



Gunnar Þórðarson
ERFITT AÐ
SPILA ÁN
RÚNA JÚL ▶78



Una Þorleifsdóttir leikstjóri
HVAÐ GERIST PEGAR PÚ
MISSIR STJÓRNINA? ▶32



NÝJA
SENDIBÍLASTÖÐIN

...á þínum vegum!

568 5000

FRÉTTABLAÐIÐ

HELGARBLAÐ

14. september 2013
 216. tölublað 13. árgangur
 Sími: 512 5000

MEST LESNA
 DAGBLAÐ Á ÍSLANDI*



DÁIST AÐ VIÐHORFI ÍSLENDINGA

Sænski bóndasonurinn, þjálfarinn og þjóðhetjan **Lars Lagerbäck** hefur náð frábærum árangri með íslenska knattspyrnulandsliðið. Hann segir Íslendinga vana því að taka ábyrgð í stað þess að biða eftir hjálp. ▶ 26



ÞAÐ SEM GERIST Í SVEFN-HERBERGINU Einn okkar fremsti rithöfundur, Auður Ava, um dverga og stríð. ▶ 22



Frumkvöðlar með undirfatalínu Jónína og Arna Sigrún hanna undirföt fyrir fagaðar konur. ▶ 28

NÓG KOMIÐ AF NIÐURSKURÐI

Kristján Þór Júlíussonar heilbrigðisráðherra biða erfið verkefni. ▶ 30



FRÉTTABLAÐIÐ/PIETUR

BÍLL SEM HEITIR TRAX
 FRUMSÝNDUR Í DAG



CHEVROLET

Hamingjuhúsið
 Meiri hamingja, aukinn hagvöxtur

Námskeið í NÚVITUND með Ásdísi Olsen

Hugarstjórn og styrkur með Núvitund
 Velliðan og sátt með Núvitund
 Núvitund gegn streitu
 Núvitund á vinnustað

Sjá nánar hamingjuhusid.is

ÖLLHÁRSNYRTITÆKI
 ALLT AÐ
50% AFSLATTUR

byggtogbúið | Kringlunni

REKJANLEIKA HAMLAD 4

Deilt hefur verið á frumvarp til laga sem heimilur Hagstofu Ísland að sækja upplýsingar um fjárhag lántakenda.

LÆKNIR KASTAÐI UPP 6

Læknar eru að sligast undan vinnuálagi á Landspítalanum, unglæknar fást ekki til starfa og sjúklingar bíða meðferðar.

VILJA LÖGBANN 8

Hugbúnaðarfirmir Applicon tekst fyrir dómi á við Sérstakan saksóknara vegna húsléitar sem gerð var hjá Samherja.

SMYGLGÖNG UPPRÆTT 16

Stjórnvöld í Egyptalandi hafa gert átak í að loka göngum sem íbúar Rafah hafa notað til að smygla varningi inn á Gaza.



„Bréfið gengur út á það að við séum tilbúin til viðræðna en við viljum hafa viðsemjanda. Við erum að leggja áherslu á að það sé eitthvað ferli og viðmælandi sem hefur skýrt umboð.“ 12

Steinunn Guðbjartsdóttir, formaður slítastjórnar Glitnis, greinir frá bréfi sem slítastjórnin sendi forsætis- og fjármálaráðuneyti og Seðlabankanum.

SKOÐUN 18→20

ANDSTÆÐUR Í EINNI SÆNG 18

Porsteinn Pálsson um andstæður í pólitíkinni og verkefni ríkisstjórnarinnar.

ER FÁKEPPNI AÐ SLIGA LANDSPÍTALANN? 20

Benedikt Ó. Sveinsson um fækkun spítala á höfuðborgarsvæðinu.



HELGIN 22→48

KANN BEST VIÐ FRÆÐIBÆKURNAR 22

Vilhelm Anton Jónsson sendir frá sér bókina Vísindabók Villa.

HEFUR UNNIÐ HUG OG HJÖRTU ÞJÓÐARINNAR 26

Lars Lagerbäck hefur náð frábærum árangri með knattspyrnulandslið Íslands sem mögulega kemst á HM í Brasilíu.



DRAUMAVEKERNID ER ÓSKRIFAÐ 38

Una Þorleifsdóttir leikstýrir Harmsögu, sinni fyrstu uppfærslu í Þjóðleikhúsinu.

ÞÝÐINGAR STANDA Í BLÓMA 42

Mikill kippur hefur hlaupið í íslenskar þýðingar á athyglisverðum bókmenntaverkum.

EF HITLER HEFÐI VERIÐ MYRTUR 1919 42

Illugi Jökullsson frétti af námskeiði í hjásögu í Háskóla Íslands og fór að brjóta heilann.

MENNING 58→68

HEILLANDI SKÁLDAHEIMUR. 58

Jónas Sen skrifar um Tónleika Benedetto Lupo.

STÆRSTU STRÁKABÖNDIN 64

Ágrip af sögu strákabanda í gegnum tíðina.

JÁRNMAÐURINN VINSÆLASTUR 66

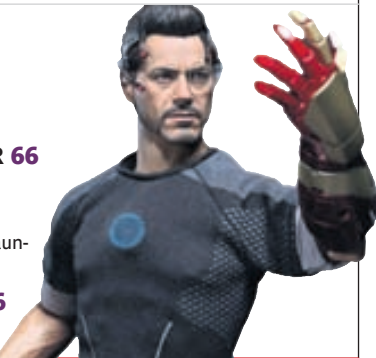
Rýnt í aðsóknartölur kvikmyndahúsa.

STAÐFESTING Á GÆÐUM 66

Pressan III tilnefnd til evrópsku sjónvarpsverðlaunanna Prix Europa.

ERFITT AÐ SPILA ÁN RÚNARS 76

Gunnar Þórðarson um heiðurstónleika Hljóma.



SPORT 70→72

FRUMSÝNINGARHELGI 70

Nýir leikmenn hjá Real Madrid, Man. Utd og Arsenal munu þreyta frumraun sína um helgina.

Á UPPLIÐ 72

Íslenska knattspyrnulandsliðið er á hraðleið upp styrkleikalista FIFA undir stjórn Lars Lagerbäck.



— TÖK Á TILVERUNNI —

námskeið við athyglisbresti og kvíða

- Átt þú erfitt með að einbeita þér?
- Ertu gleyminn og utan við þig?
- Eru áhyggjur að plaga þig?
- Átt þú erfitt með að halda utan um allt sem þú þarft að gera?
- Gætir þú gert svo miklu betur?

Á þessu námskeiði lærir fólk aðferðir til að einfalda lífið, bæta einbeitingu, draga úr frestun, óskipulagi og öðrum afleiðingum athyglisbrests. Jafnframt lærir fólk leiðir til að minnka áhyggjur og kvíða með aðferðum hugrænnar atferlismeðferðar.

Stjórnendur námskeiðs eru Sigríður D. Benediksdóttir og Sóley D. Davíðsdóttir sálfræðingar.

Kvíðamerðferðarstöðin - Skútuvogi 1a, 104 Reykjavík - S: 534- 0110 kms.is

FIMM Í FRÉTTUM EVRÓPUSAMBANDIÐ OG LANDSPÍTALINN



Ragnheiður Ríkhardsdóttir, þingflokksformaður Sjálfstæðisflokks, gagnrýndi ríkisstjórnina í viðtali á Sprengisandi fyrir að fara ekki að vilja Alþingis varðandi aðildarumsókn Íslands að ESB.



Hörður Arnarson, forstjóri Landsvirkjunar, greindi frá því í vikunni að fyrirtækið studdi nýtt umhverfismat vegna fyrirhugaðrar virkjunar við Bjarnarflag. Áhrif jarðskjálfta-vár væru vanreifuð í gildandi mati.



Pótt Stúdentaráð hafi haft betur fyrir dómstólum í slag við Lánasjóð Íslenskra námsmanna og menntamálaráðuneytið segir María Rut Kristinsdóttir, formaður ráðsins, dæmi um að fólk hafi hætt við háskólanám vegna óvissu um breytingar á námslánakerfinu.



Kristján Þór Júlíusson velferðarráðherra lagði í vikunni fram tillögur, í samvinnu við forstjóra LSH, um hvernig bæta mætti afleita stöðu á lyflækningsviði spítalans.

→ Gunnar Bragi Sveinsson utanríkisráðherra sagði á Alþingi á fimmtudag að ekki væri tímabært að ræða framhald aðildarviðræðna Íslands við Evrópusambandið fyrr en skýrsla Hagfræðistofnunar um stöðu viðræðnanna og þróun sambandsins hefði verið lögð fram. Hann upplýsti í viðræðunum að hann hefði kallað eftir slíkri skýrslu.



14 milljarða króna eignasala í uppnámi

Erfiðlega gengur að selja skuldabréf í Magma fyrir tæpa níu milljarða króna. Fjárfestar fengu mánuð til þess að fjármagna kaupin. Eins gengur illa að selja húsnæði Orkuveitunnar. Stjórnarformaður Orkuveitunnar segir afleiðingar ekki alvarlegar.

VIÐSKIPTI „Maður er bjartsýnn þar til ástæða er til annars,“ segir Haraldur Flosi Tryggvason, stjórnarformaður Orkuveitu Reykjavíkur, en sala á Magma-skuldabréfinu



HARALDUR FLOSI TRYGGVASON

hefur tafist um mánuð. Það voru Landsbréf sem stóðu að baki kaupnum en til stóð að fjármögnun á kaupum á bréfinu yrði lokið í ágúst. Til stendur að selja bréfið fyrir 8,6 milljarða króna.

Það gengur ekki aðeins erfiðlega að selja bréfið, einnig gengur erfiðlega að selja húsnæði Orkuveitunnar. Það er Straumur sem hyggst kaupa húsið en verðið er 5,1 milljarður króna.

Búið er að framlengja frestingun til þess að fjármagna kaup á Magma-bréfinu um einn mánuð, samkvæmt Haraldi Flosa. Eins mun vera búið að veita Straumi nokkrar vikur til þess að ganga frá fjármagni á kaupum á húsnæðinu, sem Orkuveitan hyggst leigja af kaupandanum, gangi viðskiptin eftir.

Það er þó ljóst að gangi kaupin ekki eftir muni það setja strik í efnahagsreikning Orkuveitunnar, enda tilgangurinn með sölunum að bæta lausafjárstöðuna, en samantlagt er um 13,7 milljarðar að ræða.

„Það eru engir stórkostlega alvarlegir fylgiskráir sem fylgja því ef þetta gengur ekki upp,“ segir Haraldur Flosi en sjóðsstaða Orkuveitunnar er betri en búist var við. „Það er þó æski-



ORKUVEITA REYKJAVÍKUR Ekki hefur gengið að fjármagna kaup á húsnæði OR.

legt að gengið verði frá þessu hið fyrsta,“ segir Haraldur Flosi. Aðspurður hvernig Orkuveitan hyggst bregðast við, gangi viðskiptin ekki eftir, svarar hann: „Það eru þá viðfangsefni sem þarf að takast á við.“

Kjartan Magnússon, borgarfulltrúi Sjálfstæðisflokksins, lagði fram fyrirspurnir á síðasta stjórnarfundum Orkuveitunnar þar

sem hann spurði hvernig staðan væri í þessum málum.

„Maður veitir því fyrir sér hvort það hafi ekki verið nægilega vonduð vinna að baki þessu,“ segir hann. Hann segir Orkuveituna þó hafa unnið góða vinnu í því að bæta aðgangi fyrirtækisins að fjármagni, „og vonandi hefur þetta ekki áhrif á það,“ bætir Kjartan við.

valur@frettabladid.is

Straumur og Landsbréf safna fé

Það er fyrirtækið Landsbréf hf. sem leitar fjárfesta til þess að fjármagna kaup á Magma-skuldabréfinu. Skuldabréfið var upphaflega hluti greiðslu fyrir hlut OR í HS Orku. Á bak við skuldabréfið stendur veð í hlutabréfum í HS Orku. Kaupverðið er 8,6 milljarðar króna.

Stjórn Orkuveitunnar samþykkti í janúar að selja höfuðstöðvar OR fyrir 5,1 milljarð króna og verður hagnaður OR um 600 milljónir króna gangi viðskiptin eftir. Straumur fjárfestingabanki gerði tilboðið fyrir hönd óstofnaðs félags með fyrirvara um áreiðanleikakönnun og endanlega fjármögnun.

Láta miðstjórn kanna hvort hugmyndir um listaval standast reglur:

Stjórnarfundum Varðar frestað

STJÓRN MÁL Ákveðið var í gær að fresta stjórnarfundum Varðar, fulltrúaráðs sjálfstæðismanna í Reykjavík, þar sem til stóð að móta tillögum að því hvernig velja skyldi á framboðslista flokksins í borgarstjórnarkosningunum á næsta ári.

Í Fréttablaðinu í gær kom fram að mikill meirihluti væri fyrir því innan stjórnarinnar að fara svokallaða leiðtogaþróflokksleið, þannig að aðeins yrði efnt til prófkjörs um oddvitasæti framboðslistans. Önnur leið yrði svo farin við skipun hinna sætanna.

Stjórn Varðar ákvað að bera það undir miðstjórn Sjálfstæðisflokksins hvort það samræmdu reglum flokksins að fara blandaða leið við uppröðun á listann. Í erindinu til miðstjórnarinnar var tekið dæmi um leiðtogaþróflokksleið í fyrsta kasti, síðan svokallaða röðun fulltrúaráðsfundar fyrir næstu sæti á eftir og svo uppstillingu fyrir þau neðstu.

Miðstjórnin mun svara erindinu á þriðjudag. Fulltrúaráðsfundurinn Varðar, þar sem tillaga stjórnar verður borin upp, fer síðan fram á fimmtudaginn.



RÁÐHÚS REYKJAVÍKUR Baráttan um ráðhúsið er hafin innan flokkanna.

FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON

„Ég vil eiga fyrir því sem ég geri“

Besta leiðin til að eignast hluti er að eiga fyrir þeim. Hvort sem ætlunin er að koma upp varasjóði eða safna fyrir næsta sumarfríi þá er alltaf skynsamlegt að leggja fyrir. Kynntu þér allt um reglubundinn sparnað á landsbankinn.is/istuttumali.

Magnús Lyngdal
Viðskiptavinur Landsbankans



7.9.2013 → 13.9.2013

400 milljarðar er sú upphæð sem gert er ráð fyrir að ferðabjónustan muni skila til samfélagsins á næsta áratug.

30 sinnum á fimm ára tímabili er talið að erlend kona hafi komið til landsins til þess að stunda vændi.



8 milljónir

króna afhenti **Sigurður Hallvarðsson** Ljósínu, endurhæfingar- og stuðningsmiðstöð fyrir krabbameinsgreinda og aðstandendur þeirra.



7% heildarvektu- aukning var á kreditkortavíðskiptum með Íslensk Visa- kreditkort í ágúst síðastliðnum ef miðað er við sama tíma í fyrra.



7 milljarðar

króna var hagnaður Síldarvinnslunnar árið 2012. Samþykkt var á aðalfundi að greiða hluthöfum 2,1 milljarð króna í arð.



6,1 milljarð króna á ári kostar líklega að láta raforku- flutningskerfi landsins reka á reiðanum. Þetta kemur fram í skýrslu sem unnin var fyrir Landsnet.



DAUÐADÓMI FAGNAÐ Víða á Indlandi hefur fólk komið saman til að fagna niðurstöðu dómstólsins. NORDICPHOTOS/AFP

Fjórir menn dæmdir fyrir hrottalegan ofbeldisglæp:
Nauðgarar dæmdir til dauða

INDLAND, AP Mennirnir fjórir sem fyrr í vikunni voru sakfelldir fyrir hrottalega hópnaudgun í Nýju-Delí í lok síðasta árs hafa nú verið dæmdir til dauða.

Dauðadómnunum verður á endanum fullnægt með hengingu, verði refsingin ekki milduð á æðri dómstigi.

Í desember síðastliðnum tóku mennirnir ungt par upp í strætisvagn, sem þeir óku um borgina að því er virðist í þeim tilgangi að leita uppi fórnarlömb.

Konunni var nauðgað hrottalega og henni misþyrmt svo að hún lést á sjúkrahúsi nokkrum vikum síðar. Manninum var einnig misþyrmt en lét ekki lífið. - gb

Dæmdur fyrir líkamsárás:
Sló lækni með flötum lófa

DÓMSMÁL Karlmaður var dæmdur í Héraðsdómi Reykjaness á fimmtudaginn fyrir að slá lækni utan undir með flötum lófa. Atvikkið átti sér stað á Heilbrigðisstofnun Suðurnesja í desember árið 2011.

Maðurinn játaði sök skýlaust og sagði sér til varnar að hann hefði verið í andlegu ójafnvægi og undir áhrifum vímuegja á þessum tíma og sæi eftir atvikinu. Maðurinn hefur ekki gerst brotlegur við lög áður. Manninum er því gert að sæta fangelsi í einn mánuð en refsing hans fellur niður haldi hann skilorð í tvö ár. - vg

Forstjóraskipti hjá Skipti:
Steinn hættir hjá Skiptum

VIÐSKIPTI Stjórn Skipta hf. og Steinn Logi Björnsson, forstjóri félagsins, hafa komist að samkomulagi um að sá síðarnefndi láti af störfum. Hann hefur gegnt starfi forstjóra frá því í apríl 2011. Í tilkynningu frá Skiptum segir að frá þeim tíma hafi verið unnið að rekstrarlegri og fjárhagslegri endurskipulagningu félagsins og endurfjármögnun í framhaldinu. Óskar Hauksson, fjármálastjóri fyrirtækisins, mun vera staðgengill forstjóra uns nýr forstjóri hefur verið ráðinn. - ka

HVAÐ FELUR HAGSTOFUFURUMVARPIÐ Í SÉR?



Segir dulkóðun koma í veg fyrir rekjanleika

Deilt hefur verið á frumvarp til laga sem heimilar Hagstofu Íslands að sækja upplýsingar um afborganir og greiðslubyrði lántakenda til fjármálaframtækja og lánastofnana. Hagstofustjóri segir dulkóðun örugga. Gögnum sé eytt jafnóðum.

FRÉTTASKÝRING

Hvað felur hið umdeilda hagstofu- frumvarp í sér?

Mikið hefur verið rætt um frumvarpið um Hagstofu Íslands sem lagt var fram á Alþingi á vorþingi og mun fela stofnuninni heimildir til öflunar gagna um stöðu lána einstaklinga og lögaðila frá fjármálaframtækjum og öðrum lánastofnunum.

Helsta gagnrýnisatriðið var að nýju lög myndu brjóta gegn persónuverndarsjónarmiðum. Forstjóri Persónuverndar gagnrýndi frumvarpið harðlega þegar það var fyrst kynnt í vor með þeim orðum að með því væri nánast verið að leggja bankaleynd á Íslandi af.

Afgreiðslu frumvarpsins, sem var lagt fram í tengslum við tillögur forsætisráðherra vegna skuldavanda heimilanna, var frestað til að taka mætti afstöðu til þeirrar gagnrýni sem fram hafði komið.

Stjórnin leggur hins vegar áherslu á að ljúka því nú á haust-

þinginu, eftir að breytingar voru gerðar á því.

Líneik Anna Sævarsdóttir, þingmaður Framsóknarflokksins og fulltrúi í allsherjar- og menntamálanefnd, sagði nauðsynlegt að koma þessu frumvarpi í gegn þar sem það fæli í sér auknar upplýsingar sem stjórnvöld þyrftu „til að skoða hvaða áhrif aðgerðir hafa á mismunandi hópa eftir fjölskyldugerðum og aldri“.

Hörður Helgason, settur forstjóri Persónuverndar, sagði í samtali við Fréttablaðið í síðustu viku að breytingarnar væru að mestu lagatæknilegs eðlis og kjarninn í gagnrýni Persónuverndar stæði enn óhaggaður.

Ólafur Hjálmarsson hagstofustjóri segir hins vegar í samtali við Fréttablaðið að Hagstofan sé að mestu leyti að starfa á sama hátt og hingað til þó að í frumvarpinu felist að stofnunin fái aðgang að upplýsingum um afborganir og greiðslubyrði.

„Öll gögn sem við öflum eru dulkóðuð þannig að ekki verður

Öll gögn sem við öflum eru dulkóðuð þannig að ekki verður hægt að rekja þau til einstaklinga eða fyrirtækja. Svo er gögnunum eytt þegar búið er að vinna úr þeim.

Ólafur Hjálmarsson hagstofustjóri

hægt að rekja þau til einstaklinga eða fyrirtækja. Svo er gögnunum eytt þegar búið er að vinna úr þeim eins og segir í lögum. Það er því aldrei til neinn gagnagrunnur heldur bara mynd af stöðu mála frá einum ársfjórðungi til annars.“

Gangi málið í gegn segir Ólafur að Hagstofan geti haft fyrstu skýrsluna tilbúna næsta vor.

thorgils@frettabladid.is

Komdu í yoga
Áhersla á mjóbak og axlir

Yoga I

- Ertu með stírdan kropp
- Ertu í yfirþyngd
- Ertu að ná þér eftir veikindi
- Ertu með vefjagigt
- Ertu komin á efri árin

Yoga II

- Krefjandi yogaæfingar
- Aukin liðleiki
- Aukin styrku

Kennt í Sjúkraþjálfaranum Hafnarfirði 691 0381 Kristin Björg

Veðurspá

NORÐAN STORMUR Veður fer versnandi í fyrramálið einkum norðan og austan til en það gengur í norðan storm með rigningu eða slyddy og snjökumu til fjalla. Léttir til sunnan heiða. Veður gengur smám saman niður síðdegis á mánudag.

Á morgun 10-23 m/s, hvassast A-til.

Mánudagur 8-18 m/s.

Elísabet Margeirsdóttir veðurfréttamaður

Alicante 27°	Bilund 20°	Gautaborg 20°	London 17°	Orlando 35°	San Francisco 18°
Basel 27°	Frankfurt 19°	Kaupmannahöfn 20°	Mallorca 27°	Ósló 18°	Stokkhólmur 20°
Berlín 22°	Friedrichshafen 19°	Las Palmas 24°	New York 22°	París 19°	

KRAFTMEIRI TENGING FYRIR ÍSLENSK HEIMILI

Búðu þig undir framtíðina með Ljósnetinu og Sjónvarpi Símans

Heimsfrægd eða hamingja?

London 1999, Haraldur Gíslason segir frá

Ég bjó einu sinni í útlöndum með hljómsveitinni minni og var boðið að fara í aðra hljómsveit sem var þá á barmi heimsfrægðar. Eðlilega spái ég stundum í því hvað hefði orðið ef ég hefði þegið tilboðið. Þetta var samsagt hljómsveitin Coldplay. En mig langaði bara miklu frekar að vera með ykkur á leikskólanum.



Sjáðu
Halla
segja frá



Í haust er væntanlegt app fyrir iOS og Android sem færir þér Sjónvarp Símans í snjalltækin.

Með Ljósnetinu er heimilið tilbúið að njóta spennandi nýjunga í sjónvarpsþjónustu og netsamskiptum. Hringdu í 800 7000 og tryggðu þér hratt og öruggt net og Sjónvarp Símans.

Sláðu inn heimilisfangið á siminn.is og sjáðu hvort þú getur tengst strax í dag.

Vinsælasta leiðin



Ljósnet 1
10GB

Mánaðarverð
4.890 kr.



Ljósnet 2
50GB

Mánaðarverð
5.890 kr.



Ljósnet 3
100GB

Mánaðarverð
6.990 kr.



Ljósnet 4
200GB

Mánaðarverð
8.290 kr.



Vertu í sterkara sambandi við framtíðina



HEILBRIGÐISKERFI Á TÍMAMÓTUM

Mikil starfsþreyta á Landspítalanum

Læknar eru að sligast undan miklu vinnuálagi á Landspítala – Háskólasjúkrahúsi. Dæmi eru um að menn hafi kastað upp af þreytu. Unglæknar fást ekki til starfa og sjúklingar bíða þess að komast í meðferð. Fréttablaðið fór í vikunni í heimsókn á tvær deildir sjúkrahússins.

Jóhanna Margrét
Einarsdóttir

johanna@frettabladid.is



Vandi Landspítala – Háskólasjúkrahúss er margþættur vegna langvarandi niðurskurðar í fjárframlögum til sjúkrahússins. Alvarlegast er ástandið á lyflækningasviðinu. Fréttablaðið fór í heimsókn á tvær af deildum sviðsins. Þar lýstu starfsmenn miklu vinnuálagi, lélegum launum, atgervisflotta, mann-eklu og úreltum og úr sér gengnum tækjakosti. Læknar á sviðinu segjast fá fá tækifæri til að þróast í starfi og að stjórnendur hlusti hvorki á umkvartanir né tillögur um það sem betur mætti fara.

Skelfilegt ástand

„Álagið á okkur krabbameinslækna er skelfilegt og ástæðan er einkum atgervisflotti. Læknar treysta sér ekki lengur til að starfa á Landspítalanum. Fjórir krabbameinslæknar hafa látið af störfum á deildinni á undanförunum árum og farið til starfa erlendis. Auk þess láta tveir frumkvöðlar krabbameinslækninga á Íslandi, þeir Þórarinn Sveinsson og Sigurður Björnsson, af störfum fyrir aldurs sakir.

Núna erum við í alvarlegri krísu. Í haust hættir yfirlæknir lyfjameð-

ferðar krabbameina. Hún er afar vel menntaður, ósérhlífinn og fær læknir og hefur ráðið sig til starfa erlendis þar sem hún fékk yfirlæknisstöðu,“ segir Helgi Sigurðsson, prófessor og yfirlæknir á krabbameinsdeild Landspítala – Háskólasjúkrahúss, við blaðamann þegar hann heimsótti krabbameinsdeildina í vikunni. Helgi bætir við að hann óttist að fleiri séu á förum. „Ég veit að bara í dag eru tveir til þrjú krabbameinslæknar alvarlega að íhuga stöðu sína. Ákveði annar þeirra að fara er algjört hrun fyrir-sjáanlegt á deildinni,“ segir hann.

Mikil starfsþreyta

Á rúmum 20 árum hefur þeim sem koma til meðferðar á krabbameinsdeild Landspítalans fjölgað um 50% en læknum hefur ekki fjölgað. Sérfræðingar á spítalanum voru nú fyrir 20 árum, þeir eru jafnmargir í dag. Ef allt væri með felldu væru þeir að minnsta kosti 14, ef reyndir deildarlæknar eru taldir með. Sem stendur starfar enginn deildarlæknir á krabbameinsdeild. „Hver sérfræðingur vinnur oft og tíðum tveggja til þriggja manna starf,“ segir Helgi.

Á dagdeild og göngudeild krabbameinslækninga koma að jafnaði 80 til 90 sjúklingar á dag í ýmiss konar sérhæfða þjónustu, það er greiningu, meðferð og eftirlit. Auk



ÖFREMDARÁSTAND Fjöldi lækna vantar til starfa á Lyflækna sviði. Margir eru hættir og farnir til starfa annars staðar. Unglæknar vilja ekki vinna á sviðinu.

FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

þess koma 50 í geislameðferð. Í dag bíða um 500 einstaklingar þess að vera kallaðir í viðtöl vegna meðferðar eða í eftirlit. Til að stytta biðtímann hafa læknar deildarinnar lengt starfsdaginn. Göngudeildin er opin einn dag í viku til klukkan átta á kvöldin.

„Þetta gengur ekki til lengdar, það eru allir orðnir uppgefnir. Starfsþreytan er mikil,“ segir Helgi.

Kastað upp af álagi

Einn læknir á deildinni lýsir því að einn daginn þegar hann fékk dagsþrógrammið í hendur hafi þyrmt yfir hann með velgjutfinnging og hann hafi orðið að fara afsíðis til þess að kasta upp.

Læknar eru eins og annað langþreytt fólk að því leyti að varnir líkamans veikjast. Langþreytt fólk verður frekar fyrir pestum og sýkingum af ýmsu tagi. Uppsöfnuð þreyta gerir það að verkum að það tekur lengri tíma að ná sér. Viðvarandi álag getur haft mjög alvarlegar afleiðingar fyrir lækna bæði persónulega og í starfi. Ástæður þess að illa gengur að fá lækna til starfa á krabbameinsdeild eru nokkrar. Fyrir nokkrum árum vorum Íslendingar meðal þeirra fremstu á sviði krabbameinslækninga á Norðurlöndunum. Niðurskurður á fé til sjúkrahússins hefur bitnað illa á deildinni. Tækjakostur er gamall og of oft úr sér genginn. Sjúkrahúsið getur ekki keppt í launum, kjörum og starfsaðstöðu við erlend sjúkrahús og svo er það vinnuálagið.

Léleg laun

„Tólf læknar sérhæfir í krabbameinslækningum eru við störf í útlöndum og oftast en ekki á bestu stofnunum þar. Ég hef verið í sambandi við nánast alla þessa lækna með það að markmiði að fá þá til starfa hér heima. Af þessum tólf eru tveir til þrjú sem hafa íhugað að koma heim einhvern tímann. Hinir segjast vera sestir að erlendis,“ segir Helgi.

Helgi segir að einn læknanna hafi spurt hvers vegna hann ætti að íhuga að koma heim núna, þegar hann gæti lagt meira fyrir en hann fengi útborgað á Landspítalanum. „Þá hefði hann auk þess betri starfsaðstöðu og meiri frítíma en hann fengi á Íslandi. Annar sagði að að sínu mati væri Landspítalinn fallinn úr úrvalsdeild, hann væri hvorki samkeppnishæfur við önnur háskólasjúkrahús þegar kæmi að tækjakosti né þjálfun lækna. Auk þess væri engin framþróun og í raun ríkti alger stöðnun á Landspítalanum.“

Gefur lífinu gildi

Helgi segir að vandinn sé mikill og uppsafnaður. „Það þarf samt hugarfarsbreytingu til að hindra

atgervisflottann. Það verður ekki gert yfir nótt. Það verður að búa þannig um hnútana að það sé spennandi fyrir nýtskrifada sérfræðinga í krabbameinslækningum og öðrum sérgreinum að koma heim. Vissulega þarf að bæta kjör lækna en mun mikilvægara er að stuðla að stöðugri framþróun og skapa þá lifandi þekkingarstofnun sem Landspítalanum ber að vera.“

Þrátt fyrir ólguna virðist þeim sem heimsækja deildina andrúmsloftið rólegt og afslappað. Starfsfólkið heilsar sjúklingunum af mikilli hlýju og nærgætni. Enda segir Helgi þegar blaðamaður kveður hann: „Starfsgleðin felst í samskiptum við sjúklingana og að finna að við gerum gagn. Það sem gefur lífinu gildi er að láta gott af sér leiða.“

Undirmannað á hjartadeild

Frá krabbameinsdeildinni lá leiðin á hjartadeildina, þar sem við hittum fyrir Karl Andersen prófessor. Það er mikið álag á hjartadeildinni en þar leggjast að jafnaði inn um 2.500 sjúklingar á ári. Deildin er undirmönnuð, ellefu læknar eru við störf en Karl segir að fjölga þyrfti læknum um fimm ef vel ætti að vera. „Það ástand sem við stöndum frammi fyrir í dag er afleiðing þess að sjúkrahúsið hefur verið lengi í fjársveldi. Í nokkur ár hefur öll áherslan verið lögð á að spara peninga en ekki á að varðveita þann gríðarlega mannaúð sem er hér á spítalanum. Hlutverk LSH sem háskólasjúkrahúss hefur verið vanrækt, hér er öll áherslan á að lækna fólk. Við komumst varla yfir að sinna þeim sjúklingum sem hingað þurfa að leita. Þeir ganga fyrir en það bitnar á kennslu og vísindastarfi. Hættan er sú að þegar við höfum nauman tíma til að sinna kennslu útskrifum við lækna sem hafa ekki nægilega góða menntun.“

Unglæknar fást ekki til starfa

„Læknakandidatar vilja ekki ráða sig á lyflækningasviði. Þegar maður



NÝKOMNIR Á DEILDINA Læknakandidatar Arnar Bertel Auðunsson og Hjálmar Ragnar Agnarsson fá tilsögn á Hjartadeildinni.

“Hver sérfræðingur vinnur oft á tíðum tveggja til þriggja manna starf.”

Helgi Sigurðsson

“Sérfræðingum finnst að kraftar þeirra nýtist betur í kennslu og vísindastörf en að taka blóðprufur.”

Karl Andersen



Málstofa um Réttindi og lögræði í heilabilun

Árlega er alþjóðlega Alzheimerdagsins hinn 21. september minnst um heim allan. FAAS mun í tilefni dagsins standa fyrir málstofu á Grand Hótelu laugar-daginn 21. september 2013 kl. 17-19 undir heitinu Réttindi og lögræði í heilabilun

Dagskrá:

- Heilabilun og skert fjármálafærni
Ásrún Eva Harðardóttir, lögræðingur í sífja- og skiptadeild sýslumannsins í Reykjavík
- Lifeyrir og tengdar bætur frá Tryggingastofnun
Þorgerður Ragnarsdóttir, framkvæmdastjóri á samskiptasviði Tryggingastofnunar ríkisins
- Hvaða aðstoð getur þú fengið á þjónustumiðstöðum sveitarfélögunna
Árdís Antonsdóttir, félagsráðgjafi á þjónustumiðstöð Grafarvog og Kjalarness
- Baráttan við kerfið - sagan endalaus
Ragnheiður K. Karlsdóttir, aðstandandi og varaformaður FAAS

Umræður og fyrirlesarar munu svara fyrirspurnum. Málstofustjóri verður Guðlaugur Þór Þórðarson alþingismaður og fyrrverandi heilbrigðisráðherra. Allir eru velkomnir

Í tilefni 40 ára afmælis Glóeyjar veitum við 10-40% afslátt af völdum útiljósum í september.



AFMÆLIS
AFSLÁTTUR

Með kveikt á þerunni í
40 ár

Glóey – gerir lífið bjartara

Ármúla 19 · Sími 568 1620 · www.gloey.is · gloey@gloey.is



**TAX
FREE**

**SNYRTIVÖRU
DAGAR**

FRÍHAFNARDAGAR
Dagana 12. - 16. september
afnemun við virðisaukaskatt*
af öllum snyrtivörum.

*Að sjálfsgöðu fær ríkissjóður 25,5% virðisaukaskatt af þessari sölu. Verðlækkunin 20,32% er alfarið á kostnað Hagkaups.

HAGKAUP
Ein ferð betra verð



SVONA ERUM VIÐ

Bifreiðaeign landsmanna árið 2012 var rúmlega 300.000 bílar og hefur nærri tvöfaldast frá árinu 1995. Fjöldi fólksbifreiða á Íslandi á hverja þúsund íbúa er með því hæsta sem gerist í heiminum og hefur meira en tvöfaldast síðustu 30 árin.

Heimild: Umhverfisstofnun

Dómari hafnaði kröfu:

Opið þinghald í máli svikara

DÓMSMÁL Dómari hafnaði í gær kröfu um að réttarhöld í máli Sigurðar Kárasonar, sem ákærður er fyrir að hafa svikið meira en 100 milljónir út úr grunlausu fólki, fari fram fyrir luktum dyrum.

Sigurður krafðist þess að þinghaldið yrði lokað til að umfjöllun um málið mundi ekki valda dætrum hans óþægindum og skaða. Saksóknari mótmælti því og sagði engin rök fyrir lokuðu þinghaldi. Dómari var sammála og hafnaði kröfunni.

- sh

Hugbúnaðarfyrirtæki fór fram á lögbann gegn Sérstökum saksóknara:

Vilja lögbann vegna forrits

DÓMSMÁL Mál hugbúnaðarfyrirtækisins Applicon gegn Sérstökum saksóknara var þingfest í Héraðsdómi Reykjavíkur í gær. Fyrirtækið hefur farið fram á lögbann gegn Sérstökum saksóknara. Ástæðan er meint ólögmæt notkun embættisins á hugbúnaðarkerfi sem Seðlabanki Íslands afritaði þegar húsleit var framkvæmd hjá Samherja vegna meintra brota á gjaldreyrisreglum á síðasta ári.

Málinu var frestað í morgun svo lögmenn Applicon gætu lagt fram greinagerð.

Barátta Applicon fyrir lögbanni hefur verið heldur löng og ströng. Fyrst fór fyrirtækið fram á það við sýslumanninn í Reykjavík að setja lögbann á Seðlabanka Íslands. Seðlabankinn braust inn í SAP, hugbúnaðarlausn fyrirtækisins, og afritaði bókhaldsgögn hjá Samherja. Sýslumaður hafnaði kröfunni, meðal annars vegna þess að gögnin voru komin til sérstaks saksóknara.

Applicon fór þá fram á lögbann gegn embætti saksóknarans vegna brota á höfundarréttarlögum en því var einnig hafnað.

- vg



HÚSLEIT Seðlabanki Íslands gerði húsleit á síðasta ári hjá Samherja vegna gruns um brot á lögum um gjaldreyrishöft.

FRÉTTABLAÐIÐ/PJETUR

Íbúðaskipti!

Við erum fjölskylda í Kaupmannahöfn, sem óskar eftir að skipta á íbúð/húsi yfir jóla og áramót. Frá ca. miðjum desember til ca 5. jan. Ef hentar betur, gætu skiptin hafist strax í byrjun desember. Höfum stórt einbýlishús með 5 svefnherbergjum, stutt frá miðborginni. Húsið hefur öll nútíma þægindi, internet, sjónvörp, dvd, o.s.v.fr. og sauna. Bill getur fylgt, og æskilegt væri hið sama á Íslandi. Við þurfum 3 svefnherb. Tvö svefnherb. gætu dugað, ef annað er hjónaherb. og hitt með tveimur rúmum.

Sendið póst á heimilisskipti@gmail.com
eða hafið samband í síma 0045 50231882

Lánsveðsvaxtabætur

Einstaklingar sem festu kaup á íbúðarhúsnæði eða hófu byggingu á árunum 2004 – 2008 og tóku jafnframt lán með veði í fasteign annars einstaklings eiga rétt á sérstökum vaxtabótum – **lánsveðsvaxtabótum**.

Skilyrði fyrir ákvörðun lánsveðsvaxtabóta eru þessi:

- ▶ Íbúðarhúsnæði hafi verið keypt eða byggt til eigin nota og lán tekin því til öflunar á tímabilinu frá 1. janúar 2004 til 31. desember 2008
- ▶ Lán hafi verið tekið með veði í fasteign í eigu annars einstaklings
- ▶ Íbúðin hafi verið í eigu umsækjanda í ársbyrjun 2009
- ▶ Eftirstöðvar fasteignaveðlána vegna þess íbúðarhúsnæðis, sem fengin voru með lánsveði, hafi samtals verið hærri en 110% af fasteignamati eignarinnar á söludegi eða í árslok 2010
- ▶ Höfuðstóll veðlána hafi ekki verið lækkaður fyrir 9. apríl 2013

Umsóknir berist ríkisskattstjóra í síðasta lagi **15. september 2013**.

Ákvörðun lánsveðsvaxtabóta fer fram svo fljótt sem unnt er, þó eigi síðar en 17. mars 2014.

Nánari upplýsingar um fjárhæðir, ákvörðun bóta og umsóknareyðublað má finna á vef ríkisskattstjóra;

www.rsk.is



SÝRLENDINGAR SÆKJA UM AÐILD Bashar Jaafari, sendiherra Sýrlands hjá Sameinuðu þjóðunum, veifar skjali sem hann segir innihalda upplýsingar frá bandarísku leyniþjónustunni um efnavopn í Ísrael.

NORDICPHOTOS/AFP

Erfitt að eyða efnavopnum

Í Bandaríkjunum er enn að finna meira en 3.000 tonn af efnavopnum, 30 árum eftir að Bandaríkin undirrituðu alþjóðlegt bann við framleiðslu og notkun þeirra.

BANDARÍKIN, AP Fyrir þrjátíu árum undirrituðu Bandaríkin alþjóðlegan samning sem bannar framleiðslu og notkun efnavopna. Enn eru þó 3.000 tonn af slíkum vopnum eftir í Bandaríkjunum og ekki er reiknað með að búið verði að eyða þeim öllum fyrr en árið 2023.

Þetta er þrisvar sinnum meira magn en talið er að Sýrlandingar ráði yfir, en Bandaríkjamenn leggja mikla áherslu á að Sýrlandsstjórn losi sig við sín efnavopn hið allra fyrsta.

Við undirritun samningsins áttu Bandaríkin í fórum sínum 31.500 tonn af efnavopnum, þannig að á þrjátíu árum hefur þeim tekist að losa sig við rúmlega 90 prósent þeirra.

Bandaríkin hafa rekið sig á það, rétt eins og önnur lönd sem reynt hafa, að býsna erfitt er að losa sig við efnavopn. Hvað eftir annað hefur sá frestur sem settur hefur verið runnið út eða verið framlangdur þegar ljóst var orðið að markmiðin myndu ekki nást.

Sýrlandingar hafa nú, samkvæmt tillögu Rússa, fallist á að láta efnavopn sín af hendi til eftirlits og eyðingar en óljóst er um framkvæmdina.

John Kerry, utanríkisráðherra Bandaríkjanna, hefur síðustu tvo daga setið á fundum með Sergei Lavrov, rússneskum starfsbróður sínum, og krafist skýringa á því hvernig Rússar hafa hugsað sér að fá Sýrlandinga til þess að standa við loforð um afhendingu og eyðingu efnavopna sinna.

Sýrland er eitt af fáum ríkjum heims sem ekki hafa undirritað alþjóðlega samninginn, en hafa nú óskað eftir að gerast aðilar að honum, í samræmi við tillögur Rússa. Sýrlandsstjórn segist ætla að láta efnavopn sín af hendi til eftirlits og eyðingar mánuði eftir undirritun.

Samningurinn hefur verið undirritaður og staðfestur af flestum ríkjum Sameinuðu þjóðanna. Fimm ríki hafa þó enn ekki undirritað hann, en þau eru Angóla, Egyptaland, Norður-Kórea, Sómalía og Sýrland. Að auki hafa Ísrael og Búrma undirritað samninginn en ekki staðfest hann.

Alls gáfu sjö ríki upp efnavopnaeign upp á samtals 70 þúsund tonn og þrjú þeirra hafa klár- að að losa sig við þau.

gudsteinn@frettabladid.is

FIND **NEW** ROADS™



BÍLL SEM HEITIR TRAX

FRUMSÝNDUR Í DAG



Það skemmtilegasta sem við gerum er að frumsýna Chevrolet - nú er það **BÍLL SEM HEITIR TRAX**.

TRAX sport-jepplingurinn er glæsilegur nýr meðlimur í Chevrolet fjölskyldunni. Hann kemur með sérlega sparneytinni díselvél og er bókstaflega hlaðinn staðalbúnaði. Allir sem reynsluaka TRAX fá bókina **MAÐUR SEM HEITIR OVE***, sem fer nú sigurför um heiminn.

Komdu og sannreyndu Chevrolet TRAX í Reykjavík eða Reykjanesbæ, milli kl. 12:00 og 16:00 í dag.



Á meðan birgðir endast



Chevrolet Trax • dísel • ssk
Verð aðeins: 4.590 þús. kr.

Opið alla virka daga frá 9 til 18
og laugardaga frá 12 til 16.
Verið velkomin í reynsluakstur.

Nánari upplýsingar á benni.is

Reykjavík	Reykjanesbær	Akureyri
Tangarhöfða 8	Njarðarbraut 9	Glerárgötu 36
Sími: 590 2000	Sími: 420 3330	Sími: 461 3636

Bílabúð
Benna
— Sérfræðingar í bílum —

Námskeið við svefnleysi og félagskvíða



Við Kvíðameðferðarstöðina eru að hefjast námskeið við svefnleysi og félagskvíða.

Á námskeiðinu við svefnleysi er veitt fræðsla um svefn og þátttakendum kennt að rjúfa vítahring svefnleysis þannig að þeir öðlist betri og samfelldari svefn.

Á námskeiðinu við félagskvíða er þátttakendum kennt að öðlast auknið öryggi í samskiptum og breyta viðbrögðum sem viðhalda vandanum.

Námskeiðið við félagskvíða hefst 2. október nk. og námskeiðið við svefnleysi 7. október nk. Fyrirnefnda námskeiðið stendur yfir í 7 skipti og það síðarnefnda í 11 skipti.

Skráning og fyrirspurnir í síma 534-0110 eða kms@kms.is

Líkur eru á áframhaldandi flóðum í Rússlandi



ALLT Á FLOTI Í RÚSSLANDI Mikil flóð hafa hrjád íbúa austast í Rússlandi, í Amur-héraði, og allt bendir til þess að flóðin eigi eftir að versna á næstu dögum. Í borginni Komsomolsk hefur flóðvatnið mælst allt að átta metra djúpt. NORDICPHOTOS/AFP

Vissir þú að...



börn eiga rétt á nægum svefni

MYNDARLEGUR

www.landrover.is



ABOVE AND BEYOND



NÝR LAND ROVER DISCOVERY 4
VERÐ FRÁ 10.990.000 KR.

OPIÐ Í DAG FRÁ 12-16

Land Rover Discovery 4 er einn glæsilegasti jeppi sem til er. 211 hestafla disilvél sem eyðir aðeins 8,3 l/100 km í blönduðum akstri*, ný 8 þrepa sjálfskipting með takkaskiptingu í stýrinu og loftþúðafjöðrun á öllum hjólum sem tengd er Terrain Response stillanlega fjöðrunarkerfinu.

Þú færð allar nánari upplýsingar um verð og búnað á www.landrover.is



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

GE bílar
Reykjanesbæ
www.bilahusid.is
421 8808

Bílasalan Bílás
Akranesi
www.bilas.is
431 2622

Bílasala Akureyrar
Akureyri
www.bilak.is
461 2533

Bílaverkstæði Austurlands
Egilsstöðum
www.bva.is
470 5070

IB ehf.
Selfossi
www.ib.is
480 8080

Vetur 2013/2014

SKÍÐAVEISLA Í AUSTURRÍKI OG ÞÝSKALANDI

- Nýjir frábærir áfangastaðir
- Fjölskylduvænt umhverfi
- Skemmtilegur þorpsandi
- Einstök borg
- Nánar á uu.is



DACHSTEIN WEST - ABTENAU

Nýr valkostur – fjölbreytt
skíðasvæði – gott verðlag!

18.-25. janúar, 7 nætur.

VERÐDÆMI:
95.900 KR*

m.v. 2 fullorðna og 2 börn í íbúð.
Verð 111.680 kr. m.v. 2 fullorðna í stúdíó íbúð.



ZELL AM SEE

Einn vinsælasti skíðabær
Austurríkis

11.-18. janúar, 7 nætur.

VERÐDÆMI:
154.950 KR*

m.v. 2 fullorðna á Hotel Valdhof ****
í tvíbýli með hálfu fæði.



GARMISCH - PARTENKIRCHEN

Þekktasti skíðabær Þýskalands

26.-2. febrúar, 7 nætur.

VERÐDÆMI:
133.330 KR*

m.v. 2 fullorðna og 2 börn á
Atlas Pos Hotel *** í íbúð með morgunmat.
Verð 145.800 kr. m.v. 2 fullorðna í íbúð með
morgunmat.



INNSBRUCK - AUSTURRÍKI

Skíði og borg – frábært verð

26.-2. febrúar, 7 nætur.

VERÐDÆMI:
178.600 KR*

m.v. 2 fullorðna á Hotel Golden Krone ***
í tvíbýli. Skíðapassi innifalinn.

HVER FER MEÐ SAMNINGSUMBOÐ RÍKISINS, SEÐLABANKASTJÓRINN EÐA FORSÆTISRÁÐHERRANN?

Erlendum eignum haldið í gíslingu

Fulltrúar kröfuhafa telja að nauðasamningar sem óskað var eftir undanþágu vegna ógni ekki fjármálastöðugleika á Íslandi. Nauðasamningar takmarkaðir og ná aðeins til erlendra eigna. Stjórnvöld hafa ekki svarað erindi þrotabús Glitnis. Lítið gerst í málinu í tíu mánuði.

Þorbjörn Þórðarson
thorbjorn@365.is



Nauðasamningar þrotabúa Glitnis og Kaupþings, sem voru efnislega tilbúnir í nóvember 2012, eru takmarkaðir að því leytnu til að þeir ganga aðeins út frá því að erlendar eignir þrotabúanna verði greiddar út en krónueignir þeirra verði áfram á Íslandi. Þrotabúin óskuðu eftir undanþágu hjá Seðlabankanum í desember í fyrra vegna nauðasamninganna en engin afstaða var tekin til þeirra. Frá þeim tíma hefur lítið gerst í málinu og í reynd er staðan óbreytt.

Seðlabankinn hefur eftirlit með fjármálastöðugleika og framkvæmd gjaldeyrishaftanna.

Uppgjör þrotabúanna helst í hendur við afnám gjaldeyrishafta vegna krónueigna þessara búa sem eru hluti af hinn margumtöluðu „snjóhengju“. Þessar krónueignir námu 460 milljörðum króna í október 2012.

Þá er það nátegt stærsta kosningaloforði Framsóknarflokksins en það var að nýta „svigrúm“ sem skapaðist við uppgjör til að færa niður verðtryggð húsnæðislán heimilanna. Svigrúmið í sinni einföldustu mynd felst í því að skipta krónueignum þeirra með ríflegum afslætti hjá Seðlabankanum og nota mismuninn til að færa niður

verðtryggð lán heimilanna.

Fram hefur komið að útskipti krónueigna þessara þrotabúa geti ógnað fjármálastöðugleika og lífskjörum almennings. Ráðgjafi fyrirtækja sem eiga kröfur í þrotabú Glitnis og Kaupþings segir í samtali við Fréttablaðið að erfitt sé að skilja að útgreiðsla og afhending erlendra eigna ógni fjármálastöðugleika á Íslandi þar sem ekki sé gert ráð fyrir því að neinum krónum verði skipt í erlenda mynt og því ætti útgreiðslan ekki að hafa bein áhrif á fjármálastöðugleika.

Hins vegar hafi íslenska ríkið ekki viljað hleypa nauðasamningunum í gegn því með því sé það að veikja samningsstöðu sína. Lögmaður sem hefur veitt kröfuhöfum ráðgjöf tekur í sama streng. „Það er það sem íslenska ríkið er að gera. Það er að halda erlendu eignunum í gíslingu því íslenska ríkið veit að með því hefur það sterkari samningsstöðu. Það hlýtur hins vegar að orka mjög tvímælis í lagalegum skilningi.“

Sigmundur Davíð Gunnlaugsson forsætisráðherra sagði í viðtali við Kjarnann í síðasta mánuði að kröfuhafarnir yrðu að sýna frumkvæði þegar lausn á mállefnum þrotabúanna væri annars vegar. Slitastjórn Glitnis

brást við þessu með bréfi til forsætisráðherra, fjármálaráðherra og seðlabankastjóra hinn 27. ágúst sl. en því hefur ekki verið svarað. Jóhannes Þór Skúlason, aðstoðarmaður forsætisráðherra, sagði að Seðlabankinn og ráðuneytin væru núna að stilla saman strengi um hvernig best væri að haga næstu skrefum í málinu.

Eitt af því sem slitastjórnir bankanna vilja fá á hreint er við hvern þær eiga að semja til að ljúka uppgjörum þrotabúa bankanna. Seðlabankinn telur sig ekki hafa umboð til að semja og ríkisstjórnin hefur enga ákvörðun tekið í málinu.

Vita ekki hver fer með samningsumboð

„Við sendum þetta bréf í kjölfar þess að stjórnvöld sögðu að beðið væri eftir tillögum sem gætu orðið til þess að ljúka þessu. Við erum búin að vinna heilmikla vinnu hjá okkur við að greina mögulegar lausnir. Bréfið gengur út á það að við séum tilbúnir til viðræðna en við viljum hafa viðsemjanda. Við erum að leggja áherslu á að það sé eitthvað ferli og viðmælandi sem hefur skýrt umboð,“ segir Steinunn Guðbjartsdóttir, formaður slitastjórnar Glitnis, um bréf sem slitastjórnin sendi forsætis- og fjármálaráðuneyti og Seðlabankanum.



STEINUNN GUÐBJARTSDÓTTIR

VERÐUR BUCHHEIT RÁÐINN?

Þjarni Benediktsson átti fund með bandaríska lögmanninum Lee Buchheit í fjármálaráðuneytinu í júní síðastliðnum til að ræða mögulega aðkomu Buchheits að viðræðum íslenskra stjórnvalda við kröfuhafa föllnu bankanna. Fundurinn var óformlegur og ekki var gengið frá neinni ráðningu. Samkvæmt heimildum blaðsins hefur þó ekki verið útilokað að erlendur sérfræðingur verði ráðinn til að koma að þessum viðræðum.



BJARNI BENEDIKTSSON



LEE BUCHHEIT

GRÍPTU TÆKIFÆRIÐ

500 ÞÚS. KR. KAUPAUKI FYLGIR QASHQAI



OPIÐ Í DAG FRÁ 12-16

NISSAN QASHQAI DÍSIL 4WD

VERÐ FRÁ 4.990 ÞÚS. KR.

Peir sem kaupa Qashqai eru að leita að fallegum fjórhjóladrifnum bíl sem er hagkvæmur í rekstri og góður í endursölu.

Qashqai eyðir einungis frá 4,6 l/100 km

Qashqai 1,6 dCi beinsk.
Verð: 4.990 þús. kr.

Qashqai+2 1,6 dCi beinsk. 7 manna
Verð: 5.390 þús. kr.

Qashqai 2,0 bensín, sjálfsk.
Verð: 5.790 þús. kr.

Qashqai 2,0 dCi sjálfsk.
Verð: 6.090 þús. kr.

KAUPAUKI AÐ ANDVIRÐI

500 ÞÚS. KR.

- Vetrardekk
- Dráttarbeisli
- iPad 32 GB



Innovation that excites

NISSAN
QASHQAI

iPad 32GB
fylgir með ásamt
veglegri hlífðartösku



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

GE bílar
Reykjanesbæ
www.bilahusid.is
421 8808

Bílasalan Bílás
Akranesi
www.bilas.is
431 2622

Bílasala Akureyrar
Akureyri
www.bilak.is
461 2533

Bílaverkstæði Austurlands
Egilsstöðum
www.bva.is
470 5070

IB ehf.
Selfossi
www.ib.is
480 8080

Lögregla í viðbragðsstöðu: Hraðbankaþjóf-ar handteknir

FINNLAND Finniska lögreglan stóð tvo þjófa að verki þegar þeir voru að tæma hraðbanka í bænum Orimattila. Þjófarnir höfðu farið í leiðangur og stolið úr hraðbönkum á 13 stöðum á milli Salo og Fredrikshamn.

Lögreglan gat sér til hver yrði næsti áfangastaður þjófanna og var reiðubúin til handtöku þeirra þegar viðvörðun barst frá hraðbanka í Orimattila, að því er segir á fréttavef Hufvudstadsbladet. Lögreglan fann jafnframt bíl manna í bænum. Lögregluhundur þéfaði uppi seðla sem faldir höfðu verið í bílnum. - ibs



KOSNINGAR Erna Solberg, leiðtogi hægrimanna í Noregi, greiðir atkvæði. NORDICPHOTOS/AFP

Pósturinn of seinn:

400 utankjörfundaratkvæðum verður eytt

NOREGUR Yfir 400 utankjörfundaratkvæðum í nýafstöðnum þingkosningum í Noregi verður eytt af því að þau bárust of seint með póstinum. Í frétt á vef norska ríkisútvarpsins er haft eftir Frank Aarebrot, prófessor við Háskólann í Bergen, að þetta sé hneyksli. Vonandi víti þeir sem nýttu sér kosningarétt sinn ekki af því að þeir hafi misst hann.

Samkvæmt upplýsingum frá þeim sveitarfélögum sem norska ríkisútvarpið hefur hingað til haft samband við var póstdreifingin á eftir áætlun. Upplýsingastjóri Póstsins telur að í sumum tilfellum geti það verið rétt en í öðrum hafi sveitarfélögin, sem koma áttu atkvæðum á réttan stað, sent þau of seint. - ibs



Í ÓSLÓ Fólk á gangi á Aker brygge. Í Noregi er kallað eftir bættum aðbúnaði vegna flóttafólks sem til landsins leitar.

Hælsleitendur í Noregi:

Stífla í flóttamannabúðum

NOREGUR Norska útlendingastofnunin segir nauðsyn á 30 til 40 nýjum móttökum fyrir hælsleitendur, meðal annars vegna aukins straums flóttamanna.

Aðeins 16 prósent 15.795 íbúa í húsnæði fyrir hælsleitendur í Noregi bíða eftir svari við umsókn um hæli í landinu.

Um átta þúsund bíða ýmist eftir því að vera vísað úr landi þar sem umsóknunum þeirra hefur verið hafnað eða bíða eftir afgreiðslu áfrýjunar.

Yfir fjögur þúsund íbúanna hafa fengið dvalarleyfi í Noregi en engin sveitarfélög hafa lýst yfir vilja til að taka við þeim. - ibs

Talsmaður hrefnuveiðimanna segir að vertíðinni sé að öllum líkindum lokið:

Veiddu talsvert færri hrefnur en í fyrra

SJÁVARÚTVEGUR „Ég held að hrefnuveiðitímabilinu sé lokið enda hefur ekkert veiðst í um mánuð,“ segir Gunnar Bergmann Jónsson, talsmaður hrefnuveiðimanna.

Þrír bátar fóru á hrefnuveiðar í sumar og veiddu samtals 36 hrefnur, en samkvæmt hrefnukvóta ársins mátti veiða 216 dýr. Í fyrra veiddist 51 hrefna, sem var einnig töluverð fækkun frá fyrra ári.

Gunnar segir slæmt veður og ákvörðun fyrirverandi atvinnu- og nýsköpunarráðherra, Steingrims J. Sigfússonar, um að stækka gríðasvæði hvala í Faxaflóa, hafa mest að segja um lélega veiði sumarsins.

„Ákvörðun Steingrims hafði þær afleiðingar að við þurftum snemma í vor að hætta veiðum á Faxaflóa þar sem er oft mikið af hrefnu á vorin og fram á sumar. Þá fórum við með eitt af hrefnuveiðiskipunum, Hrafnreyði KÓ, norður fyrir land, þar sem var minna af hrefnu en í Faxaflóanum,“ segir Gunnar, og bætir því við að makrillinn hafi einnig strítt hrefnuveiðimönnun en hvalurinn forðast makrillinn sem étur undan honum.

„Við hefðum að minnsta kosti viljað veiða tíu dýr til viðbótar. Eftirspurn eftir hrefnukjöti frá veitingastöðum er sífellt að aukast og þessi lélega veiði í sumar þýðir að kjötið mun klárast í vetur,“ segir Gunnar. - hg



VERTÍÐINNI LOKIÐ Gunnar segir hrefnuveiðimenn hafa viljað veiða að minnsta kosti tíu dýr til viðbótar. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM



Sölusýning



Sölusýning í dag frá kl. 10 til 16.

Í dag efnum við til sölusýningar í verslun okkar að Nóatúni 4. Þar gefst tækifæri til að skoða allt það nýjasta sem við bjóðum, m.a. eldunar-tæki, kæli- og frystitæki, þvottavélar, þurrkara, uppþvottavélar, ryksugur, smátæki, rakatæki og mikið úrval af alls kyns lömpum til heimilisnota.

Fjöldi tilboða í tilefni dagsins. Veittur verður afsláttur af öllum vörum.

Látið sjá ykkur og njótið dagsins með okkur. Það verður heitt á könnunni!

SMITH & NORLAND

Nóatúni 4 · Sími 520 3000
www.sminor.is



BÆTTU SMÁ BRAGÐI AF NEW YORK Í LÍF ÞITT

NEW YORK DAGAR Á VOX RESTAURANT 18.-21. SEPTEMBER

VOX Restaurant býður til sannkallaðrar matarveislu 18.-21. september þar sem viðkunnir gestakokkar frá New York töfra fram freistandi, alþjóðlega rétti í hinum eina og sanna New York anda. Þú þarft ekki að fara lengra til þess að kynnast því sem auðkennir matarmeninguna í New York: Matargerðarlist frá öllum heimshornum.

New York er einn af vinsælustu áfangastöðum Ícelandaí. Fjöldmargir Íslendingar eiga þaðan góðar minningar um kvöldstund á góðum veitingastað. Hvort sem þú ert einn af þeim sem ert að hugsa um að skella þér til New York með Ícelandaí eða ert nú þegar búinn að bóka, þá er tilvalið að taka forskot á sæluna og líta inn á VOX Restaurant.

Líttu á matseðilinn og fáðu að vita meira á www.vox.is



Gestakokkar á New York dögum

Michael Aeyal Ginor: Kunnur frumkvöðull í matreiðsluheiminum vestanhafs. Hann rekur nokkra veitingastaði í New York sem hafa unnið til fjölda verðlauna. Ginor er galdramaður.

Douglas Rodriguez: Hann hefur verið nefndur guðfaðir „nýja latneska eldhússins“. Steikin gerist ekki betri en hjá Rodriguez. Snillingur á heimsælíkvarða.

+ Borðapantanir í síma 444 5050 og á vox@vox.is

V O X
RESTAURANT

ICELANDAIR 

Egyptsk stjórnvöld uppræta smyglgöng:

Hert að lífæð Gaza

PALESTÍNA Allt frá því í byrjun níunda áratugarins hafa íbúar bæjarins Rafah, sem er í raun klofinn af landamærum milli Gaza-strandarinnar og Egyptalands, notað göng undir landamærin til að smygla varningi inn á Gaza.

Frá því að Hamas-samtökin tóku völdin þar árið 2007 hefur mjög verið þrengt að innflutningi frá Egyptalandi, sem hefur valdið mikilli þjáningu og vanhöldum meðal íbúa. Því hefur smygl um göngin aukist verulega þar sem byggingarefni og eldsneyti er helst smyglað þar í gegn, auk þess sem vígahópar hafa smyglað vopnum inn á Gaza. Talið er að um 60% af viðskiptum Gaza við umheiminn fari um göngin.

Göngin eru oft grafin niður úr kjöllum húsa, liggja á um fimmtán metra dýpi og eru allt að 800 metra löng.

Mikill órói hefur verið á Sínaí-skaga síðustu vikur þar sem íslamistar hafa tekist á við stjórnarherinn. Stjórnvöld grunar að margir vígamannanna komi frá Gaza um göngin og hafa því gert gangskör að því að loka göngunum.

Frá mánaðamótum hafa Egyptar þannig eyðilagt um 40 göng að því er Los Angeles Times hefur eftir embættismönnum á Gaza. Meðfylgjandi myndir sýna veruleika margra sem draga fram lífið á því að grafa göng eða smygla vörum undir landamærin. - þj



GANGAGRÖFTUR Hér vinnur Palestínumaður baki brotnu að smyglgöngum. Smyglgöng hafa lengi verið við lýði en aldrei í líkingu við það sem viðgengist hefur frá árinu 2007 þegar Hamas tók við völdum í Gaza og Ísraelar og Egyptar hertu verulega á innflutningshöftum. NORDICPHOTOS/AFP



BJARGIR BANNADAR Hér er unnið hörðum höndum á Gaza-enda einna ganganna. Vegna takmarkana ísraelskra og egyptskra stjórnvalda fara um 60% af innflutningi á Gaza-ströndina í gegnum smyglgöngin. NORDICPHOTOS/AFP



Orkumiklir áfangastaðir

Um 18.000 ferðalangar úr öllum heimshornum heimsóttu okkur í Búrfellsstöð, Kröflu og Fljótsdalsstöð í sumar.

Búrfellsstöð er sú neðsta í keðju aflstöðva sem nýta fall Þjórsár og Tungnaár. Þar er gagnvirk sýning um endurnýjanlega orkugjafa og stutt að fara til að skoða nýju vindmyllurnar.

Hin sögufræga **Krafla** er skemmtilegur viðkomustaður á leið um Mývatn, Dimmuborgir eða Möðrudalsöræfi.

Fljótsdalsstöð er langstærsta vatnsaflsstöð landsins. Fjöldi fólks fór þaðan í skoðunarferðir upp að Háslóni og Kárahnjúkastíflu, einni stærstu grjótstíflu sinnar tegundar í heiminum.

Gestastofur Landsvirkjunar eru lokaðar yfir vetrartímann. Hópum sem vilja skipuleggja heimsóknir er bent á að hafa samband á landsvirkjun.is.



NEDAN-JARÐARBÆLI Gangamaður hvílir sig á fleti í göngum milli Gaza og Egyptalands. Egypski stjórnarherinn hefur undanfarið fundið og lokað um 40 göngum þar sem þeir telja vígamenn sem herja á Sínaí-skaga flyja í gegnum göngin í skjól á Gaza. NORDICPHOTOS/AFP



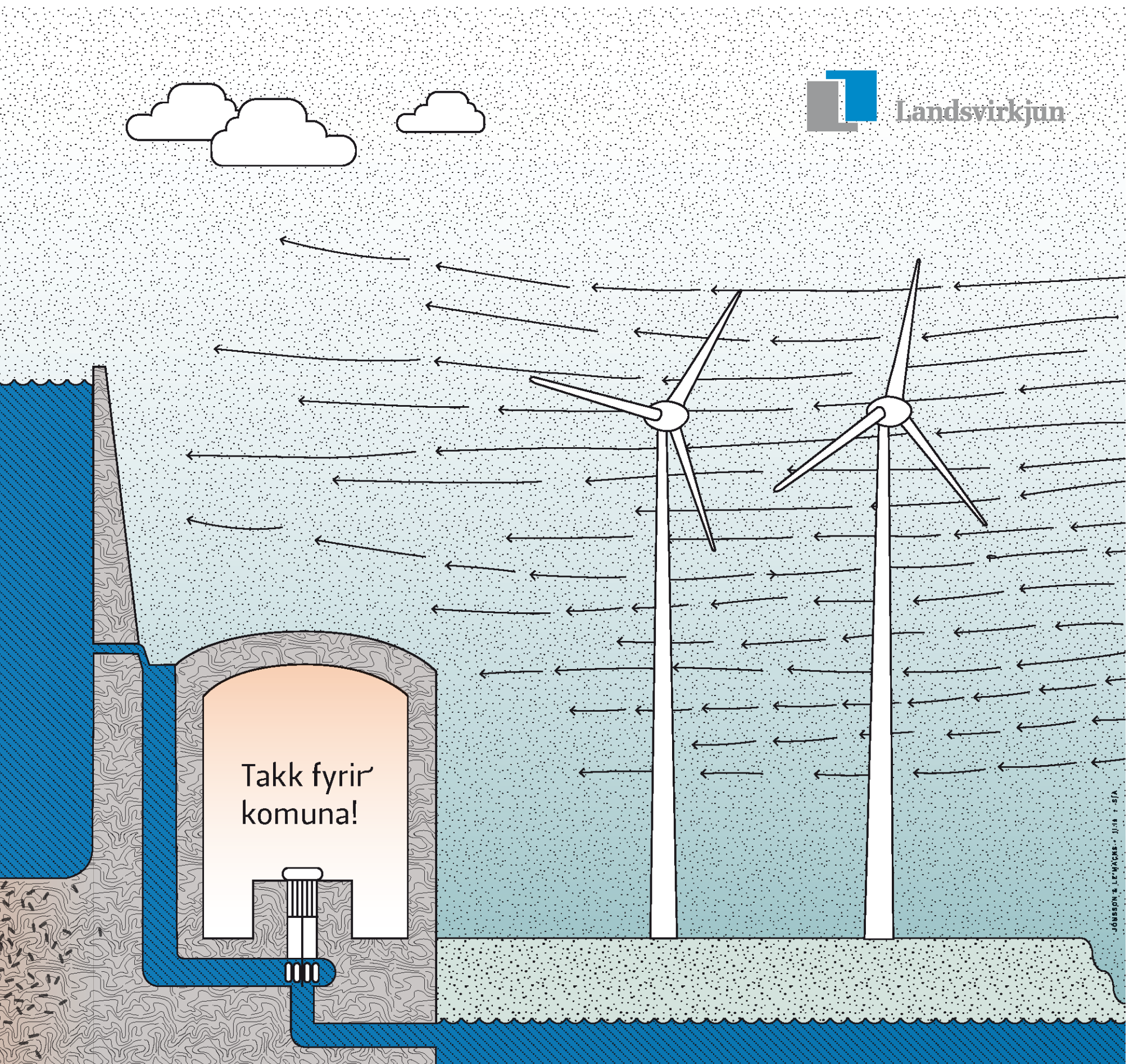
HVÍLIR LÚIN BEIN Gangamaður hvílir lúin bein við göngin. Bláu tunnurnar eru hlaðnar varningi í Egyptalandi og dregnar undir landamærin yfir til Gaza. NORDICPHOTOS/AFP



VIÐ VINNUNA Palestínumaður að störfum inni í einum göngunum sem liggja undir landamærunum milli Gaza-strandarinnar og Egyptalands. NORDICPHOTOS/AFP



OFAN Í HYLÐÝPIÐ Hér er Palestínumanni slakað ofan í smyglgöng í Gaza. Göngin eru yfirleitt á um fimmtán metra dýpi og allt að 800 metra löng. NORDICPHOTOS/AFP



Ísland verður að geta haldið í heilbrigðisstarfsfólk:

Ráðherra yfirsést fíll

Afleitt ástand í starfsmannamálum Landspítalans hefur verið til umfjöllunar að undanförunu, enda hefur keyrt um þverbak nú í sumar. Eitt af lykilsviðum spítalans, lyflækningasviðið, er skelfilega undirmanað og þar hefur verið unnið eftir neyðaráætlun síðustu vikur.

Tuttugu yfirlæknar og prófessorar við Landspítalann skrifuðu grein í Fréttablaðið fyrr í vikunni, þar sem þeir lýsa ástandinu á lyflækningasviðinu. Þar er álagið á lækna gríðarlegt, starfsaðstaðan léleg og starfsánægja í lágmarki. Undanfarin ár hafa sífellt færri ungir læknar valið að sérhæfa sig til framhaldsnáms í lyflækningum og leitað fremur á önnur mið. Fyrir fjórum árum voru 24 almennir (ungir) læknar starfandi á sviðinu, nú eru þeir færri en tíu. Fyrir vikið eykst álagið á sérfræðingum sviðsins, sem eru líka farnir að hugsa sér til hreyfings.

Ólafur P. Stephensen

olafur@frettabladid.is



Kristján Þór Júlíusson heilbrigðisráðherra má eiga það að hann brást skjótt við ástandinu á lyflækningasviðinu með því að kynna aðgerðir sem eiga að létta álaginu af læknum þar. Samkvæmt aðgerðaplaninu á að fjölga hjúkrunarrýmum til að flýta fyrir útskrift sjúklinga af spítalanum, ráða nýjan yfirlækni, efla framhaldsmenntun í lyflækningum og auka stuðning annarra heilbrigðisstétta við lækna, svo það helzta sé talið. Svo á að skipa starfshópa og endurskoða skipulag lækniþjónustu í landinu, sem leysir engan vanda í bráð en hugsanlega í lengd.

Ráðherrann sagði í grein í Fréttablaðinu í gær að með áætluninni væri „tekið á flestum ef ekki öllum þeim þáttum sem lækarnir lýsa áhyggjum sínum yfir“ og vísaði þar í grein lækna. Ráðherrann undanskilur þó einn þátt, sem telja má aðalatriðið í greininni – talar með öðrum orðum ekki um flínn í stofunni.

Það er sú staðreynd, að Ísland getur ekki keppt við nágrannalöndin um starfsfólk. Spítalar í hinum norrænu ríkjum og í Bandaríkjunum bjóða miklu hærra laun, betri aðstöðu, minna álag og fjölskylduvænni vinnutíma. Lækarnir tuttugu lýstu þessu í grein sinni; bæði almennir læknar og sérfræðingar flýja LSH. Almennu lækarnir drífa sig í sérfræðingum og koma ekki heim aftur. Sérfræðingunum er tekið fagnandi, enda hafa þeir „menntað sig með ærnum tilkostnaði og fyrirhöfn við bestu háskóla-sjúkrahús í Evrópu og N-Ameríku“.

Eins og tuttugumennirnir sögðu í grein sinni, var ekkert ófyrirséð við þessa stöðu. Varað hefur verið við yfirvoftandi læknaorki undanfarin ár. Síðasta ríkisstjórn skelti skollaleyrum við þeim viðvörðunum og taldi frekar að það ætti að lækka lækna í launum en borga þeim samkeppnishæft kaup.

Það er brýnt að spara í heilbrigðiskerfinu, en ekki hægt að loka augunum fyrir þeirri staðreynd að læknar og hjúkrunarfræðingar eru eftirsótt, alþjóðlega hreyfanlegt starfsfólk sem lætur hvorki bjóða sér lág laun né afleita vinnuáðstöðu til frambúðar. Sú róttæka endurhugsun sem þörf er á í heilbrigðiskerfinu þarf að innihalda einhverja stefnu um hvernig er brugðist við alþjóðlegri samkeppni um þetta fólk. Hjá því verður einfaldlega ekki komið.

FRÉTTABLAÐIÐ

ÚTGÁFUFÉLAG: 365 miðlar ehf. STJÓRNARFORMAÐUR: Ingibjörg S. Pálmadóttir FORSTJÓRI OG ÚTGÁFUSTJÓRI: Ari Ewald RITSTJÓRAR: Ólafur P. Stephensen olafur@frettabladid.is, Mikael Torfason mikael@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 gagnaböndum án endurgjalds. ISSN 1670-3871

Nýtt frá Jóa Fel

Próteinríkt lágkolvetnabrauð að hætti Jóa Fel

26 g prótein og 10 g kolvetni í 100 g af brauði

Jói Fel

Holtagarðar & Smáralind & Kringlan & Garðabær & Hringbraut

SPOTTIÐ



AF KÖGUNARHÓLI ÞORSTEINS PÁLSSONAR

Andstæður í einni sæng

Umræðan á Alþingi í vikunni um störf ríkisstjórnarinnar varpaði ágætu ljósi á andstæðurnar í pólitíkinni. Þær sýndu að málefnalegar andstæður skiptast ekki í einu og öllu eftir sömu línu og völdin milli stjórnar og stjórnarandstöðu. Slíkt misgengi í pólitískri spennu er ekki nýtt af nálíni í umhverfi samsteypustjórna; en sýnist vera um sumt dýpra en oft áður.

Stærsta verkefni ríkisstjórnarinnar og mesta hagsmunamál almennings er að ná jöfnuði í rekstri ríkissjóds og losa hann undan níutíu milljarða króna vaxtabyrði sem er að kyrkja heilbrigðiskerfið. Lausn á þessum



vanda er forsenda þess að árangur náist á öðrum sviðum. Fjármálaráðherra gerði mönnum á afar ábyrgan hátt grein fyrir að þetta væri forgangsverkefnið og varaði réttilega við óraunhæfum væntingum.

Forsætisráðherrann boðaði á hinn bóginn að forgangsverkefnið væri að endurgreiða öllum þeim sem skulda húsnæðislán verðbólguáfall líðinna ára með rötækustu aðgerð sem sögur fara af í víri veröld. Þetta er ekki hægt að gera nema byrja á því að fara

í öfuga átt við þá sem sett hafa jöfnuð í ríkisfjármálum og aðhald í peningamálum sem fyrsta markmið á langri leið til endurreisnar.

Það sem gerðist eftir kosningar var að pólarinn, sem togast á um ábyrga og óábyrga stefnu í fjármálum og peningamálum, gengu í eina sæng. Þetta þarf ekki að þýða að brotalamir séu í ríkisstjórnarsamstarfinu. Límið í því er forskrift forseta Íslands um að kæfa alla umræðu um dýpra og ríkara samstarf í peninga- og viðskiptamálum við Evrópu og Bandaríkin.

Það versta sem kæmi fyrir þessa stjórn væri að límið yrði mikilvægara en efnahagsmarkmiðin og endurreisnin. Það urðu örlög vinstri stjórnarinnar.

Stjórnarandstaðan vegur salt

Opnunarumræðan á Alþingi sýndi líka að engin leið er að glöggva sig á því hvoru megin hryggjar stjórnarandstaðan liggur. Hún virðist einfaldlega vega salt milli þeirra gagnstæðu krafta sem togast á í stjórnarsamstarfinu um ábyrga og óábyrga fjármála- og peningamálastjórn.

Vinstri stjórnin fór ágætlega af stað á þessu sviði og fylgdi þar þeirri áætlun sem ríkisstjórn Geirs Haarde hafði gert með Alþjóðagjaldeyrissjóðnum. Hún stóð því fyrir mestu íhaldsúrreðum sem sögur fara af í ríkisfjármálum. Það

var lofsvert. En einurðin stóð ekki nógu lengi.

Eftir að Alþjóðagjaldeyrissjóðurinn fór var slakað á. Áætlun um jöfnuð var frestað. Á lokasprenntinum tók vinstri stjórnin auk þess margvíslegar ákvarðanir um útgjöld sem ekki voru fjármöggnuð. Í kaupbæti ákvað hún að verja auðlindatekjum og óorðnum hagnaði af sölu eigna í bönkunum til ýmissa verkefna en ekki niðurgreiðslu á ríkisskuldum. Það var algjörlega ósamrýmanlegt ábyrgri fjármálastefnu.

Vinstri stjórnin skaut sér einnig undan því að takast á við yfirvoft-

andi gjaldþrot B-deildar lífeyrissjóds opinberra starfsmanna. Ábyrg fjármálastjórn kallar því á að þegar á næsta ári verði verulegum fjárhæðum varið til að aftengja þá tímasprengju. Þetta fráhrarf frá þeirri ábyrgð sem einkenndi fjármálastjórnina í byrjun síðasta kjörtímabils gerir róður nýju stjórnarinnar að sama skapi þyngri. Það er einfaldlega rétt sem fjármálaráðherra benti á að velferðarkerfið losnar ekki úr fjárhagslegri bóndabeygju fyrr en búð er að eyða ógnarháum vaxtagjöldum ríkissjóds.

Heimsins mesta loforð

Engin ástæða er til að efast um að snoturt hjartalag og skörp útsjónarsemi í bókhaldslegum tilfærslum búi að baki heimsins stærsta loforði. En verði stofnaður sjóður í þessum tilgangi með seðlaprentun borgar almennings brúsann eftir leiðum verðbólunnar.

Einnig hefur verið látið að því liggja að ríkissjóður fái með einhverjum hætti ráðstöfunarétt yfir nokkrum hluta af bókfærðum eignum kröfuhafa gömlu

bankanna í íslenskum krónum. Í því samhengi þarf fyrst að skoða hvort þær eignir eru bókhaldsfroða eða raunveruleiki. Ef þær eru raunverulegar vaknar aftur sú spurning hvernig á að ráðstafa þeim með ábyrgum hætti.

Það er verið að tala um sameign íslensku þjóðarinnar. Öll önnur ráðstöfun slíkra eigna en að greiða niður sameiginlegar skuldir skattgreiðenda í ríkissjóði væri óábyrg og ósanngjörn. Hún væri efnahagslega óskynsamleg og síðferði-

lega óverjandi. Kaldi veruleikinn er sá að Ísland sem skuldbætt þjóð hefur síður en skuldbætt þjóðir efni á að endurgreiða verðbólgu aftur í tímann; hvað þá heldur að setja heimsmet í þeim efnum. Loforðið felur því í sér ríkara ábyrgðarleysi en vinstri stjórnin sýndi undir lokin.

Þessi málefnalega spenna milli ábyrgðar og ábyrgðarleysis snertir sjálfan tilgang Sjálfstæðisflokksins. Það væri mikill skaði ef hann yrði óskýr um þessi efni.

Haust sprengja

20% til 50% afsláttur

AF ÖLLUM VÖRUM
HELGINA 14. OG 15. SEPTEMBER

GÓMSÆTT Á SPÍRUNNI
VOLG EFPLAKAKA
MEÐ RJÓMA Á 300KR
ÍS Á 100KR

GRILLUM Í GEGNUM VETURINN
MEÐ HÁGÆDAGRILLUM OG REYKOFNUM FRÁ
WEBER, RÖSLE OG BIG GREEN EGG

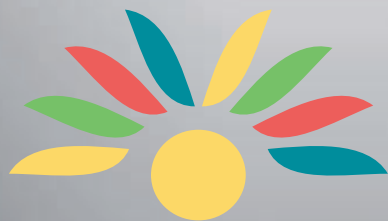
MIKIÐ ÚRVAL AF SERÍUM, LUKTUM, GARÐLJÓSUM OG
KERTUM TIL AÐ LÝSA UPP SKAMMDEGIÐ

HAUSTIN ERU GÓÐUR TÍMI TIL AÐ GRÓÐURSETJA

50% AFSLÁTTUR AF ÖLLUM TRJÁPLÖNTUM, RUNNUM OG FJÖLÆRINGUM

HAUSTLAUKAR AF ÖLLUM STÆRÐUM OG GERÐUM
KRÓKUSAR, TÚLIPANAR, PÁSKALILJUR, HYACINTUR, ALLYUM OFL.

MIKIÐ ÚRVAL AF FALLEGUM HAUSTPLÖNTUM
ERICUR, CALLUNUR, SÝPRUSAR OFL.



GARÐHEIMAR

Garðheimar • Stekkjarbakka 6 • 540 3300 • gardheimar.is

30% AFSLÁTTUR AF KLIPPUM, LAUFHRÍFUM,
ARFASKÖFUM, HÖNSKUM, KÚSTUM OFL.

UMMÆLI VIKUNNAR

07.09.2012 → 13.09.2012

„Ég get fullyrt að af hálfu okkar sem komu að þessu í ráðuneytinu var þetta klárlega ekki ásetningur og stóð ekki til með neinum hætti.“

Björgvin G. Sigurðsson, fv. viðskiptaráðherra, útskýrir hvers vegna ákvæði um refsibýrgð lögaðila hvarf sporlaust úr lögum um gjaldþyrskingum 2008. Björgvin sagði frumvarpið hafa í aðalatriðum verið skrifað í Seðlabankanum en finnúsað í ráðuneytinu.



„Þetta er bara framhald út af því hléi sem gert hefur verið og á ekki að koma neinum á óvart.“

Gunnar Bragi Sveinsson utanríkisráðherra leysti samninganefnd, samningahópa og samráðsnefnd vegna víðræðna við ESB formlega frá störfum.

„Á það verður látið reyna hvort dómstóll götunnar komist framvegis upp með að ráða gangi mála við háskólann.“

Jón Baldvin Hannibalsson, fv. ráðherra, ætlað að höfða mál gegn Háskóla Íslands vegna ákvörðunarinnar um að afturkalla ráðningu hans til kennslu.

Er fákeppni að sliga Landspítalann?

Þegar ég var að læra lækisfræði fyrir 40 árum voru starfandi fimm spítalar á höfuðborgarsvæðinu: Landakot og St. Jósefsspítalinn í Hafnarfirði, stofnaðir og reknir af St. Jósefssysturum, Borgarspítalinn, í hluta-eigu Reykjavíkur og rekninn af Reykjavíkurborg, Landspítalinn og Vífilsstaðaspítali, reknir af og í eigu íslenska ríkisins. Að auki var Fæðingarheimili Reykjavíkur í eigu og rekstri Reykjavíkurborgar.

Þá ríkti gullöld í íslensku heilbrigðiskerfi. Borgarspítalinn nýbyggður, vel búinn tækjum og baráttufólki með eldmóð í æðum að koma á fót nýjum spítala sem yrði betri en hinir spítalarnir. Landakot og St. Jósefsspítalinn í Hafnarfirði reknir af hugsjón nunnanna með afkastahvetjandi launakerfi fyrir lækna. Landspítalinn hinn eiginlegi háskóla-spítali með flesta háskólakennarana í lækisfræði, þar sem auk lækningar voru stundaðar rannsóknir og kennsla í miklum mæli, og Vífilsstaðaspítali þar sem starfsfólk bjó yfir áratuga reynslu af meðferð lungnasjúkdóma. Að ógleymdu Fæðingarheimili Reykjavíkur þar sem heilbrigðar ófrískar konur gátu fætt börn sín á sem eðlilegastan hátt, en þó undir öruggu eftirliti reynds starfsfólks.

Þetta var raunveruleikinn fyrir um fjórum áratugum og næstu árin á eftir. Á þeim tíma var ég þeirrar gæfu aðnjótandi að starfa sem nemi, unglæknir og sérfræðingur um styttri eða skemmri tíma á öllum þessum vinnustöðum. Á engan vinnustaðinn skal hallað. Það ríkti alls staðar sönn vinnugleði þar sem sjúklingarnir og vegferð þeirra voru í fyrirrúmi. Sjúklingarnir kunnu líka að meta að geta leitað til fleiri en eins aðila um álit og meðferð. Hið sama gilti um starfsfólkið. Ef því mislíkaði eitt-hvað á einum spítalanum fann það oft gleðiríkan og farsælan farveg á hinum spítöllum.

Blind trú

Undir niðri fann ég þó alltaf fyrir ósk þeirra er stýrðu og réðu Landspítalanum að hann væri aðal-spítalinn og að sú stund mundi upp renna að öld samkeppinnar hnigi til viðar, að Landspítalinn yrði fjallið eina þar sem allar flóknar rannsóknir, meðferðir, lækningar og kennsla færu fram. Með

HEILBRIGÐIS-MÁL



Benedikt Ó. Sveinsson læknir og sjálfstætt starfandi sérfræðingur í kvenlækningum

árunum breyttist þessi ósk stjórnenda Landspítalans í trú. Í framhaldinu upphófst einkar óbilgjarn ferli. Hinir spítalarnir skyldu sameinaðir Landspítalanum ella lagðir niður. Í nafni hagræðingar og sparnaðar var þessi blind trú sett á eitt allsherjar Excel-skjal. Það var kynnt fyrir lykilstarfsmönnum heilbrigðisráðuneytisins með siendurteknum sjónhverfingum sem sýndu sparnað, samlegðaráhrif og enn meiri sparnað og hagræðingu – og viti menn – allt í einu var þessi trú ráðandi af Landspítalanum orðin sannleikur í augum þeirra sjálfra og lykilmanna heilbrigðisráðuneytisins.

En í Excel-skjalinu gleymdist að taka tillit til mannaútsins og þarfa og óska sjúklinganna. Sparnaður og hagræðing var markmiðið, starfsfólkið og sjúklingarnir voru orðin aukaatriði og svo var hafist handa. Stjórnmalamenn og starfsmenn heilbrigðisráðuneytisins létu það heita að sameina ætti þessar stofnanir og að alls ekki ætti að leggja þær niður. Þannig voru áformin kynnt fyrir starfsfólkinu. En raunin varð önnur.

Fyrsta atlagan var gerð að Landakotsspítala, sem var lagður niður í þáverandi mynd og færður undir rekstur Borgarspítalans. Þetta var gert þrátt fyrir kröftug mótmæli þorra starfsfólksins og nær allra sjúklinga sem þar nutu fráberrar þjónustu. Persónulegt og afkastahvetjandi starfslag lækna í anda nunnanna var aflagt með handafli og þeir þvingaðir til að starfa eftir stimpilkukku í ópersónulegu fastlaunakerfi þar sem hin samfelldu góðu tengsl við sjúklingana voru rofin. Óánægja kraumaði undir og gleðin þvarr smám saman. Næsta atlagan var gerð að Fæðingarheimili Reykjavíkur. Yfirmönnum Landspítala og heilbrigðisráðuneytisins tókst að telja stjórnmalamönnum trú um að þar færi fram dýr og hættuleg starfsemi og það var sameinað Kvennadeild Landspítala og síðan lagt niður í framhaldinu. Framkoman við starfsfólk Fæðingarheimilisins á þessum tíma var vanvirðing við áratuglanga reynslu þess. Þá var ekkert tillit tekið til óska kvenna um að þessi valkostur yrði áfram í boði. Á Kvennadeildinni skyldu þær allar fæða með góðu eða illu. Á sama tíma og Fæðingarheimilinu

var lokað var gerð hörð atlagan að St. Jósefsspítalanum í Hafnarfirði. Honum skyldi lokað en með harðfylgi og fullri andstöðu íbúa í Hafnarfirði og nágrannasveitarfélaga tókst að koma í veg fyrir þann gjörning á elleftu stundu.

Horfa verður á rót vandans

Næst var ráðist á Borgarspítalann og Vífilsstaðaspítala, þeir sameinaðir Landspítalanum og Vífilsstaðaspítala síðan lokað. Borgarspítalinn varð að rekstrareiningu innan Landspítalans. Enn stækkaði Landspítalinn, gremja og óyndi starfsfólksins jókst og vonbrigði og óánægja neytendanna, sjúklinganna sem spítalarnir voru byggðir til að sinna, magnaðist. Í Excel-skjalinu stóð að þetta væri sannleikurinn en sparnaðurinn lét á sér standa og eitthvað ólag var á hagræðingunni. Nú var bara eftir að framkvæma seinasta ógæfuverkið: sameina St. Jósefsspítalann í Hafnarfirði við Landspítalann. Það var síðan gert þvert á vilja alls starfsfólksins, sjúklinganna og fólksins í heimabyggð spítalans. Og nú er ég að tala um sameiningu eins og það var kallað í fjölmiðlum og í kynningum ráðuneytisins. „Sameiningin“ fólst í því að spítalinn var lagður niður og húsnaðinu lokað og stendur það nú tóm og yfirgefið. Samþjálfuðu starfsfólki þar sem einstök og rík vinnugleði ríkti var tvístrað og eytt í orðsins fyllstu merkingu.

Og hér komum við að kjarna málsins. Í dag stendur Landspítalinn frammi fyrir óánægju starfsfólks – vinnuórállinn er lélegur. Getur verið að hluti ástæðunnar sé sú að starfsfólkið hefur ekkert val um vinnustað? Starfsmaður á Landspítalanum er í engri aðstöðu til að setja fram gagnrýni á vinnustaðinn, því ef yfirmönnum hans líkar ekki gagnrýnin, þá getur hann hvergi annað farið. Í slíku ástandi verður aldrei vinnufriður eða samstaða – sérstaklega ekki eins og nú.

Ég er sammála nýjum heilbrigðisráðherra um að þessi vandi verður ekki leystur með peningum einum saman. Það verður að horfa á rót vandans. Það verður að byggja upp traust og trúnað við sjúklingana og starfsfólkið. Það er kominn tími til að við horfumst í augu við það að sameiningar í heilbrigðiskerfinu hafa ekki sparað okkur peninga heldur skapað það ófremdarastand atgervisflotta og vantrausts sem við búum við í dag.



LISTIN AÐ VELJA

FFO stendur fyrir ráðstefnu um heilsu og holdafar
Föstudaginn 20. september í Salnum, Kópavogi

Fyrir hádegi mun fagfólk sem stundar rannsóknir tengdar offitu kynna niðurstöður sínar en eftir hádegi verða í boði fjölbreyttir fyrirlestrar ætlaðir öllum þeim sem áhuga hafa á heilbrigðum lífsstíl.

- 12.30 **Móttaka og skráning**
- 13.00 **Opnunaratriði** - Ari Eldjárn
- 13.20 **Skynsemin ræður - eða hvað?**
Tryggvi Þorgeirsson, læknir og lýðheilsufræðingur á LSH og HÍ
- 14.05 **Innihaldslýsingar matvara:** Merkingin á bakvið „þar af sykur...“
Jóhanna Eyrún Torfadóttir, næringar- og lýðheilsufræðingur
- 14.30 **Kúrar og kolvetni - heilsa eða hætta?**
Anna Sigríður Ólafsdóttir, dósent við HÍ og
Ingibjörg Gunnarsdóttir, prófessor við HÍ
- 15.10 **Kaffihlé**
- 15.40 **Er sálartetrið samferða?**
Helma Rut Einarsdóttir, sálfræðingur og
Valgerður M. Magnúsdóttir, hjúkrunarfr.
- 16.05 **Hver þarf að hreyfa sig?**
Kristján Þór Magnússon, sérfræðingur hjá Embætti Landlæknis
- 16.30 **Ráðstefnuslit**

Nánari upplýsingar á síðu Félags fagfólks um offitu: www.ffe.is

Skráning á ffe@ffe.is eða í síma 697 4545
Verð kr. 8.900 (allan daginn) og kr. 4.900 (hálfan daginn)

SÝNING Í DAG KL. 11:00-15:00



SÉRSTAÐA **PÝSK ÍSLENSK SAMVINNA** á íslenskum innréttingamarkaði

Við höfum gert samning við einn stæsta innréttingaframleiðanda Þýskalands um framleiðslu á eldhúsinnréttingum sem eru seldar undir vörumerki Eirvíkur.

Þér er boðið í glæsilegan sýningasal okkar þar sem við kynnum nýjstu strauma í hönnun eldhúsa.

Farðu alla leið með Eirvík

EIRVÍK innréttingar og eldhústæki

Suðurlandsbraut 20, Reykjavík | Sími 588 0200 | www.eirvik.is



Hyundai Santa Fe Comfort

2,2 dísil, sjálfskiptur, fjórhjóladrif. Verð 7.450 þús. kr.

Eyðsla 6,7 l/100 km*



Hyundai i20 Classic, dísil

Verð 2.690 þús. kr.

Eyðsla 3,8 l/100 km*



Hyundai ix35 Comfort

Sjálfskiptur, fjórhjóladrif. Verð 5.590 þús. kr.

Eyðsla 8,2 l/100 km*

KAUPAUKI MEÐ ix35
Vetrardekk og krókur
fylgir nokkrum nýjum ix35.
FYRSTUR KEMUR FYRSTUR FÆR!

UPPLIFÐU NÝJA TÍMA MEÐ HYUNDAI

Komdu í heimsókn og reynsluaktu nýjum Hyundai sem hentar þér.

Fair bílaframleiðendur treysta bílum sínum jafnvel og Hyundai sem býður 5 ára ábyrgð og ótakmarkaðan akstur með öllum nýjum Hyundai bílum.

Opið í dag frá 12-16



Kauptúni 1 – 210 Garðabæ – Sími: 575 1200
www.hyundai.is – www.facebook.com/hyundai.is



Hyundai / BL ehf.

GE bílar / Reykjanesbæ / 421 8808 – Bílasalan Bílás / Akranesi / 431 2622 – Bílasala Akureyrar / Akureyri / 461 2533 – Bílaverkstæði Austurlands / Egilsstöðum / 470 5070 – IB ehf. / Selfossi / 480 8080

*Mikil vöðuþynggi er tilfærð frá framleiðendum um eðlisfræðilega áhrif. ENNEMM / SIA / NM59120

HELGIN



Örn Úlfar Sævarsson hugmyndasmiður

Tekur upp kartöflur

Ég ætla á sýninguna hans Hallgríms Helgasonar og taka upp kartöflur í Skerjafirðinum áður en það byrjar að snjóa.



Gunnlaugur Briem trommari

Spilar í Amsterdam

Ég er að fara til Amsterdam með hjómsveitinni minni Mezzoforte um helgina þar sem ég spila á tvennum tónleikum. Einnig ætla ég að skoða borgina og hitta gamla vini.



Sigríður Eyrún Friðriksdóttir leikkona

Lífið er söngleikur

Ég er að leika í Mary Poppins og æfa fyrir „Ef lífið væri söngleikur“ sem verður sýnt í Norðurljóssal Hörpu í október og nóvember.



Helga Pórey Jónsdóttir kvikmyndafræðingur

Nýtur frelsisins

Um helgina ætla ég að njóta þess að vera með syni mínum nú þegar skrifum meistararitgerðar er lokið.



BORGARBÓKASAFNIÐ Stendur í annað sinn fyrir teiknismiðju.

Teiknismiðja á bókasafni:

Teikna myndir allan daginn

MYNDLIST Borgarbókasafn stendur nú í annað sinn fyrir teiknismiðju í tengslum við alþjóðlegu teikni-samkeppnina Colorful Rights, en samkeppnin byggir á Barnasáttmála Sameinuðu þjóðanna. Smiðjan verður á morgun, sunnudaginn 15. september, í aðalsafni frá klukkan 13 til 17 og er fyrir börn á aldrinum þriggja til 14 ára.

Allur efniskostnaður er í höndum Borgarbókasafns og geta áhugasamir komið allan daginn og teiknað myndir að vild. Kristín Arngrímsdóttir, listamaður og starfsmaður safnsins, verður til leiðbeiningar frá klukkan 15 til 16.

Gerður Kristný á Bókmenntahátíð:

Vill sjá Kim Leine

BÓKMENNTAHÁTÍÐ „Ég ætla að hlusta á Kim Leine, það er alveg víst,“ segir skáldið Gerður Kristný, spurð hvað hún ætli sér að sjá og heyrja á Bókmenntahátíð um helgina. „Ég hef lesið tvær af bókunum hans og finnst hann koma með skemmtilega nálgun inn í bókmenntirnar. Hann er hjúkr-unarfræðingur og starfaði sem slíkur áður en hann fór að skrifa þannig að hann hefur dálítið öðruvísi sýn á lífið.“

Gerður Kristný er meðal íslensku þátttakendanna á Bókmenntahátíð í ár og segir hafa verið skemmtilegt að vera með.

Hún hefur verið tíður gestur á slíkum hátíðum undanfarin ár og strax á mánuðagskvöld flýgur hún til Ítalíu til að taka þátt í ljóðahátíð. eru ljóðskáld farin að lifa eins og poppstjörnur? „Stundum, já,“ segir hún og hlær. „Það væri skemmtilegt að geta sagt að ljóðskáld séu poppstjörnur nútímans, en það er því miður ekki alveg þannig. Ljóðskáldin þurfa nefnilega að borða alla litina í M&M namminu.“ -fsb



VÍSINDA-VILLI Vilhlem Anton Jónsson segist kunna vel við fræðibækur og ljóðabækur en stórar skáldsögur séu erfiðari vegna þess að hann sé svo lengi að lesa.

FRÉTTABLAÐIÐ/PJETUR

Fékk bara fræðibækur í gjöf

Vilhlem Anton Jónsson, öðru nafni Villi naglbítur eða Vísinda-Villi, sendir frá sér bókina Vísindabók Villa í næsta mánuði. Hann segir tilgang bókarinnar að vekja forvitni á því kraftaverki sem heimurinn er.

Kjartan Guðmundsson
kjartan@frettabladid.is



Ég hef alla tíð haft brennandi áhuga á vísindum og gagnrýninni hugsun. Eina leikföngin sem ég fékk sem barn voru þroskaleikföng. Mér er sagt að ég hafi einhvern tímann sagt við pabba þegar hann var að fara í ferðalag og lofaði að koma með dót handa okkur bræðrunum, „en gerðu það elsku pabbi, ekki fleiri þroskaleikföng“, segir Vilhlem Anton Jónsson sem einnig er þekktur sem Villi naglbítur og stundum sem

Vísinda-Villi í sjónvarpi og kvikmyndum.

Síðastnefndi holdgervingur Villa, sá sem sem hrífst af vísindum, sendir senn frá sér bókina Vísindabók Villa sem kemur til með að innihalda ýmsar tilraunir og fróðleik um heiminn í kringum okkur. Meðal annars verður að finna í bókinni kafla um svarthol, atóm, köngulær, rafmagn, tré, blóð, heimspeki, stjörnuhimininn og fleira.

Umbrot og myndskreytingar Vísindabókar Villa eru í höndum þeirra Guðrúnar Hilmisdóttur og Dagnýjar Reykjalin en sjálfur semur Villi textann. Hann segist lengi hafa haft brennandi áhuga á fræðibókum, enda hafi hann nánast eingöngu fengið slíkar bækur í jólagjöf þegar hann var yngri.

„Fræðibækur eru þær bækur sem mér finnst skemmtilegast að lesa í dag. Stuttir og þægilegir kaflar sem maður ræður auðveldlega við. Ég kann líka vel við ljóðabækur, en stórar skáldsögur eru erfiðar því ég er svo ótrúlega lengi að lesa. Ætli þetta hafi ekki gert mig eins og ég er,“ veltir Villi fyrir sér og bætir við að honum þyki frábært að geta nýtt þá staðreynd að krakkar þekki andlitið á honum til að koma skemmtilegri þekkingu til skila. „Þessi bók er auðvitað ekki tæmandi og tilgangurinn með henni er að vekja forvitni á þessu ótrúlega kraftaverki sem heimurinn sem við búum í er, og eins við sjálf. Ef bókin verður til þess að ein stelpa eða ein strákur fái áhuga á vísindum verð ég glaður,

því þá hefur heimurinn okkar eignast nýjan vísindamann.

Svo þegar ég verð orðinn gamall á elliheimili verður allt miklu betra, því svo margir krakkar í dag verða orðnir fullorðnir og frábærir vísindamenn að mér mun líða vel á einhverju svaka finu elliheimili sem þeir hafa hannað.“

Af tónlistarsviðinu er það helst að fréttu af Villa að í byrjun október kemur sveit hans, 200.000 naglbítar, fram á Landsmóti líúðrasveita í Þorlákshöfn, en sveitin gerði plötu með Líúðrasveit verkalyðsins um árið. Jónas Sig og Fjallabræður eru meðal þeirra sem einnig koma fram á landsmótinu. „Þetta verður rosalega gæjalegt landmót og við hlökkum mikið til,“ segir Villi.

Það sem gerist í svefnherbergjum fólks

Dvergar og stríð nefnist fyrirlestur sem Auður Ava Ólafsdóttir rithöfundur flytur í Norræna húsinu í dag. Þar skoðar hún klisjur um mun á efnisvali kynjanna.

Ég ætla til dæmis að fjalla um þá hugmynd að það sem höfundar skrifa um helgist að einhverju leyti af þjóðerni þeirra eða kynferði,“ segir Auður Ava Ólafsdóttir um efni fyrirlestrarins Dvergar og stríð sem hún flytur í Norræna húsinu í dag. „Það er stundum sagt að karlar skrifi um stríð og heimsögulega viðburði á meðan konur skrifi um það sem gerist í svefnherbergjum fólks og eldhúsum.“ Auður Ava hyggst í fyrirlestrinum hrekja þessar

kenningar og sýna fram á að það hvað fólk skrifi um hafi ekkert með ríkisfang eða kyn að gera.

Þess utan mun Auður minnst á hávaxnar og smá-vaxnar sögupersónur og velta fyrir sér hugmyndum um eyjar og meginlönd bókmenntanna. „Ég ætla að reyna að vera ekki vodalega sjálfhverf, en mun þó minnst á sögupersónu eftir mig sem er dvergur, býr í kjallara og er alltaf að leita að nógu háleitu umfjöllunarefni í skáldsögu.“



DVERGAR OG STRÍÐ Auður Ava veltir fyrir sér klisjunni um mismunandi viðfangs-efni karla og kvenna í skáldskap.

FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON



Ljósanótt

Reykjanesbær 2013



ÞAKKIR AÐ LOKINNI LJÓSANÓTT 2013

Ljósanótt, fjölskyldu- og menningarhátíð Reykjanesbæjar, var haldin í 14. sinn dagana 5. - 8. september s.l. Hátíðin var glæsileg og þrátt fyrir stríðni veðurguða er talið að um 20 þúsund manns hafi tekið þátt í hátíðarhöldunum.

Við viljum þakka ykkur íbúum, styrktar- og samstarfsaðilum og síðast en ekki síst gestum kærlega fyrir ykkar þátt. Ykkar framlag er það sem gerir hátíðina svo einstaka.

Sjáumst öll að ári.

Árni Sigfússon bæjarstjóri
og Ljósanæturnefnd.



**HELGAR-
SPRENGJA**

**AÐEINS
Í FJÓRA DAGA
12.-15. SEPT**



REYKJAVÍK | AKUREYRI | REYKJAVÍK | AKUREYRI | REYKJAVÍK | AKUREYRI | REYKJAVÍK | AKUREYRI | REYKJAVÍK | AKUREYRI | REYKJAVÍK | AKUREYRI | REYKJAVÍK | AKUREYRI | REYKJAVÍK | AKUREYRI |

HELGAR SPRENGJA



COSMO
Tungusófi
25% afsl.
149.990
FULLTVERÐ: 199.990

COSMO Tungusófi.
Stærð 224 x 146 H: 86 cm.
Svart Bonded leður á slitflötum.

IBIZA borðstofuborð
Stærð: 110 þvermál. Hæð: 74.5
Til í mögum litum á borðplötu.



IBIZA
Eldhúsborð
20% afsl.
39.990
FULLTVERÐ: 49.990

BABYLON
Náttborð hvítt
50% afsl.
19.990
FULLTVERÐ: 39.990



BABYLON Náttborð.
B52 D 40 H 57 cm



→ Lars segir það mýtu að honum sé í nöp við sænska blaðamenn. „Það eru nokkrir blaðamenn í Svíþjóð sem ég ber ekki virðingu fyrir,“ segir Svíinn. Viðkomandi taki hlutina ítrekað úr samhengi og birti hluti sem séu ekki réttir. Hann er sáttur við íslenska fjölmiðlamenn til þessa. „Þeir hafa sýnt mér mikla virðingu og ég reyni að koma til móts við þá.“

Dáist að viðhorfi Íslendinga

Segja má að **Lars Lagerbäck** hafi unnið hug og hjörtu íslensku þjóðarinnar. Sænski bóndasonurinn sökkta sér snemma niður í íþróttir, sem hafa verið lifibrauð hans undanfarna fjóra áratugi. Hann hefur þurft að refsa stórstjörnum, gleymt sér við munntóbaksnotkun, afþakkað peninga olúfursta en tekið við landsliði Íslands sem mögulega kemst á HM í Brasilíu.

Kolbeinn Tumi
Daðason

kolbeinntumi@frettabladid.is



Rok og rigning á þriðjudagskvöldi í september. Tíu þúsund Íslendingar eru á leiðinni heim til sín, tugir þúsunda búnir að slökkva á sjónvarpinu og landar þeirra erlendis hafa lokað netvafranum. Í kjallaraberbergi við Laugardalsvöll haltrar maður á sjötugsaldri. „Ekkert stress,“ segir hann og klofar yfir teygða rafmagnsnúru blaðamanns sem reynir í flýti að lækka hana. Maðurinn er sænskur og virðist glotta út í annað.

Á tveimur árum hefur Lars Lagerbäck umbreytt íslenska karllandsliðinu. Enginn hefði trúað því að uppselt gæti orðið á viðureign gegn Albaníu á lokastigum undankeppni fyrir heimsmeistaramót. Hvað þá að fólk myndi syngja með þjóðsöngnum og láta í sér heyra frá fyrstu mínútu til þeirrar síðustu. Fólk er stolt af strákunum sínum og í fyrsta sinn er liðið í dauðafæri til að komast í umspil fyrir HM í Brasilíu næsta sumar.

„Það er frábært að liðið sé komið í annað sæti riðilsins. Nú er þetta algjörlega í okkar höndum,“ sagði Lagerbäck á blaðamannafundinum eftir leikinn. Morguninn eftir flaug sá sænski til síns heima í Svíþjóð þar sem hann býr stærstan hluta ársins. Fram undan er undirbúningsvinna fyrir síðustu leikina í riðlinum eftir mánuð. Vonandi kemst sænski skógarbóndasonurinn í sveitina sína þar sem hann er alinn upp.

„Þegar ég hef tíma nýt ég þess að fara í skóginn og fá góða líkamsrækt. Ég get það samt afar sjaldan starfs míns vegna,“ segir Lagerbäck, sem er alinn upp á bóndabæ foreldra sinna við þorpið Ovansjö í Mið-Svíþjóð. Foreldrar hans ræktuðu kindur á bænum, sem Lagerbäck keypti síðar af þeim. Hann heldur þó ekki úti búskap á bænum í dag. Hann á góðar minningar frá uppeldisárunum og segir hann, líft og hjá öðrum, hafa haft mikil áhrif á líf sitt.

„Ég var mikið með föður mínum á þessum árum og lærði hvernig hlutirnir virka í skóginum,“ segir Lagerbäck, sem þá var á kafi í íþróttum. Hinn sænski renndi sér á skíðum, á skautum í íshokkí, kastaði körfubolta áður en fótbolti varð fyrir valinu. Hann þakkar fyrir tækifærið til að hafa getað prófað margar íþróttir en viðurkennir að skólinn hafi oft setið á hakanum.

„Ég var ekki frábær námsmaður. Lífið snerist um íþróttir vetur sem sumar og mikill tími fór í þær.“

Ótrúleg velgengni

Lagerbäck spilaði með liði í 3. deild, fyrst sem miðjumaður en síðar sem „libero“, frjálsi varnarmaðurinn sem spilaði fyrir aftan varnarlinuna. Staðan er í raun úrelt í nútímaknattspyrnu.

„Ég var mjög góður,“ grínast Lagerbäck. Hann segist þó aldrei hafa látið reyna á

knattspyrnuferilinn fyrir alvöru. Hann hóf störf sem þjálfari á þrítugsaldri og þjálfaði bæði yngri flokka og meistaraflökka hjá minni félögum í Svíþjóð. Eftir að hafa starfað í hlutastarfi hjá sænska knattspyrnusambandinu var hann ráðinn í fullt starf árið 1990 og sinnti yngri landsliðum Svía.

„Ég þjálfaði t.d. Freddie Ljungberg upp öll yngri landsliðin frá því hann var fimmtán ára,“ segir Lagerbäck, en kantamaðurinn átti eftir að spila lykilhlutverk í sigursælu A-landsliði Svía undir stjórn Lagerbäck.

Undir stjórn Lagerbäck voru Svíar í fremstu röð í heimsfótboltanum. Hann skiladði landsliðinu á stórmót í sjö tilraunum af átta. Liðið var aldrei sterkara en á HM 2002 og EM 2004 þar sem liðið féll út í útsláttarkeppni á gullmarki gegn Senegal í fyrria skiptið og í vítaspyrnukeppni gegn Hollandi.

„Mér leiðist að tala um heppni í fótbolta. Hlutirnir féllu ekki með okkur í þessum leikjum,“ segir Lagerbäck. Sænsku strákarnir hans hafi haft alla burði til að fara langt en þannig sé fótboltinn.

Skert frelsi

Lagerbäck stýrði sænska liðinu út undankeppnina fyrir HM 2010 þar sem Svíar biðu lægri hlut í riðlinum gegn Portúgal og Dönum og sátu eftir með sárt ennið. Nýtt verkefni kom fljótlega upp á borðið þegar símtal barst frá Nígeríu. Karllandslið þjóðarinnar var í leit að þjálfara fyrir HM í Suður-Afríku um sumarið.

„Ég var eiginlega viss um að starfið yrði ekki mitt,“ segir Svíinn. Hann hafi þó ekki þurft að hugsa sig um þegar það bauðst honum. Liðið tapaði tveimur leikjum og gerði eitt jafntefli sem þótti ekki góður árangur. Forseti Nígeríu var svo óánægður að hann setti landsliðið í tveggja ára keppnisbann. Alþjóðaknattspyrnusambandið þurfti að skerast í leikinn.

Þrátt fyrir að mótið hafi verið vonbrigði bauðst Lagerbäck að halda áfram störfum en hann afþakkaði. Hann segir starfið auðvitað hafa verið spennandi en maður á hans aldri vilji ekki skrifa undir til fjögurra ára og búa í Nígeríu eins og óskað var eftir.

„Öryggisgæslan er mikil og þú kemst ekkert einn þíns liðs. Mér fannst erfitt að geta ekki hreyft mig. Ég met frelsi mitt og vil geta gert það sem ég vil.“

Launin ekki allt

Svíinn sneri aftur til föðurlandsins og hélt áfram störfum fyrir sænska knattspyrnusambandið auk þess að sinna verkefnum fyrir evrópska sambandið. Haustið 2011 barst honum erindi frá knattspyrnuforystunni á Íslandi. Landsliðsþjálfarastaðan stóð honum til boða en Lagerbäck hafði komið oftar en einu sinni til Íslands á vegum UEFA og kynnst land og þjóð.

„Eftir að hafa skoðað þann hóp leikmanna sem spilaði á Evrópumóti 21 árs landsliða það sumar virkaði þetta mjög spennandi.“

Töluverð umræða spannst um laun Svíans þegar hann var ráðinn til starfa. Forveri hans, Ólafur Jóhannesson, var með um 800 ▶



ENGINN ER FULLKOMINN

Munntóbaksnotkun Lagerbäck hefur ekki farið fram hjá landanum. Í viðtali við Fréttablaðið haustið 2011 sagðist hann hafa notað tóbak í vör frá fimmtán ára aldri en hafði þá nýlega látið af ósiðnum. Hann fái sér þó tóbak endrum og sinnum.

Í viðtali við Stöð 2 fyrir leikinn gegn Sviss á dögum vakti athygli að efri vör hans var útroðin. Hann segist hafa gert mistök.

„Það var heimskulegt og auðvitað átti ég ekki að vera með munntóbak í viðtali,“ segir Lagerbäck. Hann sé vel meðvitaður um herferð KSÍ gegn tóbakinu.

„Þú átt auðvitað ekki að neyta eiturlyfja á neinu formi. Fólk drekkur hins vegar áfengi, reykir sígarettur og þar fram eftir götunum. Þannig er lífsins gangur. Það er enginn fullkominn.“



ERFIDUR
Lagerbäck
er hér með
stjórnumni
Zlatan.

PURFTI AÐ SENDA ZLATAN HEIM

Í starfi sínu sem landsliðsþjálfari Svía þurfti Lagerbäck eitt sinn að taka erfiða ákvörðun. Þrjú lykilmenn í liðinu, Zlatan Ibrahimovic, Olof Mellberg og Christian Wilhelmsson, brutu agareglur liðsins. Þeir voru sendir heim og settir í eins leiks bann. Hann sagði í viðtali við blaðamann fyrir þremur árum að ákvörðunin hefði verið sín erfiðasta í starfi. Hann væri maður fárra reglna en ein væri skýr. Eftir kvöldmat og fram að morgunmat hefðu leikmenn átt að halda sig innan hótelsins. Málið hefði verið flóknara enda mennirnir í lykilhutverkum í liðinu og því haft enn meiri ábyrgð gagnvart öðrum leikmönnum.

„Það gengur ekki að allir hegði sér vel nema nokkrar stjórnur,“ segir Lagerbäck, sem bendir á að leikmennirnir hafi þó ekki neytt áfengis eða neins slíks. Hann muni aldrei vita fyrir víst hvort ákvörðunin hafi verið rétt en leikmennirnir hafi á vissan hátt borið virðingu fyrir henni.

„Það sorglega við þetta er að ef leikmenn hefðu spurt mig leyfis hefði ég líklega leyft þeim að yfirgefa hótelið í skamma stund því einn þeirra átti afmæli.“

Fjögurra daga verkefni að sjá Sölva spila í Rússlandi

Lagerbäck verður í Svíþjóð næstu tvær vikur áður en hann snýr til Íslands fyrir leikinn gegn Kýpur á Laugardalsvelli. Þá munu þeir Heimir Hallgrímsson, aðstoðarmaður hans, leggja yfir leikina í fjóra daga áður en leikmennirnir mæta til æfinga. Þangað til mun hann fylgjast með leikjum íslensku strákanna, aðallega í gegnum sjónvarpið og á netinu, auk þess að greina leiki Íslands gegn Sviss og Albaníu í þáula. Þá ætlar hann að skoða síðustu þrjá til fjóra landsleiki Kypverja og Norðmanna.

Svíinn hefur verið gagnrýndur fyrir að mæta lítið á leiki íslenskra leikmanna í Evrópu. Hann tekur undir að betra sé að sjá leikina með berum augum en það hafi einnig sína galla.

„Ef einhver nýr leikmaður slær í gegn þá fer ég auðvitað og skoða hann,“ segir Lagerbäck. Hann bendir um leið á að á ferðalagi sjái hann kannski

þrjá til fjóra leiki en geti séð mun fleiri haldi hann kyrru fyrir og horfi á þá á skjánum. Svo sé auðvitað dýrt að vera á stöðugu ferðalagi. Þá nefnir hann sem dæmi að Sólvi Geir Ottesen sé kominn til Rússlands og væri gott að geta séð hann spila með berum augum.

„Ef ég færi að horfa á hann tæki ferðalagið fjóra daga og á þeim tíma sæi ég leik með einum landsliðsmanni.“ Hann skilur þó gagnrýnina og kann almennt að meta að leikmenn sendi þau skilaboð að þeir vilji spila með landsliðinu. Það gerði Theodór Elmar Bjarnason, leikmaður Randers í Danmörku, á dögum.

„Elmar hefur staðið sig vel Staðreyndin er hins vegar sú að hann á í samkeppni við leikmenn á borð við Gylfa Þór, Eið Smára og Aron Einar. Ég tel þá standa honum framar í augnablikinu.“



NÆR TIL LEIKMANNA
Strákarnir í landsliðinu hafa verið óhræddir við að lýsa yfir ánægju sinni með störf Svíans.

Við tókum inn nokkra leikmenn úr 21 árs landsliðinu með tímanum og verðum meðal þeirra bestu í Evrópu eftir nokkur ár.

► Þúsund krónur í mánaðarlaun árið 2010 en ljóst er að laun Svíans eru töluvert hærrí. Lagerbäck segist sáttur við samning sinn, annars hefði hann ekki skrifað undir, en segir peninga ekki skipta öllu.

„Auðvitað vil ég góð laun en þau skipta minna máli. Ég vil fyrst og fremst vera í skemmtilegri vinnu sem ég nýt mín í,“ segir Lagerbäck. Hann hefur áður bent á að honum hafi staðið til boða fleiri en eitt þjálfarastarf í olíulöndunum auk Nígeríustarfsins. Þar séu launin af annarri stærðargráðu.

Stoltið skiptir máli

Íslenska liðið er í öðru sæti riðils síns sem stendur. Liðið hefur unnið fjóra leiki af átta í riðlinum sem er jöfnun á besta árangri landsliðsins. Enn eru tveir leikir eftir. Fæstir skilja hvernig landslið svo fámennrar þjóðar geti staðið sig svo vel í langvinsælustu íþróttagrein í heimi. Sá sænski hefur sínar hugmyndir. Gott starf félaganna og KSÍ sé auðvitað grunnatriði en auk þess séu aðstæður mjög góðar. Sjö keppnishallir innanhúss geri það að verkum að hægt sé að spila allt árið.

„Stærstu félögin spila bæði í deildarkeppni utan- og innanhúss. Keppnistímabilið er í raun lengra en til dæmis í Svíþjóð,“ segir Lagerbäck. Fyrir vikið fái liðin keppnisleiki árið um kring. Hann dái líka að viðhorfi landsmanna.

„Íslendingar eru vanir ábyrgð. Þeir standa ekki og bíða eftir hjálp. Þetta viðhorf sést hjá strákunum í landsliðinu sem klæðast landsliðsbúningnum stoltir. Það hefur líka áhrif,“ segir Svíinn. Skemmst er að minnast orða hans eftir sigurinn á Albaníu um Gylfa Þór Sigurðsson sem átti stórleik.

„Það besta við Gylfa er að þótt hann sé leikmaður í hæsta gæðaflokki þá leggur hann afar hart að sér í niúttíu mínútur. Það sér maður ekki oft hjá leikmönnum með svo mikla hæfileika.“

Ekki hefur verið tekin ákvörðun um hvort Lagerbäck haldi áfram í starfi eftir yfirstandandi undankeppni. Þó er ljóst að samningurinn verður sjálfkrafa framlengdur um sex mánuði takist liðinu hið ótrúlega og komist í lokakeppnina í Brasilíu. Liðið gæti þó verið enn sterkara í undankeppni Evrópumótisins árið 2016 en góður árangur núverandi 21 árs landsliðs hefur vakið athygli.

„Það eru margir hæfileikaríkir leikmenn í 21 árs liðinu. Þeir þurfa hins vegar að komast í eins góð lið og deildir og mögulegt er. Þar er lykilatriði að þeir fái að spila til að geta þróast sem leikmenn,“ segir Svíinn sem hefur lýst sér sem bjartsýnum raunsæismanni. Hann leyfði sér að horfa fram á veginn í kjallararherberginu á Laugardalsvelli á þriðjudaginn.

„Við tókum inn nokkra leikmenn úr 21 árs landsliðinu með tímanum og verðum meðal þeirra bestu í Evrópu eftir nokkur ár.“

► Úttekt á stöðu landsliðsins er að finna á síðu 72

Jafnlaunavottun VR er fyrir öll fyrirtæki og opinberar stofnanir. Hún staðfestir að konur og karlar fái sömu laun fyrir sömu eða jafnverðmæt störf.

Leiðréttum launamun kynjanna

JÓNSSON & LEMMINGS • JULI • SÍA



Óútskýrður launamunur kynjanna innan VR er nú 9,4%. Með Jafnlaunavottun VR geta framsækin fyrirtæki látið gera faglega úttekt á því hvort innan veggja þeirra séu greidd mishá laun fyrir jafnverðmæt störf.

jafnlaunavottun.vr.is

Þau fyrirtæki sem þegar hafa öðlast jafnlaunavottun eru: Íslenska gámafélagið, IKEA, ISS, Parlogis, Johan Rönning, Landmælingar Íslands, Deloitte, KPMG, Logos og Ölgerðin.

Virðing Réttlæti

VR



AFRAKSTURINN LÍTUR DAGSINS LJÓS Þær Jónína og Arna Sigrún eyddu miklum tíma í hugmyndavinnu fyrir myndatökuna á nærfatalínunni.

MYND/IRIS DÖGG EINARSDÓTTIR

Vilja hvorki klámmmyndasexí né „ömmufrumpuleg“ nærföt

Arna Sigrún og **Jónína de La Rosa** hanna nærfatalínuna Mulier. Samstarf stúlkanna gengur vel, en til þessa hafa þær haft textabrot úr lagi hljómsveitarinnar Nada Surf að leiðarljósi: „... tell them honestly, simply, kindly but firmly ...“

Ólöf
Skaftadóttir
olof@frettabladid.is



Arna Sigrún Haraldsdóttir og Jónína de la Rosa hafa nýlega lokið við að hanna og framleiða nærfatalínuna Mulier. Arna og Jónína kynntust í Listaháskólanum þar sem Arna lærði fatahönnun en Jónína arkitektúr. Mulier þýðir kona á latínu. „Hugmyndin að línunni spratt hjá Jónínu þegar hún var á ferðalagi um Evrópu. Hún var nýhætt með kærastanum sínum og langaði að kaupa sér ný nærföt sem merki um nýtt tímabil í lífi hennar. En hvert sem hún fór gat hún ekki fundið rétta sniðið af brjóstahaldara sem kom með rétta sniðinu af nærbuxum. Að auki virðist vera að undirfatamarkaðurinn skiptist í tvennt, annars vegar klámmyndastjörnu-sexí eða ömmufrumpulegt,“ segja þær léttar í bragði. „Hvorugt heillaði hana og því var eina ráðið að sjá bara um þetta sjálf,“ bæta þær við.

Leiðinlegt að kaupa sér nærföt

Jónína kom aftur heim til Íslands og víðraði þessa viðskiptahugmynd við Örnú Sigrúnu sem tók vel í hugmyndina og þekkti vandamálið af eigin raun. „Við fórum mikið að spá í hvað það er sem er að undirfatamarkaðnum. Það virðist vera að rosalega mörgum konum þyki leiðinlegt að kaupa nærföt og að flestar hafi mjög ákveðnar hugmyndir um nákvæmlega hvernig nærfötin eigi að vera. Þess vegna hönnuðum við Mulier-undirfötin sem heildstæða línu en ekki stök sett. Þannig getur konan valið það snið af brjóstahaldara sem henni líkar og parað saman við það snið af nærbuxum sem hún vill helst og allt passar þetta saman. Að auki eru allar nærbuxurnar seldar í pakka með þremur sem eru allar eins í sniðinu en ólíkar útlits en passa samt við brjóstahaldarann. Þannig er komin miklu betri nýtni úr settinu og flestar konur væru gjarnan til í að klæðast alltaf undirfötum sem passa saman en gera það ekki af því það er svo óhagkvæmt. Það er nefnilega þannig að maður þvær nærbuxurnar oftast en brjóstahaldarann,“ halda þær Arna og Jónína áfram.

Engin ákveðin líkamsgerð

Línan er hugsuð fyrir konur á aldrinum 25 til 55 ára. „Við viljum geta boðið upp á fjölbreytt úrval stærða svo við séum ekki að takmarka kúnnahópinn okkar við ákveðna líkamsgerð. Mulier-undirföt eru fyrir konur sem er umhugað um útlitið, vilja vera í nærfatasetti sem passar saman en gera það kannski sjaldan vegna þess hversu óhagkvæmt það er.



HAFU UNNIÐ AÐ MULIER Í TÆPLEGA ÁR Jónína og Arna Sigrún stefna á að setja upp netverslun með tímanum.

FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

„Við fórum mikið að spá í hvað það er sem er að undirfatamarkaðnum. Það virðist vera að rosalega mörgum konum þyki leiðinlegt að kaupa nærföt

Kjörorð Mulier eru „Smart-Sexy-Sensible“, útskýra þær.

Nada Surf leggur línurnar

„Við leggjum mjög mikla áherslu á að skapa fallegan og áhugaverðan hugmyndaheim í kringum Mulier enda höfum við báðar þó nokkra reynslu úr skapandi störfum og því að vinna myndrænt.“ Aðspurðar segja þær Jónína og Arna samstarfið ganga vel. „Við höfum eytt mun meiri tíma saman en áður síðan við ákváðum að demba okkur í þetta ævintýri. Það er auðvitað erfitt stundum að vera í business með vinkonu sinni en það hefur samt gengið stóráfallalaust hingað til. Við ákváðum strax í upphafi að fylgja ráðleggingum hljómsveitarinnar Nada Surf: „... tell them honestly, simply, kindly but firmly ...“ og sú vinnuregla hefur virkað vel fyrir okkur.“

Vilja setja upp netverslun með tímanum

Stelpurnar hófu að vinna að nærfatalínunni í nóvember í fyrra, fyrir næstum ári. Ferlið byrjaði á rannsóknar- og hönnunarvinnu og svo vildu þær finna réttu verksmiðjuna. „Við vildum versla við verksmiðju sem við getum treyst og sem við vitum að stundar heiðarlega viðskiptahætti og fer vel með starfsfólki sitt. Það hentar okkur vel að framleiða á Spáni af því að Jónína er hálf-spænsk og talar því reiprennandi spænsku. Það er hefð fyrir fataframleiðslu á Spáni og því hægt að treysta því að fá góða vöru. Við heimsóttum verksmiðju sem okkur leist vel á í vor, hittum eigendurna og mynduðum gott samband við þá. Við létum síðan framleiða fyrir okkur prótótýpur sem við fengum í hendurnar fyrir nokkrum vikum. Við höfðum eytt miklum tíma í hugmyndavinnu vegna myndatöku svo að hún gekk frábærlega vel og við erum hæstánægðar með afkrasturinn. Það sem tekur við núna er sala á þessari fyrstu línu en þetta er vor/sumar lína fyrir næsta ár. Það þýðir að nú erum við á fullri ferð að hafa samband við áhugasama verslunareigendur sem gætu viljað selja Mulier,“ segja þær stóllur. Aðspurðar segjast þær vilja með tímanum setja upp eigin netverslun, en það sé ekki komið að því enn. „Við erum í samræðuferli við nokkrar erlendar verslanir en það er of snemma að segja nokkuð um það enn þá. Séu einhverjir íslenskir verslunareigendur áhugasamir þá biðum við spenntar við símann,“ segja þær Jónína og Arna að lokum.



ÚTSALA

ALLT AÐ
70%
AFSLÁTTUR!

LAGERHREINSUN

aðeins brot af úrvalinu

RAFMAGNS
VERKFÆRI
20-30%
AFSLÁTTUR!

BLACK &
DECKER

ÚTSALA ÚTSALA

VERÐ ÁÐUR 17.865
NÚ 12.526 kr.

þú sparar: 5.369 kr

Rafhlöðuborvél 14.4V.
Black&Decker 2 rafhlöður og taska.
5246006



SPRENGI
TILBOÐ!
GILDIR AÐEINS
um helgina



ERIKA
3 stk.
aðeins
999kr

MIKIL
VERÐLÆKKUN
Á HEIMILIS
TÆKJUM

Electrolux

5 ÁRA
ÁBYRÐ
30 DAGA
SKILARETTUR

ÚTSALA ÚTSALA

VERÐ ÁÐUR 92.900
NÚ 73.990 kr.

þú sparar: 20.000 kr

Pvottavél Electrolux
EWP1064TDW, 1000 snúninga, 6 kg.
1805656

RYKSUGUR
25%
AFSLÁTTUR!

ÚTSALA ÚTSALA

VERÐ ÁÐUR 19.795
NÚ 14.800 kr.

þú sparar: 4.995 kr

Electrolux

Ryksuga
Electrolux
1800W.
1805285

5 ÁRA
ÁBYRÐ
30 DAGA
SKILARETTUR

ÚTSALA ÚTSALA

VERÐ ÁÐUR 77.900
NÚ 58.425 kr.

þú sparar: 19.475 kr

Frystikista 203 ltr.
G215, Orkunýting A+
84.5x94x55 cm
1805482

ORKUNÝTING
A+

5 ÁRA
ÁBYRÐ
30 DAGA
SKILARETTUR

OFNAR
30%
AFSLÁTTUR!

ÚTSALA ÚTSALA

VERÐ ÁÐUR 112.900
NÚ 78.900 kr.

þú sparar: 34.000 kr

Electrolux

Ofn Electrolux
74 ltr, litur hvítur, orkunýting A.
1860229

MÁLNING
20%
AFSLÁTTUR!

ÚTSALA ÚTSALA

VERÐ ÁÐUR 9.995
NÚ 7.995 kr.

Polytex 7 veggmalning 10 ltr.
Sterk veggmalning innanhúss.
7119970

ÚTIVISTAR
FATNAÐUR
30-50%
AFSLÁTTUR!

ÚTSALA ÚTSALA

VERÐ ÁÐUR 13.990
NÚ 6.995 kr.

þú sparar: 6.995 kr

Vetrarúlpur True North.
XS-2XL. Margir litir.
5871653/5871785

HAND
VERKFÆRI
20-40%
AFSLÁTTUR!

ÚTSALA ÚTSALA

VERÐ ÁÐUR 12.996
NÚ 7.797 kr.

þú sparar: 5.199 kr

Topplyklasett Neo 23 stk.
5052509

BÚSÁHÖLD
30-50%
AFSLÁTTUR!

ÚTSALA ÚTSALA

VERÐ ÁÐUR 8.595
NÚ 5.995 kr.

Panna Beka.
28 cm, stál, keramikhúð.
2006510

Lagerhreinsun markaður í Skútuvogi

Flísar • Parket • Fatnaður
Málningarvörur • Festingavörur
Handverkfæri • Hreinlætistæki
Baðfyllgihlutir og margt fleira.

blómaval



HÚSASMÍÐJAN

HLUTI AF BYGMA

ALLT FRÁ GRUNNI AÐ GÓÐU HEIMILI
SÍÐAN 1956

DAGUR Á LANDSPÍTALA

1.241

sjúklingur kemur á dag- og göngudeildir.

5.020

rannsóknir eru gerðar á rannsóknarsviði.

36

börn koma á bráðamóttöku Barnaspítala Hringinsins.

20

bráðveikir sjúklingar koma á Hjartagátt.

45

viðtöl og meðferðir veitt af félagsráðgjöfum.

3

tonn af úrgangi falla til.

221

fyrirspurnum er svarað á þjónustuborði heilbrigðis- og upplýsingatæknideildar.

Heimild: Ársskýrsla LSH 2012

3.500

starfsmenn eru í vinnu.

637

sjúklingar liggja á legudeildum.

271

sjúklingur kemur á bráðamóttöku.

56

sjúklingar fara í skurðaðgerð.

11

sjúklingar eru á gjörgæslu.

9

börn fæðast.

166

sjúklingar koma á göngudeildir og bráðamóttöku geðsviðs.

MEÐALÁRSLAUN

Í HEILBRIGÐIS- OG FÉLAGSPJÓNUSTU

NOREGUR
7,9 milljónirBRETLAND
5,3 milljónirDANMÖRK
7,6 milljónirSPÁNN
4,7 milljónirPÝSKALAND
5,8 milljónirÍSLAND
4,4 milljónirFINNLAND
5,5 milljónirTÉKKLAND
1,9 milljónirSVÍPJÓÐ
5,3 milljónir

Tölur í íslenskum krónum fyrir árið 2010. Heimild: Hagstofa Íslands

Nóg komið af niðurskurði

Kristján Þór Júlíusson heilbrigðisráðherra segir nóg komið af niðurskurði í heilbrigðiskerfinu. Hann vill setja heilbrigðis-, mennta- og löggæslumál í forgang og skera niður í öðrum málaflokkum. Kristján Þór segir að einkavæðing innan heilbrigðiskerfisins sé ekki á dagskrá og vill endurskoða áform um byggingu hátækni sjúkrahúss við Hringbraut.

Höskuldur
Kári Schram

hoskuldur.schram@365.is

Kristján Þór Júlíusson heilbrigðisráðherra kynnti á fimmtudag aðgerðaráætlun til að bregðast við manneklum og álagi á lyflækningsviði Landspítalans. Tuttugu yfirlæknar og prófessorar skrifuðu grein í Fréttablaðið í vikunni þar sem fjallað er um það ófremdarastand sem ríkir á spítalanum vegna langvarandi niðurskurðar og atgervisflóttar. Sérstakri nefnd verður gert að skila tillögum til úrbóta og þá verða fundin ný vistunarúrræði fyrir aldraða sjúklinga sem hafa lokið meðferð á sjúkrahúsinu en hafa ekki komist í hjúkrunarrými. Kristján vonast til þess að þessar aðgerðir skili árangri. „Ég met það svo að það sé fullur pólitískur vilji og samstaða til að bregðast við þessu ástandi, þó svo að það kalli á auknar fjárheimildir. Ég er þess fullviss að það verði stuðningur við þann þátt málsins sem kallar á fjármagn,“ segir Kristján. Gert er ráð fyrir því að nefndin skili tillögum eigi síðar en 20. september næstkomandi. „Ég mun síðan skoða með hvaða hætti og hvernig við getum mætt þessum tillögum. Ég vænti þess að það muni ganga skjótt og vel.“

Forgangsráða í niðurskurði

Kristján telur að hægt sé ná fram frekari hagræðingu innan heilbrigðiskerfisins. „Eðli málsins samkvæmt er óhjákvæmilegt þegar við lendum í efnahagsáföllum eins og yfir okkur dundu haustið 2008 að horft sé til heilbrigðismála með hagræðingu og niðurskurð í huga. Ég tel að sú umræða sem hefur átt sér stað í þjóðfélaginu síðastliðin fjögur til fimm ár út af þessum niðurskurði sýni að mönnum þykir nóg komið,“ segir Kristján. Hann vill setja heilbrigðis-, mennta- og löggæslumál í forgang og skera niður í öðrum málaflokkum. „Meðan við erum uppi með þessa kröfu og meðan við erum með þá stöðu að ríkissjóður sé rekinn með halla upp á 30 milljarða plús þá verðum við einfaldlega að setja þessi þrjú mál í forgang og láta aðra málaflokka líða fyrir það.“ Kristján nefnir eftirlitsstofnanir og utanríkisþjónustu í þessu samhengi. „Við

verðum líka að horfa til þess að við erum búnir að gera mjög vel við okkur Íslendingar á síðustu árum. Þegar við höfðum ráð til þess, alveg sama hvað menn segja um pólitík og annað. Ef við lítum þó ekki væri nema tíu til fimmtán ár aftur í tímann og sjáum þær breytingar sem hafa orðið á íslensku þjóðfélagi á þessum tíma og gæðin sem Íslendingar hafa byggt þá er það óumdeilt að lífsgæðin sem þjóðin býr við eru til fyrirmyndar og á margan hátt ófundsvæð.“

Nýr Landspítali ekki á dagskrá

Kristján lýsti því yfir þegar hann tók við ráðherraembætti í vor að hann vildi endurskoða áform um byggingu nýs Landspítala við Hringbraut. „Við erum ekki í neinu færi til þess að mínu mati, miðað við núverandi stöðu ríkissjóðs, að taka skóflustungu að mannvirki sem kostar marga tugi milljarða. Við getum byrjað á einhverjum áfanga. Ef ég man rétt þá er þessu skipt niður í þrjá eða fjóra áfanga og það er sjálfsagt mál að skoða þetta. Ég er eindregið þeirrar skoðunar að það beri að vinna að endurbótum á húsnæði Landspítalans,“ segir Kristján. „Ég tel að við getum skoðað minni útfærslu á ákveðnum þáttum. Það kemur í ljós þegar fjárlögin verða lögð fram hver áform okkar í þessu máli eru.“

Stendur ekki til að einkavæða

Stjórnarandstaðan á Alþingi hefur sakað ríkisstjórnina um að skera niður í heilbrigðis- og menntamálaum til að opna fyrir einkavæðingu. Kristján hefur sjálfur sagt að hann vilji beita sér fyrir einkarekstri í heilsugæslunni og vísar til heilsugæslunnar í Salahverfi í Kópavogi í því samhengi. „Ég hef sjálfur lýst því yfir að ég vilji gjarnan sjá breytingar hjá heilsugæslunni og innleiða fleiri rekstrarform. Ég vil sjá aukinn einkarekstur en það kann að taka tíma að ná því fram. Menn hafa reynt að snúa út úr þessum orðum mínum með þeim hætti að ég vilji einkavæða heilbrigðiskerfið. Það stendur ekki til að einkavæða íslenskt heilbrigðiskerfi. Hins vegar viljum við innleiða meiri einkarekstur og þetta erum við byrjuð að undirbúa.“

Erfitt að bregðast við atgervisflóttu

Um 210 íslenskir læknar hafa flutt til

útlanda á síðustu fjórum árum samkvæmt upplýsingum frá Læknafélagi Íslands. Í langflestum tilvikum er um unglækna að ræða. Á sama tíma hafa 70 læknar komið heim. Kristján segir þetta vera áhyggjuefni og að nauðsynlegt sé að hlúa betur að unglæknum. Í nýjasta tölublaði Læknablaðsins er auglýsing frá norsku einkasjúkrahúsi sem er að leita að lýtalækni. Auglýst laun eru 2 til 2,5 milljónir í norsku krónum á ári eða 40 til 50 milljónir íslenskar. Til samanburðar má nefna að meðallaun sérfræðinga á spítölum hér á landi eru í kringum 12 til 13 milljónir á ári. Kristján segir að íslenska ríkið geti ekki keppt við þessi launakjör. „Við munum

aldrei bjóða sömu launakjör. Aldrei. Ég hef enga trú á því að við munum geta boðið sömu launakjör eins og ég sá í auglýsingu í síðasta Læknablaði, t.d. í Noregi svo ég tali nú ekki um Dubai og Abu Dhabi. Við getum hins vegar boðið allt allt önnur lífskjör eða búsetuskilyrði á Íslandi en þaðin eru til dæmis í Dubai eða Abu Dhabi,“ segir Kristján.

→ KRISTJÁN ÞÓR JÚLÍUSSON

MENNTUN 1977 Stúdentspróf MA. **1978** Skipstjórnarpróf (1. og 2. stig) frá Stýrimannaskólanum í Reykjavík. **1981-1984** Nám í íslensku og almennum bókmenntum HÍ. **1984** Kennsluréttingdapróf HÍ.

HELSTU STÖRF 1978-1981 Stýrimaður og skipstjóri. **1981-1986** Kennari við Stýrimannaskólann á Dalvík. **1984-1986** Kennari við Dalvíkurskóla. **1986-1994** Bæjarstjóri Dalvíkur. **1994-1997** Bæjarstjóri Ísafjarðar. **1998-2006** Bæjarstjóri Akureyrar. **23. maí 2013-** Heilbrigðisráðherra.

STJÓRN MÁLAPÁTTAKA

1998-2009 í bæjarstjórn Akureyrar. **2002-** í miðstjórn Sjálfstæðisflokksins. **2002-2009** Formaður sveitarstjórnarráðs Sjálfstæðisflokksins. **2012-** Annar varaformaður Sjálfstæðisflokksins.

STJÓRNARSETA OG FÉLAGS-STÖRF

Hefur setið í fjölda stjórna, nefnda og ráða.

Hvað á ég að gefa barninu mínu að borða? 

... og öll fjölskyldan nýtur góðs af!

Ebba Guðný heldur námskeið þriðjudaginn 24. sept., í Lifandi markaði, **Fákafeni 11. kl. 20-22**

Skráning á ebba@pureebba.com
Nánari upplýsingar á www.lifandimarkadur.is

Verð aðeins 4000 kr.

Borgartún ☞ **Fákafen** ☞ **Hæðasmári**
www.lifandimarkadur.is

LIFANDI
MARKAÐUR



visir.is

Viðtalið við Kristján er hægt að sjá í þættinum Pólitíkin á www.visir.is



Tilboð á Nap
hvítur með örmum
Verð áður: ~~69.500kr~~
29.900kr

Staflanleg
fegurð

HÖNNUN: KASPER SALTO

Harpa / Skeifan 6 / Leifsstöð / 5687733 / epal@epal.is / www.epal.is





LEIKSTJÓRI Una Porleifsdóttir hefur áður meðal annars leikstýrt uppfærslum með nemendum Listaháskólans og segir líttinn mun á því og vinnu í atvinnuleikhúsi.

FRÉTTABLAÐIÐ/PJETUR

Draumaverkefnið er óskrifað

Harmsaga er fyrsta uppsetning leikstjórans **Unu Porleifsdóttur** í Þjóðleikhúsinu, en verkið verður frumsýnt á föstudag. Hún segir verkið í raun samsuðu úr mörgum íslenskum sakamálum þar sem voðaverk eru framin í stundarbrjálæði.

Kjartan Guðmundsson
kjartan@frettabladid.is



Verkið er í raun stúdía í mannlegum samskiptum. Í öllum slíkum samskiptum á eitt-hvert valdatafl sér stað og fólk er alltaf í einhverjum leik, líka í ástarsamböndum. Flestir hafa verið í samböndum þar sem annar hvor aðillinn eða báðir fara yfir strikið og missa stjórn á samskiptunum. Flestir bakka líka út úr slíkum samböndum en stundum gerist það ekki og þá er fólkið fast. Það getur getur ekki endað öðruvísi en með skelfingu, eins og gerist í verkinu,“ segir Una Porleifsdóttir sem leikstýrir Harmsögu, nýju leikverki eftir Mikael Torfason sem frumsýnt verður í Kassanum í Þjóðleikhúsinu næsta föstudag.

Harmsaga er fyrsta uppfærsla Unu í Þjóðleikhúsinu, en hún er lottor við leiklistar- og dansdeild Listaháskóla Íslands (LHÍ) þar sem hún hefur leikstýrt nokkrum sýningum.

Um fjöllumarefni verksins er saga hjóna á miðjum þrítugsaldri sem eiga saman tvö börn og reyna eftir fremsta megni að bjarga hjónabandinu. Elma Stefánía Ágústsdóttir og Snorri Engilbertsson fara með hlutverk hjónanna og eru tvö á sviðinu allan tímann, en sviðsmyndin byggist á miklu leyti upp á útlínu íbúðar persónanna sem teiknaðar eru með ljósum á sviðsgólfíð. „Á milli þess sem hjónin deila á heimili sínu sjáum við minningabrot þeirra frá því þau voru yngri og hamingjusamari, segir Una“

Skelfingin ekki eina niðurstaðan

Hvernig kemur ógæfa hjónanna í verkinu til, sem endar svo með þeirri skelfingu sem þú lýsir? „Aðalpersónurnar í verkinu lenda í spirál og missa stjórn á samskiptum sínum. Annað þeirra segir eitthvað sem særir hitt sem kallar á svar af sama meidi og þannig gengur það áfram. Í stað þess að ganga út, skilja eða velja að gera eitthvað í málinu halda þau alltaf áfram og taka kannski aldrei fyllilega ábyrgð á tillifningum sínum. Þau eru í rauninni eins og tveir seglar sem vilja fara saman en skjótast alltaf í sundur. Undirliggjandi í verkinu er alltaf þessi spurning: hversu nálægt erum við því að fara yfir strikið? Hversu fjarri erum við því að beita hvert annað andlegu ofbeldi eða líkamlegu ofbeldi? Hvenær hættirðu að lemja vegg og ferð að lemja manneskju og á hvaða tímamarki grípuru of fast? Það þekkja allir að vera staddir á einhvers konar brún, en hvað gerist þegar þú missir stjórnina og hrapar niður hengiflugið?“

Á sagan sér fyrirmynd í ákveðnum íslenskum sakamálum? „Verkið er í raun samsuða úr mörgum sakamálum sem komið hafa upp hér á landi og innblástur höfundarins eru þessi fjölmörgu mál þar sem hjónabönd hafa endað með dauðsfalli. Menn hafa myrt konurnar sínar, ekki endilega að yfirhöfðu ráði, þar sem morðin hafa verið skipulögð fram í tímann, heldur vegna stundarbrjálæðis í aðstæðum þar sem allir eru komnir upp við vegg eins og dýr í búri.“

Líklega koma margir áhorfendur til með að vita fyrirfram að sögunni lýkur með dauðsfalli. Á hvaða hátt tekst leikstjóri á við slíkt í uppbyggingu verksins? „Mér þykir auðvitað mikilvægt að

áhorfendur upplifi að persónurnar eigi möguleika. Að þeir upplifi augnablikin þar sem persónurnar hefðu getað valið eitthvað annað, að skilja sem vinir eða ljúka sambandinu á einhvern annan hátt, og að skelfingin sé ekki eina hugsanlega niðurstaðan.“

Hafði engan áhuga á að leika

Eins og áður segir er Harmsaga fyrsta uppfærsla Unu í Þjóðleikhúsinu, en hún útskrifaðist sem leikstjóri frá Royal Holloway, University of London árið 2004. Áður hafði hún stundað nám í leikhúsræðum og list við Goldsmiths College, University of London. Helstu fyrri leikstjórnarverkefni hennar eru Nú er himneska sumarið komið eftir Sigtrygg Magnason sem var sýnt á Árbæjarsafninu í ár, Óraland, samsköpunarverk sem unnið var í samvinnu við Jón Atla Jónasson og útskriftarnemendur LHÍ í Nemendaleikhúsi LHÍ á síðasta ári, Bráðum hata ég þig eftir Sigtrygg Magnason í Nemendaleikhúsi LHÍ árið 2010 og Gengið á vit sögunnar í samvinnu við START ART og Listahátíð í Reykjavík 2009.

Hvenær og hvernig kviknaði áhuginn á leiklistinni? „Neistinn kviknaði mjög snemma, eins og ég held að sé tilfellið hjá flestum sem starfa við listir, og þörfin fyrir að tjá sig og koma ákveðnum erindum til skila. Ég var viðloðandi Leikfélag Kópavogs og Kramhúsið þar sem ég tók þátt í sýningum og eins með leikfélaginu Fúríu í Kvinnaskólanum í Reykjavík. Ég uppgötv-aði þó fljótlega að ég hafði engan áhuga á því að standa á sviðinu. Ég er allt of sjálfsmeðvítuð og mikil privatmanneskja til þess og hef meiri áhuga á heildarsýninni í kringum verkin. Svo þegar ég þurfti að fara að hugsa um háskólanám tók ég þá endanlegu

ákvörðun að leggja leikstjórnina fyrir mig. Eftir örfáa daga í skólanum í Englandi vissi ég að ég hafði valið rétt. Maður verður að elta draumana og gera það sem gerir mann hamingjusaman.“

Fannstu fyrir þeirri ríku leikhúshéð sem ríkir í Bretlandi þegar þú varst þar við nám?

„Almenn leikhússpekking er meiri þar en hér. Leikhússhefðin er stór hluti af almennu skólastarfi frá unga aldri því nemendur fá snemma að velja hvað þau læra og þegar ég byrjaði í skólanum höfðu allir lesið fullt af bókum sem ég hafði aldrei heyrt um fyrr. Það var mikil uppljómun að koma inn í svona samfélag eins og í Goldsmiths þar sem allir eru vanir að sinna listinni, sjá sýningar og gera tilraunir. Ég kynntist mjög mörgu nýju og stemningin í skólanum átti afar vel við mig.“

Stolt af Fræðum og framkvæmd

Fljótlega eftir útskrift úr leikstjórnarnáminu frá Royal Holloway árið 2004 hóf Una stunda-kennslu í leikaranámi við LHÍ. Á sviðuðum tíma hófst undirbúningur fyrir námsdeildina Fræði og framkvæmd við skólann, en það er sviðshöfundanám þar sem áhersla er lögð á leiklist í víðum skilningi. Námið er hugsað sem vettvangur fyrir listrænar rannsóknir á sviðslistum og tók Una virkan þátt í undirbúningi námsins. Hún hefur kennt við deildina frá stofnun árið 2005, fyrst sem adjúntkt og síðar lektor, en síðasta haust tók hún formlega við sem fagstjóri deildarinnar. Hún kennir enn við deildina, en tekur sér frí að mestu leyti meðan hún sinnir fyrsta leikstjórnarverkefninu sínu í Þjóðleikhúsinu.

Námið í fræðum og framkvæmt hefur frá upphafi verið vinsælt, en hefur það skilað árangri og góðu

„Eftir örfáa daga í skólanum í Englandi vissi ég að ég hafði valið rétt.“

fólki inni í leiklistargeirann? „Já, við höfum útskrifað fjóra hópa úr náminu, í kringum fjörutíu manns, og margt af þessu fólki hefur látið duglega til sín taka. Í náminu reynum við að hjálpa nemendum við að móta sér sína leið í rannsóknnum á miðlinum, hvort sem þeir kjósa að fara hefðbundnar eða óhefðbundnar leiðir, og ég er á þeirri skoðun að þessi námsleið hafi hreinlega verið nauðsynleg. Það eru margir eins og ég og hafa áhuga á sviðslistum en ekki því að standa í sviðsljósinu.“

Er mikill munur á því að leikstýra sýningum með nemendum í LHÍ, eins og þú hefur gert nokkuð af, og með atvinnuleikurum í Þjóðleikhúsinu? „Það er enginn munur á vinnunni því þetta er allt listrænt ferli sem lýkur með uppsetningu, ferðalag sem leiðir að niðurstöðu. Í skólanum er ég meira í hlutverki leiðbeinanda og þar þekki ég nemendurna og reyni að hjálpa þeim að vera enn betri. Slík vinna fer í minna mæli fram í atvinnuleikhúsi, en við erum samt alltaf að skapa list.“

Hefurðu spáð í framhaldið eftir að vinnunni við uppsetningu Harmsögu lýkur? „Þá fer ég aftur kenna og hef ekkert hugsað lengra en það.“

Engin draumaverkefni? „Ég hef mestan áhuga á að vinna með ný verk sem fjalla um samfélagið sem við búum í og hvað það þýðir að vera manneskja á 21. öldinni. Mig langar til að fjalla um ýmsa hluti, en verkin sem langar til að setja upp eru ekkert endilega orðin til enná.“

VERÐHRUN!

RÝMINGAR SALA

BÓKAÚTGEFENDA

BORGARTÚNI 29

OPIÐ KL. 10-18 ALLA DAGA

KOMDU
OG GERÐU
FRÁBÆR
KAUP!

ALDREI
MEIRA
ÚRVAL!

NÝTTU ÞÉR
PAKKA-
TILBOÐIN

ALLT AÐ 90% AFSLÁTTUR!



Blíðfinnur • 3 bækur á aðeins
1.500,-



Stieg Larson-pakki • 3 bækur á aðeins
1.500,-



Krimmapakki • 4 bækur á aðeins
1.500,-



Stelpupakki • 3 bækur á aðeins
1.500,-



Dan Brown pakki • 4 bækur á aðeins
1.500,-



Bókaorma pakki • 5 bækur á aðeins
1.500,-



Íslenskur krimmapakki • 4 bækur á aðeins
1.500,-

BÆKUR FRÁ ÖLLUM HELSTU ÚTGEFENDUM LANDSINS!

Sópar til sín verðlaunum ytra

Jórunn Ragnarsdóttir arkitekt hlaut nýlega ein virtustu arkitektaverðlaun Evrópu, Deutscher Architekturpreis, ásamt Arno Lederer og Marc Oei. Þau gerðu líka eina fegurstu fagbók ársins í Þýskalandi 2013. Hún segir arkitektúrinn lífsstíl.

Gunnþóra Ragnarsdóttir
gun@frettabladid.is



Við erum kannski að uppskera núna fyrir það hversu mikið álag er búið að vera á okkur, því að baki okkar starfi liggur miklu meira en venjuleg dagvinna. En þetta er lífið sem við veljum okkur. Arkitektúrinn er í raun lífsstíll,“ segir Jórunn Ragnarsdóttir arkitekt þegar hún er spurð út í hin stóra verðlaun Deutscher Architekturpreis 2013 sem hún, Arno Lederer, Marc Oei og samstarfsfólk á teiknistofu þeirra í Stuttgart í Þýskalandi fékk í sumar.

„Ég vil ekki ýkja neitt en við fáum verðlaun fyrir nánast allar byggingar sem við gerum,“ segir Jórunn eins og ekkert sé sjálfsagðara en viðurkennir að Deutscher Architekturpreis 2013 séu mjög eftirsóknarverð. „Þetta eru æðstu verðlaun sem hægt er að hljóta í Þýskalandi – og þess vegna í Evrópu. Það var mikil veisla með mörg hundruð manns hjá menningarráðuneytinu í Berlín 12. júlí síðastliðinn þegar okkur voru afhent þau. Auðvitað er gaman að hljóta slíkan heiður, ekki síst af því við höfum alltaf farið ótroðnar slóðir og ekki fylgt fjöldanum. Við fengum verðlaunin fyrir byggingu sem heitir Kunstmuseum Ravensburg og hýsir safn hjónanna Selinka sem áttu mikið af fagurri list. En þessi verðlaun eru ekki bara veitt fyrir eina byggingu heldur fyrir lífsverk.“

Verðlaunaféð var 30 þúsund evrur að sögn Jórunnar og eins og í leiknum Frúin í Hamborg er hún spurð hvað hún hafi gert við peningana. „Við fórum með alla teiknistofuna í fimm daga ferð til Mílanó. Það kostaði reyndar meira en 30 þúsund evrur því við flugum öll og vorum á fínu hóteli. Þegar verið er að veita svona verðlaun þá eru þau ekki persónuleg að mínu mati heldur er það allur hópurinn sem fær þau. Við erum með svo stór og mörg verk og arkitektúr er alltaf samvinnuverkefni.“

Þráði að komast til útlanda

Það eru 37 ár frá því Jórunn flutti frá Íslandi til Þýskalands en hún er í stuttu stoppi á Íslandi þegar við mælum okkur mót. „Ég er eiginlega búin að vera tvo þriðju hluta ævi minnar úti,“ segir hún. „Fór 19 ára til Stuttgart, fljótlega eftir stúdentspróf og hef verið þar allar götur síðan. Það var ekki jafn sjálfsagt að fara úr landi þá og það er í dag þegar fólk er úti um allar trissur. Ég bara hafði þessa þrá, að komast til útlanda, og held að hún sé að vissu leyti ástæða þess að ég valdi þetta nám. Ég hafði reyndar alltaf áhuga á arkitektúr en ég var eiginlega krakki sem hafði áhuga á öllu, var í ballett, spilaði á píanó og var að gera alls konar hluti. Svo komst ég að því að það var ekkert hægt að læra arkitektúr á Íslandi þannig að ég gat slegið þarna tvær flugur í einu höggi. Ég var heppin með skóla. Það er mjög mikil hefð fyrir byggingarlist í háskólanum í Stuttgart, það skiptir máli því kennararnir í svona skólum móta nemendur mikið.“

Eftir námið í Stuttgart kveðst Jórunn hafa verið búin að fá DAAD-styrk til frekara náms í Japan en ungur maður hafi verið kominn inn í líf hennar og hún strax verið orðin

ófrísk. „Það varð úr að ég hætti við þessa ferð til Japan, tók ákvörðun um að eiga mitt barn og vera áfram í Þýskalandi hjá þessum manni. Eitt veldur öðru. Það hefur aldrei komið upp þessi stóra spurning hjá mér: Vil ég fara til Íslands eða ekki? Líf mitt hefur einfaldlega bara æxlast þannig að ég hef verið um kyrrt. Maðurinn minn var að stofna arkitektafyrirtæki þegar við kynntumst og við byrjuðum tvö með þann rekstur. Svo hefur þetta smám saman undið upp á sig og nú erum við komin með mjög stórt batterí, 40 arkitekta og svona sex stúdenta í arkitektúrnammi.“ Hún segir þriðja eiganandanum hafa verið bætt við af fjölskylduástæðum. „Þegar ég eignast þriðja strákinn var ég svolítið frá vinnu í tvö ár, enda með þrjú lítil börn. Þá gerðum við Marc Oei að meðeiganda því hann var langbesti starfsmaðurinn okkar og hefur verið með okkur síðan.“

Jórunn segist oft spurð að því hvort það sé ekki leiðinlegt fyrir hjón að vera í sama starfi. „Ég bara gæti ekki hugsað mér öðruvísi líf. Þegar við ferðumst þá erum við með sömu áhugamálin en við getum auðvitað alveg stjórnað því hvort við ræðum einhver vandamál á teiknistofunni á kvöldin eða spjöllum um eitthvað annað.“

Ein fallegasta fagbók ársins

Það eru ekki bara arkitektaverðlaun sem Jórunn sagnar til sín heldur var bók sem fyrirtæki hennar gaf út í lok síðasta árs að fá viðurkenningu í flokknum fallegasta fagbók ársins 2013 í Þýskalandi. Bókin heitir einfaldlega Lederer Ragnarsdóttir Oei og inniheldur myndir af öllum arkitektaverkum þremninganna frá 1979 fram í september í fyrra. Heljarinnar framtak og þess má geta að bókin fæst í Eymundson.

„Við áttum að baki svo mörg verkefni og á mismunandi tölvuforritum, sum reyndar alls ekki í tölvu því þau eru svo gömul, þannig að við ákváðum að taka þau saman í bók, til að afkomendur okkar þurfi ekki að grafa þessar upplýsingar upp eftir 50 ár. Við gerðum bókina sjálf og vönduðum okkur við hana en fengum bókaforlag til að prenta hana og dreifa henni. Samhliða myndum af byggingunum settum við inn teikningar af öllum byggingunum svo og svæðunum sem þær standa á, hvernig þau voru áður og hvernig á eftir.“

Jórunn og hennar fyrirtæki vinnur einungis við opinberar byggingar og þarf alltaf að sigra samkeppni til að fá verkefni. „Við tókum að okkur verk og sjáum um þau þar til þau eru tilbúin. Höfum byggt fjöldann allan af skólum, grunnskóla, menntaskóla og háskóla. Vorum að ljúka við einn Rudolf Steiner skóla, þann fjórða í röðinni. Nú erum við líka að byggja töluvert af söfnum. Til dæmis nýja sögusafnið í Frankfurt sem er alveg við „Römer“, í hjarta borgarinnar. Vorum að ljúka við borgarsafn í Ludwigsburg og erum bæði með borgarminjasafn og landsbókasafn í Stuttgart.“

Hún segir umhverfið sem byggt sé í skipta mestu máli. Nýrri byggingu fylgir alltaf einhver breyting en við kappkostum að hún standi þannig að stærð, hæð og stöðu, gerð og efnisvali að hún styrki umhverfið í kringum sig. Mesta hólið sem við fáum er í raun ef fólk heldur að sú bygging hafi alltaf verið þarna.“



JÓRUNN RAGNARSDÓTTIR ARKITEKT „Það hefur aldrei komið upp þessi stóra spurning hjá mér: Vil ég fara til Íslands eða ekki? Líf mitt hefur einfaldlega bara æxlast þannig að ég hef verið um kyrrt.“



DIÖZESE IN ROTTENBURG Eitt af verkum Jórunnar og samstarfsfólks er aðalskrifstofur katólsku kirkjunnar.

„Ég vil ekki ýkja neitt en við fáum verðlaun fyrir nánast allar byggingar sem við gerum.“

Er í raun „farna“ systirin

Jórunn er fædd á Akureyri en alin upp í Reykjavík og kveðst minnst æsku sinnar með ljúfum hætti. „Mig skorti aldrei neitt,“ segir hún og gerir síðan grein fyrir sínum nánustu. „Pabbi hét Ragnar Júlíusson. Hann dó 1998. Mamma heitir Jóna Ingibjörg Guðmundsdóttir. Ég á fjögur systkini, bræðurna Guðmund og Magnús og systurnar Steinunni og Rögnu Jónu. Ég er í rauninni bara „farna“ systirin, sú sem fór því ég hef ekkert komið mikið hingað heim. Við höfum þó komið tvö jól í röð og ætlum að koma um næstu jól. Eftir að við keyptum íbúð hér er það minna mál af því við erum með fjóra stráka. Þeir eru sautján til tuttugu og níu ára. Sá elsti er skurðlæknir í Berlín, það er Andri, Sindri er fiðluleikari, er í Nótos píanókvartett. Svo á ég einn sem heitir Sölvi sem er að læra arkitektúr í Weimar og sá yngsti er nýkominn frá Kanda þar sem hann var skiptinemi. Þeir eru allir Rudolf Steiner-börn.“

Jórunn talar svo fagra og hreina íslensku þrátt fyrir 37 ára útleið að undrun sætir. Hvernig fer hún að þessu? „Bara með því að spjalla við fjölskylduna í símann. Svo umgengst ég líka Íslendinga í Þýskalandi en við tölum ekki ▶

ÞÚ VELUR LENGRI LEIÐINA HEIM

NÝR VOLVO XC60 FRUMSÝNDUR Í DAG



Njóttu ferðarinnar til botns í einstakri hönnun og skandinavískum lúxus. Margverðlaunaða öryggiskerfið Borgaröryggi er staðalbúnaður í Volvo XC60. DSTC stöðugleikastýrikerfið leiðréttir mistök í akstri og CTC beygjuspólvörnin gerir þér kleyft að taka beygjur á meiri hraða, með aukinni mýkt og öruggar en áður. Veghæðin er heilir 23 cm undir lægsta punkt.

**HEIMILIÐ ER EKKI LENGUR ÞINN EINI GRÍÐARSTAÐUR. NÚ ER BÍLLINN ÞAÐ LÍKA.
LIFðu Í LÚXUS - VELDU VOLVO.**



**VOLVO XC60 AWD
VERÐ FRÁ 8.990.000 KR.
VOLVO.IS**

**VIÐ FRUMSÝNUM NÝJU VOLVO 60 LÍNUNA Í BRIMBORG Í DAG, LAUGARDAG MILLI KL. 12 OG 16.
KOMDU OG SKOÐAÐU NÝJAN VOLVO XC60, VOLVO S60 OG VOLVO V60.**

Brimborg Reykjavík: Bíldshöfða 6, sími 515 7000 | volvo.is

Volvo XC60 AWD, D4 dísil, 20 ventlar, 5 strokkar, 163 hö, tog 420 Nm, sjálfskiptur. Eldsneytisnotkun í blönduðum akstri 6,8 l/100 km. CO₂ 179 g/km. Brimborg og Volvo áskilja sér rétt til að breyta verði og búnaði án fyrirvara. Útbúnaður og gerð getur verið frábrugðin mynd í auglýsingu.





KUNSTMUSEUM RAVENSBURG Stóru verðlaunin voru veitt fyrir þessa byggingu og lífsstarfið. Ekki þarf að kynda húsið því fólkið inni í því sér um upphitunina.

► Íslensku á heimilinu að staðaldri. Þegar ég var með strákana litla var ég samt alltaf með Íslenskar au pair stúlkur. Það var alveg frábært. Því tala allir strákarnir íslensku þótt ekki sé hún fullkomin. Tveir þeir eldri tala hana betur en hinir því þeir nutu lengri samvista við íslensku stúlkurnar.

Hundurinn eins og íþróttapjálfi

Um tíma var Jórunn prófessor í listaakademíunni í Düsseldorf en segir það hreinlega hafa verið of mikið álag. „Þegar ég var að kenna var ég tvo daga í burtu og náði varla andanum, ég hafði svo mikið að gera. Maðurinn minn hefur verið prófessor í háskólanum í Stuttgart í 28 ár, þrjú daga í viku, og það gekk ekki að ég væri líka í burtu, enda er teiknistofan svo stór hluti af tilveru minni. Ég hafði samt mjög gaman af að kenna en ég er líka alltaf að því á

teiknistofunni því þar erum við alltaf með ungt fólk í námi og tengjum það inn í það sem við erum að gera.“ Hún segir mikinn jöfnuð í fyrirtækinu og telur skúringakonuna alveg jafn mikilvæga og aðra starfsmenn því hún vinni sitt starf vel. „Lykillinn á bak við það að fólk sé tilbúið að vinna með manni er að umgangast það af virðingu,“ segir hún.

Nú er Jórunn nýbúin að fá sér hund og þegar haft er orð á að umhirða hans hljóti að taka tíma segir hún hlæjandi: „Ég fékk mér hundinn til þess að hafa tíma. Maðurinn minn las fyrir mig sögu eftir Thomas Mann sem heitir Herr und Hund, stutt saga um samband höfundarins við hundinn sinn. Ég varð svo heilluð að ég hugsaði: Oh, þetta langar mig að upplifa áður en yfir lýkur – en ég hef aldrei verið fyrir hunda. Gekk með þessa hugmynd í eitt og hálf ár og nú er ég búin

að fá Bruno, svartan púðluhund. Ég fer með hann út á morgnana að hlaupa milli sex og sjö, í hádeginu förum við í klukkutíma út og áður en við förum að sofa förum við hjónin bæði með hann í göngutúr. Hann er bara eins og minn íþróttapjálfi því ég er ekkert í líkamsræktarstöðvum. „Ég lifi öðruvísi lífi en margar kynsystur mínar. Er ekki í neinu félagi, eða hóp. Þegar ég heyrir í vinkonum mínum hér eru þær í gönguhópum, saumaklúbnum, danstímum og úti um allt með hinum hópnum eða þessum. Þetta bara þekki ég ekki og er sjálfsagt að missa af einhverju.“

Henni finnst Ísland vera mikið neyslupjóðfélag. „Fólk þarf alltaf að vera að kaupa eitthvað hér,“ segir hún. „Það er mér algerlega frumandi. Eða hvað þarf maður til að vera hamingjusamur? Góða heilsu, gott skap og hómur!“

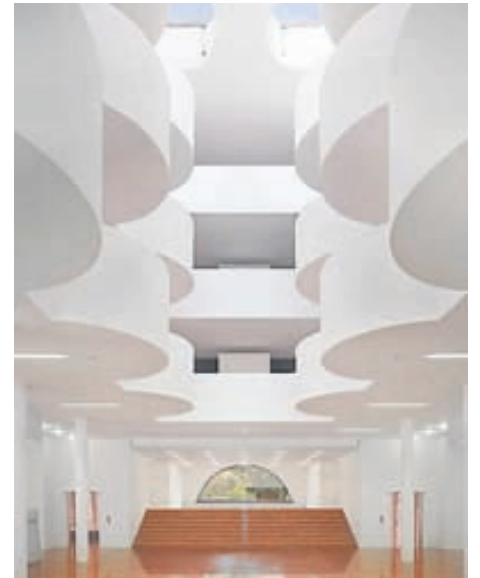
HUGMYNDAFRÆÐI JÓRUNNAR Í ARKITEKTÚR OG SKIPULAGI

Arkitektúr er eins og boðlaup. Maður tekur við kefli eldri kynslóðar, er með það í hendinni í ákveðinn tíma og réttir það síðan til næstu kynslóðar. Ein kynslóð tekur við af annarri og það er alltaf visst samspil milli þess hvað við mótum mikið umhverfið og hversu mikið það mótar okkur. En manneskjan hefur ekki aðrar grunnþarfir en hún hafði áður fyrr. Við þurfum skjól, birtu, hlýju og öryggi.

Í raun geta arkitektar byggt hvar sem er. Maður verður að sjálfsögðu að setja sig inn í sögu og menningu og rannsaka umhverfið. Hver er byggingarhefðin í þessu landi og af hverju er hún eins og hún er?

Ljós, náttúrulegt ljós og nýting þess, er stór hluti af okkar starfi. Við notum mikið lokaða fleti og stýrum frekar opum þannig að lýsingin verði markviss í stað þess að setja alls staðar gler. Það er líka hluti af umhverfisstefnu því veggurinn stendur, ef hann er vel gerður, í hundrað ár en það þarf að skipta um gler eftir 20-25 ár og glerið kostar áttfalt meira en veggurinn. Það þarf ekkert að hirða góða veggja en það þarf stöðugt að þrifa gler. Það er ekki bara stofnkostnaðurinn heldur rekstarkostnaðurinn líka sem þarf að taka inn í dæmið þegar verið er að byggja. Náttúrulegt yfirborð og vandað handverk tryggja ævilanga fegurð bygginga.

Íðnaðurinn er alltaf að koma með ný efni á markaðinn og sumir eru sólnir í að prufa eitthvað nýtt en við treystum frekar á það sem er búið að nýttast mannkyninu í mörg hundruð ár, notum gamaldags byggingarefni en á nýjan hátt. Það er ekki hægt að komast hjá að nota steinsteypu í burðarvirki en við klæðum húsinn gjarnan með múrsteini, með skífusteinum og gerum mikið af því að vera með tvöfalda veggja. Tökum sem dæmi safnið í Ravensburg. Þar er steypur veggur, kannski 25 cm þykkur, svo kemur 40 cm einangrun og þar fyrir framan 11 cm múrsteinar, sem þýðir að það þarf ekki að kynda húsið því fólkið sem er inni í því kyndir. Það er algert rennsli gegnum þetta hús. Því er ætlað að rúma 200 manns en nú er safnið svo vinsælt að sá fjöldi sem áætlað var að kæmi þangað á tíu árum er búinn að koma þangað á hálfu ári.



INNAN ÚR DIÖZESE IN ROTTENBURG Aðalskrifstofur kaþólsku kirkjunnar.

TRYGGINGARÁLIT AUFVELDAR INNFLUTNING

Arion banki býður fyrstur á Íslandi tryggingarálit (e. credit opinion) í samstarfi við Euler Hermes.

Tryggingarálit Arion banka er yfirlýsing um að viðkomandi innflutningsfyrirtæki sé viðurkennt af tryggingarfyrirtækinu Euler Hermes og geti fengið greiðslufallstryggingu. Tryggingarálit getur leitt til hagkvæmari greiðslukjara og liðkað til fyrir nýjum viðskiptum.

Kynntu þér málið á arionbanki.is eða komdu við í næsta útibúi Arion banka.

FYRIRTÆKI

SÆKIR UM
TRYGGINGARÁLIT

ARION BANKI

SENDIR GÖGNIN UM
FYRIRTÆKIÐ

EULER HERMES

GEFUR ÚT TRYGGINGAR-
ÁLIT Á FYRIRTÆKI

 **INTERSPORT**[®]

SPORT TO THE PEOPLE

RÝMINGARSALAN

ER Í FULLUM GANGI

Í INTERSPORT **LINDUM**

ALLAR VÖRUR Á

20-80% afslætti

KOMDU OG GERÐU FRÁBÆR KAUP!

VERSLUNIN LOKAR Í LINDUM

Við lofum góðum

Stöð 2 kynnir með stolti **glæsilegustu vetrardagskrá** frá upphafi

Við erum afar ánægð með nýju vetrardagskrána okkar og flöggum nýjum og spennandi íslenskum þáttum. Aldrei áður hefur úrvalið verið jafn glæsilegt, fleiri og fjölbreyttari íslenskir þættir en nokkru sinni fyrr ásamt erlendum þáttum og kvikmyndum í sérflokki.

Við óskum þér góðrar skemmtunar með **Stöð 2** í allan vetur.

O P I N

dagskrá alla helgina!

Allar stöðvar í Skemmtipakkanum verða opnar í dag og á morgun.

- Stöð 2
- Stöð 3
- Krakkastöðin
- Bíóstöðin
- Gullstöðin
- PoppTíví



Íslenskum vetri

ALLTAF
EITTHVAÐ
SPENNANDI
fyrir alla
fjölskylduna

Með **Skemmtipakkanum** færðu mikið fyrir lítið!

Með Skemmtipakkanum færðu aðgang að sex frábærum stöðvum, aðgang að Tónlist.is í þrjá mánuði og Stöð 2 Vild sem er eitt öflugasta vildarkerfi landsins.

Margfalt meiri skemmtun á aðeins

7.990 kr.

1

2

Krakka
stöðin

BÍÓ
STÖÐIN

GULL
STÖÐIN

POP
TÍVÍ

Tónlist.is

VILD

STÖÐ 2

Engin sjónvarpsstöð á Íslandi frumsýnir daglega fleiri þætti og bíómyndir en Stöð 2. Fréttir og meiri íslensk dagskrárgerð en nokkru sinni fyrr.

STÖÐ 3

Ný og fersk stöð með erlent gæðaeefni í bland við nýtt íslenskt.

KRAKKASTÖÐIN

Talsettt barnaeefni daglega frá morgni til kvölds á sérstakri barnastöð. Barnakvikmynd alla daga klukkan 19:00.

BÍÓSTÖÐIN

Frábærar kvikmyndir, allan sólarhringinn.

GULLSTÖÐIN

Klassískir innlendir og erlendir sjónvarpsþættir.

POPPTÍVÍ

Tónlistarmyndbönd eins og þú getur í þig látið.

TÓNLIST.IS

Öll íslensk og erlend tónlist á einum stað, þriggja mánaða aðgangur með áskrift.

VILD

Með aðgangi að Vild getur fjölskyldan hæglega sparað sem nemur mánaðar-áskrift.



margfalt skemmtilegri!

SKELLTU
ÞÉR Á SKEMMTI-
PAKKANN!
þú greiðir ekkert fyrir
það sem eftir er
af september!

Fáðu þér áskrift | 512 5100 | stod2.is

EF ADOLF HITLER HEFÐI VERIÐ MYRTUR 1919

FLÆKJUSAGA

Illugi Jökulsson

frétti af námskeiði um hjásögu í Háskóla Íslands og fór að brjóta heilann.



Líkið lá á grúfu á snjádum dívan. Á hnakkanum var ekkert að sjá nema einn svartan blóðblett í stuttklippu hárinu en miklar blóðdreifar á koddanum gáfu til kynna að andlitið væri líklega stórskaddað. Gamli rannsóknarlögreglu- maðurinn Egon hlakkaði ekki til að velta skrokknum við. Meðan heimsstyrjöldin stóð hafði morðum og alvarlegu ofbeldi fækkað heilmikið í München og hann var orðinn óvanur því að horfast í augu við illa farin lík. Og þótt nú færi óbeldis- verkum fjölgandi á ný var hann ekki búinn að venjast því. Annað en ungi nýliðinn við hlið hans sem var nýkominn á staðinn og skimaði nú kringum sig í heldur fátæk- legu leiguharberginu þar sem líkið hafði fundist. Moshe hafði verið í skotgröfunum í Frakklandi öll stríðsárin og vafalaust séð þar meiri hrylling en Egon gamla langaði einu sinni til að ímynda sér.

Þótt úti væri farið að skyggja var enn næg birta í herberginu. Við hlið dívansins var lítið skrifborð sem var þakið pappírnum og bókum og úti í horni kammóða. Ofan á hana hafði verið lagður stór – heljar- stórv spegill, sem var eiginlega það eina óvænna í herberginu. Líkið var snyrtilega klætt en fötin ósköp fátækleg og venjuleg, svo hégómleikinn sem spegillinn gaf til kynna kom nokkuð á óvart. Að öðru leyti hafði Egon séð ótal svona herbergi áður í leiguhjöllunum í München. Þar bjuggu einhleypir karlar á ýmsum aldri, einstæð- ingar og margir hreinlega auðnuleys- ingjar, oftar en ekki fyrrverandi hermenn sem voru að flosna upp úr samfélaginu. Já, hugsaði Egon með sér meðan hann mann- aði sig upp í að snúa við líkinu, við erum ekki búnir að bíta úr nálíni með stríðið. Það á eftir að sitja í okkur lengi. Eins og því til staðfestingar heyrði hann fjarlæg öskur og læti utan af götu, þar fóru hópar fyrrverandi hermanna um með látum í til-

efni þess að í dag, 11. nóvember 1919, var rétt ár liðið frá uppgjöf Þýskalands, upp- gjöf sem þá hafði verið svo langbráð en virtist nú æ skammarlegri eftir því sem lengra leið.

„Þú þarft ekki að velta honum við,“ sagði Moshe lágróma enda hafði ekki farið fram hjá honum hvað Egon kveidi því að horfast í augu við tætt andlit líksins. „Ég veit hver hann er. Ég hitti húsvörðinn niðri, hann sagði mér það.“

„Nú jæja,“ sagði Egon styggur. „Og hve- nær hafðirðu hugsað þér að deila þessari þekkingu með mér?“

„Hermaður, um þrítugt,“ sagði Moshe og skaut sér ósjálfrátt í réttstöðu.

„Líklega Austurríkismaður af hreimnum að dæma. Hús- vörðurinn heldur að hann sé enn í hernum en hann er þó sjaldan einkennis- klæddur. Virðist mjög æstur yfir pólitík. Með- limur í einum af þessum örlitlu æsingaflokkum sem endalaust eru að spretta upp. Kemur stundum hingað með einhverja féлага sína og þeir rausa fram á nótt. Aðal- lega er það víst hann sem talar. Og þó hann sé einn heima á kvöldin, þá talar hann víst við sjálfan sig. Heldur þrumuræður hér í holunni, aleinn. Hús- vörðurinn heldur að hann sé að æfa sig.“

„Jahérna,“ glotti Egon. „Þeir eru margir pólitíkusanir núorðið! Hvað hét svo þessi ræfill?“

„Hitler,“ sagði Moshe.

„Adolf Hitler.“

„Jæja,“ dæsti Egon. „Reynum að finna út hver drap greyið. Þótt hann hafi kannski bara verið einhver einskis verður Austur- ríkismaður, sem engu skiptir í veraldar- sögunni hvort lifir eða deyr, þá leyfist náttúrulega engum að myrða hann.“

„Hvað ef“ sagnfræði

Þetta upphaf er sett saman til skemmt- unar Guðna Th. Jóhannessyni sagnfræð- ingi sem nú er farinn að kenna námskeið við Háskóla Íslands um „Hvað ef“-sögu. Hvaða afleiðingar hefði það haft í mann- kynsögunni ef eitthvað hefði farið örlítið öðruvísi en raun varð á. Ég hef ævinlega haft sérlega gaman af slíkum hugleið- ingum, og saga Adolfs Hitler hlýtur alltaf að skjóta fljótt upp kollinum þegar menn velta svona hlutum fyrir sér. Einfaldlega af því upphaf og hörmungar síðari heims- styrjaldarinnar eru í vitund okkar svo órjúfanlega tengd hans persónu. Og hvað gerist þá ef hann er tekinn út úr jöfnunni? Í því tilfelli sem ég hef búið hér til: Ef Hitler hefði nú verið myrtur af einhverjum



RITHÖFUNDURINN



SAGNFRÆÐINGURINN



HINN ÓHJÁKVÆMILEGI?

óþekktum manni í nóvember 1919, aðeins tveim mánuðum eftir að hann gekk í Þýska verkamannaflokkinn, sem þróaðist yfir í nasistahreyfinguna. Það gekk ýmislegt á í Þýskalandi í miðju hrúninu eftir ósigurinn í fyrri heimsstyrjöldinni og enginn hefði veitt því sérstaka athygli ef óbreyttu dátinn Hitler, ómenntaður og að því er best var vitað hæfileikalaus með öllu, hefði fallið fyrir morðingjahendi.

Hugleiðingar um „Hvað ef“-sögu hafa hingað til ekki alltaf fengið mikið pláss í akademískum sögurannsóknum, þar hafa menn gjarnan hneigst til að líta svo á að það sem gerðist í reynd hljóti að hafa verið óhjákvæmilegt og út í hött sé að velta fyrir sér einhverjum öðrum möguleikum. En í reynd er hjásaga, eins og einnig má kalla fyrirbærið, ekki aðeins skemmti- leg, heldur getur reyndar aukið mjög við dýpt söguskilnings okkar – einmitt með vangaveltum um hvað var óhjákvæmi- legt að gerðist, og hvað var kannski háð duttlungum og tilviljunum.

Varð með engu móti komist undan skelf- ingum seinni heimsstyrjaldar? Voru það á einhvern hátt örlög hinnar menningar- ríku þýsku þjóðar að standa aðgerðalaus hjá og jafnvel taka virkan þátt þegar leið- togar hennar misstu sig í einhverjum ótrú- legustu blóðfórnum sögunnar? Var engin leið að komast hjá þessu? Og hvað hefði þá gerst?

Sögunni troðið í svipað mót

Reyndar er það ótrúlega sterk tilhneiging þeirra sem velta fyrir sér hjásögu að troða sögunni fyrr eða síðar aftur í næstum því það sama mót og hún fór í. Nefna má skáldsöguna Making History sem leik- arinn Stephen Fry gaf út árið 1997. Þar gefur hann sér sömu forsendu og ég var að leika mér með í upphafi þessarar greinar – hann fjarlægir sem sé Hitler úr sögunni. Og niðurstaða hans er sú að það hefði litlu breytt og ef eitthvað er, hefði sagan orðið heldur verri án Hitlers en með honum. Það hefði einfaldlega komið fram einhver annar sams konar einræðisherra í Þýska- landi, nema þessi hefði ekki klúðrað stríðs- rekstrinum jafn illa og Hitler gerði, og því hefði þýskt kúgunarríki á endanum hrósað sigri í Evrópu. Þjóðernisofstopi, gyðinga- hatur og hernaðarhyggja hefðu einfald- lega verið svo sterkir þættir í þýsku þjóð- lífi eftir fyrri heimsstyrjöld að Hitler (eða einhver mjög svipaður honum) hefði verið óhjákvæmilegur. Með öllum þeim hryllingi sem á eftir fylgi.

Ég held ekki. Allan þriðja áratuginn í Þýskalandi otaði Hitler fram þjóðernis- ofstopa sínum og gyðingahatri. Já, hann náði athygli og nokkru fylgi, en hvergi nærri nógu miklu til að komast til valda. Það var ekki fyrr en við kreppuna 1929 sem fylgi nasista rauk upp, en ástæðan var fyrst og fremst óánægja Þjóðverja með atvinnuleysið. Árið 1933 var fylgi nasista byrjað að dala en þá komst Hitler til valda vegna innbreyðis sundrunar ann- arra stjórnsmálahreyfinga. Það hefði alls ekki þurft að gerast. Og „ein hver annar“ lýðskrumari hefði ekki óhjákvæmilega náð sömu stöðu. Og Þjóðverjar þráðu ekki í stórhópum fjöldamorð á gyðingum. Þær ráðstafanir gegn atvinnuleysi sem komu landinu á skrið á ný voru flestar í undir- búningi áður en nasistar komu til, en þeir þökkðu sér árangurinn. Og smátt og smátt fylgdi þýska þjóðin þeim út í af hengifluginu.

Draumur að vera með dáta?

Mín skoðun er sú að seinni heims- styrjöldin hafi ekki verið óhjákvæmileg. Ef þeir Egon og Moshe hefðu í raun staðið yfir líki Hitlers 1919 hefði kannski á end- anum komið til margvíslegra átaka í Evr- ópu en hin stóra styrjöld hefði ekki átt sér stað. Hrunið mikla 1945, sem leiddi til tví- skiptingar Evrópu í áhrifasvæði Banda- ríkjanna og Sovétríkjanna, hefði varla orðið. Þar með er því miður líklegt að margvísleg smærri stríð hefðu getað brot- ist út, jafnvel ríkja í Vestur-Evrópu, þegar enginn var sameiginlegur óvinur. Og það er algjörlega óvíst hvernig farið hefði fyrir Sovétríkjunum ef þau hefðu ekki náð tangarhaldi yfir allri Austur-Evrópu vegna feigðarflans Hitlers. Ofsóknir gegn gyðingum og öðrum minnihlutahópum hefðu sjálfsagt víða átt sér stað og af miklum hryllingi, en hin vísindalegu gyð- ingamorð hefðu alveg áreiðanlega aldrei átt sér stað. Þar með hefðu ríki Vestur- landa heldur aldrei hleypt af stokkunum Ísraelsríki og að minnsta kosti alls ekki stutt það svo dyggilega eins og raun ber vitni. Saga Miðausturlanda hefði orðið allt, allt önnur. Og raunar saga heims- ins alls – því nýlenduveldi Breta, Frakka og fleiri Evrópuþjóða hefði staðið mun lengur, ef Evrópuríkjunum hefði ekki blætt út í seinni heimsstyrjöldinni.

Hvað hefði breyst á Íslandi? Engin her- seta Breta 1940, það er öruggt. Enginn draumur að vera með dáta, svo mikið er víst.

HINSEGIN FERÐ
til **KANARÍ**
með **Sigga & Ragga!**
3.-19. Desember

MEDAL ANNARS VERÐUR BOÐIÐ UPP Á:
Bátsferð – Gay Sigling // Pikk Nikk // Gönguferð um gamla bæinn í Las Palmas // Verslunarferð í Las Palmas

NÁNAR Á URVALUTSYN.IS

“Mín skoðun er sú að seinni heimsstyrjöldin hafi ekki verið óhjákvæmileg.”

ORKU 10 ÁRA

húsið

Læknastöðin
3.700 stoðkerfis-
aðgerðir á ári. BLS. 2

Sjúkrahjálfun Íslands
Alhliða sjúkrahjálfun.
BLS. 3

Röntgendeild
Sérhæfð í stoðkerfis-
sjúkdómum. BLS. 3

Flexor
Göngugreining
og fleira. BLS. 4

Orkuhúsið fagnar tíu ára afmæli um þessar mundir. Þar er rekin stærsta sérhæfða meðferðarstöð landsins.



Samhæfð og skilvirk þjónusta

Orkuhúsið að Suðurlandsbraut 34 fagnar tíu ára afmæli um þessar mundir. Það er stærsta sérhæfða meðferðarstöð landsins en þjónustan snýr fyrst og fremst að þeim sem glíma við stoðkerfisvandamál. Þar starfar fjöldi sérfræðinga á sviði bæklunarlækninga, myndgreininga, sjúkrahjálfunar og stoðtækjþjónustu þannig að viðskiptavinir hússins fá skjóta, samhæfða greiningu og meðferð.

Þó að starfsemin hafi farið fram í Orkuhúsinu frá árinu 2003 á hún sér lengri sögu. „Upphafið má rekja til Læknastöðvarinnar, sem var stofnuð árið 1997 af þremur bæklunarlæknum og svæfingarlækni. Læknarnir höfðu áður gert stoðkerfisaðgerðir á Landakoti en þegar sjúkrahúsinu var breytt í öldrunarsjúkrahús þurfti að finna aðgerðunum annan farveg,“ segir Sigurður Ásgeir Kristinnsson bæklunarlæknir, sem er framkvæmdastjóri Orkuhússins og Læknastöðvarinnar. „Þetta voru svokallaðar dagaðgerðir, sem ómögulegt var að leggja af. Þörfin



Sigurður Ásgeir Kristinnsson

„Nafnið kom af sjálfu sér. Hér hafði Orkuveitan áður verið en orka er ekki eingöngu hiti og rafmagn heldur allt eins starfsorka og lífsorka.“

var brýn og biðlistarnir voru fljótir að hrannast upp. Þá varð úr að menn keyptu gamla læknastöð í Álftamýri. Byrjað var með fimm læknastofur og tvær skurðstofur í kjallara. Fljótlega bættust fleiri bæklunarlæknar, sem höfðu verið með stofur annars staðar, í hópinn og innan tíðar þurfti stærra rými utan um starfsemina,“ segir Sigurður og heldur áfram: „Við stóðum þá frammi fyrir því að kaupa allt húsið þar sem meðal annars var starfrækt apótek eða fá ekkert og varð því úr að við keyptum allt húsið. Í kjölfarið fórum við að púsla inn í það alls konar starfsemi í sama geira og fengum Íslenska myndgreiningu, sem sér um röntgenþjónustuna, og Sjúkrahjálfun Íslands til liðs við okkur. Í apótekinu var síðan byrjað að markaðssetja stoðtækjavörur í samvinnu við Stoðtækni,“ upplýsir Sigurður, en þarna var kominn vísir að Orkuhúsinu eins og það er rekið í dag.

Starfsemin var hins vegar fljót að sprengja þá 1.700 fermetra sem hún hafði til umráða í Álftamýrinni utan af sér. „Einhverjar hugmyndir voru um að byggja við Álftamýrina, eins og búið er að gera í dag, en á sama tíma fengum við fréttir af því að fasteignin að Suðurlandsbraut 34, þar sem Orkuveita Reykjavíkur hafði verið til húsa,

stæði auð, en hér er um rúma 4.000 fermetra að ræða.“ Á vormánuðum 2003 var að sögn Sigurðar ákveðið að flytja starfsemina þangað.

„Við tók nokkurra mánaða vinna við að gjörbreyta húsnæðinu til að það hentaði starfseminni. Íslensk myndgreining tók yfir matsalinn og skurðstofan er nú í gömlu fundalálmunni, svo dæmi séu nefnd. Þetta var þó allt gert af miklum myndugleika og við opnuðum laust eftir verslunarmannahelgi sama ár.“

Sigurður segir nafnið hafa komið af sjálfu sér. „Hér hafði Orkuveitan áður verið en orka er ekki eingöngu hiti og rafmagn heldur allt eins starfsorka og lífsorka.“

Í húsinu voru áfram sömu fyrirtæki og verið höfðu í Álftamýri; Læknastöðin, Íslensk myndgreining og Sjúkrahjálfun Íslands. Við verslunarrekstrinum tók hins vegar innanlandsdeild Össurar. Starfsemi innanlandsdeildarinnar fór fram á fyrstu hæð og hluta annarrar hæðar en þegar Össur hætti innanlandsrekstri í þeirri mynd sem þá var tók Lyf og heilsa yfir verslunarreksturinn og rekur nú verslunina Flexor á fyrstu hæð. Stoðtækjafyrirtækið Stoð tók svo við stoðtækjþjónustu á annarri hæð.“

Nýverið hefur Stoð þó að sögn Sigurðar minnkað móttöku sína í

Orkuhúsinu. „Stoð verður áfram með móttöku hjá okkur en starfsemin mun framvegis að mestu fara fram í höfuðstöðvum fyrirtækisins í Hafnarfirði.“ Læknastöðin og Sjúkrahjálfunin hafa tekið við plássi Stoðar og er að sögn Sigurðar verið að opna fjórðu skurðstofuna þar um þessar mundir. Þar verða gerðar minni aðgerðir í staðdeygingu en sú stofa er líka hugsuð fyrir verkjameðferðir þegar fram líða stundir.

Orkuhúsið er sem fyrr segir stærsta sérhæfða meðferðarstöð landsins. „Læknastöðvar á Íslandi hafa í auknum mæli verið að sérhæfast; sumar leggja áherslu á háls-, nef- og eyrnalækningar og aðrar meltingar-, húð- eða lyflækningar svo dæmi séu nefnd. Orkuhúsið er þó annað og meira en læknastöð enda boðið upp á röntgen- og skurðþjónustu ásamt sjúkrahjálfun, stoðtækjþjónustu og verslun. Þjónustan er því gríðarlega vel samhæfð og það kunna viðskiptavinir okkar að meta, enda yfir hundrað þúsund komur í húsið árlega,“ segir Sigurður.

Í tilefni af tíu ára afmæli starfseminnar í Orkuhúsinu verður efnt til starfsmannagleði í lystigarði hússins í dag. „Þá verður ráðist í að bæta merkingar í húsinu til upplýsingar fyrir þá sem hingað koma.“

Sífelld framþróun í aðgerðum

• LÆKNASTÖÐIN

Á Læknastöðinni eru gerðar um 3.700 stoðkerfisaðgerðir á ári og fer þeim fjölgandi.

Ferlið er gjarnan þannig að fólk byrjar hjá lækni og fer síðan í rannsóknir á röntgendeildinni og þaðan ef til vill í aðgerð og/eða sjúkraþjálfun. Það getur líka byrjað á hinum endanum; pantað tíma í sjúkraþjálfun en verið vísað þaðan til læknis ef hún dugar ekki til,“ útskýrir Sigurður Ásgeir Kristinsson, framkvæmdastjóri Læknastöðvarinnar. Hann segir flæðið innanhúss mjög gott, en þar getur fólk auk áður nefndar þjónustu nálgast stoðtækjavörur og stuðningshlífur og komið í göngugreiningu svo dæmi séu nefnd. „Það er frekar auðvelt að komast að þó að vissulega séu einhverjir biðlistar. Þegar fólk er hins vegar komið að í húsinu gengur þjónustan yfirleitt hratt fyrir sig.“

Tuttugu og fimm lækna starfa við stöðina, þar af níttján bæklunarlækna og einn læknir í sérnámi bæklunarlækninga, en læknastöð Orkuhússins er eina læknastöðin sem er með námsstöðu. „Þar erum við í samstarfi við Háskóla Íslands, Bæklunarskurðeild Landspítalans, Íslenska bæklunarlæknafélagið og Sjúkratryggingar Íslands. Um er að

ræða lækna sem hafa verið í starfsnámi á Bæklunardeild Landspítalans í ár en koma svo í sex mánuði til okkar. Ástæðan er meðal annars sú að stór hluti bæklunaraðgerða landsins er framkvæmdur hér. Þess utan starfa fimm svævingar- og deyfingalækna við stöðina ásamt 21 starfsmanni í mismunandi starfshlutföllum. Flestir lækna starfa eingöngu í Orkuhúsinu.“

Komur á læknastöðina eru um 21 þúsund á ári og skiptast nokkuð jafnt í nýkomur og endurkomur, sem eru yfirleitt ein til þrjár. „Yfirleitt kemur fólk í nýkomu, fer svo ef til vill í aðgerð, sjúkraþjálfun eða annað. Ef það fer í aðgerð kemur það í eina endurkomu og í flestum tilfellum er þá málið leyst. Þeir sem eru með þrálát vandamál koma þó vissulega oft. Tæplega fimm-tíu prósent sjúklinga koma á tilvísunum en 35 prósent þar fyrir utan hafa ekki áður fengið lausn sinna mála annars staðar í heilbrigðiskerfinu og leita því til okkar á eigin vegum, samkvæmt upplýsingum úr skráningarkerfi okkar. Auk þess erum við í mjög góðu samstarfi við aðra heilbrigðisstarfsmenn, svo sem innan Landspítalans og heilsugæslunnar,“ segir Sigurður.

Á Læknastöðinni eru gerðar um 3.700 aðgerðir á ári og mun þeim líklega fjölga með tilkomu nýju skurðstofunnar. „Þetta eru ýmiss konar aðgerðir á liðum, vöðvum



Hér má sjá lækna Ágúst Kárason og Brynjólf Jónsson framkvæma krossbandsaðgerð fyrir í vikunni, en það er með stærri aðgerðum sem gerðar eru í Orkuhúsinu. MYND/GVA

og beinum ásamt liðspeglum á öllum stærstu liðum útlíma en auk þess ýmsar handa- og fótadaðgerðir. Undanfarnir ár höfum við svo boðið upp á sérhæfða verkjameðferð hvað snertir háls- og bakeysli en þó ekki í sama magni síðustu tvö ár, einfaldlega vegna þess að læknirinn sem hafði umsjón með henni flutti tíma-bundið af landi brott. Stefnir er þó að

því að hefja slíkar meðferðir fljótlega aftur. Eins standa vonir um slíggigtar- og beinþynningarmóttöku.“

Sigurður segir lækna stöðvarinnar framkvæma ýmiss konar stórar aðgerðir sem áður fyrr voru einungis gerðar á innliggjandi sjúklingum, meðal annars krossbandsaðgerðir. „Þegar St. Jósefsspítala í Hafnarfirði var lokað tókum við

yfir flestar af þeim aðgerðum sem þar voru gerðar á innliggjandi sjúklingum og eru þær nú gerðar í dagaðgerðum hjá okkur, þar á meðal stórar axlaraðgerðir. Það er svo aldrei að vita nema við förum einhvern tímann út í enn stærri aðgerðir sem krefjast innlagnar, enda fleytir tækninni fram og legutími styttest.“



Læknar Orkuhússins framkvæma ýmiss konar stórar aðgerðir sem áður fyrr voru einungis gerðar á innliggjandi sjúklingum.



VÍTAMÍN & BÆTIEFNI

Kynningarblað
Fjöl vítamíníð Allt í einni,
magnesiumsprey og
mysuprótein notað í
matargerð.



HALTU ÞÉR GANGANDI

NUTRITION BARS
ZONE
Perfect

ZonePerfect næringar-
stykki eru einstaklega
bragðgóður millibiti.
Þau eru hlaðin vítamínum
og næringarefnum sem
þú þarft til að halda þér
gangandi.



PIPAKTÍVA • SÍA

Við eyddum mánuðum, stundum árum, í að fullkomna bragðtegundirnar.

19
vítamín &
steinefni

12g
prótein

Frábært
bragð

Kom mér á óvart hvað spreidd virkar frábærlega

Sigrún Björg Ingvadóttir er einn af vinsælustu einkaþjálfurum og hóptímakennurum í World Class og hugsar vel um heilsuna. Hún leggur mikla áherslu á að hafa gaman af lífinu, setja sér raunhæf markmið og hugsa jákvætt. Hún kolféll fyrir magnesíumspreyi sem minnkar vöðvastífleika, eykur orkuna og minnkar fótapíring sem hún fær stundum á kvöldin.

Ég hefði aldrei trúað því hvað spreidd virkar fljótt og vel,“ segir Sigrún, sem hefur notað magnesíumsprey frá Better You, bæði Original og Sport, síðan í vor og finnur mikinn mun á endurheimt eftir æfingar og orku.

„Ég hef notað spreidd eftir erfiðar æfingar og fæ síður harðsperrur og er fljóttari að ná upp orkunni. Eins reif ég kálfavöðva fyrir nokkrum árum og finn stundum fyrir stífleika og vöðvakrampa þar við mikið álag en spreidd slær fljótt á það þegar slíkt gerist.“

Sigrún sýndi úðunum fyrst áhuga starfs síns vegna og langaði að prófa hvort þeir hjálpuðu henni enda spennandi nýjung og magnesíum eitt þeirra steinefna sem þarf að passa að líkaminn fái nóg af. Nú er hún farin að benda viðskiptavinum sínum á að prófa spreyn enda ansi margir sem fá harðsperrur, vöðvakrampa, eiga erfitt með svefn eða eru með meltinguna í ólagi.

„Það er frábært að geta borið þetta beint á húðina og að magnesíum

skili sér strax inn í kerfið. Skjólstæðingar mínir sem hafa prófað eru mjög ánægðir með árangurinn. Ég hef líka notað þetta á kvöldin því ég fæ af og til fótapíring, sérstaklega ef ég drekk of mikið kaffi eða fæ mér eitt rauðvínsklas og þetta slær strax á fótapíringinn,“ segir Sigrún spök á svip.

Áhersla á að njóta og láta sér líða betur

Sigrún hefur í gegnum tíðina ekki lagt mikla áherslu á fæðubótarefni nema í litlu magni og hvetur fólk fyrst og fremst til að borða hollan og góðan mat og hafa fjölbreytileikann í fyrirrúmi.

„Það er ekkert bannað en fólk verður að fylgjast með því hvernig því líður eftir máltíðir. Það má ekki gleyma að matur er bæði félagslega

og tilfinningalega tengdur okkur og öllum hollt að skoða matarhegðun sína. Mér finnst skipta miklu máli að fólk læri að hlusta á líkam-



Magnesíumvörurnar frá Gengur vel.

ann og muna að góðir hlutir gerast hægt. Það eru ekki kílóin sem skipta höfuðmáli heldur hvort og hvernig við getum notað líkam-

ann,“ segir Sigrún. Hún hefur í gegnum tíðina lagt áherslu á það við sína skjólstæðinga að vera þakklátir fyrir það sem

þeir geta gert og velja hverju þeir vilji breyta í sínu daglega lífi til að létta lífið.

„Mér finnst orka, svefn og slökun skipta miklu máli og magnesíumúðinn hefur hjálpað mér til að ná enn betra jafnvægi milli hreyfingar og slökunar. Mér líður vel og er full af orku. Ég hef prófað að spreya beint út í baðvatnið en nú veit ég að það eru líka til magnesíumflögur frá Better You og hlakka til að prófa þær næst,“ segir Sigrún brosandí að lokum.



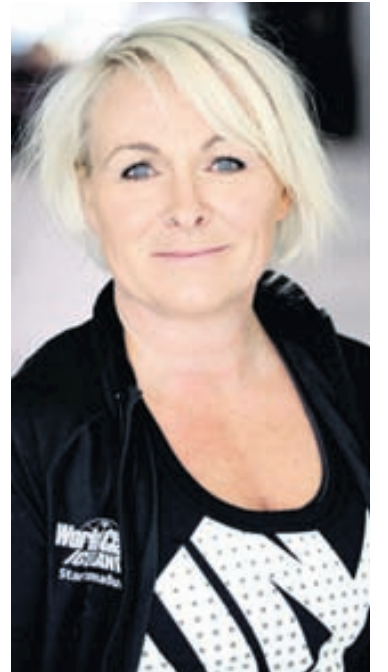
Sport



Original



Goodnight



Sigrún Björg Ingvadóttir, einkaþjálfari og hóptímakennari í World Class, mælir með magnesíumspreyjum frá Better You.

HVAR?

Fæst í flestum apótekum, Heilshúsinu, Lifandi Markaði, Fjarðarkaup, Systarasamlaginu, Crossfit Reykjavík, Crossfit Hafnarfirði og TRI Suðurlandsbraut.

Allt í einni töflu

Líkamsræktarfrömuðirnir Arnar Grant og Ívar Guðmundsson hafa sett á markað fjölvítamínin Allt í einni. Tegundirnar eru tvær, önnur hentar konum og hin körlum.

Af hverju þarf sértöflur fyrir karla og konur?

„Í stuttu máli er aukajárn í vítamíninu fyrir konur en ekki í karla-útgáfunni. Ástæðan fyrir því er einfaldlega sú að konur tapa reglulega mun meira af járninu úr líkamanum en karlmenn þar sem þær fara á blæðingar en ekki karlar,“ svarar Arnar og bætir við að ófrískar konur og konur með barn á brjósti hafi auk þess öllu meiri fjörefnaþörf en karlar og því henti þeim að fá aukalegan skammt af kalki, járninu og fóláti sem einmitt sé að finna í fjölvítamíninu „Allt í einni“ fyrir konur.

„Það er því ákveðin ástæða fyrir því að vítamínin okkar eru hönnuð og úthugsuð eftir þörf hvors kyns fyrir sig,“ segir Ívar. Hann bendir þó á að sameiginlegur grunnur vítamínanna sé æði líkur. „Báðar tegundir eru með riflegum ráðlögðum dagskammti af D-vítamíni. Þá þurfa karlar auðvitað líka kalk, eins og gefur að skilja, enda mikilvægt steinefni fyrir líkamann,“ segir Ívar. Helsti kalkgjafi Íslendinga er mjólk en þeir félagar segja orðið algengt að fólk drekki litla sem enga mjólk. „En inntaka kalks er öllum mikilvæg og þar kemur vítamínið okkar í góðar þarfir,“ segja þeir.

En af hverju að taka vítamín?

„Vitað er að vítamínsskortur getur skert starfshæfni líkamans verulega og auk þess getur hann haft töluverð áhrif á andlega líðan. Mönnum verður þó ekki ljóst að líkamann skortir vítamín fyrir en á reynir. Sá skortur getur lýst sér sem allt frá smávægilegum truflunum á líkamsstarfsemi til alvarlegra líkamlegra einkenna,“ segir Arnar og

bendir á að vítamínsskortur geti einnig valdið þunglyndi og magnað kvíða. „Það að taka eina fjölvítamíntöflu á dag stuðlar því að því að maður sé fær í flestan sjó og í standi til að takast á við daginn. Við höfum sem sagt reynt að hugsa fyrir öllu, hugsað fyrir vellíðan þinni, þó hér sé bara stiklað á stóru,“ segir hann.

Allt í einni er sem sagt til í tveimur útgáfum en þær eru í grunnatriðum líkar. „Hjón geta síðan fylgst betur með vítamíntöku hvort annars, sem kemur best í ljós þegar

annar aðilinn klárar úr boxi sínu en ekki hinn. Við mælumst til þess að bæði karlar og konur taki fjöl-



vítamínin sín reglulega og verði hraust og heilbrigð,“ segir Ívar og bætir við með áherslu: „Og munið: Best er að taka vítamínin með stærstu máltíð dagsins. Þannig nýtast fjörefnin líkamanum sem allra best.“

Smá fróðleikur um D-vítamín

Allt of marga Íslendinga skortir D-vítamín og ná ekki nægjanlegum dagskammti þess svo mánuðum skiptir. D-vítamín er meðal annars mikilvægt líkamanum til að nýta kalk svo að viðhald og uppbygging tanna og beina sé eðlilegt. Skortur á D-vítamíni getur til dæmis leitt til þess að börn fái beinröm sem lýsir sér þannig að beinin verða lin og barnið hjólbeinótt eða kiofætt. Fullorðnir sem þjást af D-vítamínsskortri fá beinþynningu sem þýðir að beinin verða kalklítill og brothætt. Oft finnur fólk fyrir þessu í baki, mjöðmum og fótleggjum.

D-vítamín er hægt að fá úr sólarljósi. Sólin þarf að skína á líkamann í u.þ.b. tvo klukkutíma á dag svo líkaminn myndi ráðlagðan dagskammt af D-vítamíni. Það er því augljóst hér á norðurlöndum að öllum Íslendingum er alveg sérstaklega hollt að taka inn D-vítamín frá septembermánuði og fram í maí. Eftir sólarlítið sumar eins og við fengum í ár mælum við sérstaklega með háum D-vítamínsskömmtum daglega. Þeir sem eru mikið inni við eins og aldraðir og unga börn ættu líka alltaf að taka D-vítamín í fæðubótarformi. Það kemur í veg fyrir sjúkdóma og eykur hreyfni þeirra. En D-vítamín er ekki bara í sól, það er auðvitað líka að finna í feitum fiski og eggjarauðu.



ILLGRESI NÝTT OFURFÆÐI

Plantan Sea buckthorn, Hippophae upp á latínu, inniheldur meira C-vítamín en kíví og meira E-vítamín en sojabanur.

Plantan þyrnótta vex í stórum breiðum við strendur Skotlands og hefur hingað til verið álitin ágengt illgresi þar í landi en nú telja vísindamenn að hún gæti verið næsta ofurfæði. Frá þessu er greint á fréttasíðunni BBC.

Plantan ber skær appelsínugul ber sem eru uppfull af vítamínunum, steinefnum og andoxunarefnum.

Vísindamenn við Queen Margaret-háskólann í Edinborg hafa rannsakað plöntuna í fimm ár og vinna nú að því að nýta ber hennar í ýmsan mat.

Skotar hafa ekki nýtt berin hingað til þar sem uppskeran reynist erfið, auk þess sem berin eru fremur súr á bragðið. Þau hafa hins vegar verið nokkuð vinsæl í Kína, Noregi, Rússlandi og Frakklandi. Stundum eru þau notuð í safa en einnig er vinsælt þar að setja þau út á morgunkorn eða á eftirrétti.

FÓLK

KYNNINGARBLAÐ



OPIÐ HÚS

Heimilisiðnaðarskólinn og Heimilisiðnaðarfélag Íslands verða með opið hús í dag milli klukkan 14 og 17 í Nethyl 2e.

Upprifjun fyrir **SAMRÆMDU PRÓFIN** í september í 4., 7. og 10. bekk

NÁMSAÐSTOÐ

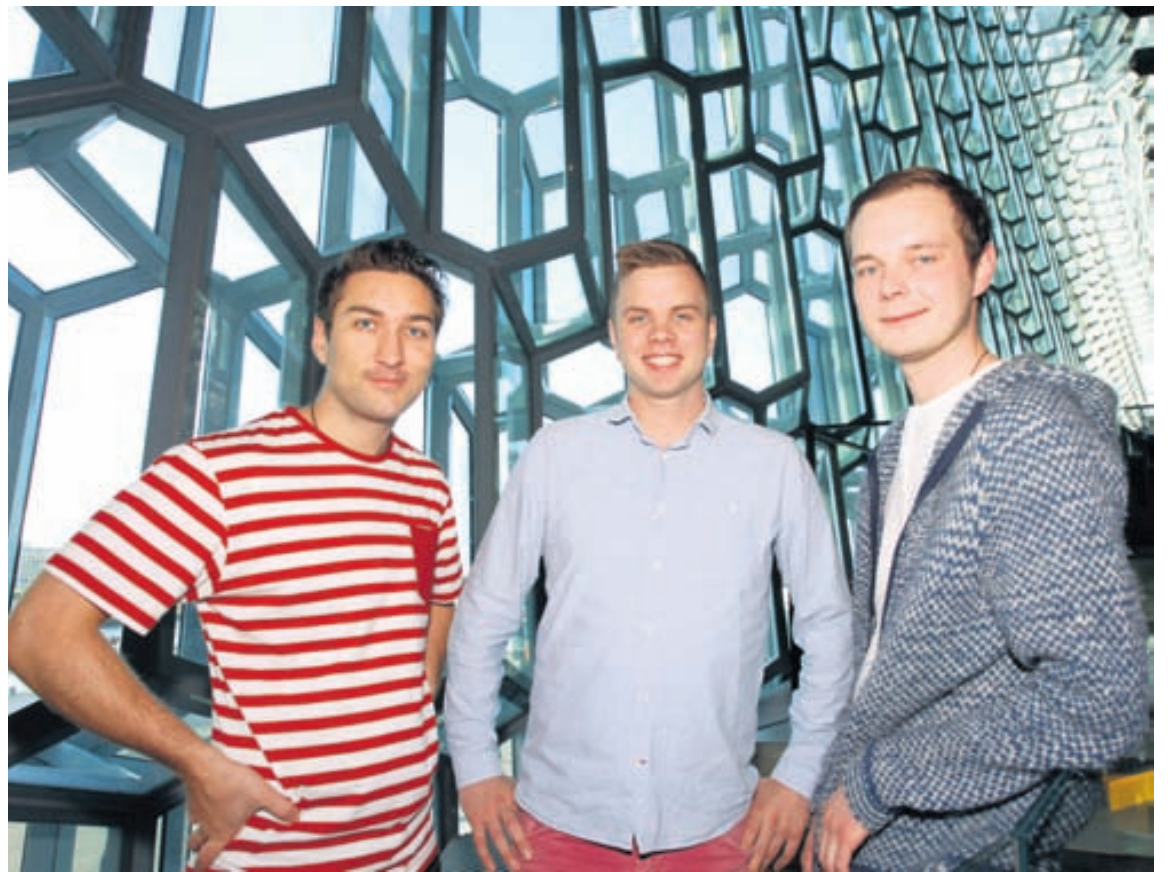
Öll skólastig - Reyndir kennarar

Nemendapjónustan sf www.namsadstod.is s. 557 9233

Í OSTASKÓLA BÚRSINS ERU BARA OSTAR Á NÁMSSKRÁNNI. SKEMMTILEG AFDREYING FYRIR HÓPA, STÓRA SEM SMÁA! ENGAR FRÍMÍNÚTUR OG HELDUR ENGIN HEIMAVINNA.

BÚRIÐ
Ostaskólinn

Nóatúni 17 · Sími 551 8400 · www.burid.is



ÞÆGILEG ÞYNNKA

LINDARVÖRUR KYNNA B.Okay er íslensk, bragðgóð og dugandi lausn við timburmönnum. Drykkurinn er með náttúrulegum sykri og bætiefnum.

Okkur fannst vanta vöru á markaðinn sem gæti gagnast og haft jákvæð áhrif í þyngkunni," segir Sigurður Haukur Traustason, einn þriggja frumkvöðla á bak við íslenskt sprotafyrirtæki sem framleiðir drykkinn B.OKAY gegn timburmönnum.

"B.OKAY er ekki töfralausn gegn þyngku en samsetning drykkjarins byggir á efnum sem tapast úr líkamanum eftir áfengisneyslu. Við mælum með að B.OKAY sé síðasti drykkurinn fyrir svefninn svo líkaminn fái þau efni sem tapast ört við tíðar klósettferðir fyrr um kvöldið," útskýrir Sigurður.

B.OKAY inniheldur eingöngu vatnsleysanleg vítamín sem frásogast vel í þörmum og geymast ekki vel vegna vökvataps.

"Því þarf að neyta vatnsleysanlegra vítamína oft en fituleysanlegra vítamína og B.OKAY byggir sína uppskrift á steinefnum og söltum til að hindra vökvatap og viðhalda jafnvægi vatnsleysanlegra vítamína í líkamanum á meðan á drykkju stendur."

Hugmyndin að B.OKAY hefur verið í þróun undanfarin tvö ár en drykkurinn er unninn í samstarfi við næringar- og matvælasérfræðinga hér á landi og í Þýskalandi. Hann fór fyrst á markað í sumar í verslunum 10-11.

"Þróunin stoppar aldrei og nú erum við að breyta umbúðum drykkjarins og tappa yfir á glerflöskur. Glerflöskunum fylgir einnig ákveðin bragðbæting því við ákváðum að takmarka sykurmagn í drykknum og notum í staðinn stevíu sem er náttúrulegt sætiefni. Um leið hvetjum við hiklaust aðra drykkjavöruframleiðendur til að notfæra sér stevíu í stað sykurs," segir Sigurður.

B.OKAY-drykkurinn er nú fáanlegur í verslunum Hagkaups, 10-11 og N1.

FRUMKVÖÐLAR

Sigurður Haukur Traustason, Björgvin Sólberg og Tómas Þórs-son standa á bak við íslenska þyngdrykkinn B.OKAY.

MYND/PIETUR



Öll kínvesk leikfimi

- Heilsu Qi Gong 5000 ára tækni
- Heilsuþættandi Tai chi
- Kung Fu fyrir 4 ára og eldri
- Hugræn teigjuleikfimi

Einkatímar og hópatímar

Fyrir alla aldurshópa



Í samstafi við Kínveskan íþróttaháskóla

Skeifan 3j | Sími 553 8282 | www.heilsudrekkinn.is

Stuðningsstöngin

LÉTTU ÞÉR LÍFIÐ

Yfir 8000 ánægðir notendur á Íslandi

Stuðningsstöngin er hjálpar- og öryggistæki sem auðveldar fólki að vera virkt og athafnasamt við daglegt líf án þess að þurfa að reiða sig á aðra. Margir lðjubjálfarar, sjúkrabjálfarar og læknar hafa mælt með stuðningsstöngunum fyrir sína skjólstæðinga.

- Auðveld í uppsetningu.
- Engar skrúfur eða boltar.
- Tjakkast milli lofts og gólfs.
- Hægt að nota við hallandi loft, 0–45° timbur/gífsloft.

Vilji
vilji.is

...Léttir þér lífið
Sími 856 3451 • www.vilji.is

- Margir aukahlutir í boði.
- Falleg og nútímanleg hönnun.
- Passar allstaðar og tekur lítið pláss.
- Stillanleg frá 225–307 cm lofthæð, togátak allt að 205 kg.

Stuðningsstangirnar hafa fengið verðlaun fyrir notagildi, öryggi og hönnun á alþjóðlegum hjálpartækjasýningum.





Síðumúli 37
581-2121

Reykjavík • Akureyri

Hafnarstræti 99
462-1977

Opið Mánudaga til Föstudaga frá 10 til 18 og Laugardaga frá 10 til 16

Stór útsala **20-70%** afsláttur

útsalan okkar er líka á netinu!



50% afsláttur af öllum flugum



Salmo silungaháfur
Útsöluverð: **1.495**
Verð áður: 2.990



Salmo spúnahjól
Útsöluverð: **3.995**
Verð áður: 7.990



Vacuum pökkunarvél
Útsöluverð: **2.594**
Verð áður: 3.990



Flökunarhnífur
Útsöluverð: **968**
Verð áður: 1.490



70% afsláttur af fluguhnýtingarefni



Sætaáklæði
Útsöluverð: **2.990 parið**
Verð áður: 5.980



örfáir gallar eftir
Norfin vatnsheldur camo galli
Útsöluverð: **4.990**
Verð áður: 9.900



Norfin útivistar buxur
Útsöluverð: **7.950**
Verð áður: 15.990



Norfin Cosy Line útivistagalli
Útsöluverð: **4.950**
Verð áður: 9.900



40% afsláttur af öllum spúnum

35% afsláttur af öllum vöðlum, skóm og jökkum frá Vision



Ljós í haustveiðina á **35%** afslætti



50% afsláttur af öllum Vision stangarpökkum



Vision Kura Ultra vöðlur
Útsöluverð: **38.935**
Verð áður: 59.900



Vision Loikka vöðluskór
Útsöluverð: **23.985**
Verð áður: 36.900



Vision Kura jakki
Útsöluverð: **29.185**
Verð áður: 44.900



Keeper vöðluskór
Útsöluverð: **10.335**
Verð áður: 15.990

Minnum á samstarfsaðila Veiðivörur.is í SR Byggingarvörum Siglufirði og Kaupfélagi Borgfirðinga.



35% afsláttur



50% afsláttur



35% afsláttur



35% afsláttur



50% afsláttur



35% afsláttur



ALLT ANNAÐ LÍF Lilja Dröfn Kristinsdóttir finnur mikinn mun á sér eftir að hún byrjaði að taka inn Bio-Kult Candéa.

BIO-KULT CANDÉA BREYTTI LÍFI MÍNU

ICECARE KYNNIR Bio-Kult Candéa er blanda af vinveittum gerlum, hvítlauk og þrúgukjarnaþykkni sem virkar sem öflug vörn gegn Candida-sveppasýkingu í meltingarvegi kvenna og karla.

Lilja Dröfn Kristinsdóttir hefur notað Bio Kult Candéa-hylkin undanfarna mánuði og finnur mikinn mun á líðan sinni. „Ég var með exem í hársverðinum, meltingin var í ójafnvægi og einnig fékk ég þvagfærasýkingar reglulega. Eftir að ég byrjaði á að taka hylkin frá Bio-Kult Candéa fann ég fljótlega mikinn mun á mér. Ég var alltaf með magaverki en vissi ekki hvað olli þeim. Bio Kult Candéa-hylkin vinna á Candida-sveppasýkingu í meltingarvegi. Candida-sveppurinn er eðlilegur íbúi í þörmum en þegar hann fjölgrar sér um ofveldur hann ýmsum óþægindum eins og meltingartruflunum, húðvandamálum, skapsveiflum, liðverkjum, kláða á kynfærasvæði og höfuðverk. Candida-sveppurinn þrífst vel á sykri og hveiti og því minnkar löngun í slíkt þegar fólk hefur notað hylkin í nokkra

daga. Það var frábært að finna svona góðan mun á sér. Ég tek tvö hylki á dag með morgunmat og mun örugglega nota Bio Kult Candéa áfram,“ segir Lilja Dröfn.

FANN BREYTINGU TIL BATNAÐAR

Fjölgrar Kvaran Brynjarsson var með mikil óþægindi vegna mataróþols og ristilkrampa til margra ára. Hann breytti mataræðinu en fann ekki þá breytingu sem hann vonaðist eftir. „Eftir að ég byrjaði að taka inn Bio-Kult Candéa breyttist líðanin til mikilla muna, ristilkrampinn hvarf og ég þoli glúten og sykur betur en áður. Ég tek tvö hylki á dag með morgunmatnum. Ef það kemur fyrir að ég gleymi að taka hylkin koma gömlu einkennin aftur,“ segir Fjölgrar.

„Ég er ekki lengur algjörlega upptekinn af því hvað ég set ofan í mig og finn mikinn mun á mér.“

ÁNÆGÐIR VIÐSKIPTAVINIR

• Ég mæli með Bio-Kult Candéa fyrir skjólstæðinga mína.

Sigríður Jónsdóttir, DHD markþjálfari og fíkniráðgjafi (ICADC)

• Bio-Kult Candéa virkar vel á sveppasýkinguna.

Linda Andrésardóttir

• Rósroðinn hvarf með notkun Bio-Kult Candéa.

Sigrún Þorsteinsdóttir

• Exemið, sprungnir hælur og sykurbörfin horfin.

Bára Árný

• Loksins er ég laus við ristilkrampaköstin.

Jóhanna Þorvaldsdóttir

• Ég mæli hiklaust með Bio-Kult Candéa-hylkjunum, þau hafa gjörbreytt lífi mínu til hins betra.

Silja Ívarsdóttir

BIO-KULT CANDÉA FYRIR ALLA

Bio-Kult Candéa er öflug blanda af vinveittum gerlum, hvítlauk og þrúgukjarnaþykkni (e. grape seed extract). Það virkar sem öflug vörn gegn Candida-sveppasýkingu í meltingarvegi kvenna og karla. Sveppasýking getur lýst sér á mismunandi hátt og komið fram með ólíkum hætti. Einkenni sveppasýkingar geta meðal annars verið munnangur, fæðuþol, píringur, skapsveiflur, þreyta, meltingartruflanir, brjóstsviði, verkir í liðum, mígreni og alls kyns húðvandamál.

Bio-Kult Candéa-hylkin henta öllum vel, einnig barnshafandi konum, mjólkandi mæðrum og börnum. Þau fást í öllum apótekum, heilsuverslunum

og heilsuhillum stórmarkaðanna. Hægt er að nálgast ítarlegar upplýsingar í íslenskum bæklingi á heimasíðu Icecare, Icecare.is.



BIO-KULT PRO-CYAN TRYGGIR HEILBRIGÐA ÞVAGRÁS

Bio-Kult Pro-Cyan, inniheldur þrívirka formúlu sem hefur verið vísindalega þróuð og staðfest. Trönuber hindra að E. coli-bakterían nái fótfestu við slímhúð þvagrásar og skolar bakteriunni út með þvagini. Hlutverk gerlanna og A-vítamíns í Bio-Kult Pro-Cyan hjálpar líkamanum að viðhalda eðlilegu bakteríumagni í þörmum, einnig til að viðhalda eðlilegri starfsemi í þvagrásarkerfinu. Háþróuð þrívirk formúla sem tryggir heilbrigða þvagrás.

Hylkin innihalda:

- Trönuberjabykkni (Cranberry extract 36mg PACs)
- Mjólkursýrugerla (Lactobacillus acidophilus PXN 35 og Lactobacillus plantarum PXN 47, Styrkur: 1 milljarður)
- A-vítamín 320µg (900 iu, 40% af RDS)

Notkunarleiðbeiningar*:

2 hylki einu sinni til tvisvar á dag með mat til að fyrirbyggja þvagfærasýkingu.

Á meðgöngu:

Bio-Kult Pro-Cyan er sérstaklega hannað fyrir barnshafandi konur.

Áður en inntaka hefst er alltaf mælt með því að ráðfæra sig við fagfólk.

Börn undir 12 ára:

Mælt er með hálfum skammti af ráðlagðri skammtastærð fyrir fullorðna.

*Ef fagfólk ráðleggur þér aðra skammtastærð, þá skal fara eftir því.



Nú er komið app fyrir Fréttablaðið:

App sem þú þarft

Nýtt í spjaldtölvuna og snjallsímann



Fáðu Fréttablaðið ókeypis í spjaldtölvuna og snjallsímann með nýja Fréttablaðsappinu. Nú er hægt að nálgast Fréttablaðið hvar sem er, á hverjum morgni. Sláðu inn **Fréttablaðið** á Google Play, Windows store eða í App store og náðu í appið.



SKÍÐAÐ Á MALBIKI

HJÓLASKÍÐAMÓT Skíðagöngufélagið Ullur stendur fyrir árlegu hjólaskíðamóti í Fossvogsdal á morgun. Þar skíða ungir sem aldnir á malbikuðum göngustígum og búa sig undir gönguskíðavertíðina.

Hjólaskíðaiðkun er talsvert algeng í skíðabæjum á borð við Ísafjörð, Akureyri og Ólafsvík. Sportið hefur ekki verið eins áberandi hér í Reykjavík en hefur aðeins verið að ryðja sér til rúms hér, sérstaklega eftir að skíðagöngufélagið Ullur var stofnað,“ segir Óskar Ragnar Jakobsson, einn þeirra sem standa fyrir hjólaskíðamóti í Fossvogsdal um helgina.

Hann segir raunar hvergi betra að stunda hjólaskíði en einmitt á höfuðborgarsvæðinu. „Hér eru frábærir stígar sem henta mjög vel fyrir hjólaskíði,“ segir hann.

Hann er inntur eftir því hve margir stundi hjólaskíði hér fyrir sunnan. „Hjólaskíði er líklega að finna víða í Reykjavík en líklega eru þetta um tuttugu til þrjátíu manns sem stunda þetta reglulega,“ segir Óskar.

Hann segir ekki mikinn tæknilegan mun

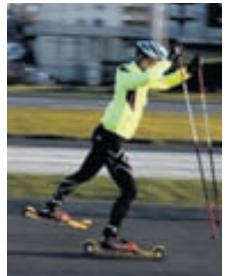
vera á því að stunda hjólaskíði og gönguskíði. „Enda voru hjólaskíðin þróuð til að líkja eftir hreyfingunum og til að viðhalda gönguskíðabjálfuninni,“ segir Óskar sem finnst hjólaskíðaganga afar skemmtileg þótt hún jafnast ekki á við gönguskíðin.

Hjólaskíðamótið hefst við Víkingsvöllinn í Fossvoginum á morgun. Kept er í nokkrum flokkum. Yngri flokkar, 12 til 16 ára, eru ræstir klukkan 10 en þeir keppa á hjólaskíðum eða línuskautum með stafi. Eldri hóparnir, 17-39 ára og 40 ára og eldri, fara af stað háltíma síðar. Yngri hóparnir fara einn hring, 5 kílómetra, en þeir eldri tvo.

Hægt að skrá sig til leiks á síðu Ullar www.ullur.is en einnig er mögulegt að skrá sig á staðnum. „Við fögnum því að fá áhorfendur og vonum að göngufólk í Fossvogsdalnum sýni hjólaskíðafólkinu polinmæði,“ segir Ólafur glaðlega.

■ solveig@365.is

Á Hjólaskíðum
Mótið verður að þessu sinni haldið í Fossvogsdalnum.

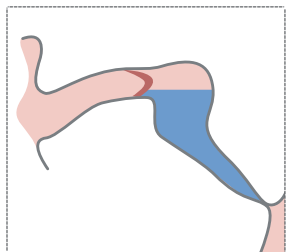


Á Fullri Ferð
Hjólaskíðin eru tæknilega svipuð og gönguskíðin.

OTOVENT®

Fyrsta hjálp til að laga og fyrirbyggja eyrnabólgur

Viðurkennd meðferð



Undirþrýstingur í miðeyra með vökva.

Otovent meðferðin er til að létta á undirþrýsting í miðeyra.

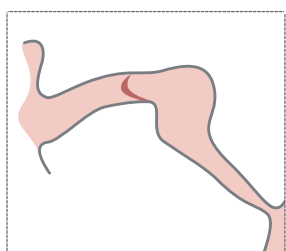
Getur fyrirbyggt og unnið á eyrnabólgu og vanlíðan með því að tryggja að loftflæði og vökvi eigi greiða leið frá miðeyra.

Meðferð getur dregið úr eyrnabólgu, sýklalyfjanotkun, ástungum og rörisetningum. Læknar mæla með Otovent.

Klínískar rannsóknir sýna gagnsemi við lokun í miðeyra, skertri heyrn eftir eyrnabólgu, óþægindum í eyrum við flug, sundferðir eða köfun.

Otovent er einfalt og þægilegt fyrir börn og fullorðna.

Rannsóknir sýna góðan árangur. CE merkt.



Eftir þrýstingsjöfnun með Otoventblöðru, miðeyrað opið og engin vökvi.

Umboð Celsus ehf

Fæst í apótekum

Félagsvist og dans

Nýtt

Nýtt

Laugardaginn 14. september

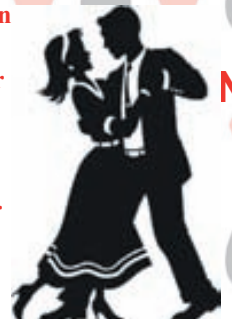
GB - DUO leikur fyrir dansi

Í Vinabæ Skipholti 33

Nýtt

Nýtt

Annan hvern laugardag. Í september 14. og 28. Í október 12. og 26. Í nóvember 9. og 23. Í desember 7. og 21.



Nýtt

Nýtt

Miðaverð aðeins 1500.kr.-

Veitingar seldar á vægu verði

Vistin hefst kl. 20:00 og síðan dunar dansinn fram á nótt!

Upplýsingar í síma 820 3446

Fylgist með á WWW.facebook.com/loftAIceland



AGA

ÍSAGA var stofnað árið 1919 í samstarfi við AGA, sem eignaðist meirihluta í fyrirtækinu 1991. Árið 1999 var AGA keypt af Linde frá Þýskalandi sem er eitt stærsta gasfyrirtæki heims með starfsemi í yfir 100 löndum og 50 þúsund starfsmenn. ÍSAGA ehf hefur aðsetur að Breiðhöfða í Reykjavík. Þar eru súrefnis- og köfnunarefnis verksmiðja fyrirtækisins, áfyllingastöð, skrifstofa, verslun o.fl. Einnig rekur ÍSAGA koldíoxíð- verksmiðju að Hæðarenda í Grímsnesi. Þess utan er ÍSAGA ehf með 7 afgreiðslustaði víðsvegar um landið. Hjá fyrirtækinu starfa um 28 manns. Nánari upplýsingar um fyrirtækið má finna á heimasíðu þess www.aga.is

Áfylling og afgreiðsla gashylkja

ÍSAGA ehf. óskar eftir að ráða duglegan einstakling til starfa við áfyllingu og afgreiðslu á gashylkjum.

Starfssvið

- Móttaka viðskiptavina
- Áfylling og afgreiðsla á hylkjum til einstaklinga, fyrirtækja og stofnana
- Ferma og afferma bíla á lyftara

Hæfniskröfur

- Reynsla af sambærilegu starfi er æskileg
- Samvirkusemi, þjónustulund og dugnaður
- Almenn tölvukunnátta
- Lyftarapróf er æskilegt (annars mun fyrirtækið senda viðkomandi á námskeið til að taka prófið)
- Geta til að vinna sjálfstætt og með öðrum
- Reynsla af logsuðuvinnu er kostur

Nánari upplýsingar um starfið veita Ari Eyberg (ari@intellecta.is) og Helga Rún Runólfsdóttir (helga@intellecta.is) í síma 511 1225. Umsóknarfrestur er til og með 22. september nk. Umsókn óskast fyllt út á www.intellecta.is. **Farið verður með allar umsóknir og fyrirspurnir sem trúnaðarmál og þeim svarað.** Umsókn um starfið þarf að fylgja ítarleg starfsferilskrá. **Intellecta, Síðumúla 5, 108 Reykjavík, sími 511 1225**

intellecta

■ ráðgjöf ■ ráðningar ■ rannsóknir

Atvinnutækifæri í Noregi

EURES í samstarfi við norsk fyrirtæki og vinnumiðlanir stendur fyrir starfakynningu á Grand Hótel Reykjavík, í fundarsölunum Múla og Lundi, fimmtudaginn 19. september frá kl. 13:00 – 18:00. Fyrirtækið Reinertsen AS verður með sérstaka kynningu fyrir atvinnuleitendur í Lundi kl. 13:15.

Fulltrúar frá eftirtöldum fyrirtækjum verða á staðnum:

- Helse Personal www.helsepersonal.no
- Xtra Personell Care www.xtracare.no
- Bemanning Nord www.bnsbemanning.no
- Svane Bemanning www.svanebemanning.no
- Nordisk Øko-bygg www.nordisk-bygg.vpweb.no
- Techni www.techni.no
- Reinertsen AS www.reinertsen.no
- Statoil www.statoil.com
- Jobconnect www.jobconnect.no

Meðal annars er leitað að iðnaðarmönnum, heilbrigðisstarfsfólki, verkfræðingum, fólki úr veitingageiranum og sjávarútvegi. Nánari upplýsingar um störfina má finna á www.eures.is/atvinnuleitandi/laus-storf.

Kynningin er öllum opin og stendur gestum til boða að ræða við fulltrúa fyrirtækja. EURES ráðgjafar frá Noregi og Íslandi verða á staðnum og veita almennar upplýsingar.



Capacent Ráðningar

KÍKTU Á WWW.CAPACENT.IS

capacent

Silent óskar eftir klippara með enga þekkingu á hári

Silent leitar að klippara sem er hress og góður í mannlegum samskiptum og kann á Adobe Premiere CS6, Canon DSLR og Canon XF vélar.

Umsóknarfrestur er til 22. september nk.

Umsóknir skal senda í tölvupósti á info@silent.is eða með flöskuskeyti.

Silent er viðburða- og framleiðslufyrirtæki sem tekur að sér verkefni fyrir lítil og stór fyrirtæki. Við útfærum og framkvæmum viðburði og sjáum til þess að framkvæmd og ímynd sé í hæsta gæðaflokki.

Silent Company - Tryggvagata 17
101 Reykjavík - www.silent.is



Spennandi störf hjá Kópavogsbæ

Menntasvið

- Leikskólakennari, leikskólasérkennari eða þroskajálfi, leikskólinn Baugur
- Leikskólasérkennari, Leikskólinn Álfatún
- Starfsmaður í hlutastarf í dægradvöl í Vatnsendaskóla
- Stuðningsfulltrúi í hlutastarf í Vatnsendaskóla

Velferðarsvið

- Starfsmaður á hæfingarstöð fyrir fatlaða
- Verkefnastjóri

Fleiri störf og nánari upplýsingar er að finna á vef Kópavogsbæjar

Eingöngu er hægt að sækja um störfin rafrænt á vef Kópavogsbæjar www.kopavogur.is



Kópavogsbær

kopavogur.is

CAPACENT RÁÐNINGAR

Ráðgjafar Capacent Ráðninga búa yfir víðtækri þekkingu á íslensku atvinnulífi og veita bæði fyrirtækjum og einstaklingum persónulega þjónustu þar sem fyllsta trúnaðar er gætt.

Umsækjendur og atvinnurekendur - kynnið ykkur þjónustuna á heimasíðu okkar, www.capacent.is

capacent

Capacent Ráðningar

STÖRF Á LÖGMANNSSTOFU



ADVEL lögmenntun auglýsir eftir löglærdum fulltrúum og móttökuritarum í krefjandi og fjölbreytt störf. ADVEL er vaxandi lögmennastofa sem hefur um árabíl lagt áherslu á að veita viðskiptavinum sínum hagnýta lögfræðiráðgjöf í umhverfi sem tekst sífellt á við nýjar áskoranir. ADVEL býður upp á fjölbreytt verkefni í góðum hópi sérfræðinga og aðlaðandi vinnuumhverfi.

Leitað er að metnaðarfullum einstaklingum sem sýna frumkvæði í starfi, beita öguðum og nákvæmum vinnubrögðum og hafa gott álagsspol. Gott vald á íslensku og ensku sem og hæfni til að tjá sig í ræðu og riti eru nauðsynlegir eiginleikar.

FULLTRÚÍ Á SVIÐI SKATTA- OG GJALDEYRISMÁLA

Starfssvið:

- Almenn lögfræðistörf með áherslu á skattarétt og gjaldeyrismál
- Samskipti við innlenda og erlenda viðskiptavinum stofunnar
- Önnur verkefni í samráði við framkvæmdastjóra

Menntunar- og hæfniskröfur:

- Meistara- eða embættispróf í lögfræði, framhaldsmenntun kostur
- Héraðsdómslögmannsréttindi æskileg en ekki skilyrði
- Starfsreynsla af skatta- og gjaldeyrismálum

MÓTTÖKURITARI

Starfssvið:

- Móttaka viðskiptavina, upplýsingagjöf og símavarsla
- Almenn skrifstofustörf
- Skjalavistun
- Umsjón með fundarherbergjum
- Önnur verkefni í samráði við skrifstofustjóra

Menntunar- og hæfniskröfur:

- Stúdentspróf eða sambærileg menntun
- Reynsla af sambærilegu starfi
- Reynsla af þjónustustörfum
- Lipurð í samskiptum
- Mjög góð íslensku- og enskukunnátta og góð tölvukunnátta

FULLTRÚÍ Á SVIÐI FÉLAGA- OG SAMKEPPNISRÉTTAR OG FYRIRTÆKJARÁÐGJAFAR

Starfssvið:

- Almenn lögfræðistörf með áherslu á félagarétt og fyrirtækjaráðgjöf
- Verkefni tengd fjármála-, samkeppnisrétti og fjárhagslegri endurskipulagningu
- Samskipti við innlenda og erlenda viðskiptavinum stofunnar
- Önnur verkefni í samráði við framkvæmdastjóra

Menntunar- og hæfniskröfur:

- Meistara- eða embættispróf í lögfræði, framhaldsmenntun kostur
- Héraðsdómslögmannsréttindi æskileg en ekki skilyrði
- Að minnsta kosti þriggja ára reynsla af lögfræðistörfum
- Áhugi á verkefnum á sviði fyrirtækjaráðgjafar

Umsóknarfrestur er til og með 24. september nk. Umsækjendur eru vinsamlegast beðnir að sækja um störfin á heimasíðu Capacent Ráðninga, www.capacent.is.

Umsókn um störfin þarf að fylgja itarleg starfsferilsskrá og kynningarbréf þar sem gerð er grein fyrir ástæðu umsóknar og rökstuðningur fyrir hæfni viðkomandi í starfið.

Nánari upplýsingar veita Auður Bjarnadóttir (audur.bjarnadottir@capacent.is) og Silja Jóhannesdóttir (silja.johannesdottir@capacent.is) hjá Capacent Ráðningum.

Capacent Ráðningar
Ármúla 13
Sími 540 1000

capacent

Rafeindavirkjar

Radiomíðun Ehf óskar eftir að ráða rafeindavirkja. Um er að ræða fjölbreytt og áhugavert starf sem felur í sér rekstur, uppsetningu og viðhald á fjarskipta og tölvubúnaði.

Áhugasamir hafi samband í síma 511 1010 eða með tölvupósti á radiomidun@radiomidun.is

**Sölumaður í verslun**

ZO•ON flytur skrifstofur sínar að Nýbýlavegi 6 í Kópavogi (gamla Toyota húsið) í lok september. Á sama stað mun ný verslun opna og við þurfum því að bæta við okkur starfsmanni.

Um starfið

Við leitum að metnaðarfullum og lífs-glöðum einstaklingi í starf sölumanns í verslun og lagerstarf að hluta.

Hæfniskröfur

Viðkomandi þarf að búa yfir mikilli þjónustulund, miklum metnaði fyrir starfi sínu og jákvæðni. Reynsla af sölumennsku er æskileg. Um framtíðarstarf er að ræða. Umsækjandi þarf að geta hafið störf sem fyrst.

Í dag rekur ZO•ON tvær verslanir á höfuðborgarsvæðinu með vandaðan útivistar og lífsstílsfatnað. Gleði, fagmennska og góð þjónusta er einkenni okkar.

Umsóknir óskast sendar á netfangið umsokn@zo-on.com ásamt ferilskrá fyrir laugardaginn 21. september.



Reykjavíkurborg
Mannauðsdeild

Mannauðsráðgjafi**Laust er til umsóknar starf mannauðsráðgjafa á mannauðsdeild í Ráðhúsi Reykjavíkur.**

Mannauðsdeild hefur yfirumsjón með mannauðsmálum Reykjavíkurborgar, hefur forystu um stefnumótun og veitir borgaryfirvöldum ráðgjöf í þeim efnum. Deildin hefur umsjón og eftirlit með framkvæmd starfsmannastefnu, gerð starfsþróunaráætlana, stjórnendafræðslu, starfsmats og gerð viðhorfskönnunar. Hún vinnur jafnframt að margs konar þróunarverkefnum og veitir stjórnendum ráðgjöf um starfsmannamál. Auk þess er umsjón með innri vef borgarinnar á ábyrgð mannauðsdeildar. Deildin leggur áherslu á góða og stöðuga samvinnu við mannauðsþjónustur fagsviða.

Helstu verkefni

- Almenn ráðgjöf við fagsvið og stjórnendur á sviði mannauðsmála
- Þátttaka í stefnumótun og nýsköpun á sviði mannauðsmála fyrir Reykjavíkurborg
- Eftirlit með samræmdum aðgerðum í framkvæmd vinnuumhverfis- og öryggismála
- Umsjón með samræmdum vinnubrögðum hjá áreitni og eineltisteymum Reykjavíkurborgar
- Verklagsreglur og verklýsingar
- Sífelldar umbætur og þróun í mannauðsmálum
- Þátttaka í gerð og úrvinnslu kannana auk eftirfylgni

Menntunar- og hæfniskröfur

- Háskólamenntun sem nýtist í starfi, framhaldsmenntun á sviði mannauðsmála og/eða víðtæk reynsla á sviði mannauðsstjórnunar
- Öguð og skipulögð vinnubrögð
- Jákvæðni og framúrskarandi hæfni í mannlegum samskiptum
- Frumkvæði og metnaður til að ná árangri í starfi
- Þekking og/eða reynsla á sviði opinberrar stjórnsýslu æskileg
- Reynsla af vinnuumhverfis- og öryggismálum kostur
- Reynsla af tölfræðilegri úrvinnslu kostur

Um laun og starfskjör fer samkvæmt kjarasamningi Reykjavíkurborgar og viðkomandi stéttarfélag.

Umsóknarfrestur er til og með 29. september 2013. Umsækjendur eru vinsamlegast beðnir um að sækja um starfið á vefsíðu Reykjavíkurborgar, www.reykjavik.is undir laus störf.

Umsókn um starfið þarf að fylgja ítarleg starfsferilskrá og kynningarbréf þar sem gerð er grein fyrir ástæðu umsóknar og rökstuðningur fyrir hæfni viðkomandi í starfið. Nánari upplýsingar veita Anna María Pétursdóttir starfsmannastjóri Reykjavíkurborgar (anna.maria.petursdottir@reykjavik.is) í síma 4114216 eða Anna Helgadóttir (anna.helgadottir@reykjavik.is) í síma 411-4210.

Vakin er athygli á stefnu Reykjavíkurborgar um jafnan hlut kynja í störfum og að vinnustaðir borgarinnar endurspeglí það margbreytilega samfélag sem borgin er.

Capacent Ráðningar**SVIÐSSTJÓRI Á EFTIRLITSSVIÐI**

Lyfjastofnun er sjálfstæð stofnun sem heyrir undir velferðarráðuneytið. Helstu hlutverk hennar eru að gefa út markaðsleyfi fyrir lyf á Íslandi í samvinnu við lyfjafyrirvöld á Evrópska efnahagssvæðinu, hafa eftirlit s.s. með lyfjafyrirtækjum og heilbrigðisstofnunum á Íslandi, meta gæði og öryggi lyfja og tryggja faglega upplýsingagjöf um lyf til heilbrigðisstarfsfólks og neytenda. Hjá Lyfjastofnun eru flestir starfsmenn háskólamenntaðir og/eða með sérþekkingu á lyfjamálum. Krafist er fyllsta hlutleysi í störfum starfsmanna. Lyfjastofnun er góður vinnustaður þar sem framfylgt er stefnu um samræmingu fjölskyldulífs og atvinnu. Lyfjastofnun varð í 3. sæti í samkeppni um STOFNUN ÁRSINS 2013 í flokki stærstu stofnana og hlaut nafnbótina FYRIRMYNDARSTOFNUN 2013.

**Lyfjastofnun auglýsir eftir sviðsstjóra til starfa á eftirlitssviði.**

Sviðsstjóri eftirlitssviðs stýrir starfsemi sviðsins og hefur yfirumsjón með skipulagi og framkvæmd eftirlits hjá þeim sem Lyfjastofnun hefur eftirlit með, s.s. GMP, GDP og GCP. Sviðsstjóri eftirlitssviðs situr í framkvæmdaráði Lyfjastofnunar. Hann tekur þátt í stefnumótun stofnunarinnar og gerð rekstraráætlana. Starfið felur í sér alþjóðleg samstarf. Starf sviðsstjóra eftirlitssviðs heyrir undir forstjóra stofnunarinnar.

Starfið krefst:

- Leiðtogaþæfni og metnaðar
- Færni og lipurðar í mannlegum samskiptum
- Góðrar íslensku- og enskukunnáttu og færni í að tjá sig í ræðu og riti
- Frumkvæði og skipulagshæfni

Menntunar- og hæfniskröfur:

- Háskólapróf í lyfjafræði eða sambærileg menntun sem nýtist í starfi
- Stjórnunarreynsla æskileg
- Þekking og reynsla í gæðamálum æskileg
- Þekking eða reynsla í stjórnsýslu æskileg

Upplýsingar um starfið veita Haraldur Sigurjónsson sviðsstjóri eftirlitssviðs eða Rannveig Gunnarsdóttir forstjóri í síma 520 2100.

Umsjón með ráðningu hafa Auður Bjarnadóttir (audur.bjarnadottir@capacent.is) og Silja Jóhannesdóttir (silja.johannesdottir@capacent.is) hjá Capacent Ráðningum.

Launakjör eru samkvæmt kjarasamningum opinberra starfsmanna. Öllum umsóknum verður svarað þegar ákvörðun um ráðningu hefur verið tekin. Upplýsingar um Lyfjastofnun má finna á vefsíðu stofnunarinnar www.lyfjastofnun.is

Umsóknarfrestur er til og með 30. september nk. Umsækjendur eru vinsamlegast beðnir að sækja um starfið á heimasíðu Capacent Ráðninga, www.capacent.is.

Umsókn um starfið þarf að fylgja ítarleg starfsferilsskrá og kynningarbréf þar sem gerð er grein fyrir ástæðu umsóknar og rökstuðningur fyrir hæfni viðkomandi í starfið.



OKKUR VANTAR STÖÐVARSTJÓRA Í HÓPINN

N1 leitar eftir kraftmiklum og drífandi stjórnanda til að stýra einni af stærstu þjónustustöðvum félagsins á höfuðborgarsvæðinu.

Um er að ræða fjölbreytt og krefjandi starf sem krefst frumkvæðis og metnaðar í starfi.

Helstu verkefni:

- Daglegur rekstur þjónustustöðvarinnar
- Verkstjórn
- Starfsmannamál
- Innkaup og samskipti við birgja
- Birgðastýring og kostnaðareftirlit
- Önnur verkefni á stöðinni

Menntunar- og hæfniskröfur:

- Menntun á sviði verslunarstjórnunar eða önnur sambærileg menntun
- Reynsla á sviði verslunar og þjónustu
- Rekstrarþekking
- Góð almenn tölvukunnátta
- Frumkvæði og árangursdrifni
- Samskiptafærni og jákvætt viðhorf
- Leiðtogaþæfileikar

Nánari upplýsingar um starfið veitir Ómar Jóhannsson rekstrarstjóri þjónustustöðva í síma 440 1021 eða í tölvupósti omar@n1.is

Áhugasamir sækji um starfið með því að senda ferilskrá ásamt nánari upplýsingum á netfangið atvinna@n1.is fyrir 25. september n.k.

WWW.N1.IS

N1

Meira í leiðinni



**CAFÉ
MEZZO**

Café Mezzo leitar að skemmtilegu og vinnusömu starfsfólki:

- Fullt starf, vinnutími 8:40-17:00 alla virka daga
- Hlutastarf, vinnutími ca. 10:00-17:00 2-4 virka daga
- Kvöld og helgarstörf

Starfsreynsla á kaffihúsi eða á veitingastað æskileg.
Ferilskrá sendist á mezzo@mezzo.is merkt „Mezzo 101“.

LEIGUMIÐLARI/ SÖLUMANNA ATVINNUHÚSNÆÐI

Okkur vantar framtíðar starfsmann í miðlun á atvinnuhúsnæði til leigu. Starfslaun eru í samræmi við árangur viðkomandi ásamt hlutdeild í hagnaði heildarinnar.

Hefur þú þann metnað og getu sem til þarf til að vera hluti af okkar árangursríka liði og ert auk þess vanur sjálfstæðum vönduðum vinnubrögðum? Starfsmaður verður að hafa bifreið til umræða.

Hæfniskröfur:

- Metnaðarfullur / drífandi
- Góð mannleg samskipti
- Sýnilegur árangur í starfi

Umsóknir skal sendar okkur á gjy@leiguhus.is fyrir 20. september, umsóknir eru trúnaðarmál.



Reykjavíkurborg

Skóla- og frístundasvið

Staða aðstoðarskólastjóra við Húsaskóla

Laus er til umsóknar staða aðstoðarskólastjóra við Húsaskóla

Húsaskóli er Dalhúsum 41 í Grafarvogi. Í skólanum eru um 180 nemendur í 1. – 7. bekk og 32 starfsmenn. Skólinn hefur á að skipa vel menntuðu og hæfu starfsfólki og stöðuleiki er í starfsmannahaldi. Einkunnar orð Húsaskóla eru **Ábyrgð • Virðing • Vinátta • Starfsgleði • Samvinna.**

Markmið Húsaskóla er:

- Að veita góða, alhliða menntun og stuðla að þroska hvers og eins nemanda.
- Að stuðla að góðri líðan nemenda.
- Að stuðla að góðu samstarfi við foreldra.
- Að leggja áherslu á jákvætt, faglegt starfsumhverfi og starfsánægju.

Í skólanum er lögð áhersla á fjölbreytt vinnubrögð sem stuðla að jákvæðum liðsanda, vellíðan og árangri nemenda.

Leitað er að metnaðarfullum einstaklingi sem býr yfir frumkvæði, leiðtogaþæfileikum og hefur góða fagþekkingu á skólastarfi og skólaþróun.

Menntunar- og hæfniskröfur

- Leyfi til að nota starfsheitið grunnskólakennari.
- Viðbótarmenntun í stjórnun, stjórnunarreynsla eða kennslureynsla á grunnskólastigi.
- Reynsla af faglegri forystu í skólaþróunarverkefnum.
- Færni og áhugi til að leita nýrra og framsækinnna leiða í skólaþróun.
- Lipurð og færni í samskiptum.

Meginhlutverk aðstoðarskólastjóra

- Að vera í faglegri forystu við mótun framtíðarstefnu skólans innan ramma laga og reglugerða og í samræmi við aðalnámskrá grunnskóla og skólastefnu Reykjavíkurborgar.
- Skólastjóri, aðstoðarskólastjóri og deildarstjóri sérkennslu mynda stjórnendateymi Húsaskóla sem skiptir með sér verkum. Aðstoðarskólastjóri er staðgengill skólastjóra.
- Faglegt utanumhald verkefna í Húsaskóla.
- Vinna að öflugum samstarfi innan skólasamfélagsins.
- Að vera ábyrgur og virkur í daglegri starfsemi skólans.
- Að taka þátt í stjórnun starfsmanna, vinnutilhögun og starfsþróun.

Óskað er eftir því að með umsókninni fylgi stutt greinargerð um framtíðarsýn umsækjanda á skólastarfi. Auk þess fylgi umsókn yfirlit yfir nám og störf, leyfisbréf til að nota starfsheitið grunnskólakennari, upplýsingar um skólaverkefni sem umsækjandi hefur leitt og eða þátttöku í skólaþróun.

Umsóknarfrestur er til og með 30. september 2013.

Laun eru samkvæmt kjarasamningi LN og KÍ. Umsækjendur eru beðnir um að sækja um starfið á heimasíðu Reykjavíkurborgar www.reykjavik.is.

Nánari upplýsingar veitir Ásta Bjarney Elíasdóttir, skólastjóri Húsaskóla í síma 664 8252.

Vakin er athygli á stefnu Reykjavíkurborgar um jafnan hlut kynja í störfum og að vinnustaðir borgarinnar endurspeglí það margbreytilega samfélag sem borgin er.

Vélamaður

**Garðyrkjudeild Kirkjugarða
Reykjavíkurprófastsdæma óskar
eftir að ráða vélmann til starfa
vanan traktorsgröfu**

Umsókn um starfið skal skila á skrifstofu Kirkjugarðanna í Fossvogi fyrir 24. september næstkomandi.

Heimilisfang: Vesturhlíð 8,
105 Reykjavík. Nánari upplýsingar veitir
Helena Sif Þorgeirsdóttir í síma:
898-4711, myndsími: 585-2701.

Upplýsingar um Kirkjugarðana
má nálgast á netinu:
www.kirkjugardar.is



Starfagátt STARFs

Atvinnuleitendur

Flest auglýst störf í landsfjölmiðlum má finna á einum stað í lista á vefsíðu STARFs

www.starfid.is



STARF
VINNUMIÐLUN OG RÁÐGGJÖF

STARF – vinnumiðlun og ráðgjöf ehf. er fyrirtæki í eigu Alþýðusambands Íslands og Samtaka atvinnulífsins og var stofnað vorið 2012 til að halda utan um tilraunaverkefni um þjónustu við atvinnuleitendur sem eru félagar í tilteknum stéttarfélagum. Þjónustan fer fram í fjórum þjónustumiðstöðvum og þar starfa m.a. 14 atvinnuráðgjafar STARFs. Þungamiðja þjónustunnar er vinnumiðlun og jafnframt er atvinnuleitendum lídsinnt við margvísleg vinnuáhræði – markmiðið er að koma fleiri atvinnuleitendum aftur til starfa. Nánari upplýsingar um STARF má finna á vefsíðu félagsins: www.starfid.is

Project Manager/verkefnastjóri

Spennandi framtíðarstarf hjá margverðlaunuðu íslensku sprotafyrirtæki. Nox Medical er leiðandi hátæknifyrirtæki á heimsvísu í þróun og framleiðslu á búnaði til greiningar á svefnröskunum.

Hæfniskröfur

Þekking:

- Menntun, þekking og reynsla í verkefnastjórnun og stýringu flókinna verkefna.
- Hafa mikla reynslu af áætlunargerð og skipulagshæfileika.
- Mikilvægt að hafa reynslu af Agile hugmyndafræði.
- Þekking á upplýsingatækni og rekstri upplýsingakerfa.

Hæfni:

- Leiðtogahæfni, jákvæðni og þjónustulund ásamt hæfni í mannlegum samskiptum.
- Hafa mikla ástríðu fyrir að aðstoða fólk við að ná árangri í starfi sínu.
- Frumkvæði og sjálfstæði í vinnubrögðum.
- Geti talað og ritað á góðri ensku.

Umsóknir og óskir um frekari upplýsingar óskast sendar á netfangið work@noxmedical.com.

Umsókn ásamt ferilskrá skal sendast fyrir 23. september 2013.

Ábyrgð og starfssvið

Hlutverk Project Manager/verkefnastjóra er að skipuleggja, hvetja og stýra mannaúti til að ná skilgreindu markmiði í vörubrúun og öðrum verkefnum Nox Medical. Hann hefur yfirlit yfir framgang og stöðu verkefna, annast skipulagningu og forgangsröðun. Project Manager upplýsir framkvæmdastjórn um stöðu þeirra.

Verkefnastjóri sér um að:

- Skilgreina umfang/tímaramma verkefna, stilla upp vörðum og skiladögum.
- Skilgreina velgengisviðmið verkefna og miðla þeim til hlutaðeigandi aðila.
- Staðfesta og fylgja eftir tímaáætlunum og vörðum/skiladögum.
- Skilgreina tíðni og upplýsingagjöf/skýrslur frá verkefnahópum.
- Þróa bestu starfsvenjur og verkfæri fyrir framkvæmd verkefnisins og stjórnun.
- Stilla upp verkefnisáætlunum í samræmi við kröfur ISO 13485 um þróun og framleiðslu lækningavara.

Vinsamlegast setjið í efnislinu tölvupóstsins heiti starfsins sem sótt er um. Hvetjum bæði konur og karla til að sækja um.

Nox Medical er leiðandi hátæknifyrirtæki á heimsvísu í þróun og framleiðslu á lækningatækjum sem notuð eru til greiningar á svefnröskunum. Fyrirtækið var stofnað árið 2006 af verkfræðingum, fjárfestum og sérfræðingum með áratuga viðtæka reynslu í að hanna og framleiða vörur til svefnrannsóknna og svefngreininga. Umsvif fyrirtækisins hafa vaxið jafnt og þétt og er framleiðsluvörum þess nú dreift um allan heim.

Nox Medical er annað tveggja íslenskra félaga sem hlotið hefur ISO 13485 gæðavottun til þróunar og framleiðslu á lækningavörum. Nox Medical hefur hlotið fjölda verðlauna og viðurkenninga, s.s. Nýsköpunarverðlaun ársins 2010 og Vaxtarsprotann 2010. Nox Medical er staðsett í nýjum og glæsilegum höfuðstöðvum í Höfðatorgi við Katrínartún.

Nox Medical | Katrínartún 2 | Höfðatorg | 105 Reykjavík | 570 7170 | info@noxmedical.com | www.noxmedical.com

 Nox Medical

VALITOR ÓSKAR AÐ RÁÐA LÖGFRÆÐING

Um er að ræða starf til a.m.k. ársloka 2014

Starfs- og ábyrgðarsvið

- // Fjölbreytt lögfræðiráðgjöf fyrir öll svið fyrirtækisins, s.s. samningagerð og lögfræðilegar álitserðir
- // Samskipti við stjórnvöld
- // Aðstoð við ábyrgðarmann um aðgerðir gegn peningabætti skv. lögum nr. 64/2006
- // Eftirfylgni lagabreytinga
- // Umsjón með innri endurskoðun sem er útvistuð
- // Viðkomandi vinnur náið með forstjóra og framkvæmdastjórn og heyrir undir yfirlögfræðing

Menntun og hæfniskröfur

- // Kandidats- eða meistaraþróf í lögfræði
- // A.m.k. þriggja ára starfsreynsla sem lögfræðingur
- // Góð íslensku- og enskukunnátta í rituðu og töluðu máli
- // Skipulögð vinnubrögð og sjálfstæði í starfi
- // Góð hæfni í mannlegum samskiptum
- // Reynsla af erlendra samningagerð er kostur

Umsóknir óskast fylltar út á www.hagvangur.is til 22. sept. nk. Upplýsingar veitir Kristín Guðmundsdóttir, kristin@hagvangur.is.

 HAGVANGUR

Valitor hf. er lánafyrirtæki skv. lögum nr. 161/2002, um fjármálafyrirtæki, og hefur heimild til veitingar greiðsluþjónustu og útgáfu rafeyris á grundvelli sömu laga. Valitor er traust og alþjóðlegt þekkingarfyrirtæki: sem er stöðugt að skapa nýjar lausnir fyrir viðskiptavinum sínum og stefnir að frekari vexti á erlendum mörkuðum. Gildin okkar, forysta, frumkvæði, traust og samvinna, knýja samhentan og metnaðarfullan starfshóp áfram í stöðugri viðleitni til að bæta þjónustuna.

 VALITOR

Bifvélavirki óskast til starfa á Max1/Vélaland Dalshrauni 5



Stutt lýsing á starfi:

- Bilanagreining á fólksbifreiðum
- Viðgerðir á fólksbifreiðum

Hæfniskröfur

- Sveinspróf í bifvélavirkjun
- Gilt bílpróf skilyrði
- Góðir samskiptahæfileikar
- Góð þjónustulund
- Heiðarleg(ur) og áreiðanleg(ur)
- Stundvís
- Geta sýnt frumkvæði í starfi og unnið sjálfstætt
- Grunnþekking á tölvur (PC/Windows umhverfi)
- Góð íslensku- og enskukunnáttu

Umsóknarfrestur er til 23. september
Nú er tækifærið - við bíðum eftir þér

Skelltu þér á max1.is og sæktu um.
Viðkomandi þarf að geta hafið störf sem fyrst.
Nánari upplýsingar veitir Margrét Rut Jóhannsdóttir,
í síma 515 7088.



Hárstofa - Stólaleiga

Laust í 1-2 stóla, mjög hagstæð leiga frábær aðstaða og samvinna.
info@harexpo.is



MÖRK
HJÚKRUNARHEIMILI

Hjúkrunarfræðingur

Mörk, hjúkrunarheimili óskar eftir að ráða hjúkrunarfræðing á helgarvaktir. Unnið er aðra hverja eða fjórðu hverja helgi. Reynsla og sjálfstæði í vinnubrögðum nauðsynleg.

Í Mörk er unnið metnaðarfullt starf þar sem EDEN hugmyndafraeðin (Eden alternative) er höfð að leiðarljósi.

Nánari upplýsingar gefa:

Ragnhildur Hjartardóttir, hjúkrunarframkvæmdastjóri í Mörk í síma 560-1700 ragnhildur.hjartardottir@morkin.is
Sigríður Sigurðardóttir, hjúkrunarstjóri fræðslu- og gæðamála í síma 560-1700 sigridur.sigurdardottir@morkin.is



Hlutverk hjálparstarfs kirkjunnar er að rækja mannúðar- og hjálparstarf í nafni íslensku þjóðkirkjunnar innanlands sem utan og upplýsa ísenskann almenning um gildi og mikilvægi þess.

Framkvæmdastjóri Hjálparstarfs kirkjunnar

Hjálparstarf kirkjunnar óskar eftir að ráða framkvæmdastjóra

Starfssvið

- Annast daglegan rekstur.
- Ber ábyrgð á tekjuöflun fyrir starfseminna, sér um mannaforráð og áætlunargerð
- Fylgir eftir stefnu Hjálparstarfsins og ákvörðunum stjórnar
- Ber ábyrgð á starfsemi Hjálparstarfs kirkjunnar gagnvart stjórn
- Stuðlar að góðum tenglum við kirkjulegar stofnanir, sóknir og prófastsdæmi
- Ber ábyrgð á starfsemi stofnunarinnar á innlendum og erlendum vettvangi
- Kynnir starfseminna og gildi hennar útávið.

Hæfniskröfur

- Háskólamenntun sem nýtist í starfi
- Reynsla af stjórnunarstörfum
- Reynsla af erlendra samvinnu
- Samskiptahæfileikar, frumkvæðis- og skipulagshæfileika
- Góð tungumálakunnáttu er skilyrði, a.m.k. enska og eitt Norðurlandamál

Umsóknarfrestur er til 30. september 2013.

Umsókn ber að senda á: umsokn@help.is

Öllum umsóknum verður svarað. Nánari upplýsingar um Hjálparstarf kirkjunnar er að finna á heimasíðu stofnunarinnar: www.help.is



Starfsmaður á lokaða deild Stuðla

Vilt þú taka þátt í krefjandi og spennandi starfi með unglungum? Um er að ræða 100% starf á lokaðri deild Stuðla í vaktavinnu.

Starfssvið

Starfið felst m.a. í:

- Umönnun og gæslu ungmenna
- Einstaklingsbundnum stuðningi við unglunga á deildinni
- Fylgja eftir verklagi deildarinnar ásamt skráningu upplýsinga

Persónulegir eiginleikar

Lögð er áhersla á persónulega eiginleika, svo sem góða samskiptahæfni, sveigjanleika, jákvætt viðhorf til skjólstaðinga, stundvís og skipulögð vinnubrögð.

Hæfniskröfur

- Menntun eða reynsla sem að mati forstöðumanns nýtist í starfi
- Áhugi á að vinna með unglungum
- Umsækjendur þurfa að geta tileinkað sér þá meðferðar-nálgun og verklagsreglur sem unnið er eftir á Stuðlum.
- Frumkvæði og sjálfstæði í vinnubrögðum.
- Viðkomandi þarf að geta unnið sjálfstætt og í teymi.

Nánari upplýsingar um starf á lokaðri deild veitir deildarstjóri Neyðarvistunar, Böðvar Björnsson. Einnig er hægt að fá upplýsingar hjá Þórnari Viðari Hjaltasyni, forstöðumanni Stuðla, í síma 530 8800

Með umsóknum skulu fylgja upplýsingar um menntun og fyrri störf ásamt sakavottorði. Við úrvinnslu umsókna um störfin gildir mat forstöðumanns Stuðla á hæfni og eiginleikum umsækjanda. Launakjör eru samkvæmt kjarasamningi opinberra starfsmanna.

Umsóknarfrestur er til 28. september nk. og þarf umsækjandi helst að geta hafið störf sem fyrst. Öllum umsóknum verður svarað þegar ráðning hefur verið ákveðin.

Umsóknir berast til Stuðla - Meðferðarstöðvar ríkisins fyrir unglunga, Fossaleyni 17, 112 Reykjavík eigi síðar en 28. september 2013.

Auglýsingin gildir í 6 mánuði

Stuðlar, Meðferðarstöð ríkisins fyrir unglunga
Fossaleynir 17 (Grafarvogi), 112 Reykjavík www.studlar.is mru@studlar.is



Húnaþing vestra

Hvammstangi í Húnaþingi vestra er stærsti þéttbýliskjarni sveitarfélagsins með um 600 íbúa en íbúar í Húnaþingi vestra eru 1.180. Hvammstangi er í alfaraleið, aðeins 6 km. frá þjóðvegi 1 og í u.þ.b. tveggja klst. akstursfjarlægð frá Reykjavík og Akureyri. Í Húnaþingi vestra er til staðar öll almenn opinber þjónusta auk annarrar fjölbreyttrar þjónustu. Möguleikar til útivistar, íþróttar, afþreyingar og félagsstarfa eru fjölmargir og því er Húnaþing vestra góður búsetukostur fyrir fjölskyldufólk.

Sviðsstjóri fjölskyldusviðs

Laust er til umsóknar starf sviðsstjóra fjölskyldusviðs sveitarfélagsins Húnaþings vestra. Um er að ræða 100% starf í stjórnarsýslu sveitarfélagsins. Leitað er að metnaðarfullum aðila til að stýra sameinaðri fræðslu- og félagsþjónustu sveitarfélagsins. Sviðsstjóri ber ábyrgð gagnvart sveitarstjóra og sveitarstjórn í öllum störfum sínum og ákvörðunum.

Starfssvið sviðsstjóra fjölskyldusviðs

- Stjórnun og rekstur stofnana sem heyrir undir fjölskyldusviði
- Sviðsstjóri á setu í framkvæmdaráði sveitarfélagsins ásamt sveitarstjóra, sviðsstjóra fjármála- og stjórnsýslusviðs og sviðsstjóra framkvæmda- og umhverfissviðs
- Gerð fjárhagsáætlana og eftirlit með fjárreiðum fjölskyldusviðs í samræmi við samþykkt sveitarstjórnar um gerð fjárhagsáætlana og eftirlit með fjárreiðum sveitarfélagsins
- Þjónusta við viðskiptavinum og greining á þjónustubörf
- Innri og ytri samskipti fyrir hönd fjölskyldusviðs sveitarfélagsins
- Ráðgjöf til forstöðumanna fjölskyldusviðs í starfsmanna-, rekstrar- og þjónustumálum
- Ráðgjöf og eftirlit vegna sérfræðiþjónustu
- Samskipti við sveitarstjórn, stoðþjónustu og hagsmunaaðila
- Önnur mál á sviði fjölskyldusviðs í samráði við sveitarstjóra
- Sviðsstjóri fjölskyldusviðs er jafnframt starfsmaður fræðsluráðs og félagsmálaráðs sveitarfélagsins

Menntunar- og hæfniskröfur

- Háskólapróf sem nýtist í starfi
- Þekking og reynsla af félagsþjónustu og/ eða fræðsluþjónustu sveitarfélaga æskileg
- Reynsla og framhaldsmenntun í stjórnun æskileg
- Góð tölvukunnáttu
- Geta til að tjá sig í ræðu og riti
- Leiðtogaþæfni, jákvæðni, þjónustulund og hæfni í mannlegum samskiptum
- Þekking og reynsla af opinberri stjórnsýslu er æskileg
- Sjálfstæð vinnubrögð, frumkvæði og skipulagshæfni

Umsóknum eiga að fylgja ítarlegar starfsferilskrár og kynningarbréf þar sem gerð er grein fyrir ástæðu umsóknar og rökstuðningur fyrir hæfni viðkomandi í starfið.

Umsóknarfrestur um starf sviðsstjóra fjölskyldusviðs Húnaþings vestra er til og með 24. september nk. Umsóknir skulu vera skriflegar og skal senda þær til skrifstofu Húnaþings vestra, Hvammstangabraut 5, 530 Hvammstangi. Öllum umsóknum verður svarað skriflega. Áhugasamir geta kynnt sér starfsemi Húnaþings vestra á heimasíðu sveitarfélagsins www.hunathing.is. Nánari upplýsingar um starfið veita Eydis Aðalbjörnsdóttir, sviðsstjóri fjölskyldusviðs í sínum 455-2400 og 845-1345 og Skúli Þórðarson, sveitarstjóri í síma 455-2400 og 864-4806.

Bifvélavirki - vélvirki

Kirkjugarðar Reykjavíkurprófastsdæma óska eftir að ráða starfsmann á vélaverkstæði.

Viðkomandi þarf að vera menntaður bifvélavirki eða hafa sambærilega menntun.

Umsókn um starfið skal skila á skrifstofu Kirkjugarðanna í Fossvogi merkt "vélaverkstæði" fyrir 24. september næstkomandi.

Heimilisfang: Vesturhlíð 8,
105 Reykjavík.

Nánari upplýsingar veitir Þorgeir Adamsson í síma: 897-2472, myndsími: 585-2701.

Upplýsingar um Kirkjugarðana má nálgast á netinu:
www.kirkjugardar.is



Jarðgangamenn - Vaðlaheiðargöng

Ósafl óskar eftir að ráða starfsmenn sem hafa þekkingu, reynslu og réttindi til að sinna vinnu við jarðgöng.

Skilyrði er að umsækjendur hafi reynslu af jarðgangavinnu og hafi unnið við borun, hleðslu, bergstyrkingar, ásprautun og bergþéttingar. Ennfremur er nauðsynlegt að umsækjendur hafi vinnuvélaréttindi og meirapróf.

Nánari upplýsingar veitir Einar Hrafn Hjálmarsson S: 660-6269. Umsóknir óskast sendar á tölvupóstfangið ehh@iav.is, fyrir 20. september 2013.

Ósafl vinnur að framkvæmdum við Vaðlaheiðargöng en félagið er í eigu ÍAV og Marti Contractors. ÍAV og Marti Contractors hafa lengi unnið saman að stórframkvæmdum s.s. Óshlíðargöngum, snjóflóðavarnargarði í Bolungarvík og nú er unnið að járnbrautargöngum í Noregi.



ÓSAFL

Ósafl ehf. | Höfðabakka 9 | 110 Reykjavík | s. 530 4200 | osafl.is



HJÚKRUNARHEIMILI



Skjól hjúkrunarheimili
Kleppsvegi 64, 104 Reykjavík

Sjúkraliðar /starfsmenn

Getum bætt við okkur starfsfólki

Skjól leitar eftir sjúkraliðum/starfsmönnum til starfa við aðhlyningu. Um er að ræða 80 % starfshlutfall blandaðar vaktir.

Hæfniskröfur:

Góð íslenskukunnátta, áhugi á að starfa með öldruðum, jákvæðni og góð samskiptahæfni.

Upplýsingar veitir
Guðný H. Guðmundsdóttir,
Framkvæmdarstjóri hjúkrunar
Sími 522 5600 gudny@skjol.is

**Skjól hjúkrunarheimili
Kleppsvegi 64, 104 Reykjavík
Sími 522 5600**

FMOS
Framhaldsskólinn
í Mosfellsbæ

Framhaldsskólinn í Mosfellsbæ hóf starfsemi 2009 og nú eru um 260 nemendur og 25 starfsmenn í skólanum. Gert er ráð fyrir að eftir 2-3 ár verði nemendur um 500 og starfsmenn um 50. Skólinn kennir sig við auðlindir og umhverfi í viðum skilningi og leggur áherslu á að vera í góðum tengslum við umhverfi sitt, bæði hvað varðar listir og menningu, íþróttir og lýðheilsu og annað það sem einkennir mannlíf í Mosfellsbæ. Skólinn er framhaldsskóli með áfangasniði þar sem í boði eru stúdentsbrautir, styttri námsbrautir og almenn námsbraut. Helstu áherslupunktur í kennsluháttum skólans eru fjölbreyttar verkefnamiðaðar kennsluáðferðir og margs konar námsmat með sérstakri áherslu á leiðsagnarmat.

Matreiðslumaður – nýtt mötuneyti

Laus er til umsóknar staða faglærðs matreiðslumanns til að stýra nýju mötuneyti Framhaldsskólans í Mosfellsbæ. Skólinn flytur í nýtt skólahúsnæði í lok árs 2013 og frá janúar 2014 verður rekið mötuneyti fyrir nemendur og starfsmenn. Mötuneytið verður rekið í anda heilsueflandi framhaldsskóla og áhersla lögð á hollan, góðan og næringaríkan mat sem höfðar til ungs fólks.

Matreiðslumaðurinn sér um daglegan rekstur mötuneytisins og tekur þátt í uppbyggingu þess með stjórnendum.

- Starfshlutfall 100%
- Laun samkvæmt gildandi kjarasamningi fjármálaráðherra og viðkomandi stéttarfélags.

Leitað er að einstaklingi sem hefur brennandi áhuga á matargerð, sérstaklega hollustu og heilbrigðu mataræði. Viðkomandi þarf að vera hugmyndaríkur og sjálfstæður í vinnubrögðum, hafa farsæla reynsla af svipuðum rekstri og góða færni í mannlegum samskiptum.

Ráðið verður í stöðuna frá 1. desember 2013.

Umsóknir með ítarlegum upplýsingum um

menntun og fyrri störf skulu hafa borist Guðbjörgu Aðalbergsdóttur skólameistara í netfangið gudbjorg@fmos.is eða Guðrúnu Guðjónsdóttur aðstoðarskólameistara í netfangið gudrun@fmos.is. Einnig er hægt að senda umsóknir í pósti: Framhaldsskólinn í Mosfellsbæ, Brúarlandi, 270 Mosfellsbær. Umsóknir þurfa að berast í síðasta lagi 30. september 2013. Umsóknir þurfa ekki að vera á sérstökum eyðublöðum. Öllum umsóknum verður svarað þegar ákvörðun um ráðningu hefur verið tekin. Nánari upplýsingar veitir skólameistari í netfangi gudbjorg@fmos.is eða í síma 864-9729 og aðstoðarskólameistari í netfangi gudrun@fmos.is eða í síma 845-8829. **Á vef skólans www.fmos.is má einnig finna ýmsar upplýsingar um skólann.**

Skólameistari

Eld
Smíðjón

Viltu stýra skútunni?

Okkur vantar öflugan aðstoðar veitingastjóra til starfa á Eldsmíðjunni.

Viðkomandi þarf að búa yfir skipulagshæfni, eldmóði og félagslyndi. Um er að ræða vaktavinnu og starfshlutfallið er 100% eða 72%.

Sæktu um hér:

atvinna@foodco.is — umsokn@foodco.is

Ef þú hefur gaman af fólki og góðum mat, ert eldri en 25 ára og vilt vinna hjá traustu og skemmtilegu fyrirtæki með einstakan starfsanda — þá skaltu endilega sækja um.





Deildarstjóri upplýsingakerfa

Ert þú öflugur stjórnandi með áhuga á upplýsingatækni? Þá gæti starf deildarstjóra upplýsingakerfa hjá Vodafone verið framtíðarstarfið þitt. Deildin sér um rekstur upplýsingakerfa fyrirtækisins og gegnir því lykilhlutverki fyrir starfseminna. Sem deildarstjóri sérð þú um að stýra verkefnum deildarinnar, tryggir að hún hafi skýra framtíðarsýn og fylgi henni eftir af festu.

Allar nánari upplýsingar um starf og hæfniskröfur er að finna á vodafone.is/storf.

Umsóknarfrestur er til og með 22. september 2013.

Góð samskipti bæta lífið



Samtök um kvennaathvarf leita að starfskonunni á vaktir í Kvennaathvarfinu

Starfið er krefjandi og fjölbreytilegt og felst meðal annars í viðtalsþjónustu, símsvörun, stuðningi við dvalarkonur og þátttöku í daglegu lífi athvarfsins. Margs konar menntun og starfsreynsla nýtist í starfi, góð enskukunnátta er nauðsynleg og önnur tungumálakunnátta æskileg. Mikilvægt er að starfskonur búi yfir áhuga og þekkingu á ofbeldi í nánsum samböndum, samstarfshæfileikum, ábyrgð og frumkvæði. Umsóknum skal skilað til Samtaka um kvennaathvarf í pósthólf 1486, 121 Reykjavík eða netfangið sigthrudur@kvennaathvarf.is fyrir 27. september.

Upplýsingar veitir Sigþrúður Guðmundsdóttir
framkvæmdastýra í síma 561 3720.



INNANRÍKISRÁÐUNEYTIÐ

Embætti héraðsdómara I aust til umsóknar

Samkvæmt ákvæðum laga um dómstóla nr. 15/1998, auglýsir innanríkisráðuneytið laust til umsóknar embætti dómara sem ekki mun eiga fast sæti við tiltekinn dómstól, heldur sinna störfum við alla héraðsdómstólana eftir því sem honum kann að verða úthlutað málum við hvern þeirra í skjóli almennra heimilda dómstólaráðs. Dómstólaráð hefur ákveðið að starfsstö héraðsdómarans verði við héraðsdóm Reykjaness, sbr. 15. gr. laga nr. 15/1998.

Miðað er við að skipað verði í embættið frá og með 3. nóvember 2013 eða hið fyrsta eftir að nefnd um hæfni dómara hefur lokið starfi sínu í samræmi við 4. gr. a, sbr. 3. mgr. 12. gr. laga um dómstóla nr. 15/1998 og reglur um störf dómnefndar sem fjallar um hæfni umsækjenda um dómaraembætti nr. 620/2010. Laun eru samkvæmt ákvörðun kjararáðs.

Umsækjendur skulu fullnægja skilyrðum 2. mgr. 12. gr. laga um dómstóla nr. 15/1998. Í samræmi við 4. gr. reglna nr. 620/2010 er áskilið að í umsókn komi fram upplýsingar um 1) núverandi starf, 2) menntun og framhaldsmenntun, 3) reynslu af dómstörfum, 4) reynslu af lögmannsstörfum, 5) reynslu af stjórnsýslustörfum, 6) reynslu af fræðistörfum, s.s. kennslu og öðrum akademískum störfum og upplýsingar um útgefnar ritrýndar greinar og bækur, fræðilega fyrirlestra o.s.frv., 7) reynslu af stjórnun, 8) reynslu af öðrum aukastörfum sem nýtast dómaraefni, s.s. vinnu í tengslum við undirbúning lagasetningar o.fl., 9) upplýsingar um almenna og sérstaka starfshæfni, 10) upplýsingar um andlegt atgervi og sjálfstæði í vinnubrögðum, 11) upplýsingar um tvo fyrrverandi/núverandi samstarfsmenn/yfirmenn sem geta veitt dómnefnd bæði munnlegar og skriflegar upplýsingar um störf og samstarfshæfni umsækjanda, sbr. 5. mgr. 5. gr. reglna nr. 620/2010 og 12) aðrar upplýsingar sem varpað geti ljósi á faglega eiginleika og færni umsækjanda sem máli skiptir fyrir störf héraðsdómara.

Til þess að hraða afgreiðslu umsókna og bréfaskiptum er áskilið að umsækjendur gefi **einnig upp netfang sem notað verður til að eiga samskipti við umsækjendur.**

Umsóknir skulu berast innanríkisráðuneytinu, Sölvhólsgötu 7, 150 Reykjavík og á netfangið postur@irr.is, eigi síðar en 27. september næstkomandi. Öllum umsóknum verður svarað þegar ákvörðun um skipun liggur fyrir.

Innanríkisráðuneytinu,
12. september 2013.

Fjölgun starfa á Norðurlandi

Ríkisskattstjóri hefur ákveðið að fjölga störfum á Norðurlandi með því að flytja þjónustuver sem rekið hefur verið í Reykjavík til Akureyrar og Siglufjarðar. Því eru 5-6 störf þar laus til umsóknar, þar af eitt tímabundið.

Á starfsstöðvum RSK á Akureyri og Siglufirði eru nú 23 starfsmenn sem vinna fyrst og fremst við álagningu einstaklinga, símapjónustu auk þess að sinna nærþjónustu. Nú er tækifæri fyrir öflugum og jákvæðum einstaklingum að ganga til liðs við hópinn.

Helstu verkefni eru símsvörun í þjónustuveri og á skiptiborði, upplýsingagjöf um skattamál, afgreiðsla skattkorta og annarra gagna sem viðskiptavinir óska eftir.

Menntunar- og hæfniskröfur

- Fáguð framkoma, jákvæðni, þjónustulund og lipurð í mannlegum samskiptum.
- Stúdentspróf eða önnur sambærileg menntun.
- Góð almenn tölvukunnátta.
- Gott vald á íslensku í töluðu og rituðu máli.
- Enskukunnátta. Önnur tungumálakunnátta kostur.
- Öguð og skipulögð vinnubrögð ásamt hæfileika til að vinna undir álagi.
- Frumkvæði og metnaður til að sýna árangur í starfi.

Reynsla af sambærilegu starfi er kostur, en ekki skilyrði. Æskilegt að viðkomandi geti hafið störf sem fyrst. Þeir sem ráðnir verða til starfa þurfa að reikna með u.p.b. tveggja vikna grunnþjálfun sem fer að hluta fram í Reykjavík.

Frekari upplýsingar veitir Inga Hanna Guðmundsdóttir starfsmannastjóri RSK í síma 442-1151.

Umsóknarfrestur er til og með 28. september 2013. Umsókn skal fylla út á webbáttisins, rsk.is/starf og láta ferilskrá fylgja með í viðhengi. Umsóknir gilda í 6 mánuði. Öllum umsóknum verður svarað þegar ákvörðun hefur verið tekin um ráðningu. Laun taka mið af kjarasamningi ríkisins við viðkomandi stéttarfélag.

Ríkisskattstjóri annast álagningu opinberra gjalda og annarra skatta, sem og skatteftirlit. Starfsmenn eru um 250 á níu starfsstöðvum. Meginstefna RSK í mannauðsmálum byggir á gagnkvæmu trausti, tillitssemi og virðingu á milli stofnunar og starfsmanna og starfsmanna sín í milli og unnið er eftir gildunum: Fagmennska – Jákvæðni – Samvinna.





Toppfiskur ehf. óskar eftir Rafvirkja í viðhaldsdeild

Starfssvið

Rafvirki starfar við uppsetningu véla og tækja, viðhald, viðgerðir og eftirlit með raftækjum, rafkerfum og rafbúnaði til vinnslu. Rafvirki ber ábyrgð á að öll tæki séu í besta ástandi sem mögulegt er.

Hæfniskröfur

- **Menntun:** Rafvirkjamenntun, Vélskólamenntun eða lðnaðarmenntun sem nýtist í starfi.
- **Reynsla:** Reynsla úr sjávarútvegi eða fiskvinnslu. Þekking á kælikerfum.
- **Sérstakar hæfniskröfur:** Almenn tölvukunnátta. Sjálfstæði, skipulögð og vönduð vinnubrögð. Lipurð í mannlegum samskiptum, frumkvæði, áhugi, þjónustulund, snyrtimennska og stundvísi.

Umsóknarfrestur er til og með 21. september nk. Umsóknir með ferilsskrá og afritum af prófskránum óskast sendar á netfangið: annamarta@toppfiskur.is

NORÐLENSKA

Kjötiðnaðarmaður

Norðlenska óskar eftir að ráða kjötiðnaðarmann í kjötvinnslu fyrirtækisins á Akureyri. Um er að ræða fjölbreytt starf í vinnslu, m.a. umsjón með reykt- og suðuklefum, söltun, skinkugerð, afleysing í lögum og fleira sem verkstjóri felur viðkomandi.

Hæfniskröfur:

- Sjálfstæð vinnubrögð, skipulagshæfni og frumkvæði
- Góð samskiptahæfni og jákvæðni
- Fagmennska og geta til að vinna undir álagi
- Góð tölvu- og íslenskukunnátta

Frekari upplýsingar veitir Eggert H. Sigmundsson vinnlustjóri í síma 840 8858 eða netfang eggerts@nordlenska.is.

Áhugasamir geta sent ferilsskrá á netfangið jona@nordlenska.is eða fyllt út eyðublað á www.nordlenska.is.

Umsóknarfrestur er til 27. september 2013.

Öllum umsækjendum verður svarað þegar ráðning liggur fyrir.

Norðlenska er eitt öflugasta matvælaframleiðslufyrirtæki landsins, með stórgripasláturhús og kjötvinnslu á Akureyri, sauðfjársláturhús og kjötvinnslu á Húsavík, sauðfjársláturhús á Höfn og söluskrifstofu í Reykjavík. Starfsmenn eru um 180 talsins og um 320 meðan á sauðfjársláturtíð stendur. Meðal þekktustu vörumerkja Norðlenska eru Goði, KEA, Húsavíkur hangikjöt og Bautabúrið.

VILT ÞÚ STARFA Í BANKA ATVINNULÍFSINS?

Tekur þú vel á móti gestum?

Við hjá MP banka leggjum mikla áherslu á að taka vel á móti viðskiptavinum okkar og gestum bankans. Við óskum eftir að ráða starfsmann við móttöku viðskiptavina, símsvörun og fundausjón.

Starfssvið og ábyrgð

- Móttaka viðskiptavina og gesta
- Símsvörun og fundausjón
- Umsjón með pósthjónustu og ýmsum innkaupum
- Skrifstofustörf og stuðningur við öll svið bankans
- Ferðabókanir

Hæfni og þekking

- Fágúð framkoma, gott viðmót og lipurð í samskiptum
- Þjónustulund og vilji til að sinna þörfum viðskiptavina
- Gott vald á íslensku og ensku, í rituðu og töluðu máli
- Góð almenn tölvukunnátta
- Sveigjanleiki og skipulagshæfni

Nánari upplýsingar um starfið veitir: Hildur Þórisdóttir, hildur@mp.is, forstöðumaður markaðs- og mannauðssviðs. Umsóknarfrestur er til og með 27. september n.k.

Umsækjendur eru vinsamlegast beðnir að sækja um starfið á heimasíðu MP banka, www.mp.is eða sendið umsóknir á starf@mp.is. Með umsókn skal fylgja greinargóð ferilsskrá og kynningarbréf. Farið er með allar umsóknir og fyrirspurnir sem trúnaðarmál.

Um MP banka

MP banki hf. á rætur sínar að rekja til ársins 1999 og starfa 130 starfsmenn í samstæðu bankans. Forstjóri er Sigurður Atli Jónsson og formaður stjórnar er Þorsteinn Pálsson. Eignarhald MP banka er gagnsætt og er eini bankinn sem er að fullu í eigu einkaaðila, s.s. lífeyrissjóða, fyrirtækja og einstaklinga.

MP banki sérhæfir sig í að veita íslensku atvinnulífi, athafnafólki, fjárfestum og sparifjareigendum úrvals bankþjónustu, auk alhliða þjónustu á sviði fjárfestingabankastarfsemi og eignastýringar. Starfsemi bankans skiptist í fjögur meginsvið: fjárfestingabankasvið, eignastýringarsvið, viðskiptabankasvið og eignaleigusvið.

Ármúli 13a / Borgartún 26 / +354 540 3200 / www.mp.is

mpbanki
banki atvinnulífsins



Vilt þú skapa góðar minningar?

Nordic Visitor leitar að öflugum starfsmönnum í fjölbreytt og skemmtileg störf.

- Starfsmaður í hópadeild
- Bókhaldsfulltrúi

Nordic Visitor er framsækin ferðaskrifstofa sem sérhæfir sig í sérsníðnum pakkaferðum fyrir einstaklinga og hópa til allra Norðurlanda sem og fyrirtækjaferðir til Íslands og Svíþjóðar.

Fyrirtækið hefur verið í stöðugum vexti síðan það var stofnað árið 2002 og er í dag eitt af stærstu ferðaþjónustufyrirtækjum Íslands með um 50 starfsmenn. Við bjóðum uppá lifandi vinnustað með fjölbreyttum áskorunum og frábæra starfsaðstöðu í höfuðstöðvum fyrirtækisins í Briartúni.

Nánari upplýsingar um þessi störf er að finna á vef Nordic Visitor: www.nordicvisitor.com/career/

NORDIC VISITOR

Vélstjóri Fjarðabyggðarhöfnum

Auglýst er laust til umsóknar starf vélstjóra við Fjarðabyggðarhafnir. Um er að ræða fullt starf.

Starfið felur í sér vélstjórn dráttarbáts Fjarðabyggðarhafna, auk annarra hafnarstarfa. Starfið er lifandi og kallar á mikil samskipti við fólk og fyrirtæki. Nánari lýsingu á starfinu og hæfniskröfum er að finna á heimasíðu Fjarðabyggðar www.fjardabyggd.is

Launakjör eru samkvæmt kjarasamningum Launanefndar sveitarfélaga og viðkomandi stéttarfélag. Skriflegar umsóknir ásamt ferilskrá og afriti af réttindaskírteinum skulu berast skrifstofu Fjarðabyggðar eigi síðar en **þriðjudaginn 30. september 2013 merkt „Vélstjóri“**.

Upplýsingar um starfið veitir Steinþór Pétursson, framkvæmdastjóri Fjarðabyggðarhafna í síma 470-9000, [netfangið steinthor.petursson@fjardabyggd.is](mailto:netfangið.steinthor.petursson@fjardabyggd.is).

Starfið hæfir jafnt konum sem körlum og eru konur hvattar til að sækja um.

Mjólfjörður

Norðfjörður

Eskifjörður

Reyðarfjörður

Fáskrúðsfjörður

Stöðvarfjörður



HAFNARFJÖRÐUR

www.hafnarfjordur.is

ÞJÓNUSTUVER HAFNARFJÖRÐARBÆJAR
STRANDGATA 6
220 HAFNARFJÖRÐUR
SÍMI 585 5500
FAX 585 5599

Skólaskrifstofa Hafnarfjarða Lausar stöður í grunnskólum

Áslandsskóli (664 5501 leifur@aslandsskoli.is)
Íþróttakennsla, umsækjandi þarf að geta hafið störf sem fyrst.

Öldutúnsskóli (555 1546/664 5898
valdimar.vidisson@oldtunsskoli.is)

Stærðfræðikennsla á unglingsstigi.

Um er að ræða 100% starf og þarf umsækjandi að geta hafið störf sem fyrst.

Allar upplýsingar veita skólalæstarar viðkomandi skóla. Sjá nánari upplýsingar á heimasíðu skólanna.

Umsóknarfrestur er til og með **20. september 2013**. Samkvæmt jafnréttisstefnu Hafnarfjarða eru karlar jafnt sem konur hvattir til að sækja um starfið.

Fræðslustjórinn í Hafnarfirði

Sölu- og markaðsstjóri heyrir beint undir forstjóra og situr í framkvæmdaráði fyrirtækisins.

Helstu verkefni

- Stjórnun sölusviðs
- Sala á þjónustu fyrirtækisins
- Markaðsmál og markaðsgreiningar
- Samningagerð
- Þátttaka í þróun þjónustulausna

Menntunar- og hæfniskröfur

- Háskólamenntun er kostur
- Reynsla og þekking af sölu og markaðsmálum
- Frumkvæði og hæfni til að greina tækifæri
- Sjálfstæði, skipulagshæfni og góðir samskiptaeiginleikar
- Stjórnunarreynsla er kostur
- Góð tungumálþekking skilyrði, sérstaklega íslenska og enska, norðurlandamál er kostur

Umsóknarfrestur er til og með 20. september nk. Umsækjendur sendi umsókn á starfsmannastjóra ISS, Sigríði Héðinsdóttur á [netfangið sigridur.hedinsdottir@is.issworld.com](mailto:netfangið.sigridur.hedinsdottir@is.issworld.com). Öllum umsóknum verður svarað og farið með þær sem trúnaðarmál. Umsækjendur eru beðnir að senda ítarlega starfsferilskrá með kynningu þar sem viðkomandi gerir grein fyrir hæfni í starfið.

ISS Ísland er stærsta þjónustufyrirtæki landsins á sviði fasteignaumsjónar, sem felur í sér ræstingar, umsjón mótuneyta og fasteignaumsýslu. ISS Ísland er traustur vinnuveitandi, starfar um allt land og hefur um 800 manns í vinnu. ISS Ísland er hluti af alþjóðlegu fyrirtæki ISS A/S sem starfar í 53 löndum og er fjórði stærsti einkarekni atvinnunuurekandi í heiminum.

ISS Ísland ehf • Austurhraun 7 • 210 Garðabær • 5800 600



A WORLD OF SERVICE



„ISS Ísland óskar eftir að ráða sölu- og markaðsstjóra í framtíðarstarf“

Óskum eftir að ráða

Sölumenn

fyrir gott og vel þekkt fyrirtæki, sem sérhæfir sig í innflutningi, sölu- og þjónustu á sjónvörpum, hljómtækjum og tölvubúnaði.

Hæfnis- og menntunarkröfur:

- Góð almenn menntun
- Reynsla af sölumennsku,
- Þekking og áhugi á slíkum tækjum.
- Hafa til að bera ríka þjónustulund
- Hæfni í samskiptum.

Starfslýsing:

- Sölumennska og afgreiðsla úr verslun
- Þjónusta og ráðgjöf til viðskiptavina

Nánar upplýsingar gefur Magnús Harðarson hjá Mannvali. Vinsamlegast sækjið um á: www.mannval.is

MANNVAL

Ráðningar - Sími: 864 2406

Langar þig að fjalla um íþróttir?

Íþróttadeild Fréttablaðsins og Vísis óskar eftir metnaðarfullum íþróttifrétamönnum í hlutastörf.

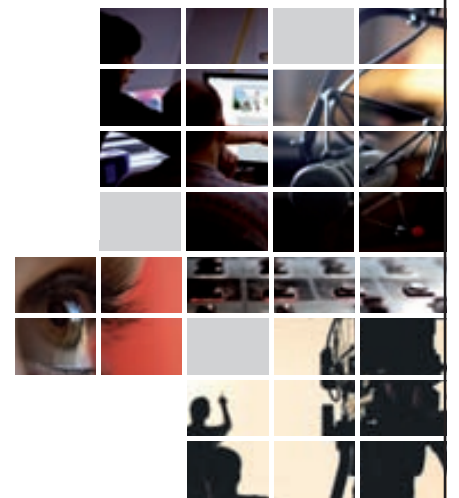
Einkum er um að ræða kvöld- og helgarvinnu.

Umsækjendur þurfa að hafa brennandi áhuga á íþróttum og gott vald á íslensku tungu.

Konur eru sérstaklega hvattar til þess að sækja um starfið.

Frekari upplýsingar veitir Henry Birgir Gunnarsson, henry@frettabladid.is.

Áhugasamir sækji um starfið ekki síðar en **20. september nk**. Eingöngu er tekið við umsóknum á vef 365 miðla, 365midlar.is.



Sérverk óskar eftir smiðum

Vegna anna vantar okkur trésmiði, smiði á verkstæði og verkamenn sem fyrst.
Upplýsingar í s. 893 0236

Umsóknir sendist á serverk@serverk.is

**Laust starf hjá Óliudreifingu ehf.****Forstöðumaður Þjónustudeildar Óliudreifingar ehf.**

Óliudreifing ehf óskar að ráða í starf forstöðumanns þjónustudeildar félagsins. Megin starfsemi deildarinnar felst í uppsetningu og viðhaldi á afgreiðslubúnaði þjónustustöðva á öllu landinu auk annarra fjölbreyttra verkefna sem tengjast þjónustu við eldsneytismarkaðinn. Á deildinni starfa 45 iðnaðarmenn með fjölbreytta menntun og bakgrunn.

Starfslýsing:

- Yfirumsjón með rekstri þjónustudeildar.
- Kostnaðareftirlit.
- Samskipti við viðskiptavinum.
- Þróunarvinna og markaðssetning

Starfsreynsla:

- Reynsla af rekstri og verkefnastjórnun.
- Reynsla af mannauðsstjórnun.
- Tækniþekking sem nýtist í starfi.

Menntun:

- Verkfræðingur, tækniþekkingur eða iðnfræðingur t.d. á sviði rafmagns, tölvu eða véla.

Allar nánari upplýsingar veita:

Árni Ingimundarsson forstöðumaður
Sími: 550 9940 arni@odr.is
Hörður Gunnarsson framkvæmdastjóri
Sími: 550 9930 hordur@odr.is

Umsóknir berist í tölvupósti eða á skrifstofu að Hólmaslóð 8 -10, 101 Reykjavík fyrir 27. september n.k.

Sjá nánari upplýsingar um fyrirtækið á www.oliudreifing.is

NÝ VERSLUN

TÖLVUTEK HEFUR OPNAÐ STÆRSTU TÖLVUVERSLUN LANDSINS VIÐ ERUM ÞVÍ AÐ BÆTA VIÐ STARFSFÓLKI OG HLÖKKUM TIL AÐ FÁ ÞIG Í HÓPINN

**VERSLUN**

Sölumaður óskast í fullt starf við ráðgjöf við val á tölvubúnaði auk tilfallandi starfa í verslun. Viðtæk þekking á innviðum PC tölvubúnaðar skilyrði.

VERKSTÆÐI

Tæknimaður óskast í traustan hóp tæknimanna í fullt starf. Reynsla við fartölvuviðgerðir æskileg. Viðtæk og góð þekking á PC tölvubúnaði skilyrði.

LAGER

Öflugur og hress starfskraftur óskast í fullt starf á lager og lagermóttöku en við leitum að heilsuhaustum og duglegum einstakling með bilpróf.

INNKAUP

Innkaupafulltrúi óskast í fullt starf við vörustjórnun, innskráningu og tilfallandi verkefni. Góð Excel kunnátta og viðtæk þekking á PC tölvubúnaði skilyrði.

MARKAÐSDEILD

Markaðsfulltrúi óskast í fjölbreytt og skemmtilegt starf sem felst í vinnslu á markaðsefni í fjölmiðlum og verslun ásamt umsjón yfir samskiptamiðlum og vefverslun. Gott vald á íslensku, góð reynsla í Indesign og Photo-shop ásamt almennum áhuga á tölvubúnaði og iðlutum skilyrði.

Sendið tölvupóst á starf@tolvutek.is með ferilskrá • Góð laun í boði og fullur trúnaður



Reykjavík • Hallarmúla 2 • 563 6900 | Akureyri • Undirhlíð 2 • 430 6900

Tölvutek er einn stærsti dreifingar- og söluaðili á tölvum og tölvubúnaði til einstaklinga og smærri fyrirtækja á Íslandi með verslanir, fyrirtækja og þjónustuvið í Reykjavík og Akureyri. Tölvutek hefur vaxið ört á síðustu árum en hjá Tölvutek starfa í dag 60 þrautþjálfaðir starfsmenn. Sterk staða Tölvutek var nýverið staðfest þegar Tölvutek var valið annað árið í röð eitt af sterkustu fyrirtækjum landsins með viðurkenningu frá Creditinfo en Tölvutek er á meðal 1% íslenskra fyrirtækja sem stóðst þær kröfur sem þurfti til að vera valið FRAMÚRSKARANDI FYRIRTÆKI 2012. Við erum enn að stækka og okkur hlakkar til að fá þig í samveldinn og traustann hóp starfsmanna Tölvutek.



Viðburða- og verkefnastjórnun á markaðssviði

Markaðssvið Marel leitar að verkefnamiðuðum einstaklingi til að skipuleggja alþjóðlegar vörusýningar og aðra viðburði í samvinnu við markaðsteymi Marel um heim allan. Viðkomandi mun jafnframt vinna náið með framkvæmdastjóra markaðssviðs að skipulagi og ásýnd vörumerkja Marel og takast á við önnur fjölbreytt verkefni á sviði markaðsmála í alþjóðlegu umhverfi.

Við leitum að einstaklingi sem er meistari í að skipuleggja flókna viðburði og getur haldið mörgum boltum á lofti á sama tíma. Viðkomandi þarf að eiga auðvelt með að vinna með fjölbreyttum hópi einstaklinga og hafa afburða samskiptahæfileika.

Starfssvið:

Skipulagning alþjóðlegra vörusýninga og viðburða í samvinnu við einingar innan Marel sem felur m.a. í sér:

- Framkvæmd markaðsstefnu markaðsstjóra í tengslum við vörusýningar og viðburði
- Utanumhald vegna aðfanga sýninga
- Undirbúningur og frágangur í tengslum við sýningar og viðburði
- Kostnaðareftirlit og eftirfylgni í lok sýninga og viðburða

Hæfniskröfur:

- Yfirgripsmikil reynsla á sviði verkefna- og viðburðarstjórnunar
- Reynsla eða menntun á sviði markaðsmála og kynningarmála
- Reynsla af verkefnastjórnunarkerfum og fjárhagskerfum
- Reynsla af því að vinna með vörumerki (branding).

Umsóknarrestur er til og með 23. september nk. Einungis er tekið við umsóknum á heimasíðu Marel, www.marel.com/jobs. Nánari upplýsingar um starfið veitir Ingólfur Örn Guðmundsson, ingolfur.gudmundsson@marel.com, í síma 563 8000.

Marel er alþjóðlegt hátæknifyrirtæki í farabroddi í þróun og framleiðslu tækja, hugbúnaðar og lausna fyrir matvælaíðnað. Hjá fyrirtækinu starfa um 4000 manns í fimm heimsálfum, þar af um 500 á Íslandi.

Við bjóðum upp á góða vinnuásetningu, skilvirka starfsþjálfun, sveigjanlegan vinnutíma, mótuneyti, barnaherbergi, framúrskarandi íþróttáæststöðu og gott félagslíf.

www.marel.com



Ás styrktarfélag Störf á heimili fatlaðs fólks

Félagið opnar í lok september heimili fyrir fólk með fötlun að Lautarvegi. Proskapjálfar, félagsliðar og stuðningsfulltrúar óskast til starfa. Um er að ræða næturvakt og 50-85% hlutastörf, morgunvaktir, kvöldvaktir og helgarvaktir. Stöðurnar eru lausar frá 1. október eða eftir nánara samkomulagi. Umsækjendur þurfa að vera 20 ára eða eldri.

Hlutverk starfsfólks í búsetu er fyrst og fremst fólgið í því að aðstoða íbúa í daglegu lífi og efla sjálfstæði þeirra.

Upplýsingar veitir Nína Edda Skúladóttir í síma 4140-500 á virkum dögum milli kl. 8.30 og 16.00. Upplýsingar um félagið og atvinnuumsókn má finna á heimasíðu þess www.styrktarfelag.is, einnig má skila umsóknum á netfangið nina@styrktarfelag.is

Launakjör eru samkvæmt gildandi kjarasamningum.

Viltu vinna í Noregi hvar og hvenær sem er?

Ertu hjúkrunarfræðingur, hjúkrunarfræðingur með sérmenntun eða sjúkráliði? Talar þú norsku?

Við erum með vinnu fyrir þig!

Við hjá Xtra Care vinnumiðlun verðum á Grand Hótel fimmtudaginn 19. september á Euros starfakynningunni frá kl 13-18.

Endilega kíkðu á okkur og fáðu upplýsingar um störf heilbrigðisstarfsfólks í Noregi.

Upplýsingar : www.xtracare.no

Eða í síma: 0047- 92645802

00354 - 8992268

Hlökkum til að sjá ykkur



Vaktstjóri í framleiðslu

Te & kaffi óskar eftir að ráða vaktstjóra til að starfa í framleiðsludeild fyrirtækisins

Helstu verkefni og ábyrgð

- Umsjón með framleiðslu- og þökkunarvélum
- Umsjón með þökkun á kaffi, te og öðrum framleiðsluvörum
- Gæðaeftirlit
- Önnur almenn störf í framleiðslu
- Ristun kaffibauna

Hæfniskröfur:

- Vélafærni er æskileg
- Góð almenn tölukunnátta
- Vinnuvélaréttindi er kostur
- Sjálfstæði í vinnubrögðum, skipulagshæfileikar og frumkvæði
- Framúrskarandi hæfni í mannlegum samskiptum
- Nákvæmni og mikill metnaður
- Mikill áhugi á kaffi og te

Unnið er vaktaskipt frá 6:00 til 15:00 og frá 10:00 til 19:00 alla virka daga. Um er að ræða framtíðarstarf og æskilegt að viðkomandi geti hafið störf sem fyrst. Aldurstakmark 25 ára.

Umsóknir berist á atvinna@teogkaffi.is fyrir 24. september.

Fagmennska – Þekking – Upplifun

teog
kaffi.is



Atvinna Akureyri Rafvirkjar /Vélstjóri

Rafvirkjar

Vegna góðrar verkefnastöðu vantar okkur tvo rafvirkja til framtíðarstarfa sem allra fyrst.

Við erum að leita að duglegum, jákvæðum og þjónustulíprum einstaklingum með sveinspróf í rafvirkjun.

Næg verkefni eru framundan s.s. við nýlagnir, viðhald fasteigna og tækja, breyting Múlaganga og Norðfjarðargöng.

Umsóknarfrestur er til 20.september

Vélstjóri

Óskum eftir að ráða vélstjóra til starfa sem allra fyrst. Í starfinu felst m.a. að sjá um þjónustu og viðhald á diesel rafstöðvum fyrir Mílu, RÚV, Vodafone og Neyðarlínuna sem eru staðsettar um allt land. Leitað er eftir áhugasömum, sjálfstæðum einstaklingi sem sýnir frumkvæði í starfi. Þarf að vera vanur fjallaferðum þar sem vinnan útheimtir töluverð ferðalög.

Umsóknarfrestur er til 20.september.

Umsóknum ásamt ferilskrá skal skilað inn til skrifstofu Rafmanna sem allra fyrst eða senda á rafmenn.is

Mjög viðtæk þekking er innan fyrirtækisins og hefur fyrirtækið að geyma 3 deildir, fjarskiptadeild, þjónustu- og verkefnadeild. Hjá fyrirtækinu starfa nú 30 öflugir starfsmenn.

Afleysingalæknir/læknar

Afleysingalæknir/lækna vantar til afleysinga við Heilsugæslu Dalvíkur í 12-15 mánuði frá 1. desember næstkomandi eða eftir nánara samkomulagi.

Við heilsugæslu Dalvíkur starfa tveir læknar og þrjú hjúkrunarfræðingar ásamt öðru starfsfólki. Starfið fellst í almennum heilsugæslustörfum og einnig þjónustu við Dalbæ, hjúkrunar- og dvalarheimili.

Á þjónustusvæði heilsugæslu eru um 2.200 íbúar

Góð aðstaða og húsnæði í boði.

Umsóknarfrestur er til 30.október

Upplýsingar gefa:

Guðmundur Pálsson, yfirlæknir í síma 466-1500 og 693-1916. Netfang: guðmundur@hgd.is

Konráð Karl Baldvinsson, forstjóri í síma 897-6963

Netfang: konrad@hgd.is



Ás styrktarfélag Lyngás

Óskar eftir starfsmanni í eldhús. Um er að ræða 94% starf og vinnutíminn er frá 8.00-15.30 alla virka daga. Staðan er laus nú þegar eða eftir nánara samkomulagi. Lyngás er í Safamýri 5 og þangað koma ungmenni og full- orðið fólk með fötlun í vinnu og virkni.

Starfsmaður í mótuneyti ber ábyrgð á að sinna almennum störfum undir tilsögn matráðs og aðstoða hann við matreiðslu og framreiðslu. Hann ber ábyrgð á að framfylgja reglugerð um matvælaeftirlit og hollustuhætti við framreiðslu og dreifingu matvæla.

Nánari upplýsingar veitir Birna Björnsdóttir í síma 553-8228. Upplýsingar um félagið og atvinnuumsókn má finna á heimasíðu þess www.styrktarfelag.is, einnig má skila umsóknum á netfangið birna@styrktarfelag.is

Launakjör eru samkvæmt kjarasamningum Eflingar.

Verkefnastjóri

Velferðarsvið óskar eftir verkefnastjóra

Menntunar og hæfniskröfur

- Háskólapróf sem nýtist í starfi.
- Færni í samskiptum, tjáningu, skipulagshæfni og gott auga fyrir smáatriðum í víðu samhengi.
- Færni til að tjá sig skipulega bæði í ræðu og riti á íslensku. Slíkt vald á öðru tungumáli er kostur.
- Reynsla og góð kunnátta í Microsoft Office.
- Færni í að vinna úr tölfræðilegum upplýsingum.
- Færni að setja fram upplýsingar á myndrænan og skilvirkan hátt.
- Frumkvæði, jákvæðni og sjálfstæði í vinnubrögðum.

Helstu verkefni

- Kemur að stefnumótun og annast verkefnastjórnun sviðsins við undirbúning, skipulagningu og innleiðingu á nýjum verkefnum eða þjónustu.
- Sér um tölfræðilegar upplýsingar er varða þjónustu velferðarsviðs, vinnur úr þeim og setur fram á skipulegan og aðgengilegan hátt.
- Vinnur að gerð úttekta á einstökum verkefnum, ásamt endurskoðun starfshátta, starfsreglna og skipulags hjá stofnuninni.
- Hannar og ritstýrir útgáfu ársskýrslu og skipuleggur fræðslu og námskeiðahald fyrir starfsfólk.
- Er öryggisstjóri velferðarsviðs í upplýsingaöryggi og meðferð persónuupplýsinga.

Frekari upplýsingar

Laun eru samkvæmt kjarasamningi Launanevndar sveitarfélaga og KÍ.

Umsóknarfrestur er til og með 27. sept. 2013.

Nánari upplýsingar um starfið veitir Aðalsteinn Sigfússon sviðsstjóri í síma 570-1500, eins má beina fyrirspurnum á pósthfang: adalsteinn@kopavogur.is

Karlar jafnt sem konur eru hvattir til að sækja um starfið.

Eingöngu er hægt að sækja um starfið rafrænt á vef Kopavogsbær.kopavogur.is



Kopavogsbær

kopavogur.is

STÖRF HJÁ GARÐABÆ

Á leikskólum

Hæðarból

- leikskólakennari

Bæjarból

- leikskólasérkennari/proskapjálfi
- leikskólakennari

Krakkakot

- leikskólakennarar

Holtakot

- deildarstjóri

Lundaból

- leikskólakennari

Á hjúkrunarheimilinu Ísafold

- sjúkrapjálfi 60%
- ræsting

Í þjónustumiðstöð/áhalda húsi

- yfirverkstjóri

Nánari upplýsingar á vef Garðabær.is



GARÐABÆR
www.gardabaer.is

Núðluskálin Skólavörðustíg 8 leitar að starfsmönnum á 2.2.2 vaktir

Reynsla af þjónustustörfum kostur. Leitum að þjónustulunduðum og vinnusömum einstaklingum. Ferilskrá sendist á nudluskalin@gmail.com



ÖRYGGISVÖRDUR SECURITY GUARD

Sendiráð Bandaríkjanna auglýsir stöðu öryggisvarðar lausa til umsóknar.

Umsóknarfrestur er til og með **27. september 2013**.

Frekari upplýsingar er að finna á heimasíðu sendiráðsins: <http://iceland.usembassy.gov/vacancies.html>

The U.S. Embassy in Reykjavik is seeking an individual for the position of Security Guard. The closing date for this position is **September 27, 2013**. Application forms and further information can be found on the Embassy's home page:

<http://iceland.usembassy.gov/vacancies.html>

Please send your application and resumé to: reykjavikvacancy@state.gov

ATVINNA

Reykjanesbær leitar að félagsráðgjafa

Staða félagsráðgjafa hjá Fjölskyldu- og félagssviði Reykjanesbæjar

Fjölskyldu- og félagssvið Reykjanesbæjar (FFR) auglýsir eftir starfsmanni í 100% stöðu á skrifstofu FFR.

Starfið felst í vinnu að barnavernd, fjárhagsaðstoð og ráðgjöf við fjölskyldur og einstaklinga í Reykjanesbæ.

Menntun og reynsla:

Viðkomandi hafi lokið félagsráðgjafanámi til starfsréttinda. Reynsla á sviði félagsþjónustu og barnaverndar æskileg. Æskilegt að viðkomandi geti hafið störf sem fyrst.

Hjá FFR er gott starfsumhverfi og góður starfsandi. Laun eru skv. samningi Launanevndar sveitarfélaga og viðkomandi fagfélags.

Umsóknnum skal skilað rafrænt á vef Reykjanesbæjar <http://reykjanesbaer.is>

Umsóknarfrestur er til **27. september nk.**

Nánari upplýsingar veiti félagsmálastjóri í síma 421-6700, [hjorðis.arnadottir@reykjanesbaer.is](mailto:hjordis.arnadottir@reykjanesbaer.is)



REYKJANESBÆR
reykjanesbaer.is



HJÚKRUNARHEIMILI



Læknaritari

Laus er staða læknaritarara frá 1. desember n.k. eða fyrr eftir nánara samkomulagi

Um er að ræða 50% starf, almennt læknaritarastarf ásamt öðrum skrifstofustörfum á heimilinu.

Hæfniskröfur:

Löggilt læknaritanám, lipurð í samskiptum, trúmennska og nákvæmni í vinnubrögðum

Umsóknir þurfa að berast fyrir 1. október n.k.

Upplýsingar veita:

Sigurbjörn Björnsson

Framkvæmdarstjóri lækninga

Sími 522 5600, netfang: sigbb@skjol.is

Guðný H. Guðmundsdóttir

Framkvæmdarstjóri hjúkrunar

Sími 522 5600, netfang: gudny@skjol.is

Skjól hjúkrunarheimili
Kleppsvégi 64, 104 Reykjavík
Sími 522 5600



Starfatorg.is

Laus störf hjá ríkinu og upplýsingar um málefni ríkisstarfsmanna

Starf	Stofnun	Staður	Nr. á vef
Sviðsstjóri á eftirlitssviði	Lyfjastofnun	Reykjavík	201309/031
Framhaldsskólakennarar	Menntaskólinn við Hamrahlíð	Reykjavík	201309/030
Matreiðslumaður	Framhaldsskólinn í Mosfellsbæ	Mosfellsbær	201309/029
Barnalæknir	Heilsugæsla höfuðborgarsvæðisins	Reykjavík	201309/028
Læknir	Heilbrigðisstofnunin Sauðárkróki	Sauðárkrókur	201309/027
Starfsmenn	Stuðlar	Reykjavík	201309/026
Hjúkrunarfr. í sýkingarvörnum	LSH, gæða- og sýkingavarnadeild	Reykjavík	201309/025
Rannsóknarmaður	LSH, rannsóknast. í taugalífeðlisfr.	Reykjavík	201309/024
Héraðsdómari	Innanríkisráðuneytið	Hafnarfjörður	201309/023
Þjónustufulltrúar	Ríkisskattstjóri	Akure., Siglufj.	201309/022
Afleysingalæknar	Heilsugæslustöðin Dalvík	Dalvík	201309/002
Lögfræðingur	Umboðsmaður Alþingis	Reykjavík	201309/021
Sóknarprestur	Biskup Íslands	Staðastaður	201309/020



Rekstrarstjóri verslana

Ert þú öflugur stjórnandi með reynslu af verslunarstörfum og innkaupum? Viltu stýra verslunarrekstri á spennandi og sýbreytilegum markaði? Þá gæti staða rekstrarstjóra verslana hjá Vodafone verið framtíðarstarfið þitt. Í starfinu felst m.a. val á vöruframboði og birgðastjórnun, ábyrgð á innkaupum, samningagerð við birgja og rekstur fjögurra verslana auk netverslunar.

Allar nánari upplýsingar um starf og hæfniskröfur er að finna á vodafone.is/storf.

Umsóknarfrestur er til og með **22. september 2013**.

Góð samskipti bæta lífið



ÓSKUM EFTIR KJÖTIDNAÐARMANNI EÐA MATREIÐSLUMANNI Í FULLT STARF


EINNIG ÓSKUM VIÐ EFTIR STARFSMANNI Í 70% STARF Í ELDHÚSI ÁSAMT STARFSFÓLKI Í AFGREIÐSLU

◆ ÁHUGASAMIR SENDI UMSÓKN Á NETFANGIÐ ◆

[KJOTKOMPANI@KJOTKOMPANIS](mailto:kjotkompani@kjotkompani.is)

www.kjotkompani.is | sími: 578 9700

DALSHRAUN 13 HAFNARFIRÐI



Bókasafns- og upplýsingafræðingur með kennsluréttindi

Framhaldsskólinn í Austur-Skaftafellssýslu (FAS) ásamt Hornafjarðarsöfnum auglýsa eftir bókasafns- og upplýsingafræðingi, æskilegt er að viðkomandi hafi kennsluréttindi.

Um er að ræða 100% ótímabundið stöðugildi við framhaldsskólann og Hornafjarðarsöfn. Æskilegt er að viðkomandi geti hafið störf sem fyrst, en eigi síðar en í janúar 2014.

Starfslýsing

Sér um rekstur bókasafns skólans
Annast bókakaup, flokkun, skráningu, frágang og útlán á gögnum safnsins
Sér um safnkynningar í samráði við kennara og aðstoðar nemendur og kennara við verkefnavinnu, heimildaleitir og gagnaöflun
Aðstoð við Héraðsskjalasafn Hornafjarðarsafna
Kennsla við Framhaldsskólann í áföngum sem lúta að rannsókn- og verkefnavinnu
Það sem fellur til innan safns og skóla í samvinnu við aðra starfsmenn

Hæfnis- og menntunarkröfur

Reynsla í starfi bókasafns- og upplýsingafræðings
BA-próf í bókasafns- og upplýsingafræði ásamt kennsluréttindum
Sjálfstæð og vönduð vinnubrögð
Frumkvæði í starfi
Hæfni í mannlegum samskiptum

Umsóknarfrestur er til 25. september 2013
Frekari upplýsingar veitir Vala Garðarsdóttir forstöðumaður Hornafjarðarsafna í síma 470 8052 eða á netfanginu vala@hornafjordur.is

Hornafjörður er blómstrandi 2200 manna samfélag. Höfn, stærsti þéttbýlisstaðurinn er öflugur útgerðarþéttbýli. Í sveitarfélaginu eru tveir grunnskólar og tveir leikskólar. Framhaldsskóli og rannsóknasetur Háskóla Íslands eru í Nýheimum Menningamiðstöð Hornafjarðar ásamt almenningsbókasafni, starfstöðvum Matis, Nýsköpunarmiðstöðvar, Austurbú framhaldsfræðslu og Búnaðarsambandi Suðurlands. Fjölbreytt félagsstarf er í sveitarfélaginu, ný almenningsundlaug, íþróttahús, líkamsræktarstöð og knattúshús. Samgöngur eru greiðar, beint flug er til Hafnar og Strætó getur til Hafnar frá Reykjavík.

Sveitarfélagið Hornafjörður / Hafnarbraut 27 / S: 4708000 / www.hornafjordur.is

Blaðberinn bíður þín

Þú færð Blaðberinn þinn í Skaftahlíð 24, alla virka daga frá kl. 9-17.



Blaðberinn... góðar fréttir fyrir umhverfið

DÍS ÍSLENSK HÖNNUN

facebook.com/DisIslenkHonnun

Auglýsum eftir starfsmanni í verslun okkar í Firðinum í Hafnarfirði

Vinnutími frá kl 12:00-18:00 alla virka daga og 11-16 annan hvern laugardag.
Reynsla af afgreiðslustörfum æskileg.

Nánari upplýsingar veitir Snædis í síma 847 5758 eða á sg17@visir.is



Þjóðminjasafn Íslands auglýsir laust til umsóknar starf sýningarstjóra sýningar um listrænan menningararf í Þjóðmenningarhúsinu.

Ráðið er í starfið tímabundið til 6 mánaða. Æskilegt er að viðkomandi geti hafið störf 1. nóvember næstkomandi.

Starfssvið:

• Sýningarstjóri er verkefnisstjóri heildstæðrar grunnsýningar um listrænan arf sem varðveittur er í Þjóðmenningarstofnunum Íslands. Á sýningunni verður fjallað um íslenska listasögu og sjónrænan menningararf. Sýningarstjóri stýrir og samræmir störf sýningarnefndar sem starfar í umboði verkefnisstjórnar grunnsýningar sem skipuð er forstöðumönnum Þjóðminjasafns Íslands, Listasafns Íslands, Þjóðskjalasafns Íslands, Landsbókasafns- Háskólabókasafni og Stofnunar Árna Magnússonar í íslenskum fræðum. Sýningarnefndin er fagnefnd skipuð sérfræðingum viðkomandi stofnana. Hlutverk hennar er að móta grunnhugmynd sýningarinnar og taka þátt í sýningargerðinni. Verkefnið er unnið undir yfirstjórn þjóðminjavarðar sem er formaður verkefnisstjórnar. Ráðgert er að sýningin opni árið 2014.

Hæfniskröfur:

- Menntun á sviði safnafræða og/eða listasögu, menningasögu, lista og hönnunar.
- Góð reynsla af verkefnisstjórnun.
- Umtalsverð reynsla af sýningarstjórnun innanlands og /eða erlendis.
- Reynsla á fagsviði lista- og/eða menningarmínjasafna.
- Góð tök á íslensku og ensku.
- Hæfni í mannlegum samskiptum.

Nánari upplýsingar um starfið veitir Margrét Hallgrímsdóttir, þjóðminjavörður í síma 8612200.

Um launakjör fer samkvæmt kjarasamningi viðkomandi stéttarfélags og fjármálaráðherra.

Við ráðningar í störf er tekið mið af jafnréttisáætlun stofnunarinnar.

Umsóknarfrestur er til og með 1. október n.k. Umsóknir með upplýsingum um menntun, reynslu og meðmælendur berist til Þjóðminjasafns Íslands, Suðurgötu 43, 101 Reykjavík eða rafrænt á póstfangið margret@thjodminjasafn.is og gudrun.gardarsdottir@thjodminjasafn.is

Starfsmaður taki þátt í því að Þjóðminjasafn Íslands nái markmiðum sínum sem vísinda- og þjónustustofnun. Starfsmaður leggi áherslu á góða þjónustu og ráðgjöf, fagleg og ábyrg vinnubrögð og jákvætt skapandi andrúmsloft á vinnustað.



Kanntu brauð að baka?

Ef svo er óskar Eir, hjúkrunarheimili eftir bakara eða starfsmanni við bakstur.

Unnið er virka daga.

Starfsmaður þarf að geta unnið sjálfstætt. Skila þarf umsóknnum inn fyrir **20. september** n.k. og sendist á netfangið: eldhus@eir.is og eða á skrifstofu Eirar.

**Eir hjúkrunarheimili – Eldhús
Hlíðarhúsum 7 112 Reykjavík
S: 522 5700**



STARFSFÓLK VANTAR Á VÉLAVERKSTÆÐI KLETTIS

Starfið felst meðal annars í viðhalds- og viðgerðarþjónustu á Caterpillar, Scania og IR loftpressum.

Verkstæðið er mjög vel tækjum búið og öll starfsaðstaða til fyrirmyndar.

Áhugasamir hafi samband við Svein Simonarson í síma 825 5752 eða svsi@klettur.is

Hjá Kletti starfa um 50 manns við sölu og þjónustu á meðal annars Caterpillar, Scania, IR loftpressum, Dunlop og Goodyear hjólbörðum. Hjá okkur er góður starfsandi og öll starfsaðstaða til fyrirmyndar.

KLETTUR

Klettagördum 8-10 | 104 Reykjavík | Sími: 590-5100 | klettur.is

HELSE PERSONAL AS

Sykepleiere til Norge

Helse Personal AS søker engasjerte og faglig dyktige sykepleiere til ulike oppdrag i Norge innenfor sykehjem, hjemmesykepleie, respiratorteam og bofellesskap.


Du må ha norsk autorisasjon som sykepleier, og relevant jobberfaring. Vi tilbyr gode lønnsbetingelser og god oppfølging. Sommerbonus sommeren 2014. Man må beherske ett av de skandinaviske språkene godt både skriftlig og muntlig.

Dere møter oss på NAV EURES messen på Grand Hotel Reykjavík, 19/9-13 kl. 13.00 til 18.00. Ta gjerne kontakt for booking av intervjuetid i forkant av messen.


Kontaktinformasjon:

Helse Personal,
post@helsepersonal.no
Trude Vereide og Kathrin Omland,
tlf 00 47 902 80 287

www.helsepersonal.no




KOMDU UPPLÝSINGUM UM ÞAÐ SEM ÞÚ TELUR ÓLÖGLEGT EFNI Á NETINU TIL RÉTTRA YFIRVALDA



www.saft.is

Vissir þú að...



Börn ega rétt að leita sér

LÖGGILTUR BÍLASALI

B L A N D

Við leitum að löggiltum bílasala til að hjálpa okkur að gera hugmynd að veruleika og leiða með okkur spennandi fyrirtæki.

Umhverfi Bland.is er lifandi og ört stækkandi þar sem hugmyndir fæðast á hverri mínútu og þær glæddar lífi.

Bland.is er stærsti sölu og markaðsvefur Íslands og heimsækja vefinn daglega 60.000 manns og fer fjölgandi.

Starfslýsing:

- Hugmyndavinna og stefnumótun á nýju fyrirtæki
- Uppsetning og eftirfylgni
- Daglegur rekstur og verkferlar
- Frágangur og umsýsla

Hæfniskröfur:

- Reynsla af rekstri bílasölu er skilyrði
- Góð tölvu- og netkunnátta er algjört skilyrði
- Viðkomandi þarf að vera skipulagður og nákvæmur
- Frumkvæðni og jákvætt hugarfar

Áhugaverðir umsækjendur vinsamlegast sendið ýtarlega ferilskrá og kynningarbréf á atvinna@bland.is

Bland.is | 545 0000 | Sóltún 26 | www.bland.is

STRÁ

Starfsemi STRÁ ehf. býr að aldarfjórðungs reynslu og þekkingu á sviði starfsmanna- og ráðningarmála en stofan hefur unnið fyrir mörg helstu og leiðandi fyrirtæki landsins um árabíl.

Rík áhersla er lögð á trúnað varðandi vörslu gagna og upplýsinga bæði gagnvart umsækjendum, sem og vinnuveitendum.

Ánægðir viðskiptavinir til margra ára hafa notið þjónustu STRÁ, en stofan hefur jafnframt umsjón með ráðningum í sérfræði- og stjórnunarstöður.

www.stra.is



Til hvers að auglýsa ?

Ef þú auglýsir sjálf-/ur eftir starfsmanni eyðir þú verulegum tíma í úrvinnslu innsendra umsókna.

Okkar styrkur er öflugur gagnabanki og yfir tveggja áratuga reynsla við að þjónusta fyrirtæki við leit að starfsmanni.

Sparaðu þér tíma, kostnað og fyrirhöfn - leitaðu aðstoðar fagmanna með langvarandi reynslu af ráðningarmálum.

STRÁ Starfsráðningar ehf. - Suðurlandsbraut 30 - sími 588-3031
stra@stra.is - gudny@stra.is - www.stra.is

www.vinna.is



KENNSLA OG RANNSÓKNIR Í FJÁRMÁLUM OG ENDURSKOÐUN

Viðskiptadeild Háskólans í Reykjavík leitar að áhugasömum og metnaðarfullum einstaklingi til að sinna kennslu og rannsóknum á sviði fjármála og/eða endurskoðunar. Starfsheiti (aðjúnt, lektor, dósent eða prófessor) verður ákvarðað að loknu matsferli.

Viðskiptadeild býður upp á grunnám í viðskiptafræði auk meistaranáms með áherslu á fjármálastjórnun, stjórnunarreikningsskil og endurskoðun. Viðfangsefni geta m.a. verið á sviði reikningsskila, endurskoðunar, rekstrargreiningar, áhættustjórnunar, viðskiptakerfa, verðmats, alþjóðlegra fjármála eða ferilsstjórnunar.

Við leitum að einstaklingi með:

- Reynslu af háskólakennslu á meistarastigi í fjármálum, stjórnunarreikningsskilum og/eða endurskoðun
- Metnað til að starfa að uppbyggingu og þróun á gæðum kennslu og getu til að beita fjölbreyttum kennsluáferðum
- Doktorspróf á viðeigandi fræðasviði
- Reynslu í birtingu fræðigreina á sviðum fjármála, stjórnunarreikningsskila og/eða endurskoðunar í alþjóðlegum fræðitímaritum
- Hugmyndir að rannsóknarverkefnum á þessum sviðum
- Skilning á tengslum háskólanáms, rannsókna og þörfum viðskiptalífsins

Nánari upplýsingar veita: Páll Ríkharðsson, forstöðumaður meistaranáms í fjármálum og endurskoðun, (pallrik@ru.is) og Þórunn Jónsdóttir, deildarforseti viðskiptadeildar, (thoranna@ru.is).

Umsóknarfrestur er til og með 31. október 2013.

Umsóknum skal skilað til Háskólans í Reykjavík á vefnum ru.is/lausstofn.

Farið verður með fyrirspurnir og umsóknir sem trúnaðarmál.

Hlutverk Háskólans í Reykjavík er að skapa og miðla þekkingu til að auka samkeppnishæfni og lífsgæði fyrir einstaklinga og samfélag með siðgæði, sjálfbærni og ábyrgð að leiðarljósi. Akademískar deildir skólans eru fjórar: lagadeild, tölvunarfræðideild, tækni- og verkfræðideild og viðskiptadeild. Kennsla og rannsóknir við Háskólann í Reykjavík mótast af sterkum tengslum við atvinnulíf og samfélag. Lögð er áhersla á þverfaglega, alþjóðlegt umhverfi, nýsköpun og góða þjónustu. Nemendur háskólans eru um 3400 og starfa um 230 fastir starfsmenn við skólann auk fjölda stundakennara.



HÁSKÓLINN Í REYKJAVÍK
REYKJAVIK UNIVERSITY



www.hr.is

VÉLAMADUR - HAFNARFIRÐI

Starf vélamanns á þjónustustöðinni í Hafnarfirði eru laust til umsóknar. Um 100% starf er að ræða. Yfir vetrartímann er unnið aðra hvora viku frá kl. 4:00 til 12:30 og aðra hvora viku frá 12:30 til kl. 21:00. Annan tíma ársins er unnin hefðbundin dagvinna.

Starfssvið

- Viðhald og þjónusta vega, vegganga og vegbúnaðar á starfssvæði Vegagerðarinnar á Suðursvæði
- Afleysingar í vaktstöð við vöktun á rafrænum veg- og tækjabúnaði
- Ýmis vinna í starfsstöð í Hafnarfirði

Menntunar- og hæfniskröfur

- Almenn grunnám, stúdentspróf eða samsvarandi er kostur
- Tölvukunnátta nauðsynleg
- Meirapróf bifreiðastjóra
- Vinnuvélaréttindi
- Frumkvæði og hæfni til að vinna sjálfstætt
- Góðir samstarfshæfileikar

Vegagerðin er eftirsóknarverður vinnustaður sem hentar jafnt báðum kynjum og í samræmi við starfsmannastefnu Vegagerðarinnar eru konur með tilskyldar hæfniskröfur sérstaklega hvattar til að sækja um starfið.

Laun eru greidd samkvæmt kjarasamningi ríkisins og viðkomandi stéttarfélag.

Umsóknarfrestur er til 23. september 2013.

Umsóknir berist mannauðsstjóra netfang oth@vegagerdin.is

Í umsókninni komi fram persónulegar upplýsingar ásamt upplýsingum um þá menntun og hæfni sem óskað er eftir, þar með talin menntunar- og starfsferilsskrá.

Æskilegt er að starfsmaður geti hafið störf sem fyrst.

Nánari upplýsingar um starfið veita Bjarni Stefánsson í síma 522 1461 og Jóhann B. Skúlason í síma 522 1462

Öllum umsóknum verður svarað þegar ákvörðun um ráðningu hefur verið tekin.



VEGAGERÐIN



Minna
að fletta
meira
að fréttu

Frábært úrval afþreyingar, ferskar fréttir, fjölbreytt efnisval, myndrænt viðmót og færri flettingar.

Þess vegna var visir.is kosinn **besti fréttu- og afþreyingarvefur ársins** á íslensku vefverðlauninum 2012.

visir.is



BESTI FRÉTTU- OG AFÞREYINGARVEFURINN

Úr umsögn dómnefndar: „Vefurinn býður upp á margskonar afþreyingu auk gífullegs úrvals fréttu. Vefurinn er léttur og skemmtilegur auk þess sem einfalt og fljótlegt er að finna það efni sem leitað er að.“



HAFÐU FJÖLPÓSTINN ÞINN Í FRÉTTABLAÐINU

Fréttablaðið er mest lesna dagblaðið með glæsilegt forskot á keppinautana. Meðallestur Fréttablaðsins í aldurshópnum 25-54 ára er 73% á höfuðborgarsvæðinu.*

Við bendum auglýsendum á að notfæra sér forskotið þegar þeir velja dreifingarleið fyrir fjölpóst sinn. Við dreifum sex daga vikunnar til heimila á stærsta markaðssvæði landsins.

Hafðu fjölpóstinn þinn inni í Fréttablaðinu.

Það er áhrifarík leið til að koma skilaboðum um vöru eða þjónustu beint inn á heimilin.

Kannaðu dreifileiðir og verð í síma 512 5448 eða í tölvupóstfangi fjolfostur@frettabladid.is

FRÉTTABLAÐIÐ

Innskot í Fréttablaðið skilar árangri!

ÚTBOÐ

Bæjarsjóður Kópavogs óskar eftir tilboðum í byggingu sex íbúða húss fyrir fatlað fólk við Austurkór 3b í Kópavogi.

Í húsinu verða sex íbúðir auk þjónusturýmis. Húsið er á tveimur hæðum og kjallari undir hluta af því. Í verkinu fellst að byggja húsið og skila því fullbúnu til notkunar.

Magnþölur:

Brúttó flatarmál húss: 700 m²

Verkinu skal skila fullbúnu 15. janúar 2015

Útboðsgögn verða seld á kr. 5000 í þjónustuveri Kópavogs, Fannborg 2, 1. hæð, frá og með mánudeginum 16. september nk.

Tilboðum skal skilað á sama stað þriðjudaginn 1. október 2013 fyrir kl. 11:00 og verða þau þá opnuð í viðurvist þeirra bjóðenda er þar mæta.



Kópavogsbær

kopavogur.is



INNANRÍKISRÁÐUNEYTIÐ

Próf í íslensku fyrir umsækjendur um íslenskan ríkisborgararétt

Íslenskupróf vegna umsóknar um íslenskan ríkisborgararétt verða næst haldin á vegum Námsmatsstofnunar í desember og er skráning hafin.

Prófin verða haldin á höfuðborgarsvæðinu 9.-13. desember og á eftirtöldum stöðum á landsbyggðinni: Akureyri 2. desember, Egilsstöðum 4. desember og Ísafirði 6. desember.

Skráning í prófin fer fram með rafrænum hætti á vef Námsmatsstofnunar til og með 10. nóvember. Gjald fyrir þátttöku í prófi er 7.000 krónur sem greiða skal í síðasta lagi 10. nóvember inn á reikning Námsmatsstofnunar. Upplýsingar þar að lútandi er að finna á vef stofnunarinnar.

Sjá nánar á vefnum www.namsmat.is. Einnig eru veittar upplýsingar í síma 550 2400.

Innanríkisráðuneytið
11. september 2013

Hef til sölu DOKA kerfismót í hæð 2,7 m ca. 700m².

Nánari upplýsingar í síma 860-1728



Faxaflóahafnir sf
Associated
Icelandic
Ports

Reykjavík
Grundartangi
Akranes
Borganes

Útboð

Faxaflóahafnir sf. óska eftir tilboðum í verkið:

Grundartangi Yfirborðsfrágangur 2013

Verkið felst í frágangi með götum á nýbyggingarsvæði, frágangi á lóðinni Katanesvegur 14 og niðurstetningu röra fyrir umferðarmerki.

Helstu magnþölur:

Malbikun	2.850 m ²
Kantsteinn	810 m
Grassvæði	1.750 m ²

Verklok eru 31. desember 2013.

Útboðsgögn verða seld á skrifstofu Mannvits að Grensásvegi 1, 108 Reykjavík og Garðabraut 2A, 300 Akranesi frá og með mánudeginum 16. september á 5.000 kr hvert eintak.

Tilboð verða opnuð á skrifstofu Faxaflóahafna, Hafnarhúsinu, Tryggvagötu 17, 101 Reykjavík, mánudaginn, 30. september 2013 kl. 15:00.



Faxaflóahafnir sf
Associated
Icelandic
Ports

Reykjavík
Grundartangi
Akranes
Borganes

Útboð

Faxaflóahafnir sf. óska eftir tilboðum í verkið:

Tangabakki Grundartanga 5. áfangi 2013 Vinnugarður

Verkið felst í að vinna efni úr grjótnámu og byggja tengi- og vinnugarð vestan við núverandi hafnarvæði á Grundartanga.

Helstu magnþölur:

Grjótnám	60.000 m ³
Kjarni í vinnugarð	78.000 m ³
Lífrænt efni	8.000 m ³

Verklok eru 15. janúar 2014.

Útboðsgögn verða seld á skrifstofu Mannvits að Grensásvegi 1, 108 Reykjavík og Garðabraut 2A, 300 Akranesi frá og með mánudeginum 16. september á 5.000 kr hvert eintak.

Tilboð verða opnuð á skrifstofu Faxaflóahafna, Hafnarhúsinu, Tryggvagötu 17, 101 Reykjavík, mánudaginn, 30. september 2013 kl. 14:00.



Styrkur Tónlistarsjóðs Rótarý

Tónlistarsjóður Rótarý á Íslandi auglýsir eftir styrkumsóknum.

Sjóðurinn veitir ungu fólki sem skarað hefur fram úr á einhverju sviði tónlistar viðurkenningu í formi fjárfstyrks til frekara náms.

Styrkurinn verður veittur í janúar 2014 og er að fjárhæð kr. 800.000.

Umsóknarfrestur er til 8. október næstkomandi

Umsóknum skal skilað til skrifstofu Rótarýumdæmisins, Suðurlandsbraut 54, 108 Reykjavík.
Netfang: rotary@rotary.is



VEGNA STÓRAUKINNA UMSVIFA ÆTLUM VIÐ AÐ BÆTA VIÐ STARFSFÓLKI



Rafeindavirki á verkstæði LUXOR

Starfsmaður sér um verkstæði okkar. Verkstæðið þjónustar leiguna fyrst og fremst en einnig aðra viðskiptavinum þegar það á við.

Helstu verkefni:

- Viðgerðir á tækjum tækjaleigunnar, ljósabúnaði og öðrum raftækjum
- Fyrirbyggjandi viðhald
- Skráning viðhalds og viðgerða í leigukerfi LUXOR (Easy Job)
- Minniháttar sersmiði

Menntunar- og hæfniskröfur:

- Sveinspröf í rafeindavirkjun
- Þekking á tækjum tengdum tónleikum, sviðslistum, viðburðahaldi og kvikmyndabúnaði er kostur
- Reynsla af ál- og járnsmiðavinnu
- Fagleg og sjálfstæð vinnubrögð
- Brennandi áhugi og frumkvæði

Verkefnastjóri, kvikmyndadeild

Við leitum að metnaðarfullum einstaklingi til að taka þátt í uppbyggingu tækjaleigunnar LUXOR sem er allhliða tækjaleiga og tækjasala fyrir kvikmynda- og sjónvarpsíðnaðinn, viðburða- og tónleikafyrirtæki, leikhús, stofnanir og önnur fyrirtæki.

Helstu verkefni:

- Tilboðsgerð við tæknilegar lausnir verkefna
- Utanumhald á verkefnum
- Stuðla að jökvæðum og árangursríkum samskiptum við viðskiptavinum, birgja og samstarfsmenn

Menntunar- og hæfniskröfur:

- Tæknileg þekking á úrlausnum verkefna tengdum kvikmyndagerð
- Reynsla við gerð kvikmynda (grip-, ljósa- eða kvikmyndatökudeild)
- Fagleg og sjálfstæð vinnubrögð
- Brennandi áhugi og frumkvæði
- Góð íslensku- og enskukunnátta
- Góð samskipta- og skipulagshæfni, jökvæðni og stundvísni

Starfsmaður í móttöku

Starfsmaður er ábyrgur fyrir daglegum samskiptum við viðskiptavinum.

Helstu verkefni:

- Síma- og tölvupóstsvörin á opnunartíma leigunnar
- Tilboðsgerð í smærri verkefni
- Skráning tækja í og úr verkefnum
- Útskiptun verkefna að verkefni loknu
- Sala á vörum í verslun
- Umsjón lagerhalds í leigukerfi LUXOR

Menntunar- og hæfniskröfur:

- Þjónustulund
- Nákvæmni í starfi og öguð vinnubrögð
- Þekking á skipulagi lagera
- Fagleg og sjálfstæð vinnubrögð
- Brennandi áhugi og frumkvæði
- Góð íslensku- og enskukunnátta

LUXOR er hluti af Sagafilm, stærsta framleiðslufyrirtæki landsins á sviði sjónvarpsfærni, kvikmynda og viðburða. Umsóknir berist Sagafilm, Laugavegi 176, 105 Reykjavík, merktar LUXOR VERKEFNASTJÓRI, MÓTTAKA eða VERKSTÆÐI fyrir 21.9.2013 eða í gegnum tölvupóst á mottaka@sagafilm.is



Krakkastöðin fylgir með áskrift að Stöð 3

Stöð 3 + +

2.990 kr.

á mánuði.

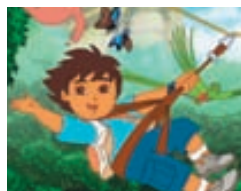
FYLGIR

áskrift að Stöð 2

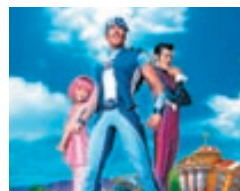
Dagskrá



7:00 | 11:00 | 15:00



8:00 | 12:00 | 16:00



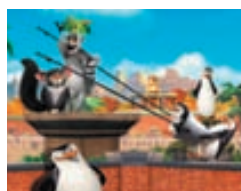
9:00 | 13:00 | 17:00



10:00 | 14:00 | 18:00



7:25 | 11:25 | 15:25



8:25 | 12:25 | 16:25



9:25 | 13:25 | 17:25



10:25 | 14:25 | 18:25



7:50 | 11:50 | 15:50



8:50 | 12:50 | 16:50

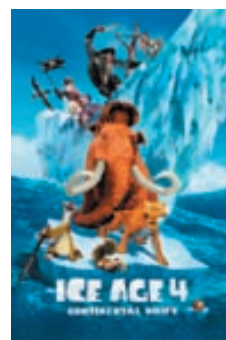
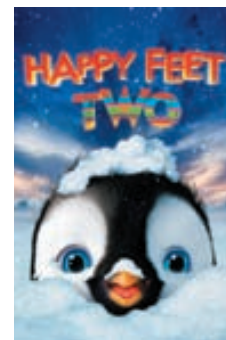


9:50 | 13:50 | 17:50



10:50 | 14:50 | 18:50

Teiknimyndir kl 19:00



Lesnar sögur og skjámynd kl. 20:30 - 22:00



Húsafell, perla milli hrauns og jökla

Til sölu eða langtímaleigu 2 heilsárshús í gamla skóginum í Húsafelli. Annað tæpir 110m² 3 svefnherbergi, stór geymsla og gott anddyri ásamt um 140m² palli. Hitt 82.6m² með ca. 17m² gestahúsi ásamt 160m² palli. Bæði hús klædd viðhaldsfrírri klæðningu með plastgluggum og hurðum
Upplýsingar í síma 892-5363 eða tölvupósti baddilina(hjá)gmail.com
Bjarni Guðmundsson, Húasmiðameistari.



Eignatorg kynnr til sölu: Skeiðflöt í Mýrdal.



Jörðin er talin vera 102 ha, þ.a. um 37 ha ræktað land og annað land að mestu leiti vel gróið.

Á jörðinni stendur 320 fm íbúðarhús á tveimur hæðum byggt 1964 með innbyggðum bílskúr, góð véla- og verkfærageymsla og fjós, ásamt fleiri byggingum. Jörðin stendur í stuttu ökuferri frá Vík í Mýrdal (um 13 km) og staðsetning hennar býður upp á mikla möguleika í ferðaþjónustu, hestamennsku o.fl.

Allar nánari upplýsingar veitir Björgvin Guðjónsson löggiltur fasteignasali í síma 510-3500 / 615-1020 eða bjorgvin@eignatorg.is

Eignatorg, Skipholti 50B, 105 Reykjavík s. 510-3500



Ólafsgesli 22



Höfum fengið í einkasölu glæsilegt og einstakt einbýlishús við Ólafsgesla Reykjavík. Húsið er staðsett við golfvöllinn í Grafarholti og er um glæsilega útsýniseign að ræða. Húsið er skráð sem tvær eignir en er innréttað sem einbýli á tveimur hæðum. Er um að ræða eina einbýlið sem stendur fyrir neðan götu við golfvöllinn í Grafarholti. Stærð 396,2 fm. Verð kr. 140.000.000

Fáið frekari upplýsingar hjá Kristjáni Baldurssyni hdl. og löggiltum fasteignasala í síma 867-3040 eða á netfanginu kristjan@trausti.is

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

Fasteignasala Mosfellsbæjar

KJARNA - PVERHOLTI 2
• 270 MOSFELLSBÆ
• Sími: 586 8080
• FAX: 586 8081
WWW.FASTMOS.IS

Mávahlíð 24 - 105 Reykjavík

Opið hús sunnudaginn 15. september frá kl. 12:00 til 12:30



Laus strax

Falleg 112,8 m², fimm herbergja íbúð með sér inngangi á 1. hæð við Mávahlíð 24 í Reykjavík. Eignin er laus til afhendingar strax. Eignin skiptist í þrjú svefnherbergi, tvær samliggjandi stofur, hol, forstofu, eldhús og baðherbergi. Íbúðinni fylgir sérgeymsla í kjallara. V. 35,0 m.

Skógarás 2 - 110 Reykjavík

Opið hús sunnudaginn 15. september frá kl. 12:00 til 12:30



Laus strax

Mjög falleg 163,5 m² 6 herbergja íbúð á tveimur hæðum ásamt 25,4 m² bílskúr við Skógarás 2 í Reykjavík. Eignin skiptist í: Neðri hæð: Tvö svefnherbergi, hol, baðherbergi, þvottahús, eldhús og stofu. Efri hæð: Sjónvarpsstofu og tvö herbergi, baðherbergi er innaf öðru þeirra. V. 37,9 m.

Kleifakór 5 - 203 Kópavogur



Laus strax

Fallegt 263 m² einbýlishús í byggingu á tveimur hæðum við Kleifakór 5 í Kópavogi. Gott skipulag, flott staðsetning og mikið útsýni. Neðri hæðin er tilbúin til innréttinga og efri hæðin rúmlega foheld. V. 47,0 m.

Til sölu Garðyrkjustöðin Reykjadalur í Mosfellsdal

Opið hús mánudaginn 16. September frá kl. 17:30 til 18:00



Um er ræða garðyrkjustöð á rúmlega 5.000 m² eignarlóð með 187,2 m² einbýlishúsi, 128,6 m² garðskála, 6 gróðurhúsum, samtals 2.216 m² og 118,3 m² þökkunarhúsi á skógivaxinni lóð við Suðará. Jörðin stendur við Reykjadalalsafleggjara í Mosfellsdal. Hér er einstakt tækifæri fyrir aðila að eignast garðyrkjustöð á fallegum stað í Mosfellsdal. V. 87,5 m.



GRUNDARFJÖRÐUR – eignir til sölu
Ártún 5, iðnaðarhúsnæði 473 ferm. ásamt fylgibúnaði. Stálgrindarhús byggt 2000. Húsið hefur verið notað við fiskvinnslu og í því eru m.a. frystar og lausfrystivélar.

Ásett verð 22.000.000

Báturinn Blíða SH 277 sem er 61 brúttótonn. Bátur fylgir m.a. tvö togspl, snurvoðarvinda, móttaka úr áli, talstöðvar, sjálfstýring, dýptarmælur, sími og tölvuskjári.

Ásett verð 14.000.000.

Lausafé svo sem einn frystigámur 40 fet, tveir geymslugámar 40 fet, flokkari, vogir, færribönd, suðupottur og brotbúnaður fyrir beitukóng. Tilboð óskast.

Allar nánari upplýsingar á skrifstofu og eignirnar eru til sýnis í samráði við undirritaðan.

LIT ehf., Borgarnes

Ingi Tryggvason hdl. lögg. fast.sali

s. 437 1700, gsm 860 2181

netfang: lit@simnet.is



Guðrún
Antonsdóttir
lögg. fast.



S: 571-5800 Gsm: 697-3629 gudrun@garun.is www.garun.is

Vesturberg 24, Reykjavík

OPIÐ HÚS SUNNUDAGINN 15. SEPT. KL 12-13



153fm endaraðhús á 1. hæð með bílskúr. Timburverönd fyrir aftan hús og skjólveggur. Svefnherbergi eignarinnar eru 3. Eldhús, baðherbergið og rafmagníð í húsinu hefur verið endurnýjað. Ásett verð 35. millj.

10 ára reynsla í fasteignaviðskiptum



Vissir þú að...
Ófberðisfúlur tölvaletkir
hafa áhrif á börn.

RÁÐGJÖF

Að gera betur í dag en í gær er drifkraftur nýrra hugsana og betri árangurs

RÁÐNINGAR

Réttir starfsmenn í réttum hlutverkum ræður mestu um árangur fyrirtækja

RANNSÓKNIR

Rannsóknir auka þekkingu og gera ákvarðanir markvissari

intellecta

■ ráðgjöf ■ ráðningar ■ rannsóknir

Síðumúla 5

108 Reykjavík

Sími 511 1225

www.intellecta.is

Austurkór 80-82
203 Kópavogur
Parhús á glæsilegum útsýnisstað

Stærð: 264,1 fm
Fjöldi herbergja: 6
Byggingarár: 2013
Fasteignamat: 29.800.000
Bílskúr: Já

RE/MAX Lind

Hannes Solufultrúi
699 5008
hannes@remax.is

Kristín Solufultrúi
8244031
kristin@remax.is

Dörunn Gísladóttir
Lögg. fasteignasali
5107900
doru@remax.is

Sunnudaginn 15. september 15:00-15:30 Verð: 59.900.000

Falleg og vel staðsett parhús með ERNSTOKU útsýni vð Austurkór. Húsið er rétt við gölfvöllinn. Húsið er steinstrept, á tveimur hæðum og afhendist fullbúið að utan og málað. Að innan rúmlega tilbúið til innviðinga. Íbúð verður að sandspærta og tilbúið til málnar. Húsið er gólf en vantar stýrkerfi. Allt rafnet og tenglar komist innanhúss. Eignin skiptast í fjögur svefnherbergi, tvö baðherbergi, tvær stofur, eiddús, þvottahús og bílskúr.

RE/MAX Lind - Hlíðasmára 6 - 201 Kópavogur - Sími: 5107900 - www.remax.is

Austurkór 84-86
203 Kópavogur
Parhús á einni hæð með bílskúr

Stærð: 160 fm
Fjöldi herbergja: 4
Byggingarár: 2013
Fasteignamat: 0
Bílskúr: Já

RE/MAX Lind

Hannes Solufultrúi
699 5008
hannes@remax.is

Kristín Solufultrúi
8244031
kristin@remax.is

Dörunn Gísladóttir
Lögg. fasteignasali
5107900
doru@remax.is

Sunnudaginn 15. september 15:00-15:30 Verð: 39.000.000

Falleg og vel hönnuð parhús á einni hæð með innbyggðum bílskúr með miklu útsýni yfir borgina. Húsin skilast fullbún að utan, lóð frágengin, fúkhéld að innan. Eignin skiptast í forstofu, hjónaherbergi með fataherbergi og baðherbergi. Tvö barnaherbergi, baðherbergi, eiddús og stofa. Þvottahús, geymsla, bílskúr. Einstaklega vel skipulögð hús. Eignin er hægt að fá húsin tilbún til innviðinga. Vandaður og traustur byggingaráhr: S.B. verktakar.

RE/MAX Lind - Hlíðasmára 6 - 201 Kópavogur - Sími: 5107900 - www.remax.is

Hraunbær 93
110 Reykjavík
Fallegt endaraðhús á einni hæð

Stærð: 180,2 fm
Fjöldi herbergja: 6
Byggingarár: 1968
Fasteignamat: 35.800.000
Bílskúr: Já

RE/MAX Lind

Hannes Solufultrúi
699 5008
hannes@remax.is

Kristín Solufultrúi
8244031
kristin@remax.is

Dörunn Gísladóttir
Lögg. fasteignasali
5107900
doru@remax.is

Sunnudaginn 15. september 16:00-16:30 Verð: 46.900.000

Falleg og vel staðsett raðhús sem hefur verið endurnýjað að hluta. 4 svefnherbergi, 2 stofur. Mjög stór timburvernd í suður, algjafir garður. Bílskúr 21,2 fm. Rúmgóð og björt stofa, frá borðstofu er útgengi út á algjafa timburvernd. Eiddús er með fallegri innviðingum, nýlegar flísar á gólf og góður borðstíkur. Svefnherbergisgangur er parketlagður, tvö barnaherbergi ásamt hjónaherbergi með nýlegum eikarskápum. Baðherbergi er flísalaagt, hvít innviðing, baðkar og sturt. Sér sjónvarpsrými.

RE/MAX Lind - Hlíðasmára 6 - 201 Kópavogur - Sími: 5107900 - www.remax.is

Úlfarsbraut 116
113 Reykjavík
Glæsilegar fimm herbergja íbúðir

Stærð: 145,5 fm
Fjöldi herbergja: 5
Byggingarár: 2010
Fasteignamat: 12.950.000

RE/MAX Lind

Hannes Solufultrúi
699 5008
hannes@remax.is

Kristín Solufultrúi
8244031
kristin@remax.is

Dörunn Gísladóttir
Lögg. fasteignasali
5107900
doru@remax.is

Bókið skoðun hjá Hannesi í síma 699 5008 Verð: 39.900.000

RE/MAX LIND kynir einstaklega fallegar og vandaðar fimm herbergja íbúðir með staði í bílagrymslu á fyrstu og annam hæð með stórum svölum í nýju og viðhaldslitu tilbýtt. Um er að ræða þrjár íbúðir í þessu fallega og vel staðsetta lyftuhúsi en aðeins eru nýu íbúðir í húsinu. Vandaðar innviðingar frá MTH hvítakákaþrjár með góðu skápplássi og góðu eyju í eiddhúsi. Ískápur og uppþvottavél fylgja öllum íbúðum. Sömu innviðingar á baði baðherbergi er flísalaagt í höf og gólf með sturtbaðkar og upphengtu salerni. Fjögur rúmgóð svefnherbergi. Öll með hvítakákaðum fataskápum. Rúmgóð og björt stofa með gólfsluðum gluggum og útgengi út á stórar svalir. Parket frá Birgisson á gólfum/flísar á votryrjum. Staði í bílagrymslu. Sér geymsla á jarðhæð og þvottahús innan íbúðar.

Allar frekan upplýsingar veitir Hannes í síma 699 5008 eða hannes@remax.is

RE/MAX Lind - Hlíðasmára 6 - 201 Kópavogur - Sími: 5107900 - www.remax.is

Fiskislóð
101 Reykjavík
Verslunarhúsnæði leiga eða sala

Stærð: 77,8 fm
Fjöldi herbergja: 1
Byggingarár: 2001
Fasteignamat: 10.935.000

RE/MAX Borg

Bryndís Afreðsdóttir
Solufultrúi
8542112
bryndis@remax.is

Úlfar Davíðsson
Lögg. fasteignasali
897-9030
ulfar@remax.is

Verð: tilboð

Til leigu eða sölu aðvinnuverslunar húsnæði á jarðhæð á einum helsta stað í 101 við Fiskislóð í Reykjavík. Húsnæðið er skráð 77,8 fm. Loft hæð um 3,5 metrar. Húsnæðið nýtt mjög vel til sum verslunarhúsnæði. Húsnæðið er mjög snyrtilegt með stórum gluggum með miklu og góðu augljósingagildi. Steintéppi á gólfum. Mjög góð staðsetning nálægt miðbænum. Tilboð óskast.

RE/MAX Borg - Ármúli 7 - 106 Reykjavík - Sími: 5195500 - www.remax.is

Kálfrhólar 23
800 Selfoss
Skipti á eignum í Reykjavík

Stærð: 234,4 fm
Fjöldi herbergja: 6-7
Byggingarár: 2004
Fasteignamat: 34.900.000
Bílskúr: Já

RE/MAX Alpha

Sylvía Walthers
Solufultrúi
820-8081
sylvia@remax.is

Haukur Halldórsson
Lögg. fast. hdl.
4777777
haukurhalldor@remax.is

Verð: 49.800.000

Rúmgóð og falleg eign á fallegum stað á Selfossi, órstutt í leikskóla, grunnskóla og þvottahúsin. Eignin skiptast í 4 svefnherbergi, stofu, eiddús/borðstofu, baðherbergi, gestasala, bókasala, sjónvarpsstól, fataherbergi, þvottahús og bílskúr. Frábær eign fyrir stórar fjölskyldur. Sérstaklega skóga skipti á minni eignum í Reykjavík. Allar nánar upplýsingar veitir Sylvía í síma 820-8081.

RE/MAX Alpha - Skeifan 17 - 108 Reykjavík - Sími: 4777777 - www.remax.is

Sævangur 22
220 Hafnarfjörður
Stórt og vandað hús.

Stærð: 384,7 fm
Fjöldi herbergja: 7
Byggingarár: 1990
Fasteignamat: 66.350.000
Bílskúr: Já

RE/MAX Lind

Jóhanna Íris Solufultrúi
662 1166
johanna@remax.is

Dörunn Gísladóttir
Lögg. fasteignasali
5107900
doru@remax.is

Sunnudag 15. september kl: 15:00-15:30 Verð: 64.900.000

Hús á skjólsælum stað með útsýni til sjávar. Húsið er á tveimur hæðum er í dag nýtt sem einbýli, því mætti hæglega breytja í tveir íbúðir. Eignin skiptast í minni eign í húsinu er stór stofa með mikilli loftþéð. Þakrymi, loftnað som vinnustofa. Góð vinnustofa, inn af eiddhúsi er þvottahús. Flísalaagt baðherbergi með baðkar og sturt. Á efn hæðinni eru þrjú svefnherbergi, gengi út á svalir til vesturs úr hjónaherbergi. Á neðri hæðinni eru tvö mjög stór rýmiherbergi auk salerni.

RE/MAX Lind - Hlíðasmára 6 - 201 Kópavogur - Sími: 5107900 - www.remax.is

Mánagata 16
105 Reykjavík
2. herb á 1. hæð + herb. í kjallara

Stærð: 60,3 fm
Fjöldi herbergja: 3
Byggingarár: 1937
Fasteignamat: 16.700.000

RE/MAX Lind

Þórey Ólafsdóttir
Solufultrúi
663 2300
thorey@remax.is

Dörunn Gísladóttir
Lögg. fasteignasali
5107900
doru@remax.is

Sunnudaginn 15. sept kl 17:00 - 17:30 Verð: Tilboð

Remax Lind kynir í einkasölu sérlega fallegt einbýli með innbyggðum bílskúr og hita í plani, samtals 208,6 fm á einum besta stað í Hafnarfelli með óvígðanlegu útsýni yfir fjöðinn og gölfvöllinn. Stutt í alla helstu þjónustu, skóla, leikskóla og gölfvöllinn. Björt stofa, eiddús, borðstofa og gestasafning á neðri hæð, svefnherbergin, sjónvarpsstól og rúmgóð baðherbergi á efn hæð. Allar frekan upplýsingar veitir Þórey Ólafsdóttir sölufultrúi vinnuskjálfræðingur í síma 663 2300.

RE/MAX Lind - Hlíðasmára 6 - 201 Kópavogur - Sími: 5107900 - www.remax.is

Klapparholt 3
220 Hafnarfjörður
Laust við kaupsamning

Stærð: 208,6 fm
Fjöldi herbergja: 6
Byggingarár: 1992
Fasteignamat: 45.550.000

RE/MAX Lind

Þórey Ólafsdóttir
Solufultrúi
663 2300
thorey@remax.is

Dörunn Gísladóttir
Lögg. fasteignasali
5107900
doru@remax.is

Sunnudaginn 15. sept kl 17:00 - 17:30 Verð: Tilboð

RE/MAX Lind - Hlíðasmára 6 - 201 Kópavogur - Sími: 5107900 - www.remax.is

Mánagata 16
105 Reykjavík
2. herb á 1. hæð + herb. í kjallara

Stærð: 60,3 fm
Fjöldi herbergja: 3
Byggingarár: 1937
Fasteignamat: 16.700.000

RE/MAX Lind

Þórey Ólafsdóttir
Solufultrúi
663 2300
thorey@remax.is

Dörunn Gísladóttir
Lögg. fasteignasali
5107900
doru@remax.is

Sunnudaginn 15. sept kl 17:00 - 17:30 Verð: Tilboð

Vel skipulögð og sérlega góð 2. herb íbúð á 1. hæð ásamt herbergi og geymslu í kjallara í góðu íbýlisparhúsi á rúmgóðum stað miðbænda. 1. hæð: Forstofa/hof, eiddús, herbergi, stofa og baðherbergi. Kjallari: Herbergi, geymsla/eiddús, sameiginlegi þvottahús með sturtbaðstóðu. Eignin býður uppá frábæran útleigumöguleika í snyrtilegum kjallaranum.

RE/MAX Lind - Hlíðasmára 6 - 201 Kópavogur - Sími: 5107900 - www.remax.is



www.eignaverdmat.is

VERNHARÐ ÞORLEIFSSON
LÖGGILTUR FASTEIGNASALI
Sími: 699 7372
venni@remax.is



Mánudag kl. 18.30 - 19.00

Grettisgata 6A, 101 Reykjavík
Verð: 58.500.000

Mjög sjarmerandi og mikið endurnýjað einbýli. Nýjar raflagnir í öllu húsinu. Nýjar rafmagnstöflur. Nýtt frárennsli og klóak alla leið út í götu. 3 nýjar útihurðir. Nýjir gluggar á austurhlíð hússins og í öllum kjallaranum (nema tveir). Ný eldhúsinnrétting. Allt nýtt á baðherbergjum. Nýir stigar niður í kjallarann. Nýmálað að utan. Ný girðing utan um garðinn. Eftir er að yfirfara þak og dren.



Stærð: 182,5 fm
Herbergi: 5
Byggingarár: 1918



Sunnudag kl. 16.00 - 16.30

Bäsbyrggja 1, 110 Reykjavík
Verð: 34.000.000

Íbúð á jarðhæð með bílskúr. Íbúðin skiptist í þrjú svefnherbergi, stofu, eldhús, þvottahús og baðherbergi. Íbúðinni fylgir 7,4 fm sérgeymsla og 22,4 fm bílskúr. Ópið er út í garð bæði úr stofu (fyrir framan) og úr einu svefnherbergjanna (í bakgarðinn). Ahvílandi eru ca 13,7 milljónir frá ÍLS sem hægt er að yfirtaka.



Stærð: 110,1 fm + bílskúr 22,4 fm
Herbergi: 4
Byggingarár: 2000



Sunnudag kl. 15.00 - 15.30

Álfronuhvarf 33 201 Kópavogur
Verð: 27.900.000

Mjög falleg 3ja herbergja íbúð á fyrstu hæð ásamt stæði í bílageymslu. Þvottahús innan íbúðar. Allar innréttingar eru JKE Design. Mögulegt að yfirtaka allt að 80% lán á 4,15% vöxtum.



Stærð: 99,6 fm + stæði í bílageymslu
Herbergi: 3
Byggingarár: 2005



Mánudag kl. 17.30 - 18.00

Bræðraborgarstígur 9, 101 Reykjavík
Verð: 24.900.000

Einstaklega björt og falleg 2ja herbergja íbúð á 4. hæð í lyftuhúsi með frábæru útsýni. Eignin skiptist í forstofu, eldhús og stofu í opnu rými með útgengi á svalir. Baðherbergið er með góðri innréttingu og mjög góðu sturturými. Veggir á baðherberginu eru múraðir sem gefa því retró stíl.



Stærð: 76,6 fm
Herbergi: 2
Byggingarár: 1960



Sunnudag kl. 17.00 - 17.30

Rauðarárstígur 7, 105 Reykjavík
Verð: 13.900.000

Íbúðin skiptist í stofu, eldhús, svefnherbergi og baðherbergi auk miðrymis með fatahengi. Viðarparket er á gólfum utan baðherbergis sem er flisalagt. Eldhúsinnréttingin hefur verið endurnýjuð á seinustu árum og litur vel út. Eignin er veðbandalaus og getur afhent mjög fljótlega.



Stærð: 38,7 fm
Herbergi: 2
Byggingarár: 1944



Sunnudag kl. 18.00 - 18.30

Bræðraborgarstígur 30, 101 Reykjavík
Verð: 29.900.000

2ja herbergja íbúð með sérinnangang og bílageymslu í nýlegu fjölbýli. Laus til afhendingar. Rúmgott (15,1 fm) og bjart svefnherbergi með góðum skápum. Björt og stór stofa með útgengi á rúmlega 8 fm svalir sem snúa inn í lokaðan og skjólgóðan garð. Svalimar snúa til vesturs. Eldhús með góðri innréttingu og eyju. Baðherbergi með sturtubaðkari og góðri innréttingu.



Stærð: 90,8 fm + stæði í bílageymslu
Herbergi: 2
Byggingarár: 2006



Hverafold 49, 112 Reykjavík
Verð: 44.800.000

Fallegt parhús, innst í botnlanga með frábæru útsýni. Innbyggður er 25,8 fm bílskúr. Efri hæð: Forstofa, Innangangur bílskúr, gestabaðherbergi, eldhús og stofa með útgengi á góðar suðursvalir. Neðri hæð: Þrjú svefnherbergi þar af eitt með útgengi á suðursvalir með stiga niður í garðinn, baðherbergi, sjónvarpsherbergi og þvottahús.



Stærð: 157,2 fm + 25,8 fm bílskúr
Herbergi: 5
Byggingarár: 1988



Staðarbakki 2, 109 Reykjavík
Verð: 37.500.000

Fallegt endarahús með bílskúr. Eignin er á tveimur hæðum sem skiptast eftirfarandi: Efri hæð: Forstofa, gestasnyrting, svefnherbergi, lítið vinnuherbergi, eldhús og stofa með útgengi á stórar svalir. Neðri hæð: Þrjú svefnherbergi, fataherbergi, baðherbergi, þvottahús, geymsla og óskráð rými sem skv teikningu er allt að 20 fm.



Stærð: 162,5 fm
Herbergi: 5
Byggingarár: 1970

Skeifan
fasteignasala
Eysteinn Sigurðsson / Löggiltur fasteignasali

Fannafold 62
4ra herbergja með bílskúr
Opíð hús í dag laug. 14. september á milli kl. 14 og 15

OPÍÐ HÚS



Um er að ræða gullfallega 4ra herbergja 110 fm íbúð í litlu fallegu fjölbýli ásamt 23 fm bílskúr. Fallegar innréttingar. Parket. Sér þvottahús í íbúð. Sér inngangur af svölum.
Gerði svo vel að líta inn það verður tekið vel á móti ykkur. Bjalla merkt Guðrún og Kjartan.

Skeifan fasteignasala / Suðurlandsbraut 46
108 Reykjavík / Sími 568 5556 / skeifan@skeifan.is

TRAUST OG ÖRUGG ÞJÓNUSTA
SÍMI 533 4040
kjoreign@kjoreign.is
Opnunartími mán-fös kl. 9-17
Dan V.S. Wiliam hdl., lögg. fasteignasali

FASTEIGNASALA • Ármúli 21, Reykjavík • www.kjoreign.is

SÓLHEIMAR 24, REYKJAVÍK
LAUS TIL AFHENDINGAR
OPÍÐ HÚS Í DAG FRÁ KL. 15:00-16:00

OPÍÐ HÚS



Vel skipulögð og björt 55 fm 2ja herbergja íbúð á 1. hæð ásamt geymslu í kjallara. Íbúðin skiptist í parketlagt hol, flísalagt baðherbergi með glugga og t.f. þvottavél, sérstaklega bjart og rúmgott eldhús, stofu með parketi og svefnherbergi með útgengt út á austursvalir. Parket, flísar og dúkur á gólfum. Góð staðsetning í rólegu hverfi. **Verð 18,9 millj.** Sölumaður tekur á móti áhugasömum

Dan V.S. Wiliam hdl. og löggiltur fasteignasali
Ólafur Guðmundsson Solustjóri, sími: 896 4090

FOLD
FASTEIGNASALA
Vibor Bóðvarsson viðskiptafræðingur og lögg. fast.
Laugavegi 170, 2. hæð • Opíð virka daga kl. 9:00-17:00
Sími 552 1400 • Fax 552 1405 • www.fold.is • fold@fold.is

UNNARSTÍGUR 3, HAFNARFIRÐI
- EINBÝLI MEÐ ÚTSÝNI

OPÍÐ HÚS Á MORGUN ÞRIÐJUDAG MILLI KL: 17.30 OG 18.00.

OPÍÐ HÚS



Lítið einbýlishús með bílskúr á sérlega fallegum útsýnisstað í gamla bænum í Hafnarfirði. Húsið sem þarfnast viðhalds er með þremur svefnherbergjum, stofu, borðstofu, eldhúsi og baði. Einnig er lítið þvottahús. Frístandandi góður bílskúr fylgir. Húsið stendur á einstakri lóð í gamla bænum með útsýni til sjávar. Búið er að teikna stækkun á húsinu. **Verð 30,9 millj.** Laust við kaupsamning.
OPÍÐ HÚS Á MORGUN ÞRIÐJUDAG MILLI KL: 17.30 OG 18.00. VERIÐ VELKOMIN!
Allar nánari upplýsingar veitir: Einar Guðmundsson
Lögg. fasteignasali. s. 896-8767

Þorragata 5
101 Reykjavík
Einstök eign á efstu hæð

Stærð: 127 fm
Fjöldi herbergja: 3
Byggingarár: 1994
Fasteignamat: 32.250.000
Bílskúr: Já

RE/MAX Alpha



Frábært útsýni til sjávar **Verð: Tilboð óskast**

RE/MAX Alpha kynnir: Falleg íbúð á efstu hæð við Þorragötu 5 í Reykjavík ásamt bílskúr. Opn og björt stofa með útgengi á nýmóðar svalir þar sem útsýnið er stórbrotið. Marmal og parket á gólfum. Allar innréttingar eru sérsmíðaðar. Frá Þorragötu 5 er innangengt í þorrasel sem er þjórustumstöð Vesturbæjar.
Allar upplýsingar veitir Davíð Ólafsson í síma 897 1533 eða david@remax.is

Davíð Ólafsson
Lögg. fasteignasali
897 1533
david@remax.is

Barnaheill
Save the Children á Íslandi

Við erum að...
börn eiga rétt á læknisástoð og heilbrigðisþjónustu.

HVAMMUR
EIGNAMIDLUN

Pakkhúsið • Hafnarstræti 19 • Akureyri
Sími 466 1600 • www.kaupa.is • Opíð alla virka daga kl.9-17

Klettaborg 29 Ak.



Einstaklega glæsilegt og vel skipulagt einbýlishús á tveimur hæðum með innbyggðum bílskúr og studió íbúð á neðri hæð. Allar innréttingar og skápar í húsinu fyrir utan þvottahús og bílskúr eru sérsmíðaðar úr hnotu. Í húsinu er svokallað instabus hússtjórnunarkerfi.
Stærð 263,4m² þar af bílskúr 54,9m²
Verð 69,5 millj.

Byggðavegur 151 Ak.



Einbýlishús á tveimur hæðum með innbyggðum bílskúr á hornlóð með miklu útsýni út Eyjafjörðinn. Möguleiki er að útbúa sér útleigubúð á neðri hæð.
Húsið er 222,1m² að stærð þar af bílskúr 36,7m²
Verð 42,5 millj.

Hafnarstræti 99-101 Ak.



Verzlunar og skrifstofuhúsnæði á jarðhæð í Miðbæ Akureyrar. Um er að ræða tvo samliggjandi eignarluta í Amarahúsinu með glugga fram á götuna.
Stærð 198,6m²
Verð Tilboð

Skólástígur 13 Ak.



Falleg hæð á vinsælum og rótrónum stað rétt fyrir ofan miðbæ Akureyrar. Fimm svefnhergi. Stærð 169,1m² Möguleiki á að leigja út herbergi í kjallara.
Verð 33,9millj.

Hraunfell í Aðaldal



Fallegt sumarhús á stórri leigulóð í landi Núpa í Aðaldal í Þingeyjarsveit. Húsið er skráð 50,5m² en þá eru ótaldir fermetrar í svefnloftum. Góðar verandar eru sunnan, vestan og norðan við hús. Akstur tími frá Akureyri er um 45 mín og um 10 mín frá Húsavík.
Verð 17,9 millj.

Hlíðarbyggð - Lundskógi



Stórt og glæsilegt heilsárskúsi í Lundskógi í Fnjóskadal. Vandaðar innréttingar og gólfefni. Stór flísalögð verönd. Stærð 195m² en nýtanlegir fermetrar eru fleiri.
Stærð lóðar 11.480m²
Verð 66,0millj.

Skálatún Ak.



Ný 4ra herbergja íbúð á efri hæð í Naustahverfi á Akureyri. Íbúðin afhendist fullbúin með gólfefnum og er laus til afhendingar strax.
Stærð 110,0m²
Verð 28,6 millj.

Langholt 28 Ak.



Fallegt og mikið endurnýjað 5 herbergja einbýli með innbyggðum bílskúr. Eignin er staðsett á fríðsælum stað í Þorpinu. Stór hellulagður sólþallur með timberskjólveggjum og heitum potti í bakgarði. Einnig sólþallur framan hússins.
Stærð 211,7m² þar af er bílskúr 34,0m²
Verð 41,5 millj.

BÍLAR & FARARTÆKI



TOYOTA Yaris. Árgæð 2007, ekinn 61 P.KM, bensín, 5 girar. Verð 1.590.000. Rnr.300273. Snýrtilegur bíll. Tilboð 1,350 þús.



FLEETWOOD Americana cheyenne. Árgæð 2007, Fortjald, markísa, sólarsetla, heitt vatn o.fl.. Verð 1.590.000. Rnr.300209. Tilboð 1,250 þús..

Bílasalan Planið
Korputorgi, Reykjavík
Sími: 517 0000
Opíð mán - fös 10-18 og lau 12-16
www.planid.is



MERCEDES BENZ C 200 kompressor. Árgæð 2007, ekinn 75 P.KM, bensín, sjálfskiptur. Verð 4.590.000. Rnr.990543.



KIA Sorento ex classic 139 hö bensín. Árgæð 2005, ekinn 118 P.KM, bensín, 5 girar. Verð 1.760.000. Rnr.210125.



CHEVROLET Lacetti w/g. Árgæð 2007, ekinn 96 P.KM, bensín, 5 girar. Verð 1.050.000. Rnr.990520.

ASKJA notaðir bílar
Kletthálsi 2, 110 Reykjavík
Sími: 590 2160
www.notadir.is



HONDA Accord sedan. Árgæð 2007, ekinn 156 P.KM, bensín, sjálfskiptur. Verð 1.690.000. Rnr.110443.

Hekla Söluumboð
Njarðarbraut 13, 260 Reykjanesbæ
Sími: 420 3040
www.heklarnb.is



MMC Pajero Dísel Árgæð 2006, ekinn 118þ.km, ssk, 33" breyttur. Fluttur jeppi sem er á staðnum. Verð 3.490.000kr. Raðnúmer 154672. Sjá nánar á www.stora.is

Stóra bílasalan
Kletthálsi 2, 110 Reykjavík
Sími: 5861414
Myndefirlit á plani
<http://www.stora.is>

LITLA bílasalan



RENAULT Megane berline dísel. Árgæð 2012, ekinn 12 P.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 3.390.000. Rnr.111825.



VW Polo trendline dísel. Árgæð 2012, ekinn 30 P.KM, dísel, 5 girar. Verð 2.250.000. Rnr.148369.



TOYOTA Yaris terra. Árgæð 2004, ekinn 133 P.KM, bensín, 5 girar. Verð 850.000. Rnr.112020.100% vísa og euro lán



KIA Rio dísel. Árgæð 2012, ekinn 75 P.KM, dísel, 6 girar. Verð 2.190.000. Rnr.190030.



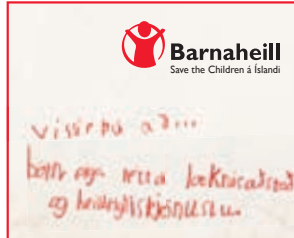
KIA Ceed ex 1.6 dísel. Árgæð 2012, ekinn 38 P.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 3.790.000. Rnr.148532.

Litla bílasalan
Eirhöfða 11, 110 Rvk.
Sími: 587 7777
www.litla.is



CHEVROLET Tahoe Z71 4x4 Metan Off Road. Árg 1/2012, ek 18 P.KM, Mjög fluttur, Einn með öllu, Fluttur inn nýr, Ásett verð aðeins 10.890.000. Rnr.117696. Er í salnum,

100 bílar ehf
Pverholt 6, 270 Mosfellsbær
Sími: 517 9999
Opíð virka daga 10-18.00 og laugardögum 11-15.
www.100bilar.is



Nýja bílahöllin
Eirhöfða 11, 110 Rvk.
Sími: 567 2277
www.nyja.is

bilauppbod.is

PARFTU AÐ KAUPA EÐA SELJA BÍL?
Bilauppbod.is er uppboðsvefur þar sem þú getur keypt eða selt bíl á einfaldan og hagkvæman hátt. Kynntu þér málið. www.bilauppbod.is Sími 522-4610.

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



M.BENZ MI 350 4matic. Árgæð 2008, ekinn 69 P.KM, bensín, sjálfskiptur. TILBOÐ 5.990.Ásett verð 6.890. ein eigandi og með öllu umboðsbíll Rnr.310743.



FORD F350 amarillo edition. Árgæð 2006, ekinn aðeins 62 P.KM, dísel, sjálfskiptur. TILBOÐ 4.090 Ásett verð 4.990 Gullmoli og vel með farinn Rnr.219119.



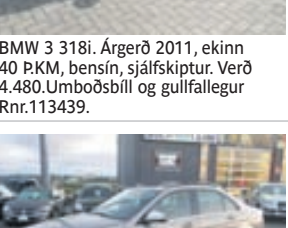
M.BENZ Sprinter 315 cdi 4x2 dísel. Árgæð 2007, ekinn aðeins 134 P.KM, dísel, 6 girar. Verð 6.500.16 manna Rnr.112830.



Bílar til sölu



VW Golf gti. Árgæð 2006, ekinn aðeins 49 P.KM, bensín, 6 girar. Verð 1.990. Mjög fallegur og vel með farinn bíll Rnr.311295.



BMW 3 318i. Árgæð 2011, ekinn 40 P.KM, bensín, sjálfskiptur. Verð 4.480. Umboðsbíll og gullfallegur Rnr.113439.



M.BENZ C 200 kompressor avangarde. Árgæð 2007, ekinn aðeins 44 P.KM, bensín, sjálfskiptur. Verð 4.650. Umboðsbíll Rnr.112623.

HÖFÐABÍLAR

... þar sem bílar seljast

Vantar bíla á skrá og á staðinn.
Mikil sala og eftirspurn.
Enum á Fosshálsi 27 fyrir ofan Ölgerðina S. 577 4747 líka hægt að skrá í gegnum netið www.hofdabilar.is eða á hofdabilar@hofdabilar.is



PORSCHE Cayenne turbo. Árgæð 2005, ekinn 106 P.KM, bensín, sjálfskiptur. Verð 4.390þ. Gott eintak! Rnr.125640.



OPEL Astra enjoy turbo. Árgæð 2007, ekinn 62 P.KM, bensín, 6 girar. Verð 1.790þ. Fluttur bíll Rnr.125654.

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



Nissan Note tekna, árg. ,08 sjálfsk. Ek. 66 þús. km. Verð 1840 þús. Uppl. í s: 843 9950



Til sölu Mitsubishi lancer '99, ek. 230 þ.km, nýskoðaður. Tilboðsv. 190 þús. s. 821-4958.



Skoda Octavia 1.6 árgæð 2006, ekinn 114.000, beinsk. Ný tímareim, nýtt í bremsum, fallegur bíll. Engin skipti, verð 1590 þús. Uppl. í síma 8660530.



Fullvaxin Lúxusbifreið
Tesla Rafbíllinn
Allt að 500km á einni hleðslu!
islandus.is
Sími 552 2000 - Öðyrari Bílar & Metan



Renault Megane Sport Tourer 8/2012, Sjálfsk., ek. 15 þús. dísel, station, sparneytinn, Bluetooth. Verð 3.150 þús. S.663-2274.



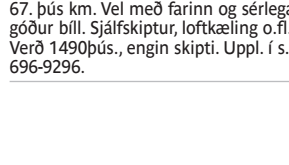
FRÁBÆR FYRIR SKÓLAFÓLK
Citroen C2 árg. ,03, skoðun, 14. Ek. 96 þús. Beinsk. Verð 600 þús. Uppl. í s. 868-9874.



Suzuki Grand Vitara 2004. Ekinn 160þ. Beinsk. Bensín. Verð 870þ. Sími: 8671607.



Lancer sport 99' bsk, STG 199ÞÚS. 14 skoðun, mikið endurnýj. s: 7756035.



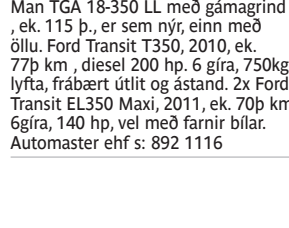
Volkswagen Jetta Comfortline, silfurgrár, árgæð 2007. Ekinn aðeins 67. þús km. Vel með farinn og sérlega góður bíll. Sjálfskiptur, loftkæling o.fl. Verð 1490þús., engin skipti. Uppl. í s. 696-9296.



Honda shadow spirit 2007. Bobber project. Ek.2400 m. Kemur nýtt á götuna 2010. Verð 650.000 Gunnar 7700210.



UMBODSBÍLL !!
Til sölu Range Rover Sport SE árg 2006 ek 113þ.km heisársdekk, samlitur, filmur,umboðsbíll, gott stgr. verð skoða skipti, ásett verð 3990.þ uppl. í síma 896-5290



Man TGA 18-350 LL með gámagrind , ek. 115 þ., er sem nýr, einn með öllu. Ford Transit T350, 2010, ek. 77þ km , dísel 200 hp. 6 gíra, 750kg lyfta, frábært útlit og ástand. 2x Ford Transit EL350 Maxi, 2011, ek. 70þ km, 6gíra, 140 hp, vel með farnir bílar. Automaster ehf s: 892 1116

Bílar til sölu



TOYOTA RAV4 LANGUR 4WD 10/2003 EK. 186P.KM., SJÁLFSK. NÝ HEILSÁRSDEKK, NÝSKOÐAÐUR, NÝSMURÐUR, NÝYFIR. BREMSUR, KRÖKUR. Verð 950þ. Sk. skipti á óðyrari. S. 8958956.



Toyota Yaris árg. ,13, ek. 7.300, sjálfsk. m. hraðastillir, 16" álfelgur. 4 ný vetradekk á felgum fylgja. Skipti mögulega á Subaru Forrester ,09-10. Verð. 2.950 þús. s. 868-0490.



HONDA JAZZ 1,4 LS 3/2005 EK. 99 P. KM. BEINSKIPTUR. NÝSKOÐAÐUR. SUMARDEKK. VETRARDEKK. EINN EIGANDI. 4. DYRA. ÁSETT VERÐ 990 P. S.8958956.



Til sölu Nissan trade árg. 00 ek. 184 þ kassi og lyfta árg 04 mikið endurnýjaður. Verð 1200þ. Tilboð 800þ s:852-2229



MERCEDEZ BENZ E-500 árg. 2007, ekinn 135þús km. Bíll í topp standi og með mikið af aukabúnaði. Ný kominn úr þjónustusköðun. Nýja vélín og 7 þrepa skiptingin kom í þessum bíl. Verð 4,7 m og skoða ýmis skipti. Uppl í 820-7333.

0-250 þús.



TILBOÐ 250 ÞÚS
VOLVO S40 1,8 SSK árg'97 ek 200 þús, ný skoðaður 14, góð heilsársdekk, bíll í góðu lagi verð aðeins 250 þús ásett verð 390 þús S.841 8955

Bílar óskast



STAÐGREIÐJ BÍLA 0-300 ÞÚS!

Óska eftir að kaupa bíla á allt að 300 þús staðgreitt! Þeir meiga þarfnast lagfæringa helst ekki eldri en 01, skoða allt er með pening og pappíra klára og get gengið frá kaupum strax, ef mer lýst vel á. Uppl. s. 691 9374

BÍLL ÓSKAST Á 25-250ÞÚS.
Má þarfnast lagfæringa.
Hringdu S. 615 1815
eða sendu sms.

0-250 STAÐGREITT

Vantar bíl á verðinu 0-250. Skoða allt. Jeppa, fólsbíll. Má þarfnast lagfæringar. Sími 857 9326.

ÓE Yaris 99-05 sjálfskiptan (ekki MM) ekinn undir 180þ. 8678009.orri87@gmail.com

Tjaldvagnar

Combi camp tjaldvagn árg 04 með fortjaldi og fl. Mjög vel með farinn. Verð 600þ uppl. 896-4171

Sendibílar



Allar stærðir sendibíla. Nýja Sendibílastöðin sími 568-5000.

Hópfæribílar



Mercedes Benz 404. 49 sæta wc uppl gefur Bjarni s: 8636460



GÓÐIR SKÓLABÍLAR
Til sölu 2 Hópfæribílar Benz Sprinter annar 21 sæta árg. 05 hinn 18 sæta árg. 04 Mjög góðir bílar búnir að vera í Góðu viðhaldi hjá Óskju. Upplýsingar í síma 8697111.

Bílaþjónusta



Landferðir hópfæribílar. Keyrum hópin þinn. Leigjum einnig út rútur Bjóðum gott verð og góða þjónustu Sími 6474755 landferdir.is landferdir@landferdir.is

Húsbílar



Til sölu er þessi góði gæðingur. Ford árg.2006. Ekinn 43þ km. Einn með öllu. kr 5.850.000. Hugsanleg skipti á hjólhýsi. Upplýsingar í s. 822 8244

rotor.is



Dótabúð húsvagnaeigenda

Rótor ehf, s. 5554900
Helluhrauni 4, H.F.

Fjór hjól



Can am renegade árgerð 2007 til sölu götuskráð á góðum 27" mud light dekkjum upplýsingar í 8944563 eða 7714565

Bátar



Til sölu þessi glæsilegi skemmtibátur, Carver 53 Voyager, árgerð 1999. Baturinn er glæsilega innréttaður og vel tækjum búinn. Einnig er hægt að kaupa hlut eða hluti í bátinum. Baturinn er staðsettur í Króatíu. Nánar á heimasíðu hilylogskip.is og s. 8933985 Erna Valsdóttir löggiltur fasteigna-, fyrirtækja- og skipasali.



Til sölu 4 metra bátur á vagni Með 6hp nýlegum Jonson fjörgengismotor 770-5144

Hjólbarðar

Jeppadekk



Gylfahlöt 3 • 112 Reykjavík
Sími 567 4468

Varahlutir

VAKA



FELGUR

Nýjar og notaðar felgur í miklu úrvali. VAKA S:567 6700.

SMÁPARTAR.IS

Eigum orðið mikið úrval notaðra varahluta í Subaru, Skoda, Suzuki, Nissan, Opel, Volkswagen, Kyrón, Mitsubishi, Honda, Peugeot, Renault, Ford Escape. Uppl. á Smápartar.is eða í s. 567 5040/ 7785040

ÞJÓNUSTA

Hreingerningar

Flutningsþríf, Gólfbónun, Teppahreinsun og Gluggavottur. Gerum verðtilboð. www.hreingerningar.is S. 772 1450

Þjónustuauglýsingar

Sími 512 5407

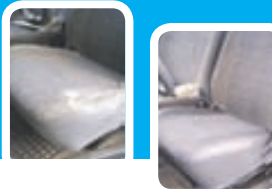
Er tölvan þín hæg, brotin eða biluð?

- Hjá okkur er stuttur biðtími og góð þjónusta.
- Seljum notaðar og nýjar tölur.
- Einstaklings- og fyrirtækjaþjónusta.

Tölvukerfi ehf, Höfðabakki 1, RVK
S. 534 4200 www.tolvukerfi.is



ER BÍLSÆTIÐ RIFIÐ ?



Viðgerðir á öllum gerðum af bíla-, mótörhjóra og snjósleðasætum. Húsbílaklæðningar og öll almenn bóistrun. Við erum þekktir fyrir fljóta og góða þjónustu.

Formbólstrun

Hamraborg 5 kóp, Hamrabrekkumegin S. 544 5750 www.hsbolstrun.is

NÁMSKEIÐIN OKKAR ERU AÐ HEFJAST.



GLERBRÆÐSLA, LEIRMÓTUN, LEIRSTEYPA, GLERSKARTGRIPPIR OG SKARTGRIPAGERÐ.MIKIÐ ÚRVAL AF SKARTGRIPAEFNI. ERUM Á FACEBOOK.COM/GLITEHF

GLIT
Glit ehf. Krókhálsi 5, 110 Rvk. sími 587 5411

Parketslípun

sólpallaslípun | parketlagnir

551 1309 / 690 5115

golflist@golflist.is | www.golflist.is

99%
RYKFRITT



Glugga- og hurðasmíði

Þeim stærðum og gerðum sem henta þér!

Gluggar
Hurðir
Opnaleg fög
Breytingar
Viðhald



S.: 862-7894 | saereki.is | saereki@saereki.is

XPRENT
stofnað 2010

Kynntu þér þjónustu Xprent á nýrri heimasíðu: **www.xprent.is**

xprent@xprent.is - s. 777 2700 - Sundaborg 1 - Fylgstu með okkur á FACEBOOK



Nýbýlavegi 10 - Kóp. - S. 554 2510

TOYOTA-þjónusta www.bilasprautun.is

BÍLAÞJÓNUSTA BJARKA ehf
alhliða bílaviðgerðir

Tímamantanir s: 445 4540/697 4540

viðarhöfði 2 • 110 reykjavík • sími 445 4540 / 697 4540
bilathjonustabjarka@gmail.com
http://www.facebook.com/bilathjonustabjarka

ÞJÓNUSTUAUGLÝSINGAR
ÞAÐ ERU AÐ KOMA FYRIRTÆKINU ÞÍNU Á FRAMFÆRI?



HAFÐU SAMBAND OG VIÐ GERUM ÞÉR TILBOÐ

FRÉTTABLAÐIÐ

Sími 512 5407 | thjonusta@365.is

Alla fimmtudaga og laugardaga

arnarut@365.is sigrunh@365.is

Eina sérsverslun landsins
með grill og garðhúsgögn

Grillbúðin

ÚTSÖLULOK

um helgina

VELDU
GRILL
SEM ENDIST
OG ÞÚ
SPARAR

TEST
WINNER!

www.grillbudin.is

Viðhaldsfri garðhúsgögn úr Tekki



*Garðhúsgögn í
hæsta gæðaflokki*



Opið laugardag 11-16
Sunnudag 13-16

Kynnið ykkur muninn á Tekki og öðrum harðvið

Komdu og fáðu ráðleggingar

Grillbúðin

Smiðjuvegi 2, Kópavogi | S. 554 0400 | Við hliðina á BÓNUS | grillbudin.is

Fyrir veiðimenn

Remington Versa MAX

Fæst í Ellingsen

Verð frá:
199.990



Ellingsen
Fiskislóð 1 • 101 Rvk
www.ellingsen.is

GISTIHEIMILI -
GUESTHOUSE WWW.
LEIGUHERBERGI.IS

1-2 manna herb. á Funahöfða
17a og 19. Rooms for 1-2 persons
in Funahöfða 17a -19 Rvk.
Uppl/info í S. 824 4535.
frá kl. 12-18.
www.leiguherbergi.is

3. herb. íbúð og herbergi /
Bed&Breakfast við Lund/ Malmö í
Svíþjóð. S. 499 2072/+46462406929+

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.

Stúdíóíbúð til leigu í Fossvoginum, í
fjóra mánuði frá 15 sept. S:892-9656.

NULL

Herbergi til leigu á Háaleitisbraut.
Uppl. í s. 898 9946.

Húsnæði óskast

Reglusöm og ábyggileg kona, óskar
eftir lítilli íbúð sem fyrst. Vinnur á
LSH uppl. í s: 698-1114.

Herbergi óskast í vesturbænum. Má
vera lítið. Uppl. í s. 551 5564.

Tvítugur, reglusamur og reyklus
drengur í skóla og vinnu leitar sér
að ódýri íbúð helst miðsvæðis. Lofar
skilvísun greiðslum. Jóhann Dagur S.
618-1350.

Atvinnuhúsnæði

Óska eftir til leigu iðnaðarhúsnæði
með skrifstofuástöðu 100-200 fm.
Fyrir léttan iðnað. Uppl. í s. 659 5981
Ingvar.

Til leigu bílskúr í Móhelli Hafnarfirði,
26-28 fm, á afgirtu svæði. Uppl, gefur
Pálmi í s. 898 9313

Geymsluhúsnæði

Varðveitum
verðmæti
eigna



FERDAVAGNAR

Vantar þig
geymslu?

-fyrir fellihýsið, tjaldvagninn,
móturbjólíð eða eitthvað
annað á besta stað í bænum?

Verð:
0-5m = 50.000kr.
0-7m = 60.000kr.
(Frá sept. 2013 til 15. maí 2014)

Hafðu samband í síma 776 3260
eða sendu okkur fyrirspurn á
veturgeymsla@gmail.com

GEYMSLUSVÆÐIÐ
EIRHÖFÐA 2-4 REYKJAVÍK

Vantar þig að geyma bíla, báta,
tæki og tól. Vaktað og afgirt
geymslusvæði á besta stað í
bænum.

Upplýsingar í síma 577-1555
eða geymslusvæði@kemis.is

Hýsum tjaldvagna. Ódýrt í Mosfellbær.
Uppl. Bjarni 6980906 & 5666250.

UPPHITUÐ
FERDAVAGNAGEYMSLA
Í BORGARF.

Gott verð, tjaldv, fellih, bátar, 4hjól og
fl. S: 899 7012, www.solbakki.com

GEYMSLUR.COM

Frá kr. 3990 hjá Ikea í Garðabæ og
Fiskislóð í Reykjavík. S. 555 3464

WWW.BUSLODAGEYMSLA.IS

Búslóðageymsla Olivers 150 kr. á dag
hvert bretti. Starfað í yfir 25 ár. S. 567
4046 & 892 0808.

GEYMSLUHÚSNÆÐIÐ
AUÐNUM II, 190 VOGAR.

Tjaldvagnar, fellihýsi, bílar, bátar,
móturbjólí ofl. Uppl. í s. 864 3176.

ATVINNA

Atvinna í boði



Óskum eftir fólki í úthringistarf.
Hentar vel sem aukastarf. Föst laun
og bónusar í boði. Uppl. gefur Ágúst í
770-2277 og agust@tmi.is

KVIKKFIX LEITAR AÐ
STARFSFÓLKI.

KvikkFix leitar að vönum
smurmanni og starfsmanni í
móttöku.

Áhugasamir sendi umsóknir á:
kvikkfix@kvikkfix.is



LAUS STAÐA

Vegna fæðingarorlofs leitum við
eftir einstaklingi sem er ljúfur
í lund, ábyrgur og samstarfsfús
til starfa næsta skólaár. Best
væri að viðkomandi gæti hafið
störf sem fyrst. Rík áhersla er
á umhyggju, virðingu og gleði í
öllum samskiptum og eru það
lykilhugtök í öllu daglegu starfi
skólans.

Áhugasamir sendi tölvupóst á
regnbogi@regnbogi.is eða hafið
samband við undirritaða í síma
899-2056 eða 557-7071 Lovísa
Hallgrímsdóttir leikskólastjóri

VILTU SKEMMTILEGA
OG KREYFJANDI VINNU Í
GÖÐUM OG SAMSTILLTUM
HÓP ?

Við leitum eftir manneskju sem
er stundvís, skipulögð, sjálfstæð,
snrytileg, heiðarleg, með bílpróf
og talar ensku. Góð almenn
tölvukunnátt. Stúdentspróf er
kostur.

Starfið felst m.a. í afgreiðslu,
símsvörum og tilfallandi
skrifstofustörfum.

Áhugasamir sendi umsókn
ásamt ferilsskrá á
gunnarb@procar.is

Jói
Fel

HJÁ JÓA FEL
HOLTAGARÐAR

Óskum eftir fólki til
afgreiðslustarfa í bakarí okkar í
Holtagarðum, vinnutími frá kl.
12-18:30 og aðrahvora helgi.
Íslenskukunnátta skilyrði.

Vinsamlega sendið umsóknir á
linda@joifel.is

VÉLVIRKI / VANUR MAÐUR
ÓSKAST

Álheimar ehf óskar eftir vélvirkja
eða vönum manni í málmsmíði
/ vélavinnu. Fjölbreytt starf, góð
vinnuaðstaða og framtíðarstarf.
Upplýsingar í síma 869 1122 Örn
efnir@efnir.is www.alheimar.is

mojo

Við á Mojo getum
bætt við okkur fólki
í stólaleigu, góð
tækifæri framundan.

mojo.mojo@outlook.com

MYGLUSVEPPUR?

Er myglusveppur áhættuþáttur fyrir heilsu fjölskyldunnar?

Þurrktæki

Lofthreinsitæki



Ókeypis
Rakamælir
virði 6.990

Tilboð
39.900
í sept

Mest seldu á Íslandi
Kemur í veg fyrir myglu
Valið best í prófi

Eyðir myglugró
Bætir loft heimilisins
Alþjóðlega viðurkennt

íshúsið

www.ishusid.is • S: 566 6000
Smiðjuvegur 4a, 200 Kópavogur, græn gata

til sölu

I am Happy.is
Netverslun
Staðsetning Verslunar
Brekkuhús 1
Grafarvogi
Fylgdu okkur á [/lamHappy.is](https://www.facebook.com/lamHappy.is)

Netgiró
Vulli

MasterCard
VISA

ME TOO mÓI
HAPPY COLOURFUL KIDS

nytjamarkaður

Samhjálp

NÝTT!
Nytjamarkaður Samhjálp
Funahöfða 19
(GKS húsinu) kjallara

Prúttisala í viku!
Frá mánudeginum 16 sept.
til föstudagsins 20 sept.

Mikið af góðum húsgögnum ofl.
Opíð frá kl 13⁰⁰ – 18⁰⁰
Littu við og gerðu góð kaup

Blaðberinn bíður þín

Þú færð Blaðberann þinn í Skaftahlíð 24
alla virka daga frá kl. 9-17.

Blaðberinn... góðar fréttir fyrir umhverfið

Atvinna í boði

MATREIÐSLUMADUR ÓSKAST

Cafe bleu Kringlunni óskar eftir vönnum manni í eldhúsi. Unnið á vöktum 2-2-3 framtíðarvinna.
Upplýsingar í síma 899 1965



VEITINGAHÚSIÐ ÍTALÍA

óskar eftir að ráða þjóna í fullt starf 11 - 11, einnig vantar okkur þjóna á hádegisvaktir frá ca. 11.30 - 14.00. Lágmarksaldur 18 ár. Ath. góð íslenskukunnátta skilyrði.

Upplýsingar aðeins veittar á staðnum frá 15.00 - 17.00 í dag og næstu daga.

Blikksmiðjan Vík ehf óskar eftir að ráða blikksmið eða mann vanan blikksmiði, þarf að geta starfað sjálfstætt. Umsóknir sendist á eyjolfur@blikkvik.is Öllum verður svarað

Við erum að leita að harðduglegum starfsmönnum til vinnu. Þurfa að vera stundvísir, tala íslensku, með sjálfstæð vinnubrögð, skipulagðir og áhugasamir. Reynsla af garðyrkjustörfum væri kostur. Umsóknir á www.gardlist.is eða thorey@gardlist.is

Leitum að dugmiklum starfskrafti á hjólbarða- og smurstöð Dekkjahallarinnar í Reykjavík. Umsóknir sendist á thorgeir@dekkjahollin.is

TÍSKUVERSLUN VIÐ LAUGAVEG

Starfskraftur óskast, tímabundið kemur til greina. Uppl. í s. 897 3767.

Atvinna óskast

65 ára manni vantar vinnu. Margt kemur til greina. Húsasmiður að mennt. S. 844 7901.

Smiður óskar eftir vinnu, vanur byggingavinnu, flísalögn, málnun & gipsvinnu. S. 846 3632.

GEFÐU HÆNU
gjofsemgefur.is
907 2003

Hjálparstarf kirkjunnar

TILKYNNINGAR

Tilkynningar



HEF HAFIÐ STÖRF Á HÁRGREIÐSLUSTOFUNI MÖGGUNUM Í MJÓDD.

Opnunartímar:

Mánud-fimmtudaga 9-18

Föstudagar 9-17

Laugardaga 10-14

Upplýsingar í s. 557 7080

Allir velkomnir Magga Dóra

HANNES RÍKARÐSSON TANNLÆKNIR

Hannes Ríkarðsson tannlæknir er fluttur í Bolholt 4, 3 hæð, lyftuhús, hringstíginn er farinn. Síminn er 568-5865.

Einkamál

19 ára stelpa af höfuðborgarsvæðinu vill kynnað karlmanni undir fertugu. Símaestefnumót Rauða Torgsins, sími 905-2000 eða 535-9920, augl.nr. 8627.

Falleg kona vill kynnað karlmanni, 45+, verður að vera með sín mál á hreinu. Símaestefnumót Rauða Torgsins, sími 905-2000 eða 535-9920, augl.nr. 8593.

Ung kona (19 ára), vill kynnað eldri manni. Vil hafa það hressilegt. Símaestefnumót Rauða Torgsins, sími 905-2000 eða 535-9920, augl.nr. 8944.

Kona, leitar þú að raunverulegri tilbreytingu? Notaðu Rauða Torgið, það er frítt og það virkar. Auglýstu núna í síma 535-9923

SPJALLDÖMUR 908 5500

Ertu einmanna? Langar þig til þess að tala við símadömu. Opíð þegar þér hentar, hlökkum til að heyra í þér.

skemmtanir

BOLTINN Í BEINNI

Cafe Catalina

Hamraborg 11 • 200 Kópavogur • Sími 554 2166 • www.catalina.is
"Best geymda leyndarmál Kópavogs"

LEIKIR HELGARINNAR:
LAUGARDAGURINN 14. SEPT

11:35 MAN. UTD. - CRYSTAL PAL.
13:45 Tottenham - Norwich
13:50 Stoke - Man. City
16:15 Everton - Chelsea

HLJÓMSVEITIN SÍN SPILAR Í KVÖLD ÁSAMT ESTER ÁGÚSTU

Allir velkomnir

<http://www.facebook.com/cafecatalina>

Snyrtilegur klæðnaður áskilin • Heimilismatur í hádeginu virka daga • Boltatilboð • Hamborgartilboð • Veislusalur til útleigu

Nú er komið app fyrir Fréttablaðið:

App sem þú þarft

Nýtt í spjaldtölvu og snjallsímann



Fáðu Fréttablaðið ókeypis í spjaldtölvu og snjallsímann með nýja Fréttablaðsappinu. Nú er hægt að nálgast Fréttablaðið hvar sem er, á hverjum morgni. Sláðu inn Fréttablaðið á Google Play, Windows store eða í App store og náðu í appið.



FRÉTTABLAÐIÐ



Einfalt er að útbúa hollan drykk úr ávöxtum. Ferskir ávextir eru góður millibiti.

Það er ágætt að skoða fæðuhringinn til að sjá hvað á að borða.



Vítamín úr matnum

Undirstaða góðs mataræðis er að borða fjölbreyttan mat úr öllum fæðuflokkunum.

Hollur, góður og fjölbreyttur matur er vítamínríkur. Hægt er að fá úr fæðunni flest þau vítamín sem fólk þarfnast. Járnskortur getur orsakað blóðleysi og þar af leiðandi þreytu. Fólk þarf að láta mæla járn í blóði áður en það ákveður að taka það inn aukalega. Ekki er gott að fá of mikið járn í kroppinn.

Vilji fólk hins vegar vera viss um að fá nægilegt járn í líkamann er gott að hafa í huga að gróft brauð, hafragrjón og músli eru fæðutegundir sem eru ríkar af járn. Svo er einnig um nautakjöt og villibráð, eins og hreindýr og rjúpur. Lifrarkæfa er járnrik svo og egg og þurrk-áðir ávextir, til dæmis rúsínur, apríkósur og sveskjur.

Kalk

Allir þurfa kalk, ekki síst börnin sem eru að vaxa. Mest af kalki fæst úr mjólk, jógúrt og osti. Einnig er grænkál ríkt af kalki svo og smá-



fiskur eins og sardínur sem borðaðar eru með beini.

C-vítamín

Það er hægt að fá C-vítamín úr mörgum fæðutegundum sem við borðum daglega. Þar má nefna ávexti, sérstaklega sítrónur, kíví og ananas. Einnig öll ber og grænmeti á borð við kartöflur, papriku, spergilkál og blómkal.

D-vítamín

Flestir vita að D-vítamín fáum við frá sólinni en þar sem lítið er af henni er nauðsynlegt að borða feitan fisk eins og lax, makríl og lúðu. D-vítamín er sömu-leiðis í eggjum, smjöri og D-vítamínbættri léttmjólk.

A-vítamín

A-vítamín er nauðsynlegt fyrir húð og hár. Egg eru rík af A-vítamíni, einnig hvítostur, smjör, lifur og allar afurðir úr henni.

Nýjung í notkun á mysupróteini

Profitt-fæðubótarefni eru íslensk framleiðsla og án allra aukaefna. 100 prósent hreint mysuprótein er nýjung frá Profitt sem hentar meðal annars í matargerð. Líkaminn er farartæki okkar fyrir lífstíð og því þarf að huga að réttu mataræði.

Flestir hugsa vel um bilinn sinn, skipta um dekk, setja rétt eldsneyti á hann og smurólíu. En þegar kemur að líkamnum kveður við annan tón og við troðum alls konar mat ofan í okkur án þess að hugsa. Við gleymum því að líkaminn þarf að endast vel í 95 ár og til þess þarf hann gott viðhald,“ segir Selma Hreiðarsdóttir, sölumaður hjá Profitt.

„Fæðubótarefni frá Profitt hjálpa okkur að innbyrða þau nauðsynlegu næringarefni sem líkaminn þarf. Profitt er alíslensk framleiðsla og við vönduðum okkur sérstaklega vel svo neytendur geta treyst því að hollustan sé í fyrirrúmi. Það eru engin litarefni í Profitt-vörunum, engin gervisæta og engin E-efni.“

Nýir notkunarmöguleikar

„100% Profitt-mysuprótein er nýjung hjá okkur og eins hreint og það getur verið. Mysupróteinið er hugsað fyrir alla þá sem vilja holl og góð fæðubótarefni og er frábært að nota í þeyting en líka til þess að velja fiski eða kjúklingi upp úr í stað hveitis, þegar við erum að elda. Einnig er það tilvalið í súpur, en í hraða samfélagsins í dag fáum við ekki það próteinmagn sem við



Selma Hreiðarsdóttir, sölumaður hjá Profitt. MYND/PIETUR

þurfum úr fæðunni. Því hefur verið mikil eftirspurn eftir þessu. Mysupróteinið er bragðlaust en Profitt-próteinvörunar fást með súkkulaði-, jarðarberja- og vanillubragði en við höfum getað þróað bragðið í takt við óskir neytenda,“ segir Selma.

Nánari upplýsingar er að finna á www.profitt.is.

NOKKUR ATRIÐI UM PRÓTEIN

- Prótein er mikilvægt til að byggja upp og viðhalda vöðvavefjum.
- Próteinþörf líkamans ræðst af álagi, þjálfun eða erfiðisvinnu. Því meira sem æft er, þeim mun meiri verður próteinþörf líkamans.
- Því próteinmagn sem líkami í æfingu þarf er erfitt að ná úr hefðbundinni fæðu án þess að fá um leið óæskilegar hitaæiningar. Því er Profitt tilvalin leið til að fylla up í próteinþörf líkama í þjálfun eða uppbyggingu.
- Settu þér raunhæf og skýr æfingamarkmið.
- Það krefst fyrirhafnar og staðfestu að auka vöðvastyrk og minnka fitu.

Á heimasíðunni www.profitt.is er að finna þjálfunaráætlun og þrjár mismunandi mataráætlanir fyrir heila viku.

Uppskriftir

PRO FITT
100%
MYSUPRÓTEIN

Ýsa í próteinskorpu

Ýsullök
Egg/eggjahvítur
Profitt 100% mysuprótein
Salt og svartur pipar
Repjuolía

www.profitt.is

Byrjið á því að vigta það magn af Profitt 100% mysupróteini sem þið viljið á ýsuna. Ráðlagður dagskammtur er 50 gr. en það fer alveg eftir lífmaðarháttum og vilja hvers og eins.

Ýsan á að vera bein- og roðhrein, og lögð eina umferð í Profitt 100% prótein. Þar næst eru eggjin slegin sundur í skál og krydduð til með salti og svörtum pipar. Því næst er ýsan lögð í eggjin og svo aftur í Profitt 100% prótein. Þetta er endurtakið til skiptis, egg og prótein þar til allt próteinið er komið á fiskinn. (Ef fækka á hitaæiningum eru eggjarauðurnar skildar frá og einungis eggjahvítan notuð).

Því næst er fiskurinn steiktur á pönnu uppúr smá repjuolíu á vægum hita. Fiskinn er hægt að füllelda á pönnu eða inni ofni við 160°C á blæstri. Einnig getur verið gott að húða fiskinn með fimmkornablöndu eða uppúr hampfræjum.

Borið fram með kaldpressaðari sítrónuolíu.

Próteinkjúklingur

Ósprautaðar kjúklingabringur
100% Profitt mysupróteini
Hvítlaukur
Sojasósa
Salt
Pipar
Repjuolía
Vatn
Fræ

Hvítlauks og soja mariner/hjúpur

30 ml. sojasósa
100 ml. vatni
10 gr. hvítlaukur pressaður
10 gr. repjuolía

50 gr. Profitt 100% mysuprótein

Allt hrætt saman í skál þar til þetta verður eins og þykkt deig, kryddað til með salti og pipar.

Kjúklingabringurnar

Bringurnar eru snöggsteiktar á pönnu á báðum hliðum til að loka þeim. Því næst eru þær smurðar með mariner/hjúpunni og stráð yfir þær t.d. tröllahöfrum, hörfræjum, graskersfræjum eða sesamfræjum. Bakað í ofni við 180°C á blæstri í 12-14 mínútur eða þar til þær eru fülleldaðar. Hjúpurinn á að vera stökur og gullinbrúnn.

Látið standa á borðinu í 3-4 mínútur áður en byrjað er að borða þær.

Hugmyndir af meðlæti.

Sætar kartöflur með hampfræjum.
Ferskt salat með ristudum hörfræjum.

Verði ykkur að góðu

PRÓTEIN

Ætlað þeim sem vilja skipta út narti fyrir heilsusamlegan próteindrykk.



ÍSLENSKT
FÆÐUBÓTAREFNI

ÁN ALLRA AUKEFNA

www.profitt.is

PRO FITT



ÚTRÝMIR SKYRBJÚG

Áður fyrr fengu sjómenn stundum dularfulla veiki sem í dag kallast skyrbjúgur og einkennist af blæðingu í húð, vöðvum og innri líffærum og gat leitt til dauða. Læknir einn komst að því að sjómenn sem borðuðu sítrónur og appelsínur voru þeir einu sem sluppu og seinna kom í ljós að skyrbjúgur er einkenni C-vítamínskorts.



Andoxunarefnið C-vítamín tekur þátt í mörgum efnahvörfum líkamans og virkjar eartilfrumur svo að ónæmiskerfi líkamans geti starfað eðlilega.

C-vítamín fæst úr kartöflum, appelsínur, sítrónur, tómötum, jarðarberjum og grænu káli.

Afleiðing C-vítamínskorts er skyrbjúgur. Einkenni eru lausar tennur, tannholdsbólga, blóðleysi, þreyta, vöðvaslen, blæðingar, hægur gróandi sára og aukin sýkingarhætta.

Heimild: www.vitamin.is



E VERNDAR FRUMURNAR

E-vítamín er andoxunarefni og ein aðalvörn gegn sindur-efnum. E-vítamín hefur verndandi áhrif á frumuhimnur. Skortur á E-vítamíni er sjaldgæfur nema ef fituupptaka er skert. Langvarandi skortur getur valdið taugavandamálum og hefur áhrif á mænu og úttaugar. Skortseinkenni koma ekki í ljós fyrr en eftir 5-10 ára skerta upptöku.

Jurtaolíur, egg, kjöt, gróft mjöl, lárpera og fleira grænmeti, hnetur og sojabaunir innihalda E-vítamín.

E-vítamínskortur er lítt þekktur hjá fullorðnum og kemur helst fram í tengslum við sjúkdóma. Hann er sjaldgæfur hjá börnum en lýsir sér með vökvæðingum, sárum á húð og fækkun rauðra blóðkorna.

Heimild: www.vitamin.is

SNEFILEFNIN NAUÐSYNLEG

Snefilefni eru samheiti yfir frumefni sem finna má í litlu magni í dýra- og plönturíkinu. Til að geta flokkast sem snefilefni þarf magn viðkomandi frumefnis að vera minna en 0,01% af heildarmagn frumefnis lífverunnar. Snefilefni gegna oft mikilvægu hlutverki fyrir líkamann og getur skortur á þeim jafnvel leitt til dauða.

Við fáum snefilefni úr fæðunni og eru þau flokkuð í þrjú flokka eftir virkni þeirra og mikilvægi. Mikilvægust eru þau frumefni sem leiða til skilgreindra læknisfræðilegra sjúkdómseinkenna sé skortur á þeim. Meðal þeirra efna eru til dæmis kopar, sink, járn, magnesíum og kalsíum. Önnur frumefni sem talin eru nauðsynleg líkamanum án þess að hlutverk þeirra sé þekkt eru til dæmis nikkel, tin og arsen. Að lokum má nefna frumefni sem eru eitruð í of miklu magni. Þar má nefna blý, kadmíum og kvikasilfur.

Snefilefni má meðal annars finna í fæðutegundum eins og fiski, eggjum, grænu grænmeti, rauðu kjöti, mjólkurvörum, kornvörum og skelfiski.

Heimild: Vísindavefurinn



Snefilefni má meðal annars finna í fiski.

NUTRILENK - hollráð við liðkvillum. Náttúruleg bætiefni fyrir liðina



Nutrilenk Gold gerir gæfumuninn

Ég æfi þrjú þau með áherslu á hjólréið. Æfingarnar eru mjög fjölbreyttar að lengd og gæðum en lengstu æfingarnar eru 6 tímar.

Ég prófaði Nutrilenk Gold fyrir rúmlega ári og fannst það hjálpa mér mikið. Ýmsar rannsóknir í ritryndum alþjóðlegum timaritum hafa sýnt fram á jákvæða virkni innihaldsefna sem eru í Nutrilenk án þess að þau séu skráð sem lyf.

Ég prófaði að hætta að taka inn Nutrilenk nokkrum mánuðum síðar en byrjaði aftur og hef tekið Nutrilenk núna í rúmlega hálf tveimur árum og ætla að halda því áfram enda hafa æfingar og keppnir gengið mjög vel.

Hákon Hrafn er 39 ára fjölskyldumaður, Íslandsmeistari í þrjú þau síðustu þrjú ár, þrjú þau armaður ársins og Íslandsmeistari í tímakönnihjólréiðum.



Hákon Hrafn Sigurðsson

Hvað getur Nutrilenk gert fyrir þig?

Við mikið álag og eftir því sem árin færast yfir getur brjóskefjurinn rýrnað sem veldur því að liðirnir slitna. Mjög margir finna fyrir óþægindum og verkjum þegar liðfletirnir núast saman, sérstaklega í liðamótum í mjóðum, hrygg og hnjám. Þess vegna er til mikils að vinna að styrkja liðbrjóskið á náttúrulegan hátt.



Heilbrigður liður



Liður með slitnum brjóskef

Náttúrulegt byggingarefni fyrir liðbrjóskið og beinin

Nutrilenk Gold er frábært byggingarefni fyrir brjóskef og getur minnkað liðverki, brak í liðum og stíðleika. Inniheldur brjóskef úr fiski- og hákarlabeinum sem er öflugt byggingarefni fyrir bein og brjóskef enda ríkt af kondritíni, kondritín sulfati, kollageni og kalki. Hentugt fyrir þá sem þjást af minnkuðu liðbrjóski og slitnum liðum.

Nutrilenk hefur hjálpað fjölmörgum. Nutrilenk er 100% náttúruleg vara sem er mjög gagnleg þeim sem þjást af brjóskefsvirnun.

Prófið sjálf - upplifið breytinguna!

Nánari upplýsingar á www.gengurvel.is



Skráðu þig á facebook síðuna **Nutrilenk fyrir liðina** - því getur fylgt heppni!

Nutrilenk er fánlegt í flestum apótekum, heilsuþúðum og heilsuhillum stórmarkaðanna

Sérhæfðir sjúkraþjálfarar

● SJÚKRAÞJÁLFUN ÍSLANDS

Sjúkraþjálfun Íslands er með starfsemi á tveimur hæðum í Orkuhúsinu. Þar starfa 26 sjúkraþjálfarar með áralanga reynslu. Sjúkraþjálfararnir hafa fjölbreyttan bakgrunn og eru sérhæfðir í mismunandi vandamálum. Alls voru 45 þúsund komur til fyrirtækisins á sl. ári og er heildstæð þjónusta sem boðið er upp á í Orkuhúsinu viðskiptavinum SÍ mikilvæg.

Sjúkraþjálfarar Sjúkraþjálfunar Íslands í Orkuhúsinu sinna allri hefðbundinni sjúkraþjálfun en hafa þó sérhæft sig í bakvandamálum, íþróttameiðslum, sogæðanuddi og endurhæfingu eftir axlar- eða hnéaðgerð. Margir sjúkraþjálfaranna hafa leyfi frá Landlækni til að nota nálastungur í meðferðum sínum. Þá er boðið upp á þrekmælingar t.d. mjólkursýrumælingar.

„Sjúkraþjálfarar okkar eru 26 talsins, meðalstarfsaldur þeirra er tólf ár og því töluverð reynsla sem býr í hópnum,“ segir Ólafur Þór Guðbjörnsson, sjúkraþjálfari og framkvæmdastjóri Sjúkraþjálfunar Íslands. Sjúkraþjálfarar SÍ hafa mismunandi bakgrunn. „Margir hafa útskrifast á Íslandi en hjá okkur starfar einnig fólk sem hefur útskrifast frá skólum í Ástralíu, Þýskalandi, Svíþjóð, Hollandi og Noregi. Margir eru einnig með talsvert framhaldsnám á bakinu, og þá eru tveir að vinna að mastersverkefnum sínum og aðrir tveir að doktorsverkefnum,“ lýsir Ólafur. Hann bendir á að sjúkraþjálfarar SÍ hafi ekki aðeins fjölbreyttan menntunargrunn og sérhæfingu heldur séu þeir í góðum tengslum við íslenska íþróttahreyfingu og starfi með mörgum félagsliðum og landsliðum Íslands.

Flestir sem leita eftir þjónustu SÍ eiga við einhvers konar stoðkerfisvanda að stríða og koma oft í kjölfar aðgerða, slysa eða álagstengdra einkenna. „Um fjórutíu og fimm

prósent af tilvísunum koma innanhúss, frá læknum Orkuhússins, en aðrar tilvísanir koma frá heilsugæslu og víðar að,“ segir Ólafur. Vandamálín eru vissulega af mismunandi toga en með sérhæfingu sjúkraþjálfaranna verður meðferðin skilvirkari og árangursríkari fyrir viðskiptavinum þar sem þeim er vísað á þann þjálfara sem sérhæfir sig í því vandamáli sem hrjáir viðkomandi.

ÖLL ÞJÓNUSTA Á EINUM STAÐ

Aðstaða Sjúkraþjálfunar Íslands í Orkuhúsinu er mjög góð að sögn Ólafs. „Hver sjúkraþjálfari er með sitt eigið herbergi til að meðhöndla og auk þess er hér gott sameiginlegt rými og vel útbúinn tækjasalur,“ lýsir Ólafur en móttaka og starfsemi SÍ er á annarri hæð Orkuhússins og á þriðju hæð er æfingasalurinn ásamt vinnuádstöðu sjúkraþjálfaranna.

Ólafur er afar ánægður með það starf sem fram fer í Orkuhúsinu. „Sú samvinna sem er milli fyrirtækjanna í húsinu er viðskiptavinum okkar til mikilla hagsbóta.“ Í Orkuhúsinu eru, auk SÍ, Læknastöðin, Röntgen, Fótaaðgerðastofa Helguínu og verslunin Flexor, auk þess sem stoðtækjafraeðingar á vegum Stoðar eru með móttöku í Orkuhúsinu fjóra daga vikunnar. „Með þessum hætti fáum við viðtækari sýn á vandamálín og getum leyst þau með skilvirkari hætti,“ útskýrir hann. Ólafur tekur dæmi um viðskiptavin sem fer í krossbandsaðgerð á skurðstofu og þarf á sjúkraþjálfun að halda í framhaldinu. „Þá getum við hitt viðskiptavin okkar strax í vöknun, hitt lækninn sem framkvæmdi aðgerðina og fengið hjá honum útlistun á meiðslum og aðgerð. Þá förum við yfir það með einstaklingnum hvað sé fram undan í þjálfuninni. Síðan getum við fylgt honum eftir þar til hann nær bata,“ lýsir hann.

SÍ er með útibú í Heilsuborg og getur því fylgt viðskiptavininum eftir enn lengur en áður. „Með því getum við komið fólk í áframhaldandi þjálfun undir leiðsögn sjúkraþjálfara þegar meðferð lýkur í Orkuhúsinu. Þannig getum við fylgt viðkomandi betur eftir svo að



Ólafur aðstoðar einn af viðskiptavinum sínum í æfingasal Sjúkraþjálfunar Íslands í Orkuhúsinu. MYND/GVA

hann geti gert þjálfun að hluta af sínu daglega lífi,“ segir hann og bætir við að það skipti sjúkraþjálfara SÍ miklu máli að skila fólk vel frá sér.

16 ÁRA FARSÆL SAGA

Sjúkraþjálfun Íslands var stofnuð árið 1996. Hún var smá í sniðum í upphafi en stækkaði mikið við samruna tveggja stofa árið 1998. „Fyrst um sinn vorum við með starfsemi í Fellsmúla. Árið 2001 eignaðist fyrirtækið stofu í Hafnarhúsinu og á svipuðum tíma opnadi það aðra stofu í Álftamýri en þá í sam-

starfi við hóp bæklunarlækna, röntgenlækna og stoðtækjafraeðinga,“ lýsir Ólafur. Þegar starfsemin í Álftamýri sprengdi utan af sér húsnæðið árið 2003 flutti SÍ ásamt öðrum samstarfsaðilum úr Álftamýrinni í húsnæði að Suðurlandsbraut 34 og til varð Orkuhúsið. „Þá sameinuðum við stofurnar í Fellsmúla, Hafnarhúsinu og Álftamýri í eina stofu í Orkuhúsinu þar sem við erum enn, tíu árum síðar,“ segir Ólafur.

Nánari upplýsingar um Sjúkraþjálfun Íslands má finna á www.sjukratjalfun.is og á Facebook.

Skjót og góð þjónusta í notalegu umhverfi

● RÖNTGENDEILD ORKUHÚSSINS

Mikið er lagt upp úr persónulegri og notalegri þjónustu hjá röntgendeild Orkuhússins. Þjónusta deildarinnar er skjót og góð og fólk kemst yfirleitt strax að. Í dag sinnir deildin einnig myndgreiningarþjónustu utan Orkuhússins.

Röntgendeildin hóf rekstur árið 1999 og hefur lengst af verið í eigu Arnar Thorstensen og Einfríðar Árnadóttur. Fyrir rúmlega ári bættist svo Arnþór Guðjónsson í hópinn og er deildin í dag í eigu þriggja röntgenlækna. Fyrstu þrjú árin fór starfsemin fram í Álftamýri í Reykjavík. Árið 2003 flutti deildin ásamt samstarfsaðilum frá Álftamýri á Suðurlandsbraut 34 og Orkuhúsið varð til. Síðan þá hefur deildin eflst mikið og umsvifin aukist. Örn segir að á þessum árum hafi tækjakostur deildarinnar batnað samfara auknum umsvifum. „Í dag ráðum við yfir góðum tækjakosti, til dæmis röntgentækjum, ómtæki, tölvu-sneiðmyndataeki og tveimur segulómtækjum, annað er með sterkt segulsvið og hitt með veikt segulsvið, sem bæði eru sniðin til útlimarannsóknna.“

GÓÐ ÞJÓNUSTA OG NOTALEGT UMHVERFI

Mikið er gert til að veita sem besta þjónustu. „Fólk kemst yfirleitt strax að hjá okkur eða að minnsta kosti mjög fljótlega. Við leggjum líka áherslu á að lækna fái niðurstöður eins fljótt og hægt er og samstundis sé það nauðsynlegt,“ segir Einfríður.

Starfsfólk deildarinnar leggur mikinn metnað í að búa viðskiptavinum vinsamlegt umhverfi. Stór þáttur í velferð viðskiptavinnanna er aðkoman. Biðstofan er rúmgóð, björt og aðlaðandi og stórir gluggar opna útsýni í fallegan garð. Á biðstofunni er afþreyingarefni, til dæmis nýjustu tímaritin, leiksvæði fyrir börn, kaffi á könnunni og þráðlaust netsamband. Á biðstofunni er einnig stórt sjónvarp þar sem ýmislegt fræðsluefni um starfsemi deildarinnar er sýnt auk þess sem ýmislegt skemmtiefni er á boðstólum að sögn Arnar. „Stundum sitja viðskiptavinir hlējandi frammi þegar við köllum þá inn og þegar stærri viðburðir eru sýndir í sjónvarpinu, eins og til dæmis landsleikur í fótbolta, myndast oft góð stemning. Eftir rannsóknirnar hefur fólk sest aftur og klárað það sem það var að horfa á.“

Eigendur Röntgendeildar Orkuhússins, frá vinstri, Örn Thorstensen, Einfríður Árnadóttir og Arnþór Guðjónsson. MYND/GVA



SÍVAXANDI STARFSSEMI

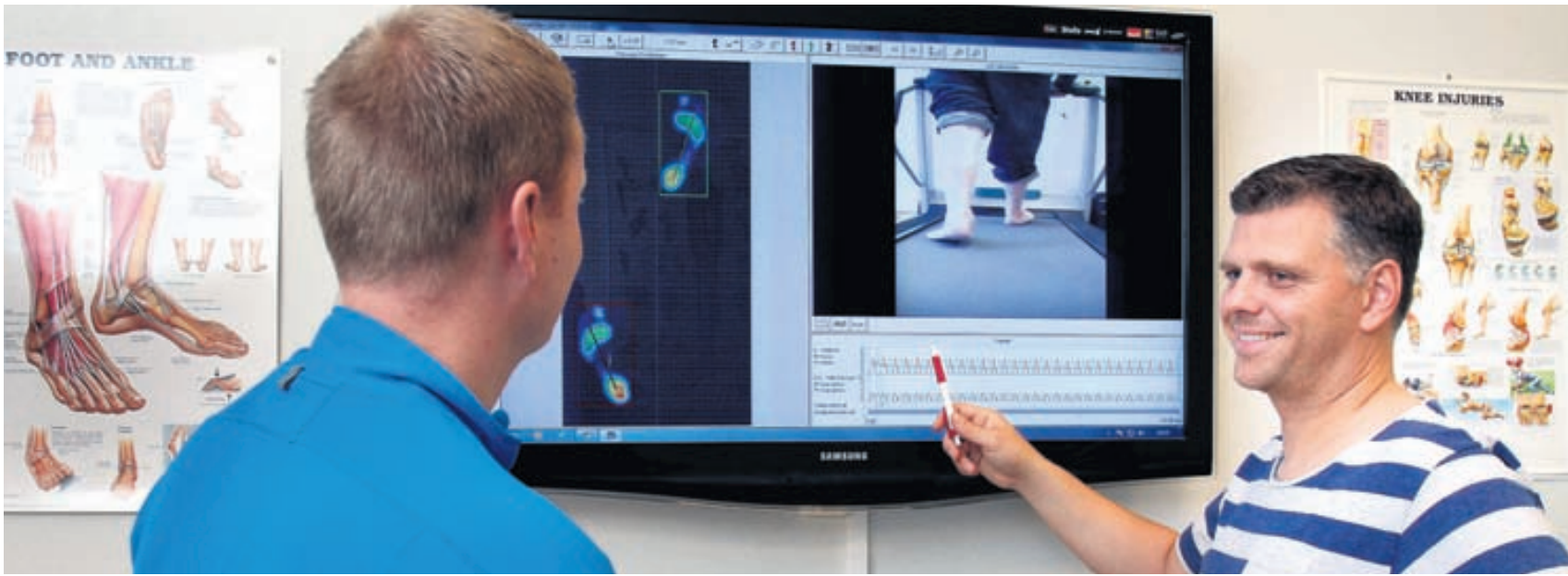
Arnþór segir að upphaflega hafi deildin eingöngu þjónað bæklunarlæknum í Orkuhúsinu en nú sé það breytt. „Í dag er almenn myndgreiningarþjónusta deildarinnar utan Orkuhússins orðinn stærri þáttur og fer sífellt vaxandi. Þar er um að ræða heimilislækna og aðra sérfræðinga, mest á höfuðborgarsvæðinu, en einnig utan af landi. Einnig þjónum við Heilbrigðisstofnun Vestmannaeyja enda er þetta allt rafrænt í dag. Við þurfum ekki að vera á sama stað og tækin sjálf, heldur er hægt að senda rannsóknir rafrænt

og greiningarvinnan getur þá farið fram annars staðar.“

Sérsvið deildarinnar er sjúkdómar í stoðkerfi en hún framkvæmir í raun allar hefðbundnar myndgreiningarrannsóknir að sögn Arnar. „Þetta gengur þannig fyrir sig að fólk hittir lækninn sinn sem sendir beiðni til okkar, yfirleitt rafrænt. Við hringjum svo í fólk og gefum tíma í viðkomandi rannsókn eða þá að fólk kemur beint til okkar. Við framkvæmum rannsóknirnar og sendum svörin til lækna. Þessi svör eru einnig send rafrænt þannig að læknirinn fær svarið án tafar.

Einnig getum við faxesað eða sent svarið sé þess óskað. Margir halda að rannsóknin sé send til viðkomandi læknis en við á röntgendeildinni sjáum um myndgreininguna. Þó er það þannig að lækna geta fengið beinan aðgang að rannsóknnum sjúklinga sinna hjá okkur. Það getur einnig verið mjög gagnlegt.“ Í dag starfa þrjú lækna í fullu starfi hjá deildinni og einn í hálfu starfi. Auk þeirra starfa sex geislafræðingar þar og þrjú móttökuritarar. Öll þjónusta læknaritunar er á hendi Læknaritunar ehf.

Allar nánari upplýsingar má finna á www.rontgen.is.



Þrýstiplata er innbyggð í hlaupabretti í göngugreiningu Flexor, sem gefur mun nákvæmari niðurstöður en áður hefur þekkt hér á landi. Ásmundur Arnarsson, sjúkraþjálfari hjá Flexor og sérfræðingur í göngugreiningu, segir alla þá sem hafa verki í stoðkerfi eiga erindi í göngugreiningu.

MYND/GVA

Opið
09.00-17.30
alla virka
daga.
s: 517 3900
www.flexor.is

Þjónusta fjölbreyttan hóp

• FLEXOR

Verslunin Flexor þjónustar fólk með stoðkerfisvandamál og selur úrval stuðningshlífa og annarra vara sem létta verki. Hægt er að panta tíma í hlaupa- og göngugreiningu en Flexor er í samstarfi við lækna, sjúkraþjálfara og annað fagfólk.

Við hjá Flexor veitum víðtæka þjónustu fyrir fólk með stoðkerfisvandamál,“ segir Ásmundur Arnarsson, sjúkraþjálfari og sérfræðingur í göngugreiningu hjá Flexor.

„Auk þess seljum við fjölbreytt úrval af

vönduðum stuðningshlífum og spelkum frá DeRoyal og mikið af ýmsum smávörum sem geta létt verki og stutt við endurhæfingu, svo sem nuddrúllur, nuddbolta, jafnvægisdýnur, sjúkravörur og fleira. Einnig fást í Flexor hlaupaskór frá Nike og Asics, gönguskór frá Lytos og mikið úrval af skóm,“ segir Ásmundur. Hjá Flexor veita fagaðilar ráðgjöf við val á hlaupaskóm. Hægt er að panta tíma í hlaupagreiningu til að meta hvaða hlaupaskór henta hverjum og einum.

FAGFÓLK VEITIR RÁÐGJÖF

Göngugreining Flexor er í góðu samstarfi við lækna, sjúkraþjálfara, hnykkjara, nuddara og fótáðgerðafræðinga. Ekki þarf tilvísun til að koma í göngugreiningu.

„Einfaldast er að panta bara tíma hjá okkur í síma 517-3900,“ segir Ásmundur. „Hér í Flexor er gríðarlega fullkominn búnaður til göngugreiningar þar sem þrýstiplata er innbyggð í göngubrettið og sýnir þess vegna mun nákvæmari niðurstöður og gefur nákvæmari skýrslu en áður hefur þekkt hér á landi. Í göngugreiningu Flexor er hægt að sjá helstu álagspunkta við gönguna, stöðu á fótum, ökkulum og hnjám. Þá er mjaðmagrind skoðuð sem og skreflengd og hvort marktækur munur sé á lengd fótleggja.“

HVERJIR ÞURFA GÖNGUGREININGU?

„Segja má að þeir sem hafa einkenni í stoðkerfinu svo sem verki í tábergi, iljum,

hælum, ökkulum, hásinum, leggjum, hnjám, mjöðmum eða baki gætu haft gagn af því að koma í göngugreiningu,“ útskýrir Ásmundur.

„Það er því mjög fjölbreyttur hópur sem kemur til okkar. Til dæmis fáum við mörg börn til okkar sem finna fyrir fótapirringi, þreytuverkjum eða svokölluðum vaxtarverkjum en þeim líður oft betur með innlegg og í góðum skóm. Stundum eiga þessi börn erfitt með svefn eða hafa lítið úthald til göngu. Margir íþróttamenn þurfa auka-stuðning eða innlegg til að minnka líkur á álagsmeiðslum og einnig þeir sem vinna standandi eða á ferðinni. Þá kemur töluvert af eldra fólki til okkar. Viðskiptavinir okkar eru oftast frá tveggja ára og upp úr.“

Eftirfarandi samstarfsaðilar óska Orkuhúsinu til hamingju með 10 ára afmælið:



150%

afsláttur í september

Lyfja býður 15% afslátt af Nicorette innsogslyfi og Nicorette QuickMist munnholsúða í september

Nicorette nikótínlyf draga úr nikótínþörf og fráhrarfseinkennum og auðvelda fólki að venja sig af tóbaki



Nicorette® Innsogslyf

- Hver nikótíntappi dugur í 20 mínútur t.d. 4 x 5 mín. eða 10 x 2 mín.
- Nota má innsogslyfið eitt og sér eða samtímis Nicorette Invisi forðaplástrum



Nicorette® QuickMist munnholsúði

- Virkar á 60 sekúndum
- Úðist í munn við reykingaþörf
- Nota skal 1-2 úða í hvert sinn
- Mintubragð

 **LYFJA**
- Lifið heil

Nicorette® innsogslyf og Nicorette Quickmist munnholsúði (nikótínlyf) eru fánleg án lyfseðils og eru notuð til meðferðar á nikótínþörf og til að draga úr fráhrarfseinkennum þegar reykingum er hætt eða þegar dregið er úr þeim. Skammtar eru einstaklingsbundnar eftir því hve mikið hefur verið reykt en hámarksdagskammtar eru: Innsogslyf 12 nikótíntappar, Munnholsúði 64 úðar - nota má allt að 4 úða á klst., en ekki fleiri en 2 úða við hverja skömmun. Hvorki skal borða eða drekka meðan á notkun munnholsúðans stendur og gæta skal að úða ekki í augu. Munnholsúðinn inniheldur lítið magn af etanóli (alkóhól), minna en 100 mg/úða. Ekki má nota Nicorette ef þú ert með ofnæmi fyrir nikótíni eða öðrum innihaldsefnum þess. Gæta skal sérstakrar varúðar við notkun Nicorette ef þú hefur nýlega fengið hjartadrep eða heilaslag, ert með brjóstverk (hjartaöng), hjartasjúkdóm, ómeðhöndlaðan háþrýsting, hefur fengið bráðaofnæmisviðbrögð eða útbrot með kláða, ert með skerta líffræstarfsemi, alvarlegan nýrnasjúkdóm, sykursýki, ofvirkan skjaldkirtill, æxli í nýrnahettum, magasár eða vélandabólgu. Börn yngri en 15 ára mega ekki nota Nicorette, og munnsogstöflurnar eru ekki ætlaðar yngri en 18 ára nema í samráði við lækni. Einstaklingar yngri en 18 ára, þungaðar konur og konur með barn á brjósti skulu eingöngu nota Nicorette í samráði við lækni. Þeir sem ekki hafa reykt eiga ekki að nota lyfið. Lesið allan fylgiseðilinn vandlega áður en byrjað er að nota lyfið. Geymið þar sem börn hvorki ná til né sjá. Markaðsleyfishafi: McNeil Denmark ApS. Umboð á Íslandi: Vistor hf., Hörgatúni 2, 210 Garðabæ.

**Bókmennta-
hátið í dag**
**Danski rit-
höfundurinn**
Kim Leine fjallar
um kynni sín af
Grænlandi og
áhrif danskrar
tungu og menningar
þar í landi í
**Pjóðminjasafni-
nu kl. 15.30 á**
morgun.

FÆRT TIL
BÓKAR

Bókaball í Iðnó



DANSIBALL Stella Soffía lofar miklu fjöri á Bókaballinu.

Húsið verður opnað klukkan 21 og miðinn kostar 1.500 krónur og eru miðar seldir í Iðnó og í Norræna húsinu.

Við fórum af stað með þetta fyrir tveimur árum og það tókst svo glimrandi vel að nú verður ekki aftur snúið," segir Stella Soffía Jóhannesdóttir, framkvæmdastjóri Bókmenntahátíðar, um Bókaballið sem haldið verður í Iðnó í kvöld. „Okkur fannst vanta sameiginlegan punkt þar sem höfundar og lesendur gætu mæst og það er á hreinu að Bókaballið verður fastur liður í bókmenntahátíðum framtíðarinnar.“

Ágústa Eva og hljómsveit Ómars Guðjónssonar leika fyrir dansi og ein af hugmyndunum á bak við ballið er að lesendum gefist hugsanlega tækifæri til að dansa við uppáhaldshöfundinn sinn.

-fsb

Masande Ntshanga hlaut Nýræktarverðlaun PEN

Suður-afríski rithöfundurinn Masande Ntshanga hlaut Nýræktarverðlaun PEN International fyrir verk sitt Space. Rithöfundurinn og dómnefndarmeðlimurinn Alain Mabanckou tilkynnti um verðlaunin og verðlaunaféð, 1.000 Bandaríkjadali, á Bókmenntahátíð í Reykjavík, nánar tiltekið á hinu 79. heimspingi PEN International.

Nýræktarverðlaunin eru veitt óútgefnum höfundum sem tilnefndir eru af deildum PEN í hverju landi fyrir sig. Í ár voru einnig tilnefnd þau José Pablo Salas frá Mexíkó og Claire Battershill frá Kanada.



VERÐLAUNAVEITING Alain Mabanckou afhendir Masande Ntshanga verðlaunin. MYND/MAGNÚS HELGASON

Þýðingar standa í blóma

Friðrika Benónýsdóttir
friðrikab@frettabladid.is

Margir góðir gestir sækja Bókmenntahátíð í Reykjavík heim í ár. Auk þeirrar ánægju sem fylgir því að fá skemmtilega gesti þýða heimsóknir höfundanna erlendu að mikill kippur hefur hlaupið í íslenskar þýðingar á athyglisverðum bókmenntaverkum. Þessa dagana kemur hver bók gestanna af annarri út á íslensku.



Ewa Lipska
pólskt ljóðskáld

Fædd árið 1945 í Kraká, er á meðal virtustu ljóðskálda Póllands og hefur unnið til alls kyns bókmenntaverðlauna. Ljóð hennar hafa verið þýdd á fjölda tungumála og birtust nokkur þeirra á íslensku í þýðingu Geirlaus Magnússonar árið 1993.

Í tilefni Bókmenntahátíðar koma út ljóð eftir Ewu í íslenskrum þýðingu Óskars Árna Óskarssonar, Braga Ólafssonar og Magnúsar Sigurðssonar. Ljóðin eru úr ljóðabókinni Kæra frú Schubert... sem kom út árið 2012. Útgáfan er hluti af verkefninu ORT sem hefur það að markmiði að kynna íslenska ljóðlist í Póllandi og pólska ljóðlist á Íslandi.



Rachel Joyce
breskur skáldsagna-
höfundur og leikskáld

Hefur samið meira en 20 útvarpsleikrit fyrir BBC og hlotið verðlaun fyrir BBC. Jafnframt hefur hún skrifað bæði leikgerðir og þætti fyrir sjónvarp. Fyrsta skáldsaga hennar, Hin ótrúlega pílagrímsganga Haralds Fry, kom út í fyrra og sló hressilega í gegn, bæði hérlendis og víða heim.

Önnur skáldsaga hennar, Árið sem tvær sekúndur bættust við tímann, kom út hjá Bjarti í tilefni af komu Joyce á Bókmenntahátíðina. Það er Gunn Snædal sem þýðir og væntanlega óhætt að lofa lesendum góðri skemmtun við lesturinn.



Georgi Gospodinov
búlgarskt ljóðskáld, rit-
höfundur og leikritaskáld

Fæddur árið 1968. Hann þykir einhver merkasti höfundur Búlgara og er búlgarski höfundur sem er hvað mest þýddur á erlend tungumál eftir árið 1989.

Fyrsta skáldsaga Gospodinovs var Estestven roman frá árinu 1999 og er hún hans best þekktu verk. Hún hefur komið út á 22 tungumálum og verið prentuð átta sinnum í Búlgaríu.

Bókin inniheldur fjöldann allan af styttri frásögnum og hugleiðingum. Meginstefið er frásögn manns hvers hjónaband er í molum. Bókin er nú komin út á íslensku hjá Dimmu í þýðingu Aðalsteins Ásbergs Sigurðssonar og ber heitið Náttúruleg skáldsaga.



Mazen Maarouf
palestínskt ljóðskáld, rit-
höfundur og blaðamaður

Fæddur í Beirút í Líbanon árið 1978. Maarouf er með háskólapróf í efnafraði og starfaði áður sem blaðamaður. Hann gaf út fyrstu ljóðabók sína árið 2000 og fjórum árum síðar fylgdi önnur bók í kjölfarið.

Þriðja ljóðabókin, An Angel on Clothesline, kom út árið 2012 og komið er út hjá Dimmu úrval ljóða úr þeirri bók í tvímála útgáfu: á íslensku og arabísku. Bókin nefnist Ekkert nema strokleður og þýðendur eru Aðalsteinn Ásberg Sigurðsson, Kári Tulinius og Sjón.

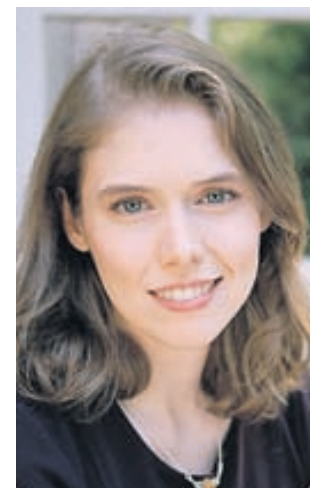


Kiran Desai
indverskur/bandarískur
skáldsagnahöfundur

Fædd á Indlandi árið 1971 en býr í Bandaríkjunum. Fyrsta bók hennar, Hulla-balloo in the Guava Orchard, kom út árið 1998 og hlaut góðar viðtökur.

Frægasta verk Desai er bókin The Inheritance of Loss frá árinu 2006, en fyrir hana hlaut Desai mikið lof gagnrýnenda og lesenda og margvísleg verðlaun, til dæmis Man Booker-verðlaunin það sama ár.

Bókin er komin út á íslensku hjá Múltíkúltí í þýðingu Kjartans Jónssonar og nefnist Horfin arfleifð. Sagan fjallar um indverskt samfélag, átökin á milli kynslóða, tveggja heima sýn, stöðu innflytjenda, hvað tapast og hvað varðveitist þegar flutt er á milli heimshluta.



Madeline Miller
bandarískur
skáldsagnahöfundur

Madeline er fædd í Bandaríkjunum árið 1978. Hún er klassískt menntuð og kennir grísku og latínu. Fyrsta og eina skáldsaga hennar er verðlauna- og metsölubókin The Song of Achilles sem kom út í september 2011. Fyrir hana hlaut Miller Orange-verðlaunin árið 2012, en þau eru veitt fyrir framúrskarandi skáldsögur kvenna af öllum þjóðernum.

Bókin er nú komin út á íslensku hjá bókaforlaginu Sölu í þýðingu Þórunnar Hjartardóttur og nefnist Söngur Akkillesar. Sagan er byggð á Íllionskviðu Hómers og segir frá ástarsambandi Akkillesar og Patróklosar en þeir voru kappar sem börðust í Trójustríðinu í liði Grikkja.

Ástin og heilkennið

BÆKUR ★★

Rosie verkefnið
Graeme Simsion
ÞÝÐING: ELÍSA BJÖRG
PORSTEINSDÓTTIR
BJARTUR

Rómantískar gamanmyndir hafa tröllriðið kvikmyndaheiminum undanfarnar tuttugu ár eða svo og smátt og smátt hefur það þema smeygt sér inn í bókmenntirnar. Rosie verkefnið er grein af þeim meidi, áströlsk reyndar, ekki amerísk eða bresk, en lýtur öllum sömu lögmálum og umræddar myndir enda skilst mér að þegar sé búið að selja kvikmyndaréttinn að bókinni.

Höfundurpersónan er prófessorinn Don Tillman, hálfveinverfur prófessor í erfðafræði, og sagan

hverfist í kringum tilraun hans til að finna hina fullkomnu eigin konu. Rosie, sú sem titillinn vísar til, uppfyllir ekkert af þeim skilyrðum sem hann setur en auðvitað dragast þau hvort að öðru og lifa væntanlegan hamingjusamlega upp frá því.

Tillman er skemmtilega skrifuð persóna, sérviska hans og fastmótaðar venjur gera hann illa hæfan í mannlegum samskiptum og árekstrar við allt og alla er daglegt brauð í lífi hans. Pólitískt réttthugsandi fólk setur hins vegar kannski spurningarmerki við réttmæti þess að gera einkenni heilkennis að hálfgerðum brandara, en fyrir þá sem láta sér slíkt í léttu rúmi liggja er óneitanlega skondið að fylgjast með lífsbasli hans. Persónan nýtur fullrar samúðar höfundar og sú samúð smitast yfir til lesandans sem getur

ekki annað en látið sér þykja vænt um þennan furðufugl og stendur engan veginn á sama um örlög hans.

Rosie er öllu hefðbundnari persóna, konan sem þykist sterk og töff en býr yfir leyndarmáli sem særir inn í merg og mótur öll hennar samskipti við karlmenn. Aukapersónur eru óljósari, enda svo sem hálfgerðir statistar nema Gene, besti vinur Tillmans, sem vinnur að því verkefni að sænga hjá konum af öllum þjóðernum. Skemmtileg persóna og nauðsynlegt mótvægi við Tillman.

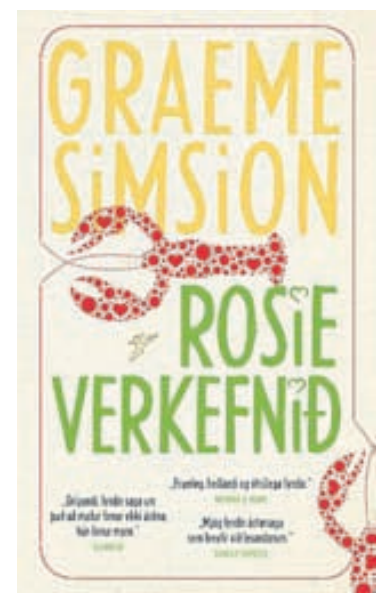
Bókin er líflega og skemmtilega skrifuð en ansi fyrirsjáanleg og spennan sem á að byggjast upp í kringum leit Rosie að blóðföður sínum fer fyrir lítið þar sem lesandinn sér niðurstöðuna fyrir mjög snemma í ferlinu. Einnig er breyting Tillmans á inngrónum

fastmótudum venjum sínum frekar ósannfærandi og aðeins of Hollywood-myndaleg til að lesandinn taki hana trúanlega. Engu að síður er hin besta skemmtun að kynna þessum persónum og basli þeirra í samskiptum við hitt kynið og það er óhjákvæmilegt að glotta út í annað og jafnvel flissa á köflum við lesturinn. Aðall bókarrinnar er þó hve vænt höfundi þykir um persónur sínar, einkum Tillman, og hversu mannleg og hlý frásögn hans er.

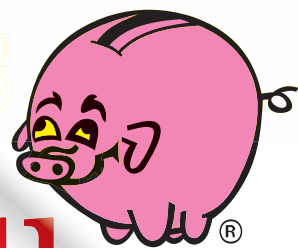
Þýðing Elísu Bjargar Þorsteinsdóttur er vel og vandlega unnin eins og við var að búast úr þeirri áttinni, rennur vel og er á góðu máli.

Friðrika Benónýsdóttir

NIÐURSTAÐA Mannleg og hlý frásögn af vel skrifuðum persónum sem lesandinn tekur ástfóstri við.



BONUS BONUS BONUS BONUS BONUS



Íslenskt af nýslátruðu

NÝ SLÁTRAD **FERSKUR HÁLFUR LAMBAHRYGGUR LUNDAPARTURINN** ISLANDS LAMB



1998 krónur kg

NÝ SLÁTRAD **FERSKT LAMBALÆRI** ISLANDS LAMB



1498 krónur kg

FERSK LAMBALIFUR **NÝ SLÁTRAD** ISLANDS LAMB



298 krónur kg

FERSK LAMBAHJÖRTU **NÝ SLÁTRAD** ISLANDS LAMB



298 krónur kg

Ali **ALI FERSKUR GRÍSABOGUR**



695 krónur kg

KS **KS FROSIN LAMBALIFUR** **HAUST SLATRUN 2012**



98 krónur kg

SS **SS FROSID LAMBALÆRI** **HAUST SLATRUN 2012**



1198 krónur kg

FROSINN SAGAÐUR LAMBABOGUR **KS** **HAUST SLATRUN 2012**



598 krónur kg

ISLANDS NAUT **ISLANDSNAUT**



3598 krónur kg

FERSKT UNGNAUTAFILLET

FERSKUR KJÖRFUGLSKJÚKLINGUR FERSKUR KJÖRFUGLSKJÚKLINGUR FERSKUR KJÖRFUGLSKJÚKLINGUR

KJÖRFUGL **FERSKAR KJÚKLINGABRINGUR**



1995 krónur kg

KJÖRFUGL **FERSKIR KJÚKLINGAVÆNGIR**



279 krónur kg

KJÖRFUGL **HEILL FERSKUR KJÚKLINGUR**



759 krónur kg

AFGREIÐSLUTÍMI LAUGARDAGUR 10:00-18:00

BONUS EKKERT BRUÐL



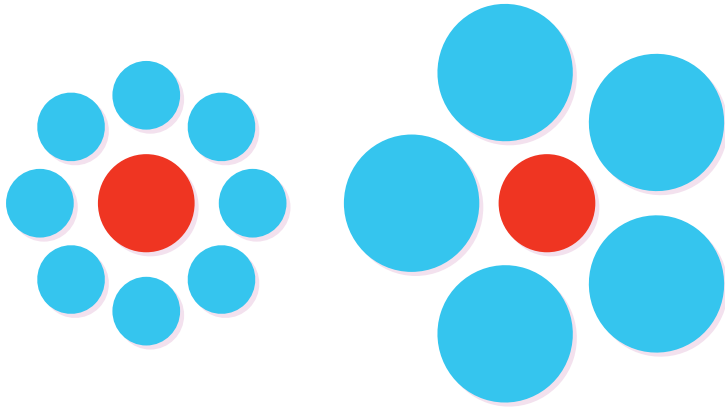
AFGREIÐSLUTÍMI SUNNUDAGUR 12:00-18:00

Konráð og félagar á ferð og flugi ⁶¹

Bragi Halldórsson

„Hér er spurt hvor rauði hringurinn sé stærri, A eða B,“ sagði Lísaloppa. „Er það ekki augljóst?“ sagði Kata. Lísaloppa horfði nokkra stund á rauðu hringina. „Nei, ég er ekki alveg viss,“ sagði hún hugsí. „Þetta er kanski einhver sjónhverfing“ bætti hún við.

Sérð þú hvor rauði hringurinn er stærri, A eða B?



A

B



SVAR: A og B eru jafn stórir, þetta er sjónhverfing.

Brandarar

Hvað er svart þegar þú kaupir það, rautt þegar þú notar það og grátt þegar þú hendir því?
Svar: Kol.

Af hverju hoppar Hafnfirðingurinn upp og niður áður en hann drekkur kókomjólk?
Svar: Á fernunni stendur: Hristist fyrir notkun.

Hvers vegna er heita vatnið kallað heita vatnið?
Svar: Nú, eitthvað verður það að heita, vatnið!

Ef maður skrifar ýsa með ufsiloni, skrifar maður þá ufsi með ýsuloni?



Tónagull

Tónlistarnámskeið fyrir ung börn hefjast 21. september
Netskráning á www.tonagull.is

Gamlir barnaleikir

Að stökkva yfir sauðarlegg

Leggur er lagður á gólf. Sá sem ætlar að stökkva yfir hann tekur með höndunum undir tærnar á sér og reynir síðan að stökkva jafnfætis yfir legginn. Þetta er ekki eins auðvelt og það lítur út fyrir að vera.

Að reisa horgemling

Setjist flötum beinum á gólfið. Takið síðan með hægri hendi undir hægra hné og um eyrnasneppilinn á hægri eyra. Með vinstri hendi á að halda í buxnastrænginn að aftanverðu. Standið síðan upp í þessum stellingum.

Að horfast í augu

Þátttakendur snúa andlitum saman og horfast í augu. Eftirfarandi þula er höfð yfir í upphafi leiksins og skýrir hún hvað ber að varast:
Horfumst við í augu sem grámyglur tvær.
Sá skal vera músin sem fyrst mælir,
kötturinn sem sig skælir,
fíflið sem fyrst hlær,
folaldið, sem fyrst lítur undan,
og skrímslið sem fyrst skína lætur í tennurnar.



Heimild: Leikjahefti. Leikir barna um aldamótin 1900. Höf. Bryndís Sverrisdóttir og Þórunn S. Þórgrímsdóttir. Þjóðminjasafn Íslands 1990.

Fór einn dag í leikskóla og það var nóg

Jóhanna M. Sigmundsdóttir er yngsti þingmaðurinn sem kosinn hefur verið á Alþingi, 22 ára gömul. Jóhanna ólst upp á bænum Látrum í Mjóafirði í Ísafjarðardjúpi og ætlaði sér meðal annars að verða ráðherra þegar hún yrði stór.

Hvað ætlaðir þú að verða þegar þú yrðir orðin stór? Svo margt, hárgreiðslukona, bóndi, lögga, ráðherra og fleira.

Fórst þú í leikskóla þegar þú varst lítil? Ég fór í einn dag, fékk að fara með vinkonu minni þegar hún átti afmæli. Einn dagur var alveg nóg að mínu mati.

Var sjónvarp á bænum sem þú ólst upp á? Já, en bara ein stöð (RÚV) og er enn þá þannig í dag.

Áttirðu einhverjar uppáhaldsbækur þegar þú varst lítil? Já, afi las Jón Odd og Jón Bjarna fyrir mig og það er ein uppáhaldsbókin enn í dag, svo hún Busla og ég man hana næstum alla, Busla var hún kölluð, en Birna hét hún samt, Buslu viðurnefnið var öllum orðið tamt, hún var engin dama, en hafði stráka lag, að hamast eins og jarðvöðull liðlangan dag... Svo las pabbi Viggó, Hin fjögur fræknu, Sval og Val og fleiri góðar myndasögubækur fyrir mig og ég gat lesið þær aftur og aftur.

Hvað fannst þér skemmtilegast að læra í skóla? Náttúrufræði, dönsku og smíði.

Hvað þarf maður að kunna til að vera alþingismaður? Fyrst og fremst þolinmæði, það er ekki til neitt eitt rétt nám sem gerir þig að þingmanni. En ég vildi að ég hefði verið duglegri í samfélagsfræði þegar ég var í skóla.

Hvað er vinnudagurinn þinn langur? Venjulegur vinnudagur hjá mér byrjar klukkan 8 og ég er komin heim milli 18 og 20 á kvöldin. Fer eftir því hversu



FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

margir fundir eru þann daginn. En svo er oftast einhver tölvuvinna og póstur sem þarf að svara þegar heim er komið.

Ætlarðu að beita þér fyrir einhverju sérstöku sem viðkemur börnum á Alþingi? Já, ég sit til dæmis í nefnd sem sér um menntamál. Svo hef ég verið að vinna í velferðarmálum sem snúa að börnum, til dæmis heimilisofbeldi.

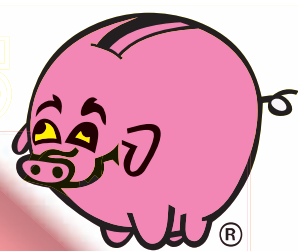
Hver er fyndnasti alþingismaðurinn? Ásmundur Einar Daðason og Gunnar Bragi Sveinsson deila þeim titli, þeir eru svo miklir þakkarar.

Hvernig er maturinn í mötuneytinu í Alþingishúsinu? Rosalega góður, þau eru svo yndisleg í mötuneytinu að passa að við fáum góðan og hollan mat, því við þurfum mikla orku þegar vinnudagarnir eru langir.

Með hvaða liði/liðum heldurðu í íþróttum? KFÍ í körfu og Herði í handbolta, fylgist mest með þeim íþróttum.

Langar þig til að verða forseti Íslands? Ekki í dag, en það er aldrei að vita nema mig langi til þess seinna. Í dag langar mig til að verða bóndi en það er aldrei að vita hvað fleira ég prófa. Maður getur orðið allt sem maður vill.

BONUS BONUS BONUS BONUS BONUS



GOTT VERÐ Í BÓNUS



BÓNUS ELDHÚSRÚLLUR (4 x 60 BLÖÐ)



NICKY SALERNISPAPPIR 12 RÚLLUR



179
krónur 500ml



KELLOGG'S SPECIAL K 750g



ISIO4 OLÍA 20% MEIRA 1.2 ltr.



259
krónur 1 kg



FAIRY UPPÞVOTTALÖGUR

泡麵泡麵 啜啜



98
krónur 70g

YUM YUM NÚÐLUR 70gr BOX



29
krónur 85g

ROOKIE NÚÐLUR 85gr PAKKI



PRINCE POLO KASSI 32 STYKKI



BKI KAFFI 500g



ARIEL ÞVOTTAEFNI 45 ÞVOTTAR



NEUTRAL ÞVOTTAEFNI 16 ÞVOTTAR



129
krónur 2 ltr.

229
krónur 2 ltr.

198
krónur 1.5 ltr.

AFGREIÐSLUTÍMI
LAUGARDAGUR
10:00-18:00

BONUS EKKERT BRUÐL



AFGREIÐSLUTÍMI
SUNNUDAGUR
12:00-18:00

KRÓNAN



- fyrst og fremst **Ódýr!**

Lambaskrokkur af nýslátruðu 2013



Ódýrt!

PÚ PAKKAR sjálf(ur) í frystinn!

1098

kr. kg

Heill eða hálfur ófrosinn lambaskrokkur, sagaður

Lambaskrokkur af nýslátruðu, heill eða hálfur sagaður í kassa:

Heill: Heilt læri • Lærissneiðar • Heill hryggur • Sagaður frampartur • Heil slög
Hálfur: Eitt læri • 1/2 sagaður frampartur • 1/2 hryggur • Eitt slag



759 kr. kg

ÍM heill kjúklingur



1999 kr. kg

ÍM kjúklingabringur



2548 kr. kg

Verð áður ~~2998~~ kr. kg
SS bláberja lambasteik

15% afsláttur

DÚNDUR-TILBOÐ!

48% afsláttur

986 kr. 8 pakkur

Verð áður ~~1896~~ kr. 8 pakkur
Floridana epla-, appelsínu- og heilsusafi, 3x250 ml í pakka

KAUPTU 8 x 3 pk.
- þú mátt blanda þessum tegundum!

Hámark 3 kassar á mann meðan birgðir endast!



989 kr. kg

Lambasúpukjöt af nýslátruðu



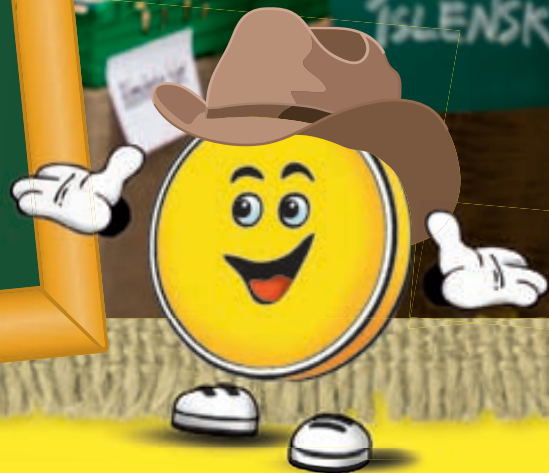
1298 kr. kg

Goða frosið lambalæri

BAENDA- MARKAÐUR Í DAG LAUGARDAG KL. 11-16


VELJUM
ÍSLENSKT!

Bændamarkaðurinn er í Krónunni Akranesi, Bildshöfða, Granda,
Lindum, Mosfellsbæ og Selfossi



Ljúffengt, glænýtt íslenskt grænmeti!



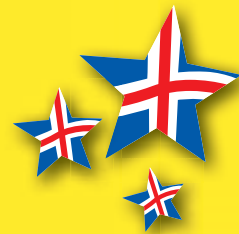
Ný íslensk uppskera
Ný uppskera af íslensku
grænmeti beint frá bónda.

Frábært verð

Grænmeti á frábæru verði
og ýmis kynningartilboð.

Smakkaðu

Smakkaðu á nýrri uppskeru,
mikið úrval!



ÍSLENSKT GRÆNMETI!

Sjá opnunartíma verslana Krónunnar á www.kronan.is

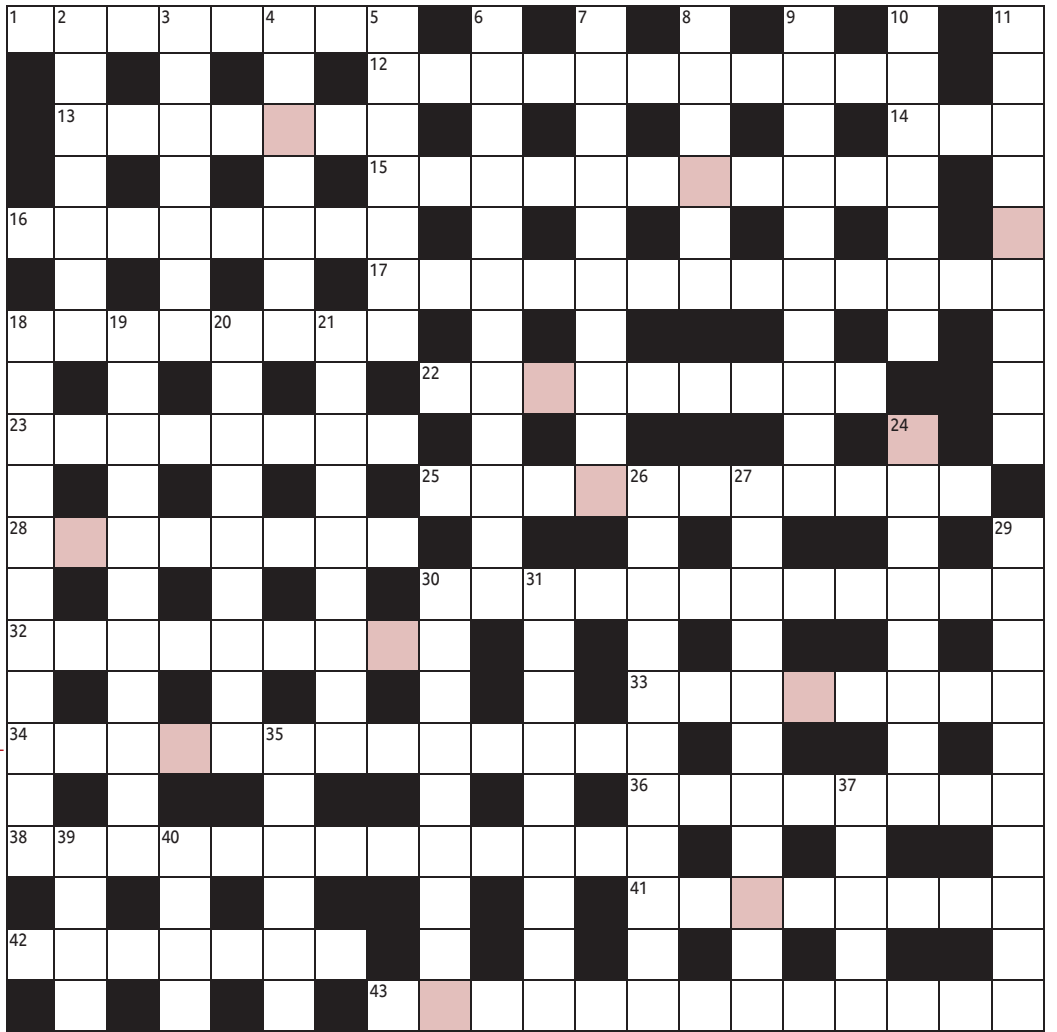
KROSSGÁTA

LÁRÉTT

- Mældi fjöll og fæðu (8)
- Gáð gekk í hús með gallagrip (11)
- Klæði nærri iðnaðarmönnum (7)
- Leti einkennir tvo spænska (3)
- Mozzarellamælar geyma Gouda (11)
- Ferð fargar þótt vafningar verji höfuð (8)
- Kusk svelgdu kverkar og slöngur (13)
- Blóðmör ku ógna heilsu manna (8)
- Skrifa fantasíu um fæðingu sálar (9)
- Kerfi fyrir kaðal og grand gefur raunverulega rýrnun (8)
- Gellusókn gefur gómsætan bita (11)
- Skríðu peningar poms (8)
- Flýta því sem tefur (12)
- Rugluð málpípan stal Konna (9)
- Pússaður þar sem nauð og dufl skarast (8)
- Fjölskyldu yfirgefin finna útfrá sérstöðu hennar (13)
- Sé leigupenna hnyta ófrjálsan aftan í dropa dráttthagra (8)
- Fnykur upplýsandi og angandi stubba (13)
- Stúlkan er óbundin (8)
- Segir hornskeifu gefa mörk (7)
- Bifa því er tafði eins og sá í hjólastólum (13)

LÓÐRÉTT

- Sérlega kátur þótt önd sé illa þefjandi (7)
- Panta hús undir afurðir blekkænda (7)
- Ætli sá síðasti drepi ágengan? (7)
- Vinabær Sóddómu geymir gervitennur Orra (7)
- Liðu fantar skort þrátt fyrir gumsglós? (12)
- Finn litaðan sem elskar hjólkerlingar (10)
- Matreiddu lýsingarorð og gáfu þeim frelsi (6)
- Dugleg nálgast lausn þeirrar sem beisluð er (10)
- Sköpunargáfa er ekkert veldi, þvert á móti (7)
- Ét folaldasteik í miðstöð hrossakaupa (9)
- Klappa braut peningahalla (11)
- Stjórna ekki hávaða í hamslausum (11)
- Flór og kaskó ylja iljum (9)
- Lífsglöð sál er syngjandi (9)
- Herra bregður er Tyrkja-Gudda birtist (8)
- Uppistöðueldur gefur geislandi kraft (11)
- Sjónlaus sveigja hvar ei má eygja aðvifandi (11)
- Furðuverkafrónverji á Lísuslóðum (10)
- Bungublær er topphláka (9)
- Órлагabytta veiðir happaskel og lukkudreka (9)
- Sker land fyrir hólma á borð við Ísland (6)
- Sé þurrk og þófa sameinast um fjall (5)
- Viðsjárverður ventill í garði ása (4)
- Fyrrverandi ráðherra slæst við sjálfa sig í karate (4)



Lausnarorð síðustu viku var **GRÓÐURHÚSAÁHRIF**



VEGLEG VERÐLAUN

Vikulega er dregið er úr innsendum lausnarorðum og fær vinningshafi eintak af bókinni Fórargjöf Móloks eftir Ásu Larsson frá Forlaginu. Vinningshafi síðustu viku var **Helga Gísladóttir Borgarholtsbraut** Kópavogur.



LAUSNARORÐ

Ef bókstöfunum í skyggðu reitunum er raðað rétt saman birtist yfirnáttúrulega ótrúlegt fyrirbæri. Sendið lausnarorðið í síðasta lagi 18. september næstkomandi á krossgata@frettabladid.is merkt „21. september“.

DÚNDRANDI STUÐ UM HELGINA!

Reebok
FITNESS

HELGIN 14. OG 15. SEPTEMBER

OPIÐ HÚS OG FRÍTT FYRIR ALLA!

**DAGSKRÁ FYRIR
ALLA FJÓLSKYLDUNA Í DAG KL. 9-14.**

KOMDU
ÞAR SEM STUÐIÐ
VERÐUR MEST!

ÁSKRIFTARTILBOÐ!
ÞEIR SEM BYRJA
UM HELGINA GREIÐA AÐEINS
1.990,-
MÁNAÐARGJALD FYRIR
SEPTEMBER.
EKKERT MEGLIMAGJALD

FRÁBÆRIR HÓPTÍMAR Í BOÐI
KL.9:30 -11:30 - NÁNARI UPPLÝSINGAR Á RFC.IS
 • FOAM FLEX/HOT BALANCE MIX
 • FRUMFLUTNINGUR Á BODY PUMP 87
 • PARTY-HJÓL
 • HOT YOGA
 • ZUMBA PARTY
 • SÚPERPREK

KL.12:30 ZUMBA KIDS
TÍMI FYRIR BÖRNING

KL.13:00 SOLLA STIRÐA
KEMUR Í HEIMSÓKN

• ANDLITSMÁLUN FYRIR ALLA!
• EINKAÞJÁLFARAR FRÁ REEBOK FITNESS
BJÓÐA UPP Á TÆKJAKENNSLU OG MÆLINGAR.

FRÁBÆR TILBOÐ OG KYNNINGAR FRÁ
GÁP, REEBOK, SPORTLÍF, HEILSU, MS OG VÍFILFELLI

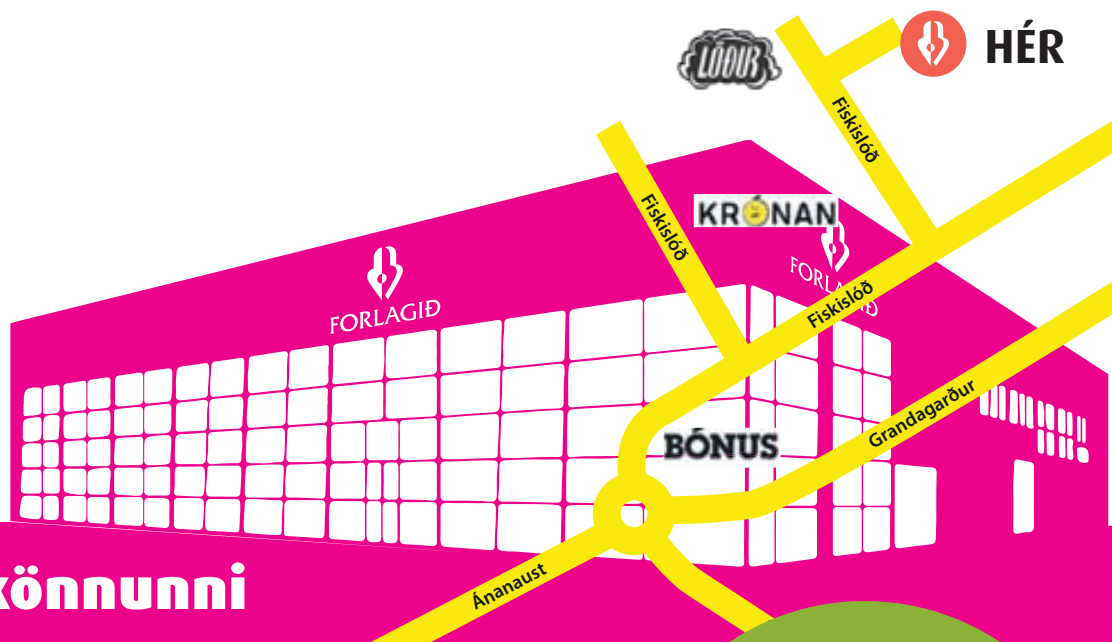
SKEMMTILEGT HAPPAÐRÆTTI!

DJ JAY-O SÉR UM STEMMINGUNA Í HÚSINU
OG K100,5 VERÐUR Í BEINNI!

HLÖKKUM TIL AÐ SJÁ ÞIG Í
REEBOK FITNESS HOLTAGÖRÐUM



BÓKA LAGERSALA



Næg bílastæði og kaffi á könnunni

RISALagersala á Fiskislóð 39

Yfir 3500
titlar frá öllum
helstu útgefendum
landsins!

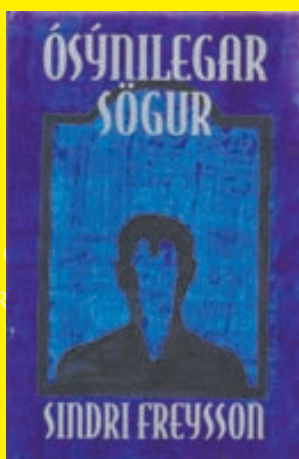
Allt að
90%
afsláttur

Opið alla daga kl. 10-19



HUGSAÐU ÞÉR TÖLU
- INNBUNDIN

Verð: 99 kr.



ÓSÝNILEGAR SÖGUR
- INNBUNDIN

Verð: 190 kr.



MEIRI GAURAGANGUR
- KILJA

Verð: 290 kr.



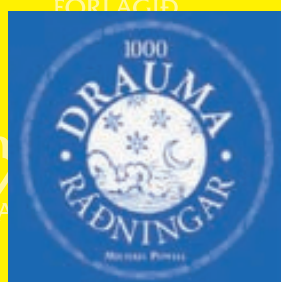
BÓKIN UM CHE
- INNBUNDIN

Verð: 490 kr.



SKULDADAGAR - HRUNIÐ Í
GRÓFUM ... - MJÚK SPJÖLD

Verð: 690 kr.



1000 DRAUMARÁÐNINGAR
- MJÚK SPJÖLD

Verð: 990 kr.



SEINNI RÉTTIR
- MJÚK SPJÖLD

Verð: 1.490 kr.



SVONA Á AÐ ...
- MJÚK SPJÖLD

Verð: 1.990 kr.

Birt með fyrirvara um prentvillur. Tilboðin gilda á meðan birgðir endast.



Móðir mín, tengdamóðir,
amma og langamma,

ARNÞRÚÐUR KARLSDÓTTIR
handavinnukennari,
Furugerði 1, Reykjavík,

verður jarðsöngin frá Grensáskirkju
miðvikudaginn 18. september kl. 13.00.
Innilegar þakkir fær starfsfólk í Furugerði 1
og á öldrunardeild LHS B4.



Sigurveig Kristjánsdóttir

Kristján Ólafsson
Ólafur Ágúst Ólafsson
Sigrún Sandra Ólafsdóttir
Arnþrúður Ösp Karlsdóttir
Hrefna Björk Karlsdóttir
Kristján Friðrik Karlsson

Ólafur Ágúst Ólafsson
Berglind Bragadóttir
Ragna Eyjólfsdóttir
Jacqueline Santos Silva
Albert Björn Lúdvígsson
Gylfi Arnbjörnsson
Haukur Pétur Benediktsson
Hulda Kristín Jónsdóttir

Ásta Þóll, Silja Rán, Eydís Arna, Oddrún Eik, Daníel Karl, Benedikt Páll, Arngrímur Þorri, Daníel Hólmur, Ísleifur Jón, Ragnhildur Sandra, Karl Friðrik, Kristófer Matthías, Iðunn Júlía, Arndís Stella og langalangömmubörn.



Innilegar þakkir til allra þeirra er sendu
okkur samúðarkveðjur eða sýndu okkur
hluttekningu vegna andláts
eiginkonu minnar,

GUÐRÚNAR PÁLSDÓTTUR, DÚRU.

Sérstakar þakkir til hjúkrunarfólksins á
deildum 14 E-G á Landspítalanum við
Hringbraut fyrir einstaklega nærgætna
umönnun og frábæra hjúkrun hennar oft við erfiðar aðstæður.



Próstur Sigtryggsson og fjölskylda.



Elskuleg móðir okkar,
tengdamóðir, amma og langamma,

SVEINBJÖRG RÓSANTSDÓTTIR
Hjallalundi 15, Akureyri,

lést 6. september. Útförin fer fram frá
Höfðakapellu mánudaginn 16. september
kl. 10.30. Blóm og kransar vinsamlega afþakkaðir en þeim sem
vildu minnst hennar er bent á öldrunarheimili Akureyrar.



Edda Bolladóttir
Eggert E. Bollason
Unnur Sigursveinsdóttir
Rósa Sigursveinsdóttir
barnabörn og langömmubörn.

Sigurður Ármannsson
Bára Arthúrsdóttir
Tryggvi Stefánsson
Jón Már Héðinsson

Haustútsalan

er hafin hjá **Graníthöllinni**

Mikið úrval fallegra legsteina
sjá nánar á granithollin.is

Graníthöllin legsteinar
Bæjarhrauni 26 - Hafnarfirði
Sími 555 38 88



Legsteinar og fylgihlutir

Frí uppsetning á höfuðborgarsvæðinu
og frí sending út á land
á öllum keyptum legsteinum

Mikið úrval - Gerið verðsamanburð



Steinsmiðjan Mosaik

Hamarshöfða 4 - 110 Reykjavík - sími 587 1960 - www.mosaik.is

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



FORSETINN „Okkur sem komum að rekstri Alliance française þykir vænt um þetta 130 ára alþjóðlega menningarfélag,“ segir Guðlaug Matthildur. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Brúar menningarheima

Alliance française hélt veglega upp á 130 ára afmæli sitt í París í sumar, meðal annars í Élysée-höllinni. Guðlaug M. Jakobsdóttir, forseti félagsins í Reykjavík, var á meðal gesta.

„Þarna var fólk úr öllum heimshornum, frá 800 félögum í 136 löndum, allt með sama brennandi áhugann á franskrari tungu og menningu.“ Þetta segir Guðlaug Matthildur Jakobsdóttir, forseti Alliance française í Reykjavík, um ráðstefnu og hátíðarhöld sem hún tók þátt í í París nýverið í tilefni 130 ára afmælis Alliance française. Hún segir samtökunum hafa verið mikill sómi sýndur í París. Til dæmis hafi forsetum og framkvæmdastjórum verið boðið í Élysée-forsetahöllina, þar sem Francois Hollande, forseti Frakklands, hafi heilsað upp á gesti. „Hollande kvaðst hafa lært góða frönsku í æsku, meðal annars orð sem fáir kynnu að nota nú á dögum, enda hefði afi hans, sem var kennari, látið hann læra utanbókar nokkrar blaðsíður í franskrari orðabók í hvert skipti sem þeir hittust. Þótt það hafi nú kannski ekki verið vinsælt hjá stráknum á sínum tíma þakkaði hann afa sínum nú í ræðu sem fjallaði um gildi franskrar tungu.“ Guðlaug telur skemmtilegri leiðir til að læra tungumál þó vænlegri en aðferð afans og segir tæplega hálfa milljón nemenda Alliance française á hverju ári geta staðfest það.

Guðlaug rekur upphaf Alliance française til stofnfundar við Saint Germain-breiðgötuna í París árið 1883 þar sem nokkrir ólíkir einstaklingar hafi hist, þar á meðal landfræðingur, diplómat og prestur. „Markmið félagsins var og er að auka veg franskrar tungu með kennslu og að kynna menningu Frakklands og annarra frönskumælandi landa á alþjóðavísu,“ lýsir

Fram undan hjá Alliance á Íslandi

- Frönskunámskeiðin eru að hefjast hjá AF fyrir sex ára og eldri. Auk hinna hefðbundnu er boðið upp á námskeið í málfræði, talþjálfun með leiklistarívafi, frönsku gegnum tónlist fyrir börn, frönskunámskeið fyrir fólk sem starfar í ferðaþjónustu og frönsku fyrir diplómata og borgarstarfsmenn.
- Alliance française tekur þátt í bókmenntahátíð Reykjavíkur með sérstökum gesti, rithöfundinum Alain Mabanckou.
- Kvikmyndaklúbbur verður fyrir börn og fullorðna.
- Franska kvikmyndahátíðin verður í janúar.
- Í tilefni af 77 ára dánarafmæli Jean-Baptiste Charcot, vísindamanns og heimskaufafara, verða fyrstu tónleikar frönsk-íslensku sínfóníuhljómsveitarinnar FIFO 16. september í Hörpu. Hljómsveitir er stofnuð að frumkvæði franska sendiherrans á Íslandi, Marc Bouteiller og er samvinnuverkefni franska sendiráðsins, Alliance française og Reykjavíkurborgar.
- Félagið tekur þátt í RIFF. Lokamynd hátíðarinnar verður La vie d'Adèle (Blue is the warmest color) sem hlaut Gullpálmann í Cannes í ár. Félagið verður í samvinnu við RIFF við framkvæmd viðburðar á vegum Pompidou-safnsins og tekur á móti erlendum gestum tengdum Frakklandi.
- Sýningin Tableaux tables, sem þýða má sem „borðlist“, verður í október í samvinnu við Norræna húsið.

hún og segir sögu félagsins samofna sögu þeirra landa sem það er staðsett í. Höfuðstöðvum þess í París hafi til dæmis verið lokað af Þjóðverjum á stríðsárunum því þeir hafi óttast að félagið hýsti meðlimi andspyrnuhreyfingarinnar og það hafi þurft sjálfan Che Guevara til að koma í veg fyrir að félagi Castro lokaði skrifstofu félagsins á Kúbu, frelsisheitjan hafi nefnilega lesið um frönsku stjórnarbyltinguna á bókasafni þess.

Nú er fólk í tugþúsunda vís um allan heim í launuðum og ólaunuðum störfum við að miðla hinni fjölbreyttu frönsku menningu á faglegan og skemmtilegan hátt og byggja

brú milli menningarheima og tungumála, að sögn Guðlaugar. Sjálf er hún í ólaunuðu starfi sem forseti Alliance française í Reykjavík. Hún segir sex frönskukennara hafa kennt rúmlega 470 manns frönsku á Íslandi á síðasta ári, bæði börnum og fullorðnum.

„Okkur sem komum að rekstri Alliance française þykir vænt um þetta 130 ára alþjóðlega menningarfélag,“ segir Guðlaug. „Það var líka augljóst að allir þeir sem mættu í Élysée-höllina á afmælishátíðina voru sama sinnis. Þeir hylltu með stolti félag sem starfar um allan heim í sátt við umhverfi sitt, óháð trúar- og stjórnmálaskoðunum.“

gun@frettabladid.is



Elskuleg eiginkona mín,
móðir, tengdamóðir og amma,

SJÖFN ÞÓRARINSDÓTTIR
Hrísmóum 1, Garðabæ,

verður jarðsöngin frá Garðakirkju
mánudaginn 16. september kl. 13.00.

Óli Kristinn Jónsson
Jón Þór Ólason
Gústav Óli Jónsson
Edda Líf Jónsdóttir
Bjartur Þór Jónsson

Ragna Soffía Jóhannsdóttir



Elskulegur eiginmaður,
sonur, bróðir og frændi,

HELGI VIGFÚS JÓNSSON

lést laugardaginn 7. september sl.
Jarðarförin verður auglýst síðar.

Ingibjörg Jónasdóttir
Sigríður Steindórsdóttir
Steindór Jónsson
Lára Magnea Jónsdóttir
Þórunn, Jón Elvar, Guðmundur Andri, Stefanía Lára, Glódís Erla og Elísabet Helga

Anna Þórný Jónsdóttir
Ólafur Guðmundsson



Í
Hörpu
17. júní

HELGI BJÖRNS

SYNGUR
Í SENSKAR

DÆGUR PERLUR

GESTIR:
EIVÖR RAGNHILDUR GÍSLA
JOHN GRANT VALDIMAR
SIGRÍÐUR KJK JÓN
THORLACIUS JÓNSSON
Útsetningar: Samúel J. Samúelsson

Miðasala
á harpa.is



HELGI
BJÖRNS
SYNGUR
Í SENSKAR
DÆGUR
PERLUR
SAM
GRANT
VALDIMAR

+

Elsku mamma okkar,
tengdamamma og amma,

**JÓNHEIÐUR GUNNARSDÓTTIR,
(JÓNA)**
Kirkjulækjarkoti í Fijótshlíð,

sem lést miðvikudaginn 4. september,
verður jarðsöngin frá Örkinni í Kirkjulækjarkoti,
í dag, laugardaginn 14. september kl. 14.00.

Yngvi Guðnason
Már Guðnason
Rebekka Guðnadóttir
Gunnar Rúnar Guðnason
G. Heiðar Guðnason
barnabörn og barnabarnabörn.

Rebekka Jónasdóttir
Anna Óskarsdóttir
Ásgeir Rafnsson
Anna Júlíana Þórólfsdóttir
Sigrún Drífa Annieardóttir



+

Okkar ástkæra,

GUÐRÚN ÞORGEIRSDÓTTIR
Asparfelli 4,

lést á heimili sínu fimmtudaginn
12. september síðastliðinn.
Jarðarförin verður auglýst síðar.

Þorgeir Ingvason
Þorgeir Pétursson
Sturla Pétursson
Áki Pétursson
Sigrún Linda Þorgeirsdóttir
og fjölskyldur.



+

Ástkær faðir okkar,
stjúpi, tengdafaðir, afi og langafi,

BENJAMÍN JÓHANNESSON
frá Hellissandi,
Melabraut 18, Seltjarnarnesi,

verður jarðsöngin frá Seltjarnarneskirkju
mánudaginn 16. september kl. 15.00.

Þóra Haraldsdóttir
Arngrímur Benjamínsson
Sverrir Benjamínsson
Jóhannes Geir Benjamínsson
Snjólaug Benjamínsdóttir
barnabörn og barnabarnabörn.

Óskar Ármannsson
Málfríður Sigurhansdóttir
Bryndís Bára Garðarsdóttir
Jón Þorberg Ólafsson



+

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

GARÐAR PÉTURSSON
Rafvirkjameistari
Aðalgötu 5, 230 Keflavík,

verður jarðsöngin mánudaginn 16.
september kl. 14.00 frá Keflavíkurkirkju.

Svava Agnarsdóttir
Svavar Garðar Garðarsson
Agnes Margrét Garðarsdóttir
barnabörn og barnabarnabörn.

Guðlaug Björnsdóttir



+

Innilegar þakkir fyrir auðsýnda samúð,
hlýhug og vináttu við fráfall okkar ástkæra

GUNNARS GUÐRÖÐARSONAR
fyrrv. skólastjóra
Lerkihlíð 2, Reykjavík.

Sérstakar þakkir fær starfsfólk á
hjúkrunarheimilinu Sóltúni fyrir góða umönnun og hlýhug

Karl Gunnarsson
Bergrún H. Gunnarsdóttir
barnabörn og langafabarn.

Guðrún Nielsen
Gunnar Pálsson



+

Elskuleg móðir okkar,
tengdamóðir, amma og langamma,

NANNA NAGTGLAS SNORRASON
áður Smárafliót, Garðabæ,

lést á hjúkrunarheimilinu Sunnuhlíð
11. september. Útför verður auglýst síðar.

Jón Karl Snorrason
Snorri Snorrason
Helga Guðrún Snorradóttir
Haukur Snorrason
barnabörn og barnabarnabörn.

Þórey Jónsdóttir
Guðrún Magna Rannversdóttir
Gísli Tryggvason
Hadda Björk Gísladóttir



MÁLSTOFA Í ÞJÓÐMINJASAFNINU

Áhrif danskrar tungu á menninguna

Málstofa um danska menningu og tungu á Grænlandi og Íslandi verður haldin í fyrirlestrarsal Þjóðminjasafnsins á morgun, sunnudag, og hefst klukkan 15.30. Danski rithöfundurinn Kim Leine fjallar þar um kynni sín af Grænlandi og áhrif danskrar tungu og menningar þar í landi og Auður Hauksdóttir, dósent í dönsku við Háskóla Íslands, greinir frá dönskum áhrifum á Íslandi. Umræður verða að loknum erindunum og allt fer fram á dönsku.

Það er Stofnun Vigdísar Finnbogadóttur í erlendum tungumálum við Háskóla Íslands í samvinnu við Bókmenntahátíð í Reykjavík sem efnir til málþingsins.

Aðgangur er ókeypis og öllum heimill á meðan húsrúm leyfir.



DÓSENT
Auður Hauksdóttir er annar frummælenda málstofunnar. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN



BRITTEN-LIÐIÐ Arnhildur við nótnaborðið, Trausti les og Gréta syngur.

Tenging Audens við Ísland

Í tilefni hundrað ára afmælis enska tónskáldsins Benjamins Britten efna sópran-söngkonan Gréta Hergils og píanóleikarinn Arnhildur Valgarðsdóttir til tónleika í Háteigskirkju annað kvöld, 15. september, klukkan átta.

„Þarna verða eyjar, nunnur, höf og hamraborgir og allt með gleðiríku yfirbragði,“ segir Arnhildur Valgarðsdóttir píanóleikari um söng- og menn- ingarveislu í Háteigskirkju annað kvöld klukkan átta. Þar verður ljóða- flokkurinn On this island, lög Britten við ljóð enska skáldsins W.H. Auden, fluttur í fyrsta sinn opinberlega hér á landi. Það eru þær Gréta Hergils söngkona og Arnheiður Valgarðs- dóttir píanóleikari sem syngja og spila.

Trausti Ólafsson, þýðandi og leiklistar- fræðingur, ætlar að lesa nýja þýðingu sína á ljóðaflokknum og enn fremur þýðingu Magnúsar Ásgeirssonar á ljóði Audens, Ferð til Íslands. Einnig fá gestir að heyra Auden sjálfan lesa upp hluta af ljóðinu á frummálinu.

Að loknum upplestrinum munu Gréta og Arnhildur flytja nokkrar af fegurstu söngperlum Páls Ísólfs- sonar við kvæði Davíðs Stefánssonar en margt í þeim kveðskap kallast

skemmtilega á við ljóðaflokk Audens um eyjuna. Þess má geta að í ár eru liðin 120 ár frá fæðingu Páls.

Dagskránni lýkur síðan með því að Gréta syngur Hamraborg Sigvalda Kaldalóns og Davíðs Stefánssonar.

Tónleikarnir eru í samstarfi við Listafélag Háteigskirkju. Miðaverð er fimmtán hundruð krónur og þúsund fyrir öryrkja og eldri borgara. Börn tólf ára og yngri fá ókeypis inn.

gun@frettabladid.is

Blanda af því besta í tónlistinni

Tónleikar verða í Eldborgarsal Hörpu annað kvöld, sunnudag, undir merkjum átaksins Þú getur!.

Gissur Páll, Kristján Jóhannsson, Ný Dönsk, Ari Eldjárn, Regína Ósk, Hreimur og Made in Sveitin, Páll Óskar, Erna Hrönn og Pálmi Sigur- hjartarson, Helgi Björnsson, Fjalla- bræður, Hera Björk og fjölmargir fleiri frábærir listamenn koma fram á tón- leikum forvarna- og fræðslusjóðsins Þú getur! í Hörpu annað kvöld, sunnudag.

Sjóðurinn var stofnaður árið 2008 og hefur að markmiði að styrkja til náms þá sem átt hafa við andleg veikindi að stríða. Honum er líka ætlað að stuðla að nýsköpun og bættri þjónustu við geð-

sjúka á sviði fræðslu og forvarna. Sjálf- boðaliðar sjóðsins taka þátt í ýmsum aðgerðum sem draga úr fordómum í samfélaginu.

Fjármögnun sjóðsins er í höndum bestu tónlistarmanna landsins sem koma fram í sjálfboðavinnu á árlegum styrktartónleikum. Að þessu sinni er dagskráin óvenju fjölbreytt og glæsi- leg svo allir ættu að geta fundið eitthvað við sitt hæfi og um leið uppgötvað annað nýtt.

Verndari tónleikanna er frú Vigdís Finnbogadóttir.



SÖNGFUGLAR Meðal þeirra sem koma fram á tónleikunum í Hörpu annað kvöld eru hinir myndarlegu Fjallabræður. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

+

Elskuleg frænka okkar,

MARGRÉT JÓNA STEFÁNSDÓTTIR
hjúkrunarfræðingur,
Meistaravöllum 17, Reykjavík,

lést á heimili sínu 2. september. Útför hefur
farið fram í kyrrþey að ósk hinnar látnu.

Bjarney Guðjónsdóttir
Arndís Hilmarsdóttir
Heba Árnadóttir



+

Móðir okkar,

SIGRÍÐUR GUÐMUNDSDÓTTIR,
frá Syðra-Lóni,

andaðist á hjúkrunarheimilinu Skjólí þann
8. september. Útförin fer fram frá Askirkju
þriðjudaginn 17. september kl. 15.00.

Guðmundur Ingvarsson
Aðalbjörg Ingvarsdóttir
Ingvar Ingvarsson



VERÐLAUNASJÓNVÖRP



PHILIPS



- Örpunnt LED háskerpu sjónvarp með Incredible Contrast
- Pixel Plus HD örgjörvi tryggir hágæða Philips myndgæði
- 300 Hz Perfect Motion Rate gerir hröðustu myndir skarpar og skýrar
- Glæsileg hönnun með örpunnum ramma
- Snjallsjónvarp með þráðlausu neti sem opnar heim afþreyingar á netinu
- Ambilight baklýsing gefur aukna upplifun
- Simply Share - einfalt að skoða efni af tölvum og senda efni yfir á spjaldtölvur og síma
- MyRemote - hægt að nota spjaldtölvur og síma til að fjarstýra tækinu
- Easy 3D svo hægt er að horfa á efni í þrívídd - 2 gleraugu fylgja



42"

Philips 42PFL5008T

VERÐ

189.995

FRÁBÆRT VERÐ

47"

Philips 47PFL5008T

VERÐ

269.995

FRÁBÆRT VERÐ

50"

Philips 50PFL5008T

VERÐ

299.995

FRÁBÆRT VERÐ



Heimplistæki ht.is

UMBOÐSMENN UM LAND ALLT

Hjólum til framtíðar 2013

Réttur barna til hjólreiða



SUDOKU

LÉTT

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

LÉTT

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

MIDLUNGS

PUNG

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

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

LAUSN SÍÐUSTU SUDOKU

Prættin felst í því að fylla út í reitina þannig að í hverjum 3x3 reit birtist tölurnar 1-9. Í hverri ný reita línu, bæði lárétt og lóðrétt, birtast einnig tölurnar 1-9 og aldrei má tvítaka neina tölu í röðinni. Lausnin verður birt í næsta tölublaði Fréttablaðsins.

Ráðstefna 20. september

Hjólum til framtíðar 2013

Hvers vegna og hvernig er best að styðja við hjólreiðar barna og ungmenna?

Reynsla af notkun reiðhjólsins í skóla- og frístundastarfi

Innlendir og erlendir fyrirlesarar, meðal annarra:

Trine Juncher Jørgensen frá Dansk cyklist forbund og Tim Gill, rithöfundur og ráðgjafi

Myndasögur

PONDUS



HANDAN VIÐ HORNID



BARNALÁN



SPAKMÆLI DAGSINS

Sumar nætur eru best gleymdar.

Hrafn Jökulsson

SKÁK

Gunnar Björnsson

Kínverska skákdrottningin Hou Yifan (2608) vann hina ukráínsku Önnu Ushenina (2500) í fyrstu skák heimsmeistaræinvígis kvenna sem fram fer í Taizhou í Kína.

Svartur á leik



39...Dg6! 40. Bxd3 Dh5+ 41. Kg2 Bh3+ and Anna gafst upp enda mátt eftir 42. Kh1 Bf1#. Hou Yifan leiðir 1,5-0,5 en þriðja skákin fer fram í dag. www.skak.is Haustmót TR byrjar á morgun. Skráning á Skák.is.

KROSSGÁTA

LÁRÉTT
2. steintegund, 6. frá, 8. skír, 9. poka, 11. hættu, 12. eggjarauða, 14. matarsamtíningur, 16. skóli, 17. atvikast, 18. meðvitundarleysi, 20. tveir eins, 21. fyrr.

LÓÐRÉTT
1. afkvæmi húsdýrs, 3. bardagi, 4. fugl, 5. bar, 7. hjáguð, 10. hylur, 13. blaður, 15. jarðefni, 16. af, 19. í röð.

LAUSN
leir, 19. frá, 19. tu.
5. krá, 7. falsgöð, 10. lón, 13. mas, 15. LÓÐRÉTT: 1. lamb, 3. at, 4. lævirkil, ske, 18. rot, 20. ii, 21. äður.
11. va, 12. bíómí, 14. nnaí, 16. fg, 17. LÁRÉTT: 2. tálk, 6. af, 8. tær, 9. mal,

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



Ráðstefna, lönó
föstudaginn 20. september 2013 kl. 9-16
Dagskrá og skráning, www.lhm.is

Kringlan

Hér koma

Skoppa & Skríttla

Útgáfugleði í Kringlunni
í dag kl. 14.

Bók
mánaðarins
2.399 kr.



Í tilefni af útgáfu bókarinnar
Hér koma Skoppa og Skríttla
verður efnt til fagnaðar í Kringlunni
í dag, laugardag kl. 14.
Skoppa og Skríttla taka
á móti gestum í
risastóru bókinni sinni.
Gleðin verður fyrir framan
Hagkaupsverslunina á 2. hæð.

Skoppu og Skríttlu-ís, blöðrur,
óskakort og myndataka
P.S. Munið eftir myndavélunum!



JPU
JPV ÚTGÁFA
www.forlagid.is

emmessis

HAGKAUP
Ein ferð betra verð



VERÐVERND BYKO

**LÆGRA
VERÐ**



Vnr. 41120797
Fellikarfa, 45 l.

890 kr.

Vnr. 58088325
Geymslubox, 22 l,
þólr 30 kg.

1.990 kr.



Vnr. 58088225
Geymslubox með
smelluloki, 24 l,
þólr 30 kg.

1.550 kr.

ÓDÝR OG GÓÐ GEYMSLUBOX Í MIKLU ÚRVALI



Vnr. 58043901-4
Geymslubox á
hjólum, 28 l, 4 litir.

2.490 kr.



Vnr. 58094101/3901/4501
Geymslubox, 12 l, 24 l
eða 28 l með smelluloki.

Verð frá:
799 kr.



Vnr. 58094501-4
Geymslubox með
smelluloki, 24 l, 4 litir.

1.450 kr.

**MYGLU-
SVEPPA-
PRÓF**

AÐEINS
5
MIN.
MYGLU-
SVEPPA-
PRÓF

Vnr. 41132003
MYGLUSVEPPA-
PRÓF

4.690 kr.

IAQ Pro

**ER HEILSA
ÞÍN Í HÆTTU?**

Einfalt í notkun

Alexeter's IAQ Pro greiningarprófi er einfalt í notkun og gefur nákvæmar niðurstöður á 5 mínútum. Það greinir margar tegundir myglusveppa sem líklegt er að hafi slæm áhrif á heilsu fólks þegar þær vaxa innanhúss.



MYGLUEYÐIR
- Drepur myglusveppi,
notist aðeins við
góða loftræstingu.

Vnr. 16001952
HG myglueyðir,
500 ml.

1.590 kr.



BAKTERÍUEYÐIR
- Eyðir bakteríum í
sveppum og slæmri
lykt úr ípróttatnáði,
söttreinsun án klórs.

Vnr. 4111123
RODALON 1 l,
5% lausn.

1.890 kr.

ALLT FYRIR GEYMSLUNA

BYKO

BÚÐU BETUR. BORGADU MINNA.



facebook.com/BYKO.is

Vnr. 50170181
Áltrappa, 3 þrep,
þolir 120 kg.

3.690 kr.



FRÁBÆRT VERÐ

Einhell

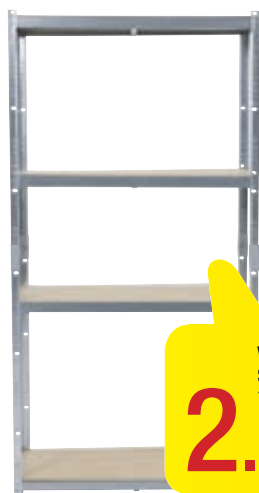
Vnr. 74807555
EINHELL ryksuga,
1250W, ryksugar
bæði þurr og blautt.

9.990 kr.



Vnr. 38910043
Járnhillur fyrir dekk,
200x100x35 cm.

3.990 kr.



Vnr. 38910030
SMARTY járnhillur,
138x70x30 cm.

2.990 kr.

Vnr. 38913500
Járnhillur með
tréplötum,
45x90x180 cm.

9.990 kr.



Vnr. 42376665
Trappa með
tveimur þrepum.



KLÚBB verð
2.990 kr.
Almennt verð 3.990 kr.

Vnr. 42377603
BLACK & DECKER
háþrýstidæla, 130 bör,
370 l/kist., 1700W.



KLÚBB verð
24.990 kr.
Almennt verð 34.990 kr.

LEYNILEIKHÚSIÐ

FRÁBÆR LEIKLISTARNÁMSKEIÐ
FYRIR BÖRN OG UNGLINGA AÐ HEFJAST!
SKÖPUNARKRAFTUR, SJÁLFSTRAUST OG GLEÐI!



SKRÁNINGAR Á
WWW.LEYNILEIKHUSID.IS



Blandaður kór

Óskum eftir karlaröddum
tenórum og bössum.

Skemmtileg verkefni framundan.

Upplýsingar: 897-9595 Ingunn
Email: ingunnsi@simnet.is

TJARNARBIÓ

TJARNARKORTIÐ 4 SÝNINGAR Á 9900

**EIÐURINN OG
EITTHVAÐ** 20. OG 21.
SEPT. KL. 21:00

**HORN Á
HÖFÐI** 15. OG 22.
SEPT. KL. 13:00

WWW.TJARNARBIO.IS

Vissir þú að...



börn eiga rétt á vernd
gegn klámi.

Ég var eins og Karitas

Svava Bjarnadóttir ljósmyndari opnar sýninguna Hrópandi þögn í dag klukkan 14 í Gerðubergi í Breiðholti. Þar eru magnaðar myndir af ferðum hennar um landið og allar með skýra tengingu við íslenskt þjóðlíf.

„Ég hef mikinn áhuga á fólki og reyni að hafa manneskju eða einhverja mjög sérstaka stemningu í hverri mynd,“ segir Svava Bjarnadóttir ljósmyndari sem opnar ljósmyndasýningu í Gerðubergi í dag undir yfirskriftinni Hrópandi þögn. Hvaðan kemur sá titill?

„Myndirnar á sýningunni urðu margar til á ferðum mínum um landið sumarið 2012 með góðri vinkonu, Margræti Hallgrímsdóttur þjóðminjaverði. Hún var að vitja minja sem safnið á um allt land og þar fann ég mörg góð myndefni, bæði af húsakosti og fólki sem lifir fremur óhefðbundnu lífi. Þar eru líka eldri myndir frá Grímsstöðum á Fjöllum. Það eru töfrar við þann stað. Bara á einu kvöldi og einni morgunstund tók ég þar magnaðar myndir. Ein landslagsmynd þaðan er til dæmis algerlega í anda titils sýningarinnar. Grímsstaðir eru ekki lengur við þjóðveg 1 en staðurinn hrópar á mann, víðernið er svo mikið og svo er Dettifoss í bakgarðinum.“

Svava átti heima á Gufuskálum á Snæfellsnesi fyrstu ár ævi sinnar, var þar umvafin sterkri náttúru jökuls, hrauns og ólgandi úthafsöldu og því engin furða þótt fylgi henni kraftur. Hún starfaði sem fjármálastjóri fyrirtækja í mörg ár, síðast hjá Mannviti en hætti þar árið 2012 til að ljúka námi í ljósmyndun. Þurfti ekki hugrekki til?

„Jú, en það var sköpunarþörf í mergnum sem fór hvergi,“ segir hún og kveðst hafa kynnst ljósmyndun ung gegnum kærastann sinn sem hún svo giftist. „Það var mjög rómantískt þegar við vorum í myrkráherberginu að vinna við framköllun og stækkun,“ rifjar hún upp. „Síðan hef ég alltaf verið veik fyrir svarthvítum myndum.“

Hún kveðst þó aldrei hafa hugsað um sig sem listakonu. „Ég var eins og Karitas sem Kristín Marja skrifaði um. Stemningin þegar ég var að alast upp var: Þú þarft bara að vinna, vinkona. Ég var hvorki hvött né lött en hef alltaf málað og teiknað, skorti fyrst og fremst sjálfstraust og það var svo skrítið



SVAVA BJARNADÓTTIR, „Ég var hvorki hvött né lött en hef alltaf málað og teiknað,“ segir hún. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM



GRÍMSSTAÐIR Á FJÖLLUM „Það eru töfrar við þann stað,“ segir ljósmyndarinn Svava. MYND/SVAVA BJARNADÓTTIR

að þegar ég fór í viðskiptafræðina sofnaði listagenið þyrnirósarsvefni.“

Þar kom þó að Svava keypti sér góða myndavél og var boðið í ljósmyndahóp sem heitir Imagio. Þar kveðst hún hafa fengið hvatningu og að lokum ákvað hún að ljúka námi í ljósmyndun frá New York Institute of Photography. Nú hefur hún líka lært markþjálfun,

sem snýst um að ná til fólks og fá það til að virkja sína bestu kosti, og skiptir tíma sínum milli þess að starfa sem rekstrarráðgjafi, markþjálfari og ljósmyndari. „Ég vel mér sjálf verkefni í ljósmynduninni,“ segir hún, „og vil hafa það þannig til að halda frelsinu og gleðinni.“ Slóð inn á vef Svövu er www.svava.is

gun@frettabladid.is

Skáldaheimurinn birtist ljóslifandi

TÓNLIST: ★★★★★

Heimspíanistar í Hörpu
Benedetto Lupo lék í Norðurljósasalnum verk eftir Schumann og Brahms.

„Hinn sæli úlfur“ væri íslenska þýðingin á nafni píanóleikarans Benedetto Lupo. Hann kom fram á tónleikaröðinni Heimspíanistarar í Hörpu á miðvikudagskvöldið. En tónlistin var ekki neitt spangól! Fyrir hlé lék Lupo tvö verk eftir Schumann, lagaflokkana Fantasies-tücke og Nachtstücke. Hinn fyrri er hugleiðingar um sögur eftir E. T. A. Hoffmann. Í þá daga var hann afar vinsæll höfundur sagna um yfirnáttúrulega hluti. Ég má til með að skjóta hér að að Elexírar djöfulsins eftir Hoffmann er einhver skemmtilegasta bók sem ég hef lesið. Hún er afar lifandi, og það er svo mögnuð undirald í henni að það er alveg dásamlegt.

Skáldaheimurinn birtist manni ljóslifandi í leik Lupos. Tæknilega séð var spilamennskan óaðfínnanleg. Píanóhljómurinn var tær og fallegur, sérlega mjúkur og litríkur. Litirnir sköpuðu mikla stemningu og flæðið í túlkuninni var akkurat eins og það átti að vera. Alls konar atvik og persónur koma fyrir í verkinu; þær voru svo skýrar hér að maður gleymdi stund og stað.

Hitt verkið eftir Schumann var

ekki síðra, Nachtstücke eins og kom fram að ofan. Það er samið undir mun erfiðari kringumstæðum; Schumann hafði nýfrétt að bróðir sinn lægi banaleguna. Eftir því er tónsmíðin myrk og óróleg, líka þegar nánast ekkert er að gerast í henni. Einnig þá finnur maður fyrir einhverju óþægilegu. Aftur kom Lupo tónlistinni til skila af smekkvísi og tæknilegum yfirburðum. Það var dáleihandi.

Eftir hlé var komið að Brahms. Þeir Schumann voru vinir, en Brahms og eiginkona Schumanns voru samt enn þá meiri vinir. Hversu langt það gekk er ekki vitað. Brahms kvæntist aldrei og sumir hafa reynt að skýra það með því að benda á þá staðreynd að tónskáldið vann fyrir sér á táningsaldri með því að vera píanóleikari í hóruhúsi. Hver veit?

Í öllu falli er tónlist Brahms innhverfari en sú sem Schumann samdi. Lupo lék hér þrjú svokölluð Intermezzi (millispil) op 117, og gerði það af unaðslegri múkt og tilfinningu. Fyrsta intermezzo-ið er vöggvísá, en það sem á eftir kemur einkennist af myrkri, en þó ljúfsárri, illskilgreinanlegri nostalgíu. Lupo túlkaði hana samt af hófsemi og fyrir vikið streymdi tónlistin alveg óheft í gegnum hann.

Sömu sögu er að segja um margbrotinn lagaflokk, fantasíur op.



HINN SÆLI ÚLFUR Benedetto Lupo heillaði gagnrýnanda Fréttablaðsins upp úr skónum.

116, sem Lupo spilaði stórglæsilega. Fantasíurnar einkennast af náttúrustemningum og almennt mögnuðum skáldskap sem ekki er hægt að koma orðum að. En hann var þarna í leik píanóleikarans, það var auðfunduð. Komi hann fljótt aftur hingað til tónleikahalds.

Jónas Sen

NIÐURSTAÐA: Einkar hrífandi túlkun píanóleikarans Benedetto Lupo á verkum eftir Schumann og Brahms.



BORG RESTAURANT



BRUNCHFJARKINN 1990 KR.
HELGAR FRÁ 11.30-15.00

HÁDEGISFJARKINN 1590 KR.
VIRKA DAGA FRÁ 11.30-14.00

BORG RESTAURANT

Hótel Borg - Pósthússtræti 11 - 101 Reykjavík

s: 578-2020 - info@borgrestaurant.is - www.borgrestaurant.is

HVAÐ? HVENÆR? HVAR?

LAUGARDAGUR

14. SEPTEMBER

LAUGARDAGUR 14. SEPTEMBER 2013

Tónleikar

23.00 Hjólsmveitin Úlfarnir skemmtir á Oblaðíblada við Frakkastíg 8 í kvöld.

Opnanir

14.00 Sýning á olíumálverkum og pastelmyndum Vilhjálms G. Vilhjálms-sonar opnar í Menningarmiðstöðinni Gerðubergi. Verkin á sýningunni eru unnin á löngu tímabili, sum áratuga-gömul, mörg nýleg og enn önnur unnin á þessu ári. Sýningin stendur til 20.

október og er opin á virkum dögum frá 11 til 17 og frá 13 til 16 um helgar, aðgangur er ókeypis.

16.00 Í dag verða opnaðar þrjár sýningar í Hafnarhúsinu sem marka upphaf sýningatímabils vetrarins. Þetta eru sýningarnar Brunnar eftir litháíska listamanninn Zilvinas Kempinas, Vera eftir Tomas Martisaukis sem einnig er frá Litháen og sýningin Íslensk vídeólist frá 1975 til 1990 þar sem sýnd verða verk eftir á annan tug listamanna.

Upplýsingar um viðburði sendist á hvar@frettabladid.is



HVAÐ? HVENÆR? HVAR?

SUNNUDAGUR

15. SEPTEMBER

Tónleikar

20.00 Nýtt starfsár tónleikaraðarinnar Hjóðön í Hafnarborg hefst í kvöld. Grímur Helgason, klarínettuleikari og Kristín Þóra Haraldsdóttir, víóluleikari, ríða á vaðið með tónleikunum Upphöf. Almenn miðaverð er 2.500 krónur, fyrir eldri borgara og námsmenn 1500 krónur.

Fræðsla

15.00 Leiðsögn um sýninguna Kona málar konur Jóhanna Kristín Yngvadóttir Hraunfjörð 1953 til 1991 fer fram í Gerðarsafni í dag.

Uppákomur

19.00 Spilað verður Bridge í Breiðfirðingabúð Faxafeni 14 í kvöld. Allir velkomnir

Málþing

Myndlist

Feðginin Gísli Sigurðsson og Hrafnhildur Gísladóttir sýna myndlist sína í Grósku á Garðatorgi í Garðabæ nú um helgina og fram á mánudag. **Gróska** er opin laugardaga frá 14 til 18, sunnudaga frá 14 til 17 og mánudaga frá 15 til 17.

Tónlist

17.00 Andrea Jónsdóttir leikur og kynnir lög af hljómplötum á skemmtistaðnum Oblaðíblada við Frakkastíg 8. Upplýsingar um viðburði sendist á hvar@frettabladid.is

DÓMAR 6.9 → 13.9.2013

TÓNLIST

★★★★★

Opnartónleikar Sinfóníuhljómsveitar Íslands í Hörpu.

„AFAR SKEMMTILEGIR TÓNLEIKAR, GRÍPANDI STEMNING, FLOTTUR FIÐLULEIKUR SIGRÚNAR EÐVALDS-DÓTTUR.“ - JS

LEIKHÚS

★★★★★

Eiðurinn eða eitthvað

eftir Guðberg Bergsson, GRAL sýnir í Tjarnarbíói.

„VIRÐINGARVERÐ TILRAUN TIL AÐ SÝNA INN Í SKÁLDHEIM GUÐBERGS BERGSSONAR Á LEIKSVIÐI SEM SKILAR PVÍ MIÐUR EKKI TILÆTLUÐUM ÁRANGRI.“ - jv

★★★★★

Hættuför í Huliðsdal

eftir Söllu Guðmundsdóttur Soðið svið sýnir í samvinnu við Þjóðleikhúsið.

„FRÁBÆR NÝR ÍSLENSKUR BARNLEIKUR SEM Á LANGA LÍFDAGA SKILIÐ.“ - jv

BÆKUR

★★★★★

Heimsins besti bær, Arto Paasilinna, Þýðing: Þórður Skúlason.

„Bráðskemmtileg saga af enn skemmtilegri persónu, en líður örliðið fyrir að hafa elst illa eins og títt er um framtíðarsögur.“ - fsb



Karлакórin Stefnir Mosfellsbæ

Óskar eftir söngmönnum

Karлакórin Stefnir í Mosfellsbæ óskar að bæta við sig söngmönnum í flestar raddir.

Æft er á þriðjudagskvöldum frá 19:30 til 22:00 í Krikaskóla í Mosfellsbæ.

Æskilegt er að söngmenn geti lesið nótur en það er ekki skilyrði.

Áhugasamir hafi samband við Guðmund s: 8634104, Julian s: 6991967 eða mæti á æfingatíma í Krikaskóla

Veldu notaðan Kia með lengri ábyrgð



The Power to Surprise



6 ár eftir af ábyrgð

Kia cee'd Sportswagon EX 1,6

Árg. 2012, ekinn 10 þús. km, dísil, 128 hö., 6 gíra, eyðsla 4,5 l/100 km*.

► Verð 3.890.000 kr.



Hlaðinn aukabúnaði

Litjið ekinn

6 ár eftir af ábyrgð

Kia cee'd EX 1,6

Árg. 2012, ekinn 4 þús. km, dísil, 128 hö., sjálfskiptur, eyðsla 5,5 l/100 km*.

► Verð: 3.990.000 kr.



6 ár eftir af ábyrgð

Kia cee'd LX 1,6

Árg. 2012, ekinn 48 þús. km, dísil, 116 hö., sjálfskiptur, eyðsla 5,6 l/100 km*.

► Verð 2.850.000 kr.



6 ár eftir af ábyrgð

Kia cee'd Sportswagon LX 1,6

Árg. 2012, ekinn 37 þús. km, dísil, 116 hö., 6 gíra, eyðsla 4,6 l/100 km*.

► Verð: 2.990.000 kr.



Hlaðinn aukabúnaði

5 ár eftir af ábyrgð

Kia Sorento EX Luxury 4wd

Árg. 2011, ekinn 30 þús. km, dísil, 198 hö., sjálfskiptur, eyðsla 7,4 l/100 km*.

► Tilboðsverð: 6.390.000 kr.



Hlaðinn aukabúnaði

5 ár eftir af ábyrgð

Kia Sportage EX 4wd

Árg. 2011, ekinn 42 þús. km, dísil, 136 hö., sjálfskiptur, eyðsla 6,9 l/100 km*.

► Verð: 5.390.000 kr.



Gott verð

Kia Sportage EX 4wd

Árg. 2005, ekinn 166 þús. km, dísil, 112 hö., sjálfskiptur, eyðsla 8 l/100 km*.

► Verð 1.690.000 kr.



Einn eigandi

Hlaðinn aukabúnaði

Kia Sorento EX Luxury 4wd

Árg. 2010, ekinn 50 þús. km., dísil, 164 hö., 5 gíra, eyðsla 8 l/100 km*.

► Tilboðsverð 4.390.000 kr.

* Skv. uppgæfnum meðaleyðslutölum frá framleiðanda.



NOTAÐIR BÍLAR

Kletthálsi 2 · 110 Reykjavík · Sími 590 2160 · www.notadir.is

Opið virka daga kl. 10-18 og laugardaga kl. 12-16

KAFFI
OG KRUÐERÍ
ALLA
HELGINA

VIÐ ERUM
FIMMTÁN ÁRA

15%
AFSLÁTTUR

KYNNING
Á MATVÖRUM
FRÁ
NICHOLAS
VAHÉ

Í FIMMTÁN DAGA

– FRÁ 14.-28. SEPTEMBER –

FACEBOOK-LEIKUR:
ÞÚ ÁKVEÐUR
AFMÆLISTILBOÐ DAGSINS
TAKTU ÞÁTT!



habitat 

Gerum hús að heimili

TEKK COMPANY og HABITAT | Kaupúni | Sími 564 4400
Opð mán.-lau. kl. 11-18 og sun. kl. 13-18

TEKK
COMPANY

www.habitat.is | Vefverslun á www.tekk.is

ÁLAFOSSKÓRINN

óskar eftir söngfélögum

Álafosskórinn í Mosfellsbæ óskar eftir söngfólki í allar raddir. Sópran, Alt, Tenór og Bassa.

Verkefni vetrarins eru léttar og skemmtilegar dægurperlur í bland við hefðbundin kórlög.

Stjórnandi kórsins er Magnús Kjartansson, tónlistarmaður.

Upplýsingar í síma 862 1600 Hjördís eða 898 9998 Ásgeir

ÁLAFOSSKÓRINN
STOFNADUR ÁRÍÐ 1980

ÁLAFOSSKÓRINN VAR STOFNADUR Í MOSFELLSBÆ
ÁRÍÐ 1980 OG MÆRKMÍÐHANS ER
AÐ SKEMMITA SÉR OG ÖÐRUM MEÐ SÖNG OG GLEÐI

Yfirhafnir geta haft tilfinningalegt gildi

Nú þegar kólnar í veðri eru hlýjar yfirhafnir nauðsynlegar. Fréttablaðið tók tali nokkrar stúlkur sem allar eiga sína uppáhaldsyfirhöfn.



Bergrún Helgadóttir

Staða Verslunarstýra í Jör
Aldur 24 ára

Þessi „biker“-jakki er í sérstöku uppáhaldi þessa dagana, en þetta er fyrsta eintakið af sinni tegund í væntanlegri sendingu af dömfatnaði fatamerkisins JÖR. Jakkin er mjög hlýr og klassískur, ég sé fram á að geta notað hann mikið í vetur.



Ástrós Erla Benediktsdóttir

Staða Förlunarfræðingur og nemi
Aldur 22 ára

Mér finnst kápan fyrst og fremst alveg rosalega falleg. Hún er „vintage“ með flottan 40's stríðstímabíla stíl. Ég elska litinn á henni, en hún er alveg æpandi græn og mér finnst hún fara mér mjög vel.



Heiða Rún Sigurðardóttir

Staða Leikkona
Aldur 24 ára

Ég var búin að leita að svona svörtum „shearling“-jakka ótrúlega lengi og var eiginlega búin að gefast upp. Síðan, þegar ég var nýflutt í vetur, sá ég þennan bara í glugganum í „vintage“-búð á nýju götunni minni í London. Hann var á ótrúlega góðu verði og er endalaust hlýr. Það kemst ekkert í gegnum hann.



Tinna Rún Kristófersdóttir

Staða Verslunarstjóri í Sautján
Aldur 23 ára

Ég er í gömlum „biker“-leðurjakka af pabba mínum. Fyrir utan það að hafa mikið tilfinningalegt gildi þá er hann ótrúlega hlýr. Svo er fullt af vösum á honum þannig að ég þarf enga tösku þegar ég er í honum.

5★ FIT
Hefst 16. sept.

Náðu 5 stjörnu formi
Breyttu línunum og tónaðu líkamann í sitt fegursta form.

Ný námskeið að byrja.

HREYFING | **BLUE LAGOON ICELAND**

Vissir þú að...
börn eiga renn á aðstoð
og hlíf af holl vinda í ofbætti

Barnaheill
Save the Children á Íslandi

Haier

Inspired living

„Haier – The #1
Global Major
Appliances Brand
For 4th Consecutive
Year.“
Euromonitor International

39"/50" LED SJÓNVARP



FULL HD
1080p

HAIER · C800HF

- 1920x1080p – Full HD
- 4.000.000:1 Dynamic Contrast
- 200Hz endurnýjunartíðni
- DVB-T og DVB-C sjónvarpsmóttakarar
- 2xHDMI, SCART, USB, VGA
- USB afspilun á myndböndum, tónlist og ljósmyndum

39" = **99.900,-**

50" = **169.900,-**



LET42A700P

42" LED ÞRÍVÍDDARTÆKI

1920x1080p – Full HD · 6.000.000:1 Dynamic Contrast · 400 Hz endurnýjunartíðni · Net@TV:HbbTV & You Tube · Sjálfvirk uppfærsla hugbúnaðar gegnum netið · TimeShift USB upptaka · USB afspilun á myndböndum, tónlist og kvikmyndum · DLNA innbyggð WiFi tenging · Hótel stilling · Orkunokun: A

42" = **159.900,-** 6 stk. 3D gleraugu fylgja

32" LED SJÓNVARP



G610CF

FULL HD
1080p

HAIER · G610CF

1920x1080 – FULL HD · 4.000.000:1 Dynamic Contrast · 100Hz endurnýjunartíðni · DVB-T og DVB-C sjónvarpsmóttakarar · 2xHDMI, SCART, Optical, USB, VGA, heyrnartól · USB afspilun á myndböndum, tónlist og ljósmyndum

32" = **79.900,-**

Nýtt sjónvarpsmerki í **BT**

Pioneer PIX-SMC1
HLJÓMTÆKI

iPod vaggja

Frábær hljómburður!



FM útvarp · Spilar og hleður iPod og iPhone · Spilar DVD og CD, MP3, DivX, JPEG · HDMI, USB, Audio in, Composite og fl.
· Möguleiki á Blue-tooth · 2 x 20W hátalarar · 8 Ohm

LISTAVERÐ: **35.900**

TILBOÐSVERÐ: **27.900**

Pioneer X-CM31
HLJÓMTÆKI

Hljómtækjastæða



FM útvarp með 40 stöðva minni · Spilar: CD, MP3, WMA, iPod, iPad (gegnum usb) · USB, RCA, Heyrnartól, Video out (f. iPod) · 2 x 15W hátalarar · Spilar og hleður iPod

LISTAVERÐ: **45.900**

TILBOÐSVERÐ: **36.900**

Pioneer XW-BTS1
HLJÓMTÆKI

Bluetooth hátalarar



Bluetooth hátalari · 10W, aux in tengi.
Einfaldur í notkun · Til bæði hvítir og svartir

LISTAVERÐ: **22.500**

TILBOÐSVERÐ: **17.900**

Pioneer DEH-150
HLJÓMTÆKI

Frábært bíltæki!



4X50 W MOSFET magnari · Útvarp með 24 stöðva minni
· Spilar MP3, WMA, WAV, CD-R/RW · AUX tengi á framhlið
· Hægt að tengja við fjarstýringu í stýri (tengi fylgir ekki) /
EQ, Tónstillir fyrir bassa, mið- og hátóna.

LISTAVERÐ: **19.900**

TILBOÐSVERÐ: **15.900**



LS27C45UDS

Vandaður og bjartur 27" TN LED tölvuskjár á hækkanlegum fæti. Upplausn: 1920 x 1080.
Hentar bæði fyrir fyrirtæki og heimili.

VERÐ: **69.900**



Ativ Book 9 Lite
NP905S3G-K01SE

Stýrikerfi: Windows 8 (64-bit)
Töff hönnun. 1,4 kg. og 8 klst. rafhlöðuending.
Frábær tölva fyrir fólk á ferðinni.

VERÐ: **159.900**

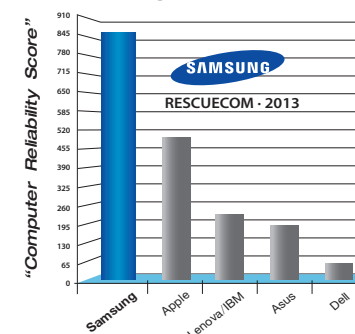


Ativ Book 6
NP670Z5E-X01SE

Stýrikerfi: Windows 8 (64-bit)
Það er ekki í boði að bíða.
Frábært afl, nóg pláss og flottir hátalarar.

VERÐ: **199.900**

Gæðayfirburðir Samsung fartölva



Samsung tölur eru áreiðanlegustu tölur á markaðnum í dag og bila minnst.

Þetta kemur fram í áreiðanleikakönnun tölvuviðhaldsfyrirtækisins RESCUECOM sem birt var á dögunum.

Samsung fékk 874 stig í könnuninni en þar kom fram að aðeins 1.1% Samsung tölva í Bandaríkjunum þurfti að þjónusta vegna bilana.

Apple var í öðru sæti með 503 stig og Lenovo/IBM í því þriðja með 230 stig. Aðrir framleiðendur fengu lægri einkunn.

HEIMILD: Computer Reliability Report 2013 - WWW.RESCUECOM.COM



HLJÓMTÆKJA- OG SKRIFSTOFUTÆKJAEILD ORMSSON

er flutt í SKEIFUNA 11 – hjá BT/GRIFFLI

Fjöldi opnunartilboða á sjónvörpum, hljómtækjum, fartölvum, o.fl. o.fl.

ORMSSON



OPIÐ: / Mánudaga–föstudaga kl.10-19
/ Laugardaga kl.11-19 / Sunnudaga kl.13-19

SKEIFAN 11 · SÍMI 530 2800 / 550 4444 · WWW.ORMSSON.IS · WWW.BT.IS



Stærstu strákaböndin

Strákabandið One Direction hefur slegið allsvakalega í gegn að undanfögnu. Margar vinsælar strákahljómsveitir hafa komið fram á sjónarsviðið síðustu áratuginna. New Kids on the Block reið á vaðið og síðan hafa margar fylgt á eftir.

Ensk-írski strákahljómsveitin One Direction nýtur gríðarlegra vinsælda um þessar mundir. Svo mikilla að hinn sjóðheiti Pharrell Williams hefur áhuga á að starfa með henni að næstu plötu hennar. Hljómsveitin varð til í sjónvarpsþáttunum The X Factor árið 2010. Þar lenti hún í þriðja sæti og gerði í framhaldinu útgáfusamning við Syco Records sem er í eigu dómarsans Simons Cowell. Síðan þá hefur One Direction gefið út tvær plötur, Up All og Take Me Home

sem hafa báðar notið fádæma vinsælda. Sú þriðja er væntanleg í nóvember.

Eins og tíðkast með flestar strákahljómsveitir eru það aðrir en meðlimirnir sem semja tónlist One Direction. Að auki voru það aðrir sem áttu frumkvæðið að stofnun hljómsveitarinnar, sem oftast nær er raunin þegar strákabönd eru annars vegar. Ólíkt öðrum breskum strákasveitum hefur One Direction tekist að slá í gegn í Bandaríkjunum.

ONE DIRECTION

Stofnuð: London á Englandi 2010.

Meðlimir: Niall Horan, Liam Payne, Harry Styles og Louis Tomlinson.

Þekkt lög: What Makes You Beautiful og Live While We're Young.

Vinsældarlistar: Tvær breiðskífur á toppinn í Bandaríkjunum og ein í Bretlandi. Þrjár smáskífur á toppinn í Bretlandi.

Læk á Facebook: 1,5 milljónir.

Enn starfandi?: Já.

Staðreynd: Plöturnar Up All Night og Take Me Home seldust samtals í tæplega nýu milljónum eintaka í fyrra.



BACKSTREET BOYS

Stofnuð: Orlando, Bandaríkjunum 1993.

Meðlimir: A. J. McLean, Howie Dorough, Nick Carter, Kevin Richardson og Brian Littrell.

Þekkt lög: Quit Playing Games (With My Heart), Everybody (Backstreet's Back) og I Want It That Way.

Vinsældarlistar: Tvær breiðskífur á toppinn í Bandaríkjunum. Ein smáskífa á toppinn í Bretlandi.

Læk á Facebook: 8,9 milljónir.

Enn starfandi?: Já.

Staðreynd: Söluhæsta strákaband sögunnar. Nýu plötur hafa komist á topp tóu í Bandaríkjunum.



'N SYNC

Stofnuð: Orlando, Bandaríkjunum 1995.

Meðlimir: Lance Bass, JC Chasez, Joey Fatone, Chris Kirkpatrick og Justin Timberlake.

Þekkt lög: Bye Bye Bye, It's Gonna Be Me og Music of My Heart.

Vinsældarlistar: Tvær breiðskífur af þremur á toppinn í USA. Ein smáskífa á toppinn í Bandaríkjunum.

Læk á Facebook: 615 þúsund.

Enn starfandi?: Já og nei. Hætti árið 2002 en spilaði reyndar óvænt á MTV-tónlistarverðlauninum í ágúst.

Staðreynd: Lance Bass kom út úr skápnunum í viðtali við tímaritið People árið 2006.



NEW KIDS ON THE BLOCK

Stofnuð: Boston í Bandaríkjunum 1984.

Meðlimir: Jordan Knight, Jonathan Knight, Joey McIntyre, Donnie Wahlberg og Danny Wood.

Þekkt lög: Hangin' Tough, Step By Step og You Got It (The Right Stuff).

Vinsældarlistar: Tvær breiðskífur á toppinn bæði í Bandaríkjunum og Bretlandi. Tvær smáskífur á toppinn í Bandaríkjunum þrjár í Bretlandi. Læk á Facebook: 643 þúsund.

Enn starfandi?: Já. Hætti árið 1994 en sneri aftur 2008.

Staðreynd: Leikarinn Mark Wahlberg, bróðir Donnie, var eitt sinn í hljómsveitinni.



TAKE THAT

Stofnuð: Manchester, Englandi 1991.

Meðlimir: Gary Barlow, Howard Donald, Jason Orange og Mark Owen.

Þekkt lög: Pray, Relight My Fire og Back For Good.

Vinsældarlistar: Sex breiðskífur og ellefu smáskífur á toppinn í Bretlandi.

Læk á Facebook: 1,7 milljónir.

Enn starfandi?: Já. Hætti árið 1996 en sneri aftur 2005.

Staðreynd: Robbie Williams hætti í Take That árið 1995 og hóf sólóferil.



WESTLIFE

Stofnuð: Sligo, Írlandi 1988.

Meðlimir: Kian Egan, Mark Feehily, Shane Filan, Nicky Byrne og Brian McFadden.

Þekkt lög: Swear It Again, If I Let You Go og Uptown Girl.

Vinsældarlistar: Sjö breiðskífur á toppinn í Bretlandi og þrettán smáskífur.

Læk á Facebook: 6,2 milljónir.

Enn starfandi?: Nei. Hætti í fyrra.

Staðreynd: 85 þúsund miðar á kveðjutónleika Westlife á Írlandi í fyrra seldust upp á fimm mínútum.



BOYZ II MEN

Stofnuð: Filadelfía, Bandaríkjunum 1988.

Meðlimir: Nathan Morris, Wanya Morris og Shawn Stockman.

Þekkt lög: End of the Road, I'll Make Love to You og On Bended Knee.

Vinsældarlistar: Tvær breiðskífur og fjórar smáskífur á toppinn í Bandaríkjunum.

Læk á Facebook: 824 þúsund.

Enn starfandi?: Já, en nú sem trío. Fjórdi meðlimurinn Michael McCary hætti árið 2003.

Staðreynd: Lagið End of the Road sat í þrettán vikur á toppi bandaríska Billboard-listans.

KOLAPORTIÐ

Kolaportið er opið laugardaga og sunnudaga frá kl. 11-17



Tryggvagötu 19 • 101 Reykjavík
Sími 562 5030 • www.kolaportid.is

OPINN SKÓGUR AÐ VÖLVUSKÓGI VÍGÐUR Á SUNNUDAG

Skemmtum okkur saman í skóginum



Í tilefni af opnun Völvuskógar á Skógum undir Eyjafjöllum bjóðum við ykkur að koma og fagna með okkur sunnudaginn 15. september og eiga ánægjulegan dag í skóginum. Hátíðardagskrá og kaffiveitingar í boði milli kl 14-16:30

Hlökkum til að sjá ykkur





LEIKSTJÓRINN ÓSKAR JÓNASSON leikstýrði Pressu III og var jafnframt einn handritshöfundur. Hann segir tilnefninguna staðfesta gæði seríunnar.
FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

Pressa III tilnefnd til Prix Europa 2013

Sjónvarpsserían Pressa III er tilnefnd til evrópsku sjónvarpsverðlaunanna Prix Europa 2013 sem besta evrópska dramaserían. Óskar Jónasson leikstýrði.

Þetta er bara mjög jákvæð tilfinning,“ segir Óskar Jónasson, leikstjóri og einn handritshöfundur Pressu III, spurður hvernig þessi tilnefning leggst í hann. „Það hefur verið mín tilfinning að hver sería af Pressu hafi verið sterkari en sú á undan og mér finnst þetta vera staðfesting á því.“

Í ár bárust dómnefnd Prix Europa rúmlega 670 innsendingar frá 35 löndum í Evrópu og Óskar segir rjómann af evrópsku sjónvarpsefni vera tilnefndan til þessara virtu verðlauna. „Þetta eru nokkurs konar Emmy-verðlaun Evrópu, stór og virt hátíð og það er mikill heiður að vera meðal þeirra tilnefndu.“

Spurður hvort vinna sé hafin við fjórðu seríu Pressu segir Óskar að það séu farnar af stað vangaveltur

og bollaleggingar en ekki sé búið að taka ákvörðun um framleiðslu. „Þessi tilnefning ýtir væntanlega undir það að hún verði framleidd og við stefnum auðvitað að því að hún verði enn betri en Pressa III,“ segir hann.

Pressa III var framleidd af Sagafilm og frumsýnd á Stöð 2 haustið 2012. Serían var tilnefnd til tíu Edduverðlauna árið 2013 og hlaut verðlaun í flokknum Leikið sjónvarpsefni ársins. Þá fékk aðalleikkonan Sara Dögg Ásgeirsdóttir verðlaun fyrir bestu frammistöðu leikkonu í aðalhlutverki.

Óskar leikstýrði og skrifaði jafnframt handritið ásamt Jóhanni Ævari Grímssyni, Margræti Örnólfsdóttur og Sigurjóni Kjartanssyni.

- fsb

Járnmaðurinn var vinsælastur í sumar

Tekjur af miðasölu í norður-amerískum kvikmyndahúsum í sumar jukust töluvert frá því árið áður og námu 4,7 milljörðum dala. Stærstan þátt í því átta myndir á borð við Iron Man 3, Man Of Steel og Despicable Me 2 á meðan „floppin“ The Lone Ranger, After Earth og The Wolverine ollu miklum vonbrigðum.

10,2%

Tekjur í miðasölu í Bandaríkjunum og Kanada jukust um 10,2% frá því í fyrra.

408.600.000

Iron Man 3 var vinsælasta mynd sumarsins með tekjur upp á 408,6 milljónir dala. Samanlagt þénaði hún 1,2 milljarð dala á heimsvísu. Járnmaðurinn kostaði 200 milljónir dala í framleiðslu.

355.000.000

Teiknimyndin Despicable Me 2 var næst vinsælust og halaði inn um 355 milljónir dala. Á heimsvísu nema tekjur hennar um 820 milljónum dala. Hagnaðurinn var mikill því myndin kostaði aðeins 76 milljónir dala.

6,6%

Kvikmyndahúsagæstum fjölgaði um 6,6% og voru um 573 milljónir.

6

Sex vinsælastu myndirnar vestanhafs voru framhaldsmyndir, forsögur eða nýjar útgáfur af gömlum myndum.

88.400.000

The Lone Ranger olli gríðarlegum vonbrigðum og aflaði aðeins 88,4 milljóna dala í N-Ameríku. Myndin var rándýr og kostaði rúmlega 215 milljónir dala í framleiðslu.

60.000.000

After Earth með Will Smith og son hans Jaden í aðalhlutverkum kostaði 130 milljónir dala en þénaði aðeins 60 milljónir vestanhafs.

157.000.000

Gamanmyndin The Heat með Söndru Bullock og Melissa McCarthy fékk betri aðsókn en margir bjuggust við. Miðasölutekjur hennar námu um 157 milljónum dala.

DÝRARÍKIÐ HOLTAGÖRÐUM

STÆRSTA OG SKEMMTILEGASTA GÆLUDÝRAVERSLUN LANDSINS

NÝ SENDING FRÁ CAMON

ENN MEIRA ÚRVAL AF ÓLUM, TAUMUM OG BEISLUM FYRIR HUNDA, KETTI OG KANÍNUR

FULLT AF NÝJUM LEIKFÖNGUM OG SPENNANDI VÖRUM SEM GAMAN ER AÐ SKOÐA



VEIKINDI INNANBORÐS Tico Torres, trommuleikari Bon Jovi, var lagður inn á spítala.
NORDICPHOTOS/GETTY

Enn eitt áfallið hjá Bon Jovi

Enn eitt áfallið hefur komið upp hjá Bon Jovi. Trommuleikari sveitarinnar var lagður inn á spítala á dögunum. Samkvæmt heimildum tímaritsins Rolling Stone þurfti að fjarlægja botnlanga trommuleikarans og hefur hljómsveitin þurft að fresta nokkrum tónleikum sökum þess. Söngvari sveitarinnar, Jon Bon Jovi, tilkynnti þetta á vefsíðu sveitarinnar og baðst afsökunar á þeim óþægindum sem hafa skapast er varða tónleikafrestanir.

Gítarleikarinn Richie Sambora yfirgaf sveitina ekki alls fyrir löngu eftir þrjátíu ára samstarf.

Hættir við sjálfsævisögu

Tónlistarmaðurinn Morrissey, fyrrverandi söngvari The Smiths, hefur hætt við að gefa út sjálfsævisögu sína. Ástæðan er ósætti við útgefandann Penguin sem kom upp „á síðustu stundu“.

Bókin átti að fjalla um uppvöxt hans í Manchester og samband hans við hinn lagahöfund The Smiths, gítarleikarann Johnny Marr. Samkvæmt yfirlýsingu á aðdáendasisðu Morrissey er söngvarinn að leita sér að nýjum útgefanda fyrir bókina. Talsmaður Penguin vildi ekkert tjá sig um málið.



MORRISSEY Fyrrum söngvari The Smiths er hættur við að gefa út sjálfsævisögu sína.

Firth talar fyrir Paddington

Enski leikarinn Colin Firth mun ljá Paddington rödd sína í nýrri kvikmynd um þennan fræga björn sem er í bígerð. Aðrir leikarar í kvikmyndinni verða Hugh Bonneville, Nicole Kidman, Julie Walters og Jim Broadbent. Paddington sjálfur verður tölvugerður.

Paddington er þekktur fyrir ást sína á samlokum með marmelaði og er nefndur eftir lestarstöðinni í London. Hann birtist lesendum fyrst í bók Michaels Bond, A Bear Called Paddington, sem kom út árið 1958. Barnabækurnar um Paddington hafa selst í yfir 35 milljónum eintaka.



COLIN FIRTH Enski leikarinn talar fyrir björninn Paddington í nýrri kvikmynd.



DÝRARÍKIÐ

Holtagörðum ... fyrir dýravini

Stærsta og skemmtilegasta gælundýraverslun landsins

Sími 568 66 68

Opið 11 - 18 virka daga / 12 - 18 um helgar



GARMIN

Kíktu í básinn okkar á sýningunni um helgina. 15% afsláttur af völdum vörum.



Frum-sýning á Íslandi VIRB hasar-myndavél

VIRB Elite

Háskerpu upptökuvél í hasarinn. GPS móttakari sýnir hraða, hæð o.fl. á myndbandi. Tengdu þráðlaust við símann eða önnur Garmintæki. Innbyggður Chroma skjár. Vatnsheld 1 m 30 mín., fjöldi festinga fánlegur.

DÓTABÚÐ ÚTIVISTARFÓLKSINS

á 4x4 sýningunni í Fífunni um helgina, opið frá 12–20 laugardag og sunnudag



Astro

Ertu viss um að Snati geri eins og honum er sagt? Hundapjálfarar lofa Astro sem sýnir ekki aðeins hvar Snati er heldur hvort hann er á hlaupum, tekur stand, að gelta og svo framvegis.



Rino

Vertu í sambandi og sjáðu hvar félaginn er! Sambyggt GPS tæki og VHF talstöð þar sem allt að 50 notendur geta fylgst með hvar hver er á skjánum eða í tölvu.



Zumo 390

Ekki stysta leið, ekki hraðasta leið heldur hvaða leið er með flestar beygjur! Nýja Zumo mótórhlátækkið hjálpar þér að fara skemtilegustu leiðina, sjá hver hringir og jafnvel hver loftþrýstingurinn er í dekkjunum.



Íslandskort

Nýtt Íslandskort fyrir Garmin-tæki með nýjum hæðarlínum á jöklum, fleiri slóðar, breyttar götur og vegir, stútfullt af nýjum upplýsingum.



HUD

Tengdu HUD við Garmin-appið í símanum og fáðu akstursleiðbeiningar upp á framrúðuna.



Powertraveller

Þarftu að hlaða símann, myndavélina eða GPS tækið, jafnvel að gefa bílnum start? Powertraveller vörur í miklu úrvali, vertu í sambandi á ferð og flugi.



LAGERÚTSALA

Gobandit og Tachyon

Þú færð ekki betri hasarmyndavélar á þessu verði! Örfáar vélar eftir og verða seldar á sýningunni um helgina á bilinu 10.900 til 29.900 kr.

Ópið

BAKPANKAR
Karenar
Kjartansdóttur



Það er svo dásamleg orka á Íslandi núna þegar allt er aftur að byrja að taka við sér. Þessu hélt vinkona mín, sem nýlega flutti frá Danmörku, fram um daginn án þess að nokkurrar kaldhæðni gætti í málrómi hennar. Ég hafði ekki heyrt setningu sem lýsti jafn mikilli bjartsýni og einlægni lengi. Ég fann fyrir einhverjum herpingi innra með mér, líklega hafði hann verið þarna lengi en ég hafði hætt að finna fyrir honum fyrir löngu og byrjað að telja hann edlilegt ástand. Kvíðinn fyrir hönd íslensks samfélags virtist hafa náð að skjóta rötum innra með mér.

ÖRLÖG bandarísku borgarinnar Detroit, sem nýlega lýsti sig gjaldþrota, þykja mér áhugaverð. Á Instagram fylgist ég með ljósmyndurum sem taka myndir af rotnandi borginni en á þeim gefur að líta tóm og niðurnídd hverfi, myrka ljósa-staura og eynd í undarlega rómantískri og tregafullri birtu. Á þeim má líka oft sjá fólk sem reynir að vinna borginni sinni gagn þrátt fyrir

erfiðleika og undirmönnun. Ég hef tárast yfir þessum myndum, ekki vegna þess að ég hafi svona ríka samkennd heldur vegna þess að í myndunum finnst mér ég sjá Ísland eftir nokkur ár.

„**HELDUR** þú að þetta verði í lagi?“ spurði ég bjartsýnu vinkonuna, hissa. Hún svaraði. „Það þarf bara að taka réttar ákvarðanir og hlúa að grunnstöðunum.“ Hugurinn hvarflaði aftur til Detroit, þar sem atvinnuleysi og glæpatíðni er hvað hæst í Bandaríkjunum. Ég reyndi svo að sjá fyrir mér borgina Windsor sem stendur hinum megin við bakka Detroit-árinnar, tilheyrir því Kanada og er reyndar ein öruggasta borg þar í landi. Brúin á milli borganna er um það bil tveggja kílómetra löng en hyldýpi skilur borgirnar að hvað lífskjör varðar. Öðrum megin við ána voru heillavænlegar ákvarðanir teknar. Mér fannst ég standa á brúnni og hugsaði hvort ég teldi íslenska ráðamenn geta borið gæfu til að taka réttar ákvarðanir. Hvolfdist þá yfir mig heimsendaótti, skyndilega fannst mér ég vera í sömu stöðu og hrópandinn á málverkinu Ópið eftir Edvard Munch.

PARANOIA
HÁGÆÐA SPENNUTRYLLUR Í HESTA FLOKKI MEÐ ÚRVALS LEIKURUM

SPARBIÓ
MERKTAR MEÐ GRENU OG APPELSÍNUGULU Í BÍOAUGLÝSINGUM
SAMBIÓA KR. 1.000 Á GRENT OG KR. 750 Á APPELSÍNUGULT

„HRESSASTA, LÍFLEGASTA OG LITRIKASTA FJÓLSKYLDUMYNDIN SEM ÞÚ FINNUR Á ÞESSU ÁRI. BETRI EN FYRRI.“

★★★★★
L. - BÍOFRUNNAN 101

FLUGVÉLAR
SÝND MEÐ ÍSLENSKU TALI Í 2D OG 3D

THE CONJURING
FRÁ ÆMISÓMU OG FÆRÐU OKKUR BÍLA

MUD
SÝND MEÐ ÍSLENSKU TALI Í 2D OG 3D

WE'RE THE MILLERS

SMÁRABÍÓ		HÁSKÓLABÍÓ	
PARANOIA	KL. 5:50 - 8 - 10:20	AULINN ÉG 2	KL. 1 - 3:30
PARANOIA VIP	KL. 1:30 - 3:40 - 5:50 - 8	AULINN ÉG 2 2D	KL. 1:30 - 3:10 - 5:50
AULINN ÉG 2	KL. 1:30 - 3:40 - 5:50	PARANOIA	KL. 5:40 - 8 - 10:20
AULINN ÉG 2 2D	KL. 2 - 4:10 - 6:20	CITY OF BONES	KL. 3:10 - 5:20 - 8 - 10:40
AULINN ÉG 2 3D	KL. 11:30 - 12 Fyrsta BÍOFRÉÐIN 700 KR.	THE CONJURING	KL. 8 - 10:30
AULINN ÉG 2 3D	KL. 1:30	FLUGVÉLAR	KL. 1 - 3:40 - 5:50
CITY OF BONES	KL. 8 - 10:40	KICK-ASS 2	KL. 10:30
THE CONJURING	KL. 5:40 - 8 - 10:30	WE'RE THE MILLERS	KL. 8
THE CONJURING VIP	KL. 10:20	SKRÍMSLA HÁSKÓLINN	KL. 1
FLUGVÉLAR	KL. 1:30 - 3:40	SKRÍMSLA HÁSKÓLINN KRINGLUNNI	NÚMÉRUD SÆTI
FLUGVÉLAR	KL. 1:30 - 3:40 - 5:50	PARANOIA	KL. 9 - 11:10
FLUGVÉLAR	KL. 11:30 Fyrsta BÍOFRÉÐIN 700 KR.	CITY OF BONES	KL. 6
THE BLING RING	KL. 8:30	THE CONJURING	KL. 10:30
WE'RE THE MILLERS	KL. 8 - 10:30	FLUGVÉLAR	KL. 1:30 - 3:40
RED 2	KL. 10:40	FLUGVÉLAR	KL. 2 - 4
SKRÍMSLA HÁSKÓLINN	KL. 3:40	WE'RE THE MILLERS	KL. 5:40 - 8
SKRÍMSLA HÁSKÓLINN	KL. 1:30	SKRÍMSLA HÁSKÓLINN	KL. 2
AULINN ÉG 2	KL. 5:50	KVÍKMYNDADAGAR 11. - 26. SEPTEMBER	
PARANOIA	KL. 8	MUD	KL. 8
CITY OF BONES	KL. 10	MIDNIGHT'S CHILDREN	KL. 5
FLUGVÉLAR	KL. 3:40	TO THE WONDER	KL. 10:40
FLUGVÉLAR	KL. 1:30	AKUREYRI	
STRUMPARNIR	KL. 5:50	PARANOIA	KL. 5:40 - 8 - 10:20
MALAVITA	KL. 10:20	CITY OF BONES	KL. 8
ÖLLI	KL. 8	THE CONJURING	KL. 10:40
SKRÍMSLA HÁSKÓLINN	KL. 3:40	FLUGVÉLAR	KL. 1:30 - 3:40
		SKRÍMSLA HÁSKÓLINN	KL. 1 - 3:20
		WE'RE THE MILLERS	KL. 5:40

AULINN ÉG 2
SÝND MEÐ ÍSLENSKU TALI

NÁNARI UPPLÝSINGAR Á [SAMBIOA.IS](#)

LÆKKUM Í GRÆJUNUM OG VERÐUR LÍÓSTÝRA Í SALNUM

FLUGVÉLAR
SVALI

SÝND MEÐ ÍSLENSKU TALI Í 2D OG 3D

FYRSTA BÍOFRÉÐIN
UNGBARNASÝNINGAR UM HELGINA
KL. 11:30 og 12:00 í Álfabakka

AULINN ÉG 2

MALAVITA

Blue Jasmine
Wendy Allen

JOBS
SANNSGJÆLIG MYND UM JEVI STEVE JOBS STOFNANDA APPLE, MEÐ ASHTON KUTCHER Í AÐALHLUTVERKI.

1D ONE DIRECTION
THIS IS US

Hross í oss
„HROSS Í OSS ER AFAR FRUMLEG OG ÁHUGAVERÐ MYND“
H.S., MBL

SMÁRABÍÓ		HÁSKÓLABÍÓ	
AULINN ÉG 2 2D	KL. 1 (TILBOÐ) 3.20 - 5.45	BLUE JASMIN	KL. 5.45 - 8 - 10.15
AULINN ÉG 2 2D LÚXUS	KL. 1 - 3.20 - 5.45	AULINN ÉG 2 2D	KL. 3.30 (TILBOÐ) 5.45
AULINN ÉG 2 3D	KL. 1 (TILBOÐ) 3.20	AULINN ÉG 2 3D	KL. 3.30 (TILBOÐ)
MALAVITA / MALAVITA LÚXUS	KL. 8 - 10.30	DESPICABLE ME 2 2D	KL. 8 / 2 GUNS KL. 10.15
BLUE JASMIN	KL. 5.45 - 10.15	HROSS Í OSS	KL. 6 - 8 - 10 / ELYSIUM KL. 10.20
THIS IS US 3D	KL. 5.45 - 8	PERCY JACKSON	KL. 3.20 (TILBOÐ) 8
FLUGVÉLAR 2D ÍSL TAL	KL. 1 (TILBOÐ) 3.30	STRUMPARNIR 2D ÍSL TAL	KL. 3.20 (TILBOÐ) 5.40
ELYSIUM	KL. 8 - 10.25	BORGARBIÓ	NÁNAR Á MIÐIS
PERCY JACKSON	KL. 5.40	AULINN ÉG 2 2D	KL. 2 / AULINN ÉG 2 3D
2 GUNS	KL. 8 - 10.30	BLUE JASMIN	KL. 8 / MALAVITA
STRUMPARNIR 2D ÍSL TAL	KL. 1 (TILBOÐ) 3.20	THIS IS US 3D	KL. 6 / JOBS
		STRUMPARNIR 2D	KL. 2 / STRUMPARNIR 2 3D

AULINN ÉG 2
SÝND MEÐ ÍSLENSKU OG ENSKUTALI Í 2D OG 3D

STRUMPARNIR 2
SÝND 1 2D

LAUGARÁS BÍÓ TILBOÐ Á FYRSTU SÝNINGAR DAGSINS

AULINN ÉG 2
SÝND MEÐ ÍSLENSKU OG ENSKUTALI Í 2D OG 3D

FLUGVÉLAR
SVALI

SKRÍMSLA HÁSKÓLINN

SPARBIÓ

AULINN ÉG 2
KL. 13 SMÁRABÍÓ Í 2D OG 3D
KL. 15.30 HÁSKÓLABÍÓ Í 2D OG 3D

STRUMPARNIR 2
BÚID YKKUR UNDIR ÓÞEKKTIR!
KL. 15.20 HÁSKÓLABÍÓ
KL. 15.20 SMÁRABÍÓ

TILBOÐ Í SMÁRABÍÓ HÁSKÓLABÍÓ

AULINN ÉG 2

MALAVITA

JOBS

KICK-ASS 2

Tilboð í bíó. Gildir á allar sýningar merktar með rauðu.

LAUGARÁS BÍÓ		Sýningartímar	
AULINN ÉG 2 - ÍSL	2, 4, 6 3D	AULINN ÉG 2 - ÍSL	2, 4, 6 2D
AULINN ÉG 2 - ÍSL	2, 4, 6 2D	DESPICABLE ME 2 - ENS	4, 6, 8 2D
MALAVITA	8, 10.20	MALAVITA	8, 10.20
JOBS	8, 10.10	JOBS	8, 10.10
KICK ASS 2	10.40	KICK ASS 2	10.40
STRUMPARNIR 2 - ÍSL	1.50 2D	STRUMPARNIR 2 - ÍSL	1.50 2D

NO
AÐEINS SÝNINGAR ÞESSA HELGI

Kings of Summer

BÍÓ PARADÍS EUROPA CINEMAS

SJÁ SÝNINGARTÍMA Á WWW.BIOPARADÍS.IS - Miðasala: 412 7711 - Hverfisgata 54 - bioparadis.is - Hluti af Europa Cinemas

EINLEIKIN GAMANSEMI Í HÖRPU

LADDI LENGIR LÍFIÐ

KVÖLDSTUND MEÐ LADDA Í EIGIN PERSÓNU



Sýningar
eru hafnar!



„Laddi er engum líkur
...Hann er þjóðargersemi.“
- Pressan.is

„Sprenglægileg sýning fyrir allan aldur!“
- Sirrý, Rás 2

„Á sviðinu birtist manni litill drengur
með stórt hjarta.“
- Helgi Snær Sigurðarson, Morgunblaðið.

„Stórkostleg sýning!“
- Heimir Karlsson, Bylgjan



Miðasala fer fram á Miði.is, Harpa.is, í miðasölu Hörpu og í síma 528-5050.


sena

Dæmdur fyrir ummæli á Twitter

FÓTBOLTI Knattspyrnudeild KV, Knattspyrnufélags Vesturbæjar, var í gær sektað um 25 þúsund krónur vegna ummæla leikmanns félagsins á Twitter-samskiptamiðlinum.

Jón Kári er fyrsti leikmaðurinn á Íslandi sem er dæmdur fyrir ummæli á Twitter. Áður hafði Heimir Gunnlaugsson, varaformaður knattspyrnudeilda Víkings, verið dæmdur fyrir ummæli á Twitter og félag hans sektað vegna



ummalanna. Það var Þórir Hákonarson, framkvæmdastjóri KSÍ, sem vísaði málinu inn á borð aganefndar sem síðan sektaði KV.

„Það er álit aga- og úrskurðarnefndar KSÍ að ummæli Jóns Kára hafi verið óviðeigandi og með þeim hafi Jón Kári skaðað ímynd íslenskrar knattspyrnu,“ segir á vef KSÍ.

Jón Kári vildi ekki tjá sig um málið við Fréttablaðið en sagðist þó vera ósáttur við niðurstöðuna.

- hbg

Evrópudraumur Blika er nánast dáinn



BARÁTTA Úr leik Fram og ÍBV í gær sem ÍBV vann.

FRÉTTABLAÐIÐ/DANIEL

FÓTBOLTI Tveir leikir fóru fram í Pepsi-deild karla í gær. Valur og Breiðablik skildu jöfn en ÍBV lagði Fram í Laugardalnum.

Blikar hafa þar með svo gott sem misst af Evrópulestinni og munu þar af leiðandi ekki ná markmiðum sínum.

ÍBV er komið upp að hlið Vals í deildinni en drengir Hermanns Hreiðarssonar hafa komið á óvart í sumar.

- hbg

visir.is

Frekari umfjöllun um Pepsi-deildina

EVROPUKEPPNIN

FYRRI LEIKUR

HAUKAR - OCI LIONS

36-33

Haukar - Mörk (skot): Sigurbergur Sveinsson 12/3 (19/3), Árni Steinn Steinþórsson 7 (12), Tjörvi Þorgeirsson 6 (10), Þróstur Þráinsson 3/1 (3/1), Jón Þorbjörn Jóhannsson 3 (5), Þórður Rafn Guðmundsson 2 (3), Elías Már Halldórsson 2 (5), Einar Pétur Pétursson 1 (1).

Varin skot: Einar Ólafur Vílmundarson 8 (23, 35%), Giedrius Morkunas 5 (23/3, 22%),

Hraðauppflaup: 5 (Sigurbergur, Árni Steinn 2, Elías Már, Einar Pétur)

Fiskuð víti: 4 (Sigurbergur, Árni Steinn 2, Jón P.)

Utan vallar: 4 mínútur.

OCI Lions - Mörk (skot): Marko Pejovic 6 (6), Tim Mullens 5 (6), Joris Baart 5 (9), Serge Heijnen 4 (4), Roel Adams 4 (7), Martijn Meijer 3/3 (5/3), Luc Steins 2 (2), Joeri Verjans 1 (1), Tim Krijntjes 1 (1), Dylan Vossen 1 (2), Marco Vernooij 1 (2), Ivo Steins (1), Alan Van De Wall (2),

Varin skot: Luuk Hoiting 16 (52/4, 31%),

Hraðauppflaup: 3 (Serge 2, Dylan)

Fiskuð víti: 3 (Marko, Tim, Roel)

Utan vallar: 2 mínútur.



Laugardalsvöllur
Póroddur Hjaltalín (6)

Mörkin: 0-1 Matt Garner (32.).

Fram (4-3-3): Ögmundur Kristinsson 5 - Jón Gunnar Eysteinnsson 4, Alan Lowing 5, Halldór Arnarsson 4 (80., Aron Þórður Albertsson -), Halldór Hermann Jónsson 5 (69., Kristinn Ingi Halldórsson 6) - Orri Gunnarsson 5, Viktor Bjarki Arnarsson 3, Samuel Hewson 5 - Almarr Ormarsson 7, Haukur Baldvinsson 3 (46. Aron Bjarnason 7), Hólmbert Aron Friðjónsson 6.

ÍBV (4-4-2): Guðjón Orri Sigurjónsson 7 - Arnór Eyvar Ólafsson 5, Brynjar Gauti Guðjónsson 7*, Eiður Aron Sigurbjörnsson 6, Matt Garner 6 - Ian David Jeffs 5, Gunnar Þorsteinsson 5, Tonny Mawejje 4, Víðir Þorvarðarson 5 (69., Gunnar Már Guðmundsson 6) - Aziz Kemba 5 (80., Ragnar Pétursson -), Aaron Spear 6 (84., Bjarni Gunnarsson -).

Skot (á mark): 13-5 (4-1)

Horn: 4-7

Varin skot: Ögmundur 0 - Guðjón 4



Vodafonevöllur, 677
Erlendur Eiríksson (8)

Mörkin: 1-0 Magnús Már Lúðvíksson, víti (22.), 1-1 Árni Vilhjálmsson (41.)

Valur (4-3-3): Fjalur Þorgeirsson 7 - Jónas Tór Næs 6, Magnús Már Lúðvíksson 6, Matarr Jobe 5, Bjarni Ólafur Eiríksson 5 - Andri Fannar Stefánsson 5, Daniel Racchi 5, Indriði Áki Þorláksson 5 - Kristinn Freyr Sigurðsson 4 (72. Sigurður Egill Lárusson -), Lucas Ohlander 4 (89. Arnar Sveinn Geirsson -), Patrick Pedersen 5 (83. Matthías Guðmundsson -).

Breiðablik (4-3-3): Gunnleifur Gunnleifsson 5 - Gísli Páll Helgason 5, Sverrir Ingi Ingason 7*, Elfar Freyr Helgason 5, Kristinn Jónsson 6 - Andri Rafn Yeoman 6, Tómas Óli Garðarsson 5, Guðjón Pétur Lýðsson 6 - Ellert Hreinsson 4 (75. Arnar Már Björgvinsson -), Viggó Kristjánsson 5 (83. Olgeir Sigurgeirsson -), Árni Vilhjálmsson 6.

Skot (á mark): 8-13 (2-4)

Horn: 5-6

Varin skot: Fjalur 3 - Gunnleifur 1

PEPSI DEILDIN 2013

STAÐAN

KR	17	14	1	2	41-18	43
FH	19	12	4	3	38-19	40
Stjarnan	19	12	4	3	31-18	40
Breiðablik	18	9	6	3	28-20	33
Valur	18	6	8	4	34-26	26
ÍBV	18	7	5	6	22-20	26
Fylkir	19	5	5	9	27-27	20
Keflavík	19	6	2	11	25-40	20
Fram	19	5	4	10	23-32	19
Pór	19	4	5	10	26-41	17
Víkingur Ó.	19	2	8	9	15-28	14
ÍA	18	2	2	14	25-46	8

Frumkýningarhelgi í Evrópu

Nýjar stjórnur ganga inn á völlinn hjá knattspyrnuliðum víða í Evrópu um helgina. Má þar nefna dýrasta leikmann sögunnar, Gareth Bale, og Þjóðverjann Mesut Özil. Munu þeir standa undir væntingum?

FÓTBOLTI Deildarkeppnirnar í Evrópu fara á ný af stað um helgina eftir landsleikjahlé. Félagaskiptaglugginn lokaði þann 2. september og þá voru leikmenn margir hverjir komnir til móts við sín landslið. Það verða því margir leikmenn í nýjum búningum um helgina.

Sá dýrasti í sögunni

Stærsta nafnið er án efa Gareth Bale en Real Madrid gekk frá kaupum á honum þann 1. september frá Tottenham Hotspur fyrir 85 milljónir punda. Hann varð þá dýrasti leikmaðurinn í sögunni og samdi til sex ára við spænska stórveldið. Real Madrid heim-sækir Villareal í kvöld og gæti Wales-verjinn komið við sögu í þeim leik en beðið hefur verið eftir því með eftirvæntingu í allt sumar að Bale spili sinn fyrsta leik.

Englandsmeistarar Manchester United fóru ekki mikinn á leikmannamarkaðnum í sumar en náðu samt sem áður að festa kaup á belgíska miðjumanninum Marouane Fellaini frá Everton þann 2. september. Félagið greiddi 27,5 milljónir punda fyrir hinn hárrúða Fellaini en liðið hefur sárlega vantað skapandi miðjumann í fyrstu þremur deildarleikjum liðsins á tímabilinu.

United mætir Crystal Palace í fyrsta leik helgarinnar í hádeginu í dag. Búist er við því að Belginn verði í leikmannahópnum og gæti jafnvel farið beint inn í byrjunarliðið. David Moyes, knattspyrnustjóri Manchester United, þekkir vel til leikmannsins þar sem hann stýrði Everton á árunum 2002-2013.

Góður liðs-styrkur

Everton náði að styrkja hópinn um tvo sterka leikmenn undir lokin en þeir Gareth Barry og Romelu Lukaku komu báðir til félagsins á láni út leiktíðina. Barry frá Manchester City og Lukaku frá Chelsea. Barry gæti verið inni á miðjunni fyrir Everton gegn West Ham í dag og á hlutverk hans eflaust að leysa Marouane Fellaini af hólmi. Lukaku var á láni hjá West Bromwich Albion á síðustu leiktíð og skoraði þá sautján mörk með liðinu. Forráðamenn Chelsea hafa fengið fram-



£42.500.000

MESUT ÖZIL Sá dýrasti í sögu Arsenal.

herjann Samuel Eto'o frá Anzhi Makhachkala til liðsins og því ekki lengur pláss fyrir belgíska framherjann Lukaku. Eto'o gæti því leikið á ný undir stjórn José Mourinho, knattspyrnustjóra Chelsea, þegar liðið fær Fulham í heimsókn í dag.

Arsene Wenger, knattspyrnustjóri Arsenal, tók einnig upp veskið í upphafi mánaðar þegar hann festi kaup á Mesut Özil frá Real Madrid á 42,5 milljónir punda en stjórnin hafði verið harðlega gagnrýndur allt sumarið fyrir að styrkja ekki hópinn nægilega mikið. Þjóðverjinn gæti því hæglega komið við sögu þegar Arsenal mætir Sunderland á Leikvangi ljóssins í dag.



£27.500.000

MAROUANE FELLAINI Á að leysa miðjuvandræðin.

Odemwingie snýr aftur Ólátabelgurinn Peter Odemwingie gerði þriggja ára samning við Aron Einar Gunnarsson og félagi í Cardiff en hann hefur ekki leikið knattspyrnuleik í átta mánuði en eins og frægt er orðið reyndi hann að komast inn á Loftus Road, heimavöll QPR, til að ganga sjálfur frá samningum við félagið í janúar á þessu ári. Þá var leikmaðurinn samningsbundinn West Bromwich Albion og lék ekki fleiri leiki fyrir félagið eftir atvikið.

Framherjinn 32 ára gæti því verið í liði Cardiff er liðið mætir nýliðum Hull í dag.

Stærsta fréttin í ítalska boltanum er líklega endurkoma Kaká til AC Milan.

Brasilíska miðjumaðurinn hélt frá Milan til Real Madrid fyrir fjórum árum en náði sér aldrei á strik með þeim spænsku. Leikmaðurinn skrifaði undir tveggja ára samning við Milanóliðið.

Það er því spurning hvort þær 630 milljónir punda eða þeir 118 milljarðar íslenskra króna borgi sig, en það er upphæðin sem ensk félög eyddu í leikmenn í sumarglugganum í ár. Standa menn undir nafni á frumsýningarhelgi? stefanp@365.is



Á FRÁLSRI SÖLU

SAMUEL ETO'O Vill vinna aftur með Jose Mourinho.



11.45 Man. Utd - Crystal Palace

Sport 2

14.00 Fulham - WBA

Sport

14.00 Sunderland - Arsenal

Sport 2

14.00 Hull - Cardiff

Sport 3

14.00 Tottenham - Norwich

Sport 4

14.00 Stoke - Manchester City

Sport 5

14.00 Aston Villa - Newcastle

Sport 6

16.30 Everton - Chelsea

Sport 6

18.00 Barcelona - Sevilla

Sport

20.00 Villareal - Real Madrid

Sport 3

20.00 Euro Fight Night

Sport

01.00 Mayweather - Canelo Alvarez

Sport

Sunnudagur

13.00 Stjarnan - Breiðablik

Sport

15.00 Southampton - West Ham

Sport 2

17.00 KR - Fylkir

Sport

15.05 Magdeburg - Fuchse Berlin

Sport

30 ára afmælissýning Ferðaklúbbsins 4x4



Í Fífunni Kópavogi dagana 13. - 15. sept. 2013

Breyttir jeppar og kynning á starfsemi klúbbsins

Opnunartími:

Föstudaginn 13. sept. kl. 18:00 - 22:00

Laugardaginn 14. sept. kl. 12:00 - 20:00

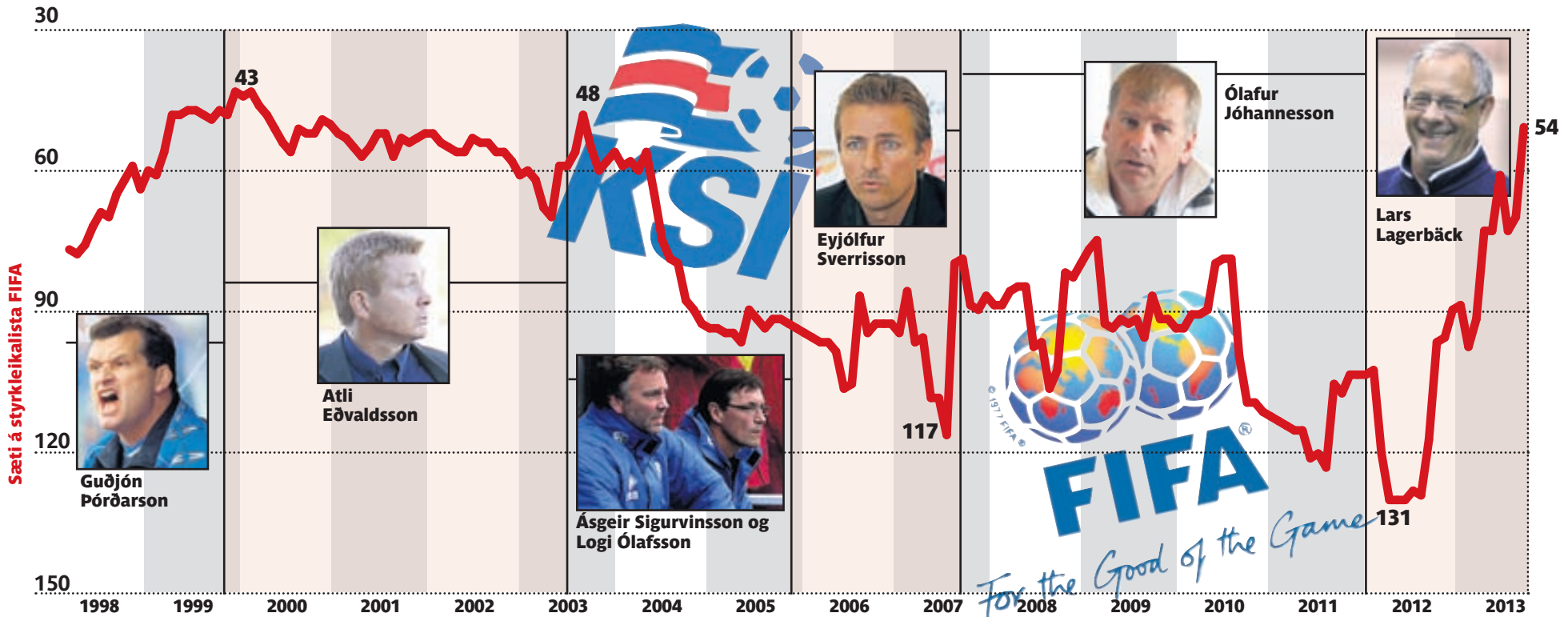
Sunnudaginn 15. sept. kl. 12:00 - 20:00

Aðgangseyrir 1000 kr. / Helgarpassi 1500 kr.

Frítt fyrir 14 ára og yngri (í fylgd með fullorðnum)



ÍSLAND Á STYRKLEIKALISTA FIFA



FLOTTUR Ásgeir stýrir hér Fram á sínum tíma. MYND/BRYNJAR GAUTI

Ásgeir fór hæst allra

Ásgeir Elíasson fór með Ísland í 37. sæti FIFA-listans.

FÓTBOLTI Íslenska landsliðið hefur farið um víðan völl á styrkleikalista FIFA. Botninum var náð í apríl á síðasta ári er liðið fór í 131. sæti og sat þar samfellt í þrjá mánuði.

Ísland hefur hæst farið í 37. sæti á listanum. Það gerðist í septembermánuði bæði 1994 og 1995.

Þá var við stjórnvölinn Ásgeir Elíasson, en hann stýrði lands-

liðinu frá september 1991 og fram í september 1995. Hann skilaði liðinu af sér í sínu besta sæti. Eftir það fór Ísland aftur að hrapa á listanum.

Undir stjórn Ásgeirs náði Ísland mörgum eftirminnilegum úrslitum. Þau bestu voru líklega 2-0 sigur á mjög sterku liði Spánverja á Laugardalsvælinum. -hbg



Á UPPLÉIÐ Lars Lagerbäck er á hárréttri leið með íslenska landsliðið. Hann er í ítarlegu viðtali á blaðsíðu 26. FRÉTTABLAÐIÐ/PIJETUR

Eftir höfðinu dansa limirnir

Íslenska landsliðið er á fleygiferð upp styrkleikalista FIFA undir stjórn Svíans Lars Lagerbäck. Ferskir straumar og faglegru vinnubrögð fylgja þjálfaranum.

FÓTBOLTI Eftir mörg ár af lélegum úrslitum og enn leiðinlegri fótbolta er aftur orðið gaman að fylgjast með íslenska karlalandsliðinu.

Það er farið að spila almennilegan fótbolta og er þess utan að ná góðum úrslitum. Landinn virtist að mestu orðinn þreyttur á liðinu en viðhorfsbreytingin sést kannski best í því að nánast er uppselt, er þetta er ritað, á landsleik gegn Kýpur mánuði fyrir leik.

Ísland náði frábærum úrslitum í síðustu tveimur leikjum sínum og hefur örlogin í sínum höndum. Umspil um laust sæti á HM er raunverulegur möguleiki.

Ísland er komið í 54. sæti FIFA-listans og stefnir enn hærra. Að fikra sig upp þennan lista skiptir gríðarlega miklu máli því eftir honum er farið er raðað er niður í styrkleikaflokka fyrir stórmót. Síðustu stökk munu gera það að verkum að Ísland færir upp um styrkleikaflokk fyrir næsta stórmót, sem er EM. Á það mót stefna allir leynt og ljóst enda verður þátttökuþjóðum fjölgað á næsta móti.

Styrkleikalisti FIFA er stigalisti sem tekur mið af úrslitum landsliðs síðustu fjögur ár. Nýjustu úrslit vega þó meira en gömlu.

Þar sem Lars tók við í janúar árið 2012 verður staða Íslands eingöngu undir hans stjórn ekki ljós fyrir en í janúar árið 2016.

Slæmt gengi liðsins undir stjórn

Ólafs Jóhannessonar gerði það að verkum að liðið féll alla leið niður í 131. sæti fljótlega eftir að Svíinn tók við. Síðan hefur leiðin legið upp á við og ef að líkum lætur á landslið Lagerbäck eftir að ógna meti landsliðs Ásgeirs Elíassonar, sem fór upp í 37. sæti listans.

Landsliðið var á árum áður gagnrýnt fyrir margt, þar á meðal áhugaleysi, agaleysi og lélegan undirbúning.

Þó svo að leikmennirnir sem við eigum í dag séu betri en oft áður er ekki sjálfgefið að liðið nái þeim árangri sem það er að ná núna. Til þess að slíkur árangur náist þarf margt annað en geta leikmanna að vera í lagi.

Stjórnunin er þar líklega efst á blaði því eftir höfðinu dansa limirnir. Lagerbäck predikaði strax í upphafi að agi væri forsenda árangurs. Þar hefur hann tekið til eins og á öðrum sviðum.

Ummæli leikmanna um þann mun sem er á umgjörð og undirbúningi er líklega besti vitnisburðurinn um þau framfaraskref sem hafa verið tekin hjá landsliðinu. Skref sem voru löngu tímabær og hefði mátt taka fyrir.

Þetta lið er enn ungt að aldri og er aðeins að taka fyrstu skrefin í rétta átt. Með sama áframhaldi verður þetta lið komið á stórmót áður en langt um liður.

henry@frettabladid.is



ÁSKORUN TIL ALÞINGIS

Miðstjórn Rafiðnaðarsambands Íslands skorar á Alþingi að taka höndum saman og stuðla að raunverulegum stöðugleika í íslensku efnahagslífi.

Í komandi kjarasamningum liggur fyrir að nauðsynlegt verður að hækka laun til samræmis við verðbólgu hið minnsta. Auk þess þarf að leiðrétta laun rafiðnaðarmanna sem dregist hafa aftur úr á undanförunum árum. Stefni stjórnvöld að því að ná fram þjóðarsátt verður það ekki gert nema með fullri samvinnu við aðila vinnumarkaðarins.

Stöðugleiki verður ekki í íslensku efnahagslífi né á íslenskum vinnumarkaði fyrr en tekist hefur að ná tökum á íslensku krónunni.

Tryggja þarf stöðugleika hennar og mynda grunn til raunhæfrar styrkingar landsmönnum öllum til hagsbóta.

Rafiðnaðarmenn munu ekki sætta sig við minni kaupmátt launa!



RAFIÐNAÐARSAMBAND ÍSLANDS
Stórhöfða 31, www.rafis.is

PHILIPS HÁGÆÐA TÖLVUSKJÁIR

50.000 KRÓNA AFSLÁTTUR!

27" Philips skjár fyrir grafiska hönnun, myndvinnslu eða CAD teikniforrit. Einstök litadýpt með PLS Quad HD CrystalClear tækni. 2560x1440 punkta upplausn, hátalarar í skjá og 2MP vefmyndavél. MultiView til að tengja tvö tæki inn á skjáinn samtímis.

Afslátturinn gildir aðeins í nokkra daga eða meðan birgðir endast.

119.990

ÁÐUR KR. 169.990



PHS-272C4QPJKAB



PHS-221S3UCB

USB SKJÁR

Hinn fullkomni aukaskjár fyrir fartölvur. Tengist eingöngu með USB, þarf ekki rafmagnssnúru. Standur kemur með skjánum og notar hann einungis 9W.

29.990



PHS-239C4QHSB

23" IPS LED SKJÁR

Örþunnur og glæsilegur skjár. IPS panel fyrir víðari sjónarhorn og betri liti. HDMI tengi fyrir háskerpugæði og snertihappar fyrir stýringar.

36.990



PHS-246V5LSB

VINSÆLI 24" KOMINN AFTUR

24" LED Full HD skjár með 10.000.000:1 skerpuhlutfall og 5ms svartíma. Tekur bæði VGA og DVI merki. Mjög orkuvænn.

34.990

PHILIPS

Að velja vandaðan skjá skiptir miklu máli til að fullnýta möguleika tölvunnar. Góður skjár skilar ljósmyndunum þínum og myndböndum í bestu gæðum. Philips eru heimspektir fyrir vandaða skjái og sjónvörp. Þeir eru glæsilega hannaðir og hafa reynst viðskiptavinum okkar mjög vel. Gæði sem borga sig.

tl.is

TÖLVU LISTINN

OPIÐ

Virka daga 10-18
Laugardaga 11-16



REYKJAVÍK
SUÐURLANDSBRAUT 26
Sími 414 1700

AKUREYRI
GLERÁRGÖTU 30
Sími 414 1730

EGILSSTAÐIR
KAUPVANGI 6
Sími 414 1735

KEFLAVÍK
HAFNARGÖTU 90
Sími 414 1740

SELFÖSS
AUSTURVEGI 34
Sími 414 1745

HAFNARFJÖRÐUR
REYKJAVÍKURVEGI 66
Sími 414 1750

SUNNUDAGUR

Stöð 2 kl 19.40 Sjálfstætt fólk

Jón Ársæll Þórðarson kann listina að nálgast viðmælanda sinn og hér heldur hann áfram að taka hús á áhugaverðum Íslendingum sem hafa sögur að segja.



Í KVÖLD



Boardwalk Empire

STÖÐ 2 KL. 22.20 Fjórða þáttaröð af þessari margverðlaunuðu seríu sem skartar Steve Buscemi í hlutverki stórkallsins Nucky Thompson, sem réði lögum og lofum í Atlantic City á bannárunum snemma á síðustu öld.

TV.COM 8,5 **IMDb** 8,7



Ísþjóðin

SJÓNVARPIÐ KL. 19.40 Þáttaröð um ungt og áhugavert fólk. Ragnhildur Steinunn Jónsdóttir heimsækir vísindamanninn Kára Helgason í Goddard-geimrannsóknarstöð NASA í Maryland í Bandaríkjunum. Þar fæst Kári við rannsóknir á uppruna fyrstu vetrarbrauta alheimsins en hlaut, fyrstur Evrópubúa, verðlaunastyrk frá Goddard-stöðinni fyrir störf sín.



Málið

SKJÁR EINN KL. 22.45 Hárbeittir fréttaskýringarþættir frá Sólva Tryggvasoni þar sem hann brýtur viðfangsefni til mergjar. Í þessum fyrsta þætti verður fjallað um alkóhólisma og fylgst með sambandi móður, sem er drykkjusjúklingur, við son sinn.

TV.COM 7,5 **IMDb** 7,4

Rás 2 kl 11.02

Nei hættu nú alveg

Spurninga- og skemmtipátturinn Nei hættu nú alveg í umsjá Vilhelms Antons Jónssonar er á dagskrá á sunnudagsmorgnum milli klukkan 11 og 12. Tvö lið keppa undir stjórn tveggja sérvalinna fyrirliðanna, sem fá til sín skemmtilegt og skrítið fólk.



Gámasala! Sófasett ÖRFÁ SETT EFTIR



Topp
Grade
Leður



Brúnt
Svart
Hvítt



3+2+1
3+1+1

Verð **299.000** Settið
FRI HEIMSENDING

Höfðabakka 9
(Bakvið Ruby Tuesday)

Sími: 864-8685

Opið Virka
daga kl 17-19
laugardaga - sunnudaga
kl 13-17

STÖÐ 2

- 07.00 Strumparnir
- 07.25 Hello Kitty
- 07.35 Kalli kanína og félagar hans
- 07.55 UKI
- 08.00 Algjör Sveppi
- 10.15 Batman
- 12.00 Nágrannar
- 12.20 Nágrannar
- 12.40 Nágrannar
- 13.00 Nágrannar
- 13.20 Nágrannar
- 13.45 Veistu hver ég var?
- 14.25 Beint frá messa
- 15.10 Go On (7:22)
- 15.45 Hið blómlega bú
- 16.20 Broadchurch (5:8)
- 17.35 60 mínútur
- 18.23 Veður
- 18.30 Fréttir
- 18.55 Sportpakinn (3:30)
- 19.10 Næturvaktin
- 19.40 Sjálfstætt fólk (2:15)
- 20.15 Ástríður (1:10)
- 20.45 Rizzoli and Isles (15:15)
- 21.30 Broadchurch (6:8)
- 22.20 Boardwalk Empire (1:12)
- 23.15 60 mínútur
- 00.00 The Daily Show: Global Edition (28:41)
- 00.25 Suits (7:16)
- 01.10 Nashville
- 01.55 The Newsroom
- 02.50 The Untold History of The United States
- 03.50 Benny and Joon
- 05.25 Fréttir

SPORT besta sætið

- 11.10 Barcelona - Sevilla
- 12.50 Stjarnan - Breiðablik Bein útsending
- 15.05 Þýski handboltinn: Magdeburg - Fühse Berlin Bein útsending
- 16.45 KR - Fylkir Bein útsending
- 19.00 Meistaradeild Evrópu - fréttapáttur
- 19.30 Samsung Unglingaevnigið 2013 Síndar svipmyndir frá Unglingaevniginu í Mosfellsbæ þar sem efnilegustu kylfingar landsins tóku þátt.
- 20.20 Þýski handboltinn: Magdeburg - Fühse Berlin
- 21.40 Villarreal - Real Madrid
- 23.20 Pepsi-mörkin 2013
- 00.35 KR - Fylkir

SPORT 2 enski boltinn

- 09.50 Aston Villa - Newcastle
- 11.30 Stoke - Man. City
- 13.10 Hull - Cardiff
- 14.50 Southampton - West Ham Bein útsending
- 17.00 Sunderland - Arsenal
- 18.40 Man. Utd - Crystal Palace
- 20.20 Everton - Chelsea
- 22.00 Southampton - West Ham
- 23.40 Tottenham - Norwich

INN

- 14.00 Frumkvöðlar 14.30 Iceswise 15.00 Eldhús meistaranna 15.30 Græðlingur 16.00 Hrafnáþing 17.00 Stjórnarráðið 17.30 Skuggaráðuneytið 18.00 Björn Bjarnason 18.30 Tölvur, tækni og kennsla 19.00 Veðið og Bender 19.30 Á ferð og flugi 20.00 Hrafnáþing 21.00 Auðlindakistan 21.30 Fiskikóngurinn 22.00 Hrafnáþing 23.00 Moting 23.30 Eldað með Holta

ÚTVARP

FM 88,5 XA-Radíó
FM 90,1 Rás 2

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

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

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

FM 102,2 Útv. Latibær
FM 102,9 Lindin
FM 105,5 Útvarp Boðun

STÖÐ 3

- 15.50 The Lying Game
- 16.35 Celebrity Apprentice
- 18.00 It's Love, Actually (1:10)
- 18.20 Mindy Project (1:24)
- 18.45 Mad
- 19.00 The Amazing Race (2:12)
- 19.45 Offspring (1:13)
- 20.35 The Vampire Diaries (2:22)
- 21.15 Zero Hour (2:13)
- 22.00 Graceland (1:13)
- 22.45 Justified (1:13)
- 23.40 The Amazing Race
- 00.25 Offspring
- 01.10 The Vampire Diaries
- 01.55 Zero Hour
- 02.40 Tónlistarmyndbönd

Krakkar

- 07.00 Könnuðurinn Dóra 07.24 Svampur Sveinsson 07.46 Elías 08.00 Áfram Diego, áfram! 08.24 Mörgæsirnar frá Madagaskar 08.46 Doddi litli og Eyrnastór 08.55 Rasmus Klumpur og félagar 09.00 Latibær 09.24 Strumparnir 09.49 Hvellur keppnisbíll 10.00 Lukku láki 10.24 Ofurhundurinn Krypto 10.46 Skoppa og Skríttla 11.00 Könnuðurinn Dóra 11.24 Svampur Sveinsson 11.46 Elías 12.00 Áfram Diego, áfram! 12.24 Mörgæsirnar frá Madagaskar 12.46 Doddi litli og Eyrnastór 12.55 Rasmus Klumpur og félagar 13.00 Latibær 13.24 Strumparnir 13.49 Hvellur keppnisbíll 14.00 Lukku láki 14.24 Ofurhundurinn Krypto 14.46 Skoppa og Skríttla 15.00 Könnuðurinn Dóra 15.24 Svampur Sveinsson 15.46 Elías 16.00 Áfram Diego, áfram! 16.24 Mörgæsirnar frá Madagaskar 16.46 Doddi litli og Eyrnastór 16.55 Rasmus Klumpur og félagar 17.00 Latibær 17.24 Strumparnir 17.49 Hvellur keppnisbíll 18.00 Lukku láki 18.24 Ofurhundurinn Krypto 18.46 Skoppa og Skríttla 19.00 Fjölskyldubíó. Ice Age.

GULL

- 17.55 Strákarnir
- 18.25 Friends (2:24)
- 18.45 Seinfeld (5:13)
- 19.10 The Big Bang Theory (5:23)
- 19.35 Modern Family
- 20.00 Viltu vinna milljón? Vandaður spurningapáttur frá árinu 2002, stjórnandi er Þorsteinn J.
- 20.50 Men in Trees (12:19)
- 21.35 Grey's Anatomy
- 22.20 Lois and Clark (12:22)
- 23.05 Viltu vinna milljón?
- 23.55 Men in Trees
- 00.40 Grey's Anatomy
- 01.25 Lois and Clark
- 02.10 Tónlistarmyndbönd

BÍÓ

- 07.35 Life
- 09.20 A League of Their Own
- 11.25 The River Why
- 13.10 Bowfinger
- 14.45 Life
- 16.30 A League of Their Own
- 18.35 The River Why
- 20.20 Bowfinger
- 22.00 127 Hours
- 23.35 The Grey
- 01.30 From Paris With Love
- 03.00 127 Hours

RÚV

- 08.00 Morgunstundin okkar
- 10.25 Ævintýri Merlins (3:13)
- 11.10 Ísþjóðin með Ragnhildi Steinunni (2:6)
- 11.40 Hljómskálinn (2:4) (Djass)
- 12.10 Attenborough - 60 ár í náttúrunni - Að skilja náttúruna (2:3)
- 13.05 Undur lífsins - Stærðin skiptir máli (1:5)
- 14.00 Dagsbrún
- 14.20 Nýjar kvennasögur (Bok-programmet. De nye dameromaner) Norskur bókmenntapáttur.
- 14.50 Mótorsystur (9:10) (Motorsysterar)
- 15.10 Mótókross
- 15.40 Grimm (Bully)
- 17.20 Tákn málsfréttir
- 17.30 Poppý kisló (28:52)
- 17.40 Teitur (39:52)
- 17.50 Kólabræður (3:13)
- 18.00 Stundin okkar (17:31)
- 18.25 Basl er búskapur (2:10)
- 19.00 Fréttir
- 19.30 Veðurfréttir
- 19.40 Ísþjóðin með Ragnhildi Steinunni (3:6)
- 20.10 Útúrdúr
- 20.55 Hálfbróðirinn (3:8) (Halvbrøren) Norskur myndaflokkur byggður á sögu eftir Lars Saabye Christensen sem hlaut Bókmenntaverðlaun Norðurlandaráðs fyrir hana.
- 21.45 Fuglasöngur (2:2) (Birdsong) Bresk sjónvarpsmynd í tveimur hlutum byggð á skáldsögu eftir Sebastian Faulks.
- 23.10 Skassið tamið (The Taming of the Shrew) Bíómynd frá 1967 byggð á leikriti Williams Shakespeare.
- 01.05 Útvarpsfréttir í dagskrárlök

SKJÁREINN

- 06.00 Pepsi MAX tónlist
- 11.05 Dr. Phil
- 11.50 Dr. Phil
- 12.35 Kitchen Nightmares (5:17)
- 13.25 Secret Street Crew (2:6)
- 14.15 Men at Work (9:10)
- 14.40 Rules of Engagement (4:13)
- 15.05 Happy Endings (3:22)
- 15.30 Parks & Recreation (3:22)
- 15.55 Bachelor Pad (1:7)
- 17.55 Rookie Blue (5:13)
- 18.45 Monroe (6:6) Bresk þáttaröð sem naut mikilla vinsælda og fjallar um tauga-skurðlækninn Gabriel Monroe.
- 19.35 Judging Amy (5:24)
- 20.20 Top Gear (2:6)
- 21.15 Law & Order. Special Victims Unit (3:23)
- 22.00 Leverage - LOKAPÁTTUR (16:16) Bandarísk þáttaröð um Nate Ford og félag hans í þjófagengi sem reyna bara þá ríku og valdamiklu sem niðast á minni-máttar.
- 22.45 Málið (1:12) Hárbeittir fréttaskýringarþættir frá Sólva Tryggvasoni þar sem hann brýtur viðfangsefni til mergjar.
- 23.15 House of Lies (12:12)
- 23.45 Flashpoint (13:18)
- 00.30 Leverage
- 01.15 Excused
- 01.40 Pepsi MAX tónlist

SKJÁRGOLF

- 06.00 Eurosport 11.00 BMW Championship 2013 16.00 BMW Championship 2013 22.00 BMW Championship 2013 03.30 Eurosport

ego dekor

ARMANDO tungusófi

Stærð: 311x173cm

Verð: 249.000,-

Útsöluverð: 199.200,-



-20%

BORÐSTOFUBORÐ Hnota

Stærð: 180x100cm

Verð: 99.900,-

Útsöluverð: 69.930,-



-30%



-30%

TOLEDO 3ja sæta og skemill

Breidd á sófa: 200cm

Verð: 185.000,-

Útsöluverð: 129.500,-



-25%

MALMO Tungusófi

Stærð: 230x158cm. Færanleg tunga

Verð: 185.000,-

Útsöluverð: 138.750,-

ÚTSÖLULOK 20 - 50% AFSLÁTTUR



-20%

AMBER Tungusófi

Stærð: 290x165cm

Verð: 237.000,-

Útsöluverð: 189.600,-



-20%

SKENKUR Hnota

Breidd: 170cm Verð: 139.900,-

Útsöluverð: 111.920,-



-25%

ORION Tungusófi

Stærð: 300x180cm

Verð: 255.000,-

Útsöluverð: 191.250,-



-50%

GLENMORE TV skenkur

Hvitt /hnota Breidd: 180cm

Verð: 108.000,-

Útsöluverð: 54.000,-



-25%

-25%

-20%

LEON Stóll

Útsöluverð: 12.675,-

PEDRO Armstóll

Útsöluverð: 39.920,-

TWIST Stóll

Útsöluverð: 13.425,-



-25%

FLAMINGO Tungusófi

Stærð: 275x191cm

Verð: 253.000,-

Útsöluverð: 189.750,-

Opið mán-fös: 10:00 - 18.00

Opið um helgina: Lau 10.00-16.00 - Sun 13.00-16.00

Ego Dekor - Bæjarlind 12
S: 5444420 - www.egodekor.is

LAUGARDAGUR

Christian Bale

„Leikari ætti aldrei að gnæfa yfir kvikmyndina sem hann leikur í. Ég hóf ferilinn án aðdáenda.“

Christian Bale leikur aðalhlutverk í spennumyndinni *The Dark Knight Rises* sem sýnd er á Stöð 2 klukkan 23.00 í kvöld.



Á hvað ertu að horfa?

FRÍÐGEIR BERGSTEINSSON SKIPULEGGJANDI PÚ GETUR TÓNLEIKANNA

Ég hef lítinn tíma til að horfa á sjónvarp og horfi því ekkert svo mikið á sjónvarp. Þegar ég horfi á sjónvarp, þá horfi ég helst á íþróttabætti eða gamanbætti. Einnig hef ég gaman af fræðsluþáttum.“



STÖÐ 2 SPORT



1 Sunnudagsmessan Mér finnst þessi þáttur mjög góður vegna þess að ég hef mikinn áhuga á fótbolta. Mér finnst Gummi Ben einstaklega skemmtilegur í þáttunum.

SKJÁREINN



2 Málið Mér finnst þessi þættir mjög fræðandi, forvitnilegir og vel gerðir. Mér þykir Sölvi einstaklega góður sjónvarpsmaður og koma vel fyrir.

STÖÐ 2 SPORT



3 Pepsi-mörkin Ég hef gríðarlega mikinn áhuga á fótbolta. Þeir eru fræðandi og skemmtilegir í senn og innlifun stjórnmendanna er líka virkilega skemmtileg.

Rás 2 kl. 16.05 Árið er

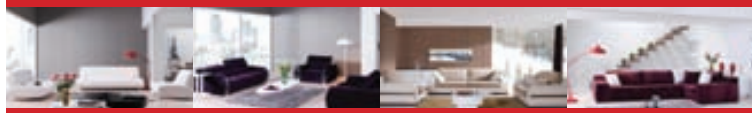
Í þáttunum eru helstu straumar og stefnur í íslenski tónlist til umfjöllunar og eitt ár tekið fyrir í einu. Í viku hverri verður spólað eitt ár fram í tímann, byrjað árið 1983 á upphafsári Rásar 2 og endað á árinu 2012. Rykið verður dustað af gömlum upptökum úr safni Rásar 2, auk þess sem boðið verður upp á ný viðtöl við tónlistarmenn og þá gömlu góðu daga.



Ítölsk hönnun hágæða sófasett



Kynningarverð



LAGERHREINSUN Á ARINELDSTÆÐUM



EINUNGIS 3 VERÐI!
19.900,-
29.900,-
39.900,-

Frí heimsending á hjónarúmum eða tökum gamla rúmið upp í nýtt!



20-50%
AFSLÁTTUR AF ÖLLUM HEILSURÚMUM

FAGLEG RÁÐGJÖF OG FRÍ LEGUGREINING

Komdu í heimsókn, prófaðu legugreininguna, og fátú faglega ráðgjöf um val á heilsudýnum, án skuldbindinga!

SÉRHÆFUM OKKUR Í SMÍÐI Á HEILSURÚMUM

Smíðuvegi 2 (við hliðina á Bónus)
Kópavogi · Sími 544 2121

Opið virka daga frá kl. 10-18
laugardaga kl. 11-16 · www.rumgott.is



STÖÐ 2

- 07.00 Strumparnir
- 07.25 Villingarnir
- 07.50 Hello Kitty
- 08.00 Algjör Sveppi
- 10.15 Young Justice
- 10.35 Big Time Rush
- 12.00 Bold and the Beautiful
- 13.45 Heimsókn
- 14.05 Um land allt
- 14.35 The Middle (6:24)
- 15.00 ET Weekend
- 15.45 Íslenski listinn
- 16.15 Sjáðu
- 16.45 Pepsi-mörkin
- 18.00 Ávaxtakarfan
- 18.23 Veður
- 18.30 Fréttir
- 18.50 Íþróttir
- 18.55 Ísland í dag - helgarúrval
- 19.10 Lottó
- 19.20 Næturvaktin Íslensk þáttaröð með Jóni Gnarr og Péttri Jóhanni Sigfússyni í aðalhlutverkum. (5:12)
- 19.50 Beint frá messa Tónleikaröð í umsjá Bubba Morthens þar sem valinkunnir tónlistarmenn halda tónleika í messa skipa.
- 20.30 Veistu hver ég var?
- 21.10 The Magic of Bell Isle Skemmtileg mynd með Morgan Freeman í aðalhlutverki.
- 23.00 Dark Knight Rises
- 01.40 Red
- 03.25 Hot Tub Time Machine
- 05.05 Heights

SPORT

- 08.35 Stjarnan - Þór
- 10.15 Pepsi-mörkin
- 11.30 La Liga Report
- 12.05 Úkraína - England
- 13.50 Fulham - WBA Bein útsending
- 15.55 Noregur - Sviss
- 17.50 Barcelona - Sevilla Bein útsending
- 20.00 Euro Fight Night Bein útsending
- 21.00 Villarreal - Real Madrid Bein útsending
- 21.55 Þýski handboltinn: Füchse Berlin - Göppingen
- 23.20 Meistaradeild Evrópu - fréttaþáttur
- 23.50 Euro Fight Night
- 01.00 Floyd Mayweather - Canelo Alvarez Bein útsending

SPORT 2

- 10.35 Match Pack
- 11.05 Enska úrvalsdeildin - upphitun
- 11.35 Man. Utd - Crystal Palace Bein útsending
- 13.50 Sunderland - Arsenal Bein útsending
- 16.20 Everton - Chelsea Bein útsending
- 18.35 Hull - Cardiff
- 20.15 Tottenham - Norwich
- 21.55 Stoke - Man. City
- 23.35 Aston Villa - Newcastle

INN

- 17.00 Motoring 17.30 Eldað með Holta 18.00 Hrafnáping 19.00 Motoring 19.30 Eldað með Holta 20.00 Hrafnáping 21.00 Stjórarráðið 21.30 Skuggaráðuneytið 22.00 Björn Bjarnason 22.30 Tölvur, tækni og kennsla. 23.00 Veiðin og Bender 23.30 Á ferð og flugi 00.00 Hrafnáping

ÚTVARP

FM 88,5 XA-Radíó
FM 90,1 Rás 2

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

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

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

FM 102,2 Útv. Latibær
FM 102,9 Lindin
FM 105,5 Útvarp Boðun

STÖÐ 3

- 13.35 The X-Factor US (1:26)
- 15.40 The Lying Game (19:20)
- 16.20 The Amazing Race (1:12)
- 17.10 Offspring
- 18.35 The Cleveland Show (1:21)
- 19.00 Jamie's American Road Trip (2:6)
- 19.50 Raising Hope (2:22)
- 20.10 Don't Trust the B*** in Apt 23 (2:7)
- 20.35 Cougar Town (2:15)
- 20.55 Golden Boy (1:13)
- 21.40 Machine Gun Preacher
- 23.45 The Vampire Diaries (1:22)
- 00.30 Zero Hour
- 01.15 Raising Hope
- 01.35 Don't Trust the B*** in Apt 23
- 02.00 Cougar Town
- 02.20 Golden Boy
- 03.05 Tónlistarmyndbönd

Krakkar

- 07.00 Könnuðurinn Dóra 07.24 Áfram Diego, áfram! 08.00 Svampur Sveinsson 08.22 Mörgæsirnar frá Madagaskar 08.44 Doddi litli og Eyrnastór 08.55 Rasmus Klumpur og félagar 09.00 Latibær 09.24 Strumparnir 09.49 Hvellur keppnisbíll 10.00 Lukku láki 10.24 Ofurhundurinn Krypto 10.46 Skoppa og Skríttla 11.00 Könnuðurinn Dóra 11.24 Áfram Diego, áfram! 11.48 Elías 12.00 Svampur Sveinsson 12.22 Mörgæsirnar frá Madagaskar 12.44 Doddi litli og Eyrnastór 12.55 Rasmus Klumpur og félagar 13.00 Latibær 13.24 Strumparnir 13.49 Hvellur keppnisbíll 14.00 Lukku láki 14.24 Ofurhundurinn Krypto 14.46 Skoppa og Skríttla 15.00 Könnuðurinn Dóra 15.24 Áfram Diego, áfram! 16.00 Svampur Sveinsson 16.22 Mörgæsirnar frá Madagaskar 16.44 Doddi litli og Eyrnastór 16.55 Rasmus Klumpur og félagar 17.00 Latibær 17.24 Strumparnir 17.49 Hvellur keppnisbíll 18.00 Lukku láki 18.24 Ofurhundurinn Krypto 18.46 Skoppa og Skríttla 19.00 Latabæjarhátíð í Höllinni

GULL

- 17.55 Strákarnir
- 18.25 Friends (2:24)
- 18.45 Seinfeld (4:13)
- 19.10 The Big Bang Theory (1:23)
- 19.35 Modern Family
- 20.00 KF Nörd Mikið hefur verið lagt á Nördana í undanförunum þáttum og þegar þannig ber undir þurfa menn að fá hvíld til þess að hlaða rafhlöðurnar.
- 20.40 Pressa (6:6) Rammíslensk spennuþáttaröð í sex hlutum eftir Óskar Jónasson og Sigurjón Kjartansson.
- 21.25 Entourage (5:12)
- 21.55 Fringe (13:20)
- 22.45 KF Nörd
- 23.25 Pressa (6:6)
- 00.10 Entourage (5:12)
- 00.40 Fringe
- 01.30 Tónlistarmyndbönd

BÍÓ

- 08.30 Muppets
- 10.05 Soul Surfer
- 11.50 The Big Year
- 13.30 The Adjustment
- 15.15 Muppets
- 16.50 Soul Surfer
- 18.35 The Big Year
- 20.15 The Adjustment Bureau
- 22.00 The Cold Light of Day
- 23.35 The Extra Man
- 01.20 Lethal Weapon
- 03.15 The Cold Light of Day

RÚV

- 08.00 Morgunstundin okkar
- 08.01 Tilly og vinir (38:52)
- 08.12 Háværa ljónið Urri (13:52)
- 08.23 Sebbi (25:52)
- 08.34 Úmísúmí
- 08.57 Abba-labba-lá (6:52)
- 09.10 Litli Prinsinn (19:27)
- 09.33 Kung Fu Panda - Goðsagnir frábærleikans (22:26)
- 09.56 Robbi og Skrímsli (1:26)
- 10.19 Skúli skelfir (24:26)
- 10.30 Útvarp (Akureyri - Reykjavík)
- 11.35 360 gráður (16:30)
- 11.55 Með okkar augum (4:6)
- 12.20 Kastljós
- 12.45 Mótorsport (3:3)
- 13.15 Kiljan
- 14.00 Stofnfruman og leyndardómar hennar Heimildamynd eftir Elínu Hirst og Ásvald Kristjánsson.
- 14.50 Af hverju fátækt? - Afríka arðrænd (Why Poverty? Stealing Africa)
- 15.45 Poppunktur 2009 (13:16) (Ljótú hálfvitarnir - Sigur Rós)
- 16.30 Snúid líf Elvu Elva Dögg Gunnarsdóttir er með versta tilfelli Tourette-heilkennis sem læknir hennar hefur nokkru sinni séð.
- 17.30 Tákn málsfréttir
- 17.40 Bombubyrgið (2:26) (Blast Lab)
- 18.10 Ástin gripur unglinginn (75:85) (The Secret Life of the American Teenager V)
- 18.54 Lottó
- 19.00 Fréttir
- 19.30 Veðurfréttir
- 19.40 Ævintýri Merlins (3:13) (The Adventures of Merlin V)
- 20.30 Hljómskálinn (Djass)
- 21.05 Hraðfréttir Benedikt og Fannar líta yfir atburði liðinnar viku.
- 21.15 Indiana Jones og Dómsdagsmusterið (Indiana Jones and the Temple of Doom)
- 23.15 Gott ár (A Good Year)
- 01.10 Fundið fé (Snabba Cash)
- 03.10 Útvarpsfréttir í dagskrárlok

SKJÁREINN

- 06.00 Pepsi MAX tónlist
- 11.20 Dr. Phil
- 12.05 Dr. Phil
- 12.50 Dr. Phil
- 13.35 Gordon Ramsay Ultimate Cookery Course (5:20)
- 14.05 Gordon Behind Bars (1:4)
- 14.55 Design Star (1:13)
- 15.45 Judging Amy (4:24)
- 16.30 The Office (23:24)
- 16.55 Family Guy (21:22)
- 17.20 America's Next Top Model (1:13)
- 18.10 The Biggest Loser (12:19)
- 19.40 Secret Street Crew (2:6)
- 20.30 Bachelor Pad (1:7)
- 22.00 Kite Runner
- 00.05 Rookie Blue (5:13)
- 00.55 Men at Work (9:10)
- 01.20 Excused
- 01.45 Pepsi MAX tónlist

SKJÁRGOLF

- 06.00 Eurosport 11.50 BMW Championship 2013 14.50 THE PLAYERS Official Film 2011 15.40 Inside the PGA Tour 16.05 PGA Tour - Highlights 17.00 BMW Championship 2013 22.00 BMW Championship 2013 03.00 Eurosport



GTA 5 FRÍTT HEIM Á UNÐAN ÖÐRUM



**SPILAÐU
FYRIR
MIÐNÆTTI**

11.990

ÚTGÁFU-
DAGUR

17. september

GRAND THEFT AUTO 5

Einungis 100 leikir verða sendir heim kvöldið fyrir útgáfudag eða mánudagskvöldið **16. september milli kl. 22 og 24.** Fyrstir kaupa, fyrstir fá. Kaupendur verða að vera orðnir 18 ára.

**100 leikir
í forsölu.
Tryggðu þér
eintak!**

Brot af vöruúrvali okkar

6.490



Canon Powershot



Landnemarnir á CATAN

10.995



Playstation 3 Dual Shock 3 stýripinni

12.990

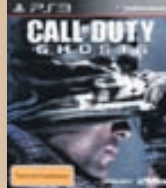
FORSALA



FIFA 14

13.490

FORSALA



COD Ghosts

64.900



Xbox 360 Slim

3.990



Garcinia Cambogia



SENDUM FRÍTT HEIM STRAX UM KVÖLDIÐ

innan höfuðborgarsvæðisins*

Risa vefverslun – aukin þjónusta



Frá því Heimkaup hóf göngu sína hafa mörg þúsund Íslendinga nýtt sér hversu þægilegt og fljótlegt er að versla á heimkaup.is, enda bjóðum við mikið úrval af vörum á frábæru verði.

Við sendum vöruna til þín frítt* hvert á land sem er og komum vörum til skila sama kvöld ef pantað er fyrir kl. 17. Við bjóðum viðskiptavinum líka velkomna í sýningarsal okkar í Turninum, Kópavogi þar sem hægt er að kaupa vörur á staðnum eða sækja vörur sem keyptar eru í vefversluninni.

*Sjá nánar um sendingarmöguleika og skilmála um heimsendingar á heimasíðunni, www.heimkaup.is

Smáratorgi 3 / 201 Kópavogi / 550 2700

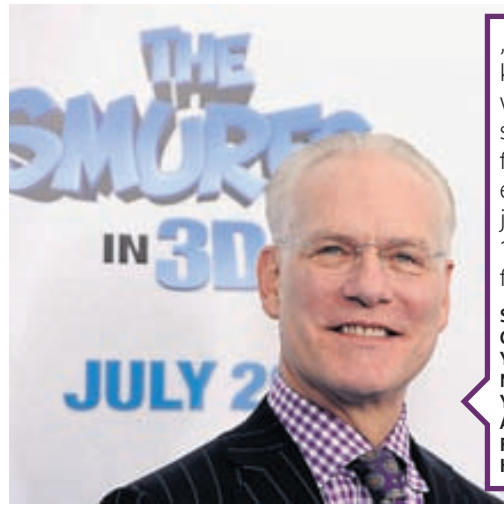
heimkaup.is



HEIMKAUP

LÍFLEGT Á OKTÓBERFEST

Hið árlega Októberfest hófst á fimmtudaginn og kemur til með að standa fram til kvöldsins í kvöld. Margir hafa lagt leið sína á hátíðina, enda mikið um dýrdir. Þá tróðu upp í opnunartíni hljómsveitirnar Dikta, Mammút, Kaleo, 1860, Einar Lövdahl og Snorri Helgason. Meðal gesta hátíðarinnar voru **María Rut Kristinsdóttir**, formaður Stúdentaráðs, Halldór Eldjárn og Agnes Björt Andradóttir í Sykri, Orri Freyr á X-inu, og Benedikt Vals-son og Fannar Sveinsson í Hraðfréttum. - ósk



„Þegar ég vinn með konum sem eru venjulegar, ekki fyrir-sætur, og fer með þær í fataverslanir, þá virðist ekki vera hægt að fá jafn flott föt í stærðum 12 og upp úr. Hversu fátallegt er það?“

STJÖRNUSTÍLISTINN TIM GUNN HNEYKSLAÐIST YFIR PVÍ AÐ KONUR SEM NOTA FATASTÆRÐ 12 OG YFIR EIGA ERFIÐARA MEÐ AÐ FINNA SÉR FALLEGAR FLÍKUR Í VIÐTALI VIÐ HUFFINGTON POST.

GLÆNÝTT LAG FRÁ EYPÓRI INGA

Eypór Ingi vinnur nú, ásamt hljómsveit sinni, hörðum höndum að því að klára plötu sem kemur út á næstu mánuðum. Fyrsta smáskífulagið af henni, Hárin rísa, kemur út í vikunni. Eypór Ingi og hljómsveit hans hafa eytt miklum tíma í hljóðverinu Geimsteini í Keflavík þar sem upptökur hafa farið fram undir stjórn Stefáns Arnar Gunnlaugssonar. - fb



ÖRLYGSMYND Í HÁSKÓBÍÓI

Heimildamynd Garðars Arnar Arnars-sonar um körfuboltamanninn Örlyg Aron Sturluson var tekin til almennra sýninga í Háskólabíói í gær. Sýningar standa yfir fram á mánudag og munu 10% af hverjum seldum miða renna í Minningarsjóð Ólla, sem hefur það að markmiði að styrkja börn sem minna mega sín á Íslandi til íþróttaiðkunar. Hinn stórefnilegi Örlygur var aðeins átján ára þegar hann lést af slysförum árið 2000, daginn eftir að hann spilaði í stjórnu-leik Körfuknattleikssambands Íslands. - fb



HLJÓMAR Í HÁLFA ÖLD Gunnar Þórðarson kemur fram með Hljómum á tónleikum. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA



SKIPULEGGUR DISKÓ Hildur Gunnlaugsdóttir er einn skipuleggjenda hjólaskautadiskósins í ár. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Mjög skrítið og erfitt að spila án Rúna Júl

Hljómar koma fram í fyrsta og líklega síðasta sinn án Rúnars Júlíussonar á 50 ára afmælistónleikum.

Á fimmtíu ára afmælistónleikum Hljóma í Hörpu 5. október koma Hljómar saman í fyrsta skipti eftir að Rúnar Júlíusson féll frá. „Rúnar var svo stór partur af hljómsveitinni, þetta á eftir að vera mjög skrítið og erfitt,“ segir Gunnar Þórðarson, tónskáld og meðlimur Hljóma, um fyrstu tónleikana án Rúnars. „Þetta verður líklega í síðasta skiptið sem við komum saman.“

Hljómar frá Keflavík eru ein vinsælasta hljómsveit Íslands-sögunnar. Fimmta október verða liðin nákvæmlega fimmtíu ár

síðan þeir stigu fyrst á svið. Það var í samkomuhúsinu Krossinum í Njaróvík 1963. „Ég man lítið eftir fyrstu tónleikum en Ólafur, maðurinn sem sá um samkomuhúsið lánaði okkur fyrir hljóðfærunum og við spiluðum upp í þau,“ segir Gunnar.

Meðlimir Hljóma munu spila nokkur lög á tónleikum í Eldborgarsal Hörpu en Júlíus Freyr Guðmundsson, sonur Rúnars, mun einnig koma fram með þeim. Viðburðafyrirtækið Dægurflugan stendur á bak við tónleikana. - glp

Hjólaskautadiskó haldið í Ráðhúsinu

Bílastæðakjallara Ráðhússins breytt í hjólaskautadiskó í september.

„Við erum á fullu að vinna í því að breyta bílastæðakjallaranum um þessar mundir,“ segir Hildur Gunnlaugsdóttir, arkitekt og umhverfisfræðingur hjá umhverfis- og skipulagsráði Reykjavíkurborgar. Hún er einn af skipuleggjendum hjólaskautadiskós í bíla-kjallara Ráðhússins. Viðburðurinn fer fram þann 20. september næstkomandi á milli klukkan 17 og 20.

„Þetta verður ofboðslega skemmtilegt. Þarna verður plötusnúður, Roller Derby-félag Íslands, sem koma einnig að skipulagningunni, og nemendur úr Lista-háskólanum ætla að setja upp diskókúlur og fleira,“ segir Hildur.

Í fyrra var fjórum bílastæðahúsum borgarinnar breytt í stofu, bíosal, útsýnispall og hjólaskautadiskó og gaf hið síðastnefnda góða raun.

„Hjólaskautadiskóið í fyrra var samt ekki jafn veglegt og það sem við sjáum fyrir okkur í ár,“ segir Hildur, létt í bragði. En það eru nemendur sem útskrifuðust úr arkitektúr úr Listaháskóla Íslands sem sjá um umgjörð og hönnun diskósins.

Uppátækið er kostað af Bílastæðasjóði. „Þeir eru hressir hjá Bílastæðasjóði. Það er auðvitað þeirra hags-



AF DISKÓ- INU Í FYRRA Hjólaskautadiskóið kemur til með að vera veglegra í ár en í fyrra. MYND/ANTON SVANUR GUÐ-MUNDSSON

munamál að fólki átti sig á því hvar bílastæðahúsinu eru, enda oft illa nýtt. Við hjá Reykjavíkurborg sem önn- umst skipulagninguna viljum líka að fólk gerir sér betur grein fyrir því hvað einkabíllinn tekur mikið pláss. Það er hægt að breyta bílastæðakjallara í heilt diskó!“ segir Hildur að lokum og bætir við: „Við ætlum líka að biðja fólk sem á hjólaskauta og vill gefa þá eða losa sig við þá að koma með þá í þjónustuverið hjá okkur í Borgartúni 12-14 eða í móttökuna í Ráðhúsinu.“ olof@frettabladid.is



DAGUR ÍSLENSKRAR NÁTTÚRU

Kæru landsmenn

Til hamingju með Dag íslenskrar náttúru mánudaginn 16. september.

Megi dagurinn verða okkur öllum ánægjulegur og góður til að fagna og njóta fegurðar og gjafa íslenskrar náttúru.

Upplýsingar um dagskrá er að finna á www.umhverfisraduneyti.is



UMHVERFIS- OG AUPLINDARÁÐUNEYTIÐ

LAGERSALA!

LYNGÁSI 15, GARÐABÆ

40 - 70%
AFSLÁTTUR



Opið laugardag 11 - 16
og sunnudag 13 -17

sófar borðstofuborð sófaborð garðhúsgögn borðstofustólar stólar skápar hillur o.fl.

HEIMA
HÚSIÐ



Póst dreifing

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

NÆRMYND



Salka
Guðmundsdóttir

skáld og þýðandi

FORELDRAR: Guðmundur Ólafsson og Olga Guðrún Árnadóttir

Salka hefur átt viðburðaríkt ár. Hún hefur verið við frumsýningar leikverks síns Breaker í Skotlandi og Ástralíu. Nú síðast skrifaði hún verkið Hættuför í Huliðsdal, sem frumsýnt var í Þjóðleikhúsinu í vikunni. Verkið hefur hlotið glimrandi dóma.

„Strax þegar Salka var barn var ljóst að hún myndi á einhvern hátt tengjast ritstörfum. Hún samdi frá fjögurra ára aldri bæði ljóð og sérlega dramatískar sögur og las allt sem hún komst yfir. Þegar hún var þriggja ára sá hún Línu Langsokk í Þjóðleikhúsinu og fór ekki úr hlutverki Línu í marga mánuði eftir það. Hún vinnur gífurlega hratt og af einbeitingu og getur verið að sinna mörgum verkefnum í einu.“

Guðmundur Ólafsson, faðir Söllu



„Salka er mjög klár og hrikalega skemmtileg en hún er líka sérlega góð manneskja og þess vegna eru það hrein forréttindi að vinna með henni. Rúsínan í pylsuendanum fyrir mig persónulega er svo að hún er bókanörð af lífi og sál. Við skrifum báðar um

bækur fyrir bloggsíðuna Druslubækur og dóðranta og erum saman í hinum stórskemmtilega félagsskap Reyfarklúbbnum.“

Marianna Clara Lúthersdóttir, vinkona og samstarfsmaður

„Salka er eiginlega bara best. Hún er ekki bara skemmtileg og góð heldur líka fyndin og klár. Ég held hún sé kannski stökkafbrigði, vegna þess að hún er bæði bráðgáfuð og undurblíð. Það er óvenjuleg og jafnvel hættuleg blanda.“

Aðalbjörg Árnadóttir, æskuvinkona



ÁFJÄRDEN handklæði
100% bómull. B40xL70cm
Ýmsir litir **1.290,-/stk.**



595,-/3 í setti
LJUSNAN körfur m/loki. Bast



LOSJÖN sápuðiskur. Ø11, H6,5cm. Hvítt/gult **595,-**
Verð áður 695,-



TOFTBO baðmottur B60xL90cm. Ýmsir litir **1.990,-/stk.**

Gerðu baðherbergið að heilsulind



FEJKA gerviorkídea H45cm
Ýmsir litir **1.490,-**

MANDEL blómapottur
Innanmál Ø12, H17cm
Grábrúnt **495,-**



995,-

FÖRTJUST skál m/loki
Ø11, H20cm. Glært gler



LIDAN körfur. Ofið plast. Inniheldur: 1 stk. Ø19, H21cm og 1 stk. Ø25, H26cm. Hvítt **1.690,-/2 í setti.**



NJUTA baðsloppur 100% bómull S/M eða L/XL. Hvítt **4.490,-**



DRAGAN kassar m/loki Bambus. Inniheldur: 1 stk. B15xD10, H11cm og 1 stk. B17xD12, H12cm **2.490,-/2 í pk.**

2.490,-/4 í setti



FRYKEN körfur m/loki Bast. Inniheldur: 1 stk. Ø10, H6cm, 1 stk. Ø15, H8cm og 1 stk. Ø20, H10cm **2.490,-/3 í pk.**



RUTIN ilmkuþbakerti H7cm. Hvítt **795,-/2 í pk.**



DOFTA ilmurtir í kassa 240g. Brúnt **595,-**

1.490,-/stk.

FRÄJEN handklæði. 100% bómull B70xL140cm. Ýmsir litir

VEITINGASTAÐURINN

590,-

Septembertilboð
Sushi - 10 bitar
til að njóta á staðnum. Verð áður 1.190,-



TINDRA ilmsprittkerti. Ø3,8cm Ólitað **595,-/36 í pk.**

LIDAN körfur. Ofið plast. Inniheldur: 2 stk. B15xD11, H11cm, 1 stk. B15xD25, H15cm og 1 stk. B18xD29, H19cm. Hvítt

Nú er opið allan sólarhringinn í Engihjalla



24 TÍMA



Verslun opin 11-20 alla daga - Veitingastaður opin 9:30-19:30 - www.IKEA.is

