SKOÐUN Ávinningur af makríl hefði getað hlíft heilbrigðiskerfinu, skrifar Kristinn H. Gunnarsson. 29

MENNING Margrét F. Unnarsdóttir býr til blúndulistaverk með dúkum móður sinnar og ömmu. 54

SPORT Ari Freyr Skúlason segir Króata frekar eiga að bera virðingu fyrir Íslendingum en öfugt. 60

FRÉTTABLAÐIÐ

MEST LESNA DAGBLAÐ Á ÍSLANDI*

Fimmtudagur
14. nóvember 2013
269. tölublað 13. árgangur
Sími: 512 5000

*Samkvæmt prentmiðlakönnun Capacent Gallup janúar - mars 2012

FRÉTTIR

Dýr orka um sæstreng

Raforkufyrirtækjum í Bretlandi býðst þrefalt til fimmfalt hærra verð en Landsvirkjun fær. Ekkert bendir til þess að íslensk orka um sæstreng yrði verðlögð lægra. 6

Kvarta undan vanefndum Þjónustusamningar við Heilsustofnun HNLFÍ í Hveragerði hafa verið þverbrotnir að sögn formanns. 2

Íslandsheimsókn drottningar Margrét Þórhildur Danadrottning sótti Ísland heim og skoðaði meðal annars fornhandritin í Árnastofnun og handritasýningu í Gerðarsafni. 18

Selja hlut í HB Granda Stærstu eigendur HB Granda hf. ætla að selja tæpan þriðjung hlutafjár í félaginu. 26

28

Bolungarvík	1°		SA	16
Akureyri	0°		S	6
Egilsstaðir	-1°		VSV	3
Kirkjubæjarkl.	0°		SV	5
Reykjavík	6°		S	14

Stormur V-lands eftir hádegi og hvassviðri víða þegar líður á daginn. Snjókoma og síðan mikil rigning S- og V-til. Slydda NA-lands í kvöld. 4

2 SÉRBLÖÐ

Jólagjöfin hennar | Fólk

Framhaldsskólakerfið úrelt

Formaður Skólameistarafélags Íslands segir að breyta þurfi framhaldsskólakerfinu. Það sé ekki lengur í takt við tímann. Hann segir að hluti vandans sé kjarasamningar kennara og það hversu ósveigjanlegt kerfið er.

SKÓLAMÁL „Það þarf að gera gangskör að því að breyta framhaldsskólakerfinu," segir Ársæll Guðmundsson, formaður Skólameistarafélags Íslands. Hann segir að framhaldsskólarnir byggi á kerfi sem er áratuga gamalt og löngu úrelt.

Ársæll segir að þörf sé á að stokka upp, fjölga kennsludögum á hverju ári og byggja námið þannig upp að nemendur útskrifist yngri en nú er. Hann segir að það sem standi framhaldsskólakerfinu fyrir þrifum sé meðal annars hversu ósveigjanlegt það er.

„Hluti vandans er kjarasamningar kennara og fastir prófatímar. Þetta er allt svo niðurnjörvað," segir Ársæll.

Hann segir að setja skólann í forgang. „Hér á landi er það lagt á herðar foreldra og nemendanna sjálfra að fjármagna nám í framhaldsskólum." Ekki geti allir staðið undir því. Unga fólkið fari að vinna til að afla tekna og lendi í vítahring.

Svandís Svavarsdóttir, þingmaður VG, spurði menntamálaráðherra á þingi um hver væri meðallengd námstíma í framhaldsskólum.

Í svari ráðherra kom fram að af ungmennum sem innrituðust í framhaldsskóla vorið 2007 hefðu 60 prósent lokið prófi vorið 2013.

Það tók unglingana að meðaltali 4,2 ár að ljúka stúdentsprófi en meðallengd námstíma verknámsnemenda var 4,5 ár.

Í svari menntamálaráðherra kemur einnig fram að samkvæmt lögum um framhaldsskóla frá 2008 hafi Kvennaskólinn í Reykjavík og Menntaskóli Bogarfjarðar innleitt nýtt kerfi. Þeir hafi innritað nemendur í fyrsta sinn á þriggja ára námsbrautir haustið 2009. Þá innrituðust 153 í Kvennaskólann, 107 þeirra höfðu lokið námi að þremur árum liðnum eða 70 prósent. 40 innrituðust í Menntaskóla Borgarfjarðar, 23 höfðu brautskráðst eftir þrjú ár eða 57 prósent.

- jme / sjá síðu 4

Nemendur ánægðir með valmöguleika

Eva Brá Önnudóttir útskrifaðist úr Kvennaskólanum eftir þriggja ára nám. „Mín upplifun af styttingunni er mjög góð, það var jákvætt hvað það var lítil endurtekning á námsefni milli grunnskóla- og framhaldsskólastigsins og kennarar litu einnig til reynslu útskrifaðra nemenda varðandi hvað hefði nýst þeim best í framhaldsnámi."

Þórarinn Gunnarsson mun ljúka Fjölbrautaskóla Suðurnesja á fjórum og hálfu ári. „Mér finnst mikilvægast að reyna að beina fólki beint á réttar brautir og miða það að einstaklingnum. Ég byrjaði í rafvirkjun eftir að hafa tekið grunnáfanga í henni í grunnskóla en komst svo að því að mér fannst það ekkert skemmtilegt. Þá færði ég mig yfir á félagsfræðibraut og mun útskrifast um áramótin."

HITTU STJÖRNURNAR Leikmenn íslenska karlalandsliðsins í knattspyrnu árituðu myndir í íþróttahöllinni Kórnum í Kópavogi í gær. Stjörnurnar gáfu sér tíma til að heilsa æstustu aðdáendunum áður en æfingadagskráin hélt áfram. Landsleikur Íslands gegn Króatíu fer fram á föstudag og ríkir mikil eftirvænting meðal stuðningsmanna liðsins fyrir leiknum. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Segja sögur í grunnskólum:

Feðgin berjast gegn einelti

„Ég vil fara í sem flesta skóla og láta gott af mér leiða," segir Selma Björk Hermannsdóttir sem sagði sögu sína ekki alls fyrir löngu. Hún hefur náð að vekja samfélagið til mikillar umhugsunar um einelti og skaðsemi þess.

Hún fer ásamt föður sínum, Hermanni Jónssyni, í grunnskóla og halda þau þar fyrirlestra bæði fyrir nemendur og foreldra.

Björg Jónsdóttir, kennari og frænka Selmu Bjarkar, hefur lagt áherslu á, ásamt umræðuhópi sem hún er í, að koma frænku sinni að í grunnskólum til að halda fyrirlestra og hafa áhrif.

- glp / sjá síðu 66

Lækningavörufyrirtækið Kerecis komið inn á risamarkað vestanhafs:

Binda um sár í Bandaríkjunum

NÝSKÖPUN Ísfirska nýsköpunarfyrirtækið Kerecis hefur tryggt sér markaðsleyfi í Bandaríkjunum fyrir lækningavörur úr þorskroði.

Um risaskref er að ræða fyrir fyrirtækið, en Bandaríkin eru stærsti markaður heims fyrir vörur þess, sem ekki síst nýtast sívaxandi hópi fólks með sykursýki og fylgikvilla hennar, þrálát sár sem valda þúsundum aflimana á ári hverju.

Guðmundur Sigurjónsson, stjórnarformaður Kerecis, segir að fenginn sé aðgöngumiði að markaði sem veltir 900 milljónum dala á ári.

GUÐMUNDUR SIGURJÓNSSON

„Nú er næsta verkefni að vanda vel til vals á samstarfsaðila sem getur tekið að sér dreifingu á þessum geysistóra markaði sem er í miklum vexti vegna mikillar aukningar á sykursýki í Bandaríkjunum.

Kerecis fékk fyrr á árinu markaðsleyfi í Evrópu, og er sala þegar hafin á Íslandi og Bretlandi í kjölfar þess leyfis. Sala í öðrum Evrópulöndum er í burðarliðnum auk þess sem Kerecis vinnur að öflun markaðsleyfa annars staðar í heiminum, til dæmis í Kína og á Indlandi.

- shá / sjá síðu 8

SPURNING DAGSINS

Einar, er þetta ekki mikið vesen?

„Jú og vergangur líka.“

Einar Skúlason, frumkvöðull og einvaldur í gönguklúbbnum Vesen og vergangur, heldur ball í Iðnó á laugardag til að fagna tveggja ára afmæli gönguklúbbsins.

Móðir annarrar stúlkunnar sem dæmd var fyrir smygl í Tékklandi segir þær verða áfram í varðhaldi:

Skipuleggjendurnir skuli einnig í fangelsi

DÓMSMÁL „Það er ekkert hægt að vinna í framsalsbeiðni fyrr en endanlegur dómur liggur fyrir og það getur tekið einhverja mánuði,“ segir Hanna Gréta Jóhannesdóttir, móðir annarrar stúlkunnar sem tekin var fyrir smygl á þremur kílóum af kókaíni á alþjóðaflugvellinum í Prag í nóvember í fyrra, í samtali við Fréttablaðið.

Stúlkurnar tvær, sem eru nítján ára gamlar, voru í gær dæmdar í annars vegar sjö og hins vegar sjö og hálfs árs fangelsi af tékkneskum undirdómstóli. Ástæða þess að önnur stúlkan fékk þyngri dóm en hin er sú að meira af fíkniefnum fannst í fórum hennar.

„Þær verða áfram í gæsluvarðhaldi, hvor í sínu fangelsinu. Þetta er sannarlega ekkert fimm stjörnu hótel, þær eru innilokaðar í 23 tíma á sólarhring,“ segir Hanna.

Verjendur tóku ákvörðun um að áfrýja strax við dómsuppkvaðninguna, en Þórir Gunnarsson, ræðismaður Íslands í Tékklandi, sagði í samtali við Vísi að hann teldi dómarann hafa miðað við rangar forsendur og misskilið skjöl.

„Mér finnst að þeir sem skipuleggja og fjármagna þetta eigi að sitja þarna inni líka, eins og þær,“ segir Hanna aðspurð um skoðun sína á þeim sem grunaðir eru um að hafa staðið á bak við smygl stúlknanna á efnunum. - fbj

ALÞJÓÐAFLUGVÖLLURINN Í PRAG Á þessum flugvelli voru stúlkurnar tvær teknar höndum fyrir réttu ári síðan. Dómunum yfir þeim hefur verið áfrýjað, en þær verða í varðhaldi áfram.

BJARGA ÚLFALDA Mikil flóð hafa geisað í Puntlandi í Sómalíu síðustu daga. Um 300 manns eru talin af og stórtjón hefur orðið á búpeningi, en menn gerðu sitt besta til að bjarga úlfaldanum sem hér sést. NORDICPHOTOS/AFP

Berjast við afleiðingar stórflóðs í Sómalíu:

Allt að 300 manns eru talin af

SÓMALÍA Allt að 300 manns eru talin af í Puntlandshéraði í Sómalíu eftir hamfaraveður þar síðustu daga.

Íbúar héraðsins, sem er því sem næst sjálfstætt, hafa þurft að þola úrhellisrigningu, hvassviðri og flóð, en fyrir utan þá sem taldir eru af er mörg hundruð manna saknað og búpeningur hefur fallið í stórum stíl. - þj

Danskur hagfræðingur:

Vandræðum evrunnar lokið

DANMÖRK Hagfræðingur frá Danske bank segir skuldavandanum í sunnanverðri Evrópu lokið og ekki sé lengur hætta á hruni evrunnar, í samtali við Politiken.

Þannig eru vextir á tíu ára grískum ríkisskuldabréfum núna 8,2% en hafi í mars 2012 verið 37,1%. Þá séu vextir á spænskum eða ítölskum tveggja ára ríkisskuldabréfum í dag rétt yfir einu prósenti en hafi verið í kringum sjö prósent þegar verst var.

Í fréttinni segir að þrátt fyrir að komist hafi verið hjá efnahagslegu hruni sé staðan þó enn slæm á svæðinu, sér í lagi félagslega. - fbj

Olíudæling hafin við bryggju:

Fernanda fer í brotajárn

BJÖRGUN Byrjað er að dæla olíumenguðum sjó og spilliefnum úr Fernöndu.

Skipið verður í höfn á Grundartanga þangað til búið verður að dæla fimmtíu til eitt hundrað tonnum af olíu úr því. Að því loknu verður skipið dregið til Helguvíkur, að sögn RÚV. Þar mun fyrirtækið Hringrás búta það niður í brotajárn, enda mun það vera ónýtt.

Karl Eiríksson, rekstrarstjóri Skipaþjónustunnar, sagði í samtali við RÚV að hætta væri á að skipið sykki fullt af olíu, sem myndi valda umhverfisslysi. - fb

Vanefndir við HNLFÍ nema 355 milljónum

Þjónustusamningar við Heilsustofnun Náttúrulækningafélags Íslands (HNLFÍ) í Hveragerði hafa verið þverbrotnir. Formaður HNLFÍ segir reynsluna sára af því að treysta ríkinu. Stofnunin ber ein niðurskurð endurhæfingastofnana á næsta ári.

HEILBRIGÐISMÁL Þjónustusamningar ríkisins við Heilsustofnun Náttúrulækningafélags Íslands (HNLFÍ) í Hveragerði hafa verið þverbrotnir af hálfu stjórnvalda, að sögn Gunnlaugs K. Jónssonar stjórnarformanns rekstrar HNLFÍ og forseta Náttúrulækningafélagsins.

Hann bendir á að stofnunin hafi mátt sæta meiri niðurskurði en aðrar sambærilegar stofnanir árið 2011 og það endurtaki sig nú í fjárlögum næsta árs. Stofnunin hafi verið með gildan þjónustusamning við ríkið síðan 1997 og engar athugasemdir hafi verið gerðar við þjónustu stofnunarinnar. Á verðlagi dagsins í dag nemi vanefndir ríkisins við samninginn sem gilti 2007 til 2011 rúmum 310 milljónum króna. „Samtals eru vanefndir ríkisins á síðustu fimm árum rúmar 355 milljónir að meðtöldum niðurskurðinum í fjárlagafrumvarpinu fyrir 2014,“ bætir hann við.

GUNNLAUGUR KRISTJÁN JÓNSSON

Gunnlaugur segir svíða einna mest að ekkert samráð hafi nokkurn tíma verið haft við stofnunina eða rætt við stjórnendur hennar í tengslum við ákvarðanir um niðurskurð. Í þessu ástandi sé öll áætlanagerð afar erfið. Honum virðist sem fordómar og þekkingarleysi ráði för í ákvörðunum um niðurskurð, fremur en ígrundaðar ákvarðanir. Þar kunni jafnvel að hafa ráðið úrslitum að með tveimur atkvæðum varð ofan á að félagið skyldi heita Náttúrulækningafélag en ekki Heilsufélag Íslands. Nafngiftin kynni að hafa ýtt undir ranghugmyndir og vanþekkingu á starfseminni.

Þá bendir Gunnlaugur á að enginn yfirmaður heilbrigðisráðuneytisins hafi heimsótt stofnunina í Hveragerði á þessari öld. „Það er þangað til 4. september síðastliðinn að Kristján Þór Júlíusson heilbrigðisráðherra kom hér í stutta heimsókn.“

Þrátt fyrir boðaðan niðurskurð kveðst Gunnlaugur þó vongóður um að hlutirnir verði teknir til endurskoðunar í meðferð Alþingis á fjárlögum. Til dæmis kunni heilbrigðisráðherra að hafa séð eitthvað nýtt í tölunum sem honum voru kynntar. Þá hljóti menn að sjá að ekkert réttlæti sé í því að HNLFÍ standi eitt undir öllum niðurskurði í sínum málaflokki líkt og lagt sé upp með í fjárlagafrumvarpinu. „Við förum ekki fram á að vera undanskilin niðurskurði, heldur viljum við bara að allir sitji við sama borð.“ olikr@frettabladid.is

Í HVERAGERÐI Á HNLFÍ starfa við umönnun fjórir læknar, níu hjúkrunarfræðingar, sex sjúkraþjálfarar, þrír íþróttakennarar, fimm sjúkranuddarar, næringarfræðingur, nálastungulæknir, þrír sálfræðingar og níu sjúkraliðar. FRÉTTABLAÐIÐ/PJETUR

Starfsemin á Heilsustofnun NLFÍ

HNLFÍ í Hveragerði er í eigu Náttúrulækningafélags Íslands. Meðferðarlínur eru níu: 1. Krabbameinsendurhæfing; 2. Offitumeðferð; 3. Gigtarendurhæfing; 4. Hjarta-, æða- og lungnaendurhæfing; 5. Geðendurhæfing; 6. Streitumeðferð; 7. Verkjameðferð; 8. Liðskiptaendurhæfing; og 9. Öldrunarendurhæfing.

Saksóknarinn krafðist sex ára dóms yfir Hreiðari Má og Sigurði í gær:

Leiðinlegt að eyða tíma í þetta

DÓMSMÁL Næstsíðasti dagur í Al Thani-málinu fór fram í Héraðsdómi Reykjavíkur í gær.

Saksóknari sagði að starfsmenn Kaupþings hefðu látið eins og þeir hefðu unnið HM í knattspyrnu þegar tilkynnt var um kaup Al-Thani á 5,01% hlut í bankanum haustið 2008. Benti hann á að markmiðið með viðskiptunum hefði verið að auka tiltrú fjárfesta á bankanum.

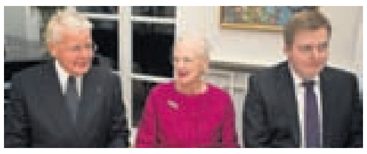
Saksóknari fór fram á sex ára fangelsi yfir Hreiðari Má Sigurðssyni, fyrrverandi forstjóra Kaupþings. Aðspurður um þessa kröfu sagði Hreiðar Már í samtali við blaðamann: „Mér finnst þetta einfaldlega fráleitt. Það er ljóst að ég er ákærður fyrir umboðssvik. Sá sem veitti mér umboðið, sem var Kaupþing hf, hefur rétt á að rifta viðskiptunum sem við gengum til. Þeir hafa ekki áhuga á því, sem skýrist af þeirri ástæðu að Kaupþing var í betri stöðu eftir viðskiptin en ef ekki hefði verið gengið til þeirra.“ Spurður út í tilfinningu sína fyrir málalokum sagði hann óvissuna mikla. „En ég er mjög ánægður með málflutning míns verjanda. Rökin og staðreyndir málsins liggja með okkur.“

Saksóknari fór einnig fram á sex ára dóm yfir Sigurði Einarssyni, fyrrverandi stjórnarformanni Kaupþings. Spurður út í þessa kröfu sagði Sigurður hana lýsa þeim tryllingi sem væri í málinu. „Þessi vegferð saksóknara í þessu máli er mér hulin ráðgáta, hvernig hann getur haldið þessu áfram eins arfavitlaust og þetta er.“ Aðspurður sagði hann hafa verið erfitt að sitja í réttarsalnum síðustu tvær vikur. „Þetta er náttúrulega hundleiðinlegt að eyða tíma sínum í þessa skelfingu.“ - fb

Í RÉTTARSALNUM Hreiðar Már og Sigurður í réttarsalnum í Héraðsdómi Reykjavíkur. FRÉTTABLAÐIÐ/DANÍEL

Nýtt kortatímabil – Opið til níu í kvöld
KOMDU INN Í HLÝJUNA
Við tökum vel á móti þér. Notalegir veitingastaðir og verslanir fullar af fallegum vörum.
Njóttu þess að undirbúa jólin hjá okkur.
Gjafakort Kringlunnar
– gjöf af öllu hjarta –
Gjafakort
VISA
Fæst á þjónustuborði og á kringlan.is
Kringlan
AF ÖLLU HJARTA
KRINGLAN.IS
FACEBOOK.COM/KRINGLAN.IS
Opið föstudag frá 10-19
laugardag frá 10-18
sunnudag frá 13-18
FITON SÍA

VEISTU SVARIÐ?



1. Hvenær stefnir innanríkisráðherra að gjaldtöku með náttúrupassa?
2. Af hvaða tilefni kom Margrét Þórhildur Danadrottning í opinbera heimsókn til Íslands nú í vikunni?
3. Gegn hvaða jurt telur sérfræðingur Náttúrufræðistofnunar að stríðinu sé tapað?

SVÖR:
1. Á sumri komanda.
2. Vegna 350 ára afmælis Árna Magnússonar handritasafnara.
3. Gegn lúpínu.

Borgarstjóri Toronto situr sem fastast þrátt fyrir vaxandi þrýsting um afsögn:

Borgarstjórinn einangraður

KANADA, AP „Við þurfum bara að búa til box utan um borgarstjórann til þess að geta komið hlutunum í verk,“ segir borgarráðsmaður í Toronto.

Borgarráð Toronto ætlar ekki að láta Rob Ford borgarstjóra komast upp með að stjórna borginni, þótt hann neiti að segja af sér.

Framferði hans hefur vakið hneykslun margra landsmanna og kröfur um afsögn orðið æ háværari, eftir að fram komu myndbönd af honum þar sem hann er annars vegar í „fyllerísrugli“, eins og hann orðar það sjálfur, og hins vegar æfur af reiði og hótar mannsmorði.

Borgarstjórnin á í raun ekki svo erfitt með að útiloka hann frá störfum, því formleg völd borgarstjórans í Toronto eru ekki mikil. Hann hefur atkvæðisrétt í borgarráði, en raunveruleg völd hans felast einkum í pólitískum styrkleika, sem hann getur notað til þess að afla málum fylgis meðal borgarfulltrúanna. Slíku er vart til að dreifa lengur, þar sem hann nýtur ekki trausts samstarfsmanna sinna. **- gb**

ROB FORD Hefur lítil formleg völd. FRÉTTABLAÐIÐ/EPA

Nýtt heilbrigðistæknisetur:

Reka setrið sameiginlega

MENNTUN Stjórnendur Landspítalans (LSH) og Háskólans í Reykjavík (HR) undirrituðu í gær samstarfssamning um þjónustu, kennslu og rannsóknir á sviði heilbrigðisverkfræði og stofnun Heilbrigðistækniseturs.

Samkvæmt samningum mun HR annast menntun háskólanema í heilbrigðisverkfræði og standa fyrir nauðsynlegum rannsóknum. LSH mun koma að verklegu námi nemenda og leggja til húsnæði og aðstöðu. **- hg**

Á LAUGAVEGI Færri tré verða skreytt með fleiri ljósum. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON

Borgin í jólabúning:

Jólaljósin verða hefðbundin í ár

REYKJAVÍKURBORG Starfsmenn Reykjavíkurborgar og Orkuveitunnar eru byrjaðir að setja upp hefðbundna jólalýsingu að því er segir í tilkynningu frá borginni. Kveikt verður á lýsingu seinni hluta nóvember.

„Jólabjöllur eru hengdar yfir götur í miðborginni ásamt öðru skrauti, jólatré verða sett upp á torgum víða um hverfin, jólaskraut fest á ljósastaura og lýsing sett í götutré,“ segir í tilkynningunni. Kveikt verður á Óslóartrénu á Austurvelli fyrsta sunnudag í aðventu, 1. desember næstkomandi. **- gar**

LEIÐRÉTT

Þau mistök urðu við vinnslu fréttar um uppgjör Keflavik Music Festival að birt var mynd af Franz Gunnarssyni við hlið DJ Óla Geirs. Myndin átti að vera af Pálma Þór Erlingssyni, meðskipuleggjanda Keflavik Music Festival.

Í frétt blaðsins í gær var Hjördís Svan Aðalheiðardóttir rangnefnd. Er beðist velvirðingar á þeim mistökum.

Rangt var farið með fjölda ráðherra undir lok síðasta kjörtímabils í frétt í gær. Ráðherrar voru átta talsins þegar ríkisstjórnin fór frá í vor. Þá er áréttað að Siv Friðleifsdóttir er ráðin tímabundið til félags- og húsnæðismálaráðherra í tengslum við formennskuár Íslands í Norðurlandaráði 2014.

Vantar nýja hugsun í framhaldsskólana

Hálft prósent nemenda sem fara í hefðbundna bekkjarskóla útskrifast á innan við fjórum árum. Í áfangaskólum er hlutfallið rúmlega 20 prósent. Skólameistari segir að kerfið sé úrelt. Það verði að breyta námstilhögun í framhaldsskólunum.

SKÓLAMÁL „Það þarf að gera gangskör að því að breyta framhaldsskólakerfinu. Það byggist á áratugagömlu kerfi sem er úrelt,“ segir Ársæll Guðmundsson, formaður Skólameistarafélags Íslands.

ÁRSÆLL GUÐMUNDSSON

Hann segir að það verði að fjölga kennsludögum á hverju ári og byggja námið þannig upp að ungmenni ljúki því yngri en nú er. Illugi Gunnarsson menntamálaráðherra hefur ítrekað lýst því yfir að það verði eitt af forgangsmálum hans að stytta nám til stúdentsprófs.

Í svari menntamálaráðherra til Svandísar Svavarsdóttur, þingmanns VG, um lengd námstíma í framhaldsskólum kemur fram að nemendur eru lengi að ljúka námi.

Af þeim sem innrituðust í framhaldsskóla 2007 höfðu sex af hverjum tíu lokið námi sex árum síðar. Þar kom einnig fram að þeir sem fóru í áfangaskóla voru í mörgum tilfellum lengur að ljúka námi en þeir sem fóru í hefðbundna bekkjarskóla.

Það verður að taka þeim tölum með fyrirvara, segir Ársæll. „Þeir sem fara í áfangaskóla taka oft bæði verknám og bóknám. Þeir eru oft og tíðum að taka hluta af verknámi samhliða því sem þeir útskrifast sem stúdentar af bóknámsbraut.“

Ársæll segir að það vanti nýja hugsun í skólakerfið. „Skólakerfið eins og við þekkjum það í dag er ósveigjanlegt. Hluti vandans er kjarasamningar kennara og fastir prófatímar. Þetta er allt svo niðurnjörvað.“

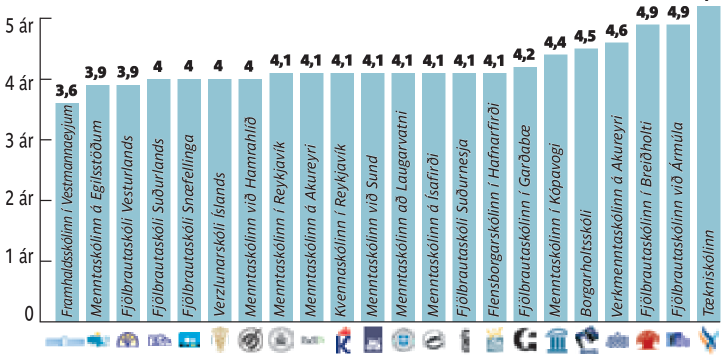
En fleira kemur til, segir Ársæll. „Skólinn er ekki í forgangi. Í nágrannalöndum okkar tekur samfélagið ábyrgð á menntun ungs fólks. Þar hefur verið byggt upp styrkjakerfi sem allir geta sótt í.

Hér á landi er það lagt á herðar nemendanna sjálfra og foreldra þeirra að fjármagna nám í framhaldsskólum. Það eru ekki allir sem geta staðið undir því. Unga fólkið fer því út á vinnumarkaðinn til að afla sér tekna. Úr þessu verður einn allsherjar vítahringur, sem erfitt er að brjótast út úr,“ segir Ársæll.

johanna@frettabladid.is

Eyjakrakkar fljótastir að klára námið

Fjórir af hverjum tíu nemendum, sem hófu nám í áfangaskólum árið 2007, voru lengur en fjögur ár að ljúka námi. Í hefðbundnum bekkjarskólum luku níu af hverjum tíu námi á fjórum árum.



	Fjöldi	Meðalnámstími	Brottfall
Bóknám	3.565	4,2 ár	34%
Verknám	596	4,5 ár	54%

➜ Bekkjarskólar og áfangaskólar.

Í bekkjarskólum luku **92 prósent** nemenda námi á fjórum árum, **0,5 prósent** á skemmri tíma og **7,5 prósent** á lengri tíma.

Í áfangaskólum lauk **34,1 prósent** nemenda námi á fjórum árum, **23 prósent** á skemmri tíma og **42,7 prósent** á lengri tíma.

HRAÐAMYNDAVÉL Ökumenn eru myndaðir á Kjalarnesi. FRÉTTABLAÐIÐ/PJETUR

Öryggi ógnað á vinnusvæði:

Hraðakstur við Móa myndaður

LÖGREGLUMÁL Vegna ógætilegs aksturs um vinnusvæði á Kjalarnesi við Móa hafa hraðamyndavélar á svæðinu verið virkjaðar til að mynda þá sem aka yfir leyfilegum hámarkshraða. Hann er 50 kílómetrar á klukkustund þar til framkvæmdum lýkur.

„Vélarnar voru virkjaðar á mánudag og sýna því miður að ökumenn virða ekki nægjanlega hraðamerkingar á vinnusvæðum né heldur rétt starfsmanna á svæðinu til öryggis. Tölur sýna að á hverri mínútu að meðaltali er ekið of hratt í gegnum vinnusvæðið,“ segir lögreglan. **- gar**

Alvarlegt slys í Lönguhlíð:

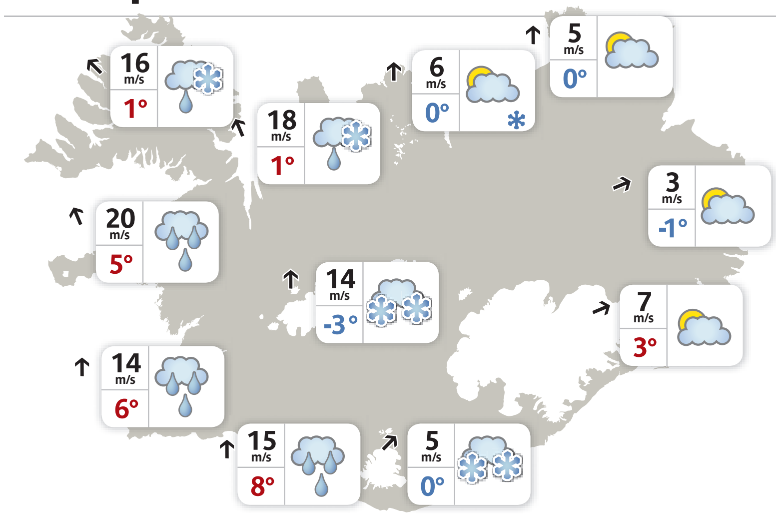
Ekið á fimmtán ára pilt í gær

SLYS Ekið var á fimmtán ára pilt í Lönguhlíð í Reykjavík um hálffjögurleytið í gær. Samkvæmt upplýsingum frá vaktlækni á Landspítala Íslands er hann alvarlega slasaður en þó ekki lífshættulega.

Læknirinn sagði mikla mildi að ekki fór verr. Að sögn hans átti pilturinn að gangast undir aðgerð í gærkvöldi. **- ka**

Veðurspá

Gildistími korta er um hádegi



VINDASAMT Á LANDINU í dag með mikilli úrkomu sunnan- og vestanlands, snjókomu í fyrstu en síðan rigningu. Á morgun má búast við éljum en mögulega hvessir þegar líður á daginn með slyddu sunnanlands en snjókomu norðan heiða.

Alicante	21°	Berlín	7°	Friedrichshafen	7°	Las Palmas	21°	New York	9°	París	10°
Aþena	17°	Billund	9°	Gautaborg	8°	London	9°	Orlando	22°	San Francisco	17°
Basel	13°	Frankfurt	7°	Kaupmannahöfn	8°	Mallorca	20°	Ósló	6°	Stokkhólmur	5°

Á morgun
Strekkingur víða og hvasst með suður- og norðurströndinni.

Laugardagur
Stekkingur V-lands og með N-ströndinni annnars hægari.

Ingibjörg Karlsdóttir
veðurfréttamaður

AUGLÝSINGADEILDIR FRÉTTABLAÐSINS–AUGLÝSINGASTJÓRI: Jón Laufdal jonl@frettabladid.is **ALMENNAR SÍMI 512-5401:** Guðmundur Steinsson gudmundur@365.is, Hjördís Zoëga hjordis@frettabladid.is, Hlynur Þór Steingrímsson hlynur@365.is, Laila Awad laila@365.is, Sigríður Dagný Sigurbjörnsdóttir sigridurdagny@365.is, Örn Geirsson orn.geirsson@365.is **FÓLK/LÍFIÐ/SÉRBLÖÐ SÍMI 512-5402:** Atli Bergmann atli.bergmann@365.is, Bryndís Hauksdóttir bryndis@365.is, Ívar Örn Hansen ivarorn@365.is, Kolbeinn Kolbeinsson kolli@365.is, Sverrir Birgir Sverrisson sverrirbs@365.is
FÓLK OG SÉRBLÖÐ EFNI: Sólveig Gísladóttir solveig@365.is og Vera Einarsdóttir vera@365.is **RAÐAUGLÝSINGAR /FASTEIGNIR SÍMI 512-5403:** Hrannar Helgason hrannar@365.is, Viðar Ingi Pétursson vip@365.is **ÞJÓNUSTUAUGLÝSINGAR SÍMI 512-5407:** Arna Rut Kristinsdóttir arnarut@365.is, Sigrún Helga Guðmundsdóttir sigrunh@365.is

FIMMTUDAGINN 14. NÓV.

Stórleikur Orkunnar

– öruggur heimasigur

Í Stórleik Orkunnar er 14 kr. afsláttur í dag 14. nóvember þegar greitt er með kortum/lyklum Orkunnar eða Staðgreiðslukorti Skeljungs og **20 heppnir fá áfyllinguna sína endurgreidda** í formi inneignarkorts upp á sömu upphæð og dælt var fyrir.

Afsláttarvernd Orkunnar

laugardaginn 16. nóvember

Orkan jafnar hæstu almenna tímabundna afslætti á eldsneyti laugardaginn 16. nóvember 2013.

ORKAN

AFSLÁTTUR VINSTRI HÆGRI!

Sæktu um Orkulykilinn í dag á **www.orkan.is**

Símanúmer þjónustuvers: **578 88 00**

ENNEMM / SÍA / NM57602

Góður gangur í stjórnarviðræðum í Þýskalandi:

Ný stjórn í desember

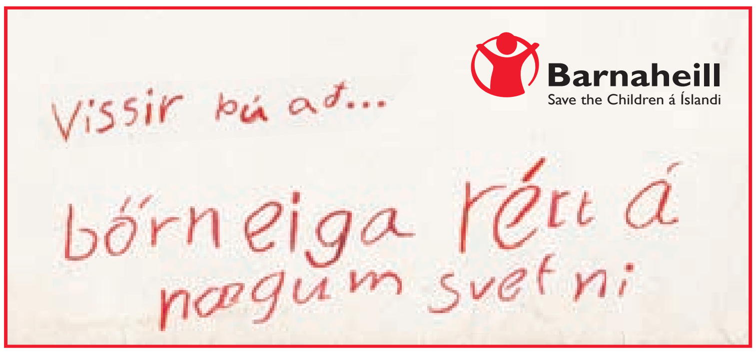
ÞÝSKALAND Góður gangur er í stjórnarmyndunarviðræðum Kristilegra demókrata og Sósíaldemókrata í Þýskalandi. Samkvæmt því sem fram kemur í frétt á vef EUobserver er búist við því að viðræðunum muni ljúka í þessum mánuði og ný stjórn verði mynduð fyrir miðjan desember.

Flokkarnir eru þeir stærstu á þinginu eftir kosningarnar sem fram fóru í september, en formlegar viðræður hafa staðið síðustu vikur.

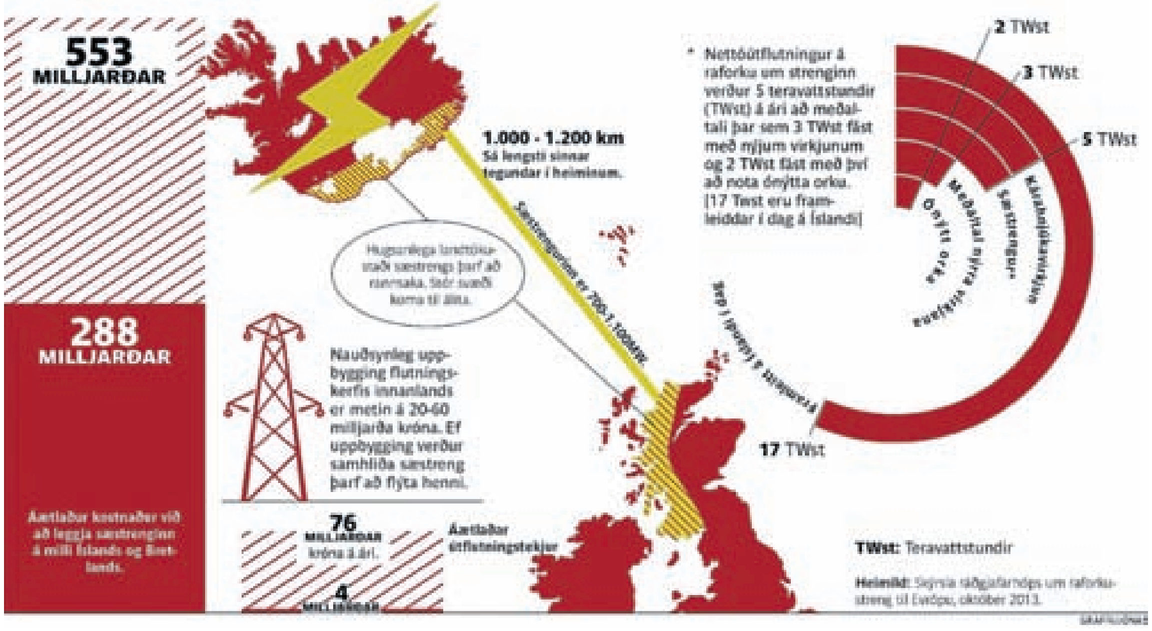
Eitt af þeim málum sem komu til tals í viðræðunum er aukið beint lýðræði með fleiri þjóðaratkvæðagreiðslum, meðal annars í stærri málum sem snerta ESB.

Eins og sakir standa gera þýsk lög aðeins ráð fyrir atkvæðagreiðslum um mál tengt stjórnarskránni og landamærum ríkisins.

Þessar hugmyndir hafa hins vegar mætt andstöðu, bæði hjá Angelu Merkel kanslara og aðalritara Sósíaldemókrata, þar sem slíkar atkvæðagreiðslur yrðu vatn á myllu lýðskrumara og andstæðinga ESB. **- þj**



RAFORKUSTRENGUR Á MILLI ÍSLANDS OG BRETLANDS



FRAMTÍÐARSÝN Hvort málið fær framgang veit enginn fyrr en ítarleg skoðun á málinu hefur farið fram. Slík rannsókn tekur 2-3 ár.

Bretar kaupa orku á margföldu listaverði

Raforkufyrirtækjum í Bretlandi býðst þrefalt til fimmfalt hærra verð en Landsvirkjun fær. Ekkert bendir til þess að íslensk orka um sæstreng yrði verðlögð lægra. Meirihluti landsmanna vill skoða hvort leggja eigi sæstreng til Bretlands.

ORKUMÁL Ekkert bendir til annars en að í boði verði mjög hátt verð fyrir íslenska orku verði hún seld til Bretlands um sæstreng. Eiginleikar íslenskrar orkuöflunar gera hana verðmætari en þeir orkukostir sem bjóðast í Bretlandi í dag, sem eru hins vegar verðlagðir í langtímasamningum á þreföldu til fimmföldu listaverði Landsvirkjunar.

Þetta kom fram í máli Harðar Arnarsonar, forstjóra Landsvirkjunar, á haustfundi fyrirtækisins í gær.

„Við erum bjartsýn. Flestir sem eru að gera langtímasamninga bjóða ótrygga orku, en það sem Breta vantar er stýranleg orka. Möguleikar okkar til að fá gott verð eru sannarlega til staðar en við vitum ekki hversu gott það yrði,“ sagði Hörður um möguleika á sölu orku um sæstreng, en margtók fram að óvissuþættirnir í málinu væru fjölmargir.

Fyrir mánuði var gerður samningur við Hinkley Point-kjarnorkuverið um 150 dollara á megavattstund í 35 ár. Bretar hafa verið árum saman að koma þessu verkefni í gang en lentu málinu loks með kínversku fjármagni.

Fréttablaðið spurði Hörð hvort ástæða væri til þess að ætla að Íslendingum yrði boðið lægra verð en langtímasamningar við kjarnorkuver hljóða upp á í dag eða 150 dollarar á móti verðlista Landsvirkjunar sem hljóðar upp á 43 dollara á megavattstundina.

„Ég veit það ekki. Við erum hins vegar með miklu betri og verðmætari vöru. Þetta er allt háð samningum og viðræður hafa ekki hafist,“ svaraði Hörður.

Bresk stjórnvöld hafa samþykkt nýja löggjöf um umbreytingu raforkukerfisins og þeir eru tilbúnir til að gera bindandi raforkusamninga í 15 til 35 ár. Stærðirnar liggja fyrir. Raforkuverð í Bretlandi er um 80 dollarar á megavattstund. Þarlend stjórnvöld eru hins vegar tilbúin að borga 150 til 215 dollara allt eftir eðli raforkuframleiðslunnar.

Eins og Fréttablaðið greindi frá í ítarlegri fréttaskýringu í október um sæstrengsverkefnið þá er ákvörðun um að leggja sæstreng í fyrsta lagi möguleg eftir nokkur ár og um hana verður að nást víðtæk sátt í samfélaginu, að mati Landsvirkjunar sem fól Gallup að kanna hug landsmanna til sæstrengsverkefnisins. Kom í ljós að um 60% þjóðarinnar eru fylgjandi því að skoða þennan möguleika en 10% eru á öndverðri skoðun; 30% leggjast ekki gegn því.

svavar@frettabladid.is

Það sem Breta vantar er stýranleg orka. Möguleikar okkar til að fá gott verð eru sannarlega til staðar en við vitum ekki hversu gott það yrði.

Hörður Arnarson, forstjóri Landsvirkjunar

Baráttan gegn eiturlyfjaframleiðslu í Afganistan hefur borið lítinn árangur:

Nýtt met í ópíumrækt Afgana

AFGANISTAN, AP Aldrei í sögunni hefur meira ópíum verið framleitt í Afganistan en nú í ár. Barátta heimamanna og alþjóðasamfélagsins gegn ópíumrækt í landinu virðist litlu skila.

Uppskeran síðastliðið vor skilaði 5.500 tonnum af ópíumi, sem er 49 prósentum meira en á síðasta ári og meira en heildarframleiðsla allra annarra landa samanlagt.

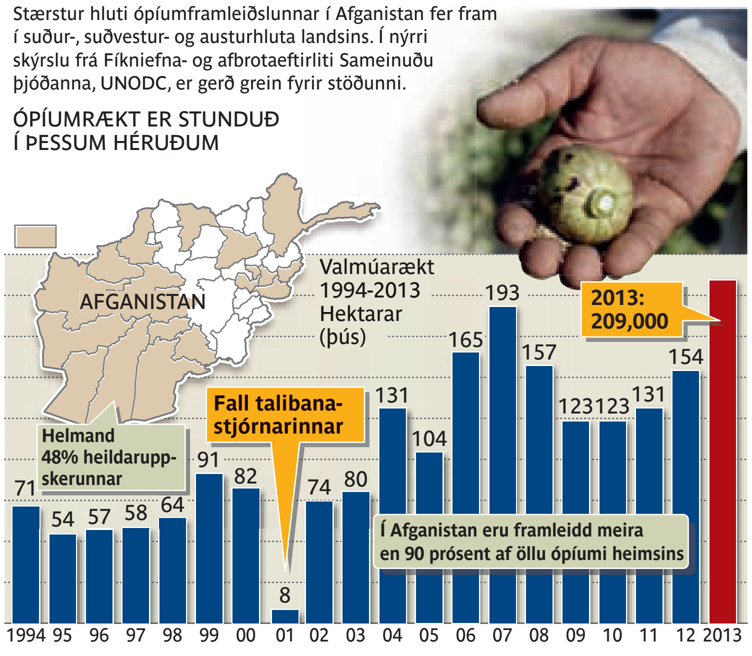
Brotthvarf erlendra hermanna frá Afganistan á næsta ári gerir þennan vanda líklega enn illviðráðanlegri, að sögn Jean-Luc Lemahieu, fulltrúa Fíkniefna- og afbrotaeftirlits Sameinuðu þjóðanna. Hætt sé við því að afgönsk stjórnvöld verði enn háðari ólöglegum tekjum.

Í nýrri skýrslu Sameinuðu þjóðanna segir að fyrir næstu uppskeru hafi ópíumfræjum verið sáð á 200 þúsund hektara svæði, sem þýði að enn hafi aukning numið 36 prósentum.

Verði ekki hægt að eyðileggja hana svo neinu nemi mun ópíumframleiðsla í landinu vera vel yfir eftirspurn eftir eiturlyfinu í heiminum öllum. **- gb**

Ópíumframleiðslan nær nýjum hæðum

Stærstur hluti ópíumframleiðslunnar í Afganistan fer fram í suður-, suðvestur- og austurhluta landsins. Í nýrri skýrslu frá Fíkniefna- og afbrotaeftirliti Sameinuðu þjóðanna, UNODC, er gerð grein fyrir stöðunni.



Heimild: UNODC Ljósmynd: Getty Images © GRAPHIC NEWS

EGF

EGF húðvörudagar í verslunum Hagkaups

dagana 14. – 20. nóvember

20% kynningarafsláttur af Augnablik

dagana 14.-20. nóvember

EGF Augnablik er **NÝTT** endurnærandi og frískandi gel sem er sérstaklega þróað fyrir húðina í kringum augun.

- **Dregur úr þrota og fínum línum á augnsvæðinu**
- **Styrkir og nærir húðina í kringum augun**
- **Án olíu, parabena og lyktarefna**
- **Ofnæmisprófað af augnlæknum**

HAGKAUP

Ein ferð betra verð

HERINN Á VAKT Útgöngubanni hefur enn ekki verið aflétt. FRÉTTABLAÐIÐ/EPA

Morsi ávarpar Egypta:

Vill réttarhöld yfir stjórninni

EGYPTALAND, AP Múhamed Morsi segir enga von til þess að stöðugleiki komist á í Egyptalandi nema hann fái forsetaembættið aftur og herforingjarnir, sem steyptu honum af stóli í júlí, verði dregnir fyrir dóm.

Útgöngubanni hefur ekki verið aflétt í Egyptalandi, þrátt fyrir að dómstóll í landinu hafi á þriðjudag kveðið upp þann úrskurð að það væri útrunnið. - gb

Havaí bætist í hópinn:

Samkynhneigð pör fá að giftast

HAVAÍ, AP Samkynhneigðir hafa nú fengið leyfi til þess að ganga í hjónaband á Havaí frá og með desemberbyrjun. Stjórnvöld vonast til þess að eyjarnar verði í kjölfarið vinsæll áfangastaður samkynhneigðra.

Havaí varð þar með fimmtánda ríki Bandaríkjanna, auk höfuðborgarinnar Washington, sem heimilar samkynhneigðum að giftast. Þingið í Illinois hefur einnig samþykkt slík lög, en þau bíða staðfestingar ríkisstjóra. - gb

Kerecis landaði leyfi vestan hafs fyrir nýja sárameðferð

Lækningafyrirtækið Kerecis hefur tryggt sér markaðsleyfi í Bandaríkjunum eftir áralanga vinnu lækna, vísindamanna og sérfræðinga. Varan er úr þorskroði og er til að meðhöndla þrálát sár – ekki síst sykursjúkra.

NÝSKÖPUN Ísfirska fyrirtækið Kerecis hefur tryggt sér markaðsleyfi í Bandaríkjunum fyrir lækningavörur úr þorskroði. Um risaskref er að ræða fyrir fyrirtækið, en Bandaríkin eru stærsti markaður heims fyrir vörur Kerecis, sem ekki síst nýtast sívaxandi hópi fólks með sykursýki og fylgikvilla hennar, þrálát sár sem valda þúsundum aflimana á ári hverju.

Guðmundur F. Sigurjónsson, stjórnarformaður Kerecis, segir það í sjálfu sér stóran áfanga og viðurkenningu fyrir fyrirtækið að fá grænt ljós hjá Bandaríska matvæla- og lyfjaeftirlitinu (FDA), enda kröfurnar gríðarmiklar til nýrra lækningavara þar í landi.

„FDA hefur aldrei áður gefið markaðsleyfi fyrir lækningavöru sem byggir á notkun á fiski sem hráefni í Bandaríkjunum. Að baki markaðsleyfinu liggur margra ára vinna íslenskra lækna, vísindamanna og skráningarsérfræðinga,“ segir Guðmundur.

Spurður um vaxtarmöguleika Kerecis, í ljósi þess að leyfið er fengið, segir Guðmundur að með því sé fenginn aðgöngumiði að markaði sem veltir 900 milljónum dala á ári – og er í örum vexti.

„Nú er næsta verkefni að vanda vel til vals á samstarfsaðila sem getur tekið að sér dreifingu á þessum geysistóra markaði sem er í miklum vexti vegna mikillar aukningar á sykursýki í Bandaríkjunum. Um 10% bandarísku þjóðarinnar eru með sykursýki og spár gera ráð fyrir að eftir nokkur ár verði það 20% þjóðarinnar. Sex prósent af öllum sykursýkissjúklingum fá þrálát sár og þar kemur tæknin okkar til sögunnar,“ segir Guðmundur.

Kerecis fékk fyrr á árinu markaðsleyfi í Evrópu, og er sala þegar hafin á Íslandi og Bretlandi í kjölfar þess leyfis. Sala í öðrum Evrópulöndum er í burðarliðunum auk þess sem Kerecis vinnur að öflun markaðsleyfa annars staðar í heiminum, til dæmis í Kína og á Indlandi.

svavar@frettabladid.is

PRÓFANIR Eitt af skilyrðum FDA voru ofnæmis- og ónæmisprófanir á fjölda fólks af ólíkum kynþáttum. MYND/KERECIS

Engin sjúkdómahætta af þorskroðinu

- Tæknin sem um ræðir, MariGen Omega3, er stoðefni til meðhöndlunar á þrálátum sárum sem eru alvarlegt heilbrigðisvandamál um allan heim. MariGen Omega3 er þorskroð sem fellur til hjá sjávarútvegsfyrirtækjum á Vestfjörðum og meðhöndlað hefur verið þannig að allar frumur og ofnæmisvaldandi efni hafa verið fjarlægð úr roðinu.
- Fyrir á markaðnum eru stoðefni sem unnin eru úr húð, þvagblöðrum, þörmum og gollurshúsum svína, manna og nautgripa. Stoðefni úr fiski gefur því ákveðið forskot þar sem ekkert er um trúarlegar hindranir, eins og þegar um vörur úr svínavef er að ræða. Þá smitast ekki sjúkdómar úr fiskum í menn, ólíkt vefjum manna og dýra.

GRÍPTU TÆKIFÆRIÐ

500 ÞÚS. KR. KAUPAUKI FYLGIR QASHQAI

Innovation that excites

NISSAN QASHQAI

NISSAN QASHQAI DÍSIL 4WD
VERÐ FRÁ 4.990 ÞÚS. KR.

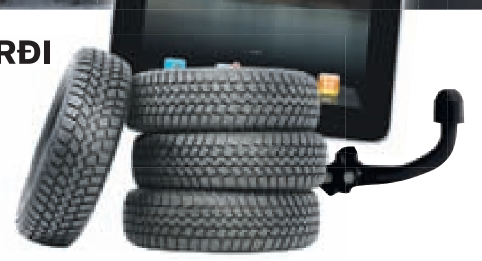
Þeir sem kaupa Qashqai eru að leita að fallegum fjórhjóladrifnum bíl sem er hagkvæmur í rekstri og góður í endursölu.

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



ENNEMM / SIA / NM58914

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

GE bílar, Reykjanesbæ, www.bilahusid.is, 420 0400
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

DEBENHAMS

Stærsti Sprengidagur ársins

25% AF

ÖLLUM VÖRUM
EN 20% AF SNYRTIVÖRUM

OPIÐ Í DAG FRÁ KL 9 - 24 NÝTT KORTATÍMABIL

MORGUNHANATILBOÐ FRÁ KL. 9-13

gorgeous DEBENHAMS

40% afsláttur af öllum Gorgeous undirfötum

40% afsláttur af Lounge and Sleep sloppum

THE COLLECTION DEBENHAMS
redherring

40% afsláttur af öllum Debenhams dömuskóm

40% afsláttur af Debenhams herranáttfötum

THOMAS NASH

40% afsláttur af Thomas Nash jakkafötum og buxum

ESPRIT

30% afsláttur af ESPRIT dömufatnaði

40% afsláttur af öllum leikföngum

25% AF

ÖLLUM SNYRTIVÖRU-GJAFAKÖSSUM

TICKET TO HEAVEN

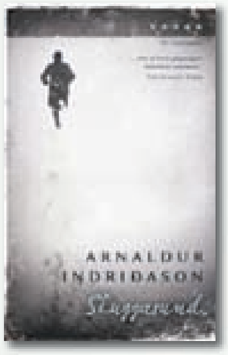
30% afsláttur af Ticket to Heaven vörum

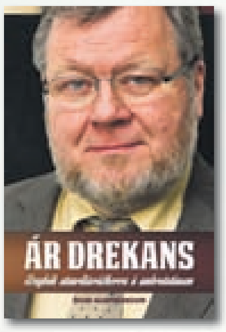
Finndu okkur á facebook

DEBENHAMS
SMÁRALIND
KONUR
HERRAR
BÖRN
SNYRTIVÖRUR

METSÖLULISTI EYMUNDSSON

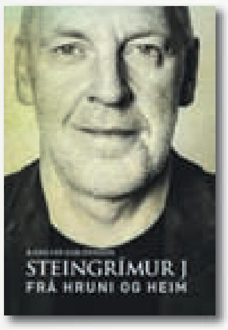
VIKAN 06.11.13 – 12.11.13

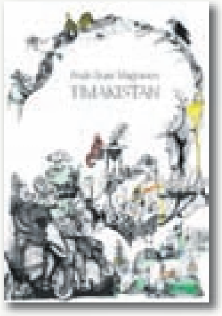




1 Skuggasund
Arnaldur Indriðason

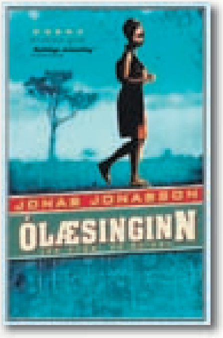
2 Ár drekans
Össur Skarphéðinsson

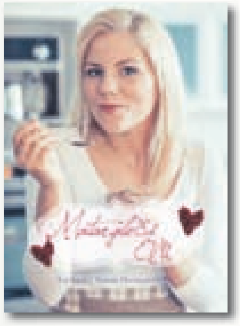




3 Frá hruni og heim
Björn Þór Sigurbjörnsson

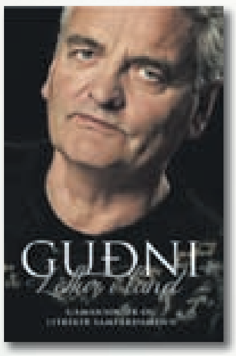
4 Tímakistan
Andri Snær Magnason

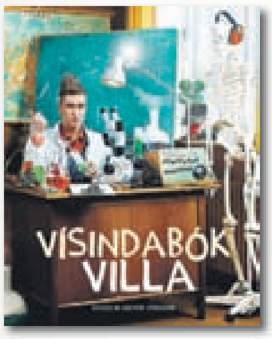




5 Ólæsinginn sem kunni að reikna
Jonas Jonasson

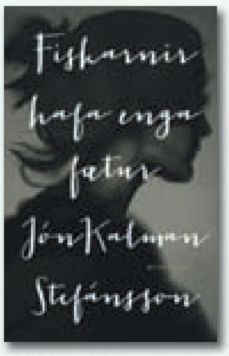
6 Matargleði Evu
Eva Laufey Kjarna Hermansdóttir

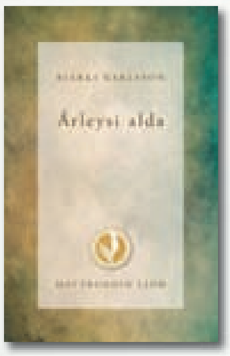




7 Guðni léttur í lund
Guðni Ágústsson

8 Vísindabók Villa
Vilhelm Anton Jónsson





9 Fiskarnir hafa enga fætur
Jón Kalman Stefánsson

10 Árleysi alda
Bjarki Karlsson

SAMKVÆMT BÓKSÖLU Í PENNANUM EYMUNDSSON UM LAND ALLT

Penninn Eymundsson

Á LEIÐINNI FRÁ TACLOBAN Bandaríkjaher hefur aðstoðað við að flytja fólk frá borginni, sem varð einna verst úti í hamförunum. FRÉTTABLAÐIÐ/EPA

Ástandið versnar með hverjum degi

Hjálparstarf er komið í fullan gang á Filippseyjum. Barnahjálp Sameinuðu þjóðanna segir fjórar milljónir barna þurfa á aðstoð að halda. Sameinuðu þjóðirnar segja þörf á nærri 40 milljörðum króna til að standa straum af hjálparstarfinu.

FILIPPSEYJAR Sameinuðu þjóðirnar óska eftir nærri 40 milljörðum króna til að standa straum af hjálparstarfi á Filippseyjum.

Ástandið er afar erfitt í Tacloban og víðar á hamfarasvæðunum, öngþveiti mikið og ólga. Átta manns létu lífið í gær þegar þúsundir manna réðust inn í hrísgrjónageymslur á vegum stjórnvalda, og hirti fólk þar meira en hundrað þúsund poka af hrísgrjónum.

Hjálparstofnanir reyna eftir megni að koma hjálpargögnum til fólks, vatni, matvælum og lyfjum, fatnaði og tjöldum.

„Áherslan er fyrst á að koma vatni til fólks og huga að hreinlætismálum,“ segir Stefán Ingi Stefánsson, framkvæmdastjóri UNICEF á Íslandi. „Svo er það barnavernd og skólamálin. Það þarf að koma börnunum frekar hratt aftur í nám.“

Hann segir hjálparstarfið á Filippseyjum vera komið á fullan skrið, fólk sé komið á alla afskekktustu staðina og byrjað að vinna þar, þótt ekki hafi heyrst frá því öllu enn vegna samskiptaerfiðleika.

Barnahjálp Sameinuðu þjóðanna (UNICEF) segir fjórar milljónir barna í þörf fyrir aðstoð. Ástandið versni með hverjum deginum sem líður.

Allt að 2,8 milljónir barna á hamfarasvæðunum hafi misst heimili sín og þúsundir skóla og barnaheimila hafi eyðilagst.

Opinberlega tala stjórnvöld á Filippseyjum nú um að hamfarirnar hafi kostað hátt í 2.500 manns lífið, nærri fjögur þúsund hafi slasast og 79 manns sé enn saknað.

Tugir þúsunda húsa eyðilögðust og um 600 þúsund manns eru á hrakhólum.

Enn var þó ekki búið að kanna ástandið í mörgum bæjarfélögum, þannig að heildartjónið er enn óljóst.

Hægt er að styrkja neyðarhjálp UNICEF á Filippseyjum til dæmis með því að senda sms-ið „barn“ í númerið 1900, og fara þá 1900 krónur í söfnunina. gudsteinn@frettabladid.is

Róleg fellibyljatíð þetta árið

Að undanskildum ógnarbylnum Haiyan, sem lagði stór svæði á Filippseyjum í rúst í lok síðustu viku, hefur fellibyljatíðin í ár verið í meðallagi. Samkvæmt upplýsingum frá Alþjóðaveðurfræðistofnuninni hafa 86 hitabeltislægðir skotið upp kollinum það sem af er árinu, en meðaltalið frá 1981 er aðeins þremur meira en það. Sérlega rólegt hefur verið á Atlantshafinu, því einungis tvær af tólf hitabeltislægðum þar hafa náð því að teljast fellibyljir. Hvorugur þeirra varð þó sérlega öflugur. Á vestanverðu Kyrrahafi hefur ólgan verið meiri. Þrjátíu hitabeltislægðir hafa gengið þar yfir, en ársmeðaltalið er 26. Þrettán af þeim voru fellibyljir, þar á meðal Haiyan hinn ógurlegi sem Filippseyingar fengu að kynnast og reyndist vera einn öflugasti fellibylur sögunnar.

Kynningarfundur um borgaralega fermingu 2014

Verið velkomin á kynningarfund Siðmenntar í stóra salnum í Háskólabíó laugardaginn 16. nóvember kl. 11:00.

Öll ungmenni & foreldrar/aðstandendur velkomnir.

Það er dýrmætt að eiga val

Upplýsingar og skráning í námskeiðin á www.sidmennt.is
eða í síma 557-3734 og 844-9211

SIÐMENNT

Katla

PIPARKÖKU-HÚSALEIKUR

BYRJAÐU STRAX AÐ HANNA DRAUMAPIPARKÖKUHÚSIÐ

Allir sem taka þátt fara sjálfkrafa í pott og geta unnið glæsilega **KitchenAid** hrærivél

GLÆSILEGIR VINNINGAR

50.000 kr. gjafabréf frá Debenhams
40.000 kr. gjafabréf frá DÚKA
30.000 kr. gjafabréf frá Líf og list
Barnaflokkur 66° Norður peysa & bíómiðar

Skil á húsum er mánudaginn **4. desember milli klukkan 16 og 19** í Smáralind.

Nánar á **katla.is**

KOMDU FJÖLSKYLDUNNI Í JÓLASKAP!
Einfaldaðu málið. Piparkökumixið og glassúrinn hentar arkitektum á öllum aldri

Líf&List SMÁRALIND · DEBENHAMS · 66° NORÐUR · SMÁRALIND · DÚKA

Vissir þú að...
holl og góð fæða stuðlar að líkamlegu heilbrigði sem börn eiga rétt á
Barnaheill
Save the Children á Íslandi

HEIMURINN

Karl Bretaprins fer á eftirlaun

1 **BRETLAND** Karl Bretaprins kemst á eftirlaun í dag, þegar hann nær 65 ára aldri. Hann bíður þó enn eftir því að taka við þeirri stöðu, sem hann áratugum saman hefur beðið eftir að taka við: Konungstign í Bretlandi. Aldrei í sögu Bretlands hefur krónprins beðið jafn lengi eftir því að verða konungur, en sú bið hefur í raun staðið yfir frá því Elísabet móðir hans varð drottning árið 1952, en þá var hann þriggja ára.

Stjórnarher náði hverfi

2 **SÝRLAND** Stjórnarherinn í Sýrlandi hefur náð á sitt vald einu hverfanna í suðurhluta Damaskus, en í meira en ár hefur stjórnarherinn barist við uppreisnarmenn um yfirráðin í mörgum úthverfa borgarinnar. Síðustu vikurnar hefur stjórnarhernum orðið meira ágengt en uppreisnarmönnum, enda fengið aðstoð frá sjítum í Líbanon og Írak.

Barni bjargað í heiminn

3 **UNGVERJALAND** Á sjúkrahúsi í Ungverjalandi hefur fæðst í heiminn barn móður, sem í þrjá mánuði hefur verið heiladauð. Móðirin fékk heilablóðfall þegar hún var kominn 15 vikur á leið, en barnið fæddist í sumar á 27. viku meðgöngunnar. Læknar skýrðu frá því í gær að tveimur dögum eftir fæðinguna hefðu líffæri úr móðurinni, hjarta, nýru, lifur og bris, verið flutt í fjóra líffæraþega.

Samráðsfundur haldinn í Bláa Lóninu í gær:

Ísland fær sæti í nefnd Alþjóðabanka

ALÞJÓÐASAMSTARF Samráðsfundur ráðherra kjördæmis Norðurlanda og Eystrasaltsríkja í Alþjóðabankanum, ásamt forseta bankans, dr. Jim Kim, fór fram í gær við Bláa lónið.

Gunnar Bragi Sveinsson utanríkisráðherra sat fundinn fyrir hönd Íslands. Alþjóðabankinn er meðal helstu samstarfsstofnana Íslands á sviði þróunarsamvinnu og mun Ísland sitja í þróunarnefnd Alþjóðabankans og Alþjóðagjaldeyrissjóðsins fyrir hönd kjördæmisríkjanna átta á næsta ári.

Í BLÁA LÓNINU Vel fór á með þeim sem sátu samráðsfundinn í Bláa lóninu í gær. MYND/UTANRÍKISRÁÐUNEYTIÐ

Á fundinum var meðal annars rætt um stefnu bankans um útrýmingu örbirgðar og aukna velmegun fyrir þá fátækustu og stöðuna varðandi endurfjármögnun Alþjóðaframfarastofnunarinnar. - fb

GOTT ÚRVAL AF NÝLEGUM GÆÐABÍLUM

VW Passat Alltrack 4motion. Árgerð 2012, dísil Ekinn 20.000 km, sjálfsk.

Ásett verð **6.290.000,-**

MM Pajero 3,2 Instyle Árgerð 2012, dísil Ekinn 21.000 km, sjálfsk.
Ásett verð **8.790.000,-**

Audi A4 2.0 TDI Árgerð 2012, dísil Ekinn 26.000 km, sjálfsk.
Ásett verð **5.390.000,-**

VW Tiguan Sport&Style TDI. Árgerð 2013, dísil Ekinn 31.500 km, sjálfsk.
Ásett verð **5.950.000,-**

Toyota Land Cruiser 150 VX. Árgerð 2011, dísil Ekinn 58.000 km, sjálfsk.
Ásett verð **9.890.000,-**

Komdu og skoðaðu úrvalið!
Laugavegi 174 | Sími 590 5040
Opið virka daga frá kl. 10-18
og laugardaga kl. 12-16
HEKLA NOTAÐIR BÍLAR

ALLAR UPPLÝSINGAR BIRTAR MEÐ FYRIRVARA UM PRENTVILLUR

SMÁRALIND
Góða skemmtun

OPIÐ: VIRKA DAGA 11-19 FIMMTUDAGA 11-21 LAUGARDAGA 11-18 SUNNUDAGA 13-18 WWW.SMARALIND.IS FINNDU OKKUR Á facebook

20% afsláttur af öllum vörum MOA	**20% afsláttur** af öllum vörum THE BODY SHOP	**10 bita blandaður Sushidiskur** 1.590 kr. ADESSOSUSHI	**Valdir Adessoréttir** á 1.590 kr. CAFÉ ADESSO	**20% afsláttur** af öllum silfurskartgripum meba | rhodium	**20-60% afsláttur** af öllum úrum JÓN & ÓSKAR
20% afsláttur af öllum vörum JOE BOXER	**1 klst. tímakort** á aðeins 1.990 kr. (gildir frá kl. 16). Barnagæsla opin til kl. 20 Skemmtigarðurinn Smáralind	**20% Vildar-klúbbsafsláttur** af öllum vörum Eymundsson	**Sony Xperia Tipo** Android 4 snjallsími Verð nú: 14.990 kr. Verð áður 19.990 kr. vodafone	**1.000 kr. tilboð** 12" bátur og miðstærð af gosi SUBWAY	**20% afsláttur** af öllum vörum ÚTILÍF
25% afsláttur af öllum vörum UNITED COLORS OF BENETTON	**10-30% afsláttur** af öllum vörum Levi's	**20% afsláttur** af snyrtivörum **25% afsláttur** af öllum öðrum vörum DEBENHAMS	**20% afsláttur** af öllum vörum SIX	**20% afsláttur** af öllum fatnaði frá 66° Norður 66° NORÐUR	**20% afsláttur** af öllum vörum ESPRIT
20% afsláttur af öllum vörum Bata Skóverslun Smáralind	**20% afsláttur** af öllum tölvuleikjum GAME stöðin	**20% afsláttur** af allri tónlist S·K·Í·F·A·N	**15% afsláttur** af öllum skóm BOSSANOVA	**20% afsláttur** af öllum vörum POLARN O. PYRET	**20% afsláttur** af öllum vörum nema hörðum ferðatöskum Drangey
20% afsláttur af öllum glösum og kertastjökum Líf&List Smáralind	**20% afsláttur** af öllum skóm **Aukaafsláttur** af völdum vörum STEINAR WAAGE SKÓVERSLUN	**20% afsláttur** af öllum skóm **Aukaafsláttur** af völdum vörum ecco	**30% afsláttur** af öllum vörum XL Dressmann	**20% afsláttur** af öllu nema jólavörum name it	**10% afsláttur** af öllum vörum **30% afsláttur** af úlpum og hettupeysum JACK & JONES
10% afsláttur af öllum vörum **20% afsláttur** af öllum peysum SELECTED HOMME	**15% afsláttur** af öllum vörum SELECTED FEMME	**30% afsláttur** af öllum vörum Dressmann	**15% afsláttur** af öllum vörum VERO MODA	**20% afsláttur** af öllum Cintamani vörum CINTAMANI	**20-50% afsláttur** af völdum vörum herra GARÐURINN

ALLAR UPPLÝSINGAR BIRTAR MEÐ FYRIRVARA UM PRENTVILLUR

SMÁRALIND
Góða skemmtun

OPIÐ: VIRKA DAGA 11-19 FIMMTUDAGA 11-21 LAUGARDAGA 11-18 SUNNUDAGA 13-18 WWW.SMARALIND.IS FINNDU OKKUR Á facebook

20% afsláttur af öllum skóm — gs skór	**20% afsláttur** af öllum skóm — focus	**20% afsláttur** af öllum vörum — DÝRABÆR	**20% afsláttur** af öllum vörum — CORNER	**20% afsláttur** af Hátíðarkaffi, Jólatei og jóladrykkjum. — TE & KAFFI	**20% afsláttur af öllum vörum** — DÚKA
20% afsláttur af öllum vörum — KARAKTER KONUR	**20% afsláttur** af öllum vörum — DOGMA	**20% afsláttur** af öllum vörum — JÚNÍK	**20% afsláttur** af öllum vörum **25-50% afsláttur** af völdum vörum — Móðir Kona Meyja	**Nýtt** Létt og brakandi ferskt pastasalat 1.790 kr. — energia RESTAURANT - KAFFI - BAR	**20% afsláttur** af öllum vörum — KITCHEN LIBRARY
20% afsláttur af öllum vörum — Ice in a bucket	**20% afsláttur** af öllum vörum auk fleiri tilboða í verslun — BOYS	**20% afsláttur** af öllum vörum — smárar	**20% afsláttur** af öllum vörum **30% afsláttur** af skarti — ORGINAL	**5 fyrir 4** af öllu jólaskrauti auk fleiri tilboða í verslun — MegaStore	**20% afsláttur** af öllu **40% afsláttur** af völdum vörum — TOPSHOP
25% afsláttur af öllum vörum **40% afsláttur** af völdum vörum — DOROTHY PERKINS	**25% afsláttur** af öllum vörum **40% afsláttur** af völdum vörum — evans.	**25% afsláttur** af öllum vörum — KAREN MILLEN	**15% afsláttur** af öllum kjólum — E-LABEL	**15% afsláttur** af DR. Organic **Allt að 40%** afslátttur af öllum sportvörum — HOLLAND & BARRETT we're good for you	**20% afsláttur** af Chanel, Guerlain, klútum og Martinu-K töskum — ELEGANT
25% afsláttur af öllum vörum — Optical Studio	**20% afsláttur** af silfurkúlumenum með steinum — CARAT HAUKUR GULLSMIÐUR	**15-30% afsláttur** af völdum vörum — BJARKARBLÓM	**20% afsláttur** af fatnaði, skóm, jólaskrauti og jóla-kössum í snyrti-vörudeild — HAGKAUP Ein ferð betra verð	**20% afsláttur** af öllum servíettum og kertum — ALL OVER THE WORLD	**15-30% afsláttur** af völdum vörum — epli.is
20% afsláttur af öllum vörum **25% afsláttur** af völdum vörum — MAKE UP STORE	**Tvöfalt leðurarm-band og íslenska snjókúlan** á 14.900 kr. Verð áður: 17.800 kr. — PANDORA ÓGLEYMANLEG AUGNABLIK	**15% afsláttur** af öllum vörum — VILA CLOTHES	**2 fyrir 1** af öllum vörum — CHANGE Lingerie	**20% afsláttur** af öllum vörum — galleri sautján	**20% afsláttur** af öllum vörum — SMASH

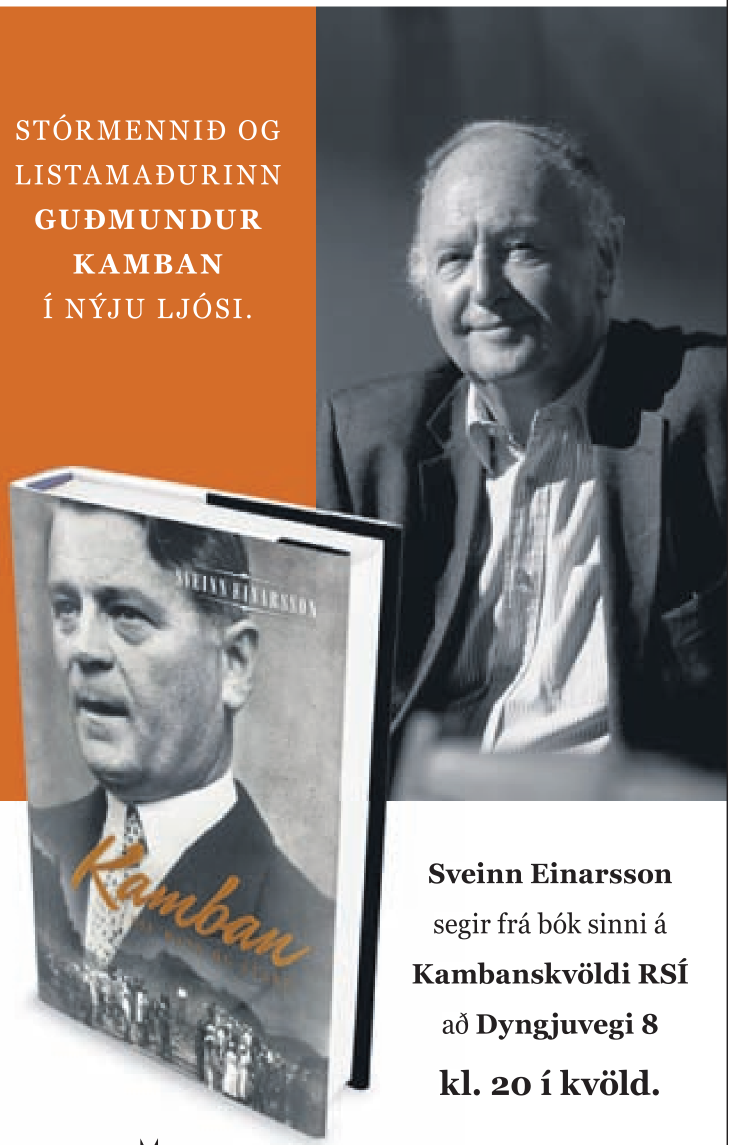
ALLAR UPPLÝSINGAR BIRTAR MEÐ FYRIRVARA UM PRENTVILLUR

SMÁRALIND
Góða skemmtun

OPIÐ: VIRKA DAGA 11-19 FIMMTUDAGA 11-21 LAUGARDAGA 11-18 SUNNUDAGA 13-18 WWW.SMARALIND.IS FINNDU OKKUR Á facebook

UMDEILDUR BRAUTRYÐJANDI

STÓRMENNIÐ OG LISTAMAÐURINN GUÐMUNDUR KAMBAN Í NÝJU LJÓSI.



Sveinn Einarsson segir frá bók sinni á Kambanskvöldi RSÍ að Dyngjuvegi 8

kl. 20 í kvöld.

VERIÐ VELKOMIN

MÁL OG MENNING

www.forlagid.is – alvöru bókaverslun á netinu

ÞRÖNG Á ÞINGI Þröng var á þingi í lyftunni sem Margrét og aðstoðarfólk hennar notaði í Hörpu. Margrét skoðaði menningarhúsið í fylgd forstjórans, Halldórs Guðmundssonar. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

HEIMSÓTTI ÞJÓÐMENNINGARHÚSIÐ Margrét Þórhildur heimsótti Þjóðmenningarhúsið og þar var hún í fylgd Guðrúnar Nordal, forstöðumanns Árnastofnunar. Drottningin skoðaði handritasýninguna og fékk einnig afhent fyrsta eintakið af bókinni Kaupmannahöfn sem höfuðborg Íslands.

MIÐNÆTUROPNUN
í Optical Studio, Smáralind

25% afsláttur af öllum vörum í dag

OPIÐ Í DAG, FIMMTUDAG, FRÁ KL. 10 – 24

Optical Studio SMÁRALIND

HEILSAÐI VIGDÍSI Danadrottning heilsaði Vigdísi Finnbogadóttur, fyrrverandi forseta Íslands, í hátíðarsal Háskóla Íslands. Þar flutti Annette Lassen fyrirlestur um Árna Magnússon og einnig fluttu ræður Illugi Gunnarsson mennta- og menningarmálaráðherra og Guðrún Nordal.

Í GERÐARSAFNI Margrét Þórhildur Danadrottning heimsótti Gerðarsafn í Kópavogi. Þar sýndi hún sérstakan áhuga á handriti sem kom til Íslands frá Kaupmannahöfn árið 1991 og hefur verið kallað Íslenska teiknibókin. Guðbjörg Kristjánsdóttir, listfræðingur og safnstjóri Gerðarsafns, fræddi drottninguna um handritið. Sigmundur Davíð Gunnlaugsson forsætisráðherra og Ólafur Ragnar Grímsson forseti fylgdust áhugasamir með.

Make-up: Le Teint Touche Eclat B30, Touche Eclat penni nr. 02, Eye liner Baby Doll nr 0, Mascara volume Faux Cils Baby Doll nr 1, Rouge Pur Couture Vernis á Lévres Rebel Nudes nr. 103, La Laque nr 11.

YVES SAINT LAURENT

MASCARA VOLUME EFFET CILS *baby doll*

ÓMÓTSTÆÐILEGA DJARFUR, FULLKOMLEGA SEIÐANDI.

Nýr tælandi maskari, Baby Doll frá Yves Saint Laurent. Listræn augnhár allt til enda. Marghliða bursti byggir upp þykktina, augnhár fyrir augnhár, mótar þau, aðskilur og margfaldar umfang þeirra. Áberandi og opið augnaráð hennar dregur að sér alla athyglina. Saklaus tæling. Ómótstæðileg.

YVES SAINT LAURENT

KYNNING Í HAGKAUP KRINGLUNNI, HOLTAGÖRÐUM OG SMÁRALIND 14.-20. NÓVEMBER

20% AFSLÁTTUR AF ÖLLUM FARÐA

YSL snyrtibudda full af YSL sýnishornum fylgir þegar keyptir eru 2 eða fleiri hlutir í línunni.

Handleiðsla kennara í tengslum við samevrópska nýtniviku:

Listasmiðjur fyrir börn

LISTASMÍÐI Verk frá því í fyrra.

Listasmiðjur verða haldnar sunnudaginn 17. nóvember fyrir 6 til 12 ára börn og forráðamenn í Norræna húsinu í tengslum við Nýtniviku Reykjavíkur. Markmið vikunnar, sem er samevrópsk, er að draga úr myndun úrgangs og hvetja fólk til að nýta hluti betur, að því er segir á vef Reykjavíkurborgar.

Í listasmiðjunni munu þátttakendur meðal annars búa til stól undir handleiðslu kennara við Myndlistaskólann í Reykjavík. Unnið verður með það fjölbreytta úrval af pappír sem borgarbúar flokka nú frá öðrum úrgangi og setja í bláu tunnuna. Skráning er á netfangið nh@nordice.is eða í síma 551 70 90 fyrir föstudaginn 15. nóvember. Smiðjurnar eru haldnar kl.12.30-14 og 15-16.30.

Tillaga frá Borgarbókasafni um gjaldskrárhækkun:

Hámarkssekt á einstakling verði 6.000 kr.

Borgarbókasafn hefur lagt til að verð á skírteinum, sem nú kosta 1.700 krónur, verði hækkað upp í 1.900 krónur um áramótin. Á heimasíðu safnsins er bent á að skírteinin séu innifalin í Menningarkortum sem nú kosta 5.500 krónur á ári.

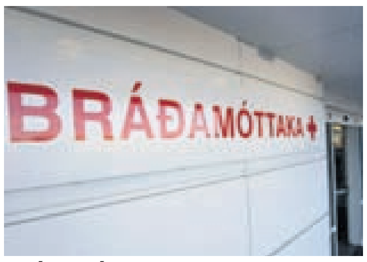
Lagt er til að hámarkssekt á einstakling hækka úr 4.000 krónum í 6.000 krónur um áramótin. Samkvæmt upplýsingum frá safninu hefur hámarkssekt ekki verið hækkuð í mörg ár.

Hámarkssekt á myndbönd og mynddiska er 1.400 krónur en hámarkssekt á gagn er 600 krónur. Dagsektir á bækur og önnur gögn eru 40 krónur en á myndbönd og mynddiska 400 krónur.

Á BÓKASAFNI Það getur verið dýrt að gleyma að skila mynddiskum og bókum.

Gögn frá bráðasviði Landspítalans:

Aukin tíðni heima- og frítímaslysa



BRÁÐAMÓTTAKA Hættan á heima- og frítímaslysum er mest hjá börnum yngri en fimm ára. FRÉTTABLAÐIÐ/PJETUR

Heima- og frítímaslysum hefur fjölgað síðastliðinn áratug, úr 38 slysum í 44 slys á hverja 1.000 íbúa samkvæmt gögnum frá bráðasviði Landspítalans. Fjölgun slysanna er mest hjá yngstu og elstu Íslendingunum, að því er kemur fram á vef Embættis landlæknis.

Þar segir jafnframt að heima- og frítímaslys hafi verið algengasta tegund slysa frá því að skráning í Slysaskrá Íslands hófst árið 2002, eða um helmingur allra skráðra slysa.

Þegar yngstu aldurshóparnir eru skoðaðir sést að hættan á heima- og frítímaslysum er mest hjá börnum yngri en fimm ára. Slysum hefur fjölgað einna mest í þeim aldurshópi undanfarinn áratug eða úr 67 í 83 slys á hverja 1.000 íbúa. Meðal drengja á þessum aldri hefur slysum fjölgað úr 72 í 92 slys á hverja 1.000 íbúa síðastliðinn áratug. Slysum stúlkna á þessu aldursskeiði hefur fjölgað úr 62 í 74 slys á hverja 1.000 íbúa frá 2003 til 2012.

GRÖFIN Á FJALLINU EFTIR HJORTH ROSENFELDT

„Hvergi er slegin feilnóta, textinn er vel skrifaður og þýðingin góð.“

STEINÞÓR GUÐBJARTSSON, MORGUNBLAÐIÐ UM MEISTARANN

„Besti krimmi jólavertíðarinnar.“
FB, FRÉTTABLAÐIÐ UM MEISTARANN

DYNAMO REYKJAVÍK

BJARTUR

MATARÆÐI Mikilvægt er að finna út hvaðan aukakaloríurnar í fæði barnanna koma. NORDICPHOTOS/AFP

Þáttur foreldra í offitu barna er afgerandi

Pétur Benedikt Júlíusson, yfirlæknir á háskólasjúkrahúsinu í Bergen í Noregi, segir foreldra ekki alltaf gera sér grein fyrir ofþyngd barna sinna. Möguleg skýring að mati yfirlæknisins er sú að þau skera sig ekki úr vegna fjölda of þungra barna.

Þáttur foreldra í þyngd barna er afgerandi. Þetta segir Pétur Benedikt Júlíusson, yfirlæknir á deild Haukeland-háskólasjúkrahússins í Bergen í Noregi fyrir of feit börn.

„Það þarf að gefa þætti foreldra meiri gaum. Foreldrarnir bera ábyrgð á því hvað börnin borða og hvað þau gera í frístundum, einkum þegar þau eru lítil,“ segir hann.

Pétur bendir á að vægi erfða og umhverfis sé líklega jafnt. Þá segi það sig sjálft að þáttur foreldra sé mikill.

Niðurstöður vaxtarmælinga Péturs á 8.300 börnum í Bergen frá 2003 til 2006 og viðhorfum foreldra þeirra leiddu í ljós að foreldrar gera sér ekki alltaf grein fyrir ofþyngd barna sinna. „Í 90 prósentum tilfella, þegar um var að ræða ofþyngd leikskólabarna, fannst foreldrunum þyngd barnsins eðlileg. Í 61 prósenti tilfella ofþyngdar hjá 6 til 12 ára börnum gerðu foreldrar sér ekki grein fyrir henni.

„Skýringin á því kann að vera sú að börn þeirra skera sig ekki úr þar sem svo mörg börn eru of þung,“ segir Pétur.

Hann tekur það fram að einnig geti verið að foreldrar líti á það sem hraustleikamerki að barnið sé í þyngri kantinum. Þetta undirstriki mikilvægi þess að vera með rútínumælingar.

Vinnuhópur á vegum norska heilbrigðisráðuneytisins, sem Pétur var í, lagði til fleiri skylduþyngdarmælingar en höfðu verið. „Áður var aðeins ein skylduþyngdarmæling þegar barnið var sex vikna. Nú eru börnin vigtuð sjö sinnum á fyrsta árinu, tvisvar sinnum á öðru ári, þegar þau eru fjögurra ára og í 1., 3. og áttunda bekk. Þar með er hægt að grípa fyrr inn í. Það er erfiðara að losna við offitu þegar maður er orðinn fullorðinn.“

Pétur segir alveg hættulaust að taka þessi mál upp við börn. „Við höfum meðhöndlað of feit börn frá 2004 og höfum ekki upplifað neitt tilvik af lystarstoli. Heilsugæsluhjúkrunarfræðingar hér hafa verið hræddir við að taka þetta upp en engar rannsóknar hafa sýnt fram á að slík nálgun leiði af sér lystarstol.“

Foreldrar taka þátt í meðferð of feitra barna á sjúkrahúsinu hjá Pétri. „Það er mikilvægt að finna út hvaðan aukakaloríurnar í fæði barnanna koma auk þess sem koma þarf á góðum venjum tengdum matmálstímum. Við mælum ekki með því að fjölskyldan borði fyrir framan sjónvarpið og tölvuna. Mikilvægt er að gera sér grein fyrir því að hægt er að hafa það „huggulegt“ á annan hátt en að borða.

Börn sem hafa sjónvarp inni í herberginu sínu eða eyða of miklum tíma fyrir framan skjá eiga einnig á hættu að verða of þung. Slíkt leiðir auðveldlega til aðgerðaleysis.

Það þarf að gefa þætti foreldra meiri gaum. Foreldrarnir bera ábyrgð á því hvað börnin borða og hvað þau gera í frístundum.

Pétur Benedikt Júlíusson, yfirlæknir á háskólasjúkrahúsinu í Bergen í Noregi.

90% foreldra fannst þyngd barnsins eðlileg þegar um var að ræða ofþyngd leikskólabarna.

61% foreldra 6 til 12 ára barna gerði sér ekki grein fyrir ofþyngd þeirra.

Pétur segir að til séu rannsóknir sem sýni að allt að 70 prósent barna séu of þung ef báðir foreldrarnir eru of þungir. Sé annað foreldrið of þungt eru 40 prósent barnanna of þung. „Lífsstílsmeðferð fjallar eiginlega um að koma á þeim lífsstíl sem passar okkar náttúru.“

ibs@frettabladid.is

TOPPBÍLAR

Fullt af flottum bílum á planinu

1.390.000 kr.

TOYOTA Avensis wagon sol. Árg. 2005.
Ekinn 139.000 km. bensín, 5 gírar.
Verð 1.690.000.- **TILBOÐ 1.390.000.-**
Rnr.380163.

4.390.000 kr.

TOYOTA Land cruiser 120 vx. Árg. 2007.
Ekinn 145.000 km. dísel, sjálfskiptur.
Verð 5.190.000.- **TILBOÐ 4.390.000.-**
Rnr.380233.

1.590.000 kr.

TOYOTA Yaris terra. Árg. 2010.
Ekinn 77.000 km. bensín, 5 gírar.
Verð 1.790.000.- **TILBOÐ 1.590.000.-**
Rnr.132889.

949.000 kr.

TOYOTA Rav4 langur 4wd. Árg. 2005.
Ekinn 168.000 km. bensín, sjálfskiptur.
Verð 1.290.000.- **TILBOÐ 949.000.-**
Rnr.132563.

3.790.000 kr.

LEXUS Rx400h. Árg. 2007.
Ekinn 106.000 km. bensín, sjálfskiptur.
Verð 4.390.000.- **TILBOÐ 3.790.000.-**
Rnr.380238.

499.000 kr.

FORD Focus trend station. Árg. 2004.
Ekinn 137.000 km. bensín, 5 gírar.
Verð 790.000.- **TILBOÐ 499.000.-**
Rnr.132475.

990.000 kr.

TOYOTA Corolla 1,4 vvti. Árg. 2005.
Ekinn 134.000 km. bensín, 5 gírar.
Verð 1.190.000.- **TILBOÐ 990.000.-**
Rnr.371364.

899.000 kr.

TOYOTA Rav4 langur 4wd. Árg. 2003.
Ekinn 178.000 km. bensín, sjálfskiptur.
Verð 1.190.000.- **TILBOÐ 899.000.-**
Rnr.132665.

3.990.000 kr.

NISSAN Pathfinder. Árg. 2009.
Ekinn 91.000 km. dísel, sjálfskiptur.
Verð 4.990.000.- **TILBOÐ 3.990.000.-**
Rnr.132614.

499.000 kr.

SUZUKI Grand vitara. Árg. 2004.
Ekinn 159.000 km. bensín, 5 gírar.
Verð 890.000.- **TILBOÐ 499.000.-**
Rnr.286107.

1.290.000 kr.

TOYOTA Yaris terra. Árg. 2008.
Ekinn 89.000 km. bensín, 5 gírar.
Verð 1.490.000.- **TILBOÐ 1.290.000.-**
Rnr.335808.

1.750.000 kr.

TOYOTA Prius. Árg. 2007.
Ekinn 105.000 km. bensín, sjálfskiptur.
Verð 2.190.000.- **TILBOÐ 1.750.000.-**
Rnr.335452.

2.390.000 kr.

SUBARU Legacy outback. Árg. 2008.
Ekinn 135.000 km. bensín, sjálfskiptur.
Verð 2.790.000.- **TILBOÐ 2.390.000.-**
Rnr.286066.

1.390.000 kr.

TOYOTA Corolla s/d sol. Árg. 2006.
Ekinn 115.000 km. bensín, sjálfskiptur.
Verð 1.690.000.- **TILBOÐ 1.390.000.-**
Rnr.371269.

2.190.000 kr.

SUBARU Impreza sport. Árg. 2009.
Ekinn 69.000 km. bensín, sjálfskiptur.
Verð 2.590.000. **TILBOÐ 2.190.000 kr.**
Rnr.132464.

1.990.000 kr.

TOYOTA Prius. Árg. 2008.
Ekinn 83 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur.
Verð 2.490.000.- **TILBOÐ 1.990.000.-**
Rnr.380224.

3.490.000 kr.

LEXUS Rx350 exe. Árg. 2007.
Ekinn 123.000 km. bensín, sjálfskiptur.
Verð 3.890.000.- **TILBOÐ 3.490.000.-**
Rnr.371242.

1.390.000 kr.

BMW X5 3,0i. Árg. 2002.
Ekinn 149.000 km. bensín, sjálfskiptur.
Verð 1.890.000.- **TILBOÐ 1.390.000.-**
Rnr.371337.

490.000 kr.

OPEL Zafira-a comfort. Árg. 2003.
Ekinn 156.000 km. bensín, sjálfskiptur.
Verð 690.000.- **TILBOÐ 490.000.-**
Rnr.336084.

749.000 kr.

TOYOTA Yaris terra. Árg. 2006.
Ekinn 168.000 km. bensín, 5 gírar.
Verð 990.000.- **TILBOÐ 749.000.-**
Rnr.371261.

Tobías Sveinbjörnsson
Beinn sími: 587 2050

Agnar Þórisson
Beinn sími: 587 2054

Hafsteinn Vilbergsson
Beinn sími: 587 2051

ergo

Afgreiðslutími: mán - fös 10 - 18 og lau 12 - 16

TOPPBÍLAR Kletthálsi 2 / 110 Reykjavík / Sími: 587 2000 / www.toppbilar.is

Birt með fyrirvara um innsláttarvillur

Skráargatið innleitt:

Auðveldara að velja holla vöru

Samnorræna merkið Skráargatið, sem er á umbúðum matvara sem uppfylla ákveðin skilyrði varðandi innihald næringarefna, hefur nú verið innleitt á Íslandi. Markmiðið með Skráargatinu er að neytendur geti á einfaldan hátt valið hollari matvöru. Í matvælum merktum með samnorræna merkinu er minni og hollari fita, minni sykur, minna salt og meira ef trefjum og heilkorni.

Auk þess að vera upplýsandi fyrir neytendur hvetur merkið matvælaframleiðendur til að þróa hollari matvörur og stuðlar þannig að auknu úrvali á hollum mat.

Innkalla barna-ömmustóla:

Börnin geta runnið út fyrir

Verslunin Babysam ákvað nýverið að innkalla barna-ömmustóla af gerðinni Venus.

Ástæða innköllunarinnar er sú að börn geta runnið úr stólunum og slasast ef þeir eru teknir upp á leikslá sem er staðsett fyrir ofan sætið. Einnig er hætta á að börn klemmi fingur ef þau velta fram fyrir sig í stólnum.

Stólarnir sem um ræðir voru seldir í kössum sem merktir eru BabySam og voru seldir á tímabilinu mars til september 2013.

Babysam biður þá viðskiptavini sem keyptu slíkan stól að skila honum í verslun fyrirtækisins í Mörkinni.

Dýrir skór ódýrari en ódýrir

Jónína Sigurbjörnsdóttir skósmiður segir vel getað borgað sig að láta gera við slitna skó. Það eigi sérstaklega við um vandaða og dýra skó. Íslenskir skósmiðir séu góðir og ódýrir. Minnsta viðgerð kostar eitt þúsund krónur.

„Yfirleitt er ódýrara að kaupa dýrari skó af því að það er hægt að fara með þá svo oft í viðgerð í staðinn fyrir að henda þeim og kaupa nýja," segir Jónína Sigurbjörnsdóttir skósmiður hjá Skóvinnustofu Sigurbjörns Þorgeirssonar í Austurveri.

Jónína segir að svipað hlutfall fólks hafi sótt til skósmiða í gegnum árin. „En með ódýrari skóm má þó segja að fólk komi síður með þá. Það borgar sig ekki að gera við ódýra skó," bendir hún á.

Alltaf séu einhverjir úr hópi þeirra sem eigi dýrari skó sem láti gera við þá. „Það er hægt að fá margfalda endingu út úr einu skópari í stað þess að kaupa nýja í hvert skipti. Fyrir utan að fólki líður betur í vandaðri skóm," segir Jónína.

Aðspurð segir Jónína miklar framfarir í viðgerðarefnum. „Konur kvarta oft undan að það heyrist mikið í hælum. Nú er komið nýtt pólýúretan-efni og það liggur við að skórnir verði hljóðlausir," segir hún. „Það eru líka komnar fleiri tegundir af örþunnum sólum sem fólk lætur jafnvel setja undir alveg splunkunýja skó."

Mikilvægt er að draga ekki of lengi að koma með til viðgerðar skó sem farnir eru að gefa eftir. „Það er minni tími sem fer í betur farna skó. Í verði skiptir það auðvitað mjög miklu máli," segir Jónína.

Minnsta viðgerð hjá Skóvinnustofu Sigurbjörns kostar eitt þúsund krónur. Jónína segir skósmiði á Íslandi þykja í sérflokki. Erlendis sé víða ekki lögverndun á iðninni eins og hér þar sem þriggja ára nám liggi að baki. „Erlendis þar sem ekki er skylda að læra iðnina eru viðgerðirnar einfaldlega ljótar og ekki ódýrari," segir Jónína hreint út.

> **„Það er til dæmis þó nokkuð um að ungar stúlkur komi með skó sem amma átti.**
>
> *Jónína Sigurbjörnsdóttir skósmiður*

Að sögn Jónínu eru flestar kynslóðir meðal viðskiptavina. Oft komi fólk með gamla skó sem detti aftur í tísku. „Það er til dæmis þó nokkuð um að ungar stúlkur komi með skó sem amma átti. Það liggur við að það sé hægt að halda lífinu endalaust í skóm sem eru vandaðir," segir hún.

Nú þegar veturinn er farinn að rumska segir Jónína að huga þurfi betur að skóbúnaði. Til séu fjölmargar gerðir mannbrodda undir skó auk þess sem sumir fái grófari sóla á haustin.

„Ef sólar eru mjög slitnir er auðvitað lítið sem ekkert grip í botninum og þeir verða sleipari. En ef það er hrein ísing er ekkert sem gagnast nema broddar og það eru til margar tegundir af þeim. Þetta er bara eins og það er betra að vera með negld dekk," útskýrir Jónína Sigurbjörnsdóttir.

gar@frettabladid.is

JÓNÍNA SIGURBJÖRNSDÓTTIR Íslendingar eru duglegir að koma með skó til viðgerðar, segir Jónína Sigurbjörnsdóttir í Skóvinnustofu Sigurbjörns. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

Flestar flugferðir á áætlun í október

Október er besti ferðamánuður þessa árs, þar sem þúsund fleiri farþegar fóru í flugi frá Keflavík en í ágúst. Vefsíðan Túristi.is greinir frá þessu.

Alls fóru 37.749 farþegar í flugi frá Keflavík í mánuðinum.

Nærri allar brottfarir Wow Air voru á áætlun í október og hjá Icelandair fóru níu af hverjum tíu vélum á tíma.

Komutímar í Keflavík stóðust sjaldnar en brottfarartímar, en 81,7% af komum hjá Icelandair voru á réttum tíma en 90,9% hjá Wow Air.

Meðalseinkun koma var 2,5 mínútur hjá Icelandair en 3 mínútur hjá Wow Air.

Flugfélögin tvö stóðu fyrir nærri 90% ferða frá landinu í október.

NEYTANDINN Inga Dóra Pétursdóttir, framkvæmdastýra UN Women á Íslandi

Frábært tilboð sem kostaði stórfé

Inga Dóra hefur staðið í ströngu upp á síðkastið þar sem hún hefur verið vakin og sofin við undirbúning Fiðrildafagnaðar sem fer fram í Hörpu í kvöld. Hún er ekki lengi að nefna þann hlut sem eru hennar bestu kaup.

„Það er síminn minn, i-Phone 5, sem ég keypti mér í New York í febrúar. Þetta er miklu meira en bara sími og nauðsynlegt að hafa slíkt til að vera í sambandi, sérstaklega þegar mikið er að gera eins og núna. Raunar var maðurinn minn að stríða mér á því að ég hefði teygt mig í símann í svefni til að tékka á tölvupóstinum."

Varðandi verstu kaupin segir Inga Dóra að þau hafi einmitt verið gerð í sömu ferð.

„Ég fór í Bath and Bodyworks þar sem ég ætlaði að kaupa mér sápur og krem, en þegar ég kom að kassanum sá ég að þetta voru alls konar tilboð þar sem önnur eða þriðja var ókeypis þannig að ég átti inni fimmtán aukreitis hluti sem ég gat auðvitað ekki neitað. Það endaði með því að ég þurfti að kaupa mér aukatösku til að koma þessu heim og ég sit uppi með sápur og krem sem endast í mörg ár þó að ég gefi þetta í allar gjafir. Þetta var frábært tilboð sem kostaði mig á endanum stórfé!"

Jólahátíð fatlaðra

2013

Fimmtudaginn 12. des. verður jólahátíð fatlaðra haldin í 31. sinn á Hilton Reykjavik Nordica

Húsið opnar kl: 19.00 Skemmtun stendur frá kl: 20:00 - 22.30

Að venju verða glæsileg tónlistaratriði

Sveppi og Villi
Magni
Ingó
Jóhannes Guðjónsson
Solla stirða og Íþróttaálfurinn úr Latabæ
Friðrik Dór
Eyþór Ingi
Laddi
Þór Breiðfjörð
Harold Burr
Vinir vors og blóma
Klaufar
Steindi Jr
Ásynjur
André Bachmann og Bjarni Þór
Hljómsveitin Mjallhvít
Páll Óskar ásamt dönsurum

Skólahljómsveit Árbæjar- og Breiðholts undir stjórn Snorra Heimissonar leikur í andyri frá 19:15

Kynnir er Sigmundur Ernir Rúnarsson Rithöfundur

Hljóðstjórn er í höndum Jóns Skugga

Heiðursgestur er Eygló Harðardóttir Félags- og húsnæðismálaráðherra

Aðstandendur hvattir til að mæta með sínu fólki
Frítt inn – Þökkum veittan stuðning

GRÆNN MARKAÐUR · PRINCE POLO · Coca-Cola · NÓI SÍRÍUS · HAPPDRÆTTI HÁSKÓLA ÍSLANDS · Hilton Reykjavik Nordica · VOX RESTAURANT

A WORLD OF INSPIRATION
the PIER
FOR YOUR HOME
Andreukerti
LÉTTAR VEITINGAR
Mikið úrval af fallegu jólaskrauti
Stóll **71.910***
Snyrtivörur frá **1.493***
Hnetubrjótar frá **3.743***
Kerti frá **443***
Yesmine Olsson
Kynnir chilisúkkulaði
Luktir frá **5.993***
Mortel frá **2.243***
ALLIR VELKOMNIR
Smáratorgi 522 7860 • Korputorgi 522 7870 • Glerártorgi 522 7880
* Verð með afslætti

KONUKVÖLD

Í KVÖLD MILLI 18-21

aðeins í Smáratorgi

Kerti, kertastjakar, reykelsi og híbýlailmir

Söngfjelagið **Góðir Grannar** taka lagið

Jólaseríur
40%
afsláttur

Jóla- og smávara
25%
afsláttur

Húsgögn
10%
afsláttur

Náttborð
22.410*

evuklæði

TILBOÐ GILDA Á **AKUREYRI** Í DAG 14. NÓV.

the PIER

Atlantic Petroleum á leið úr Kauphöll Íslands og í Kauphöllina í Ósló:

Olíuiðnaðurinn hverfur í bili

Færeyska olíufélagið Atlantic Petroleum hefur farið fram á afskráningu úr Kauphöll Íslands (Nasdaq OMX Iceland). Í tilkynningu sem félagið sendi frá sér í gær kemur fram að stefnt sé á skráningu í Kauphöllinni í Ósló í Noregi og að hún gangi í gegn í desember næstkomandi.

Aðalskráning Atlantic Petroleum er í kauphöllinni hér, en félagið er einnig skráð í kauphöll Nasdaq OMX í Kaupmannahöfn. Eftir breytingu á aðalskráning að vera í Kaupmannahöfn. Samkvæmt upplýsingum frá Kauphöll Íslands hefur skráningarnefnd Kauphallarinnar ekki enn tekið afstöðu til afskráningar Atlantic Petroleum úr Kauphöllinni og er ákvörðunarferlið sagt geta tekið nokkra daga.

„Bréf félagsins voru sett á athugunarlista í ljósi tilkynningarinnar," segir í svörum Kauphallar. Komi til afskráningar dettur félagið út úr Heildarvísitölu Aðalmarkaðar og færeysku vísitölunni. „Og þar sem þetta er eina olíufyrirtækið á markaði, dytti sú atvinnugrein af markaði í bili."

➔ Saga félagsins frá því í maí 2005

Þá kemur fram að kauphallarfólk sé stolt af því að hafa verið hluti af vexti félagsins síðan 2005. „Gjaldeyrishöftin gera það hins vegar að verkum að félagið getur ekki sótt nýtt fjármagn á íslenska markaðnum. Við óskum þeim góðs gengis í framtíðinni." - óká

Tíu milljarða hlutur í HB Granda til sölu

Stærstu eigendur HB Granda hf. ætla að selja allt að 32 prósent hlutafjár í félaginu. Salan myndi samkvæmt skráðu gengi skila um 9,8 milljörðum íslenskra króna. Sérfræðingur á hlutabréfamarkaði spáir því að virði félagsins muni aukast.

„Verð á hlutum í HB Granda mun að öllum líkindum hækka töluvert í kjölfar þessarar ákvörðunar," segir Kristján Markús Bragason, umsjónarmaður hlutabréfagreiningar Íslandsbanka.

Hann vísar þar í fyrirráætlanir stærstu eigenda HB Granda hf. um að selja allt að 32 prósenta eignarhlut sinn í félaginu áður en það verður tekið til skráningar á Aðalmarkaði Kauphallar Íslands á næsta ári.

Arion Banki á um 33 prósent af hlutafé HB Granda og ætlar að selja um 20-25 prósenta hlut í félaginu á næstu mánuðum.

Aðrir stórir eigendur sem ætla að selja hluta af sinni eign eru Fiskveiðihlutafélagið Venus hf. og Vogun hf.

Fiskveiðihlutafélagið Venus hf. er að stærstum hluta í eigu Kristjáns Loftssonar, forstjóra Hvals hf. og stjórnarformanns HB Granda, Birnu Loftsdóttur og Sigríðar Vilhjálmsdóttur. Félagið á 3,42 prósenta hlut í HB Granda og 39,5 prósenta hlut í Hval hf.

Vogun hf. er dótturfélag Hvals og á 40,31 prósent hlut í HB Granda og 37,9 prósenta hlut í Hampiðjunni, sem á svo aftur 9,43 prósenta hlut í HB Granda.

Útgerðarfyrirtækið er nú skráð á First North-markaði Kauphallarinnar þar sem viðskipti með hluti HB Granda hafa verið takmörkuð. Markaðsvirði félagsins, samkvæmt skráðu gengi á First North, er um 30,7 milljarðar króna. Sala á 32 prósenta eignarhlut myndi því skila um 9,8 milljörðum króna.

ÚTGERÐ Sala á 32 prósenta eignarhlut í HB Granda hf. á samkvæmt tilkynningu félagsins að stuðla að dreifðara eignarhaldi og auka seljanleika hlutabréfa. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

„Verðmyndun á First North er ekki mjög virk og þar eru viðskipti lítil og strjál. Skráð gengi á markaðinum þarf því ekki að endurspegla rétta mynd af því hvert verðmæti eigin fjár félagsins yrði væri það skráð á Aðalmarkaðinum. Það að taka félagið af First North og setja það á Aðalmarkaðinn mun því vafalítið hafa aukningu í för með sér þegar kemur að verðmæti eigin fjár félagsins," segir Kristján og heldur áfram:

„Manni finnst sérstakt að það sé ekki eitt einasta sjávarútvegsfyrirtæki skráð á Aðalmarkaðinum þar sem þetta er stærsta atvinnugrein okkar þegar kemur að gjaldeyrissköpun þjóðarbúsins." haraldur@frettabladid.is

Hliðarmarkaður

First North er hliðarmarkaður hlutabréfamarkaðar Kauphallar Íslands og er hugsaður fyrir minni og meðalstór fyrirtæki.

Markaðurinn hefur aldrei náð almennilegu flugi hérlendis en hefur á sama tíma virkað vel í sumum nágrannalöndum okkar.

ESA blessar framkvæmdir og starfsemi hjá Skeiða- og Gnúpverjahreppi:

Máttu leggja og reka ljósleiðara

Ríkisaðstoð, sem felst í fjármögnun lagningar og rekstri Skeiða- og Gnúpverjahrepps á ljósleiðara, brýtur ekki gegn EES-samningnum.

Eftirlitsstofnun EFTA (ESA) segir verkefnið til þess fallið að auka samkeppnishæfni þessa dreifbýla svæðis og að ekki hafi verið líkur á að fjárfest yrði í slíkum háhraðanettengingum í sveitarfélaginu á markaðsforsendum í náinni framtíð. Það að auki hefði verkefnið í för með sér stóraukið framboð á hágæða fjarskiptaþjónustu fyrir íbúa og fyrirtæki á svæðinu.

„Þegar almannafé er nýtt til að fjármagna framkvæmdir á borð við þessa er mikilvægt að ganga úr skugga um að virk samkeppni geti þrifist innan kerfisins. Með því er tryggt að íbúar og fyrirtæki njóti stöðugt batnandi fjarskiptaþjónustu á samkeppnishæfum kjörum," er haft eftir Oda Helen Sletnes, forseta Eftirlitsstofnunar EFTA, í tilkynningu ESA.

Sveitarstjórn Skeiða- og Gnúpverjahrepps ákvað árið 2012 að fjármagna uppbygginguu ljósleiðarakerfisins. „Tvenn útboð voru haldin varðandi uppbyggingu ljósleiðarakerfisins og sveitarstjórn stofnaði sérstakt félag til að sjá um rekstur kerfisins," segir í tilkynningu ESA.

SKURÐGRÖFTUR Félag var stofnað um rekstur ljósleiðarans og þjónustuveitur fá heildsöluaðgang á jöfnum kjörum.

Þá geti allar þjónustuveitur sem þess óska fengið heildsöluaðgang að kerfinu á jöfnum kjörum. - óká

Vnr. 65105754
Hitablásari, 2000W, 22V.
1.990kr.
-15°
Vnr. 42375935
BLÅTIN rúðuvökvi, 3 l poki.
499kr.
VERÐVERND BYKO
LÆGRA VERÐ
BYKO
BÚÐU BETUR. BORGAÐU MINNA.
Vnr. 55900155
Snjóskófla með tré-handfangi, 37 cm.
4.390kr.
Vnr. 42373294
ERGO SAMSON snjóskúffa, svört.
4.690kr.
VERTU KLÁR FYRIR VETURINN
Vnr. 55900147
Snjóskófla með tréhandfangi, 26 cm.
1.990kr.
Vnr. 55900150
Skófla með tré-handfangi, 30 cm.
2.890kr.
Vnr. 55900158
Skófla með trefjahandfangi.
3.790kr.
Vnr. 55629783
SONNECK snjó-skúffa, svört.
1.290kr.
Vnr. 42303619
Hálkusalt, 4 kg.
590kr.
Vnr. 42310691-5
Kuldagalli, stærðir S-XXXL.
11.990kr.
GÓÐ Í BÍLINN
Vnr. 42377785
PROBUILDE skófla með stuttu tréhandfangi.
2.990kr.
Vnr. 84533870-83
Mannbroddar.
Verð frá:
1.850kr.
Vnr. 93966405
ACRYL prjónavettlingar.
589kr.
Vnr. 91800045
Hlý prjónahúfa.
990kr.
Vnr. 92202022
CAT REAL vinnusokkar, 3 pör í pakka.
1.595kr.
Vnr. 93598610-4
Dovre buxur, stærðir S-XXL.
5.990kr.
100% MERINO ULL
Vnr. 93598600-4
Dovre langermabolur, stærðir S-XXL.
5.990kr.
Öll verð eru birt með fyrirvara um prentvillur og/ eða myndabrengl. Allar vörur fást í BYKO Breidd en minna framboð getur verið í öðrum verslunum.
www.expo.is / EXPO auglýsingastofa
Verðvernd BYKO tryggir þér lægra verð. Sjá nánari upplýsingar og skilmála á www.byko.is.
facebook.com/BYKO.is

Samband Danmerkur og Íslands er einstakt:

Tak for alt

Mörgu ljótu og neikvæðu úr sameiginlegri sögu Íslands og Danmerkur hefur löngum verið haldið á lofti hér á landi. Þrátt fyrir þrotlaust endurskoðunarstarf yngri sagnfræðinga situr einokunarverzlunin, maðkaða mjölið, íslenzku kirkjuklukkurnar sem voru bræddar upp í dönsk hallarþök og fangelsisdómar fyrir snærisþjófnað allt býsna fast í þjóðarminninu.

Ólafur Þ. Stephensen

olafur@frettabladid.is

Við getum kannski ekki kennt því um lengur, en fyrr á árum var ein af ástæðunum fyrir því hvað margir Íslendingar lærðu litla dönsku þrátt fyrir margra ára skyldunám sú að sögukennararnir rifu markvisst niður það sem dönskukennararnir reyndu að byggja upp með því að vekja hjá okkur jákvæðan áhuga á landi og þjóð.

Staðreyndin er nú samt að Danir voru fremur mild og elskuleg herraþjóð, svona í alþjóðlegum samanburði. Þeir beittu sér fyrir ýmiss konar umbótum og framförum sem Íslendingar voru ekki alltaf spenntir fyrir. Það var ekki bara einstakri friðarást Íslendinga að þakka að sjálfstæðisbaráttan fór fram án blóðsúthellinga; afstaða Dana átti þar sinn ríka þátt.

Þeir gerðu heldur enga alvörutilraun til að troða tungu sinni og menningu upp á Íslendinga, þótt við yrðum auðvitað fyrir áhrifum af hvoru tveggja í meira en fimm alda sambúð í sama ríki. Þvert á móti báru Danir virðingu fyrir íslenzkri menningu. Danska málfræðingnum Rasmusi Christian Rask er stundum þakkað að hafa með starfi sínu orðið íslenzkunni til bjargar.

Hátíðahöldin í tilefni af 350 ára afmæli handritasafnarans og fræðimannsins Árna Magnússonar eru ágæt áminning um það hvað samband Dana og Íslendinga er þrátt fyrir allt einstakt meðal þjóða – og í algjörum sérflokki meðal fyrrverandi herraþjóða og hjálendna. Margrét Þórhildur Danadrottning og Ólafur Ragnar Grímsson forseti fara nánast hönd í hönd um bæinn og taka þátt í hátíðahöldunum, sem aðallega snúast um verðmætin sem Árni bjargaði frá glötun – handritin.

Það er algjört einsdæmi í veraldarsögunni að fyrrverandi herraþjóð skili hjálendunni jafndýrmætum menningarverðmætum og handritin eru. Það er einfaldlega ekki hægt að finna neinar hliðstæður, hvorki fyrr né síðar.

Handritin eru ekki bara Íslendingum mikilvæg; þau voru líka talin þjóðargersemi í Danmörku og hluti af sameiginlegum norrænum menningararfi. Vinarbragð Dana er ekki sízt einstakt fyrir þær sakir að þrýstingurinn á að Íslendingum yrðu afhent handritin kom að neðan; frá samtökum almennings, en danska menningarelítan var heldur á því að halda í skinnskræðurnar.

Það er þess vegna líka alveg prýðilega viðeigandi að á þessum tímamótum er sameiginlegrar sögu Danmerkur og Íslands minnzt með margvíslegum hætti, til dæmis með útgáfu bókar Jóns Þ. Þór og Guðjóns Friðrikssonar um Kaupmannahöfn sem höfuðborg Íslands í 500 ár. Í gamla höfuðstaðnum er íslenzk saga við hvert fótmál.

Við eigum fyrir löngu að vera vaxin upp úr tautinu um danska kúgun, sem var kannski nauðsynlegt í sjálfstæðisbaráttunni. Nú eigum við bara að rétta úr okkur og segja takk fyrir allt.

FRÉTTABLAÐIÐ

ÚTGÁFUFÉLAG: 365 miðlar ehf. **STJÓRNARFORMAÐUR:** Ingibjörg S. Pálmadóttir **FORSTJÓRI OG ÚTGÁFUSTJÓRI:** Ari Edwald **RITSTJÓRAR:** Ólafur Þ. 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 gagnabönkum án endurgjalds.

ISSN 1670-3871

ALLAR HELSTU AÐFERÐIR VIÐ PRJÓN, HEKL, ÚTSAUM OG BÚTASAUM KENNDAR – SKREF FYRIR SKREF – Í MÁLI OG MYNDUM

VAKA-HELGAFELL

www.forlagid.is – alvöru bókaverslun á netinu

FRÁ DEGI TIL DAGS

Frjóir í hugsun

Það gætir sárinda í garð Þorsteins Pálssonar, fyrrverandi ráðherra og ritstjóra, í skrifum Gunnars Braga Sveinssonar utanríkisráðherra á heimasíðu hans. Utanríkisráðherrann skrifar: „Þorsteinn Pálsson er um margt geðugur maður og dagsfarsprúður. Því kemur á óvart hversu ómálefnalegur hann er orðinn þar sem hann stendur á Kögunarhóli Fréttablaðsins, þar sem hann í þríliðu pönkast á því fólki og flokkum sem ekki vilja ganga í Evrópusambandið.“ Gunnar Bragi segist hafa velt því fyrir sér hvað Þorsteini gangi til. Í þeim þankagangi rifjuðust upp fyrir utanríkisráðherra atburðir, sem hann heyrði talað um sem ungur maður fyrir norðan, þar sem hann afgreiddi bensín og mokaði skít. „Svo var sagt að þegar Sjálfstæðisflokkurinn skrapp úr hendi Þorsteins, eftir að honum hafði reynst ofviða að stjórna ráðuneyti sem hann veitti forstöðu, hafi hann kennt Framsókn um.“ Þeir hafa greinilega verið frjóir í hugsun norður í Skagafirði fyrir síðustu aldamót.

Háttvirtur þingmaður

Ráðning Ásmundar Einars Daðasonar sem aðstoðarmanns Sigmundar Davíðs Gunnlaugssonar forsætisráðherra fer fyrir brjóstið á stjórnarandstöðunni á þingi. Steingrímur J. Sigfússon í VG spyr til að mynda hvort að það sé eðlilegt að Alþingi greiði launakostnað aðstoðarmanns uppi í Stjórnarráði og hvernig verkaskiptingin og trúnaðarskyldur vegast á. Ásmundur Einar sé annars vegar maður sem starfar undir boðvaldi ráðherra og hins vegar maður sem er sem þingmaður bundinn af sannfæringu sinni einni á Alþingi. Einar K. Guðfinnsson, forseti þingsins, blés áhyggjurnar ljúflega út af borðinu. Kvaðst hafa ígrundað málið og komist að þeirri niðurstöðu að Ásmundur Einar verði áfram háttvirtur þingmaður sem gegni sínum þinglegu skyldum. „Það er ekki óþekkt að þingmenn gegni öðrum störfum launuðum og ólaunuðum utan þingsins án þess að að því sé fundið. Það gengur því að öllu leyti upp að mati forseta.“

johanna@frettabladi.is

HALLDÓR

Beint lýðræði og borgarstjóri

STJÓRNMÁL

Hildur Sverrisdóttir
borgarfulltrúi og frambjóðandi í 1. sæti í prófkjöri sjálfstæðismanna

Undanfarin ár hefur Reykjavíkurborg aukið samtal við borgarbúa og fengið þeim tæki til að taka beinar ákvarðanir í nærsamfélagi sínu. Gerðar hafa verið áhugaverðar tilraunir með að borgarbúar taki þátt í ákvörðunum um hvernig peningunum þeirra er forgangsraðað, sem er gott þar sem þetta eru þeirra peningar eftir allt saman.

Beint lýðræði hefur samt sínar takmarkanir. Við megum ekki gleyma að við kjósum stjórnmálamenn til að vera í vinnu fyrir okkur og axla ábyrgð á ákvörðunum. Áhersla á beint lýðræði má ekki leiða til að ábyrgðin og vinnan sé færð frá stjórnmálamönnunum yfir á íbúana. Það er verra ef þróunin verður sú að það verði sjálfsögð viðbót við foreldrahlutverkið að þegar búið er að elda hakk og spaghetti, baða og svæfa verði að leggjast yfir skýrslur um undirlag róluvalla til að passa upp á hagsmuni barnanna sinna á næsta íbúafundi. Eftir ákvörðun íbúafundarins þurfa stjórnmálamennirnir svo ekki að taka eins mikla ábyrgð á því og ella ef undirlagið klikkar og einhver meiðir sig.

Eðli beins lýðræðis er líka þannig að meirihlutinn ræður alltaf. Þá er hætta á að rödd minnihlutahópa nái ekki í gegn út af hagsmunagæslu meirihlutans, hvort sem um er að ræða ákvarðanir innan hverfis eða einnar götu. Hlutverk kjörinna fulltrúa er hins vegar að passa upp á að tekið sé tillit til hagsmuna og réttinda minnihlutahópa í öllum ákvörðunum.

➜ Áhersla á beint lýðræði má ekki leiða til að ábyrgðin og vinnan sé færð frá stjórnmálamönnunum yfir á íbúana.

Ég tel að þó að beint lýðræði hljómi fallega verði því að stíga varlega til jarðar og taka ekki ábyrgðina af kjörnum fulltrúum. Nær væri að þróa frekar fulltrúalýðræðið og ég hef velt upp þeirri hugmynd að nota næsta kjörtímabil til að skoða kosti þeirrar hugmyndar að kjósa borgarstjórann beinni kosningu og auka þannig áhrif borgarbúa á stjórn borgarinnar. Með því að kjósa beint um borgarstjóra yrði til skýrari tenging milli kjósenda og stjórnar borgarinnar og enginn myndi velkjast í vafa um hvar pólitíska ábyrgðin ætti heima.

FRÉTTABLAÐIÐ Skaftahlíð 24, 105 Reykjavík **Sími:** 512 5000, *ritstjorn@frettabladid.is* **FRÉTTASTJÓRI:** Andri Ólafsson *andri@frettabladid.is* **HELGAREFNI:** Kjartan Guðmundsson *kjartan@frettabladid.is* **MENNING:** Friðrika Benónýsdóttir *fridrikab@frettabladid.is* **DÆGURMÁL:** Lilja Katrín Gunnarsdóttir *liljakatrin@frettabladid.is* **VÍSIR:** Kristján Hjálmarsson, *kristjan@visir.is* **LJÓSMYNDIR:** Pjetur Sigurðsson *pjetur@frettabladid.is* **FRAMLEIÐSLUSTJÓRI:** Sæmundur Freyr Árnason *sfa@frettabladid.is* **ÚTLITSHÖNNUN:** Silja Ástþórsdóttir *siljaa@frettabladid.is*

Kerskálar framtíðar

HAGVÖXTUR

Sveinn Valfells
eðlisfræðingur

Stóriðjunefnd var skipuð 1961, hún átti að kanna möguleika á að reisa virkjanir sem gætu séð nýjum útflutningsiðnaði og vaxandi þéttbýli á Suðurlandi fyrir raforku. Orkukaupandi fannst 1965, Alusuisse, og Landsvirkjun var stofnuð til að virkja við Búrfell. Álver var reist í Straumsvík og tekið í notkun 1969. Hagkvæmni réð staðarvali, ekki byggðapólitík, þar var hentugt byggingarland og hafnaraðstaða nálægt stórum vinnu- og raforkumarkaði. Alþjóðabankinn lánaði til byggingar Búrfellsvirkjunar og veitti, að sögn, umtalsvert aðhald að verkefninu.

Tveimur árum eftir að álverið var tekið í notkun framleiddi Intel fyrsta örgjörvann. Fyrsti tölvupósturinn var sendur sama ár. Fyrsta Apple-tölvan kom á markað 1976, fyrsti PC-inn 1981, veraldarvefurinn var fundinn upp á rannsóknarstöð Evrópu í kjarneðlisfræði, CERN, 1990.

Álbræðsla barn síns tíma

Álbræðsla var barn síns tíma, hún er fimmtíu ára gömul viðskiptahugmynd sem hentaði fábreyttu, fátæku og lítt menntuðu eylandi í lok iðnbyltingar. Álver létti kostnaðinn við Búrfellsvirkjun almenningi til góðs, verk- og tækniþekking byggðist upp í landinu, „Við hittum á réttu stundina“ sagði formaður stóriðjunefndar, Jóhannes Nordal. Stundin kom og fór, nú er álbræðsla á fallanda fæti deyjandi, mengandi, fjárfrek og arðlítil starfsemi. Upplýsingaöldin hefur tekið við.

Kerskálar framtíðar eru ekki í Straumsvík. Hagvöxturinn liggur ekki í að bræða jarðefni og málma við hátt hitastig heldur í að skrifa notendavæn og skilvirk forrit sem miðla upplýsingum og birta þær. Kerskálar framtíðar eru í netheimum og heita Github, Google Play og iTunes. Úr því umhverfi spretta fyrirtæki eins og Clara og Quiz Up, starfsmenn þeirra bræða sínar hugmyndir í huganum í skrifstofum við Laugaveg. Þar er vöxturinn, líka í gagnaverum sem þjónusta upplýsingatækni, til dæmis Advania og Datacell. Og hugverkum alls konar, kvikmyndum, bókum, myndlist og tónlist, líka vistvænni ferðamennsku og matvælum. Ekkert þessara fyrirtækja eitt og sér, enginn einstakur hönnuður, höfundur, bóndi, trillukarl eða leiðsögukona notar jafn mikla orku og heilt álver en margt smátt gerir eitt stórt.

Sem leiðir hugann að markmiðum Landsvirkjunar. Upphaflega voru þau að styðja við nýja útflutningsgrein og sjá almenningi fyrir raforku. Löngu er tímabært að endurskoða markmiðin í ljósi nýrra aðstæðna. Upphaflegur markaður fyrir stóriðju er úreltur, almenningur líður engan orkuskort, framleiðslugeta í landinu er langt umfram eftirspurn. Eigandi Landsvirkjunnar er fólkið í landinu, þar á meðal þú. Hvað vilt þú að Landsvirkjun geri í framtíðinni?

➜ Löngu er tímabært að endurskoða markmiðin í ljósi nýrra aðstæðna. Upphaflegur markaður fyrir stóriðju er úreltur, almenningur líður engan orkuskort, framleiðslugeta í landinu er langt umfram eftirspurn.

Valið tvíþætt

Valið er í stórum dráttum tvíþætt. Að leggja sæstreng sem tengir Ísland við erlenda markaði þar sem orkuverð er hærra. Líkt og í Noregi gæti tenging við erlendan markað hækkað orkuverð innanlands. Hærra orkuverð myndi hækka tekjur Landsvirkjunar, ef afgangur yrði umfram aukinn kostnað mætti greiða út arð til eigenda. Kostnaður er áætlaður á bilinu 288 til 550 milljarðar, heildartekjur 40 milljarðar á ári, eða svo segir í skýrslum ráðgjafa. Áhættan af framkvæmdinni er mikil, tæknileg, lagaleg og fjárhagsleg. Og pólitísk, strengurinn er til Bretlands, ef áhöld yrðu um afhendingu á orku gætu bresk stjórnvöld hugsanlega sett á Íslendinga hryðjuverkalög þótt kröfur um afhendingu ættu enga lagastoð. Annað eins hefur gerst.

Hitt er að halda orkunni innanlands og taka arðinn út í ódýrri orku til neytenda og fyrirtækja. Lítil og meðalstór fyrirtæki nytu góðs af, þau eru stærsti vinnustaður landsins, þar verða til flest störf. Lágt raforkuverð bætir samkeppnisstöðu íslensks útflutnings sem er að mörgu öðru leyti ansi skökk. Arðurinn er lágt orkuverð, áhættan er öðruvísi og einfaldari, snýst fyrst og fremst um að halda í núverandi viðskiptavini eða fá nýja í þeirra stað.

Hvort vilt þú lesandi góður? Þú ert eigandinn.

Makríll: 45 milljarða kr. vinningur

SJÁVARÚTVEGUR

Kristinn H. Gunnarsson
fv. alþingismaður

Þegar verst stóð á eftir bankahrunið fengu Íslendingar einstæðan happafeng. Ný verðmæt fiskitegund, makríllinn, tók að veiðast í miklu magni. Frá 2010 hafa veiðst 550-600 þúsund tonn og útflutningsverðmætið er um 70 milljarðar króna. Þetta bætist við góða afkomu sjávarútvegsins síðan 2008 af hefðbundnum veiðum vegna lágs gengis krónunnar.

Ekki hefur þurft að leggja út í neina fjárfestingu til þess að ná í þessa 70 milljarða króna. Skip, veiðarfæri og annar búnaður er þegar til staðar og greiddur af öðrum veiðum og vinnslu. Einu útgjöldin vegna makrílsins eru breytilegur kostnaður, einkum laun og olía. Fái útgerð tekjur sem greiða breytilega kostnaðinn, er hver króna umfram það ávinningur og það borgar sig að stunda veiðarnar.

Samkvæmt ákvæðum kjarasamninga og opinberum gögnum Hagstofunnar má ætla að breytilegi kostnaðurinn sé um 37% af útflutningsverðmæti makríls. Hagnaðurinn frá 2010 hefur því orðið samtals um 45 milljarðar króna. Greiðslur fyrir veiðiréttinn urðu hins vegar aðeins um 2,4 milljarðar króna. Skipting ágóðans milli ríkis og útgerðarinnar var 95%:5%, útgerðinni í vil.

Makríllinn er ekki í kvóta, enginn kostnaður hefur fallið til. Makríllinn er alger viðbót utan við kerfið. Verðið sem útgerðin hefði séð sér hag í að greiða fyrir veiðiréttinn á markaði hefði verið allt að öllum tekjum umfram breytilegan kostnað. Veiðiréttinn er hægt að verðleggja á markaði eins og útgerðarmenn gera fyrir kvótabundnar tegundir.

➜ Hagnaðurinn frá 2010 hefur því orðið samtals um 45 milljarðar króna. Greiðslur fyrir veiðiréttinn urðu hins vegar aðeins um 2,4 milljarðar króna.

Gefum okkur að niðurstaðan hefði orðið að greiða 80% af hagnaðinum fyrir veiðiréttinn. Þegar makríllinn verður kominn inn í kvótakerfið mun þetta verða a.m.k. verðið fyrir veiðiréttinn. Þá hefði ríkið fengið 34 milljarða króna í stað 2,4 milljarða kr. og hagnaður af makrílveiðunum og -vinnslunni samt orðið um 8.5 milljarðar króna. Síðasta ríkisstjórn hefði hæglega getað sótt þessar tekjur, en ákvað að skilja þær eftir í vösum eigenda sjávarútvegsfyrirtækjanna. Ávinningurinn af makrílnum hefði getað hlíft heilbrigðiskerfinu og almannatryggingum við niðurskurði síðustu ár. Tækifærið var ekki nýtt. Það er sár niðurstaða fyrir almenning.

ERU MYGLUSVEPPIR HEIMA HJÁ ÞÉR?

FYRIRLESTUR UM RAKA OG MYGLU Í HÍBÝLUM

VERÐVERND BYKO
LÆGRA VERÐ

BYKO
BÚÐU BETUR. BORGAÐU MINNA.

Laugardaginn 16. nóvember í BYKO Breidd kl. 13 og 15.

hús&heilsa

FRUMKVÖÐLAR Í LAUSNUM Á RAKA OG MYGLU Í HÍBÝLUM
- Fagleg vinna byggð á vísindalegum grunni
- Mælingar, rannsóknir, fræðsla, ráðgjöf, eftirlit.

Dagskrá:
- Sérfræðingar Húss og heilsu með fyrirlestur og svara spurningum.
- Kynning á hreinsiefnum og myglusveppaprófi.
- Sérfræðingar kynna lausnir og frágang í votrýmum.
- Agnar Snædahl frá SIGA veitir ráðgjöf um frágang á rakavarnarlögum.
- Leigumarkaður BYKO kynnir verkfæri.
- Einar Loftsson málarameistari kynnir lausnir og vöru frá Málningu.

Sylgja Dögg Sigurjónsdóttir
Sérfræðingur Húss & heilsu
B.SC líffræði
Certified mold inspector CMI

Boðið verður upp á kaffi og kleinur fyrir gesti.

BOÐAÐU KOMU ÞÍNA Á BYKO.IS/MYGLUSVEPPUR

„Misjöfn eru morgunverkin“

MENNING

Chris Callow
breskur sagnfræðingur og Valsmaður

Morgun einn fyrir skömmu, milli klukkan fjögur og hálf átta, einhvers staðar í 101 Reykjavík, lagði ákafur stuðningsmaður Íslands hart að sér til að tryggja að hann og félagar hans kæmu langtímaverkefni sínu í höfn. Þessi síðasta vinnutörn eða lokahnykkur myndi færa öllum sem að verkinu höfðu komið mikinn heiður og sóma. Þeir höfðu beðið lengi eftir því að ná svona langt. Ég vísa að sjálfsögðu til uppdiktaðs erlends fræðimanns sem var að vinna að doktorsverkefni sínu eða ritverki um íslenskar bókmenntir eða sögu. Ég veit þó ekki fyrir víst hvort nokkur þeirra fjölmörgu erlendu eða íslensku fræðimanna sem starfa á Árnastofnun var í raun og veru að ljúka langtímaverkefni sínu þennan tiltekna morgun. En, miðað við að það hafa verið meira en 50 erlendir gestafræðimenn á stofnuninni á þessu ári, er það fremur líklegt.

Líkt og með íslenska knattspyrnumenn hafa rannsóknir á íslenskum fræðum aldrei verið jafn vinsælar og vandaðar og nú. Þau okkar sem eru ögn tekin að reskjast – ég bendi á að ég sá Arnór Guðjohnsen spila á móti Svíþjóð árið 1994 og horfði á Eið Smára leika með Val – verðum rækilega vör við hinn mikla alþjóðlega áhuga á öllu sem snertir íslenska menningu. Ég hef notið þeirra forréttinda að hafa fengið að læra íslensku á Íslandi og síðan stunda rannsóknir hér af og til. Ég er afar þakklátur fyrir þá aðstoð og stuðning sem ég hef fengið frá íslenskum starfsfélögum mínum, frá Stofnun Sigurðar Nordals og Fornleifastofnun Íslands. Ég hef fylgst með því hvernig hinn almenni áhugi á Íslandi hefur margfaldast og hið sama á við, að mínu mati, um fræðistörfin. Sjálfur er ég lektor í miðaldasögu við háskólann í Birmingham og er svo gæfusamur að hafa tvo doktorsnema í íslenskum fræðum, annan frá Bandaríkjunum með meistarapróf frá Háskóla Íslands, og hinn frá Bretlandi, svo staðráðinn í að læra nútímaíslensku að hann hefur nýlega tekið sér hlé frá formlegu námi og sest að í Dölunum.

Einstakir eiginleikar

Á sjálfri Árnastofnun erum við til dæmis núna fjögur gestkomandi sem höfum sérstakan áhuga á íslenskri miðaldasögu, frá Bandaríkjunum, Kanada, Frakklandi og Bretlandi. Þetta er meiri gestagangur en ég hef áður gert mér grein fyrir. Við erum með ólíkan akademískan bakgrunn. Hin þrjú fást við rannsóknir sem munu vekja áhuga fræðimanna og stúdenta á allt öðrum fræðasviðum en ég fæst við, þegar niðurstöður þeirra birtast á ensku í víðlesnum alþjóðlegum fræðitímaritum. Þegar ég hugsa um það þá gæti það reynst þrautin þyngri að finna fjóra fræðimenn með svo mikinn áhuga á sambærilegum hluta Bretlands, og alls ómögulegt ef þeir þyrftu að koma úr jafn ólíkum áttum. Þann mánuð sem ég hef nú dvalið á Íslandi hef ég heyrt fjölmörg fræðileg erindi í hæsta gæðaflokki um íslensk efni, ætluð bæði almenningi og fræðimönnum. Í síðustu viku hlustaði ég til dæmis á fyrirlestur forvarðar frá Tékklandi sem hafði boðið fram sérþekkingu sína til viðgerða á Flateyjarbók, einni af allra mikilvægustu heimildum um norræna sögu og menningu – sem er sérlega fallegt handrit að auki. Ákafi hans og áhugi á viðfangsefninu í bland við stolt yfir að hafa fengið að taka þátt í viðhaldi bókarinnar var smitandi.

➜ Ég fæ oft á tilfinninguna að margir Íslendingar séu furðu lostnir yfir því að útlendingar skuli leggja stund á íslensk fræði.

Ég fæ oft á tilfinninguna að margir Íslendingar séu furðu lostnir yfir því að útlendingar skuli leggja stund á íslensk fræði. Ég get bara svarað fyrir mig í því sambandi. Sjálfur fæst ég við sagnfræði vegna þess að ég hef áhuga á fólki, hvernig það hegðar sér og af hverju það gerir það sem það gerir. Íslensk saga, fornleifafræði og handritamenningin bjóða upp á sumar af bestu leiðunum til að skilja hlutskipti mannsins. Þessir eiginleikar íslenskrar menningar eru bæði einstakir og alþjóðlegir, rétt eins og ást manns á íþróttafélaginu sínu.

Hvað kostar læknir og hver borgar?

HEILBRIGÐISMÁL

Oddur Steinarsson
sérfræðingur í heimilislækningum og MBA

Í tilefni af umræðunni um lækna og nám þeirra vil ég benda á nokkrar staðreyndir. Sérnámskostnaður lækna er dýrasti hluti námsins. Á heilsugæslustöðinni sem ég stýri í Gautaborg eru tveir sérnámslæknar í heimilislækningum. Okkur eru greiddar 40-65 þúsund sænskar krónur á mánuði fyrir að hafa hvern námslækni hjá okkur. Þetta eru um 500-700 þúsund sænskar krónur á ári fyrir námslækni í fullri stöðu. Síðan bætist við kostnaður við kennslu, kennslustjóra, námsferðir og fleira.

Þannig er árskostnaður um 600-900 þúsund sænskar krónur á ári á hvern námslækni, sem eru um 11-17 milljónir íslenskra króna á ári. Kostnaður sænskra yfirvalda við allt sérnámið, sem tekur fimm ár, er um 55-85 milljónir íslenskra króna. Í vissum öðrum sérgreinum getur þetta verið töluvert hærra.

Til samanburðar var kostnaður við 6 ára grunnnám í læknisfræði á Íslandi 8,5 milljónir árið 2011, eða um 1,4 milljónir á ári.

➜ Áður fyrr skiluðu um 80% íslenskra lækna sér heim eftir sérnám erlendis þannig að ávinningur Íslendinga af því hefur verið gríðarlegur, bæði fjárhagslega og faglega.

Áður fyrr skiluðu um 80% íslenskra lækna sér heim eftir sérnám erlendis þannig að ávinningur Íslendinga af því hefur verið gríðarlegur, bæði fjárhagslega og faglega. Því miður hefur orðið breyting á þessu síðastliðin ár, þar sem færri læknar skila sér heim vegna lakari samkeppnisstöðu Íslands. Þrátt fyrir það njóta Íslendingar enn verulega góðs af því námi sem íslenskir læknar hafa sótt erlendis.

Gæði á Dorma-verði!

FLORIDA TUNGUSÓFI 179.900 2ja sæta

FLORIDA TUNGUSÓFI 219.900 3ja sæta

Florida 2ja sæta tungusófi. Særð: 250x200x90 H:70 cm
Florida 3ja sæta tungusófi. Særð: 320x200x90 H:70 cm

HEILSURÚM FRÁBÆRT VERÐ

Nature's Rest heilsurúm

Aðeins kr. 7.056 í 12 mánuði*

STÆRÐ 120X200

Dýna, botn og lappir

Nature's Bedding

AÐEINS 79.900 120x200

- Mjúkt og slitsterkt áklæði
- Svæðaskipt gormakerfi
- Frábærar kantstyrkingar
- Aldrei að snúa
- Sterkur botn
- Burstaðar stállappir
- 320 gormar pr fm^2

* afborgun pr. mán. í 12 mán. Vaxtalaust lán. 3,5% lántökugj.

Nature's Comfort heilsurúm

Aðeins kr. 13.094 í 12 mánuði*

STÆRÐ 160X200

Dýna, botn og lappir

Nature's Bedding

AÐEINS 149.900 160x200

- Mjúkt og slitsterkt áklæði
- Svæðaskipt pokagormakerfi
- Heilsu- og hægindalag í yfirdýnu sem hægt er að taka af
- Steyptar kantstyrkingar
- Aldrei að snúa
- Sterkur botn
- Burstaðar stállappir

* afborgun pr. mán. í 12 mán. Vaxtalaust lán. 3,5% lántökugj.

Jazz hægindastóll

Reggae svefnsófi

Jazz - hægindastóll með skemli. Fæst í koníaksbrúnu, svörtu, dökk brúnu og kremuðu leðri.

AÐEINS 95.900 DORMAVERÐ

Reggae svefnsófi. Fæst í brúnu PU áklæði. Stærð: 192x90 H 86 cm. Dýna 195x118 Þ: 21 cm. Stillanlegt bak.

AÐEINS 69.900 DORMAVERÐ

DORMA
– býður góða nótt

Holtagörðum, Reykjavík © 512 6800 • OPIÐ: Virka daga kl. 10.00–18.00 og laugardaga kl. 11.00–16.00
Dalsbraut 1, Akureyri © 558 1100 • Húsgagnahöllinni, Reykjavík © 558 1100

Eru háskólakennarar kennarar?

MENNTUN

Jón Ólafsson
prófessor við Háskólann á Bifröst

Margir kvarta yfir háskólakennurum. Þeir haldi langa og leiðinlega fyrirlestra, lesi bara upp af glærum og láti duga að meta frammistöðu nemenda með einu prófi eða kannski einu verkefni eftir heillar annar puð. Ólíkt grunnskólakennurum kunni þeir ekkert til verka og ættu að fá laun í samræmi við það.

Eins sammála og ég er því að háskólakennarar eigi að vanda til verka á sama hátt og aðrir kennarar, tek ég eftir því að gagnrýnendurnir átta sig oft ekki á einu mikilvægu atriði. Háskólakennarar sem eru í fullu starfi sem slíkir hafa kennslu alls ekki að aðalstarfi og líta jafnvel ekki á sig sem kennara. Þetta hljómar kannski undarlega fyrir þá sem þekkja ekki til, en leyfið mér að útskýra: Háskólar hafa, ólíkt leikskólum, grunnskólum og framhaldsskólum, ekki aðeins það hlutverk að miðla þekkingu og veita nemendum menntun. Háskólar skapa líka þekkingu og í því kerfi sem við þekkjum á Vesturlöndum í dag er það þeirra aðalhlutverk. Gæði þeirra eru ekki metin á grundvelli árangurs á sviði kennslu nema að mjög litlu leyti. Árangur þeirra er metinn í ljósi rannsókna, bæði gæða og afkasta.

Nú er það mál út af fyrir sig hversu gott, áreiðanlegt eða sanngjarnt mat á rannsóknum er almennt og ekki síst hvað varðar íslenska háskóla: Ég ætla að láta það liggja á milli hluta hér. Staðreynd málsins er þessi: Ef árangur háskóla ræðst af öðru en gæðum kennslu, þá er ekki líklegt að mikil áhersla sé lögð á að efla kennslu, síst af öllu með því að ráða fleira fólk til að annast hana eða gera ríkari kröfur um frammistöðu háskólakennara sem kennara.

Hélt öllum spenntum

Ég stundaði sjálfur doktorsnám við ágætan erlendan háskóla. Þegar ég byrjaði á námskeiðahluta námsins sótti ég tíma hjá heimsfrægum manni sem ég var mjög spenntur fyrir að hitta og sitja í tímum hjá. Maðurinn reyndist svo leiðinlegur kennari að nemendur hans sem ekki sváfu í tímunum hans voru iðulega orðnir svo þunglyndir í lok þeirra að þeim lá við sjálfsmorðshugleiðingum. Sama haust datt ég inn í tíma hjá öðrum kennara, frábærri manneskju sem hélt öllum spenntum allan tímann með einstakri blöndu af fyrirlestrahaldi og umræðum. Hún missti starfið hins vegar árið eftir því hún hafði ekki gefið nægilega mikið út. Þetta er hinn kaldi raunveruleiki háskólakennarans í skólum sem taka sjálfa sig alvarlega.

Hvað er til ráða? Eigum við að láta suma háskóla sjá um kennslu og gera það almennilega en halda rannsóknum í örfáum skólum eða bara í sérstökum rannsóknastofnunum? Það er ekki góð leið að mínu mati. Það er einmitt eftirsóknarvert fyrir háskólanemendur að vinna með kennurum sem eru í senn miðlarar vísinda og fræða og rannsakendur. Háskóli sem tengist ekki rannsóknum er ekki háskóli.

Hjarðkennsla

Það er til ein leið. Hún er ekki ódýr en hún er einföld. Fyrirbærið glærufyrirlestur er afleit aðferð til að vinna með nemendum og miðla skilningi, þekkingu og rökhugsun. Fyrirlestrar geta verið góðir í bland, en blandan þarf að vera frekar þunn. Árangursríkastar eru aðferðir sem halda nemendum virkum í samræðum, lestri og verkefnavinnu. Þá er vinna kennarans ekki fólgin í því að lesa yfir þeim það sem skrifað hefur verið á glærur, oftast soðið (stundum hraðsoðið) upp úr kennslubók eða einhverju öðru sem nemendur eiga hvort eð er að vera búnir að lesa. Nei. hún er fólgin í því ræða við nemendur, fara yfir verkefni þeirra, veita ábendingar, leiðbeiningar og ráð. Það er því miður alltof algengt að kennarar eigi fyrst og fremst samskipti við nemendur yfir glærufyrirlestrum en fái sérstaka aðstoðarkennara (yfirleitt lengra komna nemendur) til að fara yfir verkefni. Þetta er í rauninni ekki góður siður. Vinna kennarans ætti ekki síst að felast í því að fara í gegnum verkefni nemenda. Þannig kynnast kennarar nemendum og geta leiðbeint þeim betur. Þannig verða til samskipti sem geta líka veitt nemendum innsýn í rannsóknirnar sem kennarar þeirra stunda.

En ég sagði að þetta yrði dýrt. Við myndum þurfa að draga verulega úr hjarðkennslu í stórum sölum. Við yrðum að reikna fleiri tíma á kennara fyrir vinnu með nemendum en nú er gert, við yrðum að breyta skipulagi kennslu og við yrðum að láta árangur í kennslu skipta meira máli við árangurs- og gæðamat háskóla. Þá yrðu háskólakennarar loksins kennarar og gætu verið stoltir af því.

➜ Háskólakennarar sem eru í fullu starfi sem slíkir hafa kennslu alls ekki að aðalstarfi og líta jafnvel ekki á sig sem kennara.

Að loknu Umhverfisþingi

UMHVERFISMÁL

Sigurður Ingi Jóhannsson
umhverfis- og auðlindaráðherra

Á nýliðnu Umhverfisþingi var fjallað um skipulag lands og hafs, sjálfbæra þróun og samþættingu verndar og nýtingar. Fjallað var um þessi málefni á breiðum grunni og urðu líflegar og málefnalegar umræður milli ólíkra hópa sem að þessum málaflokkum koma. Slíkar umræður eru mikilvægt veganesti fyrir áframhaldandi vinnu og stefnumótun á þessu sviði. Það er því afar mikilvægt að menn leiði saman hesta sína á vettvangi sem þessum í jafn viðamiklum málum sem umhverfismálin eru – þau snerta okkur öll um ókomna framtíð.

Skipulag er mikilvægt stjórntæki til að samræma ólíkar kröfur og sjónarmið, meðal annars um auðlindanýtingu, atvinnuþróun og umhverfisvernd. Það er verkefni okkar, sem nú sitjum í ríkisstjórn, að tryggja velferð og hagsæld í landinu með sjálfbæra þróun að leiðarljósi. Áskoranirnar blasa við okkur og því ekki eftir neinu að bíða.

Á liðnum áratugum hefur orðið ör þróun í ýmiss konar landnotkun sem knýr okkur til að marka stefnu á heildstæðan hátt til framtíðar og samþætta ólík sjónarmið. Viðfangsefnin í skipulagsmálum eru ólík nú samanborið við fyrri tíma. Þau þarf að nálgast á nýjan hátt því viðfangsefnið krefst viðsnúnings á þeirri þróun sem við höfum stuðlað að á liðnum áratugum. Við þurfum í mörgum tilvikum að hugsa hlutina upp á nýtt.

Mikilvægt er að gera sér í hugarlund hvers konar þróun er í gangi og hvers konar breytingar geta orðið á umræddu tímabili. Sjálfbær þróun knýr okkur til að spyrja nýrra spurninga sem leiða hugann að því hvernig skynsamlegasta nýtingin er á hverju landsvæði fyrir sig. Standa þarf vörð um sameiginleg gæði samfélagsins og langtímahugsun þarf að vera leiðarljós í þeirri vinnu sem er framundan.

Átakamál

Langtímaákvarðanir um ráðstöfun lands, hvort sem er til nýtingar eða verndar, eru í eðli sínu átakamál. Hagsmunir eru ólíkir og stangast oft á tíðum á. Einnig er lífssýn fólks ólík. Ólík viðmið eru lögð til grundvallar um hvað er hægt, hvað er æskilegt og hvað er gott eða fallegt. Það sem síðan verður ofan á þurfum við öll að lifa við. Því er mikilvægt að eiga góðar og málefnalegar umræður eins og raunin var á Umhverfisþinginu til að ná sátt um sameiginlega framtíð.

Við erum svo lánsöm að eiga mikið landrými á hvern einstakling og búum í landi með fjölbreyttum sóknarfærum sem þarf að nýta. Þannig stuðlum við að fjölbreyttu atvinnulífi og fjölbreyttu menntunar- og þjónustustigi.

Mikil umræða hefur verið um þéttingu byggðar og samgöngumannvirki. Fyrir um þremur áratugum var bílaeign landsmanna talsvert minni en hún er í dag. Nú er u.þ.b. einn fólksbíll á hvern einstakling í sama aldursflokki. Við höfum valið það frelsi sem einkabíllinn færir okkur og forgangsraðað í hans þágu á kostnað annarra ferðamáta. Mikið land fer undir samgöngumannvirki og því þurfum við að spyrja okkur að því hvernig skipulag við viljum í framtíðinni. Ef bílaeign landsmanna á hvern einstakling verður sú sama eftir þrjá áratugi á bílum eftir að fjölga um 50 þúsund, það krefst enn meira landrýmis. Mótvægi við slíka þróun gæti verið að þétta byggð á völdum stöðum sem gefur möguleika á tíðari samgöngum með styttri vegalengdum.

➜ Hagsmunir eru ólíkir og stangast oft á tíðum á. Einnig er lífssýn fólks ólík. Ólík viðmið eru lögð til grundvallar um hvað er hægt, hvað er æskilegt og hvað er gott eða fallegt. Það sem síðan verður ofan á þurfum við öll að lifa við.

Aðrar áherslur

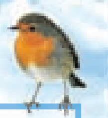
Dreifð byggð á hins vegar jafn mikinn rétt á sér og þétting byggðar. Landrýmið gefur okkur tækifæri til að velja milli kosta, rétt eins og ferðamátinn sem við kjósum okkur. Húsnæði hefur einnig farið stækkandi á sama tíma og fjölskyldustærð fer minnkandi. Mikilvægt er að bjóða upp á fleiri en einn valkost en spyrja sig jafnframt hversu mikið land og hvaða land á að fara undir hús og bíl. Sum svæði henta betur fyrir litlar íbúðir í þéttri byggð með styttri vegalengdum. Önnur svæði eru þess eðlis að geta boðið upp á stærri íbúðir og meira landrými með óþéttari almenningssamgöngum. Blöndun byggðar er forsenda sjálfbærni þar sem hægt er að samþætta ólíka hagsmuni og sjónarmið.

Sama má segja um haf- og landnýtingu, þar koma við sögu fiskeldi, ósnortin víðerni, ferðaþjónusta, landbúnaður og raforkuvinnsla svo örfá dæmi séu nefnd. Við höfum fjölmörg tækifæri til að nýta hina ýmsu kosti betur til að skapa verðmæti þar sem eftirspurnin er. En við þurfum einnig að huga að framtíðarþróun því auðlindirnar eru takmarkaðar og gæta þarf að ákveðnu jafnvægi.

Það er nánast sama hvar við berum niður – skipulag með sjálfbærni að leiðarljósi snýst á næstu áratugum um aðrar áherslur, aðrar skipulagsaðferðir og annars konar lausnir en við höfum tamið okkur á undangengnum áratugum. Ákvarðanir sem teknar eru þurfa að taka mið af heildarhagsmunum samfélagsins til lengri framtíðar í samráði við hagsmunaaðila. Mikilvægt er að eiga slíkt undirlag fyrir þá vinnu sem framundan er við landskipulagsstefnu þar sem m.a. verður lögð áhersla á landnýtingu í víðum skilningi.

Hreint

Það er frábær tilfinning að hafa allt



Nóvember tilboð

*Nú er tækifærið! Við bjóðum **20% afslátt** af þessum hágæðavélum – 2ja ára ábyrgð og góð þjónusta.*

UPPÞVOTTAVÉL FAVORIT 45010-W/M

12 manna stell
5 þvottakerfi
Turbo-þurrkun
Hljóðlát vél: 47db (re 1 pW)
Orkunýtni: A
Þvottahæfni: A
Þurrkhæfni : A

AEG

TILBOÐSVERÐ – **87.920,-** HVÍT **95.920,-** STÁL

UPPÞVOTTAVÉL FAVORIT 88009-W/M

Tekur 12 manna stell
5 þvottakerfi
Turbo-þurrkun
Hljóðlát vél: 41db (re 1 pW)
Orkunýtni: A
Þvottahæfni: A
Þurrkhæfni : A

AEG

TILBOÐSVERÐ – **140.720,-** HVÍT **148.720,-** STÁL

UPPÞVOTTAVÉL ZDF2010 - W/M

12 manna stell
5 þvottakerfi
4 hraðastillingar
A/A/A orkunýting
Hljóð 51db (re 1 pW)
Þvottahæfni: A
Þurrkhæfni : A

ZANUSSI

TILBOÐSVERÐ – **79.900,-** HVÍT **89.990,-** STÁL

UPPÞVOTTAVÉL 65040 -VI1P

12 manna stell
5 þvottakerfi
Turbo-þurrkun
Hljóðlát vél: 46db (re 1 pW)
Orkunýtni: A
Þvottahæfni: A
Þurrkhæfni : A
Alklæðanleg

AEG

TILBOÐSVERÐ – **148.720,-**

Kíkið við og kynnist betur þessum frábæru vélum - á þessum fínu kjörum.

Umboðsmenn og verslanir um land allt

ORMSSON

AEG hjá ORMSSON síðan 1927

Opið virka daga frá kl. 10-18 og laugardaga frá kl. 11-15

LÁGMÚLA 8 • REYKJAVÍK • SÍMI 530 2800 • ORMSSON.IS

Vonbrigði að glæstri framtíð sé frestað um 6-8 ár

Samtök um betri byggð (BB) harma samkomulag ríkis og borgar, þar sem forsætisráðherra og þrír borgarstjórar Reykvíkinga sameinast um að hafa að engu niðurstöðu almennrar kosningar um flugvallarmálið 2001. Niðurlæging borgarbúa er fullkomnuð með aðild Icelandair Group að samkomulaginu. Samkomulagið vekur upp áleitnar spurningar um sjálfsákvörðunarrétt íslenskra sveitarfélaga og varpar skugga á sjálft lýðræðið í landinu. Þetta samkomulag er jafnómarktækt og fyrri samningar ríkis og borgar um Vatnsmýri frá 1999 og 2005 því á móti mikilli eftirgjöf borgarinnar kemur ekkert mótframlag.

SKIPULAG

Gunnar H. Gunnarsson
verkfræðingur

Örn Sigurðsson
arkitekt

Leikþáttur stjórnmálaforkólfanna

Samkomulagið hefur verið lengi í smíðum. Merki um að það væri í vændum sáust m.a. í drögum að samgönguáætlun ríkisins fyrir um tveimur árum.

Áróðursholskefla flugvallarvina og aðgerðaleysi borgaryfirvalda til að verja almannahag Reykvíkinga fellur að sérhannaðri atburðarás. Þegar BB gagnrýna nú þetta samkomulag er svarað: „Hvað gátum við annað gert, tókuð þið ekki eftir vel heppnaðri undirskriftasöfnun?“ Þannig réttlæta borgaryfirvöld afarkosti í óþörfum nauðarsamningi við ríkið. Undirskriftir í Hörpu 25. október voru því eins og lokaatriði í leikþætti stjórnmálaelítunnar. Aðalhöfundur er Dagur B. Eggertsson, sem hefur setið allt í kring um borðið á kjörtímabilinu.

Orðalag í samkomulaginu um að NS-braut flugvallarins fái að vera í Vatnsmýri til ársins 2022 skuldbindur aðeins borgina en ekki ríkið. Það táknar ekki að ríkið muni sætta sig við brottför flugvallarins þegar þar að kemur. Enda gerir ríkið það að skilyrði að staður finnist fyrir nýja miðstöð innanlandsflugs á höfuðborgarsvæðinu. Orð Hönnu Birnu Kristjánsdóttur innanríkisráðherra í Morgunblaðsgrein nýlega styðja grun um óheilindi ríkisins: „Samkomulagið er því klárlega skref í rétta átt og áfangasigur líkt og margir hafa bent á.“ Frestun á brottför flugvallarins gengur gegn víðtækum almannahagsmunum. Alls tapa ríki og borg mörgum tugum milljarða króna því mikill þjóðhagslegur ávinningur felst í að nýta sem fyrst byggingarlandið í Vatnsmýri. Frestunin kollvarpar meginmarkmiði AR 2010-2030 um þéttingu byggðar því útþensla á höfuðborgarsvæðinu mun halda áfram nánast óheft. Fyrirheit um mannvænt, skilvirkt og menningarlegt borgarsamfélag fölna.

→ Áróðursholskefla flugvallarvina og aðgerðaleysi borgaryfirvalda til að verja almannahag Reykvíkinga fellur að sérhannaðri atburðarás.

Misbeiting atkvæðamisvægis

Að mati samtakanna er ekki um neitt að semja við ríkið, sem tók Vatnsmýrarlandið af þeim með ólögmætum hætti 1946 og hefur hvorki greitt lóðarleigu né skaðabætur vegna gríðarlegs tjóns af flugvellinum í 67 ár. Skipulagsrétturinn er Reykvíkinga, sem kusu 2001 að flugvöllurinn færi 2016!

Frá 1946 hefur ríkið með blygðunarlausum hætti misbeitt illa fengnu valdi misvægis atkvæða til að halda Reykvíkingum og kjörnum fulltrúum þeirra við efnið í Vatnsmýrarmálinu. Afleiðingin er eitt óskilvirkasta borgarsamfélag heims. Uppsafnað tjón nemur þúsundum milljarða króna. BB benda á að borgaryfirvöld kjósa að víkja víðtækum almannahag til hliðar með þessu samkomulagi, sem er sérsniðið að þröngum og léttvægum sérhagsmunum landsmálaflokka (fjórflokksins) og að pólitískum einkahagsmunum helstu persóna og leikenda á sviði stjórnmálanna.

Markmið í 1. gr. skipulagslaga 2010 ná ekki fram að ganga, að sjálfbær þróun, hagur heildarinnar, efnahagslegar, félagslegar og menningarlegar þarfir borgarbúa, heilbrigði þeirra og öryggi verði höfð að leiðarljósi.

Fjör gegn fátækt

HJÁLPARSTARF

Guðrún Karls Helgudóttir
prestur í Grafarvogskirkju og formaður ÆSKÞ

Hvað eiga pönnukökubakstur og skólahreysti, altaristöflugerð, dans, bílaþvottur og sjoppurekstur sameiginlegt?

Allt þetta var nýverið í boði á karnivali á Landsmóti ÆSKÞ í Reykjanesbæ. Karnivalið var skemmtilegt og mikið af fjöri á landsmótinu, en undirtónninn var alvarlegur. Á landsmóti var barist gegn fátækt á Íslandi.

Slík barátta fer fram með ýmsum hætti. Ein aðferð er að safna peningum í Framtíðarsjóð Hjálparstarfs kirkjunnar sem styrkir efnalítið ungt fólk til náms. Önnur er að auka meðvitund okkar allra um að fátækt sé yfirleitt til á Íslandi og vekja löngun þeirra sem nóg eiga til þess að deila með sér. Þriðja aðferðin er að tala saman og deila reynslu af því hvað felst í því að vera fátæk. Einangrun getur verið hlutskipti þeirra sem ekki eiga peninga til að geta tekið þátt í félagslífi og geta ekki leyft sér það sem vinirnir geta. Einangrun getur aukið vonleysi og dregið úr lönguninni til þess að breyta eigin aðstæðum. Á landsmótinu keypti ég mér engla og bílaþvott. Ég horfði á dansatriði og fylgdist með ungu fólki ræða um fátækt. Ég fékk andlitsmálningu, keypti kandífloss og borðaði pönnukökur með krökkum sem höfðu ferðast langa leið til þess að taka þátt í mótinu. Þau voru saman komin til að berjast gegn fátækt í orði og verki.

Unga fólkið í kirkjunni fyllir mig von um fallegri og jafnari heim. Þau vilja láta til sín taka í baráttunni gegn fátækt. Það er verk að vinna og þau hafa slegið tóninn fyrir okkur öll. Landsmótið hafði yfirskriftina „Energí og trú“ því trúin gefur kraft. Þegar energí og trú fara saman er allt hægt. Við getum til dæmis útrýmt fátækt.

GAGA FYRIR VERSACE

Sönkonan Lady Gaga mun líklega sitja fyrir í auglýsingum fyrir tískumerkið Versace næstkomandi vor. Lady Gaga hefur lýst aðdáun sinni á Donatellu Versace en blondínurnar ná víst afar vel saman.

NÁTTÚRULEG LÆKKUN KÓLESTERÓLS

ICECARE KYNNIR *Fæðubótarefnið Ateronon markar tímamót þegar kemur að því að viðhalda góðri heilsu hjarta og æðakerfis.*

Ateronon er fyrsta og eina fæðubótarefnið sem inniheldur líffræðilega virkt lycopene. Eitt hylki af Ateronon á dag getur hamlað oxun LDL-kólesteróls í blóði, allt að 90% á átta vikum. Virka efnið í Ateronon er lycopene, öflugt andoxunarefni sem Miðjarðarhafsmataræði er ríkt af og hefur löngum verið tengt við gott ástand æðakerfis hjartans. Lycopene er náttúrulegt andoxunarefni sem finnst í tómötum og öðrum rauðum ávöxtum. Ateronon var þróað með það að markmiði að gera náttúrulega vöru sem hefur skýran, vísindalegan ávinning og jákvæð langtímaáhrif á líf fólks.

Vísindamenn í Cambridge hafa í samstarfi við matvælafyrirtækið Nestlé uppgötvað nýja leið til að gera lycopene líffræðilega virkt svo líkaminn geti nýtt það betur en áður hefur þekkst. Ateronon er einstakt efni og er einkaleyfisskráð uppgötvun á náttúrulegu efni.

Hömlun oxunar á LDL-kólesteróli er lykillinn að því að hindra að fyrirstaða myndist í slagæðum. Ateronon bætir að auki blóðflæði um allan líkamann. Fyrirstaða í æðum gerir það að verkum að blóð hefur ekki eins greiða leið út í líkamann og getur valdið heilsutjóni. Ateronon er auk þess eina fæðubótarefnið sem með góðum árangri hamlar oxun LDL-kólesteróls og er staðfest með rannsóknum. Ateronon má taka með lyfseðilsskyldum lyfjum. Það er unnið á náttúrulegan hátt og hefur engar þekktar aukaverkanir.

Fólk sem þolir ekki soja, tómata eða mysuprótein getur ekki notað vöruna. Hylkin innihalda ekki erfðabreytt efni (GMO free).

NÝJUNG
Birna Gísladóttir, sölustjóri hjá Icecare, segir að Ateronon hafi vakið mikla athygli í Bretlandi. Útsölustaðir Ateronon eru: Apótek, heilsuverslanir og heilsuhillur stórmarkaðanna.

UMSAGNIR SÉRFRÆÐINGA

„Algjörlega ný leið í meðferð á háu kólesteróli í blóði."

Prófessor Anthony Leeds,
stjórnarmaður í HEART UK

„Ateronon virðist hafa áhrif á efnaskipti og LDL-kólesteról á allt annan hátt en hefðbundin andoxunarefni. Það er vegna þessarar virkni sem Ateronon lofar góðu í baráttunni við að minnka hættuna á hjarta- og æðasjúkdómum til langs tíma."

Dr. Howard Sesso,
aðstoðarprófessor í læknisfræði við Harvard-háskóla í Boston

„Æðakölkun, þrengingar af völdum kólesteróls í slagæðum, er stór áhættuþáttur þegar til heilablóðfalls kemur. Við vitum að andoxunaraefnaríkt mataræði er ákjósanlegt til að minnka þrengingarnar og við fögnum niðurstöðum þessara rannsókna."

Dr. Peter Coleman,
rannsóknarforstjóri samtaka um heilablóðfall á Bretlandi

GOTT MÁLEFNI

100 krónur af hverjum pakka renna til söfnunarátaks Hjartaheilla fyrir nýju hjartaþræðingatæki.

HUGLEIÐSLUNÁMSKEIÐ UM HELGINA

SRI CHINMOY KYNNIR *Um helgina stendur Sri Chinmoy-stofnunin á Íslandi fyrir hugleiðslunámskeiði undir leiðsögn grafíska hönnuðarins Martins Leitner frá Austurríki. Námskeiðið, sem er ókeypis og öllum opið, verður haldið í Sri Chinmoy-miðstöðinni að Skúlagötu 30, þriðju hæð.*

Martin hefur ferðast víða og reynir yfirleitt að bjóða upp á hugleiðslunámskeið á hverjum stað, en Sri Chinmoy-hugleiðslumiðstöðvar eru starfandi í yfir sjötíu löndum víðs vegar um heiminn. Þetta er annað skiptið sem Martin heldur námskeið á Íslandi.

Sjálfur fékk Martin áhuga á hugleiðslu um sextán ára aldur og fór að lesa sér til um hana. „En svo fann ég kennarann minn, Sri Chinmoy, og hef síðan stundað hugleiðslu daglega, eða í ein 11 ár. Hugleiðsla snýst um tækni til að efla innsæi og beisla hugarorku með því að ná stjórn á hugsunum og tilfinningum í stað þess að láta stjórnast af þeim. Þannig öðlast maður hugarró og innri frið og verður betur í stakk búinn til að takast á við flókin, krefjandi viðfangsefni,“ segir Martin.

Sri Chinmoy var gífurlega afkastamikill á sviði tónlistar, ljóðagerðar, myndlistar, bókmennta og íþrótta. Hann sagði „hugann“ aðeins setja manninum takmörk og hugleiðsluna leið til að rjúfa þær takmarkanir.

Hugleiðslunámskeiðin nú um helgina eru fyrir alla þá sem vilja öðlast innri frið og finna samhljóm mannlegrar tilveru. „Það geta allir hugleitt, segir Martin. Það þarf bara að læra tæknina. Á námskeiðinu förum við yfir mikilvægustu undirstöðuatriðin við hugleiðsluna. Það er til mikils að vinna því sá sem hugleiðir lærir ekki aðeins að þekkja sjálfan sig heldur uppgötvar hann kraft og löngun til að takast á við ný og óþekkt viðfangsefni sem gefa lífi hans tilgang og færa honum hamingju.“

Námskeiðið, sem verður bæði haldið næstkomandi laugardag og sunnudag, stendur frá kl. 13-18. Mikilvægt er að mæta báða dagana til að fá sem mest út úr námskeiðinu. „Í framhaldinu verður boðið upp á styttri framhaldsnámskeið fyrir þá sem vilja gera þetta að lífsvenju sinni,“ segir Martin. Nánari upplýsingar og skráningarform er að finna á www.hugleidsla.org en áhugasömum er sömuleiðis bent á www.srichinmoy.org og www.peacerun.org. Einnig er hægt að hafa samband í síma 551-8080.

KENNIR HUGLEIÐSLU Martin hefur haldið hugleiðslunámskeið um allan heim.

GNARR FÆR JÓLAPEYSU

BARNAHEILL *Jón Gnarr borgarstjóri fékk í gær afhenta Jólapeysuna 2013 sem prjónuð var fyrir Barnaheill – Save the Children á Íslandi í tilefni söfnunarátaks.*

Ragnheiður Eiríksdóttir, prjónakona með meiru og stofnandi Knitting Iceland, afhenti í gær Jóni Gnarr borgarstjóra Jólapeysuna 2013 til eignar.

Ragnheiður hannaði peysuna og prjónaði fyrir Barnaheill – Save the Children á Íslandi, en Jón klæddist henni í auglýsingum fyrir fjáröflunarátak Barnaheilla, Jólapeysan.

Ragnheiður segir það ánægjulegt að borgarstjóri leggi átakinu lið með þessum hætti; „Enda maður þar á ferð sem mark er tekið á, bæði frumlegur og skapandi og óhræddur við að fara eigin leiðir. Ég vona bara að sem flestir taki Jón sér til fyrirmyndar og prjóni jólapeysuna í ár.“

Uppskriftina að peysunni má nálgast í öllum helstu lopasöluverslunum landsins, en nánari upplýsingar er að finna á jolapeysan.is.

FARANDPEYSAN

Í myndatökunni fyrir auglýsinguna fitjaði borgarstjóri upp á nýrri peysu og byrjaði sjálfur að prjóna.

Þetta var upphaf farandpeysunnar sem verður prjónuð af ýmsum þekktum einstaklingum og seld á uppboði í lok átaksins. Með henni mun fylgja skrá yfir þá einstaklinga sem hafa prjónað peysuna.

KEPPT Í ÁHEITUM

Jólapeysan er fjáröflunarátak Barnaheilla – Save the Children á Íslandi. Á áheitavefnum jolapeysan.is er hægt að skrá sig til þátttöku, bæði sem einstaklingur og sem hluti af liði, eða jólapeysupartíi. Þar er keppt í áheitum, svipað og gert er í Hlaupastyrk og Mottumars. Á Facebook og Instagram verða síðan veitt verðlaun í nokkrum flokkum, svo sem fyrir bestu nördapeysuna, glamúrpeysuna, ljótustu jólapeysuna og að sjálfsögðu fyrir fallegustu jólapeysuna.

ÁNÆGÐUR Borgarstjórinn var hæstánægður með peysuna sem Ragnheiður hannaði og prjónaði fyrir fjáröflunarátak Barnaheilla, Jólapeysan. MYND/GVA

Vandaðir þýskir herraskór úr leðri,
skinnfóðraðir. Stórar stærðir

Stærðir: 40 - 47
Verð: 16.985.-

Stærðir: 41 - 48
Verð: 16.985.-

Misty skór Laugavegi 178
Opið Mánudag-Föstudag Frá klukkan 10:00 - 18:00 og laugardaga: 10 - 14

KJÓLAR - KJÓLAR

KR.6.900.-

KR.10.900.-

Nýtt kortatímabil

Rita

Við erum á Facebook

Bæjarlind 6 • S. 554 7030
www.rita.is

Flott fyrir veturinn

30% AFSLÁTTUR AF ÖLLUM VÖRUM

Úlpur
áður 24.990
Nú 14.990 kr.

Kjólar
áður 16.990
Nú 11.890 kr.

FLASH

Laugaveg 54,
sími: 552 5201

Vertu vinur

FÓLK ER KYNNINGARBLAÐ sem býður auglýsendum að kynna vörur og þjónustu í formi viðtala og umfjallana ásamt hefðbundnum auglýsingum. Blaðið fylgir Fréttablaðinu daglega.

Útgefandi: **365 miðlar** | Ábyrgðarmaður: **Jón Laufdal**
Sölumenn: **Bryndís Hauksdóttir,** bryndis@365.is, s. 512 5434 **Sverrir Birgir Sverrisson,** sverrirbs@365.is, s. 512 5432 **Kolbeinn Kolbeinsson,** kolli@365.is, s. 512-5447 | Hönnun: **Silja Ástþórsdóttir**

nýjar sendingar í húsi

HUGO BOSS

KONUR MENN KRINGLUNNI 533 4242

FÍNN Í TAUINU

Ragnhildur Anna Jónsdóttir tekur þátt í sýningunni Handverk og hönnun í Ráðhúsinu en hún hannar vörur fyrir börn.

Ragnhildur Anna Jónsdóttir hannar samfellur og smekki á ungbörn undir heitinu Jónsdóttir&Co.

Ragnhildur bætti nýverið við línuna koddaverum og svuntum en hún tekur þátt í sýningu Handverks og hönnunar í Ráðhúsinu þessa dagana.

„Ég byrjaði fyrir tveimur árum að vinna með söguna um Stubb og prentaði myndir af honum á ungbarnasamfellur og rúmföt. Stubbur sló í gegn og boltinn fór að rúlla,“ segir Ragnhildur.

SÝNIR Í RÁÐHÚSINU Ragnhildur Anna Jónsdóttir tekur þátt í sýningu Handverks og hönnunar í Ráðhúsinu.

„Nú er ég meðal annars með svæfilver fyrir lítil kríli með áprentaðri setningunni „Ég elska þig alla leið til tunglsins og til baka“, svuntur og ungbarnasamfellur með ásaumuðu bindi. Ég hafði átt efnið í mörg ár og lengi reynt að finna því nýtt líf, en það hékk fyrir mátunarklefunum í verslun foreldra minna. Ég sneið úr því lítil hálsbindi og saumaði á samfellurnar og kalla þær „Fínn í tauinu,“ útskýrir Ragnhildur en allar samfellur Jónsdóttur&Co eru úr lífrænni bómull og saumaðar í Afríku. Prentun og vinnsla umbúðanna fer fram hér á landi en vörurnar vinnur Ragnhildur að stórum hluta í samvinnu við Vinnustofuna Ás.

FÍNN Í TAUINU Nýjasta vara Jónsdóttur&Co eru samfellur með ásaumuðu bindi.

„Samfellurnar eru úr lífrænni bómull og Fair Trade-vottaðar og því fannst mér mikilvægt að halda vinnslunni áfram á þeim nótum. Allar samfellurnar koma í pokum sem saumaðir eru á Vinnustofunni Ási. Ég legg mikla áherslu á umbúðirnar og dúlla svolítið við hlutina,“ segir Ragnhildur.

Seinni hluti sýningarinnar Handverk og hönnun í Ráðhúsinu var opnaður í gær og stendur fram á sunnudag.

JAFNVÆGI SIGRAÐI

SKÚLAVERÐLAUNIN 2013 *Veitt voru verðlaun fyrir besta nýja hlutinn í samkeppni sem haldin er árlega og kennd er við Skúla fógeta. Handhafi verðlaunanna í ár er Helga Ósk Einarsdóttir.*

Sýningin Handverk og hönnun var opnuð í Ráðhúsi Reykjavíkur fimmtudaginn 7. nóvember. Á opnuninni voru Skúlaverðlaunin afhent, en árlega er efnt til samkeppni meðal þátttakenda í sýningunni um besta nýja hlutinn. Skilyrði eru að hluturinn hafi ekki verið til sýnis eða sölu opinberlega.

Skúlaverðlaunin 2013 komu í hlut Helgu Óskar Einarsdóttur skartgripahönnuðar fyrir verkið Jafnvægi. „Helga Ósk, sem er einn af okkar fremstu gullsmiðum, er með mjög persónulegan og skemmtilegan stíl og vinnur einnig með gamla víravirkið á nýstárlegan hátt,“ segir á heimasíðu Samtaka iðnaðarins, en verðlaunin eru styrkt af samtökunum.

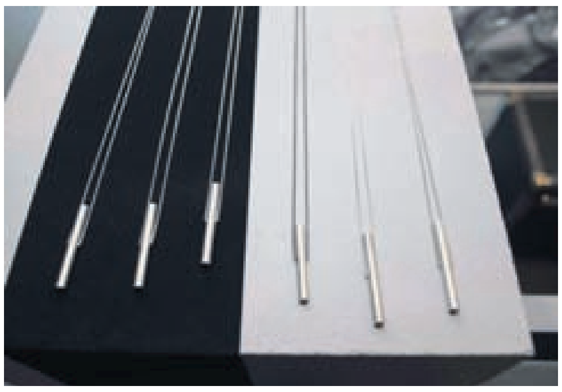
Auk verðlaunanna var veitt ein viðurkenning, en Kristín Sigfríður Garðarsdóttir hlaut hana fyrir verkið „Doppur“.

Valnefndin samanstóð af Guðbjörgu Gissurardóttur, grafískum hönnuði, og Evu Vilhelmsdóttur fatahönnuði.

Sýningin Handverk og hönnun stendur yfir um þessar mundir en henni lýkur á sunnudaginn.

Hægt er að skoða fleiri verk Helgu Óskar Einarsdóttur á heimasíðu hennar www.milla.is, en hún hefur tekið þátt í fjölda sýninga bæði hér á landi og erlendis.

VERÐLAUNAHAFAR Orri Hauksson, framkvæmdastjóri SI, ásamt Helgu Ósk Einarsdóttur Skúlaverðlaunahafa 2013 og Kristínu S. Garðarsdóttur sem hlaut sérstaka viðurkenningu.



JAFNVÆGI Verðlaunaverkið ber titilinn „Jafnvægi“ og er eftir Helgu Ósk Einarsdóttur skartgripahönnuð.

ÞAÐ STIRNIR Á JÓLAKJÓLINN Í ÁR

GLIMMERJÓL

Jólin, jólahlaðborðin og veislurnar nálgast og ekki seinna vænna en að fara að huga að jólakjólnum. Í ár er glimmer áberandi en fátt er jólalegra.

Fatnaður með málmáferð hefur reyndar fengist í miklu úrvali í vetur en nú bætist glimmer við og stirnir á aðra hverja flík í búðum.

Kjólarnir fást ýmist silfraðir, gylltir eða í lit. Þeir eru skraut í sjálfu sér og þarf ekki mikið meira en fallegar sokkabuxur og hælaskó til að fullkomna dressið. Rautt naglalakk, fallegt veski og hárauður varalitur spillir þó ekki fyrir.

JÓLAGJÖFIN HENNAR

FIMMTUDAGUR **14. NÓVEMBER 2013** | **Kynningarblað** Fatnaður, fylgihlutir og minnisstæðar gjafir.

Flott föt fyrir flottar konur
Stærðir 38-58

Skeifunni 8 • 108 Reykjavík • Sími: 517 6460 • www.belladonna.is

Skvísujól hjá Curvy

Konur eru dásamlegar í öllum sínum margbreytileika og víst að allar verða þær að gyðjum í jólafötum frá Curvy sem dásamar kvenleika og ávalar línur.

Við skvísurnar í Curvy erum sérfræðingar í að finna glæsileg og klæðileg föt sem henta vaxtarlagi hverrar og einnar konu, því sem betur fer erum við ekki allar skapaðar eins," segir Fríða Guðmundsdóttir, kaupkona í tískuverslunninni Curvy.

„Fyrir jólin bjóðum við upp á flottar jólagjafir sem klæða skvísur af öllum stærðum og gerðum. Við vitum frá fyrstu hendi að það er enginn hægðarleikur að gefa konum gjafir og viljum að allar konur séu sáttar við sig og sitt. Þess vegna erum við sveigjanlegar þegar kemur að skilum og skiptum," segir Fríða.

Tískuverslunin Curvy er með allt sitt vöruúrval á netinu þar sem auðvelt er að panta það sem hugurinn girnist. Boðið er upp á ókeypis heimsendingu hvert á land sem er.

„Í jólapakkann njóta yfirhafnir, peysur og leggings mikilla vinsælda og alltaf gaman að fá fallegan kjól," segir Fríða í Curvy þar sem glæsilegir jólakjólar fást í úrvali.

„Í desember bætast við þokkafull undirföt sem koma upp í skálastærð J. Þá er aðhaldsfatnaður alltaf vinsæll fyrir jólin og sniðugt að láta Kertasníki lauma einu stykki í skóinn á aðfangadag," segir Fríða og brosir.

„Geti viðkomandi ekki gert upp hug sinn, eða vill gefa dömunni dekurdag í verslun, er hægt að velja upphæð á gjafabréf sem gildir í verslun Curvy."

Curvy er með verslun í Nóatúni 17 og netverslun á www.curvy.is.

Fríða Guðmundsdóttir, kaupkona í Curvy. MYND/DANÍEL

Bæjarlind 1-3
201 Kópavogur

Jólagjöfin hennar

Vertu vinur okkar á Facebook
hjá Hrafnhildi
• Engjateigur 5
• Sími 581 2141
• www.hjahrafnhildi.is
Opið virka daga frá kl. 10-18 | laugardaga frá kl. 10-16

Minnisstæðar jólagjafir

Að baki hverri gjöf liggur falleg hugsun og örlítið sögukorn.

ERNA BJÖRK HARÐARDÓTTIR

HJÚKRUNARFRÆÐINGUR:

„Eftirminnilegasta floppið held ég að verði að vera pakkinn með rauða, sexí og seiðandi satínnáttkjólnum, tveimur númerum of litlum, sem var opnaður í stofunni hjá mömmu og pabba. Annars hefur hann yfirleitt hitt í mark, þessi elska."

JÚLÍA ARADÓTTIR

BÓKMENNTAFRÆÐINEMI:

„Fyrsta jólagjöfin er eftirminnilegust, en þá skiptumst við á eftirlætisbókum okkar. Ég fékk Catcher in the Rye og mixdisk. Þórir keypti bókina í Belgíu, var alveg staðráðinn í að finna hana og þurfti að fara í nokkrar bókabúðir áður en hann loksins fann hana."

HALLA MARGRÉT JÓHANNESDÓTTIR,

LEIKKONA OG RITHÖFUNDUR:

„Fyrsta jólagjöfin. Við skiptumst á pökkum í þvottahúsinu á æskuheimili mínu, kysstumst og svo fór hann og hélt sín jól og ég mín. Ég hafði margra ára reynslu í að þukla jólapakka og var ótrúlega góð í fatta hvað þeir innihéldu. Ég ályktaði að þetta hlyti að vera bollastell. Ég fór inn í eldhús og sagði við mömmu: „Ef þetta er bollastell, þá hætti ég með honum." Um kvöldið kom í ljós að hann hafði sett plötusafn Megasar í stærri kassa sem skýrði þessa skrítnu þyngd."

EVA ÝR GUNNLAUGSDÓTTIR

HJÚKRUNARFRÆÐINGUR:

„Jólin 2004 vorum við tiltölulega nýbyrjuð saman. Ég hafði verið í próflestri allan nóvember og svo í prófum og einhvern veginn var ég alltaf bara í joggaranum. Ég var alltaf

svona smá að segja honum að ég væri nú alveg stundum skvís, og ég hlakkaði svo til að komast úr prófgallanum. Svo kom jólagjöfin sem var svo sæt; bolur, hálsmen, taska, næla og fleira í þeim dúr. Það var eitthvað svo fallega hugsað og ég var svo ánægð."

HELENA AAGESTAD

HJÚKRUNARFRÆÐINEMI:

„Árið 2006 gaf kærastinn minn mér flugmiða til Kaupmannahafnar þangað sem við fórum að heimsækja vini okkar sem bjuggu þar. Hann var búinn að prenta út nokkur A4-blöð, hvert með einu orði á. Viltu – koma – með – mér – til – Danmerkur? Það var voða fansí. Í fyrra vantaði okkur ekkert svo við keyptum geitur frá Hjálparstarfi kirkjunnar og gáfum hvort öðru."

SENDUM FRÍTT UM ALLT LAND

www.smartboutique.is

Laugavegur 55, sími 551 1040
Opið mán.–lau. kl. 10–18
sun. kl. 12–16

Smart Boutique

Laugavegur 55 • www.smartboutique.is

SENDUM FRÍTT UM ALLT LAND

www.smartboutique.is

Það er aðeins ein alvöru hanskabúð og hún er á Laugaveginum við hliðina á Bónus.

Herratrefill og leðurhanskar hlý og góð gjöf sem klikkar aldrei á aðeins **4.950 kr.**

Margir litir í boði. **Sama verð og í fyrra.**

Mikið úrval af krögum, húfum og herðaslám 1. flokks skinn íslensk hönnun. Framleitt í Evrópu.

Verð. frá 29.900 kr

Mikið úrval af húfum töskum og krögum úr gervifeld frá Hauer. Vönduð vara

Pasminur og hanskar í stíl margir litir í boði

Tilboð. **4.950 kr.** fyrir settið.

Sama verð og í fyrra.

Refaskott og hanskar að eigin vali.

Aðeins **12.490 kr**

Stutt skott og hanskar aðeins **9.900 kr**

Vinælasta tilboðið ár eftir ár.

100 litir af leðurhönskum

Aðeins 3.450 kr.

parið

Yfir 100 tegundir af leður seðlaveskjum verð frá **3.900 kr.**

evans.

Kjóll með aðhaldsundirkjól
12.995 kr.

Síður toppur með blúndu
12.995 kr.

Bómullarnáttföt
7.495 kr.

Skór (extra víðir) stærðir 37-44
12.995 kr.

KAREN MILLEN

Kápa með faux fur
78.990 kr.

Leðurstígvél með rúskinni
84.990 kr.

Leðurtaska
49.990 kr.

Leðurhanskar með faux fur
15.990 kr.

TOPSHOP

Rauður kjóll með fallegum böndum á bakinu
12.490 kr.

Hálsmen
5.990 kr.

Faux fur loðkragi
6.990 kr.

Skór
12.490 kr.

Falleg gjöf fyrir hana

Konurnar í lífi okkar eru margar. Kærustur, eiginkonur, systur, vinkonur, mömmur, ömmur og frænkur. Þó ætti að vera hægur vandi að finna jólagjafir fyrir þær í verslunum Warehouse, Karen Millen, Topshop, Dorothy Perkins og Evans.

Falleg yfirhöfn er alltaf vinsæl gjöf til eiginkonunnar eða kærustunnar. Í Evans, Topshop, Karen Millen, Warehouse og Dorothy Perkins er að finna úrval af kápum, úlpum og leðurjökkum,“ segir María Hafsteinsdóttir, verslunarstjóri Warehouse. „Oft eru gefnar aukagjafir með og þá passar vel að velja skart, tösku, hanska, loðkraga eða jafnvel kósý náttföt til að klæðast að kvöldi aðfangadags.“

Sniðug gjöf fyrir systur og mæður geta verið girnilegar peysur, flottar töskur eða skór, en flestar konur elska skó. „Þá eru gróf hálsmen vinsæl með peysum núna,“ segir María og bendir einnig á húfur, trefla, vettlinga eða fallega klúta í pakkana þeirra.

Fylgihlutir og skart koma sterkt inn fyrir vinkonurnar. „Oft sameinast vinkonuhópar um gjafir og geta þá leyft sér eitthvað aðeins meira í pakkana,“ lýsir María og bendir fólki á að fá aðstoð frá starfsfólki sem getur komið með góðar hugmyndir. „Við val á gjöf er gott að hafa í huga hvernig stíll konunnar er, hvaða litir henni finnst fallegir og hvaða snið fer henni, hvort hún fylgi tískustraumum eða klæðist tímalausum flíkum og hvort hún noti skart eða fylgihluti.“

„Í verslunum Topshop eru sannkölluð 90‘s jól og þar má finna mikið af flottum toppum og kjólum sem unga kynslóðin elskar,“ segir Sigríður Helga Ragnarsdóttir, verslunarstjóri í Topshop. Svo má einnig minnast á tösku í gjafapakkann. Taska er einmitt eitthvað sem margar konur geyma að kaupa sér í lengstu lög og ganga oft og tíðum um með gamla tösku en óska sér nýrrar og því er þessi hugmynd alveg skotheld. Í öllum þessum verslunum er að finna mikið úrval af vönduðum og handhægum töskum.

DOROTHY PERKINS

Parkaúlpa
16.995 kr.

Trefill
3.995 kr.

Vettlingar
2.495 kr.

Skór með grófum botni stærðir 37-41
9.495 kr.

WAREHOUSE

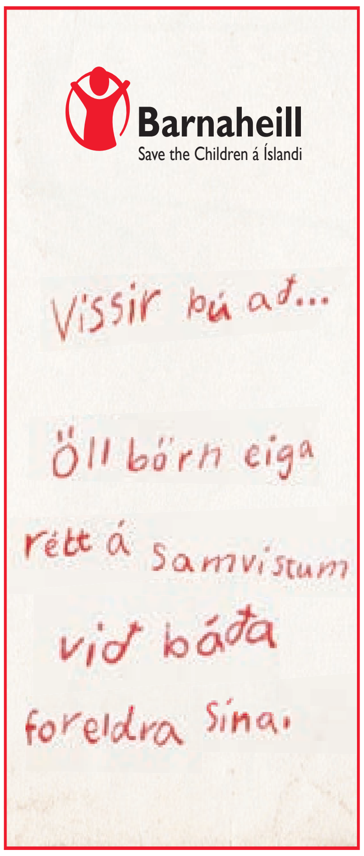
Taska
9.990 kr.

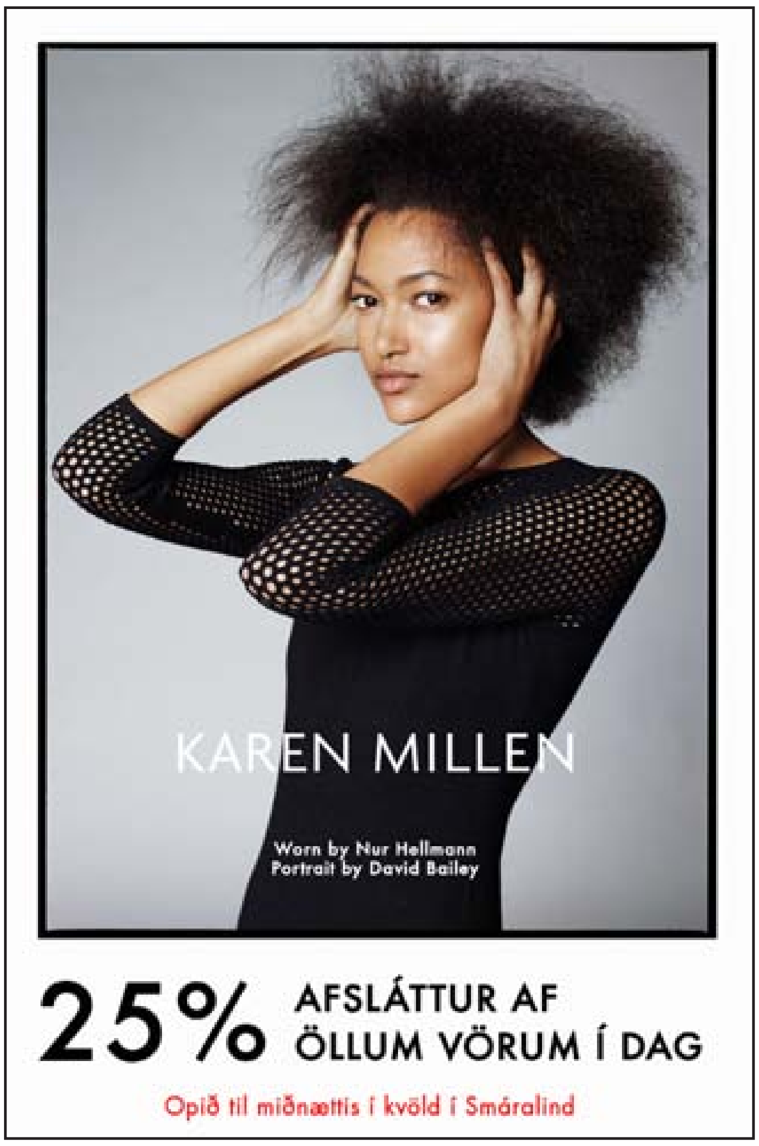
Hálsmen
4.490 kr.

Kaðlapeysa með rennilás á baki
12.490 kr.

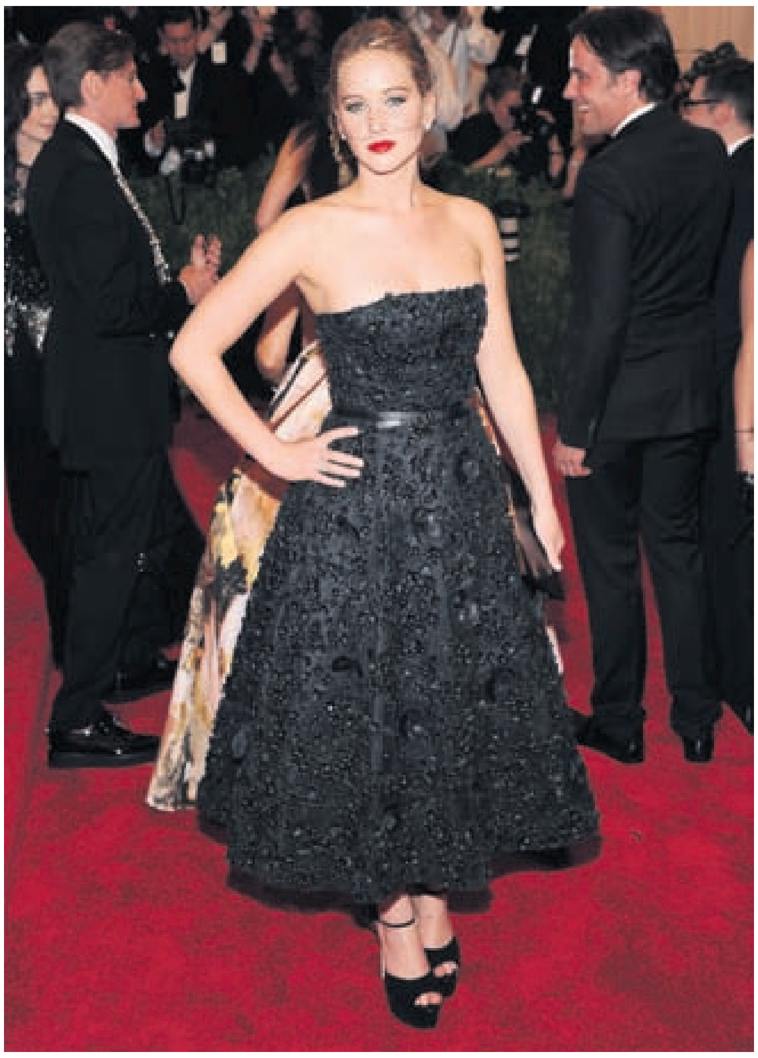
Kápa (5 flíkur í einni)
29.990 kr.

JÓLAPEYSAN
30. OKTÓBER – 13. DESEMBER
Jól með
Barnaheillum
Save the Children á Íslandi
VERTU MEÐ OG STYRKTU MANNRÉTTINDI BARNA
AUÐVELT AÐ VERA MEÐ – www.jolapeysan.is





DIOR OG GEIGER Jennifer Lawrence klæðist kjól úr smiðju Christian Dior Couture AW13 og Kurt Geiger London Bond-skóm við frumsýningu á Hunger Games: Catching Fire í London.



GLITRANDI SVARTUR Hér er Lawrence í svörtum glitrandi kjól frá Christian Dior á góðgerðarsamkomu í Metropolitan-safninu í New York í maí. NORDICPHOTOS/GETTY

ELDFIM LEIKKONA

TÍSKA *Leikkonan unga, Jennifer Lawrence, hefur náð ótrúlegum árangri á stuttum tíma. Hún er glæsileg jafnt á skjánum sem rauða dreglinum eins og myndirnar sanna.*

Gæðaleikkonan Jennifer Lawrence (23 ára) vakti fyrst heimsathygli fyrir frammistöðu sinni í kvikmyndinni Winter's Bone árið 2010 en fyrir hana hlaut hún tilnefningu til Óskarsverðlauna, Golden Globe-verðlauna og fjölda annarra sem besta aðalleikkonan. Ekki hlaut hún verðlaunin í það skiptið en aðeins tveimur árum seinna hreppti hún þau fyrir leik sinn í rómantísku gamanmyndinni Silver Linings Playbook.

Flestir þekkja Lawrence þó sem Catniss Everdeen úr kvikmyndunum Hunger Games. Lawrence hefur ekki síður vakið athygli á rauða dreglinum enda fer þar glæsileg ung kona. Hér má sjá nokkur dress sem hún hefur klæðst undanfarið á ýmsum samkundum.

- sg

GOLDEN GLOBE Christian Dior er greinilega í uppáhaldi hjá Jennifer Lawrence. Hér er hún í kjól frá Dior á Golden Globes-verðlaunahátíðinni í janúar.

Á FRUMSÝNINGU Lawrence í gylltum og glæsilegum kjól frá Prabal Gurung við frumsýningu Hunger Games í Los Angeles í mars í fyrra.

SAMFESTINGUR Lawrence er töff í satínsamfestingi frá Stellu McCartney á kvikmyndahátíðinni í Santa Barbara í febrúar.

ÓSKARSVERÐLAUNAHAFI Stórglæsileg í síðum hvítum kjól frá Christian Dior á Óskarsverðlaunahátíðinni í febrúar.

BÍLAR & FARARTÆKI

POLARIS Indy 800 sks. Árgerð 2005, ekinn 2 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur. Tilboðsverð 520.000.- Rnr.104787. Á staðnum

TOYOTA Corolla 1,6 vvti. Árgerð 2006, ekinn 102 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur. Verð 1.450.000. Rnr.300451. Á staðnum

Bílasalan Planið
Korputorgi, Reykjavík
Sími: 517 0000
Opið virka daga mán - fös 10-18
www.planid.is

ASKJA NOTAÐIR BÍLAR

KIA Ceed h/b ex 1.6 new bensín sjálfsk.. Árgerð 2012, ekinn 10 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur. Verð 3.690.000. Rnr.210154.

VW Touareg v6 disel. Árgerð 2006, ekinn 134 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 4.190.000. Rnr.160827.

RENAULT Kangoo ii. Árgerð 2009, ekinn 104 Þ.KM, dísel, 5 gírar. Verð 1.650.000. Rnr.990451.

ASKJA notaðir bílar
Kletthálsi 2, 110 Reykjavík
Sími: 590 2160
www.notadir.is

bílaplan.is

MEGA VERÐ

FORD F350. Árg 06, ek 205 þ.km, sjsk. TILBOÐ 1.890 þús . Er á staðnum. Rnr 146998 Bilaplan.is 5526000

FLOTTUR VETRAR BÍLL

DODGE CHARGER. Árg 07, ek 106 þ.km, SJSK. TILBOÐ 1.990 þús. Er á staðnum. Rnr 106813 Bilaplan.is 5526000

LAND ROVER DISCOVERY HSE. Árg 07, ek 125 þ.km, verð 5.980. Fully loaded. Er á staðnum. Rnr 147087 Bilaplan.is 5526000

VINNU ÞJARKUR

RENAULT TRAFIC. Árg 05, ek 170 þ.km, beinsk. TILBOÐSVERÐ 690 þús. 100% VISALÁN Í BOÐI. Rnr 106814 Bilaplan.is 5526000

bílaplan.is

FJÓRHJÓLADRIFINN

AUDI A6 3,2. Árg 06, ek 88 þ.km, bensín, verð 3.490 er á staðnum. Rnr 106817 Bilaplan.is 5526000

Bílaplan.is
Við Breiðhöfða, 110 Reykjavík
Sími: 552 6000
www.bilaplan.is

STÓRA BÍLASALAN

KIA Picanto Árgerð 2012. Ekinn 71þ. km, beinskiptur. 6 ár eftir af ábyrgð! 80% lán mögulegt. Verð 1.390.000kr. Raðnúmer 133702. Sjá nánar á www. stora.is

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

100bilar.is

HUMMER H2 Luxury 37". Árgerð 2006, ek 82 Þ.KM, bensín, sjálfsk, 2x 37" dekkjagangar, DVD, Dríflæsing, Loftdæla, Flottur og vel búinn, Ásett verð 4.990þ. kr, Rnr.114300. Er á staðnum.

100 bílar ehf
Þverholt 6, 270 Mosfellsbær
Sími: 517 9999
Opið virka daga 10-18.00 og laugardögum 11-15.
www.100bilar.is

bilfang.is S. 567 2000

LITIÐ KEYRÐUR !

Subaru Legacy Sport Wagon 07/2009 Perluhvitur, sjálfskiptur ek aðeins 54 þ.km Flott eintak verð 2790 !!

4X4 DIESEL !

VW Passat Highline DIESEL 4motion 12/2007 mód 2008 ek 118 þ.km 6 gírar, Öflugur vetrarbíll ! Verð 2490 þús !!!

Bílasalan Bílfang
Malarhöfða 2, 110 Rvk.
Sími: 567 2000
www.bilfang.is

TOYOTA
Notaðir bílar Kletthálsi
Sími: 570 5220
www.toyotakletthalsi.is

TOYOTA Corolla w/g sol. Árgerð 2004, ekinn 152 Þ.KM, bensín, 5 gírar. Verð 1.190.000. Tilboð 990.000 Rnr.170002. uppl. í síma 570-5220 Toyota Kletthálsi

Notaðir bílar Kletthálsi
Klettháls 2, 110 Reykjavík
Sími: 570 5220
Opið virka daga 9-18, lau 12-16.
www.toyotakletthalsi.is

Bílar til sölu

GULLMOLI

Toyota Yaris T-Sport 2005. 1500cc. þjónustaður alla leið,skuldlaus. Nú 850þ. s. 820-5181

Bílar til sölu

Rafmagn og Bensín. Nissan Leaf Rafbíll frá 2.995þ, Ford Focus Rafbíll frá 3.995þ, Chevrolet Volt Raf+Bensín frá 3.995þ Toyota Prius Plug-in Raf+Bensín frá 3.995þ, Toyota RAV4 Tesla rafbíll frá 4.995þ. Útsölutilboð á sýningabílum, eftirársbílum, rafbílum, metan/bensín/díselbílum. Íslensk ábyrgð og allt að 100% fjármögnun í boði. islandus.is - S.5522000.

Mazda Premacy 00 1800 ssk lysta v 450þ mitt v 200þ þarf smá að lagfæra proben.heidal@gmail.com 5679642/7774296.

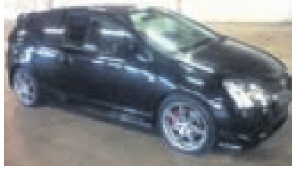
250-499 þús.

SJÁLFSKIPTUR SMÁJEPPI
Honda Hrv 3dyra ,00" ek. 217þ. Sjálfskiptur topplúga Dráttarbeysli ofl. Ný skoðaður góður bíll Verð 550þ. TILBOÐ 350þ. Uppl. í s. 666 0675.

500-999 þús.

ÞESSI ER KLÁR Í VETURINN 4X4
NÝ VETRARDEKK!
Hyundai Santa Fe 4x4 árg. ,01 ek. 169 þús. sjálfskiptur, sk. ,14, splunkuný vetrardekk rafgeymir ofl, gott eintak sem lýtur mjög vel út ásett verð 850 þús, TILBOÐSVERÐ 600 ÞÚS. möguleiki á 100% lán vis/euro s.841 8955

GÓÐUR SSK STATION -SUPERTILBOÐ 590 ÞÚS!
FORD MONDEO 2.0 WAGON 2003 ek.148 þús., ssk, heilsársdekk, sk.14 mjög rúmgóður og þægilegur bíll sem lytur vel út, ásett verð 950 þús á bílasölu SUPERTILBOÐSVERÐ 590ÞÚS möguleiki á allt að 100% visa/euro láni s.841 8955



HONDA CIVIC TYPE-R 200 HÖ
Honda Civic Type-R 200 hö árg.'02 ek.151 þús., 6 gíra, svartur lýtur vel út og virkar mjög vel, verð 890 þús skoða ódýrari uppí eða möguleiki á 100% lan vis/euro s.841 8955.

Bílar óskast

BÍLL ÓSKAST Á 25-250ÞÚS.
Má þarfnast lagfæringa.
Hringdu S. 615 1815 eða sendu sms.

Óska eftir gömlum sendibíl Toyota Hiace, Nissan Urvan, Mitsubishi L300, Mazda 12000. Má kosta 150 þús. s. 8699766.

STAÐGREIÐI BÍLA 0-300 ÞÚS!
Óska eftir að kaupa bíla á allt að 300 þús. staðgreitt! Peir mega þarfnast lagfæringa helst ekki eldri en ,01, skoða allt er með pening og pappíra klára og get gengið frá kaupum strax, ef mér lýst vel á. Uppl. s. 691 9374.

Óska eftir bíl á bilinu 30-300þ +. Ekki eldri en ,00. Má þarfnast viðgerðar. S. 866 0784.

Sendibílar

568 5000 NS NÝJA-SENDIBÍLASTÖÐIN

Allar stærðir sendibíla. Nýja Sendibílastöðin sími 568-5000.

Bílaþjónusta

GB TJÓNAVIÐGERÐIR
Gæðavottað réttingar og málningarverkstæði
Tjónaskoðun. Bílaleiga
GB Tjónaviðgerðir ehf.
Dragháls 6-8 - 110 Rvk
S: 567-0690
tjon@tjon.is • www.tjon.is

Reiðhjól

RAFMAGNS-REIÐHJÓL
30% AFSLÁTTUR AF SÝNINGARHJÓLUM
EL - BIKE.IS
Bindir & stál ehf.
Hvaleyrarbraut 39
220 Hafnarf. S. 864 9265

Lyftarar

Doosan D25S-5 diesel 3,3L Yanmar, fullt frílyft, 3fallt mastur, aukaúttak. Fjaðrabúðin Partur ehf 585-2500 og 567-8757

Þjónustuauglýsingar

Sími 512 5407

Dáleiðsla
Betri svefn - hætta að reykja - léttast / þyngjast og láta sér líða betur á margan annan máta
Ingibjörg Bernhöft
Sjúkraliði og Dáleiðslutæknir
ibernhoft@gmail.com • S.863 8902

Ásta Björk
Hárgreiðslumeistari
Tímapantanir í síma 564 4495 og 848 7783
Hárkó- hársnyrtistofa
Hlíðasmára 12 - 201 Kópavogur

LEIGUHÚS.IS
LEIGUMIÐLUN OG RÁÐGJÖF
517 3500
ER ÞITT HÚSNÆÐI AUTT ?
VIÐ HÖFUM LEIGJANDA FYRIR ÞIG !

Er rekstur prentarans hár?
Það getur verið allt að **60-70%** ódýrara að láta endurfylla tóner hylkið.
Pantið á nyrtoner@nyrtoner.is eða í síma 565 2046
NÝR TÓNER
prenthylkja endurnýjun
Sækjum og sendum frítt á höfuðborgarsvæðinu

Geymslu / hobbyskúrar til sölu.

Tvær stærðir 7,5 / 9,5 fm.
Veggir úr 45x95 timbri, klæddir krossvið að innan og timburklæðningu að utan.
Pappi og bárustál á þaki.
Rafmagn er í skúrunum, tenging fyrir útiljós, inniljós og rakavarðir tenglar
Mjög sterkir og vel byggðir.
Nánari upplýsingar: reisum@simnet.is eða s; 899 0913 Fríða, www.reisum.is

Steinasteinn
Eyjarslóð 9, 101 Reykjavík
Sími: 551 5720
Ormsvelli 1, 860 Hvolsvöllur
Sími: 487 7752, 6998352
Sendum um land allt
steina steinn
www.steinasteinn.is

HÚSAVIÐGERÐIR.IS
Viðgerðir og viðhald fasteigna!
Alhliða húsaviðgerðir - Flísalagnir
Veggjakrotsvarnir - Múrverk
Fyrirbyggjandi varnir
Sími: 565-7070

EYJALIND
CASE

Orginal varahlutir
- Nýjir og notaðir
S: 517-8240 - Súðarvogur 20 - www.eyjalind.is

- *Steypusögun*
- *Kjarnaborun*
- *Múrbrot*
- *Hellulagnir*
- *Jarðvegsvinna*
- *Öll almenn-verktakavinna*

BROTAFL
STEINSÖGUN - BORUN - BROT
Brotafl ehf
Símar 894 8040
894 8044
Fax 565 0050
Netfang: brotafl@simnet.is

BIFREIÐAVERKSTÆÐI KÓPAVOGS
TOYOTA ÞJÓNUSTA
ALLAR ALMENNAR BÍLAVIÐGERÐIR
SMIÐJUVEGUR 2 • KÓPAVOGUR
WWW.BIFREIDAVERKSTAEDI.IS
S. 587 1350

Sturlaugur Jónsson & Co
TÚRBÍNUR
Útvegum túrbínur frá IHI, Garrett, KKK, Schwitzer, Holset og Mitsubishi í flestar gerðir farartækja. Hagstætt verð.

www. sturlaugur.is - Sími 412 3000 - Selhellu 13 Hafnarfirði

Rafstilling ehf
startarar - alternatorar - perur
viðgerðir - sala
hröð og góð þjónusta
Dugguvogi 23 - s: 5814991
rafstilling@rafstilling.is

Eftirlitsmyndavél fyrir sumarbústaði og heimili.
- Tekur venjulegt GSM SIM kort.
- Hægt að panta mynd eða hlusta svæði.
- SMS og MMS viðvörun í síma og netf.
- Lætur vita ef rafmagn fer af og hiti breytist.
- Hægt er að tengja allt að 15 auka skynjara.
- Vöktun á heitum potti, raka, þrýstingi o.fl.
- Stýring á hita, kveikja ljós, renna í pottinn.

Uppl. í síma 699-6869 og rafeindir@internet.is

Parketslípun
sólpallaslípun | parketlagnir
551 1309 / 690 5115
golflist@golflist.is | www.golflist.is
99% RYKFRÍTT
Gólflist
Parketlagnir og viðhald

BÍLAÞJÓNUSTA BJARKA ehf
alhliða bílaviðgerðir
Tímapantanir s: 445 4540/697 4540
viðarhöfði 2 • 110 reykjavík • sími 445 4540 / 697 4540
bilathjonustabjarka@gmail.com
http//www.facebook.com/bilathjonustabjarka

Alla fimmtudaga og laugardaga

arnarut@365.is sigrunh@365.is

Hjólbarðar

4 snjódekk á felgum 175/70R14, passar undir Ford Focus og Toyota Yaris 50 þús. Uppl. í síma 867-8438

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

Varahlutir

VW - SKODA - VARAHLUTIR
Eigum varahluti í VW, Skoda og Audi og Pajero frá ,02 Kaupum bíla til niðurrifs og uppgerðar. Bílabúið, Kaplahrauni 11 220 hfj. S. 534 1045.

Viðgerðir - Varahlutir í VW Golf, Póló, Yaris, mmc carisma, kangoo. Renni diska og skálar. Óska eftir Toyotu Yaris til viðgerðar eða niðurrifs. S. 892 7852.

JAPANSKAR VÉLAR BÍLAPARTASALA
Eigum úrval varahluta í Japanska og Kóranska bíla og fleiri teg. Kaupum flestar tegundir bíla. Opið 8-18 virka daga. S. 565 3400 & 893 2284. www. japanskarvelar.is / www.carparts.is japvel@carparts.is

ÞJÓNUSTA

Pípulagnir

FAGLÆRÐIR PÍPARAR
Tökum að okkur viðhald og nýlagnir, vönduð vinnubrögð mikil reynsla. Pípulagnaþjónusta Reykjavíkur S: 770 4499.

PÍPULAGNIR
Faglærðir píparar geta bætt við sig verkefnum í bæði viðhaldi og nýlögnum. Vönduð vinnubrögð. Uppl. í s. 663 5315.

Hreingerningar

Flutningsþrif, Gólfbónun, Teppahreinsun og Gluggaþvottur. Gerum verðtilboð. www. hreingerningar.is S. 772 1450

Garðyrkja

Bókhald

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

Málarar

MÁLARAMEISTARI
Við tökum að okkur alla almenna málningarvinnu f. húsfélög, einstaklinga og fyrirtæki. Fagmennska og sanngjarnt verð. Uppl. í s. 868 5171 & egillsverris@gmail.com

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

MÁLNINGARÞJÓNUSTA
Vönduð vinnubrögð og snyrtimennska í fyrirrúmi. Ágúst S:695-4464 malningartjonusta@gmail.com

Búslóðaflutningar

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

Húsaviðhald

K.R.S. ELDON MÚRVERKTAKAR. Viðgerðir, flotun og flísal. Vönduð vinna Tilb./tímav. S. 896-5778.

Tek að mér allt alm. viðhald húsa, s.s. málun, múrun, flísa- & parketlagnir og trésmíði, nýsmíði á gluggum og ísetningu. Föst tilboð eða tímavinna. S. 616 1569.

Tölvur

Allar almennar tölvuviðgerðir og vírushreinsanir. Kem á staðinn. S. 699 6735 Baldvin.

Spádómar

Símaspá, spái í spil, ræð drauma, ekkert mínutu gjald. Tímapantanir. S. 891 8727 Stella.

Rafvirkjun

AH-RAF
Dyrasímakerfi, töfluskipti og öll almenn raflagnavinna. Tilboð/ tímavinna arnar@ahraf.is Arnar s: 897-9845.

RAFLAGNIR, DYRASÍMAR. S. 663 0746.
Bjóðum hagstætt verð í töfluskipti. Straumblik ehf. Löggiltur Rafverktaki. straumblik@gmail.com

Önnur þjónusta

Blekhylki.is

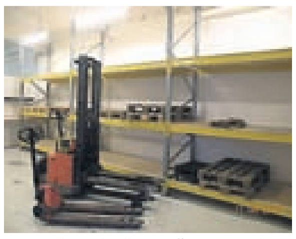
Ódýr blekhylki í flesta prentara, nýr verslun í Hagkaup Smáralind, einnig á Fjarðargötu 11 Hf og í síma 517-0150.

KEYPT & SELT

Til sölu

Til sölu 12 volta leiðiskrossar með rafgeymi, einnig 24 volta og 32 volta vandaðir díóðuljósakrossar á leiði. JS Ljósasmiðjan ehf Skemmuvegi 34 (brún gata) 200 kóp. S. 554 0661, 897 4996 & 699 2502. Opið virka daga 8-18 og lau 10-16.

NÝJAR VÖRUR
Full búð af nýjum vörum Peysa á mynd 5.990,- Frábær tilboð á ljóskortum 10 tíma kort mánaðakort 5.980,- Nýjar perur Súpersól Hólmaseli 2 109 Reykjavík 567-2077 Erum á facebook Opið Laugardag 10-20 Sunnudag 13-18



Brettahillur til sölu hæð 3,5m breidd 8,46m sem skiptist í 3 bil. Upplýsingar í s:862-1134

ÓDÝR HEIMILSTÆKI
Þvottavélar, þurrkarar, ísskápar og fl. Ábyrgð fylgir. Sala og viðgerðir. S. 845 5976.

Hringlaga rafmagns nudd heita pottur. Skráður 6 manna. Parfnast smá lagfæringar og vantar lok. Fæst á 200þús gegn því að vera sóttur. Uppl. í S. 660 7609 Hlynur

Óskast keypt

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

KAUPUM GULL - JÓN & ÓSKAR
Kaupum gull til að smíða úr. Spörum gjaldeyri. Heiðarleg viðskipti. Aðeins í verslun okkar Laugavegi 61.
Jón og Óskar - jonogoskar.is
s. 552-4910.

Sjónvarp

Sjónvarps/videoviðgerðir. Afsl. til elli/ öryrkja. Sækjum. Litsýn - Síðumúli 35. - S. 552 7095.

Verslun

WE-VIBE II OG III
Unaðstæki ársins fyrir pör mörg ár í röð. Viamax fullnægingarkremið sem virkar, Fleshlight fyrir hann o.fl. Tökum millifærslu og greiðslukort.Sendum um allt land www.hush.is

Heilsuvörur

Árangur næst með Herbalife. Frítt lífstílsmat. Hringdu núna S. 896 4662 Edda Borg & www.lifsstill.is

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

Nudd

TANTRA NUDD
Ekta vígsla í leyndardóma Tantra með Tantra nuddi. Einstæð upplifun fyrir þör, konur og karla. 112 Reykjav. S. 698 8301 www.tantra-temple.com

Slökunarnudd/heilnudd, Nuddstofan svæði 112. Uppl. S: 823 5669 eða 693 0348.

Ökukennsla

Ökukennsla, aðstoð við endurtökupróf og akstursmat. Kenni á BMW 520D. S. 893 1560 og 587 0102, Páll Andrésson.

HÚSNÆÐI

Húsnæði í boði

2 herb. 101 Laugarv./Snorrabr. 68 fm. Leiga 150 þ. án hita og rafm. S.8593884 eða 8600360

Room for rent in downtown is available now S. 778 8702.

Til leigu nýuppgerð 3 herb. 57 m2 íbúð á Rauðarástíg. Laus strax til 1.maí 2014. verð 150 þ. 1 mánaða trygging. Uppl. í s 8228181

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.

Atvinnuhúsnæði

Til leigu 90-180 fermetra iðnaðarhúsnæði við Suðurhellu í Hafnarfirði. Bílalyfta getur fylgt. Uppl. 822 4200

Geymsluhúsnæði

WWW.BUSLODAGEYMSLA.IS
Búslóðageymsla Olivers 150 kr. á dag hvert bretti. Starfað í yfir 25 ár. S. 567 4046 & 892 0808.

WWW.GEYMSLAEITT.IS
Sér geymsluhúsnæði frá 3.900. 1 til 17m2. Aðgangur kl. 8-22 alla daga. Ný sérhönnuð geymsluhús, upphitað og vaktað. S: 564-6500.

GEYMSLUR.COM
Frá kr. 3990 hjá Ikea í Garðabæ og Fiskislóð í Reykjavík. S. 555 3464

Gisting

ENDURNÆRING Í STYKKISHÓLMI
Helgargisting með heitum pottum. Sund, gönguferðir og siglingar. Veitingastaðir á heimsmælikvarða. Upplýsingar í síma 861 3123 eða á www.orlofsibudir.is

ATVINNA

Atvinna í boði

DÝRARÍKIÐ
Óskar eftir sölumanni.
Upplýsingar ásamt ferilskrá sendist á: dyrarikid@dyrarikid.is

247 miðlar óska eftir að ráða til sín sölumann í fullt starf. Góð laun í boði fyrir réttan aðila. Umsóknir berist á bergur@247midlar.is eða í s. 7757502 fyrir 17.nóv.

Bakarameistarinn

KAFFIHÚS, BAKARÍ
Bakarameistarinn óskar eftir traustu starfsfólki í afgreiðslustörf:

Vinnutími 12-19 í Austurveri virka daga.

Íslenskukunnátta skilyrði. Framtíðarstarf.
Umsóknir sendist á begga@ bakarameistarinn.is

Óskum eftir vönum gröfumönnum á hjólavél og beltavél. Uppl S. 897-0731 eftir kl. 16:00

KOKKUR ÓSKAST.
Björgun ehf óskar eftir kokki í afleysingar á skip fyrirtækisins. Umsóknir sendist á johann@bjorgun.is

NOREGUR
Vantar smiði í ákveðið verkefni, framtíðarstarf fyrir rétta menn. Einstaklingar/verktakar. upplýsingar á heimsíðu www.smidaland.is

TILKYNNINGAR

Einkamál

Karlmaður, leitar þú kynf. tilbreytingar? 100% leynd, nýjar auglýsingar daglega í s. 905-2000 og 535-9920.

til sölu

Bónstöð á góðu verði
Til sölu rekstur bónstöðvar á góðum stað í Kópavogi. Fín aðkoma. Tryggur leigusamningur. Einkahlutafélag fylgir. Selst á góðu verði. Tækifæri fyrir duglega aðila. Uppl. í s. 773-4700.
Fyrirtækjasala Ísl. • S: 520-3500 • atv.is
Óskar Mikaelsson, löggiltur fasteigna og fyrirtækjasali.

fasteignir

HRAUNHAMAR FASTEIGNASALA
Bæjarhrauni 10 - Hafnarfirði - Sími 520 7500 - www.hraunhamar.is

Strikið 10 - Garðabær – 60 ára og eldri.

Opið hús milli kl. 17 og 18:00.
Sérlega falleg 92,8 fm. 2ja herb. íbúð á 3. hæð í þessu vinsæla fjölbýli ætlað 60. ára eldri. Vandaðar innréttingar, stórar stofur. Yfirbyggðar svalir. Mikil og góð sameign. Frábær staðsetning.
Íbúð merkt 307. **Verð 28,9 millj.**
Allar nánari upplýsingar veitir Hlynur s. 698 2603.

Magnús Emilsson Löggiltur fasteignasali.

Til leigu í Turninum í Borgartúni

Gott 208m² skrifstofuhúsnæði á 2. hæð í turninum Borgartúni með 4 sér bílastæðum í bílageymslu. Húsnæðið rúmar um 10-12 vinnustöðvar, skiptist í 3 rými og er með parketi á gólfum. Lifandi útsýni bæði út og yfir móttöku hússins. Smekklegar fastar innréttingar. Loftræsting.Möguleiki á löngum leigusamning.

Áhugasamir hafið samband við sölumen okkar.
s. 511-2900

LEIGULISTINN LEIGUMIÐLUN

MERKISATBURÐIR

1665 Konungslögin um einveldið í Danmörku undirrituð af Friðriki 3.

1894 Sjómannafélagið Báran stofnað í Reykjavík.

1917 Staðfest lög um sjálfræði og fjárræði manna. Samkvæmt þeim verða menn sjálfráða 16 ára og fjárráða 21 árs. Síðar lækkar fjárræðisaldur í 20 ár hinn 19. desember 1967 og í 18 ár hinn 1. október 1979.

1930 Hitaveita Reykjavíkur tekin í notkun með 2.800 metra langri heitavatnslögn frá Þvottalaugunum í Laugardal. Þetta var fyrsta hitaveita á Íslandi og tengdust henni 70 - 80 hús, þar á meðal Sundhöllin og Landspítalinn.

1956 Togarinn Fylkir siglir á tundurdufl norður af Straumnesi og sekkur. Öll áhöfnin bjargast um borð í togarann Hafliða.

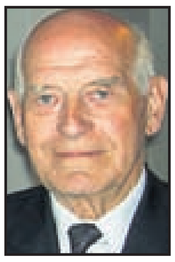
1963 Ríkisstjórn undir forsæti Bjarna Benediktssonar tekur við völdum og situr í tæplega sjö ár.

1970 Bílgreinasambandið er stofnað á Íslandi.

1985 Hólmfríður Karlsdóttir er kjörin Ungfrú heimur.

2007 Jarðskjálfti upp á 7,7 á Richter skekur Chile.

2009 Haldinn er um 1.500 manna þjóðfundur í Laugardalshöll í Reykjavík um framtíðarstefnu Íslands.



†

Elskulegur faðir okkar,
tengdafaðir, afi og langafi,

INGIMUNDUR ÁRNASON
frá Kópaskeri,

sem lést föstudaginn 1. nóvember, verður jarðsunginn frá Kópavogskirkju föstudaginn 15. nóvember kl. 15.00.

Árni Ingimundarson — **Stefanía Björnsdóttir**
Gunnlaugur Ingimundarson — **Rakel Guðný Pálsdóttir**
Ari Ingimundarson — **Hildur Traustadóttir**
Sigurveig Ingimundardóttir — **Stefán Friðgeirsson**
Sólrún Ingimundardóttir — **Skúli Arnfinnsson**
barnabörn og langafabörn.

†

Alúðarþakkir til allra sem sýndu okkur samúð, hlýju og vinarhug við andlát og útför elskulegs eiginmanns míns, föður okkar, tengdaföður, bróður, fósturföður, afa og langafa,

SIGURÐAR GUÐMUNDSSONAR
fyrrverandi starfsmanns Flugleiða,
Brávallagötu 50, Reykjavík.

Hrefna Björnsdóttir
Guðmundur Sigurðsson — **Kolbrún Sigurðardóttir**
Hjördís Sigurðardóttir — **Sigurður Blöndal**
Edda S. Strange — **Grétar Strange**
Birna Sigurðardóttir — **Einar Hjaltason**
Guðný María Sigurðardóttir — **Gilbert Ó. Guðjónsson**
Haraldur Sigurðsson
Hrafn Sigurðsson — **Ingigerður Skúladóttir**
afabörn og langafabörn.

†

Ástkær móðir okkar, tengdamóðir,
amma, lang- og langalangamma,

HALLA SÆMUNDSDÓTTIR

lést föstudaginn 18. október. Útför hennar fór fram í kyrrþey. Innilegar þakkir til allra þeirra sem auðsýndu samúð og vinarhug við andlát hennar. Sérstakar þakkir færum við starfsfólki Boðaþings 7-2, Hrafnistu í Kópavogi, fyrir góða umönnun og hlýhug.

Hilmar S. Guðjónsson
Bettý Jóhannsdóttir Snæfeld
Kolbrún Jóhannsdóttir Snæfeld — **Bjarni J. Bogason**
Bára Snæfeld — **Guðjón Ingi Eggertsson**
barnabörn, barnabarna- og barnabarnabarnabörn.

Nóvembertilboð
30% afsláttur af íslensku blágrýti
eingöngu af legsteinum á lager
Frí uppsetning á höfuðborgarsvæðinu og frí sending út á land á öllum keyptum legsteinum
Mikið úrval
Gerið verðsamanburð
10% staðgreiðsluafsláttur

Steinsmiðjan Mosaik
Hamarshöfða 4 - sími 587 1960 - www.mosaik.is

ÞETTA GERÐIST: 14. NÓVEMBER 1963

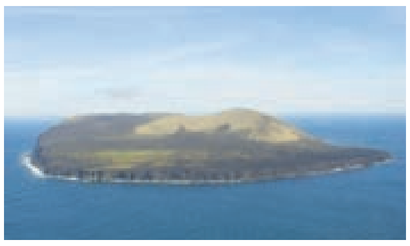
Surtseyjargossins varð fyrst vart

Surtsey er syðsta eyjan í Vestmannaeyjaklasanum. Hún er eina eyjan sem myndast hefur í neðansjávareldgosi á sögulegum tíma.

Menn urðu gossins fyrst varir klukkan 7.15 að morgni 14. nóvember 1963, þegar það braust upp úr yfirborði sjávar skammt frá fiskibátnum Ísleifi II frá Vestmannaeyjum. Skipverjar mældu sjávarhita í hálfrar mílu fjarlægð og var hitastigið nálægt 10°C.

Gosið magnaðist hratt og varð gosmökkurinn hár. Morguninn eftir sást að eyja hafði myndast í gosmekkinum og hefur gosið því hafist nokkrum dögum áður en þess varð vart.

Surtseyjargosið stóð fram til 5. júní 1967, eða í um það bil þrjú og hálft ár. Síðan þá hefur flatarmál eyjarinnar minnkað úr 2,7 km^2 í 1,4 km2 sökum rofs sjávar og vinda.



MENNINGARMIÐSTÖÐ Margrét Valdimarsdóttir, verkefnastjóri í listadeild Gerðubergs, segir dagskrá Gerðubergs í tengslum við Breiðholtsdaga hafa gefist vel síðustu ár. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

Vilja fá fólk til að mæta í Breiðholts-menninguna

Um helgina fer fram lífleg dagskrá í Menningarmiðstöðinni Gerðubergi í tilefni af hverfishátíðinni Breiðholtsdögum sem hefjast í dag. Meðal viðburða eru börn sem troða upp og syngja lög á hinum ýmsu tungumálum og hönnunarsýning nemenda í FB.

„Aðsóknin hefur farið eftir ýmsu síðustu ár, en við hvetjum að sjálfsögðu fólk til að nýta tækifærið og skella sér í menninguna í Breiðholtinu," segir Margrét Valdimarsdóttir, verkefnastjóri í listadeild Menningarmiðstöðvarinnar Gerðubergs í Breiðholti. Um helgina fer fram lífleg dagskrá í Gerðubergi í tilefni hverfishátíðarinnar Breiðholtsdaga, sem er þátttökuhátíð íbúa hverfisins, en þeir hefjast í dag.

„Þessi hefð hefur gefist vel í þessi ár sem Breiðholtsdagar hafa verið haldnir og við notum auðvitað tækifærið til að vekja athygli á okkur og starfsemi hússins með því að taka virkan þátt," segir Margrét og bætir við að uppistaða dagskrárinnar í Gerðubergi um helgina séu annars vegar viðburðir sem eru á viðburðadagskrá miðstöðvarinnar og hins vegar viðburðir sem eru sérstaklega hugsaðir fyrir Breiðholtsdaga.

Meðal þess sem finna má á dagskrá Gerðubergs um helgina er fjölskyldudagskráin Vertu með!, þar sem börn troða upp og syngja lög á hinum ýmsu tungumálum. Sú dagskrá er unnin í samstarfi við Móðurmál, samtök tvítyngdra barna, og verður sett upp tombóla í anddyri Gerðubergs til styrktar samtökunum. Þá verður settur upp flóamarkaður með vörur af ýmsum toga, meðal annars handverk, notuð föt, nytjahluti, listmuni, ýmislegt matarkyns og fleira, og er tekið við skráningum á meðan húsrúm leyfir. „Við auglýsum eftir viðburðum til að halda meðan á Breiðholtsdögum stendur og Flóamarkaðurinn er dæmi um það að íbúar sendi inn hugmyndir sem við hjálpum þeim svo til að framkvæma," segir Margrét.

Fleiri viðburðir sem tengjast Breiðholtinu beint í Gerðubergi um helgina eru til að mynda hönnunarsýning nemenda fata- og textílbrautar Fjölbrautaskólans í Breiðholti, sem lásu skáldverk og kynntu sér söguheim og tíðaranda þess tíma er sagan gerist á. Svo hönnuðu nemendurnir og saumuðu búninga er hæfðu aðalpersónum sögunnar og sýna afraksturinn í Gerðubergi. Þá verður Netsamfélag Flensborgarskóla með fréttastofu í Gerðubergi á Breiðholtsdögum, þar sem tekin verða viðtöl við gesti og gangandi og fréttum útvarpað um það sem hæst ber hverju sinni.

Margt fleira áhugavert á sér stað í Gerðubergi um helgina og má finna nánari upplýsingar um dagskrána á heimasíðunni Gerðuberg.is.

> **Við auglýsum eftir viðburðum til að halda meðan á Breiðholtsdögum stendur og Flóamarkaðurinn er dæmi um það að íbúar sendi inn hugmyndir sem við hjálpum þeim svo til að framkvæma.**
> *Margrét Valdimarsdóttir*

kjartan@frettabladid.is

Kambanskvöld

Rithöfundasamband Íslands minnist Guðmundar Kambans í Gunnarshúsi, Dyngjuvegi 8, í kvöld.

Sveinn Einarsson leikstjóri mun ræða um ævi og störf leik- og skáldsagnahöfundarins Guðmundar Kambans í Gunnarshúsi á Dyngjuvegi í kvöld klukkan átta, undir heitinu Hver drap Kamban? Hann mun líka sitja fyrir svörum að erindi loknu enda hefur hann ritað fyrstu ævisögu Kambans sem kemur út þessa dagana.

Rithöfundarnir Pétur Gunnarsson, Hjörtur Pálsson og Ragnheiður Tryggvadóttir leikkona lesa úr verkum skáldsins.

Aðgangur er ókeypis og allir velkomnir. - gg

SVEINN EINARSSON Hver drap Kamban? nefnist fyrirlestur Sveins í Gunnarshúsi. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

Þú gætir eignast nýjan Spark ef þú drífur bílinn í skoðun!

Þeir sem koma með bílinn í skoðun fyrir lok dags þ. 22. des. eiga möguleika að eignast stórglæsilegan Chevrolet Spark sem verður dreginn út þ. 23. des. 2013.

BETRI STOFAN

Aðalvinningur er splunkunýr Chevrolet Spark árg. 2014

32 SKOÐUNAR-STÖÐVAR UM LAND ALLT

KÆRI BÍLEIGANDI

Mundu að aftasti stafurinn í bílnúmerinu þínu táknar þann mánuð sem mæta á með bílinn í skoðun. Hafðu þitt á hreinu og komdu með bílinn í skoðun til okkar á réttum tíma.

Frumherji

ÞJÓNUSTUVER
TÍMAPANTANIR OG UPPLÝSINGAR
570 9090

Sími: 570 9090 · Netfang: frumherji@frumherji.is · www.frumherji.is

- örugg bifreiðaskoðun um allt land

2 | KL. 20:05 DOKTOR

Nýir og fróðlegir þættir þar sem helstu veikindum, kvillum og sjúkdómum sem hrjá nútímamanninn eru gerð skil.

Fjölbreytt fimmtudagskvöld

2 | KL. 19:40 THE MICHAEL J. FOX SHOW

Frábær gamanþáttur með Michael J. Fox í aðalhlutverki.

2 | KL. 20:25 MASTERCHEF USA

Stórskemmtilegur matreiðsluþáttur með Gordon Ramsay í forgrunni.

2 | KL. 21:10 THE BLACKLIST

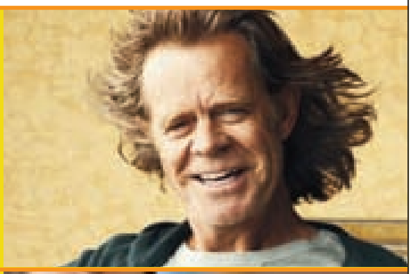
Vandaðir spennuþættir með James Spader í aðalhlutverki.

Krakkastöðin | KL. 19:00 CARS 2

Ævintýralega skemmtileg teiknimynd fyrir alla fjölskylduna.

3 | KL. 21:05 SHAMELESS

Bráðskemmtileg þáttaröð um skrautlega fjölskyldu með William H. Macy í aðalhlutverki.



3 | KL. 21:55 BANSHEE

Spennuþættir um Lucas Hood sem er fyrrverandi fangi og afar útsmoginn þjófur.

Fáðu þér áskrift | 512 5100 | stod2.is 6 stöðvar aðeins 7.990 kr.

2 3 Krakkastöðin Popp Tíví BÍÓ STÖÐIN GULL STÖÐIN Tónlist.is 2 VILD

SUDOKU

LÉTT

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

MIÐLUNGS

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

ÞUNG

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

LAUSN SÍÐUSTU SUDOKU

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

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

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

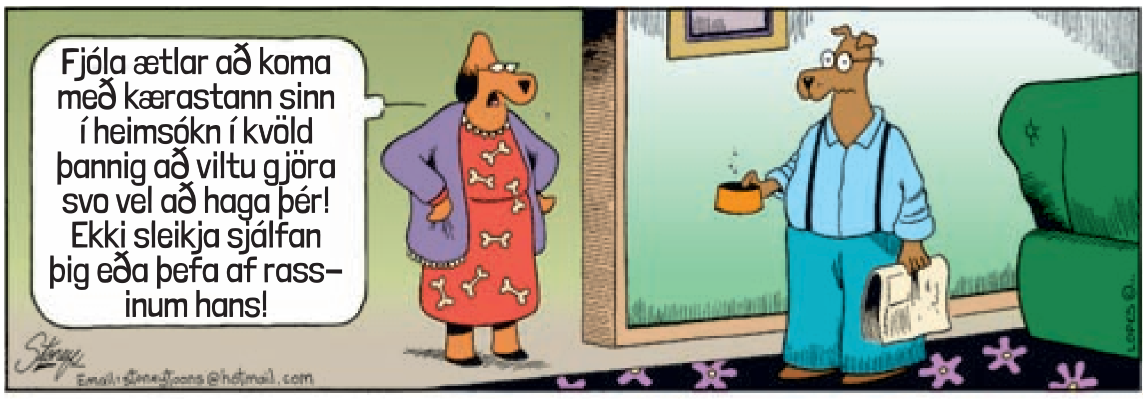
Þrautin felst í því að fylla út í reitina þannig að í hverjum 3x3 reit birtist tölurnar 1-9. Í hverri níu reita línu, bæði lárétt og lóðrétt, birtast einnig tölurnar 1-9 og aldrei má tvítaka neina tölu í röðinni.

Lausnin verður birt í næsta tölublaði Fréttablaðsins.

Myndasögur

PONDUS Eftir Frode Øverli

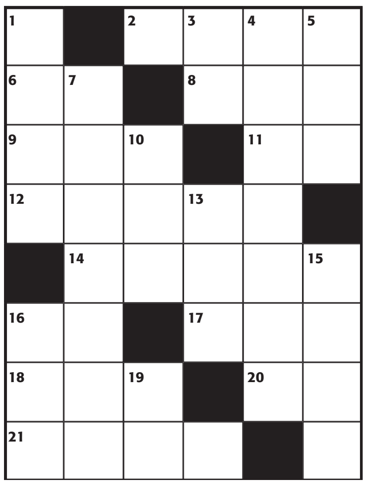
HANDAN VIÐ HORNIÐ Eftir Tony Lopes



BARNALÁN Eftir Jerry Scott & Rick Kirkman

SPAKMÆLI DAGSINS

„Hver sagði að bókvitið yrði ekki látið í askana? Bókvitið reisir diskaverksmiðjur og gerir askana úrelta“ - *Dagur Sigurðarson*



KROSSGÁTA

LÁRÉTT 2. tarfur, **6.** í röð, **8.** óvild, **9.** þukl, **11.** umhverfis, **12.** kortabók, **14.** gimsteinn, **16.** hlutafélag, **17.** ái, **18.** galdrastafur, **20.** persónufornafn, **21.** lofttegund.

LÓÐRÉTT 1. afl, **3.** kúgun, **4.** peningar, **5.** angan, **7.** sáttgjarn, **10.** skordýr, **13.** herma, **15.** harsl, **16.** skar, **19.** nafnorð.

LAUSN

LÁRÉTT: 2. boli, **6.** rs, **8.** kal, **9.** káf, **11.** um, **12.** atlas, **14.** tópas, **16.** hf, **17.** afi, **18.** rún, **20.** ég, **21.** óson.

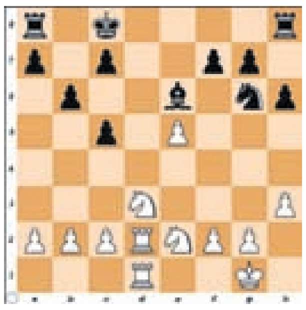
LÓÐRÉTT: 1. orka, **3.** ok, **4.** lausafé, **5.** ilm, **7.** sáttfús, **10.** fló, **13.** apa, **15.** sigg, **16.** hró, **19.** no.

SKÁK

Gunnar Björnsson

Magnus Carlsen (2.870) hafði svart gegn Vishy Anand (2.775) í fjórðu skák heimsmeistaraeinvígis þeirra í gær.

Svartur á leik



18...Bxa2! Mjög bíræfið peðsrán sem minnir helst á 27...Bxh2 í fyrstu skák heimsmeistaraeinvígis Fischer gegn Spassky árið 1972. 19. b3 c4 20. Rdc1 cxb3 21. cxb3 Bb1 22. f4 Kb7! 23. Rc3 Bf5 24. g4 Bc8. Svartur hefur unnið peð en tókst ekki að vinna skákina. Staðan er 2-2.

www.skak.is. Sjötta umferð EM landsliða í dag.

NÝR 4BLS BÆKLINGUR

STÚTFULLUR AF NÝJUM SJÓÐHEITUM TILBOÐUM

SMELLTU Á KÖRFUNA
NETBÆKLINGUR Á WWW.TOLVUTEK.IS MEÐ GAGNVIRKUM KÖRFUHNAPP

ENN BETRA VERÐ

IdeaTab
Glæsileg með skörpum 7" skjá, öflugum Dual Core örgjörva og hágæða Dolby Digital hljóðkerfi
18.900
FÆST Í 2 LITUM

ALLT AÐ 30% AFSLÁTTUR AF ÖLLUM GIGABYTE SKJÁKORTUM

GTX760OC
Eitt öflugasta leikjaskjákort í heimi yfirklukkað með öflugri Windforce X3 kælingu á ótrúlegu tilboði
44.900
HRAÐASTA GTX760 Í HEIMI!

ALLT AÐ 50% AFSLÁTTUR

SPJALDTÖLVUR
Notaðar og lítið útlitsgallaðar spjaldtölvur á ótrúlegu verði meðan birgðir endast
FRÁ 9.990
MEÐAN BIRGÐIR ENDAST!

Birt með fyrirvara um breytingar, innsláttarvillur og myndabrengl

OPNUNARTÍMAR
Virka daga
10:00 - 18:30
Laugardaga
11:00 - 16:00

TÖLVUTEK

Reykjavík • Hallarmúla 2 • 563 6900 | Akureyri • Undirhlíð 2 • 430 6900

acer · ASUS · DELL · hp · lenovo · packard bell · SAMSUNG · TOSHIBA

Áfram Ísland!

Við pökkum þessu saman!

20%
Vildarafsláttur

20% Vildarafsláttur af öllum Travelite ferðatöskum

*Til í fleiri litum

Vildarverð kr. 13.599
Verð kr. 16.999

Vildarverð kr. 15.199
Verð kr. 18.999

Vildarverð kr. 17.599
Verð kr. 21.999

Vildarverð kr. 3.599
Verð kr. 4.499

Hvar er Króatía?

Mikið úrval af hnöttum
Hnattlíkan 25-30cm með ljósi
Verð frá kr. 8.999

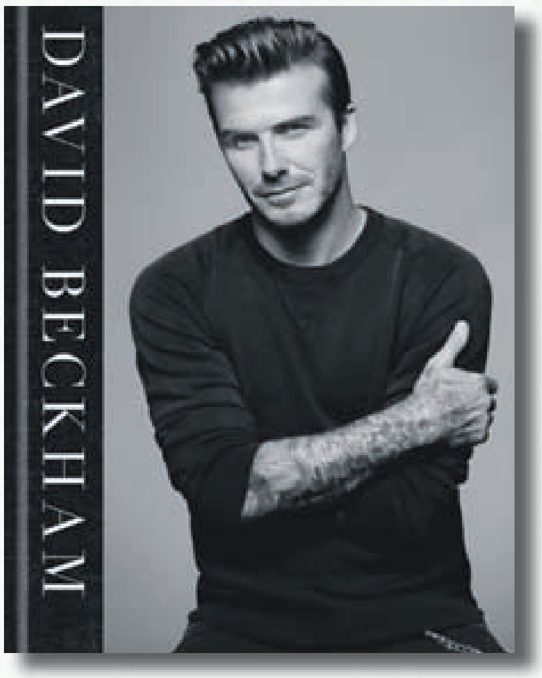
Vertu tilbúin/n!

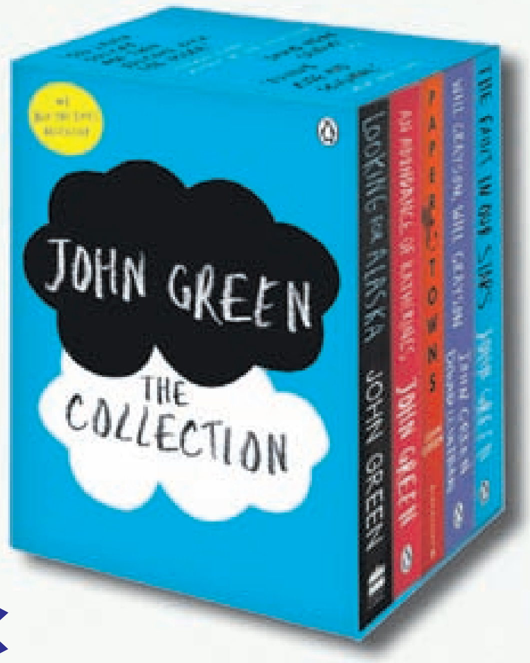
Íslenski fáninn fyrir bílinn
Verð kr. 399

VILDARKLÚBBUR EYMUNDSSON

5% aukaafsláttur af tilboðunum!
Skráðu þig í næstu heimsókn.

Austurstræti 18
Skólavörðustíg 11
Kringlunni
Álfabakka 14b, Mjódd





David Beckham
Maðurinn sem er ekki í
íslenska landsliðinu
Vildarverð kr. 3499
Verð kr. 4.499

Ísland
Karlalandsliðið í fótbolta
Verð kr. 2.999

John Green - The Collection
Fyrir þá sem hafa ekki áhuga
á fótbolta
Verð kr. 7.999

Verð kr. 4.599

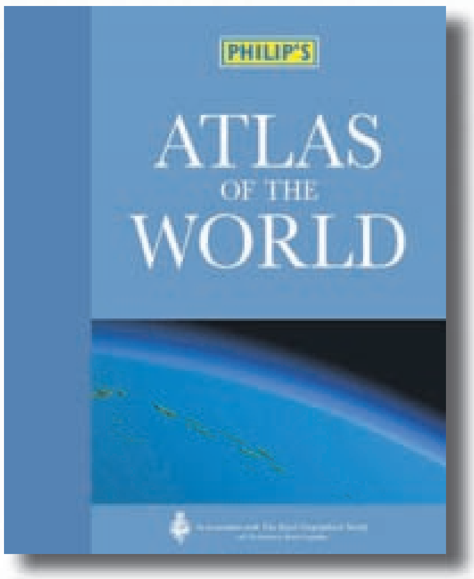
Verð kr. 5.999

Verð kr. 5.999

Verð kr. 5.999

Verð kr. 4.999

Gríðarlegt úrval af erlendum gjafabókum á góðu verði!



Philip's Atlas of the World
Frábært verð fyrir
veglega bók.
Allt sem þig vantaði
að vita um Króatíu.
Verð kr. 4.999

Allt um vinsælustu hljómsveitina í dag!
Ef íslenska landsliðið væri hljómsveit þá væru þeir
One Direction

Smáralind
Strandgötu 31, Hafnarfirði
Keflavík - Sólvallagötu 2
Akranesi - Dalbraut 1

Ísafirði - Hafnarstræti 2
Akureyri - Hafnarstræti 91-93
Vestmannaeyjum - Faxastíg 36
Penninn - Hallarmúla 4

Penninn | Eymundsson Bóksali frá 1872

540 2000 | penninn@penninn.is | www.penninn.is | www.eymundsson.is

Vöruúrval mismunandi eftir verslunum. Upplýsingar eru birtar með fyrirvara um villur og myndabrengl. Gildistími tilboða er frá 14. nóvember til og með 17.nóvember eða á meðan birgðir endast.

FISKISTOFA

Auglýsing
eftir umsóknum um aflaheimildir fyrir opinber sjóstangaveiðimót, skv. 2. mgr. 6. gr. laga nr. 116/2006 um stjórn fiskveiða m.s.br.

Auglýst er eftir umsóknum um vilyrði vegna aflaskráningar vegna opinberra sjóstangaveiðimóta sem áætlað er að halda á yfirstandandi fiskveiðiári, sbr. reglugerð nr. 969/2013, um skráningu afla á opinberum sjóstangaveiðimótum.

Skilyrði þess að afli sem veiðist á sjóstangaveiðimóti skráist ekki til aflaheimilda skips er að vilyrði Fiskistofu vegna aflaskráningar hafi verið aflað.

Umsóknarfrestur er til og með 1. desember nk. og skulu umsóknir sendar Fiskistofu, Dalshrauni 1, 220 Hafnarfirði á sérstöku eyðublaði sem finna má á heimasíðu stofnunarinnar, http://www.fiskistofa.is/.

Með umsókn skal fylgja kostnaðaráætlun fyrir mótshaldið, samþykktir félagsins, upplýsingar um reglur um félagsaðild og ársreikningar.

Brot úr millimetra er býsna stór eining

Guðlaugur Arason rithöfundur einbeitir sér að gerð agnarsmárra bóka, álfabóka, og opnar í dag sýningu á þeirri list í Eiðisskeri á Eiðistorgi á Seltjarnarnesi.

NÝ LIST Guðlaugur er kunnari sem rithöfundur en myndlistarmaður. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

HEIMILISLEGT Í þessari smágerðu hillu er margt kunnuglegra bóka.

Guðlaugur er að sviðsetja heilt bókaherbergi með örsmáum bókum í sal inn af Bókasafni Seltjarnarness að morgni dags. Hann kveðst yfirleitt byrjaður að vinna um fimm leytið. „Það er arfur frá því ég var á sjónum í gamla daga," segir hann. Þá tegund myndlistar sem álfabókagerðin er hefur hann fengist við í þrjú ár og kveðst hafa orðið heltekinn af henni þegar hann byrjaði. Hafði hann einhverja fyrirmynd? „Nei, ég hef aldrei séð neitt líkt en um leið og ég fékk hugmyndina hefur örugglega einhver fengið sams konar hugmynd í Japan eða annars staðar í heiminum," svarar hann. „Aðferðin er samsafn af því sem ég hef sankað að sér í reynslu gegnum árin. Ég hef alltaf verið að fást við bækur í einhverju formi, skera út bækur, smíða bækur, mála bækur, teikna bækur, binda inn bækur og skrifa bækur. Það tók mig langan tíma að finna aðferð til að gera þessi verk, viðeigandi efni og rétt hlutföll og ég er búinn að fara í marga hringi. Þetta er smíði, málun og útskurður og mikil nákvæmnisvinna. Brot úr millimetra er býsna stór eining. En ég hefði ekki getað gert þetta fyrir tuttugu árum, þegar tölvurnar voru frumstæðari en í dag."

Guðlaugur er fæddur og uppalinn á Dalvík og er nýlega sestur að á höfuðborgarsvæðinu eftir um hálfrar aldar búsetu í Danmörku, Sviss og Finnlandi. Hvað kom til að hann flutti á Frónið aftur? „Nú, heldurðu það sé ekki fyrir kvenfólkið? Málið er að kona mín vann hjá Sameinuðu þjóðunum í Genf en var kölluð heim og ég fylgdi með. Nú er ég orðinn „vitavörður á Dalatanga" í Mosfellsbæ og kann ljómandi vel við mig."

Sýningin í Eiðisskeri verður opnuð í dag klukkan fimm, boðið er upp á kaffi og álfakleinur að norðan.

gun@frettabladid.is

Þetta verður helg stund

Kammerkór Suðurlands frumflytur verk eftir John Tavener í dómkirkjunni í Southwark í London á föstudag, þrátt fyrir sviplegt andlát tónskáldsins.

KAMMERKÓR SUÐURLANDS Fjölskylda tónskáldsins John Tavener ætlar öll að mæta á tónleika kórsins í Southwark.

„Við munum flytja prógrammið okkar en flutningurinn verður dýpri vegna andláts okkar kæra Johns Tavener," segir Hilmar Örn Agnarsson, stjórnandi Kammerkórs Suðurlands, um tónleika kórsins í dómkirkjunni í Southwark í London á föstudag. Þar frumflytur kórinn meðal annars Three Shakespeare Sonnets eftir sir John Tavener, eitt fremsta tónskáld Breta sem lést í fyrradag 69 ára að aldri.

„Við Tavener vorum miklir vinir og hann samdi fyrir okkur sérstaklega," heldur Hilmar Örn áfram. „Við buðumst til að fresta tónleikunum en vorum hvött til að halda áfram með þá og fengum bréf í kjölfarið þess efnis að fjölskyldan ætlaði öll að mæta. Þetta verður helg stund og það er svo merkilegt að allt sem valið var fyrir þessa tónleika er líkast sálumessu."

Samstarf Tavener við Kammerkór Suðurlands hefur staðið í um áratug eða frá 2004. Verkið Three Shakespeare Sonnets samdi hann þegar hann dvaldi hér á landi í kjölfar veikinda. Fleiri verk eftir hann verða flutt á tónleikunum í London.

Nokkur íslensk verk verða á tónleikunum, þar á meðal kórverk eftir Kjartan Sveinsson, kenndan við Sigur Rós, einnig Báru Grímsdóttur, Völu Gestsdóttur og Örlyg Benediktsson. Einnig er á efnisskránni nýtt lag eftir Jack White, eitt efnilegasta ungtónskáld Breta í dag. Hluti textans er byggður á ljóði eftir Sjón.

Það er viðeigandi að frumflytja Three Shakespeare Sonnets í sóknarkirkju Shakespears í Southwark sem skartar kirkjuglugga eftir Leif Breiðfjörð, sá gluggi var vígður á 50 ára krýningarafmæli Elísabetar drottningar á síðasta ári.

gun@frettabladid.is

John Tavener

John Tavener var vinsælasta klassíska tónskáld Breta síðustu árin sem hann lifði og hafa mörg verka hans unnið sér tryggan sess í þjóðarsálinni ytra. Til dæmis var verk hans, Song for Athene, sungið við útför Díönu prinsessu af Wales árið 1997, en Tavener er einnig þekktur fyrir fjölda trúarlegra verka á borð við The Whale og The Protecting Vail.

Á síðari hluta sjöunda áratugarins var Tavener meðal annars á samningi hjá Apple-plötufyrirtækinu sem Bítlarnir ráku og var eina klassíska tónskáldið af sinni kynslóð sem komst nærri þeirri frægð sem einungis poppstjörnur öðlast oftast.

MAJONESJÓL

BOGOMIL FONT
&
STÓRSVEIT REYKJAVÍKUR

Jólastuð fyrir alla fjölskylduna

Flutt verður öll tónlistin af hinum vinsæla geisladiski Majonesjól sem kom út 2006. Tónlistin er í léttum dúr, full af glettni og jólahúmor.

Stjórnandi: Samúel J. Samúelsson

Styrkt af Reykjavíkurborg
Tónlistarsjóður

HARPA SILFURBERG
Sunnudag 1.des kl. 17:00
Miðaverð kr. 1.500 / 3.500
Miðar á midi.is / harpa.is / í miðasölu Hörpu

MIÐNÆTURFJÖR
Í SMÁRALIND
20% AFSLÁTTUR
AF ÖLLUM VÖRUM - Í ALLAN DAG
Í ÖLLUM VERSLUNUM ÚTILÍFS
FJÖLBREYTT DAGSKRÁ Í SMÁRALIND:
SPEEDO
Sérfræðingur frá Speedo hjálpar til við val á réttum sundgleraugum og öðrum fylgihlutum.
CASALL
Ráðgjöf frá reynslubolta. 25 ára saga Guðbjargar Finnsdóttur íþróttafræðings, við að hjálpa fólki að ná árangri, segir allt sem segja þarf. Hún verður á staðnum milli 20:00 og 21:30 og leiðbeinir um vöruúrval Casall.
NIKE
Kynning á æfingafatnaði - sérfræðingur á staðnum.
ADIDAS
Egill Gunnar Parkour gúrú sýnir Parkour kl 20:00. Ármann Eydal kynnir Boost hlaupaskóinn milli kl 19-21.
REEBOK
Kynning á gæðavörum frá Reebok. Allir sem kaupa Reebok eiga möguleika á að vinna kort í Reebokfitness út árið 2013.
UNDER ARMOUR
Kynning á Under Armour vörum. Einn heppinn viðskiptavinur fær Under Armour vöruna sína endurgreidda.
OPIÐ TIL MIÐNÆTTIS Í SMÁRALIND
ÚTILÍF
GLÆSIBÆ
KRINGLUNNI
SMÁRALIND
utilif.is

Torkennilegt ósamræmi

BÆKUR ★★★☆☆

Grimmd
Stefán Máni
JPV ÚTGÁFA

GRIMMD „Stefán Máni hefur einstakt lag á að lýsa öllum aðstæðum á lifandi hátt.“ FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Stefán Máni hefur fundið fjölina sína og gefur ekki tommu eftir í sínum nýjasta trylli sem heitir Grimmd. Frásögnin flengist áfram og aðdáendur Stefáns Mána fá sitthvað fyrir sinn snúð. Þetta er strákabók, ef óhætt er að nota svo grófgerðan stimpil; sú fjórða sem fjallar um lögguna Hörð Grímsson en hann er einnig í lykilhlutverki í Hyldýpi, Feigð og Húsinu. Í Grimmd er smáglæpamaðurinn William Smári Clover miðpunktur atburða, athyglisverð andhetja og skemmtilega teiknuð af höfundi. Hann lendir milli steins og sleggju, vægast sagt.

Í Grimmd er því haldið fram að sagan byggi á sönnum atburðum. Og einhvers staðar segir að sannleikurinn sé lygilegri en skáldskapur. En, þetta er torkennilegt. Stefán Máni hefur einstakt lag á að lýsa öllum aðstæðum á lifandi hátt. Honum hefur farið fram í því sem heita dramatískar eigindir; samtöl persóna hans renna betur með hverri bókinni en á móti kemur að persónusköpunin er of einfeldningsleg, brött og gróf til að trúverðugt geti talist. Þegar vondi kallinn brosir, þá brosir hann „smeðjulega“. Stefán Máni leitar eftir raunsæislegum ástæðum, einhvers konar sósíalreálískum forsendum, fyrir því að Smári verður sá glæpamaður sem hann er: Þrátt fyrir gott upplag þá eru uppeldisaðstæður hans brútal. Þó hann sé skemmtileg persóna er hann jú erkitýpulegur.

Þetta að blanda saman raunsæi og grófgerðri og mýtólógískri persónusköpun virkar alveg innan þess ramma sem hinn sérstæði söguheimur Stefáns Mána ákvarðar, en af hverju að halda því fram að um sanna sögu sé að ræða? Ef höfundur vill þróast og sprengja upp rammann er það fremur hæpin slóð að troða. Vissulega hefur maður heyrt ótrúlegustu draugasögur af óhæfuverkum misgæfulegra íslenskra glæpamanna og klíkumeðlima. En, æsispennandi bílaeltingarleikur um hálendi Íslands, þar sem allt lendir í steik og blóðugu uppgjöri er meira eins og maður ímyndar sér að finna megi í kvikmyndahandriti að Hollywood-mynd en úr íslenskum lögregluskýrslum. Þetta að ætlast til þess að lesandinn setji sig í þær stellingar að hann sé að lesa sanna sögu virkar einfaldlega sem pirrandi ósamræmi.

Jakob Bjarnar Grétarsson

NIÐURSTAÐA: Aðdáendur Stefáns Mána verða ekki fyrir vonbrigðum, sagan flengist áfram. En grófgerð persónusköpun karaktera sem spóka sig á raunsæislegu sögusviðinu aftra því að trúverðugleikinn sem sóst er eftir standist skoðun.

Eldklerkur á erindi enn

LEIKLIST ★★★★☆

Eldklerkurinn
Höfundur og leikari: Pétur Eggerz
Leikstjóri: Sigrún Valbergsdóttir
Leikmynd: Rósa Sigrún Jónsdóttir
MÖGULEIKHÚSIÐ SÝNIR ELDKLERKINN Í HALLGRÍMSKIRKJU.

ELDKLERKURINN „Textameðferð Péturs og framsögn er áheyrileg, en á til að verða eintóna“.

Sagan af séra Jóni Steingrímssyni, prófasti Vestur-Skaftfellinga, hefur lengi verið þjóðinni hugstæð. Myndin af honum og hinum litla söfnuði hans í kirkjunni á Klaustri í júní 1783, þegar hraunflóðið ryðst í átt að þeim við upphaf Skaftárelda og Móðuharðinda, hefur greypst í vitund hennar, þó að trúlega sé sú mynd nú orðin máð hjá mörgum. Prestur og söfnuður sameinast í heitri bæn til Guðs, en enginn flýr af hólmi, fólkið bíður æðrulaust sinna örlaga. Og sjá, að messugerð lokinni hefur hraunið stöðvast, almættisverk átt sér stað.

Sjálfsævisaga séra Jóns, þar sem þessum atburðum og framhaldi þeirra, er ítarlega lýst, er eitt af merkisritum bókmenntanna, eflaust besta rit sinnar tegundar ásamt Dægradvöl Gröndals og sögu séra Árna eftir Þórberg. Þar sameinast mögnuð og dramatísk aldarfarslýsing náinni og opinskárri persónusögu höfundar, svo við fátt verður jafnað. Og það er vel til fundið hjá Pétri Eggerz að semja upp úr bókinni einleik sem dregur fram meginþræði sögunnar með eðlilegri áherslu á þær raunir sem á séra Jóni dynja, ekki aðeins af völdum náttúrunnar, heldur einnig og ekki síður hrokafullra stjórnarherra og lítilmótlegra sveitunga. Pétur stendur einn á sviðinu allan tímann og rekur atburði, jafnframt því sem hann dramatíserar valda kafla, fer í gervi Jóns og ýmissa sem á vegi hans verða. Hann fléttar inn í brot úr kveðskap Jóns um hamfarirnar, sýnir sterka guðstrú hans sem sjaldan bilar, léttir ömurleika sögunnar með hæfilegum skömmtum af gamansemi. Þessi handritsgerð öll er afburða vel heppnuð og Pétur er sjálfur góður sögumaður sem heldur okkur föstum í tvo klukkutíma með stuttu hléi. Möguleikhús hans hefur einkum sinnt börnum og þó þessi sýning höfði til allra, þyrfti hún umfram allt að ná yngstu kynslóðinni sem fátt veit enn um hin hörðu kjör forfeðra okkar.

Textameðferð Péturs og framsögn er áheyrileg, en á til að verða eintóna, einkum þegar fram í sækir og lýsingarnar verða stórbrotnari. Það er ekki síst í köflunum eftir hlé að hann mætti draga af sér sem sögumaður, hægja á sér og standa kaldari gagnvart söguefninu sem eitt sér er kappnóg til að halda athygli okkar.

Aðstæður í Hallgrímskirkju, þar sem leikið er, bjóða skiljanlega ekki upp á fjölbreytta ljósabeitingu sem sýningin hefði annars notið góðs af. Leikmunir eru örfáir og táknrænir: prédikunarstóll, ferðakista, bókakassi, brúnir að lit, á móti grænum baksviðsdúk með óljósu stafakroti: græn grundin á leið undir hraunið, letrið sem geymir minninguna, þráðinn sem eyðingaröflin fá, þrátt fyrir allt, ekki slitið. Það er mjög við hæfi að sýna í kirkju, en ég hygg þó að séra Jón hefði sjálfur saknað þess að sjá hvergi neitt krossmark á sviðinu, kennitákn þess sem bar hann á örmum sér yfir voðann.

Guðni Franzson hefur skapað sýningunni hljóðheim sem er snilldin sjálf. Hann er afar hófstilltur og nær hátindi í eldmessunni, þar sem fjarlægir brestir og sprengingar í hrauneðjunni blandast saman við veikan en undurfagran flaututón úr fjarska. Vonin og fyrirheitið frammi fyrir dauðanum; pólarnir í sögu Eldklerksins og þess sem hann reisti líf sitt á.

Jón Viðar Jónsson

NIÐURSTAÐA: Afar vel heppnuð tilraun til að endursegja eitt af höfuðritum bókmenntanna og veita innsýn inn í eitt dramatískasta tímabil Íslandssögunnar.

„EIN MIKILVÆGASTA BÓK ÁRSINS ...“

MIKAEL TORFASON / FRÉTTABLAÐIÐ

★★★★

„Eftirminnileg og einstök ástarsaga sem varpar ljósi á umbrotatíma í íslenskri samtímasögu.“

JÓN YNGVI JÓHANNSSON / FRÉTTABLAÐIÐ

„Þetta er saga um að ástin sigri allt og ég er hrifin af því, mjög hrifin af því.“

KOLBRÚN BERGÞÓRSDÓTTIR / KILJAN

„Þetta er byltingarsaga: þær Jóhanna og Jónína eru hluti af byltingunni sem tókst.“

GUÐMUNDUR ANDRI THORSSON / FRÉTTABLAÐIÐ

„Samband Jóhönnu og Jónínu varð til þess að auka umburðarlyndi Íslendinga og heimsbyggðarinnar ... Þar liggur kraftaverk Jóhönnu og eiginkonu hennar.“

REYNIR TRAUSTASON / DV

„... verulega mögnuð frásögn sem á fullt erindi ... falleg ástarsaga ...“

SIGURÐUR G. TÓMASSON / KILJAN

MÁL OG MENNING

www.forlagid.is
– alvöru bókabúð á netinu

INNIHALD
1 skammtur af flatbökudeigi
200 g Philadelphia-ostur
2 tsk Hunts tómatpúrra
200 g ferskur mozzarella-ostur
150 g rifinn Parmareggio parmesan ostur
6 sneiðar Campofrio hráskinka
15 kirsuberjatómatar
fersk basilíka
klettasalat sem meðlæti

AÐFERÐ
Blandið saman 175 g af Philadelphia-osti og tómatpúrru og smyrjið yfir flatbökubotninn. Raðið mozzarella- sneiðum, skinku og kirsuberjatómötum, skornum í tvennt, á botninn og stráið rifnum parmesan-osti yfir. Setjið restina af Philadelphia-ostinum á miðju flatbökunnar.

Bakið við 180 gráður í 25 mínútur.

FRAMREIÐSLA
Klippið niður nokkur basilíkulauf og dreifið yfir flatbökuna þegar hún er tekin úr ofninum.

HOLLUSTA OG HIMNESKT BRAGÐ

HVAÐ? HVENÆR? HVAR?

FIMMTUDAGUR 14. NÓVEMBER 2013

Tónleikar

20.30 Hljómsveitin Bloodgroup mun koma fram á þriðju útgáfu tónleikaraðarinnar Sérfræðingar að Sunnan, en hún fer fram í menningarhúsinu Hofi á Akureyri. Tónleikarnir fara fram fimmtudaginn 14. nóvember og hefjast kl. 20:30. Ásamt þeim koma Nolem, Kött Grá Pje og Aheybaró fram.

22.00 Magnús Einarsson heldur tónleika á Ob-La-Dí-Ob-La-Da, Frakkastíg 8, fimmtudaginn 14.nóvember klukkan 22:00

Félagsvist

20.00 Rangæingar í Reykjavík athugið! Félagsvist í samvinnu við Skaftfellinga í Skaftfellingabúð í Reykjavík í kvöld kl. 20:00.

Sýningar

17.00 Fimmtudaginn 14. nóvember opnar Ásmundur Ásmundsson einkasýningu í Týsgallerí. Á sýningunni eru nýjar teikningar sem listamaðurinn hefur unnið undanfarin ár. Verkin eru hluti af löngu ferli sem hófst árið 2006 í Viðey.

Bókmenntir

17.00 Útgáfuhófið fer fram á Restaurant Reykjavík (Kaffi Reykjavík), Vesturgötu 2, 101 Reykjavík. Hófið stendur milli kl. 17:00-19:00 á fimmtudag og boðið verður upp á léttar veitingar.

Upplýsingar um viðburði sendist á hvar@frettabladid.is.

Meiri jól hjá Stebba

Stefán Hilmarsson bætir við þriðju jólatónleikunum.

STEFÁN HILMARSSON

Á morgun, klukkan 12 á hádegi, fara miðar á þriðju jólatónleika Stefáns Hilmarssonar í sölu á vefsíðunni Miði.is. Setið hefur verið um miða á hina tvo tónleikana, en upphaflega ætlaði Stefán eingöngu að halda eina tónleika. Hann bætti við öðrum tónleikum til að anna eftirspurn og seldust miðarnir á þá tónleika upp á örskotsstundu. Stefán hefur nú brugðið á það ráð að bæta við þriðju tónleikunum sem fara fram fimmtudaginn 19. desember. Skorað var á Stefán að fjölga tónleikum.

„Mér bárust fjölmargar áskoranir þess efnis, eftir að miðar á tvenna tónleika hurfu á augabragði. Eftir tilfæringar og nokkurt umstang gekk það eftir.“

- kak

Svæfum ekki gestina

Hljómsveitin kemur fram á rólegri nótum í kvöld.

RÓLEGT ÞRUSUSTUÐ Dikta setur lögin sín í rólegri búning.

„Við tökum lög af öllum plötunum okkar og setjum þau í heldur rólegri búning,“ segir Haukur Heiðar Hauksson, söngvari og gítarleikari hljómsveitarinnar Diktu, en sveitin kemur fram á rólyndistónleikum í kvöld. Dikta hefur oft komið fram þar sem ekki hefur verið við hæfi að rokka og hefur þá sett lögin í rólegri búning.

„Við höfum gengið með þessa hugmynd í maganum í langan tíma og látum nú loks verða af því. Við ætlum samt ekki að svæfa áheyrendur, þetta verða hressir tónleikar þó lögin verði í rólegri búningi.“

Þessa dagana vinnur hljómsveitin einnig í nýju efni og stefnir á útgáfu á nýrri plötu á nýju ári.

„Við förum til Þýskalands í sumar og tökum þar upp efni og það er mjög hress plata væntanleg,“ bætir Haukur Heiðar við.

Tónleikarnir fara fram í Austurbæ í kvöld klukkan 21.00 en miðasala er á Midi.is.

- glp

MIKIÐ ÚRVAL NOTAÐRA BÍLA

▶ Tilboð: 1.690.000 kr.
Mazda2 Go BYE43
Skráður apríl 2013, 1,3i bensín, beinskiptur
Ekinn 27.000 km.
Ásett verð: 1.890.000 kr. Í ábyrgð

Vertu með!
FERÐAFJÖR NOTAÐRA BÍLA
Kauptu notaðan bíl af Brimborg og þú átt möguleika á að vinna
400.000 KR.
GJAFABRÉF FRÁ WOWair*
Hvert myndir þú fara?
WOW air

▶ FINNDU BÍLINN ÞINN Á NOTADIR.BRIMBORG.IS

▶ Tilboð: 1.690.000 kr.
Citroën C8 SX UFK00
Skráður ágúst 2007, 2,0i bensín, sjálfskiptur
Ekinn 83.000 km.
Ásett verð: 1.990.000 kr.

▶ Tilboð: 3.390.000 kr.
Ford Mondeo Trend STW UVE85
Skráður mars 2012, 1,6TDCi dísil, beinskiptur
Ekinn 67.000 km.
Ásett verð: 3.590.000 kr. Í ábyrgð

Skoðaðu úrvalið á
NOTADIR.BRIMBORG.IS
Notaðir bílar - Brimborg

Söludeildir eru opnar virka daga kl. 9-17 og laugardaga kl. 12-16.
Brimborg Reykjavík: Bíldshöfða 6, sími 515 7030
Brimborg Reykjavík: Bíldshöfða 8, sími 515 7040
Brimborg Akureyri: Tryggvabraut 5, sími 515 7050

brimborg
Öruggur staður til að vera á

*Allir sem kaupa notaðan bíl af Brimborg á tímabilinu 7. nóvember 2013 til og með 20. desember 2013 fara í pott. Einn heppinn vinningshafi verður svo dreginn út 23. desember 2013 og fær hann 400.000 kr. gjafabréf frá WOW air. Athugið á ekki við um umboðssölubíla.

STOMP

HARPA

Harpa kynnir STOMP í samstarfi við Stomp Productions og Glynis Henderson Productions

„Sannir sviðstöfrar“

Sunday Telegraph

Magnaðar viðtökur — tryggðu þér miða.

Aukasýning laugardaginn 21.12. — kl. 16:00.

Brandenburg

Sala á aukasýninguna hefst í dag kl. 12:00

www.harpa.is/stomp

Miðasala í síma 528 5050, á midi.is og harpa.is

ICELANDAIR

Arion banki

JÓLABÆKURNAR

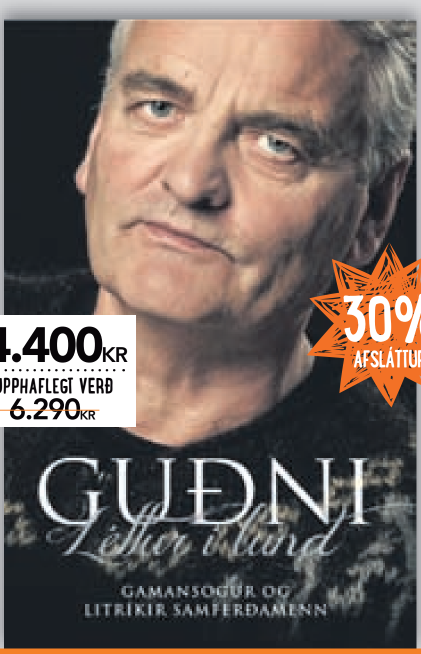
Gildir 14.-17. nóvember. *Venjulegt verð er það verð sem bókin mun kosta að loknu kynningarverði.

EINFALT AÐ SKILA EÐA SKIPTA

Skilamiði
HAGKAUP

Á BETRA VERÐI Í HAGKAUP

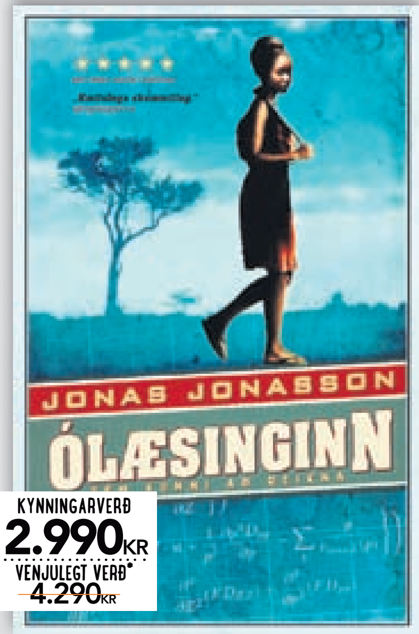
ALLIR TITLAR FÁST Í SMÁRALIND, KRINGLUNNI, HOLTAGÖRÐUM, GARÐABÆ OG SKEIFUNNI. MINNA ÚRVAL Í ÖÐRUM VERSLUNUM



4.400KR
UPPHAFLEGT VERÐ 6.290KR
30% AFSLÁTTUR

4.540KR
UPPHAFLEGT VERÐ 6.490KR
30% AFSLÁTTUR

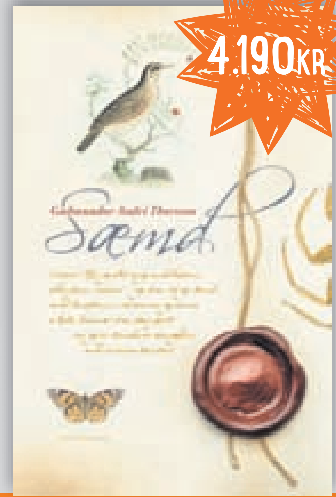
KYNNINGARVERÐ 2.790KR
VENJULEGT VERÐ* 3.990KR



KYNNINGARVERÐ 2.990KR
VENJULEGT VERÐ* 4.290KR

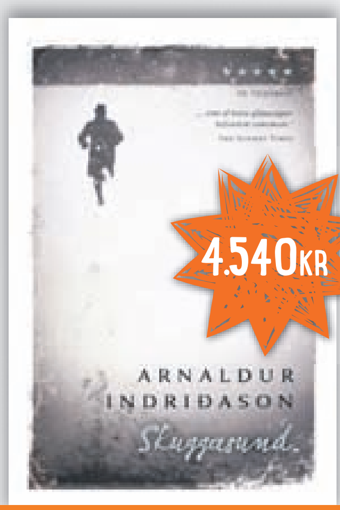
3.980KR
UPPHAFLEGT VERÐ 5.690KR
30% AFSLÁTTUR

3.490KR



4.190KR

KYNNINGARVERÐ 4.390KR
VENJULEGT VERÐ* 6.280KR



4.540KR

KYNNINGARVERÐ 3.490KR
VENJULEGT VERÐ* 4.999KR

2.090KR
UPPHAFLEGT VERÐ 2.999KR
30% AFSLÁTTUR

2.790KR
UPPHAFLEGT VERÐ 3.990KR
30% AFSLÁTTUR

2.790KR
UPPHAFLEGT VERÐ 3.999KR
30% AFSLÁTTUR

2.650KR
UPPHAFLEGT VERÐ 3.790KR
30% AFSLÁTTUR

HAGKAUP
Ein ferð betra verð

TÓNNINN GEFINN

Kjartan Guðmundsson

Á móti jól

Þegar ég var táningur um miðjan tíunda áratuginn vaknaði ég óvenju snemma einn vetrarmorguninn. Dagsetningin er greypt í huga mér, 27. nóvember, vegna þess að þegar ég kveikti á útvarpinu baðst útvarpsmaðurinn hálfpartinn afsökunar á laginu sem hann hugðist spila næst. „Uuuuuu, ætli það sé ekki í lagi að skella einu jólalagi á fóninn? Þótt það séu enn nokkrir dagar í desember? Jú ... er það ekki bara? Jú, jú, tökum forskot á jólin með Sniglabandinu,“ tafsaði sá árrisuli. Ég man að mér þótti útvarpsmaðurinn kominn út á ansi hálan ís með þessu uppátæki sínu en ákvað að fyrirgefa honum, enda enn hálfgerður krakki og eins og allir vita (eða ættu að vita) eru jólin bara fyrir börn og vanþroskað fullorðið fólk.

Tímarnir breytast og mennirnir með og nú til dags þykir ekkert neyðarlegt að spila jólalög í útvarpinu í nóvember. Þvert á móti gætu ljósvakans ljósvíkingar átt á hættu að vera skammaðir og stimplaðir fýlupúkar ef þeir draga lappirnar við að blasta þessum hrollvekjandi óbjóði í hlustir landa sinna á öllum tímum sólarhrings, slík er firringin orðin, og sú staðreynd að hér virðist vera tilverugrundvöllur fyrir heila útvarpsstöð sem spilar eingöngu jólalög í næstum tvo mánuði segir sína sögu og miklu meira en það.

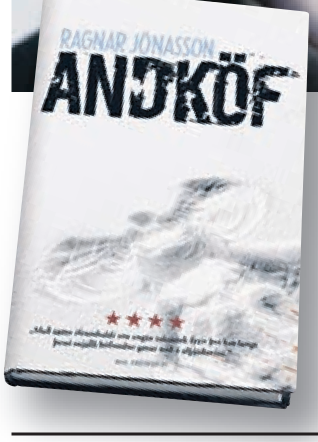
En nóg um það, hér er einn sígildur topp fimm-listi yfir verstu jólalögin frá örófi alda. Listi þessi er vísindalega sannaður, endanlegur og óháður smáatriðum eins og persónulegum smekk. Ekki svifu eplin fyrir daga Newtons?:

1. **U2 - Christmas** (Baby Please Come Home)
2. **Nat King Cole -** The Christmas Song (Chestnuts Roasting...)
3. **Bruce Springsteen -** Santa Claus is Coming to Town
4. **Á móti sól -** Pegar jólin koma
5. **Larry Chance -** Jingle Bell Rock

Gleðileg jól!

Í spilaranum

Sálin hans Jóns míns - Glamr
Bjössi Thor og Bítlarnir - Björn Thoroddsen plays the Beatles
Lay Low - Talking About The Weather



Auður Ava Ólafsdóttir ræðir við Ragnar Jónasson um nýjustu glæpasögu hans, Andköf, í kvöld kl. 20 í Bókabúð Máls og menningar, Laugavegi 18.
Allir velkomnir!

VERÖLD

GAMAN SAMAN Eyþór Ingi, Jon Anderson, Þorvaldur Bjarni Þorvaldsson og Andrea Gylfadóttir eru hér á æfingu fyrir tónleikana. FRÉTTABLAÐIÐ/DANÍEL

Todmobile ásamt Jon Anderson í Eldborg

Ein vinsælasta hljómsveit landsins stígur á stokk ásamt sérstökum gesti í Hörpu.

„Ég hlakka mikið til og við tökum fullt af lögum sem fólk þekkir,“ segir enski tónlistarmaðurinn Jon Anderson, sem er líklega best þekktur sem fyrrverandi söngvari hljómsveitarinnar Yes. Hann kemur fram sem sérstakur gestur á tónleikum Todmobile sem fram fara í Eldborgarsalnum í Hörpu á föstudagskvöldið. „Við Jon höfum þekkst í nokkur ár. Hann var að leita að útsetjara og ég sendi honum verk eftir mig. Þá varð hann mjög hrifinn af minni vinnu og síðan þá höfum við haldið sambandi,“ segir Þorvaldur Bjarni Þorvaldsson, tónlistarmaður og meðlimur Todmobile.

„Ég heimsótti Jon til Los Angeles árið 2011 og þá ræddum við mögulegt tónleikahald saman og nú er afrakstur þeirrar umræðu að koma í ljós á föstudagskvöldið,“ segir Þorvaldur Bjarni.

Saman sömdu þeir lagið Wings of Heaven sem verður flutt á tónleikunum.

„Á tónleikunum ætlum við að flytja öll okkar þekktustu lög en einnig ætlum við að spila talsvert af lögum hljómsveitarinnar Yes eins og Roundabout, Owner of a Lonely Heart og Heart of the Sunrise, svo fátt eitt sé nefnt,“ segir Þorvaldur Bjarni.

„Þetta verða heljarinnar tónleikar og við flytjum fjölbreytt efni, meðal annars flytjum við verkið Awaken eftir Yes sem verður mjög skemmtilegt,“ bætir Jon við, sem er mjög ánægður með að vera kominn til Íslands.

VINSÆLL Jon Anderson hefur unnið með nöfnum á borð við Yes, King Crimson, Toto, Vangelis og Dream Theater. FRÉTTABLAÐIÐ/DANÍEL

Todmobile er þessa dagana á fullu við að vinna plötu sem væntanleg er fljótlega á næsta ári.

„Við erum með nýtt lag í spilun og það eru fleiri lög á leiðinni. Þetta er einnig önnur platan sem Eyþór Ingi tekur þátt í með okkur,“ bætir Þorvaldur við.

Tónleikarnir, sem fram fara í Eldborgarsalnum í Hörpu, hefjast klukkan 22.00 sem er örlítið seinna en gerist og gengur með tónleika.

„Við seinkuðum tónleikunum aðeins út af landsleiknum.“

Jon Anderson segist styðja íslenska landsliðið í knattspyrnu.

„Ég ætla að fylgjast með landsleiknum og mun mögulega kíkja á völlinn. Áfram Ísland,“ segir Jon Anderson.

gunnarleo@frettabladid.is

7.11.2013 → 13.11.2013

LAGALISTINN

▶	1	**Steinar**	**Up**
▶	2	Lorde	Royals
▲	3	Baggalútur og Jóhanna Guðrún	Mamma þarf að djamma
▲	4	One Republic	Counting Stars
▲	5	Drangar	Bál
▲	6	Miley Cyrus	Wrecking Ball
▼	7	Katy Perry	Roar
▲	8	Kaleo	Glass House
▲	9	Jón Jónsson	Feel For You
▼	10	John Newman	Cheating

TÓNLISTINN

*	1	**Sálin hans Jóns míns**	**Glamr**
*	2	Baggalútur	Mamma þarf að djamma
▶	3	Helgi Björnsson	Helgi syngur Hauk
▲	4	Pálmi Gunnarsson	Þorparinn
▼	5	Ásgeir Trausti	Dýrð í dauðaþögn
▶	6	Emilíana Torrini	Tookah
▲	7	Úr söngleik Borgarleikh.	*Mary Poppins*
▼	8	Mammút	Komdu til mín svarta systir
▼	9	Drangar	Drangar
▲	10	Samaris	Samaris

Skýringar ▶ Stendur í stað síðan í síðustu viku ▼ Fellur um sæti síðan í síðustu viku ▲ Hækkar á lista síðan í síðustu viku * Nýtt á lista
Listarnir eru teknir saman fyrir Félag hljómplötuframleiðenda. Listarnir eru birtir í heild sinni á Vísir.is. vísir
Þátttakendur í Lagalistanum Bylgjan, FM957, Xið 977, Rás 2, K100,5, tonlist.is. **Verslanir í Tónlistanum** Skífan, Hagkaup, Penninn/Eymundsson, 12 tónar, Harpa, Smekkleysa plötubúð, Elko, tonlist.is.

BÓNUS BÓNUS BÓNUS BÓNUS

Nýtt kortatímabil fimmtudaginn 14 nóv.

298 krónur 250g.
BÓNUS FETI Í KRYDDOLÍU
Í KRYDDOLÍU MEÐ ÓLÍFUM

GRÍSARIF- **Spareribs**
Forelduð þarf aðeins að hita
998 krónur kg

198 krónur 2 ltr
198 krónur 1.5 ltr

198 krónur 680g.
Essentia/ PASTASÓSUR 680g

198 krónur 170g

TILBÚNIR RÉTTIR
FYRIR ÞRJÁ TIL FJÓRA

998 krónur stk.
BÓNUS **NÚÐLURÉTTUR**
M/ KJÚKLINGI

998 krónur stk.
BÓNUS **HEILSURÉTTUR**
M/ KJÚKLINGI

AMIN.O ENERGY
NÝTT Í BÓNUS
3579 krónur 270g
AMIN.O ENERGY 270g
FJÓRAR BRAGÐTEGUNDIR

259 krónur 1 kg
Barilla **SPAGHETTI 1 kg**

998 krónur kg.
BLANDAÐ HAKK *NAUT / LAMB*
100% HREINT KJÖT

FORKRYDDAÐ Í BRAUÐRASPI
TILBÚIÐ Á PÖNNNUNA

NÝTT Í BÓNUS
1498 krónur kg
FERSKAR ÚRB. **GRÍSAHNAKKASNEIÐAR**

NÝTT Í BÓNUS
1798 krónur kg
FERSKAR **LAMBALÆRISNEIÐAR**

BÓNUS BACON
1598 krónur kg

298 krónur 1kg
BÓNUS **TRÖLLAHAFRAR** 1 KG.

598 krónur 750ml
HEIMA ÓLÍFUOLÍA
EXTRA VIRGIN 750ml

AFGREIÐSLUTÍMI
FIMMTUDAGUR
11:00-18:30

BÓNUS EKKERT BRUÐL

VISA

Eins og að ganga á tunglinu

Fyrstu vikurnar voru erfiðar á setti Anchorman 2: The Legend Continues.

Anchorman 2: The Legend Continues er væntanleg í kvikmyndahús vestanhafs 20. desember. Með hlutverk Rons fer Will Ferrell eins og í fyrri myndinni en hann skrifar handritið ásamt Adam McKay.

Will vill ekki gefa mikið upp um handritið en segir það hafa verið gaman að vinna aftur með Steve Carell, Paul Rudd og David Koechner sem mynda fréttateymið hans.

„Eftir nokkrar vikur var eins og við værum aftur að leika í fyrstu myndinni. Það var mjög gaman á setti,“ segir Will en bætir við að fyrstu tvær vikurnar hafi tekið á.

„Fyrstu tvær vikurnar voru erfiðar. Ég upplifði þetta öðru vísi en þeir því ég skrifaði handritið og ég hef stundum komið fram sem Ron Burgundy. Þeir hafa ekki gert mikið af því þannig að fyrstu dagana fannst þeim eins og þeir væru að ganga á tunglinu.“ - lkg

MÆTTUR AFTUR Margir hlakka til að sjá Will Ferrell leika Ron á ný.

Endurgera Ghost

Goðsagnakennd mynd verður sjónvarpssería.

Paramount ætlar að endurgera kvikmyndina Ghost frá árinu 1990 sem sjónvarpsseríu. Myndin fjallar, eins og margir vita, um mann sem er myrtur og konu hans sem nær sambandi við hann í gegnum miðil.

Akiva Goldsman og Jeff Pinkner skrifa handritið fyrir „pilot“-þáttinn en Goldsman vann Óskarinn og Golden Globe fyrir handrit kvikmyndarinnar A Beautiful Mind. - lkg

AFTURGANGA Ghost verður endurgerð sem sjónvarpssería.

Pödduinnrás út í geim

Harrison Ford leikur aðalhlutverkið í Ender's Game.

Ævintýra- og vísindamyndin Ender's Game er frumsýnd í Sambíóunum á föstudag en myndin er byggð á samnefndri metsölu- og verðlaunabók rithöfundarins Orsons Scotts Card.

Myndin fjallar um Ender Wiggin, ungan dreng sem er gæddur óvenjulegum hæfileikum sem yfirmenn heraflans vilja að hann nýti til að hjálpa í baráttunni við ófrýnilegar geimverur sem kallaðar eru pöddurnar.

Aðalhlutverk eru í höndum Harrison Ford, Asa Butterfield og Ben Kingsley. - lkg

SPEISAÐ Myndin er frumsýnd á föstudag.

SEGIR JAFNMIKILVÆGT AÐ LÆRA AÐ LESA MYNDMÁL OG TEXTA Hrönn Sveinsdóttir segir það mikilvægt að horfa á myndefni á gagnrýninn hátt.

FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

Taka eftir því ef hallar á annað kynið

Hrönn Sveinsdóttir segir Bechdel-prófið seint geta stjórnað dagskrá Bíó Paradísar.

„Við höfum mikið pælt í þessu. Það væri áhugavert að taka það upp að Bechdel-meta allar myndirnar okkar, en það myndi seint stjórna dagskránni,“ segir Hrönn Sveinsdóttir, framkvæmdastýra Bíó Paradísar, um að taka upp Bechdel-mat á nýjum myndum á dagskrá kvikmyndahússins.

Mikil umræða hefur spunnist í kringum Bechdel-prófið eftir að fjögur kvikmyndahús í Svíþjóð tóku sig saman um að innleiða Bechdel-prófið svo nefnda í kynningu nýrra mynda nú á dögunum.

„Við erum svo undirmönnuð í Bíó Paradís og þetta myndi fela í sér mikla vinnu, en við tökum því fagnandi ef einhver gæti aðstoðað okkur. Við tökum eftir því ef hallar hræðilega á annað kynið í myndum sem við erum að sýna,“ segir Hrönn jafnframt.

„Þetta skiptir auðvitað mestu máli í sýningum fyrir börn, en þar höfum við skýra stefnu í þessum efnum,“ bætir Hrönn við. „Við höfum síðastliðin þrjú ár haft skólasýningar, bæði fyrir grunn- og framhaldsskóla. Þar er markmiðið að kenna kvikmyndalæsi og að þekkja staðalímyndir í kvikmyndum,“ segir Hrönn.

„Það er farið að skipta jafn miklu máli að geta lesið myndmál og að lesa. Til dæmis sýnum við unglingum heimildarmyndina um Pussy Riot og tölum um tjáningarfrelsi, félagslega samstöðu, mannréttindi og kynjahlutverk um víða veröld. Að sama skapi sýnum við börnum Blancanieves, sem er spænsk útgáfa af Mjallhvíti þar sem hún slæst í för með sjö dvergum sem allir eru nautabanar og gerist nautabani sjálf,“ segir Hrönn og imprar á mikilvægi kvikmyndalæsis. „Það þarf að geta gert greinarmun á morði í kvikmynd og morði í fréttunum,“ útskýrir Hrönn.

Stór hluti kvikmynda fellur á hinu einfalda Bechdel-prófi. Má þar nefna margar vinsælustu myndir síðustu ára, til að mynda Avatar, Stjörnustríðsmyndirnar og Hringadróttinssögu.

olof@frettabladid.is

> **Það þarf að geta gert greinarmun á morði í kvikmynd og morði í fréttunum**

Bechdel-prófið

Bechdel-prófið er notað til þess að greina kynjahalla í skáldverkum.

Til þess að standast prófið þurfa að minnsta kosti tvær kvenpersónur að vera í verkinu og þær þurfa að eiga samræður um eitthvað annað en karlviðfangsefni. Prófið er nefnt eftir teiknimyndahöfundinum Alison Bechdel.

Bechdel-prófið er því ekki gagnrýni á myndirnar sem slíkar, en í sögu Alison Bechdel er reglan sett fram sem grín á augljósa fyrirferð karla innan söguheims kvikmyndanna.

Lesbía í jarðarförum ókunnugra

Tökur bíómyndarinnar Staying Alive hefjast á næsta ári. Leikstjóri er Friðrik Þór.

„Við förum í tökur í vor,“ segir Anna María Karlsdóttir, framleiðandi hjá Ljósbandi sem framleiðir kvikmyndina Staying Alive. Aðspurð um söguþráð myndarinnar dregur Anna María hann saman í þremur orðum: „Lesbíur og jarðarfarir.“ Myndin fjallar um Magdalenu sem er enn inni í skápnum og byrjar að fara í jarðarfarir ókunnugs fólks til að drepa tímann. Loks kemur að því að Magdalena hittir Grétu, sína fyrstu og forboðnu ást, og þá kemur í ljós að lengi lifir í gömlum glæðum.

Handrit myndarinnar skrifar leikarinn, kvikmyndaskólaneminn og flugþjónninn Barði Guðmundsson, en þetta er hans fyrsta kvikmynd í fullri lengd. Hann gerði meðal annars stuttmyndina Bóbó sem hefur verið sýnd á hátíðum um allan heim og vakið mikla lukku. Leikstjórn Staying Alive er í höndum Friðriks Þórs Friðrikssonar. - lkg

FJÖLHÆFUR Barði Guðmundsson skrifar handrit myndarinnar.

FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

MIÐNÆTURSPRENGJA í Smáralind í dag

By Malene Birger | BZR by bruuns bazaar | Saint Tropez | Soaked in Luxury | Margit Brandt | Black lilly | Ange
5 Units | Northland | Rosemunde | Crabtree & Evelyn | Hultquist | Lux

20% afsláttur
af öllum skóm
gs skór
Kringlan | Smáralind

20% afsláttur
af öllum skóm
focus
Kringlan | Smáralind

Jói Fel

BAKARÍ

Funda- og veisluþjónusta að hætti Jóa Fel

BEIKON–SAMLOKUBAKKI

Baguette, beikon, sveitaskinka, salat, sinnepssósa, paprika, ostur og BBQ-sósa.

CIABATTA- OG KALKÚNABAKKI

Kryddað ciabattabrauð, kalkúnaskinka, steiktir sveppir, salat, paprika og hvítlaukssósa.

BRIE–SAMLOKUBAKKI

Baguette, salat, brie ostur, tómatar, laukur og sósa.

ÓLÍFU–SAMLOKUBAKKI

Hvítlauks- og ólífuostabrauð, salat, sveitaskinka, tómatar, laukur og hvítlaukssósa.

Verð per. mann 945 kr.-

PÖNTUNARSÍMI: 588 8998

www.joifel.is

Styrkja útgáfu beint frá býli

Árni Ólafur safnar fyrir DVD-útgáfu á Hinu blómlega búi á Karolina Fund.

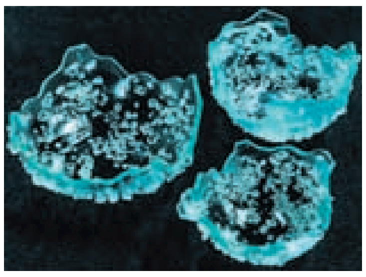
„Ég, Bryndís Geirsdóttir og Guðni Páll Sæmundsson stofnuðum okkar eigið framleiðslufyrirtæki, Búdrýgindi ehf. í kringum sjónvarpsþættina Hið blómlega bú. Við erum lítið framleiðslufyrirtæki og það fylgir því mikill kostnaður að fjármagna DVD-útgáfu. Við ákváðum að nota síðuna Karolina Fund til að fá velunnara okkar til að aðstoða við fjármögnun þannig að í raun er fólk að styrkja okkur beint frá býli,“ segir Árni Ólafur Jónsson, kokkur þáttanna sem sýndir voru á Stöð 2. Viðtökurnar sem teymið fékk á Karolina Fund, fyrstu hópfjármögnunarsíðu landsins, voru framar öllum vonum.

„Á innan við sólarhring söfnuðum við þriðjungi upphæðarinnar. Þetta er fullkomin leið fyrir fólk að fjármagna verkefnin sín og mjög jákvæð fyrir litla aðila eins og okkur. Við fengum margar fyrirspurnir um hvort ætti að gefa seríuna út á DVD og við ákváðum að svara því kalli. Við erum ákaflega þakklát fyrir þetta trygglyndi,“ segir Árni. Þau Bryndís og Guðni hafa til 9. desember til að safna upphæðinni á Karolina Fund og stefna á að gefa seríuna, alls átta þætti, út á DVD fyrir jólin.

Það er nóg að gera hjá framleiðslufyrirtækinu þar sem önnur sería af Hinu blómlega búi verður frumsýnd á Stöð 2 þann 22. nóvember. En hvað ber framtíðin í skauti sér hjá þremenningunum?

„Við viljum halda áfram með Hið blómlega bú og markmiðið er að gera sumarseríu.“ **- lkg**

NÓG AÐ GERA Árni er nú í tökum á annarri seríu af Hinu blómlega búi.



SJÁLFLÆRÐ Margrét er ekki listmenntuð en hefur sótt fjölda glerlistanámskeiða. Hér að ofan má sjá vörur sem Margrét framleiðir en hún fær stöðugt nýjar og spennandi hugmyndir. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

Glerfín blúndulistaverk

Margrét Unnarsdóttir hannar glermuni með blúndumynstri. Hún notar dúka frá mömmu sinni og ömmu sem eru báðar miklar handverkskonur.

„Ég stífa dúkana og nota þá á glerið þannig að þeir verða eins og stensill. Ég get fjöldaframleitt diska og skálar með sama dúknum á. Dúkurinn sem ég er hrifnust af er heklaður og ég hef notað hann í þrjú ár og hef einu sinni þvegið hann,“ segir Margrét F. Unnarsdóttir. Hún hannar glervörur undir nafninu Blúndugler.

„Liturinn sem ég nota er mulið gler. Ég strái því yfir dúkinn og tek hann svo í burtu. Eftir verður þetta fína mynstur,“ segir Margrét en aðferðina lærði hún á námskeiði hjá Glit.

„Ég fór beint á Egilsstaði til móður minnar eftir námskeiðið. Þar sá ég fjólubláan dúk á ofninum og reif hann upp. Síðan kíkti ég inn í skáp til mömmu og tíndi til alla dúkana sem hún átti og leitaði líka aðeins í skúffuna hjá ömmu,“ segir Margrét sem á blikksmiðjuna Kopar og zink ehf. með manni sínum, Kristjáni Viborg. Þar er hún einnig með aðstöðu til að búa til glermuni en hún er sjálflærð í faginu.

„Ég er ekki listmenntuð en ég er búin að fara á mörg glerlistanámskeið. Blúndugler gengur mjög vel og stefni ég á að gera eitthvað meira, nýtt og spennandi, í framtíðinni.“ **liljakatrin@frettabladid.is**

Samræður, slökun og sleipiefni

? Ég er 28 ára gömul stúlka sem langar að prófa endaþarmsmök með kærastanum mínum og hann er pínulítið hræddur við það. Hann vill samt endilega prófa en er hræddur við að meiða mig. Hvernig er best að bera sig að því? Eigum við að undirbúa okkur eitthvað sérstaklega? Er einhver aðferð sem veitir meiru ánægju en aðrar?

...

SVAR Endaþarmsmök byrja gjarnan á örvun með til dæmis fingri. Mér finnst ágætt að taka það fram þar sem endaþarmurinn er svæði sem þarf að hita hægt og rólega upp en ekki þrykkja inní, eins og klámmyndir gjarnan sýna. Þá fíla ekki allir endaþarmsörvun, hvort sem það er að fá putta inn eða setja putta inn, og slíkt ber að virða. Allt kynlíf byrjar uppi í rúmi með þér sjálfum/-ri svo það getur verið ágætis æfing að putta eigin rass áður en maður treður sér inn í annarra manna rass.

Til að gera upplifunina sem ánægjulegasta fyrir báða aðila þá eru ýmis atriði sem ber að hafa í huga því rassinn er þröngur og þurr staður. Hann slakar á til að sleppa hægðum en er annars að mestu lokaður. Því ber fyrst að nefna slökun. Það er betra ef báðir aðilar eru slakir og duglegir að tala saman. Bæði þarf að segja hvað manni þykir gott og spyrja hvort allt sé í lagi. Þá er mikilvægt að nota sleipiefni og nóg af því. Þú getur ímyndað þér franskar og góða bernaise-sósu, maður vill þekja frönskurnar vel, og þú gerir eins með rassinn (og þá með þar tilgerðu sleipiefni). Þú þarft að vanda valið á sleipiefninu ef þú notar smokk og passa að það megi nota það með smokknum. Þá skaltu passa að kaupa ekki sleipiefni sem deyfir svæðið því þú þarft að finna hvar þín mörk liggja og hvað líkami þinn er að segja þér.

Það er aukin hætta á smiti kynsjúkdóma í rassinum og því er vissara að gæta að öryggisatriðum eins og að nota smokk. Við örvun með fingri þá er hægt að nota smokk, plastfilmu eða latex hanska. Það þarf að gæta sérstaklega vel að því að flakka ekki á milli endaþarms og píku því það getur boðið upp á leiðigjarna sýkingu fyrir píkuna. Rassinn er ekki góður staður til að nota hefðbundna heimilismuni til örvunar því þeir geta festst þar og þá er eina leiðin til að ná þeim út að heimsækja heilsugæsluna. Til eru sérframleidd kynlífstæki fyrir rassinn og eru þau með breiðum botni eða snúru svo hægt sé að ná þeim til baka. Lykillinn að vel heppnaðri endaþarmsörvun eru samræður, afslöppun og nóg af sleipiefni.

KYNLÍF TAKTU ÞÁTT!
Sendu Siggu Dögg póst og segðu henni frá vandamáli úr bólinu. Lausnin gæti birst í Fréttablaðinu.
kynlif@frettabladid.is

Andersen & Lauth
Reykjavik

LAGERSALA

ALLT Á 1.000 - 15.000

DÖMU OG HERRA FATNAÐUR Á FRÁBÆRU VERÐI Í AÐEINS 4 DAGA

Opnunartímar
Fimmtudag 16-19
Föstudag 16-19
Laugardag 12-16
Sunnudag 12-16

LAUGAVEGI 7, 101 REYKJAVÍK

markhonnun.is

netto
Kræsingar & kostakjör

Nýtt kortatímabil!

VILLIBRÁÐIN ER Í NETTÓ

SKOSK RJÚPA
1.398 kr/stk

ANDABRINGUR FROSNAR
3.196 kr/kg

DÁDÝRALUNDIR
4.997 kr/kg

ENDUR HEILAR 2,3 KG
1.698 kr/kg

ROASTED DUCK 625GR
2.099 kr/stk

KENGÚRU FILLE
3.499 kr/kg

ORA
HREINDÝRAPATE
225 gr
674 kr/stk

ORA
ANDAPATE
100gr.
449 kr/stk

ORA
FRÖNSK
SVEITAKÆFA
225gr.
517 kr/stk

www.netto.is

| Mjódd · Salavegur · Hverafold · Grandi · Akureyri · Höfn · Grindavík · Reykjanesbær · Borgarnes · Egilsstaðir · Selfoss |

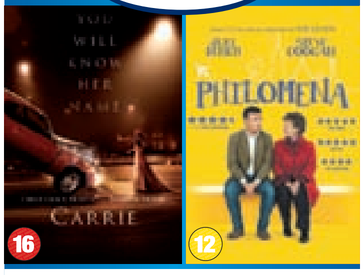
JÓLADAGATÖLIN ERU KOMIN!

FERSK OG GÓÐ MÁLTÍÐ Á NOKKRUM MÍNÚTUM

Tilboðin gilda 14. - 17. nóvember

Tilboðin gilda meðan birgðir endast. | Birt með fyrirvara um prentvillur og myndavíxl | Vöruúrval getur verið breytilegt milli verslana.

LAUGARÁS BÍÓ



LAUGARÁSBÍÓ	Sýningartímar	
CARRIE	8, 10:10	16
PHILOMENA	5:50, 8, 10:10	12
FURÐUFUGLAR 2D	6	L
CAPTAIN PHILLIPS	6, 9	14

SAMBÍÓIN

SAMBÍÓIN ÁLFABAKKA		
ESCAPE PLAN	KL. 5:30 - 8 - 10:30	16
THOR - DARK WORLD 3D	KL. 5:30 - 8 - 10:30	12
THOR - DARK WORLD VIP 2D	KL. 5:30 - 8 - 10:30	VIP
BAD GRANDPA	KL. 5:50 - 8 - 10:10	12
GRAVITY 2D	KL. 5:50 - 8	12
PRISONERS	KL. 6 - 9 -10:10	16

SAMBÍÓIN EGILSHÖLL		
ESCAPE PLAN	KL. 5:30 - 8 - 10:30	16
THOR - DARK WORLD 3D	KL. 5:30 - 8 - 10:30	12
BAD GRANDPA	KL. 10:30	12
GRAVITY 3D	KL. 5:50 - 8	12
PRISONERS	KL. 10:10	16
RUSH	KL. 5:25	12

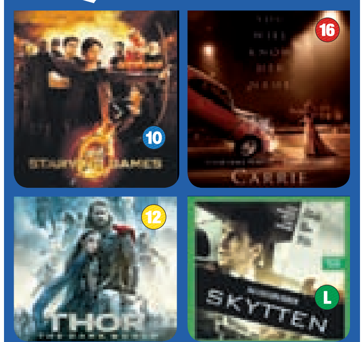
SAMBÍÓIN KRINGLUNNI NÚMERUÐ SÆTI		
ESCAPE PLAN	KL. 5:30 - 8 - 10:30	16
THOR - DARK WORLD 2D	KL. 5:30 - 8 - 10:30	12
DISCONNECT/HEILABROTINN	KL. 5:20 - 10:10	12
BAD GRANDPA	KL. 8	12

SAMBÍÓIN KEFLAVÍK		
ESCAPE PLAN	KL. 8 - 10:30	16
THOR - DARK WORLD 3D	KL. 5:40 - 8 - 10:20	12

SAMBÍÓIN AKUREYRI		
ESCAPE PLAN	KL. 8 - 10:30	16
THOR - DARK WORLD 3D	KL. 5:30 - 8 - 10:30	12
BAD GRANDPA	KL. 5:50	12

TRYGGÐU ÞÉR MIÐA Á SAMbio.is

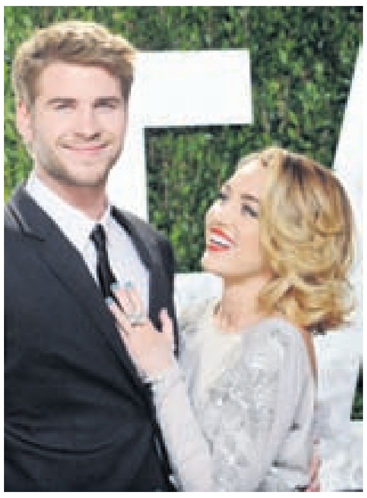
SMÁRABÍÓ HÁSKÓLABÍÓ



SMÁRABÍÓ	AUKAKRÓNUR 5%	
THE STARVING GAMES	KL. 6 - 10.30	10
CARRIE	KL. 8 - 10.15	16
THOR 2	KL. 5.30 - 8 - 10.30	12
THOR 2 LÚXUS	KL. 5.30 - 8 - 10.30	12
FURÐUFUGLAR 2D	KL. 3.20 - 5.40	L
FURÐUFUGLAR 3D	KL. 3.20	L
CAPTAIN PHILIPS	KL. 5 - 8	14
INSIDIUS CHAPTER 2	KL. 10.45	16
TÚRBÓ 2D ÍSL.TAL	KL. 3.30	L

HÁSKÓLABÍÓ	AUKAKRÓNUR 5%	
SKYTTEN	KL. 10.15	12
PHILOMENA	KL. 5.45 - 8	12
CAPTAIN PHILIPS	KL. 10	14
GRAVITY 3D	KL. 8 - 10.15	12
KONAN Í BÚRINU	KL. 5.45 - 10.15	16
MÁLMHAUS	KL. 5.45 - 8	12
HROSS Í OSS	KL. 6	12

BORGARBÍÓ	NÁNAR Á MIÐI.IS	
THE STARVING GAMES	KL. 6 - 8	10
CARRIE	KL. 8 - 10	16
PHILOMENA	KL. 6	12
CAPTAIN PHILIPS	KL. 10	14



BREYTTIR TÍMAR Miley og Liam þegar allt lék í lyndi.

Einhleypur og ánægður

Leikarinn Liam Hemsworth og poppsöngkonan Miley Cyrus slitu trúlofun sinni fyrr á árinu. Liam er einhleypur og nýtur þess. „Ég er ekki með neinni stelpu núna," segir hann í viðtali við Extra.

Liam staðfesti sambandsslitin við Miley fyrir tveimur mánuðum. Daginn eftir sást hann kyssa leik- og söngkonuna Eizu Gonzalez. Þau tvö hafa ekki sést saman síðan.

Liam ber engan kala til Miley sem hefur verið mjög umdeild uppá síðkastið.

„Ég er mjög hamingjusamur fyrir hennar hönd." - lkg

HRESS Avril nýtur lífsins enda nýgift.

Man lítið eftir brúðkaupinu

Söngkonan Avril Lavigne gekk að eiga Chad Kroeger í sumar en segir í viðtali við Chelsea Handler að hún muni lítið eftir veislunni.

„Brúðkaupið var þriggja daga langt og ég man ekki eftir miklu. Við giftum okkur í kastala í Suður-Frakklandi nálægt vatni. Við giftum okkur klukkan níu um kvöldið og djömmuðum fram til sex um morguninn," segir Avril. Hún elskar að skemmta sér en hefur búið til nýja reglu með eiginmanni sínum.

„Við djömmum ekki þegar við erum í burtu frá hvort öðru. Við viljum njóta þess saman." - lkg

Ég er ekki hræddur

BAKÞANKAR
Bergs Ebba Benediktssonar

ÖRYGGI á að koma í veg fyrir hræðslu. Því öruggari sem heimurinn er þeim mun óhræddara er fólk. Það er lógískt.

SAMT er fátt sem hræðir mig jafn mikið og það sem viðkemur öryggi. Nýlega bárust uppljóstranir um stórfelldar njósnir Þjóðaröryggisstofnunar Bandaríkjanna. Þessar fréttir hræða mig meira en flest annað sem aflaga fer í heiminum og nóg er um það. Ég er til dæmis ekkert sérstaklega hræddur við Norður-Kóreu, hernaðaráform Kínverja eða að kjarnorkustríð brjótist út milli Indlands og Pakistans. Kannski ætti ég að vera hræddur en ég er það ekki.

ÞAÐ sama get ég sagt um ýmsa vá sem margir halda á lofti. Ég er heldur ekkert hræddur við fjölgun múslíma í Evrópu eða að komandi kynslóðir verði fíkniefnum að bráð. Ég hef heldur engar áhyggjur af því að fæða jarðar gangi til þurrðar. Við höfum aldrei haft meira að borða, bæði hvað varðar magn og úrval, og hvernig er hægt að nota orð eins og „fæðuöryggi" á Vesturlöndum þegar það liggur fyrir að fjórðung matar er hent í ruslatunnur? Við þetta er ég ekkert hræddur.

ÉG er mest hræddur við þörfina eftir öryggi. Ég er hræddur við þá sífelldu ógn og hótun að öryggis sé ekki gætt. Nýlega sagði þingmaður í ræðusal Alþingis að menning og listir væru nauðsynlegar en við hefðum ekkert við það að gera meðan við tryggðum ekki öryggi okkar og heilsu. Þingmanninum gekk vafalaust gott eitt til, hann vill gera löggæslu- og heilbrigðisstarfsfólki hærra undir höfði.

EN það sem ég óttast er að þessi öryggisrök séu eins konar endastöð. Ef ég mótmæli þingmanninum vegna þess að mér er annt um menningu þá hefur hann stillt málum þannig upp að ég sé á móti lýðheilsu og öryggi borgaranna. Ef svoleiðis rök fá að vera lokapunktur í umræðu þá forheimskumst við og það er þessi forheimskun sem ég óttast. Megintilgangur öryggisins hlýtur að eiga að vera útrýming hræðslunnar. Ef öryggið sem stjórnmálamenn boða gerir borgarana öörugga við að tjá hug sinn þá er eitthvað að.

Íslensk glæpasaga í virtu erlendu tímariti

Ragnar Jónasson glæpasagnahöfundur í einu virtasta glæpasagnatímariti í heimi.

„Þetta er sennilega virtasta glæpasagnatímarit heims, það hefur verið til í rúm sjötíu ár og er allavega stærsta svona blaðið í Bandaríkjunum," segir Ragnar Jónasson glæpasagnahöfundur sem á smásögu í hinu virta glæpasagnatímariti Ellery Queen's Mystery Magazine.

Ragnar er fyrstur Íslendinga til að komast í þetta virta tímarit en þar hafa komið sögur eftir marga af þekktustu höfundum sögunnar, á borð við Agöthu Christie, P.D. James og Stephen King.

„King hefur kallað tímaritið besta sakamálasögutímarit heims," bætir Ragnar við.

Saga Ragnars heitir heitir Death of a Sunflower.

„Sagan var upphaflega skrifuð í tengslum við bókamessu sem haldin var í Frankfurt en þar var Ísland eins konar heiðursgestur," útskýrir Ragnar.

Sagan hefur ekki birst á íslensku en hún kom fyrst út í þýskri þýðingu í smásagnasafni árið 2011 undir heitinu Hótel Borg og gerist einmitt á Hótel Borg.

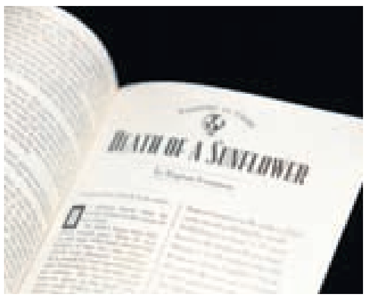
„Þetta er glæpasaga sem gerist árið 2008, rétt eftir bankahrunið. Hún segir frá eldri manni sem snýr heim til Íslands til þess að gera upp gamlar syndir, en nákvæmlega hálfri öld áður lést unnusta hans með voveiflegum hætti skammt frá hótelinu."

Ragnar segist hafa mikinn áhuga á glæpasögum og horfa mikið á glæpaefni í sjónvarpi. Aðspurður um vinnuna við að skrifa skáldsögu segir Ragnar: „Meðgöngutíminn getur alveg verið tvö til þrjú ár og ég er alltaf að skrifa niður hugmyndir. Ég er samt mislengi að skrifa en það tekur nú yfirleitt allavega eitt ár að skrifa eina bók."

Nýlega kom út fimmta skáldsaga Ragnars sem nefnist Andköf. Hún er fjórða bókin í glæpasagnaseríu en áður höfðu bækurnar Snjóblinda, Myrknætti og Rof komið út. Sagafilm hefur keypt réttinn til að kvikmynda seríuna.

„Við erum að þróa þetta ásamt Þorvaldi Davíð Kristjánssyni leikara en það er enn óljóst hvenær þetta fer í framleiðslu," bætir Ragnar við. gunnarleo@frettabladid.is

MEÐ TÍMARITIÐ Ragnar Jónasson glæpasagnahöfundur heldur hér á tímaritinu Ellery Queen's Mystery Magazine. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI



SMÁSAGAN Hér sjáum við Death of a Sunflower í glæpasagnatímaritinu virta. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

➜ Skemmtilegar staðreyndir

Helstu fyrirmyndir Ragnars eru P.D. James og Alfred Hitchcock Ellery Queen's Mystery Magazine hefur verið gefið út í meira en sjö áratugi en það kom fyrst út haustið 1941 og hafa meira en fjórtíu Nóbels- og Pulitzer-verðlaunahafar birt sögur í blaðinu, til dæmis Rudyard Kipling, William Faulkner, Ernest Hemingway og Alice Walker, auk annarra heimsþekktra höfunda á borð við Agöthu Christie, W. Somerset Maugham, Dashiell Hammett, Georges Simenon, P.D. James, Ruth Rendell, P.G. Wodehouse og Stephen King.

ÍSLANDS
BÍÓ ★ PARADÍS
EUROPA CINEMAS

Annar hluti paradísarþríleiks Austurríska leikstjórans Ulrich Seid

SJÁ FLEIRI SÝNINGAR Á WWW.BIOPARADÍS.IS - Miðasala: 412 7711 - Hverfisgata 54 - bioparadis.is - Hluti af Europa Cinemas

Vínlandsleið 6, Grafarholti
Opið virka daga: 11-18 • Laugardaga: 11-16
Sunnudaga: 13-17

Smáratorgi, Kópavogi
Opið virka daga: 11-18 • Laugardaga: 11-18
Sunnudaga: 12-18

SPORT

ÍSLAND – KRÓATÍA 1 DAGUR

Englendingurinn Mark Blackbourne, eftirlitsmaður á vegum Alþjóðaknattspyrnusambandsins, mun taka ákvörðun í dag um það hvort landslið Íslands og Króata fái leyfi til að æfa á Laugardalsvelli. Stór og mikill dúkur hefur þakið völlinn frá því á föstudag. Heitu lofti hefur verið blásið undir dúkinn þegar veður hefur leyft.

Ljóst er að æfingar landsliðanna á vellinum myndu fara illa með hann fyrir leikinn á föstudag. Í gærkvöldi var reiknað með töluverðri úrkomu í dag en hita þó töluvert yfir frostmarki.

Mesta áhyggjuefni vallarstarfsmanna í Laugardalnum hefur verið að koma í veg fyrir frost í jörðu á leikdegi. Þótt þeir telji best að spara völlinn fyrir föstudag kemur það í hlut Blackbourne að meta hvort liðin fái hvort sína æfinguna á þjóðarleikvanginum í dag. - ktd

Króatar tapa ekki umspilsleikjum

FÓTBOLTI Karlalandslið Króata hefur í þrígang tekið þátt í umspilsleikjum fyrir stórmót. Í öll þrjú skiptin hafa þeir haft sigur og aðeins einu sinni stóðu leikar tæpt.

Króatar tryggðu sér sæti á HM í Frakklandi árið 1998 eftir umspilsleiki gegn Úkraínu. Slaven Bilic og Alen Boksic voru meðal markaskorara Króata sem unnu 3-1 sigur samanlagt. Þeir unnu svo brons í lokakeppninni.

Þeir rauðu og hvítu endurnýjuðu kynnin við umspilið fyrir EM 2004 í Portúgal. Þá mættu þeir Slóvenum og höfðu sigur samanlagt 2-1. Dado Prso skoraði sigurmarkið í 1-0 útisigri í Ljubljana í seinni leiknum.

Enn mættu Króatar í umspilið fyrir EM 2012 í Póllandi og Úkraínu. Nú voru Tyrkir andstæðingurinn og eftir 3-0 sigur í fyrri leiknum í Istanbúl var björninn þar með unninn. Ivica Olic, Mario Mandzukic og Vedran Ćorluka skoruðu mörk Króata en þeir eru allir í hópnum gegn Íslandi. Liðin skildu jöfn í síðari leiknum í Zagreb.

Strákarnir okkar geta því orðið fyrst liða til að leggja Króata í umspilsleikjum fyrir stórmót gangi liðinu allt í haginn í leiknum sem framundan eru. - ktd

DAVOR SUKER Markakóngur HM 1998 og nú forseti Knattspyrnusambands Króatíu. NORDICPHOTOS/GETTY

Höfum trú á okkur

Gunnleifur Gunnleifsson landsliðsmarkvörður segir að íslenska landsliðið hafi fulla ástæðu til þess að mæta kokkhraust til leiksins gegn Króatíu. Ari Freyr Skúlason segir að Króatarnir eigi að bera virðingu fyrir Íslandi en ekki öfugt.

FÓTBOLTI „Það er lykilatriði að fá ekki á sig mark í heimaleiknum. Á meðan við höldum þeim markalausum þá eigum við góða möguleika,“ segir landsliðsmarkvörðurinn og öldungurinn í íslenska landsliðshópnum, Gunnleifur Gunnleifsson. Hann segir sjálfstraustið í íslenska landsliðshópnum vera gríðarlegt.“

„Við höfum mikla trú á okkur og okkar getu. Við teljum okkur geta gert hvað sem er gegn hverjum sem er. Það er enginn hroki að segja það. Við höfum mikla trú á okkur og höfum sýnt hvað við getum. Svo hafa menn mikinn metnað fyrir landsliðinu. Það er engin ástæða til annars en að vera kokhraustur.“

Gunnleifur hefur þurft að verma tréverkið þar sem Hannes Þór Halldórsson heldur stöðu aðalmarkvarðar. Gunnleifur tekur hlutverk sitt í hópnum alvarlega og leggur sitt af mörkum þó svo hann sé ekki að spila.

„Ég reyni að vera almennileg manneskja og liðsmaður. Ég hjálpa hópnum til þess að ná árangri. Auðvitað vil ég spila en það spilar bara einn markvörður í einu. Það er Hannes í dag og hann er að spila frábærlega. Það kemur því í minn hlut að styðja við hann og ég geri það eins vel og ég get. Við værum ekkert að ná þessum árangri nema allir stæðu saman. Alveg sama hvar þeir eru í goggunarröðinni.“

Kópavogsbúinn segir að hópurinn hjá íslenska liðinu sé sérstakur og samheldnin mikil. Það sé einn hluti þess að liðið sé að ná þessum flotta árangri.

„Það er algjört lykilatriði. Það hefði ekki gengið svona vel ef hópurinn væri ekki þetta góður og í svona miklu jafnvægi. Það styðja allir hver annan. Við breytum því ekkert út af vananum í undirbúningnum. Við erum ekkert of spenntir né of slakir. Þó svo umfangið sé meira í kringum þennan leik þá höldum við okkar striki.“

LÉTTIR Markverðirnir Gunnleifur og Hannes Þór Halldórsson voru í stuði á æfngu landsliðsins í gær. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

Erum með gæðamenn

Það verður væntanlega nóg að gera hjá bakverðinum Ara Frey Skúlasyni við að halda aftur af sprækum sóknarmönnum Króata.

„Ég verð að vera á tánum í 95 mínútur og vera tilbúinn, líkamlega sem andlega. Þetta verður svipað erfitt og gegn Sviss,“ sagði Ari Freyr ákveðinn fyrir æfingu íslenska liðsins í Kórnum í gær.

„Þeir eru með frábæra kantmenn. Virkilega góða fótboltamenn. Enginn rosalega fljótur en allir góðir í fótbolta. Það verður að halda einbeitingu allan tímann. Vera í bakinu á þeim og gefa ekkert eftir,“ bætir Ari við en hann er kokhraustur.

„Við erum með gæðaleikmenn sem geta skorað hvenær sem er. Við þurfum ekki að bera virðingu fyrir þeim. Þeir ættu frekar að bera virðingu fyrir okkur þar sem við komumst í þessa stöðu.“

henry@frettabladid.is

Tek varnarhlutverkið alvarlega

Rúrik Gíslason segist vera til í að spila sem bakvörður ef þess verði óskað.

FÓTBOLTI HK-ingnum Rúrik Gíslasyni leið vel í Kórnum í gær eða „HK-húsinu“ eins og hann kallar Kórinn. Þó svo Rúrik sé að upplagi sóknarmaður þá er hann einn af þeim tilnefndu sem gætu spilað stöðu hægri bakvarðar í leiknum.

„Ég gæti vel hugsað mér að leysa bakvarðarstöðuna. Ég mun spila hana með bros á vör ef eftir því verður óskað. Það er betra að spila bakvörð en spila ekki,“ segir Rúrik, en hann hefur ekki mikla reynslu af því að spila sem bakvörður.

„Ég spilaði einn hálfleik með OB gegn Getafe. Það gekk bara nokkuð vel. Ég er á því að ég sé með ágætis leikskilning og geti spilað fleiri en eina stöðu á vellinum.“

Rúrik hefur þurft að sinna talsvert mikilli varnarskyldu í Meistaradeildinni með FCK og hefur leyst það vel af hendi.

„Ég hef alltaf tekið varnarhlutverkið alvarlega og hef alltaf sinnt því vel. Sama með hvaða liði ég er að spila. Ég hef alltaf lagt hart að mér og unnið varnarvinnu rétt eins og sóknarvinnu.“

Strákarnir æfðu inni í Kórnum í gær þar sem var slabb úti. Aðstæður sem gætu verið fyrir hendi í leiknum á morgun. Hefðu þeir ekki bara átt að æfa úti?

„Á sumum æfingum erum við að labba í gegnum taktísk atriði og þá er kannski betra að vera inni í hlýjunni í HK-húsinu,“ sagði Rúrik léttur. - hbg

KALT Rúrik og félagar munu spila í köldu veðri á morgun. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

ÍSLAND VS KRÓATÍA
AMERICAN STYLE

Stilltu upp rétta liðinu fyrir veisluna

Pantaðu ljúffenga Miniborgara með leiknum hjá **americanstyle.is/miniborgarar**

Pantanir þurfa að berast fyrir klukkan **15:00** í dag

15 borgarar á bakka
3.995 kr.

Bíldshöfða | Dalshrauni | Nýbýlavegi | Skipholti | Tryggvagötu

American Style

ÁKVEÐINN Jóhann Berg vill sjá allt liðið verjast vel. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

Dapurt að ætla sér ekki áfram

FÓTBOLTI „Það er kominn smá fiðringur í mann, sérstaklega eftir að við kíktum yfir leik Króatanna í gær,“ segir Jóhann Berg Guðmundsson, leikmaður íslenska landsliðsins í knattspyrnu, fyrir leikinn stóra gegn Króötum.

„Við eigum góðan möguleika í þessu einvígi. Króatar eru vissulega með gott lið en við þurfum bara að nýta okkur veikleika þeirra.“

Jóhann Berg vildi ekki tjá sig um veikleika króatíska liðsins þegar blaðamaður spurði út í þá.

„Ég fer ekki að tjá mig um það, Króatar eru væntanlega að fylgjast vel með öllu,“ sagði Jóhann Berg léttur.

„Það er mikilvægt fyrir okkur að halda markinu hreinu í heimaleiknum en við munum einnig leggja áherslu á að skora mark. Varnarleikurinn verður að vera góður gegn Króatíu og við þurfum að fara saman í gegnum þessa leiki. Það þurfa allir leikmenn að skila ákveðnari varnarvinnu til að vel fari. Það væri mjög dapurt af okkur að stefna ekki á HM þegar liðið er komið svona langt.“ - sáp

Vitum allir hvað er undir

FÓTBOLTI „Ég er nú persónulega ekki hrifinn af því að æfa inni,“ segir Kári Árnason, leikmaður íslenska landsliðsins, á æfingu íslenska liðsins í gær en hún fór fram í Kórnum vegna veðurs.

„Það gera allir leikmenn í liðinu sér grein fyrir því hvað er undir og að þetta eru stærstu leikir sem íslenska landsliðið hefur spilað. Margir leikmenn liðsins hafa aftur á móti spilað mikilvæga leiki hjá sínum félagsliðum og því er ekkert stress í hópnum, bara gaman.“

Það mun mæða mikið á Kára og félögum í öftustu víglínu í leikjunum gegn Króatíu.

„Það er gríðarlega mikilvægt fyrir okkur að halda markinu hreinu sérstaklega í ljósi þess að mark á útivelli í svona einvígum telur í raun tvöfalt. Hvernig sem fyrri leikurinn fer er samt bara mikilvægast að ná fram hagstæðum úrslitum fyrir okkur.“ - sáp

Ég spila þar sem þjálfarinn telur best

Hallgrímur Jónasson er klár í slaginn ef kallið kemur um að leika sem hægri bakvörður gegn Króatíu.

FÓTBOLTI „Það er mikil tilhlökkun í hópnum og vonandi hjá allri þjóðinni,“ segir Hallgrímur Jónasson, leikmaður íslenska landsliðsins í knattspyrnu.

„Liðin eru bæði vel skipuð en Króatarnir hafa ekki náð í góð úrslit að undanförnu og því held ég að þetta sé ágætis tímapunktur fyrir okkur til að mæta þeim.“

Hallgrímur er einn þeirra leikmanna sem gæti leyst hægri bakvarðarstöðuna en hægri bakvörður íslenska landsliðsins, Birkir Már Sævarsson, verður í leikbanni í fyrri leiknum.

„Það er auðvitað draumurinn að byrja leikinn á föstudaginn og treysti ég mér vel í það ef kallið kemur. Ég er klár í hvaða stöðu sem er og hef æft mestmegnis í bakvarðarstöðunni og í miðverðinum með landsliðinu, en ég spila bara alltaf í þeirri stöðu sem þjálfarinn telur að best sé fyrir liðið hverju sinni.“

Ísland leikur sinn allra mikilvægasta knattspyrnuleik í sögunni á föstudaginn gegn Króötum.

„Menn eru lítið stressaðir þessa stundina en það mun kannski koma þegar nær dregur leiknum, núna eru leikmenn liðsins í raun bara spenntir.“ - sáp

KLÁR Hallgrímur hefur áður leikið með íslenska landsliðinu í stöðu hægri bakvarðar en hann gæti komið við sögu gegn Króötum. FRÉTTABLAÐIÐ/DANÍEL

Þurfum að sýna hugrekki

Fyrirliði íslenska landsliðsins hefur ekki áhyggjur af þeirri pressu sem er á landsliðinu fyrir leikina gegn Króatíu. Pressan verður mun meiri á andstæðingnum og það þurfa strákarnir að nýta sér. Aron Einar og allir leikmenn íslenska landsliðsins ætla sér á heimsmeistaramótið í Brasilíu. Það er bara ein hindrun eftir.

FÓTBOLTI „Stemningin er fín í liðinu. Við erum einbeittir og mjög yfirvegaðir,“ segir Aron Einar Gunnarsson, fyrirliði íslenska landsliðsins í knattspyrnu.

Íslendingar mæta Króötum í mikilvægasta landsleik sögunnar á Laugardalsvelli á föstudagskvöldið. Liðin mætast í tvígang í umspili um laust sæti á heimsmeistaramótinu í Brasilíu á næsta ári. Síðari leikurinn fer fram þann 19. nóvember á Maksimir-vellinum í Zagreb.

„Við erum núna að einbeita okkur að eigin leik og höfum farið vel yfir leikinn gegn Norðmönnum á dögunum.“

Ísland gerði 1-1 jafntefli við Norðmenn ytra fyrir mánuði, en þá varð ljóst að Ísland var komið í umspil um að leika á stærsta knattspyrnumóti heimsins á næsta ári.

„Næstu tvo daga förum við vel í gegnum leik Króata og reynum að greina þá vel, hverjir styrkleikar þeirra og veikleikar eru. Það er samt alltaf mikilvægast að hugsa sem mest um sinn eigin leik og gera það sem þjálfarinn leggur upp með. Núna skiptir öllu máli að vera einbeittir og sýna hugrekki.“

Íslenskt landslið hefur aldrei komist í umspil um sæti á heimsmeistaramóti og verða því leikirnir tveir gegn Króötum algjört einsdæmi í sögunni.

„Leikmenn liðsins eru vanir ýmsu og menn hafa margir hverjir spilað mjög mikilvæga leiki fyrir félagslið og eru vanir miklu álagi. Auðvitað er mikil pressa á okkur fyrir þessa leiki en menn mega ekki gleyma því að pressan er mun meiri á króatíska landsliðinu. Við erum búnir að koma okkur sjálfir í þessa stöðu og það kemur ekki til greina að fara að gefa eftir á þessum tímapunkti.“

Íslenska liðið hefur sýnt magnaða spretti í undanförnum leikjum og greinilega mikill uppgangur í leik liðsins.

„Það er alveg klárt að við förum óhræddir í þessa leiki. Liðið hefur verið í bullandi sókn og leikmenn liðsins hafa bætt sig mikið með hverjum einasta leik.“

Íslenska þjóðin stendur þétt við bakið á strákunum og því er spennan gríðarleg fyrir leiknum á föstudagskvöldið.

„Við finnum klárlega fyrir miklum áhuga frá þjóðinni. Það væri skrítið ef hann væri ekki til staðar. Við erum virkilega þakklátir fyrir allan þann stuðning sem Íslendingar hafa sýnt okkur í þessari undankeppni.“

Aron Einar var tekinn af velli í tapleik Cardiff gegn Aston Villa í ensku úrvalsdeildinni um helgina og hélt leikmaðurinn um öxlina þegar hann gekk af velli. Aron fór úr axlarlið í landsleik í vor og óttuðust þá margir að fyrirliðinn væri orðinn tæpur fyrir umspilsleikina.

„Ég er bara í góðu standi, sem betur fer var þetta betri öxlin. Ef ég hefði meiðst á sömu öxl og í vor þá væru umspilsleikirnir úr sögunni hjá mér. Ég var ekki mikið að hugsa út í þessa umspilsleiki á þeim tímapunkti, maður leggur alltaf allt í sölurnar fyrir félagslið sitt. Það var mjög slæmt að fá ekkert stig út úr leiknum gegn Aston Villa. Eftir landsleikjahléið er Cardiff ekkert að fara í létta leiki, fyrst Manchester United og síðan Arsenal.“

Landsliðið æfði innandyra í gær vegna veðurs en töluvert snjóaði á höfuðborgarsvæðinu í gær. Samkvæmt veðurspám gæti einnig sjóað á föstudagskvöld. Norðanmaðurinn óttast ekkert smá kulda og er til í hvað sem er.

„Maður heldur samt sem áður í vonina að það hvessi ekki mikið. Íslenska liðið er skipað þannig leikmönnum að þeir vilja allir spila fótbolta og halda boltanum innan liðsins. Það gæti orðið erfitt ef vindurinn verður sterkur á föstudaginn.“ stefanp@frettabladid.is

HUGREKKI Strákarnir okkar ætla sér stóra hluti gegn Króötum í umspilsleikjunum tveimur. Liðið er vel skipað og getur vel farið í gegnum þá hindrun sem fram undan er að mati fyrirliðans. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

FLESTIR LEIKIR ÍSLANDS Í RÖÐ Í UNDANKEPPNI HM ÁN ÞESS AÐ TAPA

HM 1994 & HM 1998

Lúxemborg 1-1	Rússland 1-1	Ungverjaland 2-0	Lúxemborg 1-0	Makedónía 1-1	Makedónía 0-2
20. maí 1993	2. júní 1993	16. júní 1993	8. sept. 1993	1. júní 1996	5. okt. 1996

HM 2002

Malta 4-1	Malta 3-0	Búlgaría 1-1	Tékkland 3-1	Norður-Írland 0-3
25. apríl 2001	2. júní 1993	6. júní 2001	1. sept. 2001	5. sept. 2001

HM 1982 & HM 1986

Tyrkland 2-0	Tékkóslóvakía 1-1	Wales 2-2	Wales 1-0	Skotland 0-3
9. sept. 1981	23. sept.1981	14. október 1981	12. sept.1984	17. okt. 1984

HM 2012

Sviss 4-4	Albanía 2-1	Kýpur 2-0	Noregur 1-1	Króatía ?-?	Króatía ?-?
6. sept. 2013	10. sept.2013	11. okt. 2013	15. október 2013	15. nóv.2013	19. nóv.2013

Sigur Jafntefli Tap Óspilað Útileikur Heimaleikur

17 ára gamalt met í sjónmáli

FÓTBOLTI Karlalandslið Íslands getur á morgun jafnað sinn besta árangur í undankeppni HM. Það gera strákarnir okkar ef þeir gera jafntefli eða vinna sigur á Króötum á Laugardalsvelli.

Ísland hefur mest spilað fimm leiki án þess að tapa í undankeppni HM 1994 og 1998. Liðið getur jafnað metið á morgun og um leið átt þess kost að bæta metið í Zagreb á þriðjudag.

Strákarnir okkar eru taplausir frá því Slóvenar unnu 4-2 sigur á Laugardalsvelli í júní. Frá 4-4 endurkomunni í Bern hefur gengi liðsins verið frábært. - óój

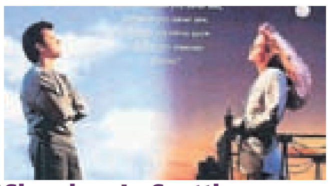
ÍSLAND - KRÓATÍA
í beinni útsendingu á Bylgjunni
Gummi Ben lýsir mikilvægasta leik íslenska landsliðsins til þessa,
föstudaginn 15. nóvember, kl. 19:00
20
BYLGJAN
989
ASKJA
ÍÞRÓTTIR
BYLGJAN
Bylgjan er í Útvappinu
Útvappið má nálgast á Google Play eða App Store
undir leitarorðinu "Bylgjan"
Google play
App Store
Þú getur hlustað á Bylgjuna í gegnum
útvarp
sjónvarp
netið
síma

DAGSKRÁ

Stöð 2 kl. 20.05
Doktor

Sjónvarpskonan Telma Tómasson og læknirinn Teitur Guðmundsson leiða saman hesta sína í nýjum og fróðlegum þáttum, þar sem helstu kvillum og sjúkdómum sem hrjá nútímamanninn eru gerð skil á áhugaverðan og fróðlegan hátt.

Í KVÖLD



Sleepless In Seattle

SKJÁR EINN KL. 22.00 Klassísk rómantísk gamanmynd með Tom Hanks og Meg Ryan í aðalhlutverkum. Sam hefur nýlega misst konuna sína. Sonur hans hefur samband við spjallþátt í útvarpinu í þeim tilgangi að fá hann til að hitta hina einu réttu.

TV.COM 7,1 **IMDb** 6,7

The X-Factor US

STÖÐ 3 KL. 19.40 Einn vinsælasti skemmtiþáttur veraldar þar sem efnilegir söngvarar fá tækifæri til að slá í gegn. Simon Cowell fer fyrir dómnefndinni en með honum við dómaraborðið sitja söngkonurnar Demi Lovato, Kelly Rowland og Paulina Rubio.

TV.COM 8,0 **IMDb** 6,7

Stúdíó A

SJÓNVARPIÐ KL. 21.20 Íslenskar hljómsveitir og tónlistarmenn flytja ný lög í myndveri RÚV. Í þessum þætti koma fram Lay Low, Ojba Rasta, Drangar og Kött grá pjé. Umsjónarmaður er Ólafur Páll Gunnarsson.

X-ið 977 kl. 07.00
Harmageddon

Harmageddon er morgunþátturinn á X977, á dagskrá alla virka daga kl. 7-10. Harmageddon er útvarpsþáttur sem tekur púlsinn á öllu því helsta sem gerist í þjóðfélaginu í dag. Harmageddon er eins alvarlegur og hann er fyndinn.

STÖÐ 2

07.00 **Barnatími Stöðvar 2**
08.10 **Malcolm In The Middle**
08.30 **Ellen**
09.15 **Bold and the Beautiful**
09.35 **Doctors**
10.15 **60 mínútur**
11.00 **Hell's Kitchen**
11.45 **Touch**
12.35 **Nágrannar**
13.00 **Flash of Genius**
14.55 **The O.C.**
15.40 **Ofurhetjusérsveitin**
16.00 **Hundagengið**
16.25 **Ellen**
17.10 **Bold and the Beautiful**
17.32 **Nágrannar**
17.57 **Simpson-fjölskyldan**
18.23 **Veður**
18.30 **Fréttir**
18.47 **Íþróttir**
18.54 **Ísland í dag**
19.11 **Veður**
19.20 **Stelpurnar**
19.40 **The Michael J. Fox Show** *(2:22)*
20.05 **Doktor** Sjónvarpskonan Telma Tómasson og læknirinn Teitur Guðmundsson leiða saman hesta sína í nýjum og fróðlegum þáttum, þar sem helstu veikindum, kvillum og sjúkdómum sem hrjá nútímamanninn eru gerð skil á áhugaverðan og fróðlegan hátt.
20.25 **Masterchef USA** *(19:20)*
21.10 **The Blacklist** *(8:13)*
21.55 **Person of Interest** *(14:22)*
22.40 **NCIS. Los Angeles** *(14:24)*
23.25 **Ástríður**
23.50 **Spaugstofan**
00.15 **Homeland**
01.05 **Boardwalk Empire**
02.00 **Soul Surfer**
03.45 **Flash of Genius**
05.40 **Fréttir og Ísland í dag**

SPORT *besta sætið*

17.40 **Spænsku mörkin**
18.15 **Þýski handboltinn 2013/2014** Útsending frá leik Hannover og Kiel í þýska handboltanum.
19.35 **Noregur - Ísland** Útsending frá leik Noregs og Íslands í undankeppni EM árið 2012.
21.15 **Sportspjallið**
22.00 **Liðið mitt** Sverrir Bergmann kynnist öllum liðunum í Dominos-deild karla í körfubolta.
22.30 **Snæfell - Grindavík**
00.00 **Villarreal - Atletico Madrid**
01.40 **Real Betis - Barcelona**

SPORT 2 *enski boltinn*

15.25 **Messan**
16.35 **Man. Utd. - Arsenal**
18.20 **Chelsea - WBA**
20.00 **Premier League World**
20.30 **Ensku mörkin - úrvalsdeildin**
21.25 **Football League Show**
21.55 **Liverpool - Fulham**
23.35 **Southampton - Hull**

ÍNN

20.00 Hrafnaþing **21.00** Prófkjör XD **21.30** Prófkjör XD

STÖÐ 3

16.50 **The Great Escape**
17.30 **Smash**
18.15 **Super Fun Night**
18.35 **Game tíví**
19.00 **Bunheads**
19.40 **The X-Factor US** *(15:26)*
21.05 **Shameless** *(10:12)*
21.55 **Banshee** *(10:10)*
22.50 **Hunted** *(8:10)*
23.50 **Strike back** *(9:10)*
00.35 **Bunheads**
01.15 **The X-Factor US**
02.35 **Shameless**
03.25 **Banshee**
04.20 **Tónlistarmyndbönd**

Krakkastöðin

07.00 Lukku láki **07.24** Ofurhundurinn Krypto **07.45** UKI **07.50** Hvellur keppnisbíll **08.00** Dóra könnuður **08.23** Mörgæsirnar frá Madagaskar **08.45** Doddi litli og Eyrnastór **08.55** Sumardalsmyllan **09.00** Áfram Diego, áfram! **09.24** Svampur Sveins **09.48** Latibær **10.00** Ævintýri Tinna **10.22** Skoppa og Skrítla **10.35** Strumparnir **11.00** Lukku láki **11.24** Ofurhundurinn Krypto **11.45** UKI **11.50** Hvellur keppnisbíll **12.00** Dóra könnuður **12.23** Mörgæsirnar frá Madagaskar **12.45** Doddi litli og Eyrnastór **12.55** Sumardalsmyllan **13.00** Áfram Diego, áfram! **13.24** Svampur Sveins **13.48** Latibær **14.00** Ævintýri Tinna **14.22** Skoppa og Skrítla **14.35** Strumparnir **15.00** Lukku láki **15.24** Ofurhundurinn Krypto **15.45** UKI **15.50** Hvellur keppnisbíll **16.00** Dóra könnuður **16.23** Mörgæsirnar frá Madagaskar **16.45** Doddi litli og Eyrnastór **16.55** Sumardalsmyllan **17.00** Áfram Diego, áfram! **17.24** Svampur Sveins **17.48** Latibær **18.00** Ævintýri Tinna **18.22** Skoppa og Skrítla **18.35** Strumparnir **19.00** Cars 2 **20.45** Sögur fyrir svefninn

GULL

17.55 **Strákarnir**
18.25 **Friends**
18.45 **Seinfeld**
19.10 **Modern Family**
19.35 **Two and a Half Men** *(16:22)*
20.00 **Auglýsingahlé Simma og Jóa** *(3:9)*
20.25 **Tekinn**
20.55 **Svínasúpan**
21.20 **The Drew Carey Show** *(15:24)*
21.45 **Curb Your Enthusiasm** *(10:10)*
22.20 **The Kennedys** *(1:8)*
23.05 **Twenty Four** *(9:24)*
23.50 **Game of Thrones**
00.50 **A Touch of Frost**
02.35 **Auglýsingahlé Simma og Jóa**
03.00 **Tekinn**
03.25 **Svínasúpan**
03.50 **The Drew Carey Show**
04.15 **Curb Your Enthusiasm**
04.55 **Tónlistarmyndbönd**

BÍÓ

12.20 **Four Last Songs**
14.10 **Hachiko. A Dog's Story**
15.40 **Surfer, Dude**
17.05 **Four Last Songs**
19.00 **Hachiko. A Dog's Story**
20.30 **Surfer, Dude**
22.00 **Contagion**
23.45 **The Shape of Things**
01.20 **The Grey**
03.15 **Contagion**

RÚV

16.20 **Ástareldur** *(Sturm der Liebe)*
17.10 **Kóalabræður**
17.20 **Skrípin**
17.25 **Stundin okkar**
17.55 **Táknmálsfréttir**
18.05 **Kiljan**
18.45 **Íþróttir**
19.00 **Fréttir**
19.30 **Veðurfréttir**
19.35 **Kastljós**
20.05 **Villt og grænt** *(3:8) (Önd)*
20.35 **Innsæi** *(4:10) (Perception)* Dr. Daniel Pierce er sérvitur taugasérfræðingur sem hjálpar yfirvöldum að upplýsa flókin sakamál. Meðal leikenda eru Eric McCormack, Rachael Leigh Cook og Arjay Smith.
21.20 **Stúdíó A** *(2:6)*
22.00 **Tíufréttir**
22.15 **Veðurfréttir**
22.20 **Ólga í undirheimum** *(1:4) (The Take)* Bresk spennuþáttaröð í fjórum hlutum. Þetta er fjölskyldusaga úr undirheimum London sem gerist á tíu ára tímabili, frá því að Thatcherisminn reis hæst og þangað til Blair og félagar í Verkamannaflokknum blésu til sóknar.
23.05 **Downton Abbey** *(3:9)(Downton Abbey)*
23.55 **Kastljós**
00.20 **Fréttir**
00.30 **Dagskrárlok**

SKJÁREINN

06.00 **Pepsi MAX tónlist**
08.00 **Cheers**
08.25 **Dr. Phil**
09.10 **Pepsi MAX tónlist**
13.30 **The Voice**
17.10 **Gordon Ramsay Ultimate Cookery Course**
17.40 **Dr. Phil**
18.20 **America's Funniest Home Videos**
18.45 **America's Next Top Model**
19.30 **Cheers** *(13:26)*
19.55 **Solsidan** *(4:10)*
20.20 **Save Me** *(8:13)* Skemmtilegir þættir með Anne Heche í hlutverki verðufræðings sem lendir í slysi og í kjölfar þess telur hún sig vera komin í beint samband við Guð almáttugan.
20.45 **30 Rock** *(8:13)*
21.10 **Happy Endings** *(12:22)* Bandarískir gamanþættir um vinahóp sem einhvern veginn tekst alltaf að koma sér í klandur. Ástin er í loftinu og hundaheppni líka. Verst er að heppnin getur verið ansi fallvölt.
21.35 **Parks & Recreation** *(12:22)*
22.00 **Sleepless In Seattle**
23.40 **Under the Dome** *(8:13)*
00.30 **Excused**
00.55 **In Plain Sight**
01.45 **Green Room With Paul Provenza**
02.15 **The Client List**
03.00 **Blue Bloods**
03.50 **Pepsi MAX tónlist**

SKJÁRGOLF

06.00 Eurosport **08.00** DP World Tour 2013 **13.00** DP World Tour 2013 **17.00** Inside the PGA Tour **17.25** DP World Tour 2013 **19.00** OHL Classic 2013 **22.00** OHL Classic 2013 **01.00** Eurosport

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

Nýjung!
Nýjung!
Nýjung!

ÞRÁÐLAUS HITAPÚÐI OG HITABELTI

LIFE IN BALANCE

SOEHNLE

Þú hleður í 3 klukkustundir og hleðslan dugir til að halda á þér hita í 3-4 klukkustundir. Frábært við íslenskar aðstæður, og tilvalið fyrir þá sem eru á leið **á landsleikinn** á morgun. Látið ykkur ekki verða kalt. **Áfram Ísland!**

LIFE IN BALANCE

SOEHNLE

Soenhle 68049 – Hitabelti
Belti sem má festa á bak eða axlir. Hleðsla dugar í allt að 4 klukkustundir. Íslenskur leiðarvísir.

VERÐ
14.995
FRÁBÆRT VERÐ

LIFE IN BALANCE

SOEHNLE

Soenhle 68050 – Hitapúði
Hitapúði sem er með mjúku flísefni öðrumegin til að nota inni, og rakaþolnu efni hinu megin svo hægt er að nota púðann utandyra einnig. Hleðsla dugar í allt að 4 klukkustundir. Íslenskur leiðarvísir.

VERÐ
14.995
FRÁBÆRT VERÐ

Heimilistæki ht.is

UMBOÐSMENN UM LAND ALLT

HAFNARGÖTU 90 **REYKJANESBÆ** S: 414 1740 • EYRARVEGI 21 **SELFOSSI** S: 480 3700 • GARÐARSBRAUT 18A **HÚSAVÍK** S: 464 1600 • GLERÁRGÖTU 30 **AKUREYRI** S: 460 3380 • KAUPVANGI 6 **EGILSSTÖÐUM** S: 414 1735 • SUÐURLANDSBRAUT 26 **REYKJAVÍK** S: 569 1500

BÓKIN

Ég er að lesa Vefarann mikla frá Kasmír. Ég les vanalega eina bók eftir Laxness á ári. Venjulega les ég þær á sumrin en við Vefarinn urðum viðskila síðsumars og tók ég hana aftur til handargagns nýlega.

Greipur Gíslason,
verkefnastjóri Hönnunarmars

Framhald af Borgríki í bókarformi og bíóhús

Bókin Blóð hraustra manna eftir Óttar Norðfjörð, sjálfstætt framhald af kvikmyndinni Borgríki, er tilbúin.

„Þessi bók er sjálfstætt framhald af kvikmyndinni Borgríki. Ólaf de Fleur kvikmyndagerðarmaður hafði samband við mig og spurði hvort ég hefði áhuga á að skrifa þetta framhald. Hann kom með hugmynd í grófum dráttum og ég fékk svo listrænt frelsi til þess að skrifa söguna eftir mínu höfði,“ segir Óttar M. Norðfjörð rithöfundur. Hann sendir frá sér bókina Blóð hraustra manna. Sagan er eins konar samstarfsverkefni Óttars og Ólafs sem framhald af vinsælu kvikmyndinni Borgríki, eftir Ólaf.

„Ólafur vann framhaldsmynd af Borgríki á sama tíma. Við vorum báðir að skapa okkar sögu, allt í sama sagnaheiminum,“ segir Óttar.

„Við fengum lánað hvor frá öðrum. Við gerð myndarinnar skoðuðu menn kafla í bókinni til að fá hugmyndir um hvernig persónur ættu að líta út. Og bókin mín er auðvitað byggð á grunnhugmyndum Ólafs.“ Stefnt er að því að bók Óttars komi í verslanir fyrir helgi. Blóð hraustra manna er ekki eina járnið í eldi Óttars.

„Bókin mín, Sólkross sem kom út á Íslandi árið 2008, var að koma út í franskri þýðingu og var á tímabili í efsta sæti franska Amazon Kindle-listans. Franskir útgefendur hafa sýnt Borgríki og þessum pælingum okkar Ólafs mikinn áhuga þannig að það er í nógu að snúast.“

kjartanatli@frettabladid.is

MÖRG JÁRN Í ELDINUM Óttar er með mörg járn í eldinum. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

Spornar gegn einelti með sögu sinni

Selma Björk Hermannsdóttir vill segja sem flestum sögu sína og láta gott af sér leiða. Hún heldur fyrirlestra í skólum ásamt föður sínum.

„Mér líður mjög vel og það er rosalega gott að finna að maður hefur áhrif,“ segir Selma Björk Hermannsdóttir sem hefur undanfarið haldið fyrirlestra í nokkrum grunnskólum. Ásamt Selmu Björk mun faðir hennar, Hermann Jónsson, einnig flytja fyrirlestra. „Ég tala við nemendurna og pabbi talar við foreldrana,“ bætir Selma Björk við.

Selma Björk var í fjölmiðlum fyrir skömmu þar sem hún tjáði sig um einelti sem hún lenti í en hún hefur náð að hafa mikil áhrif á samfélagið með frásögn sinni og er mikil hetja.

„Frásögn Selmu hafði mikil áhrif og það hvatti mig og minn hóp mikið,“ segir Björg Jónsdóttir kennari en hún er einnig frænka Selmu Bjarkar. Björg er í hópi sjö kvenna sem allar eru menntaðar á uppeldissviði og hafa hist reglulega til þess meðal annars að ræða hvernig hægt sé að sporna gegn einelti. Björg og hópurinn hafa nú lagt áherslu á að koma Selmu Björk og föður hennar í skólana til að halda fyrirlestra.

„Hópurinn okkar er með góð tengsl inn í grunnskólana og langaði alltaf að hafa áhrif, svo kom umræðan upp með frásögn Selmu og þess vegna fórum við af stað með þetta átak. Einnig hefur Hermann sýnt fordæmi og hvetjum við líka feður til að taka hann til fyrirmyndar,“ bætir Björg við.

Selma Björk hefur fengið mikil viðbrögð eftir að hún sagði sögu sína og fengið fjölda boða um að koma fram í grunnskólum og halda fyrirlestra.

„Ég hef fengið rosalega góð viðbrögð en ég get alveg orðið smá stressuð þegar ég tala við nokkur hundruð manns. Ég hræðist það stundum að mismæla mig og annað í þeim dúr,“ segir Selma Björk en fyrir skömmu hélt hún fyrirlestur fyrir um þrjú til fjögur hundruð ungmenni, í öðrum og upp í tíunda bekk.

Í dag halda þau í fyrsta sinn fyrirlestra í sama skólanum, nánar tiltekið í Njarðvíkurskóla. Þar mun Selma ræða við nemendur og Hermann faðir hennar ræða við foreldrana.

„Hún hefur fengið fjölda fyrirspurna og okkur langar mjög að hún fari víðar um land og segi sína sögu,“ segir Björg.

Selmu Björk langar að hafa enn meiri áhrif.

„Ég vil fara í sem flesta skóla og láta gott af mér leiða,“ segir Selma Björk.

Björgu og hópinn hennar langar að skapa farveg til að koma saman sigursögum af krökkum sem sigrast hafa á einelti, líkt og Selma, og birta á heimasíðu sinni sem er í smíðum.

gunnarleo@frettabladid.is

HAFA ÁHRIF Hermann Jónsson, Selma Björk Hermannsdóttir og Björg Jónsdóttir vilja hafa áhrif.
FRÉTTABLAÐIÐ/DANÍEL

> **Ég hef fengið rosalega góð viðbrögð en ég get alveg orðið smá stressuð þegar ég tala við nokkur hundruð manns.**
>
> *Selma Björk Hermannsdóttir*

Umræðuhópurinn sem stendur á bak við átakið

Lóa Hrönn Harðardóttir, náms- og starfsráðgjafi
Kolbrún Þorsteinsdóttir, kennari og lýðheilsufræðingur
Kristín Lillendahl, aðjúnkt við Menntavísindasvið
Anna Hulda Einarsdóttir, BA í guðfræði og kennari
Karen Úlfarsdóttir, M.Ed. í íslensku og kennari
Svandís Sturludóttir, náms- og starfsráðgjafi
Björg Jónsdóttir, kennari og MA í uppeldis- og menntunarfræði

Keyrðu mig heim-app væntanlegt

Keyrðu mig heim-þjónustan hefur stækkað mikið undanfarið og nýtt app er væntanlegt í janúar. Eftirspurnin hefur aukist og nú er opið á virkum dögum.

„Appið verður fyrir bæði iPhone og Android en það verður tilbúið í janúar, þegar árshátíðatímabilið fer á flug,“ segir Ómar Þröstur Hjaltason, sem er eigandi þjónustunnar Keyrðu mig heim en nýtt app er væntanlegt frá fyrirtækinu. Appið, sem verður frítt, kemur til með að auðvelda þjónustu fyrirtækisins enn frekar, en Optimus margmiðlun sér um að hanna appið.

Þar verður hægt að panta, sjá hve mikill biðtími er og hvað þjónustan kostar, ásamt ýmsum öðrum hagnýtum upplýsingum.

Fyrirtækið Keyrðu mig heim var stofnað af Ómari Þresti og Kristni Sævari Magnússyni í októbermánuði í fyrra og hefur stækkað mikið síðustu mánuði. „Eftirspurnin hefur aukist mjög mikið undanfarna mánuði, sérstaklega eftir að við fórum að hafa opið á virkum dögum. Fólk sem hefur fengið sér áfenga drykki á viðskiptafundum og mannamótum á virkum dögum nýtir þjónustuna svo dæmi séu tekin,“ útskýrir Ómar.

NÝTT APP Ómar Þröstur Hjaltason og Kristinn Sævar Magnússon, stofnendur þjónustunnar Keyrðu mig heim. Eftirspurnin hefur aukist og nýtt app er í smíðum. FRÉTTABLAÐIÐ/PJETUR

Hjá fyrirtækinu starfa fimm starfsmenn. „Allir þeir sem vinna hjá fyrirtækinu eru vanir ökumenn, allir með meirapróf og vinna við akstur af ýmsu tagi.“

Þjónustan virkar þannig að kúnninn hringir og hittir ökumann hjá bílnum sínum, sem ekur bílnum heim, en oftast fer eigandi bílsins einnig með og sparar sér þá aukinn leigubílakostnað.

Fyrirtækið hefur keyrt bíla af öllum stærðum og gerðum fyrir almenning.

„Við höfum keyrt allt frá 1983-árgerð af Benz sem kostar kannski fimmtíu þúsund krónur, fram til 2013-árgerð af Range Rover sem kostar líklega um tuttugu milljónir króna,“ bætir Ómar við að lokum.

- glp

FINLUX
Finlux 24FLY189L
- 24" Full HD LED með 1920x1080p upplausn
- Progressive Scan
- Stafrænn móttakari DVB-T+C
- Nicam Stereo hljóðkerfi
- USB, HDMI, Scart, Ci, S-video og PC tengi
- Heyrnartólstengi, S/PDIF, og CVBS tengi
- USB margmiðlunarspilari

49.990

ÁFRAM ÍSLAND

FÆRÐ ÞÚ ENDURGREITT?

ALLIR SEM KAUPA SJÓNVARP 14.-18. NÓVEMBER GÆTU FENGIÐ TÆKIÐ ENDURGREITT!

FJÖLDI GÓÐRA SJÓNVARPSTILBOÐA / NOKKUR DÆMI

FINLUX

Finlux 32FLY189B
- 32" LED með 1366x768p upplausn
- Progressive Scan
- Stafrænn móttakari DVB-T+C
- Nicam Stereo hljóðkerfi
- USB, HDMI, Scart, Ci, S-video og PC tengi
- Heyrnartólstengi, S/PDIF, og CVBS tengi
- USB margmiðlunarspilari

69.990

FINLUX

Finlux 39FLHY189BV
- 39" LED Full HD með 1920x1080p upplausn
- Progressive Scan
- Stafrænn móttakari DVB-T+T2+C
- Nicam Stereo hljóðkerfi
- USB, 2xHDMI, Ci, S-video, S/PDIF, PC tengi
- Heyrnartólstengi og CVBS tengi
- USB margmiðlunarspilari

89.990

Panasonic

Panasonic TXL42B6
- 42" FHD IPS LED með 1920x1080p upplausn
- Vreal Pro myndtækni
- High Contrast filter
- Stafrænn móttakari DVB-T+T2+C
- USB margmiðlunarspilari
- Scart, 2x HDMI, Composite og RCA tengi
- Heyrnatólstengi. Optical út og CI rauf

119.990

Panasonic

Panasonic TXL42B6
- 50" FHD IPS LED með 1920x1080p upplausn
- Vreal Pro myndtækni
- High Contrast filter
- Stafrænn móttakari DVB-T+T2+C
- USB margmiðlunarspilari
- Scart, 2x HDMI, Composite og RCA tengi
- Heyrnatólstengi. Optical út og CI rauf

199.990

Fleiri sjónvarpstilboð á sm.is

Sjónvarpsmiðstöðin

ÁFRAM ÍSLAND

RAFTÆKJAVERSLUN • SÍÐUMÚLA 2 • SÍMI 568 9090 • WWW.SM.IS

FRÉTTABLAÐIÐ

VIÐ SEGJUM FRÉTTIR • SMÁAUGLÝSINGASÍMINN OG SKIPTIBORÐ: 512 5000 VÍSIR

RITSTJÓRN 512 5313, Fax: 512 5301, ritstjorn@frettabladid.is AUGLÝSINGADEILD auglysingar@frettabladid.is PRENTUN Ísafoldarprentsmiðja

9 771670 387005

Póstdreifing

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

FRÉTTIR VIÐSKIPTI ÍÞRÓTTIR LÍFIÐ UMRÆÐAN
vísir
Meiri Vísir.

FRÉTTIR AF FÓLKI

Góðir dómar í Berlín

Alþjóðleg kvikmyndahátíð í Reykjavík, RIFF, fær góða dóma í þýska dagblaðinu Berliner Zeitung. Blaðamaðurinn Philipp Bühler hrósar íslensku stutt- og heimildarmyndunum sem sýndar voru á hátíðinni í haust og einnig miklum hæfileikum ungra íslenskra kvikmyndagerðarmanna sem þurfa að vinna undir erfiðum fjárhagslegum kringumstæðum. Einnig skrifar hann að þrátt fyrir að RIFF hafi úr takmörkuðum fjármunum að moða hafi stjórnandanum, **Hrönn Marinósdóttur,** tekist að búa til góða hátíð og að hún sé bjartsýn fyrir komandi ár, enda hafi yfir eitt hundrað kvikmyndir frá fjörutíu löndum verið sýndar á nýafstaðinni hátíð. - fb

Fjölga sýningum

Tilraunasýningar grínhópsins Mið-Íslands hafa gengið framar vonum og seldist upp á báðar sýningarnar á mettíma. Hópurinn hefur brugðið á það ráð að bæta við þriðju sýningunni sem verður í Þjóðleikhúskjallaranum, fimmtudaginn 21. nóvember. Sýningar þeirra félaga snúast um að prófa og þróa nýtt efni í nýja sýningarröð sem fer af stað eftir áramót. Uppistandssýning þeirra sem bar heitið Í kjallaranum sló eftirminnilega í gegn síðasta vetur. Hópurinn hélt yfir fimmtíu sýningar og komu yfir tíu þúsund manns að sjá þá félaga.

Mest lesið vísir

1 Stúlkurnar í dómsal: „Ég gæti bara dáið.“
2 Fimmtán orð tilnefnd í leitinni að ljótasta orðinu
3 Íslensku stúlkurnar í 7 ára fangelsi
4 „Við erum öll í mikilli geðshræringu.“
5 Faðir stúlkunnar: „Við erum vonsvikin og reið.“

Börn á Filippseyjum þurfa þína hjálp — NÚNA

Sendu sms-ið barn í númerið 1900
til að styrkja neyðarstarfið um 1900 krónur
unicef

ENGLABÖRNIN

Falleg föt á stelpur og stráka...

Kringlunni sími 552 2201

nýtt kortatímabil