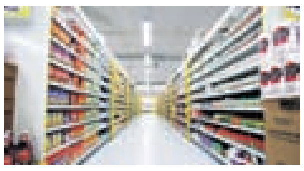


SKOÐUN Jóna V. Kristjánsdóttir skrifar um álögur á aldraða og sjúklinga. 17

MENNING Guðrún Ingimars og sellókvartettinn Rastrelli á Íslandi. 26

LÍFIÐ Sveitin UB40 ætlar að trylla lýðinn í Eldborgarsal Hörpu í kvöld. 32

SPORT Marka- og stoðsendingahæstu mennirnir í Noregi eru íslenskir. 34

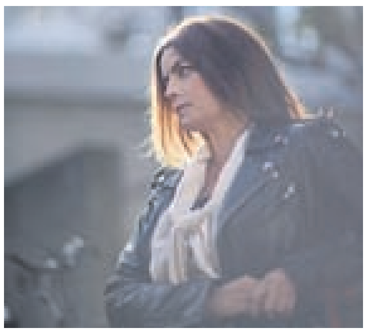
FRÉTTABLAÐIÐ

MEST LESNA DAGBLAÐ Á ÍSLANDI*

Föstudagur
19. september 2014
220. tölublað 14. árgangur
Sími: 512 5000

*Samkvæmt prentmiðlakönnun Capacent Gallup apríl-júní 2014

LÍFIÐ



Fjölbreytileikinn mikilvægur

Silja Hauksdóttir leikstjóri undirbýr nú gerð skaupsins. Hún hlaut nýverið tilnefningu til Evrópsku sjónvarpsverðlaunanna fyrir þáttaröðina Ástríði.

FRÉTTIR

Skoða aukagreiðslur Vigdís Hauksdóttir alþingismaður og Gylfi Arnbjörnsson, forseti ASÍ, eru sammála um mikilvægi þess að kanna aukagreiðslur hins opinbera. 10

Komu í veg fyrir afhöfðanir Um 800 lögreglumenn í Ástralíu handtóku fimmtán manneskjur grunaðar um að hafa skipulagt manndráp í nafni Íslamska ríkisins. 12

16

Bolungarvík	10°	SV	2
Akureyri	11°	NA	2
Egilsstaðir	12°	SV	2
Kirkjubæjarkl.	12°	V	3
Reykjavík	12°	V	4

DREGUR ÚR VÆTU Í dag verða vestan 3-8 m/s og skúrir en dregur úr vætu S- og V-til er líður á daginn. Hiti 7-14 stig. 4

2 SÉRBLÖÐ

Lífið | Fólk

Konur í háskólanámi kvíðnar

Niðurstöður rannsóknar á líðan kvenna í háskólanámi sýna að algengt er að þeim líði illa vegna álags og mikilla breytinga. Einnig að fáir leiti sér hjálpar. Bil milli þarfa og þjónustu er talið vera breitt.

HEILBRIGÐISMÁL Niðurstöður doktorsverkefnis Jóhönnu Bernharðsdóttur, lektors í geðhjúkrun við Háskóla Íslands, sýna að 22,5 prósent kvenstúdenta í háskóla hafa þunglyndiseinkenni og 21,2 prósent kvíðaeinkenni.

„Vanlíðanina má rekja til þess að nemendur eru að ganga í gegnum miklar breytingar í lífinu, fara í gegnum háskólanám og síðan ganga inn í fullorðinsárin,“ segir Jóhanna. „Þetta tímabil í lífinu getur skapað álag sem getur birst á þennan hátt.“

JÓHANNA BERNHARÐSDÓTTIR

Jóhanna segir karlmenn að öllum líkindum einnig glíma við vanlíðan vegna sömu orsaka en erlendar rannsóknir sýni að slík vanlíðan sé algengari meðal kvenna en karla.

Jóhanna segir mikilvægt að styðja betur við ungt fólk.

„Við nútímafólk erum með marga bolta á lofti og ungt fólk þarf að læra betur að glíma við álagið sem getur fylgt því.“

Niðurstöður rannsóknarinnar sýndu að innan við þriðjungur þeirra sem upplifðu sálræna vanlíðan fékk faglega aðstoð vegna þess. Jóhanna bauð hópnum með aukna sálræna vanlíðan hópmeðferð sem byggð er á hugrænni atferlismeðferð. Meðferðin sýndi mjög góðan árangur. Hún segir rannsóknina sterka vísbendingu um að slík meðferð ætti að standa námsmönnum til boða innan háskólaheilsugæslu.

„Ég myndi vilja auka samstarf heilbrigðisstétta við skólakerfið og efla skólahjúkrun í grunnskólum, framhaldsskólum og háskólum. Ef þessum þætti í lífi námsmanna er sinnt betur og fyrr þá er hægt að vinna gegn einkennum sem síðar geta orðið alvarlegri.“

Meirihluti stúdentanna í rannsókn Jóhönnu sem glímdu við vanlíðan fékk ekki faglega aðstoð vegna tímaskorts, fjárhags eða þess að þeir vissu ekki hvert ætti að leita. Jóhanna segir skólahjúkrunarfræðinga hafa greiðan aðgang að nemendunum og að þjónustan sé nærtæk, því sé hægt að vinna mikilvægt forvarnarstarf á öllum námsstigum. - ebg

Í HÁSKÓLA ÍSLANDS Lektor í geðhjúkrun segir nútímafólk með marga bolta á lofti og að ungt fólk þurfi að læra betur að takast á við álagið sem því fylgir. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

➜ Mikilvægast að hafa áhuga á náminu

Komur til náms- og starfsráðgjafa Háskóla Íslands voru tæplega sjö þúsund í fyrra. Sjö ráðgjafar sinna starfinu og einn sálfræðingur. Hildur Katrín Rafnsdóttir, náms- og starfsráðgjafi við HÍ, segir mikilvægast að áhuginn sé drifkrafturinn í námi.

„Það skapast vandi þegar nemendur hafa engan áhuga á námi sínu heldur velja fag vegna þrýstings eða atvinnumöguleika,“ segir Hildur. Vegna breytinga á vinnumarkaði sé ekki gulltryggt lengur að fá störf að loknu námi. „Ef þú hefur engan áhuga á náminu og sérð ekki notagildið eða starfsmöguleika að námi loknu getur það valdið vanlíðan í náminu.“

Fufanu í Royal Albert Hall:

Hita upp fyrir Damon Albarn

TÓNLIST Íslenska rokksveitin Fufanu mun gera það heldur betur gott í nóvember en hljómsveitin hitar upp fyrir goðsögnina Damon Albarn í frægasta tónleikasal Lundúna, Royal Albert Hall, 16. nóvember.

„Í sumar leyfi ég honum að heyra nýju demóin okkar í einni af túrrútunum og hann stingur upp á því að við hitum upp fyrir hann í Royal Albert Hall. Þetta var reyndar á afmælisdaginn minn sem er mjög fyndið,“ segir Hrafnkell Flóki, meðlimur Fufanu. Sveitin kemur einnig fram á klúbbakvöldi Ja Ja Ja Festival, norrænar tónleikahátíðar sem haldin er í London. - þij / sjá síðu 38

Sístækkandi hópur umgengnisforeldra nýtur ekki góðs af hækkun barnabóta:

Vill hækka persónuafsláttinn

SAMFÉLAGSMÁL Stór hópur barna hefur lögheimili hjá báðum foreldrum í þeim tilvikum þar sem foreldrar hafa skilið. Þeir foreldrar þar sem barnið hefur ekki lögheimili munu ekki njóta góðs af hækkun barnabóta sem hugsuð er sem mótvægisaðgerð vegna hækkunar neðra þreps virðisaukaskatts úr sjö prósentum í tólf.

„Allur stuðningur velferðarkerfisins beinist að foreldrum sem börnin deila lögheimilum með þannig að þegar við höfum verið að búa til fjölskyldulíkön þá verður hlutur foreldra mjög ójafn varðandi tekjuhliðina,“ segir Guðný Björk Eydal, prófessor í félagsráðgjöf.

Hækkun barnabóta myndi auka enn á þennan aðstöðumun. Undir þetta tekur Guðmundur Steingrímsson, formaður Bjartrar framtíðar. Hann telur að í stað þess að hækka barnabætur ætti frekar að hækka persónuafslátt.

„Við erum ekkert að gera til að mæta þessum hópi. Þetta eru meðlagsgreiðendur, margir, og ég held að þeir hafi það margir mjög skítt. Þeir eru skráðir núna sem einstæðingar en þeir eru uppalendur barna og foreldrar. Barnabætur ná ekkert til þessa hóps og við erum að nota tækifærið og vekja máls á þessu fyrst barnabætur eru eina mótvægisaðgerðin við hækkun á matarskatti,“ segir Guðmundur Steingrímsson. - jhh / sjá síðu 6

> **Allur stuðningur velferðarkerfisins beinist að foreldrum sem börnin deila lögheimilum með þannig að þegar við höfum verið að búa til fjölskyldulíkön þá verður hlutur foreldra mjög ójafn.**
>
> *Guðný Björk Eydal, prófessor í félagsráðgjöf*

SPURNING DAGSINS

Friðrik, verður ekki allt vitlaust í eftirpartíinu?

„Eftirpartíið verður grjóthart.“
Friðrik Ómar Hjörleifsson söngvari mun halda þrenna Bat out of Hell-tónleika í Hofi á Akureyri á laugardag. Hann hefur sett tónlistarfólkið í kynlífsbann fyrir tónleikana í þeim tilgangi að spara orku.

Sigmundur Davíð segir fjárlagafrumvarpið vera mikla búbót fyrir almenning:

Efast um að ASÍ slíti samstarfi

KJARAMÁL Sigmundur Davíð Gunnlaugsson forsætisráðherra furðar sig á ummælum Gylfa Arnbjörnssonar, forseta ASÍ, um að fjárlagafrumvarpið sé aðför að launafólki.

Sigmundur segist ekki skilja hvernig Gylfi hafi komist að þeirri niðurstöðu. Á heildina litið muni skattkerfisbreytingarnar auka ráðstöfunartekjur fólks um fjóra milljarða og skila fjörutíu milljörðum til heimilanna í landinu.

„Þar er sérstaklega verið að huga að þeim sem eru með millitekjur og lágtekjuhópunum.“

Sigmundur efast um að ASÍ slíti samstarfi við stjórnvöld fari frumvarpið óbreytt í gegn líkt og Gylfi hefur fullyrt að verði gert.

„Maður verður að sýna því skilning að í aðdraganda kosninga í Alþýðusambandinu geta menn þurft að láta aðeins finna fyrir sér. En ég efast nú um að Gylfi telji það umbjóðendum sínum til gagns að hætta öllu þessu víðtæka samráði sem er í gangi við stjórnvöld.“ **- hh**

SIGMUNDUR DAVÍÐ Forsætisráðherra telur eðlilegt að forsvarsmenn ASÍ láti í sér heyra skömmu fyrir kosningar hjá sambandinu. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

Grindavíkurbær dæmdur:

Borgi kennara eineltisbætur

DÓMSMÁL Grindavíkurbæ var dæmdur í Hæstarétti í gær til að greiða kennara í Grunnskóla Grindavíkur 200 þúsund krónur í miskabætur vegna eineltis af hálfu skólastjóra.

Þrír sálfræðingar mátu að skólastjórinn hefði lagt kennarann í einelti en kváðu einelt-ið hluta af stærra vandamáli í skólanum. Ýmislegt í framkomu kennarans sjálfs þótti aðfinnsluvert og dæmdist hann því bera ábyrgð á helmingi miska síns. **- gar**

GLATT Á HJALLA Pauline McCarthy spjallaði við gesti kosningavöku vegna kosninga um sjálfstæði Skotlands á Sólon í gærkvöldi. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Mikil spenna var í Skotlandi vegna kosninga um sjálfstæði:

Mjótt var á munum allt til loka

STJÓRNMÁL Skotar greiddu atkvæði um sjálfstæði frá Bretlandi í gær. Búist var við mikilli þátttöku en 97 prósent kosningabærra manna höfðu skráð sig til að taka þátt í atkvæðagreiðslunni. Hörð kosningabarátta hefur verið háð síðustu vikur. Elísabet Englandsdrottning og David Beckham eru meðal þeirra sem hafa blandað sér í kosningabaráttuna.

Skoðanakannanir hafa gefið til kynna að andstæðingar sjálfstæðis fari með sigur af hólmi með minnsta mun en von var á fyrstu tölum klukkan tvö í nótt, eftir að Fréttablaðið fór í prentun. **- ih**

Fólk í vaktavinnu við verri heilsu en aðrir

Íslendingar sem vinna vaktavinnu eru við verri heilsu en þeir sem vinna dagvinnu. Vaktavinnufólk upplifir oftar depurð auk þess að samband þeirra við maka er verra en annarra. Auk þess bæði sefur það og borðar verr en dagvinnufólk.

ATVINNUMÁL Íslendingar sem vinna vaktavinnu eru við verri heilsu en þeir sem vinna dagvinnu.

„Vaktavinnufólk sefur skemur en dagvinnufólk, á erfiðara með að sofna, vaknar oftar á nóttunni og er oftar greint með síþreytu,“ segir Nanna Ingibjörg Viðarsdóttir, sérfræðingur hjá Embætti landlæknis, um niðurstöður lokaritgerðar sinnar sem fjallar um áhrif vaktavinnu á heilsu og líðan fólks. Niðurstöðurnar eru byggðar á svörum þrjú þúsund Íslendinga í könnuninni Heilsa og líðan Íslendinga sem Embætti landlæknis gerð árið 2012.

Mataræði þeirra sem vinna á vöktum er verra en annarra. „Vaktavinnufólk borðar oftar skyndibita og drekkur oftar gos, en borðar sjaldnar grænmeti samanborið við dagvinnufólk,“ skrifar Nanna í ritgerðinni.

Andleg heilsa vaktavinnufólks er einnig lakari en annarra. „Það upplifir oftar depurð og síður að eitthvað merkilegt gerist á hverjum degi,“ segir í ritgerðinni. Þar að auki er samband við maka verra en hjá fólki sem vinnur dagvinnu. Þrátt fyrir það tekur vaktavinnufólk sér ekki fleiri veikindadaga en aðrir.

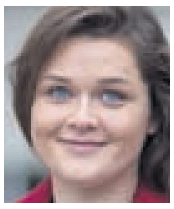
Athygli vekur að mun lægra hlutfall Íslendinga vinnur vaktavinnu en annarra þjóða. Um sjö prósent Íslendinga vinna vaktavinnu miðað við um tuttugu prósent annars staðar. Nanna segir ákveðinn hóp fólks einkum vilja vinna vaktavinnu. „Það virðist aðallega vera ungt fólk sem ekki er í samböndum og ekki á börn sem sækir í vaktavinnu.“

Á VAKTINNI Starfsfólk í vaktavinnu upplifir oftar depurð, á erfiðara með svefn og borðar verr en aðrir. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

Nanna segir mikilvægt fyrir atvinnurekendur að velja fólk eftir því hvort það ráði við vaktavinnu og finna hvaða vaktavinnukerfi hentar því best, enda bendi rannsóknir til þess að um fimmtungur fólks geti ekki unnið vaktavinnu vegna áhrifa vinnunnar á heilsuna. Þar að auki sé mikilvægt að vinnuveitendur virði reglur um hvíldartíma.

„Ef þú ert þreyttur eykur það líkurnar á því að þú gerir mistök í vinnunni því einbeitingin minnkar sem getur valdið vinnuslysum eða slysum á leiðinni heim,“ segir Nanna.

Vaktavinnufólk getur gert ýmislegt sjálft til þess að lágmarka skaðleg áhrif vaktavinnu á heilsuna, að sögn Nönnu. Hægt sé að notast við dagsljósalampa, leggja sig fyrir vaktir, hreyfa sig meira og borða hollari mat.



> **Vaktavinnufólk borðar oftar skyndibita og drekkur oftar gos, en borða sjaldnar grænmeti samanborið við dagvinnufólk.**
> *Nanna Ingibjörg Viðarsdóttir, sérfræðingur hjá Embætti landlæknis*

ingvar@frettabladid.is

Þurfa ekki að segja upp:

Fiskistofufólki bjóðast milljónir

STJÓRNSÝSLA Sigurður Ingi Jóhannsson sjávarútvegsráðherra hefur sent starfsfólki Fiskistofu bréf þar sem kemur fram að þeir starfsmenn sem hyggjast fylgja stofnunni til Akureyrar geti fengið allt að 3 milljóna króna styrk frá ríkinu vegna flutninganna.

Hvorki á að segja upp því starfsfólki sem flytur ekki norður né leggja niður störf þess. Starfsfólkið þarf sjálft að segja upp störfum. **- ih**

Vara víða við eitruðu gasi:

Mengunin gæti náð til Stranda

ELDGOS Veðurstofa Íslands varar við hættu á gasmengun frá eldgosinu í Holuhrauni á mjög stóru svæði í dag.

Á Norðurlandi frá Ströndum á Vestfjarðakjálkanum til Eyjafjarðar og á norðanverðu hálendinu eru líkur á gasmengun.

Einnig er hætta á mengun á Austurlandi sunnan Egilsstaða og suður til Hornafjarðar. Veðurstofan vill ekki útiloka að mengunarinnar verði vart á stærra svæði. **- ih**

Formaður sóknarnefndar segir fjárhaginn bágan vegna lægri sóknargjalda:

Vilja að bærinn borgi bílastæði

SVEITARSTJÓRNIR Sóknarnefnd Lindakirkju hefur óskað eftir því við Kópavogsbæ að bærinn borgi fyrir malbikun á bílastæðum fyrir utan kirkjuna. Sóknarnefndin hefur þegar fengið tilboð í verkið upp á ríflega fjórtán milljónir króna sem sóknarnefndin vonast til að fá greitt úr bæjarsjóði.

„Við erum að fara fram á það því við eigum ekki til neitt til að fara í bílastæði vegna niðurskurðar sóknargjalda,“ segir Arnór L. Pálsson, formaður sóknarnefndar Lindakirkju, og bætir við að varla sé gangandi um bílastæðið sökum þess hversu gróft það sé.

Kirkjan var tekin í notkun árið 2008. Bílastæðið hefur verið ómalbikað alla tíð auk þess sem kirkjan er ófullgerð að innan. Í bréfi sóknarnefndar segir að eftir að hafa safnað fé undanfarin sjö ár standi til að klára að innrétta kirkjuna. Sóknin hafi hins vegar ekki efni á að malbika bílastæðið sjálf og því sé leitað á náðir Kópavogsbæjar.

„Til þess að borga þurfa að vera til peningar. Það hefur orðið svo mikil skerðing á sóknargjöldum að við rétt höfum fyrir daglegum rekstri,“ segir Arnór.

Auk þess séu fordæmi fyrir að Kópavogsbær hlaupi undir bagga með kirkjum vegna malbikunar. „Bærinn hefur nú komið að bílastæðum kirkna áður, til dæmis í Digraneskirkju,“ segir Arnór.

Málið var tekið fyrir á fundi bæjarráðs þann 11. september síðastliðinn þar sem því var vísað til sviðsstjóra umhverfissviðs til umsagnar. **- ih**

VIÐ LINDAKIRKJU Arnór segir varla gangandi um bílastæðið vegna þess hve gróft það sé. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Nýr og breyttur Yaris heldur í við framtíðina með snjallri hönnun að innan sem utan. Háþróað margmiðlunarkerfi, nýr 7” skjár og bakkmyndavél ásamt öflugum öryggisbúnaði eru umgjörðin fyrir þitt uppáhalds aksturslag. Hagkvæm eldsneytisnotkun og minni CO_2 útblástur fellur lipurlega að afslöppuðum akstri hvort sem þú velur **bensín-, dísil- eða hybrid-útgáfuna**. Líttu inn hjá viðurkenndum söluaðilum Toyota. Skoðaðu, reynsluaktu og taktu lagið á nýjum Yaris.

Verð frá 2.650.000 kr.

Fáðu nánari upplýsingar á www.toyota.is

TOYOTA TOUCH & GO | 5 ÁRA ÁBYRGÐ

Allt að 90% lánshlutfall og lægri vextir. Lykill

Toyota Kauptúni
Kauptúni 6
Garðabæ
Sími: 570-5070

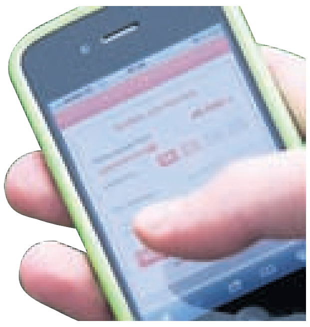
Toyota Akureyri
Baldursnesi 1
Akureyri
Sími: 460-4300

Toyota Reykjanesbæ
Njarðarbraut 19
Reykjanesbæ
Sími: 420-6600

Toyota Selfossi
Fossnesi 14
Selfossi
Sími: 480-8000

Bíllinn á myndinni kann að vera búinn aukahlutum sem ekki eiga við uppgefið verð og allar upplýsingar eru birtar með fyrirvara um villur.

SVONA ERUM VIÐ



195 milljónir smáskilaboða voru sendar um íslenska farsímakerfið árið 2011.

Smáskilaboðunum hafði þá fjölgað um 117 prósent frá árinu 2001 þegar þau voru 90 milljónir.

Héraðsdómur Reykjavíkur hefur verið gagnrýndur fyrir verklag við geymslu skjala í húsleitarmálum:

Héraðsdómur viðhefur enn sama verklag

DÓMSTÓLAR Héraðsdómur Reykjavíkur heldur enn sama verklagi við geymslu dómsskjala. Héraðsdómurinn hefur verið gagnrýndur fyrir að geyma ekki skjöl sem lögð voru fram í máli gegn Samherja árið 2012 og finnast ekki í skjalageymslu héraðsdómsins.

Ingimundur Einarsson, dómstjóri Héraðsdóms Reykjavíkur, segir í svari við fyrirspurn Fréttablaðsins að það verklag sem sé notað innan héraðsdómsins hafi verið við lýði allt frá stofnun hans og ekki hefur þótt ástæða til að breyta því verklagi. „Að sjálfsögðu er farið eftir fyrirmælum 15. gr. sakamálalaga þegar sakamál eru þingfest fyrir dómi," segir Ingimundur. „Fallist dómari á kröfu lögreglunnar eða ákæranda um rannsóknargögnin afhent lögreglu/ákæranda á ný, að kröfunni undanskilinni sbr. hér að ofan, enda verður ekki séð að það þjóni neinum tilgangi að geyma þau gögn hjá dómstólnum."

Fram hefur komið að allir héraðsdómar nema Héraðsdómur Reykjavíkur geyma framlögð rannsóknargögn í málum er snerta húsleit eða hleranir. Samkvæmt lögum um sakamál ber dómstólum að geyma framlögð gögn. Í 15. grein sakamálalaga segir að skjöl sem lögð eru fram í dómi skuli vera í frumriti séu þau tiltæk. Þau skuli merkt í áframhaldandi töluröð og vottuð um framlagningu. Einnig segir að dómstólum beri að geyma þessi gögn þar til þau eru send Þjóðskjalasafni til varðveislu. - sa

ÓBREYTT VERKLAG Dómstjóra Héraðsdóms Reykjavíkur þykir ekki ástæða til að breyta verklagi við skjalavörslu. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

POROSJENKÓ Heimsókn forsetans ber vott um táknrænan stuðning Bandaríkjanna. FRÉTTABLAÐIÐ/AP

Táknrænn fundur í gær:

Porosjenkó hitti Barack Obama

BANDARÍKIN, AP Barack Obama, forseti Bandaríkjanna, hitti Petró Porosjenkó, forseta Úkraínu, í Hvíta húsinu í gær. Heimsókn Porosjenkós ber vott um táknrænan stuðning Bandaríkjanna við baráttu Úkraínumanna við uppreisnarmenn sem hafa notið stuðnings Rússa.

„Myndin af Porosjenkó forseta sitjandi í forsetaskrifstofunni mun segja meira en þúsund orð, bæði á ensku og rússnesku," sagði Josh Earnest, talsmaður Hvíta hússins. Porosjenkó fór til Washington í von um að fá aukinn stuðning frá bandaríska hernum. - fb

Trúnaðarupplýsingar til DV:

Kærir Katrínu fyrir að leka

LÖGREGLUMÁL Ólafur Haukur Johnson, skólastjóri Menntaskólans Hraðbrautar, hefur kært Katrínu Jakobsdóttur, fyrrverandi mennta- og menningarmálaráðherra, til ríkissaksóknara fyrir að leka trúnaðarupplýsingum úr ráðuneytinu til DV.

Ólafur segir í kærunni að honum sé ekki ljóst hver nákvæmlega lak upplýsingunum en honum þyki sennilegast að það hafi verið Katrín eða aðstoðarmaður hennar, Elías Jón Guðjónsson. Ólafur segir að Katrín hafi verið í pólitískri aðför að skólanum því hann hafi verið einkarekinn. - sks

Segir aðgengi 25 ára og eldri að framhaldsskólum skerðast

Aðgengi 25 ára og eldri að framhaldsskólum verður takmarkað samkvæmt fjárlagafrumvarpinu. Engar mótvægisaðgerðir, segir formaður Félags framhaldsskólakennara. Ekkert samráð við Kennarasamband Íslands.

MENNTUN Aðgengi eldri nemenda að framhaldsskólum landsins verður skert samkvæmt fjárlagafrumvarpi ársins 2015. Þetta segir Guðríður Arnardóttir, formaður Félags framhaldsskólakennara.

„Takmarka á aðgengi 25 ára og eldri að námi á framhaldsskólastigi. Í fjárlagafrumvarpinu er talað um að megináhersla verði lögð á að mæta óskum nemenda undir 25 ára um skólavist. Meðalaldur nemenda á starfsnámsbrautum er hins vegar 25,2 ár. Ég finn engar mótvægisaðgerðir í fjárliðum sem tengjast símenntun og fullorðinsfræðslu. Þessir liðir hækka ekki á móti. Þessi úrræði eru auk þess miklu dýrari en framhaldsskólinn."

Guðríður bendir jafnframt á að í skýrslu Ríkisendurskoðunar til Alþingis í febrúar síðastliðnum hafi komið fram að framlög til framhaldsskólanna hafi dregist saman um 2 milljarða frá 2008 til 2012. Þar komi einnig fram að bæði fulltrúar menntamálaráðuneytisins og framhaldsskólanna séu á einu máli um að rekstur skólanna sé kominn að þolmörkum.

„Í fjárlagafrumvarpinu er hvergi að sjá viðbrögð við þessari alvarlegu stöðu. Gert er ráð fyrir frekari niðurskurði, meðal annars á grundvelli þess að nemendum á að fækka um 4,7 prósent strax á næsta ári. Ólíklegt er að skólar nái að bregðast við þessari kröfu strax um áramót. Þetta mun leggjast af tvöföldum þunga á haustönn," segir Guðríður.

Fulltrúar Kennarasambands Íslands voru ekki boðaðir til samráðs um tillögur í Hvítbók menntamálaráðherra sem lögð var fram í vor, að því er Guðríður greinir frá.

„Við höfum beðið eftir því að vera boðuð til samráðs. Í Hvítbókinni eru lagðar fram tillögur sem menntamálaráðherra segir að séu umræðugrundvöllur. Það er sérkennilegt að sjá fyrir sér vinnu við stefnumótun í menntamálum þegar fulltrúar 10 þúsunda manna stéttarfélags fagmanna á öllum skólastigum eru ekki kallaðir að borðinu. Með þessari skerðingu sem boðuð er í fjárlagafrumvarpinu sýnist mér að búið sé að taka ákvörðun um styttingu náms til stúdentsprófs. Styrkur íslenska framhaldsskólans hefur falist í sveigjanlegum námstíma og aðgengi. Í stað þess að styrkja rekstur framhaldsskólanna er aðgengi ungs fólks að námi takmarkað og stúdentsprófið í núverandi mynd gjaldfellt með rýrara innihaldi. Stefnan sem lesa má út úr fjárlagafrumvarpinu er algjör viðsnúningur."

ibs@frettabladid.is

> **Í fjárlagafrumvarpinu er hvergi að sjá viðbrögð við þessari alvarlegu stöðu.**
>
> *Guðríður Arnardóttir, formaður Félags framhaldsskólakennara*

SJÚKRALIÐANEMAR Stjórn Kennarasambands Íslands segir styrk íslenska framhaldsskólans hafa falist í sveigjanlegum námstíma og aðgengi. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

Mögulega án tækifæris til menntunar

Verði fjárlagafrumvarpið samþykkt óbreytt gæti sú staða komið upp að brottfallsnemandi sem hefur verið á vinnumarkaði í sex ár og ákveður að fara í starfsnám eftir 25 ára aldur, til dæmis sjúkraliðanám, eigi ekki skólavist vísa í framhaldsskóla ef aðsókn að skólanum er mikil.

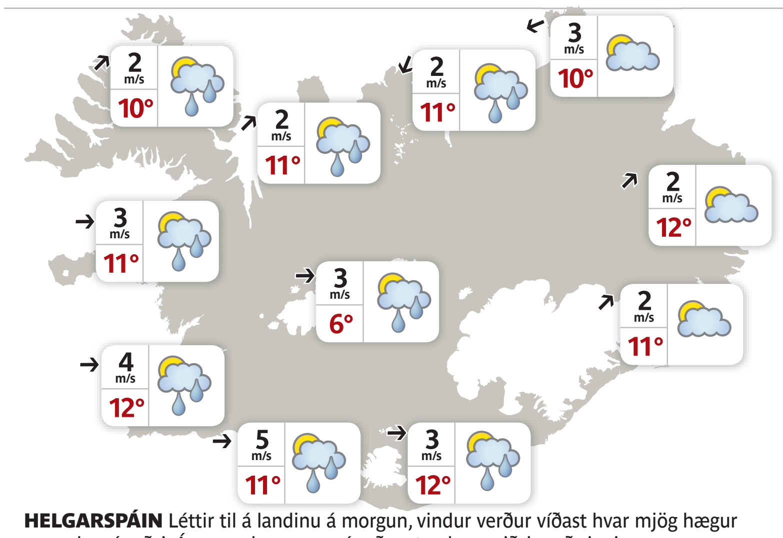
MIKILVÆGAST AÐ HAFA ÁHUGA Á NÁMINU

Komur til náms- og starfsráðgjafa Háskóla Íslands voru tæplega sjö þúsund á síðasta ári. Sjö ráðgjafar sinna starfinu og einn sálfræðingur. Hildur Katrín Rafnsdóttir, náms- og starfsráðgjafi við HÍ, segir mikilvægast að áhuginn sé drifkrafturinn í námi.

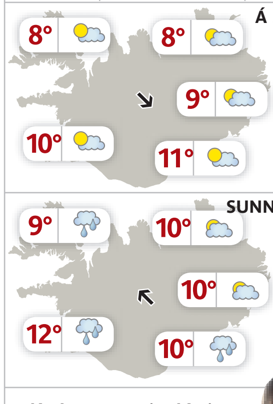
„Það skapast vandi þegar nemendur hafa engan áhuga á námi sínu heldur velja fag vegna þrýstings eða atvinnumöguleika," segir Hildur og bætir við að vegna breytinga á vinnumarkaði sé ekki gulltryggt lengur að fá störf að loknu námi, til dæmis í viðskiptafræði og lögfræði. „Ef þú hefur engan áhuga á náminu og sérð þar að auki ekki notagildið eða starfsmöguleika að námi loknu getur það valdið vanlíðan í náminu."

Veðurspá

Gildistími korta er um hádegi



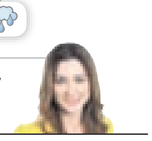
Alicante	29°	Friedrichshafen	23°	New York	17°
Aþena	26°	Gautaborg	19°	Orlando	25°
Basel	26°	Kaupmannahöfn	17°	Ósló	15°
Berlín	25°	Las Palmas	24°	París	23°
Billund	22°	London	21°	San Francisco	19°
Frankfurt	23°	Mallorca	28°	Stokkhólmur	19°



Á MORGUN 3-8 m/s V-til en annars 8-13,

SUNNUDAGUR SA-hvassviðri S- og A-til.

HELGARSPÁIN Léttir til á landinu á morgun, vindur verður víðast hvar mjög hægur og svalara í veðri. Á sunnudag gengur í suðaustan hvassviðri með rigningu um sunnan- og vestanvert landið.



Elísabet Margeirsdóttir
veðurfréttamaður

AUGLÝSINGADEILDIR FRÉTTABLAÐSINS–AUGLÝSINGASTJÓRI: Jón Laufdal jonl@frettabladid.is **ALMENNAR SÍMI 512-5401:** Hjördís Zoëga hjordis@frettabladid.is, Hlynur Þór Steingrímsson hlynur@365.is, Laila Awad laila@365.is, Sverrir Birgir Sverrisson sverrirbs@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, Jón Ívar Vilhelmsson jonivar@365.is, Kolbeinn Kolbeinsson kkolbeins@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

SIMPLY CLEVER

ŠKODA

ŠKODA Octavia

ŠKODA Octavia býður uppá tæra og tímalausa hönnun, fallegar línur og nákvæmni, öfluga en sparneytna vél, óviðjafnanlegt fótarými og svona mætti lengi telja. **ŠKODA Octavia** var valinn bíll ársins á Íslandi 2014 af Bandalagi íslenskra bílablaðamanna og ekki af ástæðulausu. Það hefur sýnt sig að **ŠKODA Octavia** er með allra hagkvæmustu, öruggustu, þægilegustu og sparneytnustu bílunum í sínum flokki auk þess sem hann var mest seldi bíll á Íslandi árið 2013.

BANDALAG ÍSLENSKRA BÍLL ÁRSINS 2014 BÍLABLAÐAMANNA

ŠKODA Octavia kostar frá 3.790.000,-

3,8 — Eyðsla frá 3,8 l/100 km

99g — CO_2 frá 99g/km

ÖRYGGI — 5 stjörnur í árekstrarprófunum EuroNcap

HEKLA · Laugavegi 170-174 · Reykjavík · Sími 590 5000 · hekla.is
Umboðsmenn: Höldur Akureyri · Bílasala Selfoss · Bílás Akranesi · HEKLA Reykjanesbæ · Heklusalurinn Ísafirði

VEISTU SVARIÐ?

1. Hvað eiga margir Íslendingar afmæli á nýársdag?
2. Hvað heitir markvörðurinn í knattspyrnu sem kvaddi kvennalandsliðið á miðvikudag?
3. Hvað heitir hljómsveitin sem Ásgeir Trausti er kominn í?

SVÖR:
1. 801. **2.** Þóra Björg Helgadóttir. **3.** Uniimog.

Enn er leitað að erlendum og óháðum matsmönnum í máli gegn Berki Birgissyni og Annþóri Karlssyni:

Ekkert þokast í manndrápsmáli síðan í vor

DÓMSMÁL Enn er unnið að því að fá óháða matsmenn til að bera vitni í máli Annþórs Karlssonar og Barkar Birgissonar, en þeir eru grunaðir um að hafa orðið samfanga sínum að bana á Litla-Hrauni í maí 2012.

Verjendur Annþórs og Barkar fóru fram á yfirmat erlendra sérfræðinga á rannsóknarniðurstöðum Þóru Steffensen réttarmeinafræðings þar sem þeir treystu því ekki að íslenskir sérfræðingar gættu hlutlægni í málinu. Héraðsdómur Suðurlands féllst á kröfu þeirra í apríl síðastliðnum en málið hefur ekkert þokast síðan að sögn Hólmgeirs Elíasar Flosasonar, verjanda Annþórs.

Hólmgeir Elías vonast til þess að draga fari til tíðinda. „Dómurinn er enn að vinna í að fá matsmenn, en þeir eru að líta til Norðurlandanna í þeim efnum. Þetta er orðinn langur tími og það er auðvitað slæmt að málið dregst í þetta langan tíma en ástæða dráttarins að þessu sinni er hversu langan tíma tekur að finna matsmennina. Það er engin regla um tímaramma um dómkvaðningu matsmanna, en meginreglan er að hraða málsmeðferð eftir föngum.“

Annþór og Börkur voru vistaðir á öryggisgangi á Litla-Hrauni eftir að málið kom upp, aðskildir frá öðrum föngum. Þeir eru nú á almennum gangi en þó ekki á sama gangi. **- hó**

ALLT STOPP Ekkert hefur gerst í máli Annþórs Karlssonar og Barkar Birgissonar síðan fallist var á að kalla til óháða matsmenn að utan. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

Otrivin Menthol ukonserveret, nefúði, lausn. Innihaldslýsing: Xýlómetazólínhýdróklóríð 1 mg/ml. Ábendingar: Bólgur og aukin slímmyndun í nefi, kinnholum og nefkoki. Skammtar og lyfjagjöf: Fyrir fullorðna og börn eldri en 12 ára: 1 úði í hvora nös 3 sinnum á sólarhring eftir þörfum, lengst í 10 sólarhringa og ekki úða oftar en að hámarki 3 úða í hvora nös á sólarhring. Snýttu þér. Fjarlægðu glæru plasthettuna. Skorðaðu úðaflöskuna milli fingranna. Úðað er með því að þrýsta kraganum niður að flöskunni. Hallaðu höfðinu örlítið fram. Stúturinn á úðaflöskunni er settur upp í nösina. Úðað er einu sinni, um leið og andað er að sér inn um nefið. Farðu eins að í hina nösina. Ekki má nota lyfið ef þú ert með ofnæmi fyrir einhverju innihaldsefnanna, ef þú hefur gengist undir aðgerð í gegnum nefið eða munninn eða ert með þrönghornsgláku. Ráðfærðu þig við lækni áður en lyfið er notað ef þú ert: Þunguð, með barn á brjósti, næmur fyrir adrenvirkum efnum, ert með skjaldvakaóhóf, sykursýki, háþrýsting, æðakölkun, slagæðargúlp, blóðtappa í hjarta, óreglulegan eða hraðan púls, erfiðleika við þvaglát, æxli í nýrnahettum, þunglyndi og ert á lyfjameðferð við því. Geymið þar sem börn hvorki ná til né sjá. Lesið allan fylgiseðilinn vandlega áður en byrjað er að nota lyfið. Sjá notkunarleiðbeiningar í fylgiseðli. Markaðsleyfishafi: Novartis Healthcare. Umboð á Íslandi: Artasan ehf., Suðurhrauni 12a, 210 Garðabæ.

Ekki nægjanlegt að hækka barnabætur

Formaður Bjartrar framtíðar telur að frekar ætti að hækka persónuafslátt en barnabætur til að vega á móti hækkun neðra þreps virðisaukaskatts. Þingmaður Framsóknarflokksins tekur undir að ekki sé nóg að gert með hækkun barnabóta.

SKATTAMÁL Hækkun barnabóta er ekki nægjanleg mótvægisaðgerð við fimm prósentustiga hækkun neðra þreps tekjuskattsins, að mati Guðmundar Steingrímssonar, formanns Bjartrar framtíðar. Hann leggur til hækkun persónuafsláttar í staðinn.

Fyrstu umræðu um tekjuöflunarfrumvarp ríkisstjórnarinnar og virðisaukaskattsfrumvarpið er lokið á Alþingi. Nú mun umræðan fara fram í efnahags- og viðskiptanefnd, þar sem Guðmundur situr. Hann telur að það yrði mun sanngjarnara, einkum fyrir barnlaust fólk og umgengnisforeldra, að hækka persónuafslátt sem mótvægisaðgerð við hækkun neðra virðisaukaskattsþrepsins. Ekkert sé gert til að mæta þessum hópi.

GUÐMUNDUR STEINGRÍMSSON

„Þetta eru meðlagsgreiðendur margir og ég held að þeir hafi það margir mjög skítt. Þeir eru skráðir núna sem einstæðingar en þeir eru uppalendur barna og foreldrar. Barnabætur ná ekkert til þessa hóps og við erum að nota tækifærið og vekja máls á þessu fyrst barnabætur eru eina mótvægisaðgerðin við hækkun á matarskatti,“ segir hann.

Að sögn Guðmundar gagnast persónuafsláttur öllum sem hafi úr litlu að spila. „Sú leið nær líka til umgengnisforeldra, hún nær til námsmanna og hún nær til aldraðra og öryrkubótaþega. Mér finnst það sanngjarnara ef hún nær til allra hópa sem mótvægisaðgerð við aðgerð sem kemur niður á öllum hópum.“

KARL GARÐARSSON

Karl Garðarsson, þingmaður Framsóknar, segir hækkun á neðra þrepi ekki mega fara í tólf prósent. „Ég vil ekki nefna tölu núna en ég tel að hún þyrfti að vera lægri auk þess sem mótvægisaðgerðirnar þyrftu að ná til fleiri hópa. Það er ekki nóg að þær nái bara til barnafólks. Það eru svo margir aðrir stórir hópar sem yrðu skildir út undan,“ segir hann.

Karl segir að sú hugmynd að hækka persónuafslátt hljómi ekki illa, en vandamálið sé að þá kæmu mótvægisaðgerðir líka til móts við þá sem eru með mestu tekjurnar og það sé kannski fullmikið. „Þó mér finnist alveg sjálfsagt að skoða það,“ segir hann. **jonhakon@frettabladid.is**

DAGVISTUN Sá munur sem er á aðstæðum foreldra sem eiga lögheimili með barni og umgengnisforeldra myndi aukast enn meira ef barnabætur yrðu notaðar sem mótvægisaðgerð. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

Vonast eftir jafnari stöðu foreldra

„Það hefði verið heppilegra að hækka persónuafslátt að því gefnu að við erum ekki að fá barnabætur,“ segir **Gunnar Kristinn Þórðarson**, faðir tólf ára stúlku og formaður Samtaka meðlagsgreiðenda.

Gunnar er í hópi umgengnisforeldra og greiðir meðlag. Hann nýtur hins vegar engra réttinda sem foreldri þar sem dóttir hans er ekki skráð með lögheimili hjá honum. Gunnar segist vonast til þess að aðgengi umgengnisforeldra að bótakerfinu verði leiðrétt.

„En á meðan er náttúrlega ósanngjarnt að belgja út velferðarkerfið sem sumir hafa aðgang að og aðrir ekki,“ segir Gunnar sem kveður þann stóra galla við að stækka velferðarkerfið að þeir sem standi fyrir utan það, eins og umgengnisforeldrar og barnlaust fólk, borgi meira en fái ekkert til baka.

Réðst á barnsmóður sína með ofbeldi á bílastæði við Perluna í Öskjuhlíð:

Sparkaði ítrekað í höfuð hennar

LÖGREGLUMÁL Aðalmeðferð í máli þrítugs manns sem ákærður er fyrir sérstaklega hættulega líkamsárás verður í Héraðsdómi Reykjavíkur í dag.

Manninum er gefið að sök að hafa ráðist á barnsmóður sína og fyrirverandi sambýliskonu með ofbeldi þar sem hún sat í ökumannssæti bíls síns við Perluna í Öskjuhlíð í maí í fyrra. Maðurinn á að hafa brotið framrúðu bifreiðarinnar og slegið konuna ítrekað í andlitið, opnað dyrnar og dregið hana út úr bílnum. Síðan er hann sagður hafa ýtt konunni upp að bílnum og slegið hana ítrekað í andlit og höfuð og hrint henni í jörðina. Þar sem konan lá í jörðinni er maðurinn sagður hafa sparkað ítrekað í höfuð hennar og líkama.

Konan fékk mar og blæðingu við hvirfil og aftan á hnakka, sprungur á efri og neðri vör, bólgur og eymsli yfir nef sem og mar og eymsli víðs vegar um líkamann.

Þess er krafist að maðurinn borgi konunni 800 þúsund krónur í skaðabætur sem og að hann verði dæmdur til refsingar og greiði sakarkostnað. **- hó**

AÐALMEÐFERÐ Þrítugur maður er sakaður um að hafa dregið barnsmóður sína út úr bifreið hennar og ráðist á hana með ofbeldi. FRÉTTABLAÐIÐ/PJETUR

ÚTSALA
Á ÖLLUM HJÓLUM!
19. SEPTEMBER - 5. OKTÓBER
30-50%
AFSLÁTTUR
VERSLAÐU Á NETINU
HAGKAUP.IS
FRÍ
YFIRFERÐ &
ÁSTANDSSKOÐUN**
ÞJÓNUSTA
& GÆÐI
FRÍ
HEIMSENDING*
HAGKAUP
Skemmtilegast að versla
Allt vöruúrvalið er fáanlegt í Smáralind, Skeifunni, Kringlunni, Holtagörðum og www.hagkaup.is. Minna úrval í öðrum verslunum.
Frí heimsending gildir á höfuðborgarsvæðinu.** Frí yfirferð og ástandskoðun á reiðhjólum einu sinni innan árs frá kaupum hjá viðurkenndum fagaðila.

Spyrja um fjölda beiðna:

Píratar vilja fá svör um hleranir

ALÞINGI Tveir þingmenn Pírata lögðu á þingi fram fimm fyrirspurnir til Sigmundar Davíðs Gunnlaugssonar dómsmálaráðherra sem snúa að rannsóknum á einstaklingum. Spurt er um opnun sendibréfa, haldlagningu netþjóna, ástæður hlerana frá ársbyrjun 2008, aðgengi handhafa rannsóknarheimilda að upplýsingum og sendingu sönnunargagna með tölvupósti. Auk þess er spurt hve oft hafi verið beðið um heimild til hlerunar frá ársbyrjun 2008. - ak

Akureyrarkaupstaður hefur í fyrsta skipti ráðið aðstoðarmann bæjarstjóra honum til halds og trausts

Aðstoðarmaður gerir bæjarstjóra sýnilegan

SVEITARSTJÓRNIR Nýtt starf aðstoðarmanns bæjarstjóra Akureyrar hefur verið sett á laggirnar og hefur Katrín Björg Ríkarðsdóttir verið ráðin til starfsins. Eiríkur Björn Björgvinsson bæjarstjóri ákvað að ráða hana í starfið að höfðu samráði við meirihluta bæjarstjórnar.

Katrín Björg hefur starfað fyrir Akureyrarbæ allt frá árinu 2003, fyrst sem jafnréttisráðgjafi og síðar sem framkvæmdastjóri samfélags- og mannréttindadeildar.

Samkvæmt svari Akureyrarkaupstaðar við fyrirspurn Fréttablaðsins er um tímabundið starf að ræða fram að lokum kjörtímabilsins 2018. Eftir þann tíma mun Katrín Björg setjast aftur í stól framkvæmdastjóra samfélags- og mannréttindadeildar. Fyrir störf sín sem aðstoðarmaður bæjarstjóra hefur hún 712.340 krónur í mánaðarlaun. Þegar ráðningartíma hennar lýkur sem aðstoðarmaður bæjarstjóra mun hún halda þeim launum.

Ástæða ráðningarinnar er sú að gera bæjarstjóra kleift að vera sýnilegri og að hann geti einbeitt sér enn betur að málum sem vinna þarf framgang innan stjórnkerfisins. Katrín Björg tekur við starfi aðstoðarmanns þann 1. október næstkomandi. - sa

AKUREYRI Aðstoðarmaður bæjarstjóra fær 700 þúsund króna mánaðarlaun. FRÉTTABLAÐIÐ/PJETUR

SKÓGARELDAR Slökkviliðið vonaðist eftir hjálp frá veðurguðunum í gær. FRÉTTABLAÐIÐ/AP

Meira en tvö þúsund heimili eru í hættu í Bandaríkjunum:

Miklir skógareldar í Kaliforníu

BANDARÍKIN, AP Miklir skógareldar hafa geisað í norðurhluta Kaliforníu í Bandaríkjunum. Meira en tvö þúsund heimili eru í hættu vegna eldanna, sem ná yfir sífellt stærra svæði.

Slökkviliðsmenn segja að skógareldarnir austur af borginni Sacramento hafi á fimmtudagsmorgun brennt 287 ferkílómetra, sem er 44 ferkílómetrum meira en daginn áður. Þá var fjölda fólks gert að yfirgefa heimili sín.

Slökkviliðið vonaðist eftir hjálp frá veðurguðunum en samkvæmt veðurspám í gær var von á auknum raka og hugsanlega rigningu. - fb

LÖGREGLUMÁL

Reyndi að tæla drengi

Maður á bíl reyndi síðdegis á miðvikudag að tæla til sín tvo drengi með sælgæti við verslun Nóatúns í Nóatúni. Drengirnir afþökkuðu og drifu sig heim á hlaupahjólum sínum. Drengirnir gáfu lögreglu greinargóða lýsingu á manninum og bílnum að því er segir í bréfi skólastjóra til foreldra barna í Háteigsskóla.

LÖGREGLUMÁL

Farbann vegna barnakláms

Maður sem tekinn var við komu til landsins með tölvu og minnislykla með 36 þúsund ljósmyndum sem sýna nakta drengi á kynferðislegan hátt þarf að sæta farbanni til 14. október samkvæmt dómi Hæstaréttar. Lögreglan reynir að endurheimta kvikmyndaskrár sem hann eyddi og talið er að innihaldi myndir af kynferðisbrotum gegn börnum.

70 milljarðar fengust með hækkun skatta

Í stað þess að draga úr rekstrarvanda ríkissjóðs hefur mikilvægum fjárfestingum verið slegið á frest, segir hagfræðingur Viðskiptaráðs. Formaður hagræðingarhóps ríkisstjórnarinnar tekur undir þetta og segir að þetta geti komið í bakið á okkur.

EFNAHAGSMÁL Sú leið sem hefur verið farin til að loka fjárlagagatinu frá árinu 2009 hefur að mun meira leyti snúist um skattahækkanir fremur en hagræðingu ríkisútgjalda.

Þetta kom fram í máli þeirrar Ásdísar Kristjánsdóttur, forstöðumanns efnahagssviðs Samtaka atvinnulífsins, og Björns Brynjúlfs Björnssonar, hagfræðings hjá Viðskiptaráði Íslands, á fundi um fjárlagafrumvarpið og hagræðingu í ríkisrekstri í gær.

Í máli Björns Brynjúlfs kom fram að til að loka 176 milljarða króna gati hefur aukning í skatttekjum numið 70 milljörðum króna.

Samdráttur rekstrarútgjalda nemur aftur á móti einungis um 40 milljörðum króna. Afgangurinn hefur verið brúaður vegna bættra efnahagsaðstæðna, sem hefur orðið til þess að draga úr bæði velferðarútgjöldum og fjármagnskostnaði ríkisins.

Þá gagnrýndi Björn Brynjúlfur að til þess að draga úr ríkisútgjöldum hefði aðallega verið farin sú leið að minnka fjárfestingu, í stað þess að minnka rekstrarkostnað. Þannig hefði til dæmis fjárfesting í innviðum setið á hakanum en ekkert hefði verið gert til að draga úr launakostnaði ríkisins. Launakostnaðurinn væri sá sami og 2009. Með því væri verið að fresta vandanum en ekki takast á við hann.

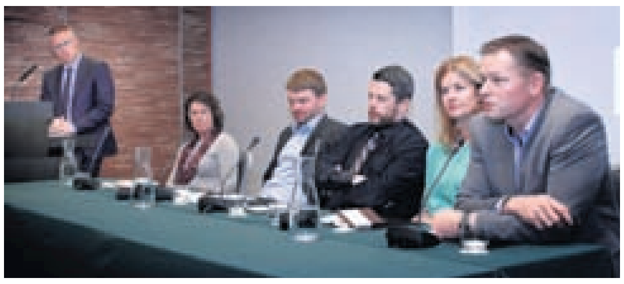
BJÖRN BRYNJÚLFUR BJÖRNSSON

Ásmundur Einar Daðason, formaður hagræðingarhóps ríkisstjórnarinnar, tekur undir gagnrýni Björns Brynjúlfs. Hann segir frestun á nauðsynlegum framkvæmdum ekki vera raunverulega hagræðingu. Þetta sé því áhyggjuefni.

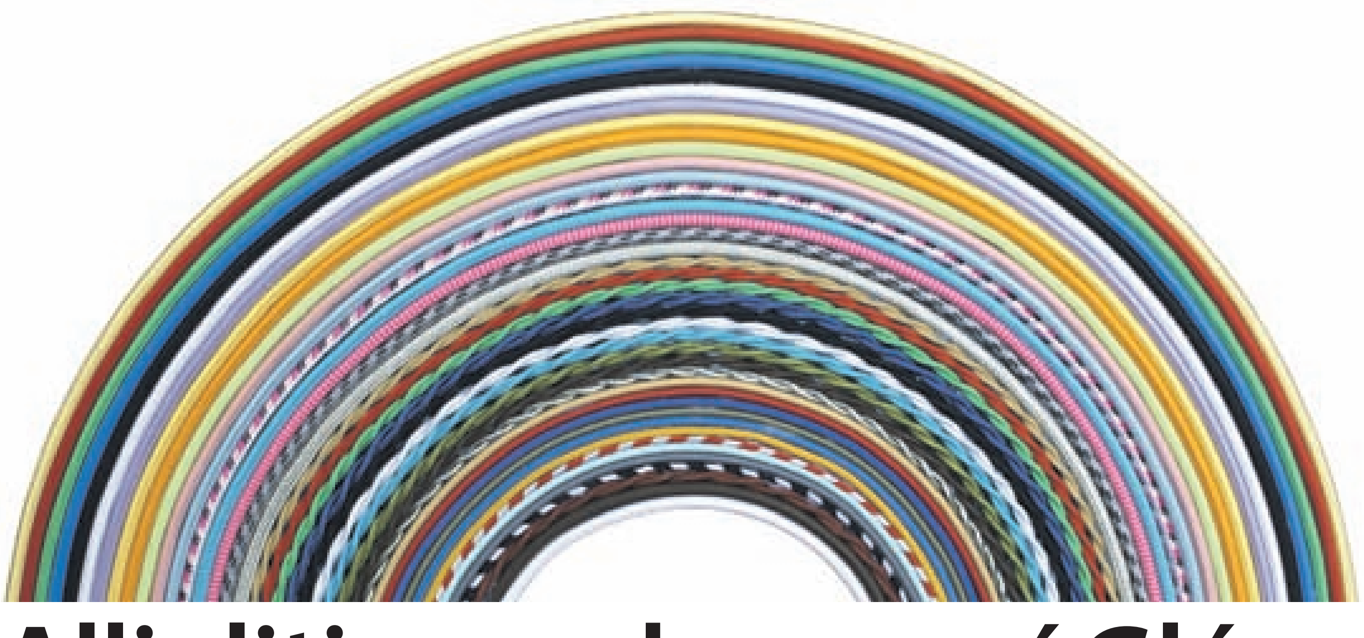
„Og við sjáum það til dæmis í viðhaldi á sviði vegamála þar sem vegakerfið hefur látið á sjá. Þar hefur verið skorið verulega niður og það mun koma í bakið á okkur síðar. Það sem við þurfum að vinna að er raunveruleg rekstrarhagræðing á ársgrunni sem skilar sér inn í rekstur ríkisins á hverju einasta ári og það held ég að verði ekki gert nema með því að vinna að því á sem flestum sviðum að ráðast í kerfisbreytingar," segir hann.

Með auknum kerfisbreytingum eflist framleiðni ríkissjóðs og kostnaður lækki. „En það gerist ekki nema með kerfisbreytingum, annars bitnar það á þjónustu við almenning," segir Ásmundur.

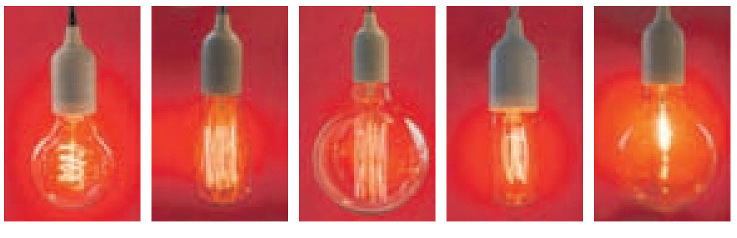
jonhakon@frettabladid.is



SKIPST Á SKOÐUNUM Forystumenn í íslenskum stjórnmálum og viðskiptalífi ræddu stöðu ríkisfjármála á Grand Hóteli. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA



Allir litir regnbogans í Glóey



Sjáðu alla möguleikana í gerð lampa og ljósa. **Ótrúlegt úrval af silkisnúrum,** flottum perum og íhlutum til ljósagerðar. Fagmenn á staðnum. Frábært efni á góðu verði.

Glóey – gerir lífið bjartara

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

EBÓLA Mynd af ebóluveirunni á sjónvarpsskjá á fundi ráðamanna í Washington. FRÉTTABLAÐIÐ/AP

Lifði ebóluveiruna af:

Gefur blóð vestanhafs

LONDON, AP Breskur hjúkrunarfræðingur sem lifði ebóluveiruna af hefur ferðast til Bandaríkjanna til að gefa þarlendum manni blóð.

Bandaríkjamaðurinn berst við sjúkdóminn um þessar mundir. Vísindamenn vonast til að blóðgjöf sem þessi geti hjálpað sjúklingum við að losna við veiruna.

Hjúkrunarfræðingurinn William Pooley var einn þeirra sem smituðust af ebólu þegar hann starfaði í Síerra Leóne. Flogið var með hann heim til London í ágúst þar sem hann gekkst undir vel heppnaða meðferð.

Um 2.500 manns hafa látist af völdum ebólu síðan veiran braust út í Afríku á síðasta ári og virðist hún ekki vera í rénun. - fb

VÖRUGJÖLDIN SKORIN NIÐUR

Frá og með miðvikudeginum 17. september afnemur ORMSSON vörugjöld í öllum sínum verslunum.

Helstu heimilistæki líkt og þvottavélar, þurrkarar, uppþvottavélar, kæliskápar, ofnar og helluborð munu strax lækka um **17%**, en sjónvörp og hljómflutningstæki um **20%**.

EKKI EFTIR NEINU AÐ BÍÐA

Við höfum náð samningum við okkar helstu birgja, sem gerir okkur mögulegt að afnema þessi gjöld nú þegar. Fólk þarf því ekki að bíða eftir nýju ári til að gera hagstæð innkaup fyrir heimilið, heldur getur þú nú komið í verslanir ORMSSON um allt land og fengið umtalsvert meira fyrir peninginn en áður.

SAMSUNG SETRIÐ
SAMSUNG-SETRIÐ ER HLUTI AF ORMSSON EHF.
SÍÐUMÚLA 9 · SÍMI 530 2900 · samsungsetrid.is
OPIÐ VIRKA DAGA KL.10–18 · LAUGARDAGA KL.12–16

ORMSSON
LÁGMÚLA 8 · SÍMI 530 2800 · ormsson.is
OPIÐ VIRKA DAGA KL.10–18 · LAUGARDAGA KL.11–15

– fyrir heimilin í landinu

AEG · SAMSUNG · Pioneer · Haier · ZANUSSI · SHARP · Jamo · SANGEAN · BLAUPUNKT · Skullcandy · Hercules

ORMSSON N KEFLAVÍ K SÍMI 421 1535 | **ORMSSON N** ÞRISTUR-ÍSAFIRÐI SÍMI 456 4751 | **KS** SAUÐÁRKRÓKI SÍMI 455 4500 | **SR · BYGG** SIGLUFIRÐI SÍMI 467 1559 | **ORMSSON N** AKUREYRI SÍMI 461 5000 | **ORMSSON N** HÚSAVÍ K SÍMI 464 1515 | **ORMSSON N** VÍK-EGILSSTÖÐUM SÍMI 471 2038 | **ORMSSON N** PAN-NESKAUPSTAÐ SÍMI 477 1900 | **ORMSSON N** ÁRVIRKINN-SELFOSSI SÍMI 480 1160 | **GEISLI** VESTMANNAEYJU M SÍMI 481 3333

Á FERÐ OG FLUGI Ísafjarðarflugvöllur gæti þjónustað vísindamenn á Austur-Grænlandi að sögn þingmanna. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

Gæti eflt ferðaþjónustu:

Alþjóðaflug frá Ísafirði og Eyjum

ALÞINGI Þingmenn nær allra flokka á Alþingi hafa lagt fram þingsályktunartillögu um að á flugvöllunum á Ísafirði og í Vestmanneyjum verði nægjanleg aðstaða til að hægt verði að sinna millilandaflugi minni flugvéla.

Þingmennirnir segja að millilandaflug geti eflt atvinnulíf og ferðaþjónustu í byggðarlögunum tveimur. Til dæmis gæti Ísafjarðarflugvöllur þjónustað fragtflug og vísindamenn sem starfa á austurströnd Grænlands. - ih

Gagnrýna fjárlagafrumvarp:

Fénu ekki skipt málefnalega

SVEITARSTJÓRNIR „Með þessu virðist staðfestast sá grunur að málefnalegar ástæður eru ekki fyrir hendi við skiptingu opinberra fjármuna milli einstakra símenntunarstöðva og þekkingarneta,“ segir bæjarráð Árborgar sem tekur undir bókun stjórnar Háskólafélags Suðurlands – Þekkingarnets á Suðurlandi um fjárframlög til félagsins og Fræðslunetsins í frumvarpi til fjárlaga 2015.

Bæjarráðið hvetur ríkið til að tryggja Háskólafélaginu og Þekkingarnetinu það fjármagn sem þurfi til að halda úti starfsemi á svæði sem nær frá Hellisheiði í vestri til Hornafjarðar í austri. - gar

Vilja skoða launagreiðslur

Vigdís Hauksdóttir og Gylfi Arnbjörnsson eru sammála um mikilvægi þess að kanna aukagreiðslur hins opinbera. „Þarna liggur grafinn kynbundinn launamunur,“ segir Gylfi. Vigdís vill endurhugsa lífeyrisréttindi.

ÁRNI STEFÁN JÓNSSON Telur orð formanns fjárlaganefndar byggð á misskilningi og vanþekkingu. FRÉTTABLAÐIÐ/STYRMIR KÁRI

ATVINNA Vigdís Hauksdóttir, formaður fjárlaganefndar Alþingis, segir tölur SFR og Starfsmannafélags Reykjavíkurborgar um aukagreiðslur ofan á samningsbundin grunnlaun sláandi. Hún vill láta kanna hvernig landið liggur í aðdraganda nýrra kjarasamninga í vetur.

Fram kom í Fréttablaðinu á þriðjudaginn að átta af hverjum tíu starfsmönnum SFR og Starfsmannafélags Reykjavíkur fá greiddar aukagreiðslur ofan á grunnlaun sín. Karlar fá frekar aukagreiðslur en konur. Vitnað er í orð formanna félaganna þar sem þeir telja eðlilegra að hafa slíkar greiðslur inni í taxta.

Vigdís Hauksdóttir tekur undir þetta. Hún tók málið upp í ræðu á Alþingi og gagnrýndi launagreiðslurnar. Hún telur þessar aukagreiðslur vera skref aftur á bak. „Ríkið á ekki að stunda svona vinnubrögð. Á tímum þegar við hugsum um gegnsæi og að allt sé uppi á borðum eiga forstöðumenn ekki að höndla með samninga inni á sínum skrifstofum. Samningar eru til þess að semja um kaup og kjör. Að mínu mati er þetta skref aftur á bak miðað við þá umræðu sem hefur verið í samfélaginu síðastliðin áratug.“

Vigdísi finnst þessar tölur koma mikið á óvart og vill skoða þetta nánar. „Þetta eru sláandi tölur. Við hljótum að vilja fá nánari upplýsingar um þessi mál og rannsaka þetta í aðdraganda samningaviðræðna aðila vinnumarkaðarins og hins opinbera.“

Vigdís segir það hljóta að koma til álita að hugsa kerfið upp á nýtt. „Ef launaskrið hjá hinu opinbera er orðið þannig að það er bara eins og á almennum vinnumarkaði hljótum við að spyrja okkur af hverju ríkisstarfsmenn þurfi að búa við betri lífeyrisréttindi en launafólk á almennum vinnumarkaði,“ segir Vigdís.

Árni Stefán Jónsson, formaður SFR, segir ummæli Vigdísar ekki alls kostar rétt. „Það er miður að formaður fjárlaganefndar sé ekki betur að sér um laun ríkisstarfsmanna. Hér er enginn blekkingarleikur á ferð og ríkisforstjórar eru ekki að fela neitt. Óunnin yfirvinna er óeðlileg og við reyndum að útrýma henni með stofnanasamningum árið 1998. Nú eru þær að aukast aftur og þessi aukning á kynbundnum launamun sem við erum að sjá, er líklega tilkominn að einhverju leyti vegna þess að karlar eru að fá aukagreiðslur í formi fastrar eða óunninnar yfirvinnu. Einnig sýna kannanir að laun á almennum vinnumarkaði eru hærri en laun opinberra starfsmanna og þá eru allar aukagreiðslur meðtaldar. Þetta er aðalmálið og formaður fjárlaganefndar ætti að hafa áhyggjur af þeirri stöðu,“ segir Árni Stefán.

Gylfi Arnbjörnsson, forseti ASÍ, telur, líkt og Vigdís, að það þurfi að skoða þessi mál betur. „Við verðum að sjá hvers eðlis þessar greiðslur eru. Það þarf ekki að vera að þetta séu óeðlilegar greiðslur. Til dæmis er gert ráð fyrir bílastyrkjum í kjarasamningum. En ef þetta eru duldar launagreiðslur, óunnin yfirvinna eða eitthvað slíkt er um alvarlegan hlut að ræða. Það er okkar tilfinning og reynsla að þarna liggi mismunum milli kynja og kynbundinn launamunur,“ segir Gylfi.

sveinn@frettabladid.is

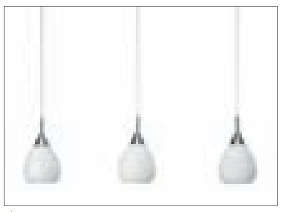
Ríkið á ekki að stunda þessi vinnubrögð.

Vigdís Hauksdóttir, formaður fjárlaganefndar

Það er okkar tilfinning og reynsla að þarna liggi mismunum milli kynja.

Gylfi Arnbjörnsson, forseti ASÍ

Verslunin PFAFF býður upp á fjölbreytt úrval af inni- og útiljósum frá fjölda heimsþekktra framleiðenda.



Loftljós: 29.900 kr.
Tilboð: 19.900 kr.

Loftljós: 36.900 kr.
Tilboð: 25.000 kr.

Loftljós: 39.900 kr.
Tilboð: 24.900 kr.

Tilboðin gilda til og með 30. september 2014

PFAFF - Grensásvegi 13 - 108 Reykjavík - Sími 414 0400 - www.pfaff.is
OPIÐ VIRKA DAGA FRÁ KL. 9-18 OG Á LAUGARDÖGUM FRÁ KL. 11-16

Remington · Browning · Winchester · T3 · Sako · Deerhunter Outdoor Clothing

WINCHESTER SXP BLACK SHADOW
60.830 KR.
VERÐ ÁÐUR 86.900 KR.

MARLIN RIFFILL XT22VR 22LR
Þungt hlaup
38.495 KR.
VERÐ ÁÐUR 54.990 KR.

REMINGTON 870 EXPRESS
Synthetic pumpa
53.830 KR.
VERÐ ÁÐUR 76.900 KR.

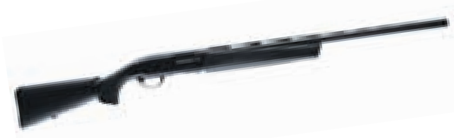
BROWNING X-BOLT COMPOSITE
Ath. sjónauki fylgir ekki
122.430 KR.
VERÐ ÁÐUR 174.900 KR.

REMINGTON VERSA MAX SPORTSMAN
139.993 KR.
VERÐ ÁÐUR 199.990 KR.

BROWNING PHOENIX COMPOSITE 28
Fæst með 28 tommu hlaupi
139.930 KR.
VERÐ ÁÐUR 199.900 KR.

REMINGTON SPORTSMAN 11-87 FIELD
125.993 KR.
VERÐ ÁÐUR 179.990 KR.

Winchester og Remington skotin komin í hús!



BROWNING MAXUS 26 COMPOSITE
Hálfsjálfvirk haglabyssa
181.993 KR.
VERÐ ÁÐUR 259.990 KR.

TIKKA T3 HUNTER 6,5X55 FLUTED
Flútað hlaup
146.930 KR.
VERÐ ÁÐUR 209.900 KR.

SAKO A7 SYN SS CAL 308 WIN & 243WIN
185.430 KR.
VERÐ ÁÐUR 264.900 KR.

REMINGTON HREINSIBURSTAR
Verð frá
390 KR.

SAKO VARM/LAM/SS CAL 222 REM & 308WIN
234.430 KR.
VERÐ ÁÐUR 334.900 KR.

BROWNING TVÍHLEYPA B525
237.993 KR.
VERÐ ÁÐUR 339.990 KR.

MAUSER M12 6,5X55
279.930 KR.
VERÐ ÁÐUR 399.900 KR.

REM HREINSISETT
fyrir haglabyssur
1.990 KR.

FELUNET
Stærð 3,6 x 1,4 m
4.990 KR.

WINCHESTER GÆSASKOT 40 G
Hert högl
1.390 KR. 10 STK.

Öll camo sett
15% AFSLÁTTUR

CAMO SKOTVEIÐIFATNAÐUR, SETT
Jakki og buxur
VERÐ FRÁ
26.335 KR.

REM HREINSIEFNI 3PACK
1.890 KR.

Leitaðu ráða hjá okkur. Hjá Ellingsen starfa sérfræðingar í öllum deildum. Við veitum faglega og vandaða ráðgjöf og finnum réttu vörurnar sem uppfylla þínar þarfir. Við seljum eingöngu þrautreyndar hágæðavörur sem henta fyrir íslenskar aðstæður.

REYKJAVÍK • Fiskislóð 1 • Sími 580 8500 • mánud.–föstud. 10–18 • laugard. 10–16
AKUREYRI • Tryggvabraut 1-3 • Sími 460 3630 • mánud.–föstud. 8–18 • laugard. 10–16 • ellingsen.is

Ellingsen
– FULLT HÚS ÆVINTÝRA

PIPAR\TBWA • SÍA • 142920

Nýr gísl hjá Íslamska ríkinu:

Myndband með öðrum Breta

BRETLAND Breski blaðaljósmyndarinn John Cantlie, sem hefur verið í haldi öfgasamtakanna Íslamska ríkisins í tvö ár, er nýjasti gíslinn sem birtist í myndbandi samtakanna. Í myndbandinu segir Cantlie að stjórnvöld hafi yfirgefið sig. Hann segir stríð Bandaríkjanna gegn Íslamska ríkinu ekki munu skila neinu. Íslamska ríkið hefur þegar drepið þrjá gísla, einn Breta og tvo Bandaríkjamenn.

- fb

Hjúkrunarfólk í Sýrlandi ætlaði að bólusetja 75 börn en gaf þeim í staðinn vöðvaslakandi lyf:

Drápu fimmtán börn með röngum lyfjum

SÝRLAND Hjúkrunarfólk, sem starfaði við bólusetningar í norðurhluta Sýrlands þar sem uppreisnarmenn ráða lögum og lofum, gaf allt að 75 börnum vöðvaslakandi lyf og drap fimmtán þeirra.

Í rannsókn á atvikinu kom fram að börnunum var fyrir mistök gefið lyfið atracurium í stað bóluefnis gegn mislingum. Umbúðir lyfjanna eru sagðar vera mjög svipaðar. Öll börnin sem dóu voru á aldrinum sex til átján mánaða, að því er kom fram hjá The Guardian. Alþjóðaheilbrigðisstofnunin hefur heitið því að rannsaka það sem gerðist.

AP-fréttastofan greindi frá því í gær að næstum þrjár milljónir sýrlenskra barna gengju ekki í skóla vegna styrjaldarinnar þar í landi. Þetta kom fram í skýrslu samtakanna Save the Children. Að minnsta kosti 190 þúsund manns hafa fallið í styrjöldinni, samkvæmt upplýsingum frá Sameinuðu þjóðunum, og næstum þrjár milljónir flúið land.

6-18 Börnin sem dóu voru á aldrinum 6 til 18 mánaða.

Öldungadeild Bandaríkjaþings hefur veitt Barack Obama forseta leyfi til að styðja við bakið á sýrlenskum uppreisnarmönnum í baráttunni gegn vígamönnum Íslamska ríkisins. Bandaríkjamenn munu þjálfa uppreisnarmennina og útvega þeim vopn.

- fb

FLÓTTAMANNABÚÐIR Fimmtán sýrlensk börn voru drepin með rangri lyfjagjöf. FRÉTTABLAÐIÐ/AP

AÐALFUNDUR ÍFR 2014

ÍÞRÓTTAFÉLAG FATLAÐRA REYKJAVÍK STOFNAÐ 30. 5. 1974

Aðalfundur Íþróttafélags fatlaðra í Reykjavík verður haldinn laugardaginn 27. sept. 2014 kl. 14.00 í íþróttahúsi félagsins að Hátúni 14.

Dagskrá:

1. Venjuleg aðalfundarstörf
2. Önnur mál

Stjórnin

LEITA Í BÍL Ástralskir lögreglumenn leita í bíl í eigu grunaðs hryðjuverkamanns í Guildford, úthverfi Sydney. FRÉTTABLAÐIÐ/AP

Segjast hafa komið í veg fyrir afhöfðanir

Um 800 lögreglumenn í Ástralíu handtóku fimmtán manneskjur grunaðar um að skipuleggja manndráp í nafni Íslamska ríkisins. Þetta var umfangsmesta lögregluaðgerðin í sögu landsins. Hálshöggva átti manneskju af handahófi.

ÁSTRALÍA, AP Fimmtán voru handteknir í Ástralíu grunaðir um að skipuleggja afhöfðanir í landinu. Um er að ræða stuðningsmenn öfgahreyfingarinnar Íslamska ríkisins og ætluðu þeir meðal annars að hálshöggva manneskju af handahófi í borginni Sydney.

Lögreglan réðst inn í tugi bygginga í Sydney og alls tóku um átta hundruð lögreglu- og sérsveitarmenn þátt í aðgerðinni, sem er sú umfangsmesta í sögu Ástralíu. Upplýsingar höfðu borist um að leiðtogi Íslamska ríkisins í Mið-Austurlöndum hefði hvatt ástralska stuðningsmenn sína til manndrápa.

Að sögn Tonys Abbott, forsætisráðherra Ástralíu, fékk lögreglan upplýsingar um að til stæði að hálshöggva manneskju. „Hvatningin um það kom frá Ástrala, sem mun vera frekar hátt settur í Íslamska ríkinu, til hópa í Ástralíu sem eru tilbúnir að drepa fyrir málstað sinn í þessu landi,“ sagði hann. „Þetta eru ekki grunsemdir. Þarna er ásetningur að baki og þess vegna ákváðu lögreglan og öryggisstofnanir að grípa til þessara aðgerða.“

Handtökurnar fóru fram aðeins nokkrum dögum eftir að Ástralar hækkuðu hættustig sitt vegna hryðjuverkaógnar í það næsthæsta. Abbott tók fram að ekkert benti til þess að hryðjuverkaárás væri yfirvofandi í landinu.

George Brandis, ríkissaksóknari Ástralíu, staðfesti í gær að manneskja sem fæddist í Afganistan, hefði búið í Ástralíu og starfaði núna með Íslamska ríkinu í Mið-Austurlöndum hefði skipað stuðningsmönnum sínum í Ástralíu að afhöfða fólk og taka myndband af athöfninni, líkt og hreyfingin hefur gert að undanförnu. „Ef lögreglan hefði ekkert gert í dag [í gær] eru líkur á því að þetta hefði gerst,“ sagði Brandis.

Hvorki Abbott né Brandis vildu nefna manneskjuna á nafn en

> **Þetta eru ekki grunsemdir. Þarna er ásetningur að baki og þess vegna ákváðu lögreglan og öryggisstofnanir að grípa til þessara aðgerða.**
>
> *Tony Abbott, forsætisráðherra Ástralíu*

Mohammad Ali Baryalei, sem talið er að sé hæst setti meðlimur Íslamska ríkisins í Ástralíu, var nefndur sem einn skipuleggjenda árásanna í dómsskjölum. Lögreglan hefur gefið út handtökuskipun á hendur þessum 33 ára fyrrverandi útkastara á næturklúbbi í Sydney.

Einn þeirra sem voru handteknir í aðgerðum lögreglunnar, hinn 22 ára Omarjan Azari, var leiddur fyrir rétt í Sydney í gær en ekki er vitað hvaða refsingu hann á yfir höfði sér verði hann fundinn sekur.

freyr@frettabladid.is

SÓSAN SEM SAMLOKUR ELSKA

Nýja gómsæta **samlokusósan** frá E. Finnsson hentar mjög vel á bæði heitar og kaldar samlokur. Prófaðu og gerðu gott betra.

E.FINNSSON

GERIR GOTT BETRA

Rob Ford, borgarstjóri í Toronto, hefur greinst með sjaldgæft æxli í mjúkvef:

Í fjörutíu daga lyfjameðferð

TORONTO, AP Rob Ford, borgarstjóri Toronto í Kanada, þarf að gangast undir fjörutíu daga lyfjameðferð við krabbameini. Zane Cohen, skurðlæknir við sjúkrahúsið Mount Sinai, greindi frá því á miðvikudag að Ford hefði greinst með sjaldgæft æxli í mjúkvef.

Ford, sem hefur verið á sjúkrahúsi í eina viku vegna krabbameins í maga, hefur dregið sig út úr kosningabaráttu um endurkjör sem borgarstjóri. Í stað hans mun bróðir hans, Doug, bjóða sig fram.

Að sögn Cohens hefur krabbameinið dreift sér og fundist hefur „lítill hnúður í rasskinninni“ rétt hjá vinstri mjöðm. Hann bætti við að Ford hefði farið í skimun fyrir krabbameini árið 2011 og þá hefði ekkert æxli fundist. „En við munum beita öllum okkar kröftum til að uppræta krabbameinið,“ sagði hann.

Ford, sem er 45 ára, hefur verið afar umdeildur síðan vefsíðan Gawker greindi frá tilurð myndbands sem átti að sýna hann reykja krakk. Síðar viðurkenndi borgarstjórinn athæfið en neitaði að segja af sér embætti. Fyrr á þessu ári skráði hann sig í meðferð en sneri aftur til starfa í júní.

- fb

ROB FORD Borgarstjórinn hefur dvalið á sjúkrahúsi í viku. FRÉTTABLAÐIÐ/AP

LYFJA
– Lifið heil

www.lyfja.is

Heilsa og hreyfing í vetur

Í Lyfju finnur þú allt það helsta til að viðhalda heilsunni, forminu og góða skapinu þegar það fer að kólna.

Afsláttur gildir til 24. september.

Lifeplan

5:2 fyrir þá sem fasta.
Cherry vinnur gegn bólgum og svefnleysi.

20% afsláttur

ReCharge

Sykurlaus orkuskot með nauðsynlegum vítamínum. Bragðgóður drykkur sem inniheldur guarana og koffín. Eykur orku og einbeitingu.

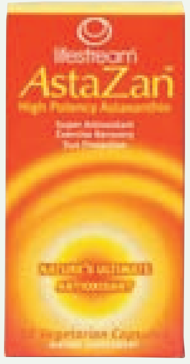
20% afsláttur

Jillian Michaels

Maximum Strength Fat Burner™

Töflur sem innihalda einstaka blöndu af náttúrulegum efnum sem aðstoða líkamann við að brenna fitu.

20% afsláttur



AstaZan

Bólgueyðandi, skjót hjálp við liðverkjum og stirðleika. Flýtir endurheimt. Styrkir viðkvæma húð. Lútein fyrir augun + E vítamín. Skjót virkni! 2 mánaða skammtur

20% afsláttur

Super Beets

og BeetElite rauðrófukristall

Aukin súrefnisuppitaka, meiri ATP orkuframleiðsla, meira úthald. Virkar 30 mín. eftir inntöku.

20% afsláttur

Biomega

Vítamín fjölskyldan. Vítamín sem mæta þörfum allra á heimilinu. Íslensk framleiðsla, litlar töflur, nýtt og betra bragð.

20% afsláttur
af allri línunni

Tiger Balm

Af mörgum talið áhrifamesta smyrsl í heimi. 100% náttúrulegt hitasmyrsl við bráðum líkamlegum eymslum sem og þrálátum og langvarandi verkjum.

20% afsláttur

Nutrilenk Active

Náttúruleg lausn fyrir alla þá sem þjást af aumum og stirðum liðum.

20% afsláttur

OptiBac

Sérhæfð meltingagerlalína

Með hverjum pakka af For every day fylgir One week flat frítt með á meðan birgðir endast.

20% afsláttur
af allri línunni

ÍSLENSKA SIA.IS LYF 70398 09/14

Lágmúla
Laugavegi
Nýbýlavegi

Smáralind
Smáratorgi
Borgarnesi

Grundarfirði
Stykkishólmi
Búðardal

Patreksfirði
Ísafirði
Blönduósi

Hvammstanga
Skagaströnd
Sauðárkróki

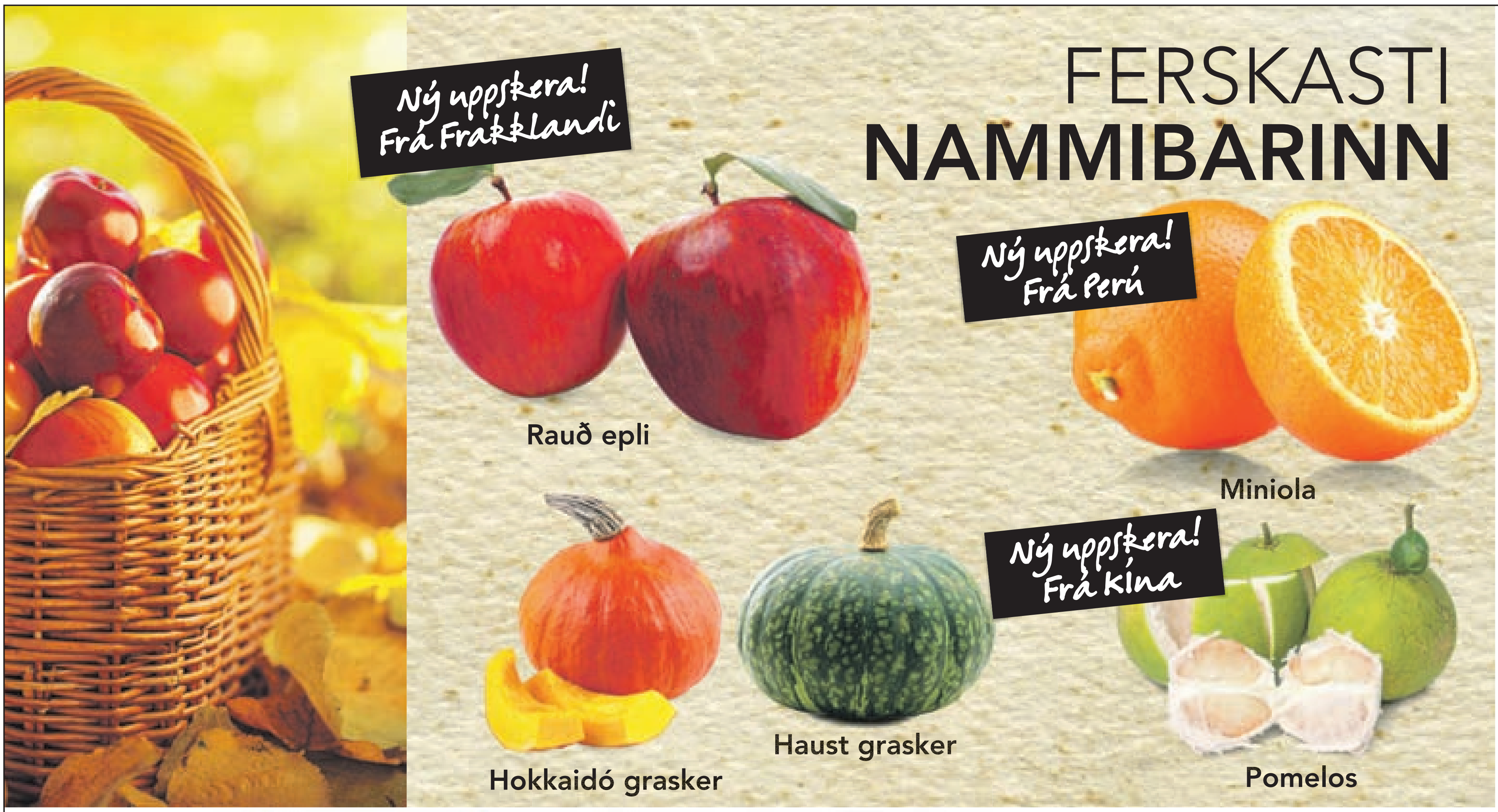
Húsavík
Þórshöfn
Egilsstöðum

Seyðisfirði
Neskaupstað
Eskifirði

Reyðarfirði
Höfn
Laugarási

Selfossi
Grindavík
Keflavík

FERSKASTI NAMMIBARINN



Grandiosa pizzur

Ekta ítalskur Gelato og Sorbett

Kósý kex frá Frón

Sérvaldar baunir frá þekktustu kaffisvæðum heimsins tryggja hið mjúka bragð, lokkandi ilminn og fersklegt eftirbragðið.

BKI kaffi

Íslenskt te

Innihalda fjallagrös, hannað, blandað og pakkað á Íslandi - Fæst í Skeifunni, Kringlunni og Garðabæ

Gildir til 21. september á meðan birgðir endast.

Rosti Mepal

20% AFSLÁTTUR AF ÖLLUM ROSTI SKÁLUM

„Margrétar skálarnar frá Rosti Mepal voru hannaðar af dönsku hönnuðunum Sigvard Bernadotte og Acton Bjørns og hafa verið framleiddar síðan 1950.

Margrétar skálarnar eru fallegar, hagnýtar og afar þæginlegar í meðhöndlun þar sem að þær eru stöðugar á borði vegna gúmmíhrings sem er undir þeim. Í tilefni af 60 ára afmælinu eru Margrétar skálarnar komnar aftur í gömlu „Retro" litunum og einnig í ljósbleiku. Þessir gömlu/nýju litir hafa strax svo sannarlega slegið í gegn.

Margrétar skálarnar eru margverðlaunaðar fyrir hönnun og hafa meðal annars ratað á frímerki í Danmörku. Þær eru fáanlegar í mörgum fallegum litum og stærðum, allt frá örsmáum eggjabikurum til 5,0 lítra bökunarskála. Lok eru einnig fáanleg á flestar stærðir.

MEXIKÓSKUR POTTRÉTTUR MEÐ KJÚKLING OG MAÍS -SVARTBAUNASALSA

Fyrir 4

1 stk rauðlaukur gróft skorinn
1stk gul paprika gróft skorin
1 stk rauð paprika gróft skorin
4 hvítlauksgeirar og gróft skornir
300 gr kartöflusmælki skorið í helming
700 gr úrbeinuð kjúklingalæri
Olía til steikingar
4 msk fínmalað cummin
2 msk laukduft
1 msk chilipaste
6 msk worcestershire sósa
2 flöskur tómat passata - Himneskt
200 ml vatn
Kjúklingkraftur
Sjávarsalt
Svartur pipar úr kvörn

Hellið olíu í pott og létt steikið allt grænmetið. Takið grænmetið upp úr pottinum og brúnið kjúklinginn þar til hann er orðinn gullin brúnn. Setjið grænmetið út í pottinn með kjúklingnum og bætið kryddunum chilipastinu og worcester-shire sósunni út í ásamt tómatpassatanu. Látið malla í pottinum í ca 35 mín - smakkið til með sjávarsaltinu. Gott er að bera þennan rétt fram með sýrðum rjóma og nachos.

MAÍS OG SVARTBAUNASALSA
1 280 gr dós niðursoðinn maís
1/2 400 gr dós niðursoðnar svartar baunir
½ stk fínt skorinn chilipipar
2 msk fínt skorinn kóriander
2 stk fínt skorinn vorlaukur
½ box kirsuberjatómatar
Sjávarsalt
3 msk ólífuolía
Blandið öllu saman og smakkið til með saltinu.

HEIMSMEISTARANN FÆRÐU Í HAGKAUP - BEEMSTER OSTAR

HAGKAUP
Skemmtilegast að versla

Óútskýrður launamunur kynja hækkar hjá SFR:

Brýnt kjaramál

Í seinni tíð hafa nánast allar ríkisstjórnir verið með það á stefnuskránni að tryggja jafnrétti kynjanna og útrýma launamun, þar á meðal núverandi ríkisstjórn. Það ætti því ekki að koma á óvart að Ísland hefur undanfarin fimm ár verið efst á lista Alþjóðaefnahagsráðsins (World Economic Forum) yfir lönd sem náð hafa hvað mestu jafnrétti kynjanna. Listinn tekur meðal annars tillit til atvinnuþátttöku kynjanna, launamunar, hlutfalls í stjórnunarstöðum, á Alþingi og fleira.

Það skaut því skökku við þegar Fréttablaðið greindi frá því í vikunni að kynbundinn launamunur innan eins stærsta stéttarfélags landsins, SFR eða Starfsmannafélags ríkisins, væri að aukast á ný. Meðalheildarlaun karla hjá ríkinu eru 469.885 krónur á sama tíma og meðalheildarlaun kvenna eru 369.446 krónur. Þessi launamunur á milli kynja er 21 prósent en eftir að tekið hefur verið tillit til ýmissa þátta sem gætu skýrt launamun, til dæmis menntunar, reynslu, starfshlutfalls og svo framvegis, stendur samt sem áður eftir 10 prósenta óútskýrður launamunur. Þessi óútskýrði launamunur mældist 7 prósent í fyrra og er því um 3 prósenta hækkun að ræða.

Fanney Birna Jónsdóttir

fanney@frettabladid.is

Óútskýrður launamunur er ólöglegur. Jafnréttislög tryggja að konum og körlum er starfa hjá sama atvinnurekanda skuli greidd jöfn laun og þau njóta sömu kjara fyrir sömu eða jafn verðmæt störf. Jafnréttisstofa hefur haft eftirlit með þessu og hefur lengi verið á brattann að sækja. Spilar þar margt inn í, til dæmis hræðsla við að missa vinnuna, óskýrar og flóknar reglur um launagreiðslur, yfirvinnu, sporslur og fríðindi og ógagnsæi varðandi launakjör og svo framvegis.

Það vekur því athygli að á sama tíma og fréttir berast af auknum launamun hjá ríkinu þá furði formaður fjárlaganefndar sig á 17 milljóna auknum framlögum til títtnefndrar Jafnréttisstofu. En í frumvarpi til fjárlaga er gert ráð fyrir að framlögin verði aukin úr 77,2 milljónum í ár í alls 94 milljónir á næsta ári. Þarna er formaður fjárlaganefndar að senda út kolröng skilaboð. Á meðan ríkisvaldið getur ekki sjálft fylgt eigin stefnumörkun og lagasetningu þá er full þörf á eftirlitsaðila. En í þessum málaflokki, eins og reyndar flestum öðrum, verður ríkisvaldið að fara á undan með góðu fordæmi. Það er því miður ekki uppi á teningnum í þessu máli.

Flestir eru sammála um að uppræta beri launamun kynjanna. Það er ekkert sem bendir til þess að konur séu minna verðmætir starfskraftar en karlmenn né að þær hafi minni áhuga á atvinnuþátttöku og ábyrgð í starfi. Því miður gætir oft sjálfhverfu hjá þeim sem stýra umræðunni og fer hún þá að snúast nánast eingöngu um laun stjórnenda og sérfræðinga sem eru, eðli málsins samkvæmt, mun matskenndari en laun á almennum markaði. Staðreyndin er hins vegar sú að launamunur kynjanna virðist ekki vera síðri hjá þeim sem eru lægra launaðir. Þetta er mikið áhyggjuefni. Það munar um hverja krónu hjá lágtekjufólki og áhrif launamunar eru því mun meiri á lífsgæði. Það er því ekki eingöngu réttlætismál fyrir alla að uppræta launamun kynjanna, heldur brýnt kjaramál þeirra tekjulægstu.

FRÉTTABLAÐIÐ

ÚTGÁFUFÉLAG: 365 miðlar ehf. **STJÓRNARFORMAÐUR:** Ingibjörg S. Pálmadóttir **FORSTJÓRI:** Sævar Freyr Þráinsson **ÚTGEFANDI OG AÐALRITSTJÓRI:** Kristín Þorsteinsdóttir *kristin@frettabladid.is* **FRÉTTARITSTJÓRI:** Sigurjón M. Egilsson *sme@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

FAAS

MÁLSTOFA UM

„FORVARNIR OG HEILABILUN“

Árlega er alþjóðlega Alzheimersdagsins hinn 21. september minnst um heim allan.

FAAS mun í tilefni dagsins standa fyrir málstofu á Grand Hóteli sunnudaginn 21. september 2014 kl. 17-19 undir heitinu Forvarnir og heilabilun.

Dagskrá:

- **Mikilvægi forvarna**
  Guðlaugur Þór Þórðarson, alþingismaður
- **Forvarnir**
  Dr. Jón Snædal, yfirlæknir
- **Lífsstíll og heilahreysti**
  Brynhildur Jónsdóttir, MS í sálfræði og pistlahöfundur
- **Aflið í letinni**
  Magnús Scheving, stofnandi Latabæjar, íþróttamaður og rithöfundur

Umræður og fyrirlesarar munu svara fyrirspurnum.
Málstofustjóri verður Ólafur Þór Gunnarsson, öldrunarlæknir

Allir velkomnir, aðgangur ókeypis

FRÁ DEGI TIL DAGS

Hlustaðu, Sigurður Ingi

Bjarni Benediktsson, fjármála- og efnahagsráðherra, hefur ítrekað sagt að ríkisfjármálin séu „í járnum“ eins og hann orðar það. Það skýtur því skökku við að stjórnvöld séu til í að flytja Fiskistofu til Akureyrar með tilheyrandi kostnaði. Í gær var greint frá því að sjávarútvegsráðherra hefði boðið starfsfólki sem vill flytja með stofnuninni þrjár milljónir króna af almannafé. Þórarinn Eyfjörð, framkvæmdastjóri SFR, segir að þetta sé einhver „vanhugsaðasta aðgerð“ sem hann man eftir í rekstri ríkisstofnana. Við þessu er aðeins eitt að segja við sjávarútvegsráðherra: Hlustaðu, Sigurður Ingi, hlustaðu!!!

Þrjár mögulegar leiðir

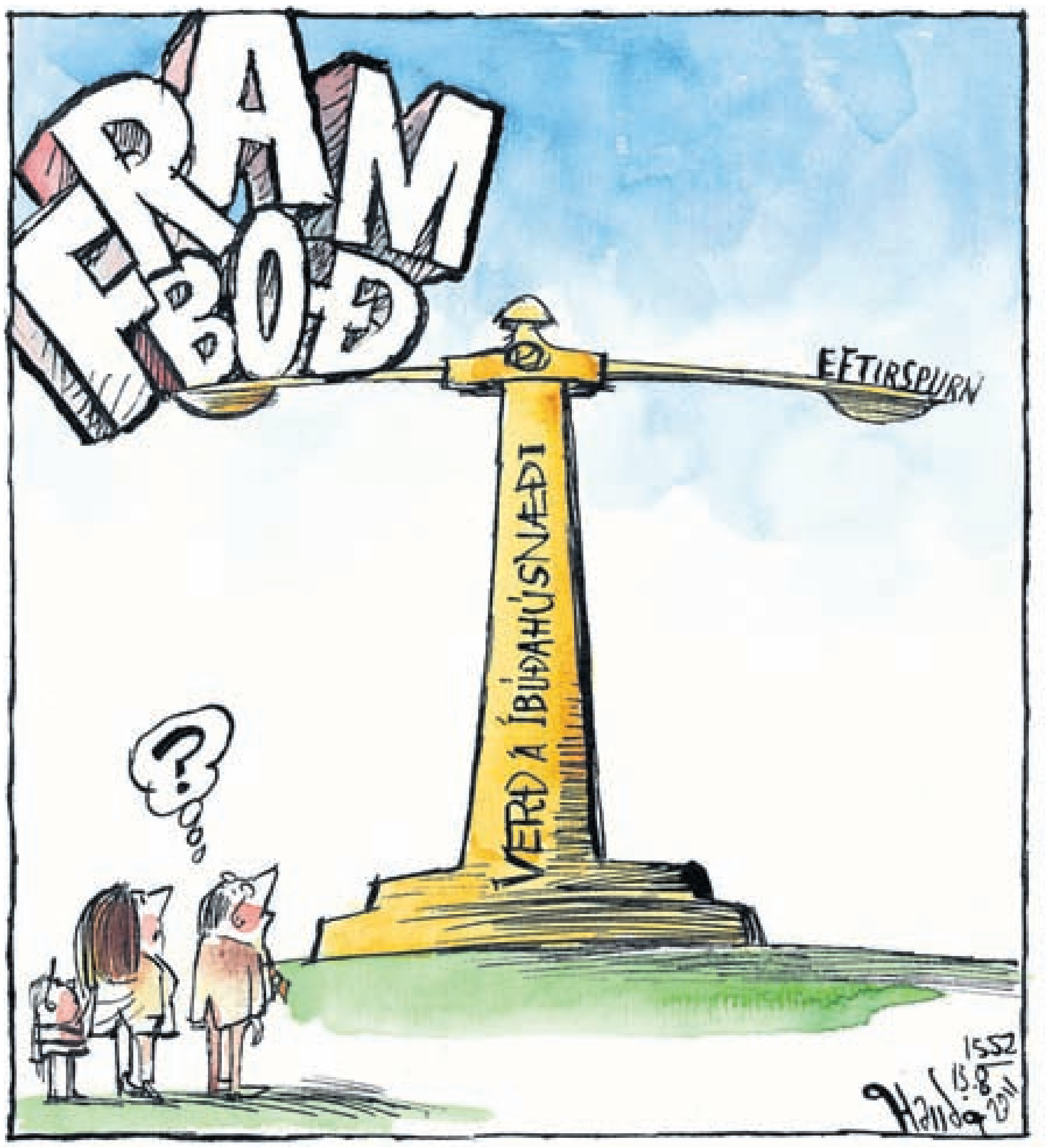
Það er mikið skeggrætt um hækkun á neðra þrepi virðisaukaskattskerfisins þessi misserin. Karl Garðarsson er einn þeirra sem segja hækkun barnabóta ekki vera næga. Vef-Þjóðviljinn, sem er hlynntur minni ríkisafskiptum, bendir á þrjár leiðir í gær, en segja má að engin þeirra hafi verið rædd af neinni alvöru. Hugmyndirnar fela í sér aukið frelsi í matvælainnflutningi, niðurfellingu á hvers kyns tollum á innflutt matvæli og niðurfellingu á þrettán milljarða króna stuðningi við innlendan landbúnað. Sennilegast er það rétt hjá Vef-Þjóðviljanum, að þetta þarf ekki að vera flókið.

Pandóruboxið

Greint var frá því í gær að Ólafur Haukur Johnson, skólastjóri Menntaskólans Hraðbrautar, hefði kært Katrínu Jakobsdóttur, fyrrverandi mennta- og menningarmálaráðherra, til ríkissaksóknara fyrir að leka trúnaðarupplýsingum úr ráðuneytinu til DV. Ólafur segir í kærunni að honum sé ekki ljóst hver nákvæmlega lak upplýsingunum en honum þykir sennilegast að það hafi verið Katrín eða aðstoðarmaður hennar, Elías Jón Guðjónsson. Óvíst er hvernig ríkissaksóknari mun taka á málinu, en það skyldi þó aldrei vera að með kæru á hendur innanríkisráðuneytinu fyrr á árinu hafi opnast einhvers konar Pandórubox. Ríkissaksóknari muni þá fá á sig holskeflu lekamála á næstunni.

jonhakon@frettabladid.is

HALLDÓR



Trampað á tungunni

SKATTAR

Gauti Kristmannsson
prófessor

Íslenskir stjórnmálamenn eru gjarnir á að lofa íslenska menningu og tungu. Það gera þeir á tyllidögum til að tjá landsmönnum umhyggju sína fyrir menningu þeirra og arfleifð. Þegar kemur hins vegar að því að gera það í verki verður minna úr og stundum virðist vera markvisst unnið að því trampa þessa örtungu okkar og menningu niður, kannski það eina sem réttlætir tilveru okkar sem þjóð meðal þjóða.

Dæmin eru mörg, en núna kastar tólfunum, rétt eftir að í ljós hefur komið að stór hluti ungviðisins er illa læs ef þá yfirleitt. Það á að hækka virðisaukaskatt á bókum á þessum örmarkaði eins elsta og bókmenntaauðugasta tungumáls um veröld víða. Langflestar þjóðir í kringum okkur hafa virðisaukaskatt á bókum í lægsta þrepi og, gagnstætt því sem er stundum fram haldið, þá eru tvö og fleiri þrep á virðisaukaskatti í þeim nánast öllum.

Öflugasta tungumál heims er án vafa enska og það mætti ætla að stjórnmálamönnum landa eins og Bretlands og Írlands þætti ekki tiltökumál að skattleggja bækur á stærsta og öruggasta markaði heims. En svo er ekki, virðisaukaskattur á bókum þar er 0% og þykir sjálfsagt, enda teljast bókmenntir mikilvægur menningararfur í þessum löndum

➜ Með hækkun á virðisaukaskatti á bókum (og öðrum menningarafurðum) er vegið að íslenskri tungu og hefur reyndar verið nóg gert með aðgerðaleysi og vesaldómi hingað til ...

auk þess sem þær eru mikið notaðar til náms eins og ku vera hér líka.

Með hækkun á virðisaukaskatti á bókum (og öðrum menningarafurðum) er vegið að íslenskri tungu og hefur reyndar verið nóg gert með aðgerðaleysi og vesaldómi hingað til eins og kennarar þessa lands á öllum skólastigum vita og sjá á hverjum degi. Og háskólastúdentar, sem á síðasta ári fengu margir sérstaka skattahækkun á nám sitt í Háskóla Íslands, fá nú viðbótarhækkun á námsbækurnar sínar í nafni einföldunar á skattakerfi sem engin er. Og hinar peningalegu tekjur fyrir ríkissjóð eru svo litlar að menn taka varla eftir þeim í Excel-skjölum ráðuneytisins. Hins vegar munu menn taka eftir því, hér sem annars staðar, þegar elstu tungu Evrópu, með sína merku bókmenntahefð og kraftmikla menningarlíf, hefur blætt út til einföldunar í bókhaldi ráðuneytis.

FRÉTTABLAÐIÐ Skaftahlíð 24, 105 Reykjavík **Sími:** 512 5000, *ritstjorn@frettabladid.is* **FRÉTTASTJÓRI:** Andri Ólafsson *andri@frettabladid.is* **RITSTJÓRNARFULLTRÚI:** Álfrún Pálsdóttir *alfrun@frettabladid.is* **VIÐSKIPTI:** Fanney Birna Jónsdóttir *fanney@frettabladid.is* **MENNING:** Friðrika Benónýsdóttir *fridrikab@frettabladid.is* **DÆGURMÁL:** Lilja Katrín Gunnarsdóttir *liljakatrin@frettabladid.is* **VÍSIR:** Kolbeinn Tumi Daðason, *kolbeinntumi@365.is* **LJÓSMYNDIR:** Pjetur Sigurðsson *pjetur@frettabladid.is* **FRAMLEIÐSLUSTJÓRI:** Sæmundur Freyr Árnason *sfa@frettabladid.is* **ÚTLITSHÖNNUN:** Silja Ástþórsdóttir *siljaa@frettabladid.is*

Sjónarmið

UTANRÍKISMÁL

Einar Benediktsson
fv. sendiherra

Leiðtogafundi NATO í Wales er almennt fagnað fyrir ákvarðanir um endurvakningu bandalagsins varðandi gæslu varna Evrópu. Skeið friðsamlegrar sambúðar var rofið af Rússlandi með innrás í Úkraínu og innlimun Krímskaga. Ekki stóð á viðbrögðum NATO-ríkja um fordæmingu valdaránsins, einkum með vaxandi efnahagslegum þvingunaraðgerðum. Á þessu er hert með þeirri ákvörðun leiðtogafundarins að stofna nýtt 4.000-5.000 manna hraðlið, staðsett í Póllandi, sem verði í fylkingarbrjósti fjölmennari viðbragðssveita. Margítrekað var, að árás á grannríki Rússlands í Austur-Evrópu væri árás á allt Atlantshafsbandalagið, samkvæmt 5. gr. stofnsáttmála þess. Á því ákvæði frá 1949 hefði síðan hvílt friður í Evrópu. Verkefnið til lengri tíma er að endurnýja samkomulag gert eftir kalda stríðið um sambúð vesturs og austurs með tilliti til nýrra ágreiningsmála. Tryggja þarf friðsæla framtíð frjálsrar Úkraínu og grannríkja og spennulaust norðurskaut.

Kallar á aðild Íslands

Á þeim 25 árum sem liðin eru frá lokum kalda stríðsins hefur margt breyst. Uppi eru glundroðakenningar vegna þess að „bandaríski friðurinn“ sé að leysast upp smátt og smátt, eins og Joschka Fisher kemst að orði í ágætri grein í Morgunblaðinu 8. september. Ekki er að undra að í fréttatilkynningu leiðtogafundarins sé lögð áhersla á samstarf NATO við ESB, sérstakan og nauðsynlegan samstarfsaðila. Staðan er hins vegar sú, að enn gefur hernaðarmáttur Bandaríkjanna vörnum Evrópu trúverðugleik. Flestar Evrópuþjóðir NATO og Kanada hafa ekki skilað sínum hlut í útgjöldum til varnarmála. Fjármálahrunið 2007 og efnahagskreppan sem fylgdi í kjölfarið er þar ein orsökin. En fari svo, sem vel gæti orðið, að Bandaríkin dragi sig frá því að vera burðarás Evrópuvarna, samhliða því að ógnin af yfirgangi Rússa sé til langs tíma, leiðir af sjálfu að ESB-lönd munu þétta raðir sínar. Stórt skref í ESB-samrunanum væri náið evrópskt varnarsamstarf en einmitt það hafa Bandaríkin lagt mikla áherslu á undanfarin ár. Slík þróun ESB verður naumast án hagvaxtar í stöðugleika og bættrar starfsemi evrusvæðisins.

Martin Wolf hjá Financial Times er gagnrýninn mjög á evrusamstarfið í nýútkominni bók, „The Shifts and the Shocks“, m.a. vegna vöntunar á eftirlitsvaldi yfir bankakerfinu og andstöðu, aðallega frá Þjóðverjum, um að beita ríkisfjármálum sem hagstjórnartæki og útgáfu evruskuldabréfa. En það er á fjármálasviðinu, sem ESB vinnur að því að hraða þróun Bankabandalags Evrópu með viðeigandi eftirlitshlutverki og þjóðhagsvarúðarreglum. Þátttaka í þessu samstarfi kallar á aðild Íslands að ESB.

➜ Þá er ásælni Kínverja hér vandamál sem bægja þarf frá varanlega. Risahöfn eða olíuboranir eru umhverfisvá sem við leyfum ekki.

Ógn og ásælni

Það fer minna en skyldi fyrir ógninni af Rússum á Norðurslóðum. Eftir ítrekaðar yfirlýsingar Pútíns í vetur um að hafin skyldu mikil umsvif á norðurskautinu undir hervernd, er sú stefna í fullri framkvæmd með opnun gamalla herstöðva við Íshafið. Það gefur tilefni til stöðugs í stað tímabundins eftirlitsflugs NATO-landa, Svíþjóðar og Finnlands hér við land og að sjálfsögðu aukinnar skipulegrar þátttöku okkar. Þá er ásælni Kínverja í aðstöðu hér vandamál sem bægja þarf frá varanlega. Risahöfn eða olíuboranir eru umhverfisvá sem við leyfum ekki. Í nýlegum skrifum um Kína, er Afríka sögð „hitt“ meginland þeirra því þangað hefur flust um ein milljón Kínverja til búsetu og uppbyggingar nýs heimsveldis.

Sú stefna var tekin af ríkisstjórninni við upphaf innrásar Rússa í Úkraínu, að Ísland styddi stefnu og aðgerðir NATO og það er mikilsvert. Þá er það stöðugt verkefni að efla tvíhliða varnarsamstarfið við Bandaríkin en í þeim efnum eiga þjóðir okkar þá samleið, sem hófst 1941. En við lifum mjög breytta tíma mikilla viðsjáa. Við erum nátengd því Evrópusamstarfi, sem við eigum heima í að fullu og öllu og nú er vaxandi hagsmunamál. Nær helmingur Íslendinga vill að lokið sé aðildarviðræðunum við ESB. Það er tilefni endurvakningar þess pólitíska vilja sem á árum áður tryggði hagsmuni okkar með aðild að Atlantshafsbandalaginu, gerð varnarsamningsins við Bandaríkin og þátttöku í Evrópusamrunanum frá aðild að EFTA til þátttöku í EES.

Auknar álögur á aldraða og sjúklinga

FJÁRMÁL

Jóna Valgerður Kristjánsdóttir
formaður Landssambands eldri borgara og formaður Krabbameinsfélags Breiðfirðinga

Nú höfum við fengið að líta augum fjárlagafrumvarp ríkisstjórnarinnar fyrir árið 2015. Það flytur engan gleðiboðskap fyrir eldri borgara. Þótt lækkun almennra vörugjalda sé góðra gjalda verð vegur hún engan veginn upp á móti hækkun virðisaukaskatts á matvæli. Að hækka virðisaukaskatt á matvæli úr 7%, sem samið var um í kjarasamningum á sínum tíma, í 12% er forkastanleg aðgerð. Það kemur að sjálfsögðu mest við þá sem lægst hafa laun eða lífeyri. Það er ekki marktækur rökstuðningur að halda því fram að allir eyði sama hlutfalli af ráðstöfunartekjum í matarinnkaup og þar af leiðandi sé þetta ekki árás á lágtekjufólk. Því verðum við að vona að það takist í meðförum þingsins að fella þessa ákvörðun út úr fjárlögunum. Þó að lækkun í efra þrepi virðisaukaskatts úr 25,5% í 24% sé tilraun til að lækka verðlag og lækka söluverð ýmissa heimilistækja, þá vegur það ekki á móti þeirri hækkun matarskatts sem hér er stefnt að. Auk þess sem allir þurfa að borða daglega, en ekki að kaupa sér heimilistæki nema á nokkurra ára fresti. Varla er gert ráð fyrir því að hækkun barnabóta komi öldruðum til góða!

Heilbrigðiskerfið

Í fyrra kom út skýrsla hjá Krabbameinsfélagi Íslands þar sem farið var yfir það hve hlutur almennings í heilbrigðisþjónustu hefur verið að aukast á Íslandi. Kostnaðurinn er nú með því hæsta sem gerist í löndum sem við berum okkur saman við. Almennt má segja að kostnaður almennings í heilbrigðiskerfinu sé kominn að þolmörkum eins og staðan er núna. Það er því algjörlega á skjön við allt sem fram kom í þessari skýrslu að bæta í þennan kostnað með því að sjúklingar greiði fyrir S-merkt lyf. Eldri borgarar og öryrkjar munu gjalda þess verulega, því þetta er sá hópur sem einna mest notar heilbrigðiskerfið og er einn stærsti kaupandi lyfja. Auk þess eru lyf flokkuð í hæsta virðisaukaþrep hér á landi, en t.d. í mörgum öðrum löndum eru lyf ýmist með engan virðisaukaskatt eða í lægra þrepinu. Það kom vel fram í grein sem Jakob Falur Garðarsson skrifaði í Morgunblaðið og einnig Jón Kr. Óskarsson, formaður FEB í Hafnarfirði. Landssamband eldri borgara hefur ítrekað óskað eftir lækkun virðisaukaskatts á lyf.

➜ Varla er gert ráð fyrir því að hækkun barnabóta komi öldruðum til góða!

Hiti og rafmagn

Þá mun þessi fyrirhugaða breyting á virðisaukaskatti hækka verulega kostnað heimila af hita og rafmagni. Verst mun það koma niður á þeim sem búa á landsbyggðinni og búa við dýrari hitunar- og rafmagnskostnað en á höfuðborgarsvæðinu. Hækkun á hvert heimili á ári er á bilinu 3.300–8.600 kr. Nóg er nú samt þegar dæmi eru um að rafmagn og hiti í dreifbýli kosti á heimili 303.000 kr. á ári. Niðurgreiðslur til húshitunar til þeirra sem búa á köldum svæðum eru í frumvarpinu nánast sama krónutala og á þessu ári og tekur því ekki einu sinni verðlagsbreytingum þrátt fyrir yfirlýsingar um jöfnun orkuverðs.

Þeir 40 milljarðar sem fjármálaráðherra fullyrðir að verði nú eftir hjá heimilum landsins með skattabreytingunum, munu ekki bæta hag þeirra sem mest þurfa á því að halda. Þvert á móti taka þeir á sig auknar byrðar.

Tolleringar í MR

SAMFÉLAG

Sigmar Aron Ómarsson
inspector scholae

Undanfarnar vikur hefur farið fram mikil umræða um svokallaðar busavígslur. Þær hafa verið mikið gagnrýndar og þeim hætt í allflestum skólum. Markmiðið er að koma í veg fyrir að einhverjum nýnemum líði illa fyrstu dagana í nýjum skóla, skiljanlega.

Í Menntaskólanum í Reykjavík var ákveðið að fara ákveðna millileið í þessum efnum. Hinni eiginlegu „busun“, þ.e. tolleringu og fleira í þeim dúr, var alfarið hætt en haldið var í hina gömlu hefð okkar MR-inga sem tolleringar eru. Þannig er hægt að búa til skemmtilega upplifun fyrir nemendur skólans, bæði nýnema sem og eldri nemendur, án þess að nokkrum þurfi að líða illa eða vera niðurlægður.

Í hinu daglega lífi tengjast tolleringar ávallt fögnuði og gleði. Íþróttalið fagna til dæmis sigrum í mikilvægum leikjum eða keppnum með því að tollera þjálfara sína. Á sama hátt er nær að tala um tolleringar í MR sem eins konar nýnemahyllingu í stað busavígslu. Mikils misskilnings hefur gætt í umræðu síðustu vikna og hafa tolleringar verið settar í flokk með hefðbundnum busavígslum. Auk þess hefur skólinn verið gagnrýndur harðlega fyrir að vilja halda í þessa skemmtilegu hefð.

➜ Undirritaður hvetur önnur nemendafélög og skóla eindregið til að fylgja fordæmi MR ...

Fimmtudaginn 4. september voru haldnar tolleringar í MR. Viðburðurinn var afar vel heppnaður og allir, nýnemar jafnt sem eldri nemendur, skemmtu sér konunglega. Að lokinni tolleringunni sjálfri voru nýnemarnir boðnir velkomnir af formönnum nemendafélaga skólans og þeim boðið upp á köku og mjólk. Um kvöldið skemmtu sér svo allir saman á nýnemadansleik Skólafélagsins. Undirritaður hvetur önnur nemendafélög og skóla eindregið til að fylgja fordæmi MR og skapa sér sínar eigin „nýnemahyllingar“ svo nýnemar um allt land verði boðnir velkomnir í sína skóla með eftirminnilegum hætti.

REYKJAVÍKURBORG

Er leiðin greið?

Sýnum samborgurum okkar tillitssemi og tryggjum greiðar og öruggar göngu- og hjólaleiðir. Hugum að trjágróðri sem vex út fyrir lóðarmörk yfir gangstéttir og stíga.

Umferðarmerki eiga að sjást vel og trjágróður má ekki byrgja götulýsingu. Gæta þarf að lágmarkshæð trjágróðurs þar sem vélsópar, snjóruðningstæki og sorphirðubílar þurfa að fara um.

Hugsum út fyrir garðinn svo leiðin sé greið allt árið!

Reykjavíkurborg september 2014

Reykjavíkurborg | Þjónustuver 411 1111 | www.reykjavik.is

BÓNUS BÓNUS BÓNUS BÓNUS BÓNUS

HAUST 2014 SLÁTRUN

KJARNAFÆÐI

295 kr. kg.

Kjarnafæði **Fersk lambalifur af nýslátruðu**

NÝTT KORTATÍMABIL

HAUST 2014 SLÁTRUN

KJARNAFÆÐI

295 kr. kg.

Kjarnafæði **Fersk lambahjörtu af nýslátruðu**

KJARNAFÆÐI

HAUST 2014 SLÁTRUN

KF Frosinn hálfur lambskrokkur

1098 kr. kg.

HAUST 2014 SLÁTRUN

Kjarnafæði **FERSKT LAMBASÚPUKJÖT 1.FLOKKUR**

859 kr. kg.

KJARNAFÆÐI

GOTT VERÐ Í BÓNUS
AÐEINS 498 kr.kg

KJARNAFÆÐI

1185 kr. pokinn

Frosin ósoðin lifrapylsa 5 keppir 2,38 kg 1185 kr poki

HAUST 2014 SLÁTRUN

ÍSLANDS LAMB

Ferskur hálfur lambahryggur
(lundarparturinn) af nýslátruðu

1898 kr. kg.

1098 kr. kg.

Grísaveislu **Bajonne-skinka úr framparti**

1098 kr. kg.

Bónus ferskar grísakótilettur

GOTT VERÐ Í BÓNUS
100 kr. lækkun
Verð áður: 1695 kr.kg

1595 kr. kg.

Íslandsnaut: **Ferskt ungnautahakk**

659 kr. kg.

Bónus ferskur grísabógur

Holta-kjúklingur

639 kr. kg.

***100 kr.* VERÐLÆKKUN**

Verð áður: 739 kr.kg

GOTT VERÐ Í BÓNUS
400 kr. verðlækkun
Verð áður 2798 kr.kg

2398 kr. kg.

Íslandsnaut: **Ferskt ungnautagúllas**

GOTT VERÐ Í BÓNUS
400 kr. verðlækkun
Verð áður 2798 kr.kg

2398 kr. kg.

Íslandsnaut: **Ferskt ungnautasnitsel**

Myllu Heimilisbrauð

Heimilisbrauð 770g

249 kr. 770g.

AFGREIÐSLUTÍMI
FÖSTUDAGUR
10:00-19:30

BÓNUS EKKERT BRUÐL

VISA

BÓNUS BÓNUS BÓNUS BÓNUS
NÝTT KORTATÍMABIL
Kredit Kort
229 kr. kg.
Argentínskar appelsínur ný uppskera
298 kr. kg.
Ítölsk rauð epli ný uppskera
GOTT VERÐ Í BÓNUS
USA steinalaus vínber, ný uppskera
759 kr. kg.
259 kr. kg.
Hollenskar Perur
259 kr. kg.
Nýjar íslenskar gulrófur
198 kr. kg.
Nýjar íslenskar kartöflur í lausu
Rauðar og Gullauga
Ferskt íslenskt salat
Bónusblanda
Lambhagi
398 kr 125g
Bónus Lambhagablanda
GOTT VERÐ Í BÓNUS
200 kr. verðlækkun
Verð áður:1198 kr.
C 500
nutra
C vitamin 500mg
C-vítamín 500 ml 120 stk
998 kr.
ÍSLENSKAR GULRÆTUR
LÍFRÆNAR
359 kr. 500g.
Akursel: Nýjar íslenskar lífrænar gulrætur
AMIN.O. ENERGY
2995 kr. 30 skammtar
GOTT VERÐ Í BÓNUS
200 kr. verðlækkun
Verð áður:1198 kr.
nutra
Magnesium plús með B12, B6 og fólinsýru
Magnesíum 120 stk.
998 kr.
398 kr.kg.
Nýjir íslenskir tómatar
BÓNUS EKKERT BRUÐL
VISA
AFGREIÐSLUTÍMI
FÖSTUDAGUR
10:00-19:30

MERKISATBURÐIR

1667 Gullskipið Het Wapen van Amsterdam strandar á Skeiðarársandi með mikinn farm af gulli og dýrum steinum að talið er. Öll áhöfnin ferst, um 140 manns.

1802 Andvana síamstvíburar, samvaxin stúlkubörn, fæðast í Rangárvallasýslu.

1874 Blaðið Ísafold kemur út í fyrsta sinn.

1905 Hengibrú yfir Jökulsá á Fjöllum er vígð í Öxarfirði, með 70 metra hafi milli stöpla.

1939 Þýskur kafbátur, U30, kemur til Reykjavíkur með þrjá menn sem særst höfðu í árás á breskt flutningaskip vestur af Bretlandi.

1978 Fatlaðir fara í kröfugöngu í Reykjavík og krefjast jafnréttis.

1981 Tungufoss sekkur á Ermarsundi en áhöfninni er bjargað.

1985 Jarðskjálfti sem mælist 8,1 á Richter ríður yfir Mexíkóborg með þeim afleiðingum að 5.000 manns bíða bana.

ÞETTA GERÐIST: 19. SEPTEMBER 1981

Simon og Garfunkel sameinuðust á ný

Tónlistarmennirnir Simon og Garfunkel sameinuðust á ný þennan dag árið 1981 eftir að hafa slitið samstarfinu 1970, og héldu ókeypis tónleika í Central Park í London. Þar var platan Tónleikarnir í Central Park tekin upp í viðurvist yfir 500.000 manns. Auk plötunnar var gefið út myndband af tónleikunum og á því eru tvö lög sem ekki eru á plötunni, flutningur á öðru þeirra var truflaður þegar æstur aðdáandi réðst inn á sviðið. Simon og Garfunkel kynntust í grunnskóla árið 1953 þegar þeir léku saman í Lísu í Undralandi. Árið 1957 mynduðu þeir hópinn Tomma og Jenna en það var árið 1965 sem þeir slógu í gegn með laginu Sounds of Silence.

Dúettinn er þekktur fyrir sinn einstaka samhljóm en líka óstöðugt samband. Platan Bridge over Troubled Water tafðist ítrekað vegna listræns ágreinings.

Óvænt ánægja

Hólabrekkuskóli hlaut viðurkenningu FÍB fyrir öruggar gangbrautir við skólann.

„Þetta var óvænt og ánægjulegt," segir Hólmfríður G. Guðjónsdóttir, skólastjóri Hólabrekkuskóla í Breiðholti, eftir að hafa tekið við viðurkenningarskildi frá FÍB fyrir vel merktar gangbrautir yfir umferðargötur við skólann. Hún segir árangurinn meðal annars árvekni foreldra skólabarna að þakka og góðu samstarfi við hverfisráð og starfsmenn borgarinnar. „Svo er skólinn með gangbrautarverði við Suðurhóla og Austurberg á morgnana þegar umferðin er mest," bætir hún við.

FÍB hóf í fyrravetur að kanna gönguleiðir skólabarna í og úr skóla um allt land, hversu góðar og öruggar þær væru og hvar þörf væri á úrbótum. Hólabrekkuskóli skoraði hæst í þeirri könnun. Eftirlitinu verður fram haldið og allar ábendingar eru vel þegnar, að sögn Boga Auðarsonar hjá FÍB.

- gun

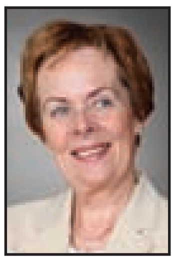
VIÐ AFHENDINGUNA Ingigerður Karlsdóttir, stjórnarmaður í FÍB, og Hólmfríður G. Guðjónsdóttir, skólastjóri Hólabrekkuskóla.
MYND/STEFÁN ÁSGRÍMSSON

†

Ástkær eiginkona mín, móðir, tengdamóðir og amma,

GUÐFINNA BJÖRGVINSDÓTTIR
Drekavöllum 18, Hafnarfirði,

lést mánudaginn 15. september á Landspítalanum við Hringbraut. Útför hennar fer fram frá Hafnarfjarðarkirkju þriðjudaginn 23. september kl. 13.00.



Sigurður G. Emilsson
Emil Sigurðsson **Gerður Guðjónsdóttir**
Björgvin Sigurðsson **Sigurbjörg M. Sigurðardóttir**
Ingvar Sigurðsson **Rósa Dögg Flosadóttir**
og barnabörn.

SAMSTARFSMENN Skúli Pálsson, formaður Grænlandsvinafélagsins Kalak, og Páll Skúlason, formaður Dansk-íslenska félagsins. Félögin standa saman að dagskránni Grænland í dag og í gær.
FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

Alltaf gaman að tengja saman nýtt og gamalt

Grænlenskur söngur og þjóðfræði verða undirstaða dagskrár í Norræna húsinu næsta þriðjudagskvöld á vegum Dansk-íslenska félagsins og Grænlandsvinafélagsins Kalak.

„Fyrst mun grænlenskur kór frá Sisimut syngja nokkur grænlensk lög, þau eru all ólík okkar hvað sönglagahefð og tónfall snertir. Svo ætlar Knud Michelsen, danskur fræðimaður, að segja frá Knud Rasmussen landkönnuði og þjóðfræðisöfnun hans í Grænlandi. Þannig tengjum við saman nýtt og gamalt og það er alltaf gaman." Þannig lýsir Páll Skúlason héraðsdómslögmaður í örstuttu máli dagskrá næsta þriðjudagskvölds í Norræna húsinu. Yfirskriftin er Grænlensk menning í dag og í gær.

Páll er formaður Dansk-íslenska félagsins sem að viðburðinum stendur ásamt Grænlandsvinafélaginu Kalak.

„Grænlensk menning er harla ólík okkar og hefur verið okkur Íslendingum framandi. Þetta er viðleitni til þess að bæta aðeins úr því," segir hann.

Fyrirlesarinn Knud Michelsen er Kaupmannahafnarbúi en náskyldur nafna sínum Rasmussen og líka af íslenskum ættum, að sögn Páls. „Michelsen ætlar að fræða okkur um þjóðlög og ýmislegt sem Rasmussen safnaði á Grænlandi og svo ætlar hann líka að segja frá tengslum hans við Ísland. Knud Rasmussen var nefnilega mikill Íslandsvinur, kom að minnsta kosti tvisvar hingað og átti hér marga vini. Meðal annars átti hann íslenska kærustu. Hún hét Efemía Indriðadóttir og var dóttir Indriða Einarssonar leikskálds, en samband þeirra entist ekki."

Páll getur þess að allir séu velkomnir á hina grænlensku dagskrá í Norræna húsinu á þriðjudaginn meðan húsrúm leyfi. Hún hefst klukkan 20.

gun@frettabladid.is

Um Knud Rasmussen

Knud Rasmussen (1879–1933), landkönnuður og mannfræðingur, var fæddur í Ilulissat í Grænlandi, sonur danska trúboðans Christians Rasmussen og grænlenskdönsku móðurinnar Lovise Rasmussen. Hann ólst að hluta til upp á Grænlandi og lærði að veiða, aka hundasleða og lifa við erfiðar aðstæður.

Áttaviti Charcots til Sandgerðis

Sendiherra Frakka á Íslandi, Marc Bouteiller, afhenti nýlega Fræðasetrinu í Sandgerði áttavita og glerstrending Charcots, vísindamanns og skipherra á Purquoi Pas?

Fræðasetrið í Sandgerði hefur fengið til varðveislu áttavita og glerstrending úr eigu vísindamannsins og skipherrans Jean-Baptiste Charcot. Munirnir fundust eftir strand Pourquoi Pas? við Álftanes á Mýrum 16. september 1936 þar sem Charcot fórst ásamt allri áhöfn, að einum manni undanskildum.

Það var sendiherra Frakka á Íslandi, Marc Bouteiller, sem afhenti forsvarsmönnum setursins munina, hann hafði fengið þá að gjöf í desember síðastliðnum frá barnabarni Charcots, Anne-Marie Vallin-Charcot. Sendiherrann er á förum frá landinu og þótti rétt að finna gripunum stað meðal annarra minja um vísindamanninn.

- gun

Á SUÐURSKAUTSLANDI Charcot á góðri stundu ásamt vini.

BARNASTUND Í HÖRPU

Sinfóníuhljómsveit Íslands heldur barnastund í Hörpuhorni á 2. hæð Hörpu á laugardaginn klukkan 11.30. Hún er ætluð allra yngstu hlustendunum og forráðamönnum þeirra. Barbara trúður kynnir og aðgangur er ókeypis.

ÚTSALA

Barskápar
Glerskápar
Skenkar
Speglar
Sófaborð
Bókahillur
Púðar
Sófasett
Tungusófar
Hornsófar
Stakir sófar
Borðstofuborð
Sjónvarpsskápar
Fjarstýringavasar

10-70%
afsláttur
af völdum vörum

Opið virka daga kl. 10-18
laugard. 11-16

Patti HÚSGÖGN

Bildshöfða 18 - 110 Reykjavík - sími: 557 9510 - www.patti.is

Fréttablaðið gefur út sérblaðið

Morgunstund Gefur Gull í Mund

þriðjudaginn 23. september

- *Blaðið mun fjalla um almennt mikilvægi holls morgunmats*
- *Börn og mikilvægi morgunmatar*
- *Viðtal við næringarfræðinga*
- *Líkamsrækt á morgnana*
- *hvaða vítamín þarf maður á að halda*
- *Uppskriftir að góðum morgunmat*
- *Almenn og góð heilsuráð*

Áhugasamir um kynningar eða birtingar í þessu blaði hafið samband við

Kolbeinn Kolbeinsson, markaðsráðgjafi
Sími: 512 5447
GSM: 663 4555
Netfang: kolli@365.is

MEST SELDI VÖRTUBANI Í HEIMI

ARTASAN KYNNIR *Wartner býður upp á tvær áhrifaríkar lausnir til að losna við vörtur. Annars vegar frystimeðferð og hins vegar vörtupenna.*

Frystimeðferðin frá Wartner byggist á sömu frystitækni og fagaðilar nota. „Með henni má eyða vörtum hratt og örugglega með því að frysta þær á markvissan hátt. Þannig hverfur vartan yfirleitt á innan við 10 til 14 dögum, oftast eftir eina meðferð," segir Þórhildur Edda Ólafsdóttir, sölufulltrúi lausasölulyfja hjá Artasan.

ÞÓRHILDUR EDDA ÓLAFSDÓTTIR
Sölufulltrúi lausasölulyfja hjá Artasan.

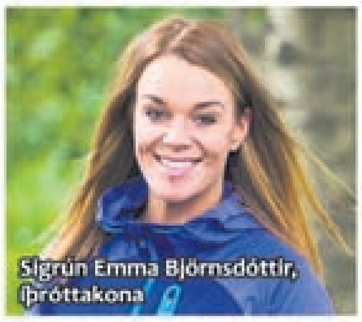
Þórhildur segir auðvelt að nota Wartner-pennann. „Hann inniheldur TCA-gel sem fjarlægir vörtur af húðinni." Hún útskýrir að gelið valdi flögnun hornhúðar vörtunnar sem leyfi eyðingu vírussins sem orsaki vörtuna. Þórhildur bendir á að ef vartan er stærri en 7,5 mm í þvermál þurfi að hafa samband við lækni.

Báðar lausnirnar má nota fyrir fullorðna og börn fjögurra ára og eldri.

KOSTIR

- Fljótleg og áhrifarík meðferð.
- Ein meðferð dugar í flestum tilfellum.
- Heilbrigð húð myndast.
- Íslenskar leiðbeiningar fylgja.

SÖLUSTAÐIR Fæst í apótekum um land allt.



natures aid

20% afsláttur

Sykurlöngunin hvarf og mittismálið minnkaði!

„Raspberry Ketones frá Natures Aid hefur gert frábæra hluti fyrir mig og ég mæli 100% með þeim.„

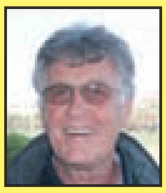
Losnaði við sykurþörfina og 9 kíló farin frá í vor!

„Mittismálið minnkaði og ég er orkumeiri. Einnig finnst mér ég ekki þurfa borða eins mikið og áður og sleppi sælgæti algjörlega."

Opið hús

LEIÐSÖGUNÁM OG FARARSTJÓRN ERLENDIS

Kynning á námi í máli og myndum fer fram í skólanum að Bíldshöfða 18 fimmtudaginn 18. sept. frá kl. 18 til 20.



Kjartan Trausti Sigurðsson, fararstjóri til fjölda ára, mætir á svæðið.

Ferðamálaskóli Íslands
Bíldshöfða 18, sími 567 1466
www.menntun.is

GÓÐAR STUNDIR „Á sama tíma er maður að hitta hluta af stórfjölskyldunni og gamla kunningja og gamlar og góðar minningar rifjast upp.“ MYND/VALLI

Fyrirbyggjandi lúsasjampó

Notist reglulega eins og hvert annað sjampó fyrir hárþvott.

Gotitas de Oro - Anti-Lice Shampoo

Kemur í veg fyrir lúsasmit.

Fyrirbyggjandi lúsasjampó fyrir börn. Virk samsetning innihaldsefna ver hárið og hársvörðinn og kemur í veg fyrir lúsasmit án þess að valda óþægindum né ertingu. Afar milt en öflugt sjampó.

Virku innihaldsefnin í sjampóinu eru náttúruleg. Þau fyrirbyggja og gefa líka raka:

Andiroba olía: 100% náttúruleg olía. Notuð víða í heiminum, m.a sem vörn gegn skordýrabiti.
Quassia edik: Edik blanda með Quassia Amara seyði sem kemur í veg fyrir að egg lúsarinnar (nit) geti fest í hárinu.

Umboð: www.vitex.is

Útsölustaðir: Lyfjaver/Heilsuver, Lyfjaval Mjódd, Rima Apótek, Reykjavíkur Apótek, Garðs Apótek, Árbæjar Apótek, Apótek Hafnarfjarðar, Apótek Garðabæjar, Lyfsalinn-Glæsibæ, Austurbæjar Apótek, Lyfja Lágmúla, Lyfja Smáratorgi, og Fjarðarkaup

Ábendingahnappinn má finna á www.barnaheill.is

SAFT

NÁLÆGÐIN VIÐ NÁTTÚRUNA

RÉTTIR UM HELGINA *Selvogsréttir fara fram um helgina þar sem fjölskyldur og vinir hittast og eiga saman góðan dag í sveitinni innan um sauðféð.*

Fjárréttum fer senn að ljúka en nokkrar fara þó fram um helgina. Þar á meðal eru Selvogsréttir sem eru haldnar á strandlengjunni milli Þorlákshafnar og Grindavíkur í tæplega klukkustundarfjarlægð frá höfuðborgarsvæðinu. Þrír bændur úr Selvogi munu smala og rétta þar um helgina auk tómstundabænda úr Ölfusi og Þorlákshöfn. Svæðið sem þarf að smala er nokkuð stórt og því kemur talsverður fjöldi aðkomumanna að verkinu, að sögn Kristínar Önnu Þórarinsdóttur, eins fjallkóngs Selvogsrétta. „Fjöldi fjár sem smala þarf um helgina eru um 1.000 með lömbum en var nær 4-5.000 fyrir 30 árum. Þar sem afgirt fjárhólf voru ekki komin og opið á milli afrétta, kom oft fé í Selvogsréttir áður sem tilheyrði Ölfusi, Grindavík eða tómstundabændum á höfuðborgarsvæðinu.“ Kristín Anna er sjálf fædd og uppalin í Vogsósum í Selvogi og hefur þar af leiðandi sótt réttir frá því að hún man eftir sér.

Starf fjallkóngs snýr í stuttu máli að því að stýra þeim hópum sem sjá um smölun. Í tilfelli Selvogsrétta er um tvo hópa að ræða og leiðir Kristín annan þeirra. „Hluti smalanna er á hestum og þeir fara yfirleitt lengst inn á fjallið en þeir sem eru fótgangandi fara styttra. Smalarnir raða sér upp í ákveðna línu frá fjallsbrún og eins og langt og þarf að fara. Þeir sem fara innst eru heldur á undan þar sem féð leitar niður á við og þá er mikilvægt að þar séu smalar sem mæta fénu og beina því rétta leið.“

Ýmsar breytingar hafa orðið á réttum undanfarin ár og eru Selvogsréttir engin undantekning. „Það sem hefur helst breyst við sjálfar réttirnar er að fjöldi fjár hefur dregist töluvert saman og um leið sá hópur sem kemur að þeim. Hvað varðar sjálfar göngurnar er fénu haldið innan fjárhólfs sem girt var fyrir nokkrum árum. Áður fyrr var svæðið sem smala þurfti mun stærra og til dæmis byrjaði þá einn hópur smalanna í Bláfjöllum.“

Nálægðin við náttúruna er það sem heillar Kristínu Önnu mest við réttir og ekki skemmir fyrir að vera á góðum hesti í göngunum og hafa hundinn með. „Það er líka gaman að sjá féð komið í réttirnar og sjá hvernig það kemur út eftir sumarið. Á sama tíma er maður að hitta hluta af stórfjölskyldunni og gamla kunningja og gamlar og góðar minningar rifjast upp. Réttir eru líka góður vettvangur fyrir börn til að kynnast sveitinni því þau hafa ekki sama tækifæri í dag og áður til að kynnast sveitalífinu.“ Göngurnar byrja á laugardagsmorgun og verða hóparnir komnir af fjalli um þrjúleytið, ef allt gengur samkvæmt áætlun. Þá eru fénu komið fyrir í réttinni og svangir og þreyttir smalar fá sér góða og langþráða máltíð. Á sunnudeginum eru hins vegar sjálfar réttirnar þar sem féð er dregið í dilka eftir því hverjum það tilheyrir.

Selvogsréttir eru í um tíu km fjarlægð frá Þorlákshöfn en ekið er til vesturs að Hlíðarvatni þar sem réttin stendur.

SPENNA Réttir eru góður vettvangur til að kynnast sveitinni. MYND/JÓHANNA

AF FJALLI Um 1.000 fjár og lömbum verður smalað um helgina. MYND/JÓHANNA

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
Kolbeinn Kolbeinsson, kkolbeins@365.is, s. 512 5447
Hönnun: **Silja Ástþórsdóttir**

Lífið

FÖSTUDAGUR
19. SEPTEMBER 2014

Katrín Alda
GERIR ÞAÐ GOTT MEÐ SKART-GRIPAMERKINU EYLAND 2

Heilsuvísir
KOMDU Í VEG FYRIR D-VÍTAMÍNSKORT MEÐ ÝMSUM LEIÐUM 4

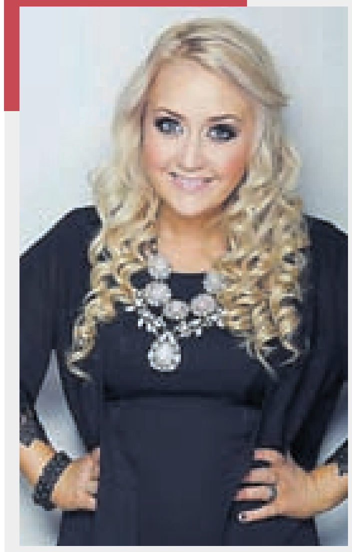
Trend á tískupalli
BLANDAÐU SAMAN RAUÐUM OG BLEIKUM Í VETUR 10

Silja Hauksdóttir

ENDALAUST EFNI Í BOÐI ÍSLENDINGA

FRÉTTABLAÐIÐ
› visir.is/lifid

HVER ER?



Nafn?
Sara Dögg Johansen
Aldur? 25 ára
Starf? Förðunarfræðingur og annar eigandi Reykjavík Makeup School.
Maki? Ólafur Þór Ólafsson.
Stjörnumerki? Vatnsberi.
Hvað fékkstu þér í morgunmat? Cheerios með dóttur minni.
Uppáhaldsstaður? Letilaut er án efa uppáhaldsstaðurinn minn en það er sumarhús tengdaforeldranna sem stendur undir Eyjafjöllum. Svo hafa Básar í Þórsmörk verið í miklu uppáhaldi frá því ég var barn.
Hreyfing? Fara út að hjóla með dóttur minni, hot yoga og dansa þegar enginn sér.
Uppáhaldslistamaður? Francesca Tolot, Patrick Ta, Mario Dedivanovic, Mary Phillips, Romero Jennings og margir fleiri.
Uppáhaldsmynd? Armageddon og Lion King, græt alltaf!
A- eða B-manneskja? Klárlega B en óska þess að verða A þegar ég verð stór.

HVERJIR HVAR?

Það var mikið líf í leikhúsum landsins um helgina þegar bæði Þjóðleikhúsið og Borgarleikhúsið frumsýndu barnaleikrit vetrarins. Á laugardaginn var það Lína Langsokkur og mátti þar sjá sjónvarpskonuna **Brynju Þorgeirsdóttur** og ritstjórann Eddu Hermannsdóttur í áhorfendasalnum. Fullt hús var einnig í Þjóðleikhúsinu þar sem Ævintýri í Latabæ var frumsýnt með Magnús Scheving í fararbroddi. Þar mátti meðal annars sjá **Steinunni Ólínu** og Þorgerði Katrínu.

HÖNNUN GAMAN AÐ VINNA MEÐ ÖÐRUVÍSI EFNI

Hönnuðurinn Katrín Alda fetar nýjar slóðir með skartgripamerkinu Eyland sem hefur slegið í gegn hérlendis sem erlendis undanfarið. Rauði þráðurinn er „hið illa auga“ svokallaða.

„Þetta er svona hliðarverkefni sem hefur undið upp á sig,“ segir hönnuðurinn Katrín Alda sem nýlega setti á laggirnar skartgripamerkið Eyland í félagi við breska vinkonu sína, Victoriu.

Katrín Alda er betur þekkt sem fatahönnuður þar sem hún er með merkið sitt KALDA og er skartgripamerkið samstarf vinkvennanna en nú eru þær að leggja drög að þriðju línunni. Rauði þráðurinn í hönnuninni er hið svokallaða „evil eye“ eða hið illa auga en línan samanstendur af armböndum, hringjum, eyrnalokkum og hálsmenum.

„Það er mjög gaman að vinna með öðru vísi efni en í fatahönnuninni og hefur komið mér skemmtilega á óvart hvað þetta er gaman. Þetta er ódýrara sem gerir markaðinn opnari,“ segir Katrín Alda en fyrsta lína Eylands er nú seld í 12 búðum víðs vegar um heiminn eins og í Ástralíu, Singapúr og Tókýó. Þá hefur vefverslunin vinsæla Nastygal hafið sölu á skartinu. Hér á landi er línan til sölu í búðinni Einveru og einnig á vefsíðunni eylandjewellery.com

Katrín Alda er búsett í Bretlandi þar sem hún fylgir fatamerki sínu KALDA eftir og nú Eylandi. „Við erum að klára þriðju línuna núna sem er aðeins öðru vísi en augað heldur sér áfram.“ alfrun@frettabladid.is

Katrín Alda segir það hafa komið sér skemmtilega á óvart hversu gaman það er að hanna skartgripi. MYND/SILJA MAGG

„Hið illa auga“ er rauði þráðurinn í hönnunni.

Fallegt skart.

SÍÐAR PEYSUR

Nýtt kortatímabil

Rita

Við erum á Facebook

Bæjarlind 6 • S. 554 7030

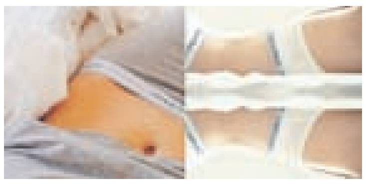
#mycalvins

TÍSKA CALVIN KLEIN TIL LANDSINS

Calvin Klein-undirfötin fá uppreisn æru í tískuheiminum.

„Þetta er mjög spennandi en við heilluðumst af undirfötunum á tískuvikunni í Kaupmannahöfn,“ segir Ása Ninna Pétursdóttir, eigandi búðarinnar GK og Suit, en hún ætlar að selja fatamerkið fræga Calvin Klein í búðum sínum.

Um er að ræða undirfötin, gallabuxnamerkið og fylgihluti frá hönnuðinum vinsæla sem kom einmitt hingað til lands í tengslum við HönnunarMars á þessu ári og hélt erindi. Undirfatnaðurinn hefur fengið uppreisn æru upp á síðkastið þar sem auglýsingaherferð fyrirtækisins sem nefnist #mycalvins hefur tekist það vel að þúsundir hafa merkt myndir af sér í Calvin Klein-undirfötum á Twitter og Instagram.



Þúsundir manna út um allan heim deila myndum af sér í Calvin Klein-nærfatnaði og merkja þær #mycalvins á samskiptamiðlum.

Nú geta Íslendingar tekið þátt í æðinu og merkt myndirnar sínar. „Við höfum sjaldan verið svona spennt fyrir nýju merki þar sem allar línurnar voru svo fallegar og ættu að henta svo breiðum hópi. Verðið kom skemmtilega á óvart,“ segir Ása að lokum.

Ása Ninna Pétursdóttir, eigandi GK og Suit, er spennt fyrir komu Calvin Klein í búðina.

AUGNABLIKIÐ

Gestir tískusýningar **Toms Ford** á tískuvikunni í New York ráku upp stór augu þegar hönnuðurinn gekk fram á pallinn í lok sýningarinnar klæddur gallabuxum og gallaskyrtu. Ford hefur gefið það út í viðtölum að hann fari varla út úr húsi án þess að klæðast sérsniðnum jakkafötum. Hann tók sig hins vegar vel út í galladressinu við svartan jakka og sýndi þar með hverdagslegan klæðaburðinn í nýju ljósi.

Lífið
www.visir.is/lifid
ÚTGÁFUFÉLAG 365 miðlar ehf., Skaftahlíð 24, 105 Reykjavík, sími 512 5000
Ritstjórnarfulltrúi **Álfrún Pálsdóttir** alfrun@frettabladid.is
• Auglýsingar **Atli Bergmann** atlib@365.is
Hönnun **Silja Ástþórsdóttir** siljaa@frettabladid.is • Forsíðumynd **Ernir Eyjólfsson**

9.990kr
stærðir 36-41

9.990kr
stærðir 36-41

10.980kr
stærðir 36-41

10.980kr
stærðir 36-41

9.990kr
stærðir 36-41

9.990kr
stærðir 36-41

JESSIGIRL

Fylgstu með á Facebook

1. hæð Kringlunnar

Sími: 551-1314

Heilsuvísir

LÚMSK EINKENNI D-VÍTAMÍNSKORTS

Ragnheiður Guðmundsdóttir
blaðamaður á Heilsuvísi

Mikilvægi D-vítamíns er vel þekkt. Það var fyrst á fjórða áratug síðustu aldar að tengsl milli D-vítamínskorts og beinkramar urðu ljós. Beinkröm veldur því að bein og tennur mýkjast. Jafnvel þó að einstaklingur fái nægt kalk úr fæðunni gerir D-vítamínskortur það að verkum að magn kalks og fosfats í blóðinu er ekki í jafnvægi. Afleiðingar þess geta verið þær að magn steinefna í beinvef minnkar, beinstyrkur minnkar og aukin hætta er á beinbrotum. Einkenni beinkramar eru meðal annars beygðir fætur, beinverkir, tannskemmdir, tíð beinbrot og aflögun á höfuðkúpunni.

Vegna þess að beinkröm er tiltölulega fátíð í þróuðum löndum væri auðvelt að ætla að D-vítamínskortur heyrði fortíðinni til. Sú er hins vegar ekki raunin. Nýjar rannsóknir hafa leitt í ljós önnur og lúmskari einkenni D-vítamínskorts. Marga sjúkdóma, sem við fyrstu sýn virðast lítið eiga skylt við nokkuð svo augljóst sem beinkröm, má rekja til D-vítamínskorts.

Hvað er D-vítamín?

D-vítamín er fituleysanlegt vítamín sem líkami okkar fær á tvo vegu, með D-vítamínríkri fæðu eða fæðubótarefnum og með sólarljósi. Hugtakið D-vítamín nær yfir margar gerðir af vítamíninu. Tvær megingerðir þess eru D2 sem við fáum úr fæðu og D3 sem húðin framleiðir þegar hún kemst í tæri við sólarljós. Megintilgangur D-vítamíns í líkamanum er að stýra magni kalks í blóðinu.

Sólskinsvítamínið?

Það er frekar erfitt að fá nægilegt D-vítamín eingöngu úr fæðu. Mest af vítamíninu er að finna í feitum fiski, á borð við túnfisk, makríl og lax. Einnig má finna mikið af D-vítamíni í sumum sveppategundum.

Jafnvel þó að húðin framleiði hluta af því D-vítamíni sem við þurfum, dugar sólarljós heldur ekki alltaf til þess að uppfylla daglega D-vítamínþörf okkar. Þættir eins og úr hvaða átt sólin skín, árstími, ský, mengunarstig og notkun sólarvarnar geta dregið úr náttúrulegri framleiðslu húðarinnar á D-vítamíni.

Einkenni D-vítamínskorts

Sumir sem þjáist af D-vítamínskorti finna ekki fyrir neinum einkennum. Aðrir finna fyrir einkennum eins og svefntruflunum, vöðvakrömpum, almennri þreytu, sársauka í liðum, sársauka eða máttleysi í vöðvum, eiga erfitt með að einbeita sér, höfuðverkjum, hægðatregðu eða niðurgangi og þvagfæratruflunum. Hér að neðan eru níu aðrir alvarlegir sjúkdómar sem geta tengst D-vítamínskorti:

1. **Astmi** 1.200 IU af D-vítamíni daglega geta dregið úr tíðni astmakasta og dregið úr alvarleika þeirra.
2. **Þunglyndi** D-vítamínskortur hefur verið tengdur við þunglyndi og aðra geðræna kvilla. Sýnt hefur verið fram á að ef kona fær nægt D-vítamín á meðgöngu dregur úr líkum á því að barnið þrói með sér geðræna kvilla á lífsleiðinni.
3. **Hjartveiki** Hjartasjúkdómar eru algengari í fólki með D-vítamínskort.
4. **Hár blóðþrýstingur** Hár blóðþrýstingur hefur verið tengdur við skort á kalki, magnesíum, kalíum og D-vítamíni.
5. **Liðagigt** Rannsóknir hafa sýnt fram á að D-vítamín getur sefað sársaukann og stirðleikann sem tengdur er gigtarsjúkdómum.
6. **MS (Multiple Sclerosis)** Rannsóknir hafa sýnt að búseta skiptir máli þegar kemur að líkum þess að fá MS. Því minna sólarljós sem þú færð, því líklegri ertu til að fá sjúkdóminn. Þetta gefur til kynna sterka tengingu á milli MS og D-vítamíns.
7. **Krabbamein** Margar tegundir krabbameins hafa verið tengdar við D-vítamínskort, til dæmis brjóstakrabbamein, blöðruhálskrabbamein og ristilkrabbamein.
8. **Tannholdssjúkdómar** Tannholdsbólgur og aðrir tannholdssjúkdómar geta verið sársaukafullir, valdið blæðingu úr tannholdi og tennur geta losnað. D-vítamín hjálpar til að við að jafna út bakteríuflóruna í munninum.
9. **Sykursýki** Í grein frá Worlds Healthiest Foods er ójafnvægi í blóðsykri flokkað sem einkenni D-vítamínskorts.

Útsölust: Íslandia Kringlunni, Rammagerðin, Hafnarstræti, Akureyri og Flugstöð, Hrafna, Around Iceland, Álafoss Mosó, Black Pepper, Bláa Lónið, Landnámssetrið, Lífland, Þjóðmynja-safnið, Víking Akureyri, Hótel Reynihlíð, Gullfoss Kaffi. Auntsdesign Hlíðarsmára
S: 6183022 Auntsdesign

FYLLTAR VEFJUR

Rikka á Heilsuvísi býr til fylltar vefjur fyrir tvo.

Fyllt vefja með eggjum, kjúklingi og fetaosti – fyrir 2

1 msk. ólífuolía
2 meðalstórir sveppir, saxaðir
50 g eldaður kjúklingur
½ tsk. karrí
handfylli spínat
1 msk. þurrkuð trönuber
1 egg
1 eggjahvíta
1 msk. fetaostur, mulinn
salt og nýmalaður pipar
2 tortillavefjur

Steikið sveppina upp úr olíunni á meðalheitri pönnu og bætið kjúklingnum og karríinu út í. Setjið spínatið saman við ásamt trönuberjunum og steikið þar til það er orðið mjúkt. Hrærið saman eggin og setjið út á pönnuna ásamt fetaostinum. Kryddið með salti og pipar. Hitið tortillavefjur á pönnunni og fyllið þær með eggjafyllingunni.

Balsam kynnir:

HEILBRIGÐ LAUSN VIÐ ÞYNGDARSTJÓRNUN

GARCINIA CAMBOGIA frá Natural Health Labs. Tilvalið fyrir alla sem vilja borða minna í hverri máltíð, ná stjórn á millimálamauli, sykuráti, kvöldsnarli, losna við aukakílóin og upplifa vellíðan í eigin skinni.

Sigríður Oddsdóttir er heimavinnandi móðir með tveggja ára dóttur. Hún æfir krossfit af kappi þegar tími gefst og hefur tekið Garcinia Cambogia-fæðubótarefni samhliða æfingunum í nokkurn tíma. Sigríður segist vera í skýjunum með árangurinn. „Eftir að ég eignaðist dóttur mína hef ég ekki haft mikinn tíma fyrir hreyfingu og hef átt erfitt með að koma mér í sama form ég var í fyrir barnsburðinn. Ég get viðurkennt að ég borða líka meira en ég gerði og á það til að laumast í nammiskápinn á kvöldin,“ segir Sigríður hlæjandi og segir ísinn vera sinn versta óvin.

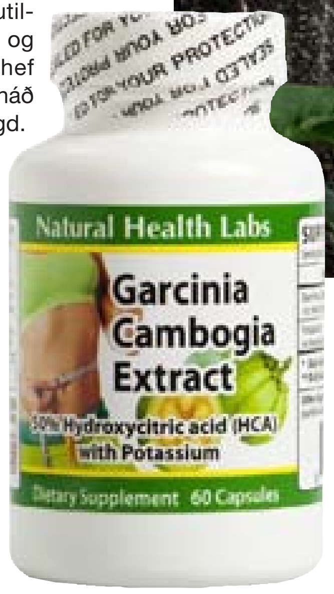
Sá árangur eftir aðeins 1 til 2 vikur

„Samhliða krossfitæfingunum mínum hef ég tekið Garcinia Cambogia og sá strax mun á mér. Ég tek 1-2 töflur á dag og þá finn ég fyrir þægilegri seddutilfinningu, borða miklu minna og læt nartið alveg í friði. Ég hef meiri orku, líður betur og hef náð miklu betri stjórn á eigin þyngd. Mér finnst ég líta miklu betur út og líður rosalega vel með sjálfa mig,“ segir Sigríður og brosir.

Sölustaðir

GARCINIA CAMBOGIA er þegar orðið eitt allra vinsælasta fæðubótarefni á Íslandi við þyngdarstjórnun og er fáanlegt í fjölda apóteka, Lyfju, Apótekinu, Heilsuhorninu Blómavali, Sportlífi, Hagkaupi, Fjarðarkaupum, Heimkaupum, Lyfsalanum Glæsibæ og Heilsulausn.is.

Sigríður Oddsdóttir mælir eindregið með Garcinia Cambogia. MYND/GVA



Ráðlögð notkun: Taktu 2 hylki um 30-60 mínútum fyrir aðalmáltíð eða taktu tvö hylki stuttu eftir aðalmáltíð.

GARCINIA CAMBOGIA er ljósgrænn ávöxtur sem vex í Suðaustur-Asíu og hefur verið notaður lengi af innfæddum sem almenn fæða og sem lækningalyf. Reynsla um allan heim hefur sýnt að virkni Garcinia Cambogia er þríþætt og má rekja til efnis sem kallast HCA eða hýdroxýsýra. Fyrsta virknin stafar af því að efnin í ávextinum jafna blóðsykur, minnka matarþörf og eyða sætuþörf. Önnur virknin er að Garcinia Cambogia hindrar fituuppbyggingu í líkamanum, tekur allan aukasykur og meltir hann án þess að líkaminn setji umframmagn í fituforða. Þriðja virknin er að Garcinia Cambogia eykur serótónínframleiðslu í heilanum, jafnar geð, eykur vellíðan og minnkar stress.

GEISLANDI HÚÐ, HÁR OG NEGLUR

GOJI-BER – nýtt frá Natural Health Labs. Stuðlar að hreysti og langlífi ásamt því að gefa húð, hári og nöglum fallegan ljóma. Tilvalið fyrir þá sem vilja neyta goji-berja á auðveldan og þægilegan máta.

Rósa Þorvaldsdóttir, meistari í snyrtifræðum, kennari og fótaaðgerðafræðingur, er eigandi Snyrtimiðstöðvarinnar Lancôme. Hún hefur rekið eigin stofu samfellt í 35 ár. „Við tökum á móti fólki á öllum aldri, konum og körlum, í slakandi andlits- og líkamsmeðferðir og leggjum mikið upp úr þægilegu andrúmslofti. Ég fæ fólk til mín í alls konar ástandi og okkar markmið er alltaf að hjálpa fólki að líða betur í líkama og sál.

Mælir með goji-berjum

Hverri meðferð fylgir húðgreining og ráðleggingar um umhirðu húðar, segir Rósa. „Ég er með mismunandi ráðleggingar fyrir hvern og einn en bendi öllum á að borða hollt og fara vel með líkamann. Goji-ber eru ein næringarríkasta fæða sem ég veit um og algjört töfraefni fyrir húðina, neglurnar og hárið. Ég bendi mörgum á að ef þeir vilja fallegt og heilbrigt útlit eru gojiber frábær lausn. Ég tek sjálf goji-fæðubótarefni daglega því mér finnst þau minnka sykurþörf og gefa mér nauðsynlega viðbótarorku. Einfalt og þægilegt,“ segir Rósa og brosir.

Rósa Þorvaldsdóttir snyrtifræðingur mælir með goji-berjum fyrir fallegt og heilbrigt útlit.

Ráðlögð notkun: Taktu 1 til 3 grænmetishylki með vatnsglasi yfir daginn.

Hentug lausn fyrir alla

Goji-ber hafa notið mikilla vinsælda um allan heim. Goji-fæðubótarefni er frábær lausn fyrir þá sem vilja neyta berjanna á auðveldan og þægilegan máta. Fáanlegt í nær öllum apótekum landsins, Heilsuhúsinu, Heilsuhorninu Blómavali, Sportlífi, Fjarðarkaupum, Heimkaupum og Heilsulausn.is.

GOJI-BER eru af mörgum talin næringarríkasta fæða sem finnst í náttúrunni og eru því flokkuð sem svokölluð ofurfæða eða „superfoods“. Berin vaxa í Kína, Mongólíu og Himalajafjöllunum og eru oft kölluð hamingjuberin vegna vellíðunar sem þeim fylgir og ótrúlegra áhrifa þeirra á heilsu og heilbrigði. Innfæddir hafa notað þau í þúsundir ára í lækningaskyni vegna einstakra yngingaráhrifa þeirra og margvíslegra næringarefna. Þau eru stútfull af próteini, amínósýrum, vítamínum og steinefnum og einstaklega rík af andoxunarefnum sem vinna gegn öldrun og gefa húð, hári og nöglum fallegan ljóma. Einnig bæta þau sjónina, skerpa hugsun, auka lífsorku og styrkja ónæmiskerfið.

FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

STEFNDI EKKI ALLTAF Á KVIKMYNDAGERÐ „Ég horfði frekar í skapandi áttir því að ég hélt að þá myndi ég ekki þurfa að sitja mikið kyrr."

ÞAÐ ER MJÖG MIKILVÆGT AÐ ÓLÍKAR RADDIR HEYRIST

Silja Hauksdóttir er handritshöfundur og leikstjóri. Hún hefur þegar skapað sér nafn í kvikmyndagerð á Íslandi, fyrir kvikmyndina Dís, sem var hennar fyrsta verk, sjónvarpsþáttaröðina Ástríði og svo tók hún þátt í gerð Stelpnanna, sjónvarpsþáttanna Ríkisins og skaupsins 2008, svo eitthvað sé nefnt. Önnur sería Ástríðar var nýverið tilnefnd til evrópsku sjónvarpsverðlaunanna, Prix Europa, sem er stærsta hátíð sinnar tegundar í Evrópu. Næsta verkefni Silju er að leikstýra Áramótaskaupinu.

Ólöf Skaftadóttir
olof@frettabladid.is

Það er af nægu að taka og þjóðin hefur verið mjög tillitssöm í þeirri viðleitni sinni að sjá okkur fyrir efni," segir Silja Hauksdóttir leikstjóri létt í bragði, en vinna er þegar hafin við gerð Áramótaskaupsins. Ásamt Silju sem skrifar handrit og leikstýrir, koma að skrifunum þær María Reyndal, Gagga Jónsdóttir, Lóa Hjálmtýsdóttir, Katla Margrét Þorgeirsdóttir, Edda Björgvinsdóttir og Anna Svava Knútsdóttir. „Við erum byrjaðar að skrifa og komnar á fullt," bætir Silja við.

„Við sjáum ekki fram á að lenda í neinni ritstíflu eða efnistakavandræðum enn sem komið er. Það rennur undan okkur efnið. Þetta verður frekar spurning um að sigta út heldur en að prjóna eitthvað við. Maður er kannski uppteknari af málefnum líðandi stundar þegar skaup er fram undan, en mér finnst þetta ár hafa verið sérlega viðburðaríkt."

Tekurðu Hönnu Birnu fyrir? „Ég get ekki látið það leka," segir Silja og hlær.

Er ekki pressa að leikstýra Áramótaskaupi sem hver einasti Íslendingur horfir á? „Ég vil bara gera þetta vel og vanda mig. Öðru stýri ég ekki í bili og annarri pressu er ég eiginlega ónæm fyrir. Ég trúi því að það sé hægt að hafa skaupið beitt án þess að það sé rætið og að ádeila geti verið áleitin og fyndin í senn. Ég vil bara að fólki hlæi eins mikið og mögulegt er."

Silja hefur leikstýrt báðum seríum af Ástríði, sem sýndar voru á Stöð 2 með nokkurra ára millibili. *Eigum við von á fleiri seríum af Ástríði?* „Vonandi, en það er ekki í mínum höndum að ákveða það. Ég veit hins vegar að það er rosalega skemmtilegt að gera þessa þætti. Báðar seríur var þakklátt og gott að vinna. Bæði var hópurinn sem að þessu stendur og skrifar báðar seríurnar svo sterkur og svo þeir sem stóðu að því að framkvæma þetta á endanum, leikararnir og allt, þetta var ótrúlega skemmtilegt ferli."

Klapp á bakið

Hvað þýða svona tilnefningar eins og sú sem þið fenguð á dögunum? „Það eru margir sem senda inn, margar Evrópuþjóðir og mörg verk – þetta er stór pottur sem við vorum dregin upp úr. Ég upplifi þetta sem klapp á bakið fyrir það sem við gerðum. Sem er hressandi því að við erum öll mjög stolt af þáttunum og þakklát fyrir viðtökurnar."

En hvað er fram undan? „Það er bara skaupið. Við erum núna við skriftir, svo er undirbúningur í október og tökur í nóvember. Ef eitthvað stórkostlegt kemur upp tökum við líka upp í desember, en annars á að nýta þann tíma í eftirvinnslu. Svo er það bara gamlárskvöld, nokkrar öndunaræfingar og út með skaupið," heldur Silja áfram.

Þó að mestur tími Silju fari í vinnu við gerð skaupsins um þessar mundir er í mörg horn að líta. „Ég er líka, ásamt Göggu, að þróa nokkur verkefni. Eitt þeirra, sem er komið lengst, er bíómynd sem okkur er mikið mál með. Bíómynd um unga stelpu sem býr á Akranesi. Hún er ættleiddur Íslendingur í æskublúsaðri tilvistarkreppu – upplifir fordóma frá umhverfinu en kannski mest frá sjálfri sér. Þetta er létt þroskasaga um skemmtilega vaxtarverki. Okkur finnst sjúklega gaman og gefandi að þróa þessa sögu, við höfum báðar verið á áþekkum slóðum, þótt ólíkar séu. Okkur finnst mikilvægt að þessi saga fái að heyrast, þroskasaga ungrar stúlku, sem er að máta sig við umhverfið og sjálfa sig á afar breyskan og skemmtilegan hátt."

Varst þú dálítið villtur unglingur? „Ég var kannski dáldið týndur unglingur. Ég veit ekki hversu villt ég var. Það bara tilheyrir. Sem betur fer, því þá hefur maður eitthvað að leggja til í þessa sögu," segir Silja. „Annars er það breyskleikinn sem mér finnst alltaf mest spennandi í öllum karakterum. Þetta móment þegar maður þarf að horfast í augu við sjálfa sig og viðurkenna mistökin, viðurkenna hvað maður getur verið asnaleg týpa og taka afleiðingunum eða axla ábyrgðina."

Hvítir karlmenn í vanda

Silju er það hugleikið að rödd ólíkra hópa fái að heyrast í sögum. „Aðallega er mér hugleikinn þessi fjölbreytileiki. Að verk eftir fjölbreytt fólk fái að njóta sín. Sjálfri er mér það efst í huga að sjá fleiri myndir eftir konur um konur – en ég vil líka fá fjölbreyttari sögur frá fjölbreyttu fólki, í aldri, í kynjum, í uppruna, öllum tegundum. Ég held að við ættum að fókusera – og það er ennþá mikilvægara fyrir okkur sem teljum okkur vera svo einsleit sem þjóð – á það að ólíkar raddir heyrist. Af kvikmyndum síðustu ára og áratuga að dæma er íslenska þjóðin hvítur karlmaður í vanda og eins frábær og þeir nú eru, þá erum við fjölbreyttari og marglitari en það og það þarf

Af kvikmyndum síðustu ára og áratuga að dæma er íslenska þjóðin hvítur karlmaður í vanda og eins frábærir og þeir nú eru, þá erum við fjölbreyttari og marglitari en það og það þarf að sýna og spegla og miðla svo til áhorfenda sem eru einmitt alls konar.

að sýna og spegla og miðla svo til áhorfenda sem eru einmitt alls konar.“

Með nett Stokkhólmssyndróm

Silja segir mikilvægt að stelpur og konur á öllum aldri fá eitthvað til að samsama sig við. „Þó að ég geti sjálf alveg samsamað mig við marga karlkaraktera þá er það kannski líka bara af því að maður er með nett Stokkhólmssyndróm og sér sjaldan öðru vísi myndir. Ég get alveg líka samsamað mig við sögur af strákum enda trúi ég því að kynin séu innst inni mjög lík. Þrátt fyrir það held að ég hefði alveg gott af því sem áhorfandi, ég tala nú ekki um þegar ég var átta eða fimmtán, eða þegar ég verð sextíu og tveggja – að sögur séu eftir konur og skrifaðar af konum, leikstýrt af konum og öðrum fjölbreyttari útgáfum af alls konar fólki. Þetta er ekki síst mikilvægt fyrir komandi kynslóðir og við ættum að veita því meiri athygli.“

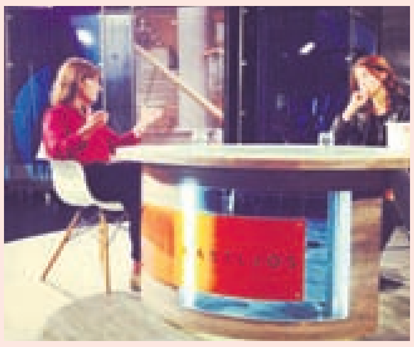
Silju finnst gaman að skrifa, en hún vill aðallega einbeita sér að leikstjórn. „Mér finnst mjög gaman að skrifa, en mun meira gefandi að skrifa með öðrum en að skrifa ein. Silja að tala við Silju finnst mér ekki nógu óvæntur díalógur, þar sem ég veit alltaf hvað mótleikarinn er að fara að segja. Svo er maður kreatífari, maður er frjálsari í að koma með lélegar hugmyndir í góðum hópi og úr þeim verður oft frábær hugmynd. Mér finnst núorðið eiginlega átakanlega leiðinlegt að skrifa ein í langan tíma. Ég verð pínu hrygg og byrja svo að setja í rosalega margar þvottavélar. Það er ekki gott fyrir neinn nema óhreina þvottinn,“ segir hún og hlær.

Hafði ekki skýra stefnu

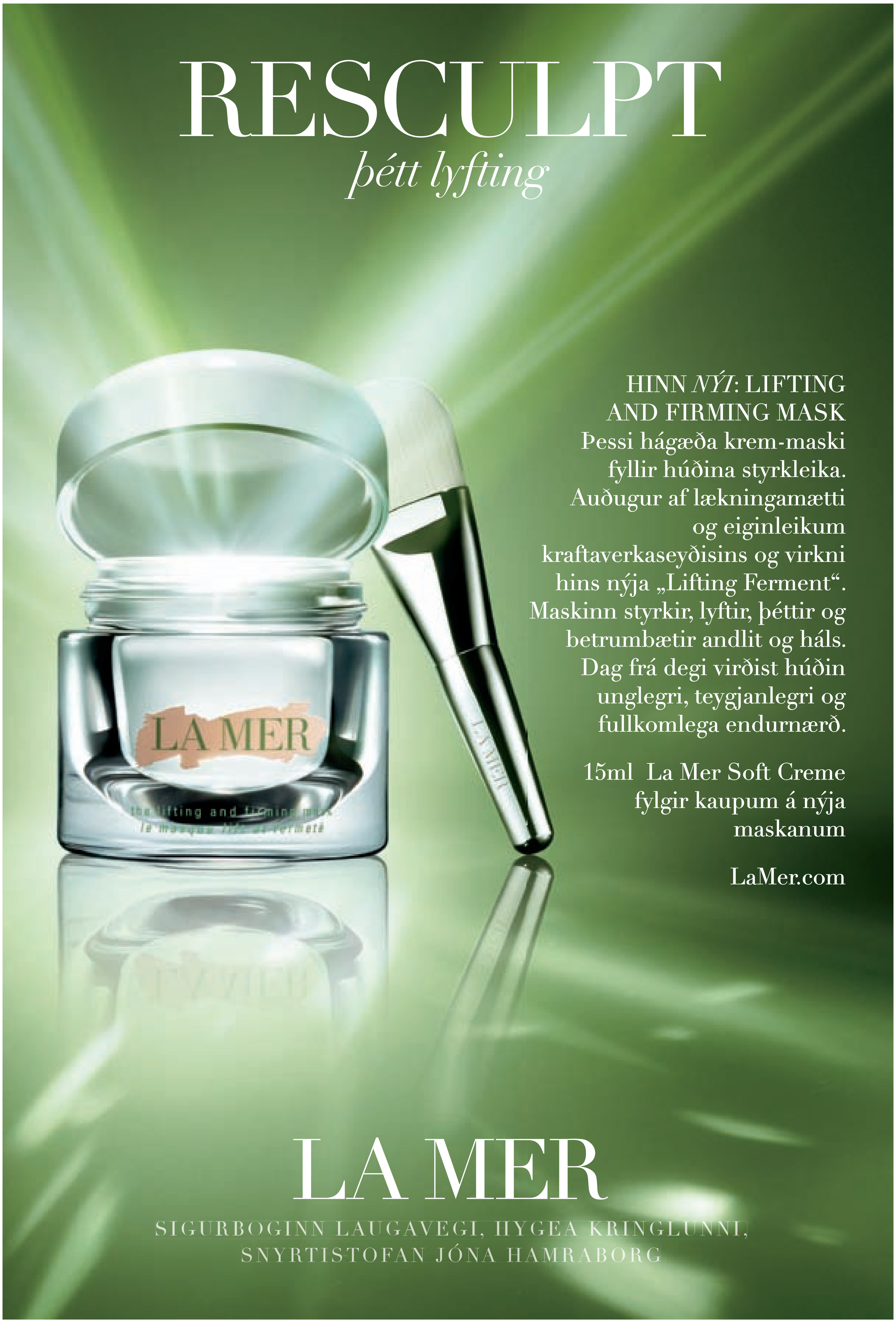
Silja stefndi ekki alltaf á kvikmyndagerð en segir það frekar hafa gerst náttúrulega, með tímanum. „Ég var ekki svona barn sem hafði einn skýran metnað og var ofsalega fókuseruð á einn hlut snemma. Þetta gerðist með því að reyna ólíka hluti frekar en að ákveða – á löngum tíma. Ég horfði líklega frekar í skapandi áttir af því ég hélt að þá myndi ég ekki þurfa að sitja mikið kyrr, það var kannski aðalástæðan,“ útskýrir hún og hlær. „Svo gerði ég mína fyrstu mynd eftir skáldsögu sem ég skrifaði ásamt Birnu Önnu og Oddnýju og þannig fór ég í leikstjórn fyrir alvöru,“ heldur hún áfram.

„Svo hef ég blandað svolítið inn í skrifin og leikstjórnina framleiðslustörfum í stærri erlendum verkefnum, í og með, sem hentar mér vel. Stundum getur verið hressandi að viðra sig. Það sem er samt allra skemmtilegast er að vinna með góðu fólki að einhverju sem maður hefur metnað fyrir, eins og þetta skaup. Að því leytinu til er ég í draumastarfinu.“

Myndaalbúmið



Samstarfsfélagarnir Gagga og Silja. Gagga og Silja í tökum. Kjartan, Silja og Þóra Karítas með Edduna fyrir Ástríði.



FATASKÁPURINN RANNVEIG ÓLAFSDÓTTIR
GRÓFIR SKÓR OG STÓRAR ULLARKÁPUR

„Ég er rosalega mikið fyrir þægindi þessa dagana og klæðist helst gallabuxum, grófum stígvélum og léttum jökkum. Einnig eru stórar ullarkápur eitthvað sem allir verða að eiga í fataskápnum í vetur.“

Rannveig Ólafsdóttir verslunareigandi opnar fataskápinn sinn fyrir lesendum Lífsins. Hún hefur unnið í fatabransanum hér á landi í mörg ár og opnaði nýverið sína eigin verslun, Annaranna, á Laugaveginum.

FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

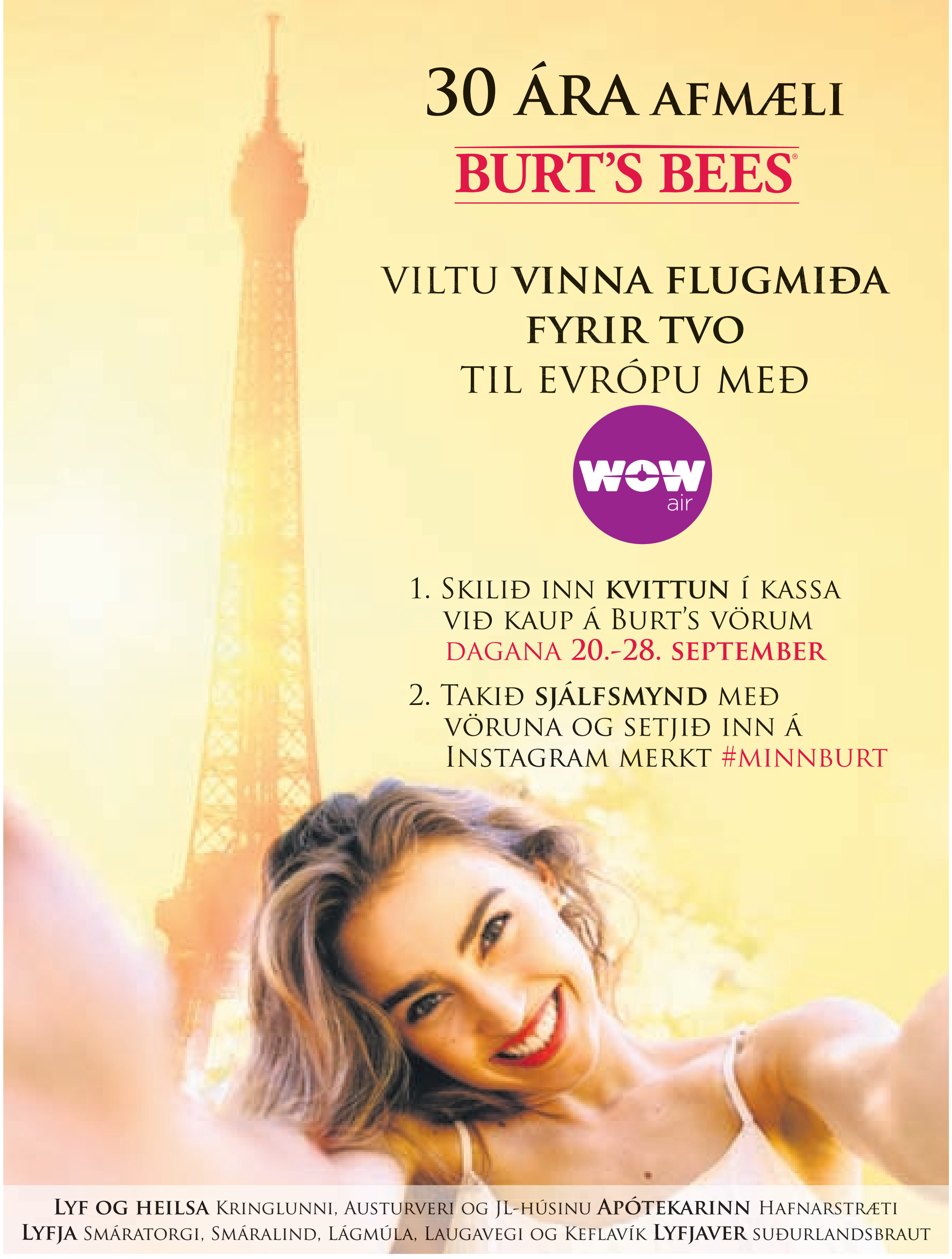
1 Kápa frá danska merkinu Gestuz sem passar vel inn í vetrartískuna. Þykk og stór ullarkápa sem má klæða upp og niður.

2 Jakkinn alveg uppáhalds og ég er að reyna að vera ekki í honum á hverjum degi. Hann er frá American Vintage sem er uppáhaldsmerkið mitt þessa stundina.

3 Buxur frá merkinu Joe Jeans en ég elska þær. Það er hrikalega gott að vera í þeim, eiginlega eins og að vera í jogging-buxum.

4 Skórnir eru frá ítalska merkinu Corvari, gróf stígvél sem eru hentug inn í haustið.

5 Hálsmen frá Hildi Hafstein sem eiginmaðurinn gaf mér í jólagjöf og ég tek sjaldan af mér.



10 SPURNINGAR

ÆTLAÐI AÐ VERÐA LJÓSMÓÐIR

Anita Eldjárn Kristjánsdóttir, ljósmyndari

1. Þegar ég var ung ætlaði ég að verða ljósmóðir eins og mamma.

2. En núna er ég ljósmyndari.

3. Ég mun eflaust aldrei fara í teygju- eða fallhlífarstökk. Tilhugsunin ein hræðir mig!

4. Ég hef engan sérstakan áhuga á að laga til.

5. Karlmenn eru jafn ólíkir og þeir eru margir.

6. Ég hef lært að elska mig alla. Kosti mína og galla.

7. Ég fæ samviskubit þegar ég kæfi mig í vinnu og rækta ekki vini mína og fjölskyldu.

8. Ég slekk á sjónvarpinu ef einhver sci-fi-mynd byrjar. Ég bara get þær ekki.

9. Um þessar mundir er ég á fullu að plana „off venue“ Airwaves-dagskrá fyrir Loft Hostel og búa mig undir langþráð frí.

10. Ég vildi óska þess að börn og dýr hættu að þjást vegna ákvarðana fullorðinna.

Raritet kynnir:

BORÐAÐU ÞIG GRENNRI MEÐ UPPÁHALDSMATNUM ÞÍNUM

Nú er auðveldara en áður að ná markmiðum sínum með aðstoð Slim Pasta frá Eat Water. Slim Pasta-vörurnar eru seðjandi og gómsætar á bragðið en innihalda nánast engar hitaeiningar, eru fitulausar og með glútenlausum trefjum.

Girnilega Slim Pasta-vörulínan frá Eat Well hjálpar þér að léttast um leið og þú nýtur þess að borða eðlilega hollan og bragðgóðan mat án þess að innbyrða ógrynni af kolvetnum og hitaeiningarnar sem þú vilt forðast. Borðaðu þig granna með kolvetnafríu pasta, hrísgrjónum eða núðlum frá Slim Pasta sem innihalda GMO-frítt konjac sem einnig er þekkt sem glukomannan fyrir einstaka virkni við þyngdarstjórnun. Konjac hefur verið ræktað í löndum Asíu í aldanna rás og er notað í stað pasta og hrísgrjóna í austurlenskri matargerð með góðum árangri. Það gefur einstaka fyllingu í maga, er trefjaríkt og algjörlega náttúruleg lausn fyrir þá sem velja mataræði með minna af kolvetnum og hitaeiningum en þó án þess að neita sér um uppáhaldsmatinn.

Slim Pasta frá Eat Water er sojafrítt, glútenlaust, kolvetnalaust, sykurlaust, fitulaust, náttúrulegt og inniheldur aðeins 7 hitaeiningar í hverjum 100 grömmum. Það hentar einnig sykursjúkum, þeim sem þjást af glúten- og fæðuóþoli, grænmetisætum og þeim sem borða engar dýraafurðir.

Slim Pasta fæst í öllum verslunum Nettó, í Krónunni Lindum, Granda, Bíldshöfða, Mosfellsbæ, Akranesi og Selfossi, Fjarðarkaupum og öllum matvöruverslunum Hagkaups.

Slim Pasta frá Eat Water er fyrsta pasta-, núðlu- og hrísgrjónavaran á Evrópumarkaði sem stenst viðmið og leyfi Evrópusambandsins sem raunveruleg leið til þyngdarstjórnunar.

Tom Yum Goong-súpa

1 pakki Slim Rice-hrísgrjón
1 msk. Thai Red Curry paste
400 ml kókosmjólk
200 g maísbaunir
16 kirsuberjatómatar
1 rautt chili, þunnskorið
250 g rækjur eða kjúklingafille, skorið í munnbita
500 ml kjúklingasoð (kjúklingakraftur og vatn)
4 msk. ferskt, skorið kóríander

Hitið rautt Thai Red Curry Paste í súpupotti á miðlungshita þar til fer að snarka í olíunni í því. Bætið við kókosmjólk og látið suðuna koma upp. Undirbúið Slim Rice-hrísgrjónin eftir leiðbeiningum á pakka og bætið við ásamt maísbaunum, tómötum, chilli og rækjum. Látið hægsjóða í 3 til 4 mínútur. Bætið við sjóðandi kjúklingasoði og söxuðu kóríander. Njótið með góðri samvisku og upplifið ljúfa og góða magafylli.

Þvílíkur árangur!

„Ég er allt annar maður eftir að ég fór að taka inn Pharmepa Omega 3 EPA frá Igennus og er miklu fljótari að jafna mig eftir æfingar og lengri sund.

Auk þess finn ég fyrir mun meiri orku og einbeitingin er betri.“

Árni Þór Árnason, 44 ára
afreksmaður og sjósundkappi

igennus
Pharmepa

Igennus Pharmepa endurstillir hlutfallið af Omega 3 EPA og Omega 6 og dregur úr bólgumyndun í líkamanum sem er undirliggjandi þáttur varðandi þróun á mörgum lífsstílssjúkdómum.

Fæst í Heilsuhúsinu, Lyfjaveri, Heilsuveri, Lyfsalanum, Árbæjarapóteki, Urðarapóteki, Heilsutorginu Blómavali, Lyfjavali og Apóteki Suðurnesja

OptiBac probiotics

One week flat

Minnkar þembu og losar vind úr meltingunni á viku!

„Meltingin er nánast fullkomin eftir að ég fór að nota OptiBac Probiotics gerlana og ég get ekki hugsað mér að vera án þeirra“

Marta Eiríksdóttir jógakennari

@OptiBac www.facebook.com/optibaciceland

Bragðgóðir engiferbitar

– frábært fyrir háls – gegn bílveiki – gegn flökurleika – melting

Chimes ALL NATURAL GINGER CHEWS

...mmm unaðslega gott í dagsins önn

Ef þú elskar engifer þá dýrkar þú Chimes!

100% glúteinfrítt

TÍSKA BLANDAÐU SAMAN BLEIKU OG RAUÐU

Það er vel þekkt að reglur eru til að brjóta þær og það gerðu helstu hönnuðir heimsins er litirnir bleikur og rauður voru áberandi saman á tískupöllunum fyrir veturinn. Það er gömul mýta að litirnir tveir eigi ekki vel saman en eins og sjá má á þessum myndum er það alrangt.

MIU MIU

CHRISTIAN DIOR

EMILIO PUCCI

GIAMBATTISTA VALLI

CHRISTIAN DIOR

GIAMBATTISTA VALLI

RALPH LAUREN

CHANEL

MARTA MJ JONSSON
NORÐURLJÓSA
SÓLI
HÁGÆÐA SKÓR
100% ULL
STÍGUR EKKI Í BETRI SKÓ
Íslenskur hönnuður
Dömu
St. 36-41
29.995 kr.
Barna
St. 28-35
24.995 kr.
Herra
St. 41-46
32.995 kr.
Til í svörtu og ljósbrúnu
Til í svörtu og ljósbrúnu
Til í svörtu og ljósbrúnu
Marta Jonsson | Laugavegi 51 | www.martajonsson.com | S. 553 0816 | Póstsendum

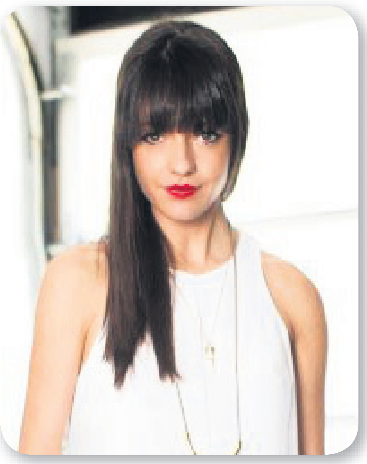
Instagram

Lisa Dengler
instagram.com/lisadengler
Lisa Dengler tískubloggari heldur úti tískublogginu just-another.me. Hún er líka mjög dugleg að deila fallegum myndum á Instagram-síðu sinni, en hún hefur það að fullri atvinnu að blogga og ferðast. Ásamt því er hún ljósmyndari, stílisti, hönnuður og módel. Kærasti Lisu er einnig tískubloggari og saman eru þau með Instagram-síðuna The Fashion Couple.

Pinterest

Margreet de Vries
pinterest.com/hexagone007
Hin hollenska Margreet de Vries er bloggari og hönnuður sem heldur úti skemmtilegri Pinterest-síðu. Þar flokkar hún niður eftir litum og efnum svo að síðan er einstaklega þægileg fyrir þá sem vantar innblástur fyrir heimilið og vilja einbeita sér að ákveðnum lit. Hún er mikið fyrir hráa steypu, svart og hvítt, kopar, gull og marmara.

twitter



Jessica Walsh
twitter.com/jessicawalsh
Jessica er grafískur hönnuður og listrænn stjórnandi sem er búsett í New York. Hún er annar eigandi auglýsingastofunnar Sagmeister & Walsh, ásamt því að vera stundakennari í listaháskóla. Hún er duglegur að setja inn skemmtilegar tilvitnanir og setningar, ásamt myndum sem tengjast starfi hennar.

BLOGGARINN GRÓFUR STÍLL OG GRÆNAR PLÖNTUR

Rebecca Centrén
centren.blogg.se
Hin sænska Rebecca Centren heldur úti bloggi undir eigin nafni, en þar birtir hún myndir aðallega af heimili sínu ásamt outfitmyndum af sjálfri sér. Hún starfar sem ljósmyndari og býr með manninum sínum, Andreas. Þau eiga nýtt og einstaklega fallegt hús sem er innréttað í dökkum en nýtískulegum, grófum stíl. Hún er mjög hrifin af því að hafa lifandi plöntur og er skemmtilegt að sjá hvernig hún skreytir heimilið með þeim. Bloggið er fyrir þá sem vilja fá innblástur fyrir heimilið og skoða fallegar myndir.

Hraðaðu efnaskiptunum

Ég þoldi ekki aukakílóin utan á mér!

Það eru góðar fréttir fyrir alla sem eru „þéttvaxnir“. Rannsóknir hafa sýnt fram á að þú getur hraðað efnaskiptunum án þess að breyta miklu í þínu daglega lífi. Virk efni frá chilí og öðrum plöntum geta hjálpað þér að draga úr matarlystinni og hraðað efnaskiptunum.

FRUM - www.frum.is

Helene tekur daglega inn Chili Burn™ töflurnar og nýtur lífsins með hraðari efnaskiptingu. – Ég var aldrei löt. Ég er mjög virk og það er svo svekkjandi að það eru til manneskjur með svo góð efnaskipti að þær komast upp með að borða nánast hvað sem er.

Ég leit út fyrir að vera þunguð

Ég er fyrir góðan mat og neyti áfengis í hófi. Í mörg ár barðist ég við hliðarspik og stóran maga, þannig að ég leit út fyrir að vera þunguð. Ég var reið og pirruð. Ég prufaði allt. Ég var örvæntingafull!

Þá fór ég virkilega að léttast!

Ég las um nýju Chili Burn töflurnar. Ég er ekki mikið fyrir of sterkan eða kryddaðan mat en mér líður vel eftir slíka máltíð. Ég veit líka að chilí setur auka kraft í fitubrennsluna og að chilí er notað í krem fyrir appelsínuhúð. Þegar ég las að chilí væri náttúrulega efnið í töflunum fór ég strax í næstu heilsuverslun og keypti mér pakka – og þá fór eitthvað að gerast!

Vigtin sýndi það

Ég hef tekið inn Chili Burn í meira en 2 mánuði og aðeins minnkað matarskammtana. Loksins fann ég það sem hentar mér. Ég hef lagt af og ekki bætt kílóunum á mig aftur. Ég nota minni fatastærðir og það er frábært. Mér líður betur í maganum og ég er ekki eins þrútin og útþanin eins og ég var eftir máltíð.

Frábær upplifun

Chili Burn hefur verið og er frábær upplifun. Ég var næstum búin að gleyma því hvað manni getur liðið vel þegar maður lítur vel út. Ég mun aldrei verða þybbin aftur. Ég mun halda áfram að taka inn töflurnar!

Þetta er ástæðan fyrir því að Chili Burn töflurnar eru svona góðar

Sænskir sérfræðingar hjá New Nordic hafa þróað þessar nýju töflur byggðar á efnum úr chilí plöntunni. Þykknið hefur verið blandað saman við önnur náttúruleg efni sem innihalda catechins andoxunarefni. Klínískar rannsóknir sem hafa verið birtar í vísindablaðinu „Obesity“ sýna fram á að sama magn af þeim innihaldsefnum og eru í töflunum, geta dregið úr líkamsfitu. Sérfræðingarnir bættu piparmintuolíu við töfluna, sem dregur úr uppþembu og vindgangi. Þessi tafla er virk með þreföldum hætti!

Framleitt og prófað í Skandínavíu

Formúlan og innihaldsefnin eru einstök og þú munt ekki finna neitt þessu líkt. Náttúrulegu innihaldsefnin starfa í sátt og samlyndi við líkama þinn. Sérstakar ráðstafanir hafa verið gerðar til að hámarka bestu gæðin bæði úr chilíinu og öðrum innihaldsefnum, allt frá vinnslu þar til neytandinn tekur við þeim.

Chili Burn töflurnar eru fáanlegar:

Í öllum apótekum, heilsuverslunum og heilsuhillum stórmarkaðanna. Hægt er að nálgast frekari upplýsingar á heimasíðu IceCare, www.icecare.is.

IceCare - www.icecare.is
Þú finnur okkur á:

Lagersala Líflands

30-80% afsláttur

af fatnaði frá Mountain Horse, Top Reiter, Sonnenreiter, North Rock og fleiri merkjum.

Allar gæludýravörur á 50-70% afslætti eða á 200 kr!

Opnunartími

Virka daga: 13 – 18
Laugardaga: 10 – 16

Staðsetning

Brúarvogi 1-3
Gengið inn að neðanverðu

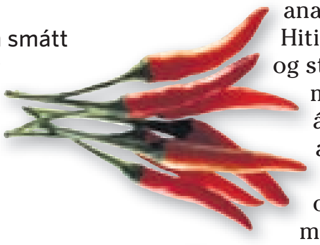
LÍFLAND

MAROKKÓSKIR LAMBASKANKAR

GIRNILEGT *Hér er frábær uppskrift sem gaman væri að prófa þegar nægur tími er til eldamennsku. Lambaskankarnir fá innblástur frá Marokkó en með þeim eru kartöflur, sætar kartöflur og tómatar auk ýmissa góðra krydda. Það tekur um það bil tvo og hálfan tíma að elda kjötið, eða lengur ef fólk vill safaríkt og mjúkt kjöt. Kryddaðir lambaskankar eru vinsæll réttur sem flestum líkar vel. Með þessum rétti er hægt að bera fram ferskt og gott salat.*

UPPSKRIFTIN MIÐAST VIÐ FJÓRA

4 lambaskankar
2 tsk. kúmin (heil fræ)
3 tsk. kóríanderfræ
1 tsk. túrmerik
4 stór hvítlauksrif, skorin smátt
2 msk. fínt skorið engifer
1 tsk. salt
2 rauðlaukar
1 msk. harissa (kryddmauk sem fæst í flestum stórmörkuðum)
6 tómatar
3 dl kjötkraftur
safi úr hálfri sítrónu
1 sæt kartafla
4 meðalstórar kartöflur
þurrkaðar apríkósur
afhýddar möndlur
1 rauður sílepipar, fræhreinsaður og smátt skorinn
1 búnt ferskt kóríander
grísk jógúrt
nýmalaður pipar
olía til steikingar



1 Setjið kúminfræ og kóríanderfræ í mortel og merjið. Blandið saman við túrmerik, hvítlauk, engifer og salt í matvinnsluvél þar til úr verður mauk.
2 Skerið tómatana smátt.
3 Setjið salt og pipar á lambaskankana og nuddið í kjötið. Hitið stóra og góða pönnu og steikið lambaskankana með smá olíu. Brúnið á öllum hliðum. Takið af pönnunni og setjið í pott. Brúnið laukinn og bætið síðan kryddmaukinu og harissa saman við. Blandið öllu vel saman. Bætið tómötum og sítrónusafa saman við.
Setjið blönduna saman við skankana ásamt soðinu. Setjið lok á pottinn og sjóðið í tvær klukkustundir. Skrælið kartöflur og skerið í litla bita. Setjið apríkósur, möndlur og kartöflur út í pottinn og látið sjóða þar til kartöflurnar eru orðnar mjúkar.
4 Í lokin er sílepipar og ferskt kóríander sett út í.
5 Berið fram með grískri jógúrt, salati og jafnvel brauði.

Flottar veislur

- Veislumatur
- Kökugerð
- Smurbrauð

Veislan býður uppá ýmis hlaðborð, 2 til 6 rétta seðla og margt fleira. Fyrsta flokks hráefni úr eldhúsi Veislunnar.

Terta með brúðarmassa úr handverksbakarí Veislunnar, bjóðum uppá fjölbreytt úrval af tertum, kökum og brauðmeti.

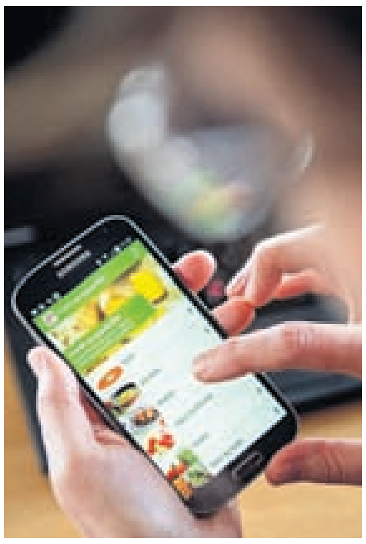
Smáréttahlaðborð. Mikið úrval af tapasréttum og canape sem eru vinsæl í afmæli, móttökur og partý.

Smurbrauðsdeild Veislunnar töfrar fram fallegar kaffisnittur, skreyttar brauðsneiðar og brauðtertur, vinsælt fyrir fundi, afmæli og erfidrykkjur.

Veislan er alhliða veisluþjónusta, býður upp á fyrsta flokks mat, veislusal, borðbúnað og heildarlausn í veisluna þína ásamt persónulegri þjónustu.

VEISLAN
VEITINGAELDHÚS
www.veislan.is
26 ára reynsla

Hringdu og leitaðu tilboða • Sími 561 2031



ÞÆGILEG LAUSN Nýja smáforritið hentar mataráhugamönnum og þeim sem vilja hugsa um heilsuna.

KRYDDIÐ Í SÍMANN

Nýlega kom á markað nýtt ókeypis íslenskt smáforrit (app) sem ber heitið Krydd og uppskriftir. Höfundur þess er Anna Rósa grasalæknir og þar má finna ítarlegar upplýsingar um lækningamátt fjölda kryddjurta, bæði innlendra og erlendra, og yfir 100 uppskriftir eftir þekkta matreiðslumenn.

Anna Rósa grasalæknir.

Kryddjurtir eru einnig lækningajurtir en þótt jurtir til lækninga séu notaðar í stórum skömmtum geta litlir skammtar í matargerð líka virkað sem góð forvörn gegn hvers kyns sjúkdómum.

Uppskriftirnar eru flokkaðar í nokkra flokka eins og súpur, aðalrétti, meðlæti og drykki. Einnig má skoða uppskriftir út frá ólíkum kryddjurtum og fá þannig lista yfir allar uppskriftir með viðkomandi kryddjurt. Auk þess er íslenskt grænmeti einnig flokkað eftir tegund með sama hætti. Neðst í flokkunum er einnig samantekt á uppskriftum eftir hvern höfund fyrir sig og að auki samantekt á lækningamætti kryddjurtanna.

Í smáforritinu má einnig finna myndaalbúm yfir algengar íslenskar lækningajurtir fyrir þá sem vilja tína sjálfir.

Aðrir sem aðstoðuðu við efnisöflun voru matreiðslumennirnir og listakokkarnir Sveinn Kjartansson hjá AALTO Bistro, Sigurveig Káradóttir frá Matarkistunni og Helga Mogensen sem öll eru þekkt fyrir sérlega góðan mat sem inniheldur fjölbreyttar kryddjurtir. Sölufélag garðyrkjumanna leggur auk þess til margar uppskriftir eftir þekkta höfunda ásamt upplýsingum um íslenskt grænmeti.

Smáforritið má nálgast í App Store og Play Store fyrir snjallsíma og spjaldtölvur.

KANNSKI BESTU PIZZUR Í HEIMI

GILDIR EINGÖNGU Í TAKE AWAY

Coca-Cola

40% AFSLÁTTUR AF STÓRUM PIZZUM AF MATSEÐLI UM HELGINA

STÓR RAMBÓ

PIZZASÓSA, OSTUR, KJÚKLINGUR, PEPPERONI, SVEPPIR, JALAPENO, CHEDDAROSTUR

1794 kr.

~~2990~~

STÓR HAWAIIAN

PIZZASÓSA, OSTUR, SKINKA, ANANAS

1494 kr.

~~2490~~

STÓR DOUBLE PEPP

PIZZASÓSA, AUKA OSTUR, TVÖFALT PEPPERONI, CHILLI (LÍTIÐ)

1674 kr.

~~2790~~

Wilson's PIZZA

pantaðu á netinu

581 15 15 wilsons.is

Ánanaustum Gnoðavogi 44 Eddufelli 6 Vesturlandsvegi

BÍLAR & FARARTÆKI

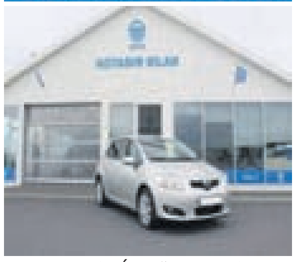
HEIMSBÍLAR

RENAULT Clio. Árgerð 2014, ekinn 24 Þ.KM, bensín, 5 gírar. Verð 2.090.000. staðgr. er á staðnum. Rnr.336066.

PORSCHE Cayenne turbo. Árgerð 2007, ekinn 77 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur.Gullfallegur bíll, stendur inn í sal. Verð 7.850.000. Rnr.322393. uppl s 567-4000

Heimsbílar
Kletthálsi 2, 110 Reykjavík
Sími: 5674000
http://heimsbilar.is

ASKJA
NOTAÐIR BÍLAR



TOYOTA Auris. Árgerð 2007, ekinn 118 Þ.KM, bensín, 5 gírar. Verð 1.790.000. Rnr.160739. TILBOÐ kr: 1.490.000,-

MERCEDES-BENZ CLS 500 . Árgerð 2005, ekinn 48 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur. Verð 4.890.000. Rnr.990893.

AUDI A4 limousine. Árgerð 2012, ekinn 58 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 4.890.000. Rnr.210490.

Kia Sportage. Árgerð 2012, ekinn 71 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 4.490.000. Rnr.990946. 5 ár eftir af verksmiðjuábyrgð.

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

ISBAND.IS BÍLAINNFLUTNINGUR

NÝJIR DODGE DURANGO CITADEL 4X4

Með öllum aukahlutum, V8 Hemi, 360hö, 7 manna, Sjón er sögu ríkari, Rosalega flottir bílar, Aðeins 1 eftirársbíll eftir, Verð áður 11.490þkr, Tilboðsverð 9.990þkr, Eru í salnum,

Íslensk-Bandaríska ehf
Þverholt 6, 270 Mosfellsbæ
Sími: 534 4433
Opið virka daga 10-18.00 og lau 11-15
http://www.isband.is

VANTAR ALLAR GERÐIR BÍLA Á SKRÁ OG Á STAÐINN!!, Komdu til okkar, sendu okkur mail á 100bilar@100bilar.is eða hringdu í síma 5179999, Skráðu bílinn frítt hjá okkur. Kíktu á www.100bilar.is

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

Breiðan ehf
821-6292

VW Transporter árg. ,06, 9 manna, diesel, ek. 460þús.km., uppt. vél og gírkassi, smurbók, sk.'15, 100% lánað, verð kr. 1.450.000,- gsm. 821-6292

VW Caravella árg.'00, 10 manna, 4x4 syncro, 2,5 diesel, ek. 290 þús.km., smurbók, sk.'15, 100% lánað, verð kr. 980.000,- gsm 821-6292

Ford Econline E-350, árg.'04, 15 manna, ek. 220 þús.km., ný sjálfsk., bensín, sk.'15, hópf.skoðun, 100% lánað, verð kr. 2.250.000,- gsm. 821-6292

Breiðan ehf
Sími: 821 6292

Bílar til sölu

Seldur.is

KAUPUM BÍLA HÆRRA UPPÍTÖKUVERÐ

Við staðgreiðum bílinn þinn og þú getur þar með fengið staðgreiðsluafslátt af nýja bílnum. Sendu okkur upplýsingar í gegnum www.seldur.is og við sendum þér staðgreiðslutilboð.

250-499 þús.

TILBOÐSVERÐ 499ÞÚS STGR

Renault Megane sport tourer 1.6 árg ,04. ek. 158þús km. sko ,15. bs, heilsársd., góður bíll. ásett v:890þús. Tilboðsverð aðeins 499þús stgr ! möguleiki á 100% vísaláni. s:659-9696

Bílar óskast

STAÐGREIÐI BÍLA 0-500 ÞÚS!

Óska eftir að kaupa bíla á allt að 300 þús. staðgreitt! Þeir 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.

BÍLL ÓSKAST Á 25-250ÞÚS.

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

KAUPI BÍLA FYRIR ALLT AÐ 800 ÞÚS.STGR!!

Óska eftir að kaupa bíla fyrir allt að 800þús. staðgreitt. Er með pappíra og pening til að ganga frá því samdægurs ef að samningar nást. Bílinn má þarfnast lagfæringar og/eða skoðunar. skoða allar tegundir. Hringdu í síma: 659-9696 eða sendu email á 6599696@gmail.com

Sendibílar

568 5000 NS NÝJA SENDIBÍLASTÖÐIN

Allar stærðir sendibíla. Nýja Sendibílastöðin sími 568-5000.

Hjólbarðar

VAKA

FRÁBÆR DEKKJATILBOÐ

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

Varahlutir

SMÁPARTAR.IS

Eigum orðið mikið úrval notaðra og nýja varahluta í margar gerðir bíla. Tökum einnig að okkur viðgerðir. Upplýsingar á Smápartar.is eða í síma 5675040-7785040

Viðgerðir

AB BIFREIÐAVERKSTÆÐI

Get bætt á mig öllum teg. bíla til viðgerða. Þar á meðal pústviðgerðir, bremsur og allar viðgerðir. Uppl. s. 555 6020.

ÞJÓNUSTA

Pípulagnir

FAGLÆRÐIR PÍPARAR

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

Hreingerningar

Hreingerningaþjónusta Þvegillinn 5 44 44 46

Hreingerningar - Bónun - Bónleysing Flutningsþrif - Þrif eftir iðnaðarmenn thvegillinn.is - Stofnað 1969 Traustir og vanir menn.

VY-ÞRIF EHF.

Öll almenn þrif, fyrir heimili, húsfélög, fyrirtæki ofl. Gerum verðtilboð. S. 662 4010 www.vy.is

Bókhald

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

Málarar

LITASKIL EHF

Getum bætt við okkur verkefnum. lögg. Málarameistari. Fagleg vinnubrögð og sanngjarnt verð. S. 659 7903 og 841 0490.

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

Búslóðaflutningar

SENDIBILL.IS

Búslóðaflutningar, píanóflutningar, gerum tilboð í búslóðaflutninga út á land. Almenn sendibílaþjónusta. S. 772 3222

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

Húsaviðhald

TRÉSMÍÐI
ÖLL ALMENN TRÉSMÍÐA-VINNA INNAN SEM UTAN.
20 ÁRA REYNSLA.
TILBOÐ/TÍMAVINNA
UPPL. HJÁ GUÐMUNDI Í S. 895 6820
ALPARSLF@HOTMAIL.COM

STRÚCTOR BYGGINGAÞJÓNUSTA EHF.

Flísalagnir - Múrverk - Flotun. Áratuga reynsla. Porsteinn s. 893 6994

Spádómar

SPÁSÍMI 908-6116

Ástir, fjármál & heilsa.

Rafvirkjun

RAFLAGNIR, DYRASÍMAR. S. 663 0746.

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

KEYPT & SELT

Til sölu

ÓDÝR HEIMILSTÆKI

Þvottavélar, þurrkarar, ísskápar og fl. Ábyrgð fylgir. Sala og viðgerðir. S. 587 5976.

Óskast keypt

STAÐGREIÐUM OG LÁNUM ÚT Á: GULL, DEMANTA, VÖNDUÐ ÚR OG MÁLVERK!

Hringar, hálsmen, armbönd, Rolex, Cartier, Patek Philippe o.fl. Hringdu núna og fáðu tilboð þér að kostnaðarlausu! www.kaupumgull.is

Opið mán - lau 11-17, Kringlan - 3. hæð (Hagkaupsmegin)

Upplýsingar í síma 661 7000

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/örykja. Sækjum. Litsýn - Síðumúli 35. - S. 552 7095.

HEILSA

Heilsuvörur

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 pör, konur og karla. 112 Rvk. S. 698 8301 www.tantra-temple.com

Nudd Nudd Nudd tilboð í dag, tímapantanir. Uppl. í s. 616 6469. Nuddstofan Svæði 105 Holtin.

HÚSNÆÐI

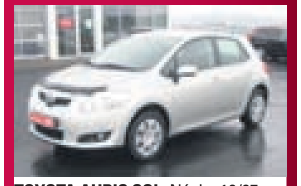
Húsnæði í boði

TIL LEIGU 80- 400 FM HÚSNÆÐI MEÐ ALLT AÐ 4M LOFTHÆÐ MIÐSVÆÐIS Á HÖFUÐBORGARSVÆÐINU

Nýbýlavegi og Auðbrekku (gömlu Toyota húsunum) hentar undir léttan iðnað, heildsölur o.fl greið aðkoma að húsnæðinu, frábært auglýsingagildi, matvöruverslanir, veitinga og kaffihús í göngufæri.

Uppl. veitir Sverrir í s. 661-7000

bílaland
- NOTAÐIR BÍLAR -
www.bilaland.is



TOYOTA AURIS SOL. Nýskr. 10/07, ekinn 114 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. **VERÐ 1.790.000.** Rnr.282014.

SUBARU IMPREZA SPORT. Nýskr. 08/08, ekinn 75 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur. **VERÐ 1.880.000.** Rnr.142375.

MMC PAJERO DID. Nýskr. 07/05, ekinn 244 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. **VERÐ 1.990.000.** Rnr.102262.

KIA SORENTO II. Nýskr. 06/06, ekinn 194 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. **VERÐ 1.590.000.** Rnr.120397.

HONDA CR-V. Nýskr. 04/08, ekinn 87 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur. **VERÐ 3.190.000.** Rnr.281939.

NISSAN NOTE VISIA. Nýskr. 03/11, ekinn 67 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur. **VERÐ 2.090.000.** Rnr.120465.

RENAULT MASTER grindarbíll. Nýskr. 11/09, ekinn 142 Þ.KM, dísel, 5 gírar. VSK **VERÐ 2.740.000.** Rnr.142379.

Kletthálsi 11
525 8000
www.bilaland.is

GEFÐU HÆNU
gjofsemgefur.is
907 2003
Hjálparstarf kirkjunnar

Atvinnuhúsnæði

SKRIFSTOFUR
Skrifstofuherbergi til leigu að Ármúla 6 frá 20 fm. Aðgangur að fundarherbergjum, Orange Café og yfir 80 bílastæðum. Allt innifalið í leigu. Lang- og skammtímaleiga í boði. Laust strax.
Uppl. í s: 5 27 27 87 - Orange Project Skrifstofuhótel www.orangeprojecthouse.com

Geymsluhúsnæði

GEYMSLUHÚSNÆÐIÐ AUÐNUM II, 190 VOGAR.
Tjaldvagnar, fellihýsi, bílar, bátar, mótorhjól ofl. Opið helgina 27. - 28. september og 4. - 5. október frá kl. 11 til 18. Uppl. í s. 895 3176 & 864 3176

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

GEYMSLULAUSNIR.IS
Búslóðageymsla og flutningar. Gott verð, sækjum og sendum. S. 615-5005.

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

ATVINNA

Atvinna í boði

INNFLUTNINGSFYRIRTÆKI/ HEILDSALA
leitar að starfsmanni í lager- og sölustörf, útkeyrslu og áfyllingu í verslanir.Leitað er að áreiðanlegum og duglegum einstaklingi sem jafnframt býr góðri íslensku/ enskukunnáttu, almennri tölvufærni og stundvísi. Ökuréttindi nauðsynleg.
Umsóknir/ferilskrá sendist á netfangið matvorur@gmail.com

Söluturn í Reykjavík óskar eftir starfskröftum í dag-, kvöld- og helgarvinnu. Mikil vinna í boði fyrir réttan aðila. Íslenskukunnátta og 18 ára aldurstakmark skilyrði. Umsóknir með ferilskrá skal senda á: thjonusta@365.is

Röska menn vantar á hjólbarðaverkstæði Umsóknir á staðnum eða í síma 568-3080 Barðinn Skútuvogi 2

skemmtanir

Cafe Catalina
Hamraborg 11 • 200 Kópavogur • Sími 554 2166 • www.catalina.is
"Best geymda leyndarmál Kópavogs"

LEIKIR HELGARINNAR
Laugardagur 20. sept
13:00 Burnley - Sunderland
13:55 Aston Villa - Arsenal
16:20 W.Ham United - Liverpool
Sunnudagur 21. sept
12:20 Leicester - Man.United
14:50 Man.City - Chelsea

HLJÓMSVEITIN KLETTAR

RÚNAR ÞÓR, RÚNAR VILBERGS, SIGGI ÁRNA OG BJÖRGVIN GÍSLA SPILA UM HELGINA.

Allir velkomnir

http://www.facebook.com/cafecatalina
Snyrtilegur klæðnaður áskilin • Heimilismatur í hádeginu virka daga • Boltatilboð • Hamborgaratilboð • Veislusalur til útleigu

Við sjáum um örugga dreifingu á fjölpósti

Póst dreifing

Póstdreifing dreifir fjölpósti sex daga vikunnar til heimila á stærsta markaðssvæði landsins. Mælingar sýna að 60% landsmanna skoða fjölpóst og er hann því áhrifaríkleið til að koma skilaboðum um vöru eða þjónustu beint inn á heimilin. *Örugglega til þín.*

Nánari upplýsingar veitir söludeild í síma 585 8300.

Póstdreifing | Vatnagörðum 22 | 104 Reykjavík | Sími 585 8300 | www.postdreif-

atvinna

Starfsfólk óskast því okkur vantar frábæra einstaklinga sem passa í hópinn okkar.

Erum að leyta eftir öflugum einstaklingum í mötuneyti okkar og miðlægt eldhús Fullt starf og hlutastörf eru í boði.

menu veitingar

Umsóknir sendist á menu4u@menu4u.is Nánari upplýsingar í síma 421 4797

námskeið

Létt og skemmtileg spænskunámskeið

Verða haldin í Borgartúni 1. Kennarar eru Jakobína Davíðsdóttir og Carmen Nogales. Gestakennari með fyrirlestur um Spán og spænska menningu verður Kristinn R. Ólafsson. Meiri áhersla er lögð á tal og minni á málfræði. Námskeiðinu lýkur svo með tapaskvöldi.

Eftirfarandi námskeið eru í boði:
Mánudaga og miðvikudaga frá 13:00-14:30 eða 17:30-19:00
Þriðjudaga og fimmtudaga frá 13:00-14:30 eða 17:30-19:00

Námskeiðin í boði eru:
22.09 - 08.10
23.09 - 09.10
20.10 - 05.11
21.10 - 06.11

Verð á mann:
18.500 krónur

Upplýsingar í s. 698 50 33 eða binsina@gmail.com

til sölu

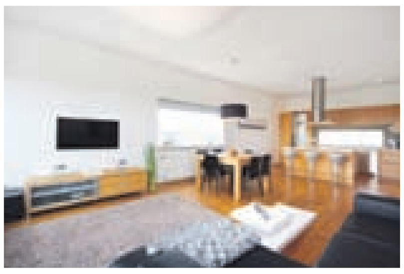
Er með til sölu
Renault Master ´96 model.
Skoðaður 14 - Flottur Húsbíll, hentar á tjaldsvæðið og á fjöll. Hann er á góðum dekkjum splittaður að aftan og drífur helstu fjallavegi Íslands
VERÐ 850.000.
Upplýsingar í síma 848-5280 eða sverrir @this.is.

fasteignir

FASTEIGNASALAN TORG
Áb. Sigurður Gunnlaugsson lfs.

Sandavað 11 110 Reykjavík

OPIÐ HÚS 21. sept. kl. 17:00-17:30



Verð: 37.900.000
Herbergi: 3 | **Stærð:** 126,3 m²

Fasteignasalan Torg kynnir: Gullfallega íbúð á efstu hæð!! Sérlega glæsileg, björt og vönduð 126,3 fm íbúð á efstu hæð og á enda í góðu fjölbýlishúsi með lyftu, ásamt stæði í bílageymslu, á frábærum stað í Norðlingaholti í Reykjavík. 3ja metra lofthæð er í íbúðinni og stórir gluggar. Mikið er lagt í lýsingu sem er frá Lumex og fylgir öll með. Granít er á eldhúsinnréttingu og sólbekkjum í því rými. Stórar svalir með útgengi frá stofu og baðherbergi þar sem gert er ráð fyrir heitum potti. Eignin er hin vandaðasta í alla staði.

SJÓN ER SÖGU RÍKARI!

Upplýsingar veitir Garðar Hólm í gsm: 899 8811

Garðar Hólm Sölufulltrúi 899 8811
Sigurður Fasteignasali 898 6106

Hlustaðu á Dísu ljósálf og Alfinn álfakóng á Vísi

Á Vísi er hægt að horfa á myndskreyttan upplestur úr þessum sígildu ævintýrum.

Ævintýrið um Dísu ljósálf kom fyrst út á íslensku árið 1928 í þýðingu Árna Óla og hefur margsinnis verið endurprentað. Dísa ljósálfur er ein klassíska sagna hollenska meistarans G.T. Rotman, sem fylgt hafa íslenskum börnum í tugi ára.

vísir

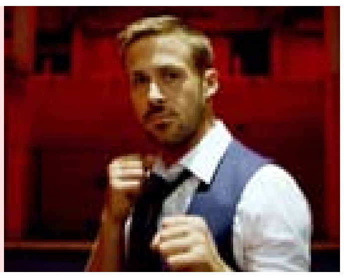
2 | KL. 21:40
Arthur Newman
Dramatísk mynd með Colin Firth, Emily Blunt og Anne Heche í aðalhlutverkum.

Skemmtilegt föstudagskvöld

2 | KL. 20:05
Mike And Molly
Skemmtileg gamanþáttaröð um turtildúfurnar Mike Biggs og Molly Flynn.

2 | KL. 20:30
NCIS: Los Angeles
Spennuþáttaröð með Chris O´Donnell og LL Cool J í aðalhlutverkum.

| KL. 22:00
Only God Forgives
Spennumynd með Ryan Gosling og Kristin Scott Thomas í aðalhlutverkum.



| KL. 19:05
Seinfeld
Ein vinsælasta gamanþáttaröð allra tíma með Jerry Seinfeld í aðalhlutverki.

Krakka stöðin | KL. 07:00-20:30
Barnaefni alla daga
Vandað talsett barnaefni og skemmtilegir þættir fyrir yngstu áhorfendurna alla daga á Krakkastöðinni.

3 | KL. 20:30
X Factor UK
Einn vinsælasti þáttur veraldar er loksins komin til Íslands. Simon Cowell, Mel B, Cheryl Cole og Louis Walsh skipa dómnefndina.

Fáðu þér áskrift! 365.IS

SUDOKU

LÉTT

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

MIÐLUNGS

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

ÞUNG

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

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

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

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

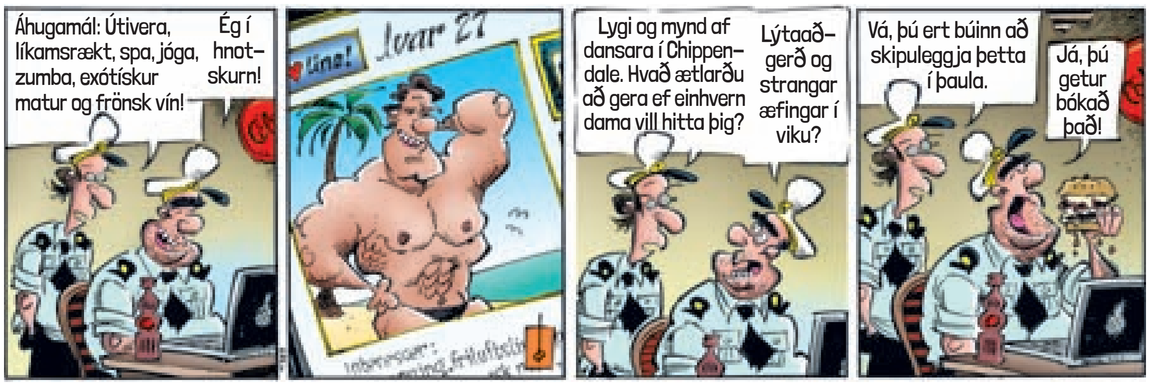
LAUSN SÍÐUSTU SUDOKU

Prautin 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.

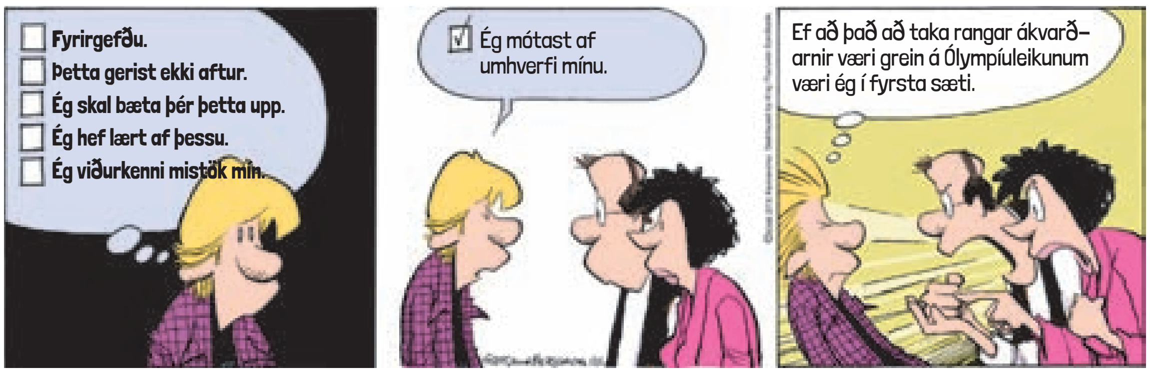
Lausnin verður birt í næsta tölublaði Fréttablaðsins.

Myndasögur

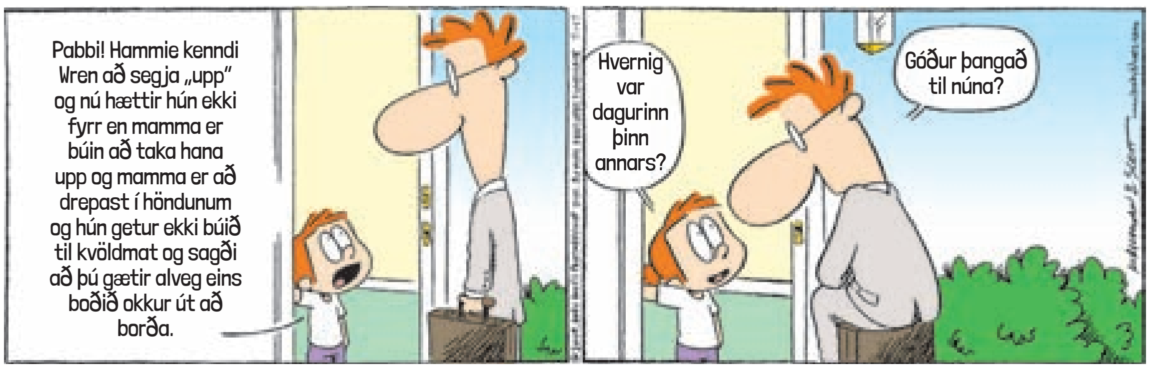
PONDUS Eftir Frode Øverli



GELGJAN Eftir Jerry Scott & Jim Borgman



BARNALÁN Eftir Jerry Scott & Rick Kirkman



SPAKMÆLI DAGSINS

„Jörðin–þessi allra dauðlegra sameiginlegi fararskjóti."

Jónas Hallgrímsson.

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

KROSSGÁTA

LÁRÉTT
2. glansa, **6.** mannþyrping, **8.** harðæri, **9.** rangl, **11.** í röð, **12.** frétt, **14.** gróðabrall, **16.** býli, **17.** þörungur, **18.** námstímabil, **20.** gelt, **21.** land í Asíu.

LÓÐRÉTT
1. nauðsyn, **3.** kusk, **4.** verkfæri, **5.** tímabils, **7.** grátbiðja, **10.** fjór, **13.** eldsneyti, **15.** skarpur, **16.** ófarnaður, **19.** skst.

LAUSN

LÁRÉTT: 2. gljá, **6.** ös, **8.** óár, **9.** ráf, **11.** rs, **12.** fregn, **14.** brask, **16.** bæ, **17.** söl, **18.** önn, **20.** gá, **21.** laos.

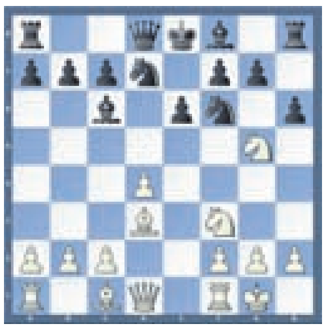
LÓÐRÉTT: 1. þörf, **3.** ló, **4.** járnsög, **5.** árs, **7.** sárbæna, **10.** fer, **13.** gas, **15.** klár, **16.** böl, **19.** no.

SKÁK

Gunnar Björnsson

Bárður Örn Birkisson (1.636) hafði hvítt gegn Estanislau Plantada Siurans (1.544) í annarri umferð C-flokks Haustmóts TR.

Hvítur á leik:



9. Rxe6! (hvítur fær nánast óstöðvandi sókn) **9.…fxe6 10. Bg6+ Ke7 11. c4 Rb6 12. Re5 Be8 13. b3 Hg8??** (best var 13.…Rfd7! en eftir 14. Ba3+ c5 15. Dg4 Rxe5 16. Bxc5+ Kd7 17. dxe5 bíður hans erfið vörn) **14. Ba3+ Dd6 15. Bxd6+** og hvítur vann örugglega.
www.skak.is Einar Hjalti vann fjórar fyrstu skákirnar í Bilbaó!

ENNEMM / NM64130

Öflugri netleiðir fyrir þitt heimili

siminn.is

Margfalt gagnamagn og enn fleiri leiðir

Nú hafa áskriftarleiðir Símans miklu meira gagnamagn innifalið auk þess sem þrjár nýjar leiðir líta dagsins ljós. Frá 1. október verður mælingum á internetumferð breytt.* **Þú færð góða yfirsýn yfir netnotkun heimilisins á Þjónustuvef Símans, getur skoðað fjölbreytt úrval áskriftarleiða og valið þá leið sem hentar ykkur best.**

*Sjá nánar á siminn.is

Fylgstu með netnotkuninni á **thjonustuvefur.siminn.is**

MENNING

Það er ekki hægt annað en að hrífast með

Sellókvartettinn Rastrelli og söngkonan Guðrún Ingimarsdóttir flytja klassík, djass, tangó og bossanóva.

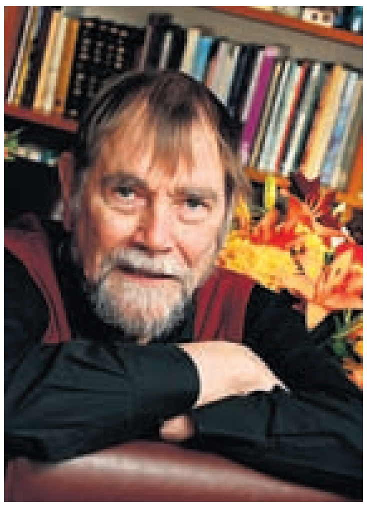
„Þessum strákum hefur skotið upp á stjörnuhimininn og þeir hafa spilað í mörgum stærstu tónleikasölum heims. Það er ekki hægt annað en hrífast með þeim á tónleikum, það er svo mikill kraftur í þeim og gleði. Ég er alsæl með að hafa náð að negla þá,“ segir Guðrún Ingimarsdóttir söngkona sem heldur tvenna tónleika með Rastrelli-sellókvartettinum um helgina, í Reykholtskirkju á morgun klukkan 16 og í Listasafni Íslands á sunnudag klukkan 20.

Guðrún segir Rastrelli hafa skapað sér sérstöðu með sinni hljóðfæraskipan og dagskrá. Félagarnir eru rússneskir en Guðrún kynntist þeim í Þýskalandi þar sem hún hefur verið búsett í 19 ár. „Þetta er skemmtilegasta sveit sem ég kem fram með,“ segir hún og lofar fjölbreyttum tónleikum. „Við verðum með klassísk verk og nokkur íslensk lög fyrir hlé en strákarnir eru voða góðir í djassi og við verðum með djass, tangó og bossanóva eftir hlé.“

Guðrún er alin upp á Hvanneyri í Borgarfirði og kveðst hafa byrjað að syngja bítlalög áður en hún fór að tala. Eftir nám í Söngskólanum hjá Elínu Ósk Óskarsdóttur fór hún í framhaldsnám, fyrst í London og svo í Stuttgart. Þar býr hún enn. En hvernig er daglegt líf? Veit hún alltaf hvað við tekur eftir morgundaginn?

„Nei, oft er stuttur fyrirvari. Á árum áður var allt planað langt fram í tímann í Þýskalandi en þróunin er sú að undirbúningstími okkar söngvaranna er alltaf að styttast. Í Þýskalandi eru samt enn stærstu tækifærin fyrir söngvara. Þar er vel stutt við menningarlíf og tónlistararfleifðin er sterk. Þaðan er líka stutt að fljúga heim. Enda kem ég nokkrum sinnum á ári til Íslands og sæki mér orku.“ gun@frettabladid.is

SÖNGKONAN „Ég kem nokkrum sinnum á ári til Íslands og sæki mér orku,“ Guðrún Ingimars. MYND/ÚR EINKASAFNI



FYRIRLESARI Gunnar Karlsson prófessor er annar tveggja fyrirlesara. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

Að búa til söguskoðun

Hádegisfyrirlestrar Sagnfræðingafélagsins á haustmisseri 2014 hefjast næstkomandi þriðjudag, þann 23. september. Yfirskrift fyrirlestraraðarinnar er „Söguskoðun að fornu og nýju“ og er bryddað upp á því nýmæli að tveir fyrirlesarar tala hverju sinni. Sem fyrr fara fyrirlestrarnir fram í fyrirlestrasal Þjóðminjasafns Íslands og hefjast klukkan 12.05.

Það eru sagnfræðingarnir Gunnar Karlsson og Súsanna Margrét Gestsdóttir sem ríða á vaðið að þessu sinni, en erindi þeirra bera yfirskriftina „Að búa til söguskoðun“.

Þrjár bækur frá Gyrði

Gyrðir Elíasson sendir frá sér tvær frumsamdar bækur í haust hjá forlaginu Dimmu, en þangað flutti hann sig þegar Uppheimar lögðu upp laupana.

Koparakur er níunda smásagnasafn Gyrðis og það fyrsta frá því að verðlaunasafnið Milli trjánna kom út, en fyrir þá bók hlaut Gyrðir Bókmenntaverðlaun Norðurlandaráðs árið 2011. Safnið hefur að geyma 32 ólíkar sögur. Hin bókin, Lungnafiskarnir, er fyrsta smáprósasafn Gyrðis, sem sýnir þar með á sér nýja hlið sem höfundur. Safnið geymir 100 smáprósa, þar sem raunsæi og hugarflug vega salt.

Auk þess kemur út hjá Dimmu ljóðabókin Listin að vera einn sem geymir þýðingar Gyrðis á ljóðum japanska skáldsins Shuntaro Tanikawa, sem fæddist í Tókýó árið 1931 og er nú talinn eitt af helstu núlifandi skáldum Asíu. Safnið inniheldur sýnishorn frá öllum æviskeiðum Tanikawa, allt fram á síðustu ár.

RÓÐARÍ „Áhugafólk um leiklist ætti ekki að láta þær Önnu Kristínu Arngrímsdóttur, Margréti Guðmundsdóttur, Guðbjörgu Thoroddsen og Halldóru Björnsdóttur fram hjá sér fara.“ MYND/GEIRIX

Þetta helvítis feðraveldi

LEIKLIST ★★☆☆☆

Róðarí
Hrund Ólafsdóttir
LEIKSTJÓRI ERLING JÓHANNESSON
LEIKMYND FROSTI FRIÐRIKSSON
BÚNINGAR ÞÓRUNN MARÍA JÓNSDÓTTIR
HLJÓÐMYND GARÐAR BORGÞÓRSSON
LÝSING VALDIMAR JÓHANNSSON
LEIKARAR ANNA KRISTÍN ARNGRÍMSDÓTTIR, GUÐBJÖRG THORODDSEN, HALLDÓRA BJÖRNSDÓTTIR, KOLBEINN ARNBJÖRNSSON, MARGRÉT GUÐMUNDSDÓTTIR

Það var með eftirvæntingu sem undirritaður kom sér fyrir meðal áhorfenda sem fylltu Tjarnarbíó í vikunni á frumsýningu á nýju íslensku verki: Róðaríi. Við Íslendingar búum nefnilega, og líkast til algerlega óverðskuldað, yfir þjóðargersemi; stórleikkonum sem hafa kannski ekki fengið að láta ljós sitt skína sem skyldi. Og það mun meira að segja kveikja verksins; skortur á bitastæðum hlutverkum fyrir leikkonur í leikbókmenntunum. Allt er það satt og rétt, svo langt sem það nær.

Frábærar leikkonur

Verkið snýst um fjölskyldu; þrjár systur, yngri bróður og móður þeirra. Áhugafólk um leiklist ætti ekki að láta þær Önnu Kristínu Arngrímsdóttur, Margréti Guðmundsdóttur, Guðbjörgu Thoroddsen og Halldóru Björnsdóttur fram hjá sér fara, þá er þær sýna sig á sviðinu. Stórkostlegt í sjálfu sér að fylgjast með því hversu flottar þær eru á sviði. Allar draga þær persónur sínar skýrum dráttum og gera það listavel. Kolbeinn Arnbjörnsson fer svo með hlutverk bróðurins, og gerir því ágæt skil. Hin miðlæga persóna er leikin af Önnu Kristínu; flókið hlutverk en hún er horfin á innri svið, þar sem ótti og ofsóknaræði ræður ríkjum. Anna Kristín tók þetta hlutverk alla leið – og það gekk upp. Persónan holdgerðist í henni, hugur og líkami sameinaðist í túlkun og magnað að sjá það birtast í líkama og texta.

Þrautpínd saga

Að þessu sögðu; er nóg að leggja upp með það að afburðaleikkonur skorti bitastæð hlutverk, og þá verði ljós? Svarið við þessari barnalegu spurningu er einfaldlega nei. Umfjöllunarefni leikritsins er þrautpínd saga um þrælhefta fjölskyldu þar sem hver og einn einstaklingur er tilfinningalega stórskaðaður úr æsku vegna hrottans föðurins. Sem misþyrmdi börnum og misnotaði. Gott að hann er dauður, er ein setningin, og til að undirstrika að faðirinn, fulltrúi feðraveldisins, gangi aftur í fórnarlömbum sínum segir mamman, sem lifir af með að leita í bernskuminningar með móður sinni og loka augum fyrir því sem er að gerast, segir: Þið eruð öll eins og hann.

Þetta er svo margsögð saga að fyrsta hálftímann þá myndaðist í huga undirritaðs fölsk spenna því ég trúði því bara ekki að þangað væri verið að fara með áhorfendur. En, jú. Án þess að ég vilji undir nokkrum kringumstæðum gera lítið úr þeim harmi sem býr að baki. Það lá hins vegar fljótlega fyrir og þá breyttist leikhúsupplifun í bið, eftir hléinu sem aldrei kom. Allir lækir leituðu í þennan farveg: Helvítis feðraveldið.

Allt ber að sama brunni

Fjölskyldan er ófær um að takast á við nokkurn skapaðan hlut, persónan sem Halldóra leikur og á yfirborðinu flýr í námskeiðahald sem byggir á hálegum hjálparbókafræðum, persóna Guðbjargar leggur hendur á sín eigin börn, elsta systirin, persóna Önnu Kristínar, virðist flýja í heim geðveikinnar og klippir niður fjölskyldumyndir og mamman flýr inn í sjálfa sig og kalkar eftir þörfum. Leikmyndin og búningar bakka þetta svo samviskusamlega upp og er þar allt eftir bókinni; ágætlega gert. Ég var hrifinn af búningunum, sem voru til undirstrikunar efninu, tætingslegir og á þeim slettur; öll eru þau merkt feðraveldinu. Þá var lýsingin ágætlega af hendi leyst og þar var reynt að undirstrika þau hughrif sem reynt var að kalla fram með mismiklum styrk ljósa. Leikstjórinn gerir vel í þessu sem og að fá fram gæðin í leikarahópnum, en mér fannst reyndar óhreinar línur milli þess sem áttu að vera aðgreind sögusvið.

Bitastæð hlutverk?

Já, bölvað feðraveldið. Ég vona að Róðarí sé ekki fyrirboði þess sem koma skal, nú í upphafi leikárs. Að nú verði róið að því öllum árum að taka feðraveldið á beinið. Kristín Eysteinsdóttir í Borgarleikhúsinu hefur gefið út að hún vilji auka hlut kvenna, Tinna Gunnlaugsdóttir í Þjóðleikhúsinu hefur gefið það út að það eigi að helga þetta leikár konum. Þetta er á oddinum. „L'art pour l'art“? Konur kvenna vegna hlýtur að teljast fremur innantóm stefna. Að skrifa leikrit á þeim forsendum einum að það vanti bitastæð hlutverk fyrir leikkonur gengur illa upp. Hlutverkin verða að vera bitastæð og þau verða ekki bitastæð við það eitt að þau eru hugsuð fyrir konur. Tilgangurinn helgar ekki meðalið í þessu, frekar en öðru. Tilgangur listarinnar er að opna augu, reyna að horfa á stöðuna úr óvæntum áttum. List sem gerist taglhnýtingur kennivaldsins, því þar liggur þetta nú, fjárlög formanns Sjálfstæðisflokksins eru stimpluð kyngreind í bak og fyrir, er einskis virði.

Jakob Bjarnar Grétarsson

→ Er nóg að leggja upp með það að afburðaleikkonur skorti bitastæð hlutverk, og þá verði ljós? Svarið við þessari barnalegu spurningu er einfaldlega nei.

NIÐURSTAÐA: Ánægjulegt að sjá stórleikkonur á sviðinu, en sú ánægja er skammær þegar í ljós kemur að umfjöllunarefnið er þrautpínd saga.

20%
afsláttur af
hágæða **AEG**
eldhústækjum
með kaupum á HTH
eldhúsinnréttingum

NÝTT Model Oslo · Verðdæmi kr. 338.400,- (sbr. mynd)

HTH
INNRÉTTINGAR

Það er allt hægt!

- eldhúsinnréttingar
- baðinnréttingar
- þvottahúsinnréttingar
- fataskápar

HTH er einn stærsti framleiðandi innréttinga í Evrópu, enda er dönsk hönnun mikils metin og danskt handverk eftirsótt um allan heim.

Við teiknum tillögur að nýju drauma-eldhúsi fyrir þig, án skuldbindinga, og gerum þér frábært verðtilboð.

Velkomin í ORMSSON LÁGMÚLA 8 og kynnist því nýjasta í innréttingum frá HTH – og því heitasta í AEG eldhústækjum.

ORMSSON

Opið:
Mánudaga – föstudaga frá kl. 10-18 og á laugardögum frá kl. 11-15
Á Akureyri er HTH sýningarsalur í ORMSSON, Furuvöllum 5

LÁGMÚLA 8 · REYKJAVÍK · 2. HÆÐ · SÍMI: 530-2819 & 530-2821 · www.ormsson.is

KVIKA

FÖSTUDAGUR

HVAÐ? HVENÆR? HVAR?

FÖSTUDAGUR 19. SEPTEMBER

Tónleikar

20.00 Baggalútur spilar á Græna hattinum á Akureyri í kvöld. 3.500 krónur inn.

21.00 The Hlynur Ben Quartet spilar á Hressó í kvöld.

21.00 Ljótu hálfvitarnir ljúka starfsárinu með tónleikum í Miðgarði í Skagafirði í kvöld. Fyrir vikið stefnir hljómsveitin á að hækka í botn og skrúfa vel frá öllum fíflalátakrönum. Forsjálir Skagfirðingar geta nálgast miða fram að tónleikunum hjá N1 á Sauðárkróki og í KS í Varmahlíð en einnig verður selt við innganginn.

21.00 Plötusnúðarnir Steindór and Pilsner 2.25% spila á Palóma í kvöld.

22.00 Dan Cassidy spilar með swingsveitinni sinni á Café Rósenberg í kvöld.

22.00 Plastic Gods spilar óhefðbundið drunu- og hávaðasett á Húrra í kvöld. Með Plastic Gods eru tónlistamennirnir AMFJ, Döpur og Ultraorthodox. 1.000 krónur inn.

22.00 Stebbi og Eyfi flytja öll sín þekktustu lög í bland við dægurperlur Simon & Garfunkel á Kaffi Rauðku á Siglufirði í kvöld.

23.00 Sváfnir Sigurðarson og félagar leika tónlist frá ýmsum tímaskeiðum á Ob-La-Dí-Ob-La-Da, Frakkastíg 8. Aðgangur er ókeypis.

Síðustu Forvöð

10.00 Seinasti dagur sýningarinnar FutureCrash / Tribal TV eftir listakonuna Ásdísi Sif Gunnarsdóttur í Hafnarhúsinu.

12.00 Seinasti dagur hópsýningarinnar Track í Hafnarborg við Strandgötu 34 í Hafnarfirði. Listamennirnir Daníel Magnússon, Guðrún Hrönn Ragnarsdóttir, Ívar Brynjólfsson, Ívar Valgarðsson, Sólveig Aðalsteinsdóttir og Þóra Sigurðardóttir sýna verk sín.

Kvikmyndir

14.00 Í dag hefjast kvikmyndasýningar Rýnisins á sjálfu heimili kvikmyndanna í Bíó Paradís. Fyrsta mynd vetrarins er Kill List, hryllingsmynd frá 2011 um fyrrverandi hermann sem gerist launmorðingi og flækist í vef undarlegra aðstæðna. Stutt kynning er fyrir myndina og umræður eftir sýninguna.

Tónlist

20.00 Simon FKNHNDSM spilar á fyrstu hæðinni á Dollý en DJ sexítæm á annari hæðinni.

20.00 Jógvan Hansen syngur lög eftir Frank Sinatra í Salnum í Hamraborg 6, Kópavogi.

20.00 Trúbadorarnir Elli og Steini og Eiki spila á English Pub í kvöld.

21.00 DJ Víðir og DJ Dýrið spila í Stúdentakjallaranum í kvöld. Tilboð á barnum.

21.00 Futuregrapher, dj. flugvél og geimskip og Chris Sea spila raftónlist í Mengi í kvöld. Litrík og öðruvísi raftónlist. 1.000 krónur inn.

21.00 Hljómsveitin Alchemia spilar gúrmet melódískt rokk á Dillon í kvöld.

21.00 DJ Steindór þeytir skífum á Palóma.

21.00 DJ Jay-O spilar væna hipphopptónlist á Prikinu í kvöld.

21.00 DJ Holy spilar heilaga tónlist á Frederiksen í kvöld.

21.00 DJ Raggi spilar tónlist á Lebowski Bar í kvöld.

23.00 DJ Kári þeytir skífum á Kaffibarnum í kvöld.

Upplýsingar um viðburði sendist á hvar@frettabladid.is og einnig er hægt að skrá þá inni á visir.is.

Sveimkennt dómsdagsrokk

Sveitin Godchilla heldur útgáfutónleika í kvöld. Kosmískir leynigestir boðaðir.

„Þetta verður svakalegt, sýning ársins!“ segir Birgir Sigurjón Birgisson, meðlimur dómsdagsrokksveitarinnar Godchilla sem heldur útgáfutónleika á Húrra í kvöld. Tónleikarnir eru í tilefni þess að sveitin gefur út fyrstu skífu sína í fullri lengd, Cosmatos, í dag. „Það verður ljós, reykur, sýnir, hillingar og kosmískir leynigestir.“

Sveitin mun leika plötuna í fullri lengd í kvöld en Skelkur í Bringu og russian. girls verða þeim til halds og trausts. Bolir og diskar verða til sölu á tónleikunum en diskana má einnig nálgast í Lucky Records, Smekkleysu, 12 tónum eða Geisladiskabúð Valda. 500 króna aðgangseyrir.

Það verður ljós, reykur, sýnir, hillingar og kosmískir leynigestir.

- þij

GODCHILLA Koma fram í kvöld á Húrra.

Tónleikar fullir af ást

Stórfurðulegir raftónlistarmenn troða upp í Mengi í kvöld.

„Þetta er óvenjuleg ástæða fyrir tónleikum,“ segir Steinunn Harðardóttir, betur þekkt sem dj. flugvél og geimskip, en hún spilar tónlist í kvöld klukkan 9 í Mengi á Óðinsgötu 2 ásamt Futuregrapher og Bandaríkjamanninum Chris Sea. „Við erum þrír stórfurðulegir raftónlistarmenn sem erum að koma saman af því að okkur þykir svo vænt hverju um annað. Vanalega vilja tónlistarmenn leyfa fólki að heyra nýju lögin sín á tónleikum en það sem einkennir þessa tónleika sérstaklega er að þeir eru fullir af ást.“

Chris hefur dvalið hér á landi og meðal annars starfað sem tónlistarblaðamaður hjá Rok Musik. „Hann er búinn að gera mjög mikið fyrir íslenska tónlistarmenn með því að vera ótrúlega jákvæður. Síðan er hann að fara í einhvern tíma og þá er þetta síðasti séns til að þakka honum fyrir, mig langaði allavega að gera það.“

Aðgangseyrir á tónleikana er 2.000 krónur.

- þij

STÓRFURÐULEG Tilraunakennd raftónlist verður í boði í kvöld.

ÍSKALDIR DAGAR

15-25%
AFSLÁTTUR AF KÆLISKÁPUM!

CANDY · Blomberg · SEVERIN · Panasonic

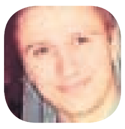
Opið virka daga 9-18
og laugardaga 11-15

Einar Farestveit & Co.hf.
Borgartúni 28 • Sími: 520 7900 • ef@ef.is • www.ef.is

LÍFIÐ

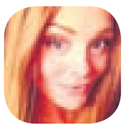
Vikan á twitter Tíst vikunnar voru skemmtileg

Atli Fannar
@atlifannar



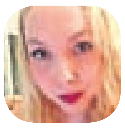
Get ýmislegt en að langa ekki í aðra kókómjólk um leið og ég hef klárað fernu er ekki eitt af því.

Anna Margrét Gunnarsdóttir
@adhdkisan



„Gleðilegt nýtt hár“ er besta nafn á hárgreiðslustofu sem ég hef heyrt, hands down.

Eva Brá Önnudóttir
@eva_bra

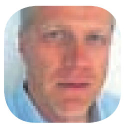


Komst að því á óskemmtilegan máta að nágrannakona mín á drepmyndarlegan son á mínum aldri. Er hæst móðguð að hún hafi ekki sagt mér frá því.

Heiða Kristín
@heidabest

Hvenær og hvar var það ákveðið að öll mötuneyti á Íslandi framreiði fisk á mánudögum?

Þorsteinn Guðmunds
@ThorsteinnGud



Með stífflaðar kinnholur. Ahh! Þetta er skýringin á því af hverju ég lít út eins og módel á kókaíni. Þetta er allt í kinnbeinunum.

Sóllilja Baltasarsd
@sollilja03

Mér finnst ógeðslega fyndið að @hugleikur heiti flugveikur á Instagram.

Fjöldamörg fræg stjörnurifrildi

Stjörnurnar hafa deilt opinberlega um misgáfulega hluti. Hér má sjá nokkur fræg stjörnurifrildi sem hafa farið fram fyrir opnum tjöldum.

Nicki Minaj og Mariah Carey

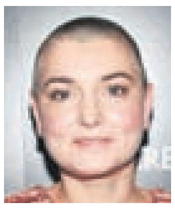
Þeim kom illa saman nánast frá byrjun og var byrjað að segja fréttir af því strax í áheyrnarprufunum að þeim semdi illa. Myndband náðist þar sem dívurnar heyrðust öskra fúkyrði hvor á aðra. Mariah sagði svo í útvarpsviðtali að ástandið hefði verið þannig að þetta hefði verið eins og að fara í vinnuna með Satan á hverjum degi. Ekki trúðu allir að um alvöru rifrildi væri að ræða og sumir héldu því fram að deilurnar væri sviðsettar.

Martha Stewart og Gwyneth Paltrow

Í nýlegu viðtali við Porter Magazine lét sjónvarpsdrottningin Martha Stewart leikkonuna Gwyneth Paltrow heyra það. „Hún þarf bara að þegja. Hún er kvikmyndastjarna. Ef hún væri örugg með feril sinn, þá væri hún ekki að reyna að vera Martha Stewart,“ sagði hún í samtali við tímaritið. Ummælin lét Martha falla vegna lífsstílssíðunnar Goop, sem Gwyneth Paltrow hefur haldið úti síðan árið 2008. Eins og Stewart, selur Paltrow vörur inn á heimilið.

Miley Cyrus og Sinead O'Connor

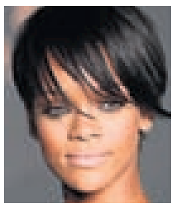
Söngkonurnar elduðu grátt silfur á haustmánuðum 2013. Rifrildið hófst á því að Sinead birti opið bréf til Miley þar sem hún varaði hana við hættum tónlistargeirans og var ástæðan frægt myndband söngkonunnar við lagið Wrecking Ball. Miley brást illa við og tjáði sig um bréfið á Twitter og vakti um leið athygli á gömlum færslum frá Sinead sem hefur glímt við geðhvarfasýki lengi. „Ég held að það mikilvægasta sem kom út úr þessu öllu saman með Miley, var að það var hægt að búa til orðræðu um geðheilsu og mannréttindi.“



Jimmy Kimmel og Kanye West

Rifrildi milli spjallþáttastjórnandans Jimmys Kimmel og rapparans Kanye West hófst eftir að Jimmy gerði grín að rapparanum í þætti sínum. Kanye West brást hinn versti við og fór beint á Twitter þar sem hann sagði að Sarah Silverman væri þúsund sinnum fyndnari en Jimmy og allur heimurinn vissi það. Rifrildið endaði þó með sáttafundum í sófanum hjá Jimmy þar sem Kanye mætti til hans í þáttinn.

Rihanna og Joan Rivers



Þær Rihanna og Joan Rivers áttu í Twitter-rifrildi árið 2012. Joan Rivers sáluga skaut þá fast á Rihönnu vegna viðtals sem Oprah Winfrey tók við þá síðarnefndu. „Rihanna játaði það hjá Opruh Winfrey að hún elskaði enn Chris Brown, hálfviti! Nú er komið að mér að slá hana!“ Rihanna svaraði henni á Twitter og sagði það greinilegt að maður yrði heimskur þegar maður yrði gamall og hún ætti að skella á sig bleyjum. Joan reyndi á endanum að ná sáttum og skrifaði til hennar: „Það vita allir að ef hann slær þig einu sinni þá gerir hann það aftur. Kynntu þér tölfræðina. P.S. fyndist frábært að fá þig í Fashion Police.“

Yuasa rafgeymar

YBX rafgeymarnir frá Yuasa hafa hærra kaldræsi og endast lengur

YUASA
stærsti rafgeymaframleiðandi í heiminum

Framúrskarandi fyrirtæki 2013

Stilling

Stilling hf. | Sími 520 8000 | www.stilling.is | stilling@frettabladid.is

Við fæðumst öll kynverur

? Hvernig telur þú ráðlegt að ræða við og nálgast 4-5 ára gamalt barn sem fróar sér oft og mikið í leikskólanum?

...

SVAR Þetta er mál sem margir velta fyrir sér en fáir þora að spyrja um. Það var nefnilega fyrir ekki svo löngu sem börn sem stunduðu „mikla“ eða reglulega sjálfsfróun voru jafnvel talin vera flogaveik. Það er því frekar stutt síðan þessi snerting hefur því fengið réttnefni sitt, sjálfsfróun. Við fæðumst öll kynverur og snerting eigin kynfæra er ánægjulegt og streitulosandi fyrir líkama og sál. Það hafa meira að segja náðst sónarmyndir af fóstri að snerta kynfæri sín markvisst.

Börn vita ekki hvað sjálfsfróun er og setja þetta ekki í kynferðislegt samhengi. Þetta er einungis eitthvað sem þeim finnst gott að gera og þeim líður vel af. Tenging við örvun kynfæra út frá utanaðkomandi áreiti (eins og einhverjum sem maður er skotinn í) kemur seinna, þegar nær dregur kynþroskaskeiðinu. Þó er mikilvægt að vita að börn hafa mismikinn áhuga á snertingu sinna eigin kynfæra, og sum meira en önnur. Það er alveg jafn eðlilegt að hafa engan áhuga eins og það er að gera það daglega.

Það fyrsta og mikilvægasta í þessu máli er að setja ramma í kringum þessa hegðun. Þetta er eitthvað sem ber að gera í einrúmi og þá er gott að miða við inni í svefnherbergi heima hjá sér eða jafnvel inni á baðherbergi. Þetta sé ekki eitthvað sem sé við gerum í leikskólanum, rétt eins og þegar við förum á salernið þá gerum við það í einrúmi. Það er í lagi að viðurkenna að þetta sé gott en jafnframt að þetta sé eitthvað sem þau eigi bara með sér. Þú veitir enga aðstoð né fylgist með, þetta er algjörlega barnsins.

Það er gott að nálgast þessa umræðu á rólegu nótunum því það er engin skömm að þessu og þetta er náttúrulegt og eðlilegt. Þá gæti verið ágætt að ræða þetta við foreldrana svo þið getið samræmt aðgerðir ykkar með þeim. Gangi þér vel.

> **Þó er mikilvægt að vita að börn hafa mismikinn áhuga á snertingu sinna eigin kynfæra, og sum meira en önnur. Það er alveg jafn eðlilegt að hafa engan áhuga eins og það er að gera það daglega.**

KYNLÍF TAKTU ÞÁTT!
Sendu Siggu Dögg póst og segðu henni frá vandamáli úr bólinu. Lausnin gæti birst í Fréttablaðinu.
kynlif@frettabladid.is

ÁRSKORT

Í LÍKAMSRÆKT OG SUND Á AÐEINS 35.990 KR. (EINGREIÐSLA)

Það gera aðeins **2.999 kr.** á mánuði.

TILBOÐIÐ GILDIR TIL OG MEÐ 22. SEPTEMBER 2014

HVER OG EINN FÆR SÉRSNIÐNA ÆFINGAÁÆTLUN OG KENNSLU Á TÆKIN

FRÍTT ER Í ALLA HÓPTÍMA FYRIR KORTHAFA

Íþróttamiðstöðin Versalir

Sundlaug Kópavogs

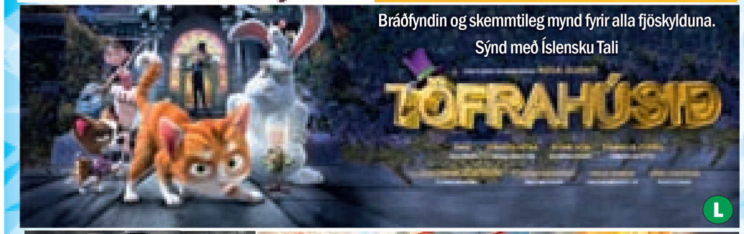
Hringdu og pantaðu þér **ókeypis prufutíma**
með þjálfara í tækjasal.
Þú færð kennslu á tækin og sérsniðna æfingaáætlun.

GYM heilsa

Kortið gildir í líkamsrækt og sund í Sundlaug Kópavogs
og Íþróttamiðstöðinni Versölum.

Sundlaug Kópavogs / sími 570 0470
Íþróttamiðstöð Versalir / sími 570 0480
www.gymheilsa.is

SAMbio.is



SAMBÍÓIN ÁLFABAKKA

IF I STAY	KL. 5:40 - 8 - 10:20	12
IF I STAY VIP	KL. 5:40 - 8 - 10:20	
TÖFRAHÚSIÐ ÍSLTAL	KL. 4 - 6	L
THE HUNDRED-FOOT JOURNEY	KL. 6:20 - 9 - 10:10	L
SIN CITY: A DAME TO KILL FOR 2D:	KL. 10:20	16
TEENAGE MUTANT NINJA TURTLES 3D:	KL. 3:40 - 5:50 - 8	10
TEENAGE MUTANT NINJA TURTLES 2D:	KL. 4:10	10
INTO THE STORM	KL. 10:20	12
STEP UP: ALL IN	KL. 8	7
FLUGVÉLAR: BJÖRGUNARSVEITIN ÍSLTAL 2D:	KL. 3:30	L
GUARDIANS OF THE GALAXY 2D:	KL. 5:30 - 8	12
TARZAN ÍSLTAL	KL. 3:30	7

SAMBÍÓIN KEFLAVÍK

IF I STAY	KL. 8	12
TÖFRAHÚSIÐ ÍSLTAL	KL. 6	L
A WALK AMONG THE TOMBSTONES	KL. 8 - 10:20	16
TEENAGE MUTANT NINJA TURTLES 3D:	KL. 5:40	10
LET'S BE COPS	KL. 10:20	12

SAMBÍÓIN EGILSHÖLL

IF I STAY	KL. 5:40 - 8 - 10:20	12
TÖFRAHÚSIÐ ÍSLTAL	KL. 5:50	L
THE HUNDRED-FOOT JOURNEY	KL. 5:20 - 8 - 10:20	L
SIN CITY: A DAME TO KILL FOR 2D:	KL. 8 - 10:20	16
TEENAGE MUTANT NINJA TURTLES 2D:	KL. 5:40 - 8 - 10:30	10

SAMBÍÓIN KRINGLUNNI NÚMERUÐ SÆTI

IF I STAY	KL. 8 - 10:20	12
TÖFRAHÚSIÐ ÍSLTAL	KL. 6	L
THE HUNDRED-FOOT JOURNEY	KL. 5:40 - 8 - 10:40	L
SIN CITY: A DAME TO KILL FOR 2D:	KL. 10:10	16
TEENAGE MUTANT NINJA TURTLES 2D:	KL. 8	10
FADING GIGOLO	KL. 6	L

SAMBÍÓIN AKUREYRI

IF I STAY	KL. 8 - 10:20	12
TÖFRAHÚSIÐ ÍSLTAL	KL. 6	L
THE HUNDRED-FOOT JOURNEY	KL. 8	L
SIN CITY: A DAME TO KILL FOR 2D:	KL. 10:35	16

SPARBÍÓ
MERKTAR MEÐ GRÆNU EÐA APPELSÍNUGULU KR.750 Á APPELSÍNUGULT OG KR. 1000 Á GRÆNT

SMÁRABÍÓ HÁSKÓLABÍÓ

SMÁRABÍÓ 5%

THE MAZE RUNNER	KL 5.30 - 8 - 10.30	12
THE MAZE RUNNER LÚXUS	KL 5.30 - 8 - 10.30	12
THE NOVEMBER MAN	KL 8 - 10.25	16
PÓSTURINN PÁLL ÍSL TAL 2D	KL 3.30 - 5.45	L
PÓSTURINN PÁLL ÍSL TAL 3D	KL 3.30	L
PARÍS NORÐURSINS	KL 3.30- 5.45 - 8	12
LET'S BE COPS	KL 5.45 - 8 - 10.20	12
EXPENDABLES	KL 10.10	14
AÐ TEMJA DREKANN 2 ÍSL TAL 2D	KL 3.30	L

HÁSKÓLABÍÓ 5%

A WALK... THE TOMBSTONE	KL 8 - 10.30	16
THE MAZE RUNNER	KL 5.30 - 8 - 10.30	12
PARÍS NORÐURSINS	KL 5.45 - 8 - 10.15	12
VONARSTRÆTI	KL 5.20	12
HROSS Í OSS	KL 8	12
MYNPHOMANIAC PART 1	KL 10	16
STEINSTEYPUNÓTT	KL 6	16

Miðasala á: eMiði

FJÖLSKYLDUPAKKINN
Barnafjölskyldur fá alla miða á barnaverði
NÁNAR Á SMARABIO.IS/BYLTING

LAUGARÁS BÍÓ
midi.is
Miðasala og nánari upplýsingar
ÞÚ FÆRÐ Coca-Cola Í LAUGARÁSBÍÓI

Tilboð í bíó. Gildir á allar sýningar merktar með rauðu.

LAUGARÁSBÍÓ	Sýningartímar	
WALK AMONG TOMBSTONES	5:45, 8, 10:20	16
MAZE RUNNER	5:45, 8, 10:20	16
THE NOVEMBER MAN	10	12
PÓSTURINN PÁLL 2D	3:30	L
PARÍS NORÐURSINS	5:50	12
LUCY	8	16
TEMJA DREKANN SINN 2D	3:30	L
DINO TIME	3:30	L

5%
Sími: 553-2075
www.laugarasbio.is

Lausnin er fundin

BAKÞANKAR
Kolbeins Tuma Daðasonar

ÁRLEGA bæta Íslendingar met þegar kemur að hlutfalli þeirra sem skráðir eru í Þjóðkirkjuna. Frá því Hagstofan byrjaði að taka saman tölurnar árið 1998 hefur hlutfallið farið lækkandi með hverju árinu. Tæp 90 prósent landsmanna voru skráð í trúfélagið árið 1998 en hlutfallið í ár er rúm 75 prósent. Hlutfall þeirra sem rækta trú sína er erfiðara að mæla en nokkuð ljóst að það er enn lægra og líklega munar miklu. Stóra spurningin er þessi: Hvenær ætlum við að skipta um þjóðsöng?

LOFSÖNGUR er fallegt lag en það er eitthvað fáránlegt við það að lofa guð í staðinn fyrir að lofa land og þjóð. Sjálfur tengi ég þjóðsöngva helst við landsleiki í íþróttum. Það er ekkert skrýtið að fáir áhorfendur á landsleikjum taki undir í lagi sem fjallar um guð sem þeir trúa ekki á. Jafnvel þótt búið sé að breyta tóntegundinni. Tenging flestra Íslendinga við lagið er lítil sem engin.

MARGIR eru sammála um að hvíla eigi Lofsöng og finna betra lag. Ísland ögrum skorið hefur verið nefnt. Sömuleiðis Ísland er land þitt og Öxar við ána. Þau síðarnefndu eru fínir kostir. En viti menn, enn betri lausn er fundin. Lagið sem svo margir kunna og elska að syngja. Ferðalok: „Ég er kominn heim.“

HVAÐ er betra en vísun í sígilt íslenskt líf þar sem fjölskyldan bíður eftir því að sjómaðurinn skili sér heill heim? Vísun í sólina sem málar myndir á sjóinn í vogunum? Fallega jökla landsins? Ást milli karls og konu sem bíða eftir því að vetri ljúki og betri tíð taki við? Ekkert, það er ekkert betra.

DANIR, Finnar, Norðmenn og Svíar syngja um landið sitt en ekki guð. Í draumi mínum syngja tíu þúsund manns á Laugardalsvelli að allt sé bjart fyrir okkur tveim því ég sé kominn heim, til Íslands – ekki guðs.

VINSÆLIR Reggíhljómsveitin UB40 kemur fram í Hörpu í kvöld. NORDICPHOTOS/GETTY

Vilja ekki festast aftur

Hljómsveitin UB40 hlakkar mikið til þess að koma fram hér á landi. Meðlimir sveitarinnar hafa þó óttast að þeir gætu orðið strandaglópar í annað sinn sökum eldgoss.

„Þetta er í fyrsta sinn sem ég kem til Íslands en mig hefur alltaf langað til að koma. Það væri samt verra ef við myndum festast á Íslandi því við þurfum að fara til Hollands daginn eftir tónleikana,“ segir Mickey Virtue, hljómborðsleikari reggíhljómsveitarinnar UB40, en sveitin kemur fram á tónleikum í Hörpu í kvöld.

Hann segist vita ýmislegt um landið og hefur mikinn áhuga á því, sérstaklega út af eldvirkninni. Hann og hljómsveitin fengu eins og svo margir að kenna á eldgosinu í Eyjafjallajökli árið 2010. „Við vorum föst í sex daga í Suður-Ameríku á þessu tímabili, við áttum að fljúga til Evrópu en það var ekki flogið út af gosinu,“ segir Virtue við og vonar það besta.

UB40 kemur frá Birmingham á Englandi, var stofnuð 1978 og hefur fjórum sinnum hlotið tilnefningu til Grammy-verðlaunanna fyrir reggíplötu ársins. Þá hefur sveitin selt yfir 70 milljónir platna á heimsvísu sem telst ansi gott.

„Ég, Astro og Ali Campbell erum einu upprunalegu meðlimirnir sem spila með sveitinni í dag. Við erum samt alveg tólf sem erum á sviðinu og erum með blásarasveit með okkur og það gengur mjög vel,“ segir Virtue. Sveitin hefur gefið út yfir tuttugu plötur og þar af þrjár sem innihalda tökulög. Ný plata frá UB40 mun líta dagsins ljós í næsta mánuði.

Af hverju fer hljómsveit frá Birmingham að spila reggí? „Þetta er svo mikil fjölmenningarborg og það var ekki erfitt fyrir okkur að nálgast reggímúsík. Það voru klúbbar sem spiluðu reggí og svo var Bob Marley auðvitað á lífi á þessum tíma,“ segir Virtue. Hann segir reggí vera mjög alþjóðlega tónlist og hvar sem hann komi skilji allir reggítónlistina.

Hann telur einnig að umrædd tónlistarstefna hafi verið mjög mikilvæg í tónlistarsögunni. „Við höfum ekki haft hipphopp í þeirri mynd sem við þekkjum í dag nema vegna reggítónlistarinnar. Fólk úti um allt hefur gaman af reggímúsík.“ UB40 hefur komið fram í ýmsum myndum á ferlinum en er nú í fyrsta sinn síðan árið 2008 að koma saman með þeim Ali Campbell og Mickey Virtue því þeir hættu báðir árið 2008 vegna ágreinings.

Tónleikarnir í fara fram í Eldborgarsalnum í Hörpu í kvöld og hefjast klukkan 20.00.

gunnarleo@frettabladid.is

ÝMISLEGT UM UB40

- Sveitin hefur gefið út fleiri en tuttugu plötur og selt yfir 70 milljónir platna á heimsvísu.
- Hún hefur fjórum sinnum hlotið tilnefningu til Grammy-verðlaunanna fyrir reggíplötu ársins.
- UB40 á fjölda laga sem náð hafa á topp vinsældalista um allan heim, þeirra þekktust eru sjálfsagt Red Red Wine, I've Got You Babe, I Can't Help Falling in Love og Food for Thought.
- Hún var stofnuð árið 1978 í Birmingham á Englandi. Hún hefur starfað síðan með hléum og með breytilegri mannaskipan. Allan þennan tíma hefur hljómsveitin gefið út plötur sem hafa hlotið einróma lof gagnrýnenda og aðdáenda. Síðasta plata sveitarinnar, Getting over the Storm, kom út 2013 og fékk hún 5 stjörnu dóma hjá bresku tónlistarpressunni.

Við höfðum ekki haft hipphopp í þeirri mynd sem við þekkjum í dag nema vegna reggítónlistarinnar. Fólk úti um allt hefur gaman af reggímúsík.

ÖND
CRISPY AROMATIC
MEÐ PEKING-ANDAR SÓSU
borin fram með pönnukökum, agúrku og vorlauk
ásamt sérlagaðri Peking-andar sósu og ristuðum hrísgrjónum
CRISPY AROMATIC ÖND 2995kr. Á MANN
MIÐAÐ VIÐ TVO EÐA FLEIRI
Hringdu núna!
Sæktu eða fáðu
matinn sendan heim
588 9899
2L af Gosi
299 kr.
með öllum tilboðum.
NINGS
Veitingahús Nings eru opin alla daga frá 11:30 til 22:00 Suðurlandsbraut | Hlíðarsmári | Stórhöfði | www.nings.is

Afturelding vann nýliðaslaginn

HANDBOLTI Mosfellingar byrja vel í Olís-deild karla í handbolta, en Afturelding vann nýliðaslaginn gegn Stjörnunni í fyrstu umferð deildarinnar í gærkvöldi, 29-22.

Leikstjórnandinn magnaði Örn Ingi Bjarkason var markahæstur heimamanna með sex mörk, en Ari Magnús Þorgeirsson skoraði fimm mörk fyrir Stjörnuna. Landsliðsmaðurinn Þórir Ólafsson skoraði aðeins tvö mörk fyrir gestina.

Fram vann gríðarlega sterkan sigur á Haukum í Safamýri, 22-21, þar sem markvörðurinn Kristófer Fannar Guðmundsson varði vítakast frá Haukum þegar mínúta var eftir og tryggði sínum mönnum sigurinn. Árni Steinn Steinþórsson skoraði níu mörk fyrir Hauka.

Ólafs-lausir Valsmenn misstu niður fjögurra marka forskot, 23-19, í jafntefli, 23-23, og í Kópavogi vann Akureyri sigur á HK, 25-21.

Formlega orðið tveggja hesta kapphlaup

FÓTBOLTI Eftir úrslitin í leikjum gærkvöldsins í Pepsi-deild karla er það formlega orðið ljóst að aðeins tvö lið berjast um Íslandsmeistaratitilinn í knattspyrnu.

FH og Stjarnan er enn taplaus eftir nítján umferðir, en KR hefur reynt af veikum mætti að elta þau í toppbaráttunni.

Fæstir hafa tekið KR-inga með í titilbaráttuna undanfarnar vikur, en það var ekki fyrr en í gærkvöldi að þeir urðu formlega úr leik í kapphlaupinu um titilinn.

FH og Stjarnan eru með 45 stig í efstu tveimur sætum deildarinnar og KR í þriðja sæti með 36, níu stigum á eftir toppliðunum þegar níu stig eru eftir í pottinum. FH og Stjarnan eiga þó eftir að mætast og því á KR ekki lengur möguleika. **- tom**

SKALLI Doumbia og Baldur eigast við í loftinu. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

0-1 (Víkingur – Stjarnan)
Víkingsvöllur
Áhorf: 1.123
Kristinn Jakobsson (7)

Mörkin: 0-1 Rolf Toft (9.).

VÍKINGUR (4-4-2): Ingvar Þór Kale 7 - Kjartan Dige Baldursson 6, Iliyan Garov 6 (54. Viktor Jónsson 5), Alan Lowing 7, Ívar Örn Jónsson 6 - Igor Taskovic 8, Kristinn Jóhannes Magnússon 7, Dofri Snorrason 7, Michael Maynard Abnett 7 (86. Stefán Bjarni Hjaltested -) - Pape Mamadou Faye 4 (74. Eiríkur Stefánsson -), Ventseslav Ivanov 6..

STJARNAN (4-3-3): *Ingvar Jónsson 8 - Niclas Vemmelund 6, Martin Rauschenberg 7, Daníel Laxdal 7, Hörður Árnason 6 - Arnar Már Björgvinsson 5 (39. Atli Jóhannesson 5), Þorri Geir Rúnarsson 6, Pablo Punyed 5 - Ólafur Karl Finsen 5, Rolf Toft 6 (64. Heiðar Ægisson 6), Veigar Páll Gunnarsson 7.

Skot (á mark): 14-9 (7-6) **Horn**: 8-5

Varin skot: Ingvar Þór 5 - Ingvar Jóns 6

1-1 (FH – KR)
Kaplakrikav.
Áhorf: 1.934
Þóroddur Hjaltalín (6)

Mörkin: 1-0 Atli Guðnason (65.), 1-1 Gary Martin (83.).

FH (4-3-3): Róbert Örn Óskarsson 6; Jón Ragnar Jónsson 7, Pétur Viðarsson 7, Kassim Doumbia 6, Jonathan Hendrickx 5; Hólmar Örn Rúnarsson 6 (89. Sam Hewson -), Davíð Þór Viðarsson 7, ***Atli Guðnason 7**; Ingimundur Níels Óskarsson 5 (81. Emil Pálsson -), Ólafur Páll Snorrason 5 (89. Atli Viðar Björnsson -), Steven Lennon 6..

KR (4-3-3): Stefán Logi Magnússon 6; Haukur Heiðar Hauksson 5, Aron Bjarki Jósepsson 6, Gunnar Þór Gunnarsson 7, Guðmundur Reynir Gunnarsson 6; Jónas Guðni Sævarsson 5 (21. Egill Jónsson 5), Atli Sigurjónsson 6 (75. Gonzalo Balbi -), Baldur Sigurðsson 4; Emil Atlason 5, Óskar Örn Hauksson 4 (83. Almarr Ormarsson -), Gary Martin 7.

Skot (á mark): 18-11 (5-4) **Horn**: 7-5

Varin skot: Róbert Örn 3 - Stefán Logi 4

NÆSTU LEIKIR

Sunnudagur 21. sept: 16.00 KR - ÍBV, Keflavík - Fylkir, FH - Fram, Valur - Þór, Breiðablik - Víkingur, Fjölnir - Stjarnan.

visir.is
Meira um leiki gærkvöldsins

Íslenskir yfirburðir

Þau eru ófá mörkin sem íslensku leikmennirnir í norsku úrvalsdeildinni hafa komið að, en bæði marka- og stoðsendingakóngar deildarinnar eru íslenskir.

FÓTBOLTI Það er óhætt að segja að íslenskir leikmenn hafi gert það gott í norsku úrvalsdeildinni í fótbolta á yfirstandandi tímabili.

Eins og margoft hefur komið fram er Viðar Örn Kjartansson markahæsti leikmaður deildarinnar með 24 mörk í 22 leikjum. Selfyssingurinn, sem leikur með Vålerenga, á markakóngstitilinn vísan, en næsti maður á markalistanum, Alexander Søderlund, leikmaður Rosenborg, hefur skorað 13 mörk.

Stoðsendingahæsti leikmaður deildarinnar er fyrrverandi samherji Søderlunds hjá FH, Hjörtur Logi Valgarðsson. Vinstri bakvörðurinn hefur lagt upp átta mörk í 20 leikjum fyrir Sogndal.

Christian Grindheim, leikmaður Vålerenga, og Lillestrøm-maðurinn Petter Vaagan Moen hafa einnig átt átta stoðsendingar, en þeir hafa hins vegar spilað fleiri leiki (22 og 21) en Hjörtur sem hefur ekki leikið með íslenska landsliðinu frá því í nóvember 2012.

HJÁLPSAMUR Hjörtur Logi hefur verið duglegur að mata samherja sína. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

Gullskórinn (nánast) tryggður

Íslenskir framherjar hafa oft verið duglegir að skora í Noregi, en aldrei eins og Viðar í ár, en ef engar fótboltahamfarir eiga sér stað verður hann fyrsti Íslendingurinn til að vinna markakóngstitilinn í norsku úrvalsdeildinni. Íslenskir leikmenn hafa hins vegar þrisvar unnið silfurskóinn og bronsskóinn einu sinni.

Árið 2000 varð Ríkharður Daðason næstmarkahæsti leikmaður deildarinnar þegar hann skoraði 15 mörk í 23 leikjum fyrir Viking. Þriðji markahæsti leikmaður deildarinnar það ár var einnig íslenskur, Tryggvi Guðmundsson, þáverandi leikmaður Tromsø. Hann skoraði einnig 15 mörk, en í fleiri leikjum en Ríkharður. Þetta er í eina skiptið sem tveir Íslendingar hafa verið á meðal þriggja markahæstu leikmanna norsku úrvalsdeildarinnar.

Tveimur árum síðar tryggði Tryggvi sér silfurskóinn með 15 mörkum í 25 leikjum fyrir Stabæk. Og árið 2006 varð Veigar Páll Gunnarsson svo næstmarkahæsti leikmaður deildarinnar þegar hann skoraði 18 mörk í 15 leikjum fyrir Stabæk, en fyrir árið í ár hafði enginn Íslendingur skorað jafn mörg mörk í norsku úrvalsdeildinni á einu tímabili.

Listin að leggja upp

Hjörtur yrði hins vegar ekki fyrsti íslenski leikmaðurinn til að eiga flestar stoðsendingar í norsku úrvalsdeildarinnar.

Veigar Páll gaf til að mynda flestar stoðsendingar í deildinni tvö ár í röð, 2007 og 2008. Fyrra árið lagði hann upp 17 mörk, auk þess að skora 15, en aldrei hefur íslenskur leikmaður komið að jafn mörgum mörkum (32) í norsku úrvalsdeildinni á einu tímabili.

Tímabilið á eftir lagði Garðbæingurinn upp 14 mörk til viðbótar við þau tíu mörk sem hann skoraði. Tímabilið 2010 gaf Veigar Páll svo næstflestar stoðsendingar í deildinni, eða tíu talsins.

Aldamótaárið 2000 var gott fyrir Íslendinga í Noregi, en auk þess að vera númer tvö og þrjú á markalistanum gáfu Tryggvi og Ríkharður flestar stoðsendingar í deildinni. Íslensku landsliðsmennirnir lögðu báðir upp níu mörk og komu því að 24 mörkum hvor á tímabilinu.

Þá lagði Steinþór Freyr Þorsteinsson, þáverandi leikmaður Sandnes Ulf, upp átta mörk árið 2012, en aðeins tveir leikmenn gáfu fleiri stoðsendingar það tímabilið.

ingvithor@365.is

VIÐAR ÖRN KJARTANSSON

Þetta er öldungaráð sambandsins

Velunnarar körfuboltans á Íslandi hefja söfnun til styrktar karlalandsliðinu.

KÖRFUBOLTI „Þetta framtak er algjörlega að frumkvæði þessara frábæru manna og við erum eðlilega upp með okkur yfir framtakinu,“ segir Hannes S. Jónsson, formaður Körfuknattleikssambands Íslands, KKÍ, og er þar að tala um framtak manna sem kalla sig „Körfuboltafjölskylduna“.

Hún hratt í gær af stað átaki þar sem fólk er hvatt til þess að styðja við körfuboltalandsliðið sem er á leið á EM næsta sumar. Körfuboltafjölskyldan vonast til þess að safna 6-7 milljónum sem munu koma í góðar þarfir.

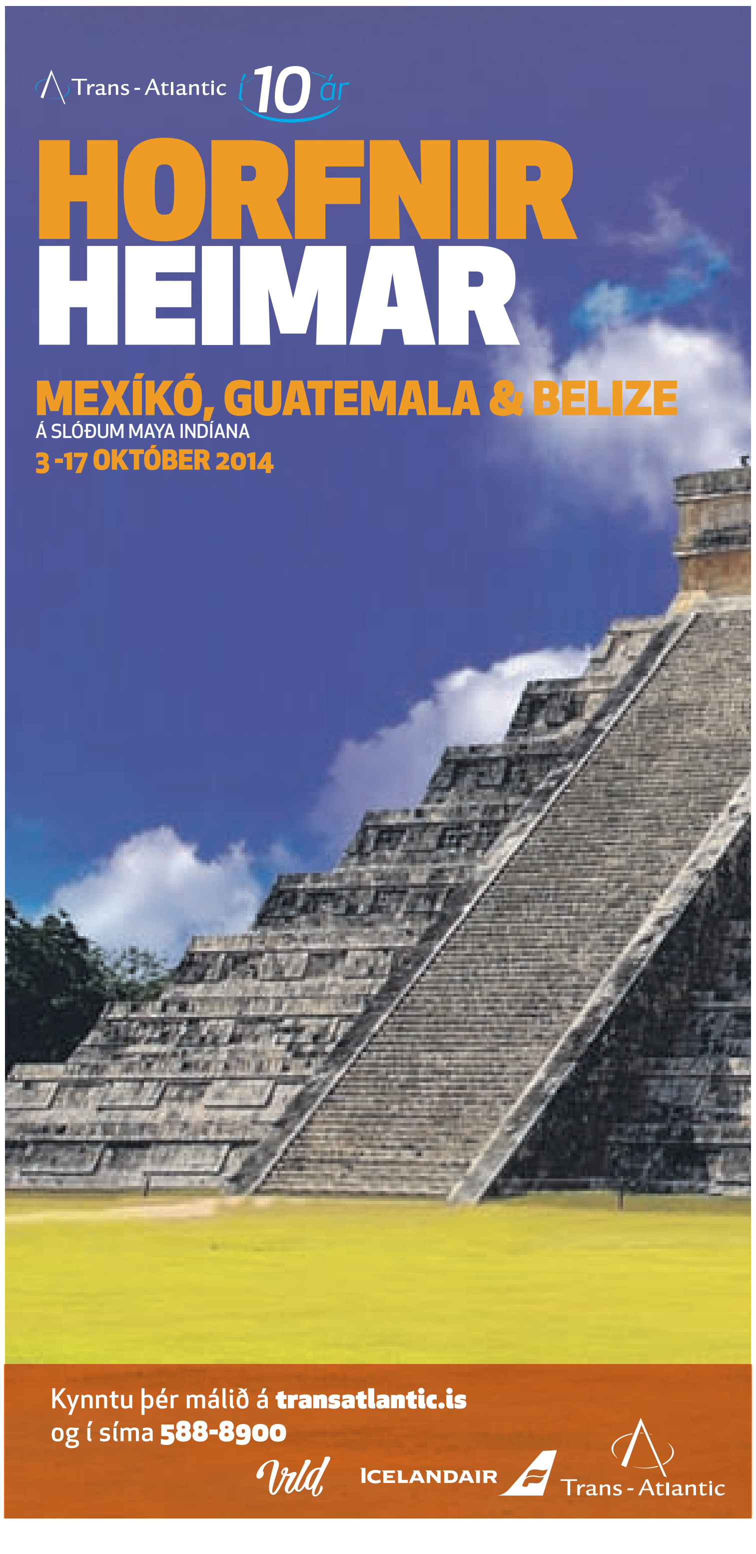
„Við vitum ekki enn hver kostnaðurinn verður út af þessu móti en ég myndi skjóta á svona 30-35 milljónir króna. Svo fáum við styrk frá FIBA Europe sem ég veit ekki hvað er hár. Þetta á allt eftir að koma í ljós enda margt í óvissu með undirbúninginn til að mynda.“

GLEÐI Pavel og Jón Arnór fagna EM-sætinu. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON

Það eru körfuboltagoðsagnir á borð við Einar Bollason og Kolbein Pálsson sem standa að þessu merkilega framtaki.

„Ég kalla þetta öldungaráð sambandsins núna. Þetta eru mennirnir sem öllu ráða í dag,“ segir formaðurinn og hlær við enda létt yfir honum vegna framtaksins.

„Þeir hafa rætt þetta í einhvern tíma, þessir snillingar. Það hittist um 30 manna hópur sem keyrði þetta í gang. Að sjálfsögðu erum við með þeim í þessu og hjálpum þeim en þeir eiga algjörlega frumkvæðið að þessu. Það verður söguleg stund þegar Ísland fer á EM og margir þeirra bjuggust ekki við því að lifa þá stund að Ísland spilaði í lokakeppni stórmóts. Ég veit til þess að þeir ætla sér síðan að fara út á mótið.“ **- hbg**



netto

SKRÁÐU ÞIG Á NETTO.IS/GRAENASKORUN

GRÆN ÁSKORUN HILDAR & netto

KAKÓNIBBUR 300G
1.298KR | 25% | **974**KR

MYSUPRÓTEIN ISO 544G
5.419KR | 25% | **4.064**KR

BAUNAPRÓTEIN 340G
1.798KR | 25% | **1.349**KR

FRUIT&GREEN 283G
4.399KR | 25% | **3.299**KR

NATURATA VANILLUDUFT
529KR | 25% | **397**KR

HAMPOLÍA 250ML
1.498KR | 25% | **1.124**KR

HÖRFRÆOLÍA 250ML
798KR | 25% | **599**KR

heilsu & lífsstílsdögum

TÚRMERIK 50G
549KR | 25% | **412**KR

HAMPFRÆ 250G
655KR | 25% | **491**KR

LÝKUR Á FÖSTUDAG!

– KOMDU OG NÝTTU ÞÉR FRÁBÆRA AFSLÆTTI

Nýtt korta-tímabil

25%

AFSLÁTTUR AF YFIR 1.500 HEILSU- OG LÍFSSTÍLSVÖRUM, Þ.Á.M. ÖLLUM VÖRUM FRÁ NEÐANGREINDUM VÖRUMERKJUM:

Prófaðu kókosvatn í drykkinn til að gefa honum náttúrulegan ferskleik-ablæ og gera hann ríkari af steinefnum

KÓKOSVATN 200 ML
269KR | 25% | **202**KR

HÖRFRÆ 500G
305KR | 25% | **229**KR

ISOLA RÍS/MÖNDLUMJÓLK 1L
539KR | 25% | **404**KR

HVEITIKÍM 500G
329KR | 25% | **247**KR

www.netto.is

tilboðin gilda **4.** - **19.** sept. 2014

| Mjódd · Salavegur · Hverafold · Grandi · Akureyri · Höfn · Grindavík · Reykjanesbær · Borgarnes · Egilsstaðir · Selfoss |

Í KVÖLD

Stöð 2 kl. 20.10
Mike and Molly
Gamanþáttaröð um turtildúfurnar Mike Biggs og Molly Flynn. Það skiptast á skin og skúrir í sambandinu og ástin tekur á sig ýmsar myndir.

X-Factor UK
STÖÐ 3 KL. 20.30 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 Cheril Cole, Mel B og Louis Walsh.

Útsvar
RÚV KL. 20.25 Útsvar (Grindavík - Hafnarfjörður) Bein útsending frá spurningakeppni sveitarfélaga. Umsjónarmaður er Sigmar Guðmundsson. Spurningahöfundur og dómari er Stefán Pálsson.

NCIS
STÖÐ 2 KL. 20.30 Fjórða þáttaröðin um starfsmenn sérstakrar deildar innan bandaríska hersins sem hafa það sérsvið að rannsaka glæpi sem tengjast sjóhernum eða strandgæslunni á einn eða annan hátt.

X-977 kl. 8.00
Harmageddon
Frosti og Máni koma þér inn í daginn og ræða helstu þjóðfélagsmálin í bland við góða tónlist.

FRÉTTABLAÐIÐ ER HELGARBLAÐIÐ

ÞAÐ ER VONT AÐ SITJA

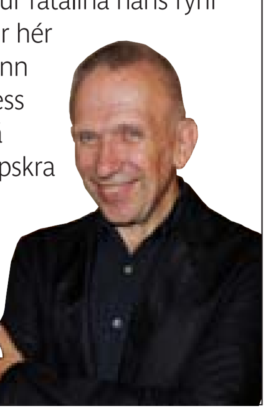
Íslendingar eyða allt of löngum tíma sitjandi og afleiðingarnar eru gríðarlega slæmar. Höfuðborgarbúar eyða langmestum tíma sitjandi en nýjar rannsóknir benda til þess að of mikil kyrrseta sé á pari við reykingar þegar kemur að heilsufarsvandamálum.

Fann til samkenndar með Agnesi

Hannah Kent var 17 ára ástralskur einmana skiptinemi á Sauðárkróki þegar hún heyrði fyrst af aftöku Agnesar Magnúsdóttur. Sagan lét hana ekki í friði og varð að fyrstu skáldsögu hennar, Náðarstund, sem hefur verið gefin út í 20 löndum og er að verða að kvikmynd.

Trúir ekki á trend

Franski fatahönnuðurinn **Jean Paul Gaultier** er einn sá vinsælasti í heiminum og í haust kemur fatalína hans fyrir sænsku verslanakeðjuna Lindex í búðir hér á landi. Fréttablaðið hitti fatahönnuðinn fræga þar sem Gaultier segist njóta þess að vera umdeildur, að hann trúi ekki á tískubólur og elski Söngvakeppni evrópskra sjónvarpsstöðva.



FRÉTTABLAÐIÐ
Ómissandi hluti af góðri helgi

Skaftahlíð 24 | 105 Reykjavík | 512 5000
Auglýsingar 512-5401 | **visir.is**

STÖÐ 2

07.00 **Barnatími Stöðvar 2**
08.05 **Malcolm in the Middle**
08.30 **Drop Dead Diva**
09.15 **Bold and the Beautiful**
09.35 **Doctors**
10.15 **The Smoke**
11.00 **Last Man Standing**
11.25 **Junior Masterchef Australia**
12.15 **Heimsókn**
12.35 **Nágrannar**
13.00 **Johnny English Reborn**
14.40 **Planet Hulk**
16.20 **Young Justice**
16.45 **New Girl**
17.10 **Bold and the Beautiful**
17.32 **Nágrannar**
17.57 **Pepsímörkin 2014**
18.23 **Veður**
18.30 **Fréttir Stöðvar 2**
18.47 **Íþróttir**
18.54 **Ísland í dag**
19.11 **Veður**
19.20 **Super Fun Night**
19.40 **Impractical Jokers**
20.05 **Mike and Molly**
20.30 **NCIS. Los Angeles**
21.15 **Louie**
21.40 **Arthur Newman**
23.25 **Insidious. Chapter 2**
01.10 **Moon**
02.45 **Perrier's Bounty**
04.30 **Abraham Lincoln. Vampire Hunter**

SPORT *besta sætið*

07.00 **FH - KR**
08.50 **Pepsímörkin 2014**
14.00 **Þýsku mörkin**
14.25 **Real Madrid - Atletico**
16.05 **Spænsku mörkin**
16.25 **FH - KR**
18.15 **Pepsímörkin 2014**
19.30 **Meistaradeild Evrópu**
20.00 **La Liga Report**
20.30 **Evrópudeildarmörkin** S
21.20 **Partizan Belgrade - Tottenham**
23.00 **Everton - Wolfsburg**
00.40 **Liverpool - Ludogerets**

SPORT 2 *enski boltinn*

07.00 **Messan**
07.40 **Messan**
08.20 **Messan**
09.00 **Messan**
12.35 **Premier League Review** 2014/2015
13.30 **WBA - Everton**
15.15 **Messan**
15.55 **Man. Utd. - QPR**
17.45 **Premier League World**
18.15 **Arsenal - Man. City**
20.00 **Match Pack**
20.30 **Enska úrvalsdeildin - upphitun**
21.00 **Messan**
21.45 **Chelsea - Swansea**
23.25 **Messan**
00.10 **Crystal Palace - Burnley**

ÍNN

20.00 Sjávarútvegssýningin 2014
21.00 Sjávarútvegssýningin 2014
21.30 Sjávarútvegssýningin 2014

STÖÐ 3

17.10 **Raising Hope**
17.30 **The Neighbors**
17.50 **Cougar Town**
18.15 **The Secret Circle**
19.00 **Top 20 Funniest**
19.40 **Britain's Got Talent**
20.30 **X-factor UK**
21.15 **Grimm**
21.55 **Sons of Anarchy**
22.45 **Longmire**
23.25 **Top 20 Funniest**
00.05 **Britain's Got Talent**
00.50 **X-factor UK**
01.35 **Grimm**
02.20 **Sons of Anarchy**

Krakkastöðin

07.00 Dóra könnuður **07.24** Mörgæsirnar frá Madagaskar **07.45** Doddi litli og Eyrnastór **07.55** Sumardalsmyllan **08.00** Áfram Diego, áfram! **08.24** Svampur Sveinsson **08.45** Elías **08.55** UKI **09.00** Ofurhundurinn Krypto **09.22** Ljóti andarunginn og ég **09.44** Gulla og grænjaxlarnir **09.56** Tommi og Jenni **10.00** Lukku-Láki **10.25** Latibær **10.47** Hvellur keppnisbíll**11.00** Dóra könnuður **11.24** Mörgæsirnar frá Madagaskar **11.45** Doddi litli og Eyrnastór **11.55** Sumardalsmyllan **12.00** Áfram Diego, áfram! **12.24** Svampur Sveinsson **12.45** Elías **12.55** UKI **13.00** Ofurhundurinn Krypto **13.22** Ljóti andarunginn og ég **13.44** Gulla og grænjaxlarnir **13.56** Tommi og Jenni **14.00** Lukku-Láki **14.25** Latibær **14.47** Hvellur keppnisbíll **15.00** Dóra könnuður **15.24** Mörgæsirnar frá Madagaskar. **15.45** Doddi litli og Eyrnastór **15.55** Sumardalsmyllan **16.00** Áfram Diego, áfram! **16.24** Svampur Sveinsson **16.45** Elías **16.55** UKI **17.00** Ofurhundurinn Krypto **17.22** Ljóti andarunginn og ég **17.44** Gulla og grænjaxlarnir **17.56** Tommi og Jenni **18.00** Lukku-Láki**18.25** Latibær **18.47** Hvellur keppnisbíll **19.00** Franklín **20.15** Sögur fyrir svefninn

GULLSTÖÐIN

17.55 **Strákarnir**
18.20 **Frasier**
18.45 **Friends**
19.05 **Seinfeld**
19.30 **Modern Family**
19.55 **Two and a Half Men**
20.15 **Réttur**
21.00 **Homeland**
22.05 **A Touch of Frost**
00.10 **Shameless**
01.00 **Footballers' Wives**
01.45 **Réttur**
02.30 **Homeland**
03.35 **A Touch of Frost**
05.35 **Shameless**

BÍÓSTÖÐIN

10.30 **The Jewel of the Nile**
12.15 **Hook**
14.35 **Hyde Park on Hudson**
16.15 **The Jewel of the Nile**
18.00 **Hook**
20.20 **Hyde Park on Hudson**
22.00 **Only God Forgives**
23.30 **Dylan Dog**
01.20 **Lawless**
03.15 **Only God Forgives**

RÚV

15.40 **Ástareldur**
16.30 **Ástareldur**
17.20 **Kúlugúbbarnir**
17.44 **Nína Pataló**
17.51 **Sanjay og Craig**
18.15 **Táknmálsfréttir**
18.25 **Nautnir norðursins**
19.00 **Fréttir**
19.20 **Veðurfréttir**
19.25 **Íþróttir**
19.35 **Grínistinn** Laddi hefur skemmt þjóðinni um áratugaskeið. Flest þekkjum við þó persónurnar sem hann leikur betur en manninn sjálfan. Hver er maðurinn á bak við gervin? Gísli Einarsson fær vini og samferðarmenn Ladda sér til aðstoðar við að draga upp nærmynd af Þórhalli Sigurðssyni, Ladda. Dagskrárgerð: Björn Emilsson. Textað á síðu 888 í Textavarpi. e.
20.25 **Útsvar** *(Grindavík - Hafnarfjörður)* Bein útsending frá spurningakeppni sveitarfélaga. Umsjónarmaður er Sigmar Guðmundsson. Spurningahöfundur og dómari er Stefán Pálsson. Dagskrárgerð: Helgi Jóhannsson og Pála Hallgrímsdóttir.
21.30 **Fuglabúrið** Bandarísk gamanmynd frá 1996 um hommapar sem villir á sér heimildir svo að sonur þeirra geti kynnt foreldra kærustu sinnar fyrir þeim. Leikstjóri er Mike Nichols og meðal leikenda eru Robin Williams, Gene Hackman, Nathan Lane, Dianne Wiest og Calista Flockhart.
23.30 **Það er flókið** Við brautskráningu sonar þeirra Jane og Jakes úr háskóla blossar ást þeirra upp sem aldrei fyrr en málið er flókið því að þau eru skilin og hann giftur aftur.
01.25 **Útvarpsfréttir í dagskrárlok**

SKJÁREINN

06.00 **Pepsi MAX tónlist**
08.00 **Everybody Loves Raymond**
08.20 **Dr. Phil**
09.00 **The Talk**
09.45 **Pepsi MAX tónlist**
15.40 **Friday Night Lights**
16.25 **Growing Up Fisher**
16.50 **Minute to Win It Ísland**
17.40 **Dr. Phil**
18.20 **The Talk**
19.00 **America's Funniest Home Videos**
19.30 **The Biggest Loser**
20.15 **The Biggest Loser**
21.00 **First Wives Club** Hver man ekki eftir First Wives Club með þeim frábæru Goldie Hawn, Bette Midler og Diane Keaton í aðalhlutverkum? Sígild grínmynd um þrjár fráskildar vinkonur sem leggja allt í sölurnar til að hefna sín á fyrrverandi eiginmönnum sínum, sem allir eiga það sameiginlegt að hafa farið frá þeim fyrir yngri konur.
22.40 **The Tonight Show**
23.20 **Law & Order. SVU** *(5.24)*
00.05 **Revelations**
00.50 **The Tonight Show**
01.30 **The Tonight Show**

Golfstöðin

08.00 Web.com Tour Championship **11.00** Golfing World 2014 **11.50** Inside the PGA Tour 2014 **12.15** Web.com Tour Highlights **13.10** PGA Tour 2014 **17.10** Golfing World 2014 **18.00** Web.com Tour Championship **21.00** Golfing World 2014 **21.50** Countdown to the Ryder Cup **22.15** PGA Tour 2009 - Highlights

ÚTVARP

FM 88,5 XA-Radíó
FM 89,5 Retro
FM 90,1 Rás 2
FM 90,9 Gullbylgjan
FM 93,5 Rás 1
FM 95,7 FM957
FM 96,3 FM Suðurland
FM 96,7 Létt Bylgjan
FM 97,7 X-ið
FM 98,9 Bylgjan
FM 99,4 Útvarp Saga
FM 100,5 K100
FM 102,9 Lindin

Döðlur.
Þörungamaski
BLUE LAGOON
ICELAND
algae mask
Algae Mask
Blue Lagoon þörungamaskinn hefur að geyma tvær afar sjaldgæfar tegundir þörunga sem vinna gegn öldrun húðarinnar með því að viðhalda kollagenframleiðslu hennar.
www.bluelagoon.is
Einstakur jarðsjór Bláa lónsins kemur af 2.000 metra dýpi og á ferðalagi sínu í gegnum jarðlögin blandast hann kísli, þörungum og steinefnum.
Bláa lónið er eitt af undrum veraldar og vísindamenn okkar hafa stundað rannsóknir og þróunarvinnu í áratugi.
Blue Lagoon húðvörulínan er afurð þessarar rannsóknarvinnu og styrkir efsta varnarlag húðarinnar. Þessar vörur eru þín gátt að tímalausri fegurð, heilbrigði og vellíðan.
Einstakt samspil náttúru og vísinda
Fegurðin kemur að innan

FÖSTUDAGSLAGIÐ

Um þessar mundir er lagið sem kemur mér í stuð á föstudögum, og reyndar alla daga, lagið París norðursins með Prins Póló.

Karl Sigurðsson, Baggalútur

Í stóru viðtali við Indiewire

Frumsýndi stuttmyndina Tvíliðaleik á kvikmyndahátíðinni í Toronto. Er að ganga frá samningi við stórt dreifingarfyrirtæki um alheimssýningarrétt á myndinni.

„Viðbrögðin voru framar mínum björtustu vonum,“ segir leikkonan Nanna Kristín Magnúsdóttir sem frumsýndi stuttmyndina sína Tvíliðaleik á kvikmyndahátíðinni í Toronto í byrjun mánaðarins. Nanna Kristín leikstýrir myndinni, skrifar handritið og framleiðir myndina. Með aðalhlutverk fara þau Guðrún Gísladóttir, Svandís Dóra Einarsdóttir, Kristbjörg Kjeld, Margrét Helga Jóhannsdóttir og Jóhann Sigurðarson. Nanna segir myndinni hafa verið afar vel tekið á hátíðinni og hún hafi nú þegar fengið fjölmörg boð um að sýna hana á kvikmyndahátíðum víða um heim. Eftir hátíðina birtist síðan stórt viðtal við Nönnu Kristínu á kvikmyndasíðunni Indiewire þar sem hún segir frá myndinni.

„Ég er nú að velja úr hátíðum þar sem það er ekkert endilega gott að vera alls staðar, frekar að vera sjáanlegur þar sem það skiptir máli,“ segir hún. „Einnig eru þrír sölu- og dreifingaraðilar búnir að bjóða mér samning og er ég að skoða það að ganga frá samningi við stórt fyrirtæki í Kanada sem myndi kaupa alheimsrétt,“ segir hún alsæl með viðtökurnar.

Myndin var valin til sýningar á RIFF-kvikmyndahátíðinni og gefst því Íslendingum kostur á að sjá hana en hátíðin hefst í enda mánaðarins og hægt er að fá nánari upplýsingar um sýningartíma á heimasíðu hátíðarinnar, riff.is. **- vh**

GÓÐAR VIÐTÖKUR Mynd Nönnu var vel tekið í Toronto og hún hefur nú þegar fengið boð um að sýna hana á kvikmyndahátíðum víða um heim. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Fufanou hitar upp fyrir Damon Albarn

Fufanu komast í feitt í Lundúnum. Spila í frægasta tónleikasal borgarinnar.

„Ég er mjög spenntur, þetta verður ógeðslega gaman,“ segir Frosti Gnarr, trommari rokksveitarinnar Fufanu, sem mun gera það heldur betur gott í nóvember en hljómsveitin mun hita upp fyrir goðsögnina Damon Albarn í frægasta tónleikasal London, Royal Albert Hall, 16. nóvember. „Þetta er frábært tækifæri.“ Albarn þarf vart að kynna fyrir Íslendingum en hann varð frægur í bretapoppsveitinni Blur og hefur einnig vakið mikla lukku fyrir sveit sína Gorillaz. Albarn hefur oft dvalið hér á landi en hann keypti sér hús hér á tíunda áratugnum.

Sveitin mun einnig koma fram á klúbbakvöldi Ja Ja Ja Festival, norrænnar tónleikahátíðar sem haldin er í London. Það verður því fullt að gera hjá sveitinni á næstunni þar sem hún vinnur nú einnig að því að leggja lokahönd á fyrstu plötu sína í fullri lengd, sem kemur út hjá plötuútgáfunni One Little Indian. Höfuðstöðvar útgáfunnar eru í London og gefur hún út tónlist bæði erlendra og íslenskra hljómsveita og tónlistarmanna svo sem Samaris, Ásgeirs Trausta, Ólafar Arnalds og Bjarkar. Fufanu hefur verið virk frá árinu 2009, þegar hún hét Captain Fufanu. Þeir félagar hafa spilað á Hróarskeldu- og Primavera-tónlistarhátíðunum ásamt því að troða upp á klúbbum í Þýskalandi, Noregi og að sjálfsögðu á Íslandi. Þeir spiluðu teknó til að byrja með en í fyrra fengu þeir Frosta sem trommara og hefur sveitin því verið að færa sig meira í átt að einhvers konar sveimkenndu eyðimerkurrokki með raftónlistaráhrifum. **- þij**

> **„Þeir félagar hafa spilað á Hróarskeldu- og Primavera-tónlistarhátíðunum ásamt því að troða upp á klúbbum í Þýskalandi og Noregi**

SPENNTIR Hljómsveitin Fufanu hitar upp fyrir Damon Albarn í Royal Albert Hall í nóvember. MYND/EINKASAFN

Spilaði á trompet með Damon

Forsaga tónleikanna er sú að Hrafnkell Flóki Kaktus Einarsson, söngvari sveitarinnar, ferðaðist um Evrópu með Damon Albarn á tónleikaferðalagi hans í sumar þar sem Kaktus spilaði á trompet fyrir kappann. „Í sumar leyfi ég honum að heyra nýju demóin okkur í einni af túrrútunum og hann stingur upp á því að við hitum upp fyrir hann í Royal Albert Hall. Þetta var reyndar á afmælisdaginn minn sem er mjög fyndið.“ Þá aðstoðaði Kaktus sem hljóðtæknir við upptökur á nýju plötu Albarns sem heitir Everyday Robots.

DAMON ALBARN

Svartidauði spilar á virtri hátíð í Hollandi

Sveitin var valin til að spila á einni virtustu jaðartónlistarhátíð heims í Hollandi.

Svartmálmssveitin Svartidauði var valin til að spila á Roadburn-tónleikahátíðinni í Tilburg í Hollandi í apríl. Hátíðin er ein stærsta jaðartónlistarhátíð heims og munu margar víðfrægar sveitir troða upp eins og Goblin, Fields of the Nephilim og Zombi. „Þetta er mjög stór og virt hátíð í sínum geira, alltaf virkilega lagleg. Það er heiður fyrir okkur að taka þátt í þessu,“ segir Þórir Garðarsson, gítarleikari sveitarinnar.

Tvær goðsagnir innan þungarokkheimsins, Ivar Bjørnson úr Enslaved og Einar Selvik úr Wardruna og Gorgoroth sáu um að velja hljómsveitir fyrir hátíðina. „Þetta eru tónlistarmenn sem hafa verið í miklum metum hjá okkur og í rauninni stór hluti af því að við komumst inn í þyngri tónlist sem unglingar, þannig að þetta er extra sérstakt fyrir okkur.“

Miðar á hátíðina hafa eiginlega alltaf selst upp á innan við klukkutíma seinustu ár. Miðarnir fara í sölu 16. október þannig að það er um að gera að vera vel á varðbergi,“ segir Þórir.

Hægt verður að sjá sveitina á Airwaves, bæði á opinberu dagskránni og utan dagskrár. **- þij**

DRUNGALEGUR Svartidauði er í fremstu röð svartmálmssveita heimsins.

STÓRSÝNING
ARCTIC TRUCKS
Laugardaginn 20. september
kl. 11 til 16
Komið og skoðið götuskráða Hilux AT44 6X6
áður en þeir leggja í'ann á Suðurpólinn
Dick Cepek
TIRES & WHEELS
Amerísk
JEPPADEKK
í mörgum
stærðum
15%
afsláttur
af öllum dekkjum
á sýningar-
daginn
Bjóðum 6 mánaða
VAXTALAUS
kreditkortalán
til dekkjakaupa
Arctic Trucks í samstarfi við Nokian kynna
nýtt byltingarkennt 35" VETRARDEKK
með framúrskarandi gripi,
frábærri endingu og stöðugleika
nokian TYRES
TEAM YAMAHA
Íslandsmeistarar
Yamaha
í motocross
sýna hjólin sín
FERSKIR AF VERKSTÆÐINU!
35" breyttir Toyota
LC150 og Toyota
Hilux til sýnis
1600 hestafla tryllitækið
KATLA TURBO TRÖLL
verður á planinu!
ARCTIC TRUCKS
Klettháls 3
110 Reykjavík
Sími 540 4900
www.arctictrucks.is
pepsi

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

Póst dreifing

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

Opið allan sólarhringinn í Engihjalla, Vesturbergi og Arnarbakka

OPIÐ 24 TÍMA

Iceland

FRÉTTIR AF FÓLKI

París norðursins á festival-rúnt

París norðursins hefur vakið mikla lukku hér á landi, en nú er fyrirhugaður svokallaður festival-rúntur í kjölfarið. Myndin verður frumsýnd í Bandaríkjunum á kvikmyndahátíðinni í Chicago um miðjan næsta mánuð. Þar er myndin í keppni og verður Huldar Breiðfjörð handritshöfundur viðstaddur sýningarnar, þar sem **Hafsteinn Gunnar** leikstjóri á von á sínu fyrsta barni. Þá er myndin í keppni á kvikmyndahátíðinni í Vancouver. Myndin verður svo sýnd í lok mánaðar á kvikmyndahátíðinni í Bergen. Síðan eru frekari ferðalög með myndina á döfinni, meðal annars til Tyrklands, Brasilíu, Þýskalands, Frakklands, Litháens og Bretlands. **- ósk**

Ágústa á æskuslóðir

Í nógu er að snúast hjá leikkonunni **Ágústu Evu Erlendsdóttur** þessa dagana. Í þessum mánuði var leikrit um ólátabelginn Línu Langsokk frumsýnt í Borgarleikhúsinu með Ágústu Evu í aðalhlutverki. Kvikmyndin Borgríki II verður svo frumsýnd í næsta mánuði en þar fer Ágústa Eva með stórt hlutverk.

Fyrr í sumar keypti Ágústa Eva ásamt kærasta sínum, **Jóni Viðari Arnþórssyni**, formanni Mjölnis, æskuheimili hennar í Hveragerði en síðasti íbúi hússins var athafnamaðurinn Fjölnir Þorgeirsson. **- ih**

Mest lesið VÍSIR

1. Snyrtilegri leið til að þrífa ofna vekur athygli
2. Dulbúnir menn virtu lokanir að vettugi
3. Námslán úr fortíðinni: Taka við ábyrgð föður sem lést fyrir 28 árum
4. Íslensk kona lét lífið á Spáni
5. Geysir gæti komið í leitirnar hefjist gos í Bárðarbungu