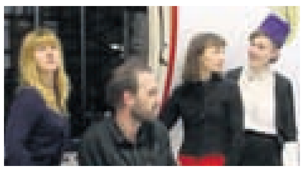
SKOÐUN Sif Sigmarsdóttir skrifar um apa í fyrirmyndarríki Framsóknarflokksins. 17



MENNING Fimm listamenn opna sýningu í verksmiðjunni á Hjalteyri. 28

MENNING Skyggnst á bak við tjöldin við tökur á Stelpunum. 32

SPORT Forráðamenn Álasunds hafa mikla trú á Aroni Elísi Þrándarsyni. 38

FRÉTTABLAÐIÐ

MEST LESNA DAGBLAÐ Á ÍSLANDI*

Föstudagur
26. september 2014
226. tölublað 14. árgangur
Sími: 512 5000

*Samkvæmt prentmiðlakönnun Capacent Gallup apríl-júní 2014

LÍFIÐ

Stöðugt að semja

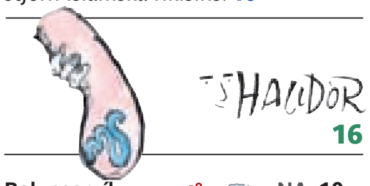
Ólöf Arnalds sendir frá sína fjórðu plötu í næstu viku. Í viðtali við Lífið talar hún um nýju plötuna, tónlistarferilinn, misheppnaðar tilraunir til að hætta í tónlist og þörfina fyrir að skapa.

FRÉTTIR

Ekki á móti sambýli Íbúar í Laugarásnum segjast ekki vera á móti sambýli en borgarstjóri segir málflutninginn sorglegan. 4

Mikið partí Líf og fjör er á íslensku sjávarútvegssýningunni sem nú er haldin í ellefta sinn. 6

Loftárásir í Sýrlandi Bandaríkjaher varpar sprengjum á olíulindir undir stjórn Íslamska ríkisins. 10



16

Bolungarvík	4°	NA	10
Akureyri	8°	N	9
Egilsstaðir	8°	SV	8
Kirkjubæjarkl.	8°	SV	8
Reykjavík	8°	NV	6

Hvassviðri A-til en dregur úr vindi fram á kvöldið. Rigning N-til og slydda á hálendi en dálítlar skúrir SV-til. Kólnar heldur í veðri, hiti 2-9 stig yfir daginn. 4

2 SÉRBLÖÐ

Lífið | Fólk

Leynigögn benda til lögbrota

Skattrannsóknarstjóri telur að leynigögn með nöfnum hundraða Íslendinga sem honum hafa verið boðin til kaups bendi til að skattaundanskot hafi verið stunduð. Fjármálaráðuneytið skoðar hvort kaupa eigi gögnin.

SKATTUR Skattrannsóknarstjóri sendi fjármálaráðuneytinu fyrir rúmri viku greinargerð eftir að hafa farið yfir sýnishorn af gögnum með nöfnum nokkurra hundraða Íslendinga sem tengjast svokölluðum skattaskjólum. Sýnishornin fékk skattrannsóknarstjóri send frá aðila erlendis sem vill selja embættinu gögnin. Það er nú ráðuneytisins að meta hvort kaupa eigi gögnin, að sögn Bryndísar Kristjánsdóttur skattrannsóknarstjóra.

„Við höfum verið að skoða í sumar og haust sýnishornin frá þeim sem bauð gögnin. Þessi sýnishorn gefa vísbendingar um skattaundanskot. Við skiluðum síðan greinargerð frá okkur til fjármálaráðuneytisins fyrir rúmri viku þar sem við lýstum gróflega afstöðu okkar sem er eiginlega bæði og. Það gæti verið þungt að afla annarra gagna sem nauðsynleg væru, en síðan er það spurning hvort reyna eigi það sem hægt er. Nú er boltinn hjá ráðuneytinu og þeirra að meta hvort kaupa eigi gögnin eftir að þeir hafa farið yfir greinargerð okkar,“ segir Bryndís.

Meirihluti þeirra einstaklinga sem nefndir eru í gögnunum sem skattrannsóknarstjóri fékk send hefur ekki áður komið við sögu í rannsóknum embættisins, að því er Bryndís greinir frá. „Við könnumst hins vegar við þetta að hluta til.“

Spurð um hvort nefnd séu skattaskjól sem ekki hafi áður komið við sögu í rannsóknum segir hún að flest málin virðist fara í gegnum Lúxemborg með einum eða öðrum hætti. „Þetta dreifist ekki mjög víða.“

Skattrannsóknarstjóra hefur nokkrum sinnum verið boðið að kaupa ýmis gögn, bæði stór og smá, frá útlöndum en hingað til hefur það ekki verið þegið. Bryndís segir ýmis önnur lönd hafa keypt slík gögn, til dæmis Þýskaland.

Yfirleitt er ekki vitað hverjir það eru sem bjóða gögnin til sölu. Samræður við seljendur hafa aldrei komist á það stig að verð hafi komið til tals, að því er Bryndís greinir frá.

Í svari við fyrirspurn Fréttablaðsins um hvort fjármálaráðuneytið muni mögulega kaupa gögn um einstaklinga í skattaskjólum segir að greinargerð skattrannsóknarstjóra sé til skoðunar. - ibs

> Þessi sýnishorn gefa vísbendingar um skattaundanskot.
>
> *Bryndís Kristjánsdóttir skattrannsóknarstjóri.*

LAUS AF HRAUNINU Verið að gera Björn Thors kláran til að stíga á svið Borgarleikhússins í hlutverki Kenneths Mána Johnson. Kenneth Máni sló eftirminnilega í gegn í sjónvarpsþáttunum Fangavaktinni þar sem hann vann fyrir Georg Bjarnfreðarson. Kenneth er eilífðarfangi sem glímir við lesblindu, athyglisbrest, ofvirkni og almennt hömluleysi en nú er hann kominn í leikhúsið. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

ANNA MARGRÉT GUNNARSDÓTTIR Skrifaði um samfélagsmiðla. MYND/GVA

Markaðssetning á Instagram:

Konur elta fleiri fyrirtæki

FÓLK „Það var samt skemmtilegt að sjá að eftir því sem þátttakendur voru eldri, þeim mun minna virtust þeir gera sér grein fyrir því að þeir væru að aðstoða við markaðssetningu á vörunni. Konur virðast vera meira í því að elta fyrirtæki á Instagram en karlmenn og leyfa fyrirtækjum að elta sig,“ segir Anna Margrét Gunnarsdóttir. Hún skrifaði BS-ritgerð í viðskiptafræði, „Let me take a selfie“, um markaðssetningu á samfélagsmiðlum og sjálfsmyndatöku. „Einn af þáttunum þegar verið er að tala um vörur og vörumerki er hvernig við kynnum okkur sjálf, og þannig koma sjálfsmyndatökurnar inn í þetta.“ - asi

Verði úrskurður Samkeppniseftirlitsins um MS staðfestur þarf lagabreytingu:

Verndin má ekki bitna á neytendum

SAMKEPPNISMÁL. Hanna Birna Kristjánsdóttir, ráðherra neytendamála, telur eðlilegt að taka MS-málið upp á Alþingi og breyta lögum, neytendum í hag, verði úrskurður Samkeppniseftirlitsins gegn MS staðfestur.

Ráðherra segir að hagsmunir neytenda eigi að vera varðir og það skipti miklu máli að sú lagaumgjörð sem mjólkuriðnaðurinn búi við verji hag þeirra í hvívetna. „Ég held að það sé alveg ljóst, ef þetta reynist rétt og að niðurstaða málsins verði eins og Samkeppniseftirlitið úrskurðar, að þingið taki þetta til meðferðar og breyti því sem verði að breyta,“ segir Hanna Birna.

„Það skiptir máli að fyrirtæki sem njóta viðlíka verndar og Mjólkursamsalan býr við, að sú vernd komi ekki niður á neytendum. Samkeppnislög eru til þess að vernda hagsmuni neytenda fyrst og síðast og ef eitthvað kemur í veg fyrir að neytendur njóti þess sem þeir eiga að njóta þarf að bregðast við.“

Helgi Hjörvar, formaður þingflokks Samfylkingarinnar, lagði til á Alþingi fyrir þremur árum að einkaleyfi Mjólkursamsölunnar yrði afnumið. Hann ætlar að endurflytja tillöguna.

„Hér er bara verið að drepa málinu á dreif. Það er sáraeinfalt að afnema undanþáguna. Hún var veitt með frumvarpi sem var bara tvær greinar og keyrt í gegnum þingið af stjórnarflokkunum.“

- sa, hh / sjá síðu 8

> Samkeppnislög eru til þess að vernda hagsmuni neytenda fyrst og síðast.
>
> *Hanna Birna Kristjánsdóttir, ráðherra neytendamála.*

SPURNING DAGSINS

Ásmundur, þarf að banka Landsbankann?

„Það þarf að banka í afturendann á þeim svo við komum þeim á réttan kjöl þeim megin sem loforðin eru.“

Ásmundur Friðriksson, alþingismaður Sjálfstæðisflokks, segir Landsbankann hafa svikið fyrirheit um að efla útibú bankans í Keflavík.

Viðskiptaráðherra segir það ekki glæp að verða gjaldþrota en það sé saknæmt að misnota úrræðið:

Kennitöluflakk er þjóðaríþrótt íslendinga

ALÞINGI „Kennitöluflakk hefur verið þjóðaríþrótt íslendinga í langan tíma, að stofna fyrirtæki, taka út úr þeim eignir, setja í þrot og skilja eftir sviðna jörð,“ sagði Karl Garðarsson, Framsóknarflokki, í sérstakri umræðu um kennitöluflakk á Alþingi.

Unnur Brá Konráðsdóttir var málshefjandi. Hún sagði að kennitöluflakk kostaði lánveitendur, ríkissjóð og skattgreiðendur háar fjárhæðir á hverju ári og spurði hún Ragnheiði Elínu Árnadóttur, iðnaðar- og viðskiptaráðherra, hvernig miðaði að kortleggja vandann og til hvaða aðgerða hafi verið gripið.

Ráðherra svaraði og sagði að það sem gerði málið snúið væri að það væri ekkert til sem héti kennitöluflakk samkvæmt lögum.

„Það er ekki glæpur að verða gjaldþrota en það er saknæmt að misnota það úrræði, sem er það sem við viljum koma í veg fyrir,“ sagði Ragnheiður Elín.

Jafnframt greindi ráðherra frá því að starfshópur væri að reyna að kortleggja vandann. Vandi hans væri að afla upplýsinga, þær lægju ekki á lausu.

Ráðherra spurði hvort þingmenn vildu setja í lög ákvæði sem kvæðu á um tímabundið atvinnurekstrarbann í einhvern tíma fyrir þá sem hafa orðið gjaldþrota. Önnur leið væri að hækka lágmarkshlutafé hlutafélaga.

- jme

KENNITÖLUFLAKK Þingmenn ræddu kennitöluflakk á Alþingi í gær.

FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

MIKIL FLÓÐ Börn við fiskveiðar á flóðasvæðinu á Indlandi.

NORDICPHOTOS/AFP

Hundruð þúsunda hafa þurft að flýja heimili sín undanfarið:

Tugir látnir í flóðum á Indlandi

INDLAND, AP Flóð og aurskriður hafa orðið 73 að bana á Norðaustur-Indlandi undanfarna daga. Hundruð þúsunda hafa einnig þurft að flýja heimili sín. Fjölda fólks var bjargað í gær af svæðum sem höfðu einangrast vegna rigninga undanfarnar vikur.

Yfirvöld í Meghalaya-héraði segjast hafa fundið 35 lík en 15 manns sé enn saknað. Lögregla í Assam-héraði segir 38 látna þar vegna flóðanna. Hundruð þúsunda hafa þurft að flýja heimili sín í héruðunum tveimur.

- ih

Bæjarstjórn í viðræður:

Húsavíkurhöfði fær sjóbaðsgesti

FERÐAIÐNAÐUR Félagið Sjóböð ehf. sem sækist eftir að koma upp og reka aðstöðu norðan og austan við vitann á Húsavíkurhöfða er að hefja viðræður við bæjaryfirvöld í Norðurþingi um lóð og nauðsynlegar breytingar á skipulagi.

Fram kom á fundi bæjarstjórnar að nýta eigi heitt vatn úr borholum á svæðinu. „Efnasamsetning vatnsins er talin heilsusamleg væntanlegum baðgestum,“ segir í bókun bæjarstjórnar þar sem einnig er upplýst að síðar verði mögulega byggt heilsuhótel í tengslum við sjóböðin.

- gar

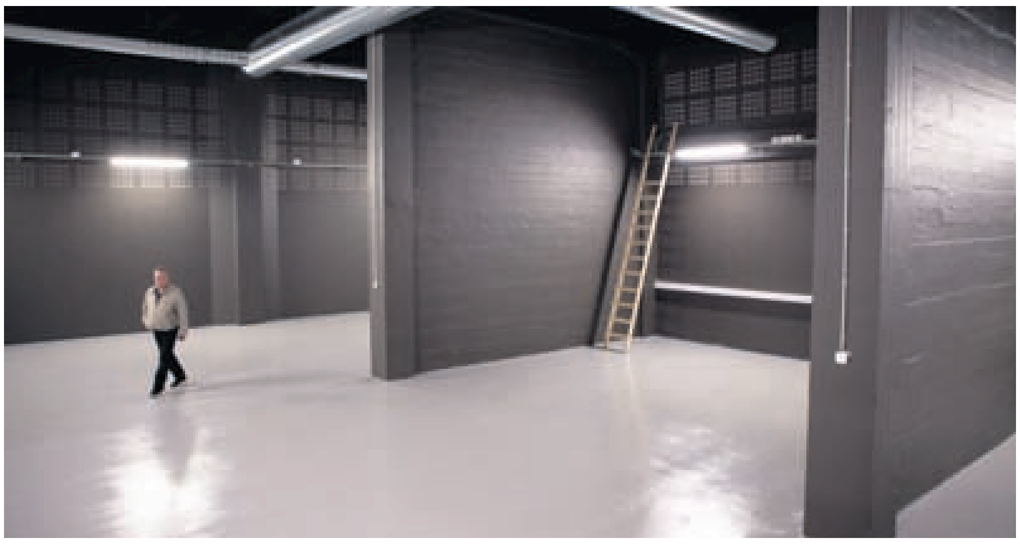
Gagnrýna nýtt frumvarp:

Mun vafalaust vekja deilur

EFNAHAGSMÁL Ákvæði í nýju virðisaukaskattsfrumvarpi fjármálaráðherra þar sem kveðið er á um að undanþága til fólksflutninga í afþreyingarskyni skuli afnumin er óskýr. Þetta er mat laganefndar Lögmannafélags Íslands og kemur fram í umsögn um frumvarpið til efnahags- og viðskiptanefndar Alþingis. Þar segir að það sé löng hefð fyrir því að skilgreina skattskyldusvið með tilliti til hlutlægra þátta, en ekki huglægra eins og tilefnis ferða.

„Vafalaust er að orðalag þetta mun kalla á mörg álitaefni og deilumál,“ segir í umsögninni.

- jhh



SPENNISTÖÐIN BÍÐUR Eftir áralanga vinnu íbúasamtakanna, foreldrafélagsins, frístundamiðstöðvarinnar, félagsmiðstöðvarinnar, unglinganna, skólans og borgarinnar hillir undir að dyrum hverfismiðstöðvarinnar verði upp lokið.

FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Spennistöðin ætluð til gleði fyrir íbúana

Fljótlega á að opna á félags- og menningarmiðstöðina Spennistöðina við Austurbæjarskóla. Í október fær skóla- og frístundasvið Reykjavíkur til umráða húsið sem borgin keypti af Orkuveitunni árið 2012. Opna á húsið með mikilli hverfishátíð.

ÆSKULÝÐSMÁL „Unglingarnir okkar bíða ofboðslega spenntir og hlakka til að fá góða aðstöðu til þess að hittast,“ segir Soffía Pálsdóttir hjá frístundasviði Reykjavíkurborgar sem um mánaðamótin tekur við lyklavöldum í Spennistöðinni við Austurbæjarskóla.

Reykjavíkurborg keypti á árinu 2012 gamla spennistöðvarhúsið sem Orkuveitan hafði þá um langa hríð notað sem geymslu. Soffía segir fulltrúa margra hópa í hverfinu og frá borginni hafa unnið að stofnun félags- og menningarmiðstöðvar sem nú verði að veruleika.

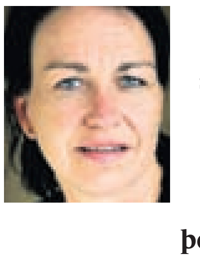
„Húsnæðið verður notað á daginn fyrir skólastarf og á eftirmiðdaginn og kvöldin ákveðinn hluta vikunnar fyrir félagsmiðstöðvarstarf fyrir börn og unglinga í hverfinu. Utan þess þá verður þetta miðstöð fyrir íbúana, foreldrafélagið og fleiri aðila til þess að geta verið með fundi og einhvers konar samkomur,“ segir Soffía.

Unnið hefur verið að standsetningu Spennistöðvarinnar. Stærsti hluti byggingarinnar er þó enn einn geimur og þar er hátt til lofts og vítt til veggja.

„Í framtíðinni þegar við erum komin þarna inn ætlum við að sjá hvort við viljum búa til einhverja millihæð og hólfa þetta meira niður. Hugsunin er svolítið sú að íbúarnir og börnin og unglingarnir fái að þróa þetta og móta. Það er það sem er kannski skemmtilegt við þetta konsept og þannig varð þessi hugmynd til; hún kom frá grasrótinni,“ segir Soffía.

Ekki er enn ljóst hvenær dyrum Spennistöðvarinnar verður lokið upp fyrir almenningi. „Við þurfum smá tíma til að koma öllu í stand. Svo munum við halda flotta hverfishátíð með hverfisbúum og fagna þessum áfanga. Ætlunin er að nýta þetta til gleði fyrir hverfisbúa,“ segir Soffía Pálsdóttir.

gar@frettabladid.is



„Hugsunin er svolítið sú að íbúarnir og börnin og unglingarnir fái að þróa þetta og móta.“

Soffía Pálsdóttir hjá frístundasviði Reykjavíkurborgar.

Nýtt útilistaverk eftir Kristin E. Hrafnsson verður á óvenjulegum stað:

Borgin leyfir ljósastaur á 17. hæð

MENNING Skipulagsyfirvöld í Reykjavík hafa heimilað uppsetningu tæplega fimm metra ljósastaurs á svölum íbúðar á sautjándu hæð við Vatnsstíg 18.

Ljósastaurinn verður hluti af listaverki eftir Kristin E. Hrafnsson og er leyfi borgarinnar tímabundið fram til 15. september á næsta ári. Með umsókn eiganda íbúðarinnar, Sigurðar Gísla Pálmasonar, fylgdi samþykkt húsfélagsins.

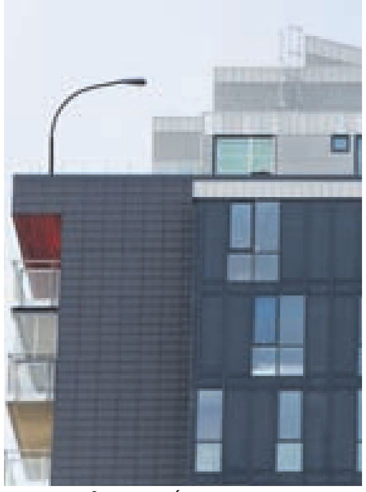
„Staurinn mun sjást en sennilega ekki vera áberandi þar sem hann er á sautjándu hæð og fáir sem hann getur angrað. Að öðru leyti mun listaverkið ekki sjást á svölunum,“ segir í bókun stjórnarfundar húsfélagsins.

Kveðst stjórnin hafa rætt nokkuð um þessi áform. „Enginn áhugi er á að menn fari að spila einleik á svölum sínum,“ er áréttað í bókuninni og vitnað í húsreglurnar þar sem fram kemur meðal annars að bannað sé að hengja upp þvott á svölum og berja þar gólfteppi. mottur og dregla. Ekkert megi vera á svölunum sem valdið geti óþægindum og ónæði eða spillt útliti og heildarmynd hússins.

„Ákveðið var að gera ekki athugasemdir við þessi áform enda fengum við staðfest með bréfi að íbúi á átjándu hæð, sem sennilega verður hvað mest var við listaverkið gerði ekki athugasemd,“ segir stjórnin sem gefur sitt leyfi til bráðabirgða í eitt ár. Að þeim tíma loknum verði skoðað „hvort einhver óæskileg áhrif hafi komið í ljós“.

Er haft var samband við Kristin E. Hrafnsson kvað listamaðurinn ótímabært að tjá sig um listaverkið fyrirhugaða þar sem ekki væri komin á það endanleg mynd.

- gar



VATNSSTÍGUR 18 Á efstu hæðum hússins mun ljósastaur gnæfa yfir borgina.

SAMSETT MYND/FRÉTTABLAÐIÐ

VERÐ: 2.130.000 KR.

Ford Fiesta Trend FHY05
Skráður apríl 2014, 1,0i bensín, beinskiptur
Ekinn 28.000 km. Litur: Ljósgrár

AFSLÁTTUR: 300.000 KR.

TILBOÐ: 3.290.000 KR.

Ford Kuga Titanium S NPX65
Skráður apríl 2012, 2,0TDCi dísil, beinskiptur
Ekinn 100.000 km. Litur: Ljósgrár
Ásett verð: 3.590.000 kr.

VERÐ: 3.550.000 KR.

Mazda6 Vision VAD41
Skráður maí 2013, 2,0i bensín, sjálfskiptur
Ekinn 75.000 km. Litur: Hvítur

AFSLÁTTUR: 580.000 KR.

TILBOÐ: 8.290.000 KR.

Volvo XC90 Momentum D5 AWD KNS06
Skráður des. 2012, 2,4Di dísil, sjálfskiptur
Ekinn 76.000 km. Litur: Hvítur
Ásett verð: 8.870.000 kr.

BÍLALEIGUBÍLAR TIL SÖLU

ÓDÝRARI REKSTUR

Nýlegir bílar lækka rekstrar-kostnaðinn með **lægri eyðslu** og **minna viðhaldi** og eru jafnframt **öruggari.** Skoðaðu úrval nýlegra bíla strax í dag.

Finndu bílinn þinn á:
notadir.brimborg.is

LÆGRA VERÐ

Kauptu nýlegan bíl á lægra verði. **Nýlegir** bílaleigubílar eru af nýjustu gerðum (árgerðir 2012, 2013, 2014) en fást á **lægra verði.**

Hafðu samband við ráðgjafa og við gerum þér frábært tilboð.

Nýttu tækifærið!

LÉTTARI KAUP

Landsbankinn og Brimborg létta þér kaupin á nýlegum bíl.

Landsbankinn býður **sérkjör á fjármögnun** við kaup á nýlegum bílaleigubíl frá Brimborg:

- 9,15% vextir
- Lægri lántökugjöld
- Allt að 7 ára lánstími
- Allt að 75% fjármögnun

Brimborg tekur allar tegundir bíla upp í. Hagstætt uppítökuverð.

KOMDU NÚNA

AFSLÁTTUR: 350.000 KR.

TILBOÐ: 3.970.000 KR.

Ford Kuga Titanium S JJF07
Skráður júní 2012, 2,0TDCi dísil, sjálfskiptur
Ekinn 85.000 km. Litur: Brúnn
Ásett verð: 4.320.000 kr.

AFSLÁTTUR: 200.000 KR.

TILBOÐ: 2.590.000 KR.

Ford Mondeo Trend DBU65
Skráður maí 2011, 2,0TDCi dísil, sjálfskiptur
Ekinn 78.000 km. Litur: Grár
Ásett verð: 2.790.000 kr.

AFSLÁTTUR: 140.000 KR.

TILBOÐ: 1.190.000 KR.

Citroën C1 Attraction OIA86
Skráður maí 2013, 1,0i bensín, beinskiptur
Ekinn 78.500 km. Litur: Rauður
Ásett verð: 1.330.000 kr.

AFSLÁTTUR: 180.000 KR.

TILBOÐ: 2.290.000 KR.

Citroën C4 Comfort LNZ23
Skráður maí 2013, 1,6HDi dísil, beinskiptur
Ekinn 72.000 km. Litur: Ljósgrár
Ásett verð: 2.470.000 kr.

VERÐ: 2.350.000 KR.

Ford Fiesta Trend AHE25
Skráður apríl 2014, 1,0i bensín, sjálfskiptur
Ekinn 31.000 km. Litur: Hvítur

AFSLÁTTUR: 200.000 KR.

TILBOÐ: 2.690.000 KR.

Ford Focus Titanium STW SUP15
Skráður júní 2012, 1,6i bensín, sjálfskiptur
Ekinn 80.000 km. Litur: Hvítur
Ásett verð: 2.890.000 kr.

AFSLÁTTUR: 200.000 KR.

TILBOÐ: 2.340.000 KR.

Mazda3 Advance LZX64
Skráður apríl 2013, 1,6Di dísil, beinskiptur
Ekinn 68.000 km. Litur: Grár
Ásett verð: 2.540.000 kr.

Söludeildir eru opnar virka daga kl. 9-17 og laugardaga kl. 12-16.

Brimborg Reykjavík: Bíldshöfða 6, sími 515 7030
Brimborg Reykjavík: Bíldshöfða 8, sími 515 7040
Brimborg Akureyri: Tryggvabraut 5, sími 515 7050

FINNDU BÍLINN ÞINN HÉR
NOTADIR.BRIMBORG.IS

Notaðir bílar – Brimborg
FYLGSTU MEÐ NÝJUSTU TILBOÐUNUM

50 ár í bílgreininni
brimborg
Öruggur staður til að vera á

Myndir í auglýsingunni eru af sambærilegum nýjum bílum sömu gerðar. Útbúnaður og litur bílanna getur því verið frábrugðinn myndunum í auglýsingunni.

SVONA ERUM VIÐ

516 hjónaskilnaðir voru færðir til bókar hjá Hagstofu Íslands árið 2013.

Að meðaltali voru hjónaskilnaðir 509 á árabilinu 1996 til 2000.

Íbúar við Stekkjarberg í Hafnarfirði segja lóð vera slysagildru fyrir börn:

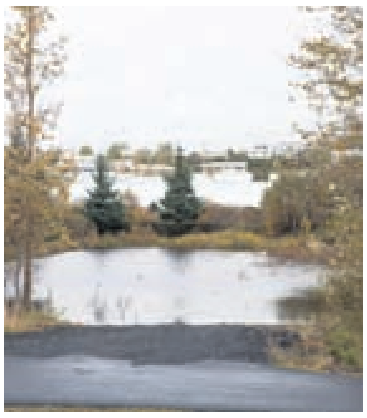
Lítill strákur fastur í vatninu

SKIPULAGSMÁL „Eins og staðan er núna, þá er pollur yfir öllum grunninum þarna. Jarðvegurinn hefur alltaf tekið við, en nú er það að breytast. Það er komið miklu stærra vatn þarna heldur en nokkurn tíma áður,“ segir Una Mathiesen Nikulásdóttir, íbúi í Hafnarfirði, um lóð að Stekkjarbergi 9 í bænum. Íbúar í grennd við lóðina segja hana slysagildru, þar sem ofan í henni safnist fyrir vatn sem laði að sér börn að leik. „Sjálf hef ég veitt lítinn strák þarna upp úr. Ætli hann hafi ekki verið í fyrsta bekk. Hann stóð fastur í leðju og vatnið náði honum upp að hnjám. Hann var í stígvélum og ætlaði bara aðeins að sulla. Ég var að keyra þarna fram hjá og sá hann bara fyrir tilviljun.“

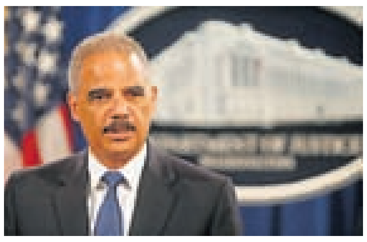
Una segist nokkrum sinnum hafa haft samband við bæjaryfirvöld til að lýsa yfir áhyggjum vegna málsins. „Þar benda bara allir hver á annan, segir Una, þreytt á viðbragðsleysi bæjaryfirvalda.

Lóðin er í eigu Magnúsar Ármanns sem árið 2007 hugðist reisa þar 800 fermetra einbýlishús. Ekkert hefur verið unnið í húsgrunninum í talsverðan tíma og óljóst er um áform Magnúsar og konu hans um að ljúka við byggingu hússins.

Ólafur Ingi Tómasson, formaður skipulags- og byggingaráðs Hafnarfjarðar segir ástæðu vatnssöfnunarinnar vera stíflu í frárennslislögn sem ekki hefur verið hægt að losa en unnið sé að því að leggja nýja lögn frá grunninum. **- hó**



SLYSAGILDRA Eins og sjá má myndast lítið stöðuvatn í vætusömu veðri þar sem áður átti að reisa 800 fermetra einbýlishús. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR



HÆTTUR Eric Holder hefur sagt af sér sem dómsmálaráðherra. FRÉTTABLAÐIÐ/AP

Breytingar í stjórn Obama:

Eric Holder segir af sér

BANDARÍKIN, AP Eric Holder hefur sagt af sér sem dómsmálaráðherra Bandaríkjanna. Holder tók við embættinu árið 2009.

Ráðgjafar innan stjórnar Obama segja að Holder hafi lengi haft hug á að skipta um starfsvettvang en ekki er ljóst hver tekur við af Holder.

Ráðherrann fráfarandi hafði verið áberandi í jafnréttismálum og baráttunni gegn hryðjuverkum en hann var fyrsti svarti dómsmálaráðherra landsins. **- ih**

Báturinn strandaði við Kýpur:

Þrjú hundruð manns bjargað

KÝPUR Yfir þrjú hundruð flóttamönnum, sem voru í lífsháska á fiskveiðibát undan ströndum Kýpur, var bjargað í gær. Talið er að farþegar bátsins hafi verið sýrlenskir flóttamenn, að stærstum hluta konur og börn.

Báturinn sendi frá sér neyðarkall þegar hann var um hundrað kílómetra suður af bænum Paphos á Kýpur.

Mun fleiri flóttamenn hafa reynt að sigla yfir Miðjarðarhafið til Evrópu í ár en síðustu ár. **- ih**

ÁRÉTTING

Rangt var farið með föðurnafn Guðlaugar formanns BHM í Fréttablaðinu í gær. Hún var sögð Halldórsdóttir en er Kristjánsdóttir.

Eru ekki á móti sambýlinu heldur aðeins byggingunni

Borgarstjórinn í Reykjavík segir sorglegt ef íbúar í Vesturbrún og Austurbrún telji að verðmæti húsa þeirra lækki ef byggt verður hús fyrir fjölfatlaða á svæðinu. Einn íbúinn, Jóhann G. Jóhannsson, segir hins vegar að það sé bygging á þessum stað og skerðing á opnum svæðum en alls ekki starfsemin sem verið sé að mótmæla.

SKIPULAGSMÁL „Ég sé engin rök hníga að því að uppbygging einnar hæðar búsetukjarna fyrir fatlað fólk með miklar sérþarfir geti leitt til lægra fasteignaverðs í nágrenninu. Mér finnst hálf sorglegt að menn skuli setja þetta upp með þessum hætti,“ segir Dagur B. Eggertsson borgarstjóri um gagnrýni íbúa nærri fyrirhuguðu sambýli við Austurbrún.

Eins og fram kom í Fréttablaðinu í gær samþykkti umhverfis- og skipulagsráð Reykjavíkur á miðvikudag breytingu á deiliskipulagi þannig að sambýli fyrir fjölfatlaða geti risið við Austurbrún 6. Gert er ráð fyrir að húsið verði á einni hæð og nái hæst upp í fimm og hálfan metra. Í því verði sex íbúðir og þjónusturými á samtals sex hundruð fermetrum.

„Þessi búsetukjarni, framtíðarheimili fyrir sex fjölfatlaða einstaklinga, er liður borgarinnar í að huga að þörfum allra sem í borginni búa,“ segir Dagur B. Eggertsson.

Alls 49 íbúar í Austurbrún og Vesturbrún mótmæltu því að byggt verði á umræddum stað. Benda þeir meðal annars á að hverfið sé skilgreint sem fullbyggt og þeir hafi mátt vænta þess að ekki yrðu reist fleiri hús nærri þeirra. Heildarmynd svæðisins muni skaðast, útsýni skerðast og verðmæti eigna þeirra minnka. Segjast þeir munu leita réttar síns ef af framkvæmdinni verður.

„Við eigum frekar að hugsa um að búa til samfélag fyrir alla og gæta að þörfum ólíkra hópa,“ segir borgarstjórinn en Jóhann G. Jóhannsson, sem býr í Vesturbrún og er einn þeirra sem mótmæltu byggingunni, segir af og frá að starfsemin sem þar eigi að vera, sambýli fyrir fjölfatlaða, skipti máli varðandi afstöðu hans.

DAGUR B. EGGERTSSON

„Manni dettur ekki í hug að hugsa þannig. Það er alveg á hreinu. Mér finnst bara óeðlilegt að það sé verið að hola þarna niður einhverjum byggingum á svæði sem sagt er vera fullbyggt og fastmótað nú þegar í aðalskipulagi,“ svarar Jóhann sem segir þetta síðastnefnda vera grundvallaratriði í málinu. „Hvers virði er aðalskipulagið ef borgin ætlar að hunsa það?“

Aðspurður kveður Jóhann það hafa komið honum mjög á óvart að breytingin skyldi vera samþykkt. „Ef einkaaðilar hafa viljað breyta eða stækka sín hús þá hefur það ekki verið auðsótt mál, einmitt á þeim forsendum að svæðið sé svo viðkvæmt. En nú er allt í einu hægt að ráðast í svona stórar framkvæmdir og troða þarna niður sex hundruð fermetra byggingu,“ segir hann.

Varðandi hvernig nýja byggingin muni hafa áhrif á hann sem íbúa segist Jóhann ganga flesta daga um svæðið. Þar séu nú þegar þrjú háhýsi auk einbýlishúsa og parhúsa. „Það veitir ekkert af þessu litla græna svæði sem er inn á milli.“

gar@frettabladid.is
sveinn@frettabladid.is

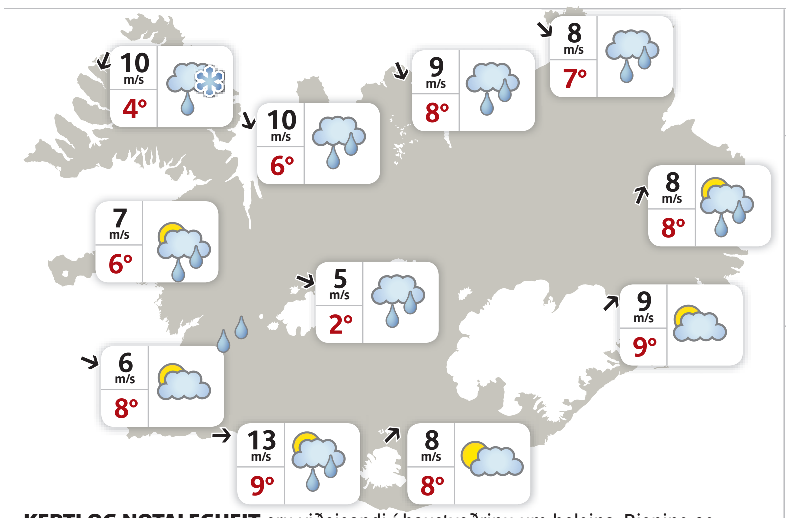
LOFTMYND AF UMDEILDUM BYGGINGARREIT

Myndefni ©2014 DigitalGlobe, Kortagögn ©2014 Google

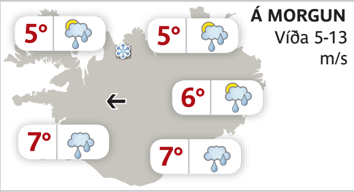
> „Mér finnst bara óeðlilegt að það sé verið að hola þarna niður einhverjum byggingum á svæði sem sagt er vera fullbyggt og fastmótað nú þegar.
> *Jóhann G. Jóhannsson.*

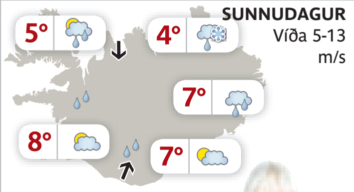
Veðurspá

Gildistími korta er um hádegi

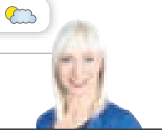


Alicante	25°	Friedrichshafen	19°	New York	24°
Aþena	27°	Gautaborg	17°	Orlando	30°
Basel	22°	Kaupmannahöfn	17°	Ósló	19°
Berlín	16°	Las Palmas	27°	París	22°
Billund	18°	London	21°	San Francisco	20°
Frankfurt	20°	Mallorca	28°	Stokkhólmur	16°





KERTI OG NOTALEGHEIT eru viðeigandi í haustveðrinu um helgina. Rigning og jafnvel slydda á N-verðu landinu en helst að sólin láti sjá sig SA-til í dag og á sunnudag. Rigning S-lands á morgun en dregur úr á sunnudag.



Snjólaug Ólafsdóttir
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

PIPAR\TBWA • SÍA • 142920

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

VEISTU SVARIÐ?

1. Hverjum þarf Már Guðmundsson seðlabankastjóri að endurgreiða málskostnað?
2. Hvað kostar skerðing atvinnuleysisbóta Hafnarfjarðarbæ að sögn fjölskylduráðs?
3. Hversu oft hefur Heimir Guðjónsson stýrt FH til sigurs?

SVÖR:
1. Seðlabankanum. **2.** 57 milljónir. **3.** 100 sinnum.

Sýnt var í beinni útsendingu frá fögnuði vísindamanna sem sendu gervitungl á sporbaug um Mars:

Indverjar komu gervitungli til Mars

NÝJA-DELÍ, AP Indverjar fögnuðu mjög þegar gervitungl þeirra komst á sporbaug um plánetuna Mars.

Sýnt var í beinni útsendingu í sjónvarpi á Indlandi frá fögnuði vísindamannanna. Þetta er í fyrsta sinn sem Indverjar senda slíkt tungl til Mars.

„Við höfum stýrt tungli okkar í gegnum leið sem mjög fáir þekkja,“ sagði Narendra Modi, forsætisráðherra Indlands, og óskaði bæði vísindamönnum og hinum almenna Indverja til hamingju með árangurinn.

Vísindamenn sögðu að lokastig leiðangursins Mars Orbiter hefði gengið fullkomlega fyrir sig. Þar með þykja Indverjar hafa sýnt og sannað að þeir geta staðið að flóknum leiðöngrum sem þessum.

Indverjar hafa áður sent gervitungl til tunglsins árið 2008. Gervitunglið fann þá mikilvægar sannanir um að þar hefði verið vatn að finna.

Bandaríska geimferðastofnunin, NASA, sem hefur staðið á bak við fimmtán vel heppnaða leiðangra til Mars, þar á meðal geimfar sem fór á sporbaug um plánetuna á sunnudag, óskaði Indverjum til hamingju með árangurinn í Twitter-skilaboðum. **- fb**

> **„Við höfum stýrt tungli okkar í gegnum leið sem mjög fáir þekkja.**
> *Narendra Modi, forsætisráðherra Indlands.*

FÖGNUÐUR Indversku vísindamennirnir fögnuðu ákaft þegar gervitunglið var komið á leiðarenda. FRÉTTABLAÐIÐ/AP

FYRIR UTAN Skipasmíðafyrirtæki og framleiðendur stórra vinnuvéla hafa komið sínum vörum fyrir á bílastæðinu við Smárann.

DÓMARINN FYLGIST MEÐ Davíð Pálsson, meðlimur í Sjómannaglímufélagi Íslands, sýndi gestum sýningarinnar réttu handtökin í bás tryggingafélagsins Varðar. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Á DEKKINU Sýningarbásarnir eru af öllum stærðum og gerðum. Bás Olís vakti mikla athygli gesta enda líkan af olíuskipinu Héðni Valdimarssyni RE-1927.

Hátíð og mikið partí

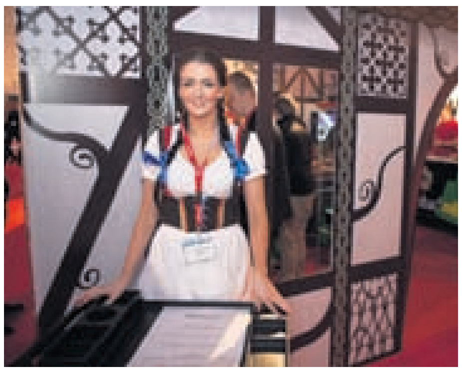
Íslenska sjávarútvegssýningin hófst gær en hún er nú haldin í ellefta sinn. Þar er margt að sjá eins og blaðamaður og ljósmyndari Fréttablaðsins fengu að kynnast.

SJÁVARÚTVEGUR „Hérna eru allir enda er þetta hátíð fyrir okkur og mikið partí,“ segir Victor Strange, eigandi Tor-Net, þegar blaðamaður gengur inn í sýningarbás fyrirtækisins á Íslensku sjávarútvegssýningunni sem hófst í Smáranum í Kópavogi í gær.

Sýningin fagnar nú 30 ára afmæli en hún hefur verið haldin á þriggja ára fresti. Hún hefur að sögn skipuleggjenda aldrei verið stærri en nokkuð er síðan öll sýningarrýmin seldust upp. Um 500 þátttakendur, frá fimm heimsálfum, fylla nú 250 bása í íþróttahúsi Breiðabliks.

„Hingað koma menn til að kynna sér það sem er í boði en voðalega margir í þessum bransa koma til að hitta félagana og skipstjórana og aðra. Svo fyrir okkur sýnendur er auðvitað mikilvægt að geta kynnt okkar vörur en í sjálfu sér fer mjög lítil sala fram á sýningunni sjálfri. En þetta situr eftir hjá mönnum og því er sýningin gríðarlega mikilvæg,“ segir Victor.

haraldur@frettabladid.is



ÖLLU TJALDAÐ TIL Sýningarbás Würth á Íslandi minnir á þýskar bjórhátíðir. Björgvin Smárason, starfsmaður Jötuns, stóð í vatnsbala í yfir fjóra tíma til að kynna vatnshelda sokka fyrirtækisins.

Í NETAGERÐ Victor Strange og aðrir starfsmenn Tor-Net kynntu flottroll fyrirtækisins fyrir gestum og gangandi.

TOYOTA
ALWAYS A BETTER WAY

VIÐBÚIN, TILBÚIN ... AYGO!

SKEMMTISÝNING ÁRSINS KL. 12 – 16 Á MORGUN

Aygo er þessi skemmtilegi í hópnum og geislar af þínum eigin persónuleika. Þú ræður endanlegu útliti Aygo sem er kraftmikill, sparneytinn og leikandi léttur í akstri. Aygo-margmiðlunarkerfið nær góðu sambandi við símann þinn og ríkulegur staðalbúnaður gefur tilverunni nýjan lit.

Gerðu þér glaðan Aygo á morgun hjá næsta viðurkennda söluaðila Toyota og fáðu að reynsluaka.

Aygo - verð frá: 1.960.000 kr.
Útborgun: 196.000 kr.*

FARÐ'OG SLEPPTU ÞÉR | AYGO

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.
* Miðað við 90% lánshlutfall hjá Lykli – nánari upplýsingar hjá söluráðgjöfum.

Velta Mjólkursamsölunnar nemur um 22 milljörðum króna en hagnaðurinn var innan við 200 milljónir á síðasta ári:

Hagnaðurinn aðeins innan við eitt prósent af veltu

VIÐSKIPTI Mjólkursamsalan ehf. er í eigu tveggja fyrirtækja. Annars vegar er það Auðhumla svf. sem er í eigu um sjö hundruð mjólkurframleiðenda víðsvegar á landinu. Framkvæmdastjóri Auðhumlu er Einar Sigurðsson, sem einnig er forstjóri Mjólkursamsölunnar, og Egill Sigurðsson er einnig stjórnarformaður í báðum fyrirtækjum. Hinn eigandi Mjólkursamsölunnar er Kaupfélag Skagfirðinga sem er í eigu hátt í 1.200 félagsmanna í Skagafirði. Auðhumla á um nítíu prósent í Mjólkursamsölunni en Kaupfélag Skagfirðinga tíu prósent og eru tvö fyrrgreind félög einnig stærstu viðskiptavinir Mjólkursamsölunnar.

Samkvæmt ársreikningi fyrir árið 2013 námu rekstrartekjur Mjólkursamsölunnar 21,94 milljörðum íslenskra króna, en þar áður námu tekjurnar 20,64 milljörðum. Hagnaður félagsins eftir skatta var tæplega 167 milljónir íslenskra króna, en þar áður nam hagnaðurinn 290 milljónum. Það vekur athygli hversu lítill hagnaðurinn er sem hlutfall af tekjum. Einar Sigurðsson, forstjóri MS, segir að þessi takmarkaði hagnaður skýrist af því að það séu verðákvarðanir verðlagsnefndar búvöru sem stýri bæði verði til smásölunnar og því verði sem bændur fá fyrir mjólkina. Mjólkursamsalan hafi því einungis tök á að lækka kostnað í kaupum á umbúðum, íblöndunarefnum og innri rekstrarkostnaði. „Öllu hinu er stýrt utan frá,“ segir hann.

Efnahagur fyrirtækisins er aftur á móti sterkur. Eignir þess nema 8,95 milljörðum íslenskra króna og eigið fé 3,78 milljörðum. Eiginfjárhlutfall er því um 42 prósent. - jhh

FORSTJÓRINN Einar Sigurðsson segir að möguleikar til að stýra kostnaði séu takmarkaðir. MYND/BERNHARD

Nýtt frumvarp í deiglunni:

Heildarmyndin er mikilvæg

ALÞINGI Landbúnaðarkerfið og þar með talið einkaleyfi MS verður endurskoðað á næstunni. „Og ég á von á því að landbúnaðarráðherra setji í gang þá vinnu sem allra fyrst og við munum þá sjá þess stað í frumvarpi, kannski ekki í vetur en þá fyrir haustið 2015,“ segir Jón Gunnarsson, formaður atvinnuveganefndar Alþingis. Hann telur það ábyrgðarleysi af þinginu að afnema bara einkaleyfisþáttinn.

„Það er einföld aðgerð að taka einn þátt út úr þessu og ákveðið ábyrgðarleysi af þinginu ef það vill nálgast málið með þeim hætti að taka bara einkaleyfisþáttinn út úr þessu. Við þurfum að skoða heildarmyndina,“ segir Jón. - hh

Vill afnema einkaleyfi MS:

Verið að drepa málinu á dreif

ALÞINGI Helgi Hjörvar, formaður þingflokks Samfylkingarinnar, ætlar á næstunni að endurflytja tillögu um að afnema einkaleyfi MS.

„Hér er bara verið að drepa málinu á dreif. Það er sáraeinfalt að afnema undanþáguna. Hún var veitt með frumvarpi sem var bara tvær greinar og keyrt í gegnum þingið af stjórnarflokkunum árið 2004 á litlum tveimur vikum í gegnum þrjár umræður. Þeim fannst einfalt að veita undanþáguna og það er alveg jafn einfalt að afturkalla hana,“ segir Helgi Hjörvar, þingmaður Samfylkingarinnar, og trúir því að hann fái góðan hljómgrunn nú. - hh

BÍLAFLOTINN HLAÐINN Mörg spjót hafa staðið á stjórnendum MS eftir úrskurð Samkeppniseftirlitsins í byrjun vikunnar þess efnis að félagið hafi brotið samkeppnislög. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

ZOLL
Advancing Resuscitation. Today
AED PLUS

HJARTASTUÐTÆKI
leiðbeinir með hjartahnoð

Tæki talar íslensku

5 ára
endingartími rafhlaðna
endingartími rafskauta
ábyrgð á tæki*

inter.
Inter ehf dreifingaraðili | Sími 551-0230 | inter@inter.is | www.inter.is

Ráðherra vill breyta lögum um búvörur

Hanna Birna Kristjánsdóttir, ráðherra neytendamála, telur rétt að breyta lögum ef úrskurður Samkeppniseftirlitsins verður staðfestur fyrir dómstólum. Stríðir gegn almennri hugsun um hvernig samkeppni á að virka, segir ráðherrann.

SAMKEPPNISMÁL Hanna Birna Kristjánsdóttir telur eðlilegt að taka málið upp á Alþingi og breyta lögum, neytendum í hag, verði úrskurður Samkeppniseftirlitsins gegn MS staðfestur. Hún leggur þó áherslu á að úrskurðinum hafi verið áfrýjað svo endanleg niðurstaða er ekki fengin í málinu.

HANNA BIRNA KRISTJÁNSDÓTTIR

Hanna Birna Kristjánsdóttir er ráðherra neytendamála. Samkeppniseftirlitið segir í úrskurði sínum að brotið sé alvarlegt og það bitni að endingu á neytendum. Alvarleiki brotsins felst í því að það tengist mikilvægum neysluvörum og hefur varað í langan tíma, eða a.m.k. frá árinu 2008 til ársloka 2013. Mjólkurvörur eru stór hluti af matarinnkaupum heimila í landinu.

Hanna Birna telur eðlilegt að breyta lögum verði þetta niðurstaðan. Hagsmunir neytenda eigi að vera varðir og það skipti miklu máli að sú lagaumgjörð sem mjólkuriðnaðurinn búi við verji hag þeirra í hvívetna. „Ég held að það sé alveg ljóst, ef þetta reynist rétt og að niðurstaða málsins verði eins og Samkeppniseftirlitið úrskurðar, að þingið taki þetta til meðferðar og breyti því sem verði að breyta,“ segir Hanna Birna. „Það skiptir máli að fyrirtæki sem njóta viðlíka verndar og Mjólkursamsalan býr við, að sú vernd komi ekki niður á neytendum. Samkeppnislög eru til þess að vernda hagsmuni neytenda fyrst og síðast og ef eitthvað kemur í veg fyrir að neytendur njóti þess sem þeir eiga að njóta þarf að bregðast við. Hins vegar er rétt að dómur er ekki fallinn í málinu þó úrskurður Samkeppniseftirlitsins sé á þessa leið.“

Þegar ráðherrann er spurður að því hvort fyrirtæki eins og MS hafi ekki ríkum skyldum að gegna gagnvart neytendum, er hún því sammála. „Fyrirtæki sem njóta slíkrar sérstöðu að vera undanþegin samkeppnislögum hljóta að hafa ríkum skyldum að gegna og því staldrar maður við. Verði þetta niðurstaðan þá stríðir það gegn almennri hugsun um hvernig samkeppni á að virka, hún á að virka fyrir neytendur. Ef þess gætir ekki verðum við að endurskoða umgjörðina,“ segir Hanna Birna.

MS hefur ákveðið að áfrýja úrskurði Samkeppniseftirlitsins til áfrýjunarnefndar samkeppnismála. Líklegt þykir að áfrýjunarnefnd skili úrskurði í kringum áramótin. Aðilar máls hafa tíma til þess að senda inn greinargerð máli sínu til stuðnings.

sveinn@frettabladid.is

Vísar ummælum um vanhæfi á bug

Egill Sigurðsson, formaður stjórnar MS, sagði í viðtali í Fréttablaðinu í gær að honum virtist sem forstjóri Samkeppniseftirlitsins, Páll Gunnar Pálsson, hefði gert sig vanhæfan í málinu vegna ummæla sinna um málið. Páll Gunnar er þessu ósammála og bendir á hæstaréttardóm um viðlíka mál. „Nei, ég er ekki vanhæfur í þessu máli, það er hlutverk Samkeppniseftirlitsins að benda stjórnvöldum á hvernig bæta megi samkeppni og sérstaklega vekja athygli á því ef Samkeppniseftirlitið telur einhver lög stríða gegn virkri samkeppni. Það hlutverk hefur eftirlitið verið að rækja, bæði á þessum markaði sem og á öðrum. MS hefur áður látið reyna á vanhæfi þegar Samkeppniseftirlitið fór í húsleit árið 2007. Þá hélt MS því fram að eftirlitið eða stjórnandi þess hefði sýnt fyrirtækinu óvild m.a. á sömu forsendum. Hæstiréttur dæmdi svo ekki vera.“

KRISTSDAGUR

27. SEPTEMBER 2014

Í HÖRPU

Saman í bæn fyrir landi og þjóð!

Kristsdagur er samkirkjulegur og undirbúinn af hópi fólks úr ýmsum kirkjum og kristnum trúfélögum. Dagskrá fyrstu tveggja samveranna verður bæn fyrir hinum ýmsum sviðum samfélagsins, tónlist, stutt ávörp og ritningarlestur.

Í Eldborg

Kl. 10-12

Skólahljómsveit Austurbæjar tekur á móti þátttakendum með tónlist.
Ávörp flytja herra Ólafur Ragnar Grímsson forseti Íslands og frú Agnes M. Sigurðardóttir biskup Íslands.
Vígslubiskupar, fjöldi presta, djákna og leikmanna úr hinum ýmsu kirkjudeildum og kristnum samfélögum leiða bænagjörð og ritningarlestur. Samsöngur og kórsöngur.

Kl. 14-16

Karl Sigurbjörnsson biskup, fjöldi presta, djákna og leikmanna úr hinum ýmsu kirkjudeildum og kristnum samfélögum leiða bænagjörð og ritningarlestur. Samsöngur, kórsöngur, einsöngur og fleira.

Kl. 18-20

Söngtónleikar í Eldborg í umsjá Óskars Einarssonar og Hrannar Svansdóttur með þátttöku Gospelkórs Fíladelfíu, Páls Rósinkranz, KK, Jóhönnu Guðrúnar Jónsdóttur, Edgars Smára Atlasonar, Jóhannesar Ingimarssonar, Sigurðar Ingimarssonar, Maríönnu Másdóttur, Írisar Lindar Verudóttur auk Lindakirkjukórs, Gospelkórs Jóns Vídalíns og Kórs Ástjarnarkirkju.

Í Silfurbergi: Krakkafjör

Samhliða aðaldagskránni verður fjölbreytt og skemmtileg barnadagskrá í Silfurbergi frá kl. 10-12 og 14-16. Lögð verður áhersla á gæðastund fyrir börnin. Þemað verður bænin og samband okkar við Jesú og því lýst með söng, leik og myndbrotum. Börnin fá hressingu á meðan hver stund stendur yfir.

Í hléum verður fjöldi kynningarborða og fyrirbænatjald á svæðinu fyrir framan Eldborg.

Ókeypis aðgangur. Allir eru velkomnir á meðan húsrúm leyfir.

Undirbúningsnefnd Kristsdags — Friðrikskapelluhópurinn

Kt. 600112-1710 Bankareikningur 0331-26-001525

kristsdagur.is **facebook.com/kristsdagur**

Vilja auðlegðarskatt áfram:

Efnameiri borgi fyrir spítalann

ALÞINGI Þrír þingmenn VG hafa lagt fram á Alþingi frumvarp um Byggingarsjóð Landspítala. Frumvarpið felur í sér að nýbyggingar fyrir spítalann verði fjármagnaðar með því að leggja á tímabundinn auðlegðarskatt sem renni í sérstakan byggingarsjóð. Gert er ráð fyrir að auðlegðarskatturinn verði lagður á í fimm ár, 2016-2020, og má ætla að það fé sem safnast með þessu móti dugi til spítalabygginga í samræmi við þau áform sem nú eru uppi. - jhh

Stefnir í verkfall í Kópavogi:

Bæjarstarfsmenn óánægðir

KJARAMÁL „Það er kraumandi óánægja undir niðri,“ segir Jófríður Hanna Sigfúsdóttir, formaður Starfsmannafélags Kópavogs. Félagið á í kjaradeilum við bæinn. Félagsmenn hafa samþykkt að fara í verkfall 14. og 15. október og aftur þann 21. og 22. semjist ekki fyrir þann tíma.

Allsherjarverkfall er boðað frá 1. nóvember takist ekki samningar. Jófríður segir að verði verkfall muni öll starfsemi á vegum bæjarins lamast. - jme

Varpa sprengjum á olíulindir í Sýrlandi

Loftárásum Bandaríkjahers og bandalagsþjóða er nú beint gegn olíulindum undir stjórn íslamska ríkisins í Sýrlandi og Írak en olía er helsta tekjulind samtakanna. Breska þingið mun í dag greiða atkvæði um hvort Bretar taki þátt í loftárásum.

SÝRLAND, AP Loftárásum Bandaríkjahers og bandalagsríkja þeirra var beint gegn olíulindum í Sýrlandi, sem eru undir stjórn hersveita Íslamska ríkisins í gær.

Loftárásirnar urðu að minnsta kosti fjórtán vígamönnum og fimm óbreyttum borgurum að bana. Auk þess var tólf gíslum sleppt úr haldi vígamannanna vegna ótta við frekari loftárásir.

Talið er að Íslamska ríkið stýri ellefu olíulindum í Írak og Sýrlandi. Tekjur samtakanna af olíuvinnslunni eru taldar nema milli einnar og fimm milljóna dollara á dag. Olían er seld til kaupmanna sem smygla henni til nágrannaríkja þar sem hún er seld á svörtum markaði.

Aðeins nokkrum klukkustundum eftir að loftárásirnar í Sýrlandi hófust lýsti David Cameron, forsætisráðherra Bretlands, því yfir að Bretar ættu að styðja loftárásirnar í Írak í ræðu á allsherjarþingi Sameinuðu þjóðanna. Cameron sagði að mistök fortíðarinnar gætu ekki afsakað aðgerðarleysi að þessu sinni og vísaði þar til fyrri hernaðaraðgerða Breta í Írak. Breska þingið mun í dag greiða atkvæði um hvort Bretar eigi að taka þátt í loftárásum í Írak.

Tyrkir bættust í gær á lista um fimmtíu þjóða sem Bandaríkjastjórn segir að heitið hafi stuðningi í baráttunni gegn Íslamska ríkinu. Tyrkir hafa verið tregir til að skera formlega upp herör gegn samtökunum. Þeir hafa meðal annars verið sakaðir um að hleypa liðsmönnum Íslamska ríkisins yfir landamærin með vopn og olíubirgðir.

Harðir bardagar hafa geisað á jörðu niðri undanfarið. Hersveitir Kúrda náðu að hrekja á brott vígamenn Íslamska ríkisins frá sýrlenska bænum Kobane nálægt landamærum Tyrklands. Um 150 þúsund íbúar hafa flúið til Tyrklands á undanförnum dögum vegna bardaganna. Í heild hafa um 1,5 milljónir manna flúið til Tyrklands frá Írak og Sýrlandi síðan borgarastyrjöldin í Sýrlandi hófst fyrir þremur árum.

ingvar@frettabladid.is

HERÞOTUR Loftárásir Bandaríkjahers í Sýrlandi í gær urðu að minnsta kosti nítján manns að bana. NORDICPHOTOS/AFP

FISKIVEISLA HAFBERGS
STÓR HUMAR
HUMAR SÚPA
KLAUSTUR-BLEIKJA
ÞORSK-HNAKKAR
HUGSAÐU UM HEILSUNA OG BORÐAÐU FISK
HAFBERG fiskbúð sælkerans
Gnoðarvogi 44 • Sími 588 8686
OPIÐ MÁNUDAGA - FÖSTUDAGA KL. 9 - 18.15 • LAUGARDAGA 11-16

RAGGI BJARNA
80 ára
HOF AKUREYRI | 28.09.14
Stórsöngvarinn Ragnar Bjarnason fagnar 80 ára afmæli sínu í Hofi þann 28. september. Raggi fer yfir ferilinn ásamt mörgum góðum gestum og syngur öll sín vinsælustu lög. Þetta er viðburður sem enginn má missa af!
Tónlistarstjóri:
Jón Ólafsson.
Kynnir:
Þorgeir Ástvaldsson.
Gestir:
Álftagerðisbræður, Guðrún Gunnarsdóttir, Páll Óskar Hjálmtýsson, Lay Low og karlakór.
MIÐASALA ER HAFIN
Á MENNINGARHUS.IS OG Í MIÐASÖLU HOFS, SÍMI 450 1000
DÆGURFLUGAN
HOF
Brandenburg

SÍERRA LEÓNE Yfirvöld í Síerra Leóne segja að meira þurfi að gera til þess að hefta útbreiðslu ebólu. NORDICPHOTOS/AFP

Meira en milljón gæti smitast áður en yfir lýkur:

Herða þarf sóknina gegn ebólu í Afríku

SÍERRA LEÓNE, AP Yfirvöld í Síerra Leóne hafa lýst því yfir að einangra eigi svæði þar sem ríflega ein milljón manna býr til þess að hefta útbreiðslu ebólufaraldursins sem banað hefur þúsundum.

Þrjú ný héruð voru sett í einangrun í gær og hefur ferðafrelsi þriðjungs íbúa landsins verið skert.

Í yfirlýsingu frá yfirvöldum í Síerra Leóne sagði að mikil þörf væri á að herða sóknina gegn sjúkdómnum. Verði ekkert að gert muni ástandið versna til muna og margfalt fleiri smitast.

Heilbrigðisyfirvöld í Bandaríkjunum hafa gefið út að meira en 1,4 milljónir gætu hafa smitast af ebólu í janúar á næsta ári verði ekki meira að gert.

Barack Obama Bandaríkjaforseti lýsti því yfir í gær fyrir framan helstu þjóðarleiðtoga í húsnæði Sameinuðu þjóðanna að ebóla væri ógn við öryggi alls heimsins. Obama sagði að meira yrði að gera í baráttunni gegn ebólu.

Bandaríkjaforseti hyggst senda þrjú þúsund hermenn til Líberíu til að koma á fót aðstöðu þar sem hægt verður að þjálfa heimamenn í meðferð við ebólu. Þar að auki hefur Obama farið fram á við Bandaríkjaþing að einn milljarður dollara verði lagður fram til þess að berjast gegn ebólu. Öldungadeild hefur þegar samþykkt að veita það sem eftir er af fjárveitingu til stríðsins í Afganistan til baráttunnar gegn ebólu. - ih

BARACK OBAMA Bandaríkjaforseti segir að ebóla sé ógn við öryggi alls heimsins. FRÉTTABLAÐIÐ/AP

VERÐ FRÁ KR.
Þvottavélar................49.900,-
Þurrkarar..................49.900,-
Uppþvottavélar.........49.900,-

VERÐ FRÁ KR.
Kæliskápar................19.900,-
Frystiskápar.............34.900,-
Frystikistur.................34.900,-

VERÐ FRÁ KR.
Keramik helluborð....39.900,-
Spanhelluborð..........49.900,-
Eldavélar..................49.900,-
Háfar..........................19.900,-
Eldhúsviftur.................7.990,-

Matvinnslutæki

VERÐ FRÁ KR.
Töfrasprotar..........1.490,-
Sítrónupressur......1.990,-
Kaffikvarnir............1.990,-
Handþeytarar.......2.990,-
Hakkarar..............2.990,-
Blandarar.............2.990,-
Ísgerðarvélar........4.990,-
Matvinnsluvélar....6.990,-
Safapressur..........6.990,-
Hakkavélar...........9.990,-
Hrærivélar.........17.990,-

Listinn er ekki tæmandi
Sjáðu allt úrvalið á rafha.is

Eldhústæki

VERÐ FRÁ KR.
Hraðsuðukönnur..1.490,-
Eldhúsvogir..........1.490,-
Kaffivélar..............1.990,-
Brauðristar...........1.990,-
Samlokugrill.........1.990,-
Hrísgrjónapottar..2.990,-
Borðhellur............2.990,-
Mínútugrill............3.990,-
Vöfflujárn.............3.990,-
Djúpsteikingap.....4.990,-
Grillofnar.............9.990,-

Listinn er ekki tæmandi
Sjáðu allt úrvalið á rafha.is

RÝMUM FYRIR NÝJUM VÖRUM

LAGER HREINSUN

OPIÐ ALLA HELGINA!

YFIR 40 GERÐIR!
Pottar og pönnur í öllum stærðum og gerðum sem virka á allar hellur.
Sjáðu allt úrvalið á rafha.is

Ruby pottasett
Hágæða pottasett úr 18/10 stáli með **TryPly botni** sem gefur bestu hitaleiðni og notar allt að 40% minni orku og tíma. **Fullt verð 49.900**

TRISTAR
Grillpanna 28x28 cm
Virkar á allar hellur. Viðloðunarfrí húð.
Fullt verð kr. **8.990.**

25-67%
AFSLÁTTUR AF ÖLLUM POTTUM & POTTUM

Hár & heilsutæki

VERÐ FRÁ KR.
Hitamælar................990,-
Hárblásarar..............990,-
Nefháraklippur.........990,-
Naglasnyrtitæki........990,-
Krullu/sléttujárn....1.490,-
Hárklippur............1.490,-
Baðvogir..............1.990,-
Rafmagnstannb...1.990,-

Listinn er ekki tæmandi
Sjáðu allt úrvalið á rafha.is

Electrolux
ZEO-5410 Ryksuga Essensio
Öflug og góð heimilisryksuga með **1800W mótor** og stillanlegum sogkrafti.
- 3 lítra **S-Bag örtrefjapoki.**
- Stillanlegur sogkraftur.
- Air Clean II öragnasía.
- Hægræsing, sprengir ekki öryggið.
- 8 metra vinnuradíus.
- Innbyggð fylgihluta-geymsla.
- Fullt verð kr. **19.990.**

LAGERHREINSUN KR.
12.990
35% AFSLÁTTUR

1800W MÓTOR
8M VINNU-RADÍUS

Heimilisvörur

VERÐ FRÁ KR.
Hnökrarakvélar.........990,-
Gufustraujárn.........1.990,-
Útvarpsvekjarakl...1.990,-
Hitablásarar.......... 2.990,-
Handryksugur....... 2.990,-
Borðviftur..............2.990,-

Listinn er ekki tæmandi
Sjáðu allt úrvalið á rafha.is

Rafha ehf

Opið
virka daga 10-18
laugardag 11-17
sunnudag 13-17

Suðurlandsbraut 16 108 Reykjavík
Sími 5880500
www.rafha.is

Kynningarverð gildir t.o.m. 18. október eða á meðan birgðir endast.

Öskufalli gæti fylgt vatnsskortur

Samræmd viðbragðsáætlun fyrir Austurland vegna jarðhræringa í og við Vatnajökul er í smíðum. Horft er sérstaklega til gasmengunar og öskufalls. Vatnsskortur í kjölfar öskufalls er mikið áhyggjuefni. Mengunarmælanet sem nær til alls landsins er í burðarliðnum.

NÁTTÚRA Vatnsskortur á Austurlandi er áhyggjuefni Almannavarna komi til eldsumbrota undir Vatnajökli með tilheyrandi öskufalli. Viðbragðsáætlun fyrir fjórðunginn er þegar í vinnslu þar sem þyngst áhersla er lögð á viðbrögð vegna gasmengunar og öskufalls. Þéttriðið mengunarmælanet fyrir landið allt verður sett upp á næstunni.

Vatnsból spillast

„Reynslan frá Grímsvatnagosinu 2011 er víti til varnaðar. Þá spilltust tugir vatnsbóla í öskufallinu. Í kjölfarið var ráðist í að bora eftir vatni á mörgum bæjum, til að koma vatnsöflun í lokuð kerfi. Menn þurftu að keyra vatn á milli bæja í margar vikur eftir að gosinu lauk vegna þess að vatnsbólin voru ónothæf. Við erum að kortleggja hættuna í samstarfi við heimamenn fyrir austan. Vatn og rafmagn eru hlutir sem mörg okkar taka sem sjálfsögðum hlut, og þegar eitthvað kemur upp á getur það valdið verulegum vanda og þetta er því áhyggjuefni,“ segir Víðir Reynisson, deildarstjóri almannavarnadeildar Ríkislögreglustjóra.

Áætlun í smíðum

Viðbragðsáætlun er nú í smíðum fyrir Austurland, og nær til lögregluembættanna á Seyðisfirði og Eskifirði. Fyrsti samráðsfundur sveitarstjórnarfólks og almannavarna verður haldinn á þriðjudag.

„Við horfum aðallega á tvennt – öskufall og gasmengun. Gasið hefur forgang þar sem það er vandamál sem er í gangi núna,“ segir Víðir sem

VÍÐIR REYNISSON

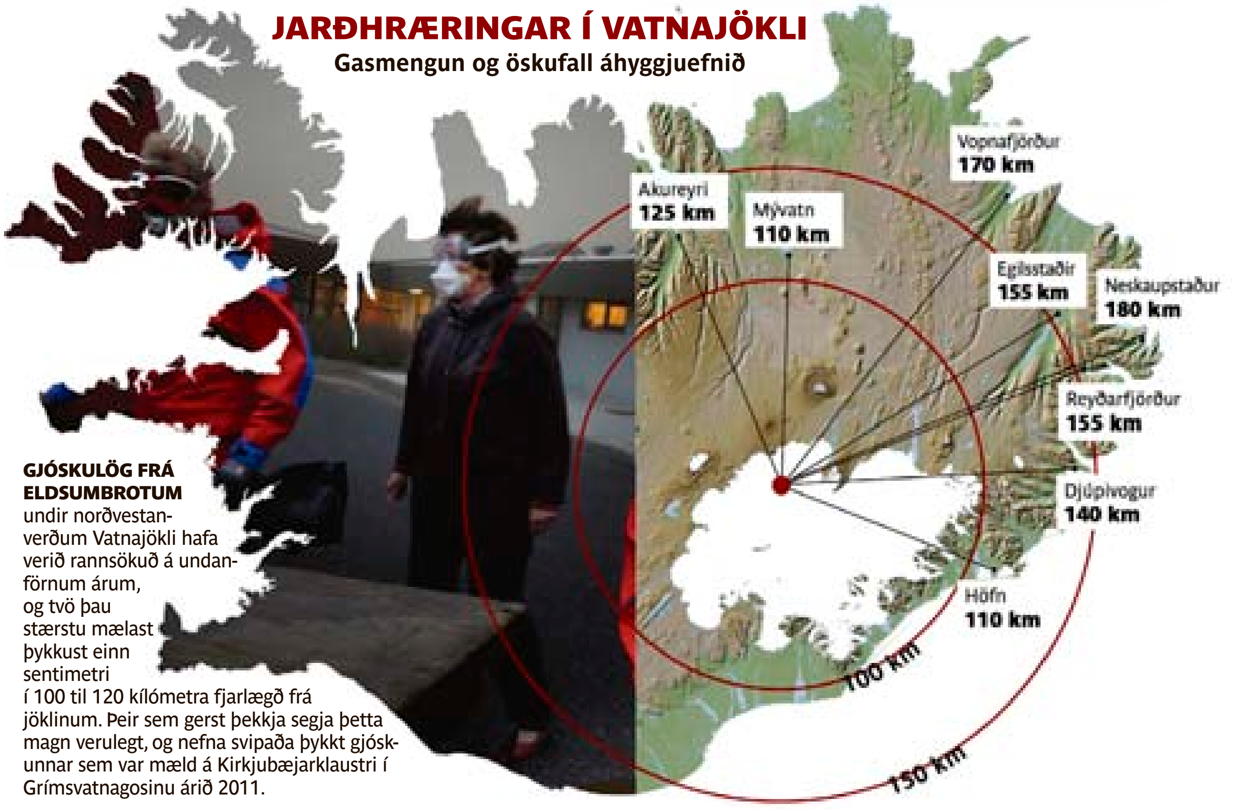
útskýrir að vissulega sé mikið spurt um hvort dreifing gasgríma komi til greina, en það hafi verið útilokað eftir mat sóttvarnalæknis vegna mikillar dreifingar mengunarinnar.

Almannavarnir horfa mjög til Havaí þar sem gasmengun frá eldgosum er vel þekkt. Eftirlitsstofnanir þar hafa verið í samráði við Almannavarnir hér á landi og hafa fengist gögn og ráðleggingar. Þegar hefur verið birt tafla um viðbrögð vegna gasmengunar sem fengin er þaðan. Fjölgun gasmengunarmæla er eitt þeirra grunnatriða sem samstarfið hefur skilað og að því er nú unnið af kappi.

Stórfjölga mengunarmælum

„Við erum að fá til landsins nýja mæla. Þeir verða ekki allir beintengdir, en þeir verða vaktaðir allan sólarhringinn og upplýsingar frá þeim verða birtar mjög þétt, þegar ástæða er til. Þetta mælanet verður þéttriðið – 25 mælar sem verða settir upp um allt land og aðrir 15 eru færanlegir og mæta þörfum dag frá degi. Öflun og miðlun þessara upplýsinga er gríðarlega mikilvæg svo hver og einn geti gert ráðstafanir í takt við sínar þarfir,“ segir Víðir og bætir við að öflun og miðlun upplýsinga sé grundvöllur alls almannavarnaviðbúnaðar.

svavar@frettabladid.is



GJÓSKULÖG FRÁ ELDSUMBROTUM undir norðvestanverðum Vatnajökli hafa verið rannsökuð á undanförnum árum, og tvö þau stærstu mælast þykkust einn sentimetri í 100 til 120 kílómetra fjarlægð frá jöklinum. Þeir sem gerst þekkja segja þetta magn verulegt, og nefna svipaða þykkt gjóskunnar sem var mæld á Kirkjubæjarklaustri í Grímsvatnagosinu árið 2011.

➜ Gæti haft gríðarleg áhrif á öllu Austurlandi

Samband sveitarfélaga á Austurlandi ályktaði eftir aðalfund sambandsins fyrir stuttu vegna hættunnar af eldsumbrotum í Vatnajökli. Þar kemur fram að mikil áhersla er lögð á að viðbragðsáætlun fyrir Austurland verði gerð; það sé brýnt öryggismál og varði almannaheill á Austurlandi. Þá verði stjórnvöld að tryggja fjármagn til rannsókna og vöktunar á meðan þetta ástand varir.

Ármann Höskuldsson eldfjallafræðingur flutti erindi um hugsanlegar afleiðingar goss í Bárðarbungu á fundinum. Fram kom í máli hans að áhrif á landshlutann gætu orðið gríðarleg; mögulegur vatnsskortur í mörgum byggðakjörnum á Austurlandi; röskun á rafmagnsveitu og fjarskiptasambandi, umtalsverð flóðahætta, auk áhrifa frá öskufalli.

Allt fyrir baðherbergið

Á MÚRBÚÐARVERÐI

CERAVID

Þýsk gæði

CERAVID SETT
WC - kassi, hnappur
og **hæglokandi seta.**

Þýsk gæðavara

41.990

BOZZ sturtuklefi

80x80cm

43.900

Fást einnig í 90x90cm á **kr. 45.900**. Einnig eru til rúnnaðir 90x90 klefar á **kr. 45.900**

Sturtustöng og -brúsa fylgja.

11.990

AGI-167 hitastýrð blöndunartæki fyrir sturtu fáanleg með upp stút.

Rósetturog hjámiðjur fylgja. Vatnslás og botnventill frá McAlpine seldur sér á **kr. 1.290**

GUOREN

Guoren hitastýrð blöndunartæki

LÁTUM FAGMENN VINNA VERKIN

EN 1111:1997

Guoren TLY Sturtusett

kr. **47.990**

Guoren 4F Hitastýrt baðtæki Exclusive

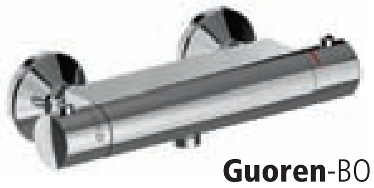
kr. **19.990**

Guoren 1L Hitastýrt baðtæki standard

kr. **17.990**

Guoren-AL Hitastýrt tæki með uppstút

kr. **14.990**



Guoren-BO Hitastýrt tæki með niðurstút

kr. **14.990**

Málm handföng. Rósettur og hjámiðjur fylgja.

LÆKKUM VERÐIÐ Á BYGGINGA-VÖRUM

Meiri gæði – Lægra verð – MÚRBÚÐIN

Reykjavík	Kletthálsi 7.	Opið virka daga kl. 8-18, laug. 10-16
Reykjanesbær	Fuglavík 18.	Opið virka daga kl. 9-12 & 13-18

MÚRBÚÐIN

Sími 412 2500 - sala@murbudin.is - www.murbudin.is

Neytendur athugið! Múrbúðin selur allar vörur sínar á lágmarksverði fyrir alla, alltaf. Gerið verð- og gæðasamanburð!

FRÁBÆRT TILBOÐ Á JENSEN´S

Trefjaríkt morgunkorn frá Kelloggs

Eplalengja
Nýbakað úr bakarí Hagkaups.

Chicago Town pizzur
2 teg. pepperoni og osta

Marzetti salatdressingar
- 6 tegundir

Ekta ítalskur Gelato og Sorbett

Rians eftirréttir
La Crème Brûlée.

Gildir til 28. 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.

LAMBAKJÖT AF NÝSLÁTRUÐU

1.398 kr/kg
verð áður 1.699

LAMBALÆRI MEÐ DILLI KAPERS OG HVÍTLAUK - KREMAÐ BROKKOLÍ OG GRÆNKÁL

Fyrir 4

1 stk 1,5-2 kg lambalæri
1 bréf ferskt dill – gróft skorið
5 stk hvítlauksgeirar grófskornir
2 msk grófmalaður svartur pipar
3 msk lítill kapers
2 msk sjávarsalt
100 ml ólífuolía

Setið lambalærið í eldfast mót, blandið öllu hinu hráefninu saman í skál og hjúpið lærið með því. Látið standa inni í ísskáp í 2 sólarhringa. Setjið inn í 150 gráðu heitan ofninn í 2 klst eða þar til lærið nær 59 gráðum í kjarnhita.

Kremað brokkolí og grænkál
1 stk stór brokkolíhaus
150 gr grænkál
1 stk steinseljurót ca 200 gr
1 hvítlauksgeiri fínt rifinn
olía til steikingar
safi úr ½ sítrónu
250 ml rjómi
grænmetiskraftur
svartur pipar úr kvörn
sjávarsalt

Skerið brokkolíið niður í toppa, skrælið og skerið steinseljurótina niður í litla teninga. Takið stilkinn úr grænkálinu og skerið það fínt niður. Hitið pönnu með olíu og setjið steinseljurótina og brokkolíið á pönnuna og steikið í ca 5 min. Bætið rjómanum, hvítlauknum og grænkálinu út á pönnuna og látið sjóða í ca 10 min eða þar til grænmetið er orðið mjúkt í gegn. Smakkið til með saltinu, piparnum og grænmetiskraftinum.

TILBOÐ 25% afsláttur á kassa

PÚRTVÍNS LAMBAFILE
4.124 kr/kg
verð áður 5.499

TILBOÐ 30% afsláttur á kassa

GRÍSA-HNAKKAFILE
1.329 kr/kg
verð áður 1.899

TILBOÐ 30% afsláttur á kassa

GRÍSABÓGUR
629 kr/kg
verð áður 899

TILBOÐ 30% afsláttur á kassa

KALKÚNALÆRI HÁLF ÚRBEINUÐ
1.399 kr/kg
verð áður 1.999

TILBOÐ 20% afsláttur á kassa

NAUTA RIB-EYE
3.199 kr/kg
verð áður 3.999

ALI BACON VEISLA

TILBOÐ
1.599 kr/kg
verð áður 2.399

199 kr/pk
verð áður 299

HAGKAUP
Skemmtilegast að versla

Dónakarlar í bílum sitja um grunnskólabörn:

Ótrúlegar tölur

Tölur lögreglunnar, sem vitnað er til í Fréttablaðinu í gær, benda til þess að gera megi ráð fyrir því að í hverjum mánuði sé tilkynnt um átta tilraunir til þess að tæla börn. Frá ársbyrjun 2011 til júníloka í fyrra komu upp 239 slík mál.

Í meginþorra málanna sem vitnað er til reyna ókunnugir að bjóða barni far í bíl eða fá með sér, til dæmis með því að bjóða sælgæti, en snerta þau ekki. Síðan eru einhver rúm 17 prósent mála þar sem reynt er að grípa í börn eða skrökva að þeim og hræða til að fá þau með. Sem betur fer eru málin fá þar sem gengið hefur verið alla leið, börn numin á brott og brotið á þeim.

Óli Kristján Ármannsson

olikr@frettabladid.is

Þó svo að þarna sé um tilkynningar að ræða og því einhver hluti sem á sér eðlilegar skýringar, er fjöldinn sláandi. Fram kemur að lögregla taki allar tilkynningar alvarlega og fylgi málunum eftir.

Fá sakamál eru óhugnanlegri en þau þar sem brotið er gegn börnum og auðvelt og kannski sumpart skiljanlegt að missa sig í reiði þegar kemur að málaflokknum. Tal um öfgafullar aðgerðir til að fást við þá sem haldnir eru barnagirnd á hins vegar ekki til þess fallið að ráða bót á þessu samfélagsmeini.

Vitað er að erfitt er að lækna menn sem haldnir eru barnagirnd á háu stigi og því nauðsynlegt að sinna þeim sérstaklega og hafa undir eftirliti. Um leið hafa rannsóknir leitt í ljós að mörgum er hægt að hjálpa. Ekki gengur að fæla þá í felur með stórkarlalegum yfirlýsingum og hótunum.

„Árangursríkum úrræðum hefur fjölgað en aðgangur að markvissum meðferðum sem draga úr líkum á endurteknum brotum er ekki til staðar hér á landi,“ er haft eftir Önnu Kristínu Newton réttarsálfræðingi í lokaverkefni Henríettu Óskar Guðmundsdóttur og Karenar Guðmundsdóttur til BA-prófs við Háskólann á Akureyri frá því í vor. Í því var sjónum beint að meðferðum fyrir einstaklinga sem brjóta kynferðislega gegn börnum. Þarna er rúm fyrir umbætur.

Raunar er það svo að í Lanzarote-samningi Evrópuráðsins frá 2007, sem loks var fullgiltur hér á landi árið 2012, eru þær kvaðir lagðar á lönd sem aðilar eru að honum að sjá til þess að „einstaklingar, sem óttast að þeir gætu framið eitthvert þeirra brota, sem lýst eru refsiverð samkvæmt samningi þessum, hafi aðgang, eftir því sem við á, að skilvirkum forvarnaráætlunum eða -ráðstöfunum sem byggjast á því að meta áhættu og að koma í veg fyrir hættu á að brot verði framin“.

Þá verður líka að halda áfram að ráðast að og grafast fyrir um rætur vandans, sem líkast til liggja að hluta í þeim kengbrengluðu skilaboðum sem börn og ungmenni fá um samskipti kynjanna á skuggalendum internetsins. Stuttmyndin „Fáðu já“ er dæmi um vel heppnað verkefni á því sviði.

Hingað til hefur hins vegar mestanpart ekki verið gripið inn í hjá fólki fyrr en í óefni er komið. Hjá Barnaverndarstofu hefur verið unnið gott starf í að bregðast við óæskilegri kynhegðan hjá strákum undir átján ára aldri, en umsátur karla á bílum um grunnskólabörn, mál þar sem stúlkum og konum eru byrluð nauðgunarlyf, og annar ósómi, sýnir að víðtækari og forvirkari aðgerða er þörf.

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

Eitthvað fyrir alla!

Heilsuborg er líkamsrækt þar sem boðið er upp á heildstæða þjónustu í átt að betri heilsu og líðan.

- Morgunþrek
- Kvennaleikfimi
- Karlaleikfimi
- 60 ára og eldri
- Jóga
- Zumba (nýr tími 17:30)
- Í formi fyrir golfið
- HL klúbburinn

Upplýsingar í síma 560 1010
eða á mottaka@heilsuborg.is

Lausnina finnur þú í Heilsuborg

SKAPARINN AUGLÝSINGASTOFA

HEILSUBORG
www.heilsuborg.is

Heilsuborg ehf. • Faxafeni 14 108
Reykjavík • Sími 560 1010

FRÁ DEGI TIL DAGS

Guðni og tölurnar

Guðni Ágústsson, forgöngumaður þess að MS er undanskilið samkeppnislögum, er viss um ágæti undanþágu Mjólkursamsölunnar frá samkeppnislögum og segir að með samþykkt frumvarpsins fyrir tíu árum hafi Alþingi bætt hag neytenda, það er almennings í landinu, um tvo milljarða á hverju ári. Samanlagður hagur neytenda vegna þessa er þá samkvæmt útreikningum Guðna hvorki meiri né minni en tuttugu milljarðar frá samþykki laganna. Guðni hlýtur að opinbera útreikningana svo sjáist svart á hvítu hvaða greiða hann gerði neytendum með frumvarpinu fyrir tíu árum.

Taugarásinn

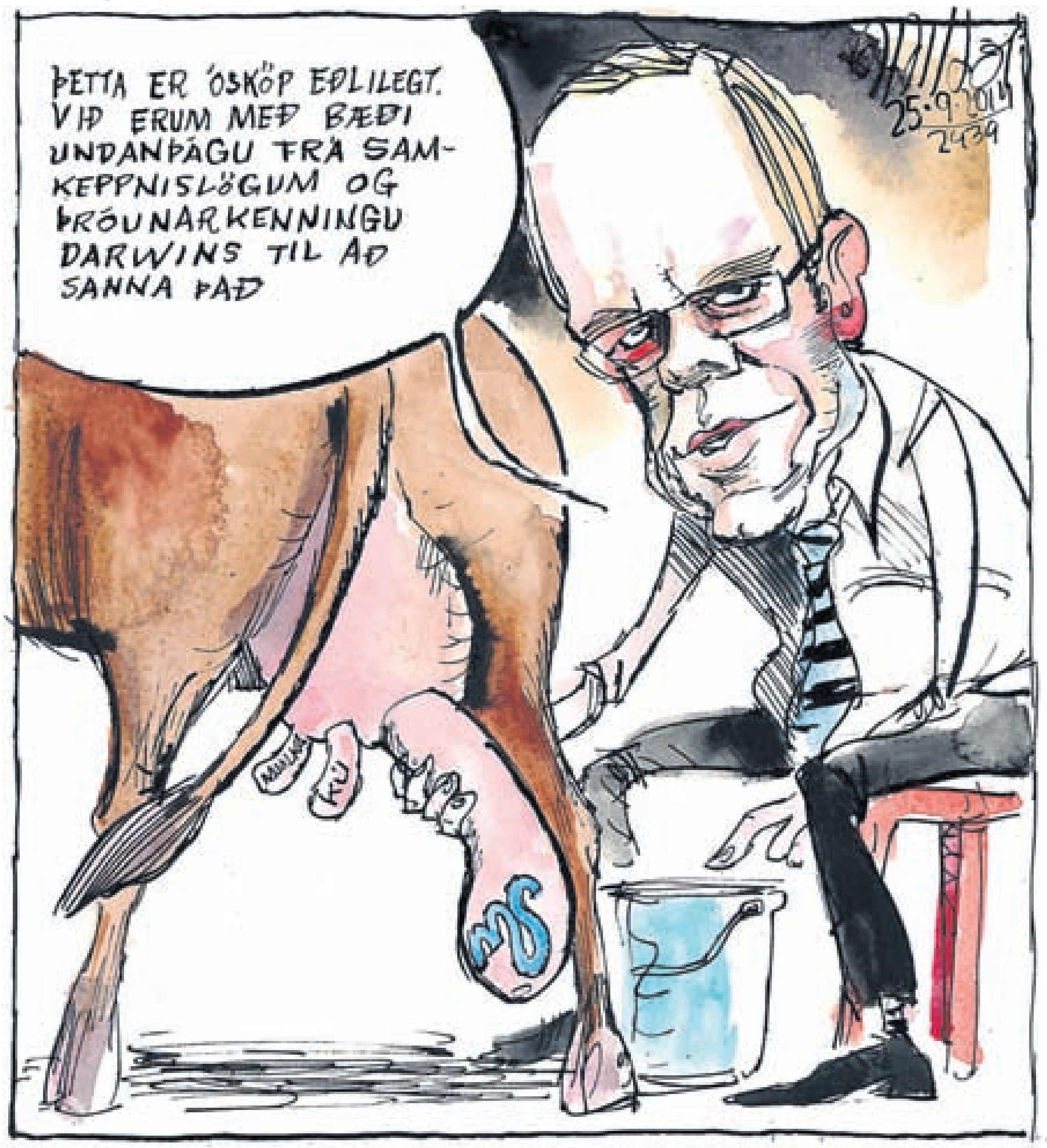
Íbúar nokkrir í Laugaráshverfi berjast gegn því að við Austurbrún verði starfrækt heimili fyrir mikið fatlað fólk. Verðandi nágranni óttast að fatlaða fólkið dragi úr verðmæti eigna þeirra sem fyrir eru. Þetta rifjar upp annað mál, nokkurra áratuga gamalt, þegar Kleppspítali keypti hús við Laugarásveg fyrir það fólk sem hafði braggast svo að það þurfti ekki lengur að vera á sjúkrahúsinu. Upphófst þá mikil fjölmiðlaumræða sem einkenndist af háværum mótmælum nágrannanna. Laugarásvegurinn þótti þá, og þykir jafnvel enn, meðal allra fínustu gatna borgarinnar. Og það þrátt fyrir nágranna sem í eina tíð þóttu ekki heppilegir.

Borgarstjórinn sorgmæddur

Dagur B. Eggertsson sér ástæðu, á Facebook-síðu sinni, til að lýsa yfir ánægju með afstöðu umhverfis- og skipulagsráðs varðandi fyrirhugað heimili fyrir sex fjölfatlaða einstaklinga við Austurbrún. Borgarstjóra finnst sorglegt að því sé teflt fram að þetta geti leitt til lægra fasteignaverðs í nágrenninu. „Það er ekki stutt neinum haldbærum rökum. Við ættum þvert á móti að standa saman um að skapa fjölbreytt samfélag fyrir alla. Það gerir borgina betri,“ skrifar borgarstjórinn. Hann bendir á að við höfum mismunandi þarfir, en allir hafa rétt á að búa við sem best skilyrði.

sme@frettabladid.is

HALLDÓR



„Störukeppnin“ um LbhÍ

MENNTUN

Ólafur Arnalds
prófessor við Landbúnaðarháskóla Íslands

Alþingismaðurinn Haraldur Benediktsson ritaði nýverið merkilegan pistil sem vitnað er til á vefsíðu Skessuhornsins. Hann telur að málefni Landbúnaðarháskóla Íslands séu komin í störukeppni á milli menntamálaráðherra, sem vill sameina LbhÍ og Háskóla Íslands, og yfirstjórnar og akademískra starfsmanna skólans. Auðvitað er stjórn skólans ekki í störukeppni. Stjórnendur skólans eru aðeins að glíma við blákaldan veruleikann: gríðarlegan fjárhagsvanda, uppsagnir starfsfólks, atgervisflótta og annan vanda. Sá vandi hefði ekki komið til hefði komið til sameiningar eins og stefnt var að. Af lestri á pistli þingmannsins er augljóst að hann sjálfur er annar meginaðilanna sem starir mót ráðherranum – eða sjálfum sér. Stjórnendur skólans eru hins vegar að lúta fyrirmælum fjárveitingavaldsins (áðurnefndur þingmaður situr í fjárlaganefnd Alþingis) og orðræðan þaðan er býsna skýr, stórfelldur niðurskurður í starfi skólans er óhjákvæmilegur.

Þingmaðurinn segir að skýr rök séu á móti sameiningunni, sem þó eru ekki tilgreind. Í pistli hans er tiltekið að margir „svokallaðir akademískir starfsmenn“ skólans séu hlynntir sameiningunni. Svo virðist sem þingmaðurinn hafi litla innsýn í starfsemi háskóla. Meginstarfið felst í kennslu og rannsóknum sem unnin eru af akademískum starfsmönnum þeirra. Gæði í starfi háskólanna eru að stórum hluta metin út frá rannsóknavirkni akademískra starfsmanna, án þeirra er enginn háskóli. Akademískir starfsmenn LbhÍ vilja sameinast HÍ út frá faglegum sjónarmiðum til að tryggja gæði í skólastarfinu.

➜ Stjórnendur skólans eru aðeins að glíma við blákaldan veruleikann.

Næst þegar stjórnvöld sýna áræði og reyna að fækka háskólum í landinu, sem eru fáránlega margir í svo fámennu landi, þá er ekki víst að það verði mikið eftir til að sameina. Betra er að sameina nú, áður en kemur til stórfellds niðurskurðar á starfi skólans, einmitt til þess að viðhalda styrk skólastarfsins á starfsstöðum skólans í dreifbýli. Um leið eru hagsmunir nemenda við báða skólana tryggðir með margfalt fleiri möguleikum í náminu, þar sem unnt verður að tengja landbúnaðargreinar, matvælarannsóknir, hagfræði og viðskipti, ferðamálafræði og svo mætti lengi telja. Slík fjölbreytni er vitaskuld til þess fallin að tryggja sjálfstæði í menntun og skólastarfi á Hvanneyri, lítill fjársveltur skóli með einhæft nám er ekki sjálfstæður skóli, heldur stofnun sem á æ erfiðara með að uppfylla kröfur um gæði háskólastarfs, ofurseldur duttlungum stjórnvalda hverju sinni.

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*

Apar í fyrirmyndarríki Framsóknarflokksins

Í DAG
Sif Sigmarsdóttir
rithöfundur

Ég ætlaði að láta mér nægja að lesa káputextann. Gengu leshringir hvort eð er ekki aðeins út á að drekka hvítvín? En svo frétti ég að ein af konunum í leshringnum mæður-sem-berjast-gegn-heilahrörnun-sökum-of-mikillar-snertingar-við-heimalagað-barnamauk-og-þroskaleikföng sem er starfrækt hér í London hefði verið blaðamaður á Guardian f.b. (fyrir barneignir). Önnur hafði starfað í áhættustýringu hjá JP Morgan. Minnimáttarkenndin helltist yfir mig eins og sturtan sem ég þurfti svo sjúklega á að halda eftir tveggja daga ælupest hjá barninu. Ég mætti ekki gera mig að fífli. Ég yrði að hafa eitthvað annað til málanna að leggja en „skál“.

Sapiens: A Brief History of Humankind. Þetta var ein af þessum bókum sem menningarlegu máttarstólparnir töldu manni trú um að væri nýjasta andlega hrukkukremið. Svona eins og Q10 fyrir greindarvísitöluna. Ég gerði mér litlar vonir um kraftaverk. Eftir heilt ár af kúkableium og Teletubbies var heilanum í mér jafn óviðbjargandi og andlitinu á Mick Jagger.

En viti menn. Það kann að hafa haft eitthvað að gera með flöskuna af möndludropum sem ég missti ofan í hrákökuna sem ég æfði mig að útbúa fyrir fyrsta fundinn með leshringnum, en ég varð fyrir opinberun. Augu mín opnuðust. Ég sá ljósið. Það lýsti langt hinum megin við Atlantshafið, lengst frá veröld minni í London sem var full af glóandi ásjónum mæðra sem drukku grænt te, báru glútenóþolið eins og nýju Louis Vuitton-töskuna og kipptust við eins og maður hefði rétt barni sínu búrhníf þegar maður þaggar niður í því með iPadinum. Ljósið var Framsóknarflokkurinn. Mitt í acai-berja-og-spínat-smoothie-landi þar sem háir hælar og barnavagnar þóttu fara saman skildi ég allt í einu Framsóknarflokkinn.

Máttur slúðursins

Fyrir 100.000 árum byggðu jörðina að minnsta kosti sex mismunandi afbrigði manna. Nú lifir þar aðeins eitt. Við. Homo sapiens. Ísraelski sagnfræðingurinn Yuval Noah Harari sem vann það þrekvirki að koma allri sögu mannsins fyrir á litlum fjögur hundruð blaðsíðum heldur því fram í bók sinni að við berum ábyrgð á því að öll hin afbrigðin dóu út. Í stuttu máli sagt: Við stútuðum þeim. En hver var lykillinn að þessari vafasömu velgengni okkar? Hvaða yfirburði höfðum við yfir Homo habilis, hinn handlagna mann, Homo erectus, hinn upprétta mann, svo ekki sé talað um hinn stóra og sterka neanderdalsmann?

Svarið segir Harari liggja í tungumálinu. Fyrir 70.000 árum átti sér að öllum líkindum stað stökkbreyting í heila Homo sapiens sem gerði honum kleift að tjá sig með mun víðfeðmari hætti en aðrar dýrategundir. Með tungumálinu gat maðurinn skipst á upplýsingum um hættur. Hvar lá ljón í leyni? Hvaða sveppategundir voru eitraðar? En það var ekki helsta ástæða vafasamrar velgengni mannsins. Ástæða þess að maðurinn sölsaði undir sig jörðina og kleif upp á topp fæðupýramídans var annars konar upplýsingagjöf. Styrkur hins vitiborna manns fólst í hæfileika hans til að slúðra.

Lykillinn að yfirburðum mannsins samkvæmt Harari var geta hans til að mynda stór samfélög. Þorp, bæi, borgir. Í veröld þar sem samfélagið lá til grundvallar því að einstaklingurinn lifði af var miklu mikilvægara að vita hver í bænum átti í deilum við hvern, hver var að sofa hjá hverjum og hver var heiðarlegur og hver ekki en upplýsingar um hvar ljónið var að vappa þá stundina.

En hvað kemur þetta Framsóknarflokknum við? Jú, Harari er þeirrar skoðunar að þróun mannsins sé samfelld saga tortímingar. Við komum frændum okkar fyrir kattarnef. Okkur tókst að þurrka út helming allra tegunda stórra spendýra jarðarinnar áður en við fundum upp hjólið. Og með landbúnaðarbyltingunni sem jafnan er lofuð í sögubókunum tryggðum við sess okkar sem háskalegasta lífvera sem sést hefur á jörðinni er við völtuðum yfir heimkynni óteljandi dýra, fugla og plantna.

Jörðinni bjargað frá glötun

Útlitið er svart. Að mati Harari hefði stökkbreytingin í heila mannsins fyrir 70.000 árum betur aldrei orðið. En ekki er ástæða til að örvænta. Í afkima hinnar hálfglötuðu jarðar, á hrjóstrugri eyju norður í Atlantshafi, er verið að redda málum.

Ég hef gjarnan litið á Framsóknarflokkinn sem óleysanlega pólitíska Sudoku-þraut. Ég efldist í þeirri skoðun minni við fréttir síðustu vikna. Hærri vaskur á bækur. Flutningur Fiskistofu út á land. Áburðarverksmiðja. En svo komst ég í Stiklað á stóru í sögu mannkyns.

Kæri lesandi, ég boða yður mikinn fögnuð. Hinn alíslenski Framsóknarflokkur vinnur að því hörðum höndum að bjarga jörðinni frá glötun. Hvernig? Jú, með því að snúa þróun mannsins við.

Uppspretta yfirburða mannsins er samfélagið, borgin. Límið sem heldur borginni saman er tungumálið. Tilgangur Framsóknar með hærri virðisaukaskatti á bækur er augljóslega að svipta manninn tungunni. Hætti maðurinn að segja sögur, hætti hann að slúðra, mun samfélagið smám saman liðast í sundur og við losnum við borgina, forsendu eyðileggingarmáttar mannsins. Til að flýta fyrir þróuninni verður höfuðborgin jafnframt brytjuð niður stofnun fyrir stofnun sem sáldrað verður lífvana um allar koppagrundir.

> Tilgangur Framsóknar með hærri virðisaukaskatti á bækur er augljóslega að svipta manninn tungunni. Hætti maðurinn að segja sögur, hætti hann að slúðra, mun samfélagið smám saman liðast í sundur og við losnum við borgina, forsendu eyðileggingarmáttar mannsins.

Og framsóknarmenn eru séðir. Þeir vita að 70.000 ára þróun verður ekki snúið við á einni nóttu. Þeir hyggjast taka þetta í skrefum. Nú þegar hefur grunnur verið lagður að því að taka manninn úr skólum og skrifstofum og senda hann aftur inn í áburðarverksmiðjuna. Þaðan verður hann sendur í sveit, svo koma átthagafjötrarnir, iðnbyltingunni verður snúið við með því að slökkva á færiböndunum, vísindabyltingin verður tekin úr sambandi, landbúnaðarbyltingin fellur í órækt og bamm: Áður en við vitum af verðum við sprangandi um sléttur Afríku á adamsklæðunum, veiðimenn og safnarar, fyrirferðarlítil dýrategund sem engum stafar ógn af, apar í fyrirmyndarríki Framsóknarflokksins.

Sjónarmið

UTANRÍKISMÁL
Einar Benediktsson
fv. sendiherra

Þótt niðurstaðan í skosku þjóðaratkvæðagreiðslunni væri öruggur meirihluti gegn sjálfstæði, kom fram almenn óánægja með ríkjandi stjórnarfyrirkomulag. Svo sem vænta mátti hétu stjórnvöld skoska þinginu í Edinborg meiri völdum, jafnvel nýrri stjórnarskrá sambandsríkis. Það kom hins vegar á óvart, að þjóðernissinnar höfðu það að aðaláhersluatriði að frjálst Skotland yrði áfram í Evrópusambandinu. Það er andstætt afstöðu til ESB í Englandi. Spyrja má af hverju aðild að ESB er ekki deilumál í Skotlandi?

Íslendingar til áhrifa

London og París eiga það sameiginlegt, að í fjarlægari héruðum landanna finnst fólki að höfuðborgin sé í órafjarlægð og fáist síst við hagsmunagæslu þess. Í Skotlandi líta margir á Evrópusambandið sem vörn gegn spillingu í London. Skotland eigi samleið með Norðurlöndunum en ekki Englandi og stærð skipti ekki máli svo sem sjá megi af vegferð Lúxemborgar í ESB. Þetta gamla vinaríki okkar telur 543.000 íbúa en er með langhæstu vergar meðaltekjur á mann í ESB eða $72.000. (Sú tala er $44.000 á Íslandi.) Það fer ekki fram hjá neinum að í ESB hefur Lúxemborg komist til mikilla áhrifa. Þeirra maður, Jean-Claude Juncker, er nýkjörinn forseti framkvæmdastjórnarinnar en áður höfðu Gaston Thorn og Jacques Santer frá Lúxemborg haft með höndum þetta valdamesta embætti í þeim ranni. Við gamlir sendiherrar minnumst Gastons Thorn heitins með virðingu, en hann var lengi aðalræðismaður Íslands. Viðmælendur í Lúxemborg sögðu að Evrópusambandið, þar sem þeir sætu að ráðum með stóru nágrönnunum, væri sniðið að þörfum smáríkja, ekki hvað síst til varðveislu þjóðtungunnar.

> → Í Skotlandi líta margir á Evrópusambandið sem vörn gegn spillingu í London. Skotland eigi samleið með Norðurlöndunum ...

En geta Íslendingar verið til áhrifa annarra en að móta alþjóðahafréttinn, sem reyndar telst afrek smáþjóðar? Lítum á hlut Íslands í lyktum kalda stríðsins. Þótt fjúki yfir sögusporin, skal ekki gleymast að Jón Baldvin Hannibalsson sem utanríkisráðherra Íslands gegndi lykilhlutverki í öflun viðurkenningar á endurreistu sjálfstæði Eystrasaltsríkjanna. Lokaáfanga var náð þegar utanríkisráðherrar þeirra, Lennart Meri, Janis Jurkans og Algirdas Saudargas, þáðu boð Jóns Baldvins um að koma til Íslands og ganga frá staðfestingu á endurreistu stjórnmálasambandi þann 26. ágúst 1991. Það var í Höfða, sem hafði hýst leiðtogafund Reagans og Gorbatsjovs árið 1986, og markar upphafið að viðurkenningu alþjóðasamfélagsins á sjálfstæði Eystrasaltsþjóða. Boð til utanríkisráðherranna tóku að steyma inn um að heimsækja höfuðborgir Evrópu til þess að endurtaka og staðfesta það, sem gerst hafði í Reykjavík. Ferlið sem hafið var fyrir djarft frumkvæði utanríkisráðherra Íslands var orðið óafturkallanlegt.

Evrópa er einstök mósaík ólíkra þjóða að tungumálum og menningararfi. Við erum vissulega ein þeirra þjóða og ráðum eigin för, sem er flóknara mál fyrir vini okkar Skota en við þá viljum við efla tengsl. Það var því miður ekki nóg að hefja friðsamlega uppbyggingu álfunnar. Fljótt kom í ljós þörf á að verja hendur okkar gegn ágengni Rússa. Sú er raunin á ný og enn er það áberandi gagnvart Eystrasaltsríkjunum. Við stóðum með þeim í upphafi sjálfstæðisbaráttu þeirra og gerum enn. Okkar bíður hlutverk í Evrópusambandinu að hlið þriggja Norðurlanda að tryggja sameiginlega hagsmuni og öryggi.

Leiðin gegnum nálarauga FDA

Kynning á reglum bandaríska matvæla- og lyfjaeftirlitsins

Dagana 30. september og 1. október verða haldnir þrír upplýsingafundir um reglur bandaríska matvæla- og lyfjaeftirlitsins, FDA.
Á fundunum verður farið yfir helstu reglur og kröfur sem gerðar eru til snyrtivara, lækningatækja og matvæla sem seld eru í Bandaríkjunum.

Fundirnir fara fram á Grand Hótel Reykjavík á eftirtöldum tímum:

- **Snyrtivörur og lyf - 30. september, kl. 9:00-12:00**
- **Lækningatæki - 30. september, kl. 13:00-16:00**
- **Matvæli og drykkjarvörur - 1. október, kl. 9:00-12:00**

Fyrirlesari á fundunum er Cornelia B. Rooks, sérfræðingur hjá ráðgjafarfyrirtækinu Registrar Corp, sem sérhæfir sig í ráðgjöf um reglur FDA.

Kynntu þér efni fundanna og skráðu þig á **www.islandsstofa.is**

Registrar Corp
Consulate General of Iceland New York
enterprise europe network Aðstoð til árangurs
ÍSLANDSSTOFA PROMOTE ICELAND

Íslandsstofa Sundagarðar 2 104 Reykjavík 5114000 islandsstofa.is

AF NETINU

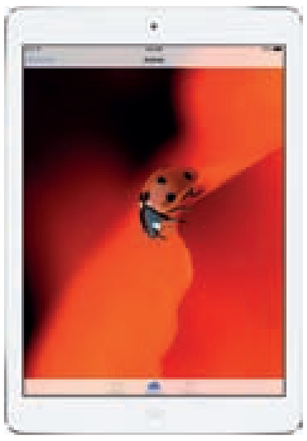
Læknaskorturinn og verðmætamatið

Þegar umræða um heilbrigðismál og lækna er farin að snúast um bráðabirgðalausnir í útflutningsgámum á sjálfri Landspítalalóðinni, á sama tíma og hundruð lækna flýja sjálfir nauðviljugir landið til að geta staðið í skilum með námslánin sín og skaffað húsaskjól fyrir fjölskylduna, er mikilvægt að staldra aðeins við og horfa um öxl. Hvað þurfa ópin annars að vera hávær í heilbrigðiskerfinu öllu og greinar lækna í blöðunum margar til að stjórnvöld skilji vandann og tekur áratugi að bæta?

Með hverjum deginum sem við erum að sökkva dýpra í ráðaleysið og glundroðann sem skapast hefur t.d. á sjálfu höfuðborgarsvæðinu. Lyfjamálin í algerum ólestri, heilsugæslan, grunnþjónusta heimilislækna að hrynja og sumar heilsugæslustöðvar vart mannaðar læknum lengur. Erfitt er eins orðið að halda uppi eðlilegri læknisþjónustu á mörgum sviðum Landspítala – háskólasjúkrahúss vegna læknaskorts og þar sem mjög alvarlegt ástand hefur oft skapast, m.a. á lyflæknisdeildum, krabbameinsdeildum og á bráðamóttökunni.

http://blog.pressan.is/vilhjalmurari

Vilhjálmur Ari Arason



Vanhæfir stjórnendur fá liðstyrk

VINNUMARKAÐUR

Ögmundur Jónasson
alþingismaður

Á starfsferli mínum hef ég kynnst mörgum góðum forstöðumönnum stofnana ríkis og sveitarfélaga. Kæmu upp erfiðleikar í starfseminni þá voru þeir leystir. Ef erfiðleikarnir voru af mannavöldum, hefði til dæmis ráðist til starfa einstaklingur sem sinnti ekki starfi sínu eða réði ekki við það, var kannað hvað lægi að baki. Því aðeins var starfsmaður látinn víkja ef eðlilegar málefnalegar ástæður væru fyrir því og honum gert viðvart. Sem formaður BSRB í meira en tvo áratugi kynntist ég því vel hve þetta aðvörunarferli var mikilvægt. Bæði til þess að gefa starfsmanni sem átti brottrekstur yfir höfði sér færi á að svara fyrir sig og þá hugsanlega leiðrétta misskilning sem kynni að vera uppi – og ekki síst bæta sig í starfi ef á því var þörf.

Eineltisforstjórar

En það var ekki alltaf að forstöðumenn vildu láta leiðrétta misskilning. Til eru nefnilega þeir forstjórar sem sjálfir ráða ekki við starf sitt. Þetta eru einstaklingarnir sem beita geðþóttavaldi; eru eineltisforstjórar. Sumir eru svo smáir í sér að þeir þora ekki að ræða hreinskilnislega við starfsmann sem þeir vilja losna við. Þeir horfa öfundaraugum til fyrirtækja á markaði sem geta rekið starfsfólk og látið það snáfa samstundis burt. Þar þarf ekki að hafa áhyggjur af því að starfsmaður kunni að hafa verið hafður fyrir rangri sök. Eineltisforstjóri vill geta rekið einstakling sem er honum ekki að skapi, stendur uppi í hárinu á honum eða er honum andlegur ofjarl á vinnustaðnum. Nokkrum dæmum hef ég kynnst af brottrekstri einstaklinga sem forstjórar vildu losna við því þeir voru þeim ekki undirgefnir eða stóðu þeim framar og forstjórinn ekki maður til að taka því.

Vilja geta rekið fólk

Þessir vanhæfu forstjórar eru nú heldur betur komnir með liðstyrk. Formaður og varaformaður fjárlaganefndar Alþingis, þau Vigdís Hauksdóttir og Guðlaugur Þór Þórðarson, voru mætt á forsíðu Fréttablaðsins á miðvikudag að kalla eftir auknum heimildum til að reka fólk – skýringalaust. Guðlaugur Þór lýsti því yfir að kæmi ríkisstjórnin ekki fram með frumvarp þessa efnis, þá gerði hann það sjálfur. Fram kom í frásögn Fréttablaðsins að Guðlaugur Þór vilji að jafn auðvelt verði að reka fólk hjá hinu opinbera og á almennum vinnumarkaði. Þar hélt ég nú einmitt að væri pottur brotinn og ástæða til að styrkja réttarstöðu launafólks á almennum markaði fremur en leita fyrirmyndar þar sem réttarstaðan er lökust.

Um biðlaun

Nú er það svo, hvað sem líður þessum fullyrðingum, að auðvelt er að fækka ríkisstarfsmönnum, segja upp fólki ef fyrir því eru málefnalegar ástæður eða leggja niður störf, fá eða mörg, ef aðstæður krefjast. Þetta hafa forsvarsmenn BSRB og BHM rækilega tíundað í tengslum við þessa umræðu. Að þessu leyti er kerfið mjög sveigjanlegt.

Dapurlegt er hins vegar til þess að hugsa hvernig réttarstaða starfsfólks hjá hinu opinbera hefur í tímans rás verið rýrð við slíkar aðstæður. Samkvæmt starfsmannalögum sem giltu fram á árið 1996 skyldi greiða einstaklingi svokölluð biðlaun þegar staða var lögð niður – sex mánaða eða tólf mánaða laun eftir starfsaldri viðkomandi – en frá og með miðju ári 1996 var þessi réttur afnuminn gagnvart öllum nýráðnum starfsmönnum nema embættismönnum sem samkvæmt þessum sömu lögum skyldu aðeins ráðnir til fimm ára í senn. Þeir skulu fá biðlaun við uppsögn verði þeim sagt upp innan fimm ára ráðningartímans. Verð ég ekki var við að mönnum finnist það ósanngjarnt og hefði ég viljað víkka þessa reglu út að nýju. Hef ég íhugað að flytja um það lagafrumvarp.

➜ Til eru nefnilega þeir forstjórar sem sjálfir ráða ekki við starf sitt. Þetta eru einstaklingarnir sem beita geðþóttavaldi; eru eineltisforstjórar.

Svo eru náttúrlega starfslokalaun þeirra sem eru af allt öðrum heimi, forstjórar gullmulningsvélanna. Þegar þeir víkja – eða er vikið úr starfi – þá er það nær undantekningalaust með úttroðna vasa af peningum. Ekki bið ég um þeirra réttlæti!

Aðalatriði verða aukaatriði

Þannig að Vigdís Hauksdóttir og Guðlaugur Þór Þórðarson, sem telja helstu vá Íslands vera starfsmannafjöldann á sjúkrahúsum, í skólum og löggæslunni, og hve torvelt það sé að reka fólkið sem þar starfar, geta huggað sig við að starfsmenn almannaþjónustunnar eru harla varnarlitlir þegar til kastanna kemur.

Störfum á Landspítalanum var fækkað um 500 í kjölfar hrunsins! Það var vegna samdráttar og niðurskurðar en einnig margvíslegra tilfæringa. Enginn deilir lengur um að of hart var þar gengið fram enda bitnaði þetta á þjónustu og aðhlynningu við þurfandi fólk. Auk þess sem þetta skapaði of mikið álag á annað starfsfólk. Hið sama átti víðar við í almannaþjónustunni. Það virðist hins vegar aukaatriði hjá formanni og varaformanni fjárveitinganefndar Alþingis.

„Ríka fólkið“

FJÁRMÁL

Willum Þór Þórsson
alþingismaður

Í fréttatilkynningu ASÍ sl. föstudag, undir fyrirsögn „Ríkisstjórn ríka fólksins“, er því haldið fram að stjórnvöld leggi kapp á að auka ráðstöfunartekjur best stæðu heimila landsins langt umfram þau tekjulægri.

Finna má í haggögnum upplýsingar um að vel yfir 90% félagsmanna ASÍ á almennum vinnumarkaði eru í efsta þrepi eða miðþrepi tekjuskatts. Meðalheildarlaun ASÍ-félaga á almennum vinnumarkaði voru 425 þúsund í maí 2013. Einungis um 3% af fullvinnandi launamönnum á Íslandi voru með heildarlaun undir 250 þúsund krónum á árinu 2013. Heildarlaun fullvinnandi launamanna voru að meðaltali 526 þúsund á því ári. Þetta er sem sagt „ríka fólkið“ sem ríkisstjórnin eflir með skattalækkunum í því skyni að auka verðmætasköpun og bæta hag allra. „Ríka fólkið“ sem ASÍ nefnir svo í slagorðaskyni eru félagsmenn ASÍ í þessum skilningi.

Ríkisstjórnin byggir stefnu sína á að öflugt atvinnulíf sé undirstaða vaxtar og velferðar. Í stefnuyfirlýsingu hennar segir að ríkisstjórnin muni leggja kapp á að skapa starfsumhverfi sem ýtir undir fjárfestingu og fjölgun starfa. Þetta hefur gengið eftir eins og hagtölur sýna glöggt. Aukin verðmætasköpun og minni skuldir heimila leiða til bættrar stöðu allra tekjuhópa. ASÍ ber enda ekki brigður á það í fréttatilkynningu sinni að aðgerðir ríkisstjórnarinnar muni skila heimilunum 40 milljörðum í auknar ráðstöfunartekjur á þessu ári og næsta, eða sem svarar um 5% aukningu ráðstöfunartekna. Þetta er gríðarleg aukning ráðstöfunartekna á stuttum tíma.

Auknar ráðstöfunartekjur vegna aðgerða ríkisstjórnarinnar koma til vegna leiðréttingar á verðtryggðum húsnæðislánum heimilanna, lægri skatta og afnáms vörugjalda. Lægri skattar og minni skuldir koma þeim til góða með beinum hætti sem greiða skatta og skulda húsnæðislán. Meiri verðmætasköpun sem leiðir af lægri sköttum, einfaldara skattkerfi og minni skuldum kemur hins vegar öðrum hópum til góða og gefur færi á frekari aðgerðum til að bæta hag þeirra.

Bæta kjör alls launafólks

Aðgerðir ríkisstjórnarinnar bæta kjör alls launafólks. Leiðrétting húsnæðislána kemur þeim skuldurum best sem minnstar hafa tekjurnar. Leiðréttingin nemur að meðaltali ríflega þriðjungi árstekna heimila með undir 330 þúsund í mánaðartekjur á meðan hún nemur um 8% af árstekjum tekjuhæstu heimila. Tæplega tveir þriðju hlutar leiðréttingarinnar fara til heimila með mánaðartekjur undir 670 þúsund. Leiðréttingin mun því gagnast félagsmönnum ASÍ afar vel.

Í fjárlagafrumvarpinu kemur fram að framlög til almannatrygginga, (þ.e. lífeyristryggingar og félagsleg aðstoð) aukast um 2,4 milljarða, að frátöldum bótahækkunum en þær nema um 3 milljörðum til viðbótar. Hér er um að ræða hækkun á frítekjumarki lífeyrissjóðstekna ellilífeyrisþega og framlengingu á hækkun frítekjumarks vegna atvinnutekna öryrkja. Ósanngjarn auðlegðarskattur, sem settur var á tímabundið af síðustu ríkisstjórn, var ekki framlengdur. Að auki má nefna aðrar skattabreytingar í tíð ríkisstjórnarinnar, svo sem nýtingu séreignarsparnaðar sem ráðstafað er til íbúðakaupa og til lækkunar á höfuðstól, aukna tekjutengingu barnabóta, stimpilgjöld felld niður af lánsskjölum við fasteignakaup, tryggingagjald lækkað og virðisaukaskattur lækkaður af bleium.

➜ Heildarlaun fullvinnandi launamanna voru að meðaltali 526 þúsund á því ári. Þetta er sem sagt „ríka fólkið“ sem ríkisstjórnin eflir með skattalækkunum í því skyni að auka verðmætasköpun og bæta hag allra. „Ríka fólkið“ sem ASÍ nefnir svo í slagorðaskyni eru félagsmenn ASÍ í þessum skilningi.

Því fer fjarri að ríkisstjórnin þjóni hagsmunum best stæðu heimila landsins. Aðgerðir ríkisstjórnarinnar nýtast öllum launamönnum. Sú staðreynd að tekjufrumvarp fjárlaganna hefur aldrei komið jafn snemma fram gefur aukið svigrúm til samvinnu stjórnvalda og samtaka launþega til að tryggja áframhaldandi stöðugleika og aukinn kaupmátt.

Dove

Dove dagar í Hagkaup

20% afsláttur af öllum Dove vörum

fimmtudag 25. sept. - mánudags 29. sept.

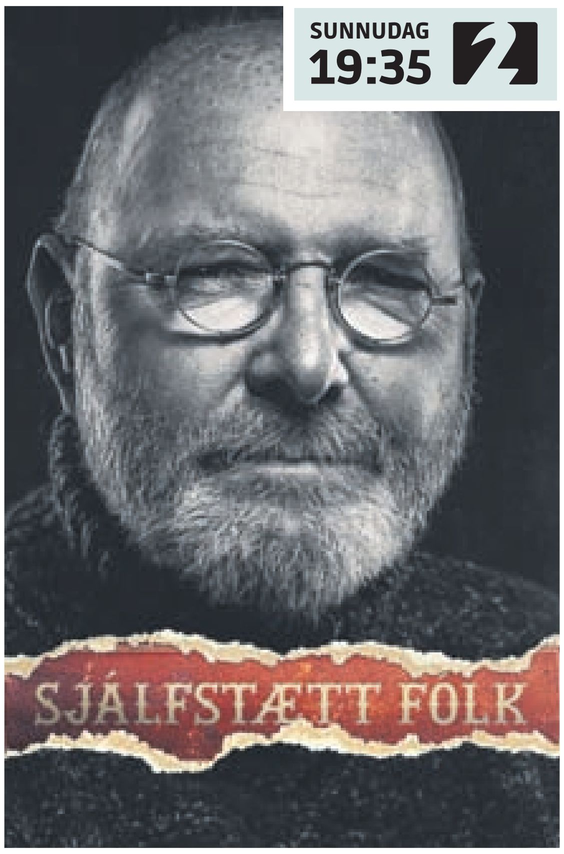
go pink
go fresh

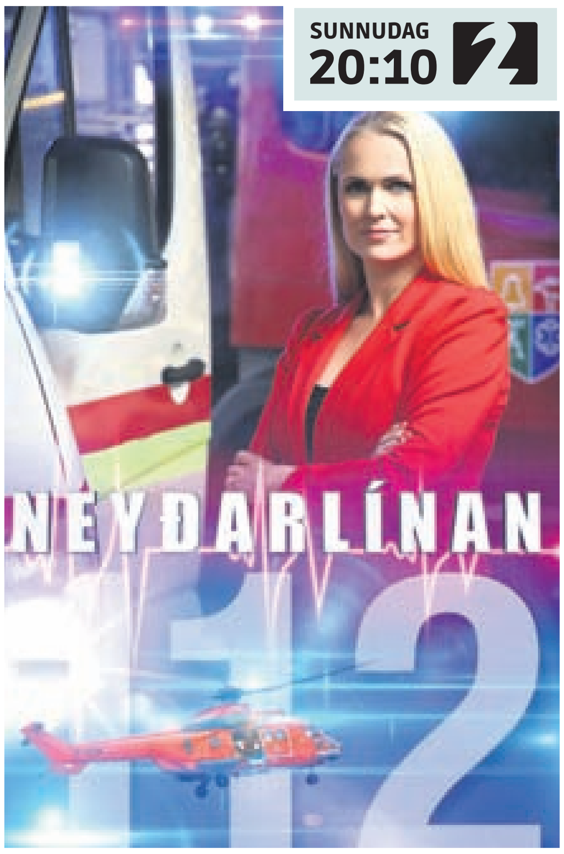
Ný og frískandi
lína frá Dove.
Mjúk og ilmandi
af granateplum
og sítrónulaufum.

HAGKAUP
Skemmtilegast að versla

Ljóshraðanet og heimasími

Sex sjónvarpsstöðvar, internet og heimasími í þrjú ár, Tónlist.is í þrjá mánuði og aðild að Vild á aðeins 8.490 kr. Enginn binditími fyrir internet og heimasíma!





Íslenskt um helgina á Stöð 2!

Þú átt huggulegar kvöldstundir framundan

Logi leggur línurnar að skemmtilegri helgi með fyrsta þættinum sínum í kvöld. Annað kvöld hlæjum við með Stelpunum í glænýjum þætti og dönsum svo með Sigga Hlö. Á sunnudagskvöldið tökum við hús á áhugaverðum gesti með Jóni Ársæli og fylgjumst síðan með sögum fólks sem lent hefur í alvarlegum aðstæðum og þurft að hringja í Neyðarlínuna.

Þetta og allt hitt á Stöð 2 um helgina!

fylgir sjónvarpsáskrift í þrjú ár!

8.490 kr. + 0 kr.

Innifalið er 10GB erlent niðurhal og 100 mínútur í heimasíma. Þriggja mánaða uppsagnarfrestur er á Skemmtipakkanum. Greiða þarf 2.610 kr. aðgangsgjald.

Fáðu þér áskrift! 365.IS

Minning

Heimir Bjarnason

læknir

Heimir Bjarnason læknir er látinn. Við kynntumst í læknanámi og urðum fljótt nánir vinir. Heimir lauk prófi í læknanámi á eðlilegum tíma með góðum vitnisburði enda snjall námsmaður, þótt hann yrði jafnframt að sjá farborða barnmargri fjölskyldu. Þar naut hann þess að vera kvæntur farsælli og dugmikilli eiginkonu sinni, Maríu. Öll börnin komust til góðra starfa og eru gæfufólk. Á þessum tíma fengust engin námslán og lífsbaráttan var því mjög hörð, en áfram veginn var haldið og aldrei slegið af eða kvartað. Að námi loknu gerðist Heimir héraðslæknir um lengri tíma á Djúpavogi, sem er mjög erfitt hérað, og jafnframt á Hellu. Hann sinnti þeim störfum með reisn og sæmd svo eftir var tekið. Í þessu störfum naut hann góðrar aðstoðar Maríu en héraðslæknisfrúr urðu á þeim tíma að sinna miklu samskiptaneti við sjúklinga og aðstandendur, daga sem nætur. Aldrei var rætt sérstaklega um þessi störf, enda þau unnin í hljóði. Síðar gerðist Heimir læknir hjá Borgarlæknisembættinu og sinnti því starfi af mikilli atorku. Hann var oft staðgengill borgarlæknis. Til Heimis var gjarnan leitað í trúnaðar- og félagsstörfum lækna. Við Heimir vorum alla tíð nánir og góðir vinir og áttum skap saman, þó að samskiptum fækkaði nokkuð með aldrinum. Gott var að leita aðstoðar hans ef erfiðleika bar að garði.

Nú kveð ég minn gamla vin og sendi innilegar samúðarkveðjur til Maríu og barnanna. Með kveðju frá mínum börnum.

Ólafur Ólafsson, læknir

Kirkjan er svo mikill múr

Á mánudaginn verða 40 ár liðin frá því að séra Auður Eir Vilhjálmsdóttir var vígður prestur í þjóðkirkjunni, fyrst íslenskra kvenna. Hún segir þetta hafa verið mikla baráttu á sínum tíma.

„Menn óttuðust tilhugsunina um konu í prestsembætti. Hefðin var sú, eins og einn sagði, að presturinn ætti að vera maður með hatt sem tæki ofan fyrir okkur," segir séra Auður Eir Vilhjálmsdóttir. Á mánudag verða 40 ár liðin frá því að hún vígðist til prestsþjónustu í þjóðkirkjunni, fyrst íslenskra kvenna. Þess verður minnst með málþingi í Neskirkju á morgun og fyrirlestri í HÍ á mánudaginn. „Einn af prestunum sem ég ætlaði að taka við af sagði: „Á ég þá að horfast í augu við það að mitt starf hafi verið metið kvenmannsstarf?" Það var margt fyndið, sumar konur sögðu að þær gætu ekki látið konu jarða manninn sinn," segir Auður.

Auður segir baráttuna hafa verið mikla á sínum tíma. „Við þurftum að sækja um og fá söfnuð til að kjósa okkur. Það gekk ekki vel en svo sá ég eitt – að það stæði í lögum frá 1911 að allar konur sem hefðu guðfræðilega menntun mættu verða prestar, ef þær fyndu söfnuð sem tæki við þeim."

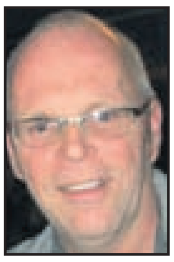
Auður fann loksins söfnuðinn sinn á Suðureyri við Súgandafjörð. „Það var svo merkilegt því þar voru tveir fullorðnir menn og svo einn yngri í forsvari. Þeim fannst þetta öllum sjálfsagt, ekki voru fordómarnir til staðar þar. Þeir brutu blað." Eftir prestsstarfið á Suðureyri dvaldi Auður í 20 ár í Þykkvabæ og varð síðan sérþjónustuprestur hjá Biskupsstofu.

„Síðustu tíu ár hef ég verið að sýsla við Kvennakirkjuna. Ég tala alltaf um guð í kvenkyni því það er búið að tala svo lengi um guð í karlkyni og það hefur ekki verið sérlega gott fyrir konur. Einn af fyrstu kvenguðfræðingunum, Mary Daly, sagði að ef guð væri karl, þá verði karlar guðir." Auður gleðst yfir því að kirkjan hafi fengið bæði kvenkyns biskupa og prófasta í stjórnunarstöður. „Við konur erum orðnar margar í prestastétt og það er gleðilegt, en eigum samt mikið verk óunnið því að kirkjan er svo mikill múr og erfitt að breyta henni – þótt margt hafi breyst."

FYRSTI KVENPRESTURINN „Presturinn átti að vera maður með hatt." FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Auður telur helst tvennt sem kirkjan þurfi að gera. Það er að breyta messunni og breyta ráðningu presta svo að þeir geti fært sig nokkrum sinnum úr stað á starfsævinni, „þannig að við stöðnum ekki og verðum sjálf eins og múr." - þij

---



Elskulegur faðir okkar,
tengdafaðir, sonur, bróðir og afi,

HALLDÓR GUNNAR ÓLAFSSON

lést á Landspítalanum við Hringbraut fimmtudaginn 18. september eftir stutt en erfið veikindi. Fjölskyldan vill þakka veittan stuðning. Útför fer fram frá Grafarvogskirkju föstudaginn 26. september kl. 13.00.

Ólafur Á. Sigurðsson
Ásgeir Halldórsson
Arndís Halldórsdóttir
Sigurður Halldórsson
Karítas Alda Ásgeirsdóttir
Kristín M. Guðjónsdóttir
Ragnhildur Dóra Elíasdóttir
Bergþóra Gná Hannesdóttir
Kristrún Björg Nikulásdóttir
Björg og Þröstur, Sigurður Ásgeir, Óli og Anna.

Ástkær sambýliskona mín, móðir,
tengdamóðir og amma,

ÓLAFÍA JÓNSDÓTTIR
frá Hnjóti,

lést á Landspítalanum í Fossvogi, þriðjudaginn 23. september. Útförin fer fram frá Hafnarfjarðarkirkju föstudaginn 3. október kl. 13.00.

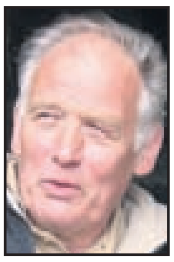
Páll Ómar Vermundsson
Helgi Sævarsson
Ólafur Ólafíuson
Sæunn Erna Sævarsdóttir
Bjarki Sævarsson
Gísli Már Ragnarsson
Tinna Ýr Ingólfsdóttir
Jónas Ólafsson
Marianna Vilbergs Hafsteinsdóttir
Oddný Sigurrós Gunnarsdóttir
Gunnsteinn Adolf Ragnarsson
og barnabörn.

Ástkær móðir okkar,
tengdamóðir, amma og langamma,

RAGNHILDUR ÁSA PÁLSDÓTTIR
Tunguvegi 46 í Reykjavík,

andaðist á hjúkrunarheimilinu Skógabæ, Árskógum 2 í Reykjavík, 14. september. Útför hennar fer fram frá Bústaðakirkju föstudaginn 26. september kl. 13.00.

Sylvía Björg Sigurðardóttir
Ragnheiður Cartledge
Páll Björgvinsson
Magnús Björgvinsson
Björgvin Björgvinsson
Philip Cartledge
Ástrós Guðmundsdóttir
Edda Rut Pálsdóttir
Marólína Erlendsdóttir
ömmu- og langömmubörn.



Innilegar þakkir til allra fyrir auðsýndan hlýhug, samúð og vináttu vegna andláts og útfarar eiginmanns míns, föður okkar, tengdaföður, bróður og afa,

LEIFS ARNAR DAWSON.

Sérstakar þakkir til starfsfólks hjartasviðs Landspítalans fyrir einstaka umönnun og hlýhug.

Camilla Ragnars
Leifur Örn Leifsson
Guðrún Margrét Leifsdóttir
Sigurður Rúnar Jónsson
Matthías Leifsson
Camilla Jarman
Inga Nína Matthíasdóttir
Adam Jarman
Marta Markúsdóttir
Kjartan Örn Leifsson
Elías Jarman

Elskuleg móðir okkar,
tengdamóðir, amma og langamma,

ERNA ÁRNADÓTTIR
Skipasundi 92, Reykjavík,
áður Hrafnagilsstræti 35, Akureyri,

lést mánudaginn 1. september.
Útför hennar hefur farið fram í kyrrþey.

Guðjón Örn Baldursson
Svandís Hauksdóttir
Baldur Heiðar Hauksson
Haukur Heiðar Leifsson
Unnur Hauksdóttir
Sigrún Elva Hjaltadóttir
Guðbjörg Þorsteinsdóttir
ömmu- og langömmubörn.

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

REGÍNA GUÐJÓNSDÓTTIR
frá Eyrarbakka,

lést þann 22. september á sjúkrahúsinu á Selfossi. Útförin fer fram laugardaginn 27. september kl. 11.00 frá Eyrarbakkakirkju.

Fyrir hönd aðstandenda,
Siggeir Ingólfsson
Halldór Jónsson
Halla Björg Þorsteinsdóttir
Hlöðver Þorsteinsson
Gyða Steina Þorsteinsdóttir
Þóra Ósk Guðjónsdóttir
Ottó Rafn Halldórsson
barnabörn og barnabarnabörn.

Innilegar þakkir fyrir auðsýnda samúð og hlýhug við andlát og útför ástríks eiginmanns míns, föður okkar, tengdaföður, afa og langafa,

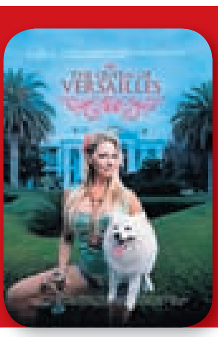
LOFTS J. GUÐBJARTSSONAR
fv. bankaútibússtjóra,
Asparfelli 6, Reykjavík.

Sérstakar þakkir fær starfsfólk hjúkrunarheimilisins Eirar fyrir einstaka umhyggju og hlýju.

Vigdís Guðfinnsdóttir
Marta Loftsdóttir
Svava Loftsdóttir
Gunnar Jóhannsson
Ásmundur Kristinsson
barnabörn og barnabarnabörn.

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

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



DROTTNING VERSALA

Kvikmyndin Drottning Versala verður sýnd í Ljósmyndasafni Reykjavíkur klukkan 13.30 á laugardag og sunnudag. Hún fjallar um hjón og milljarðamæringa sem byggja stærsta hús Ameríku sem innblásið er af Versölum.

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

STYRKIR TENGSLIN

ATC KYNNIR *Ertu tilvonandi foreldri, nýorðin foreldri, með barn á brjósti eða pela? Þá er ekkert betra fyrir barnið þitt en brjóstagjafalínan frá Nuby.*

Foreldrahlutverkið er yndislegt ferðalag. Það vita sérfræðingar Nuby sem hafa að leiðarljósi að bjóða foreldrum sem náttúrulegastar lausnir við að næra börn sín á auðveldan og öruggan hátt.

Natural Touch-línan frá Nuby styður sérstaklega við löngun móður til að hafa barn sitt á brjósti. Línan inniheldur brjóstapumpur og vörur sem hjálpa móðurinni að gefa brjóst eins lengi og hún vill.

VERNDAR SÁRAR GEIRVÖRTUR

Geirvörtuhlífar verja geirvörtur gegn núningi frá fatnaði á milli brjóstagjafa. Auðvelt er að setja þær inn í brjóstahaldara þar sem súrefni kemst óhindrað frá geirvörtunni. Notkun geirvörtuhlífa er þægilegri og öruggari leið en til dæmis plastfilman sem getur gleymst að taka af, farið í munn barnsins og hindrar að súrefni leiki um geirvörturnar.

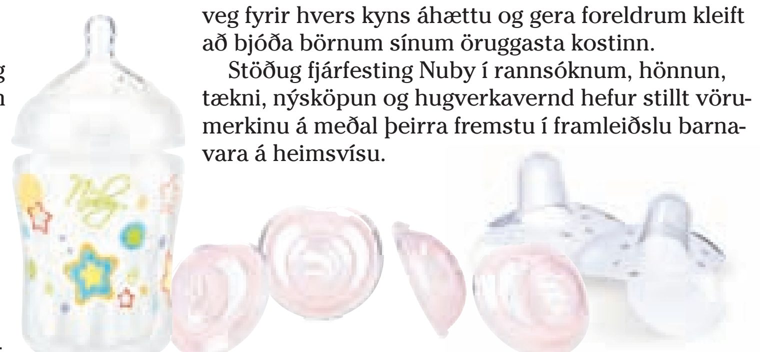
EKKERT TÓMARÚM - EKKERT LOFT

Pelar með sótthreinsuðum pokum líkja eftir brjóstagjöf. Meðan á gjöf stendur dregst pokinn saman og gjöfin verður loftlaus eins og brjóstagjöf. Barn getur drukkið pelann á hliðinni eins og það liggi á brjósti. Pelar með sótthreinsuðum pokum skapa einstakt hreinlæti og það er þægilegt þegar verið er á ferðinni. Í hverri gjöf er notaður nýr sótthreinsaður poki og eru pokarnir 100 prósent endurvinnanlegir og auðveldir í þrifum.

BPA-STEFNA NUBY

Vísindalegar rannsóknir benda til þess að BPA-magn í plastpelum geti verið skaðlegt börnum. Til að bregðast við því hefur Nuby fjarlægt allt BPA úr öllum sínum vörum til að taka af allan vafa, koma í veg fyrir hvers kyns áhættu og gera foreldrum kleift að bjóða börnum sínum öruggasta kostinn.

Stöðug fjárfesting Nuby í rannsóknum, hönnun, tækni, nýsköpun og hugverkavernd hefur stillt vörumerkinu á meðal þeirra fremstu í framleiðslu barnavara á heimsvísu.



VILTU VITA MEIRA?

Nánari upplýsingar á Facebook undir Nuby.Barnavorur. Fæst í öllum betri barnavöruverslunum, lyfjaverslunum og á Heimkaup.is.

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
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 ogApóteki Suðurnesja

Fyrstu heyrnartækin sem tengjast þráðlaust við snjalltæki
HEYRN
HEYRNARÞJÓNUSTA
Hlíðasmári 11, Kópavogur - heyrn.is
Tímapantanir 534 9600

Exotic coconut jógúrtið inniheldur 21% kókosrjóma og er frábært eitt og sér eða sem viðbót í matargerð. 4 frábærar bragðtegundir:
skógarberja, mangó, límónu og sítrónu

Fæst í Fjarðarkaup, Hagkaup, Krónunni, Melabúðinni og Nettó.

Póst dreifing

Við sjáum um örugga dreifingu á fjölpósti

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 | postdreifing.is

ÁRATUGUR LIÐINN Meðlimir Hjálma, utan Þorsteins Einarssonar söngvara, ásamt góðum gestum; Erlend Øye, sem kemur fram með þeim í kvöld, situr á hjólinu og Guðmundur Pétursson gítarleikari gæðir sér á mangói. MYND/MARCIN ÖZ

ENGINN HAFÐI ÁHUGA

AFMÆLI *Hjálmar fagna tíu ára afmæli sínu með tónleikum í Hörpu í kvöld. Fáir höfðu trú á íslensku reggíi þegar fyrsta plata þeirra kom út árið 2004.*

Hljómsveitin Hjálmar heldur afmælistónleika í Hörpu í kvöld en tíu ár eru síðan fyrsta plata sveitarinnar, Hljóðlega af stað, kom út. Hjálmar hafa verið ein vinsælasta hljómsveit landsins undanfarinn áratug auk þess sem meðlimir hennar hafa starfað með fjölda þekktra listamanna með góðum árangri. Haustið 2003 þegar upptökur á plötunni hófust í upptökuveri Geimsteins í Reykjanesbæ áttu þó ekki margir von á því að íslensk reggíhljómsveit gæti náð vinsældum hérlendis. Þorsteinn Einarsson, söngvari og gítarleikari sveitarinnar, var nýlega fluttur til landsins eftir nokkurra ára búsetu í Svíþjóð þegar hann kynntist félögunum Sigurði Guðmundssyni og Guðmundi Kristni Jónssyni. „Ég þekkti þá ekki neitt áður en við kynntumst í upptökuveri Geimsteins haustið 2003. Þar byrjuðum við að taka upp nokkur lög og leika okkur með þessar hugmyndir. Hjálmar verða eiginlega til úr þeim upptökum. Í upphafi tókum við upp eitt og eitt lag en undir lokin tókum við smá rispu og kláruðum fyrstu plötuna.“ Enginn hafði áhuga á að gefa hana út að sögn Þorsteins þar til Rúnar Júlíusson hjá útgáfufyrirtækinu Geimsteini kom til sögunnar en hann hafði hvatt þá áfram í upphafi og var auk þess duglegur að gefa út efni frá lítt þekktum sveitum.

VEL SÓTTIR TÓNLEIKAR

Platan kom út í október árið 2004 og fékk strax góðar viðtökur. „Hún fékk strax góða spilun í útvarpi, sérstaklega á Rás 2, og við vorum duglegir að spila á tónleikum þennan veturinn. Við bjuggumst sjálfir ekki við neinu sérstöku þótt við hefðum sjálfir fulla trú á okkur. Það varð strax góð mæting á tónleika okkar og til að mynda spiluðum við á Nasa fyrir troðfullu húsi tvisvar sinnum sömu helgina í upphafi árs 2005. Við áttum eiginlega von á því að þröngur hópur fólk myndi líka við tónlist okkar en svo var ekki því hún féll strax í kramið hjá mun stærri hópi.“

VINSÆLIR STRAX „Við áttum eiginlega von á því að þröngum hópi fólks myndi líka við tónlist okkar en svo var ekki því hún féll strax í kramið hjá mun stærri hópi,“ segir Þorsteinn Einarsson, söngvari og gítarleikari Hjálma. MYND/ÚR EINKASAFNI

Hljóðlega af stað seldist í yfir 7.000 eintökum og ári síðar kom úr önnur plata þeirra sem bar nafn sveitarinnar. Hún festi hljómsveitina endanlega í sessi sem eina af vinsælustu sveitum landsins sem hún hefur haldið fram á þennan dag.

Á tónleikunum í kvöld spila Hjálmar efni af öllum plötum sínum auk þess sem nokkur lög af óútgefinni plötu norska listamannsins Erlend Øye verða leikin en liðsmenn Hjálma komu að gerð hennar.

„Með okkur verða einnig blásararnir okkar þrír, Samúel Jón Samúelsson, Kjartan Hákonarson og Óskar Guðjónsson. Matthías Hemstock trymbill spilar einnig með okkur og Steinunn Eldflaug Harðardóttir, betur þekkt sem DJ flugvél og geimskip, spilar með í einu lagi sem hún samdi með okkur. RVK Soundsystem sér svo um að spila vel valda reggítónlist áður en við stígum á stokk. Það verða aðeins einir tónleikar þetta kvöld og það er löngu uppselt. Við höfum aldrei spilaða saman í Hörpu og hlakkar auðvitað mikið til kvöldsins.“

starri@365.is

Lífið

FÖSTUDAGUR
26. SEPTEMBER 2014

Þóra Kristín og Margrét Ragnars
HVAÐ ER HEITAST Í SNYRTIBUDDUNNI Í HAUST? 2

Heilsuvísir
TÍU HEIMILDARMYNDIR UM HEILSU OG MATARÆÐI 6

Þura Stína opnar fataskápinn
GEFUR GÖMLUM FLÍKUM NÝTT LÍF OG NOTAR 10

Ólöf Arnalds

KENNDI SJÁLFRI SÉR Á GÍTAR

FRÉTTABLAÐIÐ
› visir.is/lifid

HVER ER?

Helga Karólína Karlsdóttir

Aldur? 22 ára

Starf? Eigandi CoolCos Ísland og námsmaður.

Maki? Einir Tyrfingsson.

Stjörnumerki? Tvíburi.

Hvað fékkstu þér í morgunmat? Ógirnilegan hafragraut.

Uppáhaldsstaður? Home is where your heart is.

Hreyfing? Stunda líkamsrækt í World Class.

Uppáhaldslistamaður? Pabbi minn, Karl Jóhann myndlistamaður. Svo finnst mér Drake líka kúl.

Uppáhaldsmynd? Great Gatsby 2013 og Notebook. Leonardo og Ryan – myyy god!

A-eða B-manneskja? Ég lifi í blekkingu og þykist vera A-manneskja, en ég held ég verði að horfast í augu við raunveruleikann og viðurkenna að ég er B-manneskja.

HVERJIR HVAR?

Það var fjölmenni í Laugarásbíói á þriðjudag þegar spennuþáttaröðin Hraunið var frumsýnd. Meðal þeirra sem mættu á forsýningu var Björn Hlynur Haraldsson sem leikur aðalhverk í þáttunum, **Jakob Frímann**

Magnússon ásamt eiginkonu sinni Birnu Rún Gísladóttur og dóttur þeirra Jarúnu Júlíu. Þar var líka útvarpsstjórinn Magnús Geir Þórðarson og þjóðleikhússtjórinn **Tinna Gunnlaugsdóttir.**

FÖRÐUN DJARFIR AUGNSKUGGAR OG FALLEG HÚÐ

Nú þegar haustið er komið breytast áherslur í förðuninni. Við pökkum sólarpúðrinu og færum okkur í dýpri liti. Lífið fékk fremstu förðunarfræðingana á Íslandi til þess að fara yfir heitustu trendin fyrir veturinn.

Margrét R. Jónasardóttir, förðunarmeistari og eigandi Make Up Store á Íslandi, er ein sú allra reyndasta í förðuninni hér heima. Hún fylgist alltaf vel með förðuninni á tískuvikunni og því sem er heitast hverju sinni.

Rauðar varir

Auðveldasta leiðin til að uppfæra snyrtibudduna er að fjárfesta í djúprauðum varalit. Það allra vinsælasta á litaskalanum fyrir haustið eru dökkrauðir, burgundy og vínrauðir litir. Tískuhús eins og Antonio Marras, Zac Posen og Ralph Lauren sýndu skemmtilegt litróf í rauðum varalitum.

Málmgljáaáferð og glimmer

verður afgerandi í haust fyrir augu, neglur og varir. Þá er frábært að nota Mixing Liquid-vökvann í augnskugga og augnskuggaduft til að framkalla þessa málmkenndu áferð á augu og á varir. Einnig til að festa glimmer á augu eins og á tískusýningu Altuzarra.

Djarfir litir

Augnskuggarnir eru að breytast og það eru að koma inn meiri litir eins og bláir, grænir, fjólubláir og appelsínugulir eins og sáust á tískusýningarpöllunum hjá Burberry og Kenzo í vetur. Uppáhaldslitirnir hjá mér núna eru rauðbrúnir, ljósvínrauðir eins og Louder, Strong og Hero frá Make Up Store.

Falleg húð og „highlight“

Lýtalaus ljós postulínsáferð á húð eins og hjá hönnuðum eins og Givenchy, Alexander McQueen og Akris. Base Prep-grunnurinn frá Make Up Store er upplagður til að ná fram þessari frísklegu áferð. Endingin á farðanum verður enn betri þegar Base Prep er sett undir. Ofan á farðann er fallegt að bera á Illuminizer og „highlight"-tríóið

Þóra Kristín Þórðardóttir, förðunarfræðingur hjá MAC Debenhams var að vinna á tískuvikunni í Danmörku.

Vel nærð og falleg húð

Það sem mér fannst mest áberandi var vel nærð húð. Við notuðum til dæmis Mineralized Moisture Gel-kremið frá MAC og Moisture Infusion-serumið, en það gefur svakalega góðan raka og næringu. Mineralized Moisture-farðinn var mest áberandi en hann gefur fallega „döggvaða" húð með perluáferð og með honum Mineralized-hyljararnir.

Mjúkir kremlitir og „smokey“

Allar kremaðar vörur koma sterkar inn bæði á kinnar og augu. Creamcolour base og Paint pot verða vinsæl í öllum litum á augu og kinnar og sem „higligt". BB-bronzerarnir frá MAC eru snilld til þess að ná fram mjúkri skyggingu á andlitið. Á augum var mikið um „smudgy smokey" og gloss á augnlok. Þetta týpíska bjútíútlit er á útleið, og nú er eyelinerinn orðinn mýkri og blýantar mikið notaðir.

Stórar og náttúrulegar augabrúnir

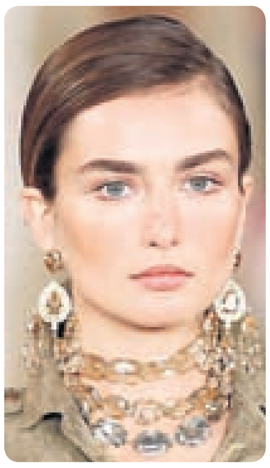
Augabrúnir spila stórt hlutverk í haust og fer meiri tími í þær nú en áður. Þær eiga að vera náttúrulegar, fallega mótaðar með örlítið ljósari augabrúnablýant en þínar brúnir. Við erum með mikið úrval af litum hjá okkur en svo er trixið að nota augabrúnagel í aðeins dekkri tón til þess að fá þrívíddarhrif á brúnirnar.

Mattar varir og varablýantar

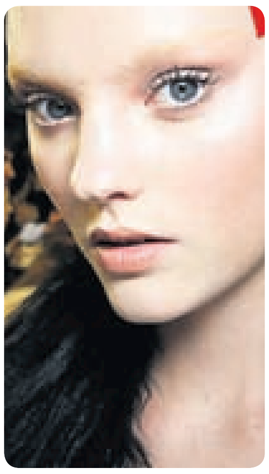
Það sem kemur svo sterkt inn í vetur eru 90's-varir, sem þýðir blýantar með öllum litum alltaf! Brúnir og drappir mattir tónar eru allsráðandi. Á Fashion week voru mjúkar og glansandi varir líka mjög áberandi.

Bjartur rauður tónn hjá Zac Posen

Kylie Jenner er hrifin af möttum, brúnum varalit.



Falleg húð og miklar augabrúnir hjá Ralph Lauren.



Falleg húð og mjúk skygging áberandi hjá Givenchy.

MASTERLINE
Professional Beauty

ÉG NÆRI
BODY
BUTTER

Ég er súper mjúk og góð blanda fyrir líkamann þinn ef þú ert með þurra og mjög þurra húð. Flott blanda með góðum innihaldsefnum eins og Shea Butter og Argan olíunni sívinsælu.

www.master-line.eu
Made in Italy
Fæst í apótekum og Hagkaup

LÍFIÐ MÆLIR MEÐ

Afmælistónleikar, bílabíó og kvikmyndaveisla

Það er margt og mikið að gerast um helgina. Fyrst ber að nefna afmælistónleika Hjálma í Eldborgarsal Hörpu í kvöld klukkan 21. Sveitin var stofnuð fyrir tíu árum og hefur átt góðu gengi að fagna síðan með vinsælum lögum á borð við Ég vil fá mér kærustu, Borgin, Kindin Einar, Það sýnir sig, Geislinn í vatninu, Manstu, Bréfið, og Til þín?

Hjálmar ætla að flytja allt sitt besta efni á tónleikunum ásamt brassteymi sem Samúel Jón Samúelsson leiðir.

Kvikmyndahátíðin RIFF fer fram um þessa mundir og því af nógu að taka fyrir kvikmyndaunnandann. Til dæmis snýr bílabíó hátíðarinnar aftur eftir nokkurra ára hlé og í kvöld verður myndin Dumb and Dumber sýnd á bílaplani Smáralindar.

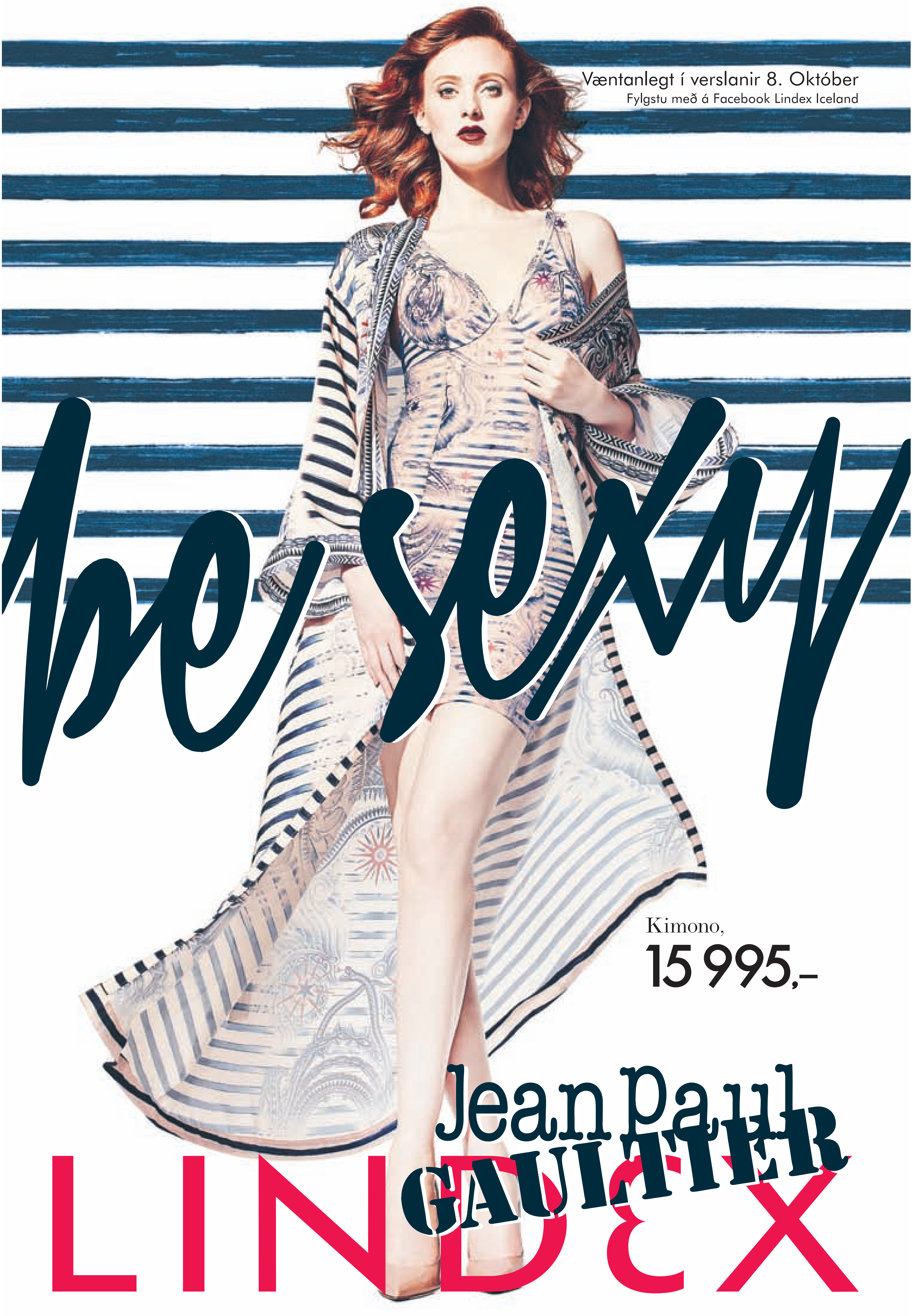
Myndin er bráðfyndin gamanmynd eftir Farrelly-bræðurna en með aðalhlutverk fara Jim Carrey og Jeff Daniels.

Kjörið fyrir fólk að rifja upp þessa skemmtilegu mynd en framhaldið er væntanlegt í bíó í nóvember.

AUGNABLIKIÐ

Breska fyrirsætan **Suki Waterhouse** vakti athygli í skemmtilegum klæðnaði á viðburði tímaritsins Vogue á tískuvikunni í London á dögunum. Waterhouse var hversdagslega klædd í flegnum kjól og var í herralegum spariskóm og ljósri kápu við.

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 **Stefán Karlsson** stefan@ frettabladid.is



Væntanlegt í verslanir 8. Október
Fylgstu með á Facebook Lindex Iceland
be sexy
Kimono,
15 995,-
Jean Paul
GAULTIER
LINDEX

Heilsuvísir

Næringarrík súpa sem kemur hita í kroppinn.

GULRÓTA- OG KÓRÍANDERSÚPA

Einstaklega bragðgóð súpa sem auðvelt er að búa til. Holl og næringarrík súpa sem kemur hita í kroppinn á köldum og blautum haustkvöldum. Dásamlega bragðgóð og mjög einföld að búa til.

1 matskeið olía til steikingar
1 laukur
1 teskeið kóríanderkrydd
1 lítil lífræn sæt kartafla
450 g lífrænar gulrætur
1 lítri vatn
1 teningur grænmetiskraftur
handfylli af ferskum kóríander
1 tsk. sjávarsalt

1. Byrjið á því að þvo grænmetið og skræla gulræturnar og kartöfluna. Skerið allt grænmetið niður í litla bita.
2. Steikið laukinn og sætu kartöfluna með kóríanderkryddinu í olíunni í 5 mínútur eða þangað til að laukurinn er orðinn mjúkur.
3. Hellið steikta grænmetinu í pott ásamt gulrótunum, vatninu og grænmetiskraftinum. Lokið pottinum og látið sjóða í 25 mínútur.
4. Hellið úr pottinum í matvinnsluvél og bætið ferskum kóríander við. Blandið saman þangað til að áferðin er orðin mjúk.
5. Hitið aftur í pottinum, smakkið og bætið örlitlu sjávarsalti við ef þess þarf.

Borðið og njótið!

Pana Chocolate
Súkkulaði sem er gott fyrir þig...

- **Náttúruleg ofurfæða**
- **Enginn unninn sykur!**
- **Framleitt við lágan hita til að viðhalda miklu magni næringaefna**
- **Inniheldur hrá lífræn- og náttúruleg innihaldsefni**

Allt okkar súkkulaði er bæði hand- gert og innpakkað

Inniheldur lífrænt kakó sem er með mikið magn af andoxunarefnum, vítamínum og steinefnum.

www.icecare.is - Netverslun

Útsölustaðir:
Hagkaup lífræna deildin, Fjarðarkaup - Fræið heilsuhornið, Heilsuhúsið, Blómaval – heilsuhornið, Lifandi markaður Borgartúni Nettó – lífræna deildin

Algengt umkvörtunarefni para er ólík kynlöngun. AFP/NORDICPHOTOS

ÞEGAR ANNAR VILL MEIRA KYNLÍF EN HINN

Pör þurfa að koma sér saman um kynlíf og vera sátt. Sigga Dögg ræðir um ólíka kynlöngun.

Algengt umkvörtunarefni para er ólík kynlöngun, annar aðilinn vill meira kynlíf en hinn. Þá er gjarnan sagt að hjá hamingjusömu pari skýri kynlífið aðeins 10% af sambandsánægjunni. Þegar sambandið gengur illa þá verður kynlíf oft 90% af vandamálinu. Kynlíf er því eitthvað sem fólk þarf að koma sér saman um og vera sátt við.

Margir vilja fá meðaltal yfir samfarir svo þeir hafi eitthvað til að miða sig við en slíkt meðaltal segir afskaplega takmarkað því einstaklingsmunur er svo mikill. En til þess að þér líði aðeins betur þá hafa bandarískar og breskar rannsóknir fundið allt frá einum samförum í viku til einu sinni í mánuði sem algengt meðaltal. Þættir eins og barneignir, aldur og sambandslengd spila svo hér inn í.

Í þessum samræðum er gott að byrja á byrjuninni; hvað flokkast sem kynlíf?

Í hugum margra er kynlíf = samfarir en kynlíf er í raun svo miklu miklu meira. Kynlíf getur verið alls konar gælur sem einstaklingum þykja ánægjuleg, s.s. sjálfsfróun, gælur við kynfæri með höndum og/eða munni. Tíðni samfara er algengur mælikvarði á kynlíf og ánægju fólks með kynlífið sitt í rannsóknum. Rannsóknir hafa sýnt að þau pör sem komu sér saman um tíðni samfara voru ánægðari með kynlíf sitt, ekki endilega þau pör sem stunduðu mesta kynlífið. Því má leyfa sér smá kelerí, svona eins og þegar þú steigst þín fyrstu skref í kynlífi – áður en farið var í samfarir þá var kelað.

Lykillinn hér eru samræður, spyrðu og segðu.

Hér eru nokkrar setningar sem gott getur verið að hafa í huga til þess að koma samræðunum af stað.

„Æ, ástin mín, ég veit að við höfum ekki stundað kynlíf í smá tíma en ég vil að þú vitir að ég hugsa enn um þig kynferðislega og mig langar í þig og mig langar að við finnum okkur tíma fyrir smá kelerí.“

„Ég hugsaði um þig í sturtu áðan og það fór bara fiðringur um mig.“

„Ég hugsaði um þig í sturtu áðan og það fór bara fiðringur um mig.“

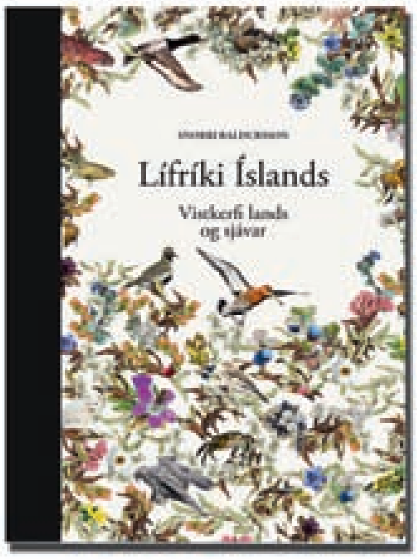
„Má ég dekra aðeins við þig, mig langar bara að þú slappir af og leyfir mér að gera.“

Þessar spurningar getið þið notað við spjallið ykkar, og munið að þetta er spjall en ekki yfirheyrsla: Hvað er kynlíf fyrir þér? Ert þú ánægð/ur með kynlífið okkar? Finnst þér við stunda kynlíf nægilega oft? Hvaða tíma dags langar þig mest til að stunda kynlíf? Er eitthvað sem þig langar að prófa? Hvað finnst þér best (eða er í uppáhaldi) við kynlífið okkar? Hvaða kynlífsstund sem við höfum átt er þér sérstaklega eftirminnileg?

Reynið að halda ykkur á jákvæðu nótunum og leyfið samræðunum að þróast. Kynlíf er jú ekkert annað í grunninn en samræður.

VISSIR ÞÚ AÐ…

- AÐ HÚÐIN ER STÆRSTA LÍFFÆRI LÍKAMANS
- AÐ ÞÚ ERT HÆRRI Á MORGNANA EN Á KVÖLDIN
- AÐ BÖRN FÆÐAST MEÐ 300 BEIN EN ÞAU ERU EKKI NEMA 206 Í FULLORÐNU FÓLKI
- AÐ LIFRIN ER STÆRSTI KIRTILL LÍKAMANS OG VEGUR UM 1,4 KG Í MEÐALMANNI
- AÐ EGGFRUMA ER MEÐ STÆRSTU FRUMUM LÍKAMANS EN SÁÐFRUMAN ER MEÐ ÞEIM MINNSTU.



Lífríki Íslands
Verð áður: 16.990 kr.
Verð nú: 14.990 kr.

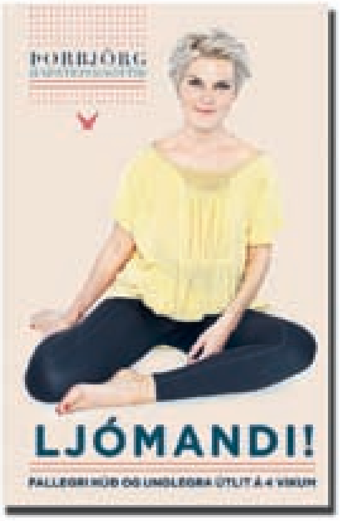
Náðarstund
Verð áður: 4.690 kr.
Verð nú: 3.990 kr.

IÐA

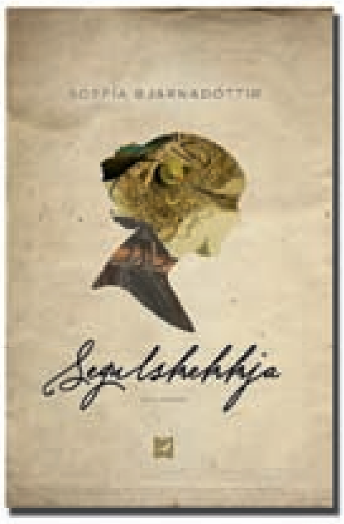
Tilboðin gilda til og með 3. október.

Ylvolgar bækur hlýja í haustlægðunum

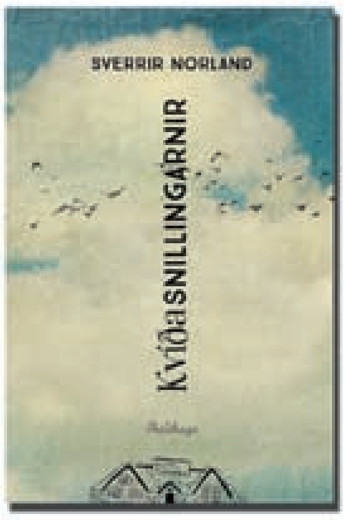
Þegar dúfurnar hurfu
Verð áður: 3.290 kr.
Verð nú: 2.790 kr.



Ljómandi!
Verð áður: 4.990 kr.
Verð nú: 3.990 kr.

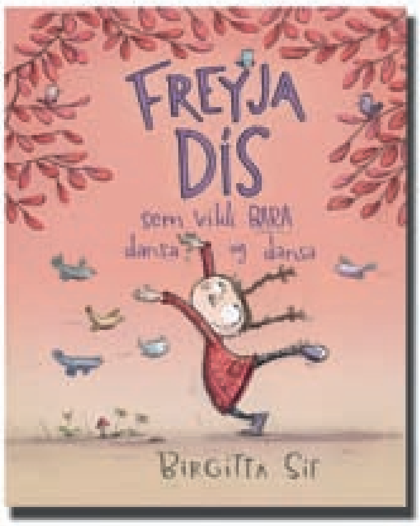


Segulskekkja
Verð áður: 3.290 kr.
Verð nú: 2.790 kr.

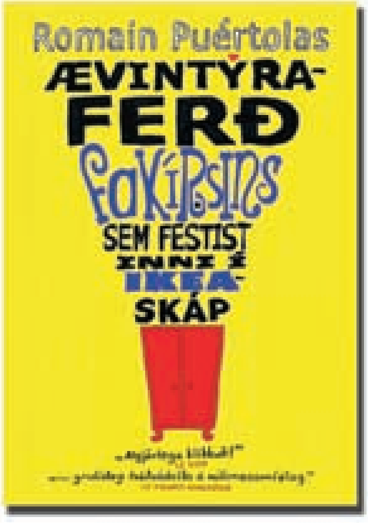


Kvíðasnillingarnir
Verð áður: 3.290 kr.
Verð nú: 2.790 kr.

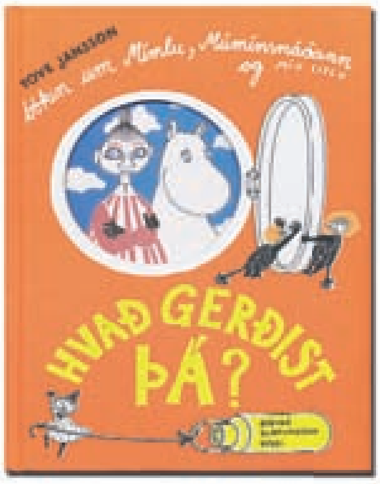
Litlu skrímslin
Verð áður: 4.490 kr.
Verð nú: 3.990 kr.



Freyja Dís sem vildi bara dansa og dansa
Verð áður: 2.990 kr.
Verð nú: 2.490 kr.

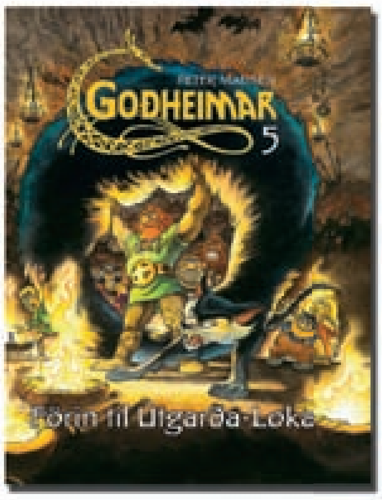


Ævintýraferð fakírsins
Verð áður: 3.290 kr.
Verð nú: 2.790 kr.



Múmínálfarnir
Verð áður: 2.990 kr.
Verð áður: 2.490 kr.

Kolvetnasnauðir hversdagsréttir
Verð áður: 3.990 kr.
Verð nú: 3.490 kr.



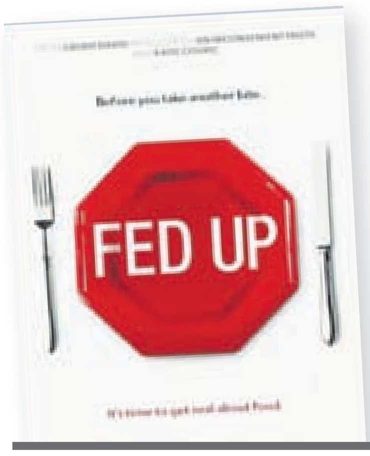
Goðheimar 5
Verð áður: 2.990 kr.
Verð nú: 2.490 kr.

Lækjargata 2a og Vesturgata 2a 101 Reykjavík

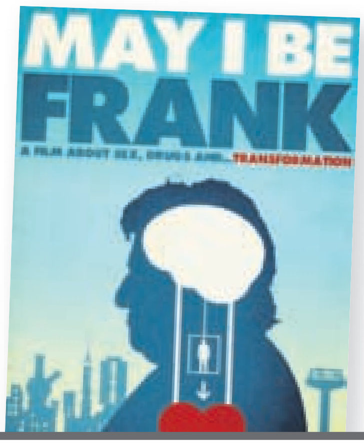
Heilsuvísir

TÍU ÁHRIFAMESTU HEIMILDARMYNDIRNAR UM HEILSU OG MATARÆÐI

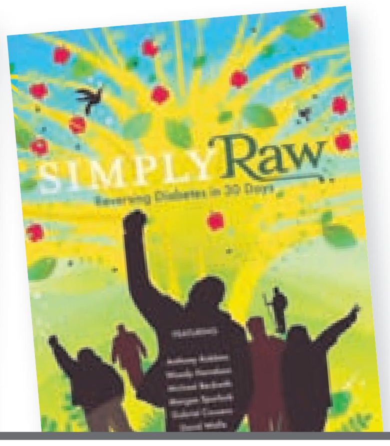
Heilsuvísir tók saman lista með tíu áhrifamestu heimildarmyndunum um heilsu og mataræði sem hafa verið gerðar á síðasta áratug.



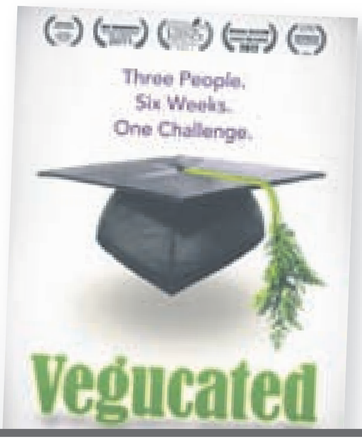
FED UP 2014
Fed Up er ný heimildarmynd sem kom út í byrjun september. Hún er framleidd af fréttakonunni Katie Couric sem margir þekkja úr fréttaskýringaþættinum 60 mínútur. Í myndinni er farið yfir þann raunveruleika sem blasir við okkur; að allt sem við héldum að við vissum fyrir víst um mataræði og hreyfingu síðustu 30 ár er rangt. Myndin er skylduáhorf fyrir alla þá sem að hafa áhuga á heilsu og hreyfingu.



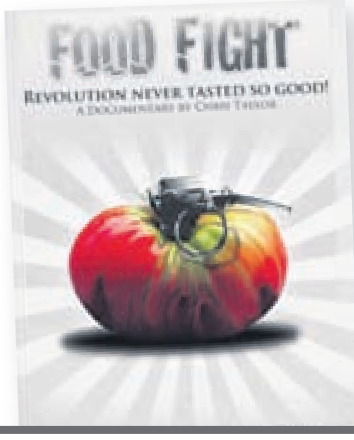
MAY I BE FRANK 2010
May I Be Frank fjallar um Frank Ferrante, 54 ára Bandaríkjamann sem lifir á brúninni. Hann er offitu- og þunglyndissjúklingur, fíkniefnaneytandi og búinn að brjóta allar brýr að baki sér í samskiptum sínum við fjölskyldu og vini – sem sagt gjörsamlega á botninum. Myndin segir á hvetjandi hátt frá breytingu á lífsmunstri Franks frá botninum að toppnum á 42 dögum. Myndin fékk frábærar viðtökur og hefur unnið til fjölda verðlauna.



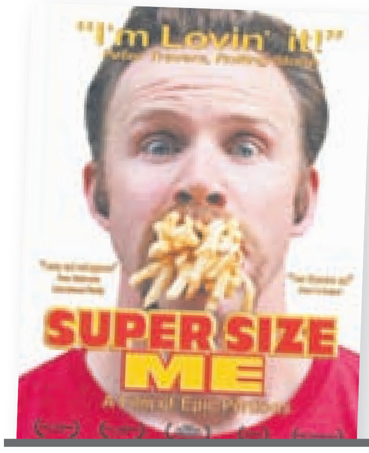
SIMPLY RAW 2009
Simply Raw fjallar um sex sykursjúka einstaklinga sem taka þeirri áskorun að neyta einungis hráfæðis í 30 daga samfleytt. Á þessu tímabili mega þeir heldur ekki reykja, drekka, neyta koffíns né taka inn sykursýkislyf. Myndin er á köflum mjög tilfinningaþrungin enda um viðamikl- ar og erfiðar breytingar að ræða í lífi einstaklinganna.



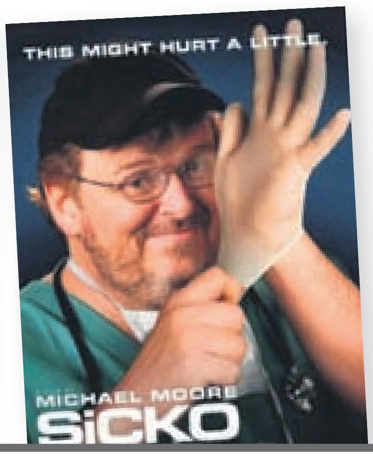
VEGUCATED 2011
Er frábær og oft á tíðum mjög fyndin heimildarmynd um þrjá New York-búa sem að elska kjöt- og mjólkurvörur. Þeir taka þeirri áskorun að neyta ekki dýraafurða í sex vikur og á sama tíma gera þeir sjálfstæða rannsókn á aðbúnaði dýra í Bandaríkjunum. Breytist skoðun þeirra á neyslu dýravara á þessum sex vikum? Fóru þau aftur að neyta þeirra? Vegucated er margverðlaunuð heimildarmynd sem vakti mikla athygli og umtal eftir að hún kom út.



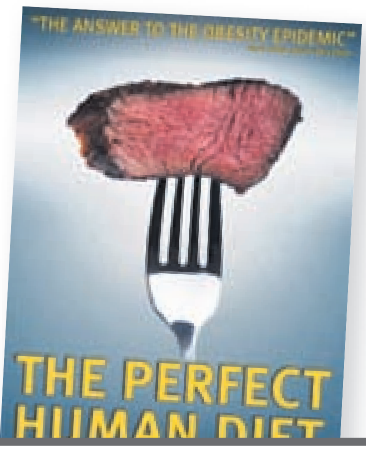
FOOD FIGHT 2008
Er áhugaverð heimildarmynd sem fjallar að miklu leyti um upphaf lífrænu byltingarinnar í Bandaríkjunum. Í myndinni koma fram þær breytingar sem hafa orðið í framleiðslu og ræktun matvæla undanfarin ár og rýnt í það hvernig framtíðin komi til með að líta út haldi allt áfram í þeim farvegi sem landbúnaður er í í dag.



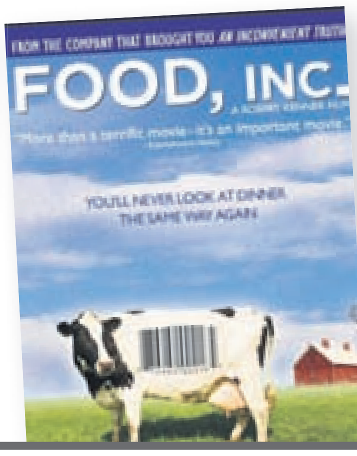
SUPERSIZE ME 2004
Það mætti segja að heimildarmyndin Supersize Me sé eins konar frumkvöðull á sviði heimildarmynda sem fjalla um heilsu og hreyfingu. Myndin segir frá Morgan Spurlock, leikstjóra myndarinnar, sem tekur það að sér að lifa einungis á því sem er í boði á matseðli McDonalds í heila 30 daga. Myndin er mjög áhrifarík enda fáum við beint í æð hvað mataræði hefur mikil áhrif á andlega og líkamlega heilsu.



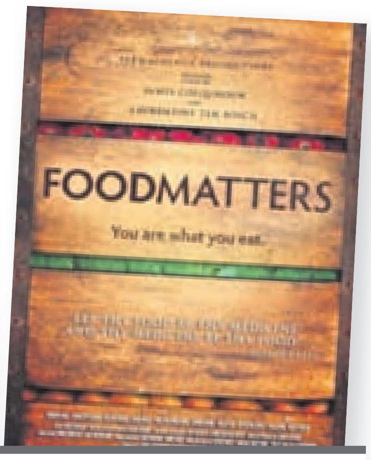
SICKO 2007
Sicko er heimildarmynd eftir leikstjórann Michael Moore og var hún tilnefnd til Óskarsverðlauna í flokki heimildarmynda 2008. Í myndinni er heilbrigðiskerfið í Bandaríkjunum gagnrýnt og borið saman við heilbrigðiskerfi annars staðar í heiminum. Michael er þekktur fyrir að hafa sterkar pólitískar skoðanir og kemur þeim oft á framfæri með húmorískum hætti.



THE PERCECT HUMAN DIET 2012
Merkileg mynd þar sem velt er vöngum yfir því af hverju við mannfólkið erum að fitna. Reynt er að finna svar við því hver sé hin fullkomna fæða og vinna úr þeim ótal upplýsingum og ráðum sem gefin eru um það sem er hollt og óhollt. Farið er yfir fæðuval forfeðra okkar og það borið saman við fæðu nútímamannsins.



FOOD INC. 2008
Food Inc. fjallar um þróun matvælaframleiðslu í Bandaríkjunum. Notkun skordýraeiturs, stera og erfðabreytinga er skoðuð ofan í kjölinn og aðbúnaður dýra sömuleiðis. Nokkuð merkileg mynd sem gaman er að horfa á og bera saman við framþróun matvælaframleiðslu hér á Íslandi.



FOOD MATTERS (2008)
Frábær mynd um það hvernig við erum að eyðileggja góða heilsu með slæmu mataræði og hvað við getum gert til þess að bæta það. Rætt er við lækna, næringarfræðing og aðra sérfræðinga um lífrænan mat, næringarþerapíu og hráfæði svo dæmi séu tekin.

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

GERÐI MISHEPPNAÐAR TILRAUNIR TIL AÐ HÆTTA Í TÓNLIST

Tónlistarkonan Ólöf Arnalds sendir frá sér sína fjórðu plötu á mánudaginn. Hún hóf ung tónlistarnám og hefur ferðast um heiminn með tónlistina að vopni undanfarin ár en tók sér frí frá tónleikaferðalögum síðustu tvö ár til þess að finna jarðtengingu og hlúa að heimilinu.

Viktoría Hermannsdóttir
viktoria@frettabladid.is

Ég hef einhvern veginn alltaf gert tónlist og spilað af því að ég get ekki að því gert," segir söngkonan Ólöf Arnalds sem sendir frá sér plötuna Palme á mánudaginn. Platan varð til á sex mánuðum. „Sem er frekar stutt miðað við mig, ég er yfirleitt lengur með plötur," segir hún er blaðamaður sest niður með henni í Mengi á Óðinsgötu, viðburðastað sem hún tók þátt í að stofna.

Spurð um plötuna segir Ólöf hana vera frábrugðna þeim fyrri að því leyti að nú hafi hún leyft öðrum að koma að sköpuninni með sér. Áður hafi hún haldið fastar um taumana. „Hún er svolítið ólík því sem ég hef gert áður að því leyti að hún er pródúseraðri. Ég vann hana með Gunna Tynes sem var með mér í Múm og líka Skúla Sverrissyni sem ég hef unnið með í mörg ár," segir hún, en sá síðarnefndi er einnig sambýlismaður hennar.

Stöðugt að semja

Eins og áður sagði tók það hana sex mánuði að fullgera plötuna. „Sum lögin átti ég að vísu á lager. Ég er stöðugt að semja þannig að ég á yfirleitt eitthvað til. Oft eru það bara einhver brot sem ég síðan raða saman," segir hún og útskýrir nánar: „Ég er mjög oft komin langt með að semja lag í heild sinni í huganum áður en ég tek upp. Ég heyri það fyrir mér, kannski hef ég alltaf gert það þannig því ég átti svo erfitt með að læra á tölvur og upptökudót eða öfugt, ég lærði ekki á það af því ég á svo auðvelt með að gera þetta svona," segir hún.

„Stundum gleymi ég lögunum svo til strax en síðan koma þau upp aftur. Á vissan máta er það mælikvarði á það hvort það sé þess virði að gera eitthvað við lagið, að það hafi náð að geymast og ekki lent of neðarlega í skjalaskúffunni í huganum. Ef það hverfur ekki þá er það þess virði að taka það lengra," segir hún brosandi.

Kenndi sjálfri sér á gítar

Tónlistin hefur alltaf verið viðloðandi líf söngkonunnar, allt frá því hún var lítið barn. „Ég byrjaði í hefðbundnu klassísku námi þegar ég var 6 ára gömul." Fyrst lærði hún á fiðlu en skipti fljótlega yfir í söng. „Ég var nýkomin inn í tónlistarskólann þegar ég sá það að ég treysti mér ekki til að strjúka beinan boga í klukkutíma á dag til að laga tæknina. Ég var svo heppin að Rut Magnússon söngkona, sem var frábær kennari, var til í að taka mig inn sem nemanda hjá sér þannig að ég fékk að skipta eiginlega bara rétt eftir að ég byrjaði í Tónlistarskólanum í Reykjavík. Rut kenndi mér bæði mikið um ljóðlist og tónmál. Hún var mjög þolinmóð og skilningsrík gagnvart því hvað ég átti erfitt með að lesa nótur," segir hún þakklát.

Ólöf segist alltaf hafa átt erfitt með að lesa nótur og fara hefðbundnar leiðir í tónlistinni. „Ég hafði samt mikla löngun og minn skilning á músík. Ég kenndi síðan sjálfri mér á gítar og það var svolítil uppreisn æru því að þá gat ég nálgast hljóðfæri á minn hátt. Ég gat notað minn skilning og mitt eyra til þess að læra," segir hún. Gítarinn hefur svo orðið það hljóðfæri sem hún notar hvað mest ásamt auðvitað röddinni í tónlistarsköpun sinni og túlkun.

Ólöf segir að það sé mikið af tónlistarfólki í fjölskyldu hennar. Hún á tvær systur sem einnig eru í tónlist og svo er tónlistarmaðurinn Ólafur Arnalds náfrændi hennar. Þó segir hún að það hafi aldrei verið nein pressa frá neinum öðrum en henni sjálfri að halda áfram í tónlistinni. „Ég átti erfitt með að sitja kyrr að æfa mig og einbeita mér að náminu. Mamma og pabbi buðu mér oft að hætta í tónlistarnáminu en ég vildi það ekki. Einhvern veginn lafði ég inni í náminu," segir hún.

Vildi ekki eignast barnið á kínverskum veitingastað

Fyrsta hljómsveitin sem Ólöf spilaði í var unglingahljómsveitin Mósaík sem hún stofnaði ásamt nokkrum vinum til þess að taka þátt í Músíktilraunum. „Það var unglingahljómsveit sem ég var í með Benna Hemm Hemm, Hönnu Ruth Ólafsdóttur og Guðrúnu Dalíu Salómonsdóttur. Við vorum öll í kleinu því við ætluðum að finna upp hjólið með hverri nótu. Það mátti ekkert vera sem hljómaði eins og neitt sem einhver hafði gert áður. Þetta var mjög artí," segir hún hlæjandi.

Þaðan lá leiðin í hljómsveitina Múm þar sem hún var ráðin inn sem hljóðfæraleikari og túraði með sveitinni um heiminn í um fimm ár. Fyrsta sólóplatan hennar kom svo út árið 2007. „Ég hætti í Múm um það leyti sem fyrsta platan kom út og varð svo ólétt fljótlega eftir það," segir hún. Ólöf ferðaðist um heiminn og spilaði víða meðan hún var ólétt. „Ég held að ég hafi farið síðustu ferðina þegar ég var komin átta mánuði á leið. Ég var með gítarinn rúllandi á bumbunni eins og plánetu við plánetu," segir hún hlæjandi. „Benni Hemm Hemm kom með mér í það ferðalag ef ske kynni að ég færi af stað. Svo hugsaði ég með mér þegar ég ►

Ég kenndi síðan sjálfri mér á gítar og það var svolítil uppreisn æru því að þá gat ég nálgast hljóðfæri á minn hátt.

Myndaalbúmið

Með Klöru systur og Ingibjörgu Elsu eftir tónleika. Á þakkargjörðardaginn í Ameríku. Með Ara syni sínum eftir Evróputúr.

▶ sat á einhverjum kínverskum veitingastað í Hollandi að mig langaði ekki að eignast barn á kínverskum veitingastað. Þá ákvað ég að draga í land og aðeins að róa mig niður,“ segir hún.

Tók sér frí frá ferðalögum

Árið 2009 sendi Ólöf frá sér plötuna Innundir skinni og Sudden Elevation kom út í fyrra. Undanfarin ár hefur hún verið mikið á tónleikaferðalögum. „Ég hef spilað í allri Evrópu, víða í Bandaríkjunum og í Ástralíu.“

Hún segir það venjast fljótt að vera svona mikið á ferðalögum og kannski sé það bara orðinn viss hluti af henni.

„Það er bæði auðvelt að vera á tónleikaferðalagi og líka erfitt. Það er sumpart þannig að ef maður er búinn að vera eins og ég frá því ég var 22 ára á stanslausum ferðalögum í það minnsta þriðja hluta ársins þá verður það alveg eins heimilislegt eins og að vera heima hjá sér. Maður aðlagast bara.“

Sonurinn Ari, sem er sex ára gamall, hefur þó ekki ferðast mikið með móður sinni. „Mér hefur fundist það vera frekar hans hagsmunir að vera heima og halda sinni rútínu með skólann og vinina. Ég deili forræðinu með barnsföður mínum og það hefur ræst ágætlega úr því. Hann er hjá pabba sínum þegar ég er að ferðast og svo er ég í mömmó þegar ég er heima. Ég passa alltaf upp á að hann sé númer eitt,“ segir hún. „Ég hef reyndar lítið ferðast undanfarin tvö ár. Ég tók mér smá frí frá ferðalögum til þess að jarðtengja mig og hlúa að heimilinu og svona. Hafa kjarnann í lagi,“ segir hún brosandi.

Allir fá borgað

Meðan Ólöf tók sér frí frá tónleikaferðalögum einbeitti hún sér að því að semja tónlist en hún hefur einnig tekið þátt í að setja á laggirnar Mengi þar sem fara fram tónleikar og ýmsir menningarviðburðir. Skapandi vettvangur, meðal annars fyrir tónlistarfólk til þess að halda tónleika. „Þetta er búið að vera mjög spennandi og það er margt í gangi hérna. Hér fá líka allir tónlistarmenn sem koma fram borgað. Það hefur færst svo í aukana að tónlistarfólk sé að spila og fá borgað með hamborgara og bjór. Í Mengi fá allir sem koma fram borgað. Það kostar alltaf inn og ég held að það sé betra fyrir alla.“

Uppreisn gegn sjálfri sér

Ólöf segist vera sátt við líf sitt í dag en segist vissulega hafa gert tilraunir til þess að hætta í tónlist í gegnum tíðina. „Allar tilraunir mínar til að hætta í músík hafa verið misheppnaðar. Ég hef reynt að snúa mér að öðru margoft. Kannski bara í einhverri uppreisn gegn sjálfri sér. Mig langaði til dæmis að læra málvísindi. En tónlistin hefur einhvern veginn alltaf snarað mig aftur,“ segir hún. „Ég er mjög þakklát. Mér finnst það mikil forréttindi að geta starfað við það sem ég er með ástríðu fyrir.“

HÖFUM OPNAÐ Í SMÁRALIND

Kvenlegt, fágað, fallegt og töff - Eitthvað sérstakt í hverri comma flík fyrir það sérstæða í hverri konu.

FATASKÁPURINN GAMAN AÐ GEFA NOTUÐU NÝTT LÍF

Þuríður Kr. Kristleifsdóttir, 24 ára, eða Þura Stína eins og hún er alltaf kölluð, býr í Þingholtunum og er rekstrarstjóri Dolly í Hafnarstræti ásamt því að vera nemandi í grafískri hönnun við Listaháskóla Íslands.

1 **Svört slá** Þessi er mér mjög hjartkær. Vinur minn gaf mér hana og hún er æðisleg til að poppa upp venjulegan bol eða outfit. Ég hef líka týnt henni margoft en alltaf fundið hana aftur á ólýsanlegum stöðum. Einu sinni var hún týnd í heilt ár en alltaf hefur hún ratað til mín aftur.

2 **Rauð taska** Þessa tösku nota ég nánast á hverjum einasta degi. Hún er nógu stór til að geyma allt það helsta í skólann, sundið eða ræktina. Mamma gaf mér þessa en hún ferðast mikið og finnur því oft svona gersemar fyrir mig erlendis.

4 **Jakki** Þessa kápu keypti ég í grenjandi rigningu í Spúútnik á Laugaveginum. Ég var læst úti og illa klædd og varð því að finna eitthvað. Ég hef átt hana í mörg ár og þykir alltaf jafn vænt um hana. Hún er vintage og mjög vel með farin.

3 **Kimono** Elska sniðin á kimono-um og nota þetta mikið. Ég hef það oftast bara laust en stundum set ég þunnt band utan um það og breyti sniðinu örlítið. Þetta kostaði mig ekki mikið en ég fékk það í Forever 21 í Boston.

5 **Skór** Hef alltaf keypt allt of mikið af skóm og nota dagsdaglega hæla eða góða strigaskó, en sérstaklega á íslenskum haustdögum dr. martens. Þessir eru með þeim nýjustu sem ég fékk á útsölu í TopShop í sumar. Ég keypti alltaf allt of mikið af ódýrum skóm en það er miklu betra að reyna að kaupa færri og aðeins dýrari. Þeir endast mun lengur.

Ég reyni að kaupa flest öll fötin mín erlendis því það er svo rosalega dýrt hérna heima, því miður. Reyndar er ég mjög dugleg að kaupa íslenska hönnun og kaupi mikið notaðar flíkur, en mér finnst rosalega gaman að blanda þeim við nýtt og gefa þeim nýtt líf.

TÍU SPURNINGAR

HÉLT ALLTAF AÐ HÚN VÆRI ÆTTLEIDD

María Gréta Einarsdóttir, verkefnastjóri hjá NTC.

1. Þegar ég var ung hélt ég að ég væri ættleidd. Ég leitaði ósjaldan að ættleiðingarpappírum sem ég ætlaði svo að nota á mjög dramatískan hátt til að ljóstra upp um foreldra mína og leita að mínum blóðforeldrum.

2. Núna veit ég þó að ég er svo sannarlega dóttir foreldra minna og systir systra minna.

3. Ég mun eflaust aldrei skilja hvernig gamla dagmamman mín fékk mig til að borða slátur einu sinni í viku. Ég hef ekki beðið þess bætur.

4. Ég hef engan sérstakan áhuga á næturlífinu lengur. Ég hætti að drekka fyrir tæplega ári og veit ekkert betra en að eyða helgunum í faðmi fjölskyldunnar.

5. Karlmenn eru æði!!

6. Ég hef lært að maður á alls ekki að ... dæma fólk. Það eru tvær hliðar á öllum málum.

7. Ég fæ samviskubit þegar ég hugsa stundum til baka um hitt og þetta sem ég hefði átt að gera eða taka öðru vísi á. Ég er samt fljót að minna mig á að það sem skiptir mestu máli er hvernig manneskja ég er í dag og allt sem á undan er gengið hefur mótað mig og kennt mér ýmislegt.

8. Ég slekk á sjónvarpinu þegar ég er ein heima. Þá finnst mér rosa notalegt að glugga í tískublöð og drekka kaffi í rólegheitum.

9. Um þessar mundir er ég upptekin af vinnunni og fullt af skemmtilegum verkefnum þar. Við hjá NTC erum á fullu við að undirbúa vefverslun okkar sem er sérstaklega skemmtilegt verkefni. Einnig er ég mjög upptekin við að koma Oliver syni mínum fyrir á Íslandi þar sem við erum tiltölulega nýflutt heim eftir átta ára búsetu í London.

10. Ég vildi óska að fleiri vissu af Pocket Coffee. Vala Björk vinkona mín kynnti mig fyrir þessu og ég verð að segja að þetta er algjör snilldarvara. Espresso-skot inni í munnbita af dökku súkkulaði.

AUGLÝSING: ICEPHARMA KYNNIR

BURT'S BEES 30 ÁRA

Viltu vinna ferð fyrir tvo til Evrópu með WOW air? Það eina sem þarf að gera er að skila inn kvittun fyrir kaupum á Burt's Bees vöru, taka af sér mynd með vöruna og setja á Instagram.

Í ár eru þrjátíu ár síðan snyrtivörumerkið Burt's Bees var stofnað. Af því tilefni ætlar Burt's Bees á Íslandi að efna til skemmtilegs leiks og gefa einum heppnum viðskiptavini flugfar til Evrópu með WOW air fyrir tvo. Upphaf sögunnar á bak við Burt's Bees-vörurnar má rekja allt til ársins 1984 þegar býflugnabóndinn Burt Shavitz tók listakonuna Roxanne Quimbe upp í bíl sinn þegar hún var að húkka sér far heim til sín. Þeim kom vel saman og urðu vinir. Hún fékk áhuga á hunangsflugunum sem Burt ræktaði og fór að framleiða kerti úr afgangsvaxi frá honum.

Þú mátt í alvöru borða varasalvann!

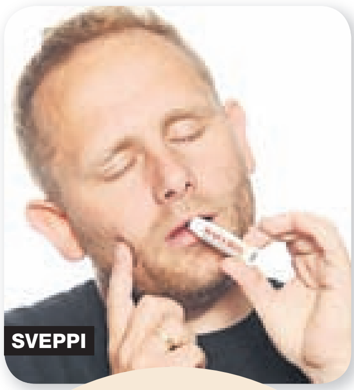
Árið 1991 byrjuðu þau að framleiða varasalva úr hunanginu eftir aldagamalli uppskrift. Varasalvinn sló í gegn og varð vinsælasta varan þeirra og hefur verið það allt til dagsins í dag. Varasalvar, gloss og varalitir frá Burt's Bees eru hundrað prósent náttúrulegir þannig að í raun má borða þá án þess að bera skaða af. Þeir eru gerðir úr hunangi og olíum og ef það er litur í þeim er hann einungis unninn úr blómum. Því er ekki verið að setja nein aukaefni á varirnar.

Hollywood-stjörnurnar elska líka Burt's Bees

Keðjan þeirra Burts og Roxanne óx hratt og starfar nú um allan heim. Burt er milljarðamæringur en býr enn í sama kofanum úti í skógi í Maine með hundinum sínum og hunangsflugunum. Saga Burt's Bees er saga um farsælt fyrirtæki sem ber virðingu fyrir náttúrunni og hag umhverfisins fyrir brjósti. Af þessum ástæðum og fleirum nota þekktir förðunarfræðingar eins og Katey Denno Burt's þegar hún farðar stjörnur eins og Amöndu Seyfried, Christy Turlington og Oliviu Dunn.

Nánari upplýsingar um Burt's Bees má finna á Facebook.

PATTRA SRIYANONGE


SVEPPI

MYNDIR/VALLI

FRIÐRIK DÓR

Þessi eru öll sjúk í varasalvana frá Burt's Bees enda eru þeir 100% náttúrulegir – algjörlega án allra aukaefna. Fólk er almennt orðið meðvitaðra um hvaða snyrtivörur það notar og setur á líkama sinn. Flestir eru komnir með nóg af því að maka á sig fullt af aukaefnum og því sniðugt að nota varasalvana, glossin og varalitina frá Burt's Bees því þeir eru gerðir úr hunangi og olíum og litirnir í þeim eru unnir úr blómum.

KOLBRÚN PÁLÍNA HELGADÓTTIR

SVERRIR BERGMANN

AUÐUNN BLÖNDAL

MANÚELA ÓSK HARÐARDÓTTIR

Burt's Bees-varasalvinn er vinsælasta vara fyrirtækisins og hefur verið það frá upphafi. Hann gefur vörunum næringu og raka og er unninn úr hundrað prósent náttúrulegum efnum. Varasalvinn er hlaðinn kókos- og sólblómaolíu, ríkur af vítamínum og nauðsynlegum fitusýrum sem næra, vernda og mýkja varirnar. Býflugnavaxið heldur vörunum rökum og gljáandi.

Fótakremið frá Burt's Bees er nærandi og hressandi fyrir þurra og þreytta fætur. Þeir verða mýkri en nokkurn tíma áður - á náttúrulegan hátt.

Handáburðurinn frá Burt's Bees er vinnandi höndum kærkomin hjálp. Hann er gerður úr sætri möndluolíu og E-vítamíni til að mýkja þurra húð og býflugnavaxi til að verja hendurnar fyrir utanaðkomandi efnum. Þar sem lyktin af handáburðinum er svo sætt er hún góð áminning um að bera áburðinn á hendurnar til að veita húðinni þá næringu og vernd sem hún þarfnast.

AFMÆLISLEIKURINN

Það sem þarf að gera til þess að geta unnið sér inn flugmiða til Evrópu með WOW air fyrir tvo:

1. Kaupa vöru frá Burt's Bees að eigin vali og skila inn kvittun fyrir kaupunum með nafni, símanúmeri og netfangi í Burt's-kassa á eftirfarandi sölustöðum:

- **Verslunum Lyfja og heilsu í Kringlu, Austurveri og JL-húsinu.**
- **Lyfju á Smáratorgi, Smáralind, Lágmúla, Laugavegi og í Keflavík.**
- **Lyfjaveri á Suðurlandsbraut.**

2. Setja mynd af sér með vörunum á Instagram og merkja hana #minnburt. Sá heppni verður svo dreginn út í næstu viku. Ef fólk á nú þegar vörur frá Burt's Bees þá má það endilega smella mynd af sér ásamt vörunum og setja á Instagram með merkingunni **#minnburt** og þá getur það átt von á að vinna glæsilega gjafakörfu frá Burt's Bees. Leikurinn stendur yfir fram á næstkomandi sunnudag, 28. september.

WOW air

AUGLÝSING: COMMA KYNNIR

HEILLUÐ AF COMMA

Sjónvarpskonan Friðrika Hjördís Geirsdóttir, betur þekkt sem Rikka, var á heimavelli í glæsilegri verslun þýska tískurisans Comma í Smáralind þar sem stíllinn er kvenlegur, klassíkur, elegant og á góðu verði.

„Stíllinn í Comma er klassískur og kvenlegur og alltaf tímalaus og elegant burtséð frá nýjustu tískustraumum. Ég pæli frekar lítið í tískunni en langar að vera klassísk í klæðaburði og þess vegna höfðar margt til mín sem fæst í Comma,“ segir Rikka sem fór í búðarráp í nýrri verslun þýska tískurisans Comma í Smáralind.

„Ég hafði ekki fyrirfram gert mér í hugarlund hvernig upplifun það væri að kaupa sér föt í Comma en þar var yndislegt andrúmsloft og stimamjúkt starfsfólk sem stjanaði við mig og veitti frábæra þjónustu. Það þekkir vörurnar greinilega vel og maður fær heiðarlega ráðgjöf um fataval, snið og litasamsetningar sem klæða mann hvað best.“

Rikka segir allar konur geta fundið sér falleg klæði við hæfi í Comma.

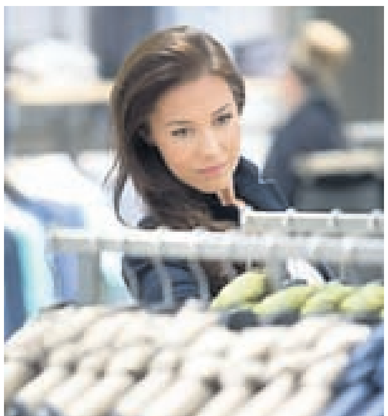
„Ég var hrifin af því hversu ríkulegt úrval er af flottum grunnfötum sem hægt er að nota dags daglega og púsla endalaust saman við til að skapa nýtt útlit. Það finnst mér hrífandi því maður er oft og iðulega í vandræðum með að finna hversdagslegar en jafnframt flottar fatasamsetningar.“

Í Comma fæst einnig litríkt úrval af ekta dúnúlpum og dúnvestum sem kölluðu á Rikku.

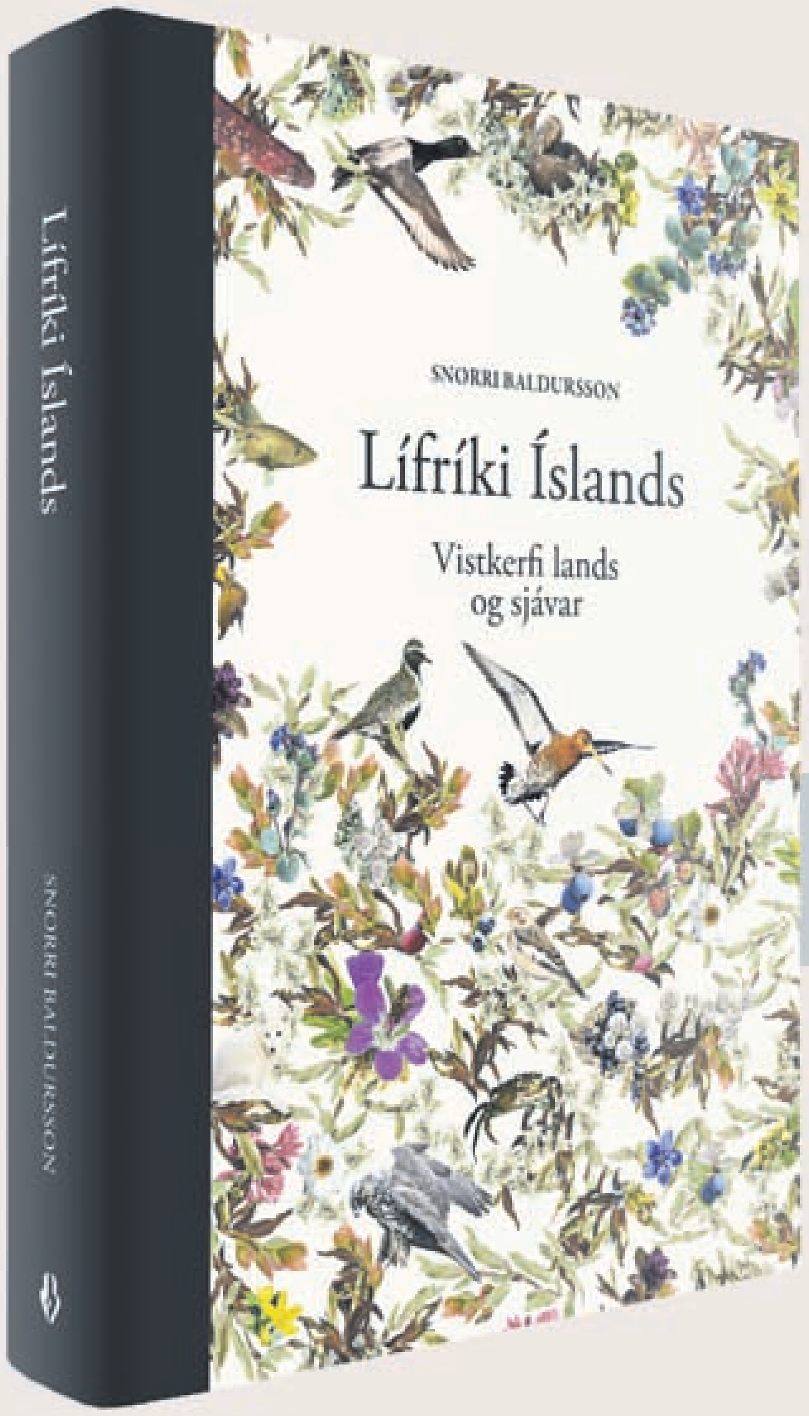
„Úlpurnar voru ótrúlega vandaðar og flottar og einnig dýrindis sjöl sem gott er að henda yfir sig í haustkuldanum. Það var líka gaman að finna gæðin í fatnaði Comma því ég er kröfuhörð á efni og góðan saumaskap,“ segir Rikka sem fann sér margt fallegt til að klæðast í Comma.

„Comma á heillandi fatnað á góðu verði fyrir konur á öllum aldri því allar þurfum við föt til skiptanna. Þar er ótal margt freistandi fyrir minn aldur en einnig yngri og eldri konur. Þá er augljóst að fötin í Comma renna út eins og heitar lummur og maður þarf að vera snöggur til að ná sér í það nýjasta. Á sama tíma er sífellt bætt við nýjum og flottum vörum og því úr nógu af undurfögrum klæðnaði að velja.“

Rikka hafði úr nógu að velja í glæsilegri verslun **Comma** í Smáralind.
MYNDIR/STEFÁN



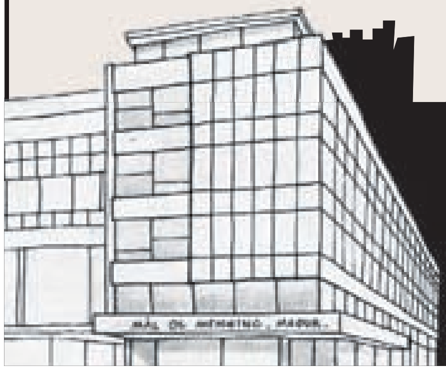
LÍFRÍKI ÍSLANDS



Kynningarverð
13.990 kr.

Glæsilegt yfirlitsrit sem veitir almenningi lifandi yfirsýn yfir fjölbreytt og magnað lífríki Íslands.

Fjallað er um allar helstu tegundir gróðurs og dýralífs á og við Ísland, frá hinu smæsta til hins stærsta.



BÓKABÚÐ
MÁLS & MENNINGAR
LAUGAVEGI 18

Opið alla daga til kl. 22.00
facebook.com/malogmenning
Tilboð gildir til og með 29. sept 2014

TÍSKA LITRÍKAR GÖTUR MÍLANÓ-BORGAR

Tískuvikan í Mílanó er nýafstaðin en þar nutu gestir síðsumarsins í ítölsku borginni með því að sjá meðal annars Dolce&Gabbana og Prada sýna sumartísku næsta árs. Það var greinilegt á götutískunni að haustgráminn hefur ekki náð suður á bóginn en ef gestir klæddust ekki litum frá toppi til táar voru fylgihlutir á borð við töskur eða skartgripi notaðir til að lífga upp á svartan klæðnaðinn.

SMART KJÓLL OG FYLGIHLUTIRNIR EKKI SÍÐRI.

ÞESSI STÚLKA VAR EKKI HRÆDD VIÐ LITINA.

RAUTT OG SVART.

ÞESSI VAR KLÆDD Í PRADA FRÁ TOPPI TIL TÁAR.

FYLGIHLUTIR MOSCHINO INNBLÁSNIR AF SKYNDIBITAUMBÚÐUM HAFA SLEGIÐ Í GEGN MEÐAL TÍSKUUNNENDA. ÞETTA ER TASKA.

FALLEGA BLÁAR BUXUR MEÐ VÍÐUM SKÁLMUM.

GUL TASKA OG ÓVENJULEGUR HRINGUR SETJA SVIP Á HEILDINA.

ÞVÍ MINNI ÞVÍ BETRI.

FALLEGUR KJÓLL SEM FER VEL VIÐ HVÍTA SKÓNA.

HÁIR OG ÖÐRUVÍSI HÆLAR.

NORDICPHOTOS/GETTY

Grand Prix
með viðarfótum - nýung!
kr. 79.800,-

Dropinn
kr. 44.600,-

Sjöan, frambólstrað leður
Tilboðsverð 98.800.-
Fullt verð 183.000.-

REPUBLIC OF **Fritz Hansen**

Hönnun: Arne Jacobsen

3 sérfræðingar
verða hjá okkur núna um helgina,
fimmtudag, föstudag og laugardag
25. – 27. september

Heimsókn
frá eftirtöldum fyrirtækjum

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

epal

Montana
Hönnun: Peter Lassen

Tilboðseiningar frá Montana á góðu verði!
15%
afsláttur af pöntunum

Y stóll, tilboðsverð 119.800.-
Verð áður 150.000.-

Hönnun: Hans Wegner

20%
afsláttur af öllum borðstofuborðum frá Carl Hansen & Son

Carl Hansen & Søn

facebook

Elle Decoration

facebook.com/ELLEDecoration

Tímaritið Elle Decorations er unnendum hönnunar vel þekkt. Tímaritið heldur úti í öflugri Facebook-síðu þar sem hægt er að fá daglegar fréttir um það nýjasta í hönnun hverju sinni. Allt frá spennandi arkitektúr að skemmtilegum leiðum til að flikka upp á heimilið.

Instagram

Sofis Mode

instagram.com/sofismode

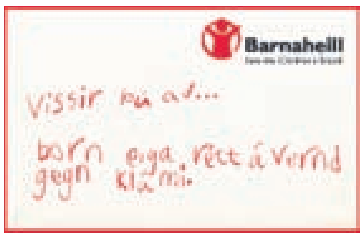
Langi þig til að fylgjast með bak við tjöldin hjá einu vinsælasta tískuriti Svía, þá skaltu fylgjast með Sofis Mode á Instagram. Ritið er fylgikálfur dagblaðsins Aftonbladet en þar vinna margir af frægustu stílistum Svía. Ritinu er stjórnað af Sofi Farhman sem hefur einnig gert garðinn frægan sem rithöfundur, raunveruleikaþáttastjórnandi og einkaþjálfari þar í landi.

Pinterest

Harpers Bazaar Shoes

pinterest.com/harpersbazaar/shoes/

Hver hefur ekki gaman af því að skoða það nýjasta í skótískunni og láta sig dreyma um troðfulla skóskápa? Fáðu nýjustu sniðin og stílana beint í æð á Pinterest-reikningi tímaritsins Harpers Bazaar sem er tileinkaður skóm og öllu sem þeim tengist.

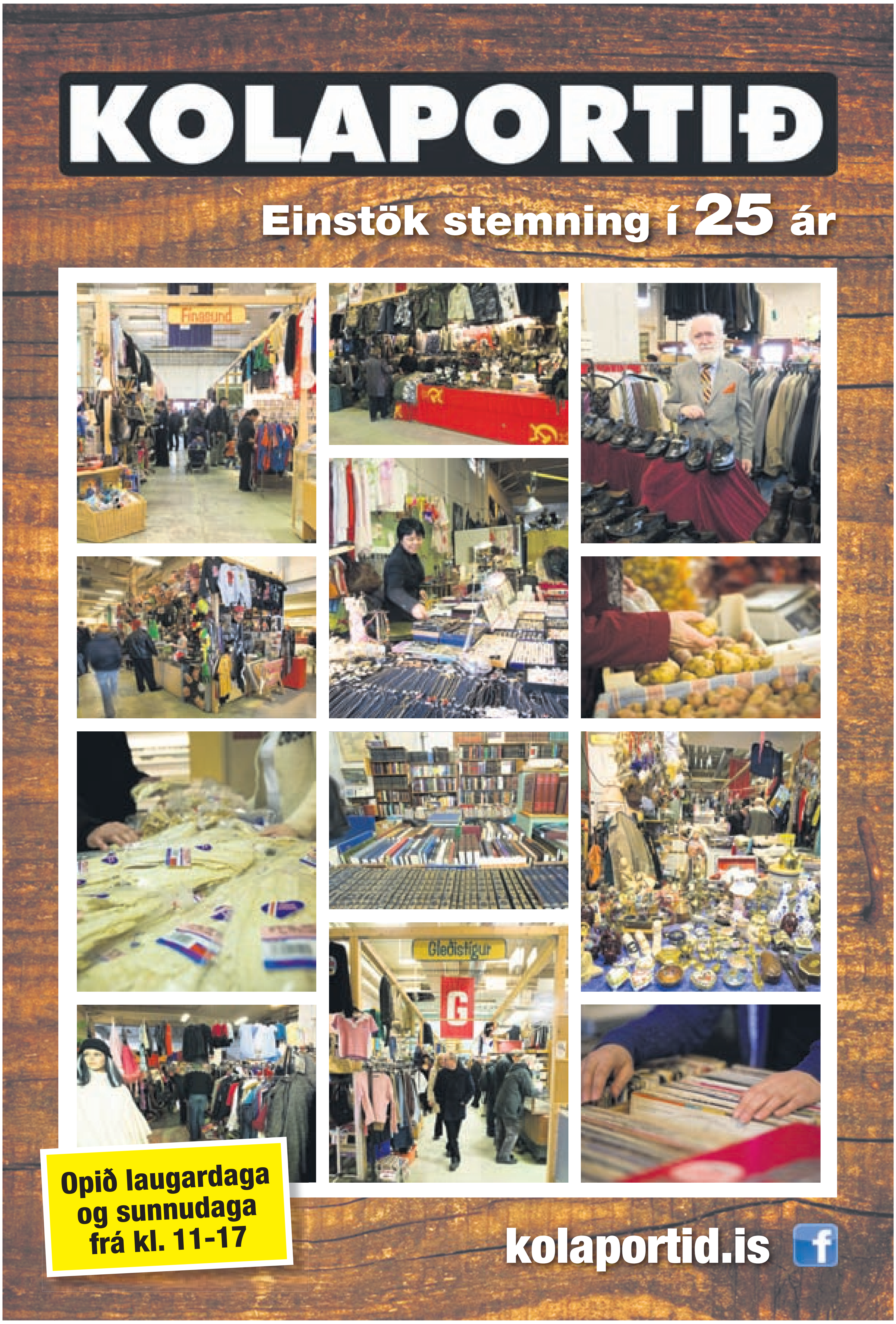


BLOGGARINN VERÐANDI ÞRIGGJA BARNA MÓÐIR Í LA

Cecilia Blankens

ceciliablankens.se

Hin sænska Cecilia Blankens hefur marga fjöruna sopið sem bloggari en hún byrjaði fyrir mörgum árum að deila hversdegi sínum með sænsku þjóðinni. Þá vakti hún athygli fyrir skemmtilegan fatastíl og sem hnyttinn penni. Nú er hún verðandi þriggja barna móðir búsett í Los Angeles ásamt eiginmanni sínum, sem framleiðir American Idol þar í landi. Hún byrjaði sem tískubloggari en er núna innblástur fyrir mæður þar sem hún er dugleg að skrifa um barnaföt. Cecilia er stóra systir hins fræga bloggara Elinar Kling. Blogg Ceciliu er skemmtileg afþreying og sett upp sem vefmiðill en ekki í hinu hefðbundna bloggformi.



KANNSKI BESTU PIZZUR Í HEIMI

GILDIR EINGÖNGU Í TAKE AWAY

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

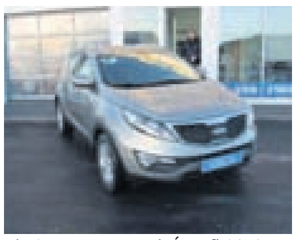
pantaðu á netinu

581 15 15 wilsons.is

Ánanaustum Gnoðavogi 44 Eddufelli 6 Vesturlandsvegi

BÍLAR & FARARTÆKI

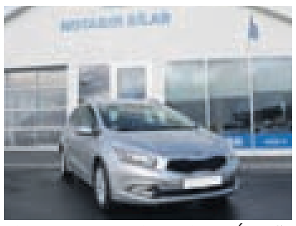
ASKJA
NOTAÐIR BÍLAR



Kia Sportage EX 4wd. Árgerð 2013, ekinn 54 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 4.990.000. Rnr.990689. 6 ár eftir af verksmiðjuábyrgð.

MERCEDES-BENZ ML 500 4matic. Árgerð 2006, ekinn 98 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur. Verð 4.890.000. Rnr.240338.

MMC Pajero intense. Árgerð 2007, ekinn 103 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 3.690.000. Rnr.990679.



Kia cee'd EX 1.6 disel beinsk.. Árgerð 2013, ekinn 34 Þ.KM, dísel, 6 gírar. Verð 3.390.000. Rnr.990965. 6 ár eftir af verksmiðjuábyrgð.

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

HÖFÐABÍLAR
... þar sem bílar seljast

LINCOLN Capri. Árgerð 2003, ekinn -1 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur.Skoðar skipti. Verð 2.690.000. Rnr.220700.

TOYOTA Yaris terra. Árgerð 2013, ekinn 69 Þ.KM, bensín, 5 gírar. Verð 2.340.000.Skoðar skipti á ódýrari Rnr.128232.

Höfðabílar
Fossháls 27, 110 Reykjavík
Sími: 577 4747
Vantar allar gerðir bíla og annara tækja á skrá og staðinn
www.hofdabilar.is

bilfang.is
S. 567 2000

PORSCHE PANAMERA 970 4 Árgerð 2011. Ekinn 53 Þ.KM Verð kr. 12.900.000. Rnr. 191868

SUZUKI GRAND VITARA PREMIUM+ (CRUISE, A/C, ÁLFELGUR) Árgerð 2011. Ekinn 91 Þ.KM Verð kr. 3.090.000. Rnr. 191836

HYUNDAI I30 CLASSIC II Árgerð 2012. Ekinn 89 Þ.KM Verð kr. 1.880.000. Rnr. 125728

HYUNDAI IX35 GLS 4X4 Árgerð 2011. Ekinn 41 Þ.KM Verð kr. 3.480.000.

NISSAN QASHQAI SE Árgerð 2011. Ekinn 51 Þ.KM Verð kr. 3.580.000.

Bílasalan Bílfang
Malarhöfða 2, 110 Rvk.
Sími: 567 2000
Seljum í dag !
www.bilfang.is

NETBÍLAR
www.netbilar.is

VOLVO S60 d3 e-dive. Árgerð 2013, ekinn 26 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð aðeins 4.950.000. Rnr.210073. Möguleiki á allt að 75% fjármögnun.

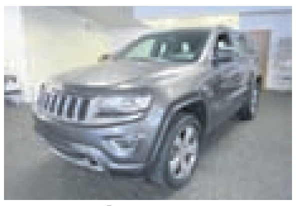
Netbílar.is
Hlíðasmára 2, 201 Kópavogur
Sími: 588 5300
http://www.netbilar.is

STÓRA BÍLASALAN

Skoda Superb Ambition Dísel Árgerð 2012. Ekinn 51þ.km. Sjálfskiptur. Einn eigandi. Flott eintak. Verð 4.300.000kr. Raðnúmer 134225. Sjá nánar á www.stora.is

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

ÍSBAND.IS
BÍLAINNFLUTNINGUR



2014 NÝIR JEEP GRAND CHEROKEE OVERLAND 4X4

Sá flottasti, V6 290hö, eyðsla í blönduðum akstri 10.4L, 8 gíra sjálfskiptur, Hlaðinn lúxus búnaði, Þennan verður þú að skoða, ATH 1 eftir, Tilboðsverð aðeins 10.990þkr, 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

HEIMSBÍLAR

TOYOTA Auris terra. Árgerð 2012, ekinn 54 Þ.KM, bensín, 6 gírar. Verð 2.450.000. skoðar skipti á ódýrari, vel með farinn. Rnr.322801.

HONDA Cr-v i-v-tec 150 hö. Árgerð 2003, ekinn 193 Þ.KM, bensín, 5 gírar. nýtt í bremsum að framan, góður bíll. tilboðsverð 890.000. Rnr.322652

PORSCHE Cayenne s. Árgerð 2005, ekinn 118 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur. Verð 3.790.000.lítur mjög vel út, ný dekk, turbo felgurnar, mjög gott staðgrverð. Rnr.335292.

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

bíll.is
bestir í bílum...

BESTA VERÐIÐ

LAND ROVER Discovery 3 HSE G4 Árgerð 2005, ekinn 136 Þ.KM bensín 7 manna . Besta verðið 3.490.000 Rnr.137533.

Bíll.is
Sími: 577 3777
www.bill.is

VAKA

Vinnuvéla- Lyftara- og Bifreiðaflutningar á verði fyrir þig.

Vaka
Skútuvogi 8, 104 Reykjavík
Sími: 567 6700
24 tíma þjónusta
http://www.vakahf.is

HEKLA
REYKJANESBÆ

M.BENZ A 180. Árgerð 2005, ekinn 136 Þ.KM, dísel, 6 gírar. Verð TILBOÐ ÓSKAST Rnr.110806.

Hekla Söluumboð
Njarðarbraut 13, 260 Reykjanesbæ
Sími: 420 3040
www.heklarnb.is

100 bílar bílasala
Skráðu bílinn frítt hjá okkur

Skráðu bílinn frítt hjá okkur
100 bílar bílasala

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

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.

Nissan Almera árg. ,00. Ssk, mjög vel með farinn, nýl. lakk. Uppl. í s. 8674777.

250-499 þús.

TILBOÐ 390 ÞÚS - VÍSALÁN

HONDA CR-V ,98 ek.200 þús, ssk, ný skoðaður 15, nýlegar álfelgur, heilsársdekk ný massaður, ásett verð 590 þús TILBOÐ 390 ÞÚS möguleiki á 100% visaláni í 36 man, s.841 8955

TILBOÐ 420 ÞÚS - VÍSALÁN

FORD FOCUS 2002 ek.159 þús, 5 dyra, beinskiptur, nýleg kúpling, skoðaður 15, lítur vel út! verð 620 þús TILBOÐ 420 ÞÚS möguleiki á 100%visa raðgreiðslum s.841 8955

Bílar óskast

BÍLL ÓSKAST Á 25-250ÞÚS.

Má þarfnast lagfæringa.

Hringdu S. 615 1815 eða sendu sms.

Sendibílar

Vörubílastöðin Þróttur
ÞRÓTTUR 577-5400
Vörubílar - Kranabílar
Sandur - Mold
Jarðvinna
Sími 577 5400

568 5000
NS
NÝJA - SENDIBÍLASTÖÐIN

Allar stærðir sendibíla. Nýja Sendibílastöðin sími 568-5000.

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 púststviðgerðir, bremsur og allar viðgerðir. Uppl. s. 555 6020.

PJÓNUSTA

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

AXA sér um ALLT
sími 612 3111
axa@oex.is
Bókhald
VSK-uppgjör - Rekstraryfirlit
Skattframtal - Ársreikningur
Laun
Staðgreiðsla - Lífeyrissjóðir
RSK-samskipti

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

Málarar

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

Búslóðaflutningar

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

SENDIBILL.IS

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

bílaland
- NOTAÐIR BÍLAR -
www.bilaland.is

CHEVROLET LACETTI STATION. Nýskr. 04/07, ekinn 115 Þ.KM, bensín, 5 gírar. **VERÐ 890.000.** 100% VISA/EURO lán mögulegt. Rnr.320238.

VW POLO BASICLINE. Nýskr. 03/04, ekinn 110 Þ.KM, bensín, 5 gírar. **VERÐ 690.000.** 100% VISA/EURO lán mögulegt. Rnr.142367.

SUZUKI JIMNY JLX. Nýskr. 06/13, ekinn 7 Þ.KM, bensín, 5 gírar. **VERÐ 2.990.000.** Rnr.142348.

RENAULT MEGANE SCENIC. Nýskr. 03/06, ekinn 120 Þ.KM, bensín, 5 gírar. **VERÐ 890.000.** 100% VISA/EURO lán mögulegt. Rnr.282017.

DODGE RAM 1500 HEMI. Nýskr. 04/07, ekinn 87 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur. **VERÐ 2.990.000.** Rnr.282016.

NISSAN X-TRAIL SE. Nýskr. 10/07, ekinn 159 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. **VERÐ 2.590.000.** Rnr.320073.

MAZDA 3 PLUS. Nýskr. 01/06, ekinn 90 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur. **VERÐ 1.290.000.** Rnr.282047.

Klettháls 11
525 8000
www.bilaland.is

Húsaviðhald

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

PARKETSLÍPUN ÍSLANDS
Parket og borðplötuslípun um allt land. 781 7200. www.parketslipunislands.is

MARKMIÐ VERKTAKAR
ALHLIÐA FASTEIGNAVIÐHALD
Smíðavinna - Pípulagnir
Raflagnir - Málningavinna
Múrviðgerðir - Flísalagnir
Hellulagnir - Jarðvinna
Lóðavinna
Tilboð þér að kostnaðarlausu.
Uppl. í síma: 820 8888

STRÚCTOR BYGGINGAPJÓNUSTA EHF.
Flísalagnir - Múrverk - Flotun. Áratuga reynsla. Þorsteinn s. 893 6994

Spádómar

Spáði í beinni í Sunnudagsmorgnum hjá Sirrý fyrir tveimur árum. Uppl. í S. 690 8160.

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

BARSTÓLAR - 2 STK TIL SÖLU GRÁIR !
Segis barstólar - Noon - eftir Archirivolto Design. Hægt að skoða nánar á www.segis.it er með 2 steingráa eins og á mynd. Óska eftir tilboði. Uppl. í s. 663 3313

Ný gámahús til sölu - tilbúinn til afhendingar. Verð frá 990.000.- auk vsk. Upplýsingar í síma 824-0672 DS-Lausnir ehf

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

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

Atvinnuhúsnæði

Til leigu 175 fm.á Smiðjuvegi .70 fm. Kæli/frystiklefi. Góð innkeyrsludyr. Uppl. 660 5600

Iðnaðarhúsnæði til leigu, 122fm + milliloft í Lindum Kópavogi. Uppl. í s. 698 5454

Geymsluhúsnæði

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

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.

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

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

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

ATVINNA

Atvinna í boði

REKSTRARSTJÓRI ÓSKAST
101Barco er ört vaxandi fyrirtæki á sviði skemmti- og veitingastaða í miðbæ Reykjavíkur. Við óskum eftir rekstrarstjóra fyrir einn af stöðunum okkar. Starfið er fjölbreytt og býður uppá ýmsa möguleika í rekstri skemmti- og veitingastaða. Ef þú ert ábyrgðarfull/ur og skapandi með reynslu af stjórnun og þjónustustörfum
sendu okkur ferilskrá á barco@barco.is, lágmarksaldur er 25 ára.

MOSFELLS BAKARÍ

MOSFELLSBAKARÍ - HÁALEITISBRAUT, RVK.
Óskum eftir þjónustulunduðu, hressu og samviskusömu fólki til að vinna með okkur í verslun okkar að Háaleitisbraut, Rvk. Vinnutími er virka daga frá 13:00 - 18:30 og aðra hverja helgi annann daginn. Umsækjendur þurfa að tala góða íslensku.
Umsóknareyðublöð er hægt að nálgst á netinu. Slóðin er www.mosfellsbakari.is/atvinnu-umsokn/

SKIPSTJÓRI ÓSKAST
Óskað er eftir skipstjóra á togara sem er gerður út frá Grænlandi. (Stærð 901Bt.)
Vinsamlegast sendið ferilskrá í netfang ar@apf.gl eða hringið í síma 8974838. Arnar Þór Ragnarsson.

VÉLSTJÓRI ÓSKAST
Óskað er eftir vélstjóra á línubát sem er gerður út frá Grænlandi. (Vélarstærð 750 KW)
Vinsamlegast sendið ferilskrá í netfang ar@apf.gl eða hringið í síma 8974838. Arnar Þór Ragnarsson.

Nýtt kaffihús óskar eftir matreiðslumanni og afgreiðslufólki til starfa. Umsóknir sendist til thjonusta@365.is merkt „kaffihús"

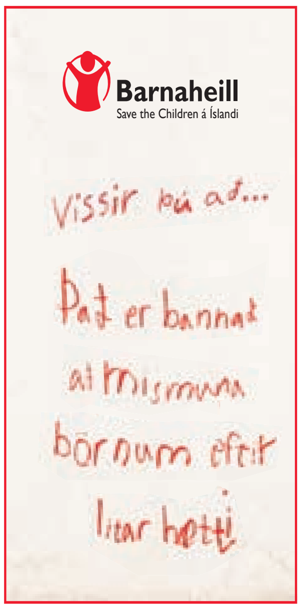
KORNIÐ
Starfsfólk óskast í Kornið í Spöng, Grafarvogi og Hjallabrekku, Kópavogi. Vinnutími 06:50-12:30 alla virka daga. Umsóknir sendist à umsokn@kornid.is

Vantar starfsmenn í fullt starf í Svanhvít Efnalaug & Þvottahús. Vinnutími frá 8-16 eða 10-18! Umsóknir og nánari upplýsingar um stöðurnar fást á svanhvit@svanhvit.is Góð íslenskukunnátta er skilyrði í báðar stöðurnar

TILKYNNINGAR

Einkamál

Rauða Torgið
Sönn tilbreyting • Heit ævintýri
Stefnumót: 905-2000 • 535-9920
Konur, allt frítt í s. 555-4321
Karlar auglýsa frítt, 535-9922
Heitar kynlífssögur
905-2002 • 535-9930
Símadömur • live spjall
908-6000 • 535-9999



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

LEIKIR HELGARINNAR
Laugardagur 27. sept
11:35 Liverpool - Everton
13:50 Chelsea - Aston Villa
13:50 Man.United - West Ham.United
16:20 Arsenal - Tottenham

HLJÓMSVEITIN KLETTAR

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

http://www.facebook.com/cafecatalina
Heimilismatur í hádeginu virka daga • Eldhúsið opið alladaga til kl. 21:00 • Boltatilboð • Snyrtilegur klæðnaður áskilin

atvinna

Auglýsum eftir matráði í nýtt mötuneyti Vísis hf í Miðgarði 3, Grindavík.

VÍSIR

Við leitum að starfsmanni með reynslu af matreiðslu í stóreldhúsi, hefur skipulagshæfileika og er sjálfstæður í vinnubrögðum.

Við höfum áhuga á að fá til liðs við okkur jákvæðan starfsmann sem býr yfir góðum hæfileikum í mannlegum samskiptum. Helstu verkefni starfsmanns eru matseld og innkaup.

Launakjör samkvæmt kjarasamningi SA og viðkomandi stéttarfélags.

Umsóknarfrestur er til 3.okt

Frekari upplýsingar hjá Ingólfi Hjaltalín í síma 856 5754, einnig hægt að senda tölvupóst á netfang ingi@visirhf.is

tilkynningar

Skipulagsstofnun

Mat á umhverfisáhrifum

Álit Skipulagsstofnunar

Skipulagsstofnun hefur sent frá sér álit um mat á umhverfisáhrifum **Rannsóknarborana í Eldvörpum í Grindavíkurbæ** samkvæmt lögum nr. 106/2000. Álitið og matsskýrsla framkvæmdaraðila liggja frammi hjá Skipulagsstofnun, Laugavegi 166, Reykjavík og á **www.skipulagsstofnun.is**

Reykjavíkurborg
Umverfis- og skipulagssvið

Auglýsing um breytingar á deiliskipulagi í Reykjavík

Í samræmi við 43. gr. skipulagslaga nr. 123/2010, er hér með auglýst tillaga að breytingu á deiliskipulagi í Reykjavík.

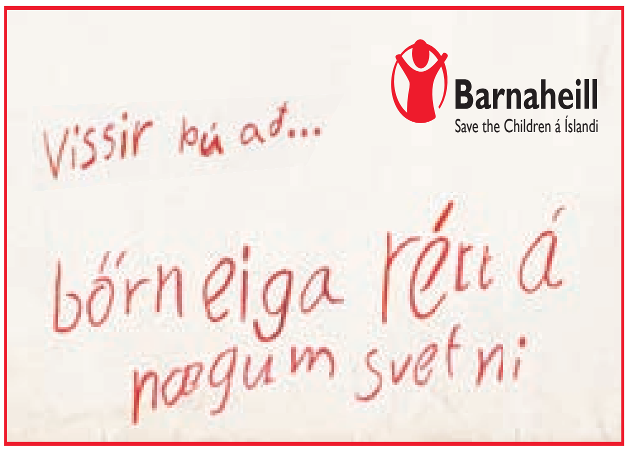
Bryggjuhverfi

Tillaga að breytingu á deiliskipulagi Bryggjuhverfis vegna húsagerða 12 og 15 við Tangabryggju og Naustabryggju. Í breytingunni felst m.a. að bil milli húsa, merkt nr. 12, er breytt lítillega, innkeyrslum fjölgað í tvær og bílastæðaskilmálar endurskoðaðir m.t.t. aðalskipulags 2010-2030. Byggingareitur húss nr. 15 er skipt í tvo hluta og er gert ráð fyrir gangstíg á milli húsa. Einnig er gerð ný lóð fyrir spennistöð.
Nánar um tillöguna vísast til kynningargagna.

Tillagan liggur frammi í þjónustuveri Reykjavíkurborgar að **Borgartúni 12-14**, 1. hæð, virka daga kl. 8:20 – 16:15, **frá 26. september 2014 til og með 7. nóvember 2014**. Einnig má sjá tillöguna á heimasíðunni, ***www.reykjavik.is***, undir skipulag í kynningu. Eru þeir sem telja sig eiga hagsmuna að gæta hvattir til að kynna sér tillöguna. **Ábendingum og athugasemdum við tillöguna skal skila skriflega, til umhverfis – og skipulagsviðs, b.t. skipulagsfulltrúa, eða á netfangið skipulag@reykjavik.is, eigi síðar en 7. nóvember 2014. Vinsamlegast notið uppgefið netfang fyrir innsendar athugasemdir með tölvupósti.**

Reykjavík 26. september 2013
Skipulagsfulltrúi Reykjavíkur

BORGARTÚNI 12-14 - 105 REYKJAVÍK - SÍMI 411 1111 - MYNDSENDIR 411 3071



KL. 19:45
Logi
Laufléttur og bráðskemmtilegur þáttur í stjórn Loga Bergmann. Skemmtilegir viðmælendur, frábær tónlistaratriði og ýmsar óvæntar uppákomur.

Skemmtilegt föstudagskvöld

KL. 20:30
Mike And Molly
Skemmtileg gamanþáttaröð um turtildúfurnar Mike Biggs og Molly Flynn.

KL. 20:55
NCIS: Los Angeles
Spennuþáttaröð með Chris O´Donnell og LL Cool J í aðalhlutverkum.

KL. 22:00
Pacific Rim
Frábær spennumynd með Idris Elba, Charlie Hunnam og Rinko Kikuchi í aðalhlutverkum.

KL. 19:00
Seinfeld
Ein vinsælasta gamanþáttaröð allra tíma með Jerry Seinfeld í aðalhlutverki.

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 kominn til Íslands. Simon Cowell, Mel B, Cheryl Cole og Louis Walsh skipa dómnefndina.

Fáðu þér áskrift! 365.IS

SUDOKU

LÉTT

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

MIÐLUNGS

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

ÞUNG

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

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

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

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

LAUSN SÍÐUSTU SUDOKU

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

Lausnin verður birt í næsta tölublaði Fréttablaðsins.

Myndasögur

PONDUS

Eftir Frode Øverli

GELGJAN

Eftir Jerry Scott & Jim Borgman

BARNALÁN

Eftir Jerry Scott & Rick Kirkman

SPAKMÆLI DAGSINS

„Peningar og velgengni breyta ekki fólki; það magnar bara upp það sem bjó innra með því fyrir.“

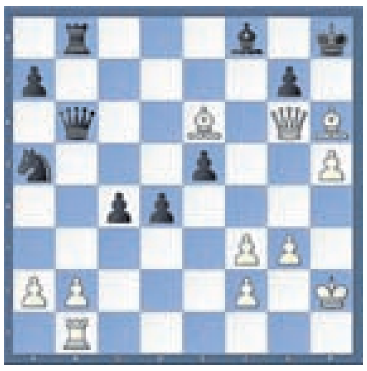
Will Smith leikari.

SKÁK

Gunnar Björnsson

Vignir Vatnar Stefánsson (1.963) vann norska skákmanninn Andre Nielsen (1.836) í fimmtu umferð HM ungmenna.

Hvítur á leik:



32. Bxg7+! Bxg7 33. h6 Dc7 34. Bf7! Svartur gafst upp enda óverjandi mát eða mikið liðstap framundan. Vignir Vatnar hafði 3,5 vinninga eftir 6 umferðir.

www.skak.is: Skemmtikvöld hjá TR í kvöld.

KROSSGÁTA

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

LÁRÉTT
2. skraf, **6.** vörumerki, **8.** skordýr, **9.** að, **11.** mjöður, **12.** yfirstéttar, **14.** létt hlaup, **16.** drykkur, **17.** útsæði, **18.** kerald, **20.** bardagi, **21.** lima sundur.

LÓÐRÉTT
1. hleypa, **3.** frá, **4.** ofbjóða, **5.** bæli, **7.** kurteisi, **10.** draup, **13.** mærð, **15.** gleðja, **16.** blekking, **19.** til.

LAUSN

LÁRÉTT: 2. rabb, **6.** ss, **8.** fló, **9.** til, **11.** öl, **12.** aðals, **14.** skokk, **16.** te, **17.** fræ, **18.** áma, **20.** at, **21.** liða.
LÓÐRÉTT: 1. ysta, **3.** af, **4.** blöskra, **5.** ból, **7.** siðsemi, **10.** lak, **13.** lof, **15.** kæta, **16.** tál, **19.** að.

RÝMINGARSALA

ALLT AÐ 70%
AFSLÁTTUR Á 1.000 VÖRUM!

VERÐHRUN • ÚTLITSGALLAÐAR
SÝNISEINTÖK • RÝMINGARVERÐ

FARTÖLVUR • SPJALDTÖLVUR • TÖLVUSKJÁIR
BORÐTÖLVUR • SKJÁKORT • PRENTARAR • TURNKASSAR
MINNISLYKLAR • HARÐIR DISKAR • SSD • FARTÖLVUTÖSKUR • MÓÐURBORÐ
FLAKKARAR • NETBÚNAÐUR • PAPPÍR • HÁTALARAR • SJÓNVARPSFLAKKARAR
TÓNERHYLKI • VIFTUR • GEISLADISKAR • VEFMYNDAVÉLAR • LYKLABORÐ • MINNISKORT • SKANNAR
HEYRNARTÓL • STÝRIPINNAR • ÍHLUTIR • KÆLINGAR • MÚSAMOTTUR • VINNSLUMINNI • HÝSINGAR
HLJÓÐNEMAR • MÝS • MARGMIÐLUNARSPILARAR • SKRIFARAR • HLJÓÐKORT • TÖLVULEIKIR • AFLGJAFAR • LEIKJAMÝS

Birt með fyrirvara um innsláttarvillur og verðbrengl.

tl.is

TÖLVULISTINN

REYKJAVÍK	AKUREYRI	HÚSAVÍK	EGILSSTAÐIR	KEFLAVÍK	SELFOSS	AKRANES	HAFNARFJÖRÐUR
SUÐURLANDSBRAUT 26	GLERÁRGÖTU 30	GARÐARSBRAUT 18A	KAUPVANGI 6	HAFNARGÖTU 90	AUSTURVEGI 34	ÞJÓÐBRAUT 1	REYKJAVÍKURVEGI 66
Sími 414 1700	Sími 414 1730	Sími 464 1600	Sími 414 1735	Sími 414 1740	Sími 414 1745	SÍMI 431 3333	Sími 414 1750

BÓNUS BÓNUS BÓNUS BÓNUS BÓNUS

Gott verð í Bónus Gott verð í Bónus

298 kr. stk.
OSRAM e-27 Classic ljósaperur
46w=60W • 57w=75W • 30w=40W

198 Stærri **159** Minni
Bónus fjölnotapokinn

129 2 ltr.

4 Coke á verði 3
148 kr. flaskan
594 kr. 4x1.5 ltr.

398 kr. 50 stk. **359** kr. 30 stk
Hansa teljós
50 stk. 4 klst. brunatími: **398 kr.**
30 stk. 6 klst. brunatími: **359 kr.**

198 300g
EuroShopper **Ostapizza / Margherita 300g**

339 200g
OS **Pizzaostur** 200g

10% afsláttur
Við kassann; verð áður 589 kr

530 kr. 518g.

159 100g
Bónus **Hafrakaka** 100g

259 650g
Bónus **NÝBAKAÐ Normalbrauð** 650g

259 400g
Ferskt **pizzadeig** 400g

398 153g
Bónus **pepperoni** 153g

198 120g
Bónus **NÝBÖKUÐ Ostaslaufa ca.**120g

129 500g
Bónus **Kornbrauð** 500g

359 500g
Bónus **Kaffi 500g**

Sérskorið ferskt lambalæri
HAUST 2014 SLÁTRUN
1498 kr. kg.

AFGREIÐSLUTÍMI
FÖSTUDAGUR
10:00-19:30

BÓNUS EKKERT BRUÐL

VISA

Ath. Vöruverð í þessari auglýsingu gildir frá **fimmtudegi til sunnudags**

BÓNUS BÓNUS BÓNUS BÓNUS
Íslenskt Já takk Íslenskt Já takk
359 kr. 500g.
Akursel
Nýjar íslenskar lífrænar gulrætur
398 kr.kg.
íslenskir tómatar 1 kg.
398 kr 125g
Bónus Lambhagablanda
HAUST 2014 SLÁTRUN
KJARNAFÆÐI
798 kr. kg.
K.F: Ferskt lambasúpukjöt 1. flokkur af nýslátruðu
198 kr. kg.
Nýjar íslenskar kartöflur
Rauðar og Gullauga í lausu
198 kr. kg.
Nýjar íslenskar gulrófur
HAUST 2014 SLÁTRUN
1398 kr. kg.
Kjarnafæði Ferskt lambalæri af nýslátruðu
HAUST 2014 SLÁTRUN
ÍSLANDS LAMB
1898 kr. kg.
Ferskur hálfur lambahryggur af nýslátruðu (lundarparturinn)
GOÐI
EINUNGIS FRAMHRYGGJABITAR
1598 kr. kg.
Goða Sérvalið lambasaltkjöt 1.flokkur
HAUST 2014 SLÁTRUN
1879 kr. kg.
Kjarnafæði Ferskur lambahryggur af nýslátruðu
GOTT VERÐ Í BÓNUS
100 kr. lækkun
Verð áður: 1695 kr.kg
ÍSLANDS NAUT
1595 kr. kg.
Íslandsnaut: Ferskt ungnautahakk
BÓNUS Kjúklingur Bringur
1995 kr. kg.
Bónus ferskar kjúklingabringur
659 kr. kg.
Bónus ferskur grísabógur
1098 kr. kg.
Bónus ferskar grísakótilettur
745 kr. kg.
Bónus ferskur heill kjúklingur
BÓNUS EKKERT BRUÐL
VISA
AFGREIÐSLUTÍMI
FÖSTUDAGUR
10:00-19:30

Einföld og látlaus kveðjustund

DANS ★★★☆☆

GOOD/BYE
Höfundur og dansari: Snædís Lilja Ingadóttir
Leikstjóri: Svandís Dóra Einarsdóttir
Tónlist: Ólafur Josephsson
Búningahönnun: Agnieszka Baranowska
SÝNT Í TJARNARBÍÓI 23. SEPTEMBER

Dansverkið GOOD/BYE eftir Snædísi Lilju Ingadóttur var frumsýnt í Tjarnarbíói þriðjudaginn 23. september síðastliðinn. Aðeins var um þessa einu sýningu að ræða nú en líkur eru á að verkið verði tekið upp aftur þegar snjóa fer að leysa í vor. GOOD/BYE fjallar um eitt einstakt athæfi; það að kveðja, athæfi sem oftast er einfalt og hversdagslegt en getur verið eitt af því óbærilegasta sem nokkur manneskja þarf að upplifa. Snædís setur kveðjuathöfnina fram á einfaldan og látlausan hátt. Lýsingin er tær og búningar og umgjörð í svart/hvítu. Texti sem hún flytur er einnig skýr og einfaldur. Tónlistin, tengd við hljóðbrot úr völdum bíómyndum, var heldur ruglingslegri í framsetningu. Á sama tíma og textinn sem Snædís flutti náði vel til undirritaðrar þá fór textinn úr myndbrotunum nokkuð fyrir ofan garð og neðan. Athyglin var á því sem var á sviðinu og myndtextarnir náðu ekki almennilega að verða hluti af því.

Snædís er fallegur dansari og hefur gott vald yfir líkamanum sem miðli til tjáningar. Þetta kom ekki síst fram í upphafi verksins þar sem smáar en markvissar hreyfingar voru endurteknar aftur og aftur og héldu síðan áfram að birtast sem kærkomin kennileiti út verkið. Uppbygging frasa var oft áhugaverð þar sem t.d. á einum stað, í anda Trishu Brown, ein hreyfing óx í gegnum endurtekningu þar til hún varð að heilum frasa sem átti síðan sín tilbrigði og stef sem finna mátti víðar í verkinu. Stígandin í verkinu var góð en það vantaði meiri dýpt í efnistökin. Hin óbærilega þjáning sem fylgir sárum kveðjustundum var til dæmis hvergi sjáanleg þótt vissulega væri aðskilnaðurinn greinilega stundum sár.

Sesselja G. Magnúsdóttir

NIÐURSTAÐA: GOOD/BYE er einfalt og skýrt verk og mjög gott til áhorfs. Efnið gaf þó tilefni til átakameiri úrvinnslu.

GOOD/BYE "Stígandinn í verkinu var góður en það vantaði meiri dýpt í efnistökin."
MYND: RÓSA BRAGADÓTTIR

Á FLUGVELLINUM Elsa Lefebvre, Philip Vormwald, Maja Jantar og Angela Rawlings. Gústav Geir vantar á myndina.

Árstíð dropans fer í hönd

Fimm listamenn opna sýningu í verksmiðjunni á Hjalteyri á laugardag. Hún heitir Villtar svefnfarir fyrir iðnaðarvistfræðinga og er innsetning og gjörningur. Gestir við opnun eru hvattir til að taka með sér kvöldskatt, dansskó og sundföt.

„Listamennirnir hafa dvalið hér undanfarnar vikur í alþjóðlegri gestavinnustofu og það sem sameinar þá er að tengja sýninguna svæðinu að miklu leyti," segir Gústav Geir Bollason myndlistarmaður um sýningu sem opnuð verður í verksmiðjunni á Hjalteyri á laugardag klukkan 18. Titill hennar er Villtar svefnfarir fyrir iðnaðarvistfræðinga. Angela Rawlings er sýningarstjóri og hefur fengið til liðs við sig fjóra aðra listamenn. Gústav er einn þeirra, auk þess að hafa umsjón með verksmiðjunni. „Ég er eins og gestalistamaður þó ég sé heimamaður," segir hann glaðlega og ætlar meðal annars að setja upp lítinn skúlptúr. Efniviðinn hefur hann tínt upp á berangri. „Strúktúrinn er eins og lítið hús með hvolfþaki og dropi fellur síðan úr þaki niður á steypu. Nú fer í hönd árstíð dropans í verksmiðjunni því í haustrigningum fara vissir staðir á flot. Ég spila á það," segir Gústav og lýsir líka verkum hinna listamannanna:

„Philip Vormwald er fyrst og fremst teiknari en hann er búinn að gera kvikmynd sem hann tók á Flugsafninu á Akureyri og fjallar um mók í almenningsfarartækjum. Hann telur tækin hafa dáleiðsluáhrif.

Elsa Lefebvre er með litskrúðugt rafmagnskerfi, búið til úr hinu og þessu. Það eru viðbrögð hennar við að koma inn í tómt og yfirgefið rými og tilraun til að hemja óttann sem slíkir staðir geta vakið. En það er enginn straumur á verkinu, ákveðin leið til að gefa tæknilegri fullkomnun langt nef.

Angela Rawlings heldur utan um sýninguna og er með ritúal sem nær utan um ýmsar sögur sem hún hefur heyrt af staðnum og tengingar við upplifanir hennar á þessu umhverfi og Maja Jantar er tónlistarmaður fyrst og fremst en lagar sig að aðstæðum og gerir líka myndlistarverk úr efniviði sem ekki telst göfugur. Hún notar rauðan þráð sem dýptarmæli í verksmiðjunni."

> **Nú fer í hönd árstíð dropans í verksmiðjunni því í haustrigningum fara vissir staðir á flot. Ég spila á það.**
> *Gústav Geir Bollason.*

Eitt verk segir Gústav frekar kómískt. Þar er verksmiðjan notuð eins og hljóðfæri sem listamennirnir leika á með tilfallandi hlutum. Skyldi það vera þess vegna sem fólk er hvatt til að taka dansskóna með á opnunina, ásamt kvöldskatti og sundfötum? „Já, við viljum ekki missa fólk strax heim heldur fá það til að borða eitthvað saman, dansa og skella sér í pollinn."

gun@frettabladid.is

SUMARLEIKUR ORMSSON 2014
Þessi auglýsing er aðeins á *milli vina*

Til að eiga möguleika á þessu veglega 50" sjónvarpi frá **Sharp að verðmæti 219.900 kr.** þarf bæði að *„LÍKA"* Facebook-síðu ORMSSON fylla út og koma með þátttökuseðilinn hér í verslun okkar að Lágmúla 8.
facebook.com/ormsson.is

SUMARLEIKUR ORMSSON 2014
Nafn:
Heimili:
Sími:
Kennitala:

Vinir ORMSSON á Facebook eiga nú möguleika á
RISAVINNINGI
Í KVÖLD – 26. SEPTEMBER – DRÖGUM VIÐ ÚT RISAVINNINGINN Í SUMARLEIK ORMSSON

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

Suðurlandsbraut 20 108 Reykjavík Sími: 595 0500 www.egillarnason.is Opnunartímar: Mánudaga - föstudaga kl. 9 - 18 og laugardaga kl. 11 - 15

Heimili uppistandsins

„Ég er bara mjög léttur, þetta verður skemmtilegt. Er bara mjög spenntur fyrir þessu,“ segir ókrýndur spjallþáttakóngur Íslands, Logi Bergmann Eiðsson, en hann fer af stað með spjallþáttinn sinn Loga á Stöð 2 í kvöld. „Við erum búin að gera smá breytingar á þættinum, en hann verður að sjálfsögðu enn í beinni útsendingu og með áhorfendur í sal. Þátturinn hefur verið sem heimili uppistandsins og í fyrra fengum við sex uppistandara til okkar og óskum eftir fleirum fyrir veturinn,“ segir Logi, en hann leitar einnig að fólki með tilgangslausa hæfileika til þess að koma fram í þættinum. „Þetta er gott tækifæri fyrir þá sem komust ekki í Ísland Got Talent að spreyta sig,“ segir Logi léttur.

LOGI BERGMANN EIÐSSON

Þátturinn verður eins og áður sagði sýndur á föstudagskvöldum á Stöð 2 í vetur. „Fyrsti þátturinn verður mjög skemmtilegur. Magnús Scheving ætlar að kíkja á okkur ásamt Kötlu Margréti úr Stelpunum. Svo kemur Svavar í Prins Póló og ætlar að taka upphaflega útgáfu af sumarsmellinum París norðursins. Mér finnst það svona viðeigandi að byrja veturinn á sumarsmellinum,“ segir Logi.

- asi

FÖSTUDAGUR

26. SEPTEMBER

HVAÐ? HVENÆR? HVAR?

Tónleikar

12.00 Fyrstu tónleikar haustsins í tónleikaröðinni Á ljúfum nótum í Laugarneskirkju. Tónleikarnir taka um hálfa klukkustund, miðaverð er 1.500 kr. Flutt verða sönglög og píanóverk eftir Edward Grieg. Flytjendur eru Þórunn Elín Pétursdóttir sópran og Magnús Ragnarsson píanóleikari.

12.10 Íslenski flautukórinn og Listasafn Íslands standa fyrir hádegistónleikaröð í Listasafni Íslands. Flytjendur eru Áshildur Haraldsdóttir, Margrét Stefánsdóttir og Þuríður Jónsdóttir. Aðgangur er ókeypis en að tónleikunum loknum býður Kaffistofa listasafnsins upp á hádegisverðartilboð.

12.15 Þóra Einarsdóttir sópransöngkona syngur með Nínu Margréti í tónleikaröðinni Klassík í hádeginu í Menningarstöðinni Gerðubergi.

19.30 Palli og Monika halda tónleika í Café Flóru, Grasagarðinum í Laugardal. Takmarkað upplag miða í boði. Örfáir miðar eru í boði á midi.is fyrir 2.500 krónur stykkið.

20.00 Rokkveisla Lenovo á Kexi Hosteli. Pétur Ben, Low Roar, Agent Fresco og DIMMA troða upp.

21.00 Dúóið Hundur í óskilum mun skemmta gestum á Café Rósenberg.

21.00 Hjálmar fagna tíu ára afmæli í Hörpu. Aðgangseyrir frá 3.990 krónum.

21.00 Tónlistarmennirnir Felix Bergsson og Hlynur Ben koma fram á Stracta Hóteli á Hellu.

21.00 Kjuregej eða Alexandra Argunova spilar lög frá heimalandi sínu, Síberíu, ásamt sígildum rússneskum lögum í Mengi. 2.000 krónur inn og mælt er með að fólk komi með eigin veigar.

22.00 Stafrænn Hákon fagnar ferskri

afurð á Húrra í kvöld er ber nafnið „Kælir Varðhund“. 1.500 krónur inn.

22.00 Hljómsveitin Krulludýrið treður upp á Hressingarskálanum.

22.00 Drekka spilar á Dillon ásamt AMFJ og Kvöl.

23.00 Bandaríski tónlistarmaðurinn Roland Hartwell leikur og syngur á Ob-La-Dí-Ob-La-Da, Frakkastíg 8.

Leiklist

19.30 Konan við 1000° eftir Hallgrím Helgason er frumsýnd í Kassa Þjóðleikhússins í kvöld. 2.000 króna aðgangseyrir.

20.00 Leikritið Gaukar frumsýnt í Borgarleikhúsinu. Miðinn kostar 2.900 krónur.

Fræðsla

17.00 Þá er komið að fyrstu vísindaferð skólaársins. Siðmennt býður upp á bjór á efri hæð Ölsmiðjunnar á kynningu á starfsemi félagsins. Það verða takmörkuð sæti í boði en til þess að sækja um pláss þarf að senda línu á inp5@hi.is.

Síðustu forvöð

10.00 Seinasti séns til að sjá sýningu Listasafns Íslands á verkum myndhöggvarans Sigurjóns Ólafssonar. Opið frá 10 til 17. 1.000 króna aðgangseyrir.

Kvikmyndir

20.00 RIFF býður upp á bílabíó á bílaplaninu við Smáralind. Takmarkaður fjöldi bíla kemst að en verð er 3.000 krónur per bíl.

Bókmenntir

17.00 Útgáfufögnuður í bókabúðinni Eymundsson (á efri hæð) fyrir skáldsöguna Segulskekkju eftir Soffíu Bjarnadóttur.

Málþing

15.00 Í tilefni Evrópska tungumáladagsins stendur Stofnun Vigdísar Finnbogadóttur í erlendum tungumálum fyrir hátíðardagskrá í í dag. Málþingið ber yfirskriftina Tungumálakunnátta er allra hagur og fer fram í stofu 101 í Lögbergi í Háskóla Íslands.

Tónlist

20.00 Trúbadorarinn Roland byrjar kvöldið og síðan taka trúbadorarnir Alexander & Guðmann við á English Pub í kvöld.

21.00 DJ KGB skemmtir lýðnum á fyrstu hæð Dollý á meðan DJ Sonur Sæll þeytir skífum á annarri hæðinni.

22.00 DJ Sonur Sæll, DJ Kári og Kocoon spila „back-to-back“ hipphoppsett á Prikinu í kvöld.

22.00 DJ Andrea spilar vel valin lög á Dillon í kvöld.

22.00 Plötusnúðarnir Árni Valur, Hendrik, Frímann og Silla leika fyrir dansi á Palóma í kvöld.

23.00 DJ Pétur Valmundur þeytir skífum á Park á Hverfisgötu í kvöld.

Listamannaspjall

12.00 Ruben Östlund ræðir feril sinn í Norræna húsinu en Hafsteinn Gunnar Sigurðsson, leikstjóri stjórnar umræðunum. Aðgangur er ókeypis.

Fyrirlestrar

12.00 Stjórnmálafræðingurinn Dr. Bradley Thayer heldur fyrirlestur á Háskólatorgi um samband Bandaríkjanna og Rússlands eftir breytt ástand í Úkraínu.

Myndlist

17.00 Túban 2014 er samsýning á vídeóverkum og er haldin á Gömlu Stofunni, í gula húsinu við Ingólfstorg. Verk eftir fjölmarga listamenn sýnd.

Samkoma

22.00 Kaffihúsakvöld á Center Club & Lounge í Keflavík. 1.000 kr. inn og frír bjór á meðan birgðir endast. 5 í fötu á 1.500 krónur, stór bjór á 500 krónur, einfaldur á 1.000 krónur. Björn Elvar þeytir skífum.

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

FRÉTTABLAÐIÐ ER HELGARBLAÐIÐ

HERBJÖRG ER ÍSLAND

Guðrún S. Gísladóttir fer með hlutverk Herbjargar Maríu Björnsson í Konan við 1000° eftir Hallgrím Helgason. Herbjörg á sér raunverulega fyrirmynd en Guðrún segist helst horfa til ömmu sinnar og ömmusystur við sköpun persónunnar.

Uppgangur hægri öfgaflokka í Evrópu

Þjóðernissinnaðir hægri öfgaflokkar eru í uppgangi víða um Evrópu. Nýjasta dæmið er gott gengi Svíþjóðardemókrata í sænsku þingkosningunum.

Sameina fjölskyldu- og hljómsveitarlífið

Þau **Steinunn Jónsdóttir** og **Magnús Jónsson** eru par, foreldrar og forsprakkar hljómsveitarinnar Amaba Dama. Þau ræða óvæntar vinsældir og hvernig það er að sameina fjölskyldu- og hljómsveitarlífið.

Nýjasta tækni

Fjallað er um nýjustu **tækni og tól.** Fjallað er um Iphone 6 og hann borinn saman við fyrri gerðir. Öpp eru kynnt og rýnt í tölvuleiki.

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

HELGARBLAÐ FRÉTTABLAÐSINS *Ómissandi hluti af góðri helgi*

Trans-Atlantic í 10 ár

HIN VILLTA DULÚÐ

SRI LANKA

TÖFRANDI EYJA SEM Á ENGA SÍNA LÍKA

2-15 NÓVEMBER 2014

Stórkostleg náttúra, einstakt mannlíf og forn menning. Upplifðu fjölbreytt dýralíf í safarí-ferðum um þjóðgarða eyjunnar, þar sem sjá má fílahjarðir, hlébarða, krókódíla, buffala, apa, slöngur og einstakt fuglalíf.

Við heimsækjum:

- Habarana
- Pennawela Elephant Orphanage
- Dambulla
- Rock Temple
- Polonnaruwa
- Matale, Kandy

o.fl. áhugaverða staði.

Flug, allir skattar og gjöld
Gisting með morgunmat og hálfu fæði
Allur akstur samkvæmt dagskrá
Aðgangseyrir á viðkomustöðum
Ferð á fílsbaki
Menningarsýning í Kandy að kvöldlagi
Íslensk fararstjórn

Kynntu þér málið á **transatlantic.is**
og í síma **588-8900**

Vita ICELANDAIR Trans-Atlantic

LÍFIÐ

Victoria Beckham opnar verslun í London

Tískumógúllinn Victoria Beckham opnaði gríðarstóra verslun við Dover-stræti í London í vikunni. Victoria fékk íranskættaða arkitektinn Farshid Moussavi til að sjá um hönnun staðarins. Í versluninni verður hægt að fá allt í línu Victoriu Beckham sem hefur slegið í gegn.

FÖTIN HANGA Á STÍLHREINUM KEÐJUM

Sósukonur snúa aftur

Ný sería af Stelpunum frumsýnd á laugardagskvöldið á Stöð 2. Brynhildur Guðjónsdóttir er ein af handritshöfundum og lofar gríni sem kemur frá góðum stað. Margir karakterar snúa aftur, til að mynda hinar hressu Gobba og Lalla.

„Við vorum ofsalega glaðar þegar haft var samband við okkur nokkrar í febrúar. Þá var orðið ljóst að Stöð 2 og Sagafilm vildu hrinda þessu af stað aftur. Fólkið sem stendur á bak við seríuna er alveg frábært og nýir, stórkostlegir leikarar búnir að bætast við í leikarahópinn,“ segir leikkonan og leikstjórinn Brynhildur Guðjónsdóttir. Hún skrifar handrit að nýjustu seríu af Stelpunum, sem frumsýnd verður á Stöð 2 á laugardagskvöldið, ásamt Kötlu Margréti Þorgeirsdóttur, Ilmi Kristjánsdóttur, Maríu Reyndal og Maríönnu Clöru Lúthersdóttur.

Fréttablaðið fékk að birta nokkrar myndir úr tökunum af senu sem tekin er í fiskbúð.

„Þetta eru þær Gobba og Lalla. Þær unnu áður í mötuneyti og spurðu alltaf: Viltu sósu? Nú eru þær hættar að þjóna í ríkisreknu mötuneyti og komnar með eigin bisness, fiskbúð,“ segir Brynhildur sem leikur annan hluta tvíeykisins á móti Guðlaugu Elísabetu Ólafsdóttur. Aðspurð um hvers konar fiskmeti þær selja er Brynhildur afar dul.

„Það mun koma í ljós hvers konar fiskur þetta er en við skulum segja að hann sé jafn ólekker og þær,“ segir Brynhildur hlæjandi.

Óskar Jónasson leikstýrir seríunni en margir hafa beðið með mikilli eftirvæntingu eftir nýjum Stelpum.

„Þetta eru sömu bullhausarnir sem búa þetta til en eru jafnframt búnir að sjá meira í millitíðinni og hafa víðari skírskotanir og betri tengingar í lífið. Það var mjög gaman að fara á þennan stað aftur. Gömlu þættirnir eldast svakalega vel að mínu mati og það er breiður hópur áhorfenda sem hefur áhuga á þessu. Börn geta alveg horft á þetta og upplifað grínið, kannski á aðeins annan hátt. Eldra fólki finnst þetta líka skemmtilegt. Það er svo ótrúlega gott að fá að hlæja dálítið og hlæja á fallegan hátt. Þetta er allt saman grín sem kemur frá góðum stað í sálu höfunda,“ segir Brynhildur.

liljakatrin@frettabladid.is

ÓFRÝNILEG Brynhildur fer á kostum í fiskbúðinni. MYNDIR/KRISTINN MAGNÚSSON

> **Það mun koma í ljós hvers konar fiskur þetta er en við skulum segja að hann sé jafn ólekker og þær.**
>
> *Brynhildur Guðjónsdóttir.*

LÍST EKKI Á BLIKUNA Þorsteinn Bachmann leikur viðskiptavin fiskbúðarinnar sem líst ekki á fiskmetisframboðið.

GAMAN Í TÖKUM Óskar Jónasson og Besti tökumaður í hláturskasti yfir Gobbu og Löllu.

TRYLLT TVÍEYKI Ætli þær spyrji hvort viðskiptavinir vilji sósu?

ALVÖRU
HJÓLA ÚTSALA
FÁRÁNLEG VERÐ
SÍÐASTI SÉNS!
ALLT AÐ 50% AFSLÁTTUR
ÚTSÖLULOK UM HELGINA
mongoose
VAXTALAUS STAÐGREIÐSLULÁN BORGUNAR Í ALLT AÐ 6 MÁNUÐI
EF VERSLAÐ FYRIR 50.000 EÐA MEIRA
GAP
HJÓLA- OG SPORTVÖRUVERSLUNIN · FAXAFENI 7 SÍMI 5 200 200 · GAP.IS

Hvíl í friði, unga Lilja

BAKÞANKAR
Lilju Katrínar Gunnarsdóttur

ÞEGAR ég var yngri fylgdist ég með fullorðna fólkinu í kringum mig og myndaði mér afar fastmótaðar hugmyndir um hvernig lífið yrði þegar maður yrði gamall (lesist: skriði yfir þrítugt).

NÚ er ég komin yfir þrítugt. Í þessum hugmyndum ungu Lilju ætti lífið að vera frekar einfalt. Ég ætti að vera orðin vanaföst. Vakna, skutla barninu í skóla, fara í vinnuna, sækja barnið, koma heim, elda matinn, pissa, bursta tennur, lesa bók, svæfa barnið, horfa á sjónvarpið, stelast í kvöldhressingu, fara í háttinn.

ÖRLÍTIL frávik frá planinu væru síðan um helgar. Þá yrði kannski gert vel við sig og farið í bíó. Keypt popp og kók. Og jafnvel farið í leikhús ef ég ætlaði að vera virkilega tryllt.

EITT var víst. Í þessum framtíðarhugmyndum mínum var ekki gert ráð fyrir ævintýrum. Þau ættu að vera búin fyrir þrítugt. Engar óvæntar uppákomur. Engar dramatískar lífsbreytingar. Og þetta var ég bara orðin nokkuð sátt við.

SÍÐAN kynntist ég manni, ástinni í lífi mínu. Í hans huga er ekkert ómögulegt. Án gríns, nákvæmlega ekki neitt. Hann fær brjálaðar hugmyndir og hann og það sem gerist í fallega hausnum hans kemur mér á óvart á hverjum degi.

VIÐ fórum saman í ævintýraferð fyrir stuttu. Í land sem við höfðum aldrei heimsótt. Í heimsálfu sem ég hafði aldrei komið til. Nánast ekkert var planað. Ég sá svo margt sem ég hef aldrei séð áður. Upplifði svo margt sem ég hélt að ég myndi ekki upplifa. Og ég er rosalega fegin og glöð að ég fékk að upplifa það með honum.

NÚ er næsta ævintýraferð í pípunum. Nú trúi ég því að ævintýrin geti gerst hvar sem er og hvenær sem er. Ég er búin að henda þessum hugmyndum ungu Lilju út um gluggann. Því þegar öllu er á botninn hvolft voru það þær sem héldu aftur af ævintýra-Lilju. Og satt best að segja finnst mér ævintýra-Lilja bara þúsund sinnum skemmtilegri.

Áhorfandinn verður gluggagægirinn

★★★☆☆

Love Hotel

LEIKSTJÓRI: Philip Cox, Hikaru Toda

ROTTENTOMATOES: 100%, IMDB 7,4 METACRITIC EKKI TIL

Love Hotel er afar sérstök innsýn í svokölluð ástarhótel í Japan. Þar getur fólk notið sín í einrúmi og sinnt tilhugalífinu án þess að hafa áhyggjur af hinum ströngu siðareglum samfélagsins en í Japan telst það ekki vera góður siður að sýna munúð á almannafæri.Kvikmyndagerðarmennirnir fá óheftan aðgang að einu slíku ástarhóteli í Osaka og breytist því áhorfandinn nánast í gluggagægi, þar sem hann fær innsýn í ástarlíf og hugaróra para og einstaklinga sem leigja sér herbergi á hótelinu. Fólkið er af öllum stéttum og gerðum og er það nánast ótrúlegt hversu nálægt myndin kemst þessu fólki, sem er afar opinskátt og talar hreint út um langanir sínar og blæti jafnvel.

Síðan er fjallað um stöðu hótelanna í japönsku samfélagi en á meðan myndin er tekin upp þrengja íhaldsöfl og popúlistar innan japönsku ríkisstjórnarinnar að hótelunum, líklega til að beina athyglinni frá efnahagslægð í landinu. Love Hotel er stórmerkileg mynd sem vekur ótrúlega skemmtilegar spurningar í tengslum við mann-, sálar- og samfélagsfræði. Hún er þó ekki neitt léttmeti fyrir viðkvæmar sálir nema þú sért alveg viss um að fertugur japanskur bankamaður í gúmmíbúningi muni ekki særa blygðunarkennd þína.

-þij

SAMBÍÓIN ÁLFABAKKA

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

SAMBÍÓIN KRINGLUNNI NÚMERUÐ SÆTI

AFINN	KL. 5:40 - 8 - 10:20	L
IF I STAY	KL. 8 - 10:20	12
TÖFRAHÚSIÐ ÍSL TAL	KL. 6	L
THE HUNDRED-FOOT JOURNEY	KL. 5:20 - 8 - 10:40	L

SAMBÍÓIN EGILSHÖLL

AFINN	KL. 5:40 - 8 - 10:20	L
IF I STAY	KL. 8 - 10:20	12
THE HUNDRED-FOOT JOURNEY	KL. 5:30 - 8	L
TÖFRAHÚSIÐ ÍSL TAL	KL. 5:50	L
SIN CITY: A DAME TO KILL FOR 2D:	KL. 10:30	16
NINJA TURTLES	KL. 2D: 5:40 3D: 8 - 10:20	10

SAMBÍÓIN KEFLAVÍK

AFINN	KL. 5:40 - 8 - 10:20	L
THE EQUALIZER	KL. 8 - 10:40	16
TÖFRAHÚSIÐ ÍSL TAL	KL. 6	L

SAMBÍÓIN AKUREYRI

AFINN	KL. 5:40 - 8 - 10:20	L
IF I STAY	KL. 8	12
TÖFRAHÚSIÐ ÍSL TAL	KL. 6	L
THE HUNDRED-FOOT JOURNEY	KL. 10:20	L

SPARBÍÓ
MERKTAR MEÐ APPELSÍNUGULU KR.750

SMÁRABÍÓ 5%

THE EQUALIZER	KL 5 - 8 - 10.45	16
THE EQUALIZER LÚXUS	KL 5 - 8 - 10.45	16
THE MAZE RUNNER	KL 5.30 - 8 - 10.30	12
THE NOVEMBER MAN	KL 10.15	16
PÓSTURINN PÁLL ÍSL TAL 2D	KL 3.30	L
PARÍS NORÐURSINS	KL 3.30 - 5.45 - 8	12
LET'S BE COPS	KL 5.45 - 8 - 10.20	12
AÐ TEMJA DREKANN 2 ÍSL TAL 2D	KL 3.30	L

HÁSKÓLABÍÓ 5%

THE EQUALIZER	KL 6 - 10.15	16
PARÍS NORÐURSINS	KL 5.45 - 8	12
VONARSTRÆTI	KL 9	14

Miðasala á: Miði

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	
THE EQUALIZER	8, 10:40	16
WALK AMONG TOMBSTONES	5:45, 8, 10:20	16
MAZE RUNNER	5:40, 8, 10:20	12
PÓSTURINN PÁLL 2D	3:50	L
LUCY	6	16
TEMJA DREKANN SINN 2D	3:50	L
DINO TIME	3:50	L

5% Sími: 553-2075 www.laugarasbio.is

RÚV DHL WOW air Síminn Norræna húsið Kópavogsbær Creative Europe

DAGSKRÁ RIFF
FÖSTUDAGINN 26.09
Allar upplýsingar á riff.is

RIFF SNÝR AFTUR!
25. SEPT – 5. OKT

TÍMI	STAÐUR	MYND
12:00	NORDIC HOUSE	Meistaraspjall: Ruben Östlund.
13:30	BÍÓ PARADÍS 1	Agnarsmátt
	BÍÓ PARADÍS 2	Skrifaðu: Ég er arabi
14:00	BÍÓ PARADÍS 3	Í gleymskunar dá
	NORDIC HOUSE	RIFF Around Town – ókeypis
15:30	BÍÓ PARADÍS 1	Lifi frelsið
	BÍÓ PARADÍS 2	Óljós mörk
16:00	BÍÓ PARADÍS 3	Lokamark
	NORDIC HOUSE	RIFF Around Town – ókeypis
17:30	BÍÓ PARADÍS 1	Ósjálfrátt Q&A
	BÍÓ PARADÍS 2	Safnið mikilvirka
18:00	BÍÓ PARADÍS 3	Ástarhreiðrið
	HÁSKÓLABÍÓ 2	Ég get hætt þegar ég vil
	HÁSKÓLABÍÓ 3	Ballettstrákar
	NORDIC HOUSE	RIFF Around Town – ókeypis
	TJARNARBÍÓ	Erlendar stuttmyndir A
19:30	BÍÓ PARADÍS 2	Skorturinn Q&A
20:00	BÍÓ PARADÍS 1	Leikur
	BÍÓ PARADÍS 3	Draumurinn um fjölskyldu
	HÁSKÓLABÍÓ 2	Snúið aftur til Íþöku
	HÁSKÓLABÍÓ 3	Þakíbúð til norðurs
	NORDIC HOUSE	Áður en ég hverf
	TJARNARBÍÓ	Íslenskar stuttmyndir 1 Q&A
	SMÁRALINDIN	BÍLABÍÓ: Dumb and dumber

TÍMI	STAÐUR	MYND
20:00	STÚDENTA-KJALLARINN	SÉRVIÐBURÐUR: Kvikmyndaleikstjóri í kastljósi
21:30	BÍÓ PARADÍS 2	Leyndadómar vörðunnar í norðri
	STÚDENTA-KJALLARINN	SÉRVIÐBURÐUR: RIFF-bandið
22:00	BÍÓ PARADÍS 3	Mannætuöldin
	HÁSKÓLABÍÓ 2	Undrin
	HÁSKÓLABÍÓ 3	Difret
22.20	TJARNARBÍÓ	Dulið stríð
22:15	BÍÓ PARADÍS 1	Nakin
23:30	BÍÓ PARADÍS 2	Gengið neðansjávar
00:00	BÍÓ PARADÍS 3	Örlög
	HÁSKÓLABÍÓ 2	Óværan

Reykjavík International Film Festival

Sýningarstaðir:
HÁSKÓLABÍÓ, BÍÓ PARADÍS, TJARNARBÍÓ og NORRÆNA HÚSIÐ

FRAMLEIÐENDURNIR STEVEN SPIELBERG OG OPRAH WINFREY
BJÓÐA ÞÉR UPPÁ SANNKALLAÐA VEISLU
Helen MIRREN
Om PURI
Manish DAYAL
Charlotte LE BON
FROM THE AWARD-WINNING DIRECTOR OF "CHOCOLAT"
The HUNDRED-FOOT JOURNEY
BASED ON THE BELOVED, BEST-SELLING NOVEL
"A TRUE MASTERPIECE"
Charlotte Observer
"A FEAST FOR THE SENSES"
Arizona Republic
"DELICIOUS FOR THE SOUL"
New York Observer
"LEAVING YOU FULFILLED AND SMILING...HARD!"
Front Row
KOMIN Í KVIKMYNDAHÚS UM LAND ALLT
EGILSHÖLL
uno
SAMBÍÓIN

SPORT

Glenn ekki refsað af KSÍ

FÓTBOLTI Þórir Hákonarson, framkvæmdastjóri KSÍ, segir ólíklegt að hann muni skjóta máli Jonathans Glenn, leikmanns ÍBV, fyrir aganefnd sambandsins. Glenn gaf Guðmundi Reyni Gunnarssyni KR-ingi olnbogaskot í leik liðanna um helgina en atvikið fór fram hjá dómara leiksins.

„Almenna reglan er sú að dómarinn dæmir leikinn inni á vellinum og aganefnd hefur ekki heimild til að taka upp einstök atvik eftir myndbandsupptökum,“ segir Þórir. „Ég sé því ekki fyrir mér að ég muni grípa inn í hvað þetta tilvik varðar.“

Sjálfur vildi Guðmundur Reynir lítið tjá sig um atvikið. „Hann viðurkenndi ekki að hafa gefið mér olnbogaskot. En þetta er eitthvað sem gerðist í hita leiksins. Þetta er bara fótbolti.“ - esá

Eins marks sigur FH-inga í spennandi Hafnarfjarðarslag

HANDBOLTI Þrír leikir fóru fram í 3. umferð Olís-deildar karla í handbolta í gær. FH-ingar unnu eins marks sigur, 25-24, á Haukum í Hafnarfjarðarslagnum. FH var lengst af með undirtökin og leiddi 13-10 í hálfleik. Þrátt fyrir áhlaup Haukanna héldu FH-ingar haus og tryggðu sér sinn annan sigur í röð.

Valsmenn unnu sinn fyrsta sigur þegar þeir lögðu HK með fimm marka mun í Digranesinu, 22-27. Þá vann Akureyri Stjörnuna 31-27 fyrir norðan, en Garðbæingar voru lengi vel yfir í leiknum. - iþs

MARKAHÆSTUR Benedikt Reynir Kristinsson skoraði átta mörk. FRÉTTABLAÐIÐ/XXX

ÚRSLIT

OLÍSDEILD KARLA

AKUREYRI - STJARNAN 31-27 (13-17)

Mörk Akureyrar (skot): Sigþór Heimisson 11 (16), Heiðar Þór Aðalsteinsson 9 (12), Kristján Orri Jóhannsson 4/2 (5/2), Ingimundur Ingimundarson 3 (6), Elías Már Halldórsson 2 (6), Sverre Jakobsson 1 (1), Friðrik Svavarsson 1 (2), Þrándur Gíslason (1).

Varin skot: Tomas Olason 20 (47, 43%).

Mörk Stjörnunnar (skot): Egill Magnússon 8 (13), Hilmar Pálsson 4 (7), Andri Hjartar Grétarsson 3 (3), Þórir Ólafsson 3 (3), Víglundur Jarl Þórsson 3 (4), Starri Friðriksson 3 (5), Ari Pétursson 1 (1), Hrannar Bragi Eyjólfsson 1 (4), Ari Magnús Þorgeirsson 1 (7).

Varin skot: Björn Ingi Friðþjófsson 7 (33/1, 21%), Sigurður Ingiberg Ólafsson 1 (6/1, 17%).

FH - HAUKAR 25-24 (13-10)

Mörk FH (skot): Benedikt Reynir Kristinsson 8 (10), Ásbjörn Friðriksson 7/3 (12/4), Ragnar Jóhannsson 4 (9), Ísak Rafnsson 3 (8), Magnús Óli Magnússon 3 (11), Theodór Ingi Pálmason (1), Halldór Ingi Jónasson (2).

Varin skot: Ágúst Elí Björgvinsson 7 (25/2, 28%), Brynjar Darri Baldursson 3 (9, 33%).

Mörk Hauka (skot): Árni Steinn Steinþórsson 7/2 (13/2), Adam Haukur Baumruk 6 (9), Jón Þorbjörn Jóhannsson 3 (3), Vilhjálmur Hauksson 3 (6), Þröstur Þráinsson 2 (2), Þórarinn Traustason 2 (3), Heimir Óli Heimisson 1 (2), Egill Eiríksson (1), Leonharð Harðarson (1).

Varin skot: Einar Ólafur Vilmundarson 14 (31/1, 45%), Giedrius Morkunas 4 (12/2, 33%).

HK - VALUR 22-27 (12-12)

Mörk HK: Tryggvi Þór Tryggvason 7, Garðar Svansson 3, Óðinn Þór Ríkharðsson 2, Þorgrímur Smári Ólafsson 2, Andri Þór Helgason 2, Leó Snær Pétursson 2, Daði Laxdal Gautason 2, Guðni Már Kristinsson 2.

Mörk Vals: Vignir Stefánsson 5, Orri Freyr Gíslason 4, Elvar Friðriksson 3, Kári Kristján Kristjánsson 3, Guðmundur Hólmar Helgason 3, Geir Guðmundsson 2, Finnur Ingi Stefánsson 2, Ómar Ingi Magnússon 2, Bjartur Guðmundsson 2, Alexander Örn Júlíusson 1.

visir.is
Meira um leiki gærkvöldsins

Þeir bestu fá 700 þúsund

Mikil breyting hefur orðið á landslaginu í íslenska körfuboltanum síðan aðeins varð leyfilegt að spila með einn Bandaríkjamann í hverju liði. Svokölluð 4+1 regla var tekin upp. Íslenskir leikmenn hafa fyrir vikið hækkað mikið í launum og í sumum tilvikum er um mörg hundruð prósenta hækkun að ræða.

Henry Birgir Gunnarsson
henry@frettabladid.is

KÖRFUBOLTI Peningarnir sem áður fóru í erlenda leikmenn fara nú að mörgu leyti í íslenska leikmenn. Er hart barist um bitana enda markaðurinn hér heima ekkert sérstaklega stór. Það eru ekki bara bestu leikmennirnir sem græða því miðlungsmenn, sem áður fengu bensínpening, eru kannski farnir að fá 150-200 þúsund krónur í mánaðarlaun.

Fréttablaðið hefur rætt við áhrifamenn innan hreyfingarinnar til að afla upplýsinga og sú umræða leiddi í ljós að bestu leikmenn Dominos-deildarinnar fá allt upp í 700 þúsund krónur þegar allt er talið.

Þá er verið að tala um laun ásamt íbúð og bíl sem ekki þarf að greiða fyrir. Fréttablaðið tók þrjá menn tali sem hafa lifað og hrærst í hreyfingunni lengi og hafa upplifað þetta breytta landslag.

Dýrara að fá Íslending en áður

„Við misstum fyrir ári síðan marga menn. Menn sem höfðu skilað 92 prósentum af framlagi liðsins,“ segir Benedikt Guðmundsson, þjálfari Þórs í Þorlákshöfn, en hann segir afar erfitt að laða til sín íslenska leikmenn. Ástæðan sé fyrst og fremst sú að liðið ráði ekki við launakröfurnar.

„Markaðurinn er rosalega lítill hér á Íslandi. Möguleiki landsbyggðarliða hefur legið í að ná í menn úr fyrrverandi Júgóslavíuríkjum og álíka. Þó svo við séum örstutt frá Reykjavík þá setja menn fyrir sig keyrsluna þótt hún sé samanlagt undir klukkutíma á dag,“ segir þjálfarinn og bætir við.

„Laun íslenskra leikmanna hafa hækkað töluvert með tilkomu 4+1 reglunnar. Það er dýrara að fá Íslending en var áður. Við höfum ekki átt möguleika í þessa allra bestu á markaðnum sem eru kannski viðloðandi landsliðið. Miðað við mína reynslu þá hafa launin hækkað um ansi mörg prósent.“

Á árunum eftir hrun voru bestu íslensku leikmennirnir að fá um 300 þúsund krónur í mánaðarlaun samkvæmt heimildum Fréttablaðsins. Meðalmaðurinn er að klóra upp í þá peninga núna.

Viðræður stranda á peningum

„Þú sérð Íslendingana sem koma hingað. Þeir eru ekki margir sem koma. Við höfum reynt við mun fleiri. Ef menn eru ekki í landsliðsklassa þá finnst mér þeir ekki eiga heimtingu á miklum peningum. Við getum boðið mönnum frítt húsnæði hér og ljómandi fína vinnu. Það hefur ekki reynst nóg og viðræður hafa strandað á peningakröfum leikmanna. Einn leikmaður sagði mér að við í Hólminum værum fjarri því sem önnur félög væru að bjóða,“ segir Ingi Þór Steinþórsson, þjálfari Snæfells í Stykkishólmi.

„Ef leikmaður kemur í frítt húsnæði, fær góða vinnu og ætlar svo að biðja um 150-200 þúsund kall. Það er svolítið mikið. Það eru ákveðin félög, sem eiga peninga, sem hafa farið upp með verðmiðann á leikmönnum. Ég veit um menn sem hafa aldrei verið á launum en eru að fá tilboð allt upp í 200 þúsund á mánuði. Þessi regla hefur gert það að verkum að meðaljónar, sem eru ekkert að leggja á sig, finna að félögin eru örvæntingarfull og þeir geta því verið með kröfur. Það tekur kraftinn úr stjórnarmönnum. Ég veit það.“

Ingi Þór segist finna til með forráðamönnum félaga sem eru að vinna erfitt starf, oft án þess að fá þakkir fyrir.

„Það er búið að taka ungmennafélagsandann úr mönnum og gera þessum köllum, sem rembast allan sólarhringinn við að safna einhverjum krónum, erfiðara fyrir. Það svo menn geti leikið sér í áhugamálinu sínu. Það er ekki eins og þetta sé atvinna þeirra. Atvinnumaður æfir tvisvar á dag og hugsar eingöngu um íþróttina. Stjórnarmenn um allt land eiga heiður skilinn fyrir að nenna að standa í þessu.“

Ingi Þór segist varla trúa því að félög ráði við pakkann sem fylgi sumum leikmönnum.

„Ég hef ekkert á móti því að íslenskir leikmenn sem leggja mikið á sig hafi það gott. Ég styð það heilshugar ef menn eru að æfa eins og atvinnumenn,“ segir þjálfarinn en hann er ekki alfarið á móti reglunni. „Þessi regla er góð að mörgu leyti en hún verður til þess að lið úti á landi geta ekki verið eins samkeppnishæf.“

➜ Ég hef ekkert á móti því að íslenskir leikmenn sem leggja mikið á sig hafi það gott. Ég styð það heilshugar ef menn eru að æfa eins og atvinnumenn.

Sum tilboðin hressileg

Böðvar Guðjónsson, varaformaður körfuknattleiksdeildar KR, segir að þessi sprenging í launamálum leikmanna hafi ekki farið fram hjá sér.

„Það voru mörg lið sem höfðu samband við samningslausa leikmenn KR í vor. Sum tilboðin sem þeir fengu voru ansi hressileg. Þetta eru háar tölur og ég var pínulítið hissa þegar ég heyrði af þeim. Okkar menn eru aftur á móti skynsamir og vita að það er best að vera í KR. Við sömdum við þá um eðlileg kjör,“ segir Böðvar, en menn eru varla að spila frítt fyrir KR?

„Alls ekki. Við erum með menn á launaskrá en erum skynsamir og semjum um það sem við getum staðið við. Erum ekki með draumatilboð í gangi og svo þegar kemur að þriðja mánuði þá eru allar peningahirslur tómar.“

RISA LAGERSALA
50% 80% 60% 90%
2 DAGAR
LAUGARDAG
SUNNUDAG
OPIÐ
REYKJAVÍK laugardag & sunnudag 11-17.
AKUREYRI laugardag 10-17 & sunnudag 13-17.
Lín DESIGN
Lagersala Lín Design Laugavegi 178 & Glerártorgi Akureyri www.lindesign.is

Þörungamaski
Algae Mask
Blue Lagoon þörungamaskinn hefur að geyma tvær afar sjaldgæfar tegundir þörunga sem vinna gegn öldrun húðarinnar með því að viðhalda kollagen framleiðslu hennar.
www.bluelagoon.is
BLUE LAGOON
ICELAND
algae mask
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

UTAN VALLAR

HENRY BIRGIR GUNNARSSON
henry@frettabladid.is

ÞYRNIRÓSARSVEFN HANDBOLTANS

Stærstu vefmiðlar landsins hafa þjónað íslenskum handbolta ótrúlega vel síðustu ár. Svo vel reyndar að engin önnur deild í heiminum státar af álíka þjónustu. Vefumfjöllun um Olís-deild karla hefur verið sú besta í heiminum. Ég fullyrði það.

Breytingar voru gerðar á deildinni í sumar. Fjölgað var úr átta liðum í tíu og fara átta lið í úrslitakeppni í stað fjögurra áður. Leikjum í deildinni hefur þar af leiðandi fjölgað um 50. Í kjölfarið hafa vefmiðlar dregið saman seglin í sinni umfjöllun. Skiljanlega. Fleiri leikir kalla á meiri kostnað og svo er mikilvægi leikja ekki heldur það sama lengur. Þegar umfjöllun miðlanna hefur minnkað hvað kemur þá í ljós? Jú, upplýsingaþjónusta hreyfingarinnar er ein rjúkandi rúst! Það er nákvæmlega ekkert að frétta.

Það er engin leið að fylgjast með gangi mála í leikjum hjá félögunum eða HSÍ. Það er aðeins Akureyri sem sýnir smá viðleitni í að sinna sínu liði almennilega. Handboltahreyfingin hefur lítið sem ekkert þróast á nýjum tímum og menn þar á bæ verða að fara að líta í eigin barm og gera eitthvað í sínum málum.

Ekki einu sinni má nálgast uppfærðar tölur úr leikjum á Facebook eða Twitter. Það útheimtir ekki beint mikla vinnu. HSÍ hefur talað um að taka upp úrslitaþjónustukerfi í að verða þrjú ár núna. Lítið bólar á því. Það er allt á sömu bókina lært.

Félögum er uppálagt að senda skýrslur til fjölmiðla eftir leiki sem fjölmiðlamenn þurfa síðan að skrifa upp úr. Þær skýrslur berast oft bæði seint og illa. Á vef HSÍ er oft ekki hægt að nálgast leikskýrslur degi eftir leik og stundum nokkrum dögum eftir leiki. Þetta kallast á góðri íslensku grín. Hreyfingin hefur verið föst í sömu hjólförum í mörg ár og virðist ætla að spóla þar áfram.

Handboltinn mætti líta aðeins til nágranna sinna í körfuboltahreyfingunni. Það er orðið þó nokkuð síðan KKÍ tók upp flotta og glæsilega úrslitaþjónustu. Slíkt telst eðlilegt á þeim tímum sem við lifum á. Árið 2015 er jú handan við hornið.

Félögin láta þessa þjónustu KKÍ ekki duga heldur þjónusta áhugamenn um körfubolta á frábæran hátt með beinum vefsjónvarpsútsendingum til að mynda. Það gera fjölmörg félög vel. Algjörlega til fyrirmyndar.

Á meðan sitja forráðamenn hreyfingarinnar, bæði HSÍ og félögin, við sinn keip. Þau kvarta í stað þess að gera eitthvað í sínum málum til tilbreytingar. Sum af stærri félögum landsins geta ekki einu sinni boðið fjölmiðlum upp á boðlegt internet og allt of mörg félög virðast engan áhuga hafa á því að hafa umgjörðina í lagi. Hvenær ætlar hreyfingin að vakna af Þyrnirósarsvefninum?

HUNDELTUR Álasund hefur fylgst með Aroni Elísi í tæpt hálft ár og er nú búið að fá tilboð samþykkt. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

VERÐUR MIKILVÆGUR

Víkingur og Álasund gengu frá samningum um sölu norska félagsins á Aroni Elísi Þrándarsyni. Yfirmaður knattspyrnumála hjá Álasundi er spenntur fyrir honum.

FÓTBOLTI „Við höfum vitað af Aroni í 4-6 mánuði,“ segir Henrik Hoff, yfirmaður knattspyrnumála hjá norska úrvalsdeildarliðinu Álasundi, við Fréttablaðið, en það er búið að ganga frá kaupum á Víkingnum Aroni Elísi Þrándarsyni.

Hoff kom sjálfur til landsins til að ganga frá samningum við Víkinga, en hann var kominn aftur til Noregs þegar Fréttablaðið heyrði í honum hljóðið í gær. Hann segir sína menn hafa fylgst vel með Aroni Elísi í sumar.

„Útsendari frá mér og einn þjálfaranna hafa farið til Íslands og horft á hann. Ég veit ekki alveg hversu oft, en svo höfum við líka séð alla leikina á myndbandi. Okkur líst rosalega vel á hann,“ segir Hoff.

Íslendingar eru gott fólk

Aron Elís hefur borið sóknarleik Víkings uppi í sumar og er ein helsta ástæða þess að nýliðarnir eru í bílstjórasætinu um síðasta Evrópusætið í deildinni þegar tvær umferðir eru eftir. Þegar hann var heitur var liðið nær óstöðvandi, en þegar Aron fór að hiksta og meiðast svo undir lok leiktíðar gekk Fossvogsliðinu verr að safna stigum.

Aðspurður hvað Álasund sér gott í Aroni er svarið einfalt: „Allt,“ segir Hoff og heldur áfram: „Við vitum að hann er góður leikmaður og sá maður sem við viljum fá í okkar raðir fyrir næsta tímabil.“

Hoff hitti Aron Elís og segir hann góðan pilt eins og Íslendinga almennt. „Þetta er góður strákur, en flestir Íslendingar eru gott fólk. Þeir eru svipaðir og Norðmenn. Við vorum náttúrulega með Harald Frey Guðmundsson hjá okkur og þekkjum því Íslendinga vel.“

Stefna á topp fjóra

Aron Elís hefur ítrekað margoft í sumar aðspurður um atvinnumannadraumana og næsta skref, að hann vilji komast til liðs þar sem hann fær að spila. Það virðist að svo verði hjá Álasundi.

„Það er alltaf þjálfarinn sem velur liðið, en við vitum hversu góður hann er þannig að hann verður mikilvægur leikmaður fyrir okkur. Við erum vissir um að hann muni spila og vera lykilmaður,“ segir Hoff. Þjálfari liðsins er Jan Jönsson sem gerði Veigar Pál Gunnarsson að stórstjörnu í Noregi á seinni hluta síðasta áratugar.

„Jan Jönsson þekkir íslenska leikmenn mjög vel,“ segir hann.

Hoff vonast til að ná samningum við Aron Elís sjálfan á næstu dögum, en kaupin á honum eru hluti af því að koma liðinu aftur upp á meðal þeirra fjögurra efstu. Þar endaði liðið í fyrra, en það hefur verið í botnbaráttu í ár.

„Við viljum berjast í efri hlutanum. Við viljum meina að við séum með gott lið og ætlum að bæta í. Markmiðið er að enda á meðal efstu fjögurra liðanna á næsta tímabili,“ segir Henrik Hoff.

Rólegur yfir öllu

Sjálfur er Aron Elís ekkert að stressa sig á hlutunum, en í samtali við Fréttablaðið sagði hann enn langt í land.

„Næst á dagskrá eru samningaviðræður. Ef það gengur vel mun ég fara út og skoða aðstæður hjá félaginu. Það er því enn nokkuð eftir,“ segir Aron. tomas@365.is

Þjálfari Álasunds bjargaði Veigari

Veigar Páll Gunnarsson þekkir til vel Jans Jönsson, þjálfara Álasunds, en hann þjálfaði hann hjá Stabæk þegar liðið varð meistari árið 2008 með Veigar sem sinn besta mann. Hann hefur miklar mætur á Svíanum

„Ég átti mjög erfitt til að byrja með þegar ég fór til Stabæk; var meiddur og gekk illa. Ég var jafnvel að spá í að hætta í atvinnumennsku strax eftir fyrsta tímabilið því ég var svo langt niðri. En Janne tók við og sá mig á æfingum og sagði mér að ég væri sú týpa sem hann væri að leita að. Hann fékk mig til að vera áfram og ég sá ekki eftir því.

Hann er þannig týpa að manni líður vel í kringum hann og það er auðvelt að tala við hann. Janne leggur mikið upp úr því að byggja upp sjálfstraust hjá mönnum og hvetur þá hrikalega mikið,“ segir Veigar.

netto 24
VERIÐ VELKOMIN Í NETTÓ
GRANDA OG MJÓDD
DAG SEM NÓTT

Í dag
26. september 2014
fögnum við fjörutíu ára farsælu starfi
Söfnunarsjóðs lífeyrisréttinda.
Að því tilefni bjóðum við upp á kaffi og meðlæti í
húsakynnum okkar, að Borgartúni 29, Reykjavík,
milli kl. 9.00 og 16.00, verið hjartanlega velkomin.
FARSÆLT STARF Í 40 ÁR

Söfnunarsjóður lífeyrisréttinda
í 40 ár

FRYSTITÆKJADAGAR

FRÁBÆR VERÐ Á WHIRLPOOL FRYSTIKISTUM OG FRYSTISKÁPUM

Sjá allt úrvalið á ht.is

Whirlpool AFG050
- 100 lítra frystikista
- Hraðfrysting
- Orkuflokkur A+
- Orkunotkun 179 kWh/ári

VERÐ 49.995
FRÁBÆRT VERÐ

Whirlpool AFG6292B
- 258 lítra frystikista
- 2 körfur
- Hraðfrysting
- Ljós í kistunni
- Orkuflokkur B

VERÐ 69.995
FRÁBÆRT VERÐ

Whirlpool WVE1840
- 179 sm frystiskápur
- 235L frystir
- Hraðfrysting
- 5 skúffur og 2 hillur
- Orkuflokkur A+

VERÐ 114.995
FRÁBÆRT VERÐ

WHIRLPOOL FRYSTIKISTUR

	Lítrar nettó	Hæð í sm	Breidd í sm	Dýpt í sm	Körfur	Lás	Ljós	Frystig. 24 klst.	Orku-flokk.	FRÁBÆR VERÐ
AFG050	100	86	57	56,9				9 kg	A+	**49.995**
WH1410	133	86,5	57,3	64,2	1	Já		13 kg	A+	**59.995**
WH2010A	204	86,5	80,6	64,8	1	Já		15 kg.	A+	**69.995**
WHS2121	204	86,5	80,6	64,8	1	Já		18 kg	A+	**74.995**
WHM2511	251	91,6	101	69,8	1	Já	Já	18 kg	A+	**79.995**
AFG6292B	258	88,5	95	66	2	Já	Já	17 kg	B	**69.995**
WHM3111	311	92	118	70	2	Já	Já	20 kg	A+	**89.995**
WHM3911	390	91,6	140,5	69,8	3	Já	Já	17 kg	A+	**99.995**
WHM4611	454	92	141	70	4	Já	Já	21 kg	A+	**114.995**

WHIRLPOOL FRYSTISKÁPAR					Hillur	Skúffur				
WVE1640	202	159	59,6	62,6	2	4		21 kg	A+	**104.995**
WVE1840	235	179	59,5	62,6	2	5		24 kg	A+	**114.995**
WVE2652NFW	260	187,5	59,5	63	2	5		26 kg	A+	**129.995**

FRÁBÆRT VERÐ FRÁBÆRT VERÐ FRÁBÆRT VERÐ FRÁBÆRT VERÐ FRÁBÆRT VERÐ

Heimilistæki ht.is
UMBOÐSMENN UM LAND ALLT

HAFNARGÖTU 90 **REYKJANESBÆ** S: 414 1740 • EYRARVEGI 21 **SELFOSSI** S: 480 3700 • GARÐARSBRAUT 18A **HÚSAVÍK** S: 464 1600 • GLERÁRGÖTU 30 **AKUREYRI** S: 460 3380 • KAUPVANGI 6 **EGILSSTÖÐUM** S: 414 1735 • ÞJÓÐBRAUT 1 **AKRANESI** S: 431-3333 • SUÐURLANDSBRAUT 26 **REYKJAVÍK** S: 569 1500

Stöð 2 kl. 20.45

Logi

Logi Bergmann Eiðsson er spjallþáttakóngur Íslands, um það verður ekki deilt. Logi Bergmann mun að sjálfsögðu snúa aftur og halda uppteknum hætti öll föstudagskvöld á Stöð 2 í vetur og að sjálfsögðu í beinni útsendingu.

Í KVÖLD

Mike and Molly

STÖÐ 2 KL. 20.30 Gamanþáttaröð um turtildúfurnar Mike Biggs og Molly Flynn. Það skiptast á skin og skúrir í sambandinu og ástin tekur á sig ýmsar myndir.

The Voice

SKJÁR EINN KL. 22.00 Bandarískur raunveruleikaþáttur þar sem leitað er að hæfileikaríku tónlistarfólki. Í þessari þáttaröð verða Gwen Stefani og Pharrell Williams með þeim Adam Levine og Blake Shelton í dómarasætunum.

Hraðfréttir

RÚV KL. 19.35 Fréttastofa Hraðfrétta hefur öðlast sjálfstæði og fá þeir Benedikt og Fannar góða gesti í lið með sér við að kryfja málefni liðinnar fréttaviku inn að beini. Hispurslaus umfjöllun á mannamáli.

FM 957 kl. 16.00

FM 95Blö

Auðunn Blöndal hitar upp fyrir helgina í þættinum FM95Blö.

STÖÐ 2

07.00 Barnatími Stöðvar 2
08.05 Wonder Years
08.30 Drop Dead Diva
09.15 Bold and the Beautiful
09.35 Doctors
10.15 Last Man Standing
10.40 The Smoke
11.25 Junior Masterchef Australia
12.15 Heimsókn
12.35 Nágrannar
13.00 Tooth Fairy 2
14.30 Iron Man. Rise of Technovore
16.25 New Girl
16.50 Bold and the Beautiful
17.12 Nágrannar
17.37 Simpson-fjölskyldan
18.03 Töfrahetjurnar
18.23 Veður
18.30 Fréttir Stöðvar 2
18.47 Íþróttir
18.54 Ísland í dag
19.11 Veður
19.20 Impractical Jokers
19.45 Logi Laufléttur og bráðskemmtilegur þáttur þar sem Logi Bergman fer á kostum sem þáttastjórnandi.
20.30 Mike and Molly
20.55 NCIS. Los Angeles
21.40 Louie Skemmtilegir gamanþættir um fráskilinn og einstæðan föður sem baslar við að ala dætur sínar upp í New York ásamt því að reyna koma sér á framfæri sem uppistandari.
22.05 Movie 43 Gamanmynd frá 2013 þar sem sagðar eru 16 stuttar sögur sem samtvinnast í eina heild.
23.40 12 Rounds 2. Reloaded
01.15 Brooklyn's Finest
03.25 Henry's Crime
05.10 Killer Joe

SPORT *besta sætið*

12.35 Tottenham - Nottingh. Forest
14.15 Fjölnir - Stjarnan
16.05 Pepsímörkin 2014
17.20 Malaga - Barcelona
19.00 Búrið
19.30 Meistaradeild Evrópu
20.00 La Liga Report
20.30 Bballography. Bob Pettit
20.55 Real Madrid - Elche
22.35 Liverpool - Middlesbrough
00.15 Ronda Rousey
01.00 UFC Now 2014

SPORT 2 *enski boltinn*

12.20 Premier League Review
13.15 Wigan - Ipswich
15.05 Keane and Vieira.
16.05 Aston Villa - Arsenal
17.45 Premier League World
18.15 Swansea City - Southampton
20.00 Match Pack
20.30 Enska úrvalsdeildin - upphitun
21.00 Messan
21.45 QPR - Stoke City
23.25 Messan
00.10 Newcastle - Hull

ÍNN

17.00 Sjávarútvegssýningin **19.30** Sjávarútvegssýningin **20.00** Norðurlandsleiðangur **21.00** 433 **21.30** Gönguferðir **22.00** Björn Bjarnason **22.30** Tölvur og tækni **23.00** ABC barnahjálp **23.30** Á ferð og flugi **00.00** Sjávarútvegssýningin

STÖÐ 3

16.25 Raising Hope
16.45 The Neighbors
17.05 Cougar Town.
17.30 The Secret Circle
18.15 Top 20 Funniest
18.55 Britain's Got Talent
20.30 X-factor UK
21.15 Grimm
22.00 Sons of Anarchy
23.30 Top 20 Funniest
00.15 Britain's Got Talent .
01.25 X-factor UK
02.30 Sons of Anarchy
03.15 Grimm
03.55 Tónlistarmyndbönd frá Bravó

Krakkastöðin

07.00 Dóra könnuður **07.24** Mörgæsirnar frá Madagaskar **07.45** Doddi litli og Eyrnastór **07.55** Rasmus Klumpur og félagar **08.00** Áfram Diego, áfram! **08.24** Svampur Sveinsson **08.45** UKI **08.50** Mamma Mu **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** Rasmus Klumpur og félagar **12.00** Áfram Diego, áfram! **12.24** Svampur Sveinsson **12.45** UKI **12.50** Mamma Mu **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** Rasmus Klumpur og félagar **16.00** Áfram Diego, áfram! **16.24** Svampur Sveinsson **16.45** UKI **16.50** Mamma Mu **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** Epic **20.40** Sögur fyrir svefninn

GULLSTÖÐIN

17.50 Strákarnir
18.15 Frasier
18.40 Friends
19.00 Seinfeld
19.25 Modern Family
19.50 Two and a Half Men
20.15 Réttur
21.00 Homeland
21.50 A Touch of Frost
23.35 It's Always Sunny in Philadelphia
23.55 Shameless
00.45 Footballers' Wives
01.55 Réttur
02.40 Homeland
03.25 A Touch of Frost
05.05 It's Always Sunny in Philadelphia
05.30 Shameless

BÍÓSTÖÐIN

11.25 The Internship
13.25 Diary of a Wimpy Kid.
15.05 Austenland
16.40 The Internship
18.40 Diary of a Wimpy Kid.
20.20 Austenland
22.00 Pacific Rim
00.10 Kill List
01.45 Pacific Rim

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 Hraðfréttir Fréttastofa Hraðfrétta hefur öðlast sjálfstæði og fá þeir Benedikt og Fannar góða gesti í lið með sér við að kryfja málefni liðinnar fréttaviku inn að beini. Hispurslaus umfjöllun á mannamáli. Dagskrárgerð: Benedikt Valsson og Fannar Sveinsson. Textað á síðu 888 í Textavarpi.
20.00 Útsvar *(Kópavogur og Hornafjörður)* Bein útsending frá spurningakeppni sveitarfélaga. Umsjónarmaður er Sigmar Guðmundsson. Spurningahöfundur og dómari er Stefán Pálsson.
21.10 Helmingslíkur Bráðfyndin mynd um grafalvarleg mál. Ungur maður greinist með krabbamein og nýtur aðstoðar vinar síns til að viðhalda sem eðlilegustu lífi. Aðalhlutverk: Joseph Gordon-Levitt, Seth Rogen og Anna Kendrick.
22.50 Úr fásinninu
00.25 Barnaby ræður gátuna – Frændi töframannsins
02.00 Útvarpsfréttir í dagskrárlok

SKJÁREINN

06.00 Pepsi MAX tónlist
08.00 Everybody Loves Raymond
08.20 Dr. Phil
09.00 The Talk
09.40 Pepsi MAX tónlist
15.35 Friday Night Lights
16.20 Growing Up Fisher
16.45 Minute To Win It Ísland
17.35 Dr. Phil
18.15 The Talk
19.00 The Biggest Loser
19.45 The Biggest Loser Skemmtilegir þættir þar sem fólk sem er orðið hættulega þungt snýr við blaðinu og kemur sér í form á ný. Í þessari þáttaröð einbeita þjálfarar sér hins vegar ekki einungis að keppendum, heldur heilu og hálfu bæjarfélögunum sem keppendur koma frá. Nú skulu fleiri fá að vera með!
20.30 The Voice - NÝTT Bandarískur raunveruleikaþáttur þar sem leitað er að hæfileikaríku tónlistarfólki. Í þessari þáttaröð verða Gwen Stefani og Pharrell Williams með þeim Adam Levine og Blake Shelton í dómarasætunum.
22.00 The Voice
23.30 The Tonight Show
00.10 Law & Order. SVU
00.55 Revelations
01.40 The Tonight Show
02.20 The Tonight Show
03.00 Pepsi MAX tónlist

Golfstöðin

06.30 Ryder Cup 2014 **17.30** Golfing World 2014 **18.20** Ryder Cup 2014 **23.20** Golfing World 2014

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

L A Z B O Y®

La-z-boy – líklega besta sæti í heimi!

L A Z B O Y®

Hinn eini sanni!

LA-Z-BOY er hágæða vörumerki, þar sem þægindi, notagildi og ending fara saman. LA-Z-BOY er skrásett vörumerki og fæst eingöngu í Húsgagnahöllinni.

Ástæður þess að La-Z-Boy eru öðruvísi hægindastólar ...

1 BAK SEM HÆGT ER AÐ TAKA AF

Allir La-Z-Boy hægindastólar eru með baki sem hægt er að taka af eða leggja niður sem auðveldar þér að flytja eða færa stólinn til.

2 HÁGÆÐA BÓLSTRUN

La-Z-Boy hægindastólar eru hannaðir með það í huga að veita jafnan stuðning við öll svæði á efri hluta líkamans.

3 SÉRMÓTAÐUR GÆÐASVAMPUR

Allir La-Z-Boy hægindastólar eru með sérmótaðan gæðasvamp til að gefa sem bestan stuðning við mjóbak.

4 FLESTAR STILLINGAR ALLRA HÆGINDASTÓLA

Með 18 hægindastillingum auk þess sem bak og innbyggt skammel hreyfast óháð hvort öðru.

5 ÁLAGSPRÓFUÐ ÁKLÆÐI

Öll áklæði sem La–Z–Boy notar verða að standast hæstu kröfur um endingu, álagsþol og þurfa að undirgangast prófanir í tilraunastofum La–Z–Boy áður en þau fá vottun frá fyrirtækinu.

6 GÆÐAEFTIRLIT

Allir hlutar La–Z–Boy hægindastóls eru prófaðir við venjulegar aðstæður til að tryggja að þeir standist gæðakröfur. Sérhver hægindastóll en grandskoðaður áður en hann fer til endursöluaðila.

7 3-LÆSTAR SKAMMELSTILLINGAR

Hægt er að læsa innbyggðu skammeli í þremur mismunandi hægindastillingum.

8 EINSTÖK UPPBYGGING Á GRIND

Ólíkt grindum flestra annarra hægindastóla sem eru einfaldlega skrúfaðar saman, er einstök uppbygging La–Z–Boy grindarinnar byggð á einkaleyfisverndaðri hönnun „4-sided La-Z-Boy Unibody® frame" sem dregur úr álagi á slitfleti og lengir um leið endingu stólsins og gerir allar breytingar á stillingum mýkri.

HÚSGAGNAHÖLLIN

– fyrir lifandi heimili –

KOMDU OG SJÁÐU NÝJA L A Z B O Y® SÝNINGARRÝMIÐ OKKAR!

HÚSGAGNAHÖLLIN • Bíldshöfða 20 • Reykjavík • **OPIÐ** Virka daga 10-18, laugard. 11-17 og sunnud. 13-17
OG Dalsbraut 1 • Akureyri **OPIÐ** Virka daga kl 10–18 og laugardaga 11-16 **EITT SÍMANÚMER** 558 1100

FÖSTUDAGSLAGIÐ

Föstudagslag dagsins í dag er Kvaðning með Skálmöld. Nú er málið að gíra sig upp fyrir Skálmaldargleðina í Borgarleikhúsinu næstu helgar.

Guðjón Davíð Karlsson leikari.

Í kappáti við 140 kílóa gölt í Húsdýragarði

Steindi Jr tekur upp nýja þætti sem væntanlegir eru í vetur. Hefur sjaldan verið í jafnmiklu stuði eins og nú.

„Sko, það sem gerist er að Skjöldur, sem ég leik, er stunginn í magann af smákrimma og á spítalanum kemur í ljós að hann er sýktur af Kobayashi-heilkenninu, sem þýðir að hann getur étið endalaust, er alveg botnlaus og verður aldrei saddur,“ segir Steinþór Hróar Steinþórsson, betur þekktur sem Steindi Jr. „Út frá þessu fær Gunni, vinur Skjaldar, dollaramerki í augun og vill græða á áti vinar síns og þannig endar Skjöldur í kappáti við 140 kílóa gölt í Húsdýragarðinum“, útskýrir Steindi, en þar sást hann um daginn í kappáti við svín. Ástæðan fyrir því voru tökur á nýjustu þáttaröð hans Hreinn Skjöldur.

„Í framhaldi af kappátinu við svínið er honum boðið að taka þátt í neðanjarðarkappátskeppni sem haldin er í Surtsey af Fóðraranum, sem Þorsteinn Guðmundsson leikur. Aðeins þeir allra bestu fá boð á þetta mót,“ útskýrir Steindi. „Skjöldur keppir við menn eins og Bókhalds-Mumma, leikinn af Halldóri Gylfasyni, gáfnaljós í Kópavoginum sem reiknar ofan í sig tuttugu þúsund kaloríur á dag, og Georg Guðrúnarson, níu ára föðurlausan bastarð og átvagl úr Vogum á Vatnsleysuströnd,“ bætir Steindi við, sem getur ekki ljóstrað meiru upp um söguþráðinn, nema hvað að hann flækist til muna.

Tökur á þáttunum eru í fullum gangi, en þeir verða frumsýndir á Stöð 2 í lok nóvember. „Við erum búin að taka upp tvo þætti af sjö og höfum aldrei verið í jafn miklu stuði!“ - asi

VÍGALEGIR Þeir félagar Steindi og Pétur Jóhann lentu í ýmsu við tökur á þættinum.

Glös fyrir stór og smá tilefni

Hjá Fastus fæst mikið úrval af glösum fyrir stóra og litla veitingastaði. Komið í verslun okkar að Síðumúla 16 og látið fagmenn hjálpa ykkur við að velja réttu glösin.

FASTUS
Veit á vandaða lausn

FASTUS_H_07.03.14

Síðumúli 16 | 108 Reykjavík | Sími 580 3900 | www.fastus.is
Verslun opin mán - fös 8.30 - 17.00

Konur leyfa fyrirtækjum að elta sig

Notkun samfélagsmiðla er gríðarlega vinsæl meðal almennings. Anna Margrét skrifaði um markaðssetningu á samfélagsmiðlum í BS-ritgerð í viðskiptafræði.

„Ég valdi þetta nafn í fyrsta lagi vegna þess að þetta er alveg hræðilegt lag. Svo fannst mér það bara fyndið,“ segir Anna Margrét Gunnarsdóttir, blaðamaður á Nýju lífi og verðandi viðskiptafræðingur, sem skrifaði BS-ritgerðina „Let me take a selfie“ eða ég ætla að taka sjálfsmynd, um markaðssetningu á samfélagsmiðlum og sjálfsmyndatöku. Hún nefndi ritgerðina þessu skemmtilega nafni viljandi og segir það ákveðna aðferð til þess að markaðssetja sjálfa sig.

„Mig langaði til að skrifa um vörubirtingar og vörumerkjabirtingar á Instagram og rannsaka hvort forritið geti talist vera „electronic word of mouth“ sem virkar alveg eins og „word of mouth“. Samfélagsmiðlar eru að verða svo stór partur af okkar samskiptum. Þetta samskiptanet sem er komið upp á þessum miðlum er að verða okkur jafn mikilvægt og venjuleg samskipti,“ segir Anna.

Ungar konur á Instagram

Hún gerði könnun á um fimm hundruð notendum á Instagram og spurði hvernig viðkomandi notaði forritið. Úrtakið segir Anna að hafi verið frekar þröngt, en meirihluti þátttakenda voru konur á aldrinum 18-30 ára með svipaðan bakgrunn hvað menntun varðaði. „Þetta var þröngur hópur, en samkvæmt tölum frá Instagram þá er þetta sá aldur og kyn sem notar forritið hvað mest, eða vel yfir 50%. Þetta gæti gefið nokkuð rétta mynd af þessum hópi,“ segir Anna. Niðurstöðurnar úr könnuninni eru þær að þessi hópur deilir hvað flestum myndum af mat, fatnaði, snyrtivörum, viðburðum og þess háttar. Meirihluti svarenda sagðist deila vörunni vegna þess að þeir hefðu verið ánægðir með hana og vildu benda öðrum á hversu góð varan væri. „Það var samt skemmtilegt að sjá að eftir því sem þátttakendur voru eldri, þeim mun minna virtust þeir gera sér grein fyrir því að þeir væru að aðstoða við markaðssetningu á vörunni,“ segir hún. „Konur virðast vera meira í því að elta fyrirtæki á Instagram en karlmenn og leyfa fyrirtækjum að elta sig.“ Hún segir fyrirtæki nota Instagram í sífellt meiri mæli til þess að auglýsa sig og vörur sínar.

Sjálfsmyndir sem markaðstæki

Anna er mikill aðdáandi forritsins og er dugleg að deila þar sjálfsmyndum eða svokölluðum „selfies“. En hvernig tengist sjálfsmyndataka markaðssetningu á netinu? „Sko, ein spurningin í könnuninni var af hverju notar þú Instagram og einn valmöguleikinn var birting sjálfsmynda. Í akademískum fræðum er talað um að einn þátturinn þegar verið er að tala um vörur og vörumerki er hvernig við kynnum okkur sjálf. Að leyfa vörunni að verða hluti af þínu persónulega lífi og hvernig hún sýnir þinn lífsstíl. Yngri þátttakendur virtust vera meðvitaðari um sjálfsmyndatöku sem markaðstæki en þeir eldri,“ segir Anna og bætir við að hún væri til í að skoða þessa sjálfsmyndatöku nánar og skrifa meira um hana. „Mér finnst þessi „selfie“-prik sem fólk er að nota núna meiriháttar. Finnst alltaf betra ef fólk er hreinskilið gagnvart sjálfu sér: Hey! Ég er að taka „selfie“! Ég vil nota prik!“ adda@frettabladid.is

ELSKAR SJÁLFSMYNDIR Anna Margrét veit fátt skemmtilegra en að deila sjálfsmyndum á Instagram. MYND/GVA

Sjálfsmyndastöngin-fróðleiksmolar

- Hún hefur eiginleika þrí- og einfótarins
- Er góð til myndbandstöku og virkar líkt og „dolly-sleði“
- Stöngin er hentug fyrir handstutta og lofthrædda til að ná betri mynd
- Hún fer vel í vasa og leggst saman líkt og sjónvarpsloftnet
- Hún er fáanleg á heimkaup.is á 6.990 kr. og á aukahlutir.net á 2.900 kr.

Konur virðast vera meira í því að elta fyrirtæki á instagram en karlmenn.

Anna Margrét Gunnarsdóttir.

Alíslensk matreiðslubók **fyrir alla krakka** með einföldum og skemmtilegum uppskriftum!

VERÖLD

SIGURÐUR SIGURJÓNSSON
SIGRÚN EDDA BJÖRNSDÓTTIR
ÞORSTEINN BACHMANN
STEINÞÓR H. STEINÞÓRSSON
TINNA SVERRISDÓTTIR
KVIKMYNDIN
AFINN
THORSSON PRODUCTIONS
SIGURÐUR SIGURJÓNSSON AFINN SIGRÚN EDDA BJÖRNSDÓTTIR ÞORSTEINN BACHMANN STEINÞÓR H. STEINÞÓRSSON TINNA SVERRISDÓTTIR
FRANK HALL ÓLÖF BENEDIKTSDÓTTIR RAGNA FOSSBERG ÁRNI GÚSTAFSSON & PÉTUR EINARSSON GUÐNI HALLDÓRSSON
ATLI GEIR GRÉTARSSON & MARTA LUIZA MACUGA JÓHANN MÁNI JÓHANNSSON BIRNA PÁLÍNA EINARSDÓTTIR
BJARNI HAUKUR ÞÓRSSON & INGVAR H. ÞÓRÐARSON BJARNI HAUKUR ÞÓRSSON & ÓLAFUR EGILL EGILSSON
AFINN BJARNA HAUK ÞÓRSSON BJARNI HAUKUR ÞÓRSSON
TP
THORSSON
PRODUCTIONS
SAMBÍÓIN
SÝND Í KVIKMYNDAHÚSUM UM LAND ALLT
SAMBÍÓIN
EGILSHÖLL

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

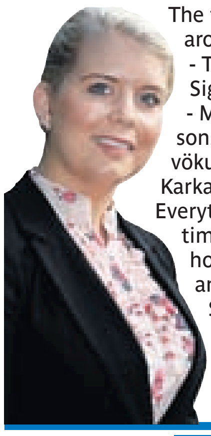
FRÉTTIR AF FÓLKI

Góðir gestir niðri við höfn

Á Slippbarnum við höfnina var mikið fjör á miðvikudagskvöld, en slegið var upp heljarinnar partíi til að kynna komandi vetur fyrir fastagestum og nágrönnum veitingastaðarins. Meðal gesta í gleðskapnum voru þau **Berglind Pétursdóttir**, GIF-drottning, dansari og textasmiður á Íslensku auglýsingastofunni, Steinþór Helgi Arnsteinsson, umboðsmaður Hjaltalín og starfsmaður hjá CCP, Björgólfur Jóhannsson, forstjóri Icelandair Group, Birkir Hólm Guðnason, framkvæmdastjóri Icelandair, og Kristján Jóhannsson óperusöngvari, svo einhverjir séu nefndir.
- lkg

Uppáhaldsplöturnar

Fjölmargir hafa tekið áskoruninni sem gengið hefur manna í millum á Fésbók að setja saman lista yfir 10 plötur sem hafa haft mest áhrif á viðkomandi. **Jóhanna María Sigmundsdóttir** þingkona er ein þeirra. „Ég ákvað að vera með og lista upp góðar plötur sem hafa virkilega fengið mig til að elska tónlist,“ segir Jóhanna María á Fésbók. Á lista hennar eru ; A hard day's night – The Beatles , Get it together – Dikta, Moonlight shadows - The Shadows, Ferðasót – Hjálmar, The flying platters around the world - The Platters, Sigh no more - Mumford and sons, Svefns og vöku skil – Árstíðir, Karkari – Mammút, Everything all the time - Band of horses, Paranoid and sunburnt – Skunk Anansie.
- jme



Mest lesið vísir

1 Mál Tony Omos: „Allslaus og upp á aðra kominn“
2 Vill að andlitshúðflúraðir missi bæturnar
3 „Hann er heppinn að hafa lifað þetta af“
4 Titrandi smáblóm sem deyr
5 Nágrannar hóta málsókn vegna sambýlis í Laugarásnum
6 Losar meiri brennistein en öll Evrópa

Blaðberinn bíður þín

Þú færð Blaðberann þinn í Skaftahlíð 24 alla virka daga frá kl. 9-17.

Blaðberinn...
...góðar fréttir fyrir umhverfið

AFMÆLISDÝNAN – Reynir

AFMÆLIS AFSLÁTTUR 20 PRÓSENT

20 ÁRA AFMÆLI
BETRA BAK

Reynir Sigurðsson
stofnandi Betra Baks

Í TILEFNI 20 ÁRA AFMÆLIS BETRA BAKS HÖFUM VIÐ FENGIÐ STÆRSTA OG EINN VIRTASTA DÝNUFRAMLEIÐANDA Í HEIMI – **SERTA** – TIL AÐ FRAMLEIÐA ALGJÖRLEGA EINSTAKA, SÉRHANNAÐA AFMÆLISDÝNU FYRIR OKKUR. DÝNAN ER NEFND EFTIR STOFNANDA FYRIRTÆKISINS REYNI SIGURÐSSYNI.

Síðasta sending seldist upp á fáeinum dögum.
AFMÆLISDÝNAN Reynir ER KOMIN AFTUR!

SERTA – REYNIR heilsurúm

Stærð	Dýna og Classic-botn	Tilboðs-verð
120x200	119.900	**95.920**
140x200	139.900	**111.920**
160x200	169.900	**135.920**
180x200	190.900	**152.720**

Einnig fáanleg 192x203 eingöngu með Premium botni

ANNIVERSARY EDITION Reynir
SPECIALLY MADE FOR BETRA BAK BY Serta

- Vandað 5 svæðaskipt pokagormakerfi. Minni hreyfing betri aðlögun.
- Steyptar kantstyrkingar.
- Hægt að endasnúa.
- Slitsterkt og mjúkt bómullaráklæði.
- Þykkt 30 cm.
- Val um fleiri en eina gerð af botni.
- Val um nokkrar gerðir af löppum.

Faxafeni 5, Reykjavík • Sími 588 8477
Opið virka daga frá kl. 10-18
og laugardaga frá kl. 11-16

Betra BAK
Leggur grunn að góðum degi

Dalsbraut 1, Akureyri • Sími: 558 1100
Skeiði 1, Ísafirði • Sími 456 4566
betrabak@betrabak.is • www.betrabak.is