SKOÐUN Pröstur Ólafsson skrifar um tangarhald bænda á íslensku þjóðinni. 16

MENNING Konan við 1000°er sigur fyrir listamenn Þjóðleikhússins. 22

LÍFIÐ Verzlingar setja upp Rómeó og Júlíu með nýstárlegum hætti. 30

SPORT Atli Guðnason hélt upp á þrítugsafmælið sitt með glæsibrag. 26

FRÉTTABLAÐIÐ

MEST LESNA DAGBLAÐ Á ÍSLANDI*

Priðjudagur
30. september 2014
229. tölublað 14. árgangur
Sími: 512 5000

*Samkvæmt prentmiðlakönnun Capacent Gallup apríl-júní 2014

FRÉTTIR

Kjósa um verkfall

Allt stefnir í verkfallsaðgerðir hjá félagsmönnum Læknafélags Íslands eftir marga árangurslausa fundi. 2

Barist gegn fátækt Utanríkisráðherra ávarpaði allsherjarþing Sameinuðu þjóðanna í gær. 4

Bændur óánægðir með MS Mikillar óánægju gætir meðal kúabænda sem eru aðilar að Auðhumlu og þar með eigendur að Mjólkursamsölunni vegna starfshátta hennar. 10

Talið er að 36 hafi látist Fimm lík til viðbótar fundust við tind japanska eldfjallsins Ontake í gær. 12

14

Bolungarvík	7°	S	8
Akureyri	9°	S	6
Egilsstaðir	11°	SA	13
Kirkjubæjarkl.	9°	S	9
Reykjavík	8°	SSV	11

HVASSVIÐRI Í dag verða sunnan 10-18 m/s, hvassast SV-til í fyrstu. Víða rigning en úrkomulítið NA-til Hiti 6-11 stig. 4

3 SÉRBLÖÐ

Þjónusta við fatlaða og langveika | Barnaafmæli | Fólk

50 milljónir króna fram hjá lögum um opinber innkaup

Einkahlutafélag, sem stundar æskulýðsrannsóknir og er í eigu fyrrverandi aðstoðarmanns Davíðs Oddssonar, hefur fengið samtals um 50 milljónir frá ríkinu frá árinu 2006. Samningur var undirritaður í byrjun árs 2009 fram hjá lögum um opinber innkaup. Ríkisendurskoðun vill taka samninginn til skoðunar.

STJÓRNSÝSLA Einkahlutafélagið Rannsóknir og greining ehf. hefur frá árinu 2006 fengið yfir 50 milljónir króna frá hinu opinbera, í gegnum samning við menntamálaráðuneytið, til að vinna að rannsóknum á högum ungs fólks.

Ekki var leitað útboðs eða tilboða annarra aðila sem sinna æskulýðsrannsóknum vegna þessara styrkja. Í fjárlögum ár hvert er liður undir æskulýðsmálum sem nefnist æskulýðsrannsóknir. Frá árinu 2006 hefur 57 milljónum króna verið varið í málaflokkinn og meginþorri þess fjármagns sem fer í málaflokkinn rennur til Rannsóknar og greiningar.

Kristín Halldórsdóttir, sviðsstjóri stjórnsýslusviðs Ríkisendurskoðunar telur fullt tilefni til að skoða þennan samning nánar. „Ríkisendurskoðun hefur á undanförnum árum haft samningamál ráðuneytanna til sérstakrar skoðunar og birt samtals tíu skýrslur um þau mál. Með hliðsjón af athugasemdum Ríkisendurskoðunar er varða samningamál ráðuneytanna telur stofnunin fullt tilefni til að taka umræddan samning til skoðunar,“ segir hún. Sögu einkahlutafélagsins má rekja aftur til ársins 1997 þegar Björn Bjarnason, þáverandi menntamálaráðherra, ákvað að leggja niður Rannsóknarstofnun uppeldis- og menntamála (RUM). Upp úr því varð til Námsmatsstofnun en rannsóknarhluti RUM var gefinn eftir til nýstofnaðs fyrirtækis, Rannsókna og greiningar ehf., samkvæmt ákvörðun Björns. Á þessum tíma, frá 1997-1998, var Inga Dóra Sigfúsdóttir, eigandi Rannsókna og greiningar ehf., í hálfu starfi fyrir menntamálaráðherra, Björn Bjarnason, og í hálfu starfi hjá rannsóknardeild Rannsóknarstofnunar uppeldis- og menntamála. Einnig var hún aðstoðarmaður bæði Davíðs Oddssonar og Ólafs G. Einarssonar á kjörtímabilinu 1991-1995.

> **Með hliðsjón af athugasemdum Ríkisendurskoðunar ... telur stofnunin fullt tilefni til að taka umræddan samning til skoðunar.**
>
> *Kristín Halldórsdóttir, sviðsstjóri hjá Ríkisendurskoðun.*

- sa / sjá síðu 8

VEÐRIÐ VELDUR USLA Stormasamt veður lék íbúa á höfuðborgarsvæðinu og víðar grátt í gær. Samkvæmt Veðurstofu Íslands er ný lægð komin upp að landinu sem er þó minni um sig en krappari. Hvassviðri og væta munu fylgja henni um allt land nema á Norðausturlandi. Veðrið verður verst vestast á landinu í dag og verður vikan vætu- og vindasöm um nánast allt land. „Þetta er týpískt haustlægðatímabil eins og það er aktívast og markar það að haustið er sannarlega komið,“ segir Teitur Arason, veðurfræðingur hjá Veðurstofu Íslands. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Heldur fram sakleysi sínu:

Segir um sjálfsvíg að ræða

LÖGREGLUMÁL Maður sem grunaður er um að hafa orðið eiginkonu sinni að bana í Stelkshólum á laugardag heldur því fram að konan hafi framið sjálfsvíg.

Í tilkynningu frá lögreglu segir að þrengt hafi verið að öndunarvegi konunnar svo hún hlaut bana af. Samkvæmt heimildum Fréttablaðsins var notast við einhvers konar band eða snæri við verknaðinn.

Farið hefur verið fram á geðmat yfir manninum. Eftir því sem Fréttablaðið kemst næst hefur maðurinn ekki átt við alvarleg geðræn vandamál að stríða.

Barnaverndarnefnd hefur unnið að því að koma börnum hjónanna í vistun hjá vinafólki, þar sem engir nánir ættingjar þeirra búa hér á landi. Bróðir konunnar er hins vegar á leið til landsins frá Póllandi.

- hó / sjá síðu 6

Neytendastofa segir ákvæði í lánaskilmálum frá Íslandsbanka ekki standast lög:

Bannað að endurskoða vextina

NEYTENDUR Neytendastofa hefur bannað Íslandsbanka að beita ákvæði um endurskoðun vaxta vegna fasteignaláns sem tekið var á árinu 2005.

Sigurður Freyr Magnússon tók sex milljóna króna verðtryggt lán með 4,15 prósenta vöxtum hjá Íslandsbanka. Í skilmálum lánsins, eins og mörgum fleirum, var kveðið á um að bankinn gæti breytt vöxtum að fimm árum liðnum. Ef Sigurður felldi sig ekki við slíka ákvörðun gæti hann greitt upp lánið.

Í fyrra fékk Sigurður tilkynningu frá bankanum um að vextirnir myndu hækka í 4,85 prósent. „Ég gerði ráð fyrir því þegar ég tók lánið að vextir myndu lækka á markaði og þá fengi maður lægri vexti en það var ekki að heilsa,“ segir Sigurður. Hann benti meðal annars á að ekki hefði verið skilgreint með hvaða hætti vextirnir væru breytilegir og við hvaða aðstæður þeir breyttust.

Neytendastofa segir að í skilmálum skuldabréfsins séu engar upplýsingar gefnar um það til hvaða þátta sé litið við vaxtaákvörðun eða við hvaða aðstæður vextir breytist og það stangist á við lög. Var bankanum bannað að beita þessu ákvæði, engu skipti þótt borga mætti upp lánið án uppgreiðslugjalds.

Samkvæmt Guðnýju Helgu Herbertsdóttur, upplýsingafulltrúa Íslandsbanka, er nú verið að fara yfir úrskurð Neytendastofu í bankanum.

> **Ég tel að Neytendastofa sé þarna að taka ákvöðun af ákveðnu hugrekki ef þessir skilmálar hafa verið útfærðir með sambærilegum hætti víða.**
>
> *Sigurður Freyr Magnússon*

- gar / sjá síðu 4

SPURNING DAGSINS

Vigdís, er að verða fokið í flest skjól?

Ég óttast frekar að það sé allt fokið úr þeim og í felur annars staðar.

Vigdís Hauksdóttir, formaður fjárlaganefndar Alþingis, kveðst telja koma til greina, að undangenginni áreiðanleikakönnun, að kaupa svokölluð leynigögn með nöfnum fólks sem tengist skattaskjólum.

Tillaga að breytingu á lögum um meðferð sakamála á málaskrá dómsmálaráðherra í haust:

Allar skýrslutökur af börnum í Barnahúsi

SAMFÉLAG Ólöf Ásta Farestveit, forstöðumaður Barnahúss, fagnar því að með frumvarpi til laga um breytingu á meðferð sakamála, sem er á þingmálaskrá dómsmálaráðherra, sé lagt til að allar skýrslutökur af börnum fari fram í Barnahúsi. „Ég held að þannig verði hagsmunum barnanna best borgið.“

Hún segir að frá 2003 til 2013 hafi nánast engin mál komið frá Héraðsdómi Reykjavíkur til Barnahúss. „Það hefur þó orðið breyting á þessu ári því að nú hafa komið frá þeim á annan tug mála til okkar.“

Ólöf greinir frá því að í Héraðsdómi Reykjavíkur sé sérútbúið herbergi til að taka skýrslur af börnum. „Þeir hafa talið það viðunandi en þá hefur frekar verið hugsað um hagsmuni fullorðinna en barna.“

Lögregla hefur tekið skýrslur af börnum í Héraðsdómi Reykjavíkur en í Barnahúsi hafa það yfirleitt verið sálfræðingar og uppeldisfræðimenntaðir starfsmenn sem allir hafi farið á námskeið í Bandaríkjunum þar sem kennd hefur verið aðferð við yfirheyrslu á börnum, að því er Ólöf greinir frá. „Rannsókn sem gerð var á vegum rannsóknamiðstöðvarinnar Rannsóknir og greining sýndi í öllum liðum að Barnahús kom betur út varðandi líðan og aðkomu barna að húsnæðinu. Aðkoman skiptir máli því að það hefur líka að segja inn í hvaða húsnæði barnið er að fara.“ **- ibs**

BARNAHÚS BETRA Ásta Farestveit, forstöðumaður Barnahúss, segir börnum líða betur með að gefa skýrslur í Barnahúsi. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

MÓTMÆLI Baráttumenn fyrir sjálfstæði Katalóníu mótmæltu fyrir framan byggingu fulltrúanefndar spænskra stjórnvalda í borginni Barselóna í gær. NORDICPHOTOS/AFP

Atkvæðagreiðslu um sjálfstæði Katalóníu frá Spáni frestað:

Fá ekki að greiða atkvæði

SPÁNN, AP Spænskur stjórnlagadómstóll hefur ákveðið að fresta fyrirhugaðri atkvæðagreiðslu um sjálfstæði héraðsins Katalóníu frá Spáni sem átti að fara fram 9. nóvember. Ástæðan er sú að spænsk stjórnvöld telja atkvæðagreiðsluna vera ólöglega.

Stjórnlagadómstóllinn tók einróma ákvörðun um að kynna sér betur rök stjórnvalda í málinu. Talsmaður dómstólsins telur að það ferli gæti tekið mánuði eða ár. Ákvörðunin var tekin aðeins nokkrum klukkustundum eftir að Mariano Rajoy, forsætisráðherra Spánar, sagði atkvæðagreiðsluna bera vott um „grófa árás á réttindi allra Spánverja“. **- fb**

Vantar hentugan stað:

Íhuga gæludýragrafreit

SVEITARSTJÓRNIR Skipulags- og umhverfisráð Vesturbyggðar hefur falið tæknideild sveitarfélagsins að finna hentugan stað fyrir gæludýragrafreit á Patreksfirði. Þetta var ákveðið á fundi ráðsins síðastliðinn mánudag.

Það var gröfumaður á Patreksfirði sem sendi ráðinu erindi og vakti athygli á því að slíkan grafreit er ekki að finna í bænum.

Nefnir hann að koma mætti grafreitnum fyrir neðan við gamla knattspyrnuvöllinn í Drengjaholti. **- bá**

Ráðstöfunartekjur minnka:

Kaupmáttur rýrnar milli ára

EFNAHAGSMÁL Ráðstöfunartekjur heimilageirans jukust árið 2013 um 4,2 prósent frá fyrra ári. Ráðstöfunartekjur á mann jukust um 3,2 prósent milli ára en kaupmáttur ráðstöfunartekna á mann dróst saman um 0,7 prósent. Hagstofan greinir frá þessu.

Ráðstöfunartekjur heimilanna má skilgreina sem samtölu launatekna, eignatekna, tilfærslutekna og reiknaðs rekstrarafgangs einstaklingsfyrirtækja en að frádregnum eigna- og tilfærsluútgjöldum. **- fbj**

Frábær árangur á Evrópumóti í kotru

Íslenska landsliðið í kotru braut blað í íslenskri kotrusögu þegar liðið lenti í fimmta sæti á Evrópumótinu í Króatíu um helgina. Þá var forseti íslenska kotrusambandsins, Bjarni Freyr Kristjánsson, kosinn í stjórn Evrópusambandsins í kotru.

SAMFÉLAG „Þetta er alveg magnað og er stór sigur fyrir litla Ísland,“ segir Bjarni Freyr Kristjánsson, meðlimur í íslenska landsliðinu í Kotru og forseti Kotrusambands Íslands. Liðið braut blað í íslenskri kotrusögu með því að lenda í fimmta sæti á Evrópumóti landsliða í Dubrovnik í Króatíu um liðna helgi.

BJARNI FREYR KRISTJÁNSSON

Til að toppa þennan frábæra árangur liðsins var Bjarni Freyr einnig kosinn í stjórn Evrópusambandsins í kotru. „Ég er alveg í skýjunum yfir þessu, það er mikill heiður að komast í þessa stjórn,“ bætir Bjarni Freyr við.

Kotra er borðspil sem hefur verið spilað hér á landi í áratugi. Um er að ræða einn elsta borðleik í heimi og gengur hann út á það að þú ert með menn á borði sem þú átt að koma í heimahöfn. „Það er auðvitað fullt af fólki sem spilar þetta heima hjá sér og þess háttar en við stofnuðum Kotrusamband Íslands árið 2009 og það eru um það bil hundrað manns sem eru á stigalista, sem hafa tekið þátt í mótum á einhverjum tímapunkti,“ útskýrir Bjarni Freyr.

Í landsliðinu eru sex einstaklingar, auk Bjarna Freys, en þeir eru Róbert Lagerman, Gísli Hrafnkelsson, Fjalar Páll Mánason, Daníel Már Sigurðsson, og Stefán Freyr Guðmundsson. „Þar sem þetta er liðamót en ekki einstaklingsmót, þá er fyrirkomulagið þannig að það eru fjórir sem spila í einu og tveir eru varamenn. Það getur tekið rosalega á að spila, leikirnir geta farið allt upp í þrjá og hálfa klukkustund,“ segir Bjarni Freyr. Liðið spilaði 24 leiki og vann 11 af þeim. Íslenska liðið var hársbreidd frá því að komast í bronsleikinn og var með jafnmörg stig og Króatía sem endaði í fjórða sæti. „Við töpuðum á fjórða „tiebreak“. Það eru fjórir flokkar sem segja til um hvaða lið fer áfram þegar lið eru jöfn, til að mynda vorum við 0,5 stigum frá því að komast í bronsleikinn á móti Grikklandi.“

Evrópumótið í Króatíu fór fram í fyrsta sinn með formlegum hætti um liðna helgi. „Þetta er fyrsta svona opinbera Evrópumót liða. Þá var einnig verið að stofnsetja þetta Evrópusamband.“

Sem stendur eru fjórtán þjóðir sem eiga aðild að sambandinu en það er þó enn verið að bæta við aðildarþjóðum, enda leikurinn spilaður um allan heim. Danir urðu Evrópumeistarar, Austurríkismenn lentu í öðru sæti og Grikkir í því þriðja eftir maraþonviðureign við Króata.

Bjarni Freyr hvetur fólk til þess að prófa spilið. „Þessi hugarleikur hefur þetta allt: Rökvísi, útsjónarsemi og rómantík. Lifi kotran, lifi Ísland,“ segir Bjarni Freyr.

gunnarleo@frettabladid.is

SÁTTIR SAMAN Íslenska landsliðið gerði frábæra hluti í Króatíu um helgina. MYND/EINKASAFN

Hvað er kotra?

Kotra er borðspil sem er einnig þekkt undir nafninu Backgammon og hefur það verið spilað hér á landi í áratugi. Tveir leikmenn keppa um það að koma fimmtán mönnum sínum á borði í heimahöfn eftir teningakasti, sem ræður för mannanna. Sá leikmaður sem nær öllum sínum mönnum í heimahöfn vinnur. Leikurinn gengur út á það að sækja og verjast í einu.

Þjónusta trúnaðarlækna

Ávinningur af trúnaðarlæknisþjónustu er ótvíræður og gefur stjórnendum og starfsmannahaldi möguleika á óháðu mati á veikindum starfsmanna, meðferðarmöguleikum, horfum og starfshæfni.

Vinnuvernd ehf.
Brautarholt 28
105 Reykjavík
s: 5780800
www.vinnuvernd.is
vinnuvernd@vinnuvernd.is

VINNUVERND ehf
vellíðan í vinnu

Allt stefnir í verkfallsaðgerðir hjá læknum eftir marga árangurslausa fundi:

Félagsmenn kjósa um verkfall

HEILBRIGÐISMÁL „Við munum kynna þessar aðgerðir sem við ræddum á fundinum seinna í vikunni fyrir félagsmönnum. Í framhaldi af því förum við í atkvæðagreiðslur um tillögurnar,“ segir Þorbjörn Jónsson, formaður Læknafélags Íslands.

ÞORBJÖRN JÓNSSON

Stjórn læknafélagsins kom saman til fundar síðdegis í gær þar sem rætt var um væntanlegar verkfallsaðgerðir meðal félagsmanna. „Við erum með tillögu sem stjórnin lagði blessun sína yfir og ég geri ráð fyrir að það fari fram rafræn atkvæðagreiðsla meðal félagsmanna eftir að við höfum kynnt þetta, þar sem við leitum eftir samþykki þeirra við þessum aðgerðum,“ útskýrir Þorbjörn. Hann telur mjög líklegt að félagsmenn samþykki verkfallsaðgerðir. „Verkfallið brestur á seinnipart október ef tillagan verður samþykkt,“ bætir hann við.

Kjarasamningar lækna hafa verið lausir í átta mánuði. Kjaradeilu þeirra var vísað til ríkissáttasemjara í sumar.

„Það er búið að halda marga árangurslausa fundi í þessari kjaradeilu,“ segir Sigurveig Pétursdóttir, formaður samninganefndar Læknafélags Íslands.

Hún segir að læknum hafi verið boðin 2,8 prósenta hækkun launa eða svipuð hækkun og samið var um á almenna markaðnum um síðustu áramót. Þetta finnst læknum hins vegar allt of lítið. Þeir vilja ekki greina frá því hversu mikillar hækkunar þeir krefjast en segja að þeir fari fram á verulegar kjarabætur. **- jme, glp**

LANGVINN KJARADEILA Læknar eru orðnir langþreyttir. Átta mánuðir eru síðan kjarasamningar þeirra runnu út. MYND/NORDIC PHHOTO

FIND NEW ROADS™

CHEVROLET

10% ÚTBORGUN INN Á NÝJAN CHEVROLET

Bílabúð Benna og Lykill gera þér kleift að eignast nýjan Chevrolet á þægilegan máta. Útborgun er að lágmarki 10% af verði bílsins og Lykill lánar þér afganginn til allt að sjö ára. Þú velur þér nýjan bíl hjá Bílabúð Benna og sölumenn sjá um að ganga frá láninu.

Lykill

Lánshlutfall ræðst af lánshæfis- og/eða greiðslumati hvers umsækjanda og getur hæst orðið 90%. Skylt er að kaskótryggja bifreiðina á lánstímanum.

Chevrolet Aveo LS

Útborgun: 259.000 kr.*

*Chevrolet Aveo LS 1.2 bensín bsk.: Verð 2.590.000 kr.
Útborgun: 259.000 kr. I Lánshlutfall 90% | Lánsfjárhæð: 2.331.000 kr.
Breytilegir óvt. vextir: 9,15% | Annar kostnaður á lánstímanum: 104.565 kr.
(Þinglýsing, greiðslu-, lántöku- og umsýslugjöld) | ÁHK 11,05%

Mánaðargreiðslur: 39.370 kr. í 84 mánuði.

Chevrolet Cruze Station LT

Útborgun: 299.000 kr.*

*Chevrolet Cruze Station LT 1.8 bensín bsk.: Verð 2.990.000 kr.
Útborgun: 299.000 kr. I Lánshlutfall 90% | Lánsfjárhæð: 2.691.000 kr.
Breytilegir óvt. vextir: 9,15% | Annar kostnaður á lánstímanum: 117.165 kr.
(Þinglýsing, greiðslu-, lántöku- og umsýslugjöld) | ÁHK: 11,02%

Mánaðargreiðslur: 45.393 kr. í 84 mánuði.

Chevrolet Spark

Útborgun: 179.000 kr.*

*Chevrolet Spark LS 1.0 bensín bsk.: Verð 1.790.000 kr.
Útborgun: 179.000 kr. I Lánshlutfall 90% | Lánsfjárhæð: 1.611.000 kr.
Breytilegir vextir: 9,15% | Annar kostnaður á lánstímanum: 79.365 kr.
(Þinglýsing, greiðslu-, lántöku- og umsýslugjöld) | *ÁHK: 11,9%

Mánaðargreiðslur: 27.324 kr. í 84 mánuði.

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

Nánari upplýsingar á benni.is

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

Bílabúð Benna
Sérfræðingar í bílum

*Bílabúð Benna áskilur sér rétt til breytinga á verði og búnaði án fyrirvara. Útbúnaður bíla getur verið frábrugðinn myndum í auglýsingu ©2014. Gert með fyrirvara um prentvillur.

*Árleg hlutfallstala kostnaðar

SVONA ERUM VIÐ

73 **ferkílómetrar voru friðlýst land á Íslandi árið 2011.**

Eftir árið 2012 var friðlandið orðið 1.955 ferkílómetrar.

Gunnar Bragi Sveinsson utanríkisráðherra ávarpaði allsherjarþing Sameinuðu þjóðanna í gær:

Áfram barist gegn fátækt og ójafnræði

UTANRÍKISMÁL Gunnar Bragi Sveinsson utanríkisráðherra ávarpaði allsherjarþing Sameinuðu þjóðanna í New York í gær þar sem hann ræddi mikilvægi þess að ríki heims tryggðu áframhaldandi árangur í baráttunni gegn fátækt og ójafnræði.

Gunnar Bragi ræddi um ný þróunarmarkmið Sameinuðu þjóðanna sem eiga að taka gildi eftir 2015. Hann sagði Ísland leggja áherslu á fæðuöryggi þar sem sjálfbær nýting auðlinda hafsins og vannýtt tækifæri í sjávarútvegi geta skipt miklu. Þá muni Ísland beita sér fyrir því að ný þróunarmarkmið fjalli um mikilvægi landgræðslumála. Rjúfa þurfi vítahring loftslagsbreytinga og eyðimerkurmyndunar sem leiðir til þess að á hverju ári eyðist land á stærð við Suður-Afríku.

Þá ræddi Gunnar Bragi mikilvægi endurnýjanlegra orkugjafa fyrir ný þróunarmarkmið. Í samstarfi við Alþjóðastofnun um endurnýjanlega orkugjafa (IRENA) og Alþjóðabankann hefur Ísland sett nýtingu jarðhita á oddinn í alþjóðasamstarfi. Í ræðu sinni hvatti Gunnar Bragi önnur ríki til að ganga til liðs við Ísland og mynda bandalag um jarðhitanýtingu á heimsvísu. Að auki lagði hann þunga áherslu á mikilvægi jafnréttismála. **- fb**

UTANRÍKISRÁÐHERRA Gunnar Bragi Sveinsson ávarpaði allsherjarþing Sameinuðu þjóðanna í New York í gær. FRÉTTABLAÐIÐ/KRISTINN

Banna Íslandsbanka að endurskoða vexti

Neytendastofa segir ákvæði um endurskoðun vaxta á láni frá Íslandsbanka ekki standast lög og bannar beitingu ákvæðisins. Vantað hafi í samningi að tilgreina hvaða atriði gætu breytt vöxtunum. Bankinn segir ekkert um málið að svo stöddu.

FJÁRMÁL Neytendastofa hefur bannað Íslandsbanka að beita ákvæði um endurskoðun vaxta vegna fasteignaláns sem tekið var á árinu 2005.

Sigurður Freyr Magnússon tók sex milljóna króna verðtryggt lán með 4,15 prósenta vöxtum hjá Íslandsbanka, í ágúst 2005. Í skilmálum lánsins, eins og mörgum fleirum, var kveðið á um að bankinn gæti breytt vöxtum að fimm árum liðnum. Ef Sigurður felldi sig ekki við slíka ákvörðun gæti hann greitt upp lánið.

Í fyrra fékk Sigurður tilkynningu frá Íslandsbanka um að vextirnir myndu hækka í 4,85 prósent. „Ég gerði ráð fyrir því þegar ég tók lánið að ef vextir myndu lækka á markaði þá fengi maður lægri vexti en því var ekki að heilsa,“ segir hann.

Sigurður kvartaði til Neytendastofu. Hann benti meðal annars á að ekki hefði verið skilgreint með hvaða hætti vextir væru breytilegir og við hvaða aðstæður þeir breyttust.

„Ef menn eru með svona opin ákvæði sem vísa í engu til þess hvað ræður vöxtunum held ég að það geti ekki staðist nokkra skoðun,“ segir Sigurður og Neytendastofa er sammála honum.

„Í skilmálum þess skuldabréfs sem hér er til álita eru engar upplýsingar gefnar um það til hvaða þátta sé litið við vaxtaákvörðun eða við hvaða aðstæður vextir breytist,“ segir Neytendastofa sem kveður þetta stangast á við á lög og bannar bankanum að beita þessu ákvæði. Engu skipti þótt borga mætti upp lánið án uppgreiðslugjalds.

GUÐNÝ HELGA HERBERTSDÓTTIR

„Við erum að fara yfir úrskurðinn í bankanum og tjáum okkur ekki að svo stöddu,“ segir Guðný Helga Herbertsdóttir, upplýsingafulltrúi Íslandsbanka. Ekki fékkst upplýst hversu mörg lán ákvörðun Neytendastofu gæti haft fordæmisgildi fyrir. Ekki er ljóst hvort bankinn vísar málinu til áfrýjunarnefndar neytendamála.

„Ég tel að Neytendastofa sé þarna að taka ákvörðun af ákveðnu hugrekki ef þessi skilmálar hafa verið útfærðir með sambærilegum hætti víða,“ segir Sigurður.

Nefna má að Íslandsbanki vísaði til þess í málinu að um væri að ræða sams konar vaxtaendurskoðunarákvæði hjá bankanum og tíðkist hjá Íbúðalánasjóði. **- gar**

ÍSLANDSBANKI Ekki var skilgreint í skilmálum fasteignaláns frá árinu 2005 hvaða atriði gætu haft áhrif á breytilega vexti lánsins. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

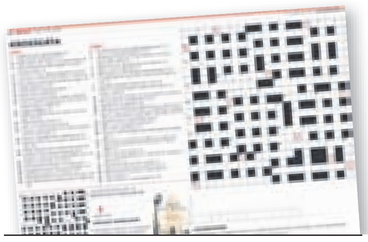
> **Ég tel að Neytendastofa sé þarna að taka ákvörðun af ákveðnu hugrekki ef þessi skilmálar hafa verið útfærðir með sambærilegum hætti víða.**
>
> *Sigurður Freyr Magnússon*

STURLA BÖÐVARSSON Bæjarstjórinn í Stykkishólmi endurskipuleggur. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

Stykkishólmur þarf ráðgjöf:

Vilja ná tökum á fjármálunum

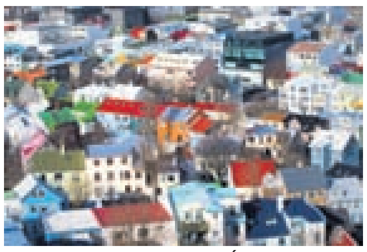
SVEITARSTJÓRNIR Eftirlitsnefnd með fjármálum sveitarfélaga vill skýringar á fjárhagsstöðu Stykkishólms. Nefndin segir ársreikning bæjarins fyrir 2013 ekki í samræmi við jafnvægisreglu um fjármál sveitarfélaga. Bæjarráðið fól Sturlu Böðvarssyni bæjarstjóra að hefja fjárhagslega og rekstrarlega endurskipulagningu og semja við ráðgjafa um fjármál sveitarfélaga. Sturlu er heimilt að vinna að skipulagsbreytingum á bæjarskrifstofum og stofnunum. **- gar**



ÁRÉTTING

Röng vísbending

Röng vísbending var við helgarkrossgátu Fréttablaðsins síðastliðinn laugardag. Rétt vísbending er því birt nú. Beðist er velvirðingar á þessum mistökum. Ef bókstöfunum í skyggðu reitunum er raðað rétt saman birtist nútíminn í fornum en afar viðeigandi búningi. Sendið lausnarorðið í síðasta lagi 2. október næstkomandi á krossgata@frettabladid.is merkt „27. september“.



BROTHÆTT JAFNVÆGI Áframhaldandi verðhækkanir geta aukið spennu á fasteignamarkaði. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

Jafnvægi á fasteignamarkaði:

Segja fátt kalla á breytingar

EFNAHAGSMÁL Margt bendir til að ágætt jafnvægi sé á fasteignamarkaði og kallar fátt á grundvallarbreytingar á honum samkvæmt hagfræðideild Landsbankans. Meðal gagna sem styðja þetta eru langtímaþróun raunverðs á húsnæði, samhengi íbúðaverðs og kaupmáttar launa og samhengi íbúðaverðs og byggingarkostnaðar.

„Þetta jafnvægi er hins vegar brothætt og það er töluverð óvissa fram undan,“ segir á vef bankans. „Þar skipta væntanlegar höfuðstólslækkanir verðtryggðra skulda miklu máli. Það er líklegt að mörg heimili bíði eftir niðurstöðu um sín mál og hugsi sér til hreyfings þegar upplýsingar liggja fyrir.“ **- ak**

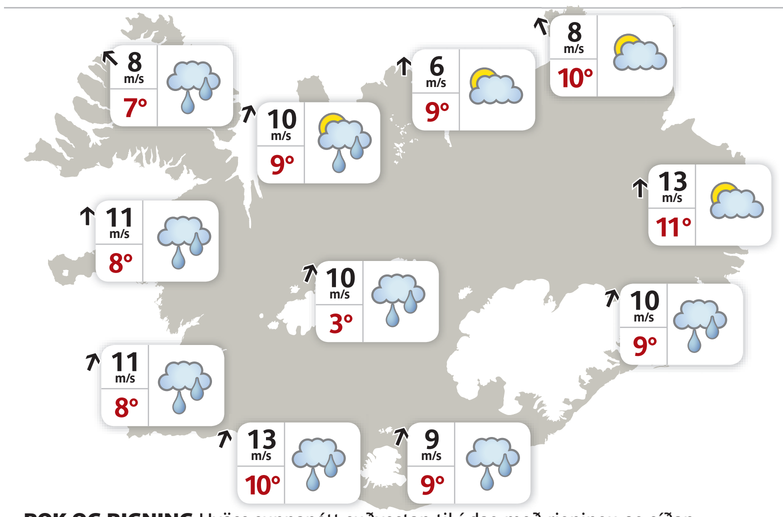
Þarf að hugsa heildstætt:

Undanþága frá höftum ólíkleg

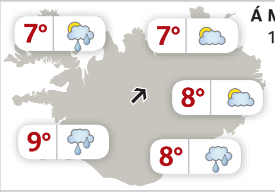
EFNAHAGSMÁL Flest bendir til að fjármálaráðherra og Seðlabanki Íslands muni ekki veita undanþágu frá gjaldeyrishöftum í dag svo hægt sé að ganga frá samkomulagi Landsbankans og þrotabús gamla Landsbankans sem kveður á um lengingu skuldabréfs upp á 226 milljarða króna. RÚV greinir frá þessu og segja viðmælendur að það væri slæmt fordæmi að veita undanþáguna eina og sér. Hugsa þurfi dæmið heildstætt. **- fbj**

Veðurspá

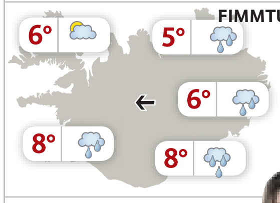
Gildistími korta er um hádegi



Alicante	26°	Friedrichshafen	21°	New York	23°
Aþena	25°	Gautaborg	14°	Orlando	28°
Basel	24°	Kaupmannahöfn	14°	Ósló	15°
Berlín	20°	Las Palmas	27°	París	24°
Billund	16°	London	21°	San Francisco	22°
Frankfurt	21°	Mallorca	21°	Stokkhólmur	13°

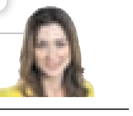


Á MORGUN 10-20 m/s, hvassast syðst.



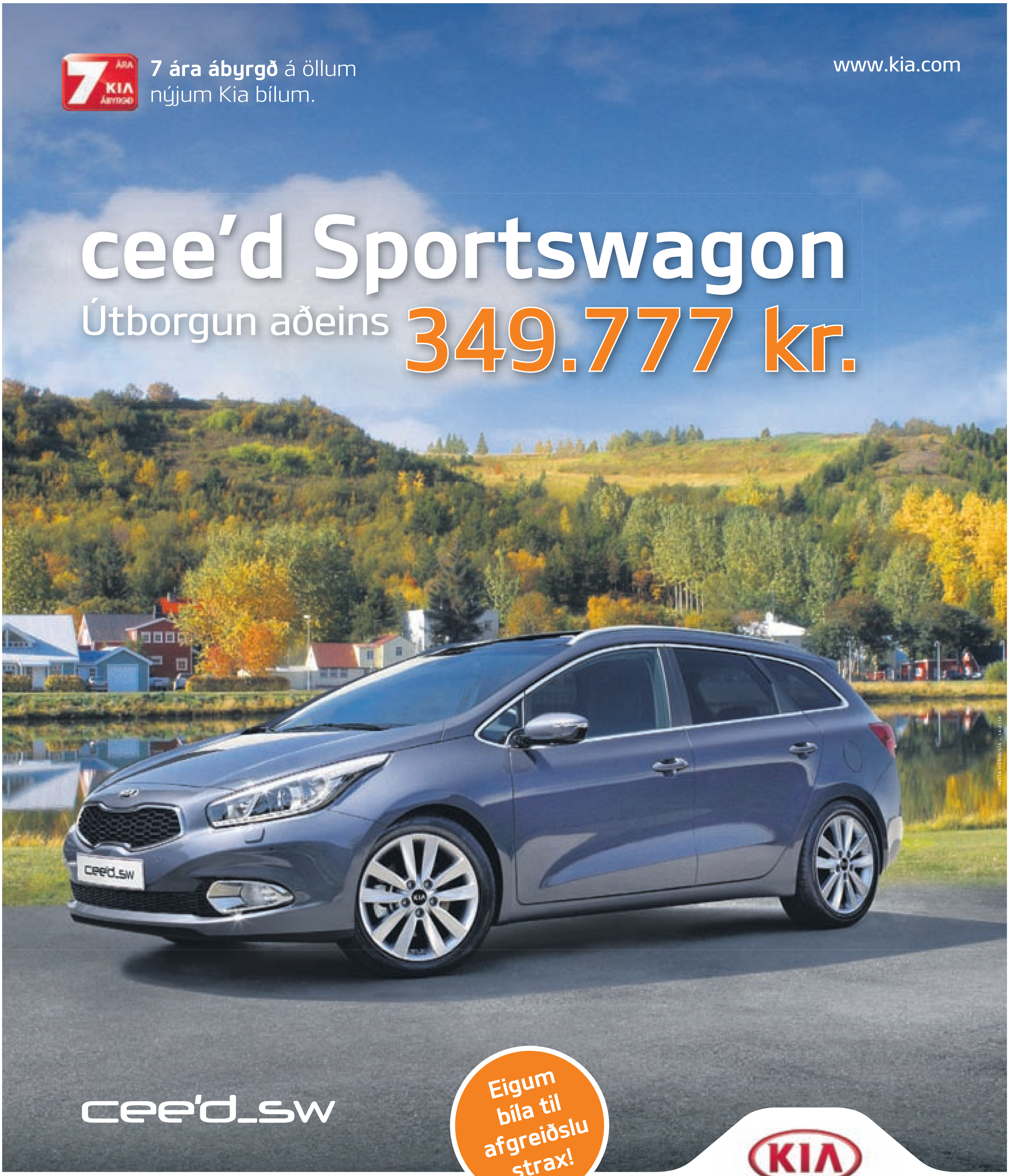
FIMMTUDAGUR Austlæg átt í fyrstu, hvassast S-lands.

ROK OG RIGNING Hvöss sunnanátt suðvestan til í dag með rigningu og síðan skúrum um sunnan- og vestanvert landið. Suðvestlæg á morgun og víða allhvasst eða hvassviðri með rigningu en úrkomulítið NA-til fram á fimmtudag.



Elísabet Margeirsdóttir veðurfréttamaður

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



KIA
The Power to Surprise

Þér er boðið að reynsluaka Kia cee'd Sportswagon – stærri og rúmbetri útgáfu af hinum vinsæla Kia cee'd. Hann er vel búinn og kraftmikill en samt sparneytinn, **eyðir frá aðeins 4,4 l/100 km** í blönduðum akstri.

Komdu við í sýningarsal Öskju að Krókhálsi 11 eða hjá umboðsmönnum okkar og kynntu þér þennan stórglæsilega bíl. Við tökum vel á móti þér.

Komdu og reynsluaktu – hlökkum til að sjá þig.

cee'd Sportswagon LX, 1,4 dísil, beinskiptur 6 gíra

Verð frá 3.490.777 kr.

LYKILL

Askja í samstarfi við Lykil gerir þér kleift að eignast nýjan KIA á auðveldan máta. Útborgun er að lágmarki 10% af verði bílsins og Lykill lánar þér afganginn til allt að 7 ára. Þú velur bílinn og sölumenn Öskju sjá um að ganga frá láninu.

Afborgun aðeins 52.777 kr. á mánuði m.v. 349.777 kr. útborgun og 90% bílalán frá Lykli í 84 mánuði. 9,15% óverðtryggðir vextir. Árleg hlutfallstala kostnaðar 10,83%. Nánar á lykill.is.

Þú finnur „Kia Motors Ísland"
á Facebook

ASKJA · Krókhálsi 11 · 110 Reykjavík · Sími 590 2100 · askja.is
Viðurkenndur sölu- og þjónustuaðili KIA á Íslandi.

VEISTU SVARIÐ?

1. Hvernig eru selir taldir úr lofti við Ísland?
2. Hvaða listakona varð í öðru sæti í virtri málverkasamkeppni í Bandaríkjunum?
3. Hversu mörg börn með erlent ríkisfang voru í leikskólum á Íslandi 2013?

SVÖR:
1. Með ómönnuðum loftförum, **2.** Aðalbjörg Þórðardóttir. **3.** 1.147.

Réttarhöld hófust í Belgíu í gær yfir tugum meintra liðsmanna hryðjuverkasamtakanna Sharia4Belgium:

Ungmenni heilaþvegin og send til Sýrlands

BELGÍA, AP Róttæk stofnun múslima í Belgíu voru hryðjuverkasamtök sem heilaþvoðu ungmenni og sendu þau til að berjast í Sýrlandi. Þetta sögðu saksóknarar í réttarhöldum sem hófust í gær yfir tugum meintra liðsmanna samtakanna.

Aðeins átta af 46 grunuðum meðlimum Sharia4Belgium-hópsins voru viðstaddir upphaf réttarhaldanna. Talið er að margir þeirra sem mættu ekki séu að berjast í Sýrlandi eða hafi þegar dáið í borgarstyrjöldinni í landinu.

Meintur leiðtogi samtakanna, Fouad Belkacem sem er í varðhaldi, var leiddur handjárnaður inn í réttarsalinn. Hann hlustaði þögull á þegar saksóknarinn Ann Fransen sagði að leiðtogar hryðjuverkasamtaka ættu yfir höfði sér að hámarki 15 til 20 ára fangelsi.

Dómsmálið, sem er eitt stærsta hryðjuverkamál Belgíu, snýst um að samtökin Sharia4Belgium hafi komist í samband við unga múslima í gegnum samskiptasíður á netinu og víðar og sent þá til Sýrlands í bardaga.

Að sögn saksóknarans töldu foreldrar sumra þeirra sem fóru til Sýrlands að börnum þeirra hefði aldrei dottið í hug að fara þangað ef þau hefðu ekki verið heilaþvegin af samtökunum. **- fb**

Á LEIÐ Í RÉTTARSAL Jejoen Bontinck, sem er lykilvitni í réttarhöldunum, ásamt lögfræðingi sínum í Belgíu í gær. FRÉTTABLAÐIÐ/AP

OFBELDISMÁL Tveir menn eru sagðir hafa kúgað fé úr manni og beitt hann ofbeldi eftir að hafa svipt hann frelsi. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Tveir í gæsluvarðhald:

Grunaðir um frelsissviptingu

LÖGREGLUMÁL Tveir karlmenn á tvítugs- og þrítugsaldri hafa verið úrskurðaðir í gæsluvarðhald til 3. október næstkomandi á grundvelli rannsóknarhagsmuna vegna máls sem varðar frelsissviptingu, rán og alvarlega líkamsárás. Mennirnir eru grunaðir um að hafa þvingað karlmann á þrítugsaldri upp í bifreið í Kópavogi upp úr hádegi á laugardag og svipt hann frelsi sínu í nokkrar klukkustundir. Í kjölfarið hafi þeir beitt hann ofbeldi og kúgað til að afhenda þeim fjármuni.

Maðurinn leitaði sér aðhlynningar á slysadeild og voru áverkar hans alvarlegir.

Hinir grunuðu hafa áður komið við sögu lögreglu. **- hó**

Ósáttir við Bandaríkin:

Vilja berjast gegn árásum

BEIRÚT, AP Abu Mohammed al-Golani, leiðtogi samtakanna Nusra Front sem tengjast al-Kaída, segir að samtökin muni gera allt sem í þeirra valdi stendur til að berjast gegn loftárásum Bandaríkjamanna og samherja þeirra á Sýrland. Bandaríkjamenn líta á Nusra Front sem hryðjuverkasamtök en sýrlenskir uppreisnarmenn hafa lengi litið á þau sem mögulegan samherja gegn hreyfingunni Íslamska ríkið. **- fb**

GRUNAÐUR Maðurinn sem grunaður er um að hafa orðið konu sinni að bana í Breiðholti á laugardag situr nú í gæsluvarðhaldi á Litla-Hrauni. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Segir eiginkonu sína hafa svipt sig lífi

Maðurinn sem grunaður er um að hafa banað konu sinni heldur fram sakleysi sínu. Farið er fram á geðmat en engin saga er um alvarleg geðræn veikindi. Konan sögð hafa verið fyrirmyndar móðir sem lagði mikið upp úr fjölskyldulífi.

LÖGREGLUMÁL Maðurinn sem grunaður er um að hafa orðið eiginkonu sinni að bana í Stelkshólum á laugardag heldur því fram að konan hafi svipt sig lífi. Hann hefur staðfastlega haldið fram sakleysi sínu í skýrslutökum hjá lögreglu.

Samkvæmt tilkynningu frá lögreglu var þrengt að öndunarvegi konunnar svo hún hlaut bana af. Samkvæmt heimildum Fréttablaðsins var notast við einhvers konar band eða snæri við verknaðinn.

Farið hefur verið fram á geðmat á manninum samkvæmt venju í svo alvarlegu sakamáli, en samkvæmt heimildum Fréttablaðsins hefur hann ekki átt við alvarleg geðræn veikindi að stríða.

Barnaverndarnefnd hefur unnið að því að koma börnum hjónanna í vistun hjá vinafólki, þar sem engir nánir ættingjar þeirra búa hér á landi. Samkvæmt heimildum blaðsins hefur maðurinn haft þungar áhyggjur af hvar börn hans eru niðurkomin og það sé mikill léttir að þeim verði komið fyrir hjá vinum.

Bróðir konunnar er á leið til landsins frá Póllandi.

Vinir og kunningjar hjónanna sem Fréttablaðið hefur talað við eru allir á sama máli um að ekkert hafi bent til þess að eitthvað óeðlilegt ætti sér stað í sambandinu. Er konunni lýst sem fyrirmyndar móður og þau hjónin hafi lagt mikið upp úr fjölskyldulífi.

Verði maðurinn fundinn sekur gæti hann átt yfir höfði sér allt að 16 ára fangelsisvist.

Lögreglan vinnur nú að rannsókn málsins.

Málinu þykir svipa til Hamraborgarmálsins svokallaða en árið 2006 dæmdi Hæstiréttur Magnús Einarsson í 11 ára fangelsi fyrir að hafa orðið konu sinni að bana á heimili þeirra í nóvember 2004.

Hæstiréttur þyngdi fangelsisdóm héraðsdóms yfir Magnúsi um tvö ár. Magnús var ákærður fyrir að bregða þvottasnúru um háls konu sinnar á heimili þeirra í Hamraborg í Kópavogi og þrengja síðan að þannig að hún lést af völdum kyrkingar. Börn þeirra tvö voru sofandi í íbúðinni á sama tíma. Magnús játaði að hafa banað konu sinni og sagði ástæðuna hafa verið afbrýðisemi. **hannarut@365.is**

➜ Verði maðurinn fundinn sekur gæti hann átt yfir höfði sér allt að 16 ára fangelsisvist.

ÞARF AÐ LEITA TIL DÓMSTÓLA Lífsýni úr ætluðum föður mannsins er varðveitt á Landspítala. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

Telur sig rangfeðraðan:

Vill lífsýni úr látnum manni

SAMFÉLAG Maður óskaði eftir leyfi frá Persónuvernd til að fá aðgang að lífsýni látins manns sem hann telur að gæti hafa verið faðir hans. Persónuvernd komst að þeirri niðurstöðu að manninum bæri frekar að leita úrskurðar dómstóla sem er lögum samkvæmt falið að heimila erfðarannsóknir þegar vafi leikur á um faðerni.

Samkvæmt rannsókn sem unnin var í Danmörku eru engar líkur á því að skráður faðir mannsins sé líffræðilegur faðir hans. Móðir mannsins átti í stuttu sambandi við annan mann áður en hún hóf sambúð með skráða föðurnum. Sá er látinn en lífsýni úr honum er varðveitt á Landspítala. **- bá**

Alvarlegar árásir á 17. júní:

Ákært fyrir tvær árásir

DÓMSMÁL Fimm karlmenn hafa verið ákærðir fyrir tvær alvarlegar líkamsárásir 17. júní 2012 á Ólafsfirði. Annar þeirra sem fyrir árásinni varð kinnbeinsbrotnaði meðal annars en í hinum brotnaði tönn. Málið var þingfest í Héraðsdómi Norðurlands Eystra á fimmtudag. Mennirnir fengu frest til að taka afstöðu til ákærunnar. Maðurinn sem kinnbeinsbrotnaði fer fram á rúma milljón í skaða- og miskabætur. Sá sem tannbrotnaði krefst rúmlega 700 þúsund króna í bætur. **- ktd**

Minna að fletta
meira að frétta

visir.is

BESTI FRÉTTA- OG AFÞREYINGARVEFURINN

Úr umsögn dómnefndar: *„Vefurinn býður upp á margskonar afþreyingu auk gífurlegs úrvals frétta. Vefurinn er léttur og skemmtilegur auk þess sem einfalt og fljótlegt er að finna það efni sem leitað er að.“*

Jón Arnar Baldurs átti sér einskis ills von er hann hjólaði yfir brú yfir Elliðaár:

Hjólaði á vír og skall á andlitið

LÖGREGLUMÁL „Ég tel mig hafa sloppið vel,“ segir Jón Arnar Baldurs sem slasaðist þegar hann hjólaði á vír sem strengdur var þvert yfir brú yfir Elliðaár.

Lögreglan segir engar vísbendingar hafa borist um hver var að verki en ljóst sé að hinn seki hafi stofnað lífi samborgara sinna í hættu með verknaðinum.

Atvikið átti sér stað síðdegis á sunnudaginn. Þriggja millimetra vír úr brúnni hafði verið strengdur þvert yfir hana sem skapaði mikla hættu fyrir þá sem þar áttu eftir að fara um.

Jón Arnar átti sér einskis ills von þegar hann hjólaði allt í einu á vírinn, steyptist því næst fram fyrir sig og skall á andlitið. „Maður í sjálfu sér áttaði sig ekki á því hvað var að gerast. Allt í einu var maður bara á flugi í loftinu. Þetta var bara ótrúlegt. Ég botnaði ekkert í þessu,“ segir hann.

Saumuð voru 11 spor í ennið á Jóni, hann tognaði illa á öxl, vinstri höndin á honum er blá og marin sem og hægra hnéð á honum.

„Einhvern veginn finnst manni þetta þannig framkvæmt að þetta séu nú meira en einhverjir krakkar sem eru að gera þetta. Mér finnst líklegra að unglingar eða fullorðnir hafi gert þetta. Maður áttar sig bara ekki á því hvað fólki gengur til.“ **- hh**

LEMSTRAÐUR Saumuð voru ellefu spor í enni Jóns Arnars Baldurs, hann tognaði illa á öxl og vinstri höndin er blá og marin. MYND/STÖÐ 2

FJANDI GÓÐAR

FLÖGUR

Á FRÁBÆRU VERÐI

BÓNUS HAGKAUP

Á svig við lög um opinber innkaup

Einkahlutafélag í eigu fyrrverandi aðstoðarmanns Davíðs Oddssonar stundar æskulýðsrannsóknir og hefur fengið um 50 milljónir frá ríkinu frá 2006. Samningur var undirritaður í byrjun árs 2009 fram hjá lögum um opinber innkaup. Ríkisendurskoðun vill skoða samninginn.

STJÓRNSÝSLA Einkahlutafélagið Rannsóknir og greining ehf. hefur frá árinu 2006 fengið yfir 50 milljónir króna frá hinu opinbera, í gegnum samning við menntamálaráðuneytið, til að vinna að rannsóknum á högum ungs fólks. Ekki var leitað útboðs eða tilboða annarra aðila sem sinna æskulýðsrannsóknum vegna þessara styrkja.

Í fjárlögum ár hvert er liður undir æskulýðsmálum sem nefnist æskulýðsrannsóknir. Frá árinu 2006 hefur 57 milljónum króna verið varið í málaflokkinn og meginþorri þess fjármagns sem fer í málaflokkinn rennur til Rannsóknar og greiningar.

Kristín Halldórsdóttir, sviðsstjóri stjórnsýslusviðs Ríkisendurskoðunar, telur fullt tilefni til að skoða þennan samning nánar. „Ríkisendurskoðun hefur á undanförnum árum haft samningamál ráðuneytanna til sérstakrar skoðunar og birt samtals tíu skýrslur um þau mál. Með hliðsjón af athugasemdum Ríkisendurskoðunar er varða samningamál ráðuneytanna telur stofnunin fullt tilefni til að taka umræddan samning til skoðunar. Í þessu sambandi bendir stofnunin einnig á að samkvæmt 4. gr. laga um opinber innkaup taka þau til samninga um fjárhagslegt endurgjald og hafa að markmiði framkvæmd verks, sölu vara eða veitingu þjónustu í skilningi laganna.“

Jón Sigfússon, framkvæmdastjóri Rannsóknar og greiningar

ILLUGI GUNNARSSON

JÓN SIGFÚSSON

ehf., segir það afar gott að ríkið vilji vera með í að rannsaka ungt fólk og telur stöðu þess ekki vera forskot á aðra sem stunda æskulýðsrannsóknir. „Það er mjög gott að hið opinbera vilji vera með okkur í því að kanna líðan barnanna okkar. Við lítum ekki á þetta sem forskot á aðra sem stunda æskulýðsrannsóknir, þar sem þessar rannsóknir hafa verið stundaðar óslitið síðan 1992 og mikilvægt að það náist samfella í rannsóknir af þessu tagi.“

Árið 2013 kom út skýrsla ráðgjafarnefndar um æskulýðsrannsóknir þar sem bent var á þessar brotalamir í kerfinu. Nefndin lagði til að mótuð yrði stefna um að öll gögn yrðu gerð opinber sem safnað er fyrir opinbert fé. Einnig lagði nefndin til að ferli í auglýsingum og veiting styrkja væri gagnsæ og að jafnræði væri milli umsækjenda. Að endingu minnti nefndin á að ekkert gæðaviðmið eða mat á áætluðum ávinningi rannsókna væri viðhaft. Því gæti hið opinbera ekki vitað hvort því fjármagni sem varið er í æskulýðsrannsóknir væri hugsanlega betur varið með öðrum aðferðum. Sögu einkahlutafélagsins má rekja aftur til ársins 1997 þegar Björn Bjarnason menntamálaráðherra ákvað að leggja niður Rannsóknarstofnun uppeldis og menntamála (RUM). Upp úr því varð til Námsmatsstofnun en rannsóknarhluti RUM var gefinn eftir til nýstofnaðs fyrirtækis, Rannsókna og greiningar ehf., ákveðið af Birni Bjarnasyni, þáverandi menntamálaráðherra.

„Rannsóknir og greining ehf. fékk á sínum tíma heimild til að halda rannsóknum um ungt fólk áfram og viðhalda starfinu sem unnið hafði verið innan RUM. Það var í rauninni búið að leggja þetta niður á þeim tíma,“ segir Jón Sigfússon.

Á þessum tíma, frá árinu 1997-1998, var Inga Dóra Sigfúsdóttir, eigandi Rannsókna og greiningar ehf., í hálfu starfi fyrir menntamálaráðherra, Björn Bjarnason, og í hálfu starfi hjá Rannsóknarstofnun uppeldis og menntamála. Einnig var hún aðstoðarmaður bæði Davíðs Oddssonar og Ólafs G. Einarssonar á kjörtímabilinu 1991-1995.

Menntamálaráðuneytið hefur gert tvo samninga við fyrirtækið Rannsóknir og greiningu ehf. Sá fyrri er frá árinu 2004 og sá seinni gerður þann 12. janúar árið 2009. Seinni samningurinn hljóðar upp á 24,2 milljónir króna og er til ársins 2016.

Á þeim tíma sem fyrirtækið hefur gert samninga við hið opinbera um æskulýðsrannsóknir hefur eigandi fyrirtækisins greitt sér rúmar 13 milljónir króna í arð úr fyrirtækinu. Illugi Gunnarsson menntamálaráðherra vildi ekki tjá sig við blaðamann þegar eftir því var leitað. sveinn@frettabladid.is

SAMNINGAR TIL SKOÐUNAR Ríkisendurskoðun telur fullt tilefni til skoðunar á samningi menntamálaráðuneytisins við Rannsóknir og greiningu ehf. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

Leitar hugurinn út í heim?

Bókaðu viðtal við sérfræðing á erlendum markaði

Viðskiptafulltrúar við sendiráð Íslands verða til viðtals um markaði og markaðsaðstoð í umdæmislöndum sendiráðanna, miðvikudaginn 1. október á Hilton Reykjavík Nordica, 2. hæð.

Þeir viðskiptafulltrúar sem verða til viðtals eru starfandi við sendiráð Íslands í Peking, Osló, London, Berlín, Kaupmannahöfn, Nýju-Delí, Helsinki, Tókýó og Moskvu.

Þeir sem hafa hug á að skrá sig í viðtal eru hvattir til að gera það sem fyrst í síma 511 4000 eða með tölvupósti á **islandsstofa@islandsstofa.is**.

Nánari upplýsingar veita Andri Marteinsson, **andri@islandsstofa.is** og Erna Björnsdóttir, **erna@islandsstofa.is**.

ÍSLANDSSTOFA PROMOTE ICELAND

Íslandsstofa Sundagarðar 2 104 Reykjavík 5114000 islandsstofa.is

NÝR FORSETI Ashraf Ghani Ahmadzai, með höfuðfatið, á leiðinni í vígsluathöfnina í forsetahöllinni í Kabúl í gær. FRÉTTABLAÐIÐ/AP

Nýr forseti hefur tekið við störfum í Afganistan:

Ghani Ahmadzai sór embættiseið í gær

AFGANISTAN, AP Ashraf Ghani Ahmadzai sór embættiseið í gær sem nýr forseti Afganistans. Hann tekur við embætti af Hamid Karzai sem hafði gegnt því síðan 2001, um svipað leyti og Bandaríkjamenn og samherjar þeirra réðust inn í landið.

Háttsettur ráðgjafi Baracks Obama, forseta Bandaríkjanna, sagði að með nýja forsetanum myndu stjórnvöld í Afganistan undirrita samning um að tíu þúsund manna bandarískt herlið fengi leyfi til að vera í landinu til ársloka. Karzai hafði neitað að skrifa undir samninginn.

Skömmu eftir að Ahmadzai sór embættiseið tók Abdullah Abdullah, sem hafði boðið sig fram á móti honum sem forseti, við embætti framkvæmdastjóra Afganistans. Ahmadzai hafði lofað því í kosningabaráttunni að deila valdi sínu til að koma í veg fyrir átök á milli íbúa norður- og suðausturhluta landsins. „Við erum orðin þreytt á stríði,“ sagði Ahmadzai í sjónvarpsávarpi. „Skilaboð okkar eru friður en þetta þýðir ekki að við séum veiklunduð.“

Ahmadzai, sem er fyrrverandi valdamaður hjá Alþjóðabankanum og fjármálaráðherra Afganistans, þakkaði Karzai fyrir friðsamleg og lýðræðisleg valdaskipti og þakkaði einnig Abdullah fyrir hans þátt í myndun nýrrar stjórnar.

- fb

HINN EINI SANNI SLÁTURMARKAÐUR

FERSKT DAGLEGA!

SLÁTURMARKAÐUR Í HAGKAUP SMÁRALIND AFGREITT FRÁ KL. 14-18*

* ALLA DAGA NEMA MÁNUDAGA OG SUNNUDAGA MEÐAN BIRGÐIR ENDAST

Heilslátur 5 ferskt	5.199 kr/pk
Heilslátur 3 ferskt	3.399 kr/pk
Heilslátur 5 ferskt án blóðs	4.999 kr/pk
Heilslátur 3 án blóðs	3.199 kr/pk
Þindar	349 kr/kg
Eistu	499 kr/kg
Blóð 1 L	159 kr/pk
Mör	129 kr/kg
Próteinkeppir 10 stk	1.199 kr/pk
Sviðahausar hreinsaðir	599 kr/kg
Sláturnælur 10 stk	379 kr/pk

Tilboð

FERSK LAMBAHJÖRTU
297 kr/kg
verð áður 369

Tilboð

FERSK LAMBALIFUR
297 kr/kg
verð áður 359

19 Lítra

14 Lítra

Pottarnir fást aðeins í Smáralind.

HAGKAUP
Skemmtilegast að versla

ÁRÁS Rottweiler-hundar eru stórir og sterkir og geta verið hættulegir ef þeim hitnar í hamsi. FRÉTTABLAÐIÐ/HRÖNN

Kona á áttræðisaldri bitin:

Rottweiler réðst á konu

ÁRÁS Kona á áttræðisaldri var flutt á slysadeild um tvöleytið í gær eftir að Rottweiler-hundur réðst á hana við matvöruverslun á Laugalæk í Reykjavík, með þeim afleiðingum að hún féll í götuna.

Konan var illa bitin á handlegg auk þess sem fatnaður hennar skemmdist. Lögreglan var kölluð á vettvang auk hundaeftirlitsmanns sem tók hundinn í sína vörslu. - sks

SKIPULAGSMÁL

Lóðin ekki stækkuð

Ekki er rétt sem kom fram í Fréttablaðinu í síðustu viku að stækka eigi lóð umhverfis fjölbýlishúsið á Austurbrún 6 til að koma megi þar fyrir sambýli. Hið rétta er að deiliskipulag aðliggjandi íbúðarlóða verður víkkað út inn á lóð Austurbrúnar 6. Málið á enn eftir að hljóta afgreiðslu í borgarstjórn.

VERSLUN

ÁTVR vill á Kópasker

Skipulags- og byggingarnefnd Norðurþings hefur veitt jákvæða umsögn um ósk ÁTVR um að fá að opna Vínbúð á Kópaskeri. Gert er ráð fyrir að Vínbúðin verði í sama húsnæði og matvöruverslun staðarins.

Bændur vilja nýja stjórn og forstjóra

Egill Eiríksson, aðalmaður í fulltrúaráði Auðhumlu, vill skipta út bæði forstjóra MS og stjórn Auðhumlu. MS hefur hækkað verð innan samstæðunnar og greiða nú allir sama verðið fyrir hrámjólk. „Aumt yfirklór,“ segir Ólafur Magnússon.

SAMKEPPNISMÁL Mikillar óánægju gætir meðal kúabænda, sem eru aðilar að Auðhumlu og þar með eigendur að Mjólkursamsölunni, með þá starfshætti sem MS viðhefur. Vilja sumir hverjir að boðað verði til fulltrúaráðsfundar þar sem kjörin verði ný stjórn Auðhumlu.

Egill Eiríksson, kúabóndi á Seljavöllum við Höfn í Hornafirði og aðalfulltrúi í fulltrúaráði Auðhumlu, telur orðstír MS hafi farið niður á síðustu misserum og stjórnendur þar skuldi kúabændum svör vegna úrskurðar Samkeppniseftirlitsins.

„Við kúabændur viljum ekki að svona sé staðið að málum. Okkur er umhugað um orðstír Mjólkursamsölunnar og viljum ekki að honum sé stefnt í voða. Neytendur verð að vera vissir um það að við séum fyrst og fremst að gæta hagsmuna þeirra,“ segir Egill.

Nú hefur Mjólkursamsalan ákveðið að samræma verðskrá sína á hrámjólk og nú greiða allir sama verðið fyrir mjólkina, 91,40 krónur. Ólafur Magnússon, fyrrverandi eigandi Mjólku, telur þann gjörning sanna það að Mjólkursamsalan hafi ekki farið eftir lögum.

„Þetta er aumt yfirklór. Það eina sem þeir gera er að þeir hækka verð á hrámjólkinni innan samstæðunnar til jafns á við okkur sem stöndum utan kerfis. Þetta mun því ekki hafa nein áhrif á stöðuna eins og hún er. En að sama skapi þá sýnir þessi gjörningur að einhverju leyti játningu á því að þeir hafi ekki farið að lögum.“

MJÓLKURSAMSALAN Bændur eru margir hverjir óánægðir með hvernig á málum er haldið innan MS. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

ÓLAFUR M. MAGNÚSSON

Egill Eiríksson telur úrskurð Samkeppniseftirlitsins ekki Mjólkursamsölunni til hagsbóta og nefnir einnig að innflutta írska smjörið hafi svert mannorð fyrirtækisins. „Það var skrítin ákvörðun að flytja inn til landsins írskt smjör til íblöndunar við okkar góða smjör þegar við höfum sannarlega getað framleitt það sjálf. Á sama tíma vorum við að flytja út hráefni til smjörgerðar sem hefði getað annað eftirspurninni.“

Egill vill skipta út forstjóra Mjólkursamsölunnar. „Ég tel í ljósi þeirrar stöðu sem uppi er núna að það sé réttast að kalla til fulltrúaráðsfundar þar sem ný stjórn yrði kjörin og í framhaldi af því myndi hún ráða nýjan forstjóra Mjólkursamsölunnar,“ segir Egill.

sveinn@frettabladid.is

Drukknaði í Ölfusá:

Maður fannst látinn í fjöru

LÖGREGLUMÁL Karlmaður fannst látinn í fjörunni á Óseyrartanga í gær, um 300 metra vestan við veitingastaðinn Hafið bláa.

Í fréttatilkynningu frá lögreglunni á Selfossi segir að um klukkan hálf tíu í gærmorgun hafi borist tilkynning um mannlausa bifreið á Óseyrarbrú.

Rúmlega hundrað björgunarsveitarmenn tóku þátt í leitinni að manninum eftir að tilkynningin barst en leitarsvæðið var beggja vegna Ölfusáróss.

Skilyrði til leitar voru mjög erfið vegna hvassviðris, rigningar og mikils sandfoks.

Ekkert bendir til þess að nokkuð saknæmt hafi átt sér stað. - glp

Netanjahú var harðorður:

Sakaði Hamas um stríðsglæpi

SAMEINUÐU ÞJÓÐIRNAR, AP Benjamin Netanjahú, forsætisráðherra Ísraels, líkti sprengjuárásum þjóðar sinnar á Gasasvæðinu við loftárásir Bandaríkjamanna á Sýrland og Írak á allsherjarþingi Sameinuðu þjóðanna í gær. Hann sagði að Hamas-samtökin og öfgasamtökin Íslamska ríkið sæktust bæði eftir heimsyfirráðum. Netanjahú sakaði Hamas um að fremja „alvöru stríðsglæpi á Gasa“, með því að nota almenna borgara í Palestínu sem varnarvegg. Vika er síðan Mahmoud Abbas, leiðtogi Palestínumanna, sakaði Ísraela um „þjóðarmorð“ á Gasa. - fb

N1

Hluthafafundur N1 hf.

Stjórn N1 hf. boðar til hluthafafundar þriðjudaginn 21. október 2014 klukkan 16:00 á aðalskrifstofu félagsins að Dalvegi 10-14, Kópavogi.

Dagskrá fundarins:
1. Tillaga um 30% lækkun hlutafjár.
2. Önnur mál löglega upp borin.

Tillaga stjórnar um hlutafjárlækkun í félaginu er svohljóðandi:
„Hluthafafundur N1 hf. haldinn þriðjudaginn 21. október 2014 samþykkir að færa niður hlutafé félagsins um kr. 300.000.000 að nafnverði, og að auki yfirverðsreikning hlutafjár um kr. 3.559.628.000, eða samtals um kr. 3.859.628.000, og verði fjárhæðin greidd út til hluthafa félagsins hlutfallslega í samræmi við hlutafjáreign þeirra í félaginu í lok dags 28. nóvember 2014, ef lögboðnar forsendur fyrir útgreiðslunni eftir samþykkt tillögunnar liggja fyrir á þeim tíma, en ella eins og fljótt og unnt er eftir að lögboðnar forsendur fyrir útgreiðslunni hafa verið uppfylltar.“

Ef tillagan verður samþykkt, þá hefur viðskiptabanki félagsins, Íslandsbanki hf., samþykkt fyrir sitt leyti ráðstöfunina, vegna lána sinna til þess.

Aðrar upplýsingar:
Öll skjöl og tillögur sem lögð verða fyrir hluthafafundinn verður að finna á vefsíðu félagsins www.n1.is/fjarfestatengsl. Hluthöfum stendur einnig til boða að nálgast skjölin í höfuðstöðvum félagsins að Dalvegi 10-14, Kópavogi, virka daga milli klukkan 9:00-16:00.

Endanleg dagskrá og tillögur verða birtar viku fyrir fundinn. Aðgöngumiðar, atkvæðaseðlar og önnur fundargögn verða afhent frá klukkan 15:30 þann dag sem hluthafafundurinn verður haldinn, það er þann 21. október 2014.

Stjórn N1 hf.

KVEIKTU Á SÍMUM Mörg hundruð mótmælendur kveiktu á símunum sínum í fjármálahverfi Hong Kong. NORDICPHOTOS/GETTY

Mótmælin í Hong Kong héldu áfram í gær:

Táragasi beitt gegn mótmælendum

HONG KONG, AP Lögreglumenn í Hong Kong hafa varið ákvörðun sína um að nota táragas og fleiri aðferðir til að hafa stjórn á mótmælendum í fjármálahverfi borgarinnar.

Mótmælin hafa lamað hverfið og hvatti lögreglan mennta- og háskólanema í gær til að láta af þeim. Vaxandi fjöldi almennings hefur gengið í lið með mótmælendum og svo virðist sem aðgerðirnar hafi komið lögreglunni á óvart.

„Nemendurnir eru að standa vörð um rétt sinn til að kjósa um framtíð Hong Kong. Við erum ekki hrædd, við ætlum að berjast fyrir þessu,“ sagði Carol Chan, 55 ára Hong Kong-búi. Hún reiddist mjög þegar lögreglan ákvað að nota táragasið á sunnudaginn og tók sér tveggja daga frí frá vinnu til að taka þátt í mótmælunum.

➜ Vaxandi fjöldi almennings hefur gengið í lið með mótmælendum og svo virðist sem aðgerðirnar hafi komið lögreglunni á óvart.

Lögreglan segist hafa notað 87 táragashylki, sem henni þótti nauðsynlegt til að hafa hemil á mótmælendum. Talið er 41 hafi slasast, þar af tólf lögreglumenn.

Í stað þess að kveikja á kertum ákváðu nokkur hundruð mótmælenda að kveikja ljós á símum sínum í gær og lyfta þeim upp á sama tíma og þeir hvöttu borgarstjóra Hong Kong til að segja af sér.

Kínverjar segja mótmælin ólögleg og styðja aðgerðir stjórnvalda í Hong Kong til að stöðva þau. - fb

ÞETTA ER EKKI RÉTTLÁTT!

**Fjárlagafrumvarpið 2015 er aðför að launafólki á Íslandi.
Fjöldi stéttarfélaga á landinu hefur mótmælt
fjárlagafrumvarpinu harðlega í formi ályktana.**

Hækkun á matvælum
Hækkun á matarskatti er aðför að launafólki sem ver stórum hlutum tekna sinna til kaupa á brýnustu nauðsynjum.

Starfsendurhæfing
Niðurskurður til starfsendurhæfingar er aðför að fólki sem veikist eða slasast og þarf á starfsendurhæfingu að halda til að komast aftur út á vinnumarkaðinn.

Heilbrigðismál
Með meiri kostnaðarþátttöku vegna lyfja og heilbrigðisþjónustu er gróflega vegið að hagsmunum sjúklinga og þeirra sem þurfa á þessari þjónustu að halda.

Jafnræði í lífeyrismálum
Skert framlög til jöfnunar örorkubyrða almennra lífeyrissjóða valda skertum lífeyrisgreiðslum til félagsmanna ASÍ.

Atvinnuleysistryggingar
Stytting bótatímabils er fordæmalaus aðför að atvinnulausu fólki og mun auka enn á fátækt í landinu.

Menntamál
Fyrirheit um eflingu starfs-, verk- og tæknimenntunar eru svikin og möguleikar fólks á vinnumarkaði með litla formlega menntun til að sækja sér nám eru skertir verulega.

Húsnæðismál
Ekki er gert ráð fyrir neinum auknum framlögum til að mæta miklum vanda í húsnæðismálum.

Skattalækkanir
Ríkisstjórnin hefur að undanförnu afsalað ríkissjóði tekjum fyrir tugi milljarða króna til að bæta hag þeirra ríkustu.

Alþýðusamband Íslands

ENNEMM / SIA / NM64580

Íslandsbleikja stækkar:

Framleiðslan á að tvöfaldast

IÐNAÐUR Íslandsbleikja hyggst meira en tvöfalda eldisrými sitt á Stað. Fer þá rýmið úr 25 þúsund rúmmetrum í 66 þúsund með fjölgun eldiskerja. Áætlað er að ársframleiðslan á bleikju eftir stækkunina verði þrjú þúsund tonn í stað 1.600 tonn í dag. Alls verður 22 steyptum hringlaga kerjum í þremur áföngum bætt við. Skipulags- og umhverfisnefnd Grindavíkur segir framkvæmdina ekki háða mati á umhverfisáhrifum samkvæmt Skipulagsstofnun. - gar

Helgi Hjörvar segir forsætisráðherra og fjármálaráðherra hafa talað skýrt um upplýsingar um skattsvik:

Ýmsar leiðir nauðsynlegar til að afla gagna

SKATTUR Bæði Bjarni Benediktsson fjármálaráðherra og Sigmundur Davíð Gunnlaugsson forsætisráðherra hafa á þingi tekið jákvætt í að skattrannsóknarstjóri nýti upplýsingar sem standa til boða vegna skattsvika, að því er Helgi Hjörvar, þingflokksformaður Samfylkingarinnar, greinir frá.

„Baráttan gegn skattsvikum í skattaskjólum er forgangsmál hjá ríkisstjórnum um allan heim. Mér fannst þess vegna mikilvægt að fá fram viðhorf forystumanna nýrrar ríkisstjórnar til þess. Það er ánægjulegt hve skýrt þeir hafa talað í þinginu,“ segir Helgi.

Þann 1. júlí 2013 sagði Bjarni Benediktsson meðal annars í svari sínu við fyrirspurn Helga að sér fyndist sjálfsagt að gerðar yrðu ráðstafanir til að fá þær upplýsingar sem kynnu að standa til boða. Taka ætti mjög alvarlega öllum tilraunum, allri viðleitni til að sporna við skattsvikum.

Í umræðum á þingi 15. maí síðastliðinn kvaðst Sigmundur Davíð forsætisráðherra treysta því að skattrannsóknarstjórinn gæti metið hvort upplýsingar sem stæðu til boða væru raunverulega gagnlegar og myndi hér eftir sem hingað til leita allra leiða til að koma upp um skattsvik.

„Að sjálfsögðu þarf skattrannsóknarstjóri að hafa ýmsar leiðir til þess, enda skattsvik og skattundanskot mjög dýr fyrir samfélagið.“

- ibs

Baráttan gegn skattsvikum í skattaskjólum er forgangsmál hjá ríkisstjórnum um allan heim.

Helgi Hjörvar, þingflokksformaður Samfylkingarinnar

ELLIÐAEY Bjargnytjamenn og búfénaður í forgangi. MYND/ÓSKAR P. FRIÐRIKSSON

Vísað í árþúsunda hefð:

Fá ekki að reisa hús í Elliðaey

FERÐAÞJÓNUSTA Félagið EyjaTours fær ekki að byggja þjónustuhús fyrir ferðamenn í Elliðaey. „Samkvæmt gildandi aðalskipulagi eru ekki skipulagðar lóðir í úteyjunum og ekki stendur til að gera breytingu þar á,“ segir umhverfis- og skipulagsráð Vestmannaeyja.

„Í Elliðaey er árþúsunda hefð fyrir nýtingu lands í úteyjum fyrir bjargnytjar og búfé og er nytjasamningur við Elliðaeyjafélagið um slíkt,“ heldur ráðið áfram og undirstrikar að ef EyjaTours ætli með ferðamenn í úteyjar verði félagið að sækja um leyfi til sveitarfélagsins. - gar

Brot gegn valdstjórninni:

Beit lögreglumann í rassinn

LÖGREGLUMÁL Kona á þrítugsaldri er ákærð fyrir brot gegn valdstjórninni með því að hafa bitið lögreglumann í vinstri rasskinn þar sem hann var við skyldustörf fyrir utan 10/11 í Austurstræti í nóvember 2013.

Henni er einnig gefið að sök að hafa síðar sömu nótt, í fangamóttöku á lögreglustöðinni á Hverfisgötu í Reykjavík, sparkað í hægri fót sama lögreglumanns, þar sem hann var við skyldustörf, með þeim afleiðingum að hann hlaut smáblæðingu á rasskinn og mar og roða á hægri sköflungi.

Þess er krafist að konan verði dæmd til refsingar og til greiðslu alls sakarkostnaðar. - hó

Talið er að 36 fjallgöngumenn hafi farist á Ontake

Fimm lík til viðbótar fundust við tind japanska eldfjallsins Ontake í gær. Björgunarstarfsmenn þurftu að hætta við leiðangur á toppinn vegna slæmra aðstæðna. Lík hafa verið flutt niður af fjallinu í herþyrlum.

JAPAN, AP Fimm lík til viðbótar fundust skammt frá tindi japanska eldfjallsins Ontake í gær. Þar með er talið að 36 manns hafi farist eftir að fjallið gaus á laugardaginn.

Fjallið hefur spúð eiturgufum og ösku frá því gosið hófst og vegna þess þurftu björgunarstarfsmenn að hætta við leiðangur á toppinn í gær í leit að fleiri fórnarlömbum.

Átta lík voru flutt af tindinum í gær áður en björgunaraðgerðunum lauk skömmu eftir hádegið. Fjögur lík fundust á sunnudaginn og samanlagt hefur því tekist að flytja tólf lík til byggða. Skammt frá tindinum eru 24 lík sem verða flutt um leið og aðstæður leyfa.

Ekki er ljóst hvernig fólkið dó en sérfræðingar telja að það hafi kafnað vegna öskufalls, lent undir eða fengið í sig steina, eða andað að sér eitruðum gastegundum. Líkin sem björgunarstarfsmenn fundu í gær fundust skammt frá líkneski á toppi eldfjallsins, á sama svæði og hin fórnarlömbin eru sögð hafa fundist.

Á myndum japanska sjónvarpsstöðvarinnar TBS mátti sjá hermenn bera líkpoka að herþyrlu sem hafði lent á tiltölulega opnu svæði við tindinn. Meira en tvö hundruð hermenn og slökkviliðsmenn tóku þátt í leiðangrinum.

Þetta er í fyrsta sinn á seinni tímum sem fólk deyr af völdum eldgoss í hinu 3.067 metra háa Ontake-fjalli, sem er vinsælt meðal fjallgöngumanna. Það er 210 kílómetra vestur af höfuðborginni Tókýó. Eldgos varð í fjallinu árið 1979 án þess að nokkur færist. Fjallgöngukona, sem komst heil á húfi niður af fjallinu, sagði við japönsku sjónvarpsstöðina Asahi að ösku og steinum hefði rignt niður af tindinum. „Sumir grófust í ösku upp að hnjám og tveir fyrir framan mig virtust vera dánir,“ sagði hún. Önnur bætti við að einn hefði legið á jörðinni eftir að hafa fengið grjót í bakið, að því er kom fram á vef BBC. „Hann sagði: „Þetta er vont, þetta er vont,“ en eftir einn og hálfan tíma heyrðist ekki meira í honum.“

Á LEIÐ Á TINDINN Björgunarmenn á leiðinni á tind Ontake en fjallið er rúmlega 3.000 metra hátt. FRÉTTABLAÐIÐ/AP

Sumir grófust í ösku upp að hnjám og tveir fyrir framan mig virtust vera dánir.

Fjallgöngukona sem slapp lifandi af Ontake

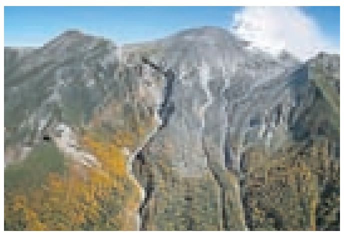
Japanska veðurstofan hefur spáð áframhaldandi eldgosi og varar við því að hraungrjót úr fjallinu gæti lent í allt að fjögurra kílómetra radíus frá tindinum.

freyr@frettabladid.is

Elgosið í Ontake

Líkneski á fjallstindi
Ontake-líkneskið á tindi fjallsins situr á steinplatta þar sem útsýnið er afar gott. Svæðið, með líkneskinu, húsi sem er þar fyrir neðan og steinum, er þakið allt að 50 sentímetra öskulagi. Fórnarlömbin fundust í eða nálægt líkneskinu eða húsinu.

Hvernig fólkið dó
Yfirvöld telja þrjár meginástæður fyrir dauðsföllunum: meiðsli vegna steina sem eldfjallið spýtti frá sér, eitraðar gastegundir, köfnun vegna ösku, eða blanda af þessu þrennu. Tveir sérfræðinga telja að steinar sem hafa flogið úr gígnum gætu verið meginástæðan fyrir dauðsföllunum vegna þess að flest fólk fannst látið á einu svæði skammt frá tindinum.



Staða eldfjallsins
Þriðja stigs hættuástand var á fjallinu í gær, sem þýðir að fólk á að fylgjast vel með virkni eldfjallsins og ekki koma nálægt því. Hættustigin eru frá einum upp í fimm. Fyrsta hættustigið þýðir að það sem kemur úr fjallinu helst eingöngu innan í gígnum en fimmta stigið þýðir að allir eigi að yfirgefa nærliggjandi svæði.

Muna að drekka vatn

Frábær vatnsvél fyrir fyrirtæki

- Venjulegt vatn + sódavatn
- Tengist beint við vatnslögn
- Nett og fyrirferðalítil
- Hitastig á vatni stillanlegt. 5-20°C

FASTUS
Veit á vandaða lausn

Síðumúli 16 • 108 Reykjavík • sími 580 3900 • www.fastus.is
Opið mán - fös 8.30 - 17.00

Tuttugu milljóna króna meðferðarúrræði fyrir unga fíkla þótti ekki of dýrt:

Björk vísar fullyrðingum á bug

VELFERÐARMÁL „Tillögunni var ekki hafnað út af því að hún væri of kostnaðarsöm heldur var það faglegur ágreiningur sem varð til þess að henni var hafnað. Velferðarsvið er með 23 milljarða króna rekstur og þess vegna eru tuttugu milljónir bara smápeningar,“ segir Björk Vilhelmsdóttir, formaður velferðarráðs Reykjavíkurborgar.

Í kvöldfréttum Stöðvar 2 var sagt frá því að tillögu um nýtt úrræði fyrir nemendur í vímuefnavanda hefði verið hafnað af borgaryfirvöldum fyrir fjórum árum þar sem hún þótti of kostnaðarsöm. Einn af hugmyndasmiðum tillögunnar segir að áætlaður rekstarkostnaður hafi verið 20 milljónir króna á ári, sem sé aðeins brot af því sem það kostar að missa barn inn í heim fíkniefnanna.

„Sú áætlun gekk út á það að ef barn yrði uppvíst að neyslu þá færi það ekki í heimaskóla heldur færi á sérstakan stað. Í gegnum þann stað gæti þá ráðgjöf við aðra tengst,“ segir Hákon Sigursteinsson, einn höfunda skýrslunnar og sálfræðingur hjá Þjónustumiðstöð Breiðholts.

Hann segir að þangað gætu aðilar frá SÁÁ komið sem og frá öðrum stofnunum en að aðalatriðið væri að ef nemandi yrði uppvís að neyslu væri hægt að bregðast við strax. „Nemandinn yrði tekinn úr skóla, hann fengi viðeigandi skólaúrræði í aðstæðum sem væri þar sem væri bæði ráðgjöf og meðferð í gangi,“ bætir Hákon við. Í dag er einstaklingum sem verða uppvísir að neyslu vikið úr skóla tímabundið og vill það oft verða þannig að þeir hanga heima sér, oft á tíðum afturlitslausir, sem Hákon segir gera illt verra. - hh/glp

MIKIL ÞÖRF Skólastjórar í Breiðholti og Árbæ ásamt starfsmönnum þjónustumiðstöðvarinnar í Breiðholti hafa áhyggjur af ungum fíklum sem vikið er úr skóla. MYND/HEIÐA

www.renault.is

NÝR RENAULT **MASTER**
TIL AFGREIÐSLU

ÁREIÐANLEGIR ATVINNUBÍLAR

Hvernig væri að keyra inn í haustið á nýjum sparneytnum Renault sendibíl? Láttu sölumenn okkar í Fyrirtækjaþjónustu BL gera þér tilboð í nýjan sendibíl.

Renault sendibílar eru sparneytnir, ríkulega búnir og á góðu verði. Hafið samband við okkur í síma 525 8000 eða sendið okkur línu á bl@bl.is

RENAULT

RENAULT KANGOO **RAFBÍLL**
VÆNTANLEGUR

ÞÚ FINNUR **ATVINNUBÍLINN HJÁ OKKUR**

RENAULT KANGOO EXPRESS
DÍSIL BEINSKIPTUR, **EYÐSLA 4,2 L/100 KM***
VERÐ: **3.190.000 / 2.541.833 KR.** ÁN VSK.

RENAULT KANGOO MAXI
DÍSIL, **EYÐSLA 4,5 L/100 KM***
VERÐ: **3.490.000 / 2.780.876 KR.** ÁN VSK.

RENAUL TRAFIC
DÍSIL BEINSKIPTUR, **EYÐSLA 7,9 L/100 KM***
VERÐ FRÁ: **4.290.000 / 3.418.327 KR.** ÁN VSK.

RENAULT TRAFIC 9 MANNA
DÍSIL BEINSKIPTUR, **EYÐSLA 6,9 L/100 KM***
VERÐ: **6.490.000 / 5.481.000 KR.** MEÐ NIÐURFELLINGU

RENAULT MASTER
DÍSIL BEINSKIPTUR, **EYÐSLA 7,8 L/100 KM***
VERÐ FRÁ: **5.390.000 / 4.294.821 KR.** ÁN VSK.

RENAULT MASTER COMBI 8-9 MANNA
DÍSIL BEINSKIPTUR, **EYÐSLA 7,8 L/100 KM***
VERÐ: **8.890.000 / 7.750.000 KR.** MEÐ NIÐURFELLINGU

RENAULT MASTER BUS 17 MANNA
DÍSIL BEINSKIPTUR, **EYÐSLA 7,8 L/100 KM***
VERÐ: **8.290.000 KR.** MEÐ HÓPFERÐARLEYFI

RENAULT MASTER PALLBÍLL
DÍSIL BEINSKIPTUR, **EYÐSLA 7,8 L/100 KM***
VERÐ: **6.290.000 / 5.011.952 KR.** ÁN VSK.
EINNIG TIL MEÐ TVÖFÖLDU HÚSI

*Miðað við uppgefnar tölur framleiðanda um eldsneytisnotkun í blönduðum akstri

ENNEMM / SÍA / NM64334

GE bílar
Reykjanesbæ
www.bilahusid.is
420 0400

Bílasalan Bílás
Akranesi
www.bilas.is
431 2622

Bílasala Akureyrar
Akureyri
www.bilak.is
461 2533

Bílaverkstæði Austurlands
Egilsstöðum
www.bva.is
470 5070

IB ehf.
Selfossi
www.ib.is
480 8080

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

B|L

Þegar siðgæðisvarslan gengur út í öfgar.

„Og skammastu þín svo …“

Það er erfitt að vera foreldri og kannski enn erfiðara að vera kennari. Listin að veita börnum og unglingum aðhald og frelsi í hæfilegum hlutföllum er einhver sú erfiðasta sem til er. Við viljum ekki að þau fari sér að voða en heldur ekki hefta frelsi þeirra til að þróa sínar skoðanir og hæfileika í þá átt sem þau sjálf vilja stefna. Einstigið þar á milli er vandratað og hált og engin furða að foreldrum og kennurum skriki stundum fótur á göngunni, ekki síst þar sem börn og unglingar í dag alast upp við allt annan veruleika en foreldrar þeirra gerðu, veruleika sem býður upp á óendanlega möguleika til upplýsingaöflunar og tjáningar en er um leið frumskógur með grimmum skrímslum bak við annað hvert tré.

Friðrika Benónýsdóttir
fridrikab@frettabladid.is

Þessi skrímsli taka á sig ýmsar myndir en ansi margar þeirra tengjast þeirri áráttu að gera ungar stúlkur að kynferðislegum viðföngum með myndadreifingum, tælingum, endalausu framboði af klámi og klámfengnum tónlistarmyndböndum svo ekki sé nú minnst á þann hrylling sem bein kynferðisleg misnotkun sem drög eru lögð að gegnum samskiptasíður er. Foreldrum og kennurum er því nokkur vorkunn þótt þeir kunni sér ekki hóf í verndartilburðunum og vopnin snúist í höndunum á þeim.

Dæmi um slíkt er bréf sem foreldrum á Austurlandi var sent vegna árlegs dansleiks fyrir krakka í 8. til 10. bekk í öllum grunnskólum á Austurlandi. Í þessu bréfi er að finna reglur um klæðaburð unglinga á ballinu, einkum stúlkna. Lestur þess væri drepfyndinn ef undirliggjandi skilaboð þess væru ekki eins óhugnanleg og raun ber vitni. Þar er stúlkum bannað að vera í stuttum pilsum nema þykkar sokkabuxur þeki leggina og bannað að vera í flegnum toppum sem sýni brjóstaskoru. Til málamynda er drengjunum svo bannað að vera í fráhnepptum skyrtum eða berir að ofan, en þar sem fáir stunda skemmtanir naktir í beltisstað er það óttalegt yfirklór. Það eru stúlkurnar sem verið er að „vernda“ með þessum reglum. Það er þeirra að vekja ekki kynferðislega athygli á sér annars geta þær sjálfum sér um kennt ef illa fer.

Vafalaust var hugsunin að baki þessum reglum, sem gilda víst almennt um skemmtanir í grunnskólum landsins, ekki sú að koma inn sektarkennd hjá stelpunum yfir því að vera kynverur. En það er engu að síður verið að gera þær ábyrgar fyrir kynferðislegum kenndum sem þær geta vakið og skilaboðin eru skýr: hyldu líkama þinn, annars fer illa fyrir þér. Um leið er auðvitað verið að firra strákana allri ábyrgð; stelpa sem sýnir hold er „að biðja um það“. Sem eru ekki beint þau skilaboð sem strákar á táningsaldri þurfa að fá til að læra að virða kynsystur sínar. Þessi tilraun til siðvæðingar ungu kynslóðarinnar er því feilskot frá a til ö og óskandi að forráðamenn foreldrafélaga og skóla taki þessar reglur til rækilegrar endurskoðunar. Þessi klæðakúgun leiðir ekki til annars en skammar hjá stelpunum og er ekki til þess fallin að kenna strákum að bera ábyrgð í kynferðislegum samskiptum. Hún er afturganga úr fortíðinni sem á ekkert erindi inn í nútímasamfélag sem við reynum að byggja á jafnrétti og virðingu fyrir hvert öðru.

FRÉTTABLAÐIÐ

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

FRÁ DEGI TIL DAGS

Konur, sveitir og jafnrétti

Nokkrir þingmenn, með Jóhönnu Maríu Sigmundsdóttur í fararbroddi, vilja upplýsingar um konur í sveitum, hver hjúskaparstaða þeirra er og barneignir, svo eitthvað sé nefnt. En hvers vegna? „Það er von þeirra sem að beiðni þessari standa að með því að láta vinna skýrslu um stöðu kvenna í landbúnaði verði hægt að kortleggja bakgrunn kvenna sem starfa í greininni.“ Og: „...skýrari mynd af því hvenær konur hefja helst störf í landbúnaði og þá hvert beina þarf kröftum til að efla og styrkja greinina. Upplýsingar um þróun launamála og fjölgun eða fækkun munu nýtast sem verkfæri til frekari vinnu í jafnréttismálum.“

Ólafur F., Yoko og Jón Gnarr

Borgarstjórinn fyrrverandi Ólafur F. Magnússon er ekki par hrifinn af Friðarsúlunni í Viðey, Yoko Ono eða Jóni Gnarr. Hann skrifar á Facebook: „Friðarsúlufyrirbærið hefur æ meir tengst vinstri mennsku og andúð á kirkju, gyðingum og borgaralegum öflum en stuðningi við múslíma.“ Og Ólafur heldur áfram og skrifar: „Nú hefur stórmennið Jón Gnarr verið sæmdur friðarverðlaunum Yoko Ono. Þau eiga auðvitað margt sameiginlegt og ég ætla ekki að tiltaka það, ef fólk er ekki upplýst um málið.“ Spennan eykst, hvað eiga Yoko og Jón Gnarr sameiginlegt, að mati Ólafs F. Magnússonar?

Ekki svo auðvelt

Flest bendir til að tillaga Helga Hjörvar um afnám undanþágu Mjólkursamsölunnar frá samkeppnislögum muni ekki njóta stuðnings meirihluta á Alþingi. Margir þingmenn eru þeirrar skoðunar að málið sé ekki svo einfalt að það eitt að afnema undanþáguna eina dugi til. Gera verði frekari breytingar á lögunum. Sigurður Ingi Jóhannsson atvinnuvegaráðherra sagði í þættinum Sprengisandi á sunnudag að hugsanlega hefði sá árangur sem stefnt var að með lögunum þegar náðst og að það kallaði á endurskoðun þeirra í heild. Víst er að málið fer í endurskoðun og undanþágan verður þar með aflögð.

sme@frettabladid.is

HALLDÓR

Mjólkursvindl í skjóli ríkisstjórnarflokkanna

SAMKEPPNI

Árni Páll Árnason
formaður Samfylkingarinnar

Úrskurður Samkeppniseftirlitsins í mjólkurmálinu markar tímamót.

Mjólkursamsalan hefur í krafti undanþágu fyrirtækisins frá sumum ákvæðum samkeppnislaga getað haft samráð við aðrar afurðastöðvar um verð og tekið yfir fleiri og fleiri afurðastöðvar, án þess að hömlur samkeppnislaga við samrunum kæmu í veg fyrir það.

En Mjólkursamsalan og tengd fyrirtæki hafa gengið lengra og túlkað undanþáguna á þann veg að hún leyfi þeim öll bolabrögð sem hægt er að hugsa sér í samkeppni.

Samkeppniseftirlitið kemst að þeirri niðurstöðu að svo sé ekki. Mjólkursamsalan geti ekki á grundvelli afmarkaðrar undanþágu farið fram með óforskammaðri misnotkun á markaðsráðandi stöðu, eins og í samskiptunum við Mjólku og Kú.

Það er mjög gott að sjá.

Við í Samfylkingunni höfum um árabil talað gegn þeirri fákeppnishugsun sem einkennir lagaumgjörð mjólkurvinnslunnar og talið að aukin samkeppni myndi auka verðmætasköpun í greininni, bæta hag bænda og skila neytendum betra vöruúrvali.

Í þeim anda lögðum við til á Alþingi í apríl 2011 að undanþágan illræmda yrði afnumin. Niðurstöður atkvæðagreiðslunnar voru athyglisverðar.

Einu stuðningsmenn málsins voru þingmenn Samfylkingarinnar. Allir aðrir þingmenn – margir hverjir sjálfskipaðir talsmenn viðskiptafrelsis sem tala sig hása um ágæti þess á tyllidögum – slógu skjaldborg um fákeppnina og úrelt viðskiptaumhverfi. Allir viðstaddir þingmenn Sjálfstæðisflokks, Framsóknar og VG greiddu atkvæði gegn tillögunni.

Við munum nú endurflytja þessa tillögu. Það er uppörvandi að sjá ýmsa þingmenn ríkisstjórnarflokkanna lýsa yfir andstöðu við undanþáguna nú síðustu daga. Það verður gaman að sjá hvort sá nýfæddi stuðningur við frjálsa samkeppni dugar alla leið til atkvæðagreiðslu í þingsal. Nú reynir á ríkisstjórnarflokkana. Helgi Hjörvar hefur þegar lýst því að hann endurflytji tillöguna. Við hljótum, í ljósi nýjustu tíðinda, að vænta þess að fá fleiri með í lið.

FRÉTTABLAÐIÐ Skaftahlíð 24, 105 Reykjavík **Sími:** 512 5000, *ritstjorn@frettabladid.is* **AÐSTOÐARFRÉTTASTJÓRI:** Andri Ólafsson *andri@frettabladid.is* **VIÐSKIPTI:** Fanney Birna Jónsdóttir *fanney@frettabladid.is* **HELGARBLAÐ:** Erla Björg Gunnarsdóttir *erla@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*

Dr. Jekyll og Mr. Hyde

HEILSA
Teitur Guðmundsson
læknir

> Bæði læknar og heilbrigðisyfirvöld eru sammála um að heilsugæslan eigi að vera fyrsti viðkomustaður í heilbrigðiskerfinu, en sá viðkomustaður er verulega laskaður.

Robert Louis Stevenson skrifaði þessa skemmtilegu sögu fyrir margt löngu, eða árið 1886, og hefur hún verið vinsæl æ síðan. Inntakið er frásögn um einstakling sem þjáist af sjúkdómi sem kallast persónuleikaröskun. Meðal greiningarskilmerkja er eitt aðalatriðið að hjá viðkomandi séu til að minnsta kosti tvær eða fleiri persónur sem taka yfir hegðun, framkomu og líðan hans með öllu því litrófi sem getur fylgt og að það getur gerst mjög fljótandi. Í skáldsögunni er annar vondur og hinn góður, en því er fráleitt alltaf svo farið hjá þeim sem eru með þessa greiningu.

Í ljósi þeirrar umræðu sem er í gangi um heilbrigðiskerfið má að vissu leyti þó beita þessari nálgun á það sem þar fer fram. Allir eru sammála um það að við verðum sem þjóð að eiga gott heilbrigðiskerfi, í það minnsta jafn gott og það hefur verið, helst betra. Við erum líka sammála því að við höfum ekki efni á því, hvorki hvernig það hefur verið, né hvernig það þarf að vera. Allir eru sammála því að það verði að reisa nýjan Landspítala, bara ekki hvenær það eigi að gerast, hvað þá hvernig og þó erum við líka sammála um að við höfum ekki efni á því að reisa hann sem stendur, en á sama tíma teljum við okkur ekki geta beðið.

Samningsfúsir

Læknar vilja snúa heim til ættingja, vina og vandamanna að loknu sérnámi, en telja sig ekki geta það við núverandi aðstæður. Læknar krefjast umbóta og eru samningsfúsir, en ríkið telur sig ekki geta gengið að kröfum þeirra, enda samningslausir síðustu 8 mánuði. Kandídatar vilja vinna að loknu námi hér á Íslandi, en munu ekki gera það nema samið verði við þá. Hið sama gildir um almenna lækna án sérfræðileyfis, þeir hyggjast hverfa á brott, en óska engu að síður eftir vinnu hér á landi. Læknar vilja aukinn einkarekstur í heilbrigðiskerfinu, heilbrigðisráðherra líka, en það er hvergi verið að semja um slíkt.

Bæði læknar og heilbrigðisyfirvöld eru sammála um að heilsugæslan eigi að vera fyrsti viðkomustaður í heilbrigðiskerfinu, en sá viðkomustaður er verulega laskaður. Meira að segja sjúklingar leita frekar á bráðamóttöku eða læknavakt sökum skorts á úrræðum á dagvinnutíma og illa gengur að leysa þennan vanda. Bæði læknar og heilbrigðisyfirvöld vita þetta, en samt er þetta svona. Stefna stjórnvalda er að veita bestu mögulegu heilbrigðisþjónustu sem völ er á á hverjum tíma, en þau gera það ekki vegna þess að þau hafa ekki efni á því. Við viljum gefa bestu lyfin en við gerum það ekki. Það á að stunda forvarnir, en við gerum það ekki nægjanlega. Almenningur, læknar og stjórnvöld vilja hafa réttlátt og gott heilbrigðiskerfi í almannaþágu, en það er ekki þannig.

Í verulegum vanda

Það má ljóst vera að stærsti og mikilvægasti útgjaldaliður ríkisins, sem eru heilbrigðis- og velferðarmál, er í verulegum vanda. Af umræðunni mætti halda að við gætum valið eitthvað eitt og það myndi bjarga kerfinu, það er rangt! Við þurfum að taka á öllum þessum þáttum í einu. Ef læknar fá ekki kauphækkun OG betri aðstöðu með nýjum spítala koma þeir ekki og fleiri munu fara. Íslendingar hafa ekki efni á hvoru tveggja svo þar með virðast spilin lögð á borðið, eða hvað?

En hvað á þá að gera ef maður vill komast út úr þessari sögu, sem er að endurtaka sig og er ekkert nýmæli í sjálfu sér? Það þarf róttæka kerfisbreytingu til lengri tíma litið, vandamálin í dag eru smámunir í samanburði við það sem við munum sjá á næstu áratugum ef ekki tekst vel til, en fyrirsjáanleg öldrun þjóðarinnar er þar stærsta áhyggjuefnið. Laun eða aðstaða munu alltaf vera deiluefni, eðli málsins samkvæmt.

Uppskurður á eigin kerfi

Við ættum að verða fyrsta landið í heiminum sem gerir uppskurð á eigin kerfi og beitir þar með nýrri nálgun á vanda 21. aldarinnar. Þar koma áleitnar spurningar upp. Ætlum við að lengja líf enn frekar en orðið er? Ætlum við að meðhöndla þá sem valda sér sjálfir skaða með lífsstíl, hegðun eða öðru slíku til jafns við aðra? Ætlum við að ætlast til meiri ábyrgðar hvers einstaklings á eigin heilsu? Ætlum við að reka háskólasjúkrahús eða ætlum við að kaupa þjónustu af öðrum þjóðum? Ætlum við að leyfa aukinn einkarekstur? Ætlum við að taka upp heilbrigðistryggingar og lækka skatta á móti? Ætlum við að sinna almennilega grunnþjónustunni og verja hana með kjafti og klóm, en breyta um leið fyrirkomulagi hennar og nálgun svo hún henti framtíðinni? Ætlum við að nýta okkur nútímatækni í samskiptum? Ætlum við að selja öðrum þjóðum þjónustu okkar á þessu sviði? Það eru eflaust mjög margar spurningar sem þarf að svara en sú helsta er sennilega: Ætlum við að tryggja besta mögulegu heilbrigðisþjónustu á hverjum tíma og standa við það?

AF NETINU

Risalitla vöfflumálið

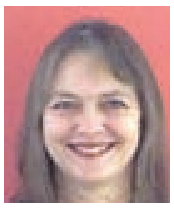
Mér hefur alltaf þótt það frekar flott og krúttlegt að Dagur, nú borgarstjóri, bjóði fólki heim til sín í vöfflur á menningarnótt, en þó fyrst og fremst brilljant markaðssetning. Það að hann fái efniskostnað greiddan eins og aðrir er bara sjálfsagt mál. Mér finnst það hins vegar frekar fyndið, en þó meira sorglegt, að ein lítil fyrirspurn um það hvort einhver borgarfulltrúi hafi fengið styrk vegna vöfflukaffis á menningarnótt hafi orðið tilefni til þvílíkrar umræðu og hneykslunar á fyrirspurninni að það hálfa væri hellingur. Þetta sýnir kannski í hnotskurn að við erum meira fyrir smámálin en stóru málin þegar kemur að borgarmálum.

http://blog.pressan.is/gudfinnajohanna/

Guðfinna Jóhanna Guðmundsdóttir

Ert þú amma eða afi?

SAMFÉLAG
Júlíana Elín Kjartansdóttir
hljóðfæraleikari og stjórnarmaður í Félagi um foreldrajafnrétti



Manstu eftir tilfinningunni þegar barnabörnin komu í heiminn? Var hún ekki „ég hlakka svo til að kynnast þessum nýja einstaklingi, elska hann, aðstoða við að koma honum til manns og vera honum það sem afar mínir og ömmur voru mér“?

En því miður er ekki alltaf sjálfgefið að börn fái að njóta afa og ömmu. Allt of oft þegar foreldrar barns eiga ekki samleið og eru ekki í hjúskap eða sambúð verður föðurfjölskyldan í aukahlutverki. Stundum eru umgengnistálmanir í gangi og barnið hittir ekki föður sinn og fjölskyldu hans svo mánuðum og jafnvel árum skiptir. Erfitt er að ímynda sér hvernig það er að vera foreldri og fá ekki að umgangast barnið sitt, það hlýtur að vera hræðilegt, en einnig er vont að vera amma eða afi og vera neitað um að kynnast barnabarninu sínu. Það veldur líka mikilli sorg!

Skýrt er í barnalögum að öll börn eigi rétt á að þekkja og umgangast báða foreldra sína. Þegar forsjá er ekki sameiginleg er það að mestu leyti undir forsjárforeldrinu (oftast móður) komið. Ef hún af einhverjum ástæðum kærir sig ekki um að faðirinn sinni barninu sínu þá getur hún komið í veg fyrir það allt of lengi. Við viljum að allir feður séu hvattir til að sinna börnunum sínum. Langoftast er það til hagsbóta fyrir börnin.

Leggið okkur lið

Það eru mjög margir í sárum vegna umgengnistálmana. Allir tapa og börnin mest. Þetta þarf ekki að vera svona en það breytist ekkert nema við látum í okkur heyra. Segjum sögu sem flestra svo fólk átti sig á hvers konar óréttlæti og andlegt ofbeldi er í gangi allt of víða. Þetta málefni er ekki einkamál foreldranna. Ástæðulausar tálmanir eiga ekki að líðast!

Okkur langar til að biðja ykkur, afar og ömmur, að leggja okkur lið. Félag um Foreldrajafnrétti er mannréttindafélag sem stendur fyrir rétti barna til beggja foreldra sinna og jöfnum rétti foreldra til að sinna foreldrahlutverki sínu óháð fjölskyldugerð. Í því eru forsjárlausir foreldrar, umgengnisforeldrar, fjölskyldur þeirra og aðrir sem láta sig málið varða. Hafið samband og segið frá ykkar reynslu. Vefsíðan okkar er www.foreldrajafnretti.is.

Við viljum vinna að breyttum hugsunarhætti varðandi sameiginlega ábyrgð allra foreldra á umönnun barna og að kerfið verði skilvirkara til þess að koma í veg fyrir óþarfa deilur og ósamkomulag. Það þurfa allir að hjálpast að við að vekja athygli á leiðum til úrbóta.

> ➜ Við viljum vinna að breyttum hugsunarhætti varðandi sameiginlega ábyrgð allra foreldra á umönnun barna og að kerfið verði skilvirkara til þess að koma í veg fyrir óþarfa deilur og ósamkomulag.

KERFISSTJÓRABRAUT

NÝR STARFSVETTVANGUR Á EINU ÁRI!

Helstu upplýsingar:
Lengd: 371 stundir
Verð: 583.000.-

Morgunnám
Hefst: 10. október 2014
Lýkur: 5. maí 2015
Dagar: þri & fim: 8.30 - 12.30
fös: 13.00 - 17.00

Kvöld- og helgarnám
Hefst: 13. október 2014
Lýkur: 5. maí 2015
Dagar: mán & mið: 18 - 22
lau: 8.30 - 12.30

Nám fyrir þá sem vilja hasla sér völl sem kerfisstjórar hjá fyrirtækjum og stofnunum. Nemendur öðlast víðtækan skilning á uppsetningu netkerfa, viðgerðum og bilanagreiningu á vélbúnaði og uppsetningu stýrikerfa.

Námið samanstendur af 3 námskeiðum:

- Tölvuviðgerðir
- Win 7/8 & Netvork+
- MCSA Netstjórnun

Gefinn er 10% afsláttur af öllum pakkanum. Þrjú alþjóðleg próf innifalin: „Microsoft Certified Solutions Associate“

STAÐREYNDIN ER að ekkert nám NTV skilar eins mörgum nemendum út í atvinnulífið eins og Kerfisstjórabrautin. Þess vegna hentar þetta nám þeim vel sem vilja skipta um starfsvettvang.

NÝI TÖLVU- OG VIÐSKIPTASKÓLINN
– VIÐURKENNDUR EINKASKÓLI Á FRAMHALDSSKÓLASTIGI
ntv

Að beita fyrir sig bæn

TRÚMÁL

Sunna Dóra Möller
prestur

Sigurvin Jónsson
prestur

Um liðna helgi blés sami hópur og fyrir ári hélt Hátíð vonar til hátíðarhalda, nú undir merkjunum Kristsdagur. Markmið þessa dags er „að kristnir einstaklingar úr sem flestum kirkjudeildum og sem víðast af landinu, sameinist í bæn fyrir landi og þjóð“.

Markmiðið er virðingarvert en líkt og fyrir ári ber umgjörð þess með sér valdbeitingu sem vekur ugg meðal þjóðarinnar. Í margumræddu bænaskjali hátíðarinnar er ekki einungis að finna bænir fyrir landi og þjóð heldur biblíufestu og siðferðisboðun, sem íslenska Þjóðkirkjan má ekki setja nafn sitt við. Þær bænir sem bornar eru fram af skipuleggjendum hátíðarinnar eru ekki almennt orðaðar heldur bera með sér trúarlegan og pólitískan boðskap, sem vekur upp ótal siðferðislegar spurningar.

Í bænaskjalinu er meðal annars játað að við séum kristin þjóð, sem gefur til kynna að aðrir tilheyri ekki þjóð okkar, það orðað að uppgræðsla landsins og hagvöxtur séu undir trúarafstöðu okkar komin, það gefið í skyn að kennarastéttin vaði í villu og lögð blessun yfir auðlindakerfi forréttindahóps.

Alvarlegust er þó sú bæn sem orðuð er svo: „Biðjum um breytt viðhorf til fóstureyðinga, hugarfarsbreytingu og endurnýjaða ábyrgðartilfinningu.“ Sú bæn sem fordæmir fóstureyðingar er beðin á kostnað ákvörðunarréttar kvenna og á kostnað þeirra sem staðið hafa í þeim sporum.

➜ Þegar Þjóðkirkjan tekur þátt í samkirkjulegum viðburðum þurfa leikreglur að vera skýrar ...

Fordómar yfirfærðir á Guð

Fóstureyðingar eru veruleiki sem fátítt er að sé ræddur opinberlega. Ákvörðuninni fylgir oft skömm og konur sem standa í þeim sporum mæta fordómum á borð við að konur noti fóstureyðingar sem getnaðarvörn og að hún sé tengd skorti á ábyrgðarkennd. Sá málflutningur gerir lítið úr trúverðugleika kvenna og ber keim af því þegar rætt er um að konur sem mæta kynferðisofbeldi bjóði upp á það með klæðaburði eða að heimilisofbeldi eigi sér stað af því að konur hafi reitt maka sinn til reiði.

Fóstureyðing er aldrei auðveld ákvörðun. Það er ákvörðun sem fylgir konum lífið á enda og getur haft varanleg áhrif á sálarlíf þeirra. Í þeim sporum getur verið erfitt að trúa því að það sé kærleiksríkur Guð sem horfir á konu í erfiðum aðstæðum, heldur dæmi það sem hafi átt sér stað líkt og þeir sem tala gegn fóstureyðingum gera svo sterkt. Fordómar þessa hóps eru yfirfærðir á Guð.

Fréttastofa RÚV hefur verið gagnrýnd fyrir að fréttaflutningar hennar beri vott um fordóma í garð kristinna og því hefur verið haldið á lofti að ekki hafi verið rætt um eða beðið fyrir fóstureyðingum á deginum sjálfum. Fyrir ári var hið sama fullyrt og bent á að Franklin Graham hefði ekki barið á hinsegin fólki á Hátíð vonar.

Bæn í formi stjórntækis

Það er afstaða okkar að bænamál eigi að heyrast víða í hinu opinbera rými og það má til sanns vegar færa að trúariðkun mæti fordómum í fjölmiðlum. En þegar bæn birtist í formi stjórntækis stendur okkur ógn af trúnni. Bæn sem borin er fram af nærgætni blessar þann sem við henni tekur en sú biblíufesta sem birtist í bænaskjali Kristsdagsins, er í besta falli móðgandi og í versta falli skaðleg.

Þjóðkirkjan hefur nú þegar rætt mörg siðferðisleg álitamál, tekist á um þau og komið þeim heim til hafnar. Breiðfylking eins og Þjóðkirkjan er, sem segist hafa rými fyrir alla og lækkar þröskulda sína til þess að taka á móti þeim sem eiga ekki annars staðar skjól, á að hafa kjark og þor til að hafna því sem er meiðandi. Þannig starfar kirkja sem vill vinna í anda Jesú Krists í heiminum, með því að samþykkja ekki mismunum í Jesú nafni.

Þegar Þjóðkirkjan tekur þátt í samkirkjulegum viðburðum þurfa leikreglur að vera skýrar og tryggt að ekki sé verið að samþykkja áherslur sem eru henni framandi. Annað árið í röð kemur íslenska Þjóðkirkjan með beinum hætti að viðburði sem beitir fyrir sig bæn til að boða útilokandi trú, biblíufestu og íhaldssöm siðferðisviðmið. Jesús var óþreytandi við að benda trúarlegum yfirvöldum síns tíma á að hafna slíkri framgöngu.

Það er bæn okkar að sú Þjóðkirkja sem við þjónum reynist þjóðinni „biðjandi, boðandi og þjónandi“ án þess að gera það á kostnað þeirra sem falla utan rammans.

Endurtekin umræða um hleranir

HLERANIR

Ögmundur Jónasson
alþingismaður og fv. innanríkisráðherra

Sagan endurtekur sig og ekki gerist það ósjaldan í heimi stjórnmálanna. Nú er hafin umræða um eftirlit með framkvæmd símhlerana sem er nánast samhljóða umræðu sem átti sér stað fyrir þremur árum síðan. Á þeim tíma hafði komið fram af hálfu þáverandi ríkissaksóknara, Valtýs Sigurðssonar, að embættið sinnti ekki lögbundinni eftirlitsskyldu sinni með símhlerunum eða annars konar eftirlitsaðgerðum, svo sem notkun eftirfararbúnaðar, vegna skorts á fjárframlagi til þess og þar af leiðandi skorts á mannafla. Í framhaldinu spannst umræða um eftirlit með símhlerunum og settu margir fram þá skoðun að því væri verulega ábótavant.

Ég gegndi á þessum tíma embætti innanríkisráðherra (sem þá var líka ráðherra dómsmála) og brást við með því að óska eftir samtali við nýjan ríkissaksóknara og láta í ljós áhyggjur mínar af þessari stöðu. Sannfærðist ég um þann einlæga ásetning ríkissaksóknara að koma málum til betri vegar, þótt ég minnist þess jafnframt hve ríka áherslu hún lagði á að bættur fjárhagur væri mikilvæg forsenda þess að unnt yrði að sinna lögbundnu hlutverki í þessu efninu sem öðrum. Beitti ég mér því samhliða fyrir auknum fjárveitingum til embættisins.

Eftirlit eflt til muna

Líkt og fram hefur komið í fréttum undanfarið var eftirlit ríkissaksóknara eflt til muna í kjölfar þessarar umræðu árið 2011. Dómstólaráð samþykkti að senda ríkissaksóknara afrit af öllum beiðnum lögreglu og úrskurðum dómstóla um símhleranir og sambærilegt eftirlit. Enn fremur óskaði ríkissaksóknari eftir upplýsingum frá lögreglu aftur í tímann. Eftirlit með símhlerunum er þar af leiðandi í margfalt betri farvegi en áður var. Engu að síður má spyrja hvort ganga þurfi lengra til að tryggja virkt eftirlit með beitingu aðgerða sem eru þetta mikið inngrip í persónulegt líf fólks.

Alþingi móti reglur

Árið 2012 lagði ég fyrir Alþingi frumvarp sem var ætlað að skerpa á lögum um rannsóknarheimildir lögreglu til að tryggja að úrræðum á borð við símhlustun væri aðeins beitt við rannsókn alvarlegra brota, sem jafnframt ógna almanna- eða einkahagsmunum. Þá lagði ég jafnframt til, eftir samráð við þáverandi formann allsherjarnefndar, að komið væri á laggirnar eftirliti af hálfu Alþingis, til dæmis með þeim hætti að allsherjarnefnd fengi reglulega í hendur skýrslu frá ríkissaksóknara um veitta úrskurði og grundvöll þeirra. Með þessu yrði veitt ákveðið aðhald auk þess sem Alþingi gæti fylgst með virkni rannsóknarheimildanna. Ég taldi hins vegar rétt að Alþingi mótaði þessar reglur sjálft og ég er enn þeirrar skoðunar. Þessar röksemdir reifaði ég í umræðu um framangreint frumvarp.

➜ Ég tel rétt að þingið dusti rykið af þessum tillögum núna – og mun ég beita mér fyrir því.

Frumvarpið er til

Þetta frumvarp varð hins vegar ekki að lögum, enda mætti það harðri andstöðu þingmanna bæði úr þáverandi stjórnarmeirihluta og stjórnarandstöðu og aðila innan lögreglu og réttarkerfis sem töldu óráð að þrengja heimildir til símhlerana og vildu heldur útvíkka þær og gera enn óljósari. Sumir þessara aðila virðast sjá hlutina í nýju ljósi núna, sem er vel. En þar sem frumvarpið fór ekki í gegnum þingið komu tillögur um eftirlit af hálfu Alþingis heldur ekki til endanlegrar afgreiðslu. Ég tel rétt að þingið dusti rykið af þessum tillögum núna – og mun ég beita mér fyrir því. Jafnframt vek ég athygli á því að könnun sú sem dómsmálaráðherra kallar eftir á eftirliti með símhlerunum hefur þegar farið fram. Og frumvarpið er til. Nú er rétt að taka þessi mál föstum tökum svo að við þurfum ekki að eiga sömu umræðu að þremur árum liðnum.

Lendir skulu lög setja

LANDBÚNAÐUR

Þröstur Ólafsson
hagfræðingur

Umræður um landbúnað á Íslandi hafa löngum verið óhægar. Því veldur tilfinningarík afstaða þjóðarinnar til sveitanna. Uppruninn erum við flest úr bændastétt, við höfum verið í sveit eða búið í sveit, auk þess sem okkur þykir afar vænt um landið okkar. Þessi tilfinningatengsl eru ekki til staðar gagnvart nokkurri annarri starfsstétt. Þess vegna eigum við erfitt með að gera greinarmun á landbúnaðarkerfinu og bændum. Gagnrýni á kerfið er tekin sem árás á bændur. Þar með er umræðunni lokið. Annað sem gerir umræðuna örðuga er hve kerfið er tyrfið. Aðeins sérfróðir kunna full skil á gangverki þess. Þeim er innanhandar að finna veikleika í málflutningi annarra. Margar forsendur þess eru fljótandi og því auðvelt að benda á að tiltekinn útreikningur sé á misskilningi byggður. En landbúnaður er atvinnugrein og við verðum að geta rætt starfsskilyrði hennar af skynsamlegu viti. Það er oft stutt úr særðu rökþroti í ofstopa. Það er ekki langt síðan forystumaður úr bændastétt krafðist þess af háskólarektor að prófessor, sem lagði út af opinberum tölum um landbúnað, yrði rekinn.

Hækkandi fjárframlög

Gangverk landbúnaðarins hvílir á tveimur heimildarlögum. Önnur fjalla um framleiðslu, verðlagningu og sölu á búvörum en hin, búnaðarlögin, um framlög ríkisins til ýmissa verkefna. Á grundvelli þessara heimildarlaga semja ráðherrar við Bændasamtökin. Íslenskri stjórnsýslu í landbúnaðarmálum hefur vísvitandi ætíð verið haldið svo veikri að samtök bænda sáu bæði um að móta innihald samninganna og hafa eftirlit með framkvæmd þeirra. Stundum var sagt að Bændasamtökin semdu við sig sjálf. Það var því að vonum að ný ríkisstjórn drægi landbúnaðinn út úr stóru sameinuðu atvinnuvegaráðuneyti, til fyrra horfs. Innan öflugra ráðuneytis hefði sjálfsafgreiðslan getað orðið örðugri. Samningarnir eru gjarnan til nokkurra ára og taka oftast árlegum hækkunum auk vísitölutryggingar. Þegar fjárlagafrumvarp er samið eru niðurstöðutölur úr samningunum settar þar inn og Alþingi er áhorfandi. Mjög hagkvæmt fyrirkomulag. Búvörusamningarnir eru því aldrei ræddir á Alþingi og ég hygg að fæstir þingmanna hafi lesið þá. Þannig er hækkun framlaga til verkefna fram til 2017 árlega um og yfir 4% auk verðlagsbóta. Á meðan heilbrigðiskerfið þarf að draga verulega saman seglin, Landspítalinn hrópar á hjálp, framhaldsskólar eru skornir niður, löggæslan er í fjárþröng og dregið er úr velferð þjóðarinnar, þurfa bændur ekki að óttast samdrátt, þökk sé samningum sem gerðir voru fyrir einhverjum árum. Þeir eru undanþegnir aðhaldsaðgerðum og niðurskurði. Hugtakið hagræðingarkrafa er óþekkt þar á bæjum.

„...þó ekki hóffjaðrir.“

Þegar við sem sátum í fyrstu skattsvikanefndinni (1983-1984) kölluðum Sigurbjörn heitinn Þorbjörnsson, þáverandi ríkisskattstjóra, á fund okkar og spurðum hann um skattalögin íslensku, hvort í þau vantaði eitthvert mikilvægt ákvæði, og vorum þá með hugann við verkefni nefndarinnar, svaraði hann: „Já, fyrsta grein skattslaganna hefur aldrei verið skrifuð. Hún ætti að hljóða: Þrátt fyrir ákvæði laga þessara, skulu þau ekki gilda um bændur.“ Þó í orðum þessum lægi lúmsk kímni, þá segja þau mikið um stöðu bóndans í íslensku lagaumhverfi. Lög Íslands voru meira og minna sniðin að ýtrustu hagsmunum bændastéttarinnar. Skattalögin, svo dæmi sé tekið, voru það haganlega úr garði gerð, og án þess að mikið bæri á, að bændur sluppu að mestu. Það er t.d. afar snúið að finna hver séu laun bænda. Hvaða tala sem ekki er hagsmunagæslumönnum að skapi, er skotin í kaf með öðrum og „raunhæfari“ forsendum. Þá þekkjum við dæmið um vaskleysið á sölu laxveiðileyfa. Einhver hefur giskað á þar sé um 300-400 m.kr. að ræða. Afurðastöðvarnar eru undanþegnar samkeppnislögum, og þannig mætti halda áfram.

➜ En hvernig stendur á því að ein stétt nær slíku tangarhaldi á einu þjóðfélagi?

Lendir og landleysingjar

En hvernig stendur á því að ein stétt nær slíku tangarhaldi á einu þjóðfélagi? Við teljum okkur þó lifa í upplýstu, vestrænu jafnréttissamfélagi. Saga Íslands svarar því. Frá upphafi Íslandsbyggðar voru það stórbændur með aðstoð kirkjunnar manna, sem settu lög og umferðarreglur samfélagsins. Kúgun vinnuhjúa og ánauð leiguliða var megineinkenni gamla bændasamfélagsins. Lög bönnuðu fasta búsetu við sjávarsíðuna og komu þannig í veg fyrir þéttbýlismyndun og samkeppni um vinnuafl. Barátta bænda gegn þurrabúðarfólki stóð allt fram undir aldamótin 1900. Þegar ekki var lengur hægt að sporna við þéttbýlismyndun, var samt hægt að skerða rétt þessa fólks. Það átti ekkert land og var því léttvægara en landeigendur. Með því að gera vægi atkvæða þeirra til þingkosninga minna en sveitafólks gátu efnabændur haldið áfram að móta meginlínur þjóðfélagsins. Þar skiptu viðskipta- og framleiðsluskilyrði landbúnaðarins mestu. Um leið og kræla tók á frjálslyndum sjónarmiðum í landbúnaðarmálum var brugðist við af festu og sett sérlög. Engin önnur atvinnugrein nýtur þeirra forréttinda að búa við sérlög um alla sína starfsemi.

HEILSUTORG HÁSKÓLANEMA
Heilsutorg háskólanema hefur starfsemi 7. október. Á Heilsutorgi geta nemendur Háskóla Íslands sótt heildræna heilbrigðisþjónustu en þjónustuna veita nemendur í framhaldsnámi við Heilbrigðisvísindasvið undir handleiðslu leiðbeinenda. Nánar á heilsugaeslan.is.

Burt með aukakílóin!
Nú í einu hylki!
3 mest seldu þyngdarstjórnunarefnin í heiminum í dag
www.gengurvel.is

SÍÐUSTU DAGAR ÚTSÖLUNNAR
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

Situr þú í skítnum?
Hreinsandi hefur fullkomin tæki og efni til djúphreinsunar, sótthreinsunar og þurrkunar. Við vinnum á slæmum blettum og húsgögnin hreinlega ljóma

Hreinsandi
fyrir alla muni
Hreinsandi notar efni frá kemi
Hreinsandi sérhæfir sig í Myglugró Djúphreinsun Lyktareyðingu Sótthreinsun teppa, húsgagna, rúmdýna og annarra húsmuna.
Eldshöfða 1 S: 577-5000 Hreinsandi.is hreinsandi@hreinsandi.is

FRÁBÆRAR SNYRTIVÖRUR

GENGUR VEL KYNNIR *Benecos, þýsku snyrtivörurnar sem hlotið hafa fjölda viðurkenninga, eru lífrænt vottaðar og náttúrulegar snyrtivörur.*

„Benecos-snyrtivörurnar hafa slegið í gegn hér á landi fyrir þær sakir að þær eru lífrænt vottaðar, náttúrulegar og á verði sem ekki hefur áður sést hér á landi á slíkum vörum. Það er því vel þess virði að skoða þessar vörur,“ segir Elísabet Guðmundsdóttir, viðskiptastjóri snyrtivara hjá Gengur vel. „Einnig hefur mikil vitundarvakning orðið úti um allan heim um innihaldsefni snyrtivara. Rannsóknir sýna að sum innihaldsefni snyrtivara hafa fundist í krabbameinsæxlum og því er það mikilvægt nú sem aldrei fyrr að vera vel upplýstur um þau,“ segir Elísabet.

MÆLIR MEÐ BENECOS

„Fyrir mörgum árum byrjaði ég að skipta yfir í eiturefnalausar og lífrænar snyrtivörur af því mig langaði ekki til að bera á mig efni sem ég þekkti ekki og vissi ekki hvaða áhrif myndu hafa á mig og mína. Á þessum tíma gekk ég með fyrsta barnið mitt. Þar sem húðin er stærsta líffærið og allt sem við berum á hana fer inn í líkamann og þaðan út í blóðrásina og hefur þannig áhrif á alla líkamsstarfsemina fannst mér þetta mjög mikilvægt.

Ég fagna því mjög að geta keypt Benecos-snyrtivörurnar hér á landi því þær eru bæði lífrænar, umhverfis- og mannvænar, auk þess að vera á mjög góðu verði. Það er líka svo gaman að geta með góðri samvisku bent unglingsstúlkum, sem eru að byrja að mála sig, á þessar skemmtilegu vörur svo ég tali nú ekki um litlu fingurna sem vilja stundum naglalakk. Þá er auðvitað snjallast að velja naglalökkin frá Benecos.

Uppáhaldsvörunar mínar frá Benecos eru naglalökkin, augnblýantarnir, augnskuggarnir og varalitirnir,“ segir Ebba Guðný Guðmundsdóttir.

Á GÓÐU VERÐI
Ebba segir snyrtivörurnar lífrænar, umhverfisvænar og mannvænar auk þess að vera á mjög góðu verði.

SÖLUSTAÐIR:
Lyfja, Heilsuhúsið, Lifandi markaður, Apótekarinn, Garðsapótek, Árbæjarapótek, Systrasamlagið, Heilsutorg Blómavals, Fræið Fjarðarkaupum, Heilsuver, Snyrtistofan Rán í Ólafsvík, Snyrtistofan Alda á Egilsstöðum, Snyrtistofa Valgerðar á Þórshöfn, Í dagsins önn Stykkishólmi, Tófa.is og Heimkaup.

HÚÐIN ER STÆRSTA LÍFFÆRIÐ
Ebba Guðný skipti yfir í eiturefnalausar og lífrænar snyrtivörur þegar hún gekk með fyrsta barnið sitt. „Ég fagna því mjög að geta keypt Benecos-snyrtivörurnar hér á landi.“ Ebba Guðný er þekktur fyrirlesari, bókaútgefandi og sjónvarpskokkur. Sjá nánar á pureebba.com.

iittala
10% afsláttur
Gjöf handa þér og þínum
Tékk KRISTALL
www.tk.is
Laugavegi 178 - Sími: 568 9955

LEIÐSÖGUNÁM

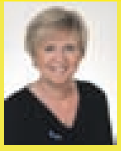
VIÐURKENNT STARFSNÁM AF ATVINNULÍFINU

Hnitmiðað og skemmtilegt nám fyrir þá sem vilja kynnast Íslandi í máli og myndum. Námið er opið öllum þeim sem áhuga hafa á að læra hvernig standa skal að leiðsögn erlendra og innlendra ferðamanna um Ísland.
-Flest stéttarfélög styrkja nemendur til náms.
-Nemendur geta að námi loknu gerst félagsmenn í Leiðsögufélaginu

Helstu námsgreinar:
- Helstu viðkomustaðir ferðamanna á Íslandi í máli og myndum.
- Mannleg samkipti, leiðsögutækni, hestar, fuglar og flóra. Framsaga.
- Saga landsins, jarðfræði, bókmenntir og listir, menningartengd ferðaþjónusta.
- Skipulagðar ferðir og afþreyingaferðir. Ritgerðaverkefni og margt fleira.

Leiðbeinendur eru þaulvanir leiðsögumenn og sérfræðingar hver á sínu sviði. Boðið er uppá dag – og kvöldnám, auk þess er farið í fjölda vettvangsferða.

Umsögn:
S.l. vetur stundaði ég leiðsögunám í Ferðamálaskóla Íslands. Námið stóð vel undir væntingum þar sem fjölmargir kennarar komu að kennslunni og áttu þeir auðvelt með að ná til mín og auka áhuga minn á námsefninu og ekki síst að vekja mig til umhugsunar um þá auðlind sem landið okkar er og þá virðingu sem okkur ber að sýna því. Kennararnir voru mjög færir og fróðir hver á sínu sviði og áttu auðvelt með að koma efninu til skila. Námið gefur mikla atvinnumöguleika og spennandi tímar eru framundan.


Guðrún Helga Bjarnadóttir, Vestmannaeyjum

Ferðamálaskóli Íslands

Opið 8-22

Ferðamálaskóli Íslands • www.menntun.is • Sími 567 1466

TUPPERWARE LAGERSALA

í Háholti 23, Mosfellsbæ

Frábærar vörur í miklu úrvali

Allt að 60% afsláttur!

Opið alla virka daga í október kl. 13:00-18:00

Mirella ehf – heildverslun
Háholt 23, 270 Mosfellsbær
Sími: 586 8050 / Netfang: mirella@simnet.is

Mikilvægt

Magnesíum plús með B12, B6 og fólinsýru er slakandi og styrkjandi fyrir líkama og sál.

nutra BÓNUS HAGKAUP

GEÐMARAÞON Í KRINGLUNNI

GEÐHJÁLP 35 ÁRA *Í tilefni af afmæli Geðhjálpar verður blásið til Geðmaraþons í Kringlunni á afmælisdaginn, 9. október næstkomandi. Afmælisgestir taka þátt í afmælisdagskránni með því að stíga upp á pall og fjalla um geðheilbrigði með einum eða öðrum hætti frá tíu um morguninn til níu um kvöldið.*

Okkur langaði til að bjóða þjóðinni að taka þátt í afmæli Geðhjálpar og í leiðinni að leggja sitt af mörkum til vitundarvakningar hvað varðar geðheilbrigði," segir Anna Gunnhildur Ólafsdóttir, framkvæmdastjóri Geðhjálpar. Samtökin fagna 35 ára afmæli 9. október, daginn fyrir Alþjóðlega geðheilbrigðisdaginn. Hugmyndin var að gera eitthvað öðruvísi og skemmtilegt sem allir gætu tekið þátt í og niðurstaðan varð Geðmaraþon.

„Fáir staðir henta betur til að ná til almennings en verslunarmiðstöð á borð við Kringluna," segir Anna glaðlega. Geðmaraþonið fer fram á Blómatorgi Kringlunnar fimmtudaginn 9. október en þá er opnunartími verslana lengri. „Við viljum tryggja að almenningur, notendur, aðstandendur, áhugafólk og fagfólk tali um geðheilbrigði frá klukkan tíu um morguninn til níu um kvöldið," segir Anna en á Blómatorginu verður pallur og míkrófónn fyrir þá sem vilja taka þátt en hver og einn fær fimmtán mínútur. „Við bjóðum fólki að stíga á svið og tala frjálst um eitthvað sem tengist geðheilbrigði, halda ræður, lesa texta, lesa upp úr skáldsögu, lesa upp ljóð, leika tónlist, dansa eða hvað sem fólki dettur í hug og tengist geðheilbrigðismálum," segir Anna en þeir sem ekki hafa neitt skipulagt geta gengið í bækur sem verða á staðnum og lesið upp úr þeim.

Fjölmargir hafa þegar skráð sig á listann. „Þar má nefna Styrmi Gunnarsson, fyrrverandi ritstjóra, Elísabetu Jökulsdóttur rithöfund, Björk Vilhelmsdóttur, formann velferðarráðs, Sigríði Víðis Jónsdóttur rithöfund og Dag B. Eggertsson borgarstjóra," segir Anna en nefnir að enn séu nokkur pláss laus. „Við hvetjum fólk til að hafa samband við okkur og óska eftir að komast að."

KAKA Í TILEFNI DAGSINS

Geðhjálp mun bjóða upp á fimm hundruð manna afmælistertu á Blómatorgi klukkan 17 á afmælisdaginn. Borgarstjórinn og Hrannar Jónsson, formaður félagsins, halda tölu en að því loknu mun tónlistarkonan Ellen Kristjánsdóttir flytja tónlist.

„Við hvetjum fólk eindregið til að koma. Þetta er málefni sem snertir nánast hverja einustu fjölskyldu á Íslandi," segir Anna. Hún bendir á að hátt í fjórutíu prósent öryrkja á Íslandi séu öryrkjar vegna geðrænna erfiðleika, og að 25 prósent af öllu fólki í hinum vestræna heima hafi einhvern tíma á ævinni strítt við geðröskun, til dæmis í kjölfar skilnaðar, dauðsfalls eða barnsfæðingar. „Flestir hafa upplifað geðröskun sjálfir eða þekkja einhvern í fjölskyldunni eða vinahópnum. Því er mikils um vert að opna umræðuna og að allir leggist á árarnar til að vinna gegn fordómum, að bættri þjónustu og auknum réttindum og auðvitað auknum forvörnum. Okkur er öllum í hag að fólk njóti sín í samfélaginu því þá er það tilbúnara að taka þátt í mótun samfélagsins og gera það þannig betra."

HVETUR FÓLK TIL AÐ VERA MEÐ Anna Gunnhildur ætlar að skipuleggja Geðmaraþonið þannig að talað, lesið eða sungið verði um geðheilbrigðismál frá morgni til kvölds, fimmtudaginn 9. október, á afmælisdegi Geðhjálpar. MYND/VALLI

TÓNLIST OG RÆÐUR Tónlistarkonan Ellen Kristjánsdóttir ætlar að leggja sitt af mörkum og spilar tónlist í Geðmaraþoninu. Dagur B. Eggertsson heldur tölu klukkan 17.

TÖKUM ÞÁTT

Þeim sem vilja leggja sitt af mörkum með því að taka þátt í Geðmaraþoninu er bent á að hafa samband í síma 570 1700 eða senda póst á verkefnisstjori@gedhjalp.is, ago@gedhjalp.is eða linda@gedhjalp.is.

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

Útgefandi: **365 miðlar** | Ábyrgðarmaður: **Jón Laufdal**
Sölumenn: **Bryndís Hauksdóttir,** bryndis@365.is, s. 512 5434
Kolbeinn Kolbeinsson, kkolbeins@365.is, s. 512 5447
Hönnun: **Silja Ástþórsdóttir**

ÁNÆGÐ MEÐ BIO-KULT INFANTIS

ICECARE KYNNIR *Ásta D. Baldursdóttir og hjónin Sigríður Alma og Ásgeir Haukur hafa góða reynslu af Bio-Kult vörunum. Sonur Ástu hefur ekki getað tekið ómega-3 nema í formi Bio-Kult Infantis og dóttir Sigríðar og Ásgeirs er miklu betri af bakflæði með reglulegri notkun þess.*

Börn eru eins misjöfn og þau eru mörg og miserfitt að fá þau til að taka inn ýmiss konar bætiefni og vítamín,“ segir Ásta D. Baldursdóttir. „Sonur minn er sjö ára kröftugur orkubolti sem er á einhverfurófinu. Mér hefur reynst erfitt að fá hann til að taka inn ómega-3 vegna áferðarinnar á olíunni og bragðsins en hann er með mjög næmt bragðskyn. Ég hef reynt að gefa honum ómega-3 í töfluformi og fljótandi og hvorugt hefur gengið. Í sumar sá ég auglýsingu um Bio-Kult Infantis og það vakti athygli mína að það inniheldur ómega-3 og það er í duftformi sem blandast út í mat eða drykk. Ekki er verra að það inniheldur líka sjö gerlastrengi af mismunandi mjólkursýrugerlum sem styrkja og bæta meltinguna, fimmtíu prósent af ráðlögðum skammti af D3-vítamíni, Preplex sem er blanda efna sem styrkja meltinguna og koma í veg fyrir niðurgang og það er enginn viðbættur sykur, litar- eða bragðefni eða önnur aukaefni í duftinu.“

Ásta segist hafa gefið syni sínum Bio-Kult Original mjólkursýrugerlana til að styrkja þarmaflóruna en þá uppgötvaði hún þegar hún las bókina „Meltingarvegurinn og geðheilsa“ eftir Dr. Natasha Campbell-McBride, en þar er einmitt mælt með þeim til að halda þarmaflórunni réttri.

„Ég hef sjálf ágætis reynslu af Bio-Kult Candéa því fyrir tveimur árum þurfti ég að vera á sterkum sýklalyfjakúr vegna sýkingar og Bio-Kult hjálpaði mér mikið af því að ég fékk sveppasýkingu út frá lyfjagjöfinni. Þar sem ég hafði ágætis reynslu af Bio-Kult vörunum ákvað ég að prófa Bio-Kult Infantis fyrir strákinn. Það gengur mjög vel þar sem það er algjörlega bragðlaust og leysist vel upp en hann fær eitt bréf á dag út í drykk. Það er líka svo frábært að þessar vörur þarf ekki að geyma í kæli og því ekkert mál að taka

BREYTING TIL BATNAÐAR Litla dóttir þeirra Sigríðar og Ásgeirs var með mjög slæmt bakflæði en Bio-Kult Infantis hefur reynst vel gegn því. MYND/VALLI

þetta með hvert sem farið er.“

DÓTTIRIN BETRI AF BAKFLÆÐI

Sigríður Alma Gunnsteinsdóttir og Ásgeir Haukur Einarsson eiga litla dóttur sem fæddist með mjög slæmt bakflæði. „Meltingarvegurinn í litlu stelpunni okkar var myndaður strax þegar hún var eins dags gömul því uppköstin voru mjög mikil. Við vissum því að það voru engar þrengingar á meltingarveginum sem orsökuðu uppköstin heldur var ástæðan sú að magaopið var slakt og hleypti því fæðunni bæði upp og niður,“ segir Sigríður.

„Það var búið að prófa nokkur lyf á stelpunni en við sáum aldrei neinn mun á uppköstunum. Okkur var sagt að bíða róleg því magaopið myndi þroskast með tímanum. Þegar við prófuðum Bio Kult Infantis þá sáum við strax mikla breytingu til hins betra. Við prófuðum nokkrum sinnum að sleppa því að gefa henni duftið en þá fóru uppköstin alltaf aftur að aukast,“ bætir Ásgeir við.

„Núna er stelpan okkar orðin eins árs og við gefum henni enn þá Bio-Kult Infantis því það er auðsjáanlega gott fyrir meltinguna hjá henni. Okkur líður vel með að gefa henni Bio-Kult Infantis því þetta eru aðeins náttúrulegir gerlar, ómega-3 og D-vítamín svo það gerir henni bara gott. Við hvetjum foreldra í svipaðri stöðu til að prófa þessa náttúrulegu gerla því ef þeir geta hjálpað fleiri börnum þá er það þess virði að prófa, barnanna vegna.“

GOTT FYRIR MELTINGUNA

Bio-Kult Infantis er vísindalega þróuð blanda af vinveittum gerlum fyrir ungbörn og börn á öllum aldri. Það inniheldur sjö gerlastrengi af mismunandi mjólkursýrugerlum. Reynsla og rannsóknir sýna að gerlarnir styrkja og bæta bæði meltinguna og heilsuna.

Í Bio-Kult Infantis er hátt hlutfall af ómega-3 eða eitt milligramm

NÓG AF OMEGA-3 Ástu hefur reynst erfitt að gefa syni sínum ómega-3. Hún gefur honum nú Bio-Kult Infantis en í því er eitt milligramm af ómega-3 í hverjum skammti. Sjálf notar hún líka Bio-Kult vörurnar og lætur vel af þeim. MYND/GVA

í hverjum skammti. Rannsóknir hafa sýnt fram á að ómega-3 leikur nauðsynlegt hlutverk í myndun heilafrumna. Einnig hefur verið staðfest að ómega-3 hefur bólguhamlandi áhrif og er styrkjandi fyrir ónæmiskerfið.

Bio-Kult Infantis inniheldur fimmtíu prósent af ráðlögðum dagskammti af D3-vítamíni en flestir þekkja gagnsemi D-vítamíns. Einnig er í vörunni blanda efna sem styrkja meltinguna og fyrirbyggja niðurgang. Enginn viðbættur sykur, litar-, bragð- eða aukaefni eru í vörunni.

LÍÐUR MUN BETUR

Bio-Kult Candéa-hylkin geta virkað sem vörn gegn sveppasýkingu í meltingarvegi. Berglind Káradóttir er betri af ristilkrampa eftir að hún fór að taka þau.

Bio-Kult Candéa-hylkin geta fyrirbyggt sveppasýkingu í meltingarvegi. Berglind Káradóttir er með óþol fyrir nokkrum fæðutegundum og fékk reglulega ristilkrampa, uppþembdan maga og ógleði. „Ég hef þurft að passa vel upp á mataræðið, ekki síst þegar ég fór í veislur þar sem ég gat ekki vitað hvað var í matnum og fékk krampa í kjölfarið. Eftir að ég byrjaði að taka inn Bio-Kult Candéa breyttist þetta og maginn og ristillinn eru til friðs. Ég tek tvö hylki með morgunmat og ristilkramparnir heyra sögunni til. Ég, systir mín og dóttir tökum allar Bio-Kult með góðum árangri,“ segir Berglind.

Bio-Kult Candéa-hylkin virka sem öflug vörn gegn candida-sveppasýkingu í meltingarvegi kvenna og karla og sem vörn gegn sveppasýkingu á við-

LÍÐUR BETUR Berglindi Káradóttur líður betur eftir að hún fór að taka Bio-Kult Candéa og ristilkrampar sem hún fékk áður heyra nú sögunni til. MYND/ERNIR

kvæmum svæðum hjá konum. Candida-sveppasýking getur komið fram með ólíkum hætti hjá fólki svo sem munnangur, fæðuóþol, pirringur og skapsveiflur, þreyta, brjóstsviði, verkir í liðum, mígreni eða ýmis húðvandamál.

Innihald Bio-Kult Candéa-hylkjanna er öflug blanda af vinveittum gerlum ásamt hvítlauk og Grape Seed Extract. Bio-Kult Candéa hentar vel fyrir alla, einnig fyrir barnshafandi konur, mjólkandi mæður og börn. Fólk með mjólkur- og sojaóþol má nota vörurnar. Mælt er með Bio-Kult í bókinni Meltingarvegurinn og geðheilsa eftir Dr. Natasha Campbell-McBride.

LAUSN VIÐ ÓÞÆGINDUM VIÐ ÞVAGLÁT

Brizo er fæðubótarefni sem er ætlað að létta á óþægilegum einkennum frá neðri þvagfærum vegna stækkunar á blöðruhálskirtli, sem er algengur fylgikvilli þegar karlmenn eldast, og kallast góðkynja stækkun á blöðruhálskirtli.

„Ég hef notað Brizo í nokkra mánuði og er ánægður með hversu vel það hefur reynst mér. Ég er 66 ára og var farinn að finna fyrir því að þurfa oft að kasta af mér þvagi og náði ekki að tæma blöðruna í hvert sinn. Þetta var óþægilegt og mér líkaði ekki ástandið,“ segir Skúli Sigurðarson. „Ég vildi forðast að nota lyf, leist betur á að prófa eitthvað óhefðbundið og náttúrulegt. Mér bauðst fyrir nokkrum mánuðum að prófa mánaðarskammt af Brizo og fann fljótt að mér leið betur. Áhrifin eru þau að það virtist vera minni þrýstingur á blöðruna og þvagrásina.

Ég hef notað Brizo í nokkra mánuði samfleytt og er mjög ánægður með árangurinn og það hvernig mér líður af notkun þess. Ég hef mikla trú á náttúrulegum lausnum sem í mörgum tilfellum geta komið í staðinn fyrir lyf.“

VAKNAR ÚTSOFINN

„Ég er 65 ára og undanfarin ár hef ég þurft að hafa þvaglát allt að þrisvar á nóttu,“ segir Finnur Eiríksson. „Þetta hvimleiða vandamál var alltaf að ágerast, það olli mér vanlíðan og ég náði ekki að hvílast eins og ég þurfti. Eftir að ég fór að taka inn Brizo-hylkin hefur líðan mín gjörbreyst. Ég þarf miklu sjaldnar að vakna á nóttunni og er því úthvíldur að morgni. Sviðinn, sem einnig angraði mig, er nánast horfinn. Ég mæli hiklaust með Brizo fyrir karlmenn á mínum aldri sem eiga við þetta vandamál að etja.

Blöðruhálskirtillinn umlykur þvagrásina rétt neðan við þvagblöðruna. Flest einkenni fela í sér erfiðleika við þvaglát og er það kallað einkenni frá neðri þvagfærum.

NÁTTÚRULEG LAUSN Skúli Sigurðarson segir að hann hafi fljótt fundið mun eftir að hann byrjaði að taka inn Brizo. MYND/GVA

ALGENGUSTU EINKENNIN ERU:

- **Lítil eða slöpp þvagbuna**
- **Tíð þvaglát**
- **Næturþvaglát**
- **Skyndileg þvaglátaþörf**
- **Erfitt að hefja þvaglát**
- **Þvagleki eða erfitt að stöðva þvaglát**
- **Þörf fyrir þvaglát skömmu eftir síðasta þvaglát**
- **Sviði eða sársauki við þvaglát**

Ef þetta er ekki meðhöndlað getur blöðruhálskirtillinn stækkað og þrengt alveg að þvagrásinni, það getur leitt af sér önnur þvagvandamál sem geta valdið skemmdum á nýrum.

SÖLUSTAÐIR Fæst í öllum apótekum, heilsuvöruverslunum og heilsuhillum stórmarkaðanna. Einnig á vefverslun www.icecare.is. ● Nánari upplýsingar á www.icecare.is og Facebook.

SPÍNAT DREGUR ÚR MATARLYST

HOLLUSTA *Vísindamenn við háskólann í Lundi hafa fundið út að efni sem er í spínati getur hjálpað fólki að fækka aukakílóum og minnkað sykurþörf. Ef fólk drekkur grænan drykk með spínati á fastandi maga verður það síður svangt yfir daginn.*

Svo virðist vera að efnið thylakoider, sem er í spínati, hafi áhrif á hungurtilfinningu. Vísindamennirnir kynntu nýlega langtímarannsókn en hún sýnir að ef fólk fær sér drykk með spínati (eða thylakoider) fyrir morgunmat finnur það minna fyrir hungri og sykurþörf yfir daginn. Alls tóku 38 konur sem áttu við ofþyngd að stríða þátt í rannsókninni. Helmingur kvennanna fékk lyfleysudrykk á morgnana en hinn helmingurinn spínatdrykk. Þátttakendur vissu ekki hvað þeir voru að drekka.

Þátttakendur fengu sömu leiðis fyrirmæli um að borða þrjár hollar máltíðir á dag. Sá hópur sem fékk spínatdrykkinn missti fimm kíló en hinn þrjú og hálft kíló á tímabilinu. Hópurinn sem fékk spínatdrykkinn fullyrti að auðvelt hefði verið að halda sig við þrjár máltíðir á dag og sótti ekki í nasl á milli mála.

Efnið thylakoiderna hefur áhrif á matarlystina og best er að láta nokkurn tíma líða á milli máltíða en þá fær maturinn að brotna niður í langan tíma í meltingarfærum. Þar sem efnið dregur úr hungurtilfinningu er auðveldara fyrir fólk að halda sig við fyrirfram ákveðið mataræði.

Löngum hefur verið vitað að spínat er mjög hollt grænmeti. Það er járnríkt og inniheldur K-vítamín. Þeir sem þjást af blóðleysi ættu því að borða ríkulega af spínati eða fá sér slíkan drykk á morgnana.

Grænt grænmeti er yfirleitt mjög hollt og hjálpar til við hreinsun þarma þar sem það er trefjaríkt. Þeir sem hefja daginn á grænum drykk finna fljótlega að húðin verður betri svo og hárið.

Hér er uppskrift að tveimur hollum og góðum grænum drykkjum. Uppskriftin dugar í fjóra drykki.

Grænn drykkur með spínati, engifer og límónu

1 appelsína
1 banani
1 sítróna
1 límóna
1 lárpera
100 g ferskt spínat
1 búnt fersk minta
1 msk. rifin engiferrót

Sett í blandara og maukað.

Grænn spínatdrykkur með mangói og kívíi

Uppskriftin dugar í tvö glös
1 poki „baby“ spínat (65 g)
1 kíví
2 dl fryst mangó
3 dl eplasafi

Sett í blandara og maukað.

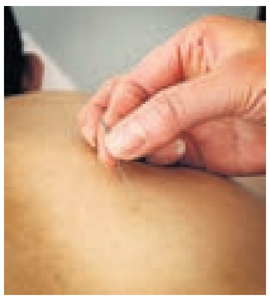
LJÚFFENGT Spínat er afar hollt, inniheldur til dæmis mikið járn.

Póst dreifing

Birtingur treystir okkur fyrir öruggri dreifingu á Séð og heyrt

Póstdreifing býður upp á fjölbreytta og örugga dreifingu á blöðum og tímaritum. Við komum sendingunni í réttar hendur. *Örugglega til þín.*

Póstdreifing | Vatnagörðum 22 | 104 Reykjavík | Sími 585 8300 | postdreifing.is



MYNDIR/GVA

RÓ Í SÁL OG LÍKAMA

HEILSUDREKINN KYNNIR *Október er heilsumánuður í Heilsudrekanum. Þá gefst kostur til heilsuræktar með kínverskri leikfimi, nuddi og nálarstungum.*

„Við leggjum áherslu á hugarró, slökun og djúpslökun í október; þessi þrjú mikilvægu stig sem næra sálina og efla heilsu og orkuflæði líkamans,“ segir Dong Qing Guan, eigandi Heilsudrekans sem tileinkar október kyrrð og ró í sál og líkama.

„Í kínverskri læknisfræði er lögð höfuðáhersla á næringu sálarinnar því með almennri hugarró kemst jafnvægi á orkuflæði líkamans og betri líkamleg heilsa. Við viljum því hjálpa fólki að byggja grunn að góðri heilsu með því að næra sál sína. Af því hlýst hamingja og vellíðan.“

Qing segir gott að stunda hugræna teygjuleikfimi, heilsu chi gong eða tai chi-leikfimi til að róa sig niður í amstri og atgangi hversdagslífsins.

„Allt eru þetta rólegir leikfimitímar sem samanstanda af hugleiðslu og hreyfingu. Ef fólk vill svo gefa sjálfum sér heilsubætandi tíma mæli ég með fjölbreyttum tímum í kínversku nuddi með ilmolíum eða jurtum eða djúpslökun til að stilla líkamann rétt með kínverskum nálarstungum og nuddmeðferðum. Allt þetta bjóðum við í Heilsudrekanum til að losa um streitu, kvíða og vanlíðan sem á endanum geta valdið alvarlegum sjúkdómum ef ekkert er að gert.“

Qing leggur áherslu á að hver og ein manneskja stjórni jafnvægi í eigin líkama og því sé mikilvægt að lifa hamingjuríku og rólegu lífi.

„Með rólegri hreyfingu og hugleiðslu getum við lært að slaka á og losna við vanlíðan af ýmsu tagi. Til þess eru margar leiðir, eins og þær kínversku sem fært milljónum manna betri heilsu. Í október er tilvalinn tími til að hlúa að sjálfum sér og nýta sér hagstæð tilboð okkar um mánuð af kínversku heilsudekri og heilsurækt fyrir sál og líkama.“

Þess má geta að helgina 25.-26. október verður Alþjóða heilsu chi gong-félagið með kynningu og kennslu á vegum kennara sinna í Heilsudrekanum. Gott er að skrá sig sem fyrst til að tryggja sér pláss.

Sjá nánar á heilsudrekinn.is.

BARNAAFMÆLI

ÞRIÐJUDAGUR **30. SEPTEMBER 2014** | **Kynningarblað**

Girnilegar hamborgaramúffur

Heiðdís Rósa Sigurjónsdóttir gerir hamborgara sem gleðja öll skynfærin. SÍÐA 2

Afmælisveisla á skautum

Skautaafmæli í Egilshöll eru fjörug, skemmtileg og sívinsæl. SÍÐA 2

Frábær afmælisskemmtun

Í SmáraTívolíi er hægt að vera með Frumskógarpartí, Leikjapartí o.fl. SÍÐA 3

Barnaafmæli á skautum í Egilshöll

Það er tilvalið að halda afmælið á skautasvellinu í Egilshöll. Þá geta krakkarnir skemmt sér á skautum og umstangið er lítið fyrir foreldrana. Veitingar eru innifaldar í afmælistilboðsverði og einnig leiga á skautum og hjálmum en það kostar 1.500 krónur á gest.

Á skautasvellinu í Egilshöll er hægt að halda upp á barnaafmæli og segir Egill Gómez, forstöðumaður Egilshallar, það vera mjög vinsælt. „Þegar barnaafmæli eru haldin hjá okkur þá skauta börnin yfirleitt í um klukkutíma og fá sér svo pitsu en tvær pitsusneiðar á mann og gos er innifalið í verðinu. Foreldrar geta svo valið hvort þeir koma með afmælisköku.Veislan endar yfirleitt á því að börnin skauta aftur í hálftíma,“ segir Egill.

Sérstakt afmælistilboð er í gangi á skautasvellinu og kostar 1.500 krónur fyrir hvern gest. Innifalið í því er aðgangseyrir á svellið, skautar, hjálmur, pitsusneiðar og gos. Fyrir þau sem koma með eigin skauta kostar 1.350 krónur á gest. „Það er því kjörið að halda barnaafmæli á skautasvellinu í Egilshöll. Þetta er frábær skemmtun fyrir ungviðið og einföld og þægileg lausn fyrir foreldrana. Þið bara mætið og allt er tilbúið þegar komið er á staðinn.“

Pantanir og fyrirspurnir skal senda á skautasvell@egilshollin.is eða hringja í síma 664 9606.

Egill Gómez segir það vinsælt að halda barnaafmæli á skautasvellinu í Egilshöll.

Hægt er fá leigða skauta og hjálma í Egilshöllinni. MYND/GVA

Pitsa og gos er innifalið í afmælistilboðsverði og svo geta foreldrar komið með kökur með sér ef þeir vilja. AÐSEND MYND

Gaman að gleðja aðra

Heiðdís Rósa Sigurjónsdóttir stundar nám í viðskipta- og sjávarútvegsfræði í HA. Í frístundum er hún eldheitur áhugabakari og á sér draum um að setja upp krúttlegt kökubakarí. Heiðdís heldur úti kökublogginu saelkeri.com og gefur hér uppskrift fyrir afmælið.

Mér finnst svo gaman að baka og búa eitthvað til sem fólki finnst gott. Ég bý til mínar eigin uppskriftir en fæ margar hugmyndir af Pinterest,“ segir Heiðdís Rósa Sigurjónsdóttir kökubloggari, en hún gefur uppskrift að skemmtilegum muffins í barnaafmælið.

Heiðdís Rósa er eldheitur áhugabakari og nýtir hverja lausa stund í bakstsurinn þótt oft séu þær ekki margar, verandi í námi og fullu starfi.

„Það er ekki mikill frítími. Ég á tvö börn en mun þjálfa þau markvisst upp sem aðstoðarbakara,“ segir Heiðdís hlæjandi. „Strákurinn minn er fimm ára og duglegur og að hjálpa mér, sú yngri er eins árs en framtíð þeirra beggja er ráðin.“

Hamborgaramuffins

Hamborgarabrauðið (vanillumuffins)

210 g mjúkt smjör
210 g sykur
3 egg
4 tsk. vanilla
300 g hveiti
¾ dl mjólk (aðeins meira ef deigið er mjög þykkt)
Smá sesamfræ

Stillið ofninn á 175°C og blástur

Þeytið smjör og sykur mjög vel saman. Næst er eggjunum bætt við einu í einu og hrært vel á milli. Að lokum er vanillu, hveiti og mjólk hrært saman við.

Degið sett í muffinsform og gott að hafa muffinsformin í muffinspönnu til þess að þau leki ekki út um allt.

Setið muffinsið inn í ofn. Eftir um eina til tvær mínútur er ofninn opnaður og smá sesamfræjum stráð yfir deigið. Bakið muffinsið í sirka 15-20 mín eða þangað til þið getið stungið tannstöngli í deigið og hann kemur hreinn upp.

Hamborgarakjötið (Brownie kökur)

200 g smjör
1 ½ dl sykur
1 ½ dl púðursykur
3 egg
½ tsk. lyftiduft
¼ tsk. salt
¾ dl kakó eða 200 g súkkulaði
1 ½ dl hveiti

Hitið ofninn í 175°C og blástur.

Bræðið smjör og súkkulaði saman í potti (ef að þið notið kakó í uppskriftinni þá bræðið þið bara smjörið). Þegar smjörið hefur bráðnað er því hrært saman við báðar tegundirnar af sykri. Eggjunum er bætt við einu í einu og hrært vel á milli. Lyftiduft, salt, hveiti og kakó er sett út í og hrært saman við. (Ef þið notuðuð súkkulaði þá er kakóinu sleppt.)

Það er bæði hægt að hella deginu í bökunarmót og í muffinsform til þess að baka. Ef þið eigið ekki hringlaga mót til að skera út þá er betra að nota muffinsformin.

Brownie-kökurnar eru bakaðar í sirka 17 mínútur en þær mega vera örlítið blautar.

Kál, tómatsósa og sinnep (Vanillusmjörkrem)

300 g mjúkt smjör
600 g flórsykur
4 tsk. vanilla
1 dl mjólk

Þeytið fyrst smjörið vel og bætið svo flórsykrinum smátt og smátt við, ásamt vanillunni og mjólkinni.

Skiptið kreminu jafnt í þrjár skálar og litið það grænt, rautt og gult.

Útbúa hamborgarann

Byrjað er á því að skera vanillumuffinsið í tvennt. Síðan er brownie-kaka sett ofan á neðri helminginn af möffinsinu. Því næst er öllum þremur litunum af kreminu sprautað ofan á brownie kökuna og að lokum er efri helmingurinn af möffinsinu settur á.

Útgefandi: 365 miðlar ehf., Skaftahlíð 24, s. 512 5000 Umsjónarmaður auglýsinga: Bryndís Hauksdóttir, bryndis@365.is, s. 512-5434 Ábyrgðarmaður: Jón Laufdal.

ÞJÓNUSTA

VIÐ FATLAÐA OG LANGVEIKA

Kynningarblað

Réttindi, þjónusta og aðgengi

Hjá Þekkingarmiðstöð Sjálfsbjargar er unnið að því að efla möguleika fatlaðs fólks á að taka fullan þátt í samfélaginu. SÍÐA 2

Fjölbreytileikinn á að fá að njóta sín

Vinun veitir alhliða heimaþjónustu fyrir fólk sem þarfnast stuðnings í daglegum athöfnum, viðveru og öryggis. SÍÐA 2

Fá að spreyta sig á eigin forsendum

Í Múlalundi fá fatlaðir einstaklingar tækifæri til að leggja sitt af mörkum til atvinnulífsins. SÍÐA 3

Vinna mikið frumkvöðlastarf

Upplýsingamiðlun og fræðsla eru meginþættir í starfsemi Þekkingarmiðstöðvar Sjálfsbjargar. Öflug heimasíða og samfélagsmiðlar spila þar stórt hlutverk. Þekkingarmiðstöðin leitast við að vinna gegn fordómum í samfélaginu á sem jákvæðastan hátt.

Í Þekkingarmiðstöð Sjálfsbjargar er unnið mikið frumkvöðlastarf við að efla möguleika fatlaðs fólks á að taka fullan þátt í samfélaginu. Einkunnarorð Þekkingarmiðstöðvarinnar eru: „Þín leið til sjálfstæðs lífs.“ Full samfélagsþátttaka felst meðal annars í því að einstaklingurinn geti leitað sjálfur að upplýsingum sem varða líf hans, segir Rannveig Bjarnadóttir forstöðumaður. „Hjá Þekkingarmiðstöðinni er yfirsýn yfir réttindi, þjónustu, aðgengi og annað sem auðveldar hreyfihömluðu fólki að lifa sjálfstæðu lífi. Til okkar leitar hreyfihamlað fólk, aðstandendur, fagfólk, þjónustuaðilar, fjölmiðlar, fyrirtæki, stofnanir og sveitarfélög.“

Þekkingarmiðstöðin heldur úti öflugri heimasíðu sem geymir ógrynni upplýsinga sem eru settar fram á notendavænan hátt. Heimasíðan er sú eina sinnar tegundar hér á landi og þó víðar væri leitað. Heimasíðan nýtist landsmönnum öllum óháð búsetu. „Þar er boðið upp á netspjall við ráðgjafa og jafnframt er hægt að skrá sig á póstlista til að fá sent fréttabréf og upplýsingar um það sem er á döfinni. Auk þess erum við með Facebook-síðu sem er uppfærð daglega. Það kom fljótlega í ljós að samfélagsmiðlar eru mjög góður vettvangur fyrir okkur til að eiga í samskiptum við fólk. Þar náum við oft betur til stærri hóps og fáum auk þess betri endurgjöf.“

Að sögn Rannveigar er fræðsla mjög mikilvægur hluti af starfsemi Þekkingarmiðstöðvarinnar. „Fræðslan er sniðin að þörfum hreyfihamlaðra og hefur því yfirleitt ekki verið í boði annars staðar. Til dæmis vorum við nýlega með námskeið í hjólastólafærni í samstarfi við SEM samtökin. Það nýjasta í starfseminni er jafningjafræðsla í fyrirlestraformi. Í fyrsta fyrirlestrinum er fjallað um fötlun og foreldrahlutverkið, m.a. um þá ákvörðun að eignast börn.“ Fyrirlestrana má nálgast á heimasíðunni.

Þekkingarmiðstöðin leitast við að vinna gegn fordómum í samfélaginu á jákvæðan hátt og vekur athygli á málefnum hreyfihamlaðra til dæmis með því að senda fyrirspurnir til fyrirtækja og þjónustuaðila. Með greiðum aðgangi að upplýsingum er stuðlað að aðgengilegu samfélagi fyrir alla.

Þekkingarmiðstöðin er opin milli kl. 10 og 16, alla virka daga. Þjónustan er gjaldfrjáls og getur hver sem er leitað til miðstöðvarinnar. Allar nánari upplýsingar má finna á www.thekkingarmidstod.is.

Starfsmenn Þekkingarmiðstöðvar Sjálfsbjargar. Í aftari röð frá vinstri eru Guðný Bachmann og Sigurbjörg Daníelsdóttir. Í fremri röð frá vinstri eru Rannveig Bjarnadóttir forstöðumaður, María Jónsdóttir og Katrín Björk Bjarnadóttir. MYND/GVA

Aðstoð við fjölskyldur mikilvæg

Vinun er ráðgjafar- og þjónustufyrirtæki sem veitir bæði ráðgjöf og meðferð, svo sem fjölskyldu-, para- og einstaklingsmeðferð, jafnhliða því að vera þjónustufyrirtæki. Vinun var stofnað árið 2007 og fagnaði því sjö ára starfsafmæli fyrr á þessu ári.

Mottó okkar hjá Vinun er að leyfa fjölbreytileikanum að njóta sín. Við tökum mið af einstaklingnum sem félagsveru og hlúum að frelsi hans við þær aðstæður sem lífið hefur búið honum, á hvaða aldri sem viðkomandi einstaklingur er,“ útskýrir Gunnhildur Heiða Axelsdóttir, fjölskyldumeðferðarfræðingur og ráðgjafi í málum fatlaðs fólks, barna og unglinga.

Vinun veitir alhliða heimaþjónustu fyrir fólk sem þarfnast stuðnings í daglegum athöfnum, viðveru og öryggis á eigin heimilum. Þjónustan er sniðin í kringum hvern og einn og áhersla lögð á að styðja og styrkja viðkomandi. Aldraðir, langveikir og fatlað fólk sækja þjónustu til Vinunar.

Fyrir unga fólkið

„Vinun veitir þjónustu sem við höfum kosið að kalla „Félagastuðning“ en hún er sérstaklega sniðin fyrir ungt fólk sem hefur einangrast félagslega vegna fötlunar sinnar,“ útskýrir Gunnhildur.

„Þá þjálfum við upp ungt fólk til að styrkja og styðja viðkomandi ungmenni til félagslegrar færni. Starfsmaður hefur bakstuðning fagaðila þegar þörf er á og sá fagaðili hittir líka og styður viðkomandi ungmenni eitt og sér eða með stuðningsaðila.

Úrræði fyrir félagslega einangraða

Aðstoð til sjálfshjálpar er þjónustuúrræði Vinunar sem skilað hefur mjög jákvæðum árangri. Úrræðið er ætlað fólki sem hefur einangrast félagslega vegna kvíða, þunglyndis eða annarra geðraskana og þarfnast hvatningar, félagslegrar viðveru og stuðnings við daglegar athafnir.

„Aðstoð til sjálfshjálpar nær til margs konar þátta í daglegu lífi viðkomandi, til að mynda aðstoð við að einfalda líf hans og virkja viðkomandi félagslega. Starfsmaður er til taks og alltaf hægt að ná í einhvern ef líðan viðkomandi og aðstæður verða honum óbærilegar,“ segir Gunnhildur.

Stuðningur við fjölskylduna

Fjölskylduþjónusta er mikilvæg þegar breytingar verða vegna langvarandi veikinda eða annarra áfalla í fjölskyldum. Fjölskyldustuðningur Vinunar er þjónusta sem skilar árangri til frambúðar og því mikilvægt að nýta sér hana, að sögn Gunnhildar. Veikindi, áföll eða fötlun hafi áhrif á alla innan fjölskyldunnar.

„Fjölskylduþjónusta, hvort sem hún er í formi ráðgjafar, meðferðar eða tímabundins stuðnings er mikilvæg til að styrkja stoðir fjölskyldunnar og tengslamyndun svo jafnvægi ríki. Það er jú í jafnvægi sem þroski, gleði og framfarir ríkja.“

Gunnhildur Heiða Axelsdóttir, fjölskyldumeðferðarfræðingur hjá Vinun, ráðgjafar- og þjónustufyrirtæki fyrir aldraða, fatlaða og langveika. MYND/ERNIR

Námskeið um kvíða og streitu

Í vetur verða í boði námskeið hjá Vinun og hefst fyrsta námskeiðið 6. nóvember kl. 18.00 að Laugavegi 59, 4. hæð. Farið verður yfir aðferðir til að vinna með kvíða og streitutengda þætti.

Nánar um námskeiðið er að finna á heimasíðu Vinunar, www.vinun.is, og í síma 578-9800.

Vinun
Ráðgjafar- & þjónustumiðstöð

Útgefandi: 365 miðlar ehf., Skaftahlíð 24, s. 512 5000 Umsjónarmenn auglýsinga: Jón Ívar Vilhelmsson, jonivar@365.is, s. 512-5429 Ábyrgðarmaður: Jón Laufdal.

STOÐ
Við styðjum þig

ÞJÓNUSTA Í 32 ÁR

Allt á sama stað

Einhvern tíma á ævinni þurfa allir á stuðningi við líkama sinn að halda.

Gott er þá fyrir einstaklinga og aðstandendur þeirra sem þurfa á stuðningi að halda að geta leitað til sérfræðinga.

Stoðtækjafyrirtækið Stoð hefur starfað 32 ár og hefur á að skipa reynslumiklu starfsfólki og úrval lausna.

Stoðtækjafræðingar sjá um þjónustuna hjá Stoð:

Ásta S. Halldórsdóttir
Guðmundur R. Magnússon
Guðrún Eyjólfsdóttir
Sveinn Finnbogason
Vala Þórólfsdóttir
Þórir Jónsson

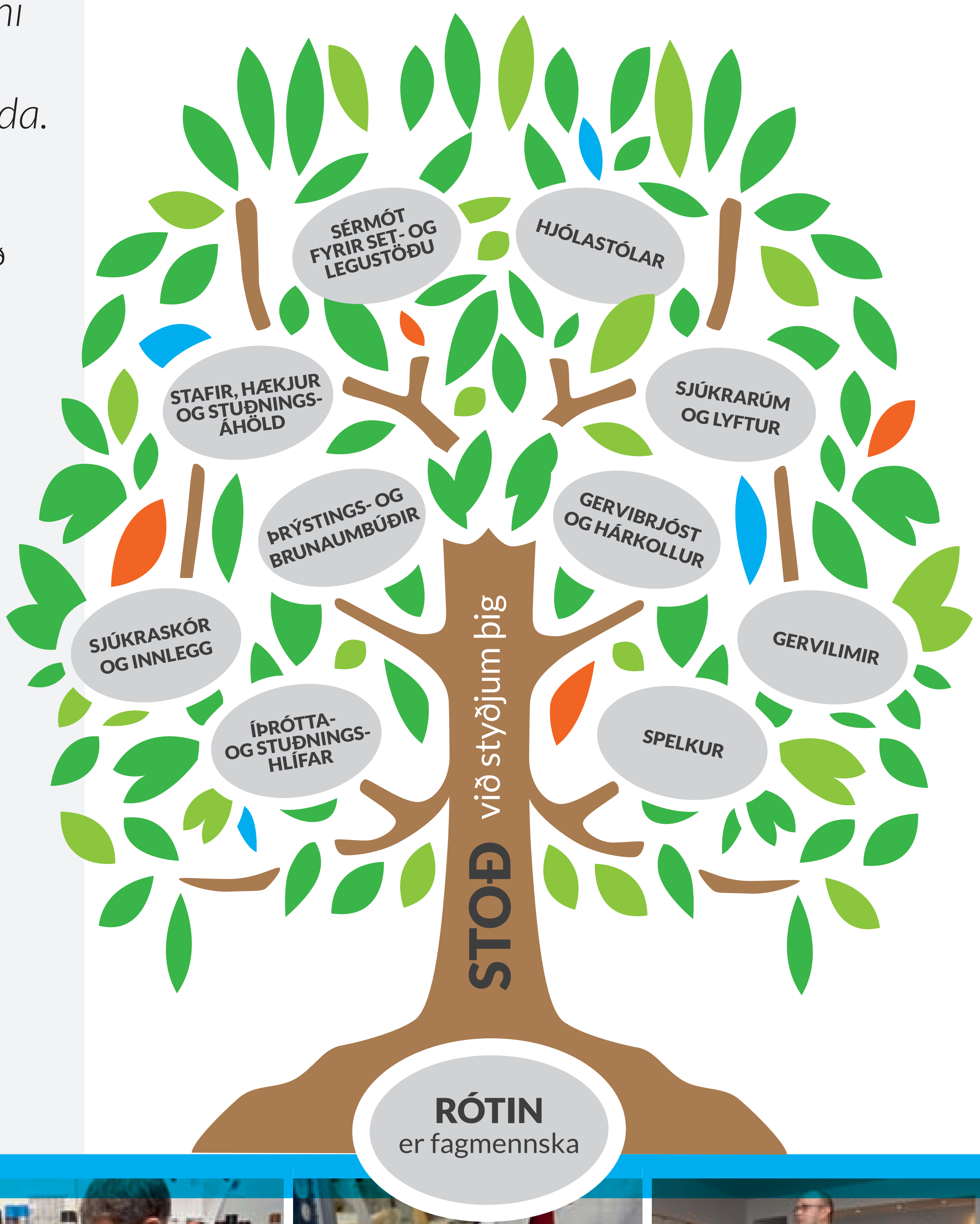
Sjúkraskósmíðameistari
Einar Stefánsson

Gervibrjóst, þrýstingsumbúðir og mjúkvörur
Vilborg Jónsdóttir sjúkraliði

Hjólastólar og hjálpartæki
Kristina Andersson stoðtækjasmiður

Tilbúnar spelkur, íþrótta-stuðningshlífar
Helena B. Bjarnadóttir íþróttafræðingur

...og svo hinir 15 fagmennirnir sem vinna í framleiðslu, þjónustu og afgreiðslu



PORT hönnun

Trönuhrauni 8 | 220 Hafnarfirði | Sími 565 2885
Opið kl. 8 - 17 virka daga
stod@stod.is | www.stod.is

Öllum er mikilvægt að vinna

Í Múlalundi fá fatlaðir einstaklingar tækifæri til að leggja sitt af mörkum til atvinnulífsins. Nýr samningur á milli Múlalundar og Vinnumálastofnunar gefur langtímaatvinnulausum tækifæri á starfsprufu til fjögurra vikna og vitnisburði út á vinnumarkaðinn.

Múlalundur er vinnustaður þar sem fólk fær að spreyta sig á eigin forsendum," segir Sigurður Viktor Úlfarsson, framkvæmdastjóri Múlalundar.

Frá árinu 1959 hefur Múlalundur verið rekinn af SÍBS með stuðningi Happdrættis SÍBS og viðskiptavina. Þúsundir hafa fengið annað tækifæri og öðlast sjálfstraust og starfsorku eftir störf hjá Múlalundi.

Starfsemi Múlalundar skiptist í þrennt: starfsfólk í föstu starfi til lengri tíma, starfsfólk í tímabundinni starfsþjálfun í 6 til 12 mánuði og starfsfólk í fjögurra vikna starfsprófun, sem er nýtt úrræði.

„Skrifað var undir nýjan samning á milli Múlalundar og Vinnumálastofnunar síðastliðinn föstudag sem gefur langtímaatvinnulausum tækifæri til að koma í starfsprufu hjá Múlalundi í fjórar vikur í senn og fá vitnisburð eftir þann tíma," útskýrir Sigurður um úrræðið sem er opið bæði fólki með fötlun og langtímaatvinnulausum.

„Úrræðinu er ætlað að gefa viðkomandi einstaklingum færi á að sanna sig í fjórar vikur á vinnumarkaði með því að sýna góða ástundun, góð samskipti og dugnað sem viðkomandi getur síðan nýtt sér í hag í áframahaldandi atvinnuleit."

Þeir sem hafa áhuga á starfi hjá Múlalundi hafa samband við Vinnumálastofnun og fara þá á biðlista en biðin getur verið allt frá nokkrum mánuðum upp í tvö ár.

„Hjá Múlalundi starfa einstaklingar með margs konar bakgrunn, andlegan og líkamlegan. Eftir starfsþjálfun fá viðkomandi vitnisburð frá Múlalundi sem þeir taka með sér á almennan vinnumarkað og oft með aðstoð „Atvinna með stuðningi" hjá Vinnumálastofnun."

Góður starfsandi

Á Múlalundi er góður starfsandi og verkefni við hæfi hvers og eins. Sum störfin kalla á flókið handverk og öll kalla þau á að unnið sé af nákvæmni og alúð.

„Í þessu fyrirtæki eins og öðrum er það mikilvægasta og oft erfiðasta að halda sig að verki, nýta tímann, tryggja gæði og skapa verðmæti fyrir viðskiptavini sem treysta okkur fyrir verðmætum," segir Sigurður. „Stór hluti þess að vinna á vinnustað er félagslegi þátturinn, spjall við góða félaga og það að vera boðið góðan daginn á morgnana. Á Múlalundi leggjum við áherslu á góð samskipti milli vinnufélaga því þau samskipti eru dýrmæt."

Markmið Múlalundar er að leyfa öllum að spreyta sig og koma sem flestum áfram út á vinnumarkaðinn. Vinnumálastofnun hefur úrræði sem styðja fyrirtæki í að taka við fólki með fötlun á vinnumarkað eftir starfsendurhæfingu hjá Múlalundi.

Aukið sjálfstraust og starfsorka

Öll aðstaða er til staðar til að taka á móti mun fleira starfsfólki en aukin viðskipti og verkefni eru forsenda fjölgunar starfa. Á síðasta ári greiddi Múlalundur 90 milljónir í laun og skapaði vinnu fyrir rúmlega þrjátíu manns með skerta starfsorku.

„Múlalundur stendur sjálfur undir stærstum hluta tekna sinna sem er allt að því einsdæmi á vinnustofum fyrir fatlað fólk. Starfsemin stendur því og fellur með viðskiptavinum okkar og Happdrættis SÍBS. Einföld leið til að flétta saman samfélagslega ábyrgð inn í daglega starfsemi er að kaupa skrifstofuvörur, pökkunarverkefni og fleira af Múlalundi," segir Sigurður.

„Störf á Múlalundi gefa mörgum, sem annars væru aðgerðalausir heima, tækifæri til að taka þátt í að skapa verðmæti. Fólki er mjög mikilvægt að fá að mæta til vinnu og vera virkt í samfélaginu. Margir þurfa að takast á við krefjandi veikindi eða fötlun, andlega eða líkamlega, í kjölfar slyss eða veikinda. Máltækið „Það þarf þorp til að ala upp barn" á sannarlega við um Múlalund því starfsemin stendur og fellur með viðskiptavinum okkar þar sem hver króna skiptir máli."

Sjá nánar á mulalundur.is.

Sigurður Viktor Úlfarsson er framkvæmdastjóri Múlalundar. MYND/GVA

ALLT FYRIR SKRIFSTOFUNA

VÖRUR FRÁ MÚLALUNDI SKAPA TÆKIFÆRI – TVISVAR

BÆÐI FYRIR ÞIG OG STARFSFÓLK MÚLALUNDAR

MÚLALUNDUR

Múlalundur | Vinnustofa SÍBS
Reykjalundi | 270 Mosfellsbær
sími 562 8500 | fax 552 8819
mulalundur@mulalundur.is
www.mulalundur.is

KAUP Á VÖRUM MÚLALUNDAR GEFA TUGUM STARFSMANNA MEÐ SKERTA STARFSORKU TÆKIFÆRI TIL AÐ NÝTA HÆFILEIKA SÍNA OG SPREYTA SIG Á STÖRFUM VIÐ HÆFI HVERS OG EINS

Barmmerki fyrir ættarmót og ráðstefnur – Blýantar – Borðhlífar – Borðreiknivélar – EGLA Bréfabindi – Dagatöl – Dagbækur – DVD diskar – CD diskar – Gatapokar – Gatarar – Gestabækur með gyllingu – Gráðubogar – Gyllingar – Hálsbönd – Hótelmöppur – Kápur – Klemmuspjöld – Kortahulstur – Kórmöppur – Lausblaðabækur – Matseðlar – Minnislyklar – Músamottur – Möppur – Pennar – Plastmöppur – Plastumslög – Reglustikur – Röntgenmyndahulstur – Seglar á töflur – Sérsniðnar – Skattkortahulstur – Skilblöð – Sýnapokar – Tengdamömmur – Tímaritabox Undirskriftamottur – Upplýsingamöppur – Vasabækur – Vasareiknar – Yfirstrikunarpennar

MYNDIR/ERNIR

Frábær afmæli í SmáraTívolíi

SmáraTívolí býður upp á frábæra afmælisskemmtun fyrir börn á öllum aldri. Þar skemmta kátir krakkar sér dátt í Frumskógarpartíi og Leikjapartíi og vinsælt er að púsla saman ólíku leikjaþema og bjóða í Mega-Leikjapartí með lasertag og Tívolíkorti í öll tæki.

Afmælisveislur í SmáraTívolíi njóta vaxandi vinsælda hjá öllum aldurshópum," segir Svala Ástríðardóttir, markaðsstjóri SmáraTívolís, sem býður upp á nokkrar tegundir afmælisveislna sem miðast við aldur og áhugasvið afmælisbarnsins.

„Frumskógarpartí eru vinsælust hjá yngstu börnunum og þá prófa allir klessubílana og leika sér í Klifurhúsinu sem er skemmtilegt völundarhús með rennibrautum, boltalandi og þrautabrautum," útskýrir Svala, en Klifurhúsið er afgirt og geta foreldrar því verið rólegir um börn sín.

„Leikjapartí eru einnig frábær skemmtun og henta nánast öllum hópum. Þá fá afmælisgestir Tívolíkort sem gilda í tívolítækin í klukkustund en kortin gefa þó ekki vinninga til að skapist ekki samanburður á meðal afmælisgesta," útskýrir Svala.

Hún segir börn komast í fjögur stór tæki með Tívolíkortinu og ótakmarkað í minni tækin.

„Stóru tækin eru Sleggjan, klessubílarnir, keila, trampólín og 7D-bíóið og í SmáraTívolíi er 200 fermetra lasertag-salur þar sem allt að tuttugu geta spilað í einu. Við bjóðum því upp á sérstök Lasertag-partí sem samanstanda af tveimur leikjum í lasertag."

Vinsælt er að flétta saman afmælispartíþema SmáraTívolís og bjóða í Mega-Leikjapartí. Þá fara afmælisgestir í tvo lasertag-leiki og eina klukkustund í Tívolí.

„Öllum afmælisveislum fylgir matur og sérmerkt afmælissvæði þar sem veislan fer fram. Boðið er upp á tvær sneiðar af pitsu fyrir hvern gest og drykki eins og þau vilja; Pepsi, Appelsín, 7Up eða Flórídana-ávaxtasafa. Öll afmælisbörn fá svo afmælisgjöf frá SmáraTívolíi sem er einnar klukkustundar kort í Tívolíið."

Einfalt og skemmtilegt

Þegar haldið er upp á afmæli í SmáraTívolíi þurfa foreldrar ekki að gera neitt annað en að mæta og vera með hópnum á meðan veislan stendur yfir.

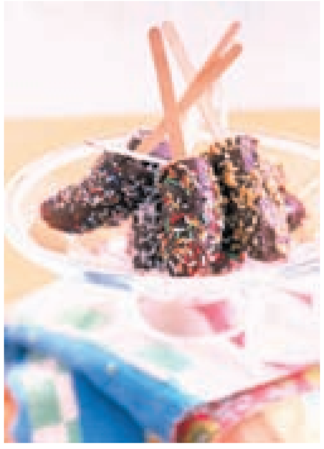
„Fyrir þá sem vilja bjóðum við upp á samlit vesti fyrir börnin svo hægt sé að þekkja þau úr öðrum hópum sem eru á staðnum. Við sjáum líka um að leggja á borð með litríkum borðbúnaði og bjóðum aukaveitingar gegn vægu gjaldi. Þá sköffum við kökuna, kandífloss, krapdjús eða popp, allt eftir óskum. Það er meira að segja hægt að kaupa afmælisgjafirnar hjá okkur í afgreiðslunni og hafa bangsar úr Bangsasmiðjunni orðið vinsæl afmælisgjöf."

Ef foreldrar vilja hafa sínar eigin þemaskreytingar og mæta með eigin afmælisköku er það sjálfsagt og velkomið í SmáraTívolíi.

„Fyrirkomulagið á veislunum hefur mælst afar vel fyrir á meðal foreldra og börnin fara héðan alsæl. Það skiptir okkur mestu máli," segir Svala.

Allar nánari upplýsingar er að finna á smarativoli.is.

Svala Ástríðardóttir, markaðsstjóri í SmáraTívolíi.

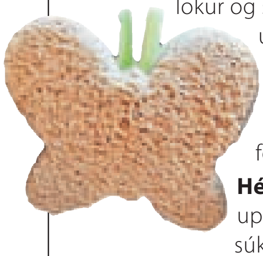


HOLLT Í AFMÆLIÐ

Séu hollar veitingar settar í skemmtilegan búning er næsta víst að þær verði jafn vinsælar og hinar sætu.

Það má til dæmis búa til bollukarl eða -kerlingu. Þá er útbúinn dágóður slatti af brauðbollum og þeim raðað á ofnplötu. Nokkrar bollur eru látnar mynda höfuð, aðrar búk og restin hendur og fætur. Bollurnar eru svo bakaðar eins og venjulega. Þegar þær hafa kólnað er hægt að skreyta að vild. Setja rúsínur í augun, búa til hár úr poppkorni og pils eða buxur úr gulrótum eða gúrkum.

Þá er hægt að útbúa hollar samlokur og skera þær út, ýmist fríhendis eða með hjálp piparkökuforma.



Hér er svo uppskrift að súkkulaðibanönum sem flest börn eru hrifin af. Magn fer eftir fjölda afmælisgesta.

Bananar
56% eða 70% suðusúkkulaði
Muldar salthnetur, kókosmjöl eða kökuskraut.

Skerið bananana í tvennt og takið hýðið af. Stingið einum trépinna í hvern bananahelming og frystið. Bræðið súkkulaðið yfir vatnsbaði. Dýfið bönunum ofan í og veltið upp úr skrauti að eigin vali. Komið fyrir á pappírsklæddri ofnplötu eða grind og látið stífna.

SKEMMTILEGIR LEIKIR

Til þess að afmælisveislurnar hjá þeim yngstu leysist ekki upp í hasar og hamagang er sniðugt að hafa nokkra leiki skipulagða áður en veislan hefst.

Pakkaleikur er alltaf klassískur. Þá er búið að pakka lítilli smágjöf vel og vandlega inn í gjafapappír eða dagblað og pakkinn svo látinn ganga á milli veislugesta sem sitja í hring á gólfinu undir tónlist. Þegar tónlistin er stöðvuð má sá sem hefur pakkann rífa utan af honum alveg þangað til tónlistin er sett í gang aftur. Þannig gengur þetta þar til búið er að opna pakkann og fær sá sem það tekst að eiga gjöfina.

Stóladans. Stólum er raðað upp í stofunni, einum færri en veislugestir eru, og gestir svo látnir ganga í kringum stólana á meðan tónlist er spiluð. Þegar tónlistin er stöðvuð eiga allir að reyna að ná sæti, þeim sem ekki tekst það er úr leik. Einn stóll er fjarlægður og svo hefst tónlistin og gangan í kringum stólana aftur. Þetta gengur svo áfram þar til einn stóll er eftir og einn stendur uppi sem sigurvegari (eða situr öllur heldur).

SÚKKULAÐIKEXKÖKUPÍTSA

Í hefðbundnum barnaafmælum er iðulega boðið upp á pitsur og svo kökur í eftirrétt. Með þessari uppskrift sameinast þetta tvennt á skemmtilegan hátt. Pitsan er vissulega dísæt en skemmtilega öðruvísi í laginu en allar aðrar afmælistertur.

1 pakki tilbúið smákökudeig. Slíkt má fá til að mynda í IKEA.
½ bolli hindberjasulta
¼ bolli marglitt Smarties eða M&M
2 msk. hakkaðar jarðhnetur
2 msk. kókosflögur

Hitið ofninn í 180 gráður. Setjið bökunarpappír á plötu og þrýstið tilbúna kökudeiginu í jafnan hring á plötunni.

Bakið í um það bil 17 mínútur þar til risakakan er orðin ljósbrún að lit. Látið kökupitsuna kólna á plötunni.

Nú má skreyta pitsuna. Fyrst er hindberjasultunni smurt á kökuna líkt og um væri að ræða tómatsósu á pítsu. Síðan má dreifa súkkulaðinu, hnetunum og kókosflögunum yfir.

Kakan er skorin líkt og pitsa.

HVÍTA HÚSIÐ / SÍA - ACTAVIS 419021

Íbúfen®

– Bólgueyðandi og verkjastillandi

400 mg, 30 stk og 400 mg, 50 stk

Notkunarsvið: Íbúfen inniheldur íbúprófen sem er bólgueyðandi, verkjastillandi og hitalækkandi lyf. Íbúfen tilheyrir flokki lyfja sem kölluð eru NSAID lyf (bólgueyðandi lyf sem ekki eru sterar). Íbúfen er notað við vægum til meðal miklum verkjum eins og höfuðverk, mígreni, tannpínu, tíðaverkjum og hita. **Ekki má taka Íbúfen:** Þeir sem hafa ofnæmi fyrir íbúprófeni, öðrum skyldum lyfjum eða einhverju hjálparefnanna. Þeir sem fengið hafa ofnæmisviðbrögð eins og astma, nefrennsli, útbrot með kláða eða ef varir, andlit, tunga eða háls hafa bólgnað upp eftir að hafa tekið íbúprófen eða skyld lyf. Þeir sem þjáðst hafa af sárum eða blæðingum í maga eða smáþörmum (skeifugörn) í tengslum við fyrri notkun bólgueyðandi verkjalyfja, þjást núna af sárum eða blæðingum í maga eða smáþörmum (skeifugörn) eða hafa áður þjáðst af slíku, tvisvar eða oftar, með alvarleg lifrar-, nýrna-, eða hjartavandamál (kransæðasjúkdómar meðtaldir), þeir sem þjást af umtalsverðum vökvaskorti (vegna uppkasta, niðurgangs eða of lítillar vökvaneyslu), eru með einhverjar blæðingar (blæðingar í heila meðtaldar), eru með sjúkdóm af óþekktum uppruna sem leiðir til óeðlilegrar myndunar blóðfrumna. **Sérstök varnaðarorð:** Þeir sem eru með rauða úlfa (SLE) eða aðra sjálfsnæmissjúkdóma, arfgengan sjúkdóm sem hefur áhrif á blóðrauða, hemoglóbín (purpuraveiki), langvarandi bólgusjúkdóma í þörmum eins og bólgur í ristli með sárum (sáraristilbólgu), bólgur í meltingarvegi (Crohn´s) eða aðra maga- eða þarmasjúkdóma, truflanir á blóðfrumnamyndun, vandamál tengd blóðstorknun, ofnæmi, ofnæmiskvef, astma, langvarandi bólgur í nefslímhúð, kinnbeinaholum, kokeitlum eða langvarandi teppusjúkdóma í öndunarvegi, blóðrásarkvilla í slagæðum handleggja og fóta, lifrar-, nýrna- eða hjartavandamál eða háan blóðþrýsting, nýkomnir úr meiriháttar skurðaðgerð ættu ekki að nota lyfið. Íbúprófen getur valdið nýrnavandamálum hjá börnum og unglingum sem skortir vökva. **Meðganga/brjóstagjöf:** Íbúprófen má ekki taka á síðustu 3 mánuðum meðgöngu. Aðeins ætti að nota Íbúfen á fyrstu 6 mánuðum meðgöngu í samráði við lækni og ef það er algerlega nauðsynlegt. Íbúprófen getur gert konum erfiðara með að verða þungaðar. Þessi áhrif ganga til baka þegar hætt er að taka lyfið. Íbúprófen berst í brjóstamjólk í litlum mæli og brjóstagjöf þarf yfirleitt ekki að hætta meðan á skammtíma meðferð stendur. Ef lengri tíma meðferð er áætluð, ætti að meta hvort hætta eigi brjóstagjöf. **Aukaverkanir:** Svartar, tjörukenndar hægðir eða blóðlituð uppköst (sár í meltingarvegi með blæðingum), brjóstsviði, kviðverkir, meltingartruflanir, truflanir í meltingarfærum s.s. niðurgangur, ógleði, uppköst, vindgangur og harðlífi, sáramyndun í meltingarvegi með eða án rofs, þarmabólga og versnandi bólga í ristli og meltingarvegi (Crohn´s) og pokamyndun í digurgirni (rof eða fistlar), smásæjar blæðingar frá þörmum sem geta leitt til blóðleysis, sára og bólgu í munni, höfuðverkur, syfja, svimi, sundl, þreyta, æsingur, svefnleysi og viðkvæmni. **Skammtastærðir:** Fullorðnir og unglingar eldri en 12 ára (≥ 40 kg): 200-400 mg sem einn skammtur eða 3-4 sinnum á dag með 4-6 klst. millibili. Hámarks dagsskammtur er 1200 mg. Börn 6-9 ára (20-29 kg): 200 mg, 1-3 sinnum á dag á 4-6 klst. fresti eftir þörfum. Hámarks skammtur er 600 mg á dag. Börn 10-12 ára (30-40 kg): 200 mg, 1-4 sinnum á dag á 4-6 klst. fresti eftir þörfum. Hámarks skammtur er 800 mg á dag. Fullorðnir skulu ekki taka Íbúfen í meira en 7 daga og unglingar ekki í meira en 3 daga án samráðs við lækni. Sjá nánar í fylgiseðli. **Börn 12 ára og yngri eiga ekki að nota Íbúfen nema í samráði við lækni. Lyfið er ekki ætlað börnum yngri en 6 ára**. **Lesið vandlega leiðbeiningar sem fylgja lyfinu**. September 2014.

Actavis

BÍLAR & FARARTÆKI

ÍSBAND.IS BÍLAINNFLUTNINGUR

NÝ A-LINER EXPEDITION

ÚTSALA, A-liner Expedition, Léttur toppur, Ísskápur, Truma, álfelgur ofl, ATH aðeins 1 stk eftir á þessu frábæra verði, Verð aðeins 2.490.000kr, Er á staðnum hjá okkur,

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

bilauppbod.is

PARFTU AÐ KAUPA EÐA SELJA BÍL?

Bilauppbod.is er uppboðsvefur þar sem þú getur keypt eða selt bíl á einfaldan og hagkvæman hátt. Kynntu þér málið. www.bilauppbod.is Sími 522-4610.

Bílauppboð - Krókur
Sími: 522 4610
www.bilauppbod.is

ASKJA NOTAÐIR BÍLAR

Kia Sportage EX 4wd. Árgerð 2013, ekinn 44 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 5.390.000. Rnr.210358. 6 ár eftir af verksmiðjuábyrgð.

MERCEDES-BENZ ML 320 cdi. Árgerð 2005, ekinn 171 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 3.990.000. Rnr.240355.

TOYOTA Yaris sol. Árgerð 2006, ekinn 75 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur. Verð 1.290.000. Rnr.990962.

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

bilfang.is S. 567 2000

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

TOYOTA LAND CRUISER 150 GX Árgerð 2012. Ekinn 79 Þ.KM Verð kr. 7.980.000. Rnr. 125815

bilfang.is S. 567 2000

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

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

TOYOTA Baldursnes 1 Akureyri Sími 460 4300 www.toyotaakureyri.is

TOYOTA Rav4 GX dísel 2.2. 6/2013, 32þ.km,dísel,sjálfskiptur. Verð 5.990.000.Skipti ód. Rnr.122697.

TOYOTA Land Cruiser 150 GX. 6/2013, 28þ.km,dísel, sjálfskiptur,dráttarkúla. Verð 9.190.000. Ath skipti.Rnr.122606

TOYOTA Land Cruiser 200 VX 7 manna . 2/2014,12þ.km,dísel, sjálfskiptur,ljóst leður,sóllúga,mjög vel útbúinn bíll. Verð 18.900.000.skipti ód. Rnr.200020.

TOYOTA Baldursnes 1 Akureyri Sími 460 4300 www.toyotaakureyri.is

TOYOTA Tundra Crewmax Limited. Skr.1/2008, 93þ.m, bensín, sjálfskiptur,leður,pallhús,DVD,sóllúga. Verð 3.990.000. Rnr.200019.

Toyota Akureyri
Baldursnes 1, 600 Akureyri
Sími: 460 4300
Opið virka daga 9-18

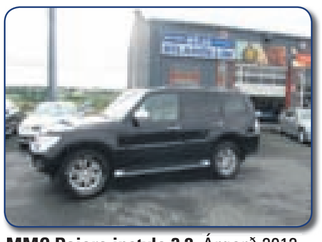
Bílar til sölu

Suzuki Cool Car 1400, 4x4 árg. 2013 ekin 1300km. (nýr bíll) skráður 6 manna en með belti fyrir 8 (hægt að fá breytingu á skráningu) Verð 2.850þús. Uppl. í s. 6995595

GÓÐIR Í VETUR !

TOYOTA Rav4 gx plus. Árgerð 2014, ekinn 38 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. **Verð 6.290.000.** Rnr.219991.

MERCEDES-BENZ Glk 220 cdi 4matic . Árgerð 2013, ekinn 6 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. leður,topp bíll **Verð 8.190.000.** Rnr.113989.



MMC Pajero instyle 3.2. Árgerð 2012, ekinn 34 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. hlaðin búnaði **Verð 7.990.000.** Rnr.312273.

KIA Sportage ex/navi. Árgerð 2014, ekinn 32 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. **Verð 5.990.000.** Rnr.312506.

SUZUKI Grand vitara premium+ . Árgerð 2012, ekinn 54 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur. **Verð 3.990.000.besta verðið** Rnr.219983.

SUZUKI Swift gl 4wd . Árgerð 2013, ekinn 46 Þ.KM, bensín, 5 gírar. **Verð 2.650.000.** Rnr.312473.

SKODA Yeti. Árgerð 2013, ekinn 43 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. **Verð 4.750.000.** Rnr.312197.

SKODA Octavia combi ambition 1.6 tdi 4x4. Árgerð 2014, ekinn 17 Þ.KM, dísel, 6 gírar. **Verð 4.380.000.** Rnr.210000.

NISSAN Leaf. Árgerð 2014, ekinn 44 KM, rafmagn, sjálfskiptur.ledljós. **Verð 4.250.000.** Rnr.312430.

VW Caravella comfortline . Árgerð 2007, ekinn 58 Þ.KM, dísel, sjálfsk..8 manna einn eigandi **Verð 4.590.000.** Rnr.113083.

567 2277 NÝJA WWW.NYJA.IS
BÍLAHÖLLIN
BÍLAKJARNINN VIÐ BREIÐHÖFÐA 110 REYKJAVÍK

Opnunartími: Mán-föst kl. 10-18 • Lau kl. 12-16 • Lokað sunnudaga.
Sími utan opnunartíma • S. 861 2165

BMW X3 xdrive20d panorama. Árgerð 2011, ekinn 46 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. leður sportinnrétting **Verð 7.990.000.**ath skipti Rnr.114036.

LAND ROVER Discovery 3 se g4 . Árgerð 2007, ekinn 90 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur.7manna,krókur upph. **Verð 5.580.000.** ath skipti Rnr.114084.

LAND ROVER Range rover sport hse. Árgerð 2005, ekinn 143 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur. leður,lúga **Verð 3.790.000.** ath skipti Rnr.320025.

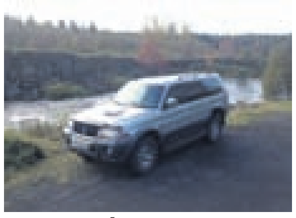
Bílafjármögnun Landsbankans

250-499 þús.

7 MANNA DIESEL - TILBOÐ 499 ÞÚS!
MMC PAJERO 4X4 2800 TURBO DIESEL 7MANNA árg'98 ek.232 þús, bsk, sko 15, einn eigandi til 2013, lítur vel út, ásett verð 690 þús TILBOÐ 499 ÞÚS möguleiki á 100% visaláni í 36 man s.841 8955

TOURAN DISEL 7MANNA !
VW Touran 1.9 Disel. árg ,06. ek 158þús km. ssk, 7m, dráttarkr, vetrard, mjög góður og eyðslugrannur bíll. ásett v:1.890þús. Tilboðsverð 1.390þús stgr. ýmsir lánamöguleikar í boði. s:659-9696

500-999 þús.



PÉTTUR OG GÓÐUR DÍSEL BÍLL
Pajero Sport 2.5 dísel. árg ,01. ek 165þús km. bsk. sk ,15. smurbók frá upphafi. 4x4. hátt og lágt drif. flottur bíll. ásett verð 1.190þús. Tilboðsverð aðeins 790þús stgr. vísalán í boði. s:659-9696

Bílar óskast

STAÐGREIÐI BÍLA 0-600 ÞÚS!
Óska eftir að kaupa bíla á allt að 600 þús. staðgreitt! Þeir mega þarfnast lagfæringa helst ekki eldri en ,01, skoða allt er með pening og pappíra klára og get gengið frá kaupum strax, ef mér líst vel á. Uppl. s. 691 9374.

Óska eftir bíl á bilinu 30-500þ. Ekki eldri en ,00. Má þarfnast viðgerðar. S. 866 0784.

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.

Reiðhjól

RAFMAGNS-REIÐHJÓL
VERÐ FRÁ 149.800
EL - BIKE.IS
Bindir & stál ehf.
Hvaleyrarbraut 39
220 Hafnarf. S. 864 9265

Viðgerðir

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

Varahlutir

VAKA

FELGUR
Nýjar og notaðar felgur í miklu úrvali. VAKA S:567 6700.

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

ÞJÓNUSTA

Pípulagnir

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

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

Hreingerningar

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

Garðyrkja

Garðaþjónusta Íslands ehf
www.garda.is
Vönduð vinnubrögð
Róbert S. 866 9767

Bókhald

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. Flutningaþj. Mikaels. S. 894 4560 www.flytja.is flytja@flytja.is

Húsaviðhald

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

Tökum að okkur stærri og smærri verkefni f. einstaklinga og húsfélög. Fagmenn á öllum sviðum. B. R Bygg ehf S. 858 3373 brbygg@simnet.is

ÓLI SMIÐUR
Tek að mér verk stór sem smá, úti og inni, almenn verkstæðis- og viðhaldsvinna. Mikil reynsla og vönduð vinnubrögð. S. 698-9608.

Rafvirkjun

Raflagnir Dyrasímar
Set upp ný dyrasímakerfi og geri við eldri. Endurnýja raflagnir í eldra húsnæði ásamt viðgerðum og nýlögnum.
Fljót og góð þjónusta
Sími 893 1733
Jón Jónsson
Löggiltur rafverktaki
www.raflagnir.is

FASTEIGNASALAN TORG
KRAFTUR – TRAUST – ÁRANGUR
Fasteignasalan Torg – Garðatorgi 5 – 210 Garðabæ
Sími: 520 9595 – Fax: 520 9599 – www.fasttorg.is

Árni Ólafur Lárusson
Löggiltur fasteignasali

Rjúpnahæð 13, Garðabæ

Einbýlishús í smíðum í Garðabæ á lóð ofan götu í botnlangagötu. Einstakt tækifæri til að taka við og klára og innrétta. Húsið selst og afhendist á því stigi, sem það er nú. Einbýlishús úr forsteyptum einingum, samtals 242,9 fm á tveimur hæðum að meðtöldum 38,3 fm innbyggðum bílskúr. Frábært útsýni yfir bæinn. Stórar suður-svalir. Allar teikningar fyrirliggjandi. Komdu eða hringdu og kynntu þér málið. **Verð: 35 millj. Nánari upplýsingar veitir Árni Ólafur, fasteignasali í síma 893 4416 eða arnilar@fasttorg.is.**

FASTEIGNA MARKAÐURINN ehf.
ÓÐINSGÖTU 4, SÍMI 570 4500, OPIÐ VIRKA DAGA KL. 9-17.
Netfang: fastmark@fastmark.is - www.fastmark.is
Jón Guðmundsson, sölustj. og lögg. fast.sali. Guðmundur Th. Jónsson, lögg. fast.sali.

Norðurbrú 2 – Sjálandi Garðabæ. 4ra herb. íbúð

EIGNIN VERÐUR TIL SÝNIS FRÁ KL. 17.15 – 17.45

Mjög falleg, björt og vel skipulögð 123,4 fm. íbúð á 2. hæð í góðu álklæddu fjölbýlishúsi í Sjálandi. Fallegt útsýni er úr íbúðinni yfir sjóinn. Flísalagðar suðvestur svalir. Gólfsíðir gluggar í stofu. Fallegt eldhús með birkiinnréttingum. Sér stæði í bílageymslu fylgir og lyfta er í húsinu. Staðsetning eignarinnar er góð í nýlegu en grónu hverfi þaðan sem stutt er í skóla, leikskóla, íþróttasvæði o.fl. **Verð 41,9 millj.**

Miðholt 4 - Haf. - Frábær útsýnisstaður

EIGNIN VERÐUR TIL SÝNIS FRÁ KL. 17.15 – 17.45

Glæsilegt 7 herbergja 208,0 fm. einbýlishús á tveimur hæðum á frábærum útsýnisstað neðan við götu í Miðholti í Hafnarfirði. Samliggjandi stofur með kamínu og mikilli lofthæð að hluta. Fjögur herbergi og sjónvarpsstofa. Gólfefni eru gegnheilt olíuborið parket og granítflísar. Eignin stendur á 952,9 fm. lóð, sem er að mestu leyti villt og þarfnast ekki vinnu við, en einnig er stór verönd til suðurs og hellulögð innkeyrsla og stéttir fyrir framan húsið með hitalögnum í. **Eignin er laus til afhendingar nú þegar. Verð 67,9 millj. Óhindrað útsýni er til suðurs, vesturs og norðurs.**

Hólmatún 1A - Garðabæ

EIGNIN VERÐUR TIL SÝNIS FRÁ KL. 17.15 – 17.45

Glæsilegt og nýinnréttað 129,7 fm. raðhús á einni hæð með innbyggðum bílskúr á góðum stað. Húsið stendur á 536,8 fm. eignarlóð, sem er með stórri steyptri innkeyrslu, hellulagðri verönd með skjólveggjum og tyrfðum grasflötum. Eignin var öll endurnýjuð að innan á mjög vandaðan og smekklegan máta fyrir 2 árum síðan. Þá var skipt um eldhúsinnréttingu og tæki, gólfefni, innihurðir, baðherbergi o.fl. Mikil lofthæð er í alrými sem í eru stofa og eldhús. Húsið nýmálað að utan. **Verð 44,9 millj. Verið velkomin.**

Trésmíði

INNRETTINGAR.IS
Sérsmíðum innréttingar eftir þínum þörfum. Sérsmíði ehf s. 587 0777.

Önnur þjónusta

Blekhylki.is
Ódýr blekhylki og tónerar í flesta prentara, Hagkaup Smáralind, Fjarðargata 11 Hf og í síma 517-0150

KEYPT & SELT

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.

HEILSA

Heilsuvörur

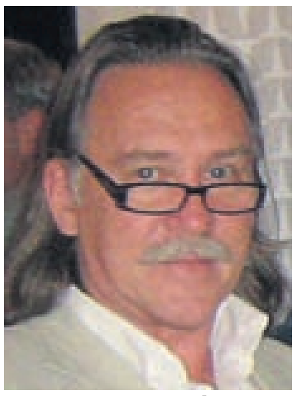
Taktu þér tak! Með HERBALIFE nærðu árangri. Erla Bjartmarz S. 899 4183 www.eco.is Ný netverslun: www. betriheilsa.is/erla

Nudd

Hefðbundið thailenskt heilsunudd Bolholti 4, 4 hæð. Nuddari Joomjan Kongkham, S. 892 3899

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

Þjónusta



REYKSTOPP MEÐ ÁRANGRI S: 694-5494
Sjálfsefling, losun streitu og kvíða. Viðar Aðalsteinsson dáleiðslufræðingur og sérfræðingur í EFT. Áratuga reynsla í mannrækt S: 694 5494 www.theta.is

SKÓLAR & NÁMSKEIÐ

Ökukennsla

Ökukennsla, aðstoð við endurtökupróf og akstursmat. S. 893 1560 og 587 0102, Páll Andrésson.

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

Geymsluhúsnæði

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

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

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

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

VETRARGEYMSLA Í REYKJAVÍK
Fyrir tjaldvagna, felli- og hjólhýsi. Öruggt og gott húsnæði. Uppl. í s. 846 2986.

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

Atvinnuhúsnæði

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

ATVINNA

Atvinna í boði

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/

ATVINNA Í BOÐI Á SELFOSSI
Við leitum að ábyrgum og duglegum aðila til að sinna dreifingu á blöðum og tímaritum til heimila og fyrirtækja tvo daga á viku á Selfossi
Áhugasamir hafi samband við Dagnýju á netfangið dagny@postdreifing.is. Póstdreifing

N1
óskar eftir að ráða útimann til starfa á þjónustustöð félagsins á höfuðborgarsvæðinu. Starf útimanns felst í m.a. í sölu og þjónustu til viðskiptavina á útisvæði. Reynsla af sambærilegum störfum kostur.
Áhugasamir sæki um á www. n1.is. Nánari upplýsingar um starfið veitir Helga K. Kristmundsdóttir í síma 660-3255.

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

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

...góðar fréttir fyrir umhverfið

fasteignir

GARÐATORG EIGNAMIÐLUN
GARÐATORGI 7
210 GARÐABÆ
Sími : 545-0800
gardatorg@gardatorg.is
www.gardatorg.is
Þóroddur S. Skaptason lögg. fasteignasali

Hringbraut 57, 101 Reykjavík

Opið hús í dag þriðjud. 30. sept. frá kl 18:30-19:30
Verið velkomin!
Talsvert endurnýjuð, mjög björt og góð 115,3 fm íbúð á fyrstu hæð með bílskúr. Íbúðin skiptist í hol, eldhús, borðstofu/stofu, þrjú svefnherbergi, baðherbergi, þvottahús og geymsla í kjallara. **Verð: 36,9 millj.** Nánari uppl.veitir Sigurður s: 898-3708, sigurdur@gardatorg.is

101 Reykjavík Bergstaðastræti 53

OPIÐ HÚS
Þriðjudag 30. sept. 17:00 - 17:30

Nánari upplýsingar veitir
Helgi Jónsson, sölufulltrúi
helgi@miklaborg.is **sími:** 780 2700

Óskar R. Harðarson
hdl. og löggiltur fasteignasali

Mjög falleg og vel skipulögð 3-4 herbergja íbúð á 2 hæð (efstu) í góðu steinsteyptu húsi í miðborginni.

Eignin var mikið endurnýjuð fyrir u.þ.b. 15 árum síðan.

Verð: **34,9 millj.**

FASTEIGNASALAN MIKLABORG **569 7000 Lágmúla 4 www.miklaborg.is**
Óskar R. Harðarson og Jason Guðmundsson, löggiltir fasteignasalar
- með þér alla leið -

LIAM NEESON
ÓLAFUR DARRI ÓLAFSSON
A WALK AMONG THE
TOMBSTONES
S:HELGASON
★★★★
EMPIRE
ROGEREBERT.COM
KOMIN Í BÍÓ
LAUGARÁS BÍÓ
BORGAR BÍÓ

✝

Ástkær eiginkona mín,
móðir, tengdamóðir og amma,

SJÖFN ZOPHONÍASDÓTTIR
leikskólakennari,

lést á hjúkrunarheimilinu Droplaugarstöðum laugardaginn 27. september. Útförin verður auglýst síðar.

Gunnar M. Steinsen
Snorri Gunnarsson **Hróðný Njarðardóttir**
Lilja Anna Gunnarsdóttir
Kristrún Sjöfn Snorradóttir

✝

Eiginmaður minn, faðir, tengdafaðir,
sonur og bróðir,

STEINAR KRISTJÁNSSON

lést í faðmi fjölskyldunnar á líknardeild Landspítalans í Kópavogi miðvikudaginn 24. september. Útförin fer fram frá Grafarvogskirkju fimmtudaginn 2. október kl. 13.00.

Sigríður Rósa Víðisdóttir
Sigrún Tinna Gunnarsdóttir **Tómas Björn Guðmundsson**
Kristján Karl Steinarsson
Hanna Kristín Steinarsdóttir
Petra Ósk Steinarsdóttir
Kristín Jóna Guðlaugsdóttir
Gunnar Örn Kristjánsson, Hafþór Kristjánsson
og fjölskyldur.

✝

Eiginkona mín, móðir okkar,
tengdamóðir og amma,

HELGA SIGURJÓNSDÓTTIR

lést á Landspítalanum miðvikudaginn 24. september. Útförin fer fram frá Kotstrandarkirkju fimmtudaginn 2. október klukkan 14.00.

Valur Snorrason
Sigurjón Valsson **Lucia Guðný Jörundsdóttir**
Freyja Valsdóttir **Jón Sigfússon**
Snorri Jón Valsson
Fanney Guðrún Valsdóttir
Vilbergur Karl Jónsson
Þórarna Vala Jónsdóttir

Þetta er einyrkjastarf

Þýðingar og þjóðin er yfirskrift málþings í Iðnó í dag, sem haldið er í tilefni dags þýðenda. Þangað eru allir velkomnir endurgjaldslaust. Meðal frummælenda er Paul Richardson.

„Það eru hundrað ár frá því starfsheiti okkar var fært í lög,“ segir Paul Richardson, formaður Félags löggiltra skjalaþýðenda og dómtúlka. Á málþingi í Iðnó síðdegis í dag ætlar hann að lesa úr þingræðum frá 1913 og 1914 þegar Bjarni frá Vogi lagði fram þingsályktunartillögu um löggildingu þýðinga og dómtúlkunar. „Menn létu ýmislegt skemmtilegt út úr sér á þingi þá, ekki síður en nú,“ segir hann glaðlega.

Um sjötíu manns eru í félaginu og Paul segir afmælissamkomu hafa verið vel sótta. Stjórnin hittist af og til og aðalfundur sé einu sinni ári. „Á aðalfundum ætlum við að gera allt mögulegt en svo eru allir á kafi í vinnu og minna verður oft úr,“ viðurkennir hann.

Sjálfur situr Paul við þýðingar á eigin skrifstofu í bílskúr á Grenimelnum og kveðst mest þýða dómsskjöl en líka skjöl um tæknimál í sambandi við fjarskipti. „Ég hef unnið ýmis störf gegnum tíðina og finnst yfirleitt gaman að vinna. En þetta er einyrkjastarf. Verkefnin koma mest gegnum tölvur og maður hittir sjaldnast nokkurn mann í tengslum við starfið svo það er ekki fyrir alla.“

Málþingið í Iðnó er haldið af Bandalagi þýðenda og túlka og auk Pauls halda erindi þau Pétur Gunnarsson rithöfundur og þýðandi, Guðrún Þórhallsdóttir, dósent í íslensku, Ingibjörg Elsa Björnsdóttir, doktorsnemi í þýðingafræði, og Sigrún Þorgeirsdóttir, ritstjóri hjá Þýðingamiðstöð utanríkisráðuneytisins.

Þingið hefst klukkan 16.30 og aðgangur er ókeypis. gun@frettabladid.is

ÞÝÐANDINN „Ég hef unnið ýmis störf í gegnum tíðina og finnst yfirleitt gaman að vinna,“ segir Paul og kveðst hafa áhuga á þeirri tækni sem flýti fyrir þýðendum. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

✝

Ástkær móðir okkar, tengdamóðir,
amma og langamma,

VILBORG STRANGE

áður til heimilis að Vallarbraut 6, Njarðvík, lést laugardaginn 27. september á Hjúkrunarheimili Hrafnistu í Hafnarfirði. Jarðarförin verður auglýst síðar.

Sigríður Victoria Árnadóttir **Guðmundur Svavarsson**
Garðar Árnason **Kristrún Stefánsdóttir**
Þorvaldur Árnason **Helga Birna Ingimundardóttir**
Kristrún Lísa Garðarsdóttir **Nils Johan Torp**
Vilborg Anna Garðarsdóttir **Þorgrímur Hallsteinsson**
Hulda Karen Guðmundsdóttir **Hjálmar Vatnar Hjartarson**
Árni Þórmar Þorvaldsson
Drífa Guðrún Þorvaldsdóttir
og langömmubörnin hennar.

✝

Ástkær móðir okkar,
tengdamóðir, amma og langamma,

ELLEN K. EINARSDÓTTIR

lést á Hrafnistu í Hafnarfirði laugardaginn 27. september. Útförin fer fram frá Garðakirkju mánudaginn 6. október kl. 15.

Guðmundur Ingvason **Guðný Bjarkadóttir**
Örn Orri Ingvason **Auður Hansen**
Dagmar Svanhvít Ingvadóttir **Hjörvar Guðmundsson**
Jóhann Ingvi Ingvason
barnabörn og barnabarnabörn.

✝

Ástkær faðir minn, sambýlismaður, afi,
langafi og bróðir,

GUÐMUNDUR RAGNAR EINARSSON
múrari,
Merkisteini, Stokkseyri,

verður jarðsunginn frá Stokkseyrarkirkju miðvikudaginn 1. október kl. 14.

Elísabet Guðmundsdóttir
Jónína G. Gústavsdóttir
Alþena Ómarsdóttir **Arnar Guðlaugsson**
Jóhann Finnsson **Ása Sigurðardóttir**
Úlfur Árnason
Kristbjörg Einarsdóttir
og barnabarnabörn.

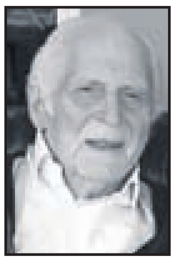
✝

Ástkær faðir okkar, tengdafaðir,
afi og langafi,

PÁLMI ANTON SIGURÐSSON
áður Ægisstíg 3, Sauðárkróki,

lést á Dvalarheimili aldraðra Sauðárkróki 27. september.

Ólöf Pálmadóttir **Þorsteinn Ingólfsson**
Guðbjörg Sigríður Pálmadóttir **Valgeir Steinn Kárason**
Snorri Rúnar Pálmason **Anne Marie Haga**
barnabörn og barnabarnabörn.



✝

Okkar ástkæri eiginmaður, faðir, fósturfaðir,
tengdafaðir, bróðir, afi og langafi,

KJARTAN SVEINSSON
byggingatæknifræðingur,

lést í faðmi fjölskyldunnar á Landspítalanum Fossvogi laugardaginn 27. september. Útför hans fer fram frá Hafnarfjarðarkirkju föstudaginn 3. október kl. 15.00.

Hrefna Kristjánsdóttir
Þórarinn Kjartansson
Álfheiður Kjartansdóttir
Arndís Demian Kjartansdóttir **Karl Demian**
Sigfríð Þórisdóttir
Margrét Halldóra Sveinsdóttir
afabörn og langafabörn.

✝

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

ÚLFAR GUNNAR JÓNSSON
húsasmíðameistari,
Gullsmára 7, Kópavogi,

verður jarðsunginn frá Fossvogskirkju fimmtudaginn 2. október kl. 13.00.

Charlotta Olsen Þórðardóttir
Hulda Hrönn Úlfarsdóttir **Aðalsteinn Finsen**
Edda Sólveig Úlfarsdóttir
Henríetta Haraldsdóttir
barnabörn og barnabarnabörn.

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

BÆJARINS BESTU BÚSÁHÖLD

Jamie Oliver

Tefal

TALENT
POTTAR & PÖNNUR

20% afsláttur

EÐAL POTTAR OG PÖNNUR

TEFAL POTTAR OG PÖNNUR HAFA VERIÐ Í SÉRSTÖKU UPPÁHALDI HJÁ ÞJÓÐINNI SL. 25 ÁR

Allinox

7, 10, 14 og 19 lítra stál pottar
á frábæru verði

20% afsláttur

GULA HORNIÐ

KF3130 · HVÍT

AEG hefur aldrei brugðist aðdáendum sínum þegar kemur að kaffivélum. Þessa klassísku kaffivél, flott og þægileg gæðavél, bjóðum við nú á **tilboðsverði**:

~~5.990~~

TILBOÐSVERÐ

3.990

AEG

bodum

ORMSSON

LÁGMÚLA 8 · SÍMI 530 2800 · ORMSSON.IS

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

KL. 21:35

Gotham

Sögusviðið er Gotham-borg en sagan gerist þegar Bruce Wayne (Batman) er ungur drengur.

Fjórir nýir þættir á Stöð 2 í kvöld!

KL. 19:20

Meistaramánuður

Október er Meistaramánuður. Þátttakendur setja sér markmið og við fylgjumst með hvernig þeim gengur.

KL. 20:50

Modern Family

Sjötta þáttaröðin hefur göngu sína á Stöð 2. Í hverjum þætti lenda fjölskyldurnar í ótrúlega fyndnum aðstæðum.

KL. 21:15

The Big Bang Theory

Áttunda þáttaröðin um félagana Leonard og Sheldon, sem eru afburðasnjallir eðlisfræðingar, og vini þeirra.

Fáðu þér áskrift! 365.IS

SUDOKU

LÉTT

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

MIÐLUNGS

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

ÞUNG

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

LAUSN SÍÐUSTU SUDOKU

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

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

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

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

Spurðu ekki hvað þér miðar með einu spori. Sá einn sem sér langt ratar rétt.

Dag Hammarskjöld
framkvæmdastjóri Sameinuðu þjóðanna

KROSSGÁTA

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

LÁRÉTT
2. kornstrá, **6.** hvort, **8.** kvikmyndahús, **9.** stilla, **11.** skst., **12.** framrás, **14.** rabb, **16.** snæddi, **17.** ái, **18.** pfn., **20.** Í röð, **21.** kk nafn.

LÓÐRÉTT
1. land í S-Ameríku, **3.** í röð, **4.** þróttur, **5.** svörður, **7.** pedali, **10.** struns, **13.** geislahjúpur, **15.** tala, **16.** tunnu, **19.** tveir eins.

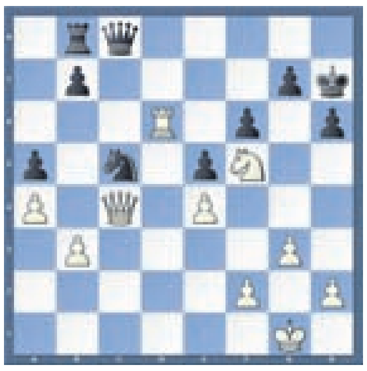
LAUSN
LÁRÉTT: 2. hálm, **6.** ef, **8.** bíó, **9.** róa, **11.** fr, **12.** útrás, **14.** skraf, **16.** át, **17.** afi, **18.** mig, **20.** lm, **21.** uggi. **LÓÐRÉTT: 1.** perú, **3.** áb, **4.** lífsafl, **5.** mór, **7.** fótstig, **10.** ark, **13.** ára, **15.** fimm, **16.** ámu, **19.** gg.

SKÁK

Gunnar Björnsson

Bárður Örn Birkisson (1.636) hafði hvítt gegn Hauki Halldórssyni (1.632) í fjórðu umferð C-flokks Haustmóts TR.

Hvítur á leik



34. Hxf6! Svartur gafst upp. Ef 34... gxf6 þá 35. Df7+ og mátar. Hvítur hótar 35. Hxh6+ og við því er ekkert gott svar. Bárður er efstur í C-flokki eftir fimm umferðir.

www.skak.is: TR hraðskákmeistari taflfélaga.

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

TÖLVU LISTINN

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

JÓHANN SIGURÐARSON OG HILMAR GUÐJÓNSSON „Þrátt fyrir ágæta spretti Hilmars er það Jóhann sem er hjarta sýningarinnar.“ MYND: GRÍMUR BJARNASON

Ljúfsár kvöldstund í einskismannslandi

LEIKLIST ★★★☆☆

Gaukar

Borgarleikhúsið

HÖFUNDUR: HULDAR BREIÐFJÖRÐ
LEIKSTJÓRI: JÓN PÁLL EYJÓLFSSON
LEIKMYND OG BÚNINGAR: BRYNJA BJÖRNSDÓTTIR
LÝSING: ÞÓRÐUR ORRI PÉTURSSON
TÓNLIST: ÚLFUR ELDJÁRN
HLJÓÐ: BALDVIN MAGNÚSSON
LEIKARAR: JÓHANN SIGURÐARSON OG HILMAR GUÐJÓNSSON

Tveir bláókunnugir menn hittast á hótelherbergi úti á landi. Sá eldri er að vestan og sá yngri frá höfuðborginni. Þeir hafa ferðast langa leið til að skiptast á Pálfríði, þrjátíu ára gömlum páfagauk sem þarf nýtt heimili.

Jóhann Sigurðarson og Hilmar Guðjónsson halda hér áfram samstarfi sínu á sviði í nýju leikverki eftir Huldar Breiðfjörð og vonandi ekki í síðasta skipti. Þeir hafa þróað mér sér fíngert samband sem er undirstrikað í næmri leikstjórn Jóns Páls Eyjólfssonar. Hilmar leikur hinn misheppnaða og vandræðalega Tómas sem skilur ekki af hverju kærastan hans þarf alltaf „að hafa gaman“. Persónusköpunin er góð og Hilmar er upp á sitt besta í grátbroslegu atriðunum, til dæmis þegar Tómas reynir að festa svefn á skrifborðsstól með fæturna á skammeli. En stundum vantar herslumuninn á tilfinningalegu dýptina og Hilmar dalar aðeins í seinni hluta sýningar.

Þrátt fyrir ágæta spretti Hilmars er það Jóhann sem er hjarta sýningarinnar. Hinn tilfinningalega lokaði vestfirski verkamaður sprettur fram ljóslifandi, maður sem aldrei hefur náð almennilegu sambandi við tilfinningar sínar og er algjörlega ófær um að skilja hvernig hann endaði einn og yfirgefinn. Það er ekkert annað en yndislegt að horfa á Jóhann leika hjónalíf Gunnlaugs og konunnar hans. Hann skiptir á milli persóna með einu augnaráði, lítilli líkamsbreytingu og ljúfum raddblæ. Betri hlustanda á sviði er líka erfitt að finna.

Huldar þreytir hér frumraun sína í leikhúsi en Gaukar er hans fyrsta leikrit. Hann hefur gott auga fyrir fáránleika hins daglega lífs og textinn er stundum virkilega hnyttinn. Persónur hans fljóta í gegnum tilvist sína óvissar um tilfinningalegt gildi hversdagsleikans sem samanstendur af reglulegum ferðum í IKEA og dýrum bílferðum með eiginkonunni þegar hún þarf „að skreppa“ í kaupstaðinn. Þrátt fyrir hina fallegu og einlægu kvöldstund sem persónurnar tvær eyða saman þá er lítil tilfinningaleg þróun í handritinu. Áhorfendur fá einungis sýnishorn af tilvistarkreppu tveggja karlmanna á krossgötum og þrátt fyrir afgerandi ákvörðun sem tekin er í lok verksins þá kemur hún lítið á óvart.

Leikmyndin rímar fallega við verkið og gefur framvindunni skemmtilega vídd. Brynja Björnsdóttir hefur skapað áhrifaríkt einskismannsland, eins konar birtingarmynd hinnar tilfinningalegu auðnar þar sem þessir tveir einmana karlmenn mætast. Lýsing Þórðar Orra Péturssonar er lágstemmd en vel hönnuð. Skuggar læðast um veggi þannig að búrið sem umlykur Pálfríði og mennina tvo er nær alltaf sýnilegt í bakgrunninum. Tónlist Úlfs Eldjárn er einstaklega ljúf en af og til var henni ofaukið. Í verkum eins og Gaukar er það oftar en ekki þögnin sem er áhrifamest. Gaukar er meinlaust en mannlegt verk sem kemur ekki mikið á óvart en hægt að mæla með þrátt fyrir hnökra í handritinu. **Sigríður Jónsdóttir**

NIÐURSTAÐA: Hugljúft leikrit með sárum undirtón. Jóhann Sigurðarson er frábær í tiltölulega flötu verki.

Hert Herra Björnsson af heilli heimsstyrjöld

LEIKLIST ★★★★☆

Konan við 1000°

Þjóðleikhúsið

HÖFUNDUR: HALLGRÍMUR HELGASON
LEIKARAR: BALDUR TRAUSTI HREINSSON, EDDA ARNLJÓTSDÓTTIR, EDDA BJÖRG EYJÓLFSDÓTTIR, ELMA STEFANÍA ÁGÚSTSDÓTTIR, GUÐRÚN SNÆFRÍÐUR GÍSLADÓTTIR, PÁLMI GESTSSON, SNORRI ENGILBERTSSON
LEIKSTJÓRN: UNA ÞORLEIFSDÓTTIR
TÓNLIST: TRYGGVI M. BALDVINSSON
HLJÓÐMYND: EINAR SV. TRYGGVASON, KRISTINN GAUTI EINARSSON, TRYGGVI M. BALDVINSSON
LEIKMYND: EVA SIGNÝ BERGER
BÚNINGAR: AGNIESZKA BARANOWSKA
LÝSING: MAGNÚS ARNAR SIGURÐARSON
LEIKGERÐ: HALLGRÍMUR HELGASON, SÍMON BIRGISSON, UNA ÞORLEIFSDÓTTIR

STÓRLEIKKONA „Guðrún hefur lengi verið ein okkar allra besta leikkona og ekki kæmi mér á óvart að þetta verkefni hafi verið valið að teknu tilliti til hennar.“ MYND: EDDI

Una Þorleifsdóttir stimplar sig rækilega inn sem leikstjóri með sýningunni Konan við 1000°; mögnuð sýning, leikhús með stóru L-i og þar leggst allt á eitt. Best að byrja bara á því að benda leikhúsunnendum á að láta þessa sýningu ekki fram hjá sér fara. Verkið byggir á samnefndri skáldsögu Hallgríms Helgasonar, mikilli bók þar sem sögusviðið er Ísland og svo Evrópa á tímum seinni heimsstyrjaldarinnar. Og til dagsins í dag. Ég hafði áhyggjur af því að erfitt gæti reynst að gera hinum breiða vettvangi skil á Litla sviði Þjóðleikhússins en ég hef aldrei séð það svið nýtt eins vel og hugvitsamlega og nú. Leikmyndin er snjöll, rýmið gernýtt á tveimur hæðum og lýsingin gerir sitt til að ramma af mismunandi senur – stað og stund. Tónlistin og hljóðmynd gera svo sitt til að auka á áhrifin… í raun þarf ekki að þylja upp þá þætti sem renna saman í eina heild: Þjóðleikhúsið býr yfir sérdeilis frábæru sviðslistafólki og virðist ekki á flæðiskeri statt.

Kjaftfor og grjóthörð

Ekki er veikur hlekkur í leikarahópnum en þar fara fremstar meðal jafningja þær Guðrún Gísladóttir og Elma Stefanía Ágústsdóttir. Þær fara með hlutverk aðalpersónunnar, og fara báðar á kostum. Guðrún hefur lengi verið ein okkar allra besta leikkona og ekki kæmi mér á óvart að þetta verkefni hafi verið valið að teknu tilliti til hennar. Hún er sem teiknuð í hlutverkið: Kjaftfor og grjóthörð íslensk kerling sem sannarlega hefur lifað tímana tvenna. Á móti henni leikur svo Elma Stefanía, hún er Herra þegar litið er til fortíðar og gefur Guðrúnu ekkert eftir. Sem segir heldur betur sína sögu. Hún fór með sitt af furðanlega miklu áreynsluleysi sé tekið tillit til þess hversu ung leikkona Elma er. Ástæðulaust er að tiltaka einhverja fleiri sérstaklega úr leikhópnum, allir fara vel með sitt; sannkallað stórskotalið.

Bókin flækist fyrir

En, svo maður tempri sig aðeins í lofrullunni og reyni að rýna til gagns: Eitt einkenni íslensks leikhúss eru sýningar sem byggja á leikgerðum sem unnar eru upp úr skáldverkum. Ein fyrsta sýning Þjóðleikhússins um miðja síðustu öld var leikgerð upp úr Íslandsklukku Halldórs Laxness. Hér er ekkert rými til að steypa sér í þá umræðu en það liggur fyrir að skáldsögur eru misjafnlega vel til þess fallnar að vinna upp úr þeim leikrit. Og, eins og Barthes segir; höfundur hefur ekkert meira um verk sín að segja og hver annar lesandi. Það er ekkert endilega gefið að besti maðurinn til að vinna leikgerð upp úr Konunni við 1000° sé Hallgrímur Helgason. Þetta er besta bók Hallgríms, og það flæktist hreinlega fyrir mér sem áhorfanda að hafa lesið bókina. Förunautur minn á sýninguna hafði hins vegar ekki lesið bókina og heillaðist meira af sýningunni en ég. Hún var reyndar algerlega heilluð. Líkast til af þessum ástæðum; hún var ekki stöðugt að bera þetta saman. Og auðvitað má segja að leiksýningin eigi að standa eða falla sem sjálfstætt verk en það er óhjákvæmilegt að líta til hennar þegar svona er í pottinn búið.

Bókin er löng og mikil og vitaskuld þarf að velja og hafna. Í leikgerðinni eru einkum dregnir fram drungalegri þættir verksins og voðalegir sem þá eiga að hafa hert Herru Björnsson og gert hana að þessari fremur snakillu manneskju sem hún er. Og þar er baksviðið hvorki meira né minna en heil heimsstyrjöld. Þetta er vitaskuld á kostnað kómískari þátta bókarinnar, þeir verða út undan; stórkostlegar lýsingar á heimóttarskap Íslendinga sem hagnast á stríðinu alveg óvart. Vissulega er rík kómík í hryssingslegum tilsvörum og afstöðu Herru, og þar nýtur stíll höfundar sín til hins ítrasta, og tragíkómískur þáttur Magnúsar sonar Herru er þakklátur en mér persónulega finnst vanta meira af slíku til að jafnvægi ríki; þetta er svo mikilvæg forsenda æðruleysis aðalpersónunnar. Eins og Beckett segir þá er húmorinn hálmstrá mannskepnunnar í tilgangslausum heimi en absúrdismi Becketts og fleiri höfunda spratt einmitt upp í kjölfar þeirrar geggjunar sem heimsstyrjöldin var. Sú persóna sem gengið hefur í gegnum aðrar eins hörmungar og Herra, og þar er ekki eitt heldur allt, ætti samkvæmt því að vera flak frekar en sá herti steinbítur sem hún er. En, þessi yfirsjón hlýtur að skrifast á dramtúrgíuna. **Jakob Bjarnar Grétarsson**

NIÐURSTAÐA: Sýningin er sigur fyrir Unu leikstjóra, sviðslistamenn Þjóðleikhússins og leikkonurnar Guðrúnu og Elmu. Of áköf dramatúrgía skekkir hins vegar það að myndin af Herru sé heil.

Vegna niðurfellingar vörugjalds
hafa öll helstu heimilistækin lækkað í verði um **17%** og sjónvörp, hljómtæki og annað um **20%**.

EKKI EFTIR NEINU AÐ BÍÐA
Við höfum náð samningum við okkar helstu birgja, sem gerir okkur mögulegt að afnema þessi gjöld nú þegar.
Viðskiptavinir okkar þurfa því ekki að bíða eftir nýju ári til að gera hagstæð innkaup fyrir heimilið, heldur geta þeir nú komið í verslanir ORMSSON um allt land og fengið umtalsvert meira fyrir peninginn en áður. *Nú er lag að njóta lífsins!*

SAMSUNG SETRIÐ
SÍÐUMÚLA 9 · SÍMI 530 2900
SAMSUNGSETRID.IS

ORMSSON
FYRIR HEIMILIN Í LANDINU
LÁGMÚLA 8 · SÍMI 530 2800
ORMSSON.IS

LifeFitness

Ný kynslóð

mest seldu líkamsræktartæki í heimi, eru af slíkum gæðum að þú getur aðeins vænst þess besta

allt fyrir kroppinn
HREYSTI
í 26 ár
1988 - 2014

LifeFitness

LIFECYCLE GX þrek / spinning
Nýtt mjög vandað Life Fitness þrek/spinning hjól sem hefur fengið frábæra dóma og á engan sinn líka. Snertiskjár sem sýnir m.a. hraða, vegalengd, mótstöðu og púls.
Verð kr. 395.000
Forpöntunarverð kr. 335.750.-

Nú gefst þér tækifæri til að velja úr fjölbreyttri línu æfingatækja frá Life Fitness og njóta 15% forpöntunarafsláttar

15% forpöntunarafsláttur af LifeFitness tækjum
Afgreiðslufrestur 4 - 6 vikur

LifeFitness

Fjölþjálfi X1 Go
Sérlega hljóðlátur og vandaður fjölþjálfi í fullri stærð með Go stjórnborði
Verð kr. 495.000.-
Forpöntunarverð kr. 420.750.-

LifeFitness

Fjölþjálfi X3 Go
Sérlega hljóðlátur og vandaður fjölþjálfi í fullri stærð með Go stjórnborði
Verð kr. 585.000.-
Forpöntunarverð kr. 497.250.-

LifeFitness

Fjölþjálfi X8 Track
Sérlega hljóðlátur og vandaður fjölþjálfi í fullri stærð með Track stjórnborði
Verð kr. 1.075.000.-
Forpöntunarverð kr. 913.750.-

LifeFitness

Hlaupabretti F-3 Go Samanbrjótanlegt
Sérlega vandað og sterkt bretti með Go stjórnborði og öflugum 3 hp mótor
Verð kr. 585.000.-
Forpöntunarverð kr. 497.250.-

LifeFitness

Þrekhjól RS1 Go
Mjög vandað sitjandi þrekhjól úr nýjustu línunni frá Life Fitness.
Go stjórnborð
Verð kr. 395.000.-
Forpöntunarverð kr. 335.750.-

LifeFitness

Æfingastöð G4
Fjölhæf æfingastöð.
Mest selda æfingatækið frá Life Fitness
Verð kr. 395.000.-
Forpöntunarverð kr. 335.750.-

LifeFitness

Hlaupabretti T-3 Go
Sérlega vandað og sterkt bretti með Go stjórnborði. Öflugur 3hp mótor. Verð kr. 585.000.-
Forpöntunarverð kr. 497.250.-

LifeFitness

Hlaupabretti T-5 Track
Hlaupabretti langhlauparans
Stærra hlaupasvæði, stillanleg fjöðrun.
Nýr og fullkomin skjár m.a. með iPhone/iPad tengingu. Verð kr. 895.000.-
Forpöntunarverð kr. 760.750.-

LifeFitness

Þrekhjól C-1 / Upright bike Go
Mjög vandað þrekhjól úr nýjustu línunni frá Life Fitness. Verð kr. 315.000.-
Forpöntunarverð kr. 267.750.-

CONCEPT2 róðrarvél
Róðrarvélin sem alla dreymir um - Verð kr. 235.000.-
Forpöntunarverð kr. 199.750.-

allt fyrir kroppinn
HREYSTI
Skeifunni 19 - S. 568 1717
NETSÍÐA: WWW.HREYSTI.IS
OPIÐ MÁN - FÖST.10:00 - 18:00 - LAUGARD. 11:00 - 15:00

SKEIFAN 19 108 REYKJAVÍK SÍMI 568 1717 WWW.HREYSTI.IS OPIÐ VIRKA DAGA FRÁ KL. 10-18 - LAUGARD. 11 - 15

W W W . K O R T E R . I S

Fullur ók á bíl Jennifer Lopez

Söngkonan Jennifer Lopez og vinkona hennar, leikkonan Leah Remini, lentu í bílslysi um helgina í Malibu.

Jennifer birtir mynd af sér og Leuh á Instagram.

„Sitjum á rauðu ljósi, í góðu stuði rétt áður en einhver fullur kjáni keyrði aftan á okkur í nýja bílnum mínum!“ skrifar söngkonan við myndina og þakkar guði fyrir að ekki fór verr.

JENNIFER LOPEZ

Ökumaður undir áhrifum áfengis ók aftan á bifreið Jennifer og samkvæmt fréttasíðunni TMZ voru tvö börn í aftursætinu. Ekki er vitað hvort það voru börn Jennifer, Max og Emme, sex ára, en enginn slasaðist við áreksturinn.

Ökumaðurinn flúði hins vegar af vettvangi en lögreglan fann hann stuttu síðar. - lkg

Býrð. Þú. Langt. Upp. Coonagh?

BAKÞANKAR
Söru McMahon

Fyrir óralöngu síðan flutti ég til föðurlandsins. Ég fékk inni hjá föðurbróður mínum og fjölskyldu hans í heimaborginni Limerick og ég var nokkuð fljót að aðlagast nýjum háttum og lífi. Það er að segja fyrir utan tvennt: Skólabúninginn sem ég þurfti að klæðast og mállýskunni sem ákveðinn hópur borgarbúa talaði.

FRÆNDUR mínir sögðu mér að ef ég fyndi mig í þeirri aðstöðu að skilja ekki eitthvað sem við mig væri sagt, væri sniðugast að brosa vinalega og kinka kolli. Þetta reyndist hið þokkalegasta ráð – eða allt þar til ég var á leið heim eina nótt eftir kvöld á kránni.

Í þá daga tíðkaðist að námsmenn söfnuðust við leigubílastöð sem ók fólki heim fyrir fast verð, nema hver leigubíll var fylltur af fólki sem átti leið í sama hverfið. Þar sem ég bjó svolítið fyrir utan borgina var mér alltaf skutlað síðast heim og þetta tiltekna kvöld ákvað leigubílstjórinn að halda uppi samræðum á meðan á akstri stóð.

ÉG skildi því miður aðeins orð og orð af því sem maðurinn sagði og á meðan hann lét dæluna ganga, brosti ég og kinkaði látlaust kolli. Svo tók ég allt í einu eftir því að bílstjórinn starði í forundran á mig í baksýnisspeglinum. Það kom á mig svolítið fát og afsakandi sagðist ég ekki hafa heyrt almennilega það sem hann sagði. Bílstjórinn endurtók sig og aftur skildi ég ekki neitt. Hann endurtók sig í þriðja, og svo fjórða sinn, þar til hann loks mataði hvert orð ofan í mig skýrt og skorinort: „Do. You. Live. Far. Up. Coonagh?“

Í þetta sinn svaraði ég neitandi, ég átti alls ekki heima mjög langt upp Coonagh-götu eins og ég hafði upphaflega gefið til kynna með krónískum höfuðhreyfingum.

HVER er tilgangurinn með því að rifja upp þessa sögu núna, kann einhver að spyrja? Satt að segja veit ég það ekki. Atvikið rifjaðist einfaldlega upp fyrir mér eftir umræður síðustu vikna um nýja fjárlagafrumvarpið.

Móðir Fonda misnotuð

Leikkonan **Jane Fonda** hélt áhrifamikla ræðu á árlegri góðgerðarsamkomu til styrktar Rape Foundation á sunnudag. Rape Foundation rekur meðal annars Rape Treatment Center sem veitir ókeypis meðferð fyrir þolendur kynferðisofbeldis. Jane Fonda er velunnari samtakanna.

Móðir leikkonunnar, Frances Ford Seymour, svipti sig lífi þegar hún var 42 ára en þá var Jane aðeins tólf ára. Jane segist hafa farið í gegnum læknaskýrslur móður sinnar þegar hún var að skrifa endurminningar sínar. Þá kom í ljós að móðir hennar hafði verið beitt kynferðislegu ofbeldi þegar hún var átta ára. - lkg

Epísk „feel-good“ mynd

KVIKMYNDIR
★★★★☆

Reykjavík International Film Festival Sept. 25 - Oct. 5 2014

Boyhood
Leikstjóri: Richard Linklater

ROTTEN TOMATOES: 99% IMDB: 8,7 METACRITIC: 100

TEKIN UPP Á 12 ÁRUM Boyhood er í leikstjórn Richards Linklater. MYND/SKJÁSKOT

Boyhood er nýjasta mynd bandaríska leikstjórans Richard Linklater (Dazed & Confused, Slacker, Before Sunset) en myndin er ansi mikið þrekvirki. Hún var nefnilega tekin upp á 12 ára tímabili með sama leikaraliðinu. Við fylgjumst með aðalpersónunni Mason, leiknum af Ellar Coltrane, vaxa úr grasi frá sex til átján ára aldurs. Söguþráðurinn er því mjög einfaldur – þetta er þroskasaga drengs á Vesturlöndum. Í sönnum Linklater stíl er myndin auðvitað stútfull af skemmtilegum samræðum en myndir hans eru þekktar fyrir langar og frjóar samræður milli sögupersóna.

Það er stórskrýtið að sjá persónurnar, ungar sem aldnar, verða eldri á skjánum og það veitir myndinni ljúfsáran og auðvitað raunsæislegan blæ. Myndin vekur upp merkilegar spurningar um rás tímans og æskuna. Hún skilur eftir sig sætt bragð í munninum og angurværð í hjartanu. Þessi metnaðarfulla leið sem Linklater ákvað að taka gæti jafnframt gert Boyhood að epískustu „feel-good“ mynd allra tíma.

Þórður Ingi Jónsson

RÚV DHL WOW Síminn Creative Europe

DAGSKRÁ RIFF
ÞRIÐJUDAGURINN 30.9.
Allar upplýsingar á riff.is

TÍMI	STAÐUR	MYND
13:30	Bíó Paradís 1	Annars konar strákur
13:30	Bíó Paradís 2	Í gleymskunnar dá
14:00	Bíó Paradís 3	Dulið stríð
15:30	Bíó Paradís 1	Þakíbúð til norðurs
15:30	Bíó Paradís 2	Örlög
16:00	Bíó Paradís 3	Gósenlandið
17:00	Norræna húsið Ókeypis!	Umræður: Stríðsútibú: Norðurlöndin og Afganistan.
17:00	Sundlaug Kópavogs	Sérviðburður: Heiti bíópotturinn
17:30	Bíó Paradís 1	Lífið er ljúft
17:30	Bíó Paradís 2	Gengið neðansjávar
18:00	Bíó Paradís 3	Kennslustundin
18:00	Háskólabíó 2	Þau hafa flúið
18:00	Háskólabíó 3	Litla fluga, fljúgðu hátt
18:00	Tjarnarbíó	Íslenskar stuttmyndir 3 Q&A
19:30	Bíó Paradís 1	GABOR Q&A
19:30	Bíó Paradís 2	Á nýjum stað Q&A
20:00	Bíó Paradís 3	Morgunroði
20:00	Háskólabíó 1	Herra Turner Q&A
20:00	Háskólabíó 2	Touma húsið Q&A
20:00	Háskólabíó 3	Thuletuvalu Q&A
20:30	Tjarnarbíó	List og handíðir
21:30	Bíó Paradís 1	Allt á hvolfi
21:30	Bíó Paradís 2	Fuglaþingið
22:00	Bíó Paradís 3	Spígsporað
22:00	Háskólabíó 2	Brýrnar í Sarajevo
22:15	Háskólabíó 3	Skorturinn
22:15	Tjarnarbíó	Virunga
23:30	Bíó Paradís 2	Söngur og Napólí

Touma húsið

Þrjár ógiftar kristnar systur úr hefðarstétt Ramallah þurfa skyndilega að sjá um munaðarlausa frænku sína, Badia.

Reykjavík International Film Festival

Sýningarstaðir:
HÁSKÓLABÍÓ, BÍÓ PARADÍS, TJARNARBÍÓ og NORRÆNA HÚSIÐ

Fyrsta stiklan úr Fortitude

Sky Atlantic er búið að frumsýna fyrsta sýnishornið úr sjónvarpsseríunni Fortitude sem tekin var upp að miklu leyti á Reyðarfirði á þessu ári, en hægt er að sjá sýnishornið á visir.is.

Í sýnishorninu er lítið gefið upp en Reyðarfjörður nýtur sín í því og er bærinn gerður ansi drungalegur.

Þá hefur Sky Atlantic sett á netið myndbrot þar sem skyggnst er á bak við tjöldin við tökur á seríunni en í því ræðir framleiðandinn Patrick Spence um seríuna.

Þættirnir eru í anda Twin Peaks, og fjalla um smábæinn Fortitude sem er talinn vera einn öruggasti bær í heimi þangað til vísindamaður í bænum er myrtur og allir liggja undir grun. - lkg

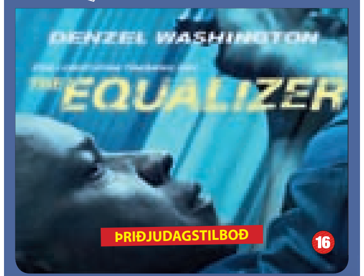
STANLEY TUCCI Leikarinn góðkunni leikur í þáttunum. AFP/NORDICPHOTOS

SAMbio.is

SAMBÍÓIN ÁLFABAKKA		
AFINN	KL. 5:40 - 6:30 - 8 - 9 - 10:20	L
AFINN VIP	KL. 5:40 - 8 - 10:20	
IF I STAY	KL. 8 - 10:20	12
TÖFRAHÚSIÐ ÍSL TAL	KL. 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. 5:50	10
GUARDIANS OF THE GALAXY 2D:	KL. 8	12
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 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 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

ÞRIÐJUDAGS TILBOÐ Í DAG
GILDIR EKKI Á ÍSLENSKAR MYNDIR

SMÁRABÍÓ HÁSKÓLABÍÓ



SMÁRABÍÓ — AUKAKRÓNUR 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 — AUKAKRÓNUR 5%

THE EQUALIZER	KL 10.15	16
PARÍS NORÐURSINS	KL 5.45 - 8	12
VONARSTRÆTI	KL 5.20	14

LAUGARÁS BÍÓ — ÞÚ FÆRÐ Coca-Cola Í LAUGARÁSBÍÓI

ÞRIÐJUDAGUR ER TILBOÐSDAGUR

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	6	L

ego dekor

NÝ SENDING AF SÓFUM

MILANO leðursófasett
3ja sæta - Verð: 199.900,-
Stóll – Verð: 99.900,-

MODESTO leðurhornsófi
tærð: 300X210cm
Verð: 398.000,-

SENESTE sófasett
3ja sæta – Verð: 159.900,-
Stóll – Verð: 94.000,-

AVALON tungusófi
Stærð: 318X165cm
Verð: 255.000,-

DAKOTA leðurtungusófi
Stærð: 277X168cm
Verð: 338.000,-

PORTLAND-X tungusófi
Stærð: 290X170cm
Verð: 219.000,-

LORCA horntungusófi
Stærð: 318X223/152cm
Verð: 269.900,-

Opið mán - fös: 10.00 - 18.00
Opið um helgina: Lau 10.00 - 16.00 Sun 13.00 - 16.00

Ego Dekor - Bæjarlind 12
www.egodekor.is

SPORT

4 DAGAR Í ÚRSLITALEIK OG

MÓTANEFND KSÍ gerði í gær breytingar á tímasetningum allra leikja í lokaumferð Pepsi-deildar karla sem fer fram á laugardaginn. Leikur FH og Stjörnunnar var færður aftur til klukkan 16.00 en aðrir leikir umferðarinnar færast fram til klukkan 13.30. Viðureign Fram og Fylkis verður sýnd í beinni útsendingu á Stöð 2 Sport sem og úrslitaleikur FH og Stjörnunnar. Dagskráin á Stöð 2 Sport hefst klukkan 13.00 með upphitunarþætti Pepsi-markanna og verður síðan í gangi fram á kvöld með einni undantekningu. Bardagi Gunnars Nelson (klukkan 19.00) brýtur upp dagskrána en eftir hann (um klukkan 21.15) hefst svo fyrri þáttur Pepsi-markanna þar sem lokaumferðin verður gerð upp. Eftir hann verður svo uppgjörsþáttur Pepsi-markanna, en hann hefst klukkan 22.30.

Jón Arnór stökk á tækifærið að spila aftur í Euroleague

KÖRFUBOLTI Jón Arnór Stefánsson var í gær formlega kynntur sem leikmaður spænska stórliðsins Unicaja Malaga eftir að hafa staðist læknisskoðun. Jón Arnór samdi við liðið um helgina en hann fyllir skarð slóvenska landsliðsmannsins Zoran Dragic sem ætlar að spila með bróður sínum hjá Phoenix Suns í NBA-deildinni í vetur. „Þetta bar mjög fljótt að en ég hikaði eina sekúndu þegar mér bauðst að spila með Malaga. Ég er stoltur af því að spila með svona öflugu félagi,“ sagði Jón Arnór Stefánsson í viðtali á heimasíðu félagsins. „Ég vildi alltaf komast aftur í Euroleague og fá tækifæri til að spila á móti þeim bestu í Evrópu,“ sagði Jón Arnór sem lék síðast í deild þeirra bestu með ítalska liðinu Lottomatica Roma 2007-08. „Ég get lagt margt til liðsins en aðalorkan mín fer í vörnina. Ég er samt auðvitað reynslumikill leikmaður en fyrst og fremst mun ég gera það sem þjálfarnir ætlast til af mér,“ sagði Jón sem mun spila í númer 20.

„Við erum mjög ánægðir með að fá Jón og hann er strax klár í að spila með liðinu. Hann var fljótur að svara kallinu og við gátum því brugðist mjög fljótt við brotthvarfi Zoran Dragic,“ sagði Carlos Jimenez, aðstoðarþjálfari Unicaja-liðsins. - óój

SÁTTUR Á NÝJUM STAÐ Jón Arnór Stefánsson. FRÉTTABLAÐIÐ/DANÍEL

GÓÐ TÍÐINDI Rut hefur verið lykilmaður íslenska kvennalandsliðsins. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Rut sneri aftur á völlinn

HANDBOLTI Landsliðskonan Rut Jónsdóttir lék í gær sinn fyrsta leik fyrir Randers í dönsku úrvalsdeildinni og skoraði tvö mörk er liðið vann Odense á útivelli, 24-23.

Rut hefur verið fjarverandi vegna erfiðra axlarmeiðsla sem hún varð fyrir á landsliðsæfingu í nóvember á síðasta ári. Hún gekkst svo undir aðgerð í desember.

Hún yfirgaf herbúðir Team Tvis Holstebro í vor eftir sex ára dvöl og samdi þá við Randers sem situr nú í þriðja sæti dönsku deildarinnar. - esá

Ingvar nær úrslitaleiknum

FÓTBOLTI Ingvar Jónsson verður á sínum stað í marki Stjörnunnar er liðið mætir FH í lokaumferð tímabilsins á laugardag. Ingvar fór meiddur af velli í 4-0 sigri Stjörnunnar á Fram í fyrradag vegna höfuðhöggs eftir samstuð.

„Þetta var í lagi fyrst en svo fór mig að svima svo mikið að ég sá ekki boltann þegar ég tók útspörk,“ sagði Ingvar við Fréttablaðið og taldi því skynsamlegra að fara af velli.

Hann fór í skoðun hjá lækni í gær og þarf að hvíla í fáeina daga. „Ég er miklu betri í dag en í gær,“ sagði hann. „Ég spila úrslitaleikinn. Það þarf enginn að hafa áhyggjur af öðru.“ - esá

Sögulegur afmælisdagur Atla

FH-ingurinn Atli Guðnason hefur náð bæði markaþrennu og stoðsendingaþrennu á einum mánuði en frammistaða hans í lokakafla Íslandsmótsins á mestan þátt í því að FH-liðið er aðeins einu stigi frá titlinum.

FÓTBOLTI Ég efast um að einhver knattspyrnumaður hafi haldið upp á þrítugsafmælið með glæsilegri hætti en FH-ingurinn Atli Guðnason á Vodafone-vellinum á sunnudaginn.

Atli skoraði þrennu í leiknum, fékk tíu í einkunn í Fréttablaðinu og fór fyrir endurkomusigri FH-inga sem geta nú tryggt sér titilinn í hreinum úrslitaleik á laugardaginn kemur.

Atli skaut sig inn í sögubækurnar með þessari frammistöðu en hann varð þá fyrsti leikmaðurinn í úrvalsdeild til að ná markaþrennu og stoðsendingaþrennu á einum mánuði síðan farið var að taka saman stoðsendingar í úrvalsdeild karla.

Heimir Guðjónsson, þjálfari FH-liðsins, virðist hafa kveikt vel í sínum manni með því að setja hann á bekkinn í tvo leiki í röð í lok ágústmánaðar. Atli kom að fjórum mörkum FH-liðsins í fyrsta leik liðsins eftir að hann kom aftur inn í byrjunarliðið og hefur alls átt þátt í tíu mörkum FH á síðustu 28 dögum. FH-liðið hefur náð í 13 stig af 15 mögulegum í þessum fimm leikjum og Atli hefur annaðhvort skorað eða lagt upp 67 prósent markanna (10 af 15).

Stoðsendingar hafa verið teknar saman í efstu deild karla í fótbolta frá og með 1992 og á þessum 23 tímabilum hefur aðeins tveimur öðrum leikmönnum tekist að ná markaþrennu og stoðsendingaþrennu á einu og sama tímabilinu.

Eyjamaðurinn Steingrímur Jóhannesson náði því fyrstur sumarið 2000 en það sumar var hann með tvær markaþrennur og eina stoðsendingaþrennu.

Blikinn Kristinn Steindórsson lék það eftir ellefu árum seinna en hann skoraði sjálfur þrennu í fimmtu umferð og lagði síðan upp þrjú mörk í lokaleik tímabilsins.

Það liðu 59 dagar milli þrenna Steingríms og 132 dagar á milli þrenna Kristins. Atli náði þessu hins vegar með aðeins 28 daga millibili sem er einsdæmi.

Atli á möguleika á að vinna sinn sjötta Íslandsmeistaratitil með FH-liðinu nái liðið í stig á móti Stjörnunni á laugardaginn kemur. Hann hefur komið að meira en tuttugu mörkum FH-liðsins á tveimur síðustu Íslandsmeistaraárum FH og náði 20 marka markinu með „fernunni“ sinni á Hlíðarenda um helgina þar sem að hann skoraði þrjú mörk og lagði upp eitt.

Stærsta prófið er hins vegar eftir á móti Stjörnumönnum í Krikanum um næstu helgi þar sem FH-ingar þurfa á sjóðheitum Atla Guðnasyni að halda ætli þeir sér að vinna sinn sjöunda Íslandsmeistaratitil frá árinu 2004.

ooj@frettabladid.is

ATLI SJÓÐANDI Í SÍÐUSTU LEIKJUM

4-0 sigur á Fjölni	1 mark + 3 stoðsendingar
2-0 sigur á Þór	Kom ekki að marki
1-1 jafntefli við KR	1 mark
4-2 sigur á Fram	1 mark
4-1 sigur á Val	3 mörk + 1 stoðsending

5 LEIKIR - 6 MÖRK + 4 STOÐSENDINGAR

MARKA- OG STOÐSENDINGAÞRENNUR LEIKMANNA Á SAMA TÍMABILINU

59 DAGAR

STEINGRÍMUR JÓHANNESSON ÍBV 2000

3 STOÐSENDINGAR 1. júní 2000 á móti Keflavík - skoraði líka 1 mark í 5-0 sigri

3 MÖRK 30. júlí 2000 á móti Fram. ÍBV vann 6-1. Skoraði aðra þrennu á tímabilinu.

132 DAGAR

KRISTINN STEINDÓRSSON BREIÐABLIK 2011

3 STOÐSENDINGAR 22. maí 2011 á móti Fylki - Breiðablik vann 3-1

3 MÖRK 1. október 2011 á móti Stjörnunni - Breiðablik vann 4-3

28 DAGAR

ATLI GUÐNASON FH 2014

3 STOÐSENDINGAR 31. ágúst 2014 á móti Keflavík - skoraði líka 1 mark í 4-0 sigri

3 MÖRK 28. september 2014 á móti Val - lagði líka upp mark í 4-1 sigri

Verður markamet Meistaradeildarinnar slegið í vikunni?

Cristiano Ronaldo og Lionel Messi nálgast markamet Raúls í Meistaradeild Evrópu og það er aðeins tímaspursmál hvenær þeir slá það.

FÓTBOLTI Tveir bestu knattspyrnumenn heimsins, Cristiano Ronaldo og Lionel Messi, hafa verið duglegir að slá hvers konar markamet á síðustu árum. Eitt þeirra meta sem gæti fallið á næstu vikum er markametið í Meistaradeild Evrópu.

Það er sem stendur í eigu Raúl González, leikja- og markahæsta leikmanns í sögu Real Madrid, en hann skoraði 71 mark á árunum 1995-2011. Raúl skoraði 66 þessara marka fyrir Real Madrid og fimm fyrir Schalke 04.

Ronaldo kemur næstur á markalistanum í Meistaradeildinni með 68 mörk; 15 þeirra skoraði hann fyrir Manchester United og 53 fyrir Real Madrid. Hann vantar því aðeins þrjú mörk til að ná manninum sem lék í treyju númer sjö hjá Real Madrid á undan honum.

Markatölfræði Portúgalans með Real Madrid í Meistaradeildinni er lygileg, en Ronaldo þurfti aðeins 52 leiki til að ná þessum markafjölda. Hann er með öðrum orðum með meira en mark að meðaltali í leik með spænska stórliðinu í Meistaradeildinni. Ronaldo á einnig metið yfir flest mörk á einu tímabili í Meistaradeildinni, en hann skoraði 17 mörk þegar Real Madrid fór alla leið í fyrra.

Lionel Messi er þriðji á listanum. Argentínumaðurinn hefur skorað 67 mörk fyrir Barcelona í Meistaradeildinni, einu minna en Ronaldo og fjórum minna en Raúl. Messi er hins vegar með besta markameðaltalið af þessum þremur, en hann er með 0,77 mörk að meðaltali í leik gegn 0,5 hjá Raúl og 0,65 hjá Ronaldo.

Ronaldo skoraði gegn Basel í fyrsta leik Real Madrid í Meistaradeildinni á þessu tímabili og hann fær tækifæri til að bæta við þann fjölda þegar Evrópumeistararnir mæta Ludogorets frá Búlgaríu á morgun.

Messi á talsvert erfiðara verkefni fyrir höndum, en Barcelona sækir Paris SG heim í kvöld. Leikurinn hefst klukkan 18.45 og verður sýndur í beinni útsendingu á Stöð 2 Sport. - iþs

HVOR VERÐUR Á UNDAN? Cristiano Ronaldo og Lionel Messi eru frábærir á stóra sviðinu. MYND/AFP

Flest mörk í sögu Meistaradeildarinnar

71 MARK Raúl González
68 MÖRK Cristiano Ronaldo
67 MÖRK Lionel Messi
56 MÖRK Ruud van Nistelrooy
50 MÖRK Thierry Henry
48 MÖRK Andriy Shevchenko
46 MÖRK Filippo Inzaghi

| Þriðjudaga kl. 19:20

Meistaramánuður – fyrsti þáttur í kvöld!

Október er Meistaramánuður og allir geta tekið þátt. Við fylgjumst með þátttakendum sem setja sér markmið og sjáum hvernig þeim gengur að fylgja þeim eftir. Sérfræðingar gefa góð ráð varðandi markmiðasetningu, mataræði, hreyfingu og annað auk þess sem við fjöllum um matarsóun, hjólreiðar, lestur og margt fleira. Þáttarstjórnandi er fréttakonan Birta Björnsdóttir. Þættirnir verða í opinni dagskrá.

Internet og heimasími fylgir sjónvarpsáskrift í þrjú ár!

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!

180.000 kr. sparnaður á 36 mánuðum

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

Í KVÖLD

Stöð 2 kl. 19.20
Meistaramánuður

Fréttakonan Birta Björnsdóttir fylgist með þátttakendum sem setja sér markmið. Sérfræðingar gefa góð ráð varðandi markmiðasetningu, mataræði, hreyfingu og annað auk þess sem við fjöllum um matarsóun, hjólreiðar, lestur og margt fleira. Þættirnir verða í opinni dagskrá.

27 Dresses
BÍÓSTÖÐIN KL. 20.10 Jane er hin fullkomna brúðarmær og tekur hlutverk sitt afar alvarlega. Hún hefur verið ástfangin af yfirmanni sínum í þó nokkurn tíma og ákveður loks að játa honum ást sína en þá kemur systir hennar í heimsókn og stelur athygli hans.

Modern Family
STÖÐ 2 KL. 20.50 Sjötta þáttaröðin um líf þriggja tengdra en ólíkra nútímafjölskyldna: hefðbundinnar fimm manna fjölskyldu, samkynhneigðra manna sem eiga ættleidda dóttur og svo pars af ólíkum uppruna þar sem eldri maður hefur yngt upp í suðuramerísa fegurðardís.

Big Bang Theory
STÖÐ 2 KL. 21.15 Þau eru mætt aftur á skjáinn. Áttunda þáttaröðin um félagana Leonard og Sheldon sem eru afburðasnjallir eðlisfræðingar sem vita nákvæmlega hvernig alheimurinn virkar.

Bylgjan kl. 16.00
Reykjavík síðdegis

Þorgeir, Kristófer og Bragi með þjóðmálaumræðu sem skiptir máli.

STÖÐ 2

06.10 **Fréttir og Ísland í dag**
07.00 **Barnatími Stöðvar**
08.05 **Wonder Years**
08.30 **Gossip Girl**
09.15 **Bold and the Beautiful**
09.35 **The Doctors**
10.15 **The Middle**
10.40 **Go On**
11.00 **Flipping Out**
11.45 **The Newsroom**
12.35 **Nágrannar**
13.00 **American Idol**
14.25 **American Idol**
15.05 **The Mentalist**
15.50 **Sjáðu**
16.20 **Scooby-Doo!**
16.45 **New Girl**
17.10 **Bold and the Beautiful**
17.32 **Nágrannar**
17.57 **The Simpsons**
18.23 **Veður**
18.30 **Fréttir Stöðvar 2**
18.47 **Íþróttir**
18.54 **Ísland í dag**
19.11 **Veður**
19.20 **Meistaramánuður**
19.40 **2 Broke Girls**
20.05 **Atlas 4D**
20.50 **Modern Family**
21.15 **The Big Bang Theory**
21.35 **Gotham** Hörkuspennandi þættir þar sem sögusviðið er Gotham-borg.
22.20 **Burn Notice**
23.05 **Daily Show. Global Edition**
23.30 **Covert Affairs**
00.15 **Restless**
01.45 **Bones**
02.30 **Girls**
02.55 **Super**
04.25 **Chronicle**
05.50 **Fréttir og Ísland í dag**

SPORT
besta sætið

12.00 **Pepsímörkin 2014**
13.15 **Þýsku mörkin**
13.45 **Spænsku mörkin**
14.15 **Barcelona - Granada**
15.55 **CSKA Moscow - Bayern Munchen** BEINT
18.00 **Meistaradeildin**
18.30 **PSG - Barcelona** BEINT
20.45 **Meistaradeildin**
21.30 **Man. City - Roma**
23.20 **Sporting - Chelsea**
01.10 **Meistaradeildin**

SPORT 2
enski boltinn

07.00 **Stoke - Newcastle**
08.40 **Messan**
09.55 **Messan**
13.20 **Hull - Man. City**
15.00 **Sunderland - Swansea**
16.40 **Chelsea - Aston Villa**
18.20 **Arsenal - Tottenham**
20.00 **Premier League Review**
20.55 **Messan**
22.10 **Football League Show**
22.40 **Man. Utd. - West Ham**
00.20 **Southampton - QPR**

ÍNN

20.00 Hrafnaþing **20.30** Hrafnaþing **21.00** 433 **21.30** Gönguferðir

STÖÐ 3

17.15 **Who Do You Think You Are?**
18.15 **Jamie's 30 Minute Meals**
18.40 **Baby Daddy**
19.00 **Total Wipeout UK**
20.00 **How To Live With Your Parents for the Rest of your Life**
20.25 **One Born Every Minute**
21.15 **Drop Dead Diva**
22.00 **Witches of east End**
22.45 **Terminator. The Sarah Connor**
23.30 **Gang Related**
00.10 **Damages**
01.05 **Total Wipeout UK**
02.05 **How To Live With Your Parents for the Rest of your Life**
02.25 **One Born Every Minute**
03.15 **Drop Dead Diva**
03.55 **Witches of east End**
04.40 **Terminator. The Sarah Connor**
05.25 **Tónlistarmyndbönd frá Bravó**

Krakkastöðin

07.00 Dóra könnuður **07.24** Mörgæsirnar **07.45** Doddi litli **07.55** Rasmus Klumpur **08.00** Áfram Diego, áfram! **08.24** Svampur Sveinsson **08.45** Mamma Mu **08.55** UKI **09.00** Ofurhundurinn Krypto **09.22** Ljóti andarunginn **09.44** Hello Kitty **09.56** Tommi og Jenni **10.00** Latibær **10.22** Hvellur keppnisbíll **10.35** Ævintýri Tinna **11.00** Dóra könnuður **11.24** Mörgæsirnar **11.45** Doddi litli **11.55** Rasmus Klumpur **12.00** Áfram Diego, áfram! **12.24** Svampur Sveinsson **12.45** Mamma Mu **12.55** UKI **13.00** Ofurhundurinn Krypto **13.22** Ljóti andarunginn **13.44** Hello Kitty **13.56** Tommi og Jenni **14.00** Latibær **14.22** Hvellur keppnisbíll **14.35** Ævintýri Tinna **15.00** Dóra könnuður **15.24** Mörgæsirnar **15.45** Doddi litli **15.55** Rasmus Klumpur **16.00** Áfram Diego, áfram! **16.24** Svampur Sveinsson **16.45** Mamma Mu **16.55** UKI **17.00** Ofurhundurinn Krypto **17.22** Ljóti andarunginn **17.44** Hello Kitty **17.56** Tommi og Jenni **18.00** Latibær**18.22** Hvellur keppnisbíll **18.35** Ævintýri Tinna **19.00** The Croods **20.40** Sögur fyrir svefninn

GULLSTÖÐIN

06.20 **Tónlistarmyndbönd frá Bravó**
17.35 **Strákarnir**
18.00 **Frasier**
18.25 **Friends**
18.45 **Seinfeld**
19.10 **Modern Family**
19.35 **Two and a Half Men**
20.00 **Höfðingjar heim að sækja**
20.15 **Veggfóður**
21.00 **Homeland**
21.50 **Zero Hour**
22.35 **Red Widow**
23.20 **Shameless**
00.10 **Chuck**
00.55 **Cold Case**
01.40 **Höfðingjar heim að sækja**
01.55 **Veggfóður**
02.45 **Homeland**
03.40 **Zero Hour**
04.25 **Red Widow**
05.10 **Shameless**
06.00 **Tónlistarmyndbönd frá Bravó**

BÍÓSTÖÐIN

11.10 **The Oranges**
12.40 **Spider-Man 2**
14.45 **27 Dresses**
16.35 **The Oranges**
18.05 **Spider-Man 2**
20.10 **27 Dresses**
22.00 **Interview With the Vampire**
00.00 **The Rum Diary**
03.25 **Interview With the Vampire**

RÚV

16.25 **Ástareldur**
17.18 **Snillingarnir**
17.40 **Violetta**
18.25 **Táknmálsfréttir**
18.35 **Melissa og Joey**
19.00 **Fréttir**
19.20 **Veðurfréttir**
19.25 **Íþróttir**
19.35 **Kastljós**
20.00 **Djóflaeyjan**
20.30 **Alheimurinn** Áhugaverð þáttaröð þar sem skýringa á uppruna mannsins er leitað með aðstoð vísindanna auk þess sem tilraun er gerð til að staðsetja jörðina í tíma og rúmi. Umsjón: Neil deGrasse Tyson.
21.15 **Hefnd** Bandarísk þáttaröð um unga konu sem snýr aftur eftir fjarveru með það að markmiði að hefna sín á þeim sem sundruðu fjölskyldu hennar. Meðal leikenda eru Emily Van Camp og Max Martini.
22.00 **Tíufréttir**
22.15 **Veðurfréttir**
22.20 **Skylduverk**
23.20 **Gullkálfar**
00.20 **Kastljós**
00.45 **Fréttir**
00.55 **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**
15.00 **Made in Jersey**
15.40 **Kirstie**
16.00 **Kitchen Nightmares**
16.45 **Happy Endings**
17.05 **Reckless**
17.50 **Dr. Phil**
18.30 **The Tonight Show**
19.10 **The Talk**
19.50 **Trophy Wife**
20.10 **The Royal Family** Sænskir grínþættir um vinalega konungsfjölskyldu sem glímir við sambærileg vandamál og við hin ... bara á aðeins ýktari hátt. Þættirnir fjalla um hinn elskulega en einfalda Svíakonung Eric IV. og fjölskyldu hans sem reyna eftir fremsta megni að sinna konunglegum skyldum sínum í takt við væntingar samfélagsins en þeim bregst æði oft bogalistin.
20.35 **Welcome to Sweden**
21.00 **Parenthood**
21.45 **Ray Donovan**
22.35 **The Tonight Show**
23.15 **Flashpoint**
00.00 **Scandal**
00.45 **Ray Donovan**
01.35 **The Tonight Showgo.**
02.15 **Pepsi MAX tónlist**

Golfstöðin

08.00 Ryder Cup 2014 **13.00** Golfing World 2014 **13.50** 2012 Ryder Cup Official Film **15.05** European Tour 2014 - Highlights **15.50** Web.com Tour Highligts **16.45** Inside The PGA Tour 2014 **17.10** Champions Tour 2014 - Higlights **18.05** Golfing World 2014 **18.55** Ryder Cup 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

BIG BACON
TOWER BORGARI
NÝTT!
Hver elskar ekki beikon?
+ FRANSKAR
+ 3 HOT WINGS
+ GOS + RISA HRAUN
1.799 kr.
KFC
svooogott™
FAXAFENI • GRAFARHOLTI • SUNDAGÖRÐUM
HAFNARFIRÐI • KÓPAVOGI • MOSFELLSBÆ
REYKJANESBÆ • SELFOSSI
WWW.KFC.IS

VEITINGASTAÐURINN

„Austur-Indía fjélagið stendur alltaf fyrir sínu.“

Hildur Ragnarsdóttir, eigandi verslunarinnar Einveru.

Selur stóran hluta af vínilplötusafni sínu

Helsti techno-sérfræðingur Íslands, Frímann Andrésson, ætlar að rýma til og selja techno-plöturnar sínar.

„Ætli þetta séu ekki um fjögur þúsund plötur, allt vínill,“ segir Frímann Andrésson útfararstjóri, fyrrverandi plötusnúður og umsjónarmaður þáttarins Partyzone. Hann hyggst á næstu vikum selja stóran hluta vínilsafns síns. „Þetta er mestmegnis techno frá árunum 1990-2003, sumt af því mjög hart,“ segir Frímann. „Þetta eru líka plötur frá því að ég byrjaði að hafa áhuga á tónlist í kringum 1988 og því mikið af því gamla efni mjög poppskotið. Það eru samt margir sem hafa mikinn áhuga á því og ég reikna með að það verði barist um það,“ segir Frímann, en ferill hans sem plötusnúður byrjaði þegar hann var í menntaskóla. Þar kynntist hann umsjónarmönnum eins elsta útvarpsþáttar landsins, Partyzone, þeim Helga Má og Kristjáni Helga. Hann sá um þáttinn með þeim um skeið, en var um tíma einnig með þættina Hugarástand og Vírus á X-inu.

„Vínillinn er mjög mikið inn núna, svo þetta er flott fyrir þá sem hafa áhuga á techno. Ég reikna með að henda kannski hundrað stykkjum í kassa og selja það þannig, en þetta er enn í vinnslu hjá mér. Mæli bara með því að áhugasamir fylgist með tilkynningu frá mér á Facebook, en ég reikna með að þetta verði í október,“ segir Frímann. - asi

STÓRT SAFN Frímann segist þó ekki ætla að selja mestu gullmolana.

Hrista upp í frægustu ástarsögu heims

Listafélag Verzlunarskóla Íslands setur upp nýja og nútímalega útgáfu af Shakespeare-verkinu Rómeó og Júlíu, en nú verða elskendurnir tvær stelpur.

„Við vildum gera eitthvað nýtt og breyta þessum týpíska söguþræði sem allir þekkja. Þannig að í stað þess að hafa Rómeó og Júlíu þá verða tvær stelpur, þær Rómeyja og Júlía,“ segir Bára Lind Þórarinsdóttir í Listafélagi Verzlunarskóla Íslands. Listafélagið setur í vetur upp nýja útgáfu af einni frægustu ástarsögu heims, Shakespeare-leikritinu Rómeó og Júlíu. Með aðalhlutverkin fara þær Agnes Gísladóttir sem leikur Rómeyju og Rannveig Eva Snorradóttir sem fer með hlutverk Júlíu. Eins og áður sagði verða aðalpersónurnar tvær stelpur, en ekki strákur og stelpa eins og hefur verið í þessu verki. Formaður Listafélagsins, Rán Ísold Eysteinsdóttir, segir ástæðurnar fyrir því að ákveðið var að hafa tvær stúlkur í aðalhlutverkum margar. „Við erum nýbúnar að stofna femínistafélag hér í skólanum og í fyrsta sinn í sögu skólans eru stelpur í meirihluta í stjórn. Okkur fannst þetta líka viðeigandi vegna þess að þetta leikrit var áður bara leikið af karlmönnum, en konur máttu ekki leika á þeim tíma,“ segir Rán.

Bára bætir við að vegna togstreitunnar á milli fjölskyldnanna tveggja í verkinu verði þetta áhugaverður vinkill. „Þetta gerir spennuna á milli þeirra enn meiri og það verður skemmtilegt að sjá hvernig það þróast,“ segir hún.

Sagan verður sett í nútímabúning, en verkið verður frekar tímalaust. Búningar eru enn í vinnslu, en hvíti liturinn mun ráða ríkjum í búningum og sviðsmynd. „Handritinu var töluvert breytt, sagan heldur sér alveg en við vildum taka út rímurnar, nema á þeim stöðum þar sem það passar verkinu betur. Samræður Rómeyju og Júlíu eru til dæmis alltaf í bundnu máli. Okkur fannst of þungt, bæði fyrir áhorfendur og leikara, að hafa textann svona þungan. Það passaði ekki alveg fyrir menntaskólaleikrit,“ segir Bára, en þau fengu góðfúslegt leyfi til þess að nota handrit í þýðingu Hallgríms Helgasonar. „Það fengu allir sem taka þátt í þessu það verkefni að lesa handritið í gegn og reyna að skilja það. Núna erum við á fullu að kryfja til mergjar hvað öll orðin þýða, reyna að skilja algjörlega hvað þau eru að segja og endursegja það svo með okkar orðum þannig að allir skilji,“ segir Bára.

AÐALLEIKKONURNAR Agnes Gísladóttir og Rannveig Eva Snorradóttir fara með hlutverk elskendanna.

> **Þetta gerir spennuna á milli þeirra enn meiri og það verður skemmtilegt að sjá hvernig það þróast.**
>
> *Bára Lind Þórarinsdóttir, Listafélagi VÍ*

Leikstjóri verksins er Bjarni Snæbjörnsson, leikari og leiklistarkennari. „Núna eru æfingarnar bara að fara á fullt hjá okkur, en við stefnum að því að frumsýna 7. nóvember fyrir nemendur Verzlunarskólans,“ segir Bára. Sala á almennar sýningar verður á miði.is og verður nánar auglýst síðar.

adda@frettabladid.is

Úr viðbjóðslegum karlaklefa í stúdíó

Hljómsveitin Mafama setur af stað söfnun á Karolina Fund vegna plötunnar DOG.

„Frá því seinasta vetur höfum við verið iðnir við spilamennsku og unnið hörðum höndum að plötugerð sem er nú á lokastigi,“ segir Victor Ocares, meðlimur sveitarinnar Mafama. Hljómsveitin hyggur á útgáfu frumburðar sveitarinnar, DOG, á næstu misserum, en þeir félagara setja af stað söfnun á Karolina Fund á fimmtudaginn. Þá kemur Mafama fram á Iceland Airwaves.

„Við vorum að leita að húsnæði til að æfa og taka upp í og það gekk brjálæðislega illa. Svo fórum við inn í Gamla Mjólkursamlagið á Akureyri, sem þjónar núna sem vinnustofurými fyrir listamenn, þar sem við þekktum fólk með stúdíó. Einn daginn erum við að skoða rýmið, sem er mjög stórt, og rekumst á þennan viðbjóðslega en tóma karlaklefa sem var notaður í gamla daga,“ útskýrir Victor. „Þarna er líka pissuskál og sturta sem er auðvitað mjög hentugt fyrir langar upptökur,“ segir Victor, léttur í bragði, sem kann vel við sig í karlaklefanum eftir framkvæmdirnar. „Það eru um tuttugu starfandi listamenn með vinnustofur í samlaginu en það á að reka alla út um áramót,“ segir Victor og segist munu sakna karlaklefans.

Þorgils Nolem Gíslason sá um upptökur en Oculus um hljóðvinnslu. - ósk

ÁRSGAMLIR Mafama er um það bil eins árs, en meðlimir eru Árni Þór Theodórsson, Victor Ocares, Þórgnýr Inguson og Þorgils Nolem Gíslason. MYND/DANÍEL STARRASON

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

Whirlpool

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

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
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

Þóra með Ef á Íslandi

Fjölmiðlakonan **Þóra Tómasdóttir** er komin til Íslands en hún er búsett í Berlín ásamt kærasta sínum, Arnari Ágeirssyni.

Tilefni heimkomu Þóru er frumsýning á heimildarmynd hennar, Ef, en þar ræðir hún við fjölmarga þekkta einstaklinga um sjálfsefann, meðal annars fyrrverandi borgarstjóra Reykjavíkur, Jón Gnarr.

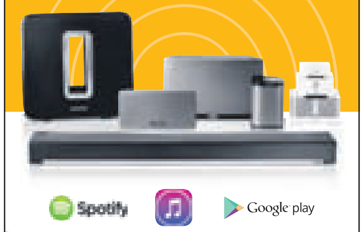
Frumsýningin, sem er síðdegis í dag, verður þó heldur óhefðbundin, en myndin verður sýnd í heita pottinum í Kópavogslaug og er hluti af dagskrá Alþjóðlegu kvikmyndahátíðarinnar. Auk stuttmyndar Þóru mun stuttmynd eftir grínistann Ara Eldjárn einnig verða sýnd. **- hó**

Fær að hitta átrúnaðargoðið

Hljómsveitin Dimma mun hita upp fyrir tónleika einnar mestu rokkgítarhetju sögunnar, Slash, sem kemur hingað til lands með hljómsveit sinni The Conspirators. „Við erum mjög spenntir og þetta er mikill heiður,“ segir **Ingó Geirdal**, gítarleikari hljómsveitarinnar. Slash, sem flestir þekkja sem gítarleikara Guns N'Roses, mun koma fram í Laugardalshöll í byrjun desember. „Guns N'Roses hafði mikil áhrif á alla meðlimi Dimmu og er átrúnaðargoðið mitt. Ég hef hlustað á hljómsveitina frá árinu 1987 enda er þetta sígild tónlist sem hefur staðist tímans tönn,“ segir Ingó en hann hefur aldrei hitt Slash í eigin persónu og hlakkar því mikið til að hitta goðið. Dimma mun spila lög af plötu sinni Vélráð sem kom út í júní síðastliðnum. **- ebg**

Mest lesið vísir

1 Eiginmaðurinn leiddur grátandi út af lögreglu
2 Guðni sagður ekki drengur góður
3 Perravaktin vill elta nafnlaus ógeð á netinu
4 „Þetta er líkamsárás, ekki slys“
5 Þjóðkirkjuprestar undrast bæn um fóstureyðingar
6 Maður fannst látinn

SONOS
FÁÐU ÞRÁÐLAUSAN AÐGANG AÐ TÓNLISTINNI Í ÖLLUM HERBERGJUM

Spotify
Google play
Sjónvarpsmiðstöðin
RAFTÆKJAVERSLUN • SÍÐUMÚLA 2 • SÍMI 568 9090 • WWW.SM.IS

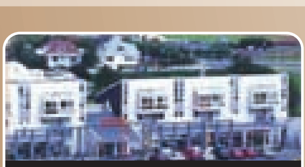
GÓÐUR SVEFN ER HEILSUBÓT
Frábær verð á stillanlegum rúmum
Gerðu gæða- og verðsamanburð

KORTER.IS
IQ-CARE
Ein besta heilsudýna í heimi
Svæðisskipt þrýstijöfnunardýna sem veitir fullkominn stuðning.
Einnig úrval af heilsukoddum
RECOGNIZED FOR EXCELLENCE WOMEN CERTIFIED®
Reverie®
Vönduð stillanleg heilsurúm með okkar bestu heilsudýnum
Frábær hönnun
• Hægt er að fá aukabúnað til að nota iPad, iPhone, iPod Touch eða Android snjalltæki sem fjarstýringu.
• Glæsileg fjarstýring með standi.
• Tvær innstungur á baki til að hlaða farsíma, fartölvu o.fl.
• Einnig hægt að tengja borðlampa o.fl.
REVERIE 3E Essential með IQ care heilsudýnu 2x90x200 cm
Verð aðeins kr. 399.900.-
REVERIE 7S Supremem með IQ-Care heilsudýnu 2x90x200 cm
Verð aðeins kr. 499.900.-
• Tvíhert stálgrind
• Einföld og þægileg fjarstýring
• Hljóðlátir og krafmiklir mótorar
• Lyftigeta 2x611 kg. hvor botn
• Hliðar- og endastopparar svo dýnur færist ekki í sundur.
Kíktu á www.reverie.com

SAGA - FREYJA - ÞÓR - ÓÐINN
Framúrskarandi heilsudýnur á góðu verði
Með 5 svæðaskiptu pokagormakerfi.
Góður lágbaksstuðningur. Mýkra og betra axlarsvæði.
Vandaðar kantstyrkingar.
Fullkomin nýting á svefnfleti

Heilsudýnur á frábæru verði Verðdæmi á Sögu og Freyju Með botni og fótum stgr.	Stærð	Verð
	153x203	144.900 kr.
	160x200	149.900 kr.
	180x200	169.900 kr.
	180x210	179.900 kr.

12 mán. vaxtalausar greiðslur*
Svefn & heilsa

Baldursnesi 6 - Akureyri

Listhúsið - Reykjavík
*3.5% lántökugjald
Fimm stjörnu verslun
Listhúsinu Laugardal - Sími 581 2233
Baldursnesi 6, Akureyri - Sími 461 1150
Opið virka daga kl. 10:00 - 18:00
Laugardaga 12:00 - 16:00
www.svefn.is
Umboðsaðilar: Húsgagnaval - Höfn í Hornafirði | Lúxus húsgögn - Egilsstöðum