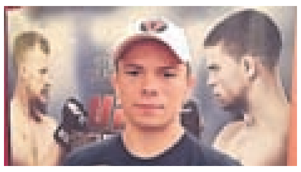
SKOÐUN Helgi Hjörvar skrifar um heimsmeistaramánuð í sviknum loforðum. 27

MENNING All Change Festival verður haldið í Tjarnarbíói um helgina. 44

LÍFIÐ Birgir Steinn, sonur Stefáns Hilmarssonar og Eyþór Úlfar gefa út nýtt lag. 6



SPORT Rick Story er sigurviss fyrir bardagann gegn Gunnari Nelson. 60

FRÉTTABLAÐIÐ

MEST LESNA DAGBLAÐ Á ÍSLANDI*

Fimmtudagur
2. október 2014
231. tölublað 14. árgangur
Sími: 512 5000

*Samkvæmt prentmiðlakönnun Capacent Gallup apríl-júní 2014

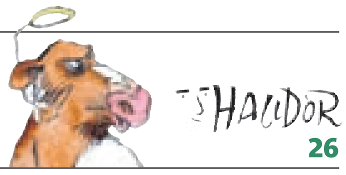
FRÉTTIR

Spáir fyrir um skjálfta Rannsóknir á grunnvatni benda til að efnabreytingar í því geti haft forspárgildi um stóra jarðskjálfta. 6

Meiðandi bæn Félagsráðgjafi á Kvennadeild segir rannsóknir sýna að fóstureyðing valdi konum ekki vanlíðan. 2

TR játar mistök Tryggingastofnun mun ekki hafa frumvæði að leiðréttingu á greiðslum örorkubóta aftur í tímann. 8

Vara við ódýrum heyrnartækjum Heyrnar- og talmeinastöð Íslands varar við kaupum á heyrnartækjum án ráðgjafar frá fagaðilum. 22



HALLDÓR 26

Bolungarvík	3°	NA	8
Akureyri	6°	NA	4
Egilsstaðir	8°	SA	5
Kirkjubæjarkl.	9°	SSA	10
Reykjavík	7°	ANA	10

Rok og rigning Í dag verður strekkingur eða allhvasst en vindur verður hægari NA-til. Víða rigning eða slydda, einkum S- og A-til. 4

SÉRBLAÐ

Fólk

HLAUPA EINS OG VINDURINN Þessi öflugi skokkhópur lét ekki vindinn og vætuna stöðva sig við æfingar en Meistaramánuður hófst einmitt í gær. Í Meistaramánuði skora þátttakendur sjálfa sig á hólm og setja sér markmið og skokkhópurinn hér að ofan lætur veðrið svo sannarlega ekki stoppa sig í að ná sínum markmiðum. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Sigmundur segist bregðast fljótt við

Dómsmálaráðherra ætlar að bregðast fljótt við afstöðu ríkissaksóknara í Guðmundar- og Geirfinnsmálunum. Erla Bolladóttir, ein þeirra dæmdu í málinu, spyr hvers vegna það hafi tekið ríkissaksóknara svo langan tíma að lýsa yfir vanhæfi.

STJÓRNSÝSLA Sigmundur Davíð Gunnlaugsson dómsmálaráðherra mun að öllum líkindum setja nýjan ríkissaksóknara í Guðmundar- og Geirfinnsmálinu. „Ég mun fara yfir erindi ríkissaksóknara og bregðast við því á viðeigandi hátt, eins fljótt og kostur er,“ segir hann í svari við fyrirspurn Fréttablaðsins.

Sigríður Friðjónsdóttir ríkissaksóknari lýsti sig í gær vanhæfa til þess að fjalla um endurupptökubeiðni Erlu Bolladóttur og Guðjóns Skarphéðinssonar í bréfi sem hún sendi dómsmálaráðherra. Ástæðan er sú að Örn Höskuldsson, sem var einn af rannsakendum málsins, er kvæntur móðursystur Sigríðar.

Starfshópur á vegum innanríkisráðherra skilaði skýrslu um Guðmundar- og Geirfinnsmálið 25. mars 2013, eða fyrir 554 dögum. Fáeinum dögum seinna spurði Sigríður Friðjónsdóttir ríkissaksóknari sakborningana um afstöðu þeirra til mögulegrar endurupptöku. „Hún er búin að vera að vinna í málinu sem saksóknari allt frá þeim tíma,“ segir Erla í samtali við Fréttablaðið. Hún velti því fyrir sér hvers vegna Sigríður komist að þessari niðurstöðu nú og hvers vegna það hafi tekið svo langan tíma að komast að henni. Hún segist jafnframt velta því fyrir sér hvort Sigríður hafi í millitíðinni rætt málin við Örn Höskuldsson. „Þetta eru spurningar sem vakna hjá mér,“ segir hún. **- jhh**

> **554** dagar liðu frá því að ráðherraskipuð nefnd skilaði skýrslu þar til ríkissaksóknari lýsti yfir vanhæfi.

Segir frá baráttunni í bók:

Íþróttir auka líkur á átröskun

HEILSA Átröskun er algengari meðal íþróttafólks en annarra þjóðfélagshópa. Birna Varðardóttir er ein þeirra sem glímt hafa við íþróttaátröskun og í nýrri bók fjallar hún um baráttu sína við sjúkdóminn.

BIRNA VARÐARDÓTTIR

„Í rauninni var þetta dæmigerð íþróttaátröskun og ég stýrðist af vigtinni. Ef ég var að halda vigt og léttast þá fannst mér það merki um að ég gæti borðað meira og öfugt, ef ég var að þyngjast þá borðaði ég ekki,“ segir hún. „Þetta er í raun mín þroskasaga þar sem ég lýsi baráttu minni og reynslu,“ segir Birna en hún notaði óhefðbundnar aðferðir til að lækna sig af átröskuninni. **- vh**

Björt Framtíð leggur fram fæst mál allra stjórnarandstöðuflokka á Alþingi:

Björt en löt í stjórnarandstöðu

ALÞINGI Björt framtíð hefur látið minnst fyrir sér fara af stjórnarandstöðuflokkunum í störfum Alþingis það sem af er hausti.

Flokkurinn hefur einungis lagt fram eitt frumvarp, fimm þingsályktunartillögur og eina fyrirspurn á Alþingi en flokkurinn er þó með sex menn á þingi. „Við erum með mörg mál í gangi sem eiga eftir að líta dagsins ljós á næstu dögum,“ segir Guðmundur Steingrímsson, formaður Bjartrar framtíðar.

Stjórnarandstöðuflokkarnir hafa lagt fram 112 mál af þeim 182 málum sem lögð hafa verið fram í haust. Píratar, sem eru með þrjá menn á þingi, hafa lagt fram þrjár þingsályktunartillögur og 26 fyrirspurnir. „Við leggjum áherslu á að leggja fram vandaðar þingsályktunartillögur og leggjum mikla vinnu í þær. Það eru mun meiri líkur á að stjórnarandstaðan fái þingsályktunartillögur samþykktar heldur en lagafrumvörp,“ segir Birgitta Jónsdóttir, þingmaður Pírata. **- jme / sjá síðu 4**

FRUMVÖRP | FYRIRSPURNIR | ÞINGSÁLYKTUNARTILLÖGUR

	Frumvörp	Þingsályktunartillögur	Fyrirspurnir	Alls	Þingmenn
BJÖRT FRAMTÍÐ	1	5	1	7	6

SPURNING DAGSINS

Þorsteinn, er þetta á tæru með tæringuna?

„Þetta er á kristaltæru.“

Þorsteinn Jóhannsson, sérfræðingur hjá Umhverfisstofnun, segir málmtæringu vandamál í langdregnu eldgosi.

Ef æðsti maður segir ekki af sér munu mótmælendur leggja undir sig byggingar stjórnvalda:

Mótmælendur hóta hertum aðgerðum

HONG KONG, AP Leiðtogar mótmælenda í Hong Kong vöruðu við því að ef æðsti yfirmaður Hong Kong segði ekki af sér í gær myndu þeir fjölga mótmælaaðgerðum sínum, þar á meðal leggja undir sig þó nokkrar mikilvægar byggingar stjórnvalda.

Þar með eiga mótmælendur á hættu að lenda í átökum við lögreglu því ólíklegt er að hún leyfi þeim að leggja undir sig byggingarnar án fyrirhafnar.

Með yfirlýsingu sinni hafa mótmælendur einnig sett þrýsting á kínversk stjórnvöld. Þau hafa hingað til sagt mótmælaaðgerðirnar vera ólöglegar og stutt tilraunir Leung Chun-ying, framkvæmdastjóra Hong Kong, til að binda enda á þær. Hann var viðstaddur athöfn þar sem fáni var dreginn að húni í tilefni þjóðhátíðardags Kínverja í gær. Fyrir athöfnina hrópuðu nokkur hundruð mótmælendur á Chun-ying og kröfðust þess að hann segði af sér embætti. Þegar athöfnin hófst sneru þeir baki við því sem fram fór.

Xi Jinping, forseti Kína, hefur hingað til verið harður í afstöðu sinni gegn öllum þeim sem ógna veldi kommúnistaflokksins. Í þjóðhátíðarræðu sinni hét hann því að tryggja hagsæld og stöðugleika í Hong Kong.

Aukinn fjöldi fólks tók þátt í mótmælunum í gær, enda var um frídag að ræða. Talið er að tugur þúsunda hafi verið á götum úti. - fb

AÐGERÐASINNI Einn þeirra sem hafa krafist lýðræðisumbóta í Hong Kong hrópar slagorð yfir hóp mótmælenda á götu skammt frá höfuðstöðvum stjórnvalda í Hong Kong. FRÉTTABLAÐIÐ/AP

STOLTUR Jens Stoltenberg, fyrrverandi forsætisráðherra Noregs, er orðinn framkvæmdastjóri Nató. NORDICPHOTOS/AP

Jens Stoltenberg er orðinn framkvæmdastjóri Nató:

Vill heimsækja öll aðildarríkin

NATÓ Norðmaðurinn Jens Stoltenberg hefur tekið við starfi framkvæmdastjóra Nató af Dananum Anders Fogh Rasmussen. Stoltenberg fundaði í fyrsta sinn með Norðuratlantshafsráðinu í höfuðstöðvum þess í Brussel í gær og sagði það vera mikinn heiður að taka við embættinu sem hann lýsti sem krefjandi starfi á krefjandi tímum.

Stoltenberg sagðist hafa fundið fyrir miklum stuðningi frá öllum bandalagsríkjum. Hann sagði jafnframt að öll bandalagsríkin yrðu að axla ábyrgð og að bandalagið yrði að geta tekið ákvarðanir á hættutímum þar sem aðstæður breytast fljótt.

Stoltenberg, sem steig fyrst fram á alþjóðlega sjónarsviðið eftir að hryðjuverkaárásirnar voru gerðar í Noregi í júlí 2011, sagðist vilja heimsækja öll bandalagsríkin og hefur skipulagt ferðir til Póllands og Tyrklands á næstu dögum. - glp

Gætu þurft að hækka vexti:

Laun megi ekki hækka mikið

KJARAMÁL Már Guðmundsson seðlabankastjóri segir ekki raunhæft að laun hækki um meira en 3,5 prósent á ársgrundvelli í komandi kjaraviðræðum aðila vinnumarkaðarins. Seðlabankinn muni ella beita stýrivöxtum til að draga úr áhrifum launahækkana á verðbólgu.

Peningastefnunefnd Seðlabankans ákvað að halda stýrivöxtum óbreyttum en lýsti yfir áhyggjum af spennu á vinnumarkaði og gefið í skyn að vextir muni hækka næst af þeim sökum.

Aðildarfélög ASÍ hafa gert stífa kröfu um launahækkanir í komandi kjaraviðræðum. - þþ

Hæfni lögreglumanna efld:

Lögreglumaður í nám hjá FBI

LÖGREGLA Gylfi H. Gylfason, lögreglufulltrúi hjá greiningardeild ríkislögreglustjóra, er á leið í þriggja mánaða nám við lögregluháskóla FBI í Quantico í Bandaríkjunum. Námið er ætlað stjórnendum lögreglu en helsta markmið þess er að auka þekkingu nemenda og gera þá betur í stakk búna til að takast á við flókin löggæsluverkefni. Gylfi er jafnframt níundi íslenski lögreglumaðurinn sem leggur stund á nám við skólann. Námið er í samvinnu við háskólann í Virginíufylki en lögregluháskóli FBI er þekktur á alþjóðavettvangi fyrir námið. - glp

Bæn um fóstureyðingar meiðandi

Félagsráðgjafi á kvennadeild segir rannsóknir sýna að fóstureyðing valdi konum ekki vanlíðan. Segir bæn á Kristsdegi um breytt viðhorf til fóstureyðinga ýta undir skömm. Verður ekki vör við þrýsting frá samfélaginu á fóstureyðingar.

HEILBRIGÐISMÁL „Ég er búin að starfa við þetta síðan 1998 og ég er alltaf að berjast við þessar vindmyllur. Þessar rannsóknir sem er verið að vitna í eru gallaðar. Þær eru gerðar af kristilegum sjúkrahúsum og kristilegum skólum og er ætlað að sýna fram á ákveðnar niðurstöður,“ segir Helga Sól Ólafsdóttir, félagsráðgjafi á kvennadeild Landspítalans, um ummæli Siri Didriksen, eins skipuleggjenda Kristsdags, um fóstureyðingar.

Á Kristsdegi sem haldinn var í Hörpu þann 27. september síðastliðinn var sérstaklega beðið fyrir breyttum viðhorfum til fóstureyðinga.

Í viðtali við Fréttablaðið síðastliðinn mánudag sagði Siri að konum sem færu tvisvar og oftar í fóstureyðingu um ævina, „liði virkilega illa“ á efri árum og sagði hún máli sínu til stuðnings að rannsóknir sýndu fram á þá niðurstöðu. Vildi Siri meina að samfélagið setti þrýsting á margar ungar konur til að láta eyða fóstri og að konur notuðu fóstureyðingar eins og getnaðarvörn.

Helga Sól segist ekki hafa orðið vör við slíkt í sínu starfi. „Þetta er auðvitað alltaf erfið ákvörðun. Það koma engar konur hingað af því að þær langar til þess. Þær koma vegna þess að aðstæður eru þannig að þær sjá ekki fram á að þetta gæti hreinlega gengið. Það er þeirra eigið mat á eigin aðstæðum. Þær vilja geta gefið barni gott líf þegar þar að kemur. Mér finnst leiðinlegt að heyra tal um að konur noti þetta úrræði sem getnaðarvörn. Eftir öll mín ár í starfi hef ég ekki enn hitt þá konu.“

FÉLAGSRÁÐGJAFI Helga Sól Ólafsdóttir, félagsráðgjafi á Kvennadeild Landspítalans, segir dómhörku einkenna tal eins skipuleggjenda Kristsdags um fóstureyðingar. FRÉTTABLAÐIÐ/PJETUR

Helga Sól bendir á að þær konur sem nýti sér fóstureyðingu sem úrræði séu langflestar undir 24 ára aldri og að 70 prósent af fóstureyðingum séu framkvæmd undir níu vikum. Hún bendir á að fjöldi fóstureyðinga hafi staðið í stað í fjölda ára en þeim fari í raun fækkandi.

Helga Sól bendir á að þvert á móti fullyrðingum Siri sýni aðrar rannsóknir frá virtum rannsóknarhópum ekki fram á að fóstureyðingar valdi konum andlegri vanlíðan. Hún bendir á yfirlitsgrein frá 2008 sem mun vera sú grein sem mest er vitnað í á þessu sviði. Greinin tekur saman 21 rannsókn á áhrifum fóstureyðinga á andlega heilsu og segir að þar komi ekki fram nein neikvæð áhrif hjá þeim hópi sem farið hefur í fóstureyðingu umfram þann sem ekki hefur gert það.

Varðandi málflutning Siri segir Helga hann vera meiðandi fyrir þær konur sem hafa valið að láta eyða fóstri. „Þetta er svo mikil dómharka. Það er í raun og veru verið að ýta undir að þú eigir að skammast þín. Þér á að líða illa. Ef þér líður ekki illa er eitthvað að þér. Ég skil ekki hvernig manneskja sem talar um náungakærleika getur sagt þetta við kynsystur sínar.“

hannarut@frettabladid.is

Ríkisútvarpið ohf. er yfirskuldsett vegna gamalla lífeyrissjóðsskuldbindinga:

RÚV getur ekki staðið í skilum

FJÖLMIÐLAR Samkomulag hefur náðst milli RÚV og Lífeyrissjóðs starfsmanna ríkisins um frestun á afborgun af skuldabréfi að fjárhæð 190 milljónir króna. Gjalddagi bréfsins var í gær en hefur verið frestað til 31. desember 2014. Þetta kemur fram í tilkynningu frá RÚV.

Umfangsmiklar niðurskurðaraðgerðir undanfarins árs hafa ekki dugað til að vega á móti niðurskurði á þjónustutekjum og útlit er fyrir tap á rekstrarárinu 2013 til 2014. Viðræður standa yfir við stjórnvöld um að leysa úr þessum langtímavanda, auk þess sem unnið er að sölu eigna RÚV, meðal annars lóða og fasteigna.

Ingvi Hrafn Óskarsson formaður stjórnar RÚV er bjartsýnn á að RÚV muni geta greitt skuldina eftir fjóra mánuði. „RÚV er náttúrulega með tekjur allan ársins hring, frá auglýsingasölu og öðru, auk þess sem það fær greiðslu frá ríkinu sem innheimtir útvarpsgjaldið. En þetta sýnir bara þá þröngu stöðu sem RÚV er í, það má ekkert út af bregða,“ segir hann.

Ingvi segir að nú þegar hafi verið ráðist í umfangsmiklar niðurskurðaraðgerðir en segir að frekari uppsagnir séu ekki fyrirhugaðar að svo stöddu. Hann segir að umfang vandans sem safnast hefur upp sé slíkt að fleira þurfi að koma til. Nauðsynlegt sé að ræða fjárhagsmódel félagsins í samhengi við margbrotin lögboðin verkefni við stjórnvöld. - fbj

„Þetta sýnir bara þá þröngu stöðu sem RÚV er í, það má ekkert út af bregða.

Ingvi Hrafn Óskarsson, formaður stjórnar RÚV

VÖRUGJÖLD LÆKKA

KJARA KLÚBBUR %

Til stendur að afnema vörugjöld um áramót en **Kjaraklúbbur Húsasmiðjunnar færir þér kjarabætur strax** og lækkar verð á parketi, flísum, ljósum, blöndunartækjum, hreinlætistækjum, grillum og völdum heimilistækjum í formi sérkjara til klúbbmeðlima.
Þessi sérkjör til Kjaraklúbbsmeðlima gilda til áramóta.

Skráðu þig í Kjaraklúbbinn og fáðu afsláttinn strax!

KJARABÓT STRAX!

13% AFSLÁTTUR
PARKET

KJARABÓT STRAX!

13% AFSLÁTTUR
FLÍSAR

KJARABÓT STRAX!

13% AFSLÁTTUR
LJÓS

KJARABÓT STRAX!

13% AFSLÁTTUR
BLÖNDUNAR-TÆKI

KJARABÓT STRAX!

13% AFSLÁTTUR
HREINLÆTIS-TÆKI

KJARABÓT STRAX!

17% AFSLÁTTUR
GRILL
Gildir ekki af Weber grillum.

KJARABÓT STRAX!

17% AFSLÁTTUR
HEIMILISTÆKI – valdar vörur

KJARA KLÚBBUR %

Þú skráir þig í Kjaraklúbbinn á afgreiðslukassa í næstu verslun Húsasmiðjunnar

Sérkjör til Kjaraklúbbsmeðlima gilda ekki af vörum merktum "Lægsta lága verð Húsasmiðjunnar„

HÚSASMIÐJAN
HLUTI AF BYGMA

ALLT FRÁ GRUNNI AÐ GÓÐU HEIMILI
SÍÐAN 1956

SVONA ERUM VIÐ

1,4 milljónir gesta sóttu kvikmyndahús á Íslandi árið 2012.

það jafngildir því að hver landsmaður hafi sótt kvikmyndasýningu 4,5 sinnum.

Tólf prósent færri fóru þó í bíó árið 2012 en árið 2009.

Frávísunarkrafa Gísla Freys Valdórssonar í lekamálinu var tekin fyrir í gær:

Saksóknari sagður vanhæfur

LEKAMÁLIÐ Frávísunarkrafa Gísla Freys Valdórssonar í lekamálini var tekin fyrir í Héraðsdómi Reykjavíkur í gær. Gísli Freyr er ákærður fyrir brot gegn þagnarskyldu í opinberu starfi en hann er grunaður um að hafa látið óviðkomandi í té efni samantektar sem bar yfirskriftina „Minnisblað varðandi Tony Omos“, eins og segir í ákæru.

Við málflutninginn í gærmorgun spannst nokkur umræða um þann hluta frávísunarkröfunnar sem snýr að hlutlægnisskyldu. Verjandi Gísla Freys, Ólafur Garðarsson hæstaréttarlögmaður, sagði rannsóknaraðila hafa einblínt á það sem gæti bent til sektar umbjóðanda síns en leitt hjá sér öll atriði sem ýtt gætu undir sakleysi hans. Þá sagði verjandinn saksóknara jafnframt vera vanhæfan í málinu vegna þess að hann hafði „lækað“ við færslu á Facebook eftir Þórð Snæ Júlíusson, ritstjóra Kjarnans. Hann lýsti þar skoðun sinni á samsæriskenningu um lekamálið.

Helgi Magnús Gunnarsson, vararíkissaksóknari og saksóknari í málinu, setti „læk“ við umrædda færslu og sagði verjandi það sýna að hann væri ekki hlutlaus í málinu.

Verjandi Gísla fór þar að auki fram á að málinu yrði vísað frá vegna þriggja annarra atriða. Í fyrsta lagi var farið fram á frávísun vegna þess hve ákæran væri óskýr, í öðru lagi vegna brots gegn meðalhófsreglu og í þriðja lagi fyrir brot gegn jafnræðisreglu. Saksóknari hafnaði þessu öllu og fór fram á að málið yrði tekið til efnislegrar meðferðar.

- skh, glp

ÓSÆTTI Gísli Freyr og verjandi hans telja „læk“ á Facebook-færslu gera saksóknara óhæfan. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

ÁSTAND Talið er að um 2.500 flóttamenn hafi látist á Miðjarðarhafinu á þessu ári. FRÉTTABLAÐIÐ/AFP

Fjöldi flóttamanna látinn:

40.000 látnir frá árinu 2000

FLÓTTAMENN Samkvæmt skýrslu Alþjóðafólksflutningastofnunarinnar, sem nýverið kom út, hafa að minnsta kosti 40.000 flóttamenn eða innflytjendur látist frá árinu 2000. Samkvæmt skýrslunni voru um það bil 22.000 þeirra að reyna að komast til meginlands Evrópu. Þó er talið að 4.000 manns hafi látist á leið sinni til Evrópu frá ársbyrjun 2013.

Þá eru 6.000 manns taldir hafa látist á landamærum Mexíkó og Bandaríkjanna frá árinu 2000.

Á hverjum degi leggur fjöldi flóttamanna af stað í leit að betra lífi en mannréttindasamtökin Amnesty International hafa sagt í skýrslu að um 2.500 flóttamenn hafi látist í leið sinni að betra lífi eingöngu á Miðjarðarhafinu á þessu ári.

- glp

AFGANISTAN

Tvöföld sjálfsmorðsárás

Sjö fórust og 21 særðist í sjálfsmorðsárásum tveggja talíbana í Kabúl, höfuðborg Afganistans, í gær. Árásirnar voru gerðar í tveimur rútum með afganska hermenn um borð. Deginum áður skrifuðu bandarísk og afgönsk stjórnvöld undir samning um að bandarískt herlið verði í landinu lengur en til loka þessa árs.

LEIÐRÉTTING

Farið var rangt með föðurnafn Kristínar Kalmansdóttur, sviðsstjóra stjórnsýslusviðs Ríkisendurskoðunar, í Fréttablaðinu á þriðjudaginn. Var hún sögð Halldórsdóttir. Beðist er velvirðingar á þeim mistökum.

Frumvörp eru tóm tímasóun

Píratar segja að það sé tilgangslaust fyrir stjórnarandstöðu að leggja fram lagafrumvörp. Þeir leggja áherslu á fyrirspurnir. Björt framtíð hefur komið fram með fá mál það sem af er en boðar fjölda nýrra þingmála.

ALÞINGI Búið er að leggja fram 182 mál á Alþingi í haust. Af þeim á stjórnarandstaðan 112. Stjórnarandstaðan hefur lagt fram 14 lagafrumvörp, 23 þingsályktanir og 75 fyrirspurnir.

„Á meðan sú hefð ríkir á Alþingi að þingmannafrumvörp stjórnarandstöðunnar eru nánast aldrei samþykkt sjá Píratar ekki tilgang í að leggja þau fram, enda þingflokkurinn fámennur. Mér finnst hrein tímasóun að eyða tíma í að semja frumvörp,“ segir Birgitta Jónsdóttir þingmaður og bætir við að þó að Píratar leggi ekki mikið upp úr því að leggja fram frumvörp þá leggi þingmenn Pírata áherslu á að leggja fram tillögur að lagabreytingum á þeim frumvörpum sem Alþingi hefur til meðferðar á hverjum tíma.

Píratar hafa það sem af er þingi lagt fram þrjár þingsályktunartillögur. „Við leggjum áherslu á að leggja fram vandaðar þingsályktunartillögur og leggjum mikla vinnu í þær. Það eru mun meiri líkur á að stjórnarandstaðan fái þingsályktunartillögur samþykktar heldur en lagafrumvörp,“ segir Birgitta.

Píratar hafa lagt fram fjölda fyrirspurna á þingi í haust.

„Ég hef fengið mjög gagnlegar upplýsingar um hin ýmsu mál með því að leggja fram fyrirspurnir. Upplýsingar sem ég hefði ekki fengið að öðrum kosti. Fyrirspurnir eru góð leið fyrir þingmenn til að hafa eftirlit með framkvæmdarvaldinu. Þær eru líka góð leið til að hreyfa við málum,“ segir hún og bætir við að almenningur eigi oft á tíðum erfitt með að fá upplýsingar úr stjórnsýslunni. Því hafi hún og flokkssystkini hennar lagt fram fyrirspurnir fyrir fólk sem hafi komið fram með vel rökstuddar beiðnir þar að lútandi.

„Við erum með mörg mál í gangi sem eiga eftir að líta dagsins ljós á næstu dögum,“ segir Guðmundur Steingrímsson, formaður Bjartrar framtíðar, og nefnir að Björt framtíð ætli að leggja fram frumvarp um uppljóstrara og réttindi þeirra, þá sé frumvarp um breytingar á mannanafnalögum á leiðinni og annað um mannréttindamál.

„Við ætlum líka að endurflytja frumvarp til laga um breytingar á frídögum frá fyrra þingi og þingsályktunartillaga um að taka upp sumar- og vetrartíma verður líka endurflutt,“ segir Guðmundur og boðar auk þess þingsályktun um landbúnaðarkerfið.

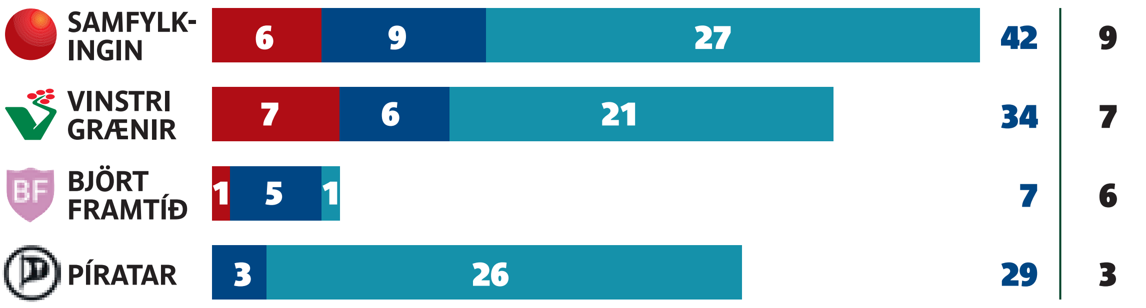
Hvað varðar fáar fyrirspurnir á þingi segir Guðmundur að Björt framtíð hafi lagt fram margar fyrirspurnir á síðasta þingi og það verði farið að dæla þeim inn að lokinni kjördæmaviku en henni lýkur nú um helgina. „Við förum að spyrja í löfana hvað þetta varðar,“ segir hann.

Guðmundur minnir á að einungis séu þrjár vikur liðnar síðan þing kom saman. Björt framtíð sé á leið inn í þingið með mörg mál. Hann segir að á síðasta löggjafarþingi hafi flokkurinn náð fjórum málum í gegnum þingið sem sé mjög góður árangur hjá stjórnarandstöðuflokki. Stefnt sé að því ná fleiri málum í gegn á þessu þingi.

johanna@frettabladid.is

GUÐMUNDUR STEINGRÍMSSON

FJÖLDI FRUMVARPA, ÁLYKTANA OG FYRIRSPURNA



Flokkur	Frumvörp	Þingsályktunartillögur	Fyrirspurnir	Alls	Þingmenn
SAMFYLKINGIN	6	9	27	42	9
VINSTRI GRÆNIR	7	6	21	34	7
BJÖRT FRAMTÍÐ	1	5	1	7	6
PÍRATAR		3	26	29	3

Frumvarp, þingsályktun og fyrspurn

- **Frumvarp til laga** er drög að nýjum lögum eða lagabreytingu sem lagt er fyrir löggjafann til umræðu og samþykktar. Þegar lagafrumvarp hefur verið samþykkt af löggjafanum þarf að bera það undir forseta til staðfestingar.
- **Þingsályktun** er samþykkt Alþingis sem ekki þarfnast staðfestingar forseta Íslands, ólíkt almennum lögum. Þær geta haft þýðingu sem réttarheimild. Þingsályktunartillögur eru eins konar viljayfirlýsing af hálfu löggjafarvaldsins.
- **Fyrirspurn.** Þingmaður getur lagt fram skriflega fyrirspurn til ráðherra um opinbert málefni og er henni annaðhvort svarað munnlega á fyrirspurnafundi eða ráðherra veitir skriflegt svar við henni.

„Á meðan sú hefð ríkir á Alþingi að þingmannafrumvörp stjórnarandstöðunnar eru nánast aldrei samþykkt sjá Píratar ekki tilgang í að leggja þau fram.

Birgitta Jónsdóttir, þingmaður Pírata

Vinnustaðaúttekt og líkamsbeiting

Vinnustaðaúttekt sjúkraþjálfara felur í sér kerfisbundna athugun á vinnuumhverfi þar sem blandað er saman greiningu á aðstæðum, fræðslu til starfsfólks og ráðgjöf til stjórnenda.

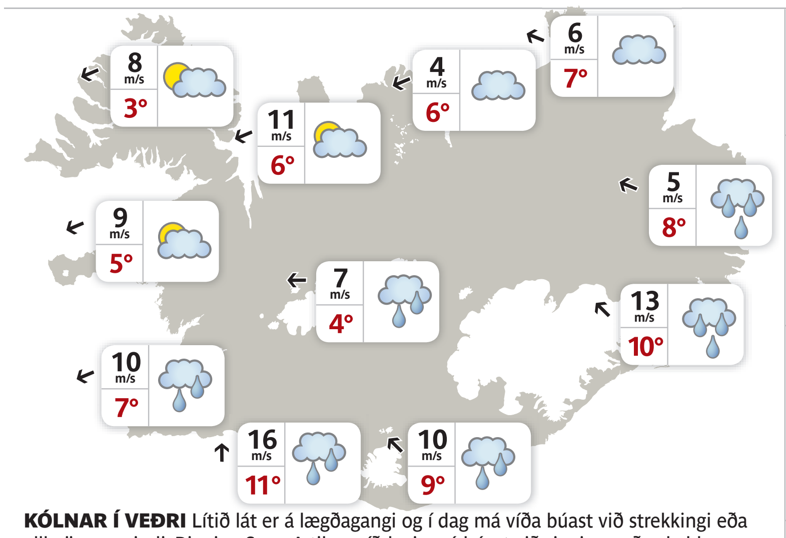
Vinnuvernd ehf. sinnir einnig fræðslu um líkamsbeitingu á vinnustöðum í ólíkum starfsgreinum.

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

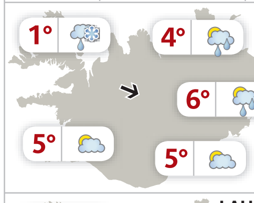
VINNUVERND ehf
vellíðan í vinnu

Veðurspá

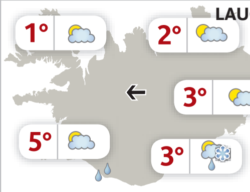
Gildistími korta er um hádegi



Alicante	26°	Friedrichshafen	19°	New York	21°
Aþena	26°	Gautaborg	15°	Orlando	30°
Basel	23°	Kaupmannahöfn	15°	Ósló	16°
Berlín	20°	Las Palmas	27°	París	23°
Billund	16°	London	20°	San Francisco	27°
Frankfurt	21°	Mallorca	26°	Stokkhólmur	14°



Á MORGUN Víða strekkingur eða allhvasst í fyrstu en lægir síðdegis.



LAUGARDAGUR Yfirleitt fremur hægur vindur.

KÓLNAR Í VEÐRI Lítið lát er á lægðagangi og í dag má víða búast við strekkingi eða allhvössum vindi. Rigning S- og A-til og síðdegis má búast við rigningu eða slyddu norðantil. Á morgun léttir til sunnanlands og lægir töluvert um miðjan daginn.

Soffía Sveinsdóttir
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

MIÐNÆTUR opnun

Í KVÖLD

Allar verslanir opnar til miðnættis.
Afslættir, tilboð og skemmtilegir viðburðir!

20:30 Valdimar Guðmundsson
21:00 Ari Eldjárn
21:30 Sirkussýning frá Sirkus Íslands
22:00 Raggi Bjarna
22.30 Skítamórall
20-23 Ari Eldjárn og Björn Bragi úr uppistandshópnum Mið-Ísland halda uppi fjörinu allt kvöldið
20-23 DJ Yamaho og DJ Anna Rakel halda uppi stuðinu í Gryfjunni á 1. hæð

- **Te & Kaffi og Ölgerðin bjóða upp á kaffi og með því.**
- **Vörukynningar.**
- **Trúðar frá Sirkus Íslands verða á vappinu.**

OPIÐ TIL KL. 24

ALLT AÐ 50% AFSLÁTTUR

SJÁ BLS. 14-17

ÍSLENSKA/SIA.IS SML 70358 09/14

SMÁRALIND
Góða skemmtun

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

VEISTU SVARIÐ?

1. Hvað eru íslensku mörkin orðin mörg í norsku úrvalsdeildinni í ár?
2. Hvaða fyrirtæki sameinast í CP Reykjavík?
3. Hvaða átaki hrinti Ævar Þór Benediktsson af stað í grunnskólum?

SVÖR:
1. 62. **2.** Congress Reykjavík og Practical. **3.** Lestrarátaki.

Tveir menn deildu um eignarréttinn á 67 ára gömlu mótorhjóli fyrir dómi:

Lánaði mótorhjólið árið 1969

DÓMSMÁL Tveir menn deildu fyrir dómstólum um eignarrétt á 67 ára gömlu mótorhjóli sem er ógangfært. Héraðsdómur Reykjavíkur komst að þeirri niðurstöðu á mánudaginn að engar sannanir væru fyrir því að eldri maðurinn, upphaflegur eigandi hjólsins, hefði gefið kunningja sínum hjólið eins og sá yngri hélt fram.

Sá eldri tók hjólið af heimili yngri mannsins í apríl í fyrra og var í kjölfarið kærður fyrir þjófnað en sá yngri vill meina að hann sé eigandi hjólsins eftir að hafa fengið það í gjöf frá hinum þegar hann var fimmtán ára árið 1969.

Eldri maðurinn sagði fyrir dómi að hann hefði lánað þeim yngri hjólið þegar það bilaði gegn þeim skilyrðum að hann myndi gera við það.

Maðurinn sem segist hafa fengið hjólið gefins segir að hinn hafi aldrei nefnt að hann ætti að gera við hjólið en það hafi verið óökuhæft. - sáp

HÉRAÐSDÓMUR Reykjavíkur komst að þeirri niðurstöðu að engar sannarnir væru fyrir því að eldri maðurinn hefði gefið þeim yngri hjólið. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Árás við skóla í Sýrlandi:

22 fórust í sprengingum

SÝRLAND, AP Að minnsta kosti 22 fórust, þar af tíu börn, þegar tvær sprengjur sprungu skammt frá skóla í Sýrlandi í gær. Talið er að uppreisnarmenn hafi staðið á bak við árásirnar. Sprengjurnar sprungu í þann mund sem börn voru að fara heim eftir síðustu kennslustundina. Að minnsta kosti 56 manns til viðbótar særðust. Um var að ræða bílsprengju í bifreið sem lagt hafði verið við skólann og sjálfsmorðsárás úr bíl sem var ekið að skólanum. - fb

HOLUHRAUN Rannsóknirnar geta bætt við forvitnilegum fróðleik um yfirstandandi hræringar. FRÉTTABLAÐIÐ/EGILL

Grunnvatn gæti sagt fyrir um jarðskjálfta

Rannsóknir á grunnvatni benda til að efnabreytingar í því geti haft forspárgildi um stóra jarðskjálfta. Gæti nýst vel með öðrum rannsóknum sem lúta að því sama. Vísindamenn rannsaka gögnin nú í samhengi við eldgosið í Holuhrauni.

NÁTTÚRA Vísbendingar eru um að breytingar á efnasamsetningu grunnvatns á jarðskjálftasvæðum hafi forspárgildi um stóra jarðskjálfta og geti aukið skilning á breytingum í jarðskorpunni sem verða fyrir slíka skjálfta. Niðurstöðurnar gefa fyrirheit um að hægt sé að nota rannsóknir á grunnvatni til að segja fyrir um stóra atburði í náttúrunni.

Þetta eru niðurstöður nýrrar rannsóknar sem vísindamenn frá Stokkhólmsháskóla, Háskólanum á Akureyri, Háskóla Íslands, King Abdullah University of Science and Technology í Sádi-Arabíu , Gautaborgarháskóla, Landsvirkjun og Karolínsku stofnuninni í Stokkhólmi, standa að. Fjallað er um rannsóknina í hinu virta vísindariti Nature Geoscience.

Árný Erla Sveinbjörnsdóttir, vísindamaður við Jarðvísindastofnun, er meðal aðstandenda rannsóknarinnar. Hún segir að niðurstöðurnar byggi á rannsóknum á heitu grunnvatni úr borholu á Hafralæk skammt frá Húsavík. Rannsóknartíminn er mun lengri en í fyrri rannsóknum af svipuðum toga, en á þessu tímabili urðu nokkrir stórir skjálftar á Húsavíkur–Flateyjar brotabeltinu og á brotabelti kenndu við Grímsey.

Að sögn Árnýjar sýna rannsóknirnar að tveimur til sex mánuðum fyrir stóra jarðskjálfta tók að bera á breytingum í jarðhitavatninu í Hafralæk og náðu þær hámarki fyrir stærstu skjálftana.

Árný segir að ekkert sé fullyrt um að niðurstöður rannsóknarinnar hafi ótvírætt forspárgildi um stóra jarðskjálfta, en breytingarnar í efnafræði vatnsins sem sagt er frá í greininni séu hins vegar vissulega marktækar.

„Það sem vekur áhuga er að þessar niðurstöður gætu nýst í samhengi við aðrar rannsóknir við að spá fyrir um stóra atburði. Þarna gæti verið komið eitt, og jafnvel mikilvægt, púsl í að rannsaka breytingar sem verða í jarðskorpunni fyrir stóra skjálfta.“

Annars staðar í heiminum hafa verið stundaðar áþekkar rannsóknir, en sérstaða rannsókna við Hafralæk felst í því hversu lengi þær stóðu yfir, eða frá árinu 2008 til 2013. Allt þetta tímabil voru sýni tekin úr borholunni vikulega.

Spurð um framhald rannsóknarinnar segir Árný: „Sýnasöfnun er enn í gangi og það verður áhugavert að skoða gögnin okkar með tilliti til jarðhræringanna í Bárðarbungu. Það verður mjög spennandi viðbót við öll önnur jarðvísindaleg gögn sem eru að safnast upp þessa dagana.“

svavar@frettabladid.is

> **Sýnasöfnun er enn í gangi og það verður áhugavert að skoða gögnin okkar með tilliti til jarðhræringanna í Bárðarbungu.**
>
> *Árný Erla Sveinbjörnsdóttir*

Fjarlægðir, vindáttir og magn gosefna ráða mestu um áhrif á ferskvatnsfisk:

Vatnalíf ætti ekki að skaðast

NÁTTÚRA Ekki eru miklar líkur á því að vatnalíf og fiskur skaðist vegna mengunar frá eldgosinu í Holuhrauni, er mat Veiðimálastofnunar með þeim fyrirvara að í eldgosum hefur skaði hlotist af eldgosum. Fjarlægðir, ríkjandi vindáttir og magn gosefna frá eldstöðinni ráða hér mestu um.

Vatnalíf skaðast af efnum frá gosösku sem losnar með úrkomu og fer í vötn. Þá getur aska sem fer í ár og vötn fyllt búsvæði vatnalífvera og valdið dauða. Þá eru ótalin flóð sem verða í ám vegna eldgosa undir jökli.

Talsverður skaði varð vegna þessa í eldgosinu í Eyjafjallajökli og svo í Grímsvatnagosinu árið 2011. Askan frá Eyjafjallajökli var súr og olli súrnun í ám undir Eyjafjöllum en askan frá Grímsvötnum var basísk. Þá eru þekkt dæmi um dauða fiska vegna efnamengunar í öskufalli frá Heklu, til dæmis á húnvetnsku heiðunum bæði 1970 og 1980.

Veiðimálastofnun bendir á að loftborin brennisteinsmengun í miklu magni eða í langan tíma getur valdið skaða í vatni. Sá skaði er fyrst og fremst fólginn í að sýrustig lækkar og vatnið verður súrara. Á móti kemur að íslenskt vatn er yfirleitt basískt og þarf því meira til að slíkt vatn verði súrt. - shá

MÝVATN Fjarlægðir, vindátt og magn gosefna ráða mestu um skaða vegna eldgosa. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

TAX FREE
DAGAR
ó mæ god!
AFNEMUM
VIRÐISAUKASKATT*
AF ÖLLUM
DÖMUFATNAÐI
2.-5. OKTÓBER
*Jafngildir 20,32% verðlækkun. Að sjálfsögðu fær ríkissjóður 25,5% virðisaukaskatt af þessari sölu. Verðlækkunin er alfarið á kostnað Hagkaups.
HAGKAUP
Skemmtilegast að versla

Kim Jong-Un á spítala:

Í aðgerð vegna ökklameiðsla

NORÐUR-KÓREA Hinn umdeildi leiðtogi Norður-Kóreu, Kim Jong-un, er samkvæmt suðurkóreska miðlinum Chosun Ilbo þessa dagana á spítala eftir að hafa farið í aðgerð á báðum ökklum. Hann er sagður hafa meiðst illa þegar hann heimsótti herstöðvar klæddur háhæluðum skóm.

Hann er sagður liggja á Bonghwa-spítalanum í höfuðborginni Pjongjang og er öryggisgæslan þar sögð hafa verið aukin talsvert. - glp

Laun á opinberum markaði enn 17 prósentum lægri samkvæmt könnum SFR:

Segja launabil ekki minnkandi

KJARAMÁL Niðurstaða launakönnunar SFR um samanburð á launaþróun á milli stéttarfélaga sem tilheyra opinberum vinnumarkaði, SFR og Starfsmannafélags Reykjavíkurborgar og VR sem tilheyrir þeim almenna sýnir að launabil á milli markaða hefur ekki minnkað og engar vísbendingar eru um að svo verði. Í tilkynningu frá SFR kemur fram að enn er mikill munur á grunnlaunum félaganna, þar sem meðalgrunnlaun SFR-félaga er rúmar 336 þúsund en meðalgrunnlaun VR eru rúmlega 507 þúsund.

Munurinn á heildarlaunum er hins vegar 100 þúsund krónum minni, eða 471 þúsund hjá SFR en 575 þúsund hjá VR. Í tilkynningunni segir: „Það er ekkert launungarmál að grunnlaunum opinberra starfsmanna er haldið niðri og þeim bætt lágu launin að hluta til með aukagreiðslum, svo sem óunninni yfirvinnu […] Þrátt fyrir þetta stendur eftir að launamunur á milli opinberra starfsmanna og starfsmanna á almennum markaði er 17%.“ - hó

LAUNAMUNUR Launakönnun SFR sýnir að mikill munur er á launakjörum félaganna. FRÉTTABLAÐIÐ/RÚNAR

Tengi betur Vogahverfin:

Sæbrautin fari undir jörðina

SKIPULAGSMÁL „Tryggja þarf betur en kemur fram í tillögum að tengingar séu góðar milli Vogahverfis og Vogabyggðar meðal annars með því að setja Sæbraut í stokk eða sambærilega lausn,“ segir í ítrekun hverfisráðs Laugardals um breytingatillögu á aðalskipulagi. Huga þurfi að formum bygginga með tilliti til hugsanlegra vindhvirfla og að gera hljóðvistarmælingar á hafnarsvæði og vegna þungaflutninga eftir Kleppsmýrarvegi. - gar

TRYGGINGASTOFNUN Segja synjun á örorkubótum aftur í tímann ekki hafa byggst á ástæðu sem Tryggingastofnun beitti en viðurkennir að rétt sé hjá umboðsmanni Alþingis að hafi verið ólögleg. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

SIGRÍÐUR LILLY BALDURSDÓTTIR, FORSTJÓRI TR

Játar mistök en telur þau ekki skipta máli

Tryggingastofnun játar að hafa beitt kröfu um „sérstakar aðstæður“ við greiðslu örorkubóta aftur í tímann án þess að fyrir henni væri lagastoð. TR hefur ekki frumkvæði að leiðréttingu en segir þá sem telja á sér brotið geta óskað endurupptöku.

FÉLAGSMÁL „Telji einhver að réttur hafi verið á sér brotinn vegna synjunar á afturvirkum greiðslum er bent á að hægt er að óska endurupptöku á málinu hjá stofnuninni,“ segir í tilkynningu frá Tryggingastofnun vegna nýs álits umboðsmanns Alþingis.

Eins og fram kom í Fréttablaðinu í gær segir umboðsmaður Alþingis að Tryggingastofnun hafi án lagastoðar sett tiltekin skilyrði fyrir örorkubótum aftur í tímann. Úrskurðarnefnd almannatrygginga hafi síðan tekið undir með Tryggingastofnun og brotið á þroskaskertri konu með því að draga í efa að fötlun hennar væri meðfædd án þess að gefa henni færi á að leggja fram frekari gögn máli sínu til stuðnings. Hún vildi fá örorkubætur tvö ár aftur í tímann eins og heimilt er samkvæmt lögum.

„Ábending umboðsmanns Alþingis að orðalagið „sérstakar aðstæður“ eigi sér ekki stoð í lögunum er réttmæt. Munum við þegar bregðast við þeirri ábendingu og lagfæra texta bréfanna. Synjunin á afturvirkum greiðslum örorkulífeyris byggist enda ekki á því hvort um „sérstakar aðstæður“ sé að ræða heldur því hvort skilyrði mats á örorku séu uppfyllt,“ segir Tryggingastofnun.

Í Fréttablaðinu í gær var haft eftir Daníel Isebarn Ágústssyni, lögmanni Öryrkjabandalags Íslands, sem fór með mál konunnar til umboðsmanns, að Tryggingastofnun hefði árum saman þverskallast við endurteknum ábendingum um að verklag stofnunarinnar væri andstætt lögum. Sagðist Daníel telja hundruð öryrkja hafa verið snuðuð um bætur.

Tryggingastofnun segir í tilkynningu sinni að greiddar séu bætur í allt að tvö ár aftur í tímann ef réttur viðkomandi sé ótvíræður, enda hafi verið sótt um afturvirkar greiðslur. Úrskurðarnefnd almannatrygginga hafi ýmist staðfest þá framkvæmd Tryggingastofnunar að um undanþáguákvæði væri að ræða eða ekki.

> ➜ Synjunin á afturvirkum greiðslum örorkulífeyris byggist enda ekki á því hvort um „sérstakar aðstæður“ sé að ræða heldur því hvort skilyrði mats á örorku séu uppfyllt.
>
> *Tryggingastofnun ríkisins*

Fréttablaðið óskaði eftir því við Tryggingastofnun að því yrði svarað hvort stofnunin myndi nú endurupptaka önnur mál en mál fyrrgreindrar konu og þá hversu mörg mál og hversu langt aftur í tímann.

Þessu hefur TR ekki svarað að öðru leyti en því sem hér kemur fram að þeir sem telji á sér brotið vegna synjunar á afturvirkum greiðslum geti óskað eftir því að mál þeirra verði tekin upp aftur. Þannig virðist TR ekki ætla að hafa frumkvæði að því að leiðrétta fyrri ákvarðanir sínar.

gar@frettabladid.is

Öryrkjar segja TR gera lítið úr áliti umboðsmanns Alþingis

DANÍEL ISEBARN ÁGÚSTSSON

Öryrkjabandalagið lýsir yfir „miklum vonbrigðum“ með viðbrögð Tryggingastofnunar vegna álits umboðsmanns Alþingis í máli þroskaskertu konunnar sem fjallað er um hér að ofan.

Daníel Isebarn Ágústsson, lögmaður ÖBÍ, segir viðbrögð Tryggingastofnunar ekki verða skilin með öðrum hætti en að stofnunin muni halda áfram verklagi sínu og setja viðbótarskilyrði fyrir greiðslum aftur í tímann jafnvel þótt umboðsmaður hafi komist að þeirri niðurstöðu að slíkt sé ólögmætt.

Einnig segir Daníel TR gera lítið úr niðurstöðu umboðsmanns um að viðbótarskilyrði stofnunar um „sérstakar aðstæður“ eigi sér ekki stoð í lögum. Stofnunin segi nú að ekki hafi verið byggt á skilyrði um „sérstakar aðstæður“ við synjun á afturvirkum greiðslum.

„Það er beinlínis rangt enda kemur meðal annars fram að byggt var á því í máli konunnar sem leitaði til umboðsmanns í framangreindu máli,“ segir Daníel sem kveður ÖBÍ auk þess hafa fjölmörg dæmi um að Tryggingastofnun hafi synjað greiðslum aftur í tímann þar sem stofnunin telji ekki uppfyllt skilyrðið um „sérstakar aðstæður“.

Þá segir Daníel að Öryrkjabandalagið telji að Tryggingastofnun beri sjálfri að hafa frumkvæði að því að endurupptaka mál en birta ekki aðeins tilkynningu á heimasíðu stofnunarinnar um að þeir geti óskað endurupptöku sem telji á sér brotið.

„Ekki er hægt að ætlast til þess að öryrkjar gæti að þessum atriðum enda er um að ræða flókið lagalegt atriði sem margir átta sig ekki á,“ segir lögmaðurinn sem kveður ljóst að Tryggingastofnun hafi gert mistök við afgreiðslu fjölda mála sem lúti að greiðslum aftur í tímann. „Stofnuninni ber að leiðrétta þau mistök sjálf með því að fara yfir synjanir á slíkum beiðnum á síðustu árum.“

GRÍSAVEISLA Í NETTÓ!

netto
Kræsingar & kostakjör

VERÐ-SPRENGJA!

BAYONNESKINKA
FRÁBÆRT VERÐ!
KÍLÓVERÐ
VERÐ ÁÐUR 1.998,-
999,-
-50%

GRÍSABÓGUR
REYKTUR
KÍLÓVERÐ
VERÐ ÁÐUR 1.198,-
599,-
-50%

GRÍSAHRYGGJAFÍLE
STJÖRNUGRÍS - MARINERAÐ
KÍLÓVERÐ
VERÐ ÁÐUR 2.498,-
1.499,-
-40%

GRÍSAGÚLLAS
FERSKT
KÍLÓVERÐ
VERÐ ÁÐUR 1.817,-
999,-
-45%

GRÍSAHRYGGUR
GOÐI - 1/2 LÚXUSHRYGGUR
KÍLÓVERÐ
VERÐ ÁÐUR 2.198,-
1.099,-
-50%

GRÍSAKÓTELETTUR
FERSKT - Í RASPI
KÍLÓVERÐ
VERÐ ÁÐUR 1.994,-
1.196,-
-40%

GRÍSASKANKAR
STJÖRNUGRÍS - FROSIÐ
KÍLÓVERÐ
VERÐ ÁÐUR 698,-
349,-
-50%

PORK ROAST GRÍSAHNAKKI
GOÐI
KÍLÓVERÐ
VERÐ ÁÐUR 1.989,-
1.392,-
-30%

SVÍNAHAKK
FERSKT
KÍLÓVERÐ
VERÐ ÁÐUR 889,-
578,-
-35%

SVÍNASNITSEL
FERSKT Í RASPI
KÍLÓVERÐ
VERÐ ÁÐUR 1.994,-
1.196,-
-40%

GRÍSABÓGUR - HRINGSKORINN
STJÖRNUGRÍS - FRROSINN
KÍLÓVERÐ
VERÐ ÁÐUR 889,-
498,-
-44%

SVÍNALUNDIR
DANSKAR FROSNAR
KÍLÓVERÐ
VERÐ ÁÐUR 1.979,-
1.286,-
-35%

SVÍNARIFJABITAR
KJÖTSEL - BBQ
KÍLÓVERÐ
VERÐ ÁÐUR 898,-
449,-
-50%

MJÓLKURGRÍS
HEILL
KÍLÓVERÐ
3.798,-

Tilboðin gilda 2. - 5. okt 2014

Tilboðin gilda meðan birgðir endast. | Birt með fyrirvara um prentvillur og myndavíxl. | Vöruúrval getur verið breytilegt milli verslana.

Tíu drepnir í Úkraínu:

Ná völdum yfir flugvellinum

ÚKRAÍNA, AP Uppreisnarsinnar í austurhluta Úkraínu virtust í gær vera að ná völdum yfir flugvellinum í borginni Donetsk, sem hefur verið á umráðasvæði stjórnvalda. Þetta þykir hernaðarlega mikilvægur sigur fyrir uppreisnarsinna. Að minnsta kosti tíu voru drepnir á svæðinu í kringum flugvöllinn, þar af fjórir skammt frá skóla. Um 70 börn voru inni í skólanum á meðan átökin áttu sér stað en aðeins fullorðnir voru á meðal látinna. - fb

Réttarhöld yfir Radovan Karadzic, fyrrverandi leiðtoga Bosníu-Serba, fara fram í borginni Haag:

Viðurkennir siðferðilega ábyrgð á glæpum

HOLLAND, AP Radovan Karadzic, fyrrverandi leiðtogi Bosníu-Serba, sagði í réttarhöldum í gær að saksóknarar hefðu ekki „snefil af sönnunargögnum" sem tengja hann við voðaverkin í Bosníustríðinu. Í 874 blaðsíðna bréfi þar sem vörn hans í málinu er útlistuð viðurkennir hann að sem leiðtogi Bosníu-Serba beri hann „siðferðislega ábyrgð á öllum þeim glæpum sem voru framdir af almennum borgurum og herliði Srpska".

Karadzic er ákærður í ellefu liðum af stríðsglæpadómstólnum í Haag, þar á meðal fyrir þjóðarmorð og ofsóknir Bosníu-Serba á meðan á stríðinu í Júgóslavíu stóð 1992 til 1995. Um eitt hundrað þúsund manns féllu í stríðinu. Hinn 69 ára gamli Karadzic sagðist ekki hafa vitað af því að Bosníu-Serbar hefðu slátrað rúmlega sjö þúsund múslímum í Srebrenica árið 1995. Það var stærsta fjöldamorð í sögu Evrópu frá því í síðari heimsstyrjöldinni.

Hann sagði réttarhöldin ekki aðeins vera yfir honum heldur öllum Bosníu-Serbum. „Ef ég er brjálaður er ein og hálf milljón manna líka brjáluð fyrir að leyfa sonum sínum að fara í ískaldar skotgrafir til að verja heimili þeirra og fjölskyldur í þrjú ár?" spurði hann. Karadzic á yfir höfði sér lífstíðarfangelsi verði hann fundinn sekur. Talið er að nokkrir mánuðir muni líða áður en dómstóllinn kemst að niðurstöðu í málinu. - fb

7.000 múslímar voru drepnir í Srebrenica árið 1995.

FYRIR RÉTTI Radovan Karadzic sagði saksóknara ekki hafa „snefil af sönnunargögnum" í réttarhöldunum yfir sér. FRÉTTABLAÐIÐ/AP

2í1

Kvef?

Otrivin Comp - gegn nefstíflu og nefrennsli

Otrivin® Comp

Andaðu með nefinu

Otrivin Comp, nefúði, lausn. Innihaldslýsing: Xýlómetazólínhýdróklóríð 0,5 mg/ml og ipratrópíumbrómíð. **Ábendingar:** Einkenni nefstíflu (þrútinnar nefslímhúðar) og nefrennslis af völdum kvefs. **Skammtar og lyfjagjöf fyrir fullorðna eldri en 18 ára:** 1 úðaskammtur í hvora nös eftir þörfum, að hámarki þrisvar á sólarhring. Að minnsta kosti 6 klukkustundir skulu líða milli tveggja skammta, draga skal úr skömmtum þegar einkenni lagast. Ekki má nota Otrivin Comp lengur en 7 daga þar sem langvarandi notkun xýlómetazólínhýdróklóríðs getur leitt til bólgu í nefslímhúð og aukinnar slímmyndunar. Snýttu þér. Fjarlægðu glæru plasthettuna. Skorðaðu úðaflöskuna milli fingranna. Úðað er með því að þrýsta kraganum niður að flöskunni. Hallaðu höfðinu örlítið fram. Stúturinn á úðaflöskunni er settur upp í nösina. Úðað er einu sinni, um leið og andað er að sér inn um nefið. Farðu eins að í hina nösina. Ekki má nota lyfið ef þú ert með ofnæmi fyrir einhverju innihaldsefnanna, ofnæmi fyrir atrópíni eða svipuðum efnum (t.d. hýoscýamín eða skópólamín), ef þú hefur gengist undir aðgerð í gegnum nefið eða munninn, ef þú ert með nefþurrk vegna slímhúðarbólgu eða ert með gláku. **Ráðfærðu þig við lækni áður en lyfið er notað ef þú ert:** Þunguð, með barn á brjósti, næmur fyrir adrenvirkum efnum, hjarta- eða æðasjúkdóm, skjaldvakaóhóf, sykursýki, háþrýsting, erfiðleika við þvaglát (stækkaðan blöðruhálskirtil), æxli í nýrnahettum, ef þú færð oft blóðnasir (t.d. aldraðir), ert með þarmalömun, slímseigjusjúkdóm, þunglyndi og ert á lyfjameðferð við því. **Geymið þar sem börn hvorki ná til né sjá. Lesið allan fylgiseðilinn vandlega áður en byrjað er að nota lyfið. Sjá notkunarleiðbeiningar í fylgiseðli.** Markaðsleyfishafi: Novartis Healthcare. Umboð á Íslandi: Artasan ehf., Suðurhrauni 12a, 210 Garðabæ.

GULLVER NS-12 Óvissutímar eru fram undan hjá áhöfn skipsins við breytingar á eignarhaldi. MYND/ADOLF

Seyðfirðingar líta á söluna sem tækifæri

Síldarvinnslan í Neskaupstað hefur keypt útgerð og fiskvinnslu Gullbergs og Brimbergs á Seyðisfirði. Áfram er stefnt að því að gera út frá staðnum. Bæjaryfirvöld telja ekki ástæðu til að óttast neikvæð áhrif af viðskiptunum í framtíðinni.

ATVINNUMÁL „Ég held að þessum breytingum geti fylgt tækifæri til að efla samfélagið hérna. Að því leytinu er þetta jákvætt og ekki ástæða til að óttast þessar breytingar miðað við það sem við okkur er sagt," segir Arnbjörg Sveinsdóttir, forseti bæjarstjórnar á Seyðisfirði, um mat bæjarstjórnarinnar eftir tíðindi gærdagsins.

Síldarvinnslan í Neskaupstað hefur keypt öll hlutabréf í Gullbergi ehf. á Seyðisfirði sem gerir út togarann Gullver NS 12. Samhliða kaupum á togaranum keypti fyrirtækið húsnæði og búnað Brimbergs til fiskvinnslu á staðnum. Áfram er stefnt að því að gera út frá Seyðisfirði og tryggja störf tengd sjávarútvegi í byggðarlaginu. Síldarvinnslan hefur þegar töluverð umsvif á Seyðisfirði og rekur þar þegar fiskimjölsverksmiðju.

„Við gerum okkur grein fyrir þeirri samfélagslegu ábyrgð sem spilar inn í þessi kaup. Við erum ekki að koma hingað inn til að fara, enda felur fjárfestingin sjálf í sér fyrirheit um áframhaldandi starfsemi," segir Gunnþór Ingvason, framkvæmdastjóri Síldarvinnslunar, spurður um kaupin og þýðingu þeirra fyrir útgerð og vinnslu. Gunnþór segir að þegar eigendur Gullbergs leituðu eftir viðræðum hafi ekki verið sjálfgefið að kaupa fyrirtækið, en ljóst að þá hefðu aðrir keypt. „Verkefnið er að spila úr þessu núna. Umsvif Síldarvinnslunnar á Seyðisfirði munu aukast, verði viðskiptin samþykkt af Samkeppnisftirlitinu, en óábyrgt að lýsa því yfir að starfsemin verði í sama farvegi og hingað til. Markmiðið er að skapa góða umgjörð um traust störf og útgerð á svæðinu," segir Gunnþór.

Arnbjörg bætir við að það sé vissulega jákvætt, og viss trygging í því falin, að rótgróið fyrirtæki á Austurlandi kaupi fyrirtækið, sem hefur verið máttarstólpi í bæjarfélaginu í yfir hálfa öld.

„Við gerum okkur grein fyrir þeirri samfélagslegu ábyrgð sem spilar inn í þessi kaup. Við erum ekki að koma hingað inn til að fara, það er ekki markmiðið," segir

GUNNÞÓR INGVASON

ARNBJÖRG SVEINSDÓTTIR

Gunnþór Ingvason, framkvæmdastjóri Síldarvinnslunnar, spurður um kaupin og þýðingu þeirra fyrir útgerð og vinnslu. Gunnþór segir að þegar eigendur Gullbergs leituðu eftir viðræðum hafi ekki verið sjálfgefið að kaupa fyrirtækið, en ljóst að aðrir hefðu keypt ef þessi ákvörðun hefði ekki verið tekin. „Verkefnið er að spila úr þessu núna, og óábyrgt á þessum tímapunkti að lýsa því yfir að starfsemin verði í sama farvegi og hingað til. Við verðum að fá að vinna úr þessu, en það er skiljanlegt að það sæki ótti að fólki," segir Gunnþór.

Hjá fyrirtækjunum á Seyðisfirði starfa um sjötíu manns í dag.

svavar@frettabladid.is

Trúir því að salan styrki byggð á Seyðisfirði

Adolf Guðmundsson, framkvæmdastjóri Gullbergs ehf. á Seyðisfirði, hefur tilkynnt stjórn LÍÚ að hann gefi ekki kost á sér til áframhaldandi formennsku í sambandinu. Adolf hefur verið formaður stjórnar LÍÚ frá árinu 2008, eða í sex ár. Hann hverfur frá formennsku þar sem hann verður ekki lengur aðili að sambandinu eftir sölu fyrirtækisins.

„Þetta var einfaldlega ákvörðun hluthafa félagsins á aðalfundi í maí. Það er ekki mikið meira um tilurð sölunnar að segja," segir Adolf. Hluthafar eru fjórtán, en um gróið fjölskyldufyrirtæki er að ræða.

„Þetta er stór ákvörðun fyrir okkur. Eitt skilyrða var að tryggt yrði, eins og hægt er, að áfram yrði gert út frá Seyðisfirði og reynt yrði að styrkja fiskvinnslu eftir fremsta megni. Ég held því fram að þessi samningur eigi eftir að renna styrkari stoðum undir byggð á staðnum," segir Adolf sem trúir því að sala til Síldarvinnslunnar sé gæfuspor og þess vegna hafi verið leitað þangað með kaupin.

Adolf telur ekki rétt að greina frá einstökum atriðum er varða kaupin fyrr en samþykki Samkeppniseftirlitsins liggur fyrir.

DEBENHAMS

Miðnæturopnun

OPIÐ TIL
24:00
Í DAG

25% AFSLÁTTUR

AF ÖLLUM VÖRUM

NEMA **20%** AFSLÁTTUR
AF SNYRTIVÖRUM*

GILDIR EKKI AF ÖÐRUM TILBOÐUM

OFURTILBOÐ

BARA Í DAG
FIMMTUDAGINN 2. OKT.

40% AF

VÖLDUM VÖRUM**

40% AFSLÁTTUR af öllum dömufatnaði frá Principles

40% AFSLÁTTUR af öllum dömufatnaði frá Pineapple

40% AFSLÁTTUR af völdum aðhaldsfötunum

40% AFSLÁTTUR af „picot edge print bra" 2 í pakka

40% AFSLÁTTUR af brúðarmeyjukjólum frá John Rocha

40% AFSLÁTTUR af öllu skarti

40% AFSLÁTTUR af öllum herrafatnaði frá Thomas Nash

40% AFSLÁTTUR af öllum Red Herring dömu- og herraskóm

Finndu okkur á facebook

*Gildir ekki af öðrum tilboðum.
**Á meðan birgðir endast.

DEBENHAMS SMÁRALIND
KONUR HERRAR BÖRN SNYRTIVÖRUR

Í BÆJARSTJÓRN Einróma var samþykkt í bæjarstjórn Hafnarfjarðar í gær að skora á ráðherra og ríkisstjórn að hætta við flutning Fiskistofu úr bænum. Haraldur L. Haraldsson bæjarstjóri er lengst til hægri. FRÉTTABLAÐIÐ/PJETUR

Vantar öll rök fyrir flutningi

Bæjarstjórn Hafnarfjarðar segir engin málefnaleg rök fyrir flutningi Fiskistofu úr Hafnarfirði til Akureyrar. Ef byggðasjónarmið eigi að ráða megi benda á að atvinnuleysi sé meira í Hafnarfirði en á Akureyri.

SVEITARSTJÓRNIR „Ég trúi ekki öðru en að flutningurinn verði tekinn til endurskoðunar," segir Haraldur L. Haraldsson, bæjarstjóri Hafnarfjarðar, um áskorun bæjarstjórnar á sjávarútvegsráðherra og ríkisstjórnina um að hætta við flutning Fiskistofu til Akureyrar.

Á bæjarstjórnarfundi í gær voru lagðar fram tölur um þróun atvinnuleysis og íbúafjölda frá árinu 2007. Kom meðal annars fram að atvinnuleysi í Hafnarfirði í fyrra var 4,7 prósent en 3,5 prósent á Akureyri. Enn fremur að fjölgun íbúa á Akureyri var sjö prósent á sama tíma og íbúum á landsvísu fjölgaði um sex prósent að meðaltali.

„Þannig að það er ekki hægt að færa fyrir því rök að flutningur Fiskistofu sé til þess að sporna við fækkun íbúa á Akureyri," segir Haraldur bæjarstjóri.

Þá nefnir Haraldur að frá árinu 2007 hafi stöðugildum hjá ríkinu fækkað í Hafnarfirði úr 622 í 495, eða um tuttugu prósent. Á sama tíma hafi ríkisstörfum á Akureyri aðeins fækkað um fimm prósent, úr 1.062 í 1.005. Fari öll 57 stöðugildi Fiskistofu til Akureyrar verði staðan sú að þar hafi fjöldi ríkisstarfsmanna staðið í stað en fækkað um 30 prósent í Hafnarfirði á þessu tímabili.

> **Það sem er einna alvarlegast í þessu máli er að þessar tölur virðast ekki hafa verið skoðaðar áður en ákveðið var að flytja Fiskistofu.**
>
> *Haraldur L. Haraldsson, bæjarstjóri Hafnarfjarðar.*

„Það sem er einna alvarlegast í þessu máli er að þessar tölur virðast ekki hafa verið skoðaðar áður en ákveðið var að flytja Fiskistofu. Ef menn eru að tala um að byggðasjónarmið eigi að ráða þá finnst mér ekki hafa verið sýnt fram á það með málefnalegum rökum," segir bæjarstjórinn.

Guðrún Ágústa Guðmundsdóttir, bæjarfulltrúi Vinstri grænna og forveri Haraldar í bæjarstjórastólnum, sagði á bæjarstjórnarfundinum að flutningur Fiskistofu væri hluti af þeirri stefnu ríkisstjórnarinnar að flytja opinber störf frá höfuðborgarsvæðinu út á landsbyggðina. Hafnfirðingar ættu að taka málið upp á víðari vettvangi því viðbrögð ríkisvaldsins við tilraunum Hafnfirðinga til að reyna að hafa áhrif á málið væru „eins og að skvetta vatni á gæs".

gar@frettabladid.is

Hverfisráð Laugardals gagnrýnir Secret Solstice:

Hávaðamörk séu virt

SUMAR Í LAUGARDAL Svo mikið fjör var á Secret Solstice að íbúum í nágrenninu þótti sumum nóg um. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

MENNINGARMÁL Hverfisráð Laugardals segir að þótt Secret Solstice-tónlistarhátíðin í júní hafi almennt gengið vel hafi formlegar kvartanir borist frá nítján íbúum og að þær beri að taka alvarlega.

„Skipulag tónleikahaldara var gott, gestir ánægðir og engin meiriháttar áföll komu upp meðal annars leitaði enginn til Neyðarmóttöku LSH vegna kynferðisbrota eftir þessa tónleikadaga," bendir hverfisráðið á sem þó nefnir ýmis atriði sem taka þurfi tillit til fari hátíðin aftur fram.

Meðal annars vill hverfisráðið að tónleikahaldarar leggi fram áætlun um hvernig þeir ætli að tryggja að hávaðamörk séu virt og að dregið verði úr hávaða með því að fækka útisviðum um eitt. Flestar kvartanir íbúa hafi komið frá Langholts- og Sunnuvegi og gæta verði þess að svið snúi ekki beint að þessum götum.

Þá segir að ekki gangi upp að tónleikar í Skautahöllinni „svona nálægt íbúabyggð" standi til klukkan fimm að morgni og að útitónleikum verði að ljúka ekki síðar en hálf tólf að kvöldi.

- gar

SENSAI

CELLULAR PERFORMANCE

www.sensai-cosmetics.com

Hvers vegna tvöföld rakagjöf?

Svar: Þannig STYRKIR þú húðina tvöfalt betur og LAÐAR fram einstaklega áferðarfallega húð.

Með því að gera tvöföldu rakagjöfina frá SENSAI að daglegri rútínu tryggir þú húð þinni fullkominn raka og það, ásamt öflugum næringarefnum, örvar starfsemi húðfrumnanna og stuðlar þannig að sléttri og silkimjúkri áferð.
CELLULAR PERFORMANCE- tvöfalda rakagjöfin skartar mögnuðum efnum, unnum úr hinu eðalfína japanska silki Koishimaru, sem vinna ötullega gegn ummerkjum öldrunar og beinlínis laða fram hina eftirsóttu silkiáferð!

SENSAI DAGAR Í HAGKAUP 2.-8. OKTÓBER

Fallegur kaupauki fylgir þegar verslaðar eru tvær vörur í SENSAI.
Húðgreiningartölva SENSAI verður Í Hagkaup Kringlu fimmtudag, föstudag og laugardag.

HAGKAUP
Skemmtilegast að versla

25% afsláttur af öllum vörum. Optical Studio	**20% afsláttur** af öllum vörum og fjöldi annarra tilboða. ÚTILÍF	**25% afsláttur** af öllum vörum. Bata Skóverslun Smáralind	**3 fyrir 2** af púslum og spilum. **40% afsláttur** af jólaföndur-pakkningum. A4	**12.000 kr. tívolíkort fyrir 6.000 kr.** Kortið gildir hvenær sem er. Smáratívolí	**15% afsláttur** af öllum vörum. JACK & JONES
20% afsláttur af öllum vörum, nema afmælistilboðum. SELECTED	**15% afsláttur** af öllum vörum. VILA CLOTHES	**15% afsláttur** af öllum vörum. VERO MODA	**20% afsláttur** af öllum vörum, nema afmælisvörum. name it	**25% afsláttur** af öllum vörum. Levi's	**25% afsláttur** af öllum vörum. UNITED COLORS OF BENETTON
20% afsláttur af hinum víðfrægu borðklútum Önnu og Clöru. ALL OVER THE WORLD	**20% afsláttur** af öllum vörum. ESPRIT	Kjúklingasalat Mexico, Kjúklingasalat Adesso eða Ostborgari Adesso **1.590 kr.** CAFÉ ADESSO	**20% afsláttur** af öllum vörum. DOGMA	**20% afsláttur** af öllum vörum. THE BODY SHOP	**20% afsláttur** af öllum vörum. JÓN & ÓSKAR
20% afsláttur af glösum. **10% afsláttur** af öllu öðru. Líf&List SMÁRALIND	**20% afsláttur** af öllum vörum. meba | rhodium	**5 fyrir 4** Þú kaupir 4 hluti og færð 5. hlutinn frítt. MegaStore	**20% afsláttur** af öllum vörum, nema hörðum ferðatöskum. Drangey	**20% vildarafsláttur** af öllum vörum. Eymundsson	3 teg. af kjúklinga-salötum með **20% afslætti**. energia RESTAURANT - KAFFI - BAR
30% afsláttur af öllum silfurskart-gripum. CARAT	**10% afsláttur** af öllum vörum. **20% afsláttur** af jökkum og yfirhöfnum. KARAKTER	**10% afsláttur** af öllum vörum og **20% afsláttur** af öllum yfirhöfnum og herraskóm. galleri sautján	**20% afsláttur** af Converse. **10% afsláttur** af öðrum skóm. focus	**20% afsláttur** af Bullboxer og 67 skóm og **10% afsláttur** af öðrum skóm. gs skór	**Dúndurtilboð** á iPhone 4s og 5c. vodafone
20% afsláttur af öllum vörum. JÚNÍK	**20% afsláttur** af öllum tölvuleikjum og íslenskri tónlist. GAME stöðin / SKÍFAN	**20% afsláttur** af öllum vörum. DÚKA	**15% afsláttur** af öllum skóm. BOSSANOVA	**20% afsláttur** af öllum vörum. PLUSMINUS OPTIC	**25%** af náttfötum f. herra og dömur. **20%** af öllum snyrtivörum nema MAC. **30-70%** afsl. af útsöluvörum. DEBENHAMS

ÍSLENSKA/SIA.IS SML 70358 09/14

SMÁRALIND
Góða skemmtun

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

3 fyrir 2 af öllum vörum. Ódýrasta varan fylgir frítt með. MAKE UP STORE	**Flottir kaupaukar, afslættir og kynningar.** LYFJA - Lifið heil	**20% afsláttur** af öllum vörum. BOYS	**20% afsláttur** af öllum vörum. smárar	**20% afsláttur** af öllum vörum. Ice in a bucket	**20% afsláttur** af öllum vörum. KITCHEN LIBRARY
20% afsláttur af öllum vörum. coolcos No perfume · No parabens	**20% afsláttur** af öllum vörum. CORNER	**Tax-Free afsláttur** af snyrtivörum og dömufatnaði. HAGKAUP Ein ferð betra verð	**20% afsláttur** af vetrardrykkjum. TE & KAFFI	**20% afsláttur** af öllum vörum. HOLLAND & BARRETT we're good for you	**20% afsláttur** af öllum vörum. PANDORA ÓGLEYMANLEG AUGNABLIK
20% afsláttur af öllum hárvörum nema Moroccan Oil vörum. MODUS Hárstofa SMÁRALIND	**20% afsláttur** af öllum vörum og þjónustu, ásamt spennandi inngöngugjöf í KK klúbbinn. BAÐHÚSIÐ	**20% afsláttur** af öllum skóm. STEINAR WAAGE SKÓVERSLUN	**20% afsláttur** af öllum skóm. Kaupfélagið skór.is	**20% afsláttur** af öllum vörum. AIR	**20% afsláttur** af öllum vörum. skórnir þínir
25% afsláttur af öllum tölvutöskum. epli.is	Kjúklingasalat eða kjúklingavefja og gos að eigin vali **1.390 kr.** Hlölla bátar	**40% afsláttur** af völdum vörum. CINTAMANI WWW.CINTAMANI.IS	**20-50% afsláttur** af öllum vörum. herra GARÐURINN -klæðir þig vel	**20% afsláttur** af Hario uppáhellingarvörum. Kaffitár	**20%** af öllum vörum og **40%** af völdum vörum. TOPSHOP
20% af öllum vörum og **40%** af völdum vörum. DOROTHY PERKINS	**20%** af öllum vörum og **40%** af völdum vörum. evans.	**20%** af öllum vörum og **40%** af völdum vörum. KAREN MILLEN	**20% afsláttur** af öllum vörum. **50%** af öllum ballerínum. MOA	**20% afsláttur** af öllum vörum. DÝRABÆR	**3 fyrir 2** af öllum vörum. SIX
Allar buxur á 5.990 kr. Dressmann	**Allar buxur** á 5.990 kr. XL Dressmann	**Frábær tilboð** á blómum. BJARKARBLÓM			

ALLAR UPPLÝSINGAR BIRTAR MEÐ FYRIRVARA UM PRENTVILLUR

SMÁRALIND
Góða skemmtun

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

ÍSLENSKA/SIA.IS SML 70358 09/14

SJÚKRABÍLL Í RÚST Sjúkrabílstjórinn Valeriy Trofymenko horfir á rústir bifreiðar sinnar inni í sjúkrabifreiðastöð sem varð eldflaugum að bráð í bænum Popasnaya í austurhluta Úkraínu. Uppreisnarmenn hliðhollir Rússum réðust á bæinn með eldflaugum á þriðjudag. Að minnsta kosti einn fórst og tveir særðust. FRÉTTABLAÐIÐ/AP

BRASILÍSKUR KOSS Par kyssist í mótmælagöngu í borginni Sao Paulo vegna ummæla brasilísks forsetaframbjóðanda gegn samkynhneigðum í kappræðum nýlega. Forsetakosningar í Brasilíu fara fram næstkomandi sunnudag.

BIÐUR BÆNIRNAR Bangladessk kona sem aðhyllist hindúatrú biður bænir og notar við það reykelsi á Durga Puja-hátíðinni í Dhakeshwari-hofinu í höfuðborginni Dakka. Hátíðin stendur yfir í fimm daga. Þar minnist fólk þess þegar gyðjan Durga drap djöflakonunginn Mahishasur. Þar með sigraði hið góða hið illa. NORDICPHOTOS/AFP

SÓTTHREINSUÐ Kona er úðuð með sótthreinsunarefni áður en hún er útskrifuð af læknamiðstöð fyrir ebólusjúklinga í Monróvíu, höfuðborg Líberíu. Sex mánuðir eru liðnir síðan veiran braust út í Vestur-Afríku.

SLASAÐIST Á ELDFJALLI Slökkviliðsmenn frá Tókýó halda á manneskju sem slasaðist þegar eldfjallið Ontake í Japan gaus á laugardaginn. Fleiri lík finnast með degi hverjum á fjallinu og voru þau í gær orðin 48 talsins.

Tillaga að Aðalskipulagi Garðs 2013-2030

Bæjarstjórn hefur samþykkt að auglýsa tillögu að Aðalskipulagi Garðs 2013-2030 í samræmi við 31. gr. skipulagslaga nr. 123/2010, ásamt umhverfisskýrslu skv. 7. gr laga nr. 105/2006 um umhverfismat áætlana.

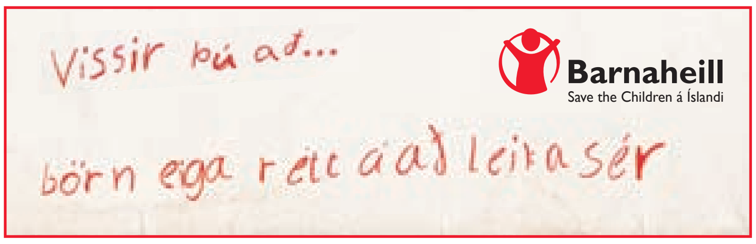
Aðalskipulag sveitarfélagsins Garðs mótar stefnu um landnotkun í sveitarfélaginu og reglur fyrir margvíslega málaflokka s.s. þróun íbúðarbyggðar, afmörkun nýrra atvinnusvæða, samgöngur, legu raflína, menningar- og náttúruvernd og óbyggð svæði.

Tillaga að aðalskipulagi, ásamt umhverfisskýrslu og svörum við ábendingum sem komu fram á vinnslustigi verður aðgengileg á heimasíðu sveitarfélagsins, www.svgardur.is, frá og með 2. október. Skipulagstillagan og umhverfisskýrsla verða til sýnis á bæjarskrifstofum, Sunnubraut 4, 250 Garður og hjá Skipulagsstofnun á Laugarvegi 166 í Reykjavík. Ábendingar og athugasemdir við aðalskipulagstillögu skal senda til bæjarstjóra á netfangið magnusstefansson@svgardur.is. Einnig er hægt að senda athugasemdir merktar *Aðalskipulag Garðs* á póstfangið, Sveitarfélagið Garður, Sunnubraut 4, 250 Garður.

Þeim sem telja sig eiga hagsmuna að gæta er hér með gefinn kostur á að gera athugasemdir til mánudagsins 17. nóvember 2014.

Bæjarstjórn vonast til þess að sem flestir kynni sér þá stefnumörkun um landnotkun sem unnin hefur verið og þær áherslur og aðgerðir sem talið er nauðsynlegt að ráðast í á næstu árum til að ná settum markmiðum.

Magnús Stefánsson, bæjarstjóri



ford.is

50 ár í bílgreininni
brimborg
Öruggur staður til að vera á

Brimborg Reykjavík
Bíldshöfða 6
Sími 515 7000

Brimborg Akureyri
Tryggvabraut 5
Sími 515 7050

Nýir og notaðir bílar: Söludeildir eru opnar alla virka daga kl. 9-17 og laugardaga kl. 12-16.

Kynntu þér nánar mest selda smábíl Evrópu:
Hiti er í framsætum og 3,5 tommu upplýsingaskjár í mælaborði. Farangursrýmið er einstaklega rúmt (290 lítra). CO_2 gildin eru óvenju lág fyrir bensínvél og hann fær frítt í stæði í miðborg Reykjavíkur (bæði sjálfskiptur og beinskiptur). Ford MyKey, brekkuaðstoð og EasyFuel er staðalbúnaður. Öryggispúðarnir eru óvenju margir eða 7 talsins, þar af einn fyrir hné ökumanns. Sérstakt hitaelement er í miðstöð og er hann því mjög fljótur að hitna sem er afar hentugt á köldum vetrarmorgnum!
Ford Fiesta, bensín 65 hö, beinskiptur. Eldsneytisnotkun í blönduðum akstri 4,3 l/100 km. CO_2 99 g/km.
Ford Fiesta, EcoBoost bensín 100 hö, sjálfskiptur. Eldsneytisnotkun í blönduðum akstri 4,9 l/100 km. CO_2 114 g/km.
Ford Fiesta ST, EcoBoost bensín 182 hö, 6 gíra beinskiptur. Eldsneytisnotkun í blönduðum akstri 5,9 l/100 km. CO_2 138 g/km. Kraftaútgáfan Fiesta ST hefur nú þegar hlotið 22 alþjóðlegar viðurkenningar.
Tökum allar tegundir bíla uppí nýja. Brimborg og Ford áskilja sér rétt til að breyta verði og búnaði án fyrirvara. Útbúnaður getur verið frábrugðinn mynd í auglýsingu.

Rannsókn á kaupum og fjárhag viðskiptavina:

Neytendur ánægðari með kaupin þegar pyngjan er full

Þegar maður kaupir sér nýja skó þegar lítið er eftir af mánaðarlaununum er hætta á að maður verði ekki jafn ánægður með þá eins og maður átti von á. Samkvæmt nýrri rannsókn bandarískra vísindamanna kann ástæðan að vera sú að maður veit að maður hefði getað varið peningunum á skynsamlegri hátt.

Hafi maður eignast peninga óvænt, til dæmis í happdrætti, verður maður ánægðari með það sem maður kaupir fyrir þá.

Rannsakendur, sem starfa við Háskólann í Arkansas í Bandaríkjunum, segja framleiðendur geta dregið úr óþægindatilfinningu viðskiptavina með því að bjóða afslátt á þeim tíma sem þeir hafa minna fé. - ibs

Loom-teygjur eru heitasta æði sumarsins og haustsins um allan heim:

Teygjur innkallaðar á Englandi

Loom-teygjurnar svokölluðu, sem hafa verið heitasta æðið hjá litlum og stórum stelpum í sumar og haust, voru innkallaðar af stórri breskri leikfangakeðju, The Entertainer, í 92 verslunum á Englandi.

Þetta var gert eftir að greint var frá því á fréttavef BBC að rannsóknir hefðu sýnt að í einni teygju reyndust vera 40 prósent af þalötum en hámarksviðmið Evrópusambandsins er 0,1 prósent.

Þalöt, sem talin eru geta valdið krabbameini, eru notuð til að mýkja plastið í teygjunum.

Stelpur búa til armbönd og hálsfestar úr teygjunum sem voru meðal mest seldu leikfanga sumarsins.

Viktoría krónprinsessa Svíþjóðar og Estelle dóttir hennar hafa skartað slíkum armböndum auk Katrínar, hertogaynju af Cambridge.

Teygjurnar hafa náð vinsældum um allan heim. - ibs

ARMBÖND Teygjurnar eru meðal mest seldu leikfanga sumarsins.

ÓHREININDI Þeir sem eiga nýjustu tegund af uppþvottavél þurfa ekki að skola.

Nýjar uppþvottavélar:

Ekki á að skola fyrir vélina

Flestir sem eiga uppþvottavél skola diska, hnífapör og potta áður en þeim er raðað inn í vélina. Framleiðslustjóri Miele í Noregi segir í viðtali við norska ríkisútvarpið að það sé mesta skyssan sem fólk gerir í sambandi við notkun uppþvottavéla.

Framleiðslustjórinn, Tommy Christoffersen, segir að auðvitað eigi að fjarlægja mikla matarafganga en að öðru leyti vinni nýjar uppþvottavélar betur ef ekki er skolað áður, það er að segja ef borðbúnaðurinn á ekki að standa lengi í vélinni áður en þvegið er.

Flestar nýjustu uppþvottavélarnar séu þannig útbúnar að þær geti greint hversu óhreint leirtauið sé. Hafi mestu óhreinindin verið fjarlægð lækki uppþvottavélin hitastigið sjálf og stytti þvottatímann. Árangurinn geti orðið verri við 45 stiga hita og bakteríurnar fleiri. Hann segir kjörhita í uppþvottavél á heimilum vera 55 til 65 stig.

Christoffersen getur þess einnig að uppþvottavélar hafi gott af sósu og fitu. Auðvitað noti vélarnar svolítið meira af vatni og rafmagni ef innihaldið er óhreint.

Árangurinn verði hins vegar betri. - ibs

Ómega-3 fitusýra getur bætt hegðunartruflanir barna

Börn með hegðunarvanda sem fengu 1 gramm af ómega-3 fitusýru á dag í ávaxtasafa urðu rólegri og ekki jafn árásargjörn, að því er niðurstöður nýrrar, bandarískrar rannsóknar sýna. Neysla á feitum fiski er mikilvæg.

Ingibjörg Bára Sveinsdóttir
ibs@frettabladid.is

BRYNDÍS EVA BIRGISDÓTTIR

Samhengi er á milli aukinnar inntöku ómega-3 fitusýru og bættrar hegðunar barna með hegðunarvanda. Þetta sýna niðurstöður nýrrar, bandarískrar rannsóknar sérfræðinga við Háskólann í Pennsylvaníu, að því er greint er frá í ritinu The Journal of Child Psychology and Psychiatry.

Þar segir að í öðrum rannsóknum sem sýnt hafi fram á svipaðar niðurstöður hafi börnunum ekki verið gefin ómega-3 fitusýra í jafnlangan tíma, það er að segja í sex mánuði. Í fyrri rannsóknum hafi heldur ekki verið fylgst jafnlengi með börnunum eftir að inntöku lauk.

Á fréttavef Verdens Gang er haft eftir stjórnanda rannsóknarinnar, Adrian Riane, að það sé mat sérfræðinganna að niðurstöðurnar gefi nýja sýn á hvaða meðferðum eigi að beita við líffræðilegum truflunum sem valda hegðunarvanda hjá sumum börnum. Um 200 börn á aldrinum 8 til 16 ára tóku þátt í rannsókninni og var slembiraðað í hópa þannig að enginn vissi hver fengu lyfleysu og hver fengu eitt gramm af ómega-3 fitusýru í ávaxtasafa á dag. Um var að ræða drykk framleiddan af norska fyrirtækinu Smartfish sem tók þátt í fjármögnun rannsóknarinnar. Börnin urðu rólegri og ekki jafn árásargjörn.

Fyrrverandi lyfjafræðiprófessor við Háskólann í Oxford á Englandi, David Smith, segir í viðtali við Verdens Gang sérlega áhugavert að áhrifin af inntöku fitusýrunnar hafi verið mest sex mánuðum eftir að tilrauninni lauk. Samhengi hafi verið að miklu leyti milli bættrar hegðunar barnanna og breytts viðmóts foreldra. Það sýni fram á langtímaáhrif ómega-3 fitusýru og að breyting á hegðun barnanna breyti einnig viðmóti foreldranna. Smith segir strax þörf á frekari rannsóknum. Verði niðurstöðurnar þær sömu geti félagslegu áhrifin orðið mikilvæg.

Bryndís Eva Birgisdóttir, doktor í næringarfræði, segir niðurstöður nýju rannsóknarinnar spennandi og að þær styðji við fyrri rannsóknir í þessu efni. „Mörgum spurningum er samt ósvarað. Það þarf til dæmis betri hugmynd um magn og hvort nauðsynlegt sé að taka aukabætiefni eða hvort það magn sem er að finna í heilsusamlegum mat og lýsi sé nóg. Í næringunni er mikilvægt að huga að jafnvæginu og finna hæfilegt magn. Alls óvíst er hvort mikið magn geri meira gagn nema síður sé. Það þarf að skoða frekar. Það má líka minna á að það er ekki nóg að einblína bara á eitt efni. Heilsusamlegur matur skapar vel nærðan einstakling sem er líklegri til að líða vel."

Hún segir mikilvægt að hafa feitan fisk að minnsta kosti einu sinni í viku í matinn eða sem álegg. „Hnetur og fræ eru einnig mikilvæg fæða. Svo er gott að taka inn bætiefni á hverjum degi sem einnig gefa D-vítamín svo sem Krakkalýsi sem er hollt og gott fyrir öll börn. Í einni teskeið af Krakkalýsi er til dæmis 1 gramm af ómega-3."

LAX Mikilvægt er að hafa feitan fisk í matinn að minnsta kosti einu sinni í viku eða sem álegg. NORDICPHOTOS/GETTY

➜ Matur sem er ríkur af ómega-3 fitusýru

1. Feitur fiskur, t. d. lax, silungur, síld, makríll og sardínur.
2. Kaldpressuð repjuolía.
3. Valhnetur, hörfræ.
4. Lýsi.

Ókeypis ör-námskeið fyrir börn á Kjarvalsstöðum:

Hugmyndaferðalag listarinnar fyrir fimm til sjö ára krakka

Í október og nóvember verður á laugardögum boðið upp á ókeypis ör-námskeið fyrir fimm til sjö ára börn í Hugmyndasmiðjunni á Kjarvalsstöðum. Leiðbeinandi er Unnur Mjöll S. Leifsdóttir myndlistarmaður sem vinnur með gjörninga í verkum sínum. Þar skoðar hún meðal annars það hugmyndaferðalag sem listamaðurinn leggur í við vinnslu á listaverki.

Á námskeiðinu verður lagt í þetta hugmyndaferðalag listarinnar. Tilgangurinn er að veita börnum innblástur í skapandi samvinnu við að skoða og rannsaka myndlist.

Ekki þarf að skrá sig á námskeiðin sem eru frá klukkan 13 til 16.

Í HUGMYNDASMIÐJU Veita á börnum innblástur í skapandi samvinnu.

Völuteigur 17 -19 - Mosfellsbæ - Sími 660 0021

Lager sprengja

fimmtudag 2.okt,
föstudag 3.okt.
laugardag 4 okt.

Opið 12-18 og laugard. 12-16

20-60%

afsláttur af skiptidýnum, sýnishornum, útlitsgölluðum dýnum, hvíldarsófum og stólum

Hvíldarsófar og hvíldarstólar

Stök stillanleg rúm
Stakar stærðir t.d.
80 - 90 - 100 - 120 cm
Fyrstir koma fyrstir fá

25%
afsláttur af lökum og hlífðardýnum

20% afsl.
af svefnherbergishúsgögnum í verslun meðan á útsölu stendur

30%
afsláttur af eldri gerðum af Jersey lökum í verslun meðan á útsölu stendur

TILBOÐ
Ýmis tilboð
T.d. höfðagaflar, náttborð o.fl.

12 mán. vaxtalausar greiðslur*

TAKMARKAÐ MAGN
FYRSTIR KOMA - FYRSTIR FÁ

Svefn & heilsa

Lager: Völutegi 17-19 - Mosfellsbæ
Sími 660 0021 - Opið kl. 12:00 - 18:00
laugardag 12:00 - 16:00

www.svefn.is

Listhúsinu Laugardal, Reykjavík og Baldursnesi 6, Akureyri

IKEA-pasta inniheldur Soja:

Verslunin IKEA innkallar pasta

Matvælastofnun hefur fengið upplýsingar um innköllun vegna vanmerkingar á ofnæmis- og óþolsvalda í pasta. Það er svokallað PASTAÄLGAR FULLKORN heilhveitipasta og PASTAÄLGAR hveitipasta, sem selt hefur verið í sænska matarhorninu.

Ástæða innköllunarinnar er að varan inniheldur mögulega soja, sem er ofnæmisvaldur. Ekkert kemur fram um soja í innihaldslýsingu.

- jhh

NEYTANDINN Hildur Eir Bolladóttir

Búsetaréttur er bestu kaupin

Bestu kaupin eru það að kaupa mig inn í Búseta, segir séra Hildur Eir Bolladóttir. Hún flutti til Akureyrar fyrir fjórum árum þegar hún fékk starf sóknarprests þar.

Hún segist aldrei hafa keypt íbúð heldur leigt þegar hún bjó í Reykjavík. „En svo þegar ég kom hingað norður þá keypti ég mig inn í Búseta og þess vegna bý ég í fínni íbúð, borga ákveðna leigu og það er öll þjónusta,“ segir Hildur Eir. Þar sé meðal annars slegið í kringum húsið á sumrin, snjómokstur á veturna, ef rafmagnstæki bili þá séu þau endurnýjuð.

„Þetta hefur verulega minnkað áhyggjur mínar. Þetta einfaldar lífið. Og ég er alltaf glöð þegar ég get einfaldað líf mitt,“ segir hún.

Hildur Eir segir að verstu kaupin séu rósóttar leggingsbuxur sem hún keypti í Vero Moda fyrir tveimur árum. „Ég hélt að þær myndu fara mér vel af því að þetta var í tísku þá. En komst svo að því þegar ég var búin að klæða mig í þær að ég var eins og þægilegur sumarbústaðasófi úr IKEA. Þannig að ég fór bara einu sinni í þær án þess að leyfa nokkrum að sjá. Þær eru enn þá inni í skáp og ef einhver vill fá svona leggingsbuxur í stærð large þá má hann fá þær endurgjaldslaust,“ segir Hildur Eir.

Hún segist hafa gleymt því um stund að hún væri komin vel á fertugsaldurinn og væri ekki lengur með spóaleggi. „Og var bara svo spennt af því að þær voru á góðu verði og þetta var rosa í tísku þá. Þegar ég var komin í þær áttaði ég mig á því að maður þarf stundum að kaupa sér föt sem klæða mann frekar en að velja það sem er í tísku,“ segir Hildur Eir.

HÚSASMIÐJAN Forsvarsmenn fyrirtækisins vilja hindra að neytendur geri hlé á innkaupum. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON

Innkaupum verði ekki frestað:

Vörugjöldin afnumin strax

Húsasmiðjan hefur ákveðið að lækka verð á nokkrum vörum sem bera vörugjöld til áramóta. Eins og fram hefur komið stendur til að leggja vörugjöld af, að mestu leyti, um áramótin. Einungis fastaviðskiptavinir, eða svokallaðir kjaraklúbbsmeðlimir, munu fá afsláttinn. Afslættirnir eru á bilinu 13-17%, en fyrirtækið segir að með þessu vilji það koma í veg fyrir að neytendur fresti framkvæmdum og innkaupum á vörum sem bera vörugjöld fram yfir áramót.

- jhh

Verðhjöðnun vegna fargjalda:

Lægra verð á fargjöldum

Verðhjöðnun í september er fyrst og fremst rakin til metlækkunar fargjalda í millilandaflugi. Þau lækkuðu um tæp 29 prósent í mánuðinum. Flugfargjöld innanlands hækkuðu aftur á móti um 13 prósent.

Breytingin er frá fyrri mánuði, en ekki milli ára, því tölur frá fyrri árum eru ekki samanburðarhæfar.

Samkvæmt upplýsingum frá Hagstofunni er líklegt að tilboð í mánuðinum hafi haft áhrif á lækkunina. Greining Íslandsbanka sagði þó í Morgunkorni nýverið að ólíklegt væri að þessi lækkun gengi að fullu til baka í október.

- jhh

Varar heyrnarskerta við ódýrum heyrnartækjum

Heyrnar- og talmeinastöð Íslands varar heyrnarskert fólk við því að kaupa heyrnartæki án þess að leita sér fyrst ráðgjafar frá fagaðilum. Sölumaður sem selur slík tæki segir athugasemdirnar byggðar á misskilningi.

Heyrnar- og talmeinastöð Íslands (HTÍ) varar heyrnarskerta við því að kaupa heyrnartæki án ráðgjafar frá fagaðilum. Þetta kemur fram í tilkynningu sem Kristján Sverrisson, forstjóri HTÍ, sendi fjölmiðla í gær.

Kristján segir að borið hafi á því að einstaklingar auglýsi stíft til aldraðra heyrnartæki til sölu. Auglýsingum hefur verið komið fyrir í sambýlum aldraðra, bornar út í póstkassa á elliheimilum, dvalarheimilum og víðar.

Kristján segir að þau tæki sem HTÍ hafi fengið að skoða séu kínversk framleiðsla og í þeim séu einfaldir hljóðmagnarar sem settir eru inn í hlustir viðkomandi. Tækin sé ekki hægt að aðlaga sérstaklega að heyrnarskerðingu viðkomandi einstaklings. „Þetta er einfaldur magnari sem bara hækkar öll hljóð inn í hlust, en þegar þú tapar heyrn þá gagnast það lítið,“ segir Kristján í samtali við Fréttablaðið. „Ég efast um að þetta henti mjög mörgum sem lausn,“ segir Kristján.

Þessi umræddu heyrnartæki sem HTÍ varar við kosta innan við 30 þúsund krónur. Þau tæki sem HTÍ býður til sölu geta hins vegar kostað yfir 300 þúsund krónur, eða tífalt meira en þessi heyrnartæki sem Kristján varar við.

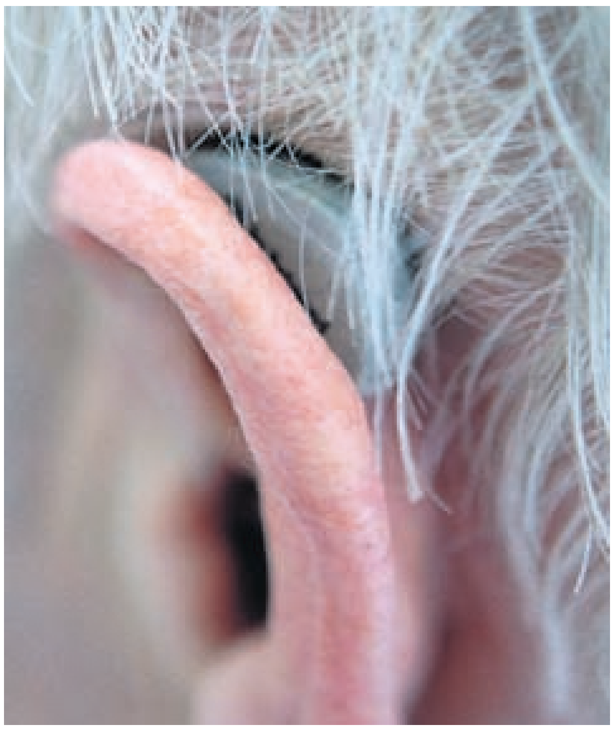
Kristján segir í samtali við Fréttablaðið að auglýsingum um þessi kínversku tæki hafi verið dreift um nokkurt skeið. „Það kom inn fatlaður maður og eiginkona hans í gær og höfðu fengið auglýsingar um helgina þannig að hann heldur áfram markaðsstarfsemi,“ segir Kristján.

> **Þetta er einfaldur magnari sem bara hækkar hljóð inn í hlust. En þegar þú tapar heyrn þá gagnast það lítið.**
>
> *Kristján Sverrisson, forstjóri Heyrnar- og talmeinarstöðvarinnar*

Fréttablaðið náði tali af Þóri Gunnlaugssyni, sem flytur umrædd tæki inn. Hann líkir innflutningi og sölu á tækjunum við sölu á ódýrum gleraugum í versluninni Tiger. Þórir segir athugasemdir HTÍ byggðar á misskilningi. „Þeir vilja ekki að það komi neinn inn á þennan bisness þeirra, enda skiljanlegt,“ segir Þórir. Hann segist lána fólki tækið í eina viku gegn 2.000 króna greiðslu. „Síðan tekur fólk ákvörðun um það hvort það hefur not fyrir það eða ekki,“ segir hann.

Í reglugerð um sölu heyrnartækja segir að til sölu þeirra þurfi rekstrarleyfi ráðherra. Áður en ráðherra veitir rekstrarleyfi skuli hann óska eftir umsögn landlæknis um það annars vegar hvort þau heyrnartæki, sem rekstrarleyfishafi hyggst selja, og önnur lækningatæki, sem hann hyggst nota, uppfylli kröfur samkvæmt lögum um lækningatæki og hins vegar hvort umsækjandi sé fær um að veita nauðsynlega fagþjónustu.

jonhakon@frettabladid.is



MIKILVÆG TÆKI Tæki sem Heyrnar- og talmeinastöðin selur geta kostað hundruð þúsunda. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

➜ Þessa þjónustu þurfa söluaðilar að veita

Heyrnarmælingu, þ.e. loft- og beinleiðnimælingu, þrýstingsmælingar, talþröskuldsmælingar, talgreiningu og ef nauðsyn krefur mælingu á óþægindamörkum, sem framkvæmd er af heyrnarfræðingi eða háls-, nef- og eyrnalækni með viðurkenndum búnaði.

Læknisskoðun sem framkvæmd er af háls-, nef- og eyrnalækni.

Faglega aðstoð við val á heyrnartækjum og stillingar á þeim og eftirfylgni við notkun tækisins ef þörf krefur ásamt leiðbeiningum um umhirðu og viðhald tækis.

Rekstrarleyfishafi skal tryggja viðgerðar- og viðhaldsþjónustu vegna þeirra heyrnartækja sem hann selur samkvæmt reglugerð þessari. Um ábyrgð á heyrnartækjum fer skv. lögum um lausafjárkaup nema samið sé um betri rétt.

Landlæknir getur gefið út leiðbeiningar um verklag við veitingu þeirrar þjónustu sem um getur í a-lið 1. mgr.

Tólf fimleikafélög af fimmtán hækkuðu æfingagjöld frá síðastliðnum vetri:

Allt að 131 prósent verðmunur

Verðmunur á æfingagjöldum hjá fimleikafélögunum er allt að 131 prósent, samkvæmt niðurstöðum Verðlagseftirlits ASÍ. Tekið var saman hvað kostar að æfa fimleika fyrir 8-10 ára börn nú í haust í fjórar klukkustundir á viku í fjóra mánuði. Dýrast er að æfa hjá Gerplu í Kópavogi eða 57.308 krónur en ódýrast hjá Fimleikafélaginu Rán á 24.840 krónur. Þetta er 32.468 króna verðmunur eða 131 prósent.

Samkvæmt niðurstöðum Verðlagseftirlitsins hefur gjaldskrá félaganna staðið í stað hjá þremur félögum af 15 frá því í fyrra, en þau félög eru Afturelding, Keflavík og Fimleikafélagið Rán. Hin félögin hafa hækkað gjaldskrána um 2-17%. Mesta hækkunin er hjá Íþróttafélaginu Hamri, sem hækkaði gjaldið úr 24.000 krónum í 28.000 krónur, eða um 17%. Fimleikafélag Akureyrar og Fimleikafélag Akraness hafa hækkað um 14%, Grótta um 11% og Ungmennafélagið Selfoss um 10%.

Verðlagseftirlitið bar saman gjaldskrá fyrir 8-10 ára börn sem æfa um það bil fjórar klukkustundir á viku. Tekinn er saman æfingakostnaður fram að jólum, eða í fjóra mánuði.

- jhh

FIMLEIKAR Verðlagseftirlit ASÍ hefur tekið saman hvað kostar að æfa fimleika. FRÉTTIR/VILHELM

www.lyfja.is

CLINIQUE

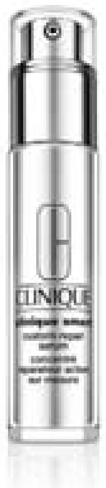
dagar í Lyfju 2. - 8. október

Ef keyptar eru vörur frá Clinique fyrir 6.900 kr. eða meira
er þetta kaupaukinn þinn*

Kaupaukinn inniheldur:

- Liquid Facial Soap Mild 30 ml
- Moisture Surge Intense 7 ml
- All About Eyes Serum 5 ml
- High Impact Mascara 3,5 ml
- High Impact Lip Colour 3,6 g

*meðan birgðir endast



NÝTT Smart serum
Skilur ástand húðarinnar.
Getur sjáanlega breytt ójöfnum húðlit, línum og hrukkum eða stinnleika húðarinnar.

20% afsláttur
2. - 6. október
CLINIQUE
Ofnæmisprófað. 100% ilmefnalaust.

Ráðgjafi frá Clinique verður
í Lyfju Selfossi og Lyfju Reykjanesbæ
föstudaginn 3. október.

LYFJA
– Lifið heil

Hóf störf hjá félaginu í gær:

Ólafur ráðinn til að stýra FA

TEKUR VIÐ Ólafur er stjórnmálafræðingur með MSc-próf í alþjóðasamskiptum.

Ólafur Þ. Stephensen, fyrrverandi ritstjóri Fréttablaðsins og annarra fréttamiðla 365, hefur verið ráðinn framkvæmdastjóri Félags atvinnurekenda (FA) og hóf hann störf í gær.

„Baráttumál félagsins á borð við frjálst viðskiptaumhverfi, sanngjarna samkeppni og opið hagkerfi falla prýðilega að þeim skoðunum sem ég hef talað fyrir á ýmsum vettvangi," segir Ólafur í tilkynningu félagsins um ráðninguna. - hg

Í SEÐLABANKANUM Már Guðmundsson kynnti ákvörðun Peningastefnunefndar í gær. FRÉTTABLAÐIÐ/PJETUR

Stýrivöxtum var ekki breytt:

Vöxtunum ekki breytt í tvö ár

Peningastefnunefnd Seðlabankans kynnti í gær ákvörðun sína um að halda stýrivöxtum bankans óbreyttum. Vextirnir hafa verið óbreyttir frá nóvembermánuði 2012.

Í rökstuðningi nefndarinnar segir að nokkuð hafi dregið úr hagvexti á fyrri hluta ársins en að þróunin hafi þó í meginatriðum verið í samræmi við ágústspá Peningamála. Horfur séu á minni verðbólgu næstu mánuði en spáð var í ágúst. - hg

Deilt um gagnsæi forvalsins

Stjórnarformaður Isavia segir forval félagsins hafa verið opið og gagnsætt. Framkvæmdastjóri SVÞ er ósammála því og gagnrýnir verklag Isavia. Alls barst 71 umsókn um aðstöðu í Leifsstöð en þrettán urðu fyrir valinu.

INGIMUNDUR SIGURPÁLSSON

ANDRÉS MAGNÚSSON

Ingimundur Sigurpálsson, stjórnarformaður Isavia, segir félagið ekki hafa farið gegn ákvörðun fyrri stjórnar Isavia um að forval vegna verslunar- og veitingarýmis í Leifsstöð ætti að fara fram í opnu og gagnsæju ferli. Samtök verslunar og þjónustu (SVÞ) hafa gagnrýnt framkvæmd forvalsins harðlega.

„Það er okkar niðurstaða að þetta sé eins opið og gagnsætt eins og frekast er kostur í forvali af þessu tagi," segir Ingimundur. Hann segir stjórn Isavia, sem var kosin í apríl síðastliðnum, hafa rætt verklagið ítarlega á þremur fundum.

„Okkar gagnrýni beinist fyrst og fremst að því að ferlið var ekki opið og gagnsætt eins og lög um opinber innkaup og útboðslög bjóða," segir Andrés Magnússon, framkvæmdastjóri SVÞ og heldur áfram:

„Þar af leiðandi gagnrýna fyrirtæki sem fengu ekki aðstöðu í Leifsstöð það að þau hafi ekki fengið upplýsingar um hvar í röðinni þau lentu eða hvaða atriði í skilmálunum felldu þau."

Ingimundur segir það standa til að gefa þeim fyrirtækjum sem óski eftir frekari upplýsingum um niðurstöðu forvalsins tækifæri á að ræða við fulltrúa þess verkefnahóps Isavia sem sá um það.

„Eftir á að hyggja viðurkenni ég þó, í ljósi þeirrar umræðu sem verið hefur um forvalið, að varðar skipan verkefnahópsins, að af þeirri fimm manna nefnd eru fjórir starfsmenn Isavia og einn utanaðkomandi aðili. Það hefði hugsanlega verið betra að hafa annan utanaðkomandi aðila."

Andrés segir SVÞ bíða svars Isavia við bréfi sem samtökin sendu félaginu fyrir rúmum mánuði þar sem óskað er eftir frekari upplýsingum um hvernig umsóknir þeirra fyrirtækja sem sóttu um aðstöðu í Leifsstöð voru metnar.

„Að okkar mati hefði verið snyrtilegra og heiðarlegra af hálfu Isavia að lýsa því strax yfir að lög um opinber innkaup giltu um þetta ferli allt saman. Þá hefði enginn getað sagt neitt og allar upplýsingar verið á borðinu," segir Andrés. haraldur@frettabladid.is

Segafredo og Joe and the Juice fara inn

NIÐURSTÖÐURNAR KYNNTAR Björn Óli Hauksson forstjóri Isavia fór ásamt öðrum starfsmönnum félagsins yfir forvalsferlið á blaðamannafundi í gær. FRÉTTABLAÐIÐ/PJETUR

Fulltrúar Isavia kynntu í gær niðurstöður valferlisins á blaðamannafundi þar sem kom fram að félaginu hefðu borist 71 umsókn um aðstöðu vegna verslunar- eða veitingarekstururs í brottfararsal Flugstöðvar Leifs Eiríkssonar. Umsóknir þrettán fyrirtækja urðu fyrir valinu og þar á meðal eru ítalska kaffihúsakeðjan Segafredo og veitingastaðurinn Joe and the Juice.

Framkvæmdir við breytingar á brottfararsalnum eiga að hefjast í nóvember og þeim á að ljúka næsta vor. Með þeim á að stækka verslunarrýmið og fjölga veitingastöðum og auka þannig tekjur Isavia af þessum hluta verslunarsvæðisins um 60 prósent.

„Við erum mjög ánægð með niðurstöðu valferlisins. Markmiðið var að auka arðsemi af verslun, þjónustu, opna markaðinn og stuðla að aukinni samkeppni með því að nota eins opið og gagnsætt ferli og kostur er til að velja rekstraraðila," sagði Björn Óli Hauksson, forstjóri Isavia.

Veitingar

Joe and the Juice mun opna samloku- og safabar en NQ ehf. reka áfram veitingastaðinn Nord, í samstarfi við alþjóðlega fyrirtækið Lagardére Services, auk þess að opna sjálfsafgreiðsluveitingastað, bar með íslensku þema og Segafredo kaffihús.

Sérverslanir

Samið var við Elko sem óskaði eftir að reka verslun með raftæki og margmiðlun, Optical Studio um opnun gleraugnaverslunar og Rammagerðina um sölu minjagripa. Bláa lónið mun áfram selja húðvörur í flugstöðinni og 66°N opna nýja verslun með útivistarvörur. Eymundsson fékk einnig aðstöðu sem og fyrirtækið Airpoirt Retail Group, ARG, sem hyggst opna tískuvöruverslun. Fyrirtæki í eigu NQ ehf. og Lagerdére Services ætlar að selja sælkeravörur í flugstöðinni.

SÖMDU Í MAÍ Undanþágubeiðnir LBI hf. tengjast samkomulagi við Landsbankann frá því í vor. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

Fresturinn rann út í gær:

Hefur ekki enn svarað LBI hf.

Seðlabanki Íslands hefur ekki enn tekið afstöðu til beiðna slitastjórnar gamla Landsbankans (LBI hf.) um undanþágur frá lögum um gjaldeyrismál. Seðlabankinn telur hins vegar góðar líkur á að hægt verði að gefa svar á allra næstu vikum.

Þetta kemur fram í svarbréfi bankans vegna beiðni LBI um undanþágur. Þar segir að ekki hafi verið unnt að ljúka fyrir tilskilinn frest þeim athugunum og umræðum sem séu forsendur þess að bankinn geti tekið efnislega afstöðu til beiðnanna. LBI hafði óskað eftir að málið yrði afgreitt í byrjun ágúst en sá frestur var framlengdur til 1. október.

Landsbankinn og LBI sömdu í maí síðastliðnum um breytingar á uppgjörsskuldabréfum með eftirstöðvar að jafnvirði 226 milljarða króna. Slitastjórnin setti þá fram skilyrði um að fá undanþágur frá gjaldeyrishöftum vegna útgreiðslna úr búinu. - hg

Xenia borðstofuborð
áður 169.900,- **nú 135.920,-**

ANTON & BERGUR

Herkules borðstofuborð og stólar 20% AFSLÁTTUR
Borð áður 175.900,- **NÚ 140.720,-** Stólar áður 15.990,- **NÚ 12.792,-**

FULL BÚÐ AF FLOTTHEITUM

KORPUTORG ER 6 ÁRA OG AF ÞVÍ TILEFNI ERU FULLT AF SKEMMTILEGUM AFMÆLISTILBOÐUM Í GANGI

Days svefnsófi 99.900,-

40% AFSLÁTTUR af speglum

Hringspegill 5.990,-
nú 3.594,-

Lukt 5.990,-

Haag sófi 20% AFSLÁTTUR
áður 199.900,- **NÚ 159.920,-**

Hringspegill 29.990,-
nú 17.940,-

Luktir
stór 15.990,-
lítil 7.990,-

Kertabakki 3.990,-

Kerti
3 fyrir 2

40% AFSLÁTTUR af völdum glösum

the PIER

Smáratorgi 522 7860 • Korputorgi 522 7870 • Glerártorgi 522 7880

SKOÐUN

Barátta gegn ofbeldi kallar á samhent átak:

Karlar leggja góðu máli lið

Óli Kristján Ármannsson

olikr@frettabladid.is

Ísland hefur lengi verið í fremstu röð þegar kemur að jafnrétti kynjanna. Því er fagnaðarefni tilkynning Gunnars Braga Sveinssonar utanríkisráðherra hjá Sameinuðu þjóðunum í byrjun vikunnar um að Ísland og Súrínam ætli í byrjun næsta árs, á vettvangi samtakanna, að standa að „rakarastofuráðstefnu“ þar sem karlar einir ræði jafnréttismál og ofbeldi gegn konum.

Samtal karlanna er þó raunar ekki nema hluti ráðstefnunnar, þótt sá hluti hafi vakið hvað mesta athygli hér heima og erlendis. Ráðstefnan er einn viðburða sem Sameinuðu þjóðirnar efna til á næsta ári í tilefni af því að þá verða 20 ár liðin frá kvennaráðstefnu SÞ í Peking.

Gréta Gunnarsdóttir, fastafulltrúi Íslands hjá Sameinuðu þjóðunum, sagði í viðtali við síðdegisútvarp Rásar 2 í gær að ráðstefnan væri einn angi af þeim jafnréttismálum sem íslenska sendinefndin hefði beitt sér fyrir. Hún áréttaði að aðaláhersla ráðstefnunnar væri á ofbeldi gegn konum. „Ætlunin er ekki að tala um jafnréttismál almennt, heldur taka fyrir hlutverk karla bæði sem hluta af vandanum og sem hluta af lausninni,“ sagði hún.

Um það verður ekki deilt að sú umræða er þörf. Síðustu ár og áratugi hefur umræða um ofbeldi gegn konum tekið breytingum og málaflokkurinn komist upp á yfirborðið. Jafnvel hér á landi þar sem jafnmikill árangur og raun ber vitni hefur náðst í jafnréttismálum er ofbeldi gegn konum útbreitt vandamál. Margoft hefur verið bent á að vandinn takmarkist ekki við einhverja ákveðna þjóðfélagshópa, heldur geti heimilis- og kynferðisofbeldi átt sér stað á hvaða heimili sem er, án tillits til stöðu og efnahags.

Þá einskorðast vandinn vitanlega ekki einvörðungu við líkamlegt ofbeldi. Niðrandi tal, myndbirtingar á veraldarvefnum og annað sem ætlað er til að grafa undan stöðu og trúverðugleika kvenna er líka ofbeldi.

Ætla má að í landi eins og Súrínam, sem er í hópi þeirra sem skemmst eru á veg komin í heiminum hvað varðar jafnrétti kynjanna, sé vandi kynbundins ofbeldis enn meiri og duldari en hér. Vonandi getur þetta samtal sem eiga á sér stað í janúar orðið til þess að efla umræðu og meðvitund um vandamálið sem víðast um heim, hversu langt sem þjóðir eru komnar í að bæta hag kvenna. Þótt hér hafi árangur náðst er hvergi nærri nóg að gert.

Vitanlega láta allir almennilegir menn sig varða ofbeldi gegn konum og leggja lið baráttunni gegn því, sem og baráttu fyrir jafnrétti kynjanna. Í þeim efnum þurfa bæði karlar og konur að leggja hönd á plóg.

Veki samtal karla um vandamálið á ráðstefnu Íslands og Súrínam athygli, getur það bara verið til góðs. Engin ástæða er til að stökkva í einhverjar niðurrifsskotgrafir og ætla aðstandendum þessarar ráðstefnu að vilja færa málaflokk kynbundins ofbeldis inn í einhver reykfyllt karlaherbergi. Umræðan er góð og liður í baráttu gegn öllu ofbeldi. Því að ofbeldi á aldrei að líða, sama í hvaða formi það birtist.

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

Velkomin í Heilsuborg

Í tilefni af 5 ára afmæli Heilsuborgar langar okkur að bjóða þér á eftirtalda fyrirlestra:

Fimmtudagur 2. október

Heilsa og Húmor kl. 20:00-21:00
Gleðifyrirlestur með
Nobert Muller hjúkrunarfræðingi

Þriðjudagur 7. október

Sykur og sætuefni kl. 20:00-21:00
Má borða sykur?
Er einhver sykur betri en annar?
Erla Gerður Sveinsdóttir læknir segir okkur sannleikann um sykur og sætuefni

Fimmtudaguri 9. október

Fyrirlestur um Svefn og slökun kl. 20:00-21:30
Erla Björnsdóttir sálfr. og Gréta Bjarnadóttir hjúkrunarfr. leiða okkur inn í betri svefn og dýpri slökun

Laugardaginn 11. október höldum við afmælishátíð Heilsuborgar. Fylgstu með og vertu vinur okkar á Facebook.

HEILSUBORG
www.heilsuborg.is

Afmælistilboð
Kort til áramóta - **13.450 kr.**

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

FRÁ DEGI TIL DAGS

Framsókn út á land?

Ráðherrar Framsóknarflokksins keppast við að efla atvinnulíf hér og þar um landið. Sigurður Ingi Jóhannsson hefur ratað í ýmsar ógöngur með Fiskistofu og nú ætlar Eygló Harðardóttir að taka á honum stóra sínum og ekki bara flytja Barnaverndarstofu úr Reykjavík heldur leggja hana niður og stofna aðra, á landsbyggðinni. Þar sem ráðherrum Framsóknar er þetta svo mikið kappsmál, því ætli þeir byrji ekki á heimavelli? Höfuðstöðvar Framsóknarflokksins eru við Hverfisgötu í Reykjavík, í 101 Reykjavík. Og ekki er úr vegi að fylgjast með hvort þær verði ekki fluttar út á land. Sem hlýtur bara að verða.

Hjálparstofnunin slekkur ljósin

Mörgum kemur á óvart að Hjálparstofnun kirkjunnar hafi kosið að hætta að skipta við Kertaverksmiðjuna Heimaey og ákveðið frekar að kaupa friðarkerti frá Póllandi. Þegar hefur skapast mikil umræða um þessa ákvörðun, sem veikir mjög grundvöll Heimaeyjar, sem er verndaður vinnustaður. Af umræðunni má marka að margir hafi slegið tvær flugur í einu höggi, styrkt bæði hjálparstarfið og Heimaey með kaupum á friðarkertunum. Kertaverksmiðjan hefur sent út beiðni til góðgerðarfélaga vegna áfallsins og er vonast til að á næstu vikum komi eitthvað út úr þeirri beiðni.

Á þingi Íhaldsmanna

Bjarni Benediktsson kom í gær heim frá Bretlandi, þar sem hann hefur dvalið undanfarna daga. Hann var staddur þar á þingi Íhaldsflokksins. Ekki liggur fyrir hvort Bjarni hitti David Cameron, formann flokksins og forsætisráðherra Breta, en þeir hafa áður hist. Meðal annars í mars á þessu ári, þar sem þeir ræddu efnahagsmál. Þeir Bjarni og Cameron hittust líka árið 2010 þar sem þeir ræddu sameiginlega hagsmuni Íslands og Bretlands.

sme@frettabladid.is
jonhakon@frettabladid.is

HALLDÓR

Heimilisvinur bregst

SAMKEPPNI

Elín Hirst
alþingismaður

MS eða Mjólkursamsalan er fyrirtæki sem ég hef lengi litið á sem heimilisvin með gott vöruframboð og góða vöru. Íslenskir kúabændur hafa staðið sig vel á liðnum árum í sinni vöruþróun, á því er ekki vafi. Mér fannst einnig gott, sem neytanda, að geta verslað við önnur mjólkurfyrirtæki en MS, til dæmis Baulu og Mjólku, á meðan þeirra naut við sem sjálfstæðra fyrirtækja. Ekki síst til að geta borið saman verð og gæði milli framleiðenda.

MS var lengi vel í mínum huga ímynd hreinleika og hollustu í íslenskum matvælaiðnaði. En svo komst ég að því mér til mikilla vonbrigða að margar af þeim „hollu“ mjólkurvörum sem boðið var upp á í verslunum innihéldu viðbættan sykur í slíku magni að nærri var að tala um sælgæti en hollustuvörur. Sú mynd er mjög skýr í huga mér þegar íslenskur fréttaskýringaþáttur sýndi þennan viðbætta sykur með því að hlaða sykurmolum við hlið vörutegundanna. Góðu fréttirnar voru hins vegar þær að þessi umræða um sykurinn virtist hafa jákvæð áhrif á fyrirtækið og MS setti á markaðinn skyr og e.t.v. fleiri vörur sem merktar voru án viðbætts sykurs og smakkast alveg ljómandi vel.

En nú hafa alvarleg tíðindi borist. MS hefur samkvæmt úrskurði Samkeppniseftirlitsins brotið af sér í skjóli þeirrar verndar sem hún býr við og framið alvarleg samkeppnisbrot. Ef úrskurður Samkeppniseftirlitsins verður staðfestur við áfrýjun hefur MS brugðist þeim ríku skyldum sem fylgja því að hafa slíkt einkaleyfi með höndum. Fjárhæð sektarinnar sem lögð er á MS gefur til kynna alvarleika brotsins, ekki síst í því hvernig með kerfisbundnum hætti var grafið undan félögum í samkeppni. Auðvitað er einbúið að ráðist verður í lagabreytingar sem tryggja bæði hag neytenda og framleiðenda, en þar sem neytendur hafa meira vægi eins og í almennri löggjöf. Ég fagna einnig viðbrögðum Haraldar Benediktssonar, þingmanns Sjálfstæðisflokksins og fyrrverandi formanns Bændasamtakanna, í þessu máli þar sem hann hvetur til að félagið opni bækur sínar og hugi að eigin trúverðugleika.

> **➜ Auðvitað er einbúið að ráðist verður í lagabreytingar sem tryggja bæði hag neytenda og framleiðenda, en þar sem neytendur hafa meira vægi eins og í almennri löggjöf.**

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*

5% lækkun skulda og 5% hækkun matar

FJÁRMÁL

Helgi Hjörvar
alþingismaður

➜ Hér við bætist að ríkisstjórnin ætlar að hækka virðisaukaskatt á mat um 5 prósentustig við sama tækifæri.

Nú er hafinn meistaramánuðurinn þar sem skila á skuldsettum heimilum heimsmeti í skuldaleiðréttingu. Heimsmetið er að vísu orðið meira að mús en meistara því 20% leiðréttingin er orðin 5%, 300 milljarðarnir að 72 og forsendubresturinn orðinn 250 þúsund á heimili á ári í fjögur ár, en ekki milljónirnar sem lofað var.

En auðvitað munar um 72 milljarða. Það verður þó að hafa í huga að skv. frétt Hagstofunnar jókst eigið fé heimilanna frá 2010-2013 um 638 milljarða og þótti ekki nóg. Þá verður að hafa í huga að á móti þeim 20 milljörðum sem veita á í leiðréttinguna á ári er búið að minnka vaxtabætur á móti frá 2011 um meira en helming þeirrar fjárhæðar eða 13 milljarða á ári.

Hér við bætist að ríkisstjórnin ætlar að hækka virðisaukaskatt á mat um 5 prósentustig við sama tækifæri. Matur er svipaður útgjaldaliður og húsnæði hjá flestu fólki eða um tæpur fimmtungur. Þeir vona að vísu að afnám sykurskatts dragi úr verðhækkunum svo þær verði „aðeins“ tæp þrjú prósentustig en því miður höfum við reynslu af því að lækkanir skila sér illa á móti hækkunum.

Heimsmeistaramánuður

Áætlanir um persónulegan meistaramánuð í október fela í sér ýmis markmið til að bæta árangurinn. Margir einsetja sér að temja sér heilsusamlegt líferni og jákvæða hugsun. Vonandi gengur fólki betur að efna heit sín í mánuðinum en ríkisstjórninni. Enda verður það að teljast heimsmeistaramánuður í sviknum loforðum ef heimilin eiga að greiða sjálf fyrir útvatnaða skuldaleiðréttingu með skerðingu vaxtabóta og hækkunum á mat.

Af hverju fá þeir sem hugsa vel um heilsuna stundum krabbamein?

HEILBRIGÐISMÁL

Lára G. Sigurðardóttir
formaður Fag- og fræðsluráðs Krabbmeinsfélags Íslands, læknir og doktorsnemi í lýðheilsuvísindum

Laufey Tryggvadóttir
klínískur prófessor og framkvæmdastjóri Krabbameinsskrár

„Þegar ég gekk í menntaskóla kynntist ég góðri konu sem kenndi okkur íþróttir. Hún kenndi okkur margt um heilbrigt líferni og hvatti okkur áfram til að hlúa vel að heilsunni. Íþróttakennarinn minn var fyrirmynd heilbrigðis en samt fékk hún krabbamein og lést langt um aldur fram.“

„Afi minn var einnig skynsamur maður. Hann var samt ekkert mikið að velta heilsunni fyrir sér. Hann var skólastjóri og sótti Rótarýfundi. Hreyfði sig lítið og keðjureykti filterslausan Camel. Kaffibollann fyllti hann með fjórum kúffullum teskeiðum af hvítum sykri. Samt komst hann hátt á tíræðisaldur og var hress þegar hann lést úr elli.“

Svona sögur heyrum við ósjaldan. Svona sögur sem fá okkur til að efast um gildi rannsókna sem segja okkur endurtekið að reykingar valdi lungnakrabbameini, áfengi brjóstakrabbameini og offita ristilkrabbameini, svo dæmi séu tekin.

En af hverju fá sumir sem lifa heilbrigðu lífi krabbamein á meðan aðrir sem vanrækja heilsu sína fá ekki krabbamein?

Púslin í myndun krabbameina

Því er erfitt að svara en við getum farið yfir það sem vitað er. Ímyndum okkur að krabbamein séu eins og púsl. Bitarnir í púslinu geta verið misstórir og það geta verið misjafnlega margir bitar í hverju púsli. Sum okkar þurfa þannig færri bita meðan aðrir þurfa að safna saman fleiri bitum. Suma púslbita erfum við frá forfeðrunum. Aðra fáum við vegna umhverfismengunar eða vinnuaðstæðna. Við getum einnig fengið bita með því að drekka áfengi, reykja, nota munn- eða neftóbak, hreyfa okkur lítið, borða of mikið af rauðu eða reyktu kjöti eða bara borða of mikið. Síðan getum við fengið púslbita með því að vera of mikið í sól, fara í ljós eða smitast af HPV-veiru eftir að hafa sofið hjá án þess að nota smokk.

Oft áttum við okkur samt ekki á því hvaðan þessir púslbitar koma eins og að við vitum ekki af hverju íþróttakennarinn fékk krabbamein en ekki afinn. En til að krabbamein myndist þurfum við að safna öllum bitunum saman og þeir þurfa allir að passa saman.

Við getum oft haft áhrif

Rannsóknir hafa endurtekið sýnt að langflest lungnakrabbamein myndast vegna beinna og óbeinna reykinga (um 90%), en gleymum því ekki heldur að 10% lungnakrabbameinssjúklinga hafa aldrei reykt. Þótt þeir sem reykja séu í 77-faldri áhættu að fá lungnakrabbamein fær meirihluti reykingamanna aldrei lungnakrabbamein eða um sex af hverjum sjö. Til að setja þetta í annað samhengi þá getum við ímyndað okkur tvo hópa. Í hvorum hópi eru 1.000 einstaklingar. Annar hópurinn hefur reykt í tuttugu ár hið minnsta en hinn aldrei reykt. Tveir í reyklausa hópnum gætu búist við að fá lungnakrabbamein á meðan 154 þeirra sem reykja fá lungnakrabbamein – eða 77-falt fleiri.

Svipað á við um aðra lífshætti eins og áfengisneyslu. Það að neyta áfengis eykur líkur á brjóstakrabbameini og eykst áhættan eftir því sem meira er drukkið. Samt fá flestar konur sem neyta áfengis ekki brjóstakrabbamein.

Staðreyndin er því sú að þó svo að við vitum að óheilbrigður lífsstíll auki líkur á krabbameinum getum við aldrei sagt að einhver hafi fengið krabbamein vegna áfengisneyslu, reykinga, hreyfingarleysis o.s.frv. Við getum hins vegar sagt að ef einhver hefur reykt í meira en tuttugu ár og fær lungnakrabbamein að reykingar hafi mjög líklega átt þátt í myndun krabbameinsins. Að reykingarnar hafi lagt til púslbita.

Dæmum ekki

Það er því mikilvægt að dæma aldrei út frá lífsháttum því þó svo að einhver lifi ekki nægilega heilbrigðu lífi þá er aldrei hægt að alhæfa að það hafi verið lokapúslið í spilinu.

Við lifum í tæknivæddum heimi þar sem hraðinn er oft mikill og oft erfitt að finna tíma til að huga að heilsunni. Engu að síður er gott að vera vakandi fyrir þeirri staðreynd að heilbrigður lífsstíll getur komið í veg fyrir stóran hlut krabbameina og aukið lífslíkur þeirra sem þegar hafa greinst.

En gleymum því aldrei að ef við veikjumst þá er enn mikilvægara að ásaka okkur ekki um að hafa gert eitthvað rangt og einnig að sumir veikjast þrátt fyrir að hafa lifað mjög heilbrigðu lífi. Og munum að það er alltaf rúm fyrir breytingar. Þó svo að við getum ekki stjórnað því hvort við fáum sjúkdóminn eða ekki þá getum við alltaf stjórnað því hvort við kjósum heilbrigða lífshætti sem geta bætt og lengt líf okkar.

AF NETINU

Karlar og jafnrétti

UN Women hefur vakið athygli á mikilvægi þátttöku karla í öllu starfi á sviði jafnréttismála. Karlar eru mun líklegri en konur til að gegna áhrifa- og valdastöðum og gegna því lykilhlutverki í að efla stöðu kvenna, bæði í félagslegu og efnahagslegu tilliti. Benda þarf á ávinning beggja kynja af valdeflingu kvenna og auknu kynjajafnrétti.

Í mínum huga er þetta brýnt hagsmunamál beggja kynja sem eykur almenn lífsgæði þjóða og styðja við lýðræðisþróun.

http://blog.pressan.is

Eygló Harðardóttir

Evrudraumurinn lifir góðu lífi

Vaxtaábján og verðtrygging lána almennings og fyrirtækja hérlendis er auðvitað eitt af mestu undrum veraldar. Afnám verðtryggingar og lækkun vaxta er án vafa brýnasta hagsmunamál landsmanna. Lífskjör hér verða fyrst sambærileg og erlendis og fólksflóttinn hættir aðeins ef þessu verður kippt í liðinn.

Á vefnum www.lan.jaisland.is er enn hægt að sjá hvernig íbúðalán hafa þróast hér og á meginlandi Evrópu. Þannig eru eftirstöðvar 17 milljóna láns, sem ég tók árið 2004 hér á landi, rétt um 26 milljónir, en ef ég hefði tekið sama lán í evrum og byggi á Írlandi stæði lánið mitt í 13 milljónum króna.

http://blog.pressan.is

Guðbjörn Guðbjörnsson

Afkoma öryrkja á Fljótsdalshéraði

SAMFÉLAG

Sveinn Snorri Sveinsson
formaður deildar Geðhjálpar á Austurlandi

→ **Athygli vekur að fólk í hlutastarfi virðist ekki komast betur af en þeir öryrkjar sem lifa aðeins af bótum.**

Kjör öryrkja hafa lengi verið í umræðunni af þeirri ástæðu að þessi þjóðfélagshópur býr við erfiðar aðstæður í samfélagi okkar. Á Fljótsdalshéraði eru öryrkjar í sömu stöðu og öryrkjar annars staðar á landinu og þess vegna ákvað deild Geðhjálpar á Austurlandi að kanna afkomu þeirra á mánaðargrundvelli til að sjá hvernig staðan raunverulega er.

Meginniðurstaða könnunarinnar er sú að tæp 78% öryrkja á Fljótsdalshéraði eru með ráðstöfunartekjur undir 200.000 kr. á mánuði. Samkvæmt reiknivél velferðarráðuneytis er dæmigert neysluviðmið fyrir einstakling sem býr í öðru þéttbýli en á höfuðborgarsvæðinu 144.857 kr. á mánuði fyrir utan samgöngu- og húsnæðiskostnað. Samkvæmt könnuninni eru þátttakendur með tekjur á bilinu 151-200.000 kr. flestir að neita sér um margt eða flest utan helstu nauðþurfta og er það að miklu leyti ástæðan fyrir því að þeir komast af.

Eiga sér ekki marga málsvara

Athygli vekur að fólk í hlutastarfi virðist ekki komast betur af en þeir öryrkjar sem lifa aðeins af bótum. Skýringin á þessu er sú skerðing á bótum sem öryrkjar í hlutastarfi verða fyrir þegar þeir stunda atvinnu sína, þó í litlum mæli sé. Allir virðast sammála um að hvetja eigi fólk til að vinna eins og það hefur heilsu til, en á sama tíma er lagaumhverfið ekki hagstætt þeim sem vilja auka tekjur sínar með þessum hætti. Um leið bera margir öryrkjar stimpil skammarinnar á enninu af því að þeir sjá ekki fyrir sér sjálfir.

Þessi þjóðfélagshópur á sér ekki marga málsvara og fátítt að öryrki komi fram opinberlega og fari fram á sanngjarnari kjör. Það er merkileg staðreynd að íslenskir öryrkjar tilheyra engri stétt og eiga ekki verkfallsrétt. Vegna þessa eru þeir algjörlega upp á náð og miskunn stjórnvalda komnir. Það er mín skoðun að líta ætti á öryrkja sem stétt karla og kvenna sem sjá fyrir sér með því að vera veikir og fatlaðir. Og það virðist ekki flókið að koma með einfalda skilgreiningu á hlutverki öryrkja sem skipar þeim sess í þjóðfélaginu.

Öryrkjar bera sömu ábyrgð gagnvart fjölskyldum sínum og aðrir þjóðfélagsþegnar. Þeir þurfa að fæða og klæða sína nánustu. Þess vegna er ekki að ástæðulausu að andstaða sé á meðal öryrkja gagnvart auknum álögum á nauðsynjavörur eins og mat. Deild Geðhjálpar á Austurlandi mótmælir áformum stjórnvalda um hækkun virðisaukaskatts á matvæli. Ef þessi áform ná fram að ganga hvetjum við stjórnvöld til að hækka bætur öryrkja, t.d. með þeim fjármunum sem koma inn í ríkiskassann með þessum skatttekjum. Hætt er við að þeir öryrkjar sem í dag þurfa að neita sér um hluti eins og fatnað og skó, mat og lyf, tannlæknaheimsóknir, ferðalög og margt fleira þurfi að neita sér um enn meira og skerða lífsgæði sín enn frekar.

Svarhlutfall þeirra sem boðið var að taka þátt í könnuninni hefði mátt vera hærra; en 49 af 138 öryrkjum á Fljótsdalshéraði svöruðu. Hefur rannsóknin því lítið alhæfingargildi en gefur okkur engu að síður sterkar vísbendingar um hvað mætti betur fara.

Ríkið fái auknar heimildir til að halda í starfsfólk

STJÓRNSÝSLA

Guðlaug Kristjánsdóttir
formaður BHM

→ **Þrátt fyrir viðurkennda og yfirlýsta þörf til að halda betur í það fólk sem ræður sig til starfa hjá ríkinu hefur hingað til verið fátt um efndir. Mjög er á brattann að sækja hvað launakjör varðar, vegið er að réttindum starfsmanna og leitast við að þyngja skyldur.**

Umræða að undanförnu um meinta nauðsyn þess að auðvelda uppsagnir og brottrekstur ríkisstarfsmanna er verulega umhugsunarverð, jafnvel varhugaverð. Umhugsunarverð vegna þess að hún endurspeglar þröngsýni, jafnvel rörsýni málshefjenda, og varhugaverð vegna þess að endurtekning fullyrðinga sem þessara getur orðið til þess að festa þær í sessi sem sannindi. Sannleikurinn er nefnilega sá að uppsagnir ríkisstarfsmanna eru býsna tíðar, enda reynir þar í fæstum tilfellum á hina svokölluðu áminningarskyldu. Svo ekki sé nú minnst á þá staðreynd að áminningar eiga ekki að vera tæki til uppsagna, heldur tæki til að aðstoða starfsmenn við að bæta frammistöðu sína. Mannauðsmál ríkisins þarfnast sannarlega endurskoðunar, en að einblína á áminningarskyldu þegar þau eru rædd felur í sér mikla smættun.

Mannauðsmál ríkisins

Í skýrslu til Alþingis sem Ríkisendurskoðun birti árið 2011 um mannauðsmál hjá ríkinu (skýrsla nr. 2) er bent á margt sem betur má fara, eigi þeir fjármunir sem ríkið ver til starfsmannahalds að nýtast vel. Þar er meðal annars rætt um kynslóðaskipti í mannaflanum, að fjöldi starfsmanna sé að komast á aldur og að erfitt kunni að reynast að fylla í skörðin þar sem starfsmannavelta sé mikil í yngri hópunum. Tryggð við vinnustaðinn sé umtalsvert minni meðal ungu starfsmannanna nú en áður var. Minnst er á launamun milli opinbers og almenns vinnumarkaðar sem mögulegan orsakavald í starfsmannaveltu, vaxandi álag á starfsfólk, skort á tengslum milli frammistöðu og launa og síðast en ekki síst vöntun á langtímastefnu ríkisins í mannauðsmálum.

Orðrétt segir í skýrslunni: „Ríkið þarf að gera sér grein fyrir hvers konar atvinnurekandi það vill vera og hvernig það geti laðað til sín ungt og hæft starfsfólk og haldið því.“

Vel færi á því að þingmenn sem telja þörf á aukinni skilvirkni við uppsagnir og brottrekstur ríkisstarfsmanna tækju þessar ábendingar með í umræðuna og lýstu því hvernig þeir vilji stuðla að því að ríkið geti haldið betur í starfsfólkið sitt. Sífelldar endurráðningar og stutt stopp fólks í störfum eru samfélaginu dýrkeypt, bæði vegna þess að starfsmannavelta er dýr í krónum og aurum og eins vegna þess að erfitt er að viðhalda öflugri starfsemi þegar hlutfall „starfsmanna í þjálfun“ er hátt.

Atgervisflótti

Kjarasamningum aðildarfélaga BHM við ríkið hafa að undanförnu fylgt bókanir og yfirlýsingar um úrbætur í takt við ábendingar Ríkisendurskoðunar frá 2011. Í inngangsorðum samninganna sem giltu frá 2011 til 2014 segir m.a. berum orðum: „Stemma þarf stigu við atgervisflótta.“

Þrátt fyrir viðurkennda og yfirlýsta þörf til að halda betur í það fólk sem ræður sig til starfa hjá ríkinu hefur hingað til verið fátt um efndir. Mjög er á brattann að sækja hvað launakjör varðar, vegið er að réttindum starfsmanna og leitast við að þyngja skyldur. Bókanir í samningum um að aðilar meti í sameiningu möguleika á úrbótum í mannauðsmálum eru innantóm orð nema kraftur verði settur í að fylgja þeim eftir. Samkvæmt heimasíðu fjármála- og efnahagsráðuneytisins heyra tíu starfsmenn undir kjara- og mannauðssýslu ríkisins. Ein af ábendingum Ríkisendurskoðunar lýtur einmitt að því að starfsmannaskrifstofan, sem nú heitir kjara- og mannauðssvið, verði efld. Íslenska ríkið er stór vinnuveitandi og full ástæða er fyrir þingmenn sem vilja auka skilvirkni í starfsemi ríkisins og bæta starfsmannamál ríkisins að beita sér fyrir því að styrkja kjara- og mannauðssýsluna til framfara.

Gildandi kjarasamningar aðildarfélaga BHM spanna 13 mánuði og af þeim átta bókunum sem þeim fylgja kalla a.m.k. fimm á umtalsverða yfirlegu af hálfu aðila. Það hlýtur að vera nóg að gera hjá kjara- og mannauðssýslunni, ekki síst í ljósi þess að viðsemjendur ríkisins eru mun fleiri og sumir enn í Karphúsinu þessa dagana.

BHM hvetur alla þingmenn eindregið til að kynna sér stöðu mannauðsmála ríkisins og axla ábyrgð sína á því verkefni að tryggja starfhæfar ríkisstofnanir til framtíðar.

Meint tregða við að losna við ríkisstarfsmenn úr starfi er á góðri leið að verða fortíðarvandi og mál til komið að þingmenn snúi sér að raunverulegum vandamálum og horfi til framtíðar.

Þið eruð óþörf – út með ykkur!

STJÓRNSÝSLA

Þórarinn Eyfjörð
framkvæmdastjóri SFR – stéttarfélags

→ **Skírari verða skilaboðin nú ekki.**

Það var dapurleg kveðja sem ríkisstarfsmenn fengu frá Guðlaugi Þór Þórðarsyni, þingmanni Sjálfstæðisflokksins, og Vigdísi Hauksdóttur, þingmanni Framsóknarflokksins, á forsíðu Fréttablaðsins þann 24. september síðastliðinn. Kveðjan var klár og ljós: „Þú þarna ríkisstarfsmaður! Burtu með þig! Við erum að hagræða og við ætlum að reka þig! Svona…út með þig!“ Það var helst á Guðlaugi Þór að skilja að ef stjórnarflokkarnir myndu ekki ganga fram í þessu af krafti, þá myndi sjálfur hann taka málin í sínar hendur. Skírari verða skilaboðin nú ekki.

Stjórnmálamönnum af því kaliberi sem Guðlaugur og Vigdís eru, er einstaklega lagið að slíta í sundur samhengi hlutanna. Í samfélagi þar sem sitjandi stjórnvöld færa þeim ríku dýrar gjafir á kostnað almennings, stórskaða og rýra skattkerfi landsins þegar mikil þörf er á að allir leggist á árarnar, láta spillingu viðgangast, hafa á stefnuskrá að minnka aðhald og eftirlit með markaðs- og samráðssóðum, er eins gott að stjórnmálamenn hafi svör á reiðum höndum um hvað þeir séu að gera til að koma samfélaginu á réttan kjöl. Og ekki vantar greið svör frá þeim Guðlaugi og Vigdísi hvað það er sem helst þarf að laga í samfélaginu: „Það þarf að reka ríkisstarfsmenn.“ Hún er nokkuð stæk þráalyktin af þessari smjörklípu.

Aukið álag og lækkuð laun

Eftir hrun tóku opinberir starfsmenn og starfsmenn á almennum markaði á sig verulegar byrðar. Þetta þekkja allar fjölskyldur landsins sem þurfa að vinna fyrir brauði sínu. Aukið álag og lækkuð laun var hlutskipti almenns launafólks í hreinsunarstarfinu eftir partíið sem hrunflokkarnir undirbjuggu. Það var almennt launafólk sem hélt samfélaginu gangandi. Það voru meðal annars starfsmenn sýslumannsembætta, tollsins, Vegagerðarinnar, lögregluembættanna og heilbrigðiskerfisins, kennarar, læknar og hjúkrunarfólk auk allra hinna, sem héldu samfélaginu gangandi. Já, og við skulum ekki gleyma starfsfólki Fiskistofu sem sá til þess að gangverk fiskveiðistjórnunarkerfisins stoppaði ekki og útgerðin fékk sitt tækifæri til að blómstra. Þetta er fólkið sem ofurþingmennirnir Guðlaugur Þór og Vigdís Hauksdóttir vilja núna reka.

Gæti hið ágæta spakmæli „Margur heldur mig sig“ átt við hér? Getur hugsast að umræddir þingmenn séu gagnslausir og til óþurftar fyrir íslenskt samfélag og í taugaveiklaðri leit sinni að upphafningu veitist þeir að þeim sem verja skyldi? Eða er þessi aðför að ríkisstarfsmönnum hluti af stærra plotti? Getur verið að það leynist hjá þeim ásetningur um að eyðileggja og lama innviði samfélagsins og koma kjarnastarfsemi þess í hendur einkavina, eins og dæmin sanna að flokkar þeirra hafa stundað um áraraðir með sorglegum afleiðingum fyrir almenning í þessu landi?

Verðofbeldi í skjóli stjórnarráðsins

SAMKEPPNI

Þórólfur Matthíasson
hagfræðiprófessor

→ **Mjólkursamsalan (MS) og tengd fyrirtæki er með yfir 95% af mjólkurvörumarkaðnum á Íslandi. Sé litið til þeirra sögulegu dæma hér að ofan er ekki undarlegt þó samkeppnisyfirvöld hér á landi hafi fyrirtækið til skoðunar með jöfnu millibili.**

Árið 1904 réði Standard Oil Co. um 90% af allri olíuframleiðslu í Bandaríkjum Norður-Ameríku. Fram til 1. janúar 1984 var AT&T eini seljandi símaþjónustu í Bandaríkjum Norður-Ameríku. Um aldamótin 2000 var markaðshlutdeild Microsoft á markaði fyrir stýrikerfi um 97%. Öll urðu þessi fyrirtæki, fyrir tilstyrk markaðsstöðu sinnar, afar sterk fjárhagslega. Keppinautar héldu því fram að fyrirtækjunum væri tamara að nota fjárhagsstyrk sinn til að takmarka samkeppni en til rannsóknar- og þróunarstarfsemi. Svo háværar voru þessar raddir að samkeppnisyfirvöld beggja vegna Atlantshafs lögðust í áralöng málaferli til að binda enda á samkeppnishamlandi atferli fyrirtækjanna. Aðgerðir samkeppnisyfirvalda höfðu í öllum tilfellum afgerandi áhrif til lækkunar kostnaðar og hraðari tækniþróunar. Þróun samgangna (einkabíllinn), fjarskipta (farsímar) og netþjónustu hefðu nær örugglega orðið allt önnur og hægari hefðu yfirvöld ekki gripið til sinna ráða. Aðgerðir samkeppnisyfirvalda gegn verðofbeldi skiluðu góðum árangri.

Mjólkursamsalan (MS) og tengd fyrirtæki er með yfir 95% af mjólkurvörumarkaðnum á Íslandi. Sé litið til þeirra sögulegu dæma hér að ofan er ekki undarlegt þó samkeppnisyfirvöld hér á landi hafi fyrirtækið til skoðunar með jöfnu millibili. Nýlegur úrskurður þar sem MS er sektuð um 370 milljónir króna fyrir brot á samkeppnislögum sannar nauðsyn þess. En þar með er ekki öll sagan sögð.

Óskammfeilin framkoma

Samkvæmt búvörulögum er heildsöluverðlagning nokkurra tilgreindra vörutegunda sem MS framleiðir á hendi svokallaðrar verðlagsnefndar búvöru. Verðlagsnefndin auglýsir tvenns konar verð fyrir nýmjólkurduft og undanrennuduft. Annars vegar verð til matvælaframleiðenda sem ekki eru í samkeppni við MS. Þeir fá nýmjólkurduftið á 659 krónur kílóið, en aðilar í samkeppni við MS þurfa að borga 1.360 krónur! Þetta er 100% verðmunur! Svipaða sögu er að segja um undanrennuduftið, nema hvað verðmunurinn er heldur minni. Stjórnarráðið leggur ofurtolla á innflutt duft og kemur þannig algjörlega í veg fyrir samkeppni að utan. Þetta er svo óskammfeilin framkoma að engu tali tekur.

Verðlagsnefnd búvara er skipuð sjö mönnum. Formaður er starfsmaður atvinnuvega- og nýsköpunarráðuneytisins, fyrrverandi forstjóri Kaupfélags Skagfirðinga, tveir eru frá Bændasamtökum Íslands, tveir eru frá afurðastöðvum (les MS) og síðan sinn hvor frá ASÍ og BSRB. Fulltrúar launafólks eru í minnihluta. Því má fullyrða að stjórnvöld hafi afhent starfsmönnum og eigendum einkasölurisa á neysluvörumarkaði sjálfdæmi um verðlagningu á mikilvægri neysluvöru, vöru sem er bæði notuð af neytendum og af öðrum aðilum í matvælaiðnaði. Og starfsmenn og eigendur einkasölurisans standa undir væntingum og beita verð-ofbeldi úr vopnasafni John D. Rockefeller, eiganda Standard Oil, við verðlagningu á hráefnum til mögulegra keppinauta sinna. Framkvæmdastjóri Samtaka afurðastöðva í mjólkuriðnaði (SAM) telur að seta fulltrúa ASÍ og BSRB í þessari ólánsnefnd réttlæti allar hennar gerðir. Því spyr ég: Er ekki rétt að ASÍ og BSRB hætti að blessa verðofbeldi mjólkurframleiðenda og afturkalli skipan fulltrúa í verðlagsnefnd búvara?

NÝTT BLAÐ KOMIÐ ÚT

KOMDU Í ÁSKRIFT / ÁSKRIFTARSÍMI : 515 5555 / ASKRIFT@BIRTINGUR.IS

Brýnt er að efla hafrannsóknir

SJÁVARÚTVEGUR

Kristján Þórarinsson
stofnvistfræðingur hjá LÍÚ

➜ Slíkar mælingar kalla á fleiri úthaldsdaga rannsóknarskipa.

Um langt árabil hefur hallað undan fæti í hafrannsóknum á Íslandsmiðum. Þetta kemur ekki síst til af því að þörfin á að sinna nýjum verkefnum hefur vaxið hratt í meira en áratug. Hafrannsóknir eru kostnaðarsamar vegna þess hversu dýrt er að halda rannsóknarskipum á sjó. Á undanförnum árum hefur rannsóknarskipum fækkað og nýting þeirra minnkað og því eru rannsóknarskip nú mun færri daga á sjó á ári hverju en áður var.

Þessi staða mála birtist nýverið með skýrum hætti í því að ekki var til fé til nauðsynlegrar bergmálsmælingar loðnu nú í september. Ríkisstjórnin veitti á lokametrunum fé til loðnumælingar og ber að fagna því, enda margra milljarða verðmæti í húfi.

Forsenda verðmætasköpunar

Öflugar hafrannsóknir eru í vaxandi mæli forsenda sjálfbærrar verðmætasköpunar í sjávarútvegi. Vaxandi þörf á hafrannsóknum stafar ekki síst af því að ný verkefni hafa orðið nauðsynleg. Hér ber fyrst að nefna bergmálsmælingar uppsjávarfiska. Loðnumælingar urðu erfiðari og kostnaðarsamari snemma á öldinni þegar útbreiðsla loðnunnar færðist norðar. Mælingar á síld, kolmunna og makríl urðu auk þess æ mikilvægari og umfangsmeiri eftir því sem þessar tegundir gengu í auknum mæli inn á íslenskt hafsvæði. Slíkar mælingar kalla á fleiri úthaldsdaga rannsóknarskipa.

Með tilkomu nýrra verkefna jókst krafan um skilvirkni og forgangsröðun rannsókna. Auðvitað er jákvætt að huga að forgangsröðun verkefna, en því miður hefur verið gengið of langt á þeirri braut og fyrir löngu verið skorið inn að beini.

Nauðsynleg verkefni hafrannsókna eru nú mun fleiri og stærri en þau sem sinnt var við lok síðustu aldar. Dæmi um vandann sem hefur skapast eru m.a. eftirfarandi:

- Þröngar skorður eru settar rannsóknum á helstu nytjastofnum, sem eru forsenda ábyrgrar nýtingar fiskistofna og aflareglna.
- Beinum rannsóknum og mælingum á minni fiskistofnum – svo sem skarkola, sandkola, langlúru, þykkvalúru, löngu, keilu, skötusel og fleiri tegundum – er ekki sinnt að neinu marki og því skilar nýting þessara stofna ekki þeim afrakstri sem hún ætti að gera þar sem ýmist er veitt of lítið eða of mikið. Staðið hefur til að bæta úr þessu í meira en áratug en aldrei skapast svigrúm til þess.
- Takmarkaðar rannsóknir eru stundaðar á fæðuvef í hafinu.
- Kortlagning hafsbotns landgrunnsins og útbreiðslu samfélaga og búsvæða botnsins gengur of hægt.
- Til viðbótar er vaxandi þörf á að eiga svör við spurningum erlendra kaupenda sjávarafurða er varða áhrif fiskveiða á lífríkið almennt. Er þá m.a. spurt um áhrif á sjófugla, áhrif á viðkvæm búsvæði á hafsbotni, áhrif á stofna fiska sem kunna að þurfa frekari verndar við og fleira. Spurningum af þessu tagi fjölgar og því er afar mikilvægt að sinna þessu vel.

Úrbóta er þörf

Hafrannsóknir eru nauðsynleg undirstaða verðmætasköpunar í sjávarútvegi sem má ekki bresta. Það er óskynsamlegt að spara svo mjög til hafrannsókna að það komi illa niður á verðmætasköpuninni. Brýnt er að stjórnvöld bæti hér úr.

Viljum við að óhollusta lækki og hollusta hækki?

SKATTAR

Hólmfríður Þorgeirsdóttir
verkefnisstjóri næringar

Elva Gísladóttir
verkefnisstjóri næringar

Dóra Guðrún Guðmundsdóttir
sviðsstjóri áhrifaþátta heilbrigðis

➜ Áhrifin yrðu mest þar sem þörfin er brýnust, þ.e. hjá börnum og ungmennum og þeim sem drekka mest af gosdrykkjum.

Þegar fjárlagafrumvarp fyrir árið 2015 var lagt fram voru samhliða lagðar fram tillögur um breytingar á virðisaukaskattskerfinu og niðurfellingu vörugjalda. Megin breytingin er að virðisaukaskattur á matvæli hækkar úr 7% í 12% en efra þrepið lækkar úr 25,5% í 24%. Jafnframt á að afnema vörugjöld, þar með talin þau sem í dag leggjast á sykruð matvæli. Ef þessar tillögur ná fram að ganga þá munu hollustuvörur á borð við ávexti og grænmeti hækka í verði sem nemur um 5%. Kíló af tómötum sem kostar í dag 459 krónur, í ákveðnum stórmarkaði, kemur til með að hækka í a.m.k. 480 krónur eftir breytingarnar, endanlegt verð fer eftir álagningu verslunar. Kíló af gulrótum myndi fara úr 718 krónum í 752 krónur. Samhliða þessu koma gosdrykkir til með að lækka í verði við afnám vörugjalda, þó mismikið eftir stærð pakkninga og álagningu, þrátt fyrir að virðisaukaskattur á þeim hækki. Tveggja lítra gosflaska sem í dag kostar 295 krónur, í ákveðnum stórmarkaði, gæti lækkað um a.m.k. 11%. Kolsýrt vatn myndi hins vegar hækka um 5% eins og ávextir og grænmeti. Hvað sælgæti varðar er áhrifin mismunandi en þau fara m.a. eftir núverandi vörugjöldum sem leggjast á eftir sykurinnihaldi.

Embætti landlæknis telur það ekki farsælt út frá sjónarmiðum heilsueflingar að lækka álögur á óhollustu eins og gosdrykki og sælgæti því það getur haft í för með sér aukna neyslu á þessum vörum sem er þó mikil fyrir. Neysla á sykurríkum vörum eykur líkur á offitu og tannskemmdum og mikil neysla á sykruðum gos- og svaladrykkjum getur auk þess aukið líkur á sykursýki af tegund tvö. Hækkun á verði grænmetis og ávaxta getur hins vegar dregið úr neyslu þeirra sem er nú þegar of lítil, aðeins um helmingur af því sem ráðlagt er. Það hefur sýnt sig að verðbreytingar á grænmeti hafa haft áhrif á neyslu en við lækkun innflutningstolla og síðar afnám jókst grænmetisneyslan en við efnahagsþrengingarnar 2008 dró úr henni. Fyrirhugaðar breytingar eru því í andstöðu við það sem Embætti landlæknis leggur til og í andstöðu við tillögur sem vinnuhópur á vegum velferðarráðuneytis setti fram í aðgerðaáætlun til að draga úr tíðni offitu en þar var í fyrsta sæti að hækka álögur á óhollustu og nýta þá til skattalækkunar á hollari vörum.

Áhrifaríkasta leiðin

Niðurstöður rannsóknar sem birtist í New England Journal of Medicine 2009 sýndu að verðstýring með sköttum eða vörugjöldum á sykraða gosdrykki geti verið áhrifarík leið til að minnka neyslu. Áhrifin yrðu mest þar sem þörfin er brýnust, þ.e. hjá börnum og ungmennum og þeim sem drekka mest af gosdrykkjum. Í grein sem birtist 2011 í The Lancet var lagt mat á hvaða aðgerðir stjórnavalda í Ástralíu skiluðu mestum ávinningi og árangri til að bæta heilsu og draga úr útgjöldum vegna offitu. Niðurstaðan var sú að skattar á óhollustu væru áhrifaríkasta leiðin.

Embætti landlæknis hvetur eindregið til að við fyrirhugaðar breytingar á virðisaukaskattskerfinu og vörugjöldum verði gætt að því að gosdrykkir og sælgæti lækki ekki í verði. Leiðir til þess væru annars vegar að leggja áþreifanlegan skatt á gosdrykki og sælgæti beint til að draga úr sykurneyslu landsmanna, það er almennilegan sykurskatt. Önnur leið væri að færa gosdrykki og sælgæti í efra þrep virðisaukaskatts, þ.e. í 24% þrepið. Jafnframt er mælt með að nýta fjármuni sem koma inn við álagningu á óhollustu til að standa straum af afnámi virðisaukaskatts á grænmeti og ávöxtum. Slíkt myndi skapa aðstæður sem hvetja til heilbrigðari lifnaðarhátta með því að auðvelda aðgengi að hollum matvælum en takmarka aðgengi að þeim óhollari.

Höfundar starfa hjá Embætti landlæknis.

Hópleit að hópleitarkonum

HEILBRIGÐISMÁL

Ragnheiður Haraldsdóttir
forstjóri Krabbameinsfélags Íslands

Heilbrigðisþjónusta í okkar heimshluta fæst að langmestu leyti við meðferð sjúkdóma og viðbrögð við kvillum. Of lítið virðist gert af hálfu hins opinbera til að tryggja borgurunum betra líf með því að gefa þeim kost á forvörnum greiddum úr sameiginlegum sjóðum. Í Evrópu er talið að þetta hlutfall sé um 3%, en heldur lægra hér eða um 1,6%. Þetta hefur verið gagnrýnt kröftuglega og með réttu úr mörgum áttum undanfarin ár.

Helstu vandamálin sem heilbrigðisyfirvöld standa frammi fyrir þegar kemur að ákvörðunum um úthlutun fjár til forvarna eru að áhrif slíkra aðgerða koma fram seint og um síðir, og einnig að stundum er örðugt að sýna fram á kostnaðarhagkvæmni þeirra. Þetta á ekki við um leit að leghálskrabbameini, sem stendur konum frá 23 til 65 ára til boða þriðja hvert ár. Engum vafa er undirorpið að það er mikilvæg hópleit og að árangurinn er góður. Þessi leit hefur þá sérstöðu að unnt er að finna forstig að krabbameinum, og þannig koma í veg fyrir að krabbamein myndist. Þarna er komin forvörn sem ríkið greiðir að hluta til; samfélagið hefur tekið höndum saman um að vinna gegn þessum sjúkdómi með skipulögðum, lýðgrunduðum aðgerðum. Krabbameinsfélagið hefur borið ábyrgð á þessari leit í hálfa öld, og hefur síðustu ár gert þjónustusamning við Sjúkratryggingar Íslands þar að lútandi. Félagið hefur jafnframt stutt þessa starfsemi með sjálfsaflafé til að tryggja að verkefninu sé eins vel sinnt og raun ber vitni.

Árvekniátak

Leghálskrabbamein er smitandi veirusjúkdómur af völdum HPV og er nú öllum íslenskum stúlkum á tólfta aldursári boðin bólusetning gegn honum. Þátttaka er hátt í 90%, svo vandinn minnkar væntanlega á komandi árum. Samt verður áfram nauðsynlegt fyrir þessar stúlkur að mæta í leitina, því bólusetningin gefur ekki fullkomna vörn. Nauðsynlegt er að allir, af báðum kynjum, þekki smitleiðir og verjist smiti með tiltækum ráðum. Nú er verið að taka upp nýja tækni við meðferð leghálssýnanna sem gerir greiningu áreiðanlegri. Í framhaldinu verður unnt að mæla HPV-veirur í sýnunum og finna annars vegar þær konur, sem taldar eru í lítilli í hættu og þurfa sjaldan eða aldrei að mæta, og hins vegar þær, sem þurfa meira eftirlit. Þannig verður unnt að skipuleggja leitina meira í samræmi við áhættuna. Tækjavæðing vegna þessara nýjunga verður greidd af söfnunarfé.

Nú stendur yfir árvekniátak sem hefur það að markmiði að finna þær konur sem ekki hafa mætt í leitina, nokkurs konar hópleit að hópleitarkonum. Tökum þátt í því og hvetjum konur til að mæta; þær sem ekki hafa mætt gera það sem fyrst, en hinar þegar þær fá boð frá Leitarstöð Krabbameinsfélagsins.

Til allra fórnarlamba hjónaskilnaða á Íslandi

SAMFÉLAG

François Scheefer
fyrrverandi formaður Félags um vináttu og nemendaskipti Frakklands og Íslands

➜ Sérstaklega fyrir feður er baráttan mjög erfið, andlega og líkamlega, og þess vegna kjósa margir feður að leggja upp laupana, fyrirlitnir, eignalausir, stundum smánaðir af kerfinu og jafnvel mjög oft fyrir hvatningu þeirra eigin lögmanna.

„Yndislega barnið mitt, sem þú verður alla tíð til endaloka. Þú komst eins og engill til jarðar og við foreldrar þínir tókum stolt á móti þér og vildum veita þér ástúð og alla þá hamingju sem þú átt skilið. Dag einn hvarfst þú á braut úr mínu daglega lífi, vegna afleiðinga umgengnisbrota.“

En hér á Íslandi kemur þjóðfélagið þannig fyrir sjónir að það tekur kerfisbundið málstað mæðra, án tillits til aðstæðna, jafnvel þótt sannað sé að þær hafi framið alvarleg afbrot og séu skaðlegar hagsmunum barnanna, er ekkert tillit tekið til þess. Þetta birtist í hnotskurn þannig að barnalögin og jafnvel beiting þeirra sýna greinilega hlutdrægni gagnvart móður og niðurlægingu til feðra og alþjóðasamningar eru fótumtroðnir.

Börn skilja ekki við foreldra sína …

Umræðuefnið virðist vera tabú og feður hafa enga rödd eða tilvist í umgengnismálum og enn þá verri stöðu ef þeir eru erlendir (það eru jafnvel til bæklingar á ólíkum erlendum tungumálum fyrir „réttindi erlendra kvenna og mæðra“! En ekkert fyrir karlmenn og feður!).

Sérstaklega fyrir feður er baráttan mjög erfið, andlega og líkamlega, og þess vegna kjósa margir feður að leggja upp laupana, fyrirlitnir, eignalausir, stundum smánaðir af kerfinu og jafnvel mjög oft fyrir hvatningu þeirra eigin lögmanna. Hvernig geta menn kallað það „tapað mál“ þegar um barn eða börn manns er að ræða og gefist upp?

En ég er ekki þannig, það er ekki til í eðli mínu eða menningu minni: fjölskyldan og börnin eru heilög fyrir mér. Ég hef alltaf barist löglega fyrir göfugu málefni með því að leyfa dóttur minni að vaxa úr grasi og fá að lifa með báðum foreldrum sínum. Ég hef barist fyrir því að hún fái að búa til skiptis hjá föður og móður og reynt að byggja upp friðsælt umhverfi í jafnvægi og bera virðingu fyrir öðrum, án þess að hallmæla neinum og síst af öllum móður hennar.

Hvað er auðveldara en að ráðskast með barn? Einfaldlega að hindra öll möguleg samskipti og umgengnisrétt við barnið, og jafnvel það margendurtekið, er það í raun ekkert í Barnalögum sem getur komið í veg fyrir þessi brot til frambúðar.

T.d., dóttir mín hefur ekki varið nema 8% af lífi sínu með mér á síðustu 13 árum! Þrátt fyrir þetta, hef ég alltaf verið til staðar fyrir hana, hef alltaf hlustað á hana, alltaf verið reiðubúinn til að hjálpa henni, verið til ráðgjafar, til að hugga og lækna þegar þörf er á, leyft henni að upplifa fjöldann allan af hlutum á Íslandi, gert henni kleift að vaxa og dafna og ná árangri í lífinu.

Ekki á þeirra ábyrgð

Ég vil að hún viti, eins og þúsundir annarra barna á Íslandi og það er ekki á þeirra ábyrgð, þessi fjölskylduharmleikur sem hendir okkur öll, hún er fyrst og fremst fórnarlamb, eins og þúsundir annarra barna á íslandi. Ég, sem foreldri, rétt eins og þúsundir annarra íslenskra foreldra, er líka fórnarlamb ásamt allra meðlima föðurfjölskyldna, en það er fyrst og fremst barnið sem þjáist mest.

Verandi fórnarlamb þá hefur hún kannski ekki aðra kosti. Ég ásaka hana ekki. Rétt eins og önnur fórnarlömb foreldrafirringar (P.A.S.), hefur hún ef til vill tapað áttum og veit ekki lengur hvað er rétt eða rangt, miðað við þau áhrif sem eru hömruð í hana. En ég vil að hún viti og ég vona að hún verði nógu sterk til að skilja og berjast fyrir því að sannleikurinn komi í ljós.

En nú líður senn að brottför, til þess að berjast gegn sjúkdómnum, til að vernda sjálfan mig, til þess að lifa af og halda áfram að berjast fyrir réttindum okkar, virðingu fyrir feðrum, mun ég snúa á heimaslóðir okkar, til okkar þjóðar, og ég held enn þá í vonina…

„Að lifa án vonar, er að hætta að lifa,“ sagði Dostojevski.

Vonin fylgir mér. Dyr mínar munu alltaf standa opnar fyrir þig, dóttir mín, síminn minn mun alltaf vera tengdur á hvaða tíma sem er…

Faðir, sem elskar barnið sitt eins og aðrir feður í þúsundatali.

AMERÍSKIR ÍSSKÁPAR

VORUM AÐ FÁ SENDINGU AF AMERÍSKUM ÍSSKÁPUM FRÁ DAEWOO

Á HREINT FRÁBÆRU VERÐI!

DAEWOOFRNQ19D1C **HVÍTUR**

VERÐ

199.995

- Perfect No Frost
- Vatns- og klakavél
- LED lýsing
- Skjár sýnir hitastig
- **353L kælir**
- Kælivifta sem jafnar hitastig
- 4 glerhillur (3 færanlegar)
- 4 hillur í hurð
- 2 grænmetisskúffur
- **156l frystir**
- 3 hillur
- 2 hillur í hurð
- 2 skúffur
- Orkuflokkur A+
- Mál (HxBxD): 177 x 90,6 x 60sm án hurða, 73,5sm með hurðum

DAEWOO FRNQ19D1T **KÁMFRÍTT STÁL**

VERÐ

219.995

DAEWOO ELECTRONICS

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

Hver á göturnar?

SKIPULAG

Magnea Guðmundsdóttir
arkitekt og varaformaður umhverfis- og skipulagsráðs Reykjavíkur

Göturnar, torg og garðar eru það sem raunverulega skilgreinir borgina. Þetta eru opin rými sem húsin ramma inn og eiga það sameiginlegt að við höfum öll aðgang að þeim. Þar hittumst við á horninu, sýnum okkur og sjáum aðra, spókum okkur þegar vel viðrar og mótmælum þegar okkur finnst vera gengið á rétt okkar. Við sækjum kannski mismikið í þessi rými en þau gegna mikilvægu hlutverki, þau eru sameign okkar allra og hluti af sjálfsmynd okkar sem samfélags.

Að eiga val

Nú er ný yfirstaðin samgönguvika, evrópskt átak um bættar samgöngur í borgum og bæjum. Yfirskriftin að þessu sinni var „Okkar vegir, okkar val“ og hafði það markmið að hvetja fólk til umhugsunar um eigin ferðavenjur. Það er forvitnilegt að máta þetta slagorð við Reykjavík. Hvert er okkar val þegar kemur að samgöngumálum?

Í nýju aðalskipulagi Reykjavíkur kemur fram að yfir 80% prósent af opnum rýmum (að undanskildum stærri útivistarsvæðum) fara undir samgöngur í borginni. Það eru malbikaðir vegir, mislæg gatnamót og bílastæði. Undanfarna áratugi hefur bílaumferð á höfuðborgarsvæðinu vaxið hlutfallslega meira en íbúafjöldi og í dag ferðast um 75% íbúa með einkabíl til vinnu eða skóla. Bílaeign Íslendinga er með því mesta í heiminum og á pari við amerískar borgir. Þetta er þróun sem þarf að bregðast við. Reykjavík er ekki „bílaborg“ frekar en einhver önnur borg. Það er ekki óyfirstíganleg staðreynd sem tengist legu og lagi borgarinnar. Reykjavík varð að bílaborg – út af skammsýni og úrræðaleysi í skipulagsmálum. Þetta er ástand en ekki staðreynd, ástand sem við þurfum að vinda ofan af, vandamál sem við eigum að vera stolt af því að leysa.

Það kann að skjóta skökku við í fyrstu en rannsóknir hafa sýnt að því fleiri vegir sem eru lagðir, því meir eykst umferðin. Hvað gerir maður þegar mittislínan þenst út og beltið er orðið svo þröngt að mann verkjar? Ein leiðin er að losa um beltið, bæta við gati og svo halda áfram sem áður. Sem er álíka góð lausn og að pissa í skóinn sinn. Hin leiðin er að takast á við rót vandans.

Eitt meginmarkmið aðalskipulagsins er hagræðing á sameiginlegum rýmum okkar með þéttingu byggðar. Með því að draga úr umferð, stytta vegalengdir og bjóða upp á vistvænni samgöngur, má spara gífurlegar fjárhæðir. Til lengri tíma mun það skila sér í vasa borgaranna langt umfram nokkra skatta- eða gjaldskrárlækkun. Fyrrverandi borgarstjóri Bógóta í Kólumbíu er öflugur talsmaður bættra borga. Hann hefur vakið athygli á að allir borgarar hafa jafnan rétt samkvæmt stjórnarskrá. Þannig ætti strætisvagn með 80 farþegum að hafa 80 sinnum meiri rétt á plássi á götunni en einn farþegi í bíl.

Vaxtaverkir

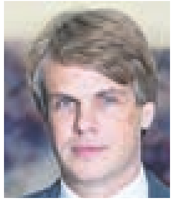
Það þarf að vera bílfært á milli borgarhluta en það þarf líka að skapa rými fyrir aðra valkosti, í leik og starfi. Hvað með fótgangandi foreldri með vagn, hjólandi vegfarendur eða krakka á þríhjóli? Einkabíllinn er ekkert einkamál. Honum fylgja mannvirki og kostnaður sem varðar allt samfélagið. Vandamálið verður ekki leyst með mislægum gatnamótum heldur verðum við að breyta ferðavenjum okkar og opna á fleiri möguleika. Markmið aðalskipulags Reykjavíkur eru skynsöm og raunsæ og miða við sambærilegar borgir eins og Þrándheim. Stefnan er að hlutdeild gangandi og hjólandi vegfarenda verði 30% í lok skipulagstímabilsins árið 2030 og hlutdeild almenningssamgangna fari í 8%, valmöguleikunum fjölgar.

➜ Með því að draga úr umferð, stytta vegalengdir og bjóða upp á vistvænni samgöngur, má spara gífurlegar fjárhæðir.

Stefnan hefur verið tekin, framundan er breytingaskeið og því fylgja vaxtaverkir. Bílastæðum við vinnustaðinn gæti fækkað og við gætum þurft að dvelja örfá auka andartök fyrir aftan strætó sem hleypir farþegum sínum út. Það er hugsanlegt að byggingakrani verður reistur í næsta garði eða við þurfum að hlusta á jarðbor í einhverjar vikur. Það eru smámunir. Miðað við landrýmið og grænu svæðin sem við þyrftum annars að fórna, miðað við mengunina sem útþenslu borgar fylgir og miðað við þá gífurlegu fjárhæðir sem þyrfti til að þjóna vaxandi umferð. Mannvænlegri borg eykur lífsgæði okkar og gerir Reykjavík að aðlaðandi stað á alþjóðavettvangi. Göturnar eru sameign okkar allra.

Lífeyristryggingar sem séreignarsparnaður

FJÁRMÁL



Ólafur Páll Gunnarsson
framkvæmdastjóri Íslenska lífeyrissjóðsins og verkefnastjóri lífeyrissparnaðar hjá Landsbankanum

Eins og kunnugt er geta launþegar valið að verja hluta launa (allt að 4%) og mótframlagi frá vinnuveitanda (2%) til séreignarsparnaðar eða viðbótarlífeyrissparnaðar. Heimilt er að ráðstafa iðgjaldi til séreignarsparnaðar á tvo ólíka vegu. Annars vegar með samningi um lífeyrissparnað og hins vegar með kaupum á lífeyristryggingu. Á þessu tvennu er umtalsverður munur sem vert er að kynna sér vel.

Lífeyrissparnaður

Samningar um lífeyrissparnað, sem gerðir eru við viðskiptabanka, sparisjóð eða lífeyrissjóð, kveða á um að iðgjald skuli varðveitt á bundnum innlánsreikningi, á fjárvörslureikningi eða í sérstakri fjárfestingarleið í tilviki lífeyrissjóða. Slíkir samningar byggja á sjóðssöfnun. Helstu einkenni slíks sparnaðar eru að hægt er að taka inneign út að hluta eða í heild eftir sextugt. Unnt er að flytja inneign á milli vörsluaðila með litlum eða engum tilkostnaði. Þá skerðist inneign ekki þótt greiðslur falli niður í lengri eða skemmri tíma. Fylgjast má með þróun inneignar frá degi til dags í netbanka eða á sjóðfélagavef. Samningi má segja upp með tveggja mánaða fyrirvara.

Lífeyristryggingar

Lífeyristrygging er annars eðlis. Hún er trygging en ekki sparnaður eða sjóðssöfnun. Samningur um kaup á lífeyristryggingu felur í sér langtímaskuldbindingu – oft til margra ára eða áratuga – af hálfu kaupandans. Samningur um kaup á lífeyristryggingu er í eðli sínu tryggingarsamningur, en slíkir samningar eru jafnan yfirgripsmiklir og flóknir. Lífeyristryggingar erlendra aðila sem seldar eru hér á landi lúta þýskri tryggingalöggjöf. Inntak slíkra samninga er eðli máls samkvæmt annað en samninga um lífeyrissparnað. Heimilt er að flytja réttindi sem byggja á lífeyristryggingu til annarra vörsluaðila og taka réttindi út eftir sextugt. Þó ber að hafa í huga að í mörgum tilvikum tekur kaupandinn á sig afföll vegna ákvæða um endurkaupsvirði sem rýra áunnin réttindi. Kaupendur lífeyristrygginga þurfa jafnframt að huga að upplýsingum um þróun réttinda sinna. Í mörgum tilvikum afhenda tryggingafélög aðeins yfirlit yfir inngreiðslur, en þau sýna að jafnaði ekki samanburð á innborgunum og áunnum réttindum. Þá geta réttindi tapast ef greiðslur falla niður, t.d. vegna atvinnuleysis eða náms.

Mikilvægt að kynna sér málin

Við markaðssetningu og kynningu á séreignarsparnaði eru ólík sparnaðarform (lífeyrissparnaður og lífeyristrygging) oft lögð að jöfnu. Af framangreindum samanburði er hins vegar ljóst að verulegur munur er á þessu tvennu, bæði að efni og uppbyggingu. Á meðan lífeyrissparnaður er bein söfnun fjármuna á reikning eða í sjóð, þar sem upplýsingar um inneign liggja ávallt skýrt fyrir, byggir lífeyristrygging á flóknu regluverki og ítarlegum tryggingaskilmálum. Samningur um kaup á lífeyristryggingu getur falið í sér skuldbindingu til margra ára. Með slíkum samningi er kaupandi í raun að ráðstafa hluta tekna sinna um langa framtíð. Það eitt ætti að vera nægt tilefni til að kynna sér málin vel áður en ákvörðun er tekin um með hvaða hætti best sé að varðveita séreignarsparnað.

➜ Þá skerðist inneign ekki þótt greiðslur falli niður í lengri eða skemmri tíma.

Aðför ríkisstjórnar að lestri

MENNING

Kjartan Yngvi Björnsson og Snæbjörn Brynjarsson
rithöfundar

Í kjölfar kynningar ríkisstjórnar á nýjum fjárlögum kvikna óneitanlega margar spurningar, og mörg okkar sem hugsum mikið um bækur og lestur verðum uggandi.

Þegar virðisaukaskattur á bókum nánast tvöfaldast á einu bretti og bókaforlög fá ekki svo mikið sem svar frá menntamálaráðherra þegar þau sækjast eftir fundi verðum við að spyrja okkur hvert stefnir.

Stutt er síðan PISA-könnunin alræmda sýndi að læsi meðal unglinga bókaþjóðarinnar miklu var allt, allt of lágt. Lestur ungmenna, sérstaklega drengja á unglingsaldri, virðist sífellt dragast saman og þar með geta þeirra til að skilja ritað mál. Í því felst mikil skerðing lífsgæða.

Margar skoðanir hafa birst á því hvað valdi minnkandi lestrargetu, og enn fleiri skoðanir um í hverju lausnin felst.

Við teljum að minnkandi lestur megi skýra með auknu framboði á annarri afþreyingu. Þó viljum við alls ekki gera lítið úr sjónvarpsefni, tölvuleikjum eða öðru efni sem finna má á netinu. Ekki er einungis við netvæðingu og niðurhal að sakast því framboð á bókum handa ungmennum hefur aldrei verið sérstaklega mikið eða fjölbreytt á Íslandi. Sjálfir munum við eftir því að hafa átt erfitt með að finna efni við okkar hæfi á unglingsárunum og leiddumst út í að lesa að mestu á ensku. Það er ekki slæmt í sjálfu sér að leita út fyrir eigið tungumál, jafnvel hollt, þótt það sé vissulega nauðsynlegt að lesa á eigin tungumáli. Öðruvísi eykur maður vart læsi sitt.

Snúa þarf vörn í sókn

Til að standast aukna samkeppni verður hinn íslenski bókmenntaheimur að snúa vörn í sókn og bjóða upp á fleiri afþreyingarmöguleika, ekki færri, og meiri fjölbreytni. Á eins litlu málsvæði og Ísland er þarf dyggan stuðning ríkis og raunverulegan pólitískan vilja til að efla þjóðmenningu. Til samanburðar má nefna að í Noregi kaupir ríkið 1.000 eintök af hverri útgefinni bók, og 1.550 eintök ef bókin er ætluð ungmennum. Það vaða uppi miklir fordómar um hvað ungt fólk les, sérstaklega drengir, og virðast margir trúa því að í heila þeirra rýmist einungis kynlífssögur og fótbolti. Þeir sem trúa því vanmeta lesandann því enginn þjóðfélagshópur er það einsleitur að hann lesi bara eina gerð bókmennta. Þess vegna er mikilvægt að við bjóðum upp á fjölbreyttar bækur en ekki einhæfar, ekki bara það sem seldist í fyrra og hittifyrra. Sömuleiðis verðum við að bjóða fleiri valkosti í því hvernig má nálgast slíkt efni, t.d. með aukinni útgáfu rafbóka, og samhliða því lækka verð á þeim.

Ætlunin hlýtur á endanum að vera að bjóða öllum þeim sem vilja lesa, og þeim sem eiga eftir að uppgötva dásemd þess, allt það efni sem það getur í sig látið og á eins fjölbreyttan hátt og hægt er.

Við viljum auka læsi, ekki bara á bókmenntatexta heldur almennt, en það gerist einmitt með meiri lestri.

Fyrir ekki svo löngu kynnti núverandi menntamálaráðherra Hvítbókina þar sem tvö meginmarkmið ríkisstjórnar um umbætur í menntun á Íslandi til ársins 2018 voru eftirfarandi:

90% grunnskólanema nái lágmarksviðmiðum í lestri.

60% nemenda ljúki námi úr framhaldsskóla á tilsettum tíma.

Ljóst er að með nýkynntum fjárlögum er verið að stríða beint gegn þessum markmiðum. Við fordæmum þessar aðgerðir ríkisstjórnar sem við teljum stuðla að fábreytni í útgáfustarfsemi á Íslandi, minni bókakaupum og minni lestri. Ef það eykur læsi skólabarna skulum við glaðir eta alla þá hatta sem okkur standa til boða.

Um skammtímaleigu og gistináttaskatt

FERÐAÞJÓNUSTA

Pétur Sigurðsson
löggiltur fasteignasali í Flórída

Ég hef fylgst með umræðunni um útleigu fasteigna í skammtímaleigu til ferðamanna. Þessi nýtingarmöguleiki eigna virðist hafi komið öllum í stjórnkerfinu í opna skjöldu. Að skammtímaleiga skuli vera sjö dagar eða minna og að langtímaleiga skuli vera 8+, hljómar eins og fimm aura brandari. Að það skuli þurfa allt að 16 eftirlitsmenn til þess að skoða og samþykkja húsnæði til skammtímaleigu er sorgleg staðreynd. Það einkennir umræðuna að hagsmunahópar reyna sífellt að skara eld að sinni köku og móta stefnuna fyrir ráðamenn án þess að skeyta nokkru um hvaða afleiðingar þetta getur haft á framtíð ferðamennsku á Íslandi. Eign sem er leigð til skammtímaleigu ætti að vera á svæði sem er skipulagt sem slíkt, því þannig getur sá sem kaupir eða leigir á því svæði vitað að hann geti átt von á fólki sem er að koma og fara á öllum tímum sólahringsins. Hins vegar tíðkast ekki á Íslandi að hverfi séu skipulögð sem skammtímaleiguhverfi og þyrfti að huga að því.

Ég vænti þess að flest hús á Íslandi hafi verið byggð með heimild viðkomandi sveitarfélags og þá í samræmi við byggingareglugerð. Tekið er tillit til, samkvæmt byggingareglugerð, aðgengis, hugað að neyðarútgöngum, raflögnum, pípulögnum, stigum og svo framvegis. Þess vegna skil ég ekki hvers vegna það Þarf hóp eftirlitsmanna til þess að taka út eign sem nota á í skammtímaleigu. Er ekki nægjanlegt að það komi einn maður til þess að kanna það hvort ólöglegar breytingar hafi verið gerðar á eigninni og hvort til staðar sé neyðarbúnaður. Ásamt því að gæta að því að eignin sé mannsæmandi bústaður.

Út í hött

Skoðum aðeins muninn á skammtímaleigu og langtímaleigu. Langtímaleiga er að mínu mati leigutími þar sem leigjandinn tilkynnir sitt lögheimili og tilkynnir póstinum heimilisfang. Skammtímaleiga er tímabundin eða árstíðabundin leiga vegna vinnu, skemmtunar eða annarrar tímabundinnar notkunar. Að halda því fram að 8+ dagar séu langtímaleiga er alveg út í hött, nær væri að segja að langtímaleiga sé 6+ mánuðir. Það hefur farið fram mikil umræða um Náttúrupassann, hvernig hægt sé að innheimta það fé og hvernig hægt sé að úthluta því. Þetta er mjög einfalt mál og hefur víða tekist vel. Það eina sem þarf að gera er að innheimta gistináttaskatt af allri skammtímaleigu, sama í hvaða formi hún er. Hvort sem er á hóteli eða tjaldsvæði. Gjaldið gæti verið milli 4% til 8% eftir því sem löggjafanum finnst hæfilegt. Innheimta má gjaldið með svipuðum hætti og virðisaukaskatt af öllum aðilum í ferðaþjónustu sem leigja út gistingu skemur en sex mánuði.

➜ Að það skuli þurfa allt að 16 eftirlitsmenn til þess að skoða og samþykkja húsnæði til skammtímaleigu er sorgleg staðreynd.

Það þyrfti einnig að setja það í lög um þennan skatt að það megi ekki nota hann til neins annars heldur en að bæta aðstöðu ferðamanna. Það ætti taka um þrjú ár að koma öllum helstu ferðamannastöðum landsins í lag. Þessi skattur kæmi til viðbótar þeim 7% virðisaukaskatti sem innheimtur er í dag.

Ferðamenn eru vanir gistináttaskatti og reikna með að þurfa að greiða hann. Þegar búið er að lagfæra ferðamannastaðina má búast við fjölgun ferðamanna í landinu.

4BLS
KIPPA ÚT :-)
BROT AF ÞVÍ
BESTA
ALLT ÞAÐ HEITASTA ÚR NÝJA SÚPER 16BLS BÆKLINGNUM
0%
VEXTIR
ALLAR VÖRUR
VAXTALAUST Í
12 MÁNUÐI
Út október fást allar vörur með vaxtalausum raðgreiðslum með 3.5% lántökugjaldi og 340kr greiðslugjaldi af hverjum gjalddaga
SÚPER 16 BLS BÆKLINGUR
16BLS STÚTFULLLAR AF ÖLLUM HEITUSTU GRÆJUNUM
3 LITIR
Silicon Power
USB3
16GB MINNISLYKILL
Stílhreinn og stórglæsilegur USB3 minnislykill með inndraganlegu USB tengi á frábæru verði!
1.990
32GB 3.990 • 64GB 7.990 • 128GB 12.900
Ef þú finnur tölvuna auglýsta ódýrari en hjá okkur
VERÐ VÖRN
Þá lækkum við okkar verð á staðnum
lenovo
7" IDEATAB
Vönduð og glæsileg Dual Core spjaldtölva með ótrúlegum 7" fjölsnertiskjá og hágæða Dolby Digital Plus hljóðkerfi
11.900
ALLTAF BETRA VERÐ!
ENN BETRA VERÐ
Seagate
2TB FLAKKARI
Stórglæsilegur og hraðvirkur USB3.0 flakkari frá Seagate, viftulaus og einstaklega hljóðlátur
12.900
3TB AÐEINS 17.900
TÖLVUTEK
2. OKTÓBER 2014 - BIRT MEÐ FYRIRVARA UM BREYTINGAR, PRENTVILLUR OG MYNDABRENGL

ÚRVALIÐ ER

Í VERSLUNUM OKKAR Í REYKJAVÍK OG Á AKUREYRI ER EIT

20 ÞÚSUND AFSLÁTTUR VERÐ ÁÐUR 99.900

ASPIRE ZC
ALL-IN-ONE BORÐTÖLVA

Glæsileg All-In-One borðtölva frá Acer með nýrri kynslóð 4ra kjarna örgjörva, innbyggða Full HD vefmyndavél og Dolby Digital hljóðkerfi

- Intel Quad Core J1900 2.4GHz Burst
- 4GB DDR3 1333MHz vinnsluminni
- 500GB SATA3 7200RPM diskur
- 20" HD+ LED 16:9 1600x900 skjár
- 8xDVD SuperMulti DL skrifari
- 300Mbps þráðlaust net, Bluetooth 4.0
- Hágæða Dolby Digital Plus hljóðkerfi
- 1080p Crystal Eye Full HD vefmyndavél
- Windows 8.1 64-bit, hlaðið nýjungum

MÚS OG LYKLABORÐ FYLGIR

79.900
GLÆSILEG HEIMILISVÉL;)

GIGABYTE
DELUXE TÖLVUTILBOÐ 1

120GB SSD STÝRIKERFISDISKUR

- Thermaltake Versa H21 Deluxe turn
- AMD A8-6600K Quad Core 4.2GHz Turbo
- GIGABYTE A88XM-D3H móðurborð
- 8GB DUAL DDR3 1600MHz minni
- 120GB SSD Chronos SATA3 diskur
- 1TB SATA3 7200RPM 64MB diskur
- 2GB Radeon HD8570D DX11 skjákjarni
- Windows 8.1 64-bit, hlaðið nýjungum

119.900
ÖFLUG MEÐ QUAD CORE

ASPIRE XC
XC115
BROT AF ÞVÍ BESTA SÚPER 16BLS

NETT OG ÖFLUG BORÐTÖLVA

- AMD Beema Quad Core E2-6110 1.5GHz
- 4GB DDR3 1600MHz vinnsluminni
- 500GB SATA3 7200RPM diskur
- 16xDVD SuperMulti DL skrifari
- 2GB AMD R2 128GCN DX11 skjákjarni
- GB netkort, 300Mbps WiFi, Bluetooth 3.0
- 2xUSB3, 6xUSB2, HDMI1.4a, VGA o.fl.
- Windows 8.1 64-bit, hlaðið nýjungum

49.900
ÓTRÚLEGT VERÐ!

NÝ KYNSLÓÐ ÖRÞUNN AÐEINS 8.9mm OG 580gr
1280x800 IPS HD SKJÁR MEÐ ALLT AÐ 178° SJÓNARHORNI
BROT AF ÞVÍ BESTA SÚPER 16BLS

Tt eSPORTS BLACK MÚS

KEMUR Í TVEIMUR LITUM

- Öflug leikjamús frá Tt eSPORTS
- Gaming Gear Laser 4000 DPI vél
- Frábær hönnun með gúmmíhúðu gripi
- 64K minni fyrir leikjaprófíla og Macros
- Stillanleg þyngd eftir smekk
- Allt að 18 Macro sett í innra minni
- Upplýst Battle Dragon merki

6.990
FRÁBÆR Í LEIKINA

INTUOS PEN AND TOUCH

30% AFSLÁTTUR

- Teikniborð og fjölsnertiflötur frá Wacom
- Penni með 1024 þrepa þrýstinæmni
- Fjölsnertiflötur með scroll, zoom, rotate ofl.
- 4 forritanlegir flýtitakkar
- Auka oddar fyrir penna fylgja
- Stærð teikniflatar 152 - 95mm
- Þráðlaus möguleiki með Wacom aukasetti

16.900
ÞRÁÐLAUST AÐEINS 24.900

BROT AF ÞVÍ BESTA SÚPER 16BLS

2TBSlim
BACKUP PLUS

STÓRGLÆSILEGUR FERÐAFLAKKARI

Örþunnur og fisléttur ferðaflakkari með tímamóta hugbúnaði fyrir flestar tölvur og tæki, afritaðu myndasafnið beint af síma eða tölvu eða beint úr Facebook og álíka miðlum.

- Örsmár Seagate USB3.0 ferðaflakkari
- Slim Metal hönnun með burstaðri áferð
- Fær straum úr USB tengi
- Hugbúnaður f/ MAC, IOS, Android, Windows
- One-Click Plan afritunarhugbúnaður
- Vistaðu beint á flakkaran í Facebook
- Örþunnur og fisléttur aðeins 159gr.
- SuperSpeed USB 3.0 / USB 2.0

19.900
FÆST Í 2 LITUM

ICONIA ONE7
B1-730HD

NÝ KYNSLÓÐ ÖRÞUNN AÐEINS 8.9mm OG 320gr
1280x800 IPS HD SKJÁR MEÐ ALLT AÐ 178° SJÓNARHORNI

- 7" IPS HD fjölsnertiskjár 1280x800
- Intel Dual Core Z2560 1.6GHz Turbo, 4xHT
- PowerVR SGX 544 Dual Core skjákjarni
- 8GB FLASH og allt að 64GB Micro SD
- 300Mbps WiFi, Bluetooth 3.0, GPS
- Li-Polymer rafhlaða allt að 7.5 tímar
- USB2 micro og Micro SD kortalesari
- Tvær HD vefmyndavélar 5MP&2MP
- Android 4.2 og tilbúin fyrir 4.4 KitKat

19.900
ÓTRÚLEGT KYNNINGARVERÐ:)

FORCEK7
GIGABYTE LEIKJALYKLABORÐ

ÁBRENNT ÍSLENSKT LETUR
MEST SELDA LEIKJA-LYKLABORÐIÐ OKKAR

Fullkomið og öflugt leikjalyklaborð með LED upplýstu íslensku letri, hlaðið nýjungum og með Anti-Ghosting tækni á WASD svæðinu sem gerir það fullkomið í leikjaspilun.

- Ný kynslóð Membrane leikjalyklaborða
- LED baklýst lyklaborð með ljósrofa
- Ábrennt og upplýst íslenskt letur
- Dynamic stillir fyrir hljóðstyrk og baklýsingu
- Anti-Ghosting tækni á leikjatökkum
- Hot-link flýtihnappar fyrir helstu aðgerðir
- Scissor-Key tækni veitir minna viðnám
- Þéttvafin snúra og gullhúðað USB tengi

9.990
HÁGÆÐA LEIKJALYKLABORÐ

PORSCHE
4TB USB 3.0 FLAKKARI

- 4TB LaCie Porsche hágæða flakkari
- Hannaður af Porsche fyrir LaCie
- Nær hljóðlaus viftulaus hönnun
- Sparar orku og slekkur á sér sjálfur
- PC&Mac öryggis/afritunarhugbúnaður
- Sterkbyggt 5mm burstað álhús
- 10x meiri hraði með USB3.0

29.900
2TB 19.900 | 3TB 24.900

CLOUDBOX
4TB TÖLVUSKÝ

- 4TB LaCie CloudBox tölvuský
- Gögnin þín alltaf við hendina hvar sem er
- Deildu gögnum með vinum og fjölskyldu
- Streymir margmiðlunarefni í öll tæki
- 10 notendur með lykilorð og einkamöppur
- Gigabit net, HTTP, FTP, SMB og Torrent
- Fyrir PC, Mac, Android, iOS, SmartTV, ofl.

34.900
ÞITT EIGIÐ TÖLVUSKÝ :)

NÝ KYNSLÓÐ ÖRÞUNN AÐEINS 8.15mm OG 375gr
1024x768 IPS HD SKJÁR MEÐ ALLT AÐ 178° SJÓNARHORNI
250% ÖFLUGRI
MEST SELDA SPJALDTÖLVAN OKKAR

K120 **1.990**
ÁBRENNT ÍSLENSKT LETUR
USB LYKLABORÐ

M185 **2.990**
ÞRÁÐLAUS MÚS

500GB D20 **8.990**
AÐEINS 135gr
500GB USB3 FLAKKARI

1TB PORSCHE 2.5" **14.900**
USB 3.0
1TB FERÐAFLAKKARI

S5110b **16.900**
ÖGRYNNI LEIKJA
JXD LEIKJATÖLVA

KM7580 **4.990**
ÁBRENNT ÍSLENSKT LETUR
ÞRÁÐLAUST LYKLABORÐ OG MÚS
ALLT ÞRÁÐLAUST

GJAFATASKA **2.990**
DÍAMANTE PENNI
MÚS OG PENNI

4.990
BLING HEYRNARTÓL

1.990
FÁST Í SVÖRTU EÐA RAUÐU
SNERTIHANSKAR

4.990
2 LITIR SVÖRT EÐA HVÍT
A1-830 FOLIO TASKA

GIGABYTE · mushkin enhanced · PLEXTOR · Thermaltake · THONET & VANDER · brother at your side · TÖLVUTEK

NÝ BONDSTÚLKA?
Tímaritið OK! hélt því fram á dögunum að söngkonan Rihanna muni leika á móti Daniel Craig í næstu Bond-mynd sem áætlað er að komi í kvikmyndahús í nóvember á næsta ári.

Í ÖÐRU SÆTI MEÐ NUTRILENK GOLD

GENGUR VEL KYNNIR *Nutrilenk Gold hefur hjálpað fjölmörgum Íslendingum sem þjást af verkjum og stirðleika í liðum. Það hjálpar til við uppbyggingu brjósks og getur komið í veg fyrir frekari liðskemmdir.*

Nutrilenk Gold er frábært byggingarefni fyrir brjóskvef og getur minnkað liðverki, brak í liðum og stirðleika. Það er gert úr sérvöldum fiskibeinum sem samkvæmt rannsóknum eru rík af virku og nýtanlegu kondritíni, kollagenum, mangani og kalki. Margir læknar mæla með Nutrilenk og sjúkraþjálfarar, kírópraktorar og einkaþjálfarar hafa góða reynslu frá sínum skjólstæðingum.

LAUS VIÐ LIÐVERKINA

Anna Berglind Pálmadóttir er 35 ára gift, þriggja barna móðir og kennari við Verkmenntaskólann á Akureyri. Hún hefur alltaf haft mikinn áhuga á líkamsrækt og hreyfingu ýmiss konar og hefur nú snúið sér að hlaupum í auknum mæli.

„Ég hef lengi haft gaman af því að hlaupa en hef alltaf fengið verki í hné og mjaðmir eftir lengri hlaup. Eftir Íslandsmótið í hálfmaraþoni á Akureyri var ég með verki í liðunum, bæði um kvöldið og daginn eftir. Ég ákvað því að prófa að taka Nutrilenk Gold og byrjaði tveimur vikum fyrir Reykjavíkurmaraþon og það var ekki að spyrja að árangrinum. Ég fann ekki fyrir neinum liðverkjum, hvorki í hlaupinu né eftir hlaupið enda leið mér vel allan tímann og náði að klára með stæl. Þvílíkur munur. Ég get því með góðri samvisku mælt með Nutrilenk Gold!"

Nutrilenk Gold fæst í flestum apótekum, heilsubúðum og heilsuhillum stórmarkaða.

Nánari upplýsingar á www.gengurvel.is

KLÁRAÐI MEÐ STÆL
Ég byrjaði að taka Nutrilenk Gold tveimur vikum fyrir Reykjavíkurmaraþon og það var ekki að spyrja að árangrinum. Ég fann ekki fyrir neinum liðverkjum.

Fararstjórn erlendis

Meðal námsefnis:

- Mannleg samskipti.
- Helstu áfangastaðir erlendis í máli og myndum.
- Mismunandi trúarbrögð.
- Saga landsins, menning og listir.
- Frumbyggjar og saga staðarins.
- Þjóðlegir siðir og hefðir.
- Leiðsögutækni og ræðumennska.

Ferðalandafræði: Evrópa, Asía, Africa, Ameríka og Eyjaálfan.

Námið fer fram í formi fyrirlestra og reynslu fararstjóra í leiðsögn á erlendri grund.

Leiðbeinendur eru: Kjartan Trausti Sigurðsson fararstjóri, Pétur Björnsson konsúll Ítalíu á Íslandi, Jóhanna Kristjónsdóttir blaðamaður og fararstjóri, Höskuldur Frímannsson viðskiptafræðingur, Ómar Valdimarsson blaðamaður, Magnús Björnsson fararstjóri í Kína, Pétur Óli Pétursson fararstjóri í Rússlandi, Bjarni Randver Sigurvinsson kennari við Guðfræðideild H.Í. , Sr. Bragi Skúlason sjúkrahúsprestur.

Ferðamálaskóli Íslands

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

EDDA SKÚLADÓTTIR Edda eyðir ekki miklum peningum í föt því hún klæðist oft flíkum úr eigin fatalínu. MYND/VALLI

ÞÆGILEGA ROKKUÐ

TÍSKA *Stíll Eddu Skúladóttur hönnuðar er þægilegur með smá rokkívafi. Hún bættist nýlega við hóp hönnuða í galleríinu Skúmaskoti auk þess að vera á fullu að búa sig undir Handverk og hönnun sem verður í nóvemberbyrjun.*

Ertu meðvituð um tískuna þegar þú velur þér fatnað? Ég hrærist í tískuheiminum þannig að ósjálfrátt verð ég tískumeðvituð.

Hefurðu lengi pælt í tískunni? Ég hef lengi haft áhuga á tísku og finnst mjög gaman að pæla og skoða sögu fatnaðar í gegnum árin og hvernig sum trend koma aftur.

Hvernig klæðir þú þig hversdags? Í þægilegum vel sniðnum flíkum úr góðum efnum. Oft verður fyrir valinu Rúnu kjóll frá Flugu design við leggings og grófa skó.

Hvernig klæðir þú þig spari? Þá poppa ég upp hversdagskjólinn með háum, fínum hælaskóm og fallegu slaufuhálsmeni.

Hvernig lýsir þú stílnum þínum? Þægilegur með smá rokkívafi.

Hvar kaupir þú fötin þín? Flest fötin mín eru frá mínu eigin merki, Fluga design. Þegar ég versla annars staðar þá eru það ekki ákveðnar verslanir sem verða fyrir valinu heldur gæði vörunnar.

Eyðir þú miklu í föt? Nei, því ég klæðist mjög oft flíkum úr minni eigin fatalínu.

Hver er uppáhaldsflíkin þín? Kósý Randalínpeysa frá Flugu design sem ég get ekki farið úr.

Uppáhaldshönnuður? Lanvin hefur alltaf verið í miklu uppáhaldi, hvernig hann leikur sér með efni og fellingar.

Bestu kaupin? XOXO-skórnir mínir úr 38 þrepum , þægilegir og vel rokkaðir.

Verstu kaupin? Bolur úr H&M sem styttist um tíu sentimetra við fyrsta þvott og var aldrei notaður eftir það.

Hverju verður bætt í fataskápinn fyrir haustið? Þykkri peysi úr íslenskri ýfðri prjónavoð sem er að líta dagsins ljós á vinnustofunni.

Hver er helsti veikleiki þinn þegar kemur að tísku og útliti? Ég stenst ekki gæðaefni og falleg snið.

Hvers konar fylgihluti notarðu? Af skarti þá er það hringur frá Fríðu í Hafnarfirði sem ég er nánast alltaf með. Einnig nota ég hlýja kraga og trefla mikið yfir veturinn og ég var að eignast æðislegt loðhárband frá Krósk. Þegar ég vil dressa mig fínt upp þá klikkar ekki að setja upp silkiklút eða slaufuhálsmen.

Áttu þér tískufyrirmynd? Nei, í raun ekki en Gwen Stefani hefur nú alltaf verið mjög flott – töff lúkk.

Kjóll, pils eða buxur? Kjólar og gallabuxur. Ég er mjög hrifin af kjólum sem hægt er að nota bæði hversdags og fínt.

Stutt eða sítt? Hvort tveggja, fer eftir samsetningunni. Annars kemur sítt sterkt inn í vetur.

Háir hælar eða flatbotna? Ég nota nær eingöngu flatbotna hversdags en alltaf háa hæla þegar ég fer eitthvað fínt.

Hvað er annars helst að frétta? Það er alltaf nóg að gera en ég var að bætast í hóp hönnuða og listamanna í galleríinu Skúmaskoti, Laugavegi 23, sem er mjög spennandi. Einnig er ég á fullu í undirbúningi fyrir sýninguna Handverk og hönnun í Ráðhúsi Reykjavíkur sem verður í byrjun nóvember.

FLUGA DESIGN Þessi kjóll frá Eddu nefnist Rúna en hún klæðist honum oft sjálf við leggings og grófa skó. MYND/NÍNA BJÖRK GUNNARSDÓTTIR

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**

FJÖREFNI FYRIR ALLA ÍSLENDINGA

AÐFÖNG KYNNA *Nutra-vítamín eru frábær kostur fyrir þá sem hugsa um heilsuna og vilja taka inn fjölbreytt og góð bætiefni á sanngjörnu verði. Nutra er sérsniðið að þörfum Íslendinga og annarra sem búa á norðurslóðum.*

Guðmundur Þór Guðmundsson, stöðvarstjóri hjá Olís í Norðlingaholti, var stirður í baki eftir aðgerð sem hann gekkst undir við brjósklosi fyrir þremur árum.

„Sökum stirðleika var ég iðulega erfiður upp á morgnana og slæmur í skrokknum,“ segir Guðmundur, sem fékk ábendingu um gæðavítamínin frá Nutra og hefur síðan endurheimt úthald, styrk sinn og vellíðan.

„Ég hef lengi haft tröllatrú á magnesíumi og D-vítamíni sem styrkir ónæmiskerfið og er allra meina bót. Því skellti ég mér á Nutra-magnesíum og D-vítamín og var aðeins mánuði síðar orðinn mun styrkari, liðugri og betur á mig kominn,“ segir Guðmundur, sem hafði áður tekið inn sambærileg vítamín og steinefni frá þekktum en mun dýrari framleiðendum.

„Nutra-vítamínin eru verulega hagkvæm fyrir budduna og maður fær meira magn fyrir lægra verð. Þau gera mér afskaplega gott og hafa ekki síður góða virkni en dýrari vítamín á markaðinum.“

Guðmundur hefur síðan bætt við Nutra-kalki því kalk styrkir bein á meðan magnesíum slakar á vöðvaspennu á náttúrulegan hátt.

„Ég er nú allt annar í bakinu og léttari á líkama og í lund. Í frístundum rembist ég við að spila golf og þá kemur sér vel að hafa tekið inn aukaskammt af fjörefnum, því það er ekki alltaf sem maður fær ráðlagðan dagskammt fjörefna úr fæðunni,“ segir Guðmundur kátur.

„Með þessari kærkomnu Nutra-þrennu er ég nú betur í stakk búinn til að takast á við líf og leik og líður svo miklum mun betur.“

ÖFLUGUR Guðmundur Þór Guðmundsson öðlaðist meiri styrk og betri heilsu eftir að hann fór að taka inn Nutra-vítamín að staðaldri. MYND/GVA

MEIRI GÆÐI Á BETRA VERÐI
Nutra er hugsað fyrir alla sem vilja geta tekið inn fjölbreytt og góð bætiefni á sanngjörnu verði. Allar umbúðamerkingar eru á íslensku, samkvæmt íslenskum reglum um næringargildi og ráðlagða dagskammta, og með íslenskum heitum á innihaldsefnum.

NÁTTÚRULEGT OG ÁN ERFÐABREYTTRA EFNA
Nutra er framleitt samkvæmt ströngustu GMP-framleiðslustöðlum og inniheldur einungis virk efni frá viðurkenndum framleiðendum. Vítamín frá Nutra innihalda einungis náttúruleg hjálparefni og engin erfðabreytt innihaldsefni eða hjálparefni eru notuð við framleiðsluna.

SÉRHANNAÐ FYRIR FÓLK Á NORÐURSLÓÐUM
Við þróun og framleiðslu á Nutra er sérstaklega tekið mið af þörfum fólks á norðlægum slóðum, matarvenjum þess og veðurfarslegum aðstæðum. Þannig er til dæmis óumdeilt að fólk á norðurhveli þarf meira D-vítamín en þeir sem búa á sólríkari slóðum.

- **Nutra D3 1000-vítamíntöflur** eru litlar og auðvelt að kyngja þeim. Ein tafla inniheldur 1000 AE, 25 míkrógrömm (mcg) af D3-vítamíni, sem er besta og virkasta fáanlegt form af D-vítamíni og er oft kallað D3-kólikalsiferól.
- **1000 AE 25 mcg** er 500 prósent af ráðlögðum dagskammti og óhætt að gefa það börnum allt niður í eins árs.

MEIRA MAGN FYRIR MUN LÆGRA VERÐ

Nutra-vítamín fást í stærri pakkningum og á mun betra verði en íslenskir neytendur hafa átt að venjast.

Nutra-vítamínin eru vönduð hágæðabætiefni fyrir alla fjölskylduna, framleidd undir ströngu gæðaeftirliti í Svíþjóð. Í flestum pakkningum eru 120 töflur eða hylki og dugar því hver pakkning í tvo til fjóra mánuði, eftir því hvort teknar eru inn ein eða tvær töflur á dag.

Nutra fæst í verslunum Bónuss og Hagkaups.

TAKTU D-VÍTAMÍN Á HVERJUM DEGI

Íbúar á norðurslóðum fá ekki nægjanlegt D-vítamín úr daglegri fæðu nema þeir borði umtalsvert magn af laxi á degi hverjum. D-vítamín er því eitt af mikilvægustu vítamínum til inntöku. Húðin vinnur D-vítamín einnig úr sólarljósi en fyrir þá sem búa á norðurhveli jarðar er best að taka inn D-vítamín allt árið til að tryggja nægjanlegt magn þess fyrir líkamann. D-vítamín gegnir mikilvægu hlutverki í starfsemi líkamans og er meðal annars talið nauðsynlegt fyrir eðlilega starfsemi ónæmiskerfisins. Það gefst vel gegn húðþurrki, í baráttunni við sóríasis og gegnir mikilvægu hlutverki fyrir vöðva líkamans. D-vítamín er ómissandi fyrir upptöku kalks og annarra steinefna og því mikilvægur þáttur í uppbyggingu beina og tanna.

MAGNESÍUM PLÚS – SLAKANDI OG RÓANDI FYRIR LÍKAMA OG SÁL

Nutra Magnesíum Plús inniheldur magnesíum, B12-vítamín, B6-vítamín og fólinsýru. Magnesíum og B-vítamín virka einkar vel saman, til dæmis gegn mígrenihöfuðverk. B-vítamín nýtist einnig vel með magnesíumi við orkuframleiðslu í líkamanum. Magnesíum hjálpar ekki aðeins vöðvum og taugum að starfa eðlilega, heldur viðheldur það stöðugum hjartslætti, blóðsykursjafnvægi, eðlilegum blóðþrýstingi og eflir heilbrigði ónæmiskerfisins.
Öll líffæri þurfa á magnesíumi að halda en hjarta og nýru þurfa einkum og sér í lagi á þessu mikilvæga steinefni að halda. Þá gegnir magnesíum mikilvægu hlutverki fyrir vöxt og viðhald tanna og beina, það virkjar ensím líkamans og hefur áhrif á orkuframleiðslu (vinnur vel með B-vítamínum). Magnesíum stjórnar hlutfalli margra mikilvægustu efna líkamans og kemur meðal annars jafnvægi á kalk, kopar, sink og D-vítamín.

KALK – FYRIR TENNUR OG BEIN

Nutra Kalk inniheldur 500 mg af kalki fyrir tennur og bein. Ein tafla uppfyllir 63 prósent af ráðlögðum dagskammti og því auðvelt að uppfylla kalkþörf líkamans með Nutra Kalki. Flestum dugar að taka inn eina töflu á dag en óhætt er að taka tvær ef ekki er neytt kalkríkrar fæðu.

Nutra-kalk fæst í 120 taflna pakkningum og er ódýr og góður kostur fyrir þá sem taka inn kalk daglega því skammturinn dugar í tvo til fjóra mánuði. Gott er að taka inn D-vítamín með kalki þar sem upptaka og nýting verður þá mun meiri. Því er mælt með að taka inn eina töflu af Nutra D3 1000 AE kólikalsiferól samhliða Nutra-kalki.

FLOTTAR Í SMEKKBUXUM

NÝTT *Smekkbuxur voru mikið í tísku á níunda og aftur á tíunda áratugnum. Sú tíska hefur nú verið endurvakin og margar þekktar konur hafa sést í smekkbuxum undanfarið. Því er spáð að slíkar buxur verði áfram vinsælar í vetur og næsta sumar.*

Tískan fer í hringi og kemur alltaf upp aftur og aftur. Smekkbuxur voru afar vinsælar fyrir þrjátíu árum og aftur tíu árum síðar. Nú er þessi klæðnaður vinsæll á ný og hefur verið áberandi þar sem kynnt er vor- og sumartíska 2015. Söngkonan og leikkonan Selena Gomez notar smekkbuxur mikið, enda fylgist hún vel með tískunni. Selena er fyrrverandi kærasta Justins Bieber. Hin þekkta fyrirsæta Alessandra Ambroso sést oft í smekkbuxum, sömuleiðis Sara Jessica Parker, Emma Watson og Naomi Watts. Jafnvel breska leikkonan Emma Thompson birtist í smekkbuxum fyrir nokkrum dögum þegar hún kynnti nýja barnabók.

Þótt smekkbuxur þyki venjulega frekar karlalegar eru margar konur sem bera þær vel. Þetta er þægilegur klæðnaður en konum er þó ráðið frá því að vera í köflóttum skyrtum við smekkbuxur. Betra er að klæðast fallegum bol undir. Á nokkrum tískusíðum á netinu má sjá góð ráð fyrir þær sem vilja klæðast smekkbuxum. Meðal þeirra er að nota frekar röndóttar skyrtur við buxurnar fremur en köflóttar. Sparileg blúnduskyrta fer vel við smekkbuxur.

Buxurnar fara betur á grönnum, hávöxnum konum en lágvöxnum og þybbnum. Þröngar buxur eru kvenlegri en víðar. Ekki bera bakpoka við smekkbuxur heldur fallegt veski.

FRÆGA FÓLKIÐ Söng- og leikkonan Selena Gomez flott í smekkbuxum.

TÍSKUVIKA Í LONDON Þessar buxur voru sýndar á tískuvikunni í London um miðjan september fyrir vortísku 2015.

MYNDIR/GETTY

PARÍS Þessi mynd var tekin fyrir stuttu í París. Estelle Pigauci tískustílisti í smekkbuxum samkvæmt nýjustu tísku.

TÍSKUVIKA Í MÍLANÓ Sara Nicole Rosetto var í smekkbuxum þegar hún sótti tískuvikuna í Mílanó um miðjan september.

TÍSKUKONA Veronika Heilbrunner er tískuritstjóri Harper's Bazaar í Þýskalandi. Hún fylgir að sjálfsögðu nýjustu tísku. Veronika var gestur á tískuvikunni í London í september.

TÍSKAN Í PARÍS Þessi mynd var tekin á tískuviku í París á mánudag þar sem vor- og sumartískan 2015 var kynnt.

HEILBRIGÐ KYNFÆRI KVENNA

RARITET KYNNIR *„For Women“ frá OptiBac hefur öfluga virkni gegn bakteríusýkingum, þvagfærasýkingum og sveppasýkingum á kynfærasvæði kvenna.*

For Women er áhrifaríkt lausn fyrir konur sem vilja náttúrulega og dugandi leið gegn hvimleiðum sýkingum á kynfærasvæði.

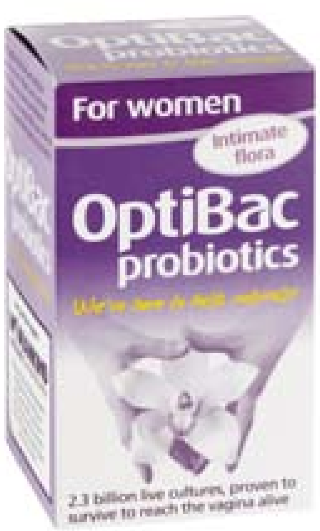
EYGLÓ LINDA HALLGRÍMSDÓTTIR næringarþerapisti

„„For Women“ markar tímamót sem fyrirbyggjandi meðferð og forvörn gegn bakteríusýkingum, þvagfærasýkingum og sveppasýkingum á kynfærasvæði kvenna. Það hefur verið rannsakað á fleiri en 2.500 konum í rúmlega þrjátíu ár í fjölmörgum klínískum rannsóknum og gefa niðurstöður góðar vísbendingar um virkni gegn ofantöldum sýkingum,“ segir Eygló Linda Hallgrímsdóttir, næringarþerapisti C.E.T.

Eygló hefur áralanga reynslu af því að aðstoða fólk við hin ýmsu vandamál sem tengjast heilsu og næringu.

„Það er viðurkennt að meltingarflóran hefur gríðarleg áhrif á heilsu fólks og mikilvægi þess að halda flórunni í góðu jafnvægi gegnir lykilhlutverki í því að viðhalda heilbrigðu ónæmiskerfi og stuðla að góðri næringarupptöku. Þá er ekki síður mikilvægt að viðhalda góðu jafnvægi á bakteríuflóru kynfærasvæðisins og ekki nóg að bakteríuflóra meltingarkerfisins sé góð til að leiðrétta eða fyrirbyggja vandamál vegna sýkinga á kynfærasvæði. Því er góð viðbót við aðrar bætibakteríur (probiotic-vörur) á markaðinum að hafa blöndu eins og „For Women“ frá OptiBac til að byggja upp bakteríuflóruna beint á kynfærasvæði kvenna,“ segir Eygló.

Sjö af hverjum tíu konum fá einkenni sveppasýkingar á kynfærasvæði einhvern tímann á ævinni og ein af hverjum tíu finnur fyrir einkennum allt að fjórum sinnum á ári. Um helmingur kvenna fær þvagfærasýkingu að minnsta kosti einu sinni á ævi sinni og 30 prósent kvenna eru með króníska sýkingu vegna sama vandamáls. Þá fær þriðjungur kvenna þrálátar bakteríusýkingar sökum þess að sýklalyf virka einungis til skamms tíma.



„Góðu fréttirnar eru hins vegar þær að með tilkomu „For Women“ er loks komin lausn sem virkar á náttúrulegan hátt,“ segir Eygló.

GÓÐAR BAKTERÍUR TIL VARNAR

OptiBac Probiotics „For Women“ er tekið inn sem hefðbundið fæðubótarefni.

„Bakteríublandan fer í gegnum meltingarkerfið niður á kynfærasvæðið og sest þar að með fulla virkni gegn sýklum, gersveppum og óæskilegum bakteríum. Á kynfærasvæðinu byggir „For Women“ upp gott umhverfi heilbrigðrar bakteríuflóru sem dafnar og verndar þetta viðkvæma og mikilvæga svæði,“ segir Eygló.

FYRIR KONUR „For Women“ frá OptiBac er örugg, náttúruleg og virk lausn gegn þrálátum sýkingum á kynfærasvæði kvenna.

Bakteríusýkingar á kynfærasvæði eiga meðal annars upptök sín í leggöngum vegna ójafnvægis í bakteríuflóru góðra og slæmra baktería.

„Á sama hátt og í þörmum má laga vandann með því að leiðrétta bakteríuflóruna með inntöku Probiotics-gerla. Konur á blæðingum eru líklegri til að þjást af þvagfærasýkingu vegna lágs hlutfalls estrogens en hátt hlutfall estrogens bætir bakteríuflóruna og þar með varnir líkamans á náttúrulegan hátt.“

VIRK, ÖRUGG OG NÁTTÚRULEG LAUSN

- „For Women“ inniheldur meðal annars tvo stofna af öflugum bakteríum; Lactobacillus rhamnosus GR-1© og Lactobacillus reuteri RC-14. Það eru einu gerlarnir sem sannað hefur verið í klínískum rannsóknum að komist lifandi í gegnum meltinguna að kynfærasvæði.
- Allar aðrar vörur sem innihalda flórubætandi bakteríur setjast að í þörmum og er ætlað að vinna þaðan gegn sýkingum á kynfærasvæði. OptiBac „For Women“ kemst í gegnum meltinguna að kynfærasvæði á þremur til fjórum dögum, sest þar að, fjölgar sér og virkar gegn óæskilegum bakteríum á kynfærasvæði kvenna.
- Til að koma í veg fyrir endurteknar sýkingar, slá á einkenni og gera meðferðina áhrifaríkari getur verið gott að taka „For Women“ samhliða sveppa- og sýklalyfjum, séu þau notuð sem meðferðarúrræði.
- „For Women“ frá OptiBac Probiotics er til inntöku. Mælt er með að taka tvö hylki á dag, tveimur tímum eftir að sýklalyf er tekið inn sem meðferð. Konur með endurteknar sýkingar eða krónísk einkenni geta tekið eitt hylki á dag sem forvörn.
- „For Women“ er öruggt, náttúruleg og virk lausn. Engar aukaverkanir eru þekktar við lyf né önnur bætiefni. Má taka inn samhliða hefðbundnum bætibakteríum (probiotics) fyrir þarma- og meltingarveg.

Nánari upplýsingar á www.facebook.com/optibaciceland og í flestum apótekum og heilsuverslunum um land allt.

BESTA FORVÖRNIN ER GÓÐ BAKTERÍUFLÓRA

Heilbrigð bakteríuflóra í meltingarvegi gegnir mikilvægu hlutverki í góðri heilsu. Dagleg inntaka vinveittra gerla styrkir ónæmiskerfið.

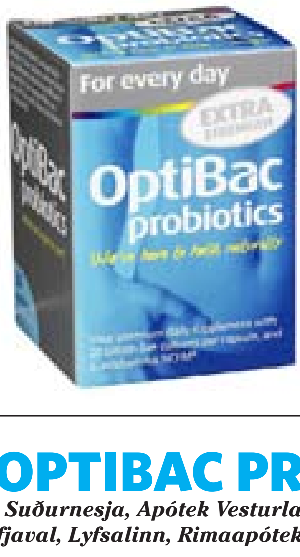
Meltingin er nánast fullkomin eftir að ég fór að nota OptiBac Probiotics-gerlana,“ segir jógakennarinn Marta Eiríksdóttir.

„Ég er með viðkvæma meltingu og hef þjáðst af meltingaróþægindum í langan tíma. Því fylgir tilheyrandi vanlíðan, þreyta og orkuleysi en eftir að ég byrjaði að nota OptiBac Probiotics-gerlana hef ég ekki fundið fyrir þessum hvimleiðu einkennum.“

Streita, lélegt eða einhæft mataræði og sýklalyfjanotkun hafa neikvæð áhrif á þarmaflóruna, ásamt mikið unninni matvöru sem skortir nauðsynlega gerla sem bæta þarmaflóruna. Því er ráðlagt að taka inn vel rannsakaða meltingargerla á degi hverjum.

Í þörmum fyrirfinnast bæði góðar og vondar bakteríur. Talið er mikilvægt að hlutfall góðra baktería sé yfir 70 prósent. Margir kannast við óþægindi í meltingarvegi vegna slæmra baktería, eins og loft í maga, magakrampa, niðurgang og hægðatregðu, og ef slæmt ástand í þarmaflórunni varir lengi er það talið geta leitt af sér ýmsa kvilla: ofnæmi, óþol, minni vörn gegn umgangspestum og sýkingum, bólgusjúkdóma og veikingu á ónæmiskerfinu sem leitt getur af sér alvarlega sjúkdóma.

Auk þess að nota One Week Flat á hverjum degi notar Marta For Every Day Extra (sterkan) sem hefur einstaklega góða virkni og inniheldur fimm ítarlega rannsakaðar bakteríutegundir. Þar má nefna L. Acidopilus NCFM® sem hefur fengið lofsamlega umfjöllun í yfir 75 viðurkenndum vísindaritum.



EXTRA STERKUR FYRIR DAGLEGA HEILSU (PROBIOTIC)

- Extra sterk Probiotic-formúla með 20 milljörðum af lifandi bakteríum í dagskammti.
- Inniheldur fimm ítarlega rannsakaðar bakteríutegundir, m.a. L. Acidopilus NCFM® – yfir 75 greinar birtar í viðurkenndum vísindaritum.
- Vinnur á IBS (Irritable bowel syndrome) – 20 prósent fólks þjást af IBS.
- Virkni hefur verið sönnuð í fjölmörgum rannsóknum, eins og við IBS, ofnæmi og fyrir þá sem eru á sýklalyfjum. Er ónæmisbætandi fyrir eldra fólk.

Mælt með fyrir alla sem lifa hröðu og streituvaldandi lífi, þá sem nota sýklalyf oft eða að staðaldri og fólk með meltingarvandamál, svo sem: IBD (Ulcerative colitis, Diverticulitis, Crohn's disease), Candida-ofvöxt eða IBS.

VELLÍÐAN Marta Eiríksdóttir jógakennari hefur góða reynslu af ObtiBac Probiotics-gerlunum sem komu meltingu hennar í fullkomið lag. MYND/DANÍEL

FÁÐU FLATAN MAGA

Ertu með loft í maganum og þjáist af vindverkjum? Þá er lausnin fundin með hjálp vinveittra meltingargerla frá OptiBac Probiotics.

Ég get ekki hugsað mér að vera án gerlanna,“ segir Marta Eiríksdóttir jógakennari um OptiBac Probiotics-gerlana sem hún hefur notað að staðaldri í ár.

„Gerlarnir hjálpa til við niðurbrot mjólkursykurs og sterkju í meltingarvegi og koma í veg fyrir óþægindi sem tengjast fæðuóþoli,“ segir Marta, sem reynir eftir megni að sneiða hjá mjólkurvörum, sykri, glúteni og unnum kjötvörum.

„Líkami minn þolir ekki þessar matvörur. Meltingin fer úr skorðum og ég verð þreytt og orkulaus. Vissulega getur verið erfitt að sneiða hjá þessum fæðutegundum en þegar ég borða mat sem ég þoli illa á ég alltaf til poka af „One Week Flat“ í veskinu.“

Marta mælir hiklaust með OptiBac Probiotics-vörunum.

„Ég nota „One Week Flat“, sem dregur úr lofti í maga og gerir þaninn kvið flatari. Það er sjö daga kúr sem inniheldur vinsamlegar bakteríur eins og acidophilus og prebiotics-trefjar fyrir þá sem þjást af óþægindum vegna lofts í maga. Einn af hverjum fimm fær þaninn maga, einu sinni eða oftar í mánuði, sem getur stafað af fæðuóþoli, streitu, fyrirtíðaspennu, tíðahvörfum eða lélegu mataræði. Því er gott að nota „One Week Flat“ til að draga úr áhrifum þungs matar og sætinda.“

GÓÐUR ÁRANGUR Marta Eiríksdóttir jógakennari hefur góða reynslu af OptiBac Probiotics-trefjunum og notar „For a Flat Stomach“ til að fá flatan maga.

HVAR FÆST OPTIBAC PROBIOTICS ?

Apótekarinn, Apótekið, Apótek Suðurnesja, Apótek Vesturlands, Árbæjarapótek, Borgarapótek, Garðsapótek, Lyf og heilsa, Lyfja, Heilsuhúsið, Heilsutorgið Blómaval, Heilsuver, Lyfjaver, Lifandi Markaður, Lyfjaval, Lyfsalinn, Rimaapótek og Urðarapótek.

Barnafataverslunin Róló
Glæsibæ • Sími 8948060
www.rolo.is • Facebook
RÓLÓ

Jakkar

kr. 13.900.-
Str:40-56/58
Munstraðir og einlitir
Ríta
Við erum á Facebook
Bæjarlind 6 • S. 554 7030

Smart föt, fyrir smart konur

My Style tiskuhús
Stærðir 38-52
mystyle
Bæjarlind 1-3
201 Kópavogur
s: 571-5464

LÍFLEG SÝNING Fyrirsæturnar gengu fylktu liði með áróðurs- og kröfuspjöld tengd femínisma og frelsi.

LAGERFELD MEÐ ÁRÓÐUR Í PARÍS

VORLÍNA CHANEL Á TÍSKUVIKUNNI Í PARÍS *Karl Lagerfeld notaði tækifærið og deildi á franska öfgahægriflokka á tískuvikunni í París.*

Karl Lagerfeld, yfirhönnuður og listrænn stjórnandi Chanel, liggur sjaldnast á skoðunum sínum og hefur honum oft tekist að hrista upp í fólki með ummælum sínum og hönnun. Hann fer heldur ekki leynt með pólitískar skoðanir sínar og notaði tækifærið og deildi á franska öfgaflokka á tískusýningu sinni í París á þriðjudag, þar sem hann kynnti vorlínu Chanel.

Fyrirsæturnar héldu frelsi og femínisma á lofti og gengu fylktu liði með hin ýmsu kröfuspjöld. Lagerfeld lýsti því yfir að hann teldi frelsinu ógnað í Frakklandi með uppgangi öfgahægriflokka sem væru á móti innflytjendum og hjónaböndum samkynhneigðra.

Sýningin fór fram í Grand Palais og leikmyndin var dæmigert breiðstræti í París. Vorlínan var litrík, glitrandi og fjörleg með kvenlegum og karlmannlegum áherslum í bland. Hin rómaða Chanel-klassík skein þó í gegnum sniðin.

www.lyfja.is

Tilboðið gildir í Lyfju Lágmúla, Smáratorgi og Smáralind

LYFJA
– Lifið heil

1967 Brigitte Bardot var vinsælasta fyrirsæta Frakka enda klæddi hana allt vel.

80 ÁRA TÍSKUGYÐJA

Franska kynbomban, kvikmyndastjarnan og dýravinurinn Brigitte Bardot varð áttræð í vikunni.

Brigitte Bardot er önnur stærsta kynbomba kvikmyndasögunnar, á eftir Marilyn Monroe. Árið 1956 lagði hún heimsbyggðina að fótum sér í kvikmyndinni „And God Created Woman“ í leikstjórn þáverandi eiginmanns síns, Rogers Vadim, og í kjölfarið fékk heimurinn einfaldlega ekki nóg af Bardot.

Brigitte Bardot hóf fyrirsætuferil sinn strax á fimmtánda árinu og varð fljótt eftirsóttasta fyrirsæta Frakka. Hún fæddist í tískuborginni París og ólst upp hjá íhaldssömum kaþólikkum sem vitaskuld tóku það nærri sér þegar heimasætan ögraði fjölskyldu sinni með því að sýna sig fáklædda og stundum nakta á síðum tískublaðanna.

Bardot setti sterkan svip á samtímann og skapaði nýja ímynd frjálslyndra kvenna með því að vera sjóðheitt kyntákn en einnig atkvæðamikil kvenréttindakona. Hún gaf kvikmyndaleik upp á bátinn þegar hún varð fertug, helgaði líf sitt dýravernd og hefur allar götur síðan verið einn áhrifamesti dýraverndarsinni í heimi.

DANSARI Ávalar línur Brigitte Bardot voru sem dáleiðandi. Hér er hún við tökur á kvikmyndinni „Voulez-vous danser avec moi“ árið 1959.

Einkalíf Bardot var skrautlegt og prýddi iðulega forsíður blaðanna og pólítískar skoðanir hennar ollu ágreiningi í heimalandinu. Þrátt fyrir allt var Brigitte Bardot óumdeilanleg táknmynd 20. aldar og persónugervingur langs tímabils í kvikmyndasögunni.

HÁRTÍSKAN Lena Magnúsdóttir hársnyrtir á Epli í Borgartúni útlistar hausttískuna í hári.
MYND/STEFÁN

GRÁTT HÁR OG BLEIKUR VARALITUR

TÍSKA *Millisítt hár, grátt eða silfurlitt verður vinsælt í vetur svo og gamaldags herraklipping. Lena Magnúsdóttir hjá Epli fræddi okkur um hausttískuna.*

Það er mikið um grátt og silfurlitað hár hjá stelpunum núna og líka blátt. Þær sem eru orðnar gráhærðar eru mikið til hættar að lita hárið og skella bara á sig bleikum varalit,“ segir Lena Magnúsdóttir, hársnyrtir hjá Epli í Borgartúni, þegar við forvitnumst um hártískuna í haust.

Hún segir sítt hár á undanhaldi, millisídd og „bob- klippingar“ verði vinsælli í vetur.

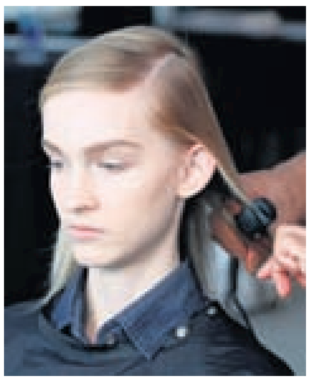
„Línan er bein og svo verður líka svolítið um rómantískan topp. Flétturnar og hnútarnir eru þó ekki alveg úti en mikið um mjúkar greiðslur og að helmingurinn af hárinu sé tekinn upp. Í stutta hárinu eru mýkri línur. Rakaðar hliðar eru á undanhaldi.“

En strákarnir?

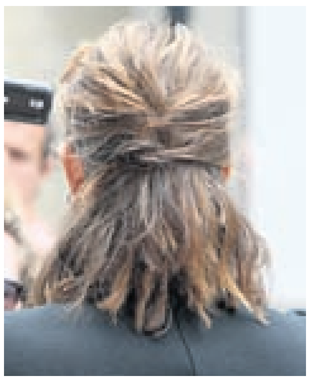
„Gamaldags herraklipping verður vinsæl í vetur. Strákarnir eru lítið að lita á sér hárið núna en þeir sem eru með aðeins síðara ofan á og jafnvel rakað í skiptingunni nota vax og gel. Þó halda strákar líka áfram að safna hári, taka upp í snúð og láta snyrta á sér skeggið með. En annars finnst mér tískan frjálsleg núna og fólk er bara með sinn eigin stíl.“ segir Lena. „Það gerir vinnuna mína svo skemmtilega.“

Góð ráð fyrir veturinn?

„Nauðsynlegt er að djúpnæra hárið eftir sólina og sumarið. Margir fóru til útlanda og komu heim með upplitað og þurrt, jafnvel grænt hár eftir vatnið úti. Svo er mikilvægt að nota alltaf hitavörn þegar verið er að slétta hárið og renna bara einu sinni í gegnum hvern lokk með sléttujárninu. Annars verður hárið strítt og rafmagnað og vantar allan glans.“

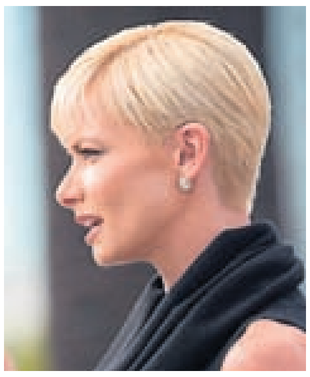


HITAVÖRN Nauðsynlegt er að verja hárið vel áður en það er sléttað með heitu járni og fara aðeins einu sinni í gegnum hvern lokk.



SÍTT HÁR Á UNDANHALDI Millisítt hár og „bob- klippingar“ verða vinsælar í vetur og hárið jafnvel tekið upp til hálfs.

SNYRTILEGT Gamaldags herraklipping verður vinsæl í vetur hjá strákunum.



RAKAÐAR HLIÐAR ÚT Mýkri lína verður ríkjandi í stuttu hári í vetur. MYND/NORDIC PHOTOS GETTY

ÍSLENSK HÖNNUN

HÁGÆÐA LEÐURSKÓR OG TÖSKUR

MJ MARTA JONSSON

KRINGLUNNI
S. 553 0809
LAUGAVEGI 51
S. 553 0816
Póstsendum

Vegna opnunar nýrrar Marta Jonsson verslunar í Kringlunni 2. október bjóðum við upp á afslátt á Laugavegi 51 og í Kringlunni um helgina.

OPNUNARTILBOÐ

5.000 kr. afsláttur af öllum skóm og töskum

5000

Afsláttur á skópari fyrir 5. október 2014

PÓSTSENDUM

MJ MARTA JONSSON

Kringlunni Sími 5530817
Laugavegi 51 Sími 5530816

Einn 5000 kr. afsláttarmiði gildir gegn kaupum á einu skópari eða tösku í Mörtu Jonsson búðunum

Verð: 19.995 kr.

Verð: 25.995 kr.

Verð: 25.995 kr.

Verð: 24.995 kr.

Verð: 19.995 kr.

Verð: 24.995 kr.

Verð: 24.995 kr.

Verð: 24.995 kr.

www.martajonsson.com

Betra blóðflæði

Eftir fertugt framleiðir líkaminn 50% minna **Nitric Oxide. SUPERBEETS** örvar **Nitric Oxide** framleiðslu strax. Betra blóðflæði, allt að ***30%*** æðaútvíkkun, ***30%*** meiri súrefnisupptaka, réttur blóðsykur, aukin fitubrennsla, ***20%*** meira þrek orka og úthald. Bætt ris hjá körlum, aukin kynörvun kvenna. **Nitric Oxide hefur áhrif á og bætir:** Blóðþrýsting, kólesteról, hjarta- æða- og taugakerfi, ofnæmiskerfi, astma, lungnaþembu. ***Einkaleyfi Neogenis Labs á rauðrófukristall tryggir einstaka yfirburði og virkni af nitrite sem umbreytist í Nitric Oxide í líkamanum .*** Gott bragð ein teskeið blandað í vatn 100 ml sem jafngildir einni flösku 500 ml af rauðrófusafa. ***Varist eftirlíkingar.***

Umboð: vitex - www.superbeets.is
Fæst í Apótekum og heilsubúðum

AMAL ALAMUDDIN Amal klæddist þessum fallega Oscar de la Renta kjól þegar þau George gengu í það heilaga en hún mun hins vegar hafa klæðst fallegri hvítri buxnadragt (t.v.) í borgaralegri athöfn í Feneyjum þar sem þau George Clooney skrifuðu undir hjúskaparheitin.

MIA FARROW Leikkonan klæddist einföldum hnésíðum kjól og tvíhnepptum jakka þegar hún gekk að eiga Frank Sinatra í Las Vegas 1966.

ÓHEFÐBUNDIN BRÚÐARDRESS

TÍSKA *Þótt Amal Alamuddin hafi klæðst fögrum og klassískum brúðarkjól frá Oscar de la Renta á brúðkaupsdaginn klæddist hún hvítri dragt í borgaralegri athöfn þar sem skrifað var undir hjúskaparsáttmálann. Fleiri frægar konur hafa klæðst óvenjulegum brúðarklæðum í gegnum tíðina.*

CELINE DION Þegar Celine Dion giftist Rene Angeli árið 1994 klæddist hún afar viðamiklum rjómatertubrúðarkjól frá Mirella og Steve Gentile. Höfuðdjásnið var búið til úr tvö þúsund kristöllum.

GWEN STEFANI Tónlistarkonan klæddist sérstæðum bleikum og hvítum brúðarkjól frá Dior þegar hún gekk að eiga Gavin Rossdale í september árið 2002.

ÚLPU-SPRENGJA

1. okt. til og með 4. okt

á völdum úlpum

50%

Takmarkað magn ekki missa af þessu

Barnagallar, krakkaúlpur, unglingaúlpur, karla- og konuúlpur.

20% afsláttur af öðrum vörum

Íslensku ALPARNIR

HREYFING • KRAFTUR • ÁNÆGJA

Faxafeni 8 · 108 Reykjavík

sími 534 2727 • e-mail: alparnir@alparnir.is • www.alparnir.is

ASKJA
NOTAÐIR BÍLAR

Kia Sportage EX 4wd. Árgerð 2013, ekinn 46 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 5.190.000. Rnr.210240. 6 ár eftir af verksmiðjuábyrgð.

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

SUZUKI Grand vitara. Árgerð 2005, ekinn 178 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur. Verð 1.290.000. Rnr.210489.

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

100 bilar.is bílasala

Toyota Yaris Terra, árg. 5/2005, ek 149þkm, bensín, beinskiptur, Góður bíll og gott eintak, Ásett verð 780þ.kr, Er á staðnum hjá okkur,

M.BENZ GL 320 CDI 4Matic, Árg 9/2007, ek 107 Þ.KM, dísel, sjálfsk,. Mjög flottur umboðsbíll og einn eigandi, Ásett verð 7.390þkr, Rnr.151442. Er á staðnum,

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

Barnaheill – Save the Children á Íslandi

Vissir þú að... Öll börn eiga rétt á samvistum við báða foreldra sína.

ÍSBAND.IS BÍLAINNFLUTNINGUR

2014 NÝIR JEEP GRAND CHEROKEE OVERLAND 4X4

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

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

Bílar til sölu

Seldur.is

KAUPUM BÍLA
HÆRRA UPPÍTÖKUVERÐ

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

Jeep Grand Cherokee Limited árg. 2001 innfl. 2003, ek. 227 þús. Uppl. í s. 8407040

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

500-999 þús.

FRÁBÆR Í VETURINN !

Hyundai Santa fe 4x4 árg ,03. ekinn 165þús km. sjálfskiptur. skoðaður ,15. krókur. mjög heill og góður bíll. Tilboðsverð aðeins 790þús stgr. möguleiki á 100% vísaláni. s:659-9696

FLOTTUR SJÁLFSKIPTUR SPARIBAUKUR!

FORD FIESTA TREND 04 EK.122 þús sjálfsk., ný tímareim, nýsk. 15, vetrardekk, smurbók, fallegur og snyrtilegur bíll sem eyðir litlu, ásett verð 850 þús TILBOÐ 690 ÞÚS möguleiki á 100% vísaláni í allt að 36 man s.841 8955

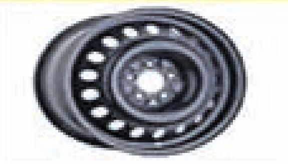
Bílar óskast

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.

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

Viðgerðir

AB BIFREIÐAVERKSTÆÐI

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

Vinnuvélar

OK VARAHLUTIR

VINNUVÉLADEKK

Vorum að fá nýja sendingu af vinnuvéladekkjum. Búkolludekk-hjólaskófludekk Ofl Ýmsar algengar Stærðir O.K.Varahlutir S: 6961050 okspares@simnet.is

Sendibílar

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

STÓRA BÍLASALAN

586 1414

OPNUNARTÍMI
MÁN- FÖST.
FRÁ KL. 10:00-18:00

LAUGARDAGA
FRÁ KL. 12:00-16:00

www.stora.is

Skoda Octavia Station Dísel
Árgerð 2010. Ekinn 116þ.km. Beinskiptur. Eyðslugrannur fjölskyldubíll. **TILBOÐ 2.390.000** kr. Raðnúmer 156346.

NÝR – Toyota Proace LX Langur
Árgerð 2014. Beinskiptur. Traustir og góðir sendibílar. **Verð aðeins 4.490.000kr** með VSK. Raðnúmer 156362.

Chrysler Town&Country
Árgerð 2010. Ekinn 61þ.km. Sjálfskiptur. Frábær 7 manna fjölskyldubíll. **Verð 3.850.000kr.** Raðnúmer 156526.

Hyundai i10
Árgerð 2013. Ekinn 54þ.km. Beinskiptur. Ódýr, eyðslugrannur smábíll. **Tilboð 1.290.000kr.** Raðnúmer 156524.

MMC Pajero Instyle Dísel
Árgerð 2012. Ekinn 54þ.km. Sjálfskiptur. 7 manna, leður o.m.fl.. Gott eintak. **Verð 7.290.000kr.** Raðnúmer 134215.

Porsche Panamera 4
Árgerð 2011. Ekinn 53þ.km. Sjálfskiptur. 22" álfelgur ofl.. Stórglæsilegur bíll. **Verð 12.900.000kr.** Rnr. 153022.

Toyota Corolla Dísel
Árgerð 2014. Ekinn 17þ.km. Beinskiptur. Flottur bíll í fullri ábyrgð. **Verð 3.290.000kr.** Rnr. 156582.

Honda Civic Sport
Árgerð 2013. Ekinn 59þ.km. Sjálfskiptur. 17" álfelgur, bakkmyndavél ofl.. **Verð 2.590.000kr.** Rnr. 156030.

Suzuki Swift GLX
Árgerð 2013. Ekinn 52þ.km. Sjálfskiptur. Álfelgur, hiti í sætum, ofl.. **Verð 2.490.000kr.** Rnr. 156594.

Dacia Duster Plus 4x4 Dísel
Árgerð 2013. Ek. 51þ.km. Beinskiptur. Flottur jepplingur á frábæru verði aðeins **2.990.000kr.** Rnr. 156518.

Jeep Grand Cherokee Overland
Árgerð 2014. Ekinn 13þ.km. Sjálfskiptur. Einn með öllu! **Verð 10.490.000kr.** Raðnúmer 156235.

Nissan Micra Visia
Árgerð 2008. Ekinn 44þ.km. Sjálfskiptur. Gott eintak. **Verð 1.290.000kr.** Raðnúmer 156572.

Hyundai i10
Árgerð 2010. Ekinn 95þ.km. Beinsk.. Ný heilsársdekk. Góður bíll. **Tilboðsverð 890.000kr.** Rnr. 156596.

Nissan Patrol GR
Árgerð 2008. Ekinn 92þ.km. Sjálfskiptur. Hiti í sætum, loftkæling ofl.. **Verð 4.390.000kr.** Rnr. 156171.

M.Benz B220 Dísel
Árgerð 2014. Ekinn 18þ.km. Sjálfsk.. Kraftmikill og eyðslugrannur lúxusbíll. **Verð 6.150.000kr.** Rnr. 156556.

Suzuki Jimny JLX
Árgerð 2012. Ekinn 73þ.km. Beinsk.. Fjórhjóladrifinn. Góður bíll. **Verð 1.990.000kr.** Raðnúmer 156588.

Nissan Leaf SL
Árgerð 2013. Ekinn 12þ.km. Sjálfsk.. Hraðhleðsla, sólarsella o.m.fl.. **Verð 3.990.000kr.** Raðnúmer 156388

BMW 520
Árgerð 2005. Ekinn 147þ.km. Sjálfskiptur. Leður. Gott eintak. **Verð 2.490.000kr.** Raðnúmer 156308.

Stóra bílasalan • Kletthálsi 2 • 110 Reykjavík • S. 586 1414 • www.stora.is

4BLS KIPPA ÚT :)
HJÁ OKKUR
TT MESTA ÚRVAL LANDSINS AF TÖLVUM OG TÖLVUBÚNAÐI
SW5
SWITCH
FRÁBÆR FYRIR SKÓLAFÓLK
Skólavélin í ár er þessi öfluga og fjölhæfa spjaldtölva sem breytist í fartölvu þegar henni er smellt í lyklaborðsvöggu, sem fylgir með;)
• 10" IPS HD 10-punkta fjölsnertiskjár 1280x800
• Intel Quad Core Z3735F 1.83GHz Burst
• Intel HD 3D Graphics grafískur kjarni
• 2GB DDR3 1333MHz vinnsluminni
• 64GB FLASH SSD og allt að 64GB Micro SD
• 300Mbps WiFi Nplify og Bluetooth 4.0
• Crystal Eye Full HD 1080p vefmyndavél
• Örþunn lyklaborðsvagga með Snap Hinge
• Windows 8.1 og Office 365 árs áskrift
79.900
MEÐ 500GB DISK Í VÖGGU 99.900
BLUETOOTH HEYRNARTÓL Á VERÐI FRÁ 4.990
4 LITIR
SONICGEAR
Bluetooth
AIRPHONE III
ÞRÁÐLAUS HEYRNARTÓL
• Hágæða SonicGear Bluetooth heyrnartól
• 40mm Neodymium hágæða hátalarar
• Tengjast þráðlaust við síma o.fl. tæki
• Bluetooth V2.1 EDR, allt að 10 metrar
• Hnappar til að stýra tónlist og svara síma
• Hljóðnemi sem deyfir umhverfishljóð
• Allt að 8 tíma rafhlaða / 10 dagar í bið
6.990
KRISTALTÆR HLJÓMUR
5 ÞÚSUND AFSLÁTTUR VERÐ ÁÐUR 14.900
THONET & VANDER state.of.the.art.sound
RISS
2.1 HLJÓÐKERFI
• Hágæða Thonet & Vander hljóðkerfi
• 2.1 32W RMS, 50Hz - 20kHz tíðnissvið
• Öflug 5.25" Lignin Polymer bassakeila
• Jafn og góður hljómur yfir allt tíðnissviðið
• 2xRCA inngangar ásamt Bass&Treble stilli
• Frábært fyrir tónlist, leiki & kvikmyndir
• Falleg hönnun og ótrúleg hljómgæði
9.900
ÖFLUGT 2.1 HLJÓÐKERFI
TRUE BLACK VALED TÆKNI MEÐ ALLT AÐ 178° SJÓNARHORN
10 ÞÚSUND AFSLÁTTUR VERÐ ÁÐUR 49.900
BenQ
GW2760HM
27"VALED
FULL HD VA-LED SKJÁR
Stórglæsilegur VA-LED skjár með 178° True To Life sjónarhorn og nýrri True Black tækni sem er algjör bylting í myndgæðum og skerpu á ótrúlegur tilboði í Tölvutek;)
• 27" VA-LED FULL HD 1080p 16:9
• 20 milljón:1 DCR og Senseye3 tækni
• 4ms GTG viðbragðstími fyrir leikina
• 1920x1080 FULL HD upplausn
• HDMI HDCP, DVI og VGA D-SUB tengi
• 178° True to Life Ultra Wide sjónarhorn
• Aukin myndgæði með True Black tækni
• Glæsileg Glossy Black hönnun
39.900
ÓTRÚLEGT TILBOÐ!
1280x800 IPS ÓTRÚLEGA NÁKVÆMUR 178° SJÓNARHORN
BROT AF ÞVÍ BESTA SÚPER 16BLS
S6000-L
lenovo
IDEATAB
• 10" IPS HD 10-punkta fjölsnertiskjár 1280x800
• Quad Core 1.2GHz ARM A7 Cortex örgjörvi
• PowerVR SGX 544 Dual Core skjákjarni
• 16GB FLASH og allt að 64GB Micro SD
• Innbyggðir stereo hátalarar og hljóðnemi
• 300Mbps þráðlaust net, Bluetooth 4.0
• Li-Polymer rafhlaða allt að 8 tímar
• Innbyggð vefmyndavél að framan
• Android 4.2.2 stýrikerfi og fjöldi forrita
29.900
QUAD CORE OFUR ÖFLUG
10 ÞÚSUND AFSLÁTTUR VERÐ ÁÐUR 34.900
2 LITIR
THONET & VANDER state.of.the.art.sound
HOCH
HÁGÆÐA 2.0 HLJÓÐKERFI
Sérhannað 2.0 hljóðkerfi frá Thonet & Vander með 2x kröftugum Aramid Fiber bassakeilum í segulvörðu viðarboxi ásamt silki tweeterum sem skila ótrúlegum tærum og þéttum hljóm.
• Hágæða Thonet & Vander hljóðkerfi
• 2.0 70W RMS, 50Hz - 20kHz tíðnissvið
• Öflugar 5.25" bassakeilur í viðarboxi
• Hárnákvæmur 1" tweeter úr silki
• Jafn og góður hljómur yfir allt tíðnissviðið
• 2xRCA inngangar ásamt Bass&Treble stilli
• Frábært fyrir tónlist, leiki & kvikmyndir
• Falleg hönnun og ótrúleg hljómgæði
24.900
FÆST Í 2 LITUM
TRUE BLACK VALED TÆKNI MEÐ ALLT AÐ 178° SJÓNARHORN
BROT AF ÞVÍ BESTA SÚPER 16BLS
VW2245Z
BenQ
ULTRA SLIM ÖRÞUNNUR RAMMI
22"VALED
FULL HD VA-LED
• 22" VA-LED FULL HD 1080p 16:9
• 20 milljón:1 DCR og Senseye3 tækni
• 6ms GTG viðbragðstími fyrir leikina
• 1920x1080 FULL HD upplausn
• DVI HDCP og VGA D-SUB tengi
• 178° True to Life Ultra Wide sjónarhorn
• Örþunnur Ultra Slim Bezel rammi
19.900
MEÐAN BIRGÐIR ENDAST!
TRUE BLACK VALED TÆKNI MEÐ ALLT AÐ 178° SJÓNARHORN
BROT AF ÞVÍ BESTA SÚPER 16BLS
EW2440L
BenQ
ULTRA THIN ÖRÞUNNUR 5mm RAMMI
24"VALED
ULTRA THIN VA-LED
• 24" VA-LED FULL HD 1080p 16:9
• 20 milljón:1 DCR og Senseye3 tækni
• 4ms GTG viðbragðstími fyrir leikina
• 1920x1080 FULL HD Cinema upplausn
• HDMI HDCP, HDMI MHL og VGA tengi
• 178° True to Life Ultra Wide sjónarhorn
• Örþunnur ULTRA THIN skjárammi
34.900
27" EW2740L AÐEINS 59.900
ICONIA
A1-830
STÓRGLÆSILEG SPJALDTÖLVA
Ný kynslóð öflugri og þynnri spjaldtölva frá Acer með ótrúlegum 8" IPS HD fjölsnertiskjá og nýjasta Clover Trail+ Intel örgjörvanum.
• 8" IPS HD fjölsnertiskjár 1024x768
• Intel Dual Core Z2560 1.6GHz Turbo, 4xHT
• PowerVR SGX 544 Dual Core skjákjarni
• 16GB FLASH og allt að 64GB Micro SD
• 300Mbps WiFi net, Bluetooth 3.0, GPS
• Li-Polymer rafhlaða allt að 7.5 tímar
• USB2 micro og Micro SD kortalesari
• Tvær HD vefmyndavélar 5MP og 2MP
• Android 4.2 og tilbúin fyrir 4.4 KitKat
29.900
NÝ KYNSLÓÐ SPJALDTÖLVA
BROT AF ÞVÍ BESTA SÚPER 16BLS
Chronos
mushkin enhanced
240GB SSD
SATA3 SOLID STATE DISKUR
• 240GB Mushkin Chronos SSD diskur
• Háhraða SATA3 SSD stýrikerfisdiskur
• Ein besta uppfærslan sem völ er á
• Höggvarinn að 1500G álagi
• Read 560MB/sec, Write 525MB/sec
• SandForce SF2281 háhraða stýring
• TRIM fyrir meiri stýrikerfishraða
• 90000 IOPS einn hraðasti SSD í dag
19.900
120GB 12.900 | 480GB 39.900
0dB SILENT GAMING DirectCU II TÆKNIN SKILAR LoL OG FLEIRI LEIKJUM Í 0dB HLJÓÐLEYSI!
NÝTT ER AÐ LENDA
ASUS
GTX970
STRIX LEIKJASKJÁKORTIÐ
• Nýjasta kynslóð leikjaskjákorta!
• 4GB GDDR5 7.0GHz 256-bit minni
• DirectX12 fyrir næstu kynslóð leikja
• 1644 CUDA cores og 104T.U. fyrir leiki
• NVIDIA G-SYNC Ultra HD leikjaspilun
• Gullhúðað 4K HDMI 2.0, 2xDVI og DP
• 6-phase Super Alloy Power tækni
• Ofur hljóðlát DirectCU II 0dB vifta
69.900
GTX980 AÐEINS 99.900
Wi-Fi
A3 PRENTAÐU LJÓSMYNDIRNAR Í A3 STÆRÐ
ÞESSI GERIR ALLT NÆSTUM ÞVÍ;)
brother at your side
J4110DW
WIFI A4/A3 FJÖLNOTATÆKI
Ótrúlegt þráðlaust undratæki frá Brother sem skannar, ljósritar og prentar hágæða ljósmyndir í allt að A3 stærð, rammalaust.
• Hágæða þráðlaust A4 lita fjölnotatæki
• Prentar allt að 18 bls/mín, 16 bls/mín í lit
• 4 hagkvæm hylki, fáanleg allt að 1200 bls
• 6000x1200 dpi prentari og 2400 dpi skanni
• 150 bls A4 bakki og A3 bak-matari
• Duplex sjálfvirk tvíhliða prentun, 6bls/mín
• 4.5cm lita snertiskjár fyrir allar aðgerðir
• Þráðlaust WIFI / Airprint / Cloud Print
• USB 2.0 og LAN tengi, PC, MAC og LINUX
29.900
HINN FULLKOMNI PRENTARI!
VERÐ VÖRN
VERÐ FRÁ: 44.900
iPad Mini
ST1000 9.990
SEAGATE LEIÐANDI Í YFIR 30 ÁR!
Seagate
1TB HARÐDISKUR
GTX750TI 24.900
1.24GHz OVERCLOCK
GIGABYTE
LEIKJASKJÁKORT
GL2460 26.900
MEST SELDI SKJÁRINN OKKAR
BenQ
24" FULL HD SKJÁR
ÞESSI GERIR ALLT NÆSTUM ÞVÍ;)
J132W 14.900
Wi-Fi
brother at your side
WiFi FJÖLNOTATÆKI
6.990
SWITCH TASKA
HÁGÆÐA TASKA FYRIR ACER SWITCH FÓÐRUÐ AÐ INNAN FYRIR HÁMARKS VERND!
acer
SWITCH SNAP TASKA
2 LITIR
HS420 2.490
SONICGEAR
HEYRNARTÓL MEÐ MIC
TATOO 101 1.990
6X MISMUNANDI LITIR
2.0 HÁTALARAR
25% AFSLÁTTUR
2 STK 200Mbps 5.990
TRENDnet
NET YFIR RAFMAGN
iP2850 5.990
Canon
FRÁBÆR PRENTARI
BenQ acer Tt eSPORTS ASUS SONICGEAR TRENDnet TÖLVUTEK

V5-552
85558G1

NÝ KYNSLÓÐ – ÖRÞUNN AÐEINS 18mm OG FISLÉTT

- AMD A8-5557M Quad Core 3.1GHz Turbo
- 8GB DDR3 1600MHz vinnsluminni
- 1TB SATA3 Ultra Fast harðdiskur
- 15.6" HD LED CineCrystal 1366x768
- 4GB ATI HD8550G öflugur skjákjarni
- 300Mbps WiFi, Bluetooth 4.0, USB 3.0
- 4.0 Dolby Home Theater v4 hljóðkerfi
- 720p HD CrystalEye vefmyndavél
- Windows 8.1 64-bit, hlaðið nýjungum

119.900

FÆST Í 2 LITUM

V5-573G
54218TI

NÝ KYNSLÓÐ – ÖRÞUNN AÐEINS 18mm OG FISLÉTT

BAKLÝST LYKLABORÐ Í FULLRI STÆRÐ

BROT AF ÞVÍ BESTA – SÚPER TÓBLS

KRAFTMIKIL ACER FARTÖLVA

Ein öflugasta og glæsilegasta fartölvan í dag með nýjasta Intel Haswell i5 örgjörvanum, ofur öflugu 4GB leikjaskjákorti og ótrúlegu hljóðkerfi.

- Intel Core i5-4210U 2.7GHz Turbo 4xHT
- 8B DDR3 1600MHz vinnsluminni
- 1TB SATA3 Ultra Fast harðdiskur
- 15.6" HD LED CineCrystal 1366x768
- 4GB GeForce GTX850M leikjaskjákort
- 300Mbps WiFi, Bluetooth 4.0, USB 3.0
- 4.0 Dolby Home Theater v4 hljóðkerfi
- 720p Crystal Eye HD vefmyndavél
- Windows 8.1 64-bit, hlaðið nýjungum

149.900

NÝ SENDING ENN ÖFLUGRI

V5-573GFHD
5421121

FULL HD IPS – 1920x1080 SKJÁR MEÐ 178° SJÓNARHORNI

BAKLÝST LYKLABORÐ Í FULLRI STÆRÐ

NÝ KYNSLÓÐ – ÖRÞUNN AÐEINS 18mm OG FISLÉTT

- Intel Core i5-4210U 2.7GHz Turbo 4xHT
- 12GB DDR3 1600MHz vinnsluminni
- 1TB SSHD diskur með 8GB flýtiminni
- 15.6" Full HD IPS 1920x1080 skjár
- 4GB GeForce GTX850M leikjaskjákort
- 300Mbps WiFi, Bluetooth 4.0, USB 3.0
- 4.0 Dolby Home Theater v4 hljóðkerfi
- 720p Crystal Eye HD vefmyndavél
- Windows 8.1 64-bit, hlaðið nýjungum

179.900

ÓTRÚLEG DRAUMAFARTÖLVA:)

Y50
59412964

DVD SKRIFARI – USB SLIM DK SKRIFARI ALL FYLGIR

- Intel Core i7-4700HQ 3.4GHz Turbo 8xHT
- 16GB DDR3 1600MHz vinnsluminni
- 1TB SSHD diskur með 8GB flýtiminni
- 15.6" Full HD LED AntiGlare 1920x1080
- 4GB GeForce GTX860M leikjaskjákort
- 2.1 JBL Dolby Digital Plus hljóðkerfi
- AccuType lyklaborð með baklýsingu
- 900Mbps WiFi AC, Bluetooth 4.0, USB 3.0
- Windows 8.1 64-bit, hlaðið nýjungum

209.900

TRÖLLVAXIN LEIKJAVÉL

V3-112P
P2E7

FRAMELESS TOUCH – HÁGÆÐA 10-PUNKTA FJÖLSNERTISKJÁR

NÝ VAR AÐ LENDA

- Intel Quad Core N3540 2.66GHz Burst
- 8GB DDR3 1333MHz vinnsluminni
- 500GB SATA3 Ultra Fast harðdiskur
- 11.6" HD LED 1366x768 fjölsnertiskjár
- 512MB Intel HD Graphics skjákjarni
- 300Mbps WiFi, Bluetooth 4.0, USB 3.0
- Glænýj rafhlöðutækni allt að 7 tímar
- 720p Crystal Eye HD vefmyndavél
- Windows 8.1 64-bit, hlaðið nýjungum

99.900

ÓTRÚLEG VIFTULAUS HÖNNUN

E5-TOUCH
471P

TRUE HD TOUCH – HÁGÆÐA 10-PUNKTA FJÖLSNERTISKJÁR

- Intel Core i3-4030U 1.9GHz 4xHT
- 8GB DDR3 1600MHz vinnsluminni
- 500GB SATA3 Ultra Fast harðdiskur
- 14" HD LED 1366x768 fjölsnertiskjár
- 1GB Intel HD 4400 DX11 skjákjarni
- 300Mbps WiFi, Bluetooth 4.0, USB 3.0
- Glænýj rafhlöðutækni allt að 7 tímar
- 720p Crystal Eye HD vefmyndavél
- Windows 8.1 64-bit, hlaðið nýjungum

99.900

MEÐ i3 OG FJÖLSNERTISKJÁ!

V3-TOUCH
472PG

FRAMELESS TOUCH – HÁGÆÐA 10-PUNKTA FJÖLSNERTISKJÁR

BROT AF ÞVÍ BESTA – SÚPER TÓBLS

LÚXUS SNERTILÍNA ACER

V3-Touch kemur úr lúxus snertilínu Acer með rammalausum fjölsnertiskjá, nýrri rafhlöðutækni, burstað álbak og Dolby Digital Plus hljóðkerfi.

- Intel Core i5-4210U 2.7GHz Turbo 4xHT
- 8GB DDR3 1600MHz vinnsluminni
- 1TB SATA3 Ultra Fast harðdiskur
- 14" HD LED 1366x768 fjölsnertiskjár
- 2GB GeForce 840M leikjaskjákort
- 300Mbps WiFi, Bluetooth 4.0, USB 3.0
- Glænýj rafhlöðutækni allt að 7 tímar
- 720p Crystal Eye HD vefmyndavél
- Windows 8.1 64-bit, hlaðið nýjungum

129.900

GLÆSILEG MEÐ SNERTISKJÁ

TOSHIBA L50
L50-B-18H

- Intel Core i5-4200U 2.6GHz Turbo 4xHT
- 8GB DDR3 1600MHz vinnsluminni
- 500GB SATA3 5400RPM diskur
- 15.6" HD LED TruBrite 1366x768
- 1GB Intel HD 4400 DX11 skjákjarni
- 2.0 Skullcandy DTS hágæða hljóðkerfi
- WiFi AC, Bluetooth 4.0, USB 3.0
- Glænýj rafhlöðutækni allt að 5 tímar
- Windows 8.1 64-bit, hlaðið nýjungum

119.900

HÁGÆÐA DTS HLJÓÐKERFI

V3-331
P8F4

FULL HD LED – 1920x1080 ULTRA SLIM SKJÁR

NÝ VAR AÐ LENDA

- Intel Dual Core 3556U 1.7GHz 2MB
- 4GB DDR3 1600MHz vinnsluminni
- 500GB SATA3 Ultra Fast harðdiskur
- 13.3" FULL HD LED 1920x1080
- 512MB Intel HD Graphics skjákjarni
- 300Mbps WiFi, Bluetooth 4.0, USB 3.0
- Glænýj rafhlöðutækni allt að 6.5 tímar
- 720p Crystal Eye HD vefmyndavél
- Windows 8.1 64-bit, hlaðið nýjungum

99.900

ÓTRÚLEGT VERÐ!

YOGA2
59402189

VERÐVÖRN – Ef þú finnur tölvuna auglýsta ódýrari en hjá okkur þá lækkum við okkar verð á stundinni

360° SNÚNINGUR – FARTÖLVA, STANDUR OG SPJALDTÖLVA

BAKLÝST AccuType LYKLABORÐ

ÓTRÚLEG LENOVO FARTÖLVA

Algert tækniundur frá Lenovo og einhver glæsilegasta fartölvan í dag með FULL HD IPS fjölsnertiskjá sem hægt er að snúa 360°.

- Intel Core i5-4200U 2.6GHz Turbo 4xHT
- 8GB DDR3 1600MHz vinnsluminni
- 500GB SSHD diskur með 8GB flýtiminni
- 13.3" FULL HD IPS LED fjölsnertiskjár
- 1GB Intel HD 4400 DX11 skjákjarni
- AccuType lyklaborð með baklýsingu
- 300Mbps WiFi, Bluetooth 4.0, USB 3.0
- Glænýj rafhlöðutækni allt að 8 tímar
- Windows 8.1 64-bit, hlaðið nýjungum

149.900

FÆST Í 2 LITUM

YOGA2 PRO
59424061

QHD+ IPS – FJÖLSNERTISKJÁR MEÐ 178° SJÓNARHORNI

360° SNÚNINGUR – FARTÖLVA, STANDUR OG SPJALDTÖLVA

- Intel Core i7-4500U 3.0GHz Turbo 4xHT
- 8GB DDR3 1600MHz vinnsluminni
- 256GB SATA3 SSD ofur hraður diskur
- 13.3" QHD+ IPS fjölsnertiskjár 3200x1800
- 1GB Intel HD 4400 DX11 skjákjarni
- AccuType lyklaborð með baklýsingu
- 300Mbps WiFi, Bluetooth 4.0, USB 3.0
- Glænýj rafhlöðutækni allt að 9 tímar
- Windows 8.1 64-bit, hlaðið nýjungum

199.900

FÆST Í 2 LITUM

MacBookPro
RETINA

VERÐVÖRN

- Intel Core i5 Haswell 3.1GHz Turbo
- 8GB DDR3 1600MHz vinnsluminni
- 128GB SSD ofur hraður diskur
- 13.3" WXGA IPS LED Retina 2560x1600 skjár
- Baklýst íslenskt lyklaborð
- Li-Polymer rafhlaða allt að 9 tímar
- WiFi AC, Bluetooth 4.0, Thunderbolt
- Apple FaceTime 720p vefmyndavél
- Apple OS X Mavericks stýrikerfi

229.900

MEÐ 256GB SSD DISK 259.900

15.6" PACKARD BELL
TF71 – **49.900**

PACKARD BELL – 15.6" fartölva með Intel Dual Core örgjörva, 4GB minni, 500GB disk og Windows 8.1

BROT AF ÞVÍ BESTA – SÚPER TÓBLS

15.6" LENOVO G50
G50-30 – **52.900**

LENOVO G50 – 15.6" fartölva með Intel Dual Core örgjörva, 4GB minni, 500GB disk og Windows 8.1

15.6" PACKARD BELL
12506G50 – **59.900**

10 ÞÚSUND AFSLÁTTUR

PACKARD BELL TE69 – 15.6" fartölva með AMD Dual Core örgjörva, 6GB minni, 500GB disk og Windows 8.1

MEÐ FJÖLSNERTISKJÁ
15-D050ND – **69.900**

HP PAVILION – 15.6" fartölva með fjölsnertiskjá AMD Dual Core örgjörva, 4GB minni, 500GB disk og Windows 8.1

13.3" MacBook AIR
i5+128GB SSD – **167.900**

VERÐVÖRN

FARTÖLVUTÖSKUR
CAMPUS – **3.990**

5 LITIR

FARTÖLVU DOKKA
TU3-DS2 – **24.900**

USB3 DOKKA – PARF AÐEINS EINA USB SNÚRU FRÁ TÖLVU Í DOKKU!

HÁGÆÐA TÖSKUR
VERÐ FRÁ: **4.990**

WENGER

OFFICE 365 PERSONAL
Office – **9.990**

OFFICE 365 – WORD, EXCEL, OUTLOOK, POWERPOINT, ONENOTE OG 1TB ONEDRIVE

ÖRYGGISVÖRN
ISECUR1 – **2.990**

McAfee

acer · ASUS · WENGER · hp · lenovo · packard bell · McAfee · SAMSUNG · Microsoft · TOSHIBA

OPNUNARTÍMAR

Virka daga
10:00 - 18:30

Laugardaga
11:00 - 16:00

TÖLVUTEK

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

Sendibílar

568 5000 NS NÝJA SENDIBÍLASTÖÐIN

Allar stærðir sendibíla. Nýja Sendibílastöðin sími 568-5000.

ÞJÓNUSTA

Húsaviðhald

STARFSMANNALEIGAN
Getum útvegað:
- Smiði
- Flísara
- Múrara
- Verkamenn
- Járnamenn

699-0921
www.starfsmannaleigan.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.

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

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

Önnur þjónusta

VALDÍS ÁRNADÓTTIR DÁLEIÐSLUTÆKNIR (CLINICAL HYPNOTHERAPIST) VEITIR DÁLEIÐSLUMEÐFERÐ.
Viltu léttast, takast á við kvíða, streytu, sjálfstraust, hætta að reykja o.fl. Dáleiðsla er gott verkfæri til betri heilsu.
Tímapantanir í síma 864-1273

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

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

Spádómar

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

661 3839 - SÍMASPÁ
Opið frá kl. 14 alla daga.

Pípulagnir

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

Uppl. í s. 663 5315.

fasteignir

Þorrasalir 17
201 Kópavogur
Nýjar íbúðir afhentar í október

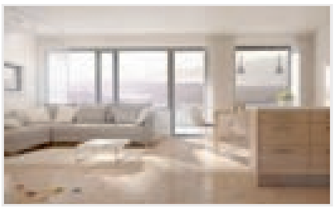
Stærð: 85-125 fm
Fjöldi herbergja: 2-4
Byggingarár: 2014
Fasteignamat: 0

RE/MAX Lind

Opið Hús

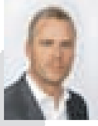
Fimmtudaginn 2. október milli kl.17.30-18

Verð: 31.900.-42.900



SÖLUSÝNING FIMMTUDAGINN 2 OKTÓBER KL.17.30-18
Nýjar, vandaðar og vel staðsettar útsýnisíbúðir í klasahúsi við Þorrasali 17.
Sérinngangur í allar íbúðir, aukin lofthæð, álklæddir timburgluggar, leiktæki fyrir yngri kynslóðina í garðinum.
Innréttingar verða sérstaklega vandaðar og koma frá Axis innréttingasmiðju. Eldhúsinnrétting er liggjandi spónlögð eik og efri skápar í eldhúsi verða sprautulakkaðir hvítir, haldalausir. Borðplötur eru hvítar plastlagðar. Bökunarofn, helluborð og gufugleypir eru af gerðinni AEG frá Bræðurnir Ormsson og eru það hágæða vörur frá Þýskalandi. Hreinlætistæki eru frá Tengi.
Einstakt útivistarsvæði, nálægð og útsýni yfir golfvöll GKG, stórir gluggar í alrýmum til að njóta stórbrotins útsýnis yfir Heiðmörk, stutt í verslun, skóla, sundlaug og aðra þjónustu.

Stefán Jarl
Sölufulltrúi
8929966
stefan@remax.is



Hannes Steindórs
Lögg. fasteignasali
699 5008
hannes@remax.is

RE/MAX Lind - Hlíðasmára 6 - 201 Kópavogur - Sími: 5107900 - www.remax.is

Þjónustuauglýsingar

Sími 512 5407

XPRENT -meira en allt
Hafðu samband við okkur ef þig vantar: bílamerkingar inni- og útimerkingar striga- og ljósmyndaprentun prentun á gsm hulstur límmiða á veggi texta á veggi ofl.
www.xprent.is
Xprent - Sundaborg 1 - 104 Rvk. - s. 777 2700 - xprent@xprent.is

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

Pípulagningaþjónustan
RÓ ehf
Tökum að okkur almennt viðhald og breytingar:
Miðstöðvar, gólfhita, snjóbræðslu- og neysluvatnskerfi, skólp og drenlagnir.
Reynir Lúthersson • Pípulagningameistari • Sími 868 6010
Ólafur Einarsson • Sími 780 3939

Minni tæki í miklu úrvali.
Jarðvegsþjöppur
Hjólavagnar
Valtarar
Hrærivélar
Steypusagir
Pússi-þyrlur
Vibratorar
ÁSAFL Þessi er sink-húðuð.
Hjallahraun 2 - 220 Hfj. - s. 562 3833 - www.asafl.is - asafl@asafl.is

HJÓLBARÐA GRAFARVOGS VERKSTÆÐI
- Hjólbarðaviðgerðir
- Smurþjónusta
- Bremsur
- Demparar
- Rafgeymar
- o.fl.

Gylfaflöt 3
Grafarvogi
Sími 567 4468
dekk@gummisteypa.is
GENERAL HJÓLBARÐAR

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

Eigum á lager aðalljós, afturljós og hliðarljós fyrir flestar gerðir vörubíla, höfum einnig úrval af boddý hlutum í vörubíla. Minnum einnig á varahlutaþjónustu í vörubíla og vinnuvélar.
OK VARAHLUTIR Sími: 696-1050 okspares@simnet.is

- Jarðvegsvinna
- Steypusögun
- Kjarnaborun
- Múrbrot
- Húsarif
- Öll almenn verktakavinna

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

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

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

Startarar og alternatorar
Fyrir flestar gerðir fólksbíla, jeppa, vörubíla og vinnuvéla.
Varahluta og viðgerðaþjónusta, gerum föst verðtilboð í viðgerðir
55ár í þjónustu við bíleigendur!
Ljósboginn ehf. Bíldshöfða 14 sími 553-1244
ljosboginnehf@simnet.is

Iveco
Viðgerðar- og varahlutaþjónusta
VélRás
Sími 555 6670 • www.velras.is • Álhella 4 • Álhella 8

VARAHLUTIR
Iveco • Benz • Man • Renault
Varahlutaþjónusta
VÉLANAUST ehf
Álhella 4 • Símar 555 6670 • 860 1859 • www.velanaust.is

Alla fimmtudaga og laugardaga

arnarut@365.is sigrunh@365.is

Hreingerningar

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

Málarar

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

Garðyrkja

Bókhald

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

Búslóðaflutningar

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

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

KEYPT & SELT

Til sölu

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

til sölu

Reykjavíkurborg
Umhverfis- og skipulagssvið

Óveruleg breyting á Aðalskipulagi Reykjavíkur 2010-2030

Túlkun sérstakra ákvæða um starfsemi, takmarkanir og frávik frá almennri skilgreiningu landnotkunar

Borgarráð Reykjavíkur samþykkti þann 18. september 2014, tillögu að óverulegri breytingu á Aðalskipulagi Reykjavíkur 2010-2030. Breytingin varðar túlkun á sérstökum ákvæðum um spilasali, veitingahús, gististaði og matvöruverslanir, sbr. töflur 1-4 í kaflanum Landnotkun, bls. 206-209. Með breytingunni er skerpt á orðalagi og undirstrikað að viðkomandi ákvæði eru almennt ekki afturvirk. Eftirfarandi setningu er bætt neðanmáls í viðkomandi töflur: „Ofangreind ákvæði eru ekki afturvirk. Mögulegt er að endurnýja leyfi um starfsemi sem var til staðar fyrir staðfestingu aðalskipulagsins, enda sé um óbreytta starfsemi að ræða í sama húsnæði og áður. Þetta á þó ekki við á svæðum þar sem tekið er skýrt fram í almennri skilgreiningu landnotkunar að viðkomandi starfsemi skuli vera víkjandi." Breytingin hefur ekki í för með sér breytingu á almennri stefnumörkun um viðkomandi starfsemi. Sjá nánar um tillögu á vef Reykjavíkurborgar, ***reykjavik.is***.

Aðalskipulagstillagan hefur verið send Skipulagsstofnun til staðfestingar, skv. 2. mgr. 36. gr. skipulagslaga nr. 123/2010 um óverulegar breytingar á aðalskipulagi. Þeir sem óska nánari upplýsinga geta snúið sér til Umhverfis- og skipulagssviðs Reykjavíkurborgar, Borgartúni 12-14.

Umhverfis- og skipulagssvið Reykjavíkurborgar

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

AUGLÝSING UM SKIPULAGSMÁL

Bláskógabyggð, Grímsnes-og Grafningshreppi, Hrunamannahreppi, Skeiða-og Gnúpverjahreppi, Flóahreppi og Ásahreppi

Samkvæmt 2. mgr. 36. gr. skipulagslaga nr. 123/2010 er hér kynnt niðurstaða sveitarstjórna vegna eftirfarandi óverulegra breyting á aðalskipulagi:
1. Breyting á Aðalskipulagi Grímsnes- og Grafningshrepps 2008-2020 við Ljósafosslaug. Íbúðarsvæði í stað svæðis fyrir þjónustustofnanir.
2. Breyting á Aðalskipulagi Grímsnes- og Grafningshrepps 2008-2020 á spildu úr landi Ormsstaða. Íbúðarsvæði í stað svæðis fyrir frístundabyggð.
3. Breyting á Aðalskipulagi Gaulverjabæjarhrepps 2003-2012, Flóahreppi, á spildu úr landi Ragnheiðarstaða. Landbúnaðarsvæði í stað svæðis fyrir frístundabyggð.

Samkvæmt 1. mgr. 30. gr. skipulagslaga nr. 123/2010 er hér kynntar tillögur að lýsingu eftirfarandi aðalskipulagsverkefna:
4. Breyting á Aðalskipulagi Biskupstungnahrepps 2000-2012, Bláskógabyggð, innan þéttbýlisins Reykholt. Nýr vegur að íbúðarsvæði austan grunnskóla (land Eflingar).
5. Breyting á Aðalskipulagi Biskupstungnahrepps 2000-2012, Bláskógabyggð vegna Reykjavegar. Breyting á legu og efnistökusvæði.
6. Breyting á Aðalskipulagi Biskupstungnahrepps 2000-2012, Bláskógabyggð. Norðurtún, efnistökusvæði í landi Syðri-Reykja við Brúará.

Samkvæmt 2. mgr. 30. gr. skipulagslaga nr. 123/2010 er hér kynnt tillaga að eftirfarandi breytingu á aðalskipulagi:
7. Breyting á Aðalskipulagi Biskupstungnahrepps 2000-2012 í sameignarlandi Úthlíðar, Stekkholts og Hrauntúns í Bláskógabyggð. Nýtt efnistökusvæði við Höfðaflatir.

Samkvæmt 3. mgr. 40. gr. skipulagslaga nr. 123/2010 eru hér kynntar lýsingar fyrir eftirfarandi deiliskipulagsverkefni:
8. Deilskipulag fyrir Geysissvæðið í Haukadal, Bláskógabyggð. Hverasvæði og nánasta umhverfi auk mögulegrar færslu á þjóðvegi.
9. Deilskipulag fyrir Ragnheiðarstaði 2 lnr. 222006 í Flóahreppi. Nýtt lögbýli

Samkvæmt 1. mgr. 31. gr. skipulagslaga nr. 123/2010 er hér kynntar eftirfarandi breytingar á aðalskipulagi:
10. Breyting á Aðalskipulagi Laugardalshrepps 2000-2012 í landi Austureyjar 1. Svæði fyrir verslun- og þjónustu í stað íbúðarsvæðis.
11. Breyting á Aðalskipulagi Skeiða- og Gnúpverjahrepps 2004-2016. Stækkun Búrfellsvirkjunar.
12. Breyting á Aðalskipulagi Laugardalshrepps 2000-2012 í landi Lækjarhvamms. Smávirkjun.

Samkvæmt 1. mgr. 41. gr. skipulagslaga nr. 123/2010 eru hér kynntar tillögur að eftirfarandi deiliskipulagsáætlunum:
13. Deiliskipulag fyrir frístundabyggðina Lambhagi úr landi Ölfusvatns við Þingvallavatn, Grímsnes- og Grafningshreppi.
14. Deiliskipulag 7 íbúðarhúsalóða úr landi Króks í Ásahreppi. Svæði sem kallast Miðmundarholt. Endurauglýsing.
15. Breyting á deiliskipulagi frístundabyggðarinnar Vaðholt úr landi Ormsstaða. Frístundalóðir breytast í lögbýli.
16. Breyting á deiliskipulagi frístundabyggðarinnar Illagil í landi Nesja í Grímsnes- og Grafningshreppi. Skilmálabreyting.
17. Deiliskipulag smávirkjunar í landi Lækjarhvamms í Bláskógabyggð.
18. Breyting á deiliskipulagi Austureyjar I og III í Bláskógabyggð. Lóð fyrir hótel/gistihús í stað íbúðarlóða.

Ofangreindar skipulagstillögur liggja frammi til kynningar á skrifstofu skipulagsfulltrúa, Dalbraut 12, Laugarvatni á skrifstofutíma frá 9-16. Að auki er hægt að nálgast nánari lýsingu á tillögunum og tillögurnar sjálfar á vefslóðinni **http://www.granni.is/uppsveitirogfloahr/auglysingar.htm.**

Skipulagstillögur nr. 4 – 9 eru í kynningu frá 2. til 23. október 2014 en tillögur nr. 10 - 18 frá 2. október til 14. nóvember 2014. Athugasemdir og ábendingar við tillögur nr. 4 - 9 þurfa að berast skipulagsfulltrúa í síðasta lagi **23. október 2014** en **14. nóvember** fyrir tillögur nr. 10 - 18. Athugasemdir og ábendingar skulu vera skriflegar.

Pétur Ingi Haraldsson
Skipulagsfulltrúi
petur@sudurland.is

VINSÆLU STRETS GALLABUXURNAR KOMAR AFTUR !
Verð 7.990,- margir litir, stærðir 34-50 Bolur 4.990,- magir litir mörg munstur Kimano 5.990,- Erum á facebook Súpersól Hólmaseli 2 Seljahverfi 567-2077 587-0077 Opið 10-22 alla virka daga Laugardaga 12-18

Óskast keypt

STAÐGREIÐUM OG LÁNUM ÚT Á: GULL, DEMANTA, VÖNDUÐ ÚR OG MÁLVERK!
Hringar, hálsmen, armbönd, Rolex, Cartier, Patek Philippe o.fl. Hringdu núna og fáðu tilboð þér að kostnaðarlausu! www.kaupumgull.is
Opið mán - lau 11-17, Kringlan - 3. hæð (Hagkaupsmegin)
Upplýsingar í síma 661 7000

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

Sjónvarp

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

Heilsuvörur

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

Nudd

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

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

Ökukennsla

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

Húsnæði í boði

HERBERGI Í 101!
Til leigu fullbúið herbergi í miðbæ Rvk. Aðgangur að baði, eldhúsi, þvottahúsi og fríu interneti. Laus strax. Á besta stað í bænum.
Upplýsingar í síma 661 7015 og 898 8685.

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

Fully furnished room for rent, 101 Rvk, with access to kitchen, bathroom, washing machine, internet. Tel. +3546921681

Nýtt raðhús á völlum í Hfj. til leigu 3 svefnherb., 190 fm. Laust nú þegar. Engin gæludýr leyfð. Uppl. í s. 893 9777.

Til leigu 2ja herb. íbúð, ca. 80 fm, m.garði Kringlusvæði. Leiga 160þ. Leigist aðeins mjög traustum aðilum, m.tryggingar og meðm. Uppl. sendist á vel@simnet.is

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

SKRIFSTOFUHERBERGI
Til leigu í góðu húsnæði á sv. 105 Reykjavík. Verð frá 35-60 þús. Uppl. í s. 840 0699

Geymsluhúsnæði

GEYMSLUHÚS.IS
Hjólhýsi, húsbílar, fellihýsi, tjaldvagnar, bílar, upph, húsnæði. Uppl, í síma 770-5144

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

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.

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

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

Atvinna í boði

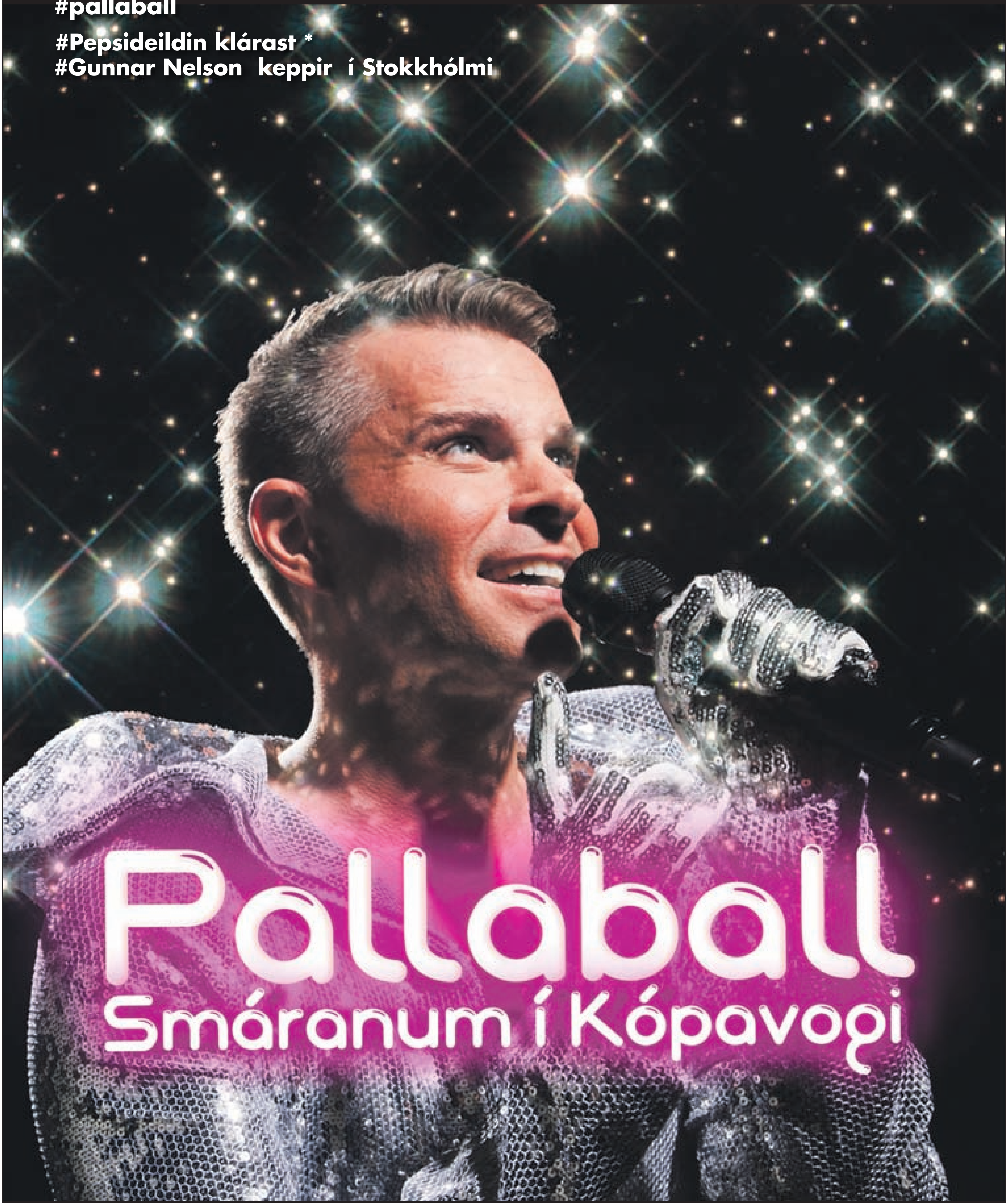
MOSFELLS BAKARÍ

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

Starfsmaður óskast á hjólbarðaverkstæði, helst vanur. Uppl í s: 899-6508

Einkamál

RISA STÓRT KVÖLD



laugardagskvöldið 4. október Húsið opnar kl 22:00

Þú lætur þig ekki vanta á eitt stærsta ball ársins, ALVÖRU PALLABALL

miðasala hafin á miði.is

MERKISATBURÐIR

1786 Oddur Gíslason prestur á Miklabæ hverfur og er afturgöngunni Miklabæjar-Solveigu kennt um.

1801 Konungur úrskurðar að landið skuli allt eitt biskupsdæmi og biskupsstóllinn á Hólum er lagður niður.

1940 Áfengisskömmtun er tekin upp á Íslandi og er skammtur karlmanns 4 hálfflöskur á mánuði af sterkum drykkjum en kvenna helmingur þess.

1960 Ísafjarðarflugvöllur er tekinn í notkun.

1996 Eldgos brýst út í Gjálp.

2007 Sjónvarpsstöðin ÍNN tekur til starfa.

2010 Héðinsfjarðargöng eru vígð.

AFMÆLISBARNIÐ OG FRÚIN „Ég hef verið alveg sérdeilis kvenheppinn um dagana," segir Sigurður dýralæknir sem hér er með seinni konu sinni, Ólöfu Erlu Halldórsdóttur. MYND/ÚR EINKASAFNI

Ferðast norður í land í félagsskap hrútavina

Sigurður Sigurðarson dýralæknir er sjötíu og fimm ára í dag. Hann og kona hans halda upp á það með ferðalagi í hópi hrútavina áleiðis í Þistilfjörð með sauðinn Gorba á safn.

„Ég hef nóg að gera og er ekkert farinn að eldast," segir hinn sjötíu og fimm ára Sigurður Sigurðarson dýralæknir hress. Hann er að leggja upp í ferð með glöðum hópi norður í land. „Við hjónin ætlum með hrútavinafélaginu Örvari norður í Þistilfjörð. Erindið er að koma uppstoppaða sauðnum Gorba á forystufjársetrið á Svalbarði sem hann Daníel Hansen opnaði í sumar. Þetta er rútuferð og einir 25 þátttakendur. Þeir sem standa fyrir þessu eru Björn Ingi Bjarnason, formaður hrútavinafélagsins, og Guðni Ágústsson, en Gorbi er frá Brúnastöðum eins og hann."

Sigurður segir marga viðkomustaði á leiðinni. „Fyrst verður stoppað í Höfða þar sem leiðtoginn Gorbatsjov mætti á sínum tíma. Þangað kemur, að mér er sagt, rússneski sendiherrann til að kveðja þennan höfðingja."

Á Sauðárkróki hefur Sigurður grun um eitthvert sprell í tilefni afmælis hans en gist verður á sjálfum Hólastað. Séra Sólveig Lára mun opna dómkirkjuna fyrir hrútavinum á morgun og þar ætlar Sigurður að kveða til dýrðar Hallgrími Péturssyni úr Passíusálmunum, enda afmælisár hjá báðum. Hann býst við að Gorbi verði borinn inn á hverjum stað og stökkt á hann eilífu vatni. „Ætli ég fari ekki með vatn úr Maríubrunninum á Keldum? Það hefur lækningamátt og hver veit nema hægt verði að kveikja líf með því," segir dýralæknirinn andaktugur þó hláturinn kraumi undir niðri.

Árleg hrútahátíð með uppboði og markaðsstemningu verður á Raufarhöfn um helgina og þangað stefnir flokkurinn, með Níels Árna Lund sem sérlegan leiðsögumann um Þingeyjarsýslur.

Þeir sem þekkja Sigurð vita að hann er söngelskur maður. „Ég hef enn gaman af að kveða og ætla hvar sem við komum að kenna mönnum að minnsta kosti eina stemmu," heitir hann.

Annars er hann að ganga frá síðustu myndum í minningabókina Sigurður dýralæknir númer 2. Hún á að koma út í afmælismánuðinum og enn er hægt að skrifa sig á heillaóskalista. „En ég var of duglegur að skrifa og varð að henda út heilum kafla um presta sem var afskaplega slæmt því þeir eru mínir uppáhaldsmenn," segir hann. „Hreindýrin lentu út í kuldanum líka."

gun@frettabladid.is

GORBI KLÁR Siggeir Ingólfsson og Magnús Ásgeirsson hjálpa Gorba af stað. MYND/BJÖRN INGI BJARNASON

> **Ég hef enn gaman af að kveða og ætla hvar sem við komum að kenna mönnum að minnsta kosti eina stemmu.**

✝

Ástkær eiginmaður, faðir, tengdafaðir, afi og langafi,

KRISTJÁN ÞÓR HANSEN
málarameistari,
Hólavegi 11, Sauðárkróki,

lést 30. september. Jarðarförin auglýst síðar.

Sigurbjörg Egilsdóttir
börn, tengdabörn, barnabörn og barnabarnabarn.

✝

Ástkær eiginmaður minn, faðir, tengdafaðir, afi og langafi,

HÖRÐUR HJARTARSON
frá Seyðisfirði,
til heimilis að Skipholti 43, Reykjavík,

lést á hjartadeild Landspítalans 22. september. Útförin fer fram frá Fossvogskirkju þann 7. október kl. 13.
Blóm og kransar eru afþökkuð en þeim sem vilja minnast hans er bent á Blindrafélagið í Reykjavík.

Sigfríð Hallgrímsdóttir
Bjarndís Harðardóttir
Valur Harðarson — **Þuríður Höskuldsdóttir**
Hjörtur Harðarson — **Mimie Fríða Libongcogon**
Hallgrímur Harðarson — **Anna Guðbjörg Sigmarsdóttir**
Helena Harðardóttir
barnabörn og barnabarnabörn.

✝

Ástkær eiginmaður minn, faðir, tengdafaðir, afi og langafi

JÓNATAN SVEINSSON
hæstaréttarlögmaður,
Álfkonuhvarfi 59, Kópavogi,

lést á hjúkrunarheimilinu Sóltúni mánudaginn 29. september.

Nanna Jónasdóttir
Hróbjartur Jónatansson — **Valgerður Jóhannesdóttir**
Sveinn Jónatansson — **Brynja Ólafsdóttir**
Jónas Jónatansson — **Anna Margrét Tómasdóttir**
barnabörn og barnabarnabörn.

✝

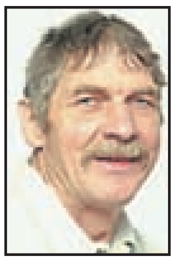
Ástkær móðir okkar, tengdamóðir, amma og langamma,

LÁRA MARGRÉT BENEDIKTSDÓTTIR
Eiðismýri 30, Seltjarnarnesi,

lést 25. september. Útförin fer fram frá Seltjarnarneskirkju mánudaginn 6. október kl. 11.00.

Jón Karlsson — **Ingrid Karlsson**
Áslaug Lára Jónsdóttir — **Scott Lamb**
Axl, Lilý
Birgitta Sif Jónsdóttir — **Bergþór Ásgeirsson**
Sóley Sif, Salka Sif
Louise Karlsson Jónsdóttir
Deisa G. Karlsdóttir — **Tommy Holl**
Hanna Närhi

✝



Ástkær eiginmaður, faðir og afi,

HILMAR ÁGÚSTSSON
Miðvangi 102, Hafnarfirði,

lést á líknardeild Landspítalans 22. sept. sl. Útförin hefur farið fram í kyrrþey að ósk hins látna.

Bryndís Ólafsdóttir
Ágúst Hilmarsson — **Berglind Sigurðardóttir**
og barnabörn.

✝

Ástkær eiginkona mín, móðir, tengdamóðir og amma,

SJÖFN ZOPHANÍASDÓTTIR
leikskólakennari,

lést laugardaginn 27. september.
Útförin fer fram frá Dómkirkjunni í Reykjavík föstudaginn 3. október kl. 13.

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

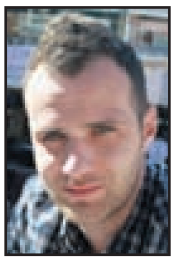
✝

Eiginkona mín, móðir okkar, tengdamóðir og amma,

ÁSTA ÞÓRGUNNUR HALLDÓRSDÓTTIR ALEXANDER

lést á heimili sínu í Skotlandi föstudaginn 12. september sl. Útförin hefur farið fram.

John Alexander
Dora Christine Howes — **Graham Howes**
Shirley Marie Stone — **David Stone**
Caroline, Amanda, Alexander og Rebecca.



Ástkær unnusti minn og faðir, sonur og tengdasonur, bróðir, barnabarn og vinur,

GUÐMUNDUR SKÚLI GUÐMUNDSSON

lést laugardaginn 27. september.
Jarðarför verður auglýst síðar.

Birna Björg Salómonsdóttir
Baltasar Guðmundsson
Salómon Viðar Reynisson — **Hanna Íris Guðmundsdóttir**
Þóra Lind Karlsdóttir — **Guðmundur Hjörtur Einarsson**
systkini, vinir og aðrir aðstandendur.

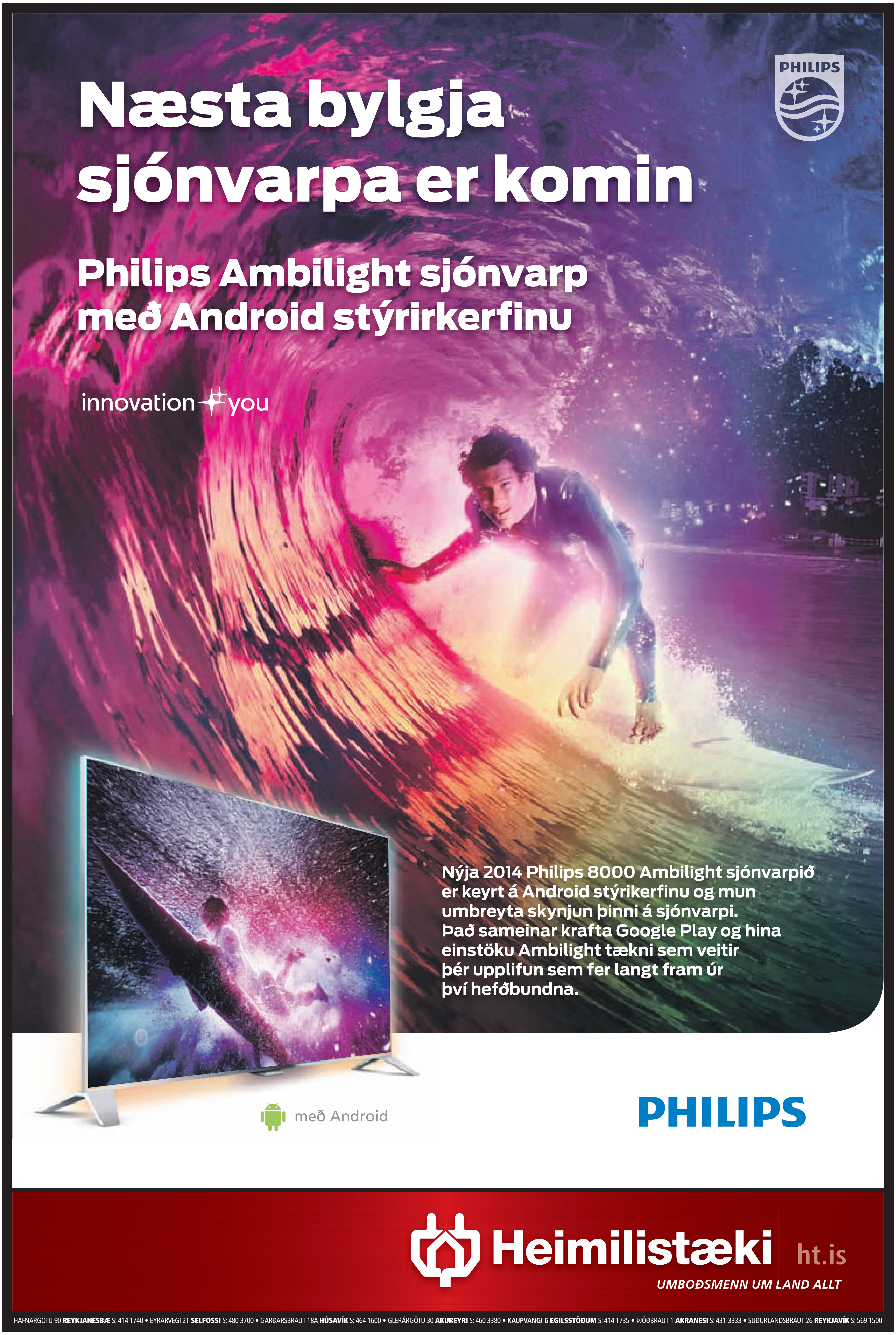
✝

Ástkær faðir okkar, tengdafaðir, afi og langafi,

BERNÓTUS KRISTJÁNSSON
skipstjóri,
Lækjasmára 4, Kópavogi,

lést á Landspítalanum við Hringbraut mánudaginn 29. september sl. Jarðarförin fer fram frá Bústaðakirkju fimmtudaginn 9. október kl. 13.00.

Ingunn Bernótusdóttir — **Guðmundur Skúli Viðarsson**
Kristján Þór Bernótusson — **Svava María Martinsdóttir**
Vilborg Lofts — **Ásgeir Ásgeirsson**
afabörn og langafabarn.


PHILIPS
Næsta bylgja sjónvarpa er komin
Philips Ambilight sjónvarp með Android stýrirkerfinu
innovation + you
Nýja 2014 Philips 8000 Ambilight sjónvarpið er keyrt á Android stýrikerfinu og mun umbreyta skynjun þinni á sjónvarpi. Það sameinar krafta Google Play og hina einstöku Ambilight tækni sem veitir þér upplifun sem fer langt fram úr því hefðbundna.
með Android
PHILIPS
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

KL. 22:55
Person of Interest
Magnaður spennuþáttur sem fjallar um fyrrverandi leigumorðingja hjá CIA og dularfullan vísindamann sem koma í veg fyrir glæpi í New York.

Fjölbreytt fimmtudagskvöld

KL. 20:20
Sósa og salat
Friðrik Dór stýrir skemmtilegum þáttum í anda Diners, Drive-ins and Dives sem hafa notið mikilla vinsælda.

KL. 20:40
Masterchef USA
Stórskemmtilegir matreiðsluþættir með Gordon Ramsay í forgrunni.

KL. 22:10
The Blacklist
James Spader er hér í hlutverki Raymonds Reddington, sem var efstur á lista bandarískra yfirvalda yfir eftirlýsta glæpamenn.

KL. 20:15
Two and a Half Men
Bráðskemmtileg gamanþáttaröð með Charlie Sheen í aðalhlutverki.

Krakkastöðin | KL. 19:00
Kalli á þakinu
Það er krakkabíó alla daga á Krakkastöðinni, nú er það Kalli á þakinu sem ætlar að skemmta börnunum.

KL. 20:10
X Factor UK
Einn vinsælasti þáttur veraldar er loksins kominn til Íslands. Simon Cowell, Mel B, Cheryl Cole og Louis Walsh skipa dómnefndina.

Fáðu þér áskrift! 365.IS

SUDOKU

LÉTT

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

MIÐLUNGS

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

ÞUNG

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

LAUSN SÍÐUSTU SUDOKU

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

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

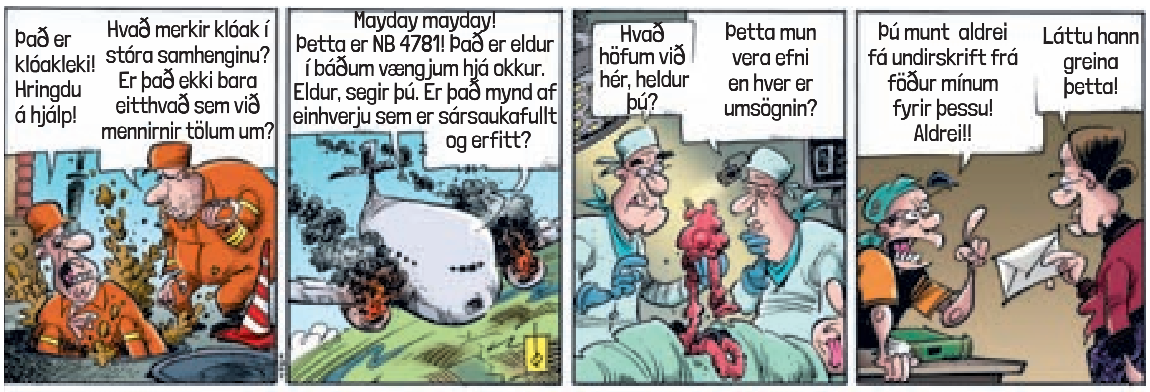
5	2	6	9	3	7	1	4	8
8	7	3	4	1	2	9	5	6
9	1	4	5	6	8	2	7	3
6	5	9	3	7	1	4	8	2
7	8	1	2	4	6	5	3	9
3	4	2	8	5	9	6	1	7
2	3	7	1	9	4	8	6	5
1	9	5	6	8	3	7	2	4
4	6	8	7	2	5	3	9	1

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.

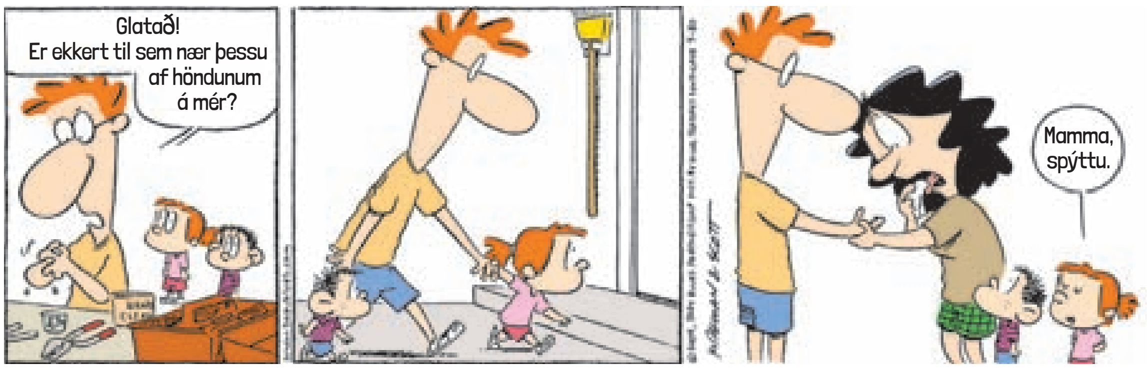
Myndasögur

PONDUS Eftir Frode Øverli



GELGJAN Eftir Jerry Scott & Jim Borgman

BARNALÁN Eftir Jerry Scott & Rick Kirkman



SPAKMÆLI DAGSINS

„Það er virkilega góð tilfinning þegar maður leggur hart að sér til að ná vissu markmiði og nær því.“

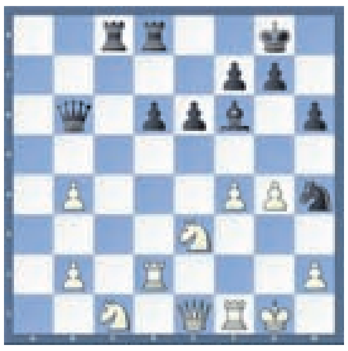
Derek Jeter

SKÁK

Gunnar Björnsson

Christopher Vogel (2.011) átti leik gegn Jóni Þór Helgasyni (1.681) í þriðju umferð b-flokks Haustmóts TR.

Svartur á leik:



29. ... Hxc1! 30. Dxc1 Dxe3+ 31. Kh1 (31. Hdf2 Dxc1 32. Hxc1 Bd4) **31. ... De4+.** Hvítur gafst upp enda mát eftir 32. Kg1 Bd4+ 33. Hxd4 Dg2#. Björn Hólm Birkisson er efstur í b-flokki.

www.skak.is: Fyrsta deild Íslandsmótsins skákfélaga hefst í kvöld.

KROSSGÁTA

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

LÁRÉTT
2. sæti, **6.** stefna, **8.** stórt ílát, **9.** farfa, **11.** svörð, **12.** krapi, **14.** ljúka, **16.** átt, **17.** stjórnarumdæmi, **18.** nögl, **20.** í röð, **21.** grein.

LÓÐRÉTT
1. æðaslag, **3.** eftir hádegi, **4.** fax, **5.** arinn, **7.** heimting, **10.** samræða, **13.** eldur, **15.** þefja, **16.** hallandi, **19.** hljóm.

LAUSN
LÁRÉTT: 2. sess, **6.** út, **8.** hít, **9.** lit, **11.** mó, **12.** slabb, **14.** klára, **16.** sa, **17.** lén, **18.** kló, **20.** fg, **21.** álma.
LÓÐRÉTT: 1. púls, **3.** eh, **4.** símbréf, **5.** stó, **7.** tilkall, **10.** tal, **13.** bál, **15.** anga, **16.** ská, **19.** óm.

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
-35.000
114.990
VERÐ ÁÐUR 149.990
-20.000
49.990
VERÐ ÁÐUR 69.990
-30.000
99.990
VERÐ ÁÐUR 129.990
-44%
4.990
VERÐ ÁÐUR 8.990
-90.000
189.990
VERÐ ÁÐUR 279.990
-28%
12.990
VERÐ ÁÐUR 17.990
-33%
59.990
VERÐ ÁÐUR 89.990
-50.000
199.990
VERÐ ÁÐUR 249.990
-30.000
139.990
VERÐ ÁÐUR 169.990
tl.is
-38%
7.990
VERÐ ÁÐUR 12.990
-22%
6.990
VERÐ ÁÐUR 8.990
-26%
19.990
VERÐ ÁÐUR 26.990
-7.000
27.990
VERÐ ÁÐUR 34.990
TÖLVU LISTINN
Heimilistæki
Birt með fyrirvara um innsláttarvillur og verðbreyt.
REYKJAVÍK SUÐURLANDSBRAUT 26 Sími 414 1700
AKUREYRI GLERÁRGÖTU 30 Sími 414 1730
HÚSAVÍK GARÐARSBRAUT 18A Sími 464 1600
EGILSSTAÐIR KAUPVANGI 6 Sími 414 1735
KEFLAVÍK HAFNARGÖTU 90 Sími 414 1740
SELFOSS AUSTURVEGI 34 Sími 414 1745
AKRANES ÞJÓÐBRAUT 1 SÍMI 431 3333
HAFNARFJÖRÐUR REYKJAVÍKURVEGI 66 Sími 414 1750

HALLFRÍÐUR ÞÓRA TRYGGVADÓTTIR „Þetta er samstarf leikhúslistamanna sem stýrt er frá London og er vonandi upphafið að einhverju skemmtilegu.“ MYND: ALEX BERGMANN

Hvað er leikrit?

Fjölþjóðlega leiklistarhátíðin All Change Festival verður haldin um helgina. Hátíðin fer fram samtímis í fimm borgum en miðstöð hennar í Reykjavík verður í Tjarnarbíói og stjórnandi hátíðarinnar hér er Hallfríður Þóra Tryggvadóttir.

„Hátíðin fer fram á laugardag og sunnudag í Tjarnarbíói í Reykjavík og samtímis í fjórum öðrum borgum. Þetta er samstarf leikhúslistamanna sem stýrt er frá London og er vonandi upphafið að einhverju skemmtilegu,“ segir Hallfríður Þóra Tryggvadóttir, stjórnandi All Change Festival í Reykjavík. Hinar borgirnar þar sem hátíðin fer fram eru London, Augsburg, New York og New Orleans.

Hallfríður segir þá sem að hátíðinni koma vinna með það að leiðarljósi að vekja athygli á performansleikhúsi. „Við erum að velta því fyrir okkur hvað leikrit sé og hvort dramatískur texti þurfi endilega að vera þungamiðja þess,“ segir Hallfríður. „Þetta þema kemur fram í ólíkum birtingarmyndum í þessum fimm borgum en alls staðar er unnið hljóðverk út frá viðkomandi borg. Hljóðverkið á All Change Festival í Reykjavík fjallar um Hallgrímskirkju og er eftir Ragnheiði Hörpu Leifsdóttur. Fólk getur hlustað á það í sérstökum turni sem er í Tjarnarbíói en það verður líka aðgengilegt á heimasíðu sem verður auglýst síðar.“

All Change Festival er hluti af bresku hátíðinni Fun Palaces og samstarfsmenn á alþjóðavísu eru listamennirnir eða listhóparnir Firehouse Creative Productions í London, Bluespots Productions í Augsburg, NEW NOISE í New Orleans og Lucy Jackson og Lisa Szolovits í New York. Í Reykjavík verður fjölbreytt dagskrá þar sem meðal annars verða sýnd leikverkin Kameljón, Haraldurinn og Róðarí, auk þess sem sýnt verður úr verki í vinnslu, sýningunni Strengjum sem verður frumsýnd í lok október. Dagskránni lýkur svo með pallborðsumræðum á sunnudagskvöld. „Þær munu fjalla um þessa spurningu: hvað leikrit sé og þar mun Sigríður Lára Sigurjónsdóttir, sem er að ljúka doktorsverkefni í bókmenntafræði með áherslu á leikhús, fjalla um muninn á dramatísku og póstdramatísku leikhúsi. Síðan munu nokkrir listamenn, þau Álfrún Örnólfsdóttir, Friðgeir Einarsson og Hrund Ólafsdóttir, fjalla um eigin leikhússköpun, Símon Birgisson ræðir spurninguna hvað er leikrit? og að endingu mun Una Þorleifsdóttir segja frá kennslu og aðferðum sem beitt er á sviðshöfundabraut LHÍ. Þetta ættu að verða rosalega fróðlegar umræður,“ segir Hallfríður. „Og ég hvet alla sem hafa áhuga á íslensku leikhúsi til að mæta og taka þátt í þeim.“

Við erum að velta því fyrir okkur hvað leikrit sé og hvort dramatískur texti þurfi endilega að vera þungamiðja þess.

Upplýsingar um dagskrána má meðal annars nálgast á Facebooksíðu hátíðarinnar, allchangefestivalreykjavik, og á heimasíðum Tjarnarbíós og Bókmenntaborgarinnar.

fridrikab@frettabladid.is

Þráhyggja fyrir leiðbeiningum

Rakel McMahon opnar sýninguna Red Direction í Týsgalleríi í dag.

Rauði þráðurinn, í bókstaflegri merkingu, í þessari sýningu er þráhyggja og sýningin er öll rauð,“ segir Rakel McMahon um sýninguna Red Direction sem hún opnar í Týsgallerii í dag klukkan 17.

„Ég hef mikið verið að sanka að mér leiðbeiningum af ýmsum toga síðustu árin; flugvélaleiðbeiningum frá ýmsum flugfélögum, klassískum IKEA-leiðbeiningum, sem hafa reynst mér erfiðar, og fleiru. Kveikjan að sýningunni er að ég hef átt mjög erfitt með að fara eftir svona leiðbeiningum, þannig að mín leið er að rýna í þessar skýringarmyndir sem í þeim eru, skoða listgildi þeirra og setja þær í nýtt samhengi.“

Titill sýningarinnar er Red Direction og auk teikninganna verður flutt tónverk eftir eiginmann Rakelar, Einar Tönsberg. „Hljóðverkið gefur tóninn fyrir sýninguna,“ segir Rakel.

„Það er með texta og tvíræðni titils sýningarinnar er áberandi í honum.“

FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

RAKEL MCMAHON „Kveikjan að sýningunni er að ég hef átt mjög erfitt með að fara eftir svona leiðbeiningum.“

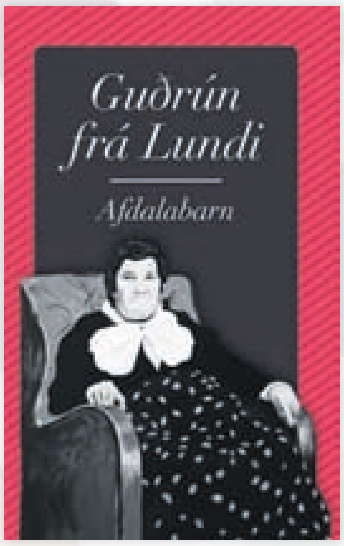
Rakel hefur unnið mikið með kynhlutverk og staðalímyndir í verkum sínum og segir að það þema sé undirliggjandi í þessari sýningu líka, þótt það sé ekki útgangspunkturinn.

- fsb

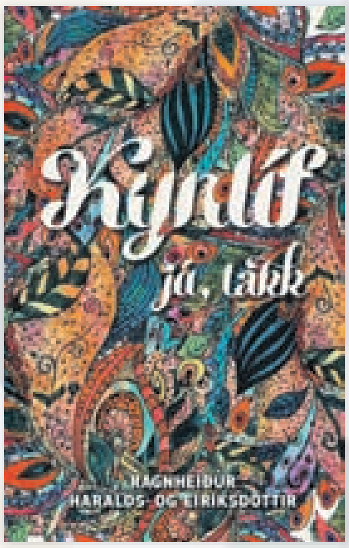
Markaðstorg
frá fimmtudegi til sunnudags
IKEA
Það verður markaðsstemmning í IKEA frá fimmtudegi til sunnudags. Við rýmum til á lagernum og setjum upp markaðstorg. Þú getur gert frábær kaup á völdum vörum, bæði **smávöru og húsgögnum**.
20% aukaafsláttur er af öllum vörum úr Umbúðalaust. Komdu og gerðu frábær kaup!
JAFNLAUNA-VOTTUN VR
Verslun opin **11-21 alla daga** - Veitingastaður opinn 9:30-20:30 - **www.IKEA.is**
IKEA®
© Inter IKEA Systems B.V. 2012

MEISTARAR LESA Í OKTÓBER!

OKT. BÓK MÁNAÐARINS



Afdalabarn
Vildarverð: 3.799.-
Verð áður: 4.699.-



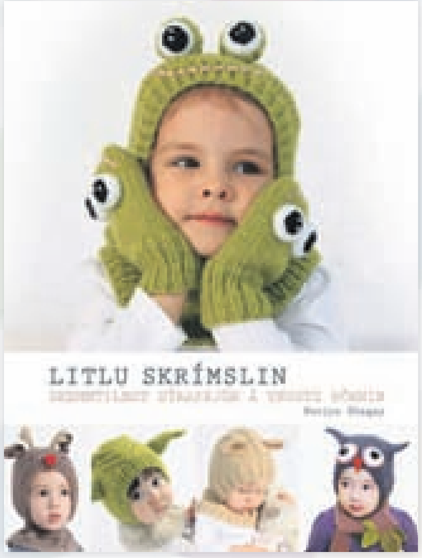
Kynlíf já takk
Vildarverð: 2.969.-
Verð áður: 3.299.-

Góð næring, betri árangur
Vildarverð: 6.299.-
Verð áður: 6.999.-

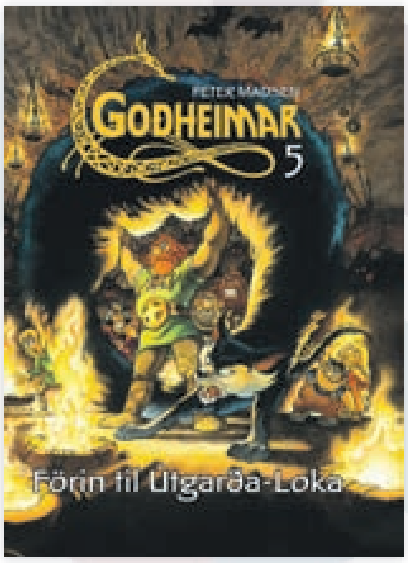
Handan minninga
Vildarverð: 3.199.-
Verð áður: 3.999.-

Kolvetnasnauðir hversdagsréttir
Vildarverð: 3.599.-
Verð áður: 3.999.-

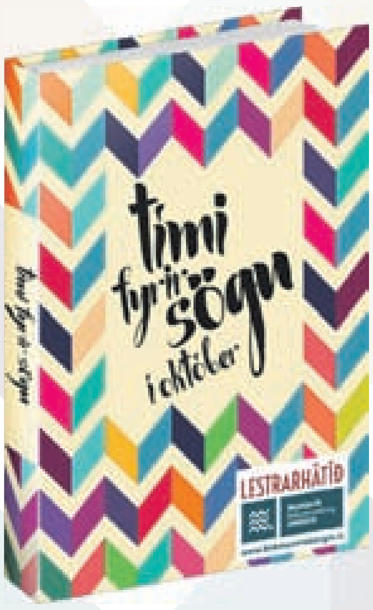
Verum græn
Vildarverð: 3.149.-
Verð áður: 3.499.-



Litlu skrímslin
Vildarverð: 4.049.-
Verð áður: 4.499.-



Goðheimar 5
Vildarverð: 2.699.-
Verð áður: 2.999.-



Lestrarhátíð í Bókmenntaborg!

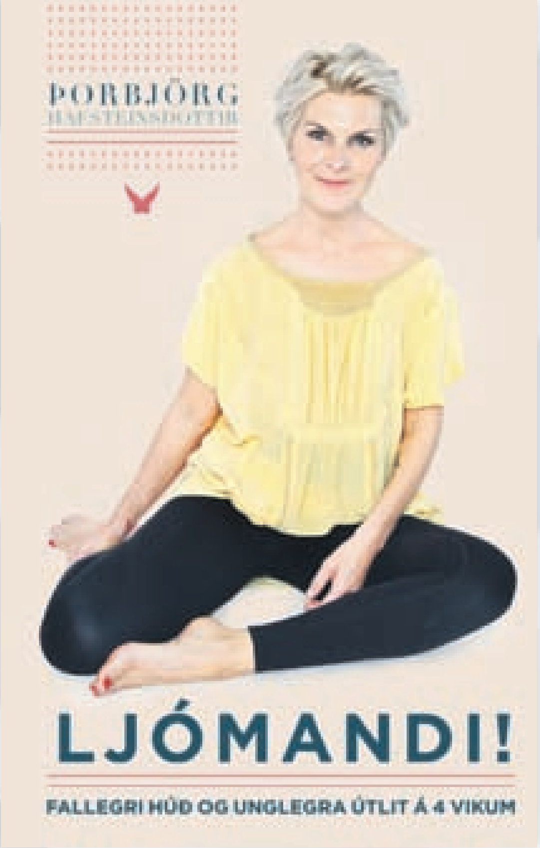
Þann 1. október hefst Lestrarhátíð í Bókmenntaborg og verður henni haldið úti allan mánuðinn með fjölbreyttri og lifandi dagskrá. Skoðaðu dagskrána á **bokmenntaborgin.is**

VILDARKLÚBBUR EYMUNDSSON

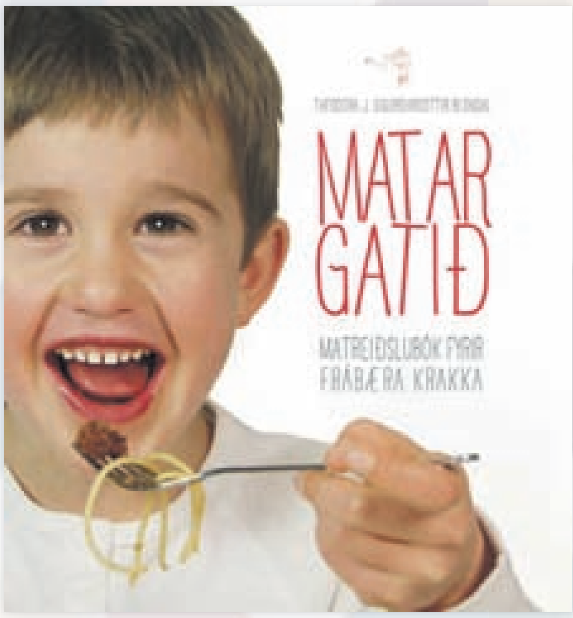
5% afsláttur af ÖLLUM VÖRUM einnig tilboðum

NÝ VERSLUN LAUGARVEGI 77

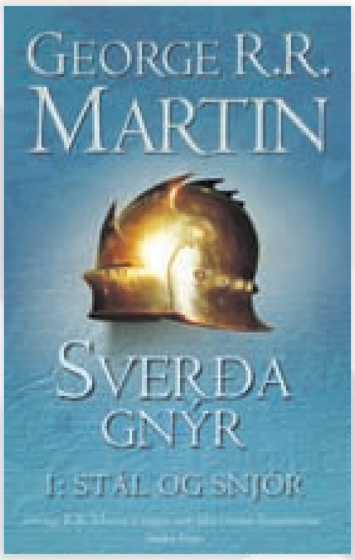
Skaraðu fram úr
Vildarverð: 3.599.-
Verð áður: 3.999.-



Ljómandi
Vildarverð: 4.409.-
Verð áður: 4.899.-



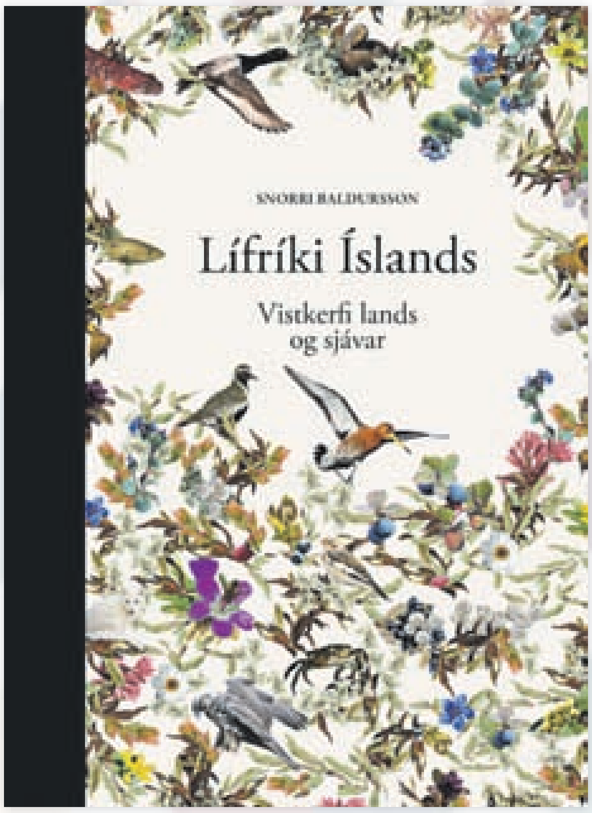
Matargatið
Vildarverð: 4.499.-
Verð áður: 4.999.-



Sverðagnýr
Vildarverð: 3.149.-
Verð áður: 3.499.-

Frozen matreiðslubókin
Vildarverð: 3.599.-
Verð áður: 3.999.-

Kjaftað um kynlíf
Vildarverð: 4.139.-
Verð áður: 4.599.-



Lífríki Íslands
Vildarverð: 15.299.-
Verð áður: 16.999.-

Kvíðasnillingarnir
Vildarverð: 2.969.-
Verð áður: 3.299.-

Þegar dúfurnar hurfu
Vildarverð: 2.969.-
Verð áður: 3.299.-

Segulskekkja
Vildarverð: 2.969.-
Verð áður: 3.299.-

Jóga fyrir alla
Vildarverð: 4.139.-
Verð áður: 4.599.-

Ævintýraferð fakírsins
Vildarverð: 2.969.-
Verð áður: 3.299.-

Austurstræti 18
Skólavörðustíg 11
Laugavegi 77
Hallarmúla 4

Álfabakka 14b, Mjódd
Kringlunni norður
Kringlunni suður
Smáralind

Hafnarfirði - Strandgötu 31
Keflavík - Sólvallagötu 2
Akureyri - Hafnarstræti 91-93
Akranesi - Dalbraut 1

Ísafirði - Hafnarstræti 2
Vestmannaeyjum - Faxastíg 36
Leifsstöð

Penninn Eymundsson

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

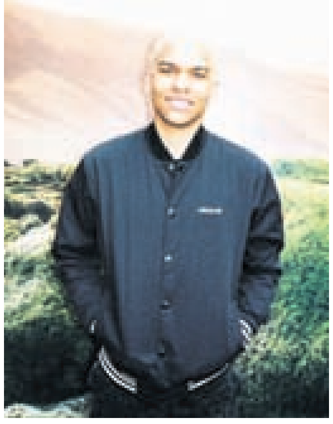
Vöruúrval mismunandi eftir verslunum. Gildistími afsláttar er frá 2. október, til og með 5. október. Afsláttur á bók mánaðarins gildir út október. Upplýsingar eru birtar með fyrirvara um villur og myndabrengl.

Tónleikar tvö hjá Una Stefson

„Það verður vonandi þrusustuð,“ segir Uni Stefson, betur þekktur sem Unnsteinn Manuel Stefánsson, söngvari Retro Stefson, en hann kemur fram á öðrum sólótónleikum sínum í kvöld á skemmtistaðnum Boston. Þetta mun vera live-kvöld Funkþáttarins á X-inu FM 97,7 en þátturinn sendir tónleikana út í beinni klukkan 23.

„Stuttskífan er nýkomin út og þetta eru bara tónleikar númer tvö,“ segir Unnsteinn en hann er nú í fullu fjöri við að kynna fyrstu útgáfu sína, EP1, sem kom út hjá útgáfufélagi Retro Stefson, Les Fréres Stefson, í þessari viku. „Þannig að þetta verður eitthvað hæp!“

Tónleikarnir hefjast upp úr klukkan 22 og er frítt inn. - þij



UNI STEFSON Heldur sólótónleika í kvöld á Boston.

ÞRIÐJA HÆÐIN Rapp af ýmsu tagi verður á boðstólum í kvöld.

Súper hipphoppveisla

Valby-bræður, Þriðja hæðin og fleiri halda skopparapartí á Gauknum í kvöld.

„Við erum alveg súperstemmdir fyrir þessu. Við munum frumflytja heilan helling af nýjum lögum sem verða á væntanlegri plötu,“ segir Jóhann Dagur Þorleifsson eða Jói Dagur, meðlimur rapphópsins Þriðju hæðinnar en í kvöld verður hipphoppveisla á Gauknum. „Það er frír bjór og læti. Þetta verður súper hipphoppparti.“

Valby-bræður munu einnig taka ný lög en þeir eru meðlimir í „krúi“ Blaz Roca eða Erps Eyvindarsonar, Klan Roca. Síðan munu trylla lýðinn Alexander Jarl og Guðmundur FT úr krúinu Villta vestrið sem „reppar“ Vesturbæinn, rapphljómsveitin MC Bjór & Bland sem spilar á hljóðfæri en ekki bara taktmaskínur og Kíló, sem hefur verið að rappa á ensku í mörg ár og er „andlit íslensks hipphopps í Keflavík“ að sögn Jóa Dags.

Tónleikarnir hefjast klukkan 20.00, það verður 18 ára aldurstakmark og frítt inn. Það eru engin skilyrði sett upp með klæðaburð en mælst er til að menn mæti í hettupeysum og með bakpoka að hefðbundnum íslenskum skopparasið. - þij

> **Við erum alveg súperstemmdir fyrir þessu. Við munum frumflytja heilan helling af nýjum lögum sem verða á væntanlegri plötu.**

FIMMTUDAGUR

HVAÐ? HVENÆR? HVAR?

FIMMTUDAGUR 02. OKTÓBER 2014

Tónleikar

19.30 Píanómeistarinn Evgeny Kissin leikur í fyrsta sinn með Sinfóníuhljómsveit Íslands í Eldborgarsal Hörpu í kvöld. Hann spilar með Vladimir Ashkenazy sem vart þarf að kynna fyrir Íslendingum. Þeir munu spila Sinfóníu nr. 3 eftir Johannes Brahms og píanókonsert nr. 2 eftir Sergej Rakhmanínov. Verð frá: 3.400 kr. til 7.900 kr.

20.00 Hipphopptónleikar á Gauknum í kvöld. Valby bræður, Þriðja hæðin, Alexander Jarl og Guðmundur Ft, MC Bjór og Bland og Kilo koma fram. 18 ára aldurstakmark og frítt inn. Ókeypis bjór á krana á meðan birgðir endast.

20.00 The Marel Blues Band spilar á Café Flóru í Laugardalnum í kvöld.

20.00 Ingibjörg Guðjónsdóttir sópransöngkona, Arnhildur Valgarðsdóttir píanóleikari og Trausti Ólafsson, leiklistarfræðingur og þýðandi, efna til söng- og ljóðakvölds í Hljóðbergi á Grundarstíg 10. Ingibjörg og Arnhildur frumflytja þýðingu Trausta á ljóðaflokknum On this Island eftir W. H. Auden við tónlist Benjamins Britten. Þær flytja einnig lög og texta eftir íslenska höfunda og Trausti les þýðingu Magnúsar Ásgeirssonar á ljóðinu Ferð til Íslands eftir Auden. 2.000 krónur inn.

21.00 Tónlistarmennirnir Felix Bergsson og Hlynur Ben hafa haldið tónleika víðs vegar um landið undanfarið. Í kvöld spila þeir í Vatnasafninu. Þeir Hlynur og Felix hlakka mikið til að spila og syngja í Vatnasafninu enda mun hljómburður þar vera einstakur. Báðir eru þeir með nýja plötu í farteskinu og í sameiningu flytja þeir lög af þeim í bland við eldra sólóefni.

21.00 Helgi Björns fagnar 30 ára starfsafmæli með veglegum tónleikum á Græna hattinum á Akureyri í kvöld. 2.900 krónur í aðgangseyri.

22.00 Aðrir tónleikar í sólóverkefni Uni Stefson, söngvara Retro Stefson, verða haldnir í kvöld kl. 22.00 á Boston, Laugavegi 28b. Tónleikarnir verða sendir út í beinni í Funkþættinum á X-inu FM 97,7. Tónleikarnir hafa einnig því hlutverki að gegna að kynna fyrstu útgáfu hans, EP1. Platan kemur út hjá útgáfufélagi Retro-klíkunnar, Les Freres Stefson, í þessari viku.

22.00 Magnús R. Einarsson heldur tónleika á Ob-La-Dí-Ob-La-Da við Frakkastíg í kvöld. Aðgangur er ókeypis.

Sýningar

11.00 Expo-skálinn í Hörpu - 360° upplifun af íslenskri náttúru verður opnuð í dag. Í skálanum er sýnd 15 mínútna íslensk kvikmynd framleidd af Sagafilm, þar sem íslenskri náttúru er varpað á fjórar hliðar og loft skálans og myndar þannig tening utan um gesti. Myndin er sýnd á hálftíma fresti. Aðgangseyrir er kr. 1.500.

Síðustu forvöð

09.00 Síðasti dagur textílverkasýningar Ragnheiðar Guðmundsdóttur, Snerting, á Mokkakaffi er í dag.

15.00 Síðasta tækifæri til að sjá Landini, myndlistarsýningu Véronique Legros í Ketilhúsinu á Akureyri.

Heimildarmyndir

20.30 RIFF býður til kvikmyndasýningar og partís í kvöld. Myndin Hinsegin hljómur (e. Sounds Queer) verður sýnd á Húrra í kvöld. Þessi heimildarmynd Dan Bahl hefur vakið nokkra athygli síðustu misseri en hún fjallar um þrjá kvenkyns plötusnúða í Berlín og dregur upp mynd af vinnu þeirra sem plötusnúðar og hversdagslífi. Að sýningu lokinni munu þrjár af vinsælustu kvenkyns plötusnúðum landsins þeyta skífum. Þær DJ Yamaho, DJ Sunna Ben og DJ Magga Maack. Enginn aðgangseyrir.

Kynningar

17.00 Á milli 17.00 og 19.00 mun fatabúðin JÖR blása til rýmingarsölu á þeim vörum sem þurfa að víkja fyrir haustvörum. Líkt og fyrr þá eru fjögur verð á útsölunni; 2.500 kr., 5.000 kr., 10.000 kr. og 15.000 kr. Þá verður merkið OAK kynnt en það er merki sem mun skipa stóran sess í verslun JÖR á komandi árum. Einnig eru nýjar vörur komnar í hús frá Lacausa, Janessa Leone og JÖR.

Uppistand

21.00 Tilraunauppistand í kvöld í Comedy klúbbnum í kjallaranum á BAR 11 í boði Tuborg og Aktu taktu. Fram koma Andri Ívarsson, Snjólaug Lúðvíksdóttir, Ólafur Freyr Ólafsson, Andri Gunnar Hauksson, Jón Magnús Arnarsson, Bylgja Babýlons, Andri Már Friðriksson og Marlon Pollock, sem verður kynnir kvöldsins. Frítt inn.

Tónlist

21.00 DJ Mike Hunt þeytir diskóskífum eftir Díönu Ross á sérstöku Donna Ross þemakvöldi á Dollý.

Fyrirlestrar

15.00 Antonio Costanzo mun flytja erindi í tilefni af útgáfu bókarinnar Il sacrificio di Odino. Fyrirlesturinn fer fram í fyrirlestrarsal Þjóðminjasafnsins og er öllum opinn. Bókin er gefin út á Ítalíu en erindi Antonios er á íslensku og fjallar um efni bókarinnar; fórnir Óðins. Sjónum verður beint að táknmáli fórna Óðins sem lýst er í Hávamálum. Í erindinu verður einnig fjallað um tengsl fórna Óðins við sjamanisma og búddatrú.

17.30 Ungir fjárfestar halda fyrirlesturinn Fyrstu skrefin í fjármálum í stofu V101 í HR. Hvernig er skynsamlegt að haga sér í fjárfestingum, ávöxtun og varðandi skuldir? Rætt verður um algeng mistök og hvað þarf að hafa í huga þegar stórar fjárhagslegar ákvarðanir eru teknar. Fyrirlesarar eru Björn Berg Gunnarsson, deildarstjóri fræðslu og viðskiptaþróunar VÍB, og Kolbrún Kolbeinsdóttir, hjá fagfjárfestaþjónustu VÍB.

Myndlist

13.00 Rakel McMahon opnar nýja myndlistarsýningu í Týsgallerí á Týsgötu 3 þar sem hún kannar samskipti í gegnum einfalt myndrænt tungumál, eins og má finna á flugvélum.

17.00 TEXTÍLFÉLAGIÐ opnar sýningu í SÍM-salnum í Hafnarstræti 16 í Reykjavík, fimmtudaginn 2. október kl. 17-19. Félagið er 40 ára á þessu ári og fagnar því með röð sýninga víðs vegar um landið. Sýningin í SÍM-salnum er sú fjórða og síðasta af þessu tilefni. Tuttugu og átta listakonur taka þátt í þessari sýningu Textílfélagsins í SÍM-salnum og sýna þar bæði myndverk og hönnun.

Samkoma

17.00 Stofnfundur Félags íslenskra bjóráhugakvenna verður haldinn í dag á Bunk, Laugarvegi 28, kjallara. Til að gerast meðlimur þarf að uppfylla tvennt: 1) Vera kona (samt ekki bara cis gender) 2) Hafa brennandi áhuga á bjór. Allar sem uppfylla inngönguskilyrðin tvö eru hjartanlega velkomnar.

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

netto
Kræsingar & kostakjör

HAUSTMARKAÐUR Á GRÆNMETI
15 % AFSLÁTTUR

Agúrkur ísl - Alfaspírur - Baunablanda
Baunaspírur-Grand salat-Grænkál-
Grænkál ísl-Gulrætur Ísl-Kínakál ísl-
Lambhagasalat-Paprika Bl.litir Ísl
Sellery stilkar-Skólagúrkur-Spergilkál
ísl-Hvítkál-Sveppir í lausu-Sveppir
Flúða-Tómatar-Tómatar 8 kg í lausu
Tómatar grænir-Hnúðkál-Blómkál
Tómatar 1 kg

AFSLÁTTUR VEGNA HREYFIVIKU!
10% AFSLÁTTUR AF MAMA CHIA, NÄKD OG COCOFINA

10% AFSLÁTTUR

10% AFSLÁTTUR

10% AFSLÁTTUR AF COCOFINA KÓKOSVÖRUM

SPORTDRYKKUR NÁTTÚRUNNAR

NÝTT
KAKÓ NIBBUR

Cocofina
Cracking Coconuts Since 2005

Tilboðin gilda 2. - 5. okt 2014

Tilboðin gilda meðan birgðir endast. | Birt með fyrirvara um prentvillur og myndavíxl. | Vöruúrval getur verið breytilegt milli verslana.

AFMÆLISBARN DAGSINS

24 ára Leik- og söngkonan Samantha Barks

Hún er hvað þekktust fyrir að leika Éponine í kvikmyndinni Vesalingarnir.

BÍÓFRÉTTIR

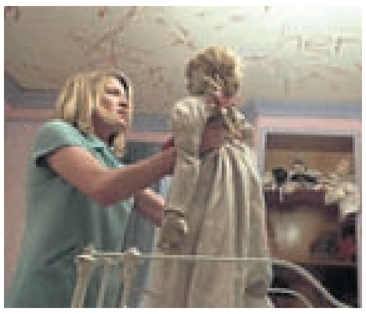
Vinsælust á Íslandi

Kvikmyndin Afinn er vinsælasta myndin á Íslandi í dag samkvæmt nýjum lista yfir aðsóknarmestu myndirnar. Sigurður Sigurjónsson, Sigrún Edda Björnsdóttir og Þorsteinn Bachmann leika aðalhlutverkin í myndinni sem er leikstýrt af Bjarna Hauki Þórssyni og byggð á samnefndu leikriti sem sýnt var í Borgarleikhúsinu.

Ný stikla frumsýnd

Ný stikla úr kvikmyndinni Borgríki II – Blóð hraustra manna verður frumsýnd á Visir.is í dag. Myndin er sjálfstætt framhald myndarinnar Borgríkis sem kom út árið 2011 en í helstu hlutverkum eru Darri Ingólfsson, Ágústa Eva Erlendsdóttir, Ingvar E. Sigurðsson, Zlatko Krickic, Sigurður Sigurjónsson og Hilmir Snær Guðnason. Myndin verður frumsýnd í þessum mánuði og er leikstjóri Olaf de Fleur.

HEIMSFRUMSÝNING



Annabelle Hryllingsmynd

Aðalhlutverk: Ward Horton, Annabelle Wallis, Alfre Woodard, Tony Amendola og Michelle Romano.

IMDb 7,4/10

FRUMSÝNING

Smáheimar Teiknimynd

Leikstjórn: Hélène Giraud og Thomas Szabo.

IMDb 7,2/10

Tetris-mynd í bígerð

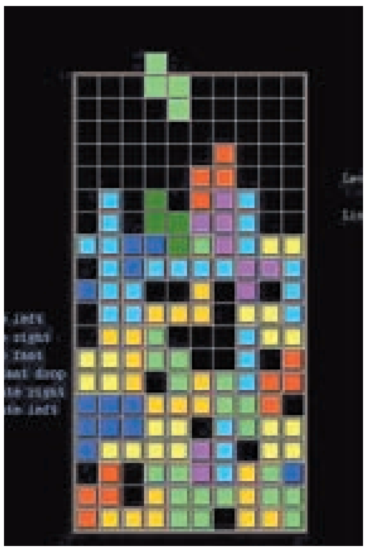
Fyrirtækið Threshold Entertainment hefur tekið höndum saman við Tetris Company og er ætlunin að búa til stórmynd byggða á tölvuleiknum Tetris sem var gríðarlega vinsæll á níunda áratug síðustu aldar.

Ekki er ljóst hver leikstýrir myndinni eða hverjir leika í henni en söguþráðurinn er klár.

„Vörumerki eru nýju stjörnurnar í Hollywood. Við erum með söguþráð á bak við Tetris sem hleypir ímyndunaraflinu á flug,“ segir Larry Kasanoff, forstjóri Threshold, í samtali við Wall Street Journal.

„Þetta er stór, epísk vísindaskáldsögumynd. Þetta er ekki mynd sem byggð er á handriti með fullt af texta,“ bætir hann við.

Larry er hvað þekktastur fyrir að færa tölvuleikinn Mortal Kombat yfir á hvíta tjaldið en fyrsta myndin, sem kom út árið 1995, skilaði sjötíu milljónum dollara í kassann, átta og hálfum milljarði króna, og framhaldsmyndin, Mortal Kombat: Annihilation, árið 1997 skilaði 35 milljónum dollara, rúmum fjórum milljörðum króna. - lkg



EKKI ABBAST UPP Á ÞORVALD Hér sést Þorvaldur Davíð lengst til hægri.

Þorvaldur Davíð leikur harðskeyttan morðingja

Kvikmyndin Dracula Untold verður frumsýnd á Íslandi á morgun. Íslenski leikarinn Þorvaldur Davíð Kristjánsson fer með eitt af hlutverkunum í myndinni en í aðalhlutverki er hasarmyndahetjan Luke Evans.

Kvikmyndin Dracula Untold verður frumsýnd hér á landi á morgun og þótt nafnið gefi annað til kynna er hún ekki byggð á sögu Brams Stoker frá árinu 1897 um Drakúla greifa. Í myndinni er hins vegar búin til saga um uppruna greifans og fylgst með transylvaníska prinsinum Vlad III sem notar myrka krafta til að vernda fjölskyldu sína og konungsríkið.

Soldáninn Mehmed II ógnar friði í Transylvaníu og heimtar að fá son Vlads, Ingeras, í her sinn. Vlad ferðast um langan veg til að bjarga syni sínum en á ferðalagi sínu hittir hann seiðmanninn Kalígúla og semur við hann þannig að prinsinn öðlast styrk hundrað manna, hraða hrapstjörnu og næga krafta til að fella andstæðinga sína. Hins vegar fær hann líka óslökkvandi þorsta í mannsblóð sem verður til þess að hann breytist í eina frægustu vampíru heims, Drakúla greifa.

Hasarmyndahetjan Luke Evans fer með hlutverk Vlads en íslenski leikarinn Þorvaldur Davíð Kristjánsson fer einnig með hlutverk í myndinni. Hann leikur karakterinn Bright Eyes, austur-evrópskan mann sem var hnepptur í þrældóm á yngri árum en er nú harðskeytt ur morðingi.

Myndin var tekin upp í fyrra og dvaldi Þorvaldur Davíð við tökur í Belfast frá ágúst og fram í nóvember.

Með önnur hlutverk í myndinni fara til dæmis Dominic Cooper, Sarah Gadon og Art Parkinson en leikstjóri er Gary Shore. Þetta er fyrsta mynd Garys í fullri lengd

liljakatrin@frettabladid.is

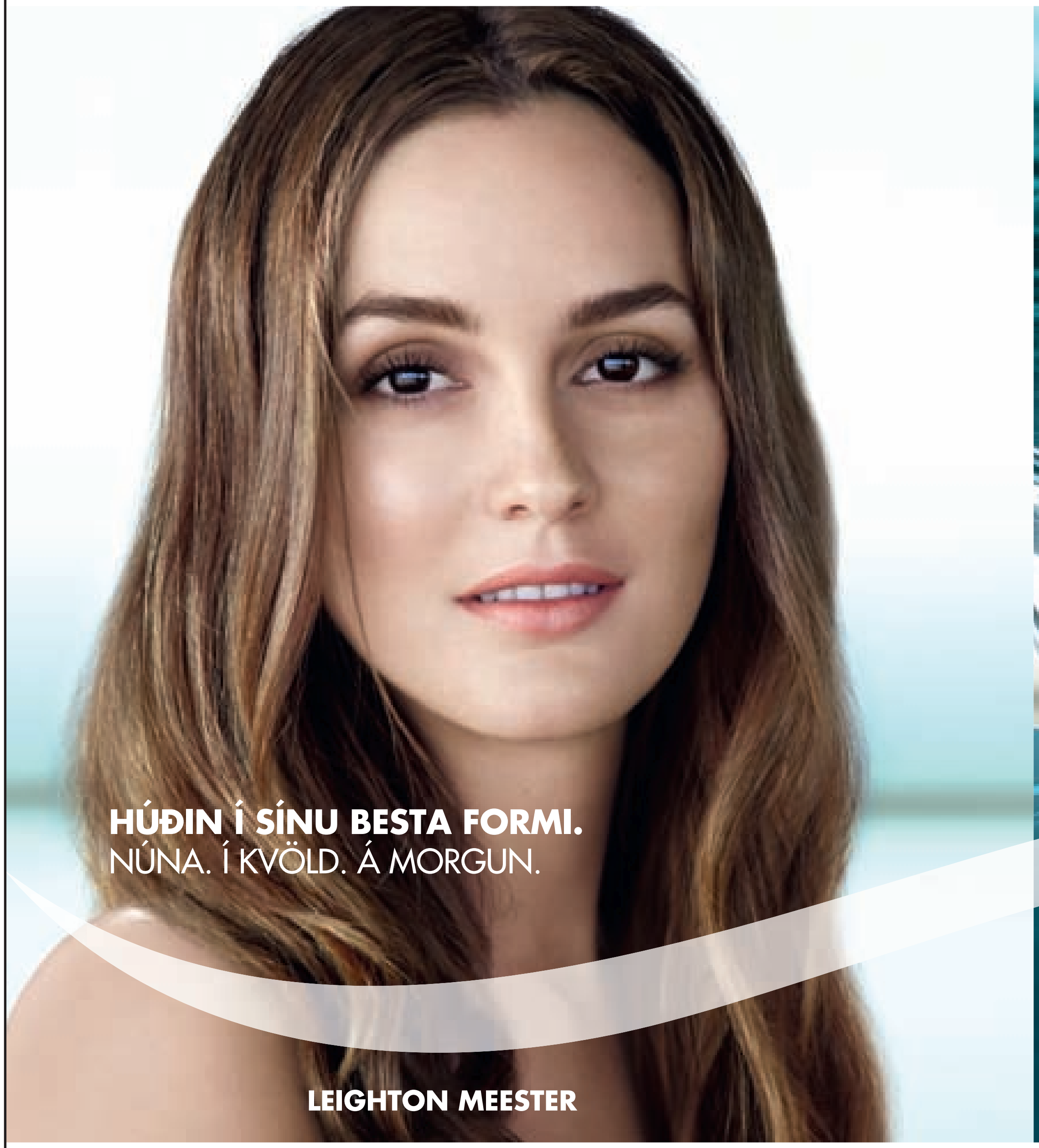
IMDb 7,5/10

VÍGALEGUR Luke Evans leikur Vlad III.

→ Ósáttir Belfastbúar

Dracula Untold var tekin eingöngu í Belfast á Norður-Írlandi en Northern Ireland Screen styrkti myndina um 1,6 milljónir punda, rúmlega þrjú hundruð milljónir króna. Þrátt fyrir það var myndin ekki frumsýnd í Belfast heldur ákvað Universal Pictures að frumsýna hana í London og Dublin. Myndin Good Vibrations frá árinu 2012 var tekin í Belfast og var frumsýnd í borginni en myndin er byggð á lífi pönkgoðsagnarinnar Terri Hooley. „Það er fáránlegt að myndin sé ekki frumsýnd í Belfast,“ segir Terri í samtali við Belfast Telegraph. „Þetta minnir mig á þegar Dublin og London höfðu engan áhuga á okkur fyrir þrjátíu árum. Við virðumst vera annars flokks borgarar,“ bætir hann við. Margir af þeim sem unnu við myndina eru hins vegar búnir að taka sig til og ætla að halda sérstaka sýningu á myndinni í Belfast á föstudaginn. Uppselt er á sýninguna.

DEBENHAMS



BIOTHERM BOMBA
Í DEBENHAMS 2. – 8. OKTÓBER

01 LIGHT SHADE 02 MEDIUM SHADE

HEFUR ÞÚ PRÓFAÐ SKIN•BEST C.C. KREMIN FRÁ BIOTHERM?

Húðin lítur best út þegar áferð hennar er jöfn og hún ljómar náttúrulega.
SKIN BEST C.C. lagfærir litarhátt og gefur ljóma ásamt því að vernda húðina.
Það lokar opnum húðholum, dregur úr fínum línum og gefur fallega náttúrulega þekju.

FJÖLDI TILBOÐSASKJA Í ANDLITSKREMUM.
GLÆSILEGIR KAUPAUKAR AÐ HÆTTI BIOTHERM.

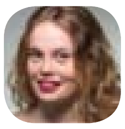
Finndu okkur á facebook

Gerðu lífið skemmtilegra

DEBENHAMS – SMÁRALIND
KONUR HERRAR BÖRN SNYRTIVÖRUR

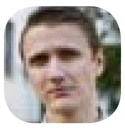
Trend á Twitter Kassamerkið #meistaram

Nú er Meistaramánuður að hefjast og einhverjir farnir að setja sér markmið. Því er tilvalið að skoða hvað Íslendingar höfðu að segja á Twitter í upphafi #meistaram.

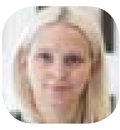


Nanna Elísa Snædal
@nannaelisaj
#meistaram! Í október ætla ég að hætta að naga neglurnar. Og nammi. Ef þú sérð mig naga annaðhvort: Sláðu mig! **@meistaramanudur**

Birta Ísólfsdóttir
@B_vitamins
Veit ekki hversu góð hugmynd það var hjá mér að ætla að vera vegan í MM, langar strax í ost og súkkulaði **#meistaram #dagur1**



Atli Fannar
@atlifannar
Það þarf að gera ýmislegt. T.d. taka á óhóflegri sælgætisneyslu. Svo ætla ég á námskeið í ólympískum lyftingum. **#meistaram**



Hildur Ragnarsdóttir
@hilrag
Segi eins og **@B_vitamins** getur þessi **#meistaramánuður** farið að byrja svo ég geti hætt að vera failure í lífinu? **#meistaram**

FLOTT HJÓN Um 100 gestir voru í brúðkaupinu sem fór fram í Feneyjum um helgina. NORDICPHOTOS/GETTY

NÝGIFT Þau Amal Alamuddin og George Clooney sjást hér í góðgerðarkvöldverði stuttu fyrir brúðkaup sitt en þar ljóstraði leikarinn því upp að parið hefði kynnst á Ítalíu fyrir um það bil ári.

Mannréttindalögfræðingurinn sem stal hjarta **Clooneys**

Amal Alamuddin og George Clooney gengu í það heilaga í Feneyjum um helgina. Alamuddin er virtur lögfræðingur sem er strax byrjuð að vekja athygli fyrir óaðfinnanlegan stíl.

Lilja Katrín Gunnarsdóttir
liljakatrin@frettabladid.is

Augu slúðurheimsins beindust að Feneyjum um helgina þar sem Hollywood-leikarinn George Clooney gekk að eiga mannréttindalögfræðinginn Amal Alamuddin. Það er engin tilviljun að brúðkaupið fór fram á Ítalíu en Clooney greindi nýverið frá því að þar hefðu þau Amal kynnst fyrst. Clooney hefur verið við margar konur kenndur í gegnum tíðina og gjarna stimplaður af fjölmiðlum sem eilífðarpiparsveinn. En ekki lengur, nú er þessi eftirsóttasti piparsveinn í Hollywood genginn út og Alamuddin tilbúin að stela senunni.

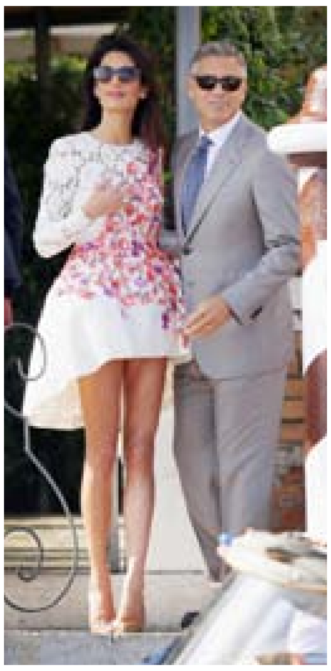
Alamuddin er lögfræðingur sem sérhæfir sig í mannréttindum. Hún hefur verið með skjólstæðinga á borð við Julian Assange hjá Wikileaks og Júlíu Tímósjenkó, fyrrverandi forsætisráðherra Úkraínu. Hún er af líbönskum ættum, fædd í Beirút en flutti til London ásamt fjölskyldu sinni á áttunda áratugnum. Síðar fór hún til New York til að nema lögfræði og hefur leiðin legið upp á við síðan. Hún hefur meðal annars kennt lögfræði í háskólum vestanhafs og setið í nefndum á vegum Sameinuðu þjóðanna, þar sem réttindi kvenna og barna í stríðsátökum hafa verið henni hugleikin.

Ár er síðan þau Clooney sáust fyrst saman opinberlega og í apríl á þessu ári tilkynntu þau trúlofun sína vinum og vandamönnum í Los Angeles.

Brúðkaup þeirra Clooneys vakti sem fyrr segir mikla athygli en um 100 gestir mættu til Feneyja og má þar nefna leikarann Matt Damon og þau Randy Gerber og Cindy Crawford sem eru sameiginlegir vinir nýgifta parsins. Fyrrverandi borgarstjóri í Róm og vinur Clooneys, Walter Veltroni, gaf parið saman og voru öll hótelherbergi í borginni uppbókuð í tengslum við brúðkaupið.

Clooney klæddist jakkafötum frá George Armani og Alamuddin fallegum blúndukjól frá Oscar De La Renta. Hún er strax byrjuð að vekja athygli fyrir óaðfinnanlegan stíl, enda elta ljósmyndarar parið á röndum þessa dagana, og tískuspekúlantar keppast við að hrósa henni í hástert.

RÖNDÓTT Amal Alamuddin var flott í röndóttum kjól eftir athöfnina.



SMART Alamuddin hefur þegar vakið athygli tískuspekúlanta fyrir óaðfinnanlegan stíl.

Hélt afmælispartí fyrir fyrrverandi

Chris Martin og Gwyneth Paltrow eru enn góðir vinir.

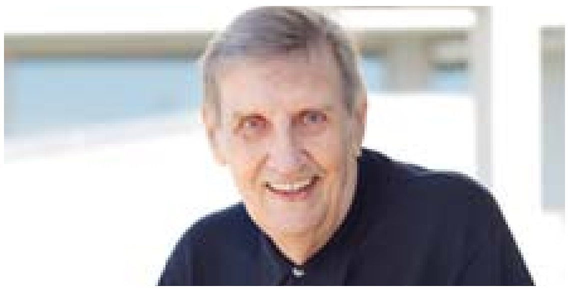
Chris Martin hélt kokteilpartí fyrir fyrrverandi eiginkonu sína, Gwyneth Paltrow, til þess að fagna 42 ára afmæli hennar. Þau Chris og Gwyneth skildu á síðasta ári en þrátt fyrir skilnaðinn hafa þau haldið góðu vinasambandi og stutt hvort annað. Samkvæmt New York Post bauð Chris samstarfsfélögum hennar af vefsíðunni Goop til veislunnar ásamt fleiri frægum vinum eins og Nicole Richie, Kate Hudson, Matt Bellamy og Jennifer Aniston. Hjónin fyrrverandi voru vinaleg í afmælinu og greinilegt að enn er kært á milli þeirra. „Það var eins og þau væru enn bestu vinir,“ sagði ónafngreindur heimildarmaður New York Post.

GÓÐIR VINIR Chris hélt upp á afmæli Gwyneth.

25.09.2014 → 01.10.2014

LAGALISTINN

1	▶	Prins Póló	*París norðursins*
2	▶	Kaleo	*All The Pretty Girls*
3	▶	Sam Smith	*I'm Not The Only One*
4	▶	Meghan Trainor	*All About That Bass*
5	▲	Lilly Wood and The Prick	*Prayer in C*
6	▲	Milky Chance	*Stolen Dance*
7	▲	Nýdönsk	*Nýr maður*
8	▲	Sia	*Chandelier*
9	▲	Tove Lo	*Habits (Stay High)*
10	▼	Valdimar	*Læt það duga*



TÓNLISTINN

1	▶	Raggi Bjarna	*80 ára*
2	*	Hjálmar	*Skýjaborgin*
3	▼	Sólstafir	*Ótta*
4	▼	Kaleo	*Kaleo*
5	▲	Ásgeir Trausti	*Dýrð í dauðaþögn*
6	▶	Nýdönsk	*Diskó Berlín*
7	▲	Ýmsir	*This Is Icelandic Indie Music Vol. 2*
8	*	Leonard Cohen	*Popular Problems*
9	▲	Ýmsir	*Hot Spring: Askja*
10	▲	Ýmsir	*This Is Icelandic Indie Music*

Skýringar ▶ Stendur í stað síðan í síðustu viku ▼ Fellur um sæti síðan í síðustu viku ▲ Hækkar á lista síðan í síðustu viku * Nýtt á lista

Listarnir eru teknir saman fyrir Félag hljómplötuframleiðenda. **Þátttakendur í Lagalistanum** Bylgjan, FM957, Xið 977, Rás 2 og K100,5. Auk þess er tekið mið af sölu og spilun á Tónlist.is og spilun á Spotify. **Verslanir í Tónlistanum** Skífan, Hagkaup, Penninn/Eymundsson, 12 tónar, Harpa, Smekkleysa plötubúð, Elko, Samkaup, Kaupfélag Skagfirðinga, Lucky Records, Vefverslun Record Records, N1 og tonlist.is

Við eigum afmæli og erum með glæsileg afmælistilboð alla helgina. Kíktu við!

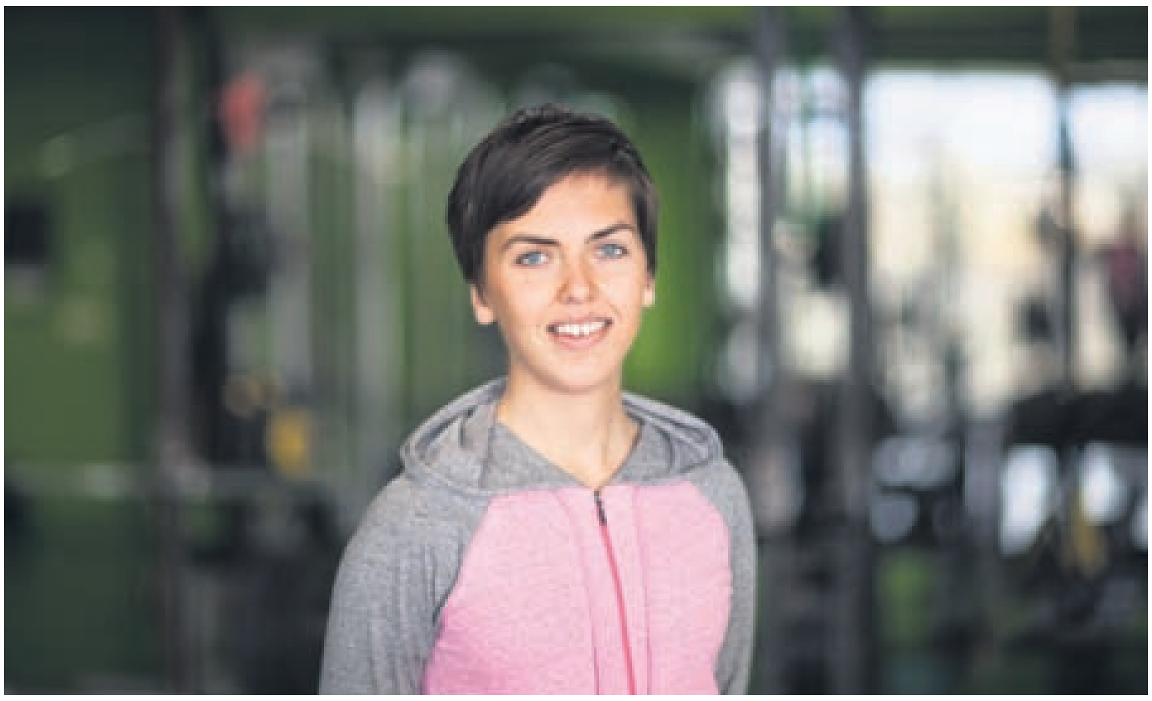
FACEBOOK: NAME IT ICELAND · INSTAGRAM: @NAMEITICELAND

Ég hef flutt mig um set
Býð alla gamla og nýja viðskiptavini velkomna
Scala HAIR & MAKEUP | BOGGA GSM 868 3913
LÁGMÚLA 5 - 108 RVÍK - SÍMI 553 1033 - SCALA.IS

NÝ VERSLUN LAUGAVEGI 77!

OPIÐ TIL 22:00 ÖLL KVÖLD
Penninn Eymundsson

Ábendingahnappinn má finna á www.barnaheill.is
SAFT



MIKIL REYNSLA Birna veiktist fyrst af átröskun þegar hún var aðeins þrettán ára gömul. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

„Hélt ég væri sú eina“

Birna lýsir baráttu sinni við íþróttaátröskun sem hún veiktist af þrettán ára gömul.

„Bókin fjallar um mína reynslu af átröskun. Þetta er í raun mín þroskasaga þar sem ég lýsi baráttu minni,“ segir Birna Varðardóttir sem sendir frá sér sína fyrstu bók á laugardaginn. Bókin heitir Molinn minn og lýsir baráttu hennar við átröskun. Nafnið á bókinni segir hún komið frá því að í konfektkassa lífsins sé ómögulegt að vita hvaða mola maður fái.

Þrátt fyrir að Birna sé aðeins tvítug þá á hún að baki mikla reynslu. Í um þrjú ár var hún alvarlega veik af átröskun en veikindin byrjuðu þegar hún var um þrettán ára gömul.

„Ég var að æfa mjög mikið. Ég var í frjálsum íþróttum og mest í langhlaupi. Ég var mjög metnaðarfull og vildi ná langt í hlaupunum. Ég fann út að því léttari sem ég var því hraðar gat ég hlaupið,“ segir Birna og segir átröskunina hafa þróast hægt og rólega án þess að hún gerði sér grein fyrir því til að byrja með.

„Í rauninni var þetta dæmigerð íþróttaátröskun og ég stýrðist af vigtinni. Ef ég var að halda vigt og léttast þá fannst mér það merki um að ég gæti borðað meira og öfugt, ef ég var að þyngjast þá borðaði ég ekki,“ segir hún. Eðlilega tók það sinn toll af henni og á endanum var átröskunin farin að hafa áhrif á hlaupagetu hennar.

Hún segist hafa leitað sér hjálpar en hafi þó farið óhefðbundnar leiðir í því. „Ég fann út að það hentaði mér ekki að vera inni á geðdeildum eða í hefðbundnum átröskunarmeðferðum. Ég nýtti mér hjálp Boot Camp. Þar var þjálfari sem tók mig að sér og var mín stoð og stytta. Hann hjálpaði mér með ákveðna andlega þætti og þetta gerði gæfumuninn fyrir mig.“

Birna segir að eftir að hún hafi farið að tjá sig um átröskunina hafi hún komist að því að íþróttaátröskun væri algengari en hún hafði haldið. „Ég hélt að ég væri sú eina sem glímdi við þetta en eftir að ég fór að opna mig meira hef ég komist að því að þetta er töluvert algengt. En það er ekki mikið talað um þetta og það er algengt að fólk skammist sín fyrir að glíma við þetta. Með bókinni langar mig að opna á umræðuna,“ segir Birna.

> **Ég fann út að því léttari sem ég var því hraðar gat ég hlaupið.**

Hún segist hafa viljað skrifa bókina og segja sína sögu til þess að geta mögulega hjálpað öðrum í sömu stöðu. „Með því að gefa út bókina vildi ég sýna fólki að það er allt hægt. Það er hægt að komast upp úr þessu.“ Hún segist í dag vera í góðu formi líkamlega og ekki lengur veik. „Þetta háir mér ekki í dag en auðvitað hefur átröskunin haft sín áhrif á líkamann.“

Bókin kemur sem fyrr segir út á laugardaginn og í tilefni þess ætlar Birna að halda útgáfuboð í Dalskóla í Úlfarsárdal milli klukkan 2 og 4. Hægt er að fá nánari upplýsingar á Facebook.

- vh

MIKLAR KRÖFUR Sérstakir áhættuþættir eru kröfur um að vera grannur og standa sig vel. NORDICPHOTOS/GETTY

ÁTRÖSKUN ALGENGARI MEÐAL ÍÞRÓTTAFÓLKS

Átröskun er alvarlegt sálrænt vandamál sem getur valdið heilsutjóni eða jafnvel dauða. Átröskun er skipt í tvo meginflokka: lystarstol og lotugræðgi. Átröskun er algengari meðal kvenna heldur en karla og kemur venjulega fram á unglingsaldri. Hún er algengari meðal íþróttafólks en annarra þjóðfélagshópa og þá sérstaklega í íþróttum þar sem líkamsvöxtur skiptir máli. Sérstakir félagslegir áhættuþættir eru miklar kröfur um að vera grannur og eins miklar kröfur um að standa sig vel. Í íþróttum eru þessir áhættuþættir gjarnan báðir til staðar á sama tíma. Í öllum íþróttum eru gerðar kröfur um árangur og þar að auki í sumum íþróttum lögð sérstök áhersla á grannan líkamsvöxt. Tíðni átröskunar er mest í þeim íþróttum sem gera kröfur um grannan líkamsvöxt; svo sem ballett, fimleikum og skautadansi.

GÓÐ RÁÐ TIL ÍÞRÓTTAIÐKENDA

- Hlustið á eigin þarfir og tilfinningar – þið eigið rétt á að vera eins og þið eruð.
- Takið sjálfstæðar ákvarðanir varðandi eigið líf.
- Ef ykkur líður illa og haldið að þið séuð haldin átröskun, talið þá um líðan ykkar við einhvern sem þið treystið, foreldra, vini, þjálfara, kennara, námsráðgjafa eða skólahjúkrunarfræðing.

heimild: doktor.is

DIOR KYNNING Í SIGURBOGANUM

Fimmtudag, föstudag og laugardag frá 13-17.

Sérfæðingur frá Dior kynnir í **Sigurboganum** nýjan farða Diorskin Star ásamt nýjum Rouge Baume varalitum.

Vertu velkomin og kynntu þér það nýjasta í Dior.

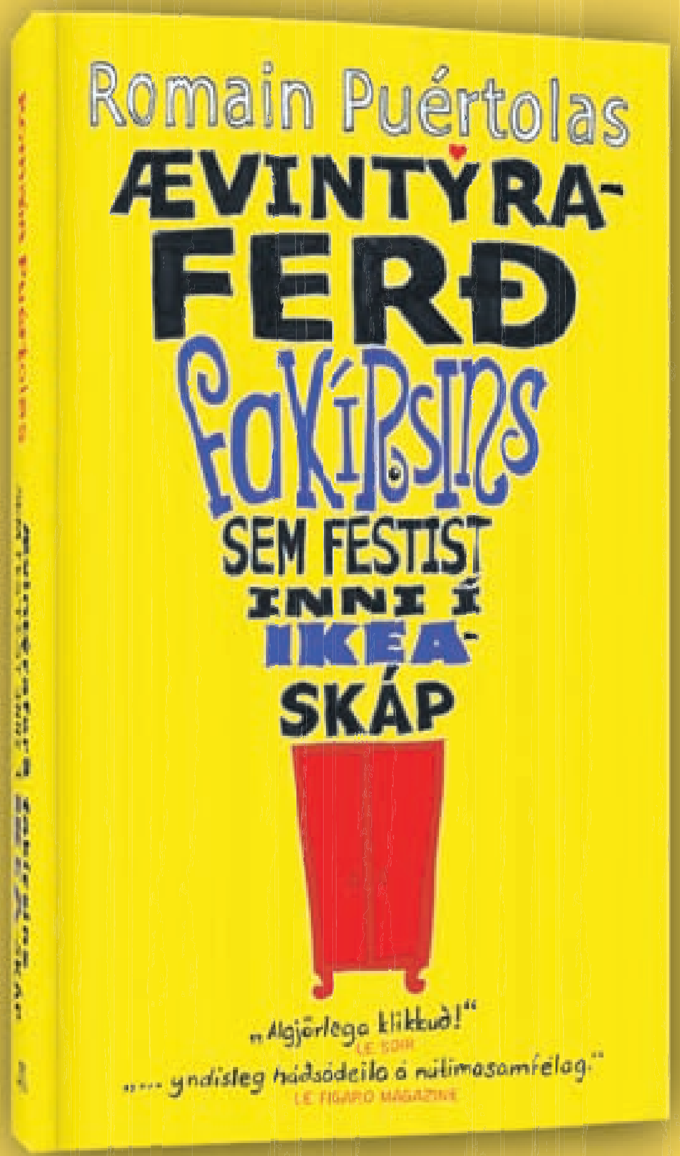
Falleg gjöf fylgir tveimur keyptum vörum í Dior.

SIGURBOGINN
LAUGAVEGI 80 ■ TEL: 561 1330 ■ WWW.SIGURBOGINN.IS

Dior STAR
DAZZLING IN DIOR.

ÆVINTÝRA-FERÐ FAKÍRSINS

Flatpakkað naglabretti úr IKEA er uppselt ...



Bókin kemur samsett og í flötum pakka

Hvað tekur fakírinn til bragðs?

Sprúðlandi skemmtileg!

Fyrsta bók Romain Puértolas sem hefur slegið rækilega í gegn um allan heim!

www.forlagid.is – alvöru bókabúð á netinu

Kjötbollur með jalapeño-sósu

Mexíkóskar kjötbollur

600 g blandað nauta- og svínahakk
250 g rjómaostur
1 egg, hrært
50 g brauðrasp
4 beikonsneiðar, saxað
125 g rifinn cheddar-ostur
1/3 meðalstór laukur, fínsaxaður
3 hvítlauksrif, pressuð
½ tsk. chili-pipar
1 tsk. oreganókrydd
½ tsk. broddkúmen (cumin)
sjávarsalt og nýmalaður pipar

Setjið allt hráefnið saman í skál og blandið vel saman með höndunum. Kælið í 20-30 mínútur. Hitið ofninn í 220°C. Mótið bollur (u.þ.b. matskeið fyrir hverja bollu) úr hakkinu og raðið á pappírsklædda ofnplötu. Bakið í 15 mínútur og berið fram með jalapeño-sósunni.

Jalapeño-sósa

3 msk. jalapeño, saxað
2 hvítlauksrif
1 tsk. hvítvínsedik
150 g sýrður rjómi 10%
150 ml létt ab-mjólk
2 msk. söxuð fersk steinselja
sjávarsalt og nýmalaður pipar

Setjið jalapeño og hvítlauk í matvinnsluvél ásamt edikinu og vinnið vel saman. Bætið afganginum af hráefninu saman við og kryddið með salti og pipar. Kælið þar til sósan er borin fram.

SVEFNSÓFAR
Áttu von á gestum!

MIAMI horn-svefnsófi
DORMA – býður góða nótt
SVEFNSÓFA TILBOÐ
149.900
FULLT VERÐ 169.900
Stærð: 240x225 H: 80 cm.
Dökkgrátt slitsterkt áklæði.

DAISY svefnsófi
DORMA – býður góða nótt
SVEFNSÓFA TILBOÐ
69.900
FULLT VERÐ 79.900
Stærð 225x 80 Svefnsvæði 120x190 cm.
Með rúmfatageymslu. Grátt og brúnt slitsterkt áklæði. Einnig til án arma

MONATRIO svefnsófi
DORMA – býður góða nótt
SVEFNSÓFA TILBOÐ
79.900
FULLT VERÐ 99.900
Stærð: 158 x 90 cm. Slitsterkt svart áklæði. Dýnustærð 140x200 cm.

SIESTA svefnsófi
DORMA – býður góða nótt
SVEFNSÓFA TILBOÐ
109.900
FULLT VERÐ 139.900
Stærð: 192 x 85 cm.
Dýnustærð 147x197 cm.
Rúmfatageymsla. Slitsterkt áklæði – margir litir.

DORMA – býður góða nótt
DORMA Holtagörðum, Reykjavík ✆ 512 6800
Dalsbraut 1, Akureyri ✆ 558 1100
Húsgagnahöllinni, Reykjavík ✆ 558 1100

NÝ HEIMILDARMYND Valdimar Jónsson og Erna Ómarsdóttir eru ásamt fleirum í listahópnum Shalala. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Öskurklefinn getur bjargað mannslífum

Listahópurinn Shalala sýnir brot úr nýrri ljóðrænni heimildarmynd sinni á RIFF. Þar kemur öskurklefinn á skrifstofu þingflokks Bjartrar framtíðar við sögu.

„Þetta er verk í vinnslu. Hugmyndin er að gera ljóðræna heimildarmynd þar sem tilraunir verða gerðar og unnið er með formið. Verkið ætti að verða tilbúið í janúar, en við stefnum að því að sýna hana á hátíðinni í Pompidou í Frakklandi í janúar,“ segir Erna Ómarsdóttir dansari, danshöfundur og listrænn ráðgjafi Íslenska dansflokksins. Hún, Valdimar Jóhannsson tónlistarmaður og fleiri skipa listahópinn Shalala. Þau munu sýna brot úr ljóðrænni heimildarmynd sinni á RIFF, en myndin hefur verið í vinnslu upp á síðkastið og tengist efni sem hefur verið í brennidepli hjá Shalala. „Við erum búin að vera að vinna mikið með hugmyndir um „borderline musicals“ eða jaðarsöngleiki. Áhorfandinn mun á föstudaginn fá að kynnast því aðeins hvað jaðarsöngleikur er, ásamt alls kyns innsetningum, uppfinningum og elementum úr smiðjum Shalala,“ segir Erna. „Okkur langaði að prófa okkur áfram með formið, vinna bæði með tvívídd og þrívídd og blanda því svolítið saman. Shalala starfar oftast sem sviðslistahópur en hefur þó komið víða við, og með þessu verkefni er hugmyndin að leggja enn meiri áherslu á myndbandsverk,“ segir Erna. Eins og áður sagði verða sýnd ólík brot úr verkinu, sem tengjast þó öll innbyrðis. Sýningin mun hefjast á sjálfstæðu myndbandsverki sem þau Erna og Valdimar gerðu í samvinnu við myndlistarkonuna Gabríelu Friðriksdóttur og ber nafnið Bloody Crepuscular Monstrous Rays.

Verk Ernu og Valdimars, The Black Yoga Screaming Chamber eða öskurklefinn, kemur við sögu í heimildarmyndinni sem sýnd verður á RIFF. Nýlega afhenti Erna Alþingi einn slíkan klefa og hefur hann verið tekinn í varanlega notkun á skrifstofu Bjartrar framtíðar, en þar geta allir alþingismenn komið og nýtt sér klefann og öskrað. Nú þegar hafa nokkrir alþingismenn öskrað í klefanum og munu öskur þeirra birtast í myndinni, ásamt því að þeir ræða upplifun sína af honum. Erna segir öskurklefann vera betrumbætandi fyrir mannsandann og að hann geti mögulega bjargað lífi fólks. „Við finnum stundum stað þar sem okkur finnst mikil þörf fyrir svona klefa og gefum þá eitt stykki. Mín von er að þetta geti til dæmis breytt pólitíska andrúmsloftinu og fólk geti átt öðru vísi samskipti,“ segir Erna. „Það er til dæmis gott að nota hann fyrir eða eftir fund og fá útrás þar einn í myrkrinu. Við það að öskra svona þá skýrast stundum hugsanir manns og menn geta oft fundið lausnir á hlutum sem virtust óleysanlegir áður. Eins og oft þá byrjaði þessi hugmynd í gríni, en öllu gríni fylgir nokkur alvara og oftast býr eitthvað dýpra þar að baki.“

> **Eins og oft þá byrjaði þessi hugmynd í gríni, en öllu gríni fylgir nokkur alvara.**
> *Erna Ómarsdóttir*

Verkið verður sýnt föstudaginn 3. október í Norræna húsinu og er aðgangur ókeypis.

adda@frettabladid.is

Vill fá innblástur fyrir nýja sinfóníu

Paper Beat Scissors spilar á landinu í annað sinn á föstudag.

„Bærinn er engu líkur, ég hlakka mikið til að koma aftur,“ segir bresk-kanadíski tónlistarmaðurinn Tim Crabtree, einnig þekktur sem Paper Beat Scissors. Hann er á leiðinni til landsins í annað sinn en hann kemur fram á tónleikum á Cafe Rosenberg á föstudaginn. „Ég er að reyna að læra meiri íslensku. „Þú ert fallegur,“ er það eina sem ég kann í augnablikinu,“ segir Tim og hlær.

Tim er Breti sem búið hefur í Halifax í Kanada undanfarinn áratug. Tim segist spila dýnamíska tónlist og leikur sér mikið með tónstyrkinn en þetta er í grunninn indí-þjóðlagatónlist. Hann er í kreðsunni í kringum hljómsveitina Arcade Fire en Jeremy Gara, trommari sveitarinnar, hljóðblandaði seinustu plötu Tims. Ný plata frá Paper Beat Scissors kemur út í apríl á næsta ári en Tim mun spila ný lög af plötunni í bland við gamalt efni.

Að sögn Tims mun hann nýta dvöl sína á landinu til að vinna í tónlist fyrir sinfóníutónleika í Halifax þar sem hann mun semja útsetningarnar. „Mig langar að fá innblástur á meðan ég er á Íslandi,“ segir hann.

VILL HALDA ÁFRAM TIM er ekki orðinn þreyttur á ferðalögum.

Tónleikarnir á Rósenberg verða seinasti áfanginn á Evróputúr hans þar sem hann spilaði á 30 stöðum víðs vegar um Evrópu en síðustu tónleikar hans voru haldnir í grískri rétttrúnaðarkirkju í Augsburg í Þýskalandi og var uppselt. „Þetta hefur verið ótrúlegt tónleikaferðalag. Ég væri samt til í að halda áfram,“ segir Tim.

Tónleikarnir á föstudag hefjast klukkan 21.00 og kostar 2.000 krónur inn. Ásamt Paper Beat Scissors koma fram Sísí Ey og Svavar Knútur.

– þij

Baka pitsur fyrir útigangsmenn

Hrefna Sætran styrkir Minningarsjóð Lofts Gunnarssonar með pitsubakstri.

„Við ákváðum að endurtaka leikinn, en í fyrra styrktum við Regnbogabörn. Í ár er málefnið mér sérstaklega hugleikið en öll upphæðin af sölu pitsunnar rennur óskert í minningarsjóð Lofts Gunnarssonar, sem ég þekkti persónulega,“ segir Hrefna Rósa Sætran sjónvarpskokkur sem verður í samstarfi við Domino's annað árið í röð um að gera sérstaka pitsu og rennur ágóðinn til góðgerðarmála. Minningarsjóðurinn var stofnaður í minningu Lofts, en tilgangur hans er að bæta hag útigangsmanna í Reykjavík ásamt því að berjast fyrir að lögbundin mannréttindi þeirra séu virt. „Loftur var úr Garðabænum eins og maðurinn minn og margir vinir. Svo átti hann sama afmælisdag og Bertram Skuggi, sonur minn. Síðustu ár þá hitti ég hann mest niðri í bæ þar sem við spjölluðum oft og hann var alltaf jafn yndislegur. Mér er minnisstætt að hann sagðist ætla að gefa Bertram Skugga hermannajakka, eins og hann gekk alltaf í og varð eins konar einkenni Lofts, í tveggja ára afmælisgjöf, en Loftur lést fyrir þann tíma,“ rifjar Hrefna upp. Hún segir að ekki sé nægilega vel hugað að útigangsmönnum á Íslandi. „Það fer ekki nægur peningur í að gera líf þessa fólks bærilegra. Minningarsjóðurinn er að gera frábæra hluti sem væru aldrei gerðir nema fyrir þeirra starf,“ segir Hrefna og bætir við að enn séu útigangsmenn sem þurfi að vera á götunni á næturnar í Reykjavík vegna plássleysis. - ósk

HREFNA Í PITSUBAKSTRI Þetta er annað árið í röð sem Hrefna útbýr sérstakar góðgerðarpitsur. MYND/BJÖRN ÁRNASON

HJÓNIN Isla Fisher og Sasha Baron Cohen.

Allt er þegar þrennt er

Leikarahjónin Isla Fisher og Sasha Baron Cohen eiga von á sínu þriðja barni, en fyrir eiga þau tvær dætur, þær Oliviu, 6 ára, og Elulu, 4 ára.

Talið er að frúin sé komin um þrjá mánuði á leið. Hefur Fisher tilkynnt að hún ætli ekki að leika í framhaldi myndarinnar Now You See Me, sem kom út í fyrra, en tökur á framhaldsmyndinni eiga að hefjast í nóvember.

Þau Fisher og Cohen hafa verið gift í fjögur ár, en þau gengu í hjónaband í París árið 2010. - asi

JAKKINN FRÆGI Búist er við að hann fari á háu verði.

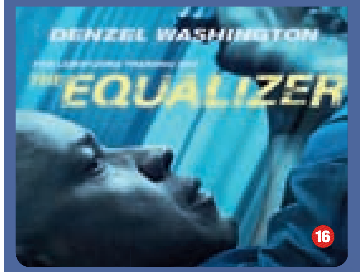
Titanic-jakki til sölu

Aðdáendur kvikmyndarinnar Titanic hafa tilefni til að gleðjast því nú á að bjóða upp jakka sem Leonardo DiCaprio klæddist í myndinni. DiCaprio klæddist umræddum jakka í einu frægasta atriði myndarinnar, þegar hann stendur í skut skipsins, breiðir út hendurnar og kallar „I'm the king of the world!“ Jakkinn, sem er brúnköflóttur ullarjakki, verður hins vegar langt frá því að vera gefins og er búist við að hann verði seldur á 70.000 dollara eða tæpar 8,5 milljónir íslenskra króna. Þess má til gamans geta að sautján ár eru síðan myndin kom út. - asi

HÁSKÓLINN Í REYKJAVÍK REYKJAVIK UNIVERSITY

Háskólinn í Reykjavík fagnar því í dag, 2. október, að 50 ár eru liðin frá því að Tækniskóli Íslands, síðar Tækniháskóli Íslands, var settur í fyrsta sinn en hann var sameinaður Háskólanum í Reykjavík árið 2005.

SMÁRABÍÓ HÁSKÓLABÍÓ



SMÁRABÍÓ — AUKAKRÓNUR 5%

THE EQUALIZER	KL 5 - 8 - 10.45	16
THE EQUALIZER LÚXUS	KL 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%

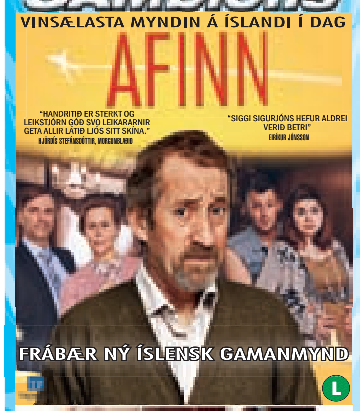
THE EQUALIZER	KL 6 - 10.15	16
PARÍS NORÐURSINS	KL 5.45 - 8	12
VONARSTRÆTI	KL 9	14

LAUGARÁS BÍÓ — ÞÚ FÆRÐ Coca-Cola Í LAUGARÁSBÍÓI

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

SAMbio.is

VINSÆLASTA MYNDIN Á ÍSLANDI Í DAG



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 ÍSLTAL	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	12
THE HUNDRED-FOOT JOURNEY	KL. 5:30 - 8	L
TÖFRAHÚSIÐ ÍSLTAL	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 ÍSLTAL	KL. 6	L
THE HUNDRED-FOOT JOURNEY	KL. 5:20 - 8 - 10:40	L

SAMBÍÓIN KEFLAVÍK

AFINN	KL. 8 - 10:20	L
THE EQUALIZER	KL. 8 - 10:40	16

SAMBÍÓIN AKUREYRI

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

TRYGGÐU ÞÉR MIÐA Á SAMbio.is

Í bólinu með tvíburasystrum

Amber Rose er sögð hafa komið að fyrrverandi eiginmanni sínum, Wiz Khalifa, í bólinu með tvíburasystrum. Náinn vinur Amber, plötusnúðurinn Peter Rosenberg, segir að hún hafi komið að Wiz í rúminu með fatahönnuðunum Jas og Ness Rose á heimili fjölskyldunnar og hafi í kjölfarið slitið sambandi þeirra. Hann sagði einnig að parið hefði verið búið að vera óhamingjusamt í einhvern tíma og vandræði hefðu verið í hjónabandinu. Amber hefur sjálf verið sökuð um að hafa haldið framhjá Wiz en vinurinn segir það af og frá.

Elskar samsæriskenningar

Raftónlistargoðsögnin Richard D. James, betur þekktur sem Aphex Twin, var spurður út í skoðanir sínar á stjórnmálum í nýlegu viðtali við Q Magazine. „Úff, hvar á maður eiginlega að byrja? Allur heimurinn er gjörsamlega „fokkt“, í stórum dráttum.“

Aphex, sem er reyndar þekktur fyrir mikinn grallaraskap, sagði síðan að hann væri handviss um að árásirnar á Tvíburaturnana hefðu verið skipulagðar af bandarískum stjórnvöldum og að hann tryði á Illuminati-samsærið. „Dót á netinu um Illuminati, hina nýju heimsmynd og geimverur er einfaldlega þúsund sinnum betra en hvaða vísindaskáldskapur sem er, jafnvel þótt það sé ekkert satt í því,“ sagði hann.

„Ég trúi þessu öllu í stórum dráttum. Þú mátt ekki bara trúa á hluti sem hægt er að sanna. Það er drepleiðinlegt.“ - þij

Fyrirvari á lækin

BAKÞANKAR
Atla Fannars Bjarkasonar

ÞAÐ hlaut að koma að því. Byrjað er að takast á um læk á Facebook fyrir dómstólum.

ÓLAFUR Garðarsson, verjandi Gísla Freys Valdórssonar í lekamálinu, sagði í Héraðsdómi Reykjavíkur í gær að Helgi Magnús Gunnarsson, saksóknari málsins, hefði tjáð afstöðu sína til málsins með því að læka Facebook-færslu um málið. Saksóknari væri vanhæfur og ætti því að víkja sæti. Þetta er ekki grín.

ÓLAFUR bætti við að fólk tjáði sig með því að læka. Þar með væri það sammála síðasta ræðumanni. Dómari í málinu spurði hvort þetta þýddi að sækjandi mætti ekki vera á Facebook. Ólafur sagðist hafa fengið svar frá Facebook hvað læk þýddi og á þeim forsendum ætti Helgi Magnús að víkja. Þetta gerðist í alvöru.

UM LEIÐ og ég bendi höfundum Áramótaskaupsins á þessa umræðu í héraðsdómi þá vil ég benda á veikleika í málflutningi Ólafs. Hann túlkar læk á aðeins einn hátt og afskrifar þar með stóran hluta af þeim lækum sem fólk setur á óteljandi ummæli og myndir á hverjum einasta degi. Hvað með t.d. djóklækið? passive-aggressive-lækið? Og vinsælasta lækið: meðvirknis-lækið.

FYRST það er byrjað túlka að læk fyrir dómstólum vil ég setja fyrirvara á læk sem koma frá mér í framtíðinni:

EF ÉG þekki þig er líklegt að ég læki eitthvað frá þér þrátt fyrir að mér líki í raun ekkert við það. Þá er ég í raun að læka þig og/eða vináttu okkar. Myndir úr sumarfríinu þínu læka ég til að opna á möguleika á að geta sett inn sams konar myndir sjálfur. Þó ég læki mynd af matnum þínum er ekki öruggt að mér finnist hann girnilegur og það er ekkert víst að mér líki eitthvað sérstaklega vel við börnin þín þótt ég læki myndirnar af þeim.

OG EF ég læka ummæli sem þú skilur eftir undir stöðuuppfærslu frá mér er líklegra að ég sé að læka viðleitni þína til að staðfesta tilveru mína á internetinu, frekar en að læka það sem þú sagðir. Sorrí.

Plötusnældur í Berlín

HEIMILDARMYND
★★★★☆

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

Titill: Sounds Queer

LEIKSTJÓRI: Dan Bahl

Sounds Queer er heimildarmynd um þrjá kvenkyns plötusnúða í höfuðborg teknósins, Berlín. Í myndinni er skyggnst inn í líf og störf þessara kvenna, Tama Sumo, Resom og Ena Lind, og við fáum innsýn í umhverfi þeirra þar sem karlar eru oftast yfirgnæfandi. Í þessu samhengi er þó rétt að minnast á óformlega könnun sem Fréttablaðið gerði í ágúst þar sem fram kom að um 45% plötusnúða sem tróðu upp í Reykjavík í mánuðinum voru kvenkyns.

Myndin verður sýnd frítt í kvöld kl. 20.30 á skemmtistaðnum Húrra og að sýningu lokinni verður haldið partí með þremur vinsælustu kvenkyns plötusnúðum Íslands, þeim DJ Yamaho, DJ Sunnu Ben og DJ Möggu Maack. Þetta er frábær mynd fyrir alla tónlistaráhugamenn, sérstaklega raftónlistarnörda en aðalpersónur segja frá því hvernig raftónlistin kom inn í líf þeirra og breytti því.

Myndin dregur upp afar áhugaverða mynd af Berlín og lífi þessara þriggja kvenna og vekur skemmtilegar spurningar um ástina á tónlist, vinnustétt plötusnúða og femínisma. - þij

SOUNDS QUEER Ein plötusnældanna sem myndin fjallar um.

RÚV DHL WOW Síminn

DAGSKRÁ RIFF
FIMMTUDAGURINN 2.10.
Allar upplýsingar á riff.is

TÍMI	STAÐUR	MYND
13:30	Bíó Paradís 1	Kennslustundin
13:30	Bíó Paradís 2	Í skothríð skal skjóta til baka!
14:00	Bíó Paradís 3	Leyndardómar vörðunnar í norðri
15:30	Bíó Paradís 1	Timbúktú
15:30	Bíó Paradís 2	Kebab og stjörnuspá
16:00	Bíó Paradís 3	Ballettstrákar
17:30	Bíó Paradís 1	Ludo
17:30	Bíó Paradís 2	Touma húsið Q&A
18:00	Bíó Paradís 3	Heiðarlegur lygari Q&A
18:00	Háskólabíó 2	Þau hafa flúið Q&A
18:00	Háskólabíó 3	Við götuna Q&A
18:00	Tjarnarbíó	Gullna eggið B
19:30	Bíó Paradís 1	Dulið stríð Q&A
19:30	Bíó Paradís 2	Áður en ég hverf
20:00	Norræna húsið	Grænlenskar og færeyskar stuttmyndir
20:00	Bíó Paradís 3	Fuglaþingið Q&A
20:00	Tjarnarbíó	Íslenskar stuttmyndir 3
20:15	Háskólabíó 2	Maísey Q&A
20:20	Háskólabíó 3	Hættulegur leikur Q&A
20:30	Húrra	Þær þeyta
21:45	Bíó Paradís 2	Ástarhreiðrið Q&A
22:00	Bíó Paradís 1	Menningarvíman
22:00	Bíó Paradís 3	Litla fluga, fljúgðu hátt
22:00	Tjarnarbíó	Íslenskar stuttmyndir 2
22:30	Háskólabíó 2	Lifi frelsið
22:30	Háskólabíó 3	Monsún

SÉRVIÐBURÐIR & PALLBORÐSUMRÆÐUR

13:00	Norræna húsið	14 dagbækur úr stríðinu mikla 1. og 2. hluti
15:00	Norræna húsið	14 dagbækur úr stríðinu mikla 3. og 4 hluti
17:00	Norræna húsið	Umræður: Að markaðssetja stríð. Ókeypis!
20:00	Molinn Kópavogur	Einnar mínútu myndanámskeið (16-25 ára) Ókeypis!

JALANAN

Við götuna segir ótrúlega sögu Boni, Ho og Titi, þriggja hæfileikaríkra og heillandi götulistamanna í Jakarta á fimm erfiðum árum bæði í eigin lífi sem og heimalandsins Indónesíu.

Reykjavík International Film Festival

Sýningarstaðir:
HÁSKÓLABÍÓ, BÍÓ PARADÍS, TJARNARBÍÓ og NORRÆNA HÚSIÐ

ELLE MCPHERSON Fyrirsætan segist miklu sáttari með sjálfa sig í dag heldur en þegar hún var tvítug.

Ánægð með aldurinn

Ofurfyrirsætan Elle Mcpherson segist ekki óttast að eldast. Hún er ánægð með að vera fimmtug og segir að fegurðin komi að innan.

„Mig langar ekki að vera ung, mig langar að vera falleg. Eins falleg og ég get verið, auðvitað geri ég það en það kemur ekki út frá því að vera ung. Þegar ég horfi á myndir af mér frá því ég var ung þá sé ég að bros mitt var ekki ekta af því það var skemmt því ég var með svo lítið sjálfstraust. Ég þekkti ekki einu sinni sjálfa mig á sumum myndum af mér frá því ég var yngri,“ segir Elle um aldurinn í viðtali við tímaritið Red og heldur áfram: „Þegar ég horfi á myndir af mér í dag þá þá hugsa ég já, þetta er sú sem ég er. Ég er ekki tvítug. Ég er fimmtug. Mér líður vel. Ég elska börnin mín og ég elska eiginmann minn. Ég elska líf mitt. Það er það sem ég einbeiti mér að.“

…R // SPENNUSÖGUR // ÆVISÖGUR // BARNABÆKUR // MATREIÐSLUBÆKUR // HANDAVINNUBÆKUR // SJÁLFSHJÁLPARBÆKUR

// LJÓÐABÆKUR // ÆVINTÝRABÆKUR // FRÆÐIBÆKUR // HANDBÆKUR // FERÐABÆKUR // RÓMANTÍSKAR BÆKUR // UNGLINGABÆKUR // SKÁLDSÖGUR // SPENNUSÖGUR //

// BARNABÆKUR // MATREIÐSLUBÆKUR // HANDAVINNUBÆKUR // SJÁLFSHJÁLPARBÆK…

VERÐHRUN!

RÝMINGARSALA BÓKAÚTGEFENDA

BORGARTÚNI 29

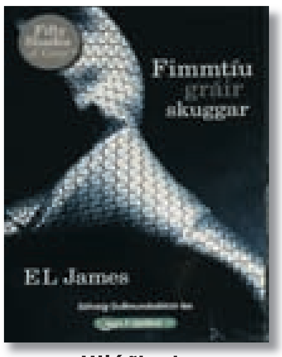
OPIÐ KL. 10-18 ALLA DAGA

KOMDU OG GERÐU FRÁBÆR KAUP!

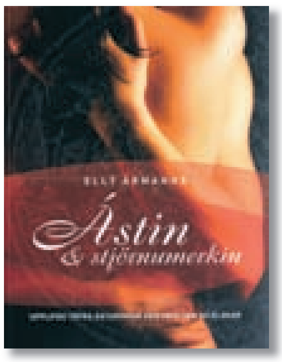
ALDREI MEIRA ÚRVAL!

OG NÚ ENN LÆGRA VERÐ!

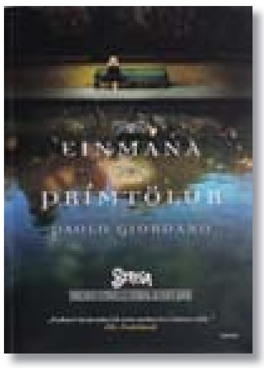
ALLT AÐ 90% AFSLÁTTUR!



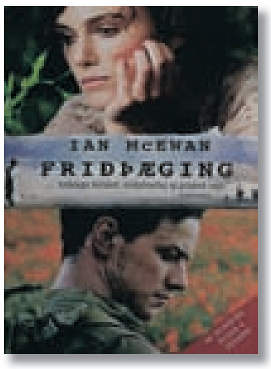
Hljóðbækur
Verð frá
490,-



490,-



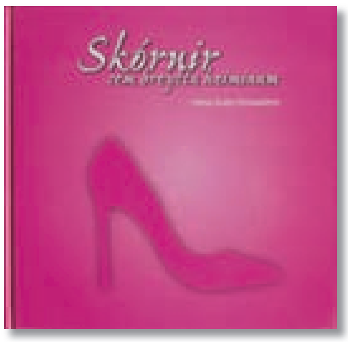
490,-



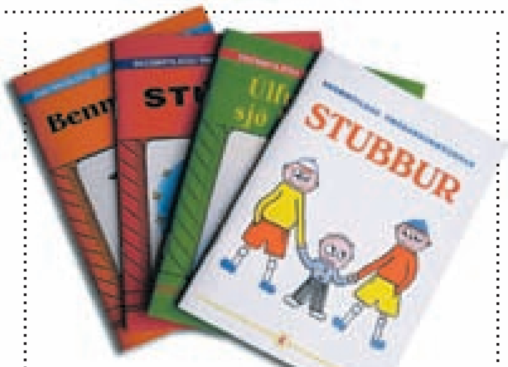
490,-

290,-

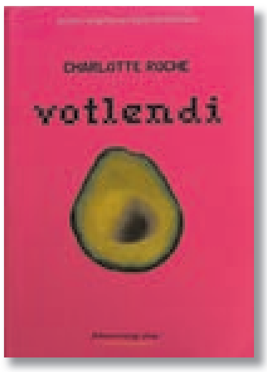
290,- STK



390,-



Skemmtilegu
Smábarnabækurnar
380,- STK.



99,-

BÆKUR FRÁ ÖLLUM HELSTU ÚTGEFENDUM LANDSINS!

SPORT

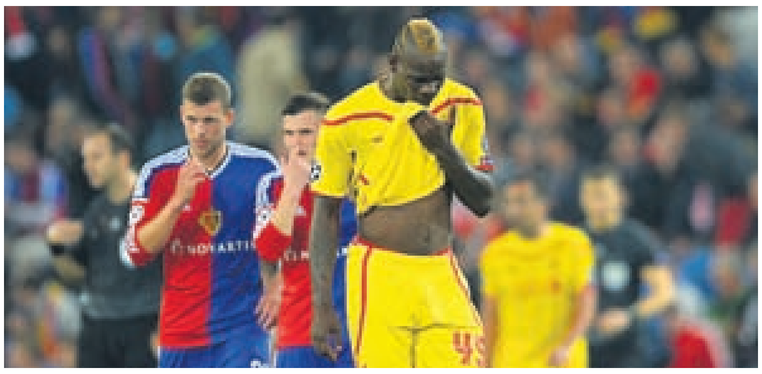
2 DAGAR Í ÚRSLITALEIK OG

HEIMIR GUÐJÓNSSON, þjálfari FH-liðsins, gæti kannski freistast til að henda Atla Viðari Björnssyni inn í byrjunarliðið fyrir úrslitaleikinn á móti Stjörnunni á laugardaginn en Atli Viðar hefur skorað þrjú mörk í síðustu tveimur leikjum sínum á móti Stjörnunni þar af tvö þeirra í lokaumferðinni fyrir ári síðan. Atli Viðar hefur ekki verið í byrjunarliði FH í undanförnum sjö leikjum eða síðan á móti ÍBV 10. ágúst. Atli Viðar spilaði allan leikinn í Eyjum en síðan hefur sigursælasti (6 Íslandsmeistaratitlar) og markahæsti leikmaður FH-liðsins (98 mörk í efstu deild) aðeins fengið að spila í 64 mínútur af 630 mögulegum (10 prósent) í undanförnum sjö leikjum FH í Pepsi-deildinni. Atli Viðar hefur skorað 8 mörk í 17 leikjum í Pepsi-deildinni í sumar þar af 6 þeirra í fyrstu 9 leikjum hans í sumar.

Liverpool missteig sig gegn Basel í Sviss

FÓTBOLTI Marco Streller sá til þess að Liverpool náði ekki að fylgja eftir sigri sínum á Ludogorets í fyrstu umferð Meistaradeildar Evrópu. Basel hafði betur gegn þeim ensku á heimavelli í gær, 1-0, og skoraði Streller markið af stuttu færi í upphafi síðari hálfleiks. Real Madrid slapp með skrekkinn gegn Búlgörunum og unnu 2-1 sigur.

Arsenal vann svo góðan 4-1 sigur á Galatasaray í D-riðli þar sem að Danny Welbeck skoraði sína fyrstu þrennu á ferlinum. Wojciech Szczesny, markvörður Arsenal, fékk þó rautt spjald í leiknum. - esá



SVEKKJANDI Mario Balotelli og félagar voru niðurlútir eftir tapið. FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY

ÚRSLIT

MEISTARADEILD EVRÓPU

A-RIÐILL

MALMÖ - OLYMPIAKOS 2-0
1-0 Markus Rosenberg (42.), 2-0 Markus Rosenberg (82.).

ATLETICO MADRID - JUVENTUS 1-0
1-0 Arda Turan (74.)

Staðan: Juventus 3, Atletico Madrid 3, Malmö 3, Olympiakos 3.

B-RIÐILL

BASEL - LIVERPOOL 1-0
1-0 Marco Streller (52.).

LUDOGORETS - REAL MADRID 1-2
1-0 Marcelinho (6.), 1-1 Cristiano Ronaldo, víti (25.), 1-2 Karim Benzema (77.).

Staðan: Real Madrid 3, Basel 3, Liverpool 3, Ludogorets 0.

C-RIÐILL

ZENIT ST. PÉTURSBORG - MONACO 0-0

BAYER LEVERKUSEN - BENFICA 3-1
1-0 Stefan Kießling (25.), 2-0 Son Heung-Min (34.), 2-1 Eduardo Salvio (62.), 3-1 Hakan Calhanoglu (64.).

Staðan: Zenit 4, Monaco 4, Leverkusen 3, Benfica 0.

D-RIÐILL

ARSENAL - GALATASARAY 4-1
1-0 Danny Welbeck (22.), 2-0 Danny Welbeck (30.), 3-0 Alexis Sánchez (41.), 4-0 Danny Welbeck (52.), 4-1 Burak Yilmaz, víti (63.).

ANDERLECHT - DORTMUND 0-3
0-1 Ciro Immobile (3.), 0-2 Adrián Ramos (69.), 0-3 Adrián Ramos (79.).

Staðan: Dortmund 6, Arsenal 3, Anderlecht 1, Galatasaray 1.

visir.is
Meira um leiki gærkvöldsins

Frábært tækifæri fyrir mig

Bandaríkjamaðurinn Rick Story er fullviss um að hann muni gera Gunnari Nelson lífið leitt er þeir mætast í búrinu í Stokkhólmi á laugardag. Story ætlar að sanna ýmislegt í þessum bardaga.

Henry Birgir Gunnarsson
henry@frettabladid.is
Frá Stokkhólmi

MMA „Ég mæti nokkuð bjartsýnn til leiks enda veit ég vel hvað ég get,“ segir Bandaríkjamaðurinn Rick Story öruggur með sig er hann settist niður með blaðamanni Fréttablaðsins á Grand-hótelinu í Stokkhólmi í gær.

Story er ekki maður mikill vexti og ekkert sérstaklega ógnandi heldur. Þetta er viðkunnanlegur náungi sem reyndi að gefa af sér á fjölmiðladeginum í gær þó svo hann væri augljóslega dauðþreyttur.

„Ég veit vel að Gunnar er að æfa eins og skepna til þess að vinna enn einn bardagann. Ég held aftur á móti að það verði mjög erfitt fyrir hann að vinna mig.“

Story er orðinn þrítugur og gríðarlega reyndur í MMA eða blönduðum bardagalistum. Fyrir fjórum árum lagði hann ríkjandi meistara í veltivigtinni, Johny Hendricks, þannig að hér er enginn aukvisi á ferð. Hvern telur hann vera lykilinn að því að vinna Gunnar?

Lykillinn að endast

„Ég held að lykillinn að því að leggja Gunnar sé að komast í seinni lotur bardaga með honum. Þannig er hægt að reyna á þol hans. Þegar þrek hans fer að þverra þá gef ég í og næ yfirhöndinni,“ sagði Story ákveðinn og trúði því sem hann var að segja. „Það er eitt af lykilatriðunum við að vinna Gunnar en ég mun ekki gefa meira upp í bili,“ sagði Story og glotti við tönn.

Story segist venjulega vilja þreyta andstæðinga sína og segir að bæði hann og Gunnar vilji fara varlega inn í sína bardaga.

„Það segja allir að við förum báðir rólega af stað en kannski breyti ég til núna og fer af fullum krafti strax frá upphafi. Við ætlum ekki að láta neinum leiðast. Ég fer aldrei með það að markmiði í hringinn að lenda í leiðinlegum bardaga. Ég mun gera mitt besta til þess að skemmta fólkinu. Ég verð mættur í búrið til þess að reyna að klára bardagann.“

> Þegar þrek hans fer að þverra þá gef ég í og næ yfirhöndinni.
> *Rick Story, UFC-bardagakappi*

Sanna mig með sigri

Story hefur unnið þrjá af síðustu fimm bardögum sínum og sigur gegn Gunnari gæti kveikt nýtt líf í UFC-ferli hans.

„Þetta er frábært tækifæri fyrir mig til þess að komast upp styrkleikalistinn. Þetta er aðalbardagi og gegn Gunnari sem hefur aldrei tapað í UFC. Gunnar er alvöru maður en ef ég vinn þá sýni ég fólki að ég á heima á meðal tíu efstu manna í okkar flokki.“

Story hefur aðeins einu sinni hitt Gunnar og þekkir hann ekki. Hann segist þó vita að Gunnar sé geðþekkur náungi. „Ég hef séð hann í viðtölum og hitti hann við komuna hingað. Hann virðist hafa svipaðan persónuleika og ég. Ég ber engan illan hug til Gunnars en þegar við förum í hringinn þá tekur grimmdin við. Við getum verið vinir eftir bardagann og það er ekkert mál. En þegar búrinu er lokað þá erum við ekki vinir.“

ÆTLAR SÉR SIGUR Rick Story sagði blaðamönnum sögu sína í Stokkhólmi í gær. FRÉTTABLAÐIÐ/BÖDDI

UFC-SAGA STORY

UNNIR BARDAGAR	**10 (63 PRÓSENT)**
Fullnaðarsigrar	4
Sigur á stigum	6
TAPAÐIR BARDAGAR	**6 (37 PRÓSENT)**
Tap á stigum	5
Fullnaðartöp	1

ÖFLUGUR Sigurðar verður sárt saknað í Grindavík. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Sigurður til Svíþjóðar

KÖRFUBOLTI Miðherjinn Sigurður Gunnar Þorsteinsson er genginn til liðs við sænska úrvalsdeildarfélagið Solna Vikings en hann skrifaði undir eins árs samning við félagið í gær.

Logi Gunnarsson og Helgi Már Magnússon léku báðir með félaginu á sínum tíma en keppni í sænsku úrvalsdeildinni hófst í vikunni. Solna leikur sinn fyrsta leik á tíambilinu á sunnudag.

„Þetta er það sem flestir vilja, að fara eitthvert annað og sjá hvort maður getur eitthvað. Ég hafði komandi landsliðsár líka í huga. Mig langaði að taka næsta skref og það hjálpar mér að undirbúa mig fyrir Evrópumótið á næsta ári,“ sagði Sigurður sem heldur utan í dag eða á morgun. - iþs

Mig langar að fara út fyrir næsta tímabil

Hin 19 ára gamla Glódís Perla Viggósdóttir er í lykilhlutverki hjá Stjörnunni og íslenska landsliðinu.

FÓTBOLTI Í gær gerði Knattspyrnusamband Íslands upp Pepsi-deild kvenna með viðhöfn í höfuðstöðvum Ölgerðarinnar. Það kom fáum á óvart að Harpa Þorsteinsdóttir skyldi vera valinn besti leikmaðurinn.

Harpa, sem skoraði 27 mörk í 18 leikjum í Pepsi-deildinni, fékk einnig verðlaun fyrir flottasta mark sumarsins auk þess hún var valin í lið ársins. Íslands- og bikarmeistarar Stjörnunnar áttu fjóra aðra fulltrúa í liði ársins: Sigrúnu Ellu Einarsdóttur, Söndru Sigurðardóttur, Önnu Björk Kristjánsdóttur og Glódísi Perlu Viggósdóttur.

Sú síðastnefnda er aðeins 19 ára gömul, en býr samt yfir mikilli reynslu. Hún lék sinn fyrsta mótsleik með meistaraflokki HK/Víkings í febrúar 2009, þá aðeins 13 ára gömul. Hún gekk í raðir Stjörnunnar fyrir tímabilið 2012 og hefur síðan þá leikið 50 deildarleiki fyrir Garðabæjarliðið og skorað fimm mörk.

Glódís varð bikarmeistari með Stjörnunni á sínu fyrsta tímabili hjá liðinu (2012), Íslandsmeistari árið eftir og í ár varð Stjarnan tvöfaldur meistari í fyrsta sinn í sögu félagsins. Glódís, sem leikur jafnan í stöðu miðvarðar, er að vonum ánægð með uppskeru sumarsins:

„Við erum hrikalega ánægðar og stoltar af þessum árangri sem við höfum náð. Við settum okkur það markmið fyrir tímabilið að verða tvöfaldir meistarar og gera betur en í fyrra og það gekk eftir,“ sagði Glódís.

Glódís æfði með sænsku meisturunum í Rosengård í janúar, en hún segist ekki hafa heyrt frá félaginu undanfarið.

„Ég er með samning við Stjörnuna sem gildir út tímabilið og við eigum eftir að spila í Meistaradeildinni og ætlum að reyna að komast sem lengst þar. Svo ætla ég bara að sjá hvað gerist,“ sagði Glódís sem segir að spila sem atvinnumaður í nánustu framtíð.

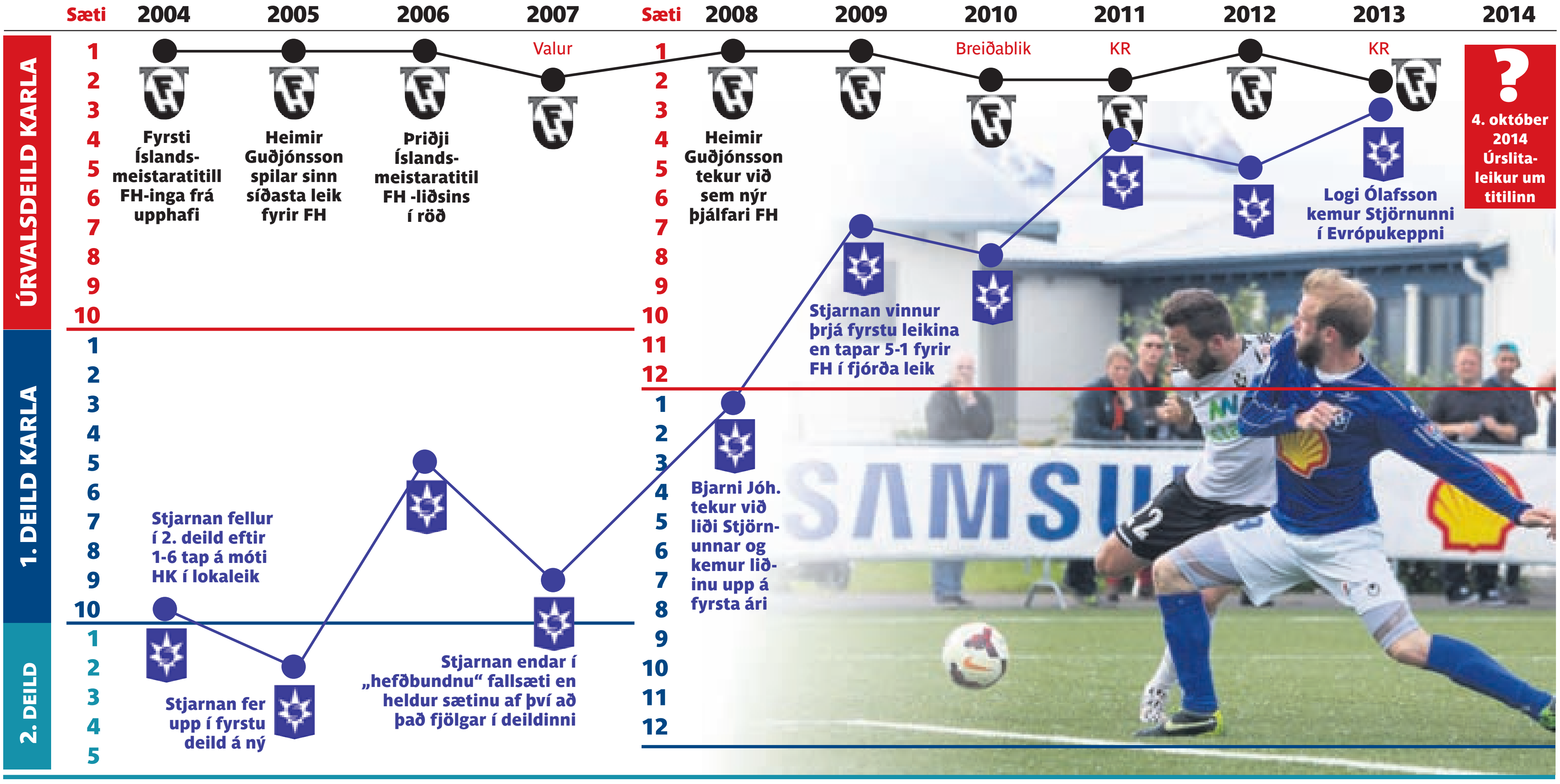
„Mig langar að fara út fyrir næsta tímabil, en maður veit aldrei hvað býðst. Ég ætla ekki að fara út bara til þess að fara út. Ég ætla að fara út til að bæta mig sem knattspyrnukona,“ sagði Glódís sem segir að deildirnar í Svíþjóð og Þýskalandi heilli mest.

Glódís er einnig lykilmaður í íslenska landsliðinu. Hún hefur leikið 25 A-landsleiki, en ellefu þeirra voru á þessu ári. Hún skoraði einnig sitt fyrsta mark fyrir landsliðið á árinu, en gerði annað mark Íslands í 9-1 sigrinum á Serbíu í lokaleik ársins. Glódís segist sátt með árið hjá landsliðinu. „Þetta var gott landsliðsár – það var allavega mín upplifun. Við náðum að bæta okkur heilan helling á árinu og liðið var að mikilli siglingu. Framtíðin er björt.“ - iþs

SIGURSÆL Glódís með verðlaunin sem hún fékk fyrir að vera í liði ársins. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

ALLT ÚRVALIÐ Í 40 ÁR
MIÐNÆTURFJÖR
Í SMÁRALIND
20% AFSLÁTTUR
AF ÖLLUM VÖRUM
Í ÖLLUM VERSLUNUM ÚTILÍFS
FJÖLBREYTT DAGSKRÁ
Í SMÁRALIND FRÁ KL 19-22:
NIKE
Sérfræðingur á staðnum, einn heppinn viðskiptavinur fær Nike vörurnar sínar endurgreiddar.
UNDER ARMOUR
Ráðgjöf við val á hlaupa- og æfingatoppum (ert þú í réttri stærð?).
CASALL
Guðbjörg Finnsdóttir íþróttafræðingur verður með ráðgjöf.
SPEEDO
Sérfræðingur á staðnum.
HJÓLADEILD
Sérfræðingur á staðnum 30%-40% afsláttur af völdum reiðhjólum.
COMPRESSPORT
Sérfræðingur á staðnum.
ADIDAS
Hlauparar koma og kynna Boost hlaupaskóna frá Adidas.
HUMMEL
Kynning á Hummel barnafatnaði.
BROOKS
Sérfræðingur á staðnum.
OPIÐ TIL MIÐNÆTTIS Í SMÁRALIND
ÚTILÍF
síðan 1974
GLÆSIBÆ
KRINGLUNNI
SMÁRALIND
utilif.is
ÁRNASYNIR

SÍÐASTI ÁRATUGUR FH OG STJÖRNUNNAR



Hittast á toppnum eftir ólíkan áratug

FH og Stjarnan mætast í hreinum úrslitaleik um Íslandsmeistaratitilinn í Kaplakrika á laugardaginn en gengi liðanna síðasta áratuginn hefur verið eins ólíkt og hugsast getur. FH hefur verið við toppinn allan tímann en Stjarnan farið úr 2. deild inn í leik um titilinn.

Óskar Ó. Jónsson
ooj@frettabladid.is

FÓTBOLTI Fyrir rétt rúmum tíu árum tók Heimir Guðjónsson við Íslandsbikarnum fyrstur FH-inga eftir að FH vann 2-1 sigur á KA á Akureyri í lokaumferð úrvalsdeildar karla 2004 en aðeins tveimur dögum fyrr höfðu Stjörnumenn fallið niður í C-deildina eftir 1-6 skell á móti HK.

FH hefur ekki hafnað neðar en í öðru sæti síðan þá og á sama tíma hafa Stjörnumenn byggt upp lið frá því að keppa í 2. deildinni í að vera einum leik frá fyrsta Íslandsmeistaratitlinum í sögu félagsins.

22 sæti á milli liðanna 2005

Nú tíu árum síðar er framundan hreinn úrslitaleikur um Íslandsmeistaratitilinn á milli FH og Stjörnunnar, tveggja liða sem meira en tuttugu sæti skildu að í töflunni sumarið 2005 þegar FH lék í úrvalsdeildinni en Stjarnan í 2. deild.

Það er því magnað að bera saman gengi nágrannafélaganna sem horfa hvort til annars yfir hraunið á milli Garðabæjar og Hafnarfjarðar.

Á sama tíma og FH-ingar hafa unnið sex Íslandsmeistaratitla og endurskrifað íslensku knattspyrnusöguna hvað varðar stöðugleika á toppnum hafa Stjörnumenn stigið hvert risastóra skrefið á eftir öðru í sögu síns félags. Fyrsti bikarúrslitaleikurinn, fyrsti Evrópuleikurinn og fyrsta verðlaunasætið standa vissulega upp úr í dag en á laugardaginn er tækifæri til að stíga langstærsta skrefið með því að koma með Íslandsbikarinn í fyrsta sinn í Garðabæinn.

Heimir með öll árin

Heimir Guðjónsson er eini FH-ingurinn sem hefur tekið þátt í öllum þessum tólf verðlaunatímabilum FH-liðsins (frá 2003), fyrst sem fyrirliði (þrjú sumur), þá sem aðstoðarþjálfari (tvö sumur) og loks sem aðalþjálfari liðsins undanfarin sjö sumur. Heimir varð á dögunum fyrsti þjálfarinn til að vinna hundrað leiki með sama félagi í efstu deild og á nú möguleika á að gera FH-inga að Íslandsmeisturum í fjórða sinn. Liðið vann þrjá fyrstu titlana undir stjórn Ólafs Jóhannessonar en undir stjórn Heimis hefur liðið haldið sér á toppnum.

Atlarnir lengi að

Atlarnir, Atli Viðar og Atli Guðna, hafa verið viðloðandi FH-liðið allan þennan tíma en Atli Viðar Björnsson hefur tekið þátt í öllum Íslandsmeistaratitlum FH-liðsins og getur því unnið sinn sjöunda Íslandsmeistaratitil um helgina. Atli Guðnason spilaði einn leik titilsumarið 2004 en var í láni hjá Fjölni þegar FH vann titilinn 2005. Atli Guðnason hefur verið algjör lykilmaður á bak við síðustu tvo titla Hafnarfjarðarliðsins.

Það hafa fleiri þjálfarar komið að uppgangi Stjörnumanna en upphaf velgengninnar má rekja til þess þegar Bjarni Jóhannsson tók við liðinu haustið 2007. Stjarnan hafði þá endað í 9. sæti í 1. deildinni og hefði fallið í 2. deildina ef ekki hefði verið fjölgað í efstu tveimur deildunum. Bjarni fór upp með Stjörnuna á fyrsta ári og liðið endaði í 7. sæti á fyrsta ári í Pepsi-deildinni eftir sannkallaða spútnikbyrjun.

Stjörnumenn buðu alltaf upp á mikla skemmtun í tíð Bjarna, hver man ekki eftir öllum fögnunum sem fóru sigurför um netheima eða öllum markaleikjunum þar sem áhættusamur leikur Garðbæinga kom margoft í bakið á þeim.

Logi þétti vörnina

Logi Ólafsson náði að fylla í götin í varnarleiknum á sínu eina tímabil og var líka fyrsti þjálfarinn sem kom liðinu í Evrópukeppni. Rúnar Páll Sigmundsson aðstoðaði Loga í fyrra og honum hefur síðan tekist að byggja ofan á það góða verk.

Það hafði samt örugglega enginn Stjörnumaður búist fyrirfram við Ævintýrasumrinu 2014. Evrópukeppnin kom liðinu í heimspressuna og liðið er nú enn taplaust eftir 21 umferð í Pepsi-deildinni. Einn sigur í viðbót og Íslandsmeistaratitillinn er Garðbæinga.

Í Stjörnuliðinu í dag er einn leikmaður sem upplifði það að falla með liðinu í 2. deild fyrir tíu árum. Daníel Laxdal var þá aðeins 18 ára en spilaði fimm leiki með Stjörnuliðinu í 1. deildinni. Daníel var ekki með meistaraflokknum sumarið eftir en hefur verið fastamaður í liðinu frá og með 2006-tímabilinu. Daníel hefur spilað 129 af 131 leik Stjörnuliðsins síðan liðið kom upp í Pepsi-deildina 2009.

Stjörnuliðið hefur þegar gert þetta að einstöku sumri í sögu Garðabæjarfélagsins og nú reynir á hvort Stjörnumenn séu saddir eða hvort þeir verði tilbúnir að mæta sigurhefð FH-liðsins af fullum krafti í Krikanum. FH-Mafían, Silfurskeiðin og aðrir íslenskir knattspyrnuáhugamenn bíða spenntir. Það lætur sig enginn vanta þegar úrslitin ráðast í Pepsi-deildinni 2014. ooj@frettabladid.is

Manchester City enn í vandræðum í Meistaradeildinni

Stjörnum prýtt lið Manchester City er bara með eitt stig eftir tvo leiki í þriðja sinn á síðustu fjórum árum í Meistaradeild Evrópu.

FÓTBOLTI Besta lið ensku úrvalsdeildarinnar síðustu ár hefur ekki verið nógu gott fyrir Meistaradeildina og ljósbláu mönnunum frá Manchester gengur enn illa að breyta þeirri hefð.

Stjörnum prýtt lið Manchester City hefur unnið ensku deildina tvisvar sinnum á síðustu þremur tímabilum en á sama tíma hefur ekkert gengið í Evrópu. Það kemur því ekki á óvart að knattspyrnuspekingar skrifi og tali um mikla ráðgátu í umfjöllun sinni um Meistaradeildarútgáfu Manchester City.

Manchester City gerði 1-1 jafntefli á heimavelli í fyrrakvöld þegar ítalska liðið Roma kom í heimsókn. City-liðið er nú í hættu á að sitja eftir í riðlakeppni Meistaradeildarinnar í þriðja sinn á fjórum árum.

„Þetta var mjög mikilvægur leikur og það er aldrei gott að tapa tveimur stigum á heimavelli. Við vorum að mæta sterku liði og spiluðum ekki nógu vel,“ sagði Manuel Pellegrini, knattspyrnustjóri Manchester City, á blaðamannafundi efir leikinn. „Ég lofa því að við munum berjast fyrir þeim tólf stigum sem eru í boði hér eftir og svo sjáum við bara hvaða lið komast áfram. Við berjumst allt til enda,“ sagði Pellegrini.

Manchester City hefur aðeins einu sinni náð þremur stigum út úr fyrstu tveimur leikjum sínum í Meistaradeildinni í fyrra þegar liðið komst í fyrsta og eina skiptið upp úr sínum riðli.

Leikmenn Manchester City náðu heldur ekki að vinna fyrsta heimaleikinn sinn í Meistaradeildinni en það hefur ekki tekist hjá þessu vel mannaða liði á þessum fjórum tímabilum liðsins í Meistaradeildinni.

Manchester City hefur aðeins náð í eitt stig af sex mögulegum og er nú þremur stigum á eftir Roma sem er í öðru sætinu. Bayern München er í góðum málum með fullt hús á toppi riðilsins. „Við erum samt bara þremur stigum á eftir Roma og nú verðum við bara að fara til Rússlands og vinna,“ sagði Pellegrini

Næstu tveir leikir Manchester City í Meistaradeildinni eru á móti CSKA Moskvu og ekkert minna en sex stig dugir fyrir lokabaráttuna við Bayern München og Roma um sæti í sextán liða úrslitunum. - óój

SVEKKJANDI Sergio Aguero og félagar eru enn á ný í vandræðum í Meistaradeildinni. MYND/GETTY

FYRSTI HEIMALEIKUR MANCHESTER CITY Í MEISTARADEILDINNI

2014-15	1-1 JAFNTEFLI VIÐ ROMA
2013-14	1-3 TAP FYRIR BAYERN MÜNCHEN
2012-13	1-1 JAFNTEFLI VIÐ BORUSSIA DORTMUND
2011-12	1-1 JAFNTEFLI VIÐ NAPOLI

STIG MAN.CITY Í FYRSTU TVEIMUR LEIKJUNUM Í MEISTARADEILDINNI

2014-15	1 STIG AF 6 MÖGULEGUM (?)
2013-14	3 STIG AF 6 MÖGULEGUM (2. SÆTI Í RIÐLINUM - KOMST ÁFRAM Í 16 LIÐA ÚRSLIT)
2012-13	1 STIG AF 6 MÖGULEGUM (4. SÆTI - ÚR LEIK)
2011-12	1 STIG AF 6 MÖGULEGUM (3. SÆTI - ÚR LEIK)

AÐEINS Í 3 DAGA

Meistara mánuður | tilboð

fimmtud. 2 okt.
föstudag 3 okt.
laugard. 4. okt.

komdu og gerðu betri kaup!

maxifuel

20% afslátttur

VIPER ACTIVE
Úthugsaður orkudrykkur sem hleður orku, steinefnum og amínosýrum hratt og vel inn í vöðvana. Kemur í veg fyrir ofþornun, slappleika, vöðvakrampa og niðurbrot á vöðvum. Viperactive er hinn fullkomni orkudrykkur til að nota á æfingu, sama hvort þú ert að hjóla, hlaupa eða ganga.

RECOVERMAX
er einn virkasti endurhleðsludrykkurinn á markaðinum í dag. Þessi einstaka blanda af kolvetnum og próteinum hjálpar líkamanum að endurhlaða orkubirgðir sínar. Notkun Recovermax með reglubundunum æfingum getur gefið þér bættan árangur, m.a. aukinn vöðvastyrk, aukið úthald og minnkað vöðvaþreytu.

Pakkaverð kr. 12.485.-
9.988

VIPER ELECTRO
Maxifuel steinefna- og salt töflurnar eru hannaðar með þarfir íþróttamanna í huga en töflurnar eru góð leið til þess að endurhlaða steinefna og saltbirgðir líkamans án þess að fá inn óþarfa kaloríur. 14 skammtar

THE PROTEIN WORKS

25% afslátttur

RASPBERRY KETONES 60 belgir
frábær stuðningur við fitubrennslu
+ GREEN TEA ULTRA 90 BELGIR
Verð kr. 5.298.-
3.974

THE PROTEIN WORKS

20% afslátttur

CLA 120 BELGIR 1000 mg
frábær stuðningur við fitubrennslu +
ELITE WOMAN VÍTAMIN 60 BELGIR
Verð kr. 5.998.-
4.798

MAXIMUSCLE

PROMAX NATURAL
Háhreinsuð blanda mysupróteina sem tryggir hámarks aminósýruflæði og ndurhleðslu. Sérstaklega gott í meltingu!

Promax Natural 908 g
Verð kr. 7.995.-
3.998 50% afslátttur

Promax 908 g Verð kr. 7.995.-
5.996 25% afslátttur

15% afslátttur

WHEY PROTEIN 80 - 2 kg.
Gæðaprótein á fáránlegu verði!
Verð kr. 7.999.-
15% afslátttur **6.799**

WHEY PROTEIN 80 - 1 kg.
Gæðaprótein á fáránlegu verði!
Verð kr. 4.999.-
20% afslátttur **3.999**

WHEY PROTEIN 80 - 500 g
Gæðaprótein á fáránlegu verði!
Verð kr. 2.999.-
20% afslátttur **2.399**

15% afslátttur

KREATÍN - 500 g
Kreatín á fáránlegu verði!
Verð kr. 1.999.-
1.699

20% afslátttur — 25% afslátttur

PhD GREENS 330 g
Verð kr. 6.995.-
5.596

PhD VMX PRE WORKOUT 400 g
Frábært fyrir æfingu
Verð kr. 7.995.-
5.996

25% afslátttur

WHEY SMOOTHIE 1 kg
Verð kr. 6.999.-
4.899

WHEY SMOOTHIE 500 g
Verð kr. 3.999.-
2.999

30% afslátttur

30% afslátttur

RAZE PRE WORKOUT
500 g - 40 skammtar
Frábært fyrir æfingu
Verð kr. 6.999.-
4.899

allt fyrir kroppinn
HREYSTI
í 26 ár
1988 - 2014

Komdu og fáðu ráðleggingar hjá fagfólki

allt fyrir kroppinn
HREYSTI
Skeifunni 19 - S. 568 1717
NETVERSLUN: WWW.HREYSTI.IS
OPIÐ MÁN - FÖST.10:00 - 18:00 - LAUGARD. 11:00 - 16:00
Sendum um land allt.

KORTER.IS

DAGSKRÁ

Í KVÖLD

Stöð 2 kl. 20.15
Sósa og salat

Friðrik Dór Jónsson stýrir skemmtilegum þættum þar sem hann heimsækir veitingastaði og kynnir sér hvernig bestu réttirnir eru matreiddir. Girnilegur og gómsætur þáttur í anda Diners, Drive-ins and Dives sem notið hefur mikilla vinsælda á Food Network.

Undateable

STÖÐ 2 KL. 19.50 Glæný gamanþáttaröð um nokkra vini sem eru að leita að stóru ástinni en vantar sárlega smá hjálp. Danny Burton er myndarlegur og öruggur með sjálfan sig. Hann ákveður að aðstoða vini sína í ástamálunum en þarf sjálfur á bráðri hjálp að halda.

Masterchef

STÖÐ 2 KL. 20.35 Stórskemmtilegur matreiðsluþáttur með Gordon Ramsay í forgrunni þar sem áhugakokkar keppast við að vinna bragðlauka dómnefndarinnar á sitt band.

Modern Family

GULL KL. 19.50 Þriðja 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 suður-ameríska fegurðardís.

X 977 kl. 08.00
Harmageddon

Þeir Frosti og Máni koma þér inn í daginn með þjóðmálaumræðu og góðri tónlist.

STÖÐ 2

07.00 Barnatími Stöðvar 2
08.05 Wonder Years *(2/17)*
08.30 Jamie's American Road Trip
09.20 Bold and the Beautiful
09.40 Doctors
10.20 60 mínútur
11.05 Nashville
11.50 Harry's Law
12.35 Nágrannar
13.00 Labor Pains
14.45 The O.C.
15.30 iCarly
15.55 Back in the Game
16.20 The New Normal
16.45 New Girl
17.10 Bold and the Beautiful
17.32 Nágrannar
17.57 Simpson-fjölskyldan
18.23 Veður
18.30 Fréttir Stöðvar 2
18.47 Íþróttir
18.54 Ísland í dag
19.11 Veður
19.20 Fóstbræður
19.50 Undateable Glæný gamanþáttaröð um nokkra vini sem eru að leita að stóru ástinni en vantar sárlega smá hjálp.
20.15 Sósa og salat
20.35 Masterchef USA
21.20 NCIS
22.05 The Blacklist
22.50 Person of Interest
23.35 Rizzoli and Isles
00.20 The Knick
01.05 The Killing
01.50 NCIS. Los Angeles
02.30 Louie
02.55 Death Race. Inferno
04.35 Undateable
04.55 Fóstbræður
05.25 Fréttir og Ísland í dag

SPORT *besta sætið*

07.15 Meistarad. - Meistaramörk
08.00 Zenit - Monaco
09.40 Arsenal - Galatasaray
11.20 Atletico Madrid - Juventus
13.00 Basel - Liverpool
14.40 Moto GP - Spánn
15.55 Krasnodar - Everton BEINT
18.05 Búrið
18.30 Þýsku mörkin
19.00 Tottenham - Besiktas BEINT
21.05 Meistarad. - Meistaramörk
21.50 Krasnodar - Everton
23.30 Tottenham - Besiktas

SPORT 2 *enski boltinn*

12.20 Southampton - QPR
14.00 Messan
15.15 Premier League Review
16.10 Sunderland - Swansea
17.50 Football League Show
18.20 Chelsea - Aston Villa
20.00 Premier League World
20.30 Arsenal - Tottenham
22.10 Crystal Palace - Leicester
23.50 WBA - Burnley

ÍNN

20.00 Hrafnaþing á Vestfjörðum **21.00** Auðlindakistan **21.30** Suðurnesjamagasín

STÖÐ 3

06.40 Tónlistarmyndbönd frá Bravó
17.55 Top 20 Funniest
19.00 Last Man Standing
19.25 Guys With Kids
19.50 Wilfred
20.15 X-factor UK
21.20 Originals
22.05 Supernatural
22.50 Grimm
23.35 Sons of Anarchy
00.15 Last Man Standing
00.40 Guys With Kids
01.05 Wilfred
01.30 X-factor UK
02.35 Originals
03.20 Supernatural
04.05 Tónlistarmyndbönd frá Bravó

KrakkaStöðin

07.00 Ævintýri Tinna **07.25** Latibær **07.47** Hvellur keppnisbíll **08.00** Dóra könnuður **08.24** Mörgæsirnar frá Madagaskar **08.45** Doddi litli og Eyrnastór **08.55** Rasmus Klumpur og félagar **09.00** Áfram Diego, áfram!**09.24** Svampur Sveinsson **09.45** Mamma Mu **09.55** UKI **10.00** Ofurhundurinn Krypto **10.22** Ljóti andarunginn og ég **10.44** Hello Kitty **10.56** Tommi og Jenni **11.00** Ævintýri Tinna **11.25** Latibær **11.47** Hvellur keppnisbíll**12.00** Dóra könnuður**12.24** Mörgæsirnar frá Madagaskar **12.45** Doddi litli og Eyrnastór **12.55** Rasmus Klumpur og félagar **13.00** Áfram Diego, áfram! **13.24** Svampur Sveinsson **13.45** Mamma Mu **13.55** UKI **14.00** Ofurhundurinn Krypto **14.22** Ljóti andarunginn og ég **14.44** Hello Kitty **14.56** Tommi og Jenni**15.00** Ævintýri Tinna **15.25** Latibær**15.47** Hvellur keppnisbíll**16.00** Dóra könnuður **16.24** Mörgæsirnar frá Madagaskar **16.45** Doddi litli og Eyrnastór **16.55** Rasmus Klumpur og félagar **17.00** Áfram Diego, áfram! **17.24** Svampur Sveinsson **17.45** Mamma Mu **17.55** UKI **18.00** Ofurhundurinn Krypto **18.22** Ljóti andarunginn og ég **18.44** Hello Kitty **18.56** Tommi og Jenni**19.00** Kalli á þakinu **20.15** Sögur fyrir svefninn

GULLSTÖÐIN

18.20 Strákarnir
18.45 Frasier
19.05 Friends
19.25 Seinfeld
19.50 Modern Family
20.15 Two and a Half Men
20.35 Go On
21.00 The Mentalist
21.40 E.R.
22.25 Boss
23.25 Shameless
00.20 A Touch of Frost
02.05 Go On
02.30 The Mentalist
03.10 E.R.
03.55 Boss
04.50 Shameless
05.45 Tónlistarmyndbönd frá Bravó

BÍÓSTÖÐIN

10.30 A League of Their Own
12.35 The Pursuit of Happyness
14.30 Big
16.15 A League of Their Own
18.20 The Pursuit of Happyness
20.15 Big
22.00 Extremely Loud and Incredibly Close
00.05 Cloud Atlas
02.55 Anonymous
05.00 Extremely Loud and Incredibly Close

RÚV

16.30 Ástareldur
17.20 Friðþjófur forvitni
17.43 Poppý kisukló
17.54 Kafteinn Karl
18.06 Sveppir
18.15 Táknmálsfréttir
18.25 Mótorsport 2014
19.00 Fréttir
19.20 Veðurfréttir
19.25 Íþróttir
19.35 Kastljós
20.05 Nautnir norðursins Gísli Örn Garðarsson leikari ferðast um Grænland, Færeyjar, Ísland og Noreg og hittir kokka sem leiða hann í nýjan sannleika um hefðbundna matreiðslu og nýstárlega nálgun að þeim hafsjó af hráefni sem finna má við Norður-Atlantshafið.
20.40 Leiðin á toppinn Í þættinum kynnumst við Sif Pálsdóttur og Fríðu Rún Einarsdóttur, landsliðskonum í hópfimleikum. Fimleikar hafa verið stór hluti af lífi þeirra, allt frá því þær voru börn í áhaldafimleikum til Evrópumeistara í hópfimleikum.
21.10 Návist
22.00 Tíufréttir
22.15 Veðurfréttir
22.25 Glæpahneigð
23.05 Hraunið
23.55 Kastljós
00.20 Fréttir
00.30 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
13.15 The Voice
14.45 The Voice
16.15 The Biggest Loser
17.00 The Biggest Loser
17.45 Dr. Phil
18.30 The Tonight Show
19.10 The Talk
19.50 Parks & Recreation
20.15 Minute to Win It Ísland
21.15 Growing Up Fisher
21.40 Extant Glænýir spennuþættir úr smiðju Stevens Spielberg. Geimfarinn Molly Watts, sem leikinn er af Halle Berry, snýr aftur heim, eftir að hafa eytt heilu ári í geimnum ein síns liðs. Fyrst um sinn reynir Molly að lifa eðlilegu lífi með fjölskyldu sinni en kemst þó fljótlega að því að hún kom barnshafandi heim úr geimnum, þrátt fyrir einveruna. Eftir fremsta megni reynir hún að átta sig á hvað hafi gerst í sendiförinni en minnið er gloppótt og menn á æðri stöðum vilja hylma yfir dularfulla atburði sem tengjast leiðangri hennar í geimnum.
22.25 Scandal
23.10 The Tonight Show
23.50 Unforgettable
00.35 Remedy
01.20 Scandal
02.05 The Tonight Show
02.45 Pepsi MAX tónlist

Golfstöðin

08.10 Golfing World 2014 **09.00** 2012 Ryder Cup Official Film **10.15** Champions Tour 2014 - Highlight **11.10** Golfing World 2014 **12.00** European Tour 2014 **16.00** LPGA Tour 2014 **18.00** Golfing World 2014 **18.50** Junior Ryder Cup 2014 **19.40** Golfing World 2014 **20.30** European Tour 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

GULLNA HLIÐIÐ
HYSTORY
PEGGY PICKIT
SÉR ANDLIT GUÐS
DÚKKUHEIMILI
BILLY ELLIOT
LÍNA LANGSOKKUR
Skálmöld
BALDUR
BLÁSKJÁR
Gaukar
BEINT Í ÆÐ
HAMLET LITLI
Jesús litli
SÍÐASTI SÉNS
AÐ NÆLA SÉR
Í ÁSKRIFT!
TRYGGÐU
ÞÉR SÆTI!
ÁSKRIFTARKORT
FJÓRAR SÝNINGAR
AÐ EIGIN VALI Á AÐEINS
14.500 kr.
Tryggðu þér sæti á besta verðinu
30% afsláttur af almennu miðaverði.
MIÐASALA | 568 8000 | BORGARLEIKHUS.IS

FIMMTUDAGSLAGIÐ

„Walking on Thin Ice“ með Yoko Ono. Endurhljóðblandað af Jason Pierce. Ég tengi óþægilega mikið við það lag.

Björn Teitsson, fjölmiðlafulltrúi Rauða krossins á Íslandi.

Hafa lært ótrúlega mikið af Stones

Stóns treður upp í Háskólabíói á laugardaginn. Lögin verða tekin í tímaröð.

„Það er bara alltaf að aukast spennan eftir því sem nær líður, við ætlum að róta öllu draslinu niður eftir í kvöld og æfa þar,“ segir Frosti Jón Runólfsson, trommari Stóns sem er tribjúthljómsveit hinnar goðsagnakenndu The Rolling Stones. „Höfum aldrei verið betri líka,“ segir Frosti en kapparnir troða upp í Háskólabíói á laugardagskvöld klukkan 20.00.

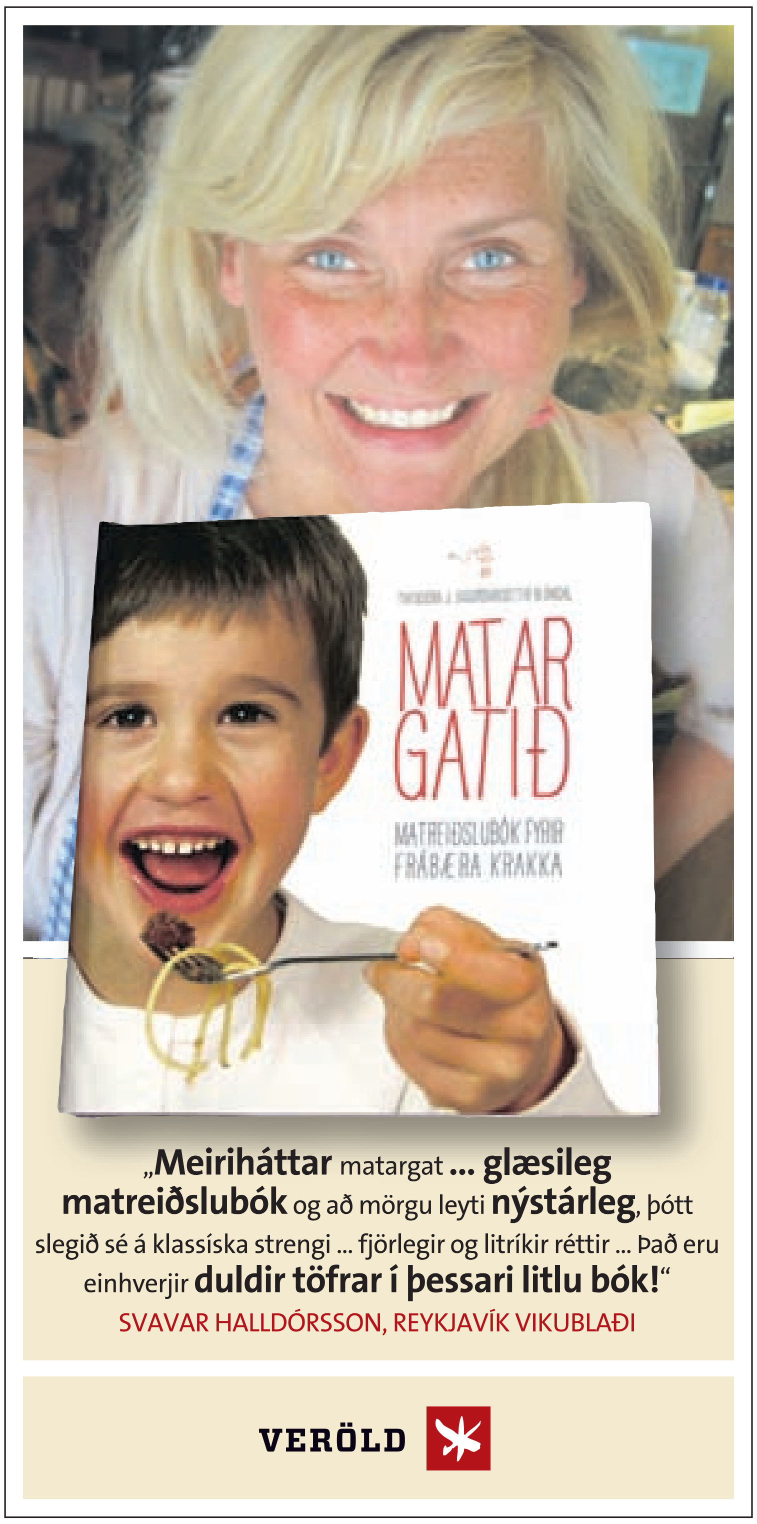
„Háskólabíó er kannski ekki fyrsti valkostur fyrir marga en ef maður skoðar tónleikastaðina sem Stones voru að spila á á sjöunda áratugnum þá var það allt í einhverjum félagsheimilum og bíóum. Við erum að vonast eftir að fá þannig fíling, smá tímavél,“ segir Frosti en mikið er lagt upp úr sýningunni með ljósasýningu, búningum, aukasöngkonum og fleiru.

Lagalistinn verður tekinn í tímaröð. „Við byrjum á fyrsta „hittaranum“ þeirra en þetta eru 30 lög allt í allt. Fyrir hlé er það „‘60s“, allt svarthvítt. Svo eftir hlé er kominn svitinn, dópið og sækadelían.

„Annars held ég að ég tali fyrir alla, að sem sjálflærðir tónlistarmenn þá höfum við allir þróast og fágast ótrúlega mikið sem tónlistarmenn,“ segir Frosti og bætir við að hann sé orðinn mikið færari á trommurnar af því að fylgjast með Charlie Watts og herma eftir. - þij

> **Það er bara alltaf að aukast spennan eftir því sem líður nær, við ætlum að róta öllu draslinu niður eftir í kvöld og æfa þar**
>
> *Frosti Jón Runólfsson, trommari Stóns*

HAFA ALDREI VERIÐ BETRI Stóns-liðar lofa sannkallaðri tímavél.



SEPTEMBER það verður spennandi að fylgjast með þeim félögum Eyþóri Úlfari og Birgi Steini í framtíðinni.

MYND/ANTON BJARNI ALFREÐSSON

Fetar í fótspor föður síns í tónlistinni

Sonur tónlistarmannsins Stefáns Hilmarssonar, Birgir Steinn, og vinur hans, Eyþór Úlfar, gefa út nýtt lag á Youtube. Saman skipa þeir dúettinn September.

„Við erum búnir að þekkjast lengi, erum góðir vinir og höfum verið að leika okkur að spila saman tónlist í einhvern tíma. En þetta er svona í fyrsta sinn sem við gerum eitthvað af alvöru,“ segir Birgir Steinn Stefánsson, nemi og tónlistarmaður. Hann, ásamt vini sínum Eyþóri Úlfari Þórissyni, gaf út lagið All I Need á þriðjudaginn. Birgir á ekki langt að sækja tónlistarhæfileikana en hann er sonur tónlistarmannsins Stefáns Hilmarssonar. Hann segir þá félaga hafa lítið lært í tónlist.

„Ég var aðeins á trommum og Eyþór var að læra á gítar.“ Þeir félagarnir segjast hafa samið lagið alveg sjálfir og Birgir segist ekki hafa neina hjálp þegið frá föður sínum. „Það er hálffyndið að segja frá því, hann var sá eini sem hefði getað hjálpað okkur mjög mikið, en hann gerði það ekki. Pabbi Eyþórs, tónlistarmaðurinn Þórir Úlfarsson, mixaði lagið fyrir okkur og félagi okkar, Stefán Ernir Valmundarson, masteraði það. Við fengum svo aðstoð frá flottum tónlistarmönnum við undirspil, en Gulli Briem var á trommum og Pálmi Gunnarsson var á bassa,“ segir Birgir.

„Þeim fannst þetta spennandi verkefni og leist vel á lagið svo þeir slógu til.“ Birgir og Eyþór skipa dúettinn September, en sagan á bak við nafnið er nokkuð skemmtileg.

„Við vorum að vandræðast með nafn á bandinu. Okkur langaði að hafa það bæði grípandi og alþjóðlegt. Pabbi stakk þá upp á nafninu September, en við Eyþór erum báðir fæddir í þeim mánuði,“ segir Birgir. „Og ekki nóg með það heldur eru allir aðrir sem að laginu komu fæddir í september, svo nafnið gæti ekki átt betur við.“

En hvað er svo fram undan hjá þessum ungu hæfileikaríku strákum? „Við stefnum að því að gera meiri tónlist og komumst vonandi bara í stúdíó á næstunni að vinna í lagi sem komið er í vinnslu. Svo erum við smám saman að safna í gott band til að spila með okkur. Þá getum við vonandi bara farið að spila á sem flestum stöðum,“ segir Birgir. adda@frettabladid.is

> **Hann var sá eini sem hefði getað hjálpað okkur mjög mikið, en hann gerði það ekki.**
>
> *Birgir Steinn Stefánsson*

„Þetta er eins og trúarbrögð“

Fyrstu hljómsveitirnar kynntar á Eistnaflug. Mörg þekkt nöfn í jaðartónlist komin.

„Ég fékk símtal frá einum sem grét bara, þetta er eins og trúarbrögð,“ segir Stefán Magnússon, framkvæmdastjóri rokkhátíðarinnar Eistnaflugs, en í gær var tilkynnt að iðnaðarrokksdúóið Godflesh muni troða upp á hátíðinni, sem fer fram í Neskaupstað 10. til 12. júlí. „Ég var mjög ánægður með það símtal, hann bókstaflega grét af hamingju.“

Godflesh og annar forsprakki sveitarinnar, Justin Broadrick, eru gríðarlega áhrifamikil nöfn í jaðartónlistarsenunni en Broadrick hefur verið meðlimur í fjöldanum öllum af hljómsveitum svo sem Napalm Death, Jesu og Techno Animal.

Auk Godflesh voru ellefu aðrar hljómsveitir kynntar til leiks, meðal annars gríska gotamálmssveitin Rotting Christ og sænska sveitin In Solitude en platan þeirra Sister var kosin fjórða besta þungamálmsplatan af Rolling Stone í fyrra.

Tónleikarnir verða haldnir í íþróttahúsinu í Neskaupstað í fyrsta skipti í sögu hátíðarinnar en því verður breytt í allsherjar tónleikastað að sögn Stefáns. „Það verður nóg pláss fyrir alla en það kláraðist í fyrra,“ segir hann. Þá er mottó hátíðarinnar: „Ekki vera fáviti“, auðvitað enn þá í gildi. „Ef þú ert fáviti þá skaltu alveg spara þér þennan pening. Síðan eru svo margir sem hafa mætt svo oft að þeir halda eiginlega hátíðina með okkur og passa upp á allt og alla.“ - þij

GODFLESH Ein áhrifamesta sveitin í jaðartónlist.

AUSTUR-INDÍAFJELAGIÐ

20 ára

INDVERSKT AFMÆLI

5.990 kr. mán.-mið. og 6.990 kr. fim.-sun.

FORRÉTTUR

(veljið einn)

Jeera grillað lamb
Chicken "65"
Cafreal kjúklingur
Malwani risarækjur

AÐALRÉTTIR

(veljið þrjá)

Úr Tandoori ofninum
Kalimirchi lamb
Chutneywala lamb
Lagan kjúklingur
Lasooni kjúklingur
Hariyali lax

Aðrir aðalréttir
Vindaloo lamb
Achari lamb
Tikka Masala kjúklingur
Kori Gassi kjúklingur
Aloo Baigan Rajawadi grænmetisréttur
Meloni Sabzi grænmetisréttur

MEÐLÆTI

(fylgir allt með)

Blanda af Naan brauði,
Raitha, Pulao hrísgrjón
og heimalagað Chutney

EFTIRRÉTTUR

(veljið einn)

Engifer crème brûlée
Pistasíu Kulfi

BROT AF ÞVÍ BESTA

Í október galdra kokkarnir fram eftirlætisrétti úr 20 ára reynslubrunni Austur-Indía. Ekta indverskt afmæli í gjörbreyttum og glæsilegum veitingasal - þetta verður meiri veislan!

Fimm rétta hátíðarmatseðill:
5.990 kr. mán.-mið. og **6.990 kr.** fim.-sun.

Sérvalin vín með mat á aðeins 4.990 kr. og seiðandi afmæliskokteill á vafalítið huggulegasta bar landsins á aðeins 1.500 kr.

Tryggðu þér sæti núna í s. 552 1630.

„Einfaldlega besti indverski matur í heimi"

Jakob Frímann Magnússon

AUSTUR-INDÍAFJELAGIÐ

INDIAN RESTAURANT

www.austurindia.is

Borðapantanir: 552 1630 Hverfisgata 56 Opið: sun.-fim. 17:30-22:00 og fös.-lau. 17.30-23.00

FRÉTTABLAÐIÐ

VIÐ SEGJUM FRÉTTIR • SMÁAUGLÝSINGASÍMINN OG SKIPTIBORÐ: 512 5000 **VÍSIR**

RITSTJÓRN 512 5313, Fax: 512 5301, ritstjorn@frettabladid.is **AUGLÝSINGADEILD** auglysingar@frettabladid.is **PRENTUN** Ísafoldarprentsmiðja

9 771670 387005

Póstdreifing

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

Opið allan sólarhringinn í Engihjalla, Vesturbergi og Arnarbakka
OPIÐ 24 TÍMA
Iceland

FRÉTTIR AF FÓLKI

Ungar athafnakonur sameinuðust

Fjölmennt var á stofnfundi Ungra athafnakvenna á þriðjudagskvöld, en markmið nefndarinnar er að efla ungar konur í atvinnulífinu og hvetja þær til að mynda tengsl og skiptast á hugmyndum. Á fundinum mátti sjá þær Áslaugu Örnu Sigurbjörnsdóttur laganema, **Sunnevu Sverrisdóttur**, nema og fyrrverandi sjónvarpskonu, og Andreu Röfn Jónasdóttur fyrirsætu. Þura Stína, rekstrarstjóri Dolly, þeytti skífum og Vala hjá Plain Vanilla hélt fyrirlestur. Var stjórn nefndarinnar hæstánægð með mætinguna og vonar að fundur sem þessi komi til með að styrkja konur sem eru að stíga sín fyrstu skref í atvinnulífinu. - asi

Fararstjóri hrútavina

Guðni Ágústsson, fyrrverandi landbúnaðarráðherra, verður fararstjóri í rútuferð hrútavinafélagsins Örvars til Raufarhafnar þar sem Hrútadagurinn mikli verður haldinn um helgina.

Hópurinn leggur af stað í dag og með í för verður uppstoppaði sauðurinn Gorbi frá Brúnastöðum sem mun setjast að á forystufjársafninu á Svalbarði í Þistilfirði.

„Hann heitir í höfuðið á þeim mikla leiðtoga Gorbatsjov. Hans bróðir var uppstoppaði hrúturinn Jeltsín sem brann inni í Eden í Hveragerði," segir Guðni. - hg

Mest lesið Vísir

1 Klámmyndastellingar sem virka ekki í alvörunni
2 Ekki eldri en 25 ára í framhaldsskóla
3 Sakaður um að stinga sektargreiðslum í eigin vasa
4 Segir nýjar reglur um Eurovision niðrandi fyrir konur
5 Verktökulæknar sem fara út á land fá um 900 þúsund á viku

Blaðberinn bíður þín

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

Blaðberinn...

...góðar fréttir fyrir umhverfið