SKOÐUN Gylfi Arnbjörnsson segir fjárlagafrumvarpið einfaldlega óréttlátt. 26

MENNING Fyrsta skáldsaga Orra Harðarsonar ýtti tónlistinni til hliðar. 36

SPORT Landsliðsmaðurinn Emil Hallfreðsson segir að fráfall föður hans hafi styrkt trú hans á Guð. 52

FRÉTTABLAÐIÐ

MEST LESNA DAGBLAÐ Á ÍSLANDI*

Fimmtudagur
9. október 2014
237. tölublað 14. árgangur
Sími: 512 5000

*Samkvæmt prentmiðlakönnun Capacent Gallup apríl-júní 2014

FRÉTTIR

Vill nefna eftir nornahári
Þorvaldur Þórðarson eldfjallafræðingur gerir það að tillögu sinni að umbrotin í Holuhrauni dragi nafn sitt af svokölluðu nornahári, fyrirbæri sem mikið fer fyrir við eldstöðina. 2

Funduðu með ráðuneyti Hæstaréttarlögmennirnir Ragnar Hall og Helgi Sigurðsson fengu fund með ráðuneytisstjóra í innanríkisráðuneytinu vegna málsmeðferðar á sakamálum sem tengjast hruninu. 4

Vilja efla starfsandann Samband íslenskra sveitarfélaga hefur kallað eftir fundi velferðarráðherra og Barnaverndarstofu vegna fyrirhugaðs samnings við meðferðarheimilið Háholt. 8

22

Bolungarvík	4°	NA	7
Akureyri	5°	NA	4
Egilsstaðir	7°	NA	8
Kirkjubæjarkl.	8°	NA	12
Reykjavík	5°	NA	5

Áfram bjartviðri um landið S- og V-vert en kólnar heldur í veðri. NA-læg 3-10m/s og líkur á örlítilli vætu A- og N-lands. Hiti 3-10 stig. 4

2 SÉRBLÖÐ

Geðhjálp | Fólk

LÚXUS Í LOFTINU Boeing 757-200 farþegaþotu Loftleiða, sem ber nafnið Búrfell, hefur verið breytt í lúxusþotu. Þotan var áður 183 sæta en þeim sætum hefur verið skipt út fyrir 50 lúxussæti. Vélin sem leigð er bandarísku ferðaskrifstofunni Abercrombie and Kent lagði á þriðjudaginn af stað frá Miami í þriggja vikna heimsreisu, þar sem komið verður við á átta áfangastöðum. Fréttablaðið fylgdist með breytingunum á vélinni sem tóku um fimm vikur og gerir þeim skil í máli og myndum á blaðsíðu 20.

FRÉTTABLAÐIÐ/PJETUR

Írska smjörfjallið fer allt í kálfafóður

Í frystigeymslu á Akureyri eru 32 tonn af írsku smjöri sem flutt var inn fyrir jólin í fyrra. Smjörið mun fljótlega fara í kálfafóður fyrir kúabændur. „Of gamalt fyrir matvælaframleiðslu,“ segir Egill Sigurðsson, stjórnarformaður MS.

NEYTENDUR Enn eru eftir um 32 tonn af írska smjörinu sem Mjólkursamsalan flutti inn til landsins fyrir jólin í fyrra vegna mögulegs skorts á smjöri. Smjörfjallið er geymt í frystigeymslu á Akureyri og mun fljótlega fara í gerð kálfafóðurs.

Nítíu tonn af smjöri voru flutt til landsins fyrir jólin í fyrra í þremur gámum. „Þetta er það sem eftir er af þessu erlenda smjöri, við eigum ekki erlent smjör á lager annars staðar á landinu,“ segir Egill Sigurðsson, stjórnarformaður Mjólkursamsölunnar.

Ein pakkning af Smjörva frá MS er 400 grömm að þyngd. Þrír fjórðu hlutar smjörvans eru hreint smjör en fjórðungur er óhert vítamínbætt rapsolía. Því hefðu þessar írsku umframbirgðir af smjöri getað nýst í rúmar 106 þúsund pakkningar af Smjörva. Til samanburðar eru um 80 þúsund fjölskyldur í landinu og írska smjörfjallið hefði því getað nýst á hvert heimili í landinu.

Um 60 tonn voru notuð af írska smjörinu í ostagerð fyrir jólin í fyrra. Sögðu forsvarsmenn MS á þeim tíma að vegna aukinnar sölu á rjóma og smjöri hefði þurft að grípa til þess ráðs að flytja inn erlent smjör til íblöndunar svo ekki yrði skortur á smjöri fyrir jólin. Var írska smjörið notað í rifinn mozzarella-ost og einnig nokkrar tegundir af bræðsluostum.

Þetta smjör verður ekki notað til manneldis, heldur mun það fara í gerð kálfafóðurs. Samt sem áður uppfyllti erlenda smjörið allar þær kröfur sem gerðar eru og engan bragðmun mátti finna á íslensku smjöri og því írska. „Þetta smjör er orðið of gamalt til að við getum notað það í innlenda matarframleiðslu. Þannig að við verðum að bregða á það ráð á næstu mánuðum að nota þetta smjör sem íblöndunarefni í kálfafóður, þá er þessari sögu írska smjörsins lokið,“ segir Egill.

Mjólkursamsalan hefur verið harðlega gagnrýnd upp á síðkastið. Fyrirtækið er í einokunarstöðu á markaði og stýrir um 99 prósentum af öllum markaði með mjólkurafurðir. Lagði Samkeppniseftirlitið 370 milljóna króna stjórnvaldssekt á fyrirtækið fyrir að fara á svig við 11. grein samkeppnislaga.

32 TONN
eru eftir af írska smjörinu sem Mjólkursamsalan flutti inn til landsins fyrir jólin í fyrra.

sveinn@frettabladid.is

Handtekinn á Kvíabryggju:

Smyglið skipulagt í fangelsi

LÖGREGLUMÁL Fangi á Kvíabryggju var handtekinn í lok síðasta mánaðar vegna gruns um aðild að skipulagningu, fjármögnun og flutningi á fíkniefnum til landsins.

Samhliða handtökunni lagði lögregla hald á mikið magn fíkniefna, stera og umtalsverða peningafjárhæð.

Friðrik Smári Björgvinsson yfirlögregluþjónn segir ekkert einsdæmi að fangi sé tekinn við glæpsamlegt athæfi innan fangelsismúra.

-hó/ sjá síðu 6

SPURNING DAGSINS

Sigurjón, má búast við mikilli ófærð erlendis á næstunni?

„Já, ég spái móðuharðindum um alla Evrópu.“

Sigurjón Kjartansson er einn handritshöfunda íslensku þáttaraðarinnar Ófærðar, en hún hefur nú þegar verið seld til Frakklands, Þýskalands og Norðurlandanna.

Steinunn Ása Þorvaldsdóttir stefnir að því að efla umræðu um fatlaða og þátttöku þeirra í samfélaginu:

Ánægð og þakklát á nýjum vinnustað

SAMFÉLAGSMÁL „Ég er afar ánægð með að vera byrjuð að vinna þarna og er rosalega þakklát fólkinu á skrifstofunni,“ segir Steinunn Ása Þorvaldsdóttir, sem hóf störf í síðustu viku hjá Mannréttindaskrifstofu Reykjavíkurborgar. Steinunn er ein af þeim sem rekið hafa kaffihúsið GÆS.

„Ég er að kynnast starfinu hægt og rólega,“ segir Steinunn og bætir við að hún stefni að því að vera borginni til sóma.

Aðspurð hvernig mannréttindamálin standi í Reykjavík segir Steinunn: „Þau standa ágætlega, nema að það vantar kannski meiri umræðu um fatlað fólk og að við séum hluti af samfélaginu.“

Ýmsar leiðir eru færar til að auka umræðu um fatlaða, að sögn Steinunnar. „Það er hægt með aukinni fræðslu og virðingu og með því sporna gegn fordómum,“ segir hún.

„Við erum mjög ánægð með að fá hana til starfa,“ segir Anna Kristinsdóttir, mannréttindastjóri Reykjavíkurborgar. Mikil hjálp sé að Steinunni sem rödd notandans í hinum ýmsu málum. „Svo er hún afskaplega jákvæð og skemmtileg,“ bætir Anna við.

Steinunn mun vinna að hinum ýmsu málefnum fatlaðra, meðal annars taka þátt í starfshópi sem mun fjalla um heimilisofbeldi gegn fötluðum og sinna verkefnum sem snúa að lengri viðveru fatlaðra í framhaldsskólum. - ih

Í NÝJU STARFI Steinunn Ása mun sinna ýmsum verkefnum sem tengjast málefnum fatlaðra. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

Í VESTMANNAEYJUM Eftir skítaveður síðustu daga spillti blámóðan blíðunni í gær.

Mengun frá Holuhrauni náði alla leið til Vestmannaeyja:

Skólahlaup blásið af vegna móðu

HEILBRIGÐISMÁL Blámóðan frá Holuhrauni náði til Vestmanneyja í gær, og þess vegna var hætt við að halda norræna skólahlaupið.

Elísa Kristmannsdóttir, aðstoðarskólastjóri í Hamarsskóla, segir að loksins þegar vel viðraði til útiveru í Vestmannaeyjum, þá hafi mengunin frá Holuhrauni í fyrsta sinn látið virkilega finna fyrir sér. „Hér eru engir mengunarmælar svo við fengum upplýsingar frá Hvolsvelli og frá Veðurstofunni um að mengunin væri það mikil að forðast ætti áreynslu utan dyra. Því þurftu 540 börn að hætta við að hlaupa – eins og við öll vorum ánægð með að fá loksins sól og blíðu,“ segir Elísa og bætir við að reynt verði að hlaupa í dag. Í versta falli, og verði ekki friður fyrir mengun, þá verði reynt í næstu viku. - shá

Bandarísk herþota hrapar:

Brakið dreifðist um víðan völl

SLYS Bandarísk herþota af gerðinni F-15 hrapaði í gær á Englandi, nánar tiltekið í Weston Hill í Lincolnshire, og var barnaskóli í grenndinni í mikilli hættu.

Flugmaðurinn slapp lítið meiddur úr slysinu en hann náði að skjóta sér út úr stjórnklefa vélarinnar í tæka tíð. Hann var fluttur á slysadeild til aðhlynningar.

Samkvæmt heimildum BBC var þotan við æfingar þegar slysið átti sér stað. Ekki liggur fyrir að svo stöddu hvað olli því en það mátti finna brak úr vélinni mörg hundruð metra frá slysstað. - glp

Forseti Kenía í Haag:

Vill að ákærum verði vísað frá

HOLLAND, AP Uhuru Kenyatta, forseti Kenía, fer fram á að dómarar við Alþjóðlega sakamáladómstólinn í Haag felli niður ákærur á hendur honum vegna glæpa gegn mannkyni og sýkni hann helst í leiðinni.

Hann kom til Hollands í gær til að standa fyrir máli sínu, en hann er sakaður um að hafa hvatt til og fjármagnað ofbeldisverk sem kostuðu meira en þúsund manns lífið og neyddu um það bil 600 þúsund manns til þess að flýja heimili sín.

Þetta gerðist í kjölfar forsetakosninganna í Kenía árið 2007. - gb

Eldarnir dragi nafn sitt af nornahárinu

Þorvaldur Þórðarson eldfjallafræðingur gerir það að tillögu sinni að umbrotin í Holuhrauni dragi nafn sitt af svokölluðu nornahári, fyrirbæri sem mikið fer fyrir við eldstöðina. Fái tillagan hljómgrunn gæti nafnið Nornaeldar öðlast þegnrétt.

NÁTTÚRA Sprottin er upp sú hugmynd að nýju eldstöðvarnar norðan Vatnajökuls dragi nafn sitt af hinu sérstaka fyrirbæri úr steinaríkinu sem þar fýkur um sanda, nornahárinu sem í raun er fínt og glerkennt basalt.

Það er Þorvaldur Þórðarson eldfjallafræðingur sem gerir þessa nafngift að tillögu sinni, og að umbrotin verði nefnd Nornaeldar.

ÞORVALDUR ÞÓRÐARSON

Þorvaldur gengur reyndar skrefinu lengra og leggur til að nýja hraunið verði nefnt Nornahraun og gígaröðin Nornagígar. Í rökstuðningi sínum fyrir nafngiftinni bendir hann á að „eldar“, er algeng ending á heitum langvarandi gosa á Íslandi, enda er samheitið jarðeldar. Hann tínir einnig til önnur rök. Þegar eru til tvö Holuhraun svo það lýsir að hans mati ekki miklu hugarflugi að nýja hraunið verði þekkt sem Holuhraun III. Þá sé mikil framleiðsla af nornahári frekar en annað einkennandi fyrir gosið.

Þorvaldur, sem hefur dvalið langdvölum við gosstöðvarnar, segir að eitt af sérkennum eldgossins sé hversu mikið er af nornahári við eldstöðina. Gasuppstreymið, sem mikið hefur verið í fréttum, mótar kvikuna með þessum hætti í örfín hár, svo líkist einna mest mannshári sem fýkur um sandana norðan jökulsins.

„Að nornahár myndist í svona miklu magni hefur ekki fylgt öðrum eldgosum nema þá Skaftáreldunum árið 1783, sem ég veit um. Það eru heimildir sem greina frá því. Ekkert þessu líkt hefur hins vegar áður verið skráð með óyggjandi hætti í íslensku gosi,“ segir Þorvaldur og segir aðspurður að kollegar hans flestir hafi hingað til tekið vel í nafngiftina. Það sé síðar annarra að kveða á um hvort nafnið fái þegnrétt. svavar@frettabladid.is

NORNAHÁR Gasið mótar kvikuna í örfín hár sem kennd eru við nornamakka. MYND/PP

Sveitarfélagsins að ákveða nafngiftirnar

Eins og alþjóð veit hafa vísindamenn nefnt einstök fyrirbæri tengd gosinu sér til hægðarauka í daglegum samskiptum sín á milli og við skýrsluskrif. Baugur var stærsti gígurinn nefndur. Gígarnir Norðri og Suðri eru einnig þekktir, auk Baugsbarna – smágíga næst aðalgígnum. Það verður þó sveitarstjórnarfólks í Skútustaðahreppi og Örnefnanefndar að kveða á um framhaldið.

Það er sveitarfélagsins að hafa frumkvæði að því að náttúrufyrirbærunum verði gefið nafn, sem síðan yrði borið undir nefndina sem hefur úrskurðarvald samkvæmt nýjum lögum um örnefni – og þá ekki síst til að koma í veg fyrir að ónefni festist í sessi.

➜ Nornahár

Kvikan sem kemur upp í Holuhrauni hefur að mestu runnið sem hraun. Hraunið þekur nú rúmlega 52 ferkílómetra. Það efni sem ekki rennur sem hraun fellur til jarðar sem litlir hraunmolar eða sem Nornahár, sem er fínt og glerkennt basalt.

Heldur því fram að viðskipti bankans með eigin hlutabréf hafi verið eðlileg:

Ekki tími til að sinna eftirliti

DÓMSMÁL Skýrslutaka saksóknara af Sigurjóni Þ. Árnasyni, fyrrverandi bankastjóra Landsbankans, fór fram í Héraðsdómi Reykjavíkur í gær. Sigurjón er ákærður ásamt Ívari Guðjónssyni, fyrrverandi forstöðumanni eigin fjárfestinga Landsbankans, og verðbréfamiðlurunum Júlíusi Steinari Heiðarssyni og Sindra Sveinssyni, fyrir markaðsmisnotkun í aðdraganda bankahrunsins.

Saksóknari spurði Sigurjón út í mörg einstök viðskipti Landsbankans með eigin bréf á ákærutímabilinu en hann vissi ekkert um flest þeirra.

Hann bar við að rekstur bankans hefði aldrei gengið upp ef hann hefði þurft að skipta sér af öllum viðskiptum. „Ég hafði ekki tíma til að liggja yfir einstökum viðskiptum. Á meðan ég fékk ekki meldingar frá áhættustýringu um að það væri verið að gera eitthvað rangt, þá brást ég ekki við,“ sagði Sigurjón fyrir dómi í gær.

Einu viðskiptin sem Sigurjón kannaðist við og viðurkenndi að hafa átt frumkvæði að voru skipti á hlutabréfum í Landsbankanum og Glitni í september 2008. Þegar saksóknari spurði hvort þau viðskipti hefðu verið skynsamleg á þeim tíma sagði Sigurjón svo hafa verið. „Það er alltaf mjög skynsamlegt að eiga stöðu í bankabréfum, það var það líka á þessum tíma. Ég átti aldrei von á því að Davíð Oddsson myndi sprengja Glitni í loft upp nokkrum dögum síðar,“ sagði Sigurjón um vikurnar áður en ríkið þjóðnýtti Glitni.

Aðalmeðferðinni verður fram haldið á morgun og hefjast þá vitnaleiðslur. - skh/glp

UNDIRBÚNIR Sigurjón Þ. Árnason og verjandi hans, Sigurður G. Guðjónsson, í Héraðsdómi Reykjavíkur í gær. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

HAPPY BIRTHDAY JOHN & SEAN!

We shall smile together when we stop all wars.

Yoko Ono býður gestum til Viðeyjar að kvöldi 9. október til að vera viðstaddir tendrun Friðarsúlunnar.

Fríar ferðir frá Skarfabakka frá kl. 18.00.

Ljósið verður tendrað kl. 20.00.

Yoko Ono invites you to Videy Island to take part in the lighting of IMAGINE PEACE TOWER.

Free ferry from Skarfabakka from 6pm.

The lighting will take place at 8pm.

i ii iii

I love you,
yoko

IMAGINEPEACE.COM

SVONA ERUM VIÐ

431.000 manns munu byggja Ísland árið 2016, segir Hagstofa Íslands.

Þá verða 65 ára og eldri hlutfallslega mun fleiri en fólk á vinnualdri í dag.

Hluthafar í Tali munu eignast hlut í 365 miðlum gangi samruni félaganna eftir:

Hagnaður 365 eykst milli ára

FJÖLMIÐLAR 365 miðlar ehf. högnuðust um 746 milljónir árið 2013. Hagnaður ársins 2012 var 305 milljónir og því eykst hagnaður fyrirtækisins um 441 milljón milli ára.

EBITDA-hagnaður fyrirtækisins var 1.463 milljónir og nemur sala Póstmiðstöðvarinnar um þriðjungi af þeirri upphæð, samkvæmt tilkynningu frá 365 miðlum.

Hlutabréfaflokkar A og B hjá 365 miðlum voru sameinaðir fyrr á þessu ári. Nýr hlutabréfaflokkur var gefinn út að nafnverði 445 milljónir og hefur það fé verið greitt til félagsins. Þessir hlutir eru allir í eigu Ingibjargar S. Pálmadóttur.

365 miðlar hafa einnig keypt hlut Fjölmiðils ehf. og hluta af bréfum Ara Edwald, fyrrverandi forstjóra.

Ef Samkeppniseftirlitið heimilar samruna Tals og 365 miðla munu hlutafjáreigendur í Tal fá 19,03 prósenta hlut í A-flokki hlutabréfa 365 sem mun þá hækka um 354 milljónir króna. - ih

SKILUÐU HAGNAÐI Þriðjungur af EBIDTA-hagnaði 365 var vegna sölu Póstmiðstöðvarinnar. FRÉTTABLAÐIÐ/PJETUR

Ráðherra heimilaði söluna:

Sala hvalabjórs stóðst ekki lög

STJÓRNSÝSLA Atvinnuvegaráðuneytið staðfesti í gær úrskurð Heilbrigðiseftirlits Vesturlands um bann við sölu Hvalabjórs brugghússins Steðja.

Heilbrigðiseftirlitið stöðvaði sölu bjórsins en Sigurður Ingi Jóhannsson umhverfisráðherra ákvað samt sem áður að heimila sölu á bjórnum sem seldist upp nokkrum dögum síðar. Niðurstaða ráðuneytisins er að Hvalur hf. hafi ekki haft starfsleyfi fyrir framleiðslu hvalamjöls í matvæli. - ih

GRUNAÐUR Maðurinn situr í gæsluvarðhaldi á Litla-Hrauni. FRÉTTABLAÐIÐ/PJETUR

Yfirheyrslur ekki hafnar:

Heldur enn fram sakleysi

LÖGREGLUMÁL Engar formlegar yfirheyrslur hafa farið fram yfir manninum sem grunaður er um að hafa orðið konu sinni að bana í Stelkshólum 27. september. Samkvæmt heimildum Fréttablaðsins er meðal annars beðið eftir niðurstöðum úr krufningu sem og rannsókn tæknideildar lögreglunnar.

Búist er við að skýrslutaka yfir manninum verði öðruhvorumegin við helgina. Hann neitar enn að hafa orðið konu sinni að bana og segir hana hafa svipt sig lífi. - hó

Vilja fá að upplýsa notendur:

Twitter í mál við yfirvöld

BANDARÍKIN Samskiptamiðillinn Twitter hyggst lögsækja bandarísku alríkislögregluna og dómsmálaráðuneyti Bandaríkjanna.

Twitter vill fá að segja frá beiðnum yfirvalda um aðgang að gögnum um notendur miðilsins. Twitter er nú óheimilt að upplýsa um þessi samskipti.

Twitter telur það stangast á við ákvæði bandarísku stjórnarskrárinnar um tjáningarfrelsi.

Málsóknin kemur í kjölfar uppljóstrana Edwards Snowden um njósnir yfirvalda vestanhafs. - ih

LEIÐRÉTT

Vegna fréttar síðastliðinn laugardag um breytingar á þjónustu Íslandspósts í dreifbýli skal tekið fram að þjónusta fyrirtækisins á Kópaskeri og Raufarhöfn verður ekki skert. Hins vegar gæti dregið úr tíðni póstdreifingar á bæjum þar í kring um þorpin.

Funduðu í ráðuneyti vegna meðferðar hrunmálanna

Hæstaréttarlögmennirnir Ragnar Hall og Helgi Sigurðsson fengu fund með ráðuneytisstjóra í innanríkisráðuneytinu vegna málsmeðferðar á sakamálum sem tengjast hruninu. Þeir Ragnar og Helgi telja meðal annars að í rannsóknum á umboðssvikum sé vikið frá hefðbundnum sjónarmiðum um skýrleika refsiheimilda.

DÓMSMÁL Hæstaréttarlögmennirnir Ragnar Hall og Helgi Sigurðsson telja að við rannsóknir á umboðssvikum í efnahagsbrotamálum hafi verið vikið frá hefðbundnum sjónarmiðum um skýrleika refsiheimilda.

Þetta kemur fram í bréfi sem þeir Ragnar og Helgi sendu Ragnhildi Hjaltadóttur, ráðuneytisstjóra í innanríkisráðuneytinu, í vor. Bréfið hefur ekki verið birt opinberlega áður, en eins og fram hefur komið hefur ráðuneytisstjóri, fyrir hönd ráðherra, óskað eftir því við réttarfarsnefnd að athugasemdir lögmannanna verði teknar til skoðunar. Samkvæmt heimildum Fréttablaðsins funduðu verjendurnir með Ragnhildi Hjaltadóttur ráðuneytisstjóra og tveimur skrifstofustjórum í ráðuneytinu.

Ragnar Hall hefur áratugalanga reynslu af lögmannsstörfum og hefur hin síðari ár meðal annars verið verjandi Ólafs Ólafssonar, sem var hluthafi í Kaupþingi. Helgi Sigurðsson var framkvæmdastjóri lögfræðisviðs Kaupþings og er núna verjandi í Landsbankamálinu sem er fyrir dómi. Í bréfi sínu segja þeir meðal annars að rannsóknir á meintum umboðssvikum séu umfangsmesti þátturinn í starfsemi embættis sérstaks saksóknara. „Við þær rannsóknir hefur að okkar áliti verið vikið frá hefðbundnum sjónarmiðum um skýrleika refsiheimilda, huglæga afstöðu meints brotamanns um að afla sér eða öðrum fjárhagslegs ávinnings og að hann hafi skapað umbjóðanda sínum verulega fjártjónshættu. Þá virðist engu máli skipta þótt meintur brotamaður hafi fengið samþykki eftirá fyrir tiltekinni ráðstöfun,“ segir í bréfi þeirra Ragnars og Helga.

Þá segja þeir að sú spurning hljóti að vakna hvort fjöldi þeirra umboðssvikamála sem séu til rannsóknar sé tilkominn vegna nýrrar túlkunar á umboðssvikaákvæðinu og hvort lögskýringar sem út úr því hafi komið séu í samræmi við það sem viðurkennt er í þeim löndum sem við berum okkur saman við. „Það hlýtur það að vera áleitin spurning hvort þessi útvíkkun á gildissviði ákvæðisins sé tilkomin vegna þrýstings um að ákæra fyrir glæpi vegna hrunsins. Við teljum að ráðuneytið þurfi að skoða hvort ástæða sé til þess að afmarka ákvæðið og leggja frekari áherslu á skilyrði ákvæðisins,“ segir í bréfinu. jonhakon@frettabladid.is

RAGNAR HALL

HELGI SIGURÐSSON

GERÐU ATHUGASEMDIR Verjendur spyrja hvort fjöldi umboðssvikamála sé tilkominn vegna breytinga á umboðssvikaákvæðinu. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

EFTIRFARANDI ATHUGASEMDIR GERA LÖGMENNIRNIR Í BRÉFINU

- **Ákvæði um umboðssvik**
  Vikið frá hefðbundnum sjónarmiðum um skýrleika refsiheimilda.
- **Ákvæði um markaðsmisnotkun**
  Ákært fyrir markaðsmisnotkun vegna viðskipta sem séu í samræmi við reglur, áralangar viðskiptavenjur á markaði sem allir hafa þekkt og eftirlitsaðilar ekki gert athugasemdir við.
- **Samskipti lögmanna og verjenda**
  Innan sömu dómstóla séu dómarar sem gera naumast ráð fyrir samskiptum verjenda og vitna og hins vegar dómarar sem telja ekkert óeðlilegt við slík samskipti.
- **Framsetning dóma**
  Í sumum dómum sé atvikalýsing alfarið tekin upp úr greinargerð ákæruvaldsins. Rök og varnir ákærðu séu ekki rakin í forsendum dóms. Því geti almenningur ekki kynnt sér röksemdir beggja aðila.
- **Símhlustanir**
  Beiðnir ákæruvaldsins um heimildir til símhlustunar séu nær undantekningarlaust samþykktar af dómstólum. Setja þurfi skýrari reglur um framkvæmd hlustana.
- **Húsleitir**
  Húsleitir hafi verið gerðar vegna meintra brota mörgum árum eftir að þau voru framin. Í langflestum tilvikum hafi verið hægt að ná í gögn með viðurhlutaminni hætti. Leitað hafi verið á lögmannsstofum.
- **Sönnunarbyrði**
  Reglum um sönnun og sönnunarbyrði sem mótast hafi á löngum tíma hafi verið vikið til hliðar.

Þjónusta trúnaðarlækna

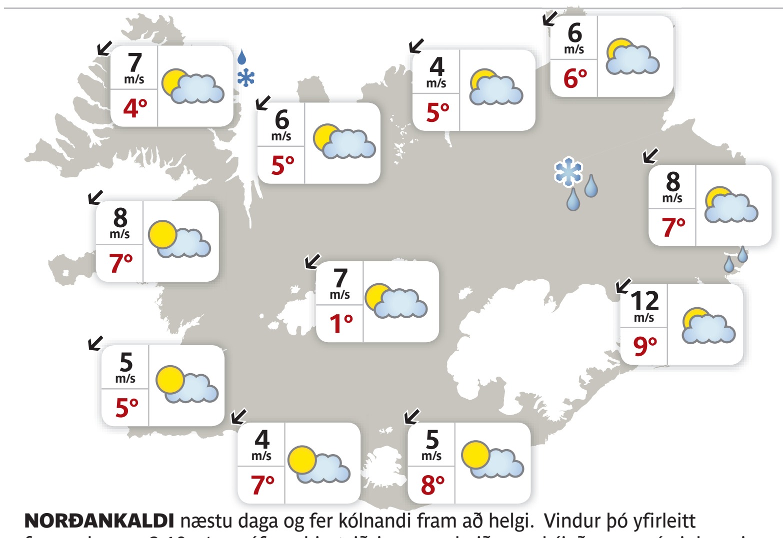
Ávinningur af trúnaðarlæknisþjónustu er ótvíræður og gefur stjórnendum og starfsmannahaldi möguleika á óháðu mati á veikindum starfsmanna, meðferðarmöguleikum, horfum og starfshæfni.

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

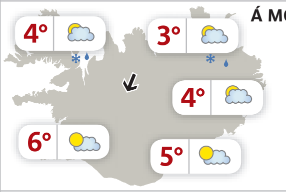
VINNUVERND ehf
vellíðan í vinnu

Veðurspá

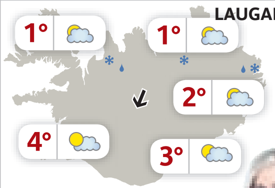
Gildistími korta er um hádegi



Alicante	28°	Friedrichshafen	24°	New York	18°
Aþena	23°	Gautaborg	15°	Orlando	30°
Basel	21°	Kaupmannahöfn	15°	Ósló	13°
Berlín	24°	Las Palmas	25°	París	18°
Billund	17°	London	16°	San Francisco	20°
Frankfurt	20°	Mallorca	29°	Stokkhólmur	13°

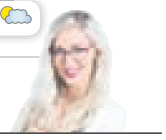


Á MORGUN
NA-læg 5-10m/s



LAUGARDAGUR
Fremur hæg NA-læg, 3-8m/s

NORÐANKALDI næstu daga og fer kólnandi fram að helgi. Vindur þó yfirleitt fremur hægur, 3-10m/s og áfram bjartviðri sunnan heiða en skýjað og von á einhverri úrkomu A- og N-lands, rigningu eða slyddu og síðan éljum N-lands um helgina.



Vordís Eiríksdóttir
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

AFSLÁTTUR: 260.000 KR.

TILBOÐ: 3.590.000 KR.

Ford Galaxy GHIA MPV IRS54
Skráður apríl 2012, 2,0TDCi dísil, sjálfskiptur
Ekinn 94.000 km. Litur: Ljósbrúnn
Ásett verð: 3.850.000 kr.

AFSLÁTTUR: 260.000 KR.

TILBOÐ: 2.090.000 KR.

Citroën C4 Comfort LNZ23
Skráður maí 2013, 1,6HDi dísil, beinskiptur
Ekinn 72.000 km. Litur: Ljósgrár
Ásett verð: 2.350.000 kr.

AFSLÁTTUR: 300.000 KR.

TILBOÐ: 3.950.000 KR.

Ford Kuga Titanium S FKY75
Skráður júní 2012, 2,0TDCi dísil, sjálfskiptur
Ekinn 81.000 km. Litur: Grár
Ásett verð: 4.250.000 kr.

VERÐ: 3.550.000 KR.

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

BÍLALEIGUBÍLAR TIL SÖLU

ÓDÝRARI REKSTUR

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

Finndu bílinn þinn á:
notadir.brimborg.is

LÆGRA VERÐ

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

Hafðu samband við ráðgjafa og við gerum þér frábært tilboð.

Nýttu tækifærið!

LÉTTARI KAUP

Landsbankinn og Brimborg létta þér kaupin á nýlegum bíl.

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

- Engin lántökugjöld í október
- Hagstæðari kjör
- Allt að 7 ára lánstími
- Allt að 80% fjármögnun

Brimborg tekur allar tegundir bíla upp í. Hagstætt uppítökuverð.

KOMDU NÚNA

AFSLÁTTUR: 200.000 KR.

TilBOÐ: 1.150.000 KR.

Ford Ka Trend UUL33
Skráður maí 2013, 1,2i bensín, beinskiptur
Ekinn 64.000 km. Litur: Hvítur
Ásett verð: 1.350.000 kr.

AFSLÁTTUR: 880.000 KR.

TILBOÐ: 7.990.000 KR.

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

AFSLÁTTUR: 200.000 KR.

TILBOÐ: 2.330.000 KR.

Mazda3 Advance OXN64
Skráður apríl 2013, 1,6Di dísil, beinskiptur
Ekinn 65.000 km. Litur: Hvítur
Ásett verð: 2.530.000 kr.

VERÐ: 2.440.000 KR.

Ford Fiesta Trend PIX52
Skráður apríl 2014, 1,0i bensín, sjálfskiptur
Ekinn 25.000 km. Litur: Brúnn

AFSLÁTTUR: 430.000 KR.

TILBOÐ: 3.890.000 KR.

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

AFSLÁTTUR: 200.000 KR.

TILBOÐ: 1.090.000 KR.

Citroën C1 SX GPU11
Skráður apríl 2012, 1,0i bensín, beinskiptur
Ekinn 72.000 km. Litur: Ljósgrár
Ásett verð: 1.290.000 kr.

AFSLÁTTUR: 200.000 KR.

TILBOÐ: 1.650.000 KR.

Citroën C3 Seduction Airdr. BAE53
Skráður maí 2012, 1,6HDi dísil, beinskiptur
Ekinn 65.000 km. Litur: Dökkgrár
Ásett verð: 1.850.000 kr.

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

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

NOTADIR.BRIMBORG.IS

FINNDU BÍLINN ÞINN HÉR

Notaðir bílar – Brimborg

FYLGSTU MEÐ NÝJUSTU TILBOÐUNUM

50 ár í bílgreininni

brimborg

Öruggur staður til að vera á

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

VEISTU SVARIÐ?

1. Hvað kostuðu slys í umferðinni ríkið á síðasta ári?
2. Hvað er gígurinn Baugur orðinn hár?
3. Hvaða íslenska kvikmynd hefur verið tilnefnd til verðlauna á alþjóðlegu kvikmyndahátíðinni í Chicago?

SVÖR:
1. 40 til 50 milljarða. **2.** 100 metrar. **3.** París norðursins.

Samkeppni Vina Þórsmerkur og Vegagerðarinnar um hönnun göngubrúar yfir Markarfljót lokið:

Horfa gegnum brúna níu metra yfir ánni

FERÐALÖG Efla verkfræðistofa og Studio Grandi sigruðu í samkeppni Vina Þórsmerkur og Vegagerðarinnar um hönnun göngubrúar yfir Markarfljót við Húsadal.

Dómnefndin segir helstu kosti vinningstillögunnar þá að brúin falli nokkuð vel inn í umhverfið og sé látlaus.

„Form brúarinnar er einfalt, svífandi og látlaust. Það er sniðið að landslaginu báðum megin árinnar og fellur eðlilega að landi í um níu metra hæð yfir Markarfljótsaurum," segir í greinargerð hönnuðanna. Brúin á verða 168 metra löng.

Vinir Þórsmerkur voru stofnaðir árið 2010 af ferðaþjónustuaðilum með starfsemi í Þórsmörk. Þetta eru Ferðafélag Íslands, Ferðafélagið Útivist, Farfuglar og Kynnisferðir auk Rangárþings eystra og Skógræktar ríkisins. **- gar**

BRÚARHAFIÐ „Bil verður á milli borða og eykur það á nánd ferðalanga við vatnsfallið án þess að ógna öryggi þeirra," segja höfundar vinningstillögunnar.

MYND/EFLA VERKFRÆÐISTOFA - STUDIO GRANDI

KVÍABRYGGJA Maður var að afplána dóm á Kvíabryggju þegar hann var handtekinn vegna gruns um aðild að fíkniefnainnflutningi og dreifingu. FRÉTTABLAÐIÐ/PJETUR

Skipulagði smygl innan úr fangelsinu

Umfangsmikil aðgerð lögreglu leiddi til handtöku fanga á Kvíabryggju. Lögreglan lagði hald á stera, MDMA og peninga við húsleit vegna málsins.

LÖGREGLUMÁL Fangi á Kvíabryggju var handtekinn af lögreglu í lok síðasta mánaðar vegna gruns um aðild að skipulagningu, fjármögnun og innflutningi á fíkniefnum til landsins.

Alls voru fjórir karlmenn handteknir og settir í gæsluvarðhald í tengslum við málið.

Handtakan var þáttur í umfangsmiklum aðgerðum lögreglu sem lagði hald á um hálft kíló af amfetamíni við rannsókn, en við húsleit var einnig lagt hald á MDMA, stera og umtalsverða peningafjárhæð sem er talin vera til komin vegna fíkniefnasölu.

Fangar á Kvíabryggju hafa aðgang að interneti og er frjálst að hafa farsíma sem þeir þurfa þó að skila til fangavarða fyrir nóttina.

Tugur manna var yfirheyrður vegna málsins sem telst nú upplýst.

Maðurinn, sem er 27 ára gamall, á sakaferil sem nær aftur til 2003 og hefur ítrekað komið við sögu lögreglu. Hann var að taka út dóm fyrir fíkniefna-, vopna- og umferðarbrot á Kvíabryggju þegar lögreglan handtók hann vegna brotanna.

Friðrik Smári Björgvinsson yfirlögregluþjónn segir ekkert einsdæmi að fangi sé tekinn við glæpsamlegt athæfi innan fangelsismúra og að slík brot séu alltaf litin alvarlegum augum.

Páll Winkel fangelsismálastjóri segir að það komi fyrir annað slagið að fangar verði uppvísir að lögbrotum innan fangelsisins. Slíkt hafi áhrif á framgang í refsivistinni. Fangar sem brjóta af sér eru ýmist settir í gæsluvarðhald eða lokað fangelsi og missa öll fríðindi. „Þetta hefur auðvitað áhrif á framgang í refsivistinni. Þetta hefur áhrif á dagleyfi, reynslulausn, vistunarstað og svo framvegis. Ef upp koma grunsemdir um að fangi sé að gera eitthvað af sér fara þær upplýsingar beinustu leið til lögreglu og við gerum þá okkar besta til að aðstoða lögreglu við að upplýsa brot," segir Páll.

Þetta hefur auðvitað áhrif á framgang í refsivistinni. Þetta hefur áhrif á dagleyfi, reynslulausn, vistunarstað og svo framvegis.

Páll Winkel fangelsismálastjóri.

hannarut@frettabladid.is

Hádegisfundur var haldinn í gær í tilefni af Evrópsku forritunarvikunni:

Vilja auka skilning á forritun

TÖLVUR Hádegisfundur var haldinn í Verkfræðingahúsinu að Engjateig í Reykjavík í gær í tilefni af Evrópsku forritunarvikunni sem fer fram 11.–17. október. Hún hefur það að markmiði að vekja áhuga og auka skilning fólks og fyrirtækja á forritun. Þessa viku fer fólk um alla Evrópu á námskeið og viðburði til að læra og kynnast faginu.

„Þetta var fyrst haldið erlendis í fyrra. Þá tóku 26 ESB-ríki þátt, þrjú hundruð viðburðir voru í boði og tíu þúsund þátttakendur. Nú eru þátttökuþjóðirnar orðnar 38 og við tökum þátt í fyrsta sinn," segir Árdís Ármannsdóttir, framkvæmdastjóri Skema, en fyrirtækið er fulltrúi forritunarvikunnar á Íslandi.

900.000
Líklegur skortur á forriturum árið 2020.

Árdís segir vikuna mikilvæga, enda sé forritun að finna í nánast öllu sem fólk horfir á í kringum sig. „Allir samskiptamiðlarnir og tölvurnar. Stór hluti Íslendinga situr fyrir framan tölvur allan daginn og þær byggja á forritun."

Hún bætir við að mikill skortur sé á forriturum og ef fram heldur sem horfir vantar í 900 þúsund störf í Evrópu árið 2020. „Við þurfum að kynna þetta fyrir börnunum sem fyrst og það höfum við hjá Skema verið að gera."

- fb

ÁRDÍS ÁRMANNSDÓTTIR Hádegisfundurinn í gær gekk vel fyrir sig. Auka þarf áhuga á forritun, að mati Árdísar Ármannsdóttur.

TAX FREE DAGAR

AFNEMUM
VIRÐISAUKASKATT*
AF ÖLLUM
SKÓM
9.-12. 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

Vinavika hafin á Vopnafirði:

Undirrituðu vinasamning

SAMFÉLAG Vinasamningur æskulýðsfélags Hofsprestakalls, Kýros, Vopnafjarðarhrepps, Vopnafjarðarskóla og leikskólans Brekkubæjar var undirritaður á mánudag í félagsheimilinu Miklagarði. Tilefnið er Vinavika sem hófst í fimmta sinn á Vopnafirði á sunnudaginn.

Á vefsíðunni Vopnafjarðarhreppur.is segir að Vopnafjarðarhreppur hvetji íbúa og starfsfólk sitt til að sýna vináttu og kærleika í verki. - fb

Allt stefnir í að ESA höfði samningsbrotamál gegn Íslandi vegna hafta á innflutningi landbúnaðarvara:

Innflutningsbann brýtur gegn EES-reglum

Íslensk löggjöf um innflutning á fersku kjöti er andstæð EES-samningnum. Þetta kemur fram í rökstuddu áliti sem ESA, Eftirlitsstofnun EFTA, sendi frá sér í gær.

Íslensk löggjöf felur í sér innflutningstakmarkanir á fersku kjöti, unnu sem óunnu, kældu sem frosnu, sem og innmat og sláturúrgangi, hvort sem um ræðir svína-, nauta-, lamba-, geita- eða alifuglakjöt eða kjöt af villtum dýrum. Innflytjendur verða samkvæmt gildandi lögum að sækja um leyfi og leggja fram margvísleg gögn til Matvælastofnunar.

SIGURÐUR INGI JÓHANNSSON

„Þetta álit er í fullu samræmi við álit okkar lögmanna," segir Finnur Árnason, forstjóri Haga, um álitið. „Við eigum í málaferlum við ríkið út af þessu og þau eru í gangi," segir Finnur. Hann segist vonast til þess að staðið verði við alþjóðasamninga. „Þannig að ég held að menn ættu að drífa í því að heimila þetta og hætta að verjast í dómsölum gegn okkur," segir Finnur.

Í áliti ESA kemur fram að hægt sé að höfða samningsbrotamál ef ekki verður brugðist við álitinu innan tveggja mánaða. - jhh

ÓLÖGMÆT AÐSTOÐ

Ívilnunarsamningar íslenskra stjórnvalda við fimm fyrirtæki, Becromal, Verne, Íslenska kísilfélagið, Thorsil og GMR Endurvinnsluna, fólu í sér ríkisaðstoð sem gengur gegn EES-samningnum. Þetta er mat Eftirlitsstofnunar EFTA, sem gaf í gær íslenskum stjórnvöldum fyrirmæli um að endurheimta alla þá ríkisaðstoð sem veitt var á grundvelli umræddra samninga.

2 í 1

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.

Starfsmenn Háholts efla starfsandann

Samband íslenskra sveitarfélaga hefur kallað eftir fundi velferðarráðherra og Barnaverndarstofu vegna fyrirhugaðs samnings við meðferðarheimilið Háholt.

STJÓRNSÝSLA Samband íslenskra sveitarfélaga undrast að ekki hafi verið haft samráð við það vegna fyrirhugaðs samnings velferðarráðuneytisins við meðferðarheimilið Háholt í Skagafirði.

„Ég hef sent tölvupósta á skrifstofustjóra í velferðarráðuneytinu og forstöðumann Barnaverndarstofu og sagt þeim að það hafi nú verið boðað til fundar af minna tilefni. Ég hef ekki fengið svar," segir Guðjón Bragason, sviðsstjóri lögfræði- og velferðarsviðs hjá Sambandi íslenskra sveitarfélaga. Hann bætir við að sambandið taki ekki beina afstöðu til þess hvort halda eigi áfram rekstri Háholts eða ekki. Það sé þó skýr afstaða sambandsins að innan þessa málaflokks skuli gæta vel að meðferð fjár og setja fjármuni í úrræði sem nýtast. „Ef þessi úrræði standa tóm vegna þess að Barnaverndarstofa telur ekki ástæðu til að nýta þau vakna spurningar um hvort eigi að halda þessu úrræði áfram."

FORSTÖÐUMENN Forstöðumenn Háholts, Hinrik Már Jónsson og Ari Jóhann Sigurðsson, fyrir utan heimilið. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

GUÐJÓN BRAGASON

Hinrik Már Jónsson, annar tveggja forstöðumanna heimilisins, gefur ekki mikið fyrir gagnrýni á lélega nýtingu á heimilinu. Hann segir óskandi að nýtingin væri 100 prósent að öllu jöfnu en það sé því miður ekki raunin.

Inntur eftir því hvað starfsmenn, sem eru ellefu talsins, geri á vöktum þegar enginn eða fáir unglingar dvelja á heimilinu í lengri tíma, segir Hinrik að slíkt hafi aðeins einu sinni komið fyrir og þá hafi heimilið staðið autt í þrjár vikur, annars sé yfirleitt um fáa daga að ræða í senn. „Við nýttum hluta af þessum tíma í endurmenntun, en einnig nýttum við tímann til að styrkja félagslega þáttinn hjá starfsfólkinu. Við fórum til dæmis saman í hestaferð eina helgi sem var mjög gott því það er mikilvægt að hafa samhentan starfshóp."

Að sögn Hinriks dvelja tveir unglingar á heimilinu um þessar mundir.

Að mati Hinriks er mikilvægt að halda úti meðferðarheimili eins og Háholti þar sem það þjóni ákveðnum hópi unglinga sem engir aðrir staðir henti. Spurður hvort skortur á sérhæfðu fagfólki, eins og geðlæknum, í Skagafirði til að koma að meðferð unglinganna hafi reynst vandamál segir hann svo ekki vera en sækja þurfi aðstoðina til Reykjavíkur: „Við erum í Skagafirði, ekki á heimsenda. Það er alveg hægt að fá þjónustu geðlæknis og barnasálfræðings þó að maður þurfi að sækja hana til Reykjavíkur. Við höfum einnig í nokkrum tilfellum fengið geðlækni hingað til okkar úr borginni." hannarut@365.is

Hafðu samband við áður en þú kaupir dekk....

KvikkFix
Hvaleyrarbraut 4-6

Stærðir	Gerð	Verð
175/70 R13	CS	8.500.-
175/65 R14	CS	8.600.-
185/65 R14	CS	9.500.-
185/65 R15	CS	10.600.-
195/65 R15	SP	10.900.-
205/65 R15	CS	12,300.-
215/70 R15	CS	13.900.-
205/55 R16	SP	11.990.-
205/60 R16	CS	12.300.-
215/55 R16	SP	12.900.-
215/65 R16	CS	13.990.-
235/70 R16	CS	17.700.-
225/45 R17	SP	13.990.-
235/45 R17	SP	14.900.-
235/65 R17	CS	17.800.-
265/70 R17	CS	21.700.-

Vetrar-Heilsársdekk

Sími 575-1500 eða www.kvikkfix.is og sparaðu stórt!

nettó

Kræsingar & kostakjör

-46%

SÚPUKJÖT
FRÁBÆRT VERÐ!
KÍLÓVERÐ
~~VERÐ ÁÐUR 1.098,-~~
593,-

VERÐ-SPRENGJA!

GOÐI

-41%

EPLI LÍFRÆN
Í POKA 1KG
POKAVERÐ
~~VERÐ ÁÐUR 679,-~~
398,-

-50%

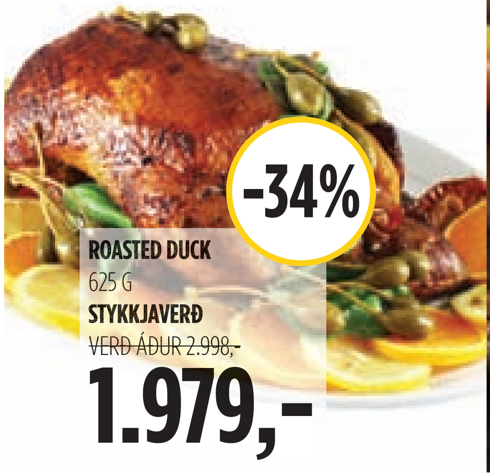
VÍNARBRAUÐ
SÉRBAKAÐ
STYKKJAVERÐ
~~VERÐ ÁÐUR 198,-~~
99,-

-43%

GRÍSASNITSEL
BAUTABÚRIÐ
KÍLÓVERÐ
~~VERÐ ÁÐUR 1.924,-~~
1.097,-

-30%

KALKÚNABRINGA
FERSK - ÍSFUGL
KÍLÓVERÐ
~~VERÐ ÁÐUR 3.498,-~~
2.499,-



-34%

ROASTED DUCK
625 G
STYKKJAVERÐ
~~VERÐ ÁÐUR 2.998,-~~
1.979,-

-43%

ÖND
HEIL
KÍLÓVERÐ
~~VERÐ ÁÐUR 1.738,-~~
991,-

-30%

ANDABRINGUR
FRANSKAR
KÍLÍVERÐ
~~VERÐ ÁÐUR 4.279,-~~
2.995,-

-40%

KENGÚRA
FÍLE
KÍLÍVERÐ
~~VERÐ ÁÐUR 4.998,-~~
2.999,-

-23 %

ORKUDRYKKUR
EMERGE - BERRY - ORGINAL
STYKKJAVERÐ
~~VERÐ ÁÐUR 129,-~~
99,-

KEX
COOP 3 TEGUNDIR
PAKKAVERÐ 150G
150 G PAKKAR
198,-

Tilboðin gilda 9. - 12. okt 2014

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

Spænska aðstoðarhjúkrunarkonan virðist hafa gert afdrifarík mistök eftir að hafa sinnt ebólusjúklingi:

Talin hafa snert andlit sitt með hanska

SPÁNN, AP Spænska aðstoðarhjúkrunarkonan, sem smitaðist af ebóluveirunni, virðist hafa gert þau mistök að snerta andlitið á sér með hanska sem hún hafði notað við umönnun ebólusmitaðs prests.

Í viðtali við spænska dagblaðið El Mundo segist aðstoðarhjúkrunarkonan, sem heitir Teresa Romero, halda að þetta hafi gerst þegar hún var að fara úr hlífðarbúningi, þegar hún var komin út úr sjúkrastofunni á sjúkrahúsi í Madrid þar sem presturinn var í einangrun: „Þarna var, sýnist mér, hættulegasta augnablikið þar sem þetta hefði getað gerst. En ég er ekki viss.“

Javier Limon, eiginmaður hennar, segir í viðtali við sama blað að eiginkona hans hafi farið í frí eftir að presturinn, Garcia Viejo, lést þann 25. ágúst. Fimm dögum síðar veiktist hún og fékk vægan hita, en fór þó í starfstengt próf ásamt fleiri nemendum. Hún leitaði læknis á heilsugæslustöð, en tók þar ekki fram að hún hefði tekið þátt í umönnun ebólusjúklings.

Yfirvöld fullyrða að hún hafi aldrei yfirgefið Madrid á þessu tímabili.

Ebólufaraldurinn, sem hófst í vestanverðri Afríku fyrr á árinu, hefur nú kostað um 3.500 manns lífið. Sjúklingar hafa verið fluttir frá ríkjum Afríku til Bandaríkjanna, Spánar og Noregs.

Í gær skýrðu bandarísk stjórnvöld frá því að á flugvöllum þar í landi yrði nú kannað hvort farþegar frá vestanverðri Afríku væru með hita. - gb

SJÚKRASTOFAN Á SPÁNI Starfsfólk á sjúkrahúsinu í Madrid þrífur sjúkrastofuna þar sem ebólusmitaður prestur lést í ágúst. FRÉTTABLAÐIÐ/AP

ENDURSKOÐA VIÐBRAGÐSÁÆTLUN

„Það er unnið hörðum höndum að endurskoðaðri viðbragðsáætlun hér heima, ef upp kæmi tilfelli af ebólu eða grunur um smit,“ segir Guðrún Sigmundsdóttir, staðgengill sóttvarnalæknis, og bætir við að áætlunin sé í stöðugri endurskoðun. Hún segir að Landspítalinn, Keflavíkurflugvöllur, heilsugæslustöðvar ásamt lögreglu og fleirum taki þátt í að vinna viðbragðsáætlunina. Að sögn Guðrúnar er enginn íslenskur hjálparstarfsmaður við störf á þeim svæðum þar sem faraldurinn geisar. Hún segir embættið hvetja fólk til að ferðast ekki til Vestur-Afríku að óþörfu.

Ber mikla virðingu fyrir Jóni Gnarr

Kveikt verður á friðarsúlunni á fæðingardegi Johns Lennon í sjöunda sinn í Viðey í kvöld. Yoko Ono, ekkja hans, mun einnig afhenda friðarverðlaun sín í dag.

SAMFÉLAG Friðarsúlan verður tendruð á fæðingardegi tónlistarmannsins Johns Lennon í dag og er þetta í sjöunda sinn sem viðburðurinn er haldinn í Viðey. Yoko Ono, ekkja Lennons, kom hingað til lands á sunnudaginn.

Hún er að sjálfsögðu ánægð með veðrið sem hún fær. „Það er virkilega fallegt. Flestir halda að veðrið á Íslandi sé aldrei gott en það hefur alltaf verið svona þegar ég hef komið. Nema í nokkur skipti var það ekki gott. Þetta er afmælisdagur Johns og ég held að margir eigi eftir að mæta,“ segir Yoko, sem gistir á Hótel Nordica á meðan á dvöl hennar stendur.

Áður en friðarsúlan verður tendruð mun Ono afhenda friðarverðlaun sín sem hún gerir annað hvert ár en margir muna þegar poppsöngkonan Lady Gaga hlaut verðlaunin fyrir tveimur árum. Í þetta sinn hljóta fimm manneskjur verðlaunin. Jann Wenner, útgefandi tímaritsins Rolling Stone, Jeremy Gilley, stofnandi Peace One Day, sem er alþjóðlegur friðardagur haldinn 21. september ár hvert, Dorren Remen og Yvonne Force Villareal, stofnendur sjóðsins Art Production Fund, og síðast en ekki síst Jón Gnarr, fyrrverandi borgarstjóri Reykjavíkur.

„Það sem hann gerði er mjög mikilvægt,“ segir Ono um Jón. „Hann var grínisti sem ákvað að gerast stjórnmálamaður. Það þarf mjög mikið hugrekki til þess og margir tóku hann ekki alvarlega í byrjun. Síðan fór allur heimurinn að gera það og jafnvel í Bandaríkjunum eru sumir grínistar byrjaðir að hugsa með sér: „Ég gæti alveg orðið borgarstjóri eða þingmaður,“ segir hún. „Ég ber mikla virðingu fyrir honum. Meira að segja hvernig hann klæðist. Það er svo allt öðru vísi. Mjög listrænt og skapandi.“

YOKO ONO Ekkja Johns Lennon tendrar friðarsúluna í Viðey í kvöld. Hún mun einnig afhenda fimm einstaklingum sérstök friðarverðlaun. FRÉTTABLAÐIÐ/ANDRI

> Hann var grínisti sem ákvað að gerast stjórnmálamaður. Það þarf mjög mikið hugrekki til þess.

Styrjaldir eru háðar víða í heiminum og þær valda Ono að sjálfsögðu miklum áhyggjum. „Allir segja við mig: „Þú ert að vinna að friði en samt er enginn árangur“. „Ég veit að þetta er mjög ofbeldisfullur heimur en ímyndaðu þér ef við hefðum ekki gert neitt í friðarbaráttunni. Kannski væri allur heimurinn horfinn núna.“

Spurð hversu langt sé í að friður í heiminum náist, segir hún: „Það fer eftir því hvað við viljum. Við verðum að ákveða það sjálf. Ég held að við munum ákveða okkur mjög fljótlega því þetta er orðin mjög óþægileg staða, eins og fólk veit.“

freyr@frettabladid.is

Misræmi í tölum Viðskiptaráðs og BSRB varðandi fjölda ríkisstarfsmanna:

Óbreytt skilaboð Viðskiptaráðs

KJARAMÁL Skilaboð Viðskiptaráðs um að fjölgun starfa hjá hinu opinbera hafi verið verulega umfram fjölgun starfa á almennum vinnumarkaði standa óhögguð. Þetta kemur fram í tilkynningu frá ráðinu. Tilefnið er tilkynning BSRB sem birtist í Fréttablaðinu.

„Stærsta misræmið í tölum Viðskiptaráðs og BSRB má finna í fjölda ríkisstarfsmanna um síðustu aldamót. Í tölum BSRB er fullyrt að stöðugildi hjá ríkinu hafi verið 15.700 árið 2000 og vísað er til upplýsinga frá fjármálaráðuneytinu án þess að beinnar heimildar sé getið,“ segir Viðskiptaráð. „Í svari fjármálaráðherra við fyrirspurn á Alþingi 19. nóvember 2009 kemur fram að fjöldi stöðugilda hjá ríkinu hafi verið 14.000 árið 2000. Viðskiptaráð notaðist við hinar opinberu tölur, en ekki kemur fram í tilkynningu BSRB hvers vegna litið var fram hjá þeim.“

BSRB sagði í sinni tilkynningu að störfum hjá ríkinu hefði fækkað um 10,6 prósent frá 2008 og vildi meina að fullyrðingar Viðskiptaráðs um þriggja prósenta fækkun ríkisstarfsmanna væru rangar. Viðskiptaráð segir að stór málaflokkur, málefni fatlaðra, hafi verið fluttur frá ríkinu yfir til sveitarfélaga 2011 og þá hafi 905 stöðugildi færst á milli. „Ef bera á saman tölur fyrir og eftir þessa tilfærslu ber að leiðrétta fyrir henni. Sé það gert hverfur um helmingur þeirrar fækkunar stöðugilda sem BSRB fullyrðir að átt sér hafi stað hjá ríkinu.“ - fb

FRAMKVÆMDASTJÓRI Frosti Ólafsson er framkvæmdastjóri Viðskiptaráðs. Í tilkynningu frá ráðinu segist það standa við fyrri skilaboð sín. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

DEBENHAMS
Gerðu lífið skemmtilegra
HAUST ÚTSALAN ER HAFIN
30-70% AFSL.
AF ÖLLUM ÚTSÖLUVÖRUM
OPIÐ TIL 21:00 Í KVÖLD
DEBENHAMS SMÁRALIND
KONUR HERRAR BÖRN SNYRTIVÖRUR
Finndu okkur á facebook

MÓTMÆLI BROTIN Á BAK AFTUR Lögreglan í Istanbúl beitti táragasi og þrýstivatnsbyssum til að dreifa mannfjöldanum sem krafðist þess að tyrknesk stjórnvöld tækju þátt í aðgerðum gegn Íslamska ríkinu. FRÉTTABLAÐIÐ/AP

Hart barist í Kobani

Á annan tug manna hafa látið lífið í Tyrklandi í mótmælum gegn aðgerðaleysi tyrkneskra stjórnvalda. Erdogan Tyrklandsforseti segir að loftárásir dugi ekki.

SÝRLAND Loftárásir, sem Bandaríkjaher hefur haft forystu um, eru sagðar hafa hrakið vígasveitir Íslamska ríkisins að hluta frá landamærabænum Kobani í Sýrlandi.

Enn er þó hart barist í bænum og hafa flestir íbúar hans flúið, flestir yfir landamærin til Tyrklands.

Kúrdar saka tyrknesk stjórnvöld um að hafa setið hjá aðgerðalítil meðan vígasveitirnar herja á Kobani og nágrenni. Efnt hefur verið til mótmæla víða í Tyrklandi og hafa stjórnvöld þar tekið hart á mótmælendum. Að minnsta kosti tólf manns hafa látið þar lífið.

Vígasveitir Íslamska ríkisins hófu umsátur sitt um Kobani um miðjan september. Átökin hafa harðnað mjög á síðustu dögum og kostað nokkur hundruð manns lífið.

Liðsmenn Íslamska ríkisins héldu síðan í fyrsta sinn nú í vikunni inn í borgina og hafa götubardagar geisað þar. Að sögn arabísku fréttastofunnar Al Jazeera hefur kúrdískur blaðamaður lýst ástandinu í borginni svo að þar liggi lík vígamanna Íslamska ríkisins eins og hráviði á götunum.

Recep Tayyip Erdogan segir að loftárásir geti ekki dugað til að ráða niðurlögum Íslamska ríkisins í Kobani. Hann segir að Tyrkir muni hins vegar taka þátt í landhernaði verði tryggt að hlutlausu svæði verði komið upp milli Sýrlands og Tyrklands og flugbanni verði komið á yfir Sýrlandi. Bandaríkin þyrftu væntanlega að sjá um að framfylgja slíku.

gudsteinn@frettabladid.is

Helsta borg Kúrda í Sýrlandi

Kobani er landamærabær norðan til í Sýrlandi, rétt við landamæri Tyrklands. Þetta er helsta borg Kúrda í Sýrlandi, en meirihluti íbúanna er flúinn undan ofbeldi vígamanna Íslamska ríkisins.

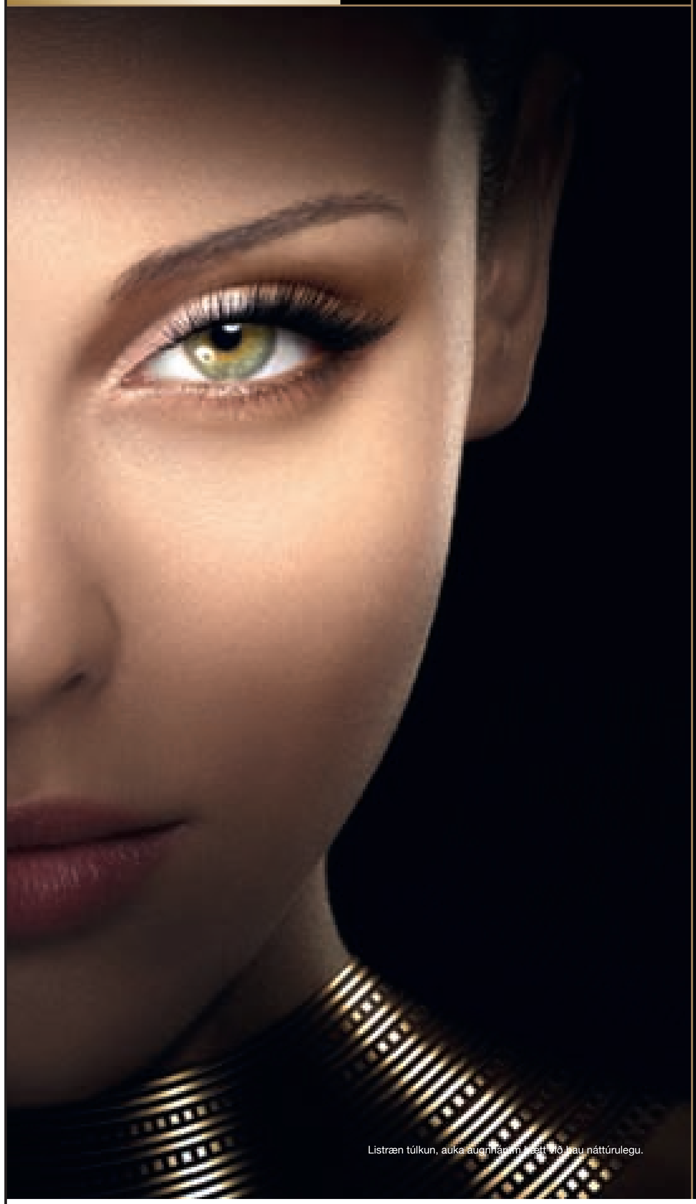
Kúrdar eru fjölmennir í Tyrklandi, Írak, Íran og Sýrlandi og hafa lengi viljað stofna eigið ríki, eða í það minnsta fá viðurkennd réttindi til sjálfstjórnar að einhverju marki.

Talið er að um fimm prósent Kúrda búi í Sýrlandi, alls um tvær milljónir manna, og eru þeir þar með um níu prósent af íbúum Sýrlands.

Um 45 þúsund manns hafa búið í Kobani. Flestir þeirra eru Kúrdar. Í nágrenni bæjarins búa einnig margir Kúrdar og er talið að alls hafi um 200 þúsund manns á þessum slóðum flúið undan vígasveitunum.

HELENA RUBINSTEIN

POWER BEAUTY
SINCE 1902



LASH QUEEN
MYSTIC BLACKS

FYRSTI MASKARINN SEM LITAR RÓT AUGNHÁRANNA,
ÞÉTTIR, LENGIR OG GEFUR DÖKK OG DULARFULL AUGNHÁR.

NÝTT
TVÍHLIÐA BURSTI FYRIR AUGNHÁRIN OG RÓT AUGNHÁRANNA SEM EYKUR UMFANG ÞEIRRA Á DRAMATÍSKAN HÁTT.

www.helenarubinstein.com

HELENA RUBINSTEIN KYNNING
Í HAGKAUP KRINGLUNNI, SMÁRALIND, GARÐABÆ OG HOLTAGÖRÐUM 9. – 15. október.

HEFUR ÞÚ PRÓFAÐ

POWERCELL
YOUTH GRAFTER

NÝTT 2014: Krem, serum, augnkrem og maski fyrir kröfuharðar konur sem leita að vörum sem viðhalda æsku húðarinnar og vinna gegn umhverfisáhrifum. Styrkir, stinnir, sléttar, gefur ljóma og fegrar litarhátt.

20% AFSLÁTTUR AF LQ MYSTIC BLACKS MASKARANUM OG POWERCELL LÍNUNNI.

HAGKAUP
Skemmtilegast að versla

Withings SALTER BONECO AIR-O-SWISS Airfree HoMEDICS Anita care Mediflow swopper .3Dee muv•man lumie

BAUERFEIND® sissel contigo tufte MARLEY

Eirberg
LÍFSTÍLL

Fæða sem er rík af ómega-3

Meðal innlendra fæðutegunda sem eru ríkar af ómega-3 fitusýru er kjöt sem framleitt er af grasi, þ.e. einkum kindakjöt og hrossakjöt, einnig mjólk úr kúm sem fá að mestu beit og grasfóður, að sögn Ólafs R. Dýrmundssonar, ráðunautar hjá Bændasamtökunum. Hann segir íslenskar kýr þekktar fyrir að nýta vel slíkt fóður.

„Erlendis er farið að greiða mjólk sem framleidd er með þeim hætti hærra verði (e. grassfed), aðallega vegna ómega-3,“ greinir Ólafur frá.

Þvoið ný barnaföt fyrir notkun

Á vef Umhverfisstofnunar, ust.is, segir að oft sé efnalykt af nýjum fötum því við framleiðslu á fatnaði og skóm séu notuð ýmis efni og geti sum þeirra setið eftir í vörunni þegar hún er tilbúin til sölu. Ný föt geti því innihaldið skaðleg efni sem komast í snertingu við húð barnsins. Mælt er með því að barnaföt séu ætíð þvegin áður en þau eru notuð í fyrsta skipti. Við þvottinn hverfa langflest þeirra skaðlegu efna sem notuð voru við framleiðsluna.

Reyklausir bekkir keppa

Hin árlega samkeppni Tóbakslaus bekkur er að hefjast og er hún nú haldin hér á landi í sextánda sinn, að því er segir á vef landlæknis. Í ár geta allir sjöundu, áttundu og níundu bekkir í grunnskólum landsins tekið þátt í samkeppninni ef enginn nemandi í viðkomandi bekk notar tóbak. Er þetta í fyrsta skipti sem níunda bekk gefst kostur á að taka þátt í keppninni.

Skráning er hafin og þarf að skrá bekki í síðasta lagi 14. nóvember. Þátttaka í samkeppninni hefur alltaf verið mjög góð og er vonast til þess að svo verði einnig í ár. Allir nemendur fá litla gjöf eftir áramót sem umbun fyrir þátttöku.

Alls tíu bekkir sem senda inn lokaverkefni vinna til verðlauna.

Bekkir sem velja að senda inn lokaverkefni geta unnið fé til að ráðstafa eins og bekkurinn sjálfur kýs að gera. Upphæðin nemur 5.000 krónum fyrir hvern skráðan nemanda í bekknum.

Möguleika á að vinna til verðlauna eiga aðeins þeir bekkir sem senda inn lokaverkefni. Verkefnin geta verið með ýmsu móti, t.d. veggspjöld, auglýsingar, stuttmyndir eða fræðsluefni um tóbaksvarnir.

Stressuðum miðaldra konum hættara en öðrum við að fá Alzheimer

Rannsókn við heilbrigðisvísindasvið Gautaborgarháskóla sýndi fram á greinilegt samhengi milli Alzheimer og streitu kvenna um langt skeið. Gott að kortleggja streituvaldana, segir Sóley Dröfn Davíðsdóttir, sálfræðingur og forstjóri Kvíðameðferðarstöðvarinnar.

Ingibjörg Bára Sveinsdóttir
ibs@frettabladid.is

Miðaldra konur sem eru sérstaklega móttækilegar fyrir streitu eru í meiri hættu á að fá vitglöp síðar á ævinni, einkum Alzheimer, heldur en aðrar konur. Þetta eru niðurstöður rannsóknar vísindamanna við heilbrigðisvísindadeild Gautaborgarháskóla.

Rannsóknin hófst árið 1968 og náði til 800 kvenna á aldrinum 38 til 54 ára. Fylgst var með konunum með ákveðnu árabili um 38 ára skeið. Í lok rannsóknarinnar kom í ljós að konur, sem varð auðveldlega órótt, fengu oftar Alzheimer en aðrar. Samhengið var enn greinilegra ef konurnar höfðu verið stressaðar um langt skeið. Samkvæmt niðurstöðum rannsóknarinnar höfðu 153 kvennanna fengið vitglöp fjörutíu árum eftir að rannsóknin hófst, þar af voru 104 með Alzheimer. Greint er frá niðurstöðum rannsóknarinnar í vísindaritinu Neurology 1. október síðastliðinn.

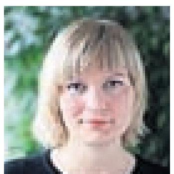
Á fréttavef Aftonbladet er haft eftir einum vísindamannanna, Lenu Johansson, að ekki fái allir stressaðir Alzheimer en hafi maður verið stressaður um langt skeið sé ástæða til að staldra við, hugsa málin og breyta ef til vill um lífsstíl.

Rannsóknin í Gautaborg náði aðeins til kvenna en Johansson segir enga ástæðu til að ætla að þessu sé öðru vísi farið hjá körlum. Enn sé þó ekkert vitað um það.

Önnur rannsókn sem gerð var við heilbrigðisvísindasvið Gautaborgarháskóla leiddi hins vegar í ljós að karlar sem eru undir stöðugu álagi séu í talsvert meiri hættu en þeir sem ekki eru stressaðir að fá sykursýki tvö. Þátttakendur í rannsókninni voru 7.500 karlar í Gautaborg og var fylgst með þeim í 35 ár.

STRESSUÐ Samhengi milli streitu og Alzheimers var enn greinilegra þegar konurnar höfðu verið stressaðar um langt skeið. NORDICPHOTOS/GETTY

Nokkur ráð til að draga úr streitu



Sóley Dröfn Davíðsdóttir, sálfræðingur og forstjóri Kvíðameðferðarstöðvarinnar, segir gott að velta því fyrir sér hvað það er sem valdi streitunni og hvort maður geti haft áhrif á aðstæðurnar. Hér á eftir fara nokkur ráð Sóleyjar:

Streituvaldar kortlagðir

Fólk verður stressað þegar það stendur frammi fyrir aðstæðum sem það upplifir að það ráði ekki við. Veltu því fyrir þér hvað það er sem er að stressa þig. Ert þú í erfiðum aðstæðum, t.d. að ganga í gegnum skilnað, veikindi nákomins ættingja eða breytingar á vinnustað? Eða stafar streitan af því að þú stendur frammi fyrir of mörgum verkefnum? Ertu með of marga bolta á lofti? Þekkt er að daglegt amstur valdi enn meiri streitu en stórviðburðir í lífinu. Eða tengist streitan þeim kröfum sem þú gerir til þín, þínu eigin hugarfari? Ert þú stressaðri en flestir myndu vera í þessum sömu aðstæðum? Hugleiddu hvort um sé að ræða ytri eða innri streituvalda hjá þér, eða blöndu af hvoru tveggja.

Dregið úr ytri streituvöldum

Getur þú haft áhrif á aðstæður þínar? Fækkað verkefnum, orðið betri í að setja vinnumörk þannig að verkefnum þínum fækki? Getur þú komið einhverjum verkefnum yfir á aðra? Getur þú í einhverjum tilvikum komið þér úr þeim aðstæðum sem valda þér streitu? Eða einfaldað líf þitt með einhverjum hætti? Fækkað áreitum, t.d. slökkt oftar á símanum og tölvupóstinum? Ef þú stendur frammi fyrir aðstæðum sem þú getur haft lítil áhrif á, eins og veikindum ættingja, getur þú náð betur að sætta þig við aðstæður eins og þær eru? Hugsað að „þetta er svona núna“, í stað þess að hugsa um hvernig þú vildir að allt væri? Getur þú lagt betri rækt við þig, t.d. tileinkað þér slökun, hugleiðslu og sett fleiri skemmtilegar athafnir á dagskrá? Þarft þú að æfa þig í að slæpast og sóa tíma?

Dregið úr innri streituvöldum

Ert þú stressaðri en flestir myndu vera í þessum aðstæðum? Getur verið að þú aukir á streituna með neikvæðum hugsunum um að þú ráðir ekki við aðstæður, þótt raunin sé önnur? Ert þú að ofmeta líkur á að eitthvað slæmt gerist og vanmeta getu þína til að fást við aðstæður? Lærðu að endurmeta þessar hugsanir. Veltu því einnig fyrir þér hvort þú gerir of miklar kröfur til þín. Getur þú dregið úr þeim kröfum? Æft þig að gera hlutina til hálfs eða kannski 70% í stað 100%? Myndu himinn og jörð farast dragir þú úr frammistöðu þinni eða gerðir smávægileg mistök af og til viljandi? Ég hvet þig til að prófa, en það gæti verið mun skemmtilegra líf!

STJÖRNUEGG
NOTAR EINUNGIS
1. FLOKKS ÓERFÐABREYTT
FÓÐUR
12 FERSK
STJÖRNUEGG
ÓERFÐABREYTT FÓÐUR
100 % HREIN NÁTTÚRUAFURÐ
BEINT FRÁ BÓNDA

Ákærð fyrir umboðssvik:

Margrét mun sitja í stjórn N1

Stjórn N1 gerir ekki athugasemdir við áframhaldandi störf Margrétar Guðmundsdóttur, stjórnarformanns fyrirtækisins.

Í tilkynningu frá N1 segir að fyrirtækið hafi ráðfært sig við Kauphöll Íslands og er þar vísað til reglna fyrir útgefendur fjármálagerninga. Margrét er ásamt öðrum fyrrverandi stjórnarmönnum SPRON ákærð fyrir umboðssvik vegna lánveitinga til fjárfestingafélagsins Exista. - jhh

Greining Íslandsbanka segir að framleiðsluslakinn sé nánast horfinn úr efnahagslífinu á Íslandi:

Reikna með þriggja prósenta hagvexti

Greining Íslandsbanka gerir ráð fyrir að hagvöxtur verði 3,1 prósent á þessu ári samanborið við 3,5 prósent í fyrra. Síðan er spáð 3,2 prósenta hagvexti á næsta ári og 2,9 prósenta vexti á árinu 2016. Þetta kemur fram í þjóðhagsspá Íslandsbanka sem var birt í gær.

Samhliða þessu muni hagur fyrirtækja og heimila halda áfram að batna. Hagvöxtur í ár verði byggður á miklum vexti í innlendri eftirspurn, sem mun jafnframt halda áfram að aukast allhratt á næstu tveimur árum þó að nokkuð dragi úr vextinum.

Greining segir að framleiðsluslakinn sé nú nánast horfinn úr íslensku efnahagslífi. Hagvöxtur næstu tveggja ára verði það mikill samkvæmt spánni að framleiðsluspenna fari að myndast í hagkerfinu á tímabilinu. Því muni fylgja aukin verðbólga sem Seðlabankinn muni bregðast við með hækkun stýrivaxta. Einnig muni þróttmikill hagvöxtur birtast í því að atvinnuleysi minnkar frekar og staða vinnumarkaðarins batnar.

„Á næsta ári spáum við að verðbólga aukist nokkuð frá yfirstandandi ári, og enn mun bæta í verðbólgutaktinn árið 2016. Aukinn gangur í efnahagslífinu mun væntanlega endurspeglast í hraðari hækkun launa og áframhaldandi raunhækkun fasteignaverðs. Verðbólgan verður engu að síður í grennd við verðbólgumarkmið Seðlabankans á spátímanum,“ segir í spánni. - jhh

Á FJÁRMÁLAÞINGI Ingólfur Bender, forstöðumaður Greiningar, kynnti þjóðhagsspá á Hilton Reykjavík Nordica. FRÉTTABLAÐIÐ/PJETUR

Þarfnast frekara samþykkis:

ÍSAM kaupir allt hlutafé Fastus

Innflutnings- og framleiðslufyrirtækið ÍSAM ehf. (Íslensk-ameríska) hefur keypt allt hlutafé í Fastus ehf.

Fastus hefur staðið í innflutningi á tækjum og rekstrarvörum fyrir heilbrigðisgeirann og hótel- og veitingamarkaðinn. Í fréttatilkynningu ÍSAM um kaupin segir að nú sé unnið að gerð áreiðanleikakönnunar vegna kaupanna og leitað verði samþykkis Samkeppniseftirlitsins og birgja félagsins. - hg

Verksmiðjan opnuð í gær:

Algalíf tekur til starfa á Ásbrú

Fyrsti áfangi örþörungaverksmiðju Algalífs á Ásbrú var formlega tekinn í notkun í gær. Átta mánuðir eru liðnir frá undirritun fjárfestingarsamnings fyrirtækisins og ríkisins.

Verksmiðjan verður fullkláruð um mitt ár 2015 en í henni verða ræktaðir örþörungar til útflutnings. Áætlaður kostnaður við uppbyggingu fyrirtækisins er um tveir milljarðar króna. Algalíf er í eigu norska félagsins NutraQ A/S. - hg

STAÐAN BATNAR Með aðgerðum ríkisstjórnarinnar til lækkunar verðtryggðra íbúðalána á að færa lánin niður um 72 milljarða króna. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Leiðréttingin fari að mestu í nýjar skuldir

Skuldaleiðrétting ríkisstjórnarinnar gæti að mati Seðlabankans leitt til aukinnar lántöku heimila fyrir allt að 47 milljarða króna. Skuldastaðan heldur áfram að batna og við erum nú með minni skuldsetningu en bæði Danir og Hollendingar.

Seðlabankinn telur skuldaleiðréttingu ríkisstjórnarinnar geta leitt til aukinnar lántöku heimila upp á allt að 47 milljarða króna. Um tveir þriðju af svigrúminu sem skapist við leiðréttinguna verði því mögulega nýttir til frekari lántöku.

Þetta kom fram á blaðamannafundi sem Seðlabankinn hélt í gær til að kynna nýtt hefti skýrslunnar Fjármálastöðugleiki.

„Það er ákveðinn hópur af einstaklingum sem mun fara úr því að skulda yfir 80 prósent af virði fasteigna sinna og niður fyrir 80 prósentin sem mun gera það að verkum að þeir geta veðsett aftur upp í fullt rými eigna sinna eða tekið meiri lán. Við búumst því við að allt að tveir þriðju af þeim 72 milljörðum sem fara í leiðréttinguna eigi eftir að mynda aukið veðrými og geti því verið endurskuldsettir,“ segir Sigríður Benediktsdóttir, framkvæmdastjóri fjármálastöðugleikasviðs Seðlabankans.

Í skýrslu bankans kemur fram að eigna- og skuldastaða íslenskra heimila hefur haldið áfram að batna. Skuldirnar námu í júní síðastliðnum um 99 prósentum af vergri landsframleiðslu og lækkuðu þá um 4,6 prósentustig milli ára.

„Nýjustu tölur benda því til að skuldalækkun heimila sem hófst snemma árs 2009 sé enn í gangi,“ segir í skýrslunni.

Sigríður segir það mat bankans að leiðréttingin eigi ekki eftir að lækka verulega hlutfall skulda heimilanna af landsframleiðslu.

„Við erum ekki frá því að við séum komin í ákveðið jafnvægi. Skuldastaða íslenskra heimila, sem hlutfall af vergri landsframleiðslu, er í raun ekki mikil miðað við önnur lönd sem eru með lífeyrissjóði og húsnæðiseignir eins og við erum með. Við erum til dæmis með mun minni skuldsetningu en bæði Hollendingar og Danir. Skuldir heimilanna leita í ákveðið jafnvægi og þegar þær eru lækkaðar leita skuldirnar aftur upp í það jafnvægi,“ segir Sigríður. haraldur@frettabladid.is

Skuldir heimilanna leita í ákveðið jafnvægi og þegar þær eru lækkaðar leita skuldirnar aftur upp í það jafnvægi

Sigríður Benediktsdóttir, framkvæmdastjóri fjármálastöðugleikasviðs Seðlabankans.

SNILLINGUR Gítarleikarinn Slash heldur tónleika hér í desember. NORDICPHOTOS/GETTY

Miðasala á tónleika Slash hófst núna í vikunni:

Dýrustu miðar á nær 40 þúsund

Sala á miðum á tónleika Slash hófst í vikunni. Miðarnir eru í þremur verðflokkum, 9.990, 13.990 og 38.990 krónur. Tónleikarnir fara fram í Laugardalshöllinni þann 6. desember en Slash kemur fram með söngvaranum Myles Kennedy og hljómsveitinni The Conspirators.

Guðbjartur Finnbjörnsson, sem stendur að tónleikunum, segir að það séu ekki margir miðar í boði á 38.990 krónur. Það séu einungis VIP-miðar. „Það er svona um helmingur þeirra farinn,“ segir hann spurður um málið. Hann segist ekki vilja greina frá því hve margir miðar í heild eru farnir. „En salan gengur ágætlega,“ segir hann. - jhh

• ÚTSALA • ÚTSALA •
VERSLUNIN
Rúm Gott
ÍSLENSK HEILSURÚM
30-50% AFSLÁTTUR
SÍÐUSTU DAGAR
Svæðaskipt heilsurúm
90 x 200 cm
Verð frá 69.900.-
Svæðaskipt heilsurúm
160x200 cm
Verð frá 139.200.-
Sérsmíðum heilsurúm
í öllum stærðum.
Dýnur og botna.
FAGLEG RÁÐGJÖF OG
FRÍ LEGUGREINING
Komdu í heimsókn, prófaðu legugreininguna, og fáðu
faglega ráðgjöf um val á heilsudýnum, án skuldbindinga!
50% AFSLÁTTUR
AF ÖLLUM
ETHANOL ÖRNUM
VIÐ FRAMLEIÐUM ÞITT RÚM EFTIR ÞÍNUM ÞÖRFUM
Framleiðum dýnur og rúm fyrir hótel og gistiheimili
RúmGott · Smiðjuvegi 2 (við hliðina á Bónus) · Kópavogi · Sími 544 2121
Opið virka daga frá kl. 10-18 og laugardaga kl. 11-16 · www.rumgott.is
VERSLUNIN
Rúm Gott
ÍSLENSK HEILSURÚM

Í UPPHAFI | Svona leit Búrfell Boeing 757-200 út fyrir um fimm vikum, áður en breytingar á vélinni hófust.

05.09.2014 | Vinna hafin við að endurinnrétta vélina. Það er oft þröng á þingi því það voru margar hendur sem komu að þessari vinnu og að baki liggja þúsundir vinnustunda.

04.10.2014 | Salernisaðstaðan er glæsileg um borð og mun glæsilegri en gengur og gerist í vélum sem þessum.

06.10.2014 | Áhöfnin stillti sér upp fyrir brottför. Frá vinstri: Vilborg Edda Jóhannsdóttir flugfreyja, Loftur Kristinn Magnússon matreiðslumaður, Torfi Sigurjónsson flugstjóri, Jana María Guðmundsdóttir flugfreyja, Eiríkur Haraldsson flugstjóri, Carl Ólafur Burrell flugvirki, Tómas Júlíus Thompson flugmaður, Magnús Hallgrímsson matreiðslumaður, Sigríður E. Thorlacius flugfreyja og Ragnar Þorsteinsson flugþjónn.

21.09.2014 | Búið að hreinsa allt út úr vélinni, öll sæti, panel af veggjum og úr lofti.

14.09.2014 | Vélin farin að taka á sig mynd að nýju.

757 breytt í lúxusvél

Búrfelli, Boeing 757-200 flugvél Loftleiða, hefur verið breytt úr 183 sæta farþegavél í 50 sæta lúxusflugvél með sérinnfluttum ítölskum leðursætum sem hægt er að breyta í rúm. ***Pjetur Sigurðsson*** ljósmyndari fylgdist með breytingunum frá upphafi þeirra til brottfarar.

Vélin lagði síðastliðinn þriðjudag upp frá Miami í þriggja vikna heimsreisu þar sem komið verður við á átta áfangastöðum áður en vélin lendir í New York 31. október næstkomandi. Þetta flug er ekki ókeypis þar sem hver farmiði kostar um 12,5 milljónir króna, eða samanlagt um 625 milljónir. Vélin er leigð bandarískri ferðaskrifstofu, Abercrombie and Kent, og er löngu uppselt í þessa ferð. Þetta er ekki fyrsta verkefni Loftleiða þessarar tegundar en félagið hefur tekið að sér slík lúxusverkefni síðustu 12 árin, en aldrei jafn glæsilega og nú. Undirbúningur þessara breytinga hefur tekið á annað ár, en alls tók um fimm vikur að breyta vélinni. Áhöfnin er öll íslensk, alls 11 manns. Þar eru tveir flugstjórar, einn flugmaður, 5 flugfreyjur, 2 matreiðslumeistarar og einn flugvirki. Að þessari ferð lokinni verður vélinni að nýju breytt í hefðbundna farþegaflugvél.

visir.is
Fleiri myndir má finna á Vísi

05.10.2014 | Breytingum lokið og vélin tilbúin til brottfarar.

30%
AFSLÁTTUR
AF VÖLDUM
HÚSGÖGNUM
Gangaborð
áður 59.900,- nú 41.930,-
Gangaborð
áður 89.900,- nú 62.930,-
ANTON & BERGUR
A WORLD OF INSPIRATION
the PIER
FOR YOUR HOME
Kommóða áður 99.900,- nú 69.930,-
30% AFSLÁTTUR AF VÖLDUM VÖRUM
30%
Náttborð áður 19.990,- nú 13.930,-
MARGT SMÁTT GERIR
HEIMILIÐ FALLEGRA
Töskur frá 4.990,-
Gína 9.990,-
Vegghilla 7.990,-
Blómakassi 5.990,-
Love 6.990,-
Krukka
4.290,-
Krukka
4.990,-
Blaðagrind 12.990,-
Glerkrukka 4.990,-
4.990,-
2.990,-
Bókabox 990,-
Borðlampi 8.990,-
Borðlampi 9.990,-
Taska 7.990,-
Taska 5.990,-
Kanna 3.490,-
the PIER
Vínrekki 7.990.-
Myndarammi 5.990,-
Smáratorgi 522 7860 • Korputorgi 522 7870 • Glerártorgi 522 7880

SKOÐUN

Eftirlitsstofnun EFTA gerir athugasemdir við okkur:

Þessir útlendingar

Þessir útlendingar. Geta þeir ekki skilið rök íslenskra ráðafólks? Halda þeir að hér sé fólk að leika sér? Og hvað á að gera með þau ósköp þegar ESA, eftirlitsstofnun EFTA, kemst að þeirri niðurstöðu að fjárfestingarsamningarnir okkar séu ekki löglegir og að þau vísindalegu gögn sem íslensk stjórnvöld hafa framvísað, til að hindra innflutning á fersku kjöti, „…renni ekki stoðum undir gildandi reglur heldur sýni þvert á móti að áhætta á sýkingu búfjár gegnum innflutning á fersku kjöti sé hverfandi. ESA telur því að umrætt kerfi leyfisveitinga feli í sér óréttlætanlegar og ónauðsynlegar viðskiptahindranir.“ Hvað er nú þetta?

Sigurjón Magnús Egilsson

sme@frettabladid.is

Hér er gnótt stjórnmálamanna, til að mynda, sem segjast sannfærðir um að allt fari á versta veg, matvælaöryggi þjóðarinnar þoli ekki og megi ekki við að flutt sé inn ferskt, erlent kjöt. Hvert á að leiða okkur? Nú verða teknar upp varnir. Það verður barist.

Við örlitla leit á veraldarvefnum fannst þetta: „Sigrún Magnúsdóttir, þingflokksformaður Framsóknarflokksins, segist óttast sjúkdómahættu af óheftum innflutningi á hráu kjöti frá löndum sem meðhöndla dýr öðruvísi en Íslendingar.“ Sigrún talar um hrátt kjöt sem er það sama og ESA kallar ferskt kjöt. Sem vitanlega er sami kjötbitinn. Og frá þjóðum sem meðhöndla dýr öðruvísi en Íslendingar. Við lestur orða Sigrúnar má ætla að nú sé vá fyrir dyrum.

Þorsteinn Sæmundsson, þingmaður Framsóknarflokksins, sagði í viðtali við Vísi að nokkuð víst væri að íslensk stjórnvöld myndu grípa til varna út af þessum úrskurði og berjast gegn honum með öllum ráðum. Varðandi rök ESA um að hverfandi hætta væri á sýkingu vegna fersks kjöts sagði þingmaðurinn: „Hvaða hagsmunamat er þetta? Jú, það er það hagsmunamat að hagsmunir þjóðarinnar séu best varðveittir með því að varna því að hér gjósi upp sjúkdómar.“

Mörgum kann að þykja aumt þegar útlendingar skilja ekki íslensk rök og ætla okkur að stefna matvælaöryggi okkar í voða. Við munum senda málið til Evrópudómstólsins.

Til að bæta gráu ofan á svart telja útlendingarnir, í ESA, að okkar ágæta ráðafólk viti ekkert hvað það er að gera þegar gerðir eru fjárfestingarsamningar til þess að laða til okkur útlendinga í fjárfestingarhug. Þetta segir um þennan úrskurð á vef atvinnuvegaráðuneytisins:

„Samkvæmt ákvörðun ESA er ástæða þess að um ólögmæta ríkisaðstoð er að ræða annars vegar sú að tvö af viðkomandi verkefnum hafi þegar verið hafin áður en gengið var frá fjárfestingarsamningi, og því hafi ekki verið sýnt fram á að sú ívilnun sem í fjárfestingarsamningi felst væri forsenda þess að viðkomandi verkefni yrðu að veruleika. Hins vegar er bent á að í þremur tilvikum hafi ríkisaðstoð falist í rekstraraðstoð en ekki beinni fjárfestingaraðstoð, en slík aðstoð er almennt óheimil samkvæmt reglum EES samningsins um veitingu ríkisaðstoðar.“

Að íslenskum sið skal berjast. Ráðuneytið segir: „Í tilefni af ákvörðun ESA skal tekið fram að ákvörðunin hefur ekki áhrif á þau fjárfestingarverkefni sem eru til skoðunar eða gerðir hafa verið fjárfestingarsamningar um á þessu ári.“

Útlendingunum gengur illa að skilja Ísland og Íslendinga. Og ekki er minnsti vafi á að það verða fleiri en Þorsteinn Sæmundsson sem hefja harða varnarbaráttu. Það er þungt fyrir þjóðarstoltið ef við getum ekki varist erlendum mat og ef við megum ekki mismuna fyrirtækjum með fyrirgreiðslusamningum. Já, það er vandlifað í veröldinni.

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

Heimssýn

Hreyfing sjálfstæðissinna í Evrópumálum

Aðalfundur Heimssýnar verður haldinn fimmtudaginn 9. október kl. 20 í Snæfelli, Hótel Sögu (áður Skála)

Afturköllum umsóknina - Aðildarbeiðni Íslands að ESB í sögulegu ljósi

DAGSKRÁ:

1. **Erindi:** „Um stöðu aðildarumsóknar Íslands að ESB og þróun mála innan sambandsins“
   Ágúst Þór Árnason aðjúnkt við Lagadeild Háskólans á Akureyri, höfundur viðauka 1 í skýrslu Hagfræðistofnunar Háskóla Íslands um stöðu aðildarviðræðna Íslands og ESB“
2. **Venjuleg aðalfundarstörf**

Fundarstjóri Guðlaugur Þór Þórðarson alþingismaður

Allir velkomnir

Stjórn Heimssýnar

FRÁ DEGI TIL DAGS

Með skástu ríkisstofnunum
Frumvarp Vilhjálms Árnasonar þingmanns um afnám einkasölu ríkisins á áfengi var á dagskrá Alþingis í gær. Auðvitað er það prinsippmál að ekki á að vera einokunarsala á löglegum vörum. Hitt er annað mál að Vínbúðirnar hafa rækt hlutverk sitt vel. Sölustaðir eru margir, úrvalið ágætt og margar verslanir opnar langt fram á kvöld. Að auki eru Vínbúðirnar alla jafna staðsettar steinsnar frá matvöruverslunum. Það er því alveg víst að Vínbúðirnar sinna hagsmunum neytenda betur en margar ríkisstofnanir.

Steinar úr glerhúsi?
Jóhanna Sigurðardóttir lætur enn í sér heyra, þótt hún sé hætt í stjórnmálum. Hún skrifar reglulega færslur á fésbókarsíðu sína. Í gær skammaðist hún út í þá ákvörðun félagsmálaráðherra að semja um áframhaldandi rekstur unglingaheimilisins Háholts, þvert á vilja Barnaverndarstofu. Reyndar voru teknar ákvarðanir þvert á vilja Barnaverndarstofu þegar Jóhanna var forsætisráðherra. Árni Páll Árnason, þáverandi félagsmálaráðherra, og Steingrímur J. Sigfússon fjármálaráðherra sömdu í sameiningu um að greiða hjónunum sem ráku meðferðarheimilið í Árbót í Aðaldal þrjátíu milljónir í bætur fyrir lokun heimilisins. Það var þvert á eindregin mótmæli Barnaverndarstofu.

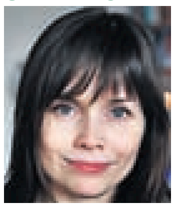
Með vindinn í fangið
Það var skammt stórra högga á milli í gær þegar ESA birti tvö álit um löggjöf á Íslandi sem stenst ekki tilskipanir EES-samningsins. Það var úrskurður um takmarkanir á innfluttu kjöti og álit um ólöglega ríkisaðstoð. Sama dag tilkynnti atvinnuvegaráðuneytið þá niðurstöðu sína að Sigurður Ingi Jóhannsson, umhverfis- og auðlindaráðherra, hefði komist að rangri niðurstöðu þegar hann heimilaði sölu og dreifingu á Hvalabjór og felldi þannig úr gildi ákvörðun Heilbrigðiseftirlits Vesturlands sem hafði stöðvað söluna.

jonhakon@frettabladid.is

HALLDÓR

Er enn eitt stríð lausnin?

UTANRÍKISMÁL



Katrín Jakobsdóttir
formaður Vinstri grænna

Nú berast fréttir af voðaverkum Íslamska ríkisins (áður ISIS) sem eru að sönnu ógeðfelldar og hrottafengnar og hljóta að vekja viðurstyggð. Eðlilegt er að allir spyrji sig hvernig sé hægt að bregðast við. Obama Bandaríkjaforseti hefur talað um að nýtt stríð sé að hefjast í Írak og nærliggjandi svæðum með loftárásum Bandaríkjahers og fleiri aðila. Það eru vissulega viðbrögð en eru þau líkleg til árangurs til að tryggja frið á svæðinu og stemma stigu við vexti ISIS og annarra slíkra öfgaafla?

Því miður er það svo að sagan kennir okkur að aukinn hernaður af þeim toga sem nú er rætt um leysir sjaldan þann vanda sem er fyrir hendi heldur skapar önnur og stundum verri vandamál. Þannig halda margir sérfræðingar því fram að Íslamska ríkið sé óumdeilanlega skilgetið afkvæmi innrásarinnar í Írak árið 2003 og annars hernaðar Vesturlanda á svæðinu. Og þessi átök virðast vera enn eitt dæmið um þann hugsunarhátt sem gerir það að verkum að við verðum með reglubundnum hætti að grípa til hernaðar til þess að bæta þann skaða sem síðasti hernaður orsakaði. Til eru þeir sem telja loftárásir lausn á öllum vanda, hernaðarvélin kallar á þau viðhorf. Fullvíst má hins vegar telja að til lengri tíma verði loftárásir og annar hernaður gegn liðsmönnum Íslamska ríkisins til þess að ýta undir enn frekari ófrið og óstöðugleika í Írak og nærliggjandi svæðum.

➜ Því miður er það svo að sagan kennir okkur að aukinn hernaður af þeim toga sem nú er rætt um leysir sjaldan þann vanda sem er fyrir hendi heldur skapar önnur og stundum verri vandamál.

Það er því kominn tími til að talað sé fyrir öðrum leiðum í baráttunni fyrir friði. Þar má nefna skynsamlega beitingu fjármuna til uppbyggingar á átakasvæðum og að loka á peninga- og vopnastreymi til þeirra sem beita ofbeldi gagnvart saklausum borgurum sem og stuðningsmanna þeirra. Í þessu sambandi má minna á að á fjárlögum Íslands fyrir 2015 er enn ekki staðið við gefin loforð um þróunaraðstoð. Þegar kemur að fjárkvabbi frá Atlantshafsbandalaginu eru ráðamenn hins vegar ávallt tilbúnir að seilast djúpra í vasa almennings. Sem er synd, því aukin áhersla á þróunarsamvinnu hefði verið öflugra framlag til að rjúfa vítahring ofbeldis og hernaðar sem alltof stór hluti mannkyns glímir við.

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* **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*

Ákvarðanir vel tengda embættismannsins

INNFLUTNINGUR

Ólafur Þ. Stephensen
framkvæmdastjóri Félags atvinnurekenda

Kastljósi RÚV var á mánudagskvöldið beint að hagsmunatengslum valdamikils embættismanns í atvinnuvegaráðuneytinu, sem stýrir meðal annars nefnd sem tekur í umboði ráðherra ákvarðanir um hvort heimila skuli tollfrjálsan innflutning á landbúnaðarvörum. Tengsl embættismannsins við umsvifamikla innlenda framleiðendur eru margvísleg og víðtæk, en um leið er honum falið vald til að samþykkja eða synja beiðnum verzlunarfyrirtækja um að fá að flytja inn búvörur frá erlendum framleiðendum.

„Við erum til þess“

Sigurður Ingi Jóhannsson landbúnaðarráðherra var mættur í Kastljósið á þriðjudagskvöld og svaraði þar meðal annars þeirri gagnrýni að nefndin hefði dregið taum innlendra framleiðenda á kostnað innflytjenda. „En þannig er nú akkúrat lagaverkið. Það eru lögin sem Alþingi setti. Við erum til þess – lögin eru til þess sett að tryggja að hér sé innlend matvara á boðstólum og lögin snúast um það,“ sagði ráðherrann.

Nú er það út af fyrir sig rétt hjá ráðherranum að lagasetning Alþingis hyglar einni atvinnugrein, landbúnaðinum, kinnroðalaust. Landbúnaðurinn er eina atvinnugreinin sem stjórnmálamenn telja sig sérstaklega „vera til þess“ að vernda fyrir erlendri samkeppni með ofurtollum og öðrum innflutningshömlum. Samþjöppun og einokun á mjólkurmarkaði, sem hefur orðið nánast algjör á undanförnum árum, er sömuleiðis í boði Alþingis, sem gaf mjólkuriðnaðinum sérstaka undanþágu frá samkeppnislöggjöfinni.

Ekki framleitt á Íslandi

Þrátt fyrir þetta gera lögin ráð fyrir því að hægt sé að flytja inn erlenda búvöru án tolla ef innlend framleiðsla annar ekki eftirspurninni. Samkvæmt 65. grein búvörulaganna skal ráðherra úthluta tollkvóta fyrir vörur sem ekki er nóg til af á innanlandsmarkaði. Ráðgjafarnefnd ráðherra um inn- og útflutning á landbúnaðarvörum hefur ítrekað hafnað beiðnum fyrirtækja um að fá að flytja inn erlenda búvöru, sem er alls ekki framleidd á Íslandi, þar með talinn lífrænan kjúkling og osta úr ær-, geita- og buffalamjólk. Nefndin hefur vísað til þess að slíka vöru sé hægt að flytja inn samkvæmt öðrum tollkvótum. Þær ívilnanir voru hins vegar ekki ákveðnar til að mæta vöruskorti, heldur vegna gagnkvæmra skuldbindinga Íslands samkvæmt alþjóðasamningum.

Það er engin leið að rökstyðja að innflutningur á búvöru, sem er ekki framleidd á Íslandi, vinni gegn því markmiði að innlend

➜ Til lengri tíma litið þarf að tryggja að landbúnaðurinn fái erlenda samkeppni í vaxandi mæli, rétt eins og aðrar atvinnugreinar.

búvara sé á boðstólum. Ef eitthvað er myndi slíkur innflutningur stuðla að því að innlendir framleiðendur ykju fjölbreytnina í eigin vöruframboði, neytendum til hagsbóta. Að vilja hefta innflutning á ærmjólkurosti til að vernda innlenda ostaframleiðslu er dálítið eins og iðnaðarráðherrann vildi hafa ofurtolla á veiðistöngum til að vernda innlendar netagerðir.

Atvinnuvegaráðuneytið vildi ekki takast á um ákvörðun ráðgjafanefndarinnar fyrir dómi og fékk í vikunni vísað frá Héraðsdómi Reykjavíkur stefnu Haga ehf., sem kröfðust ógildingar á synjun beiðni um tollfrjálsan innflutningskvóta fyrir osta. Sú frávísun hefur verið kærð til Hæstaréttar.

Íslenzk verzlunarfyrirtæki munu hins vegar halda áfram að láta reyna á lögmæti ákvarðana ráðgjafanefndarinnar, sem vel tengdi embættismaðurinn stýrir. Það er bæði hagur verzlunarinnar í landinu og neytenda að þær heimildir, sem þó eru í lögunum til að flytja inn ódýra búvöru, séu nýttar. Til lengri tíma litið þarf að tryggja að landbúnaðurinn fái erlenda samkeppni í vaxandi mæli, rétt eins og aðrar atvinnugreinar.

Öfugsnúin aukaaðild

EVRÓPUMÁL

Jóna Sólveig Elínardóttir
alþjóðastjórnmálafræðingur

Aðildin að EES veitir Íslandi aðeins takmarkaðan aðgang að nýstofnuðu bankabandalagi Evrópu, enda þótt það hafi nú þegar, og muni í framtíðinni, hafa víðtæk áhrif á fjármálastarfsemi hér á landi. Í ljósi þessa er full ástæða til þess að fjalla sérstaklega um aðra af meginstoðum bankabandalagsins – sameiginlega bankagjaldþrotskerfið – og hvernig Íslandi er skylt að innleiða Evrópulöggjöf en nýtur á sama tíma ekki góðs af þeim „verkfærum“ sem ESB-ríkin eru að þróa til að geta framkvæmt þessi nýju lög.

Ísland er samningsbundið, í gegnum EES, til að innleiða tilskipun um endurheimt og gjaldþrot banka en hún á að verja skattgreiðendur gegn þeim kostnaði sem hlotist getur af bankagjaldþrotum. Tilskipunin hefur enn ekki verið leidd í lög hér á landi. Eitt þeirra verkfæra sem ESB-ríkin munu nota til að geta, í raun og reynd, framkvæmt tilskipunina er samevrópski skilasjóðurinn (e. Single Resolution Fund).

Evrópski skilasjóðurinn verður fjármagnaður af u.þ.b. sex þúsund evrópskum bönkum og á þar með að tryggja að bankarnir sjálfir, en ekki skattgreiðendur, beri skaðann af mögulegum gjaldþrotum. Sjóðurinn dreifir áhættunni á bankana sex þúsund og færir þannig áhættuna af ríkissjóðum aðildarríkjanna og evrópskum skattgreiðendum. En hvað með íslenska skattgreiðendur?

➜ Ef Ísland fær ekki aðgang að evrópska skilasjóðnum þýðir það að öll áhættan af bankagjaldþrotum mun í reynd hvíla á ríkissjóði Íslands og þar með á íslenskum skattgreiðendum.

Í reglugerð um skilasjóðinn (806/2014) kemur hvergi fram, eins og venjan er um EES-löggjöf, að reglugerðin gildi fyrir EFTA-EES-ríkin og þar með Ísland. Það bendir því allt til þess að EES-aðildin veiti Íslandi ekki aðgang að sjóðnum. Niðurstaðan verður því ansi hreint öfugsnúin: EES-samningurinn veitir Íslandi ekki aðgang að sömu verkfærum og Evrópusambandsríkin fá til þess að geta framkvæmt tilskipun um bankagjaldþrot en Ísland er samt skuldbundið til að innleiða þessa sömu tilskipun.

Ef Ísland fær ekki aðgang að evrópska skilasjóðnum þýðir það að öll áhættan af bankagjaldþrotum mun í reynd hvíla á ríkissjóði Íslands og þar með á íslenskum skattgreiðendum. Sagan sýnir að hættan á að fjármálastofnanir keyri í þrot er raunveruleg. Þarna yrðu Íslendingar því í mun verri stöðu en nágrannar okkar í ESB.

Spurningin er hvort stjórnmálamennirnir okkar ætli ekki örugglega að tryggja að íslenskir skattgreiðendur séu jafn vel varðir gegn bankagjaldþrotum og nágrannar okkar í Evrópu og þá hvernig?

ENNEMM / SÍA / NM64381

ÞÚ KEMST ALLRA ÞINNA FERÐA Á NISSAN LEAF FYRIR EINUNGIS BROT AF ELDSNEYTISKOSTNAÐI HEFÐBUNDINS BÍLS

5 ÁRA ÁBYRGÐ
Öllum Nissan Leaf rafbílum sem BL ehf. selur fylgir 3 ára verksmiðjuábyrgð auk 5 ára verksmiðjuábyrgðar á rafhlöðu sem tryggir þig fyrir mögulegum bilunum, innköllunum eða uppfærslum á búnaði sem kunna að koma upp yfir ábyrgðartímann.

NOTAÐUR BÍLL SEM INNÁBORGUN
Þeir sem kaupa Nissan Leaf Nordic rafbíl frá BL ehf. geta greitt hluta kaupverðsins með notuðum bíl. Restina er hægt að taka að láni að hluta eða öllu leyti.

45 DAGA SKIPTIRÉTTUR
Langar þig að prófa en ert ekki viss? Öllum Nissan Leaf Nordic rafbílum sem BL ehf. selur fylgir 45 daga skiptiréttur.**

**Ef viðskiptavinur sem keypt hefur Nissan Leaf Nordic telur bílinn ekki henta þörfum sínum bjóðum við 45 daga skiptirétt. Viðskiptavinur getur þá skilað bílnum og látið kaupverðið ganga upp í kaup á sambærilegum eða dýrari nýjum bíl frá BL ehf. Miðað er við að bíllinn sé ekinn að hámarki 1.500 km á tímabilinu.

*Miðað við verðskrá ON 10.09.2014 og 1.250 km akstur á mánuði / 15.000 km á ári.

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

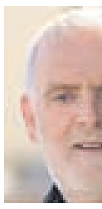
GE bílar / Reykjanesbæ / 420 0400 – Bílasalan Bílás / Akranesi / 431 2622 – Bílasala Akureyrar / Akureyri / 461 2533 – Bílaverkstæði Austurlands / Egilsstöðum / 470 5070 – IB ehf. / Selfossi / 480 8080

JÓNSSON & LE'MACKS • jl.is • SÍA
Þegar íslensk náttúra er annars vegar verður maður að geta stólað á hetjur.
66°NORÐUR er stolt af nánu samstarfi við björgunarsveitirnar.
Holuhraun, september 2014

66°
NORÐUR
66north.is

Að bæta hag sumra heimila

FJÁRMÁL



Gylfi Arnbjörnsson
forseti ASÍ

Bjarni Benediktsson, fjármála- og efnahagsráðherra, sagði í grein hér í Fréttablaðinu í síðustu viku að athugasemdir Alþýðusambands Íslands vegna aðgerða stjórnvalda til að bæta hag heimilanna stæðust ekki skoðun. Þetta skal hér með útskýrt fyrir ráðherranum.

Gagnrýni ASÍ snýr að því að aðgerðir ríkisstjórnarinnar eru sniðnar að hag tekjuhárra einstaklinga og eignafólks. ASÍ setti fram gagnrýnina undir yfirskriftinni „Ríkisstjórn ríka fólksins“ af þeirri einföldu ástæðu að sú lýsing passar best við efni þessara aðgerða.

1. Lækkun á miðþrepi tekjuskatts

Ef við byrjum á tekjuskattskerfinu, þá lagði ráðherrann upphaflega til að skattprósentan í miðþrepi tekjuskatts yrði lækkuð um 0,8 prósentustig. Áætlað tekjutap ríkissjóðs af þessari aðgerð voru um 5 milljarðar króna. Samkvæmt þessu áttu skattar einstaklings að byrja að lækka í hægum skrefum við 255.000 kr.mán. tekjur. Skattalegur sparnaður einstaklings hefði síðan vaxið og náð hámarki við 813.500 kr.mán. Einungis tekjuhæsta tíundin er með tekjur yfir þessum mörkum þannig að 90% launafólks hefðu fengið minni skattalækkun eða alls enga. Alþýðusambandinu tókst að ná fram breytingu á þessum áformum þannig að mörkin milli neðra þrepsins og milliþrepsins voru hækkuð úr 255 þús.kr. í 300 þús. kr., en ríkisstjórnin hafnaði kröfu ASÍ um að hækka skattleysismörkin og hélt því til streitu að mesta skattalækkunin kæmi til tekjuhæstu tíundarinnar.

Þá nefnir ráðherrann ekki framgöngu ríkisstjórnarinnar gagnvart fyrirtækjunum, en staðreyndin er sú, að auðlindaskattar sjávarútvegs voru lækkaðir um 9,6 milljarða króna og VSK á ferðaþjónustu var lækkaður um 600 milljónir króna.

2. Afnám auðlegðarskatts

Ráðherranum er tíðrætt um að skatturinn leggist á eldri borgara með litlar tekjur. Rétt er að minna á að auðlegðarskatturinn var lagður á hreinar eignir hjóna yfir 200 mill.kr. og 110 mill.kr. hjá einhleypum. Það kann vel að vera að launatekjur sumra þessara heimila séu ekki háar en fram hjá því verður ekki litið að þau teljast vart meðal þeirra tekjulægstu. Með afnámi auðlegðarskatts varð ríkissjóður af 10 milljörðum króna.

3. Höfuðstólslækkun húsnæðisskulda

Alþýðusambandið hefur gagnrýnt þá útfærslu sem ríkisstjórnin valdi til að lækka höfuðstól húsnæðisskulda. Ekki var gerð tilraun til að koma til móts við þá sem eru í mestum greiðslu- og skuldavanda heldur er skattfé (um 80 milljörðum) sérstaklega beint til hópa sem eru tekjuháir og ekki í neinum vanda með sínar skuldir. Þegar Seðlabanki Íslands lagði mat á áhrif almennrar höfuðstólslækkunar taldi hann að tveir þriðju hlutar aðgerðarinnar kæmu þeim tekjuhæstu til góða. Öllu alvarlegri ásýnd þessarar skuldalækkunar er að allt félagslega húsnæðiskerfið í landinu er sniðgengið í þessum aðgerðum og þar með tekjulægsta fólkið í samfélaginu.

4. Virðisaukaskattur og vörugjöld

Þegar ráðherrann ræðir um breytingar á virðisaukaskatti sleppir hann iðulega að nefna þá staðreynd að þeir tekjulægstu verja tvöfalt hærra hlutfalli ráðstöfunartekna sinna til kaupa á matvælum en þeir tekjuhæstu. Ég ætla hins vegar ekki að eyða mörgum orðum í að útskýra hvers vegna 11 þúsund milljóna króna hækkun á matarskatti í landi þar sem matvælaverð er þegar í hæstu hæðum er galin aðgerð. Það eru því miður mjög margar fjölskyldur sem alls ekki ná endum saman í sínum heimilisrekstri og mega síst við því að fá hækkun á matvælum. Hvernig sem ráðherrann vill snúa þessu þá fer þessi hluti aðgerðarinnar algerlega þvert á afstöðu aðildarfélaga ASÍ.

5. Breytingar á lífeyrisgreiðslum

Bjarni Benediktsson furðar sig á gagnrýni ASÍ á aðgerðir ríkisstjórnarinnar í lífeyrismálum. Velur hann að nefna ekki áform sín um að afnema framlög til jöfnunar á örorkubyrði sem skerða mun lífeyrisréttindi verkafólks og sjómanna um allt að 5% á næstu misserum. Hann nefnir heldur ekki skerðingu á framlögum til starfsendurhæfingar, sem er helsta von okkar um að hægt sé að draga úr örorku og tryggja fólki farsæla endurkomu til vinnu eftir veikindi og slys. Hvort tveggja er alvarleg aðför að launafólki.

Hins vegar dregur ráðherrann fram þær breytingar sem ríkisstjórnin gerði á almannatryggingum í júní 2013. ASÍ gagnrýndi þær aðgerðir af þeirri einföldu ástæðu að þær bætti hag þeirra sem hafa háan lífeyri úr lífeyrissjóði en gerðu ekkert til þess að bæta stöðu þeirra sem eru með undir 200 þús.kr. úr lífeyrissjóði.

Að lokum

Í fjárlagafrumvarpinu 2015 er innbyggt óréttlæti sem felst í forgangsröðun í þágu hinna ríku. Ákvörðun stjórnvalda um að lækka skatta á ríkustu heimilin og sjávarútvegsfyrirtækin í landinu um á þriðja tug milljarða króna hefur leitt til niðurskurðar í velferðarkerfinu. ASÍ er ekki í neinum vafa um að hvaða heimilum þessi niðurskurður mun bitna. Þetta fjárlagafrumvarp er einfaldlega óréttlátt!

> **➜ Gagnrýni ASÍ snýr að því að aðgerðir ríkisstjórnarinnar eru sniðnar að hag tekjuhárra einstaklinga og eignafólks.**

Ferðaþjónustufyrirtæki í umhverfismat? Af hverju ekki?

FERÐAÞJÓNUSTA

Ólafur H. Jónsson
náttúruverndarsinni

Nú þegar mikið er rætt um náttúru Íslands og mörgu lofað bæði til verndar náttúrunni og mannfólkinu kom í huga mér hugmynd sem skotið var að mér.

Í dag eru nær allar framkvæmdir matsskyldar og settar í umhverfismat, grenndarkynningu o.s.frv. Útvega þarf fjölda leyfa til þess að fá niðurstöðu um það hvort hægt sé eða megi framkvæma hitt og þetta víða um land. Virkjunarframkvæmdir Landsvirkjunar eru matsskyldar og fara í umhverfismat. Smæstu verkefni verða að fara í gegnum slíkan hreinsunareld, sem í raun er hið besta mál. Víkka mætti út hugtakið umhverfismat þannig að það nái ekki aðeins yfir hugsanlegar framkvæmdir heldur einnig umgang mannsins á hverjum stað.

Hvað er umhverfismat?

„Mat á umhverfisáhrifum er ferli þar sem metin eru á kerfisbundinn hátt þau áhrif sem framkvæmd kann að hafa á umhverfið, áður en tekin er ákvörðun um hvort leyfa skuli framkvæmd.“ (skv. skilgr. Skipulagsstofnunar)

En hvað með öll ferðaþjónustufyrirtækin? Hvað með t.d. hótel, gistihús, rútufyrirtæki, bílaleigur, ferðaskrifstofur, þyrlufyrirtæki og önnur ferðaþjónustufyrirtæki sem nýta náttúru Íslands? Mér er ekki kunnugt um að til sé vottun eða alþjóðlegur eða íslenskur staðall um verndun okkar helstu náttúrustaða sem snýr að ferðaþjónustuaðilum á Íslandi.

Sömu sögu má segja um helstu náttúruperlur Íslands, þær ætti líka að setja í umhverfismat. Ekkert umhverfismat er til í dag. Hversu marga ferðamenn þolir hver náttúruperlan fyrir sig? Hvað má hver ferðaþjónustuaðili selja mörgum ferðamönnum inn á einstakar náttúruperlur? Í ljósi reynslunnar af gjaldtöku í Reykjahlíð í sumar er slíkt umhverfismat á ferðaþjónustufyrirtæki sem og inn á einstaka náttúruperlur nauðsynlegt.

Má ekki bæta við nýrri grein/túlkun í núverandi náttúruverndarlög þar sem ferðaþjónustuaðilum með einhverja lágmarksveltu verði gert skylt að fara í umhverfismat? Eiga þessi ferðaþjónustufyrirtæki ekki líka að greiða sérstaklega fyrir það að selja viðskiptavinum sínum inn á náttúruperlur Íslands? Ferðamaðurinn á svo að greiða inn á hvern stað fyrir sig og þá fyrir það sem hann velur að njóta. Ferðamenn heimsækja Ísland út af náttúrunni og ferðamenn vilja greiða fyrir það.

Ættu öll að greiða

Stærstu skemmtiferðaskip heimsins leggjast að bryggju hér á landi og frá þeim streyma tugir þúsunda ferðamanna til að skoða Ísland án nokkurs umhverfismats af hálfu þeirra sem flytja þá inn (Atlantik og Iceland Travel eru umboðsfyrirtæki fyrir um 100 þúsund manns í yfir 100 skemmtiferðaskipum á ári). Skemmtiferðaskip menga með koltvísýringi á við 10.000 bíla á sólarhring í þá 100 daga sem þau liggja við bryggjur landsins. Í dag fer ekki króna af hafnargjöldum til verndar náttúrunnar.

Hér á landi er mjög stór floti rútufyrirtækja (t.d. Iceland Excursions, Allrahanda, Reykjavík Excursion, Kynnisferðir og SBA) með hundruð langferðabíla. Allir ofangreindir ferðaþjónustuaðilar auglýsa og selja skipulagðar hópferðir inn á náttúruperlur sem eru ýmist í eigu ríkis, sveitarfélaga og einkaaðila. Þessi fyrirtæki eða eigendur þeirra eiga engar náttúruperlur. Af hverju er þessum fyrirtækjum leyft að fara um Ísland með viðskiptavini sína án þess að þau séu látin greiða fyrir slíkt og þau sett í umhverfismat? Er ekki kominn tími til að þessi fyrirtæki greiði eitthvað til náttúrunnar? Þessi fyrirtæki eða viðskiptavinir þeirra greiða ekki og hafa ekki greitt í tugi ára eina einustu krónu til verndar eða sjálfbærni náttúrunnar.

Og þá að þeim ferðaþjónustuaðilum sem líka ættu að greiða, t.d. hótel, Bláa lónið/Jarðböðin, gistihús, bílaleigur og hvalaskoðunarfyrirtæki. Viðskiptavinir þeirra telja hundruð þúsunda og það kallar einfaldlega á að þessi fyrirtæki fari í umhverfismat. Bæði út af fráveitum, skólpi, lyfjaúrgangi er rennur út í náttúruna og útblásturs-/affallsmengun ferðamanna. Ferðamenn gera sér líklega ekki grein fyrir afleiðingum þess á náttúruna þegar til lengri tíma er litið. Öll þessi fyrirtæki ættu líka að greiða sérstaklega til verndunar náttúrunni. Í raun ætti ferðaþjónustan að fagna því að fara í umhverfismat og fá jafnframt tækifæri til þess að leggja sitt lóð á vogarskálarnar, taka þátt í verndun náttúrunnar og stuðla að bættu aðgengi að náttúruperlum. Sýna í verki að atvinnugreinin vill vera ábyrg. Með smábreytingu á frægri tilvitnun úr Njálu, en með nýrri merkingu mætti segja:

„Ber er hver að baki nema umhverfismat hafi.“

> **➜ En hvað með öll ferðaþjónustufyrirtækin? Hvað með t.d. hótel, gistihús, rútufyrirtæki, bílaleigur, ferðaskrifstofur, þyrlufyrirtæki og önnur ferðaþjónustufyrirtæki sem nýta náttúru Íslands? Mér er ekki kunnugt um að til sé vottun eða alþjóðlegur eða íslenskur staðall um verndun okkar helstu náttúrustaða sem snýr að ferðaþjónustuaðilum á Íslandi.**

Ekkert traust til að byggja á

KJARAMÁL

Guðmundur Ragnarsson
formaður VM

Nú í aðdraganda endurnýjunar kjarasamninga á almenna vinnumarkaðnum veit enginn hvernig á að hefja þá vinnu sem átti að byrja þegar skrifað var undir hinn svokallaða aðfarasamning fyrir tæpu ári. Ástæðan er sú að ekkert traust er til að byggja á. Ætlunin var að nota tímann til að fara yfir málin og taka upp ný vinnubrögð. Hin fögru fyrirheit stóðust ekki nú frekar enn oft áður. Ég fullyrði að málflutningur Samtaka atvinnulífsins (SA) á þeim tíma var algerlega innihaldslaus. Þar eru menn einangraðir í hagfræðifrösum og algerlega sambandslausir við þá sem reka fyrirtæki í hinum ólíku atvinnugreinum. Hjá SA er enginn hljómgrunnur fyrir nýjum og breyttum vinnubrögðum við gerð kjarasamninga. Þar sem atvinnugreinarnar koma að gerð sinna samninga og útfæra breytingar á launatöxtum með það að markmiði að auka framlegð. Aukin framlegð er mörgum atvinnugreinum lífsnauðsyn til þess að geta bætt kjörin og laða hæft starfsfólk til sín.

Hagfræðifrasarnir eru það eina sem kemur úr fílabeinsturni SA enda vilja samtökin ekki missa frá sér miðstýringuna sem þau hafa komið á. Miðstýring SA er að draga úr allri framþróun og aukinni framlegð sem margar atvinnugreinar eiga auðvelt með að bæta.

Það er ekkert traust til staðar og engin ný fagnaðarerindi sem hægt er að leggja á borð fyrir launþega þessa lands. Eftir áratuga tilraunir er fullreynt með kjarasamninga sem byggjast á lágum launahækkunum og væntingum um litla verðbólgu. Þær hafa allar farið á sama veg. Launamaðurinn tekur á sig verðbólguna en fyrirtækin, ríkisvaldið og sveitarfélög velta hækkunum út í verðlag og skatta.

Laun verði kaupmáttartryggð

Það er ekki aðeins ein leið eftir til að byggja upp traust meðan verið er að ná jafnvægi í hagkerfinu. Hún er að laun verði kaupmáttartryggð til næstu þriggja til fimm ára. Þetta er eina leiðin til að tryggja að allir axli ábyrgð á því að halda aftur af óeðlilegum hækkunum og verðbólgu. Það eru öll hlutföll í hagkerfinu vitlaus, launahlutföll, hagnaður fyrirtækja og fleira. Það er því margt sem þarf að laga í hagkerfinu, óháð niðurstöðum kjarasamninga.

SA-gráturinn og annarra um samspil launahækkana og verðbólgu er ekki alltaf réttur. Ef greind eru áhrif 3,25 prósenta launahækkunarinnar sem kom 1. febrúar 2013 þá hefði hún samkvæmt því sem hagfræðingar segja mér eingöngu átt að hafa 1,2 til 1,5 prósenta verðbólguáhrif. En verðbólgan var 4,8 prósent í febrúar 2013 og var enn í 4,3 prósentum í ágúst sama ár. Ef þessar forsendur eru réttar þá er það ljóst að launahækkanir einar og sér eru ekki orsakir alls ills í óstjórn efnahagsmála. Ég sé engan mun á að tryggja kaupmátt launa sjálfvirkt tímabundið eða sækja hann eftir á.

Við sem stöndum í kjarasamningagerð erum alltaf að ná í þetta eftir á til að reyna að halda í kaupmáttinn, meðan aðrir haga sér að vild án ábyrgðar með óhóflegum hækkunum eða aðför að gengi krónunnar. Það ætti ekki að vera flókið fyrir hagfræðingana að gefa út hver verðbólguáhrifin eru við gerð kjarasamninga. Með þá vitneskju er auðvelt að sjá hvaða aðrir orsakavaldar eru að valda aukinni verðbólgu.

Við verðum líka að ræða í alvöru hvort sífelld umræða um stöðugleika er raunhæf. Við verðum að spyrja okkur að því hvort hægt verði að koma á stöðugleika og lækka vexti með okkar litla gjaldmiðli? Við verðum að spyrja okkur að því hvort ekki hafi verið fullreyndar allar hugmyndir sem menn hafa átt undanfarna áratugi? Eru einhverjar varanlegar lausnir til sem á eftir að reyna? Ef svo er ekki þá verðum við að viðurkenna það.

Við kunnum gömlu aðferðirnar við að elta verðbólguna og fá eftirá launahækkanir til að reyna að viðhalda kaupmættinum, við erum flott í því.

> **➜ Það er ekkert traust til staðar og engin ný fagnaðarerindi sem hægt er að leggja á borð fyrir launþega þessa lands. Eftir áratuga tilraunir er fullreynt með kjarasamninga sem byggjast á lágum launahækkunum og væntingum um litla verðbólgu. Þær hafa allar farið á sama veg.**

www.lyfja.is

Lancôme dagar í Lyfju

9. og 10. október.

20% AFSLÁTTUR
af öllum LANCÔME vörum.

Þegar þú kaupir Lancôme vörur fyrir 8.900 eða meira færum* við þér snyrtibuddu fulla af spennandi vörum.

Tilboðið gildir í Lyfju Lágmúla, Smáratorgi, Smáralind og Laugavegi

LYFJA
– Lifið heil

Fæ ég að gera mitt besta?

HEILBRIGÐISMÁL

Valgerður Bjarnadóttir
læknanemi og fulltrúi Röskvu í Stúdentaráði Háskóla Íslands

Fyrir rúmum tveimur árum, þegar ég var að stíga mín fyrstu skref innan læknadeildar, hafði ég ekki hugmynd um hvað biði mín. Ég vissi að það væri verið að skera niður á spítalanum en mig óraði ekki fyrir því hversu viðamikill og dýrkeyptur sá niðurskurður væri. Ég bjóst ekki við að innan skamms fengi ég viðvaranir frá eldri nemendum vegna ástandsins. Að mér yrði ráðlagt að hætta í náminu á meðan ég gæti. Nú væri tækifærið, áður en ég hefði eytt of miklum fjármunum, orku og tíma í námið eins og þau.

Fyrst þegar ég heyrði slíkar viðvaranir var ég ekki sannfærð, þetta gæti varla verið svo slæmt. En eftir að hafa kynnt mér ástand Landspítalans skil ég betur afstöðu þessara nemenda. Þeir horfa upp á lækna eyða gífurlegum tíma og orku í sérnám en geta ekki nýtt þekkingu sína til fulls þegar heim er komið. Erfitt er að sætta sig við fornfálegar aðferðir og biluð tæki eftir að hafa lært að beita nútímatækni læknavísindanna. Læknar horfa upp á sjúklinga verða örkumla eða deyja vitandi það að mögulegt væri að bjarga þeim ef aðstaðan væri betri. Þeir þurfa að sætta sig við að starfa í byggingu sem er heilsuspillandi fyrir bæði starfsfólk og sjúklinga sökum sveppavaxtar. Læknar þurfa að lifa með dómgreindarbresti og mistökum af sinni hálfu sem beint má rekja til þreytu og of mikils vinnuálags. Fyrir þessa vinnu fá þeir greitt aðeins brot af því sem tíðkast í nágrannalöndum okkar. Þetta á að sjálfsögðu við um allar starfsstéttir spítalans, engin þeirra er undanskilin.

Ekkert lát á niðurskurði

En af hverju hætti ég ekki? Mig langar að verða læknir og ég vil ekki láta bágt ástand heilbrigðiskerfis hérlendis standa í vegi mínum. En umfram allt hafði ég trú á að ástandið myndi batna. Að stjórnvöld myndu standa við loforð sín um úrbætur og að niðurskurðurinn væri bara tímabundinn. Starfsfólk spítalans hefur lagst á eitt til að halda dampi gegnum þessa erfiðu tíma, lagt á sig ómælda vinnu og álag, en nú er fólk orðið þreytt. Þó virðist ekkert lát ætla að verða á hinum langvarandi niðurskurði sem er að murka líftóruna úr einni mikilvægustu stofnun landsins. Á hverju ári fara stórar fjárhæðir til spillis vegna óhagstæðs fyrirkomulags spítalans (fjórir milljarðar fara í bráðaviðhald í ár) og það sem verra er; lífum er kastað á glæ vegna þessa.

Þegar íslenskt heilbrigðiskerfi er að hruni komið er afar sárt að heyra heilbrigðisráðherra draga úr vandamálinu, segja ástandið ekki svo slæmt miðað við aðrar þjóðir í heiminum. Hvaða þjóðir vill hann eiginlega bera okkur saman við? Við sættum okkur ekki við heilbrigðiskerfi sem veitir starfsfólki sínu ekki tækifæri til að nýta þekkingu sína til að bæta lífsgæði og bjarga mannslífum. Því miður er ekki nóg að starfsmenn spítalans, háskólanemar og almenningur átti sig á ástandinu ef ráðamenn gera það ekki. Til þess að úrbætur séu mögulegar verða stjórnvöld að breyta forgangsröðun sinni og leggja meira fé í heilbrigðiskerfið. Það er kominn tími til að ráðamenn taki við sér, það er þeirra skylda að gera heilbrigðisstarfsfólki kleift að gera sitt besta.

Það verður að breyta starfsmannalögunum – Fyrri grein

STJÓRNSÝSLA

Guðlaugur Þór Þórðarson
alþingismaður

Því verður ekki trúað að nokkur sanngjarn maður standi gegn því að jafna þann mun sem er á milli opinberra starfsmanna og starfsmanna á almennum markaði. Þetta á jafnt við um almenn kjör og aðrar aðstæður. Ég hef í mörg ár talað fyrir því að jafnræðisreglunni sé fylgt enda liggja þar að baki bæði skynsemis- og réttlætisrök.

Ég verð að viðurkenna að ofsafengin og heiftúðug viðbrögð nokkurra aðila sem eru að vinna að hagsmunabaráttu komu mér mjög á óvart. Sérstaklega í ljósi annarra viðbragða sem ég hef fengið í kjölfar orða minna. En nánar að því síðar.

Verndin hefur aukist

Ríkisendurskoðun skrifaði skýrslu um umhverfi ríkisstarfsmanna árið 2011 og bar hún heitið „Mannauðsmál ríkisins“. Í niðurstöðukaflanum segir svohljóðandi: „Á undanförnum árum hefur því verið haldið fram að sú sérstaka vernd sem ríkisstarfsmenn njóta að þessu leyti geti komið niður á skilvirkni og árangri starfseminnar. Nauðsynlegt sé að auka sveigjanleika í starfsmannahaldi ríkisins til að stuðla að markvissri nýtingu fjármuna og góðri þjónustu við borgarana. Bent er á að reglur starfsmanna um áminningar og uppsagnir séu í meginatriðum frá árinu 1954 þegar fyrst voru sett lög um réttindi og skyldur starfsmanna ríkisins. Síðan þá hafi aðstæður gjörbreyst, verkefni ríkisins séu orðin umfangsmeiri og í mörgum tilfellum sambærileg þeim sem eru á einkamarkaði. Þá hafi stofnun embættis umboðsmanns Alþingis og setning stjórnsýslulaganna aukið enn starfsöryggi ríkisstarfsmanna, m.a. með reglum um málsmeðferð, andmælarétt, rökstuðning ákvarðana og að þær verði að byggja á málefnalegum stjórnarmiðum.“

Vill endurskoða lögin

Síðar í sama kafla segir: „Það er ekki einungis hér á landi sem ríkisstarfsmenn njóta verndar í starfi umfram launþega á almennum vinnumarkaði því svo er einnig í nágrannalöndum okkar. Mismunandi er þó hversu hátt hlutfall ríkisstarfsmanna í aðildarríkjum Evrópusambandsins og Efnahags- og framafarastofnunarinnar nái til fleiri starfa en rök standa til. Þróunin í þessum ríkjum hefur almennt verið á þann veg að smám saman hefur dregið úr sérstakri réttarvernd ríkisstarfsmanna. Þetta á þó ekki við um fámenna hópa embættismanna sem áfram er talin þörf á að vernda sérstaklega í starfi. Þessi sjónarmið hafa ekki enn fengið hljómgrunn hér á landi enda gilda reglur starfsmannalaganna um starfslok nánast um alla starfsmenn ríkisins, án tillits til þess hvaða stöðu þeir gegna. Að mati Ríkisendurskoðunar er full ástæða til að endurmeta út frá almannahagsmunum sem og reynslunni af áminningarreglunum og stjórnsýslulögunum hvort ekki sé tímabært að breyta þeim. Þau rök sem færð hafa verið fyrir réttarverndinni eiga ekki við um ýmis störf innan ríkisgeirans.“

Áminningum safnið

„Þá telur Ríkisendurskoðun að það ferli sem reglur starfsmannalaganna mæla fyrir um og varðar áminningar og starfslok í tengslum við þær sé þunglamalegt og tímafrekt. Það leiði á sinn hátt til þess að þeir starfsmenn, sem gerst hafa brotlegir í starfi eða reynast ekki hæfir til að gegna því, öðlist ríkari vernd en til var ætlast. Til að unnt sé að segja starfsmanni upp þarf hann að hafa brotið af sér tvívegis með sama eða líkum hætti. Ekki má líða of langur tími milli brotanna því þá er hætta á að hið fyrra teljist fyrnt. Þá þarf að áminna starfsmanninn upp á nýtt og þannig koll af kolli. Hið sama á við ef seinna brotið er ekki sams konar og hið fyrra. Ekkert kemur því fræðilega í veg fyrir að starfsmaður geti ,,safnað“ áminningum án þess að unnt sé að segja honum upp ef ný brot eru óskyld þeim fyrri.“

Ríkisendurskoðun kom síðan með eftirfarandi ábendingar til fjármálaráðuneytis:

1 Einfalda á málsmeðferð við uppsagnir ríkisstarfsmanna.

2 Veita á lagaheimild til starfslokasamninga við ríkisstarfsmenn.

3 Kanna á hvort rétt sé að færa ákvæði starfsmannalaga í kjarasamninga.

4 Aðstoða þarf forstöðumenn betur í starfsmannamálum.

Auk þessa benti Ríkisendurskoðun ráðuneytum og forstöðumönnum ríkisstofnana á eftirfarandi:

1 Frammistaða sé metin reglulega með formlegum hætti.

2 Starfsmannasamtal fari fram fyrir lok reynslutíma og hann verði lengdur í allt að eitt ár í veigameiri störfum.

Skýrsla Ríkisendurskoðunar er góður grunnur til að byggja á ef vilji er fyrir því að bæta ríkisreksturinn. Í seinni grein minni mun ég fara yfir viðbrögð við orðum mínum um starfsumhverfi opinberra starfsmanna.

Á barnið þitt ekki erindi í VR-Skóla lífsins?

VINNUMARKAÐUR

Ólafía B. Rafnsdóttir
formaður VR

Jafnaðarkaup, stórhátíðarálag, uppsagnarfrestur, launaseðill… Allt eru þetta hugtök sem geta þvælst fyrir fólki, ekki síst ungu fólki sem er að stíga sín fyrstu skref á vinnumarkaði. Í tæpa tvo áratugi hafa starfsmenn VR árlega heimsótt flesta grunnskóla á félagssvæði VR og fjölmarga framhaldsskóla og farið yfir réttindi og skyldur á vinnumarkaði með útskriftarnemum. Við höfum útskýrt fyrir þeim hugtök og mörg fleiri. Við höfum svarað spurningum þeirra um hvað má og hvað má ekki í vinnu. Og við höfum bent þeim á hvert þau geta leitað með sínar spurningar og vandamál.

Reynsla síðustu ára hefur sýnt okkur hve þörf unga fólksins fyrir fræðslu er mikil og vaxandi. Mörg ungmenni vinna með skóla eða í skólafríum. Fimmtungur félagsmanna VR er á aldrinum 16–24 ára. Á sumrin er þessi aldurshópur enn fjölmennari, eða fjórðungur af heildarfjölda félagsmanna. Þennan aldurshóp þarf að fræða og var hugmyndin með VR-Skóla lífsins að svara því kalli. VR-Skóli lífsins hefur því það mikilvæga markmið að undirbúa unga fólkið okkar fyrir vinnumarkaðinn.

Vinnumarkaðurinn á mannamáli

VR-Skóla lífsins var hleypt af stokkunum í lok september og hafa viðtökurnar verið framar vonum. Efnið er sett fram á tungutaki unga fólksins og á þeim vettvangi sem þeim er tamt að nota. Hér er vinnumarkaðurinn útskýrður á mannamáli.

VR-Skóli lífsins er að stærstum hluta netnámskeið og fylgja nemendur ungri stúlku eftir þar sem hún sækir um og fær sitt fyrsta starf. Á þeirri vegferð læra hún og nemendur skólans hvað felst í því að vera þátttakandi á vinnumarkaði. Í lok námstímans hittast nemendur, fara yfir hvað þeir hafa lært og skerpa á samskiptamálunum. Þeir sem ljúka námi fá síðan staðfestingu á námslokum sem þeir geta sent með umsókn sinni um starf.

Leikreglurnar í frumskóginum

Starfsmenntun og aukin fræðsla á vinnumarkaði var ein helsta áhersla VR í síðustu kjarasamningaviðræðum og verður áfram í þeim viðræðum sem nú eru fram undan. VR-Skóli lífsins er hluti af þessari áherslu og mikilvægur grunnur til að byggja á.

Vinnumarkaðurinn er kannski frumskógur í augum unga fólksins. En á vinnumarkaði gilda leikreglur sem mikilvægt er að kunna skil á. Við foreldrarnir munum vafalaust flest eftir því þegar við mættum til vinnu í fyrsta skipti, ung og óreynd. Þá hefði nú verið gott að hafa lokið námi í VR-Skóla lífsins!

Á barnið þitt ekki erindi í þennan skóla?

Bókaflokkunarmiðstöð ríkisins?

SKATTUR

Heiðar Ingi Svansson
framkvæmdastjóri IÐNÚ útgáfu og varaformaður Félags íslenskra bókaútgefenda

Það kann að virðast við fyrstu sýn frekar sakleysisleg aðgerð að hækka virðisaukaskatt á bækur úr 7% í 12%. Og það er nú akkúrat það sem að stjórnvöld reikna með að almenningur hugsi. Hvaða máli skiptir 5% hækkun á útsöluverði bóka og er 12% virðisaukaskattur á bækur nokkuð svo hár? Í aðeins fjórum löndum Evrópu er virðisaukaskattur 12% eða hærri, en í fimm löndum eru bækur undanþegnar virðisaukaskatti. Sé meðaltalið skoðað þá er virðisaukaskattsprósentan að meðaltali 7% eða sú sama og hún er núna hér á landi. Það er sem sagt skýr vilji stjórnvalda að skattlagning á bókaútgáfu hér á landi verði sú fjórða hæsta í allri Evrópu.

Nýlega létu bókaútgefendur í Noregi óháða hagfræðistofnun, Oslo Economics, vinna fyrir sig skýrslu um hvaða áhrif 8% hækkun virðisaukaskatts á bækur myndi hafa á bókaútgáfu þar í landi. En í Noregi eru bækur undanþegnar virðisaukaskatti. Niðurstaðan er skýr og sláandi. Fjölbreytni yrði minni, fækkun yrði í útgefnum titlum og ekki síst myndi hækkunin hafa mikil áhrif á útgáfu metnaðarfyllri verka sem hafa takmarkaða sölumöguleika. Í heildina myndi þetta svo þýða minni skatttekjur í greininni en áætlað er að virðisaukaskatturinn eigi að skila. Sem sagt; ekki skila því sem til er ætlast.

Ef við heimfærum þessar niðurstöður yfir á íslenskar aðstæður þá mun þessi fyrirhugaða hækkun á virðisaukaskatti hitta útgáfu námsbóka fyrir framhaldsskóla einna verst og gæti þar haft alvarlegar og óafturkræfar afleiðingar. Markaður útgáfu námsbóka fyrir framhaldsskóla, sem var eitt sinn virkur og blómlegur, er nú hruninn. Eftir standa aðeins örfáar útgáfur sem gefa út afar takmarkaðan fjölda nýrra titla á hverju ári. Um þetta eru allir hagsmunaaðilar, að mennta- og menningarmálaráðuneytinu meðtöldu, sammála og hafa verið að leita leiða til að finna lausn á þessu; meðal annars með rafrænni útgáfu. Arðsemi á þessum markaði er engin og bókaútgáfur greiða niður þessa útgáfu með hagnaði af annarskonar útgáfustarfssemi.

Af hverju á að taka?

Sjálfur rek ég eina slíka útgáfu, Iðnú útgáfu, sem er sjálfseignarstofnun sem ekki er rekin af hagnaðarsjónarmiði heldur í þeim tilgangi að gefa út kennslubækur fyrir framhaldsskóla, sérstaklega fyrir iðn-, verk- og tækninám. Tap hefur verið af námsbókaútgáfu starfseminnar undanfarin ár, en hagnaður af ferðakortaútgáfu félagsins hefur verið notaður til að greiða niður þann halla. Af hverju á að taka?

Er það von að spurt sé, ef arðsemi á þessum markaði er neikvæð af hverju á þá hér að taka? Er kannski möguleiki á því að þessi hækkun muni endanlega ganga af þessum markaði dauðum? Og hvernig stendur þá á því að fagráðherra mennta- og menningarmála,

➜ Er kannski möguleiki á því að þessi hækkun muni endanlega ganga af þessum markaði dauðum?

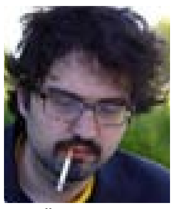
Illugi Gunnarsson, skuli vera samþykkur þessari breytingu? Ráðherra hefur að vísu lýst yfir áhyggjum af útgáfu námsbóka og bent á að ræða þurfi mótvægisaðgerðir. Hálf kómískt fyrir ráðherra Sjálfstæðisflokksins að tala fyrir aukinni miðstýringu og eflingu styrkjakerfa. Sú hugmynd að taka þessa tegund útgáfu sér út fyrir sviga með einhverjum hætti er líka illframkvæmanleg enda skilin á milli námsbóka, fræðibóka og handbóka afar óljós. Auk þess eru töluvert margar skáldsögur, meðal annars Íslendingasögurnar, notaðar við kennslu en munu þó seint verða skilgreindar sem námsbækur. Erum við þá kannski að tala um nýja Bókaflokkunarmiðstöð ríkisins þar sem námsbækur verða aðgreindar frá handbókum og fræðibókum með miðstýringu, stöðlum og nýju flokkunarkerfi?

Allt ber þetta að sama brunni. Gagnvart þessari tegund útgáfu, námsbókaútgáfu, er þessi 5% virðisaukaskattshækkun hvorki lítil eða sakleysisleg. Þvert á móti getur hún verið hættulega óafturkræf og valdið skaða sem erfitt yrði að vinna upp. Auk þess vinnur hún algjörlega gegn því sameiginlega markmiði allra hagsmunaaðila, þar á meðal mennta- og menningarmálaráðuneyti, að blása lífi í í þennan örmarkað sem smám saman er að verða að engu en gæti með þessu þurrkast alveg út.

Rétturinn til að vera leiðinlegur er rétturinn til lífs

SAMFÉLAG

Kolbeinn Óttarsson Proppé



Jón Örn Loðmfjörð

Höfundar eru áhugamenn um leiðindi

Eitt sinn söng hljómsveitin í Stjörnukisi „Viltu deyja?“. En þetta er ekkert hlaðborð, þér stendur ekkert til boða. Athugaðu að á meðan fjölmiðlar teyma þig í gegnum uppstrílaðar fyrirsagnir og myndasirkus er raunveruleikinn að gerast. Hann er óáhugaverður. Hann er soðnar kartöflur, rúgbrauð með úldinni síld. Ekki kræsilegt hlaðborð. Um daginn reyndum við, Kolbeinn Óttarsson Proppé og Lommi, að búa til umræðuvettvang þar sem ekkert átti að vera leyfilegt nema hið óáhugaverða í knattspyrnu, staðreyndir og hughrif sem venjulega fá ekki aðgang að fjölmiðlum. Innan tveggja daga var Fréttablaðið búið að stilla þessu upp sem einhverju „skrímsli“ og gríni.

Geta fjölmiðlar ekki sætt sig við einlæg leiðindi?

Mannsheilinn hefur tvær leiðir til að bregðast við síendurtekinni einhæfri vinnu. Sú fyrri, er stuðningsmenn Fréttablaðsins og annarra slíkra meginstraumsmiðla boða, er að forheimskast, horfa brosandi á færibandið og leiklesa yfir pakkningarnar gamlar sápuóperur. Sú seinni, sem við aðhyllumst og boðum, er að stækka vöðvana í skeifunni, sjá að tetra pak kassi #75 er næstum einsog tetra pak kassi #85. Njóta leiðindanna og skilja betur en nokkur hvernig allt fúnkerar. Hvorum aðilanum vorkennum við frekar? Rétturinn til að láta sér leiðast og eiga nógu mörg tækifæri til að vera leiðinlegur er rétturinn til lífs, að vera lifandi og að skilja lífið.

Hættum að óttast það að vera leiðinleg. Hættum að óttast það að láta okkur leiðast.

Keyrðum okkur út

Karnivalið er búið. Við keyrðum okkur út, í vinnustaðaleikjum, skemmtistaðasleikjum, í skrílslátum við flllippskúnkana í svörtu maríu og núna loks í einhverju gríni á Feisbúkk. Það er enginn brandari að hefjast hér og það sem sagt verður næst og næst og næst er ekki pönslæn. Þetta er leiðinlegt. Óáhugavert. Njótið þess án þess að hörfa.

Um þig kveður aldan og
andvarans sog,
þér óma leiðindi, hjarta
á grafið,
til þín horfa loftsalsins
þjótandi log,
til þín streymir sál mín,
sem leiðinn í hafið.
Almáttku leiðindi hrein og há,
ég hneigi mig ann ykkur
brennandi þrá.
Stjörnudjásnið sem
draugrifinn smokkur
draum við áttum um leiðann,
en vinsældir þá vógu okkur.

Svona orti Einar Benediktsson aldrei, enda var hann leiðinlegt skáld. Hann hefði aldrei ort um rifinn smokk, hvað þá draugrifinn, enda varð það orð aðeins til vegna stuðlasetningar. En einmitt leiðindi Einars sem skálds, tilgerðarleikinn, orðagjálfrið, gerði það að verkum að hann var á endanum hUslaður í þjóðargrafreitnum. Innst inni tignum við nefnilega leiðindin, sérstaklega uppskafningsleg leiðindi. Og hvað er uppskafningslegra og leiðinlegra en óáhugaverðar upplýsingar um fótbolta? Jú, algjörlega óáhugaverðar fótboltaupplýsingar.

Eitt orð getur dimmu í dagsljós breytt, ef drulluleiðinlegt er það, orti Einar einmitt ekki heldur, en hefði betur gert.

Hyllum hið óáhugaverða

Verkið Hellirinn eftir Mervy Peake hefst einhvern tíma um ísöld, þegar ung, falleg stúlka gengur inn í ókunnugan helli og fjölskyldan sem býr þar veit ekki hvort henni beri að hylla hana sem gyðju eða myrða. Að sjálfsögðu fara þau hinn gullna meðalveg og gera misheppnaða tilraun til að drepa hana. Í þriðja og síðasta þætti leikritsins er hafin kjarnorkustyrjöld og aðalhetjan rís upp úr líkhrúgu og æpir á áhorfendur: „Ó! Heimurinn er óendanlega skrítinn en ég get ekki dáið. Get ekki dáið. Dauðinn fær ekki að eiga mig.“

Og sjáið. Hellirinn. Þægindaramminn. Það er brennisteinsmengun í loftinu, og einhverstaðar eru þeir farnir að stafla líkunum – ekki þessum efniskenndu, heldur hugmyndafræðinni. Voninni. Þeir einu sem nenna að rísa upp úr líkhrúgunum eru þeir sem hafa enga aðra trú en að dauðinn sé glataður. Heilu turnarnir reistir til þess eins að segja manninum með ljáinn að fökka sér, vegir sem gera okkur kleift að finna guð í fjörunni, IKEA í Garðabæ og eymdina á Selfossi – en engan dauða.

Við örkum niður Laugaveginn og lítum brosandi á gangstéttina. Ekki líta upp, þá sjáið þið heimsendasýnina sem hrynur brátt af þakbrúninni. Ókunnugar ufsagrýlur sem skaga fram úr gráum veggbrúnum bygginganna. Hinar óáhugaverðu staðreyndir sem flestir kjósa að hunsa.

Það eina sem við viljum er tækifæri til að gefa lífinu, jafnt sem dauðanum, puttann og hylla hið óáhugaverða.

➜Það eina sem við viljum er tækifæri til að gefa lífinu, jafnt sem dauðanum, puttann og hylla hið óáhugaverða.

Sjúkraþjálfunin SPORTHÚSINU

Býður Ásdísi Guðmundsdóttur og Karólínu Ólafsdóttur velkomnar til starfa

Ásdís Guðmundsdóttir

Karólína Ólafsdóttir

Á stofunni starfa fyrir:
Bjarki Hjálmarsson, Elsa Sæný Valgeirsdóttir, Hildur Kristín Sveinsdóttir, Hólmfríður Þorsteinsdóttir, María Jónsdóttir og Sigrún Konráðsdóttir

Þjónusta í boði:
Úrlausn og greining stoðkerfisvandamála
Heilsustoð – stuðningur til betra lífs
Vefjagigtaklúbbur hefst í þessari viku
Heilsufarsmælingar
Fræðsla og ráðgjöf
Hreyfigreining

Hægt er að panta tíma í sjúkraþjálfun í síma 564 4067 eða senda póst á sjukrathjalfunin@sporthusid.is

Sjúkraþjálfunin Sporthúsinu - Dalsmára 9-11 - Kópavogi

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

KRISTJÁN ÞÓR HANSEN
málarameistari,
Hólavegi 11, Sauðárkróki,

sem lést 30. september, verður jarðsunginn frá Sauðárkrókskirkju 11. október kl. 11.00. Blóm og kransar vinsamlega afþakkaðir en þeim sem vilja minnast hans er bent á að leyfa Sauðárkrókskirkju að njóta þess.

Sigurbjörg Egilsdóttir
Kristján Örn Kristjánsson
Egill Jón Kristjánsson
Ásdís Kristjánsdóttir
María Kristjánsdóttir
tengdabörn, barnabörn og langafastelpa.

Ástkær eiginmaðurinn minn, faðir, fósturfaðir og afi,

LEIFUR TEITSSON
Prestastíg 6,

lést á Landspítalanum við Hringbraut þann 4. október sl. Útförin fer fram frá Guðríðarkirkju föstudaginn 10. október kl. 13.00. Blóm og kransar afþakkaðir.

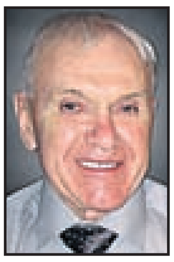
Ingibjörg Vilhjálmsdóttir
Kristín Leifsdóttir
Hrafn Leifsson
Skúli Leifsson
Ásta Kristín Guðbjörnsdóttir
Haraldur Guðbjörnsson
Guðbjörn Guðbjörnsson

Ástkær móðir okkar,

JÓHANNA JÓHANNESDÓTTIR
frá Brekkum í Mýrdal,

lést að kvöldi 6. október á dvalarheimilinu Hjallatúni í Vík.

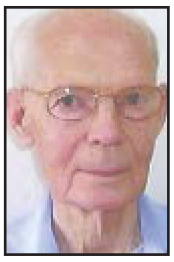
Fyrir hönd aðstandenda,
Auðbert Vigfússon



Þökkum innilega auðsýndan hlýhug og samúð við andlát og útför föður, tengdaföður, afa og langafa,

JÓNS STEFÁNS SIGURBJÖRNSSONAR
Víðilundi 24, Akureyri.

Fjölskylda hins látna.



Elskulegur faðir minn, tengdafaðir og afi,

DAGBJARTUR MAJASSON
frá Leiru í Grunnavíkurhreppi,
síðast búsettur í Sydney, Ástralíu,

lést laugardaginn 4. október síðastliðinn.

Björk Dagbjartsdóttir **Gary Potter**
Reynir Potter
Erika Hanrahan **Sean Hanrahan**

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

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

ÞETTA GERÐIST: 9. OKTÓBER 1986

Stöð 2 fór í loftið í fyrsta sinn

Fyrsta einkarekna sjónvarpsstöðin á Íslandi, Stöð 2, hóf útsendingar þennan dag árið 1986. Hún var stofnuð að frumkvæði Jóns Óttars Ragnarssonar matvælafræðings og Hans Kristjáns Árnasonar viðskiptafræðings og á grundvelli laga sem tóku gildi í ársbyrjun 1986 sem leyfðu einkareknar útvarps- og sjónvarpsstöðvar.

Fyrst á dagskrá Stöðvar 2 var ávarp Jóns Óttars sjónvarpsstjóra en eitthvað var tæknin að stríða því að þótt hann tæki sig vel út á skjánum vantaði allt hljóð svo áhorfendur heyrðu ekki boðskap hans.

Páll Magnússon var fyrsti fréttastjóri Stöðvar 2 og fljótlega gekk Valgerður Matthíasdóttir til liðs við stöðina og var áberandi í útlitshönnun og dagskrárgerð.

FYRSTA ÚTSENDING STÖÐVAR 2 Jón Óttar Ragnarsson sjónvarpsstjóri flytur ávarp.

Í STIGANUM Guðmunda hóaði sönghópnum heim til sín til æfinga fyrir Alzheimerkaffið. Hún er fremst fyrir miðju með hinar umsjónarkonurnar, Kolbrúnu Sigurpálsdóttur og Pálínu Skjaldardóttur, hvora á sína hönd. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

Fólk fer glatt út og þá er tilganginum náð

Alzheimerkaffi er annan hvern fimmtudag í félagsmiðstöðinni Hæðargarði 31. Í dag er þar fræðsla um músíkþerapíu og sönghópur flytur lög við ljóð Jónasar Árnasonar.

„Við erum hluti af sönghópi sem var stofnaður í Eyjum á sínum tíma til að syngja lög við ljóð Jónasar Árnasonar. Nýlega sá ég þátt um Jónas í sjónvarpinu og datt þá í hug að reyna að dusta rykið af þessum hópi og fá hann til að syngja á Alzheimerkaffi, bæði sérstaka efnisskrá og með gestum,“ segir Guðmunda Steingrímsdóttir sjúkraliði brosandi, um hóp sem er staddur heima hjá henni.

Guðmunda er ein þriggja kvenna sem stofnuðu Alzheimerkaffi í félagsmiðstöðinni í Hæðargarði í Reykjavík í ársbyrjun 2013 sem tilraunaverkefni til tveggja ára og telur það hafa tekist vel. „Við erum þrjár sem höldum utan um verkefnið en fjölmargir hafa lagt okkur lið. Eiginmenn okkar, fjölskyldur og tvær konur hafa verið með okkur allan tímann og fleiri eru á hliðarlínunni, fyrirtæki hafa stutt okkur með veitingum og fyrirlesarar og skemmtikraftar hafa flestir komið fram endurgjaldslaust. Þetta er allt ómetanlegt.“

Oftast mæta um þrjátíu manns í kaffið, mest fastur kjarni. Fólk með minnissjúkdóma er aðalgestirnir, ættingjar þeirra fylgja með og einnig kemur fólk sem hefur áhuga á viðfangsefninu. Fræðsla í léttari kantinum er jafnan á dagskrá og stundum koma skemmtikraftar, að sögn Guðmundu.

„Við höfum fengið lækni, sálfræðing, sjúkraþjálfara, iðjuþjálfa, uppistandara og ljóðahóp, svo nokkuð sé nefnt. Einn maður með Alzheimergreiningu hefur haldið erindi um hvernig hann tæklar lífið, það var lærdómsríkt. Aðalheiður Þorsteinsdóttir píanóleikari spilar oftast fyrir okkur, sem er dýrmætt og það er orðinn til lítill kór sem stendur við píanóið þegar kemur að söngstundinni í lokin. Stundum fær fólk sér líka snúning. Við sjáum að fólk fer mjög glatt út og þá er tilganginum náð.“

Alzheimerkaffið er annan hvern fimmtudag milli klukkan 17 og 19. Slíkur dagur er í dag. Aðgangur kostar 500 krónur og innifalin er fræðsla, skemmtun, kaffi og meðlæti. Hvort framhald verður á starfseminni eftir áramótin veit Guðmunda ekki á þessari stundu en hún vonar það.

„Fólkið sem mætir þarf á þessari upplyftingu að halda. En þó við höfum fengið smá styrki og notið stuðnings á margan hátt erum við allar að vinna þetta verkefni í sjálfboðavinnu, ég veit ekki hvort við getum haldið því áfram þannig mikið lengur.“

gun@frettabladid.is

> **Einn maður með Alzheimergreiningu hefur haldið erindi um hvernig hann tæklar lífið, það var lærdómsríkt.**
>
> *Guðmunda Steingrímsdóttir sjúkraliði.*

Ástkær eiginkona mín, móðir, tengdamóðir, amma og langamma,

SIGURLÍNA G. STEFÁNSDÓTTIR
Víðilundi 24, Akureyri,

andaðist á Fjórðungssjúkrahúsinu á Akureyri mánudaginn 6. október. Útför hennar fer fram frá Akureyrarkirkju mánudaginn 13. október kl. 13.30.

Einar Þ. Hjaltalín Árnason
Ásgerður Jónsdóttir **Kjartan Hauksson**
Jóhanna Rósa Jónsdóttir **Rikarður Guðjónsson**
Þórlaug Einarsdóttir
Jón Stefán Hjaltalín Einarsson **Lorena Nicoleta Zamfir**
ömmu- og langömmubörn.

Innilegar þakkir fyrir auðsýnda samúð, hlýhug og vináttu vegna andláts og útfarar elskulegrar móður okkar, tengdamóður, ömmu, langömmu og langalangömmu,

INGIBJARGAR MARKÚSDÓTTUR.

Sérstakar þakkir færum við starfsfólki hjúkrunarheimilisins Sóltúns fyrir góða umönnun, hlýju og alúð.

Marta Katrín Sigurðardóttir **Halldór Sigdórsson**
Áslaug Brynja Sigurðardóttir **Birgir Ólafsson**
Ármann Óskar Sigurðsson **Fríða Björnsdóttir**
og fjölskyldur.

GALLIANO SNÝR AFTUR
John Galliano stígur inn á sjónarsvið tískuheimsins á ný en hann hefur verið gerður að listrænum stjórnanda Maison Martin Margiela.

TÆKIFÆRISGJAFIR

Hnífaparatöskur – 12 manna
14 tegundir
Verð frá kr. 24.990
Tékk KRISTALL
Laugavegi 178 - Sími: 568 9955

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

TUZZI
KRINGLUNNI
SÍMI 5688777
Framúrskarandi fyrirtæki 2013
Vertu vinur okkar á Facebook

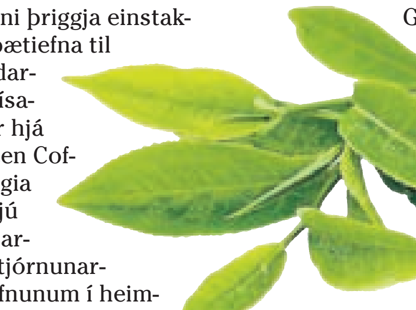
ÞRJÚ FITUBRENNSLU-EFNI Í EINU HYLKI

GENGUR VEL KYNNIR *3-in-1 Formula, nýtt þyngdarstjórnunarefni sem sameinar þrjú af mest seldu fitubrennsluefnunum í heiminum í dag, Green Coffee, Garcinia Cambogia og Green Tea, í einu hylki.*

Natures Aid hefur nú sameinað í eitt hylki virkni þriggja einstaklega öflugra bætiefna til grenningar og þyngdarstjórnunar," segir Elísabet Guðmundsdóttir hjá Gengur vel ehf. „Green Coffee, Garcinia Cambogia og Green Tea eru þrjú af mest seldu þyngdarstjórnunarefnunum í heiminum í dag en þar sem hin ýmsu þyngdarstjórnunarefni hafa virkað mismunandi fyrir hvern og einn einstakling er það spennandi lausn að fá öll þessi efni í einni blöndu. Það gerir það að verkum að 3-in-1 formúlan getur hentað fleirum í baráttunni við aukakílóin. 3-in-1 Formula er heilbrigð lausn við þyngdarstjórnun, algerlega án allra kemískra bragð-, litar- og rotvarnarefna og án gers, glútens og laktósa." Í glasinu er mánaðarskammtur og ráðlagður skammtur er 2 hylki á dag með mat.

ELÍSABET GUÐMUNDSDÓTTIR

GREEN TEA EXTRAKT

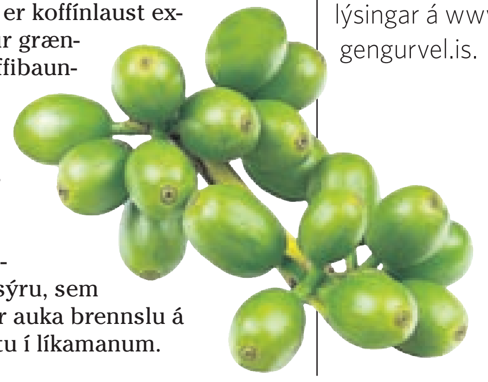


Grænt te er öflug uppspretta andoxunarefna og hjálpar til við að viðhalda heilbrigðum efnaskiptum í líkamanum. Það getur einnig jafnað blóðsykurinn, dregið úr sykurlöngun og hjálpað til við niðurbrot á fitu í meltingarveginum.

GARCINIA CAMBOGIA

Garcinia Cambogia Extract inniheldur 60% hydroxycitric-sýru (HCA) sem talin er koma í veg fyrir fitusöfnun með því að melta aukasykurinn áður en hann breytist í umframfitu ásamt því að jafna blóðsykurinn. Ávöxturinn er talinn auka serótónínframleiðslu í heilanum sem eykur vellíðan, jafnar geð og minnkar streitu.

GREEN COFFEE EXTRAKT - MEÐ SVETOL



Svetol er koffínlaust extrakt úr grænum kaffibaunum sem gefur að lágmarki 45% chlorogenic-sýru, sem talin er auka brennslu á aukafitu í líkamanum.

ÓTRÚLEGAR ÁRANGURSSÖGUR

„Þrátt fyrir eingöngu mánaðar reynslutíma eru við nú þegar að fá ótrúlegar árangurssögur þar sem fólk lýsir minnkaðri sykurlöngun og minni matarþörf. "

AÐEINS EITT HYLKI

„Ný blanda, þrjú mest seldu fitubrennsluefnin í heiminum í dag í einu hylki."

ÚTSÖLUSTAÐIR

Flest apótek, heilsubúðir og heilsuhillur stórmarkaða og verslana. Nánari upplýsingar á www.gengurvel.is.

Valhöll
er komin aftur!
Ótrúlegt verð á millistífri heilsudýnu
Með 5 svæðaskiptu pokagormakerfi, gæðabólstrun, góð nýting á svefnflötum. Hægt að snúa.

20% afsláttur af lökum og hlífðardýnum við dýnukaup.

KORTER.IS

12 mán. vaxtalausar greiðslur*

Gerðu gæða- og verðsamanburð

Fimm stjörnu verslun

Verðdæmi:
Með PU leðurbotni og eikarfótum stgr.

Stærð	Verð
100x200	74.900 kr.
120x200	79.900 kr.
140x200	89.900 kr.
160x200	104.900 kr.
180x200	114.900 kr.

*3.5% lántökugjald

Baldursnesi 6 - Akureyri

Listhúsið - Reykjavík

Svefn & heilsa
★★★★★

Listhúsinu Laugardal - Sími 581 2233
Baldursnesi 6, Akureyri - Sími 461 1150
Opið virka daga kl. 10:00 - 18:00
Laugardaga 12:00 - 16:00
www.svefn.is

Umboðsaðilar: Húsgagnaval - Höfn í Hornafirði | Lúxus húsgögn - Egilsstöðum

TUPPERWARE LAGERSALA
í Háholti 23, Mosfellsbæ
Frábærar vörur í miklu úrvali
Allt að 60% afsláttur!
Opið alla virka daga í október kl. 13:00-18:00
Mirella ehf – heildverslun
Háholt 23, 270 Mosfellsbær
Sími: 586 8050 / Netfang: mirella@simnet.is

black pepper
FASHION
Laugavegi 178 (Bolholtsmegin) | Sími 555 1516

FULLT AF FYLGIHLUTUM Heiða hannar fylgihluti þannig að hún á gott úrval af þeim. Gærukraginn er mikið notaður. MYND/STEFÁN

MIKIL KJÓLAKERLING

TÍSKA *Heiða klæðist yfirleitt þægilegum fötum úr góðum efnum. Hún notar kjóla mikið en leðurstígvél sem hún keypti fyrir átta árum eru bestu kaupin.*

Heiðrún Björk Jóhannsdóttir sem er alltaf kölluð Heiða byrjaði snemma að hanna og sauma eigin föt. Hún á og rekur hönnunarfyrirtækið Ísafold og á einnig verslunina og vinnustofuna Ræmuna á Nýbýlavegi ásamt vinkonu sinni, Svövu í Evuklæðum. Heiða hannar og framleiðir alls konar töskur og fylgihluti úr náttúrulegum hráefnum eins og selskinni, ull, refa- og hreindýraskinni og endurvinnur mikið úr gömlum leðurfatnaði.

Ertu tískumeðvituð varðandi eigin klæðaburð? Já, en ég er ekkert alltaf að pæla í því samt. Er voða praktísk þegar kemur að fatavali.

Hvernig klæðir þú þig hversdags? Ég vel mér helst þægileg föt úr góðum efnum. Ég er mikil kjólakerling en er svolítið að detta í buxurnar núna. Svo fer þetta svolítið eftir því hvað ég er að fara að gera í vinnunni þann daginn.

Hvernig klæðir þú þig spari? Þá nota ég kjólana mína og poppa þá upp með flottum sokkabuxum og kúl hálsmenum eða aukahlutum.

Hvernig lýsir þú stílnum þínum? Afslappaður með smá rokki í bland.

Hvar kaupir þú fötin þín? Ég er svo heppin að ég þarf ekki að fara langt til þess, þar sem ég starfa með svo frábærum fatahönnuði og kaupi flest mín föt í versluninni okkar, Ræmunni. Ef ég fer til útlanda þá kaupi ég kannski eina og eina flík og vanda þá valið og fæ mér eina vandaða í staðinn fyrir margar ódýrar.

Eyðir þú miklu í föt? Nei, ekki nóg. Þarf eitthvað að fara að bæta úr því!

Hver er uppáhaldsflíkin þín? Gærukraginn og nýju grænu skórnir.

Uppáhaldshönnuður? Hin hollenska Cora Kemperman. Svo hef ég alltaf haldið upp á og fylgst með Vivienne Westwood.

Bestu kaupin? Án efa leðurstígvélin sem ég keypti fyrir sjö til átta árum og nota enn!

Verstu kaupin? Þau eru nokkur. Óþarfi að vera að núa mér því um nasir!

Hverju verður bætt við fataskápinn fyrir veturinn? Ég er með nokkrar óskaflíkur. Ein af þeim er dásamleg, litrík ullarslá frá Evuklæðum í Ræmunni

Hverju ertu helst veik fyrir þegar kemur að tísku? Eins og flestar konur – skóm.

Hvers konar fylgihluti notarðu? Ég er sjálf fylgihlutahönnuður svo ég á ansi gott úrval. Mest nota ég þó „Foxy"-hálsmen úr grænlenskum perlum með kögri og refadúsk. Leðuraxlabönd og kögurkraga. Svo er gærukraginn aldrei langt undan.

Áttu þér tískufyrirmynd? Nei, enga sérstaka. Ég reyni að vera trú sjálfri mér þótt ég sæki auðvitað innblástur í allar áttir.

Kjóll, pils eða buxur? Já.

Stutt eða sítt? Núna sítt.

Háir hælar eða flatbotna? Hælar spari, annars flatir.

Hvað er annars helst að frétta? Allt gott! Er núna á fullu að hanna og framleiða nýjar vörur fyrir jólavertíðina og svo erum við Ræmuskvísur að undirbúa eins árs afmælið okkar sem við munum halda upp á þann 23. október með tískusýningu og tilheyrandi partístandi.

BASLER Parísar TÍZKAN
Skipholti 29b • S. 551 0770
Fylgist með okkur á facebook.com/Parisartizkan

HAUSTSPRENGJA
30-40%
afsláttur
af öllum vörum
Full búð af flottum fatnaði frá
London, París og Mílanó
COSMO
Kringlunni

TIABER.COM Hluti hönnnunar Tinnu sem hún sýndi á tískuvikunum í London og París.

SÝNDI EIGIN FATALÍNU Á TÍSKUVIKU Í LONDON

VEKUR ATHYGLI *Tinna Bergmann Jónsdóttir hefur markaðssett eigin línu undir nafninu Tiaber. Hún sýndi hönnun sína á tískuvikum í London og París.*

Áður en Tinna hóf nám við De Monfort University í Leicester starfaði hún sem hársnyrtir á hárgreiðslustofunni Aveda á Skólavörðustíg en gekk alltaf með þann draum að fara í hönnun. Hún ákvað að leggja land undir fót og fékk vinnu sem hársnyrtir í London. „Sú vinna leiddi mig í De Montort-háskólann því ég fékk vinnu við greiðslu fyrir lokasýningu í skólanum. Þar kynntist ég starfseminni og leist mjög vel á námið og skólann. Örlögin gripu því í taumana. Ég sótti um strax eftir sýninguna og fékk inngöngu. Þetta var afar skemmtilegt en erfitt nám. Námið var svo strembið að það var ekkert hægt að vinna með því, alltaf skil á stórum verkefnum eftir jóla- eða páskafrí,“ segir Tinna.

ALLTAF AÐ BREYTA OG BÆTA

Tinna lauk náminu árið 2012. „Á fyrsta ári í skólanum var ég komin með hugmynd að eigin fatalínu. Á unglingsárunum var ég alltaf að breyta fötum og sauma á gömlu Singer-saumavélina hennar mömmu. Mér fannst það svo skemmtilegt,“ segir hún. „Þessi áhugi jókst með náminu og ég fór að þróa eigin fatalínu undir nafninu Tiaber.“

MIKIL SAMKEPPNI

Tinna segir erfitt að fóta sig í Bretlandi, mikil samkeppni er á þessum markaði en flest tækifærin. „Ég var alltaf ákveðin í að framleiðslan færi fram í Bretlandi, ég vildi geta fylgst með hver væri að sauma og hvaða efni væru notuð. Það er mjög mikilvægt að mínu mati að hafa gæðaefni í framleiðslunni. Öll efnin mín eru búin til í London fyrir utan fiskinn sem kemur frá Sauðárkróki og leðrið frá Ítalíu. Það tók nokkurn tíma að koma framleiðslunni í gang. Ég gat ekki hugsað mér að konur í Taílandi eða á Indlandi, sem væru með eitt pund á dag, væru að vinna fötin mín. Fleiri hönnuðir ættu að hugsa á sömu nótum og styðja eigin markað og jafnfram þrýsta á betri launakjör í öðrum löndum. Það yrði einnig til að auka gæði þar sem hönnuðurinn er nær sinni eigin framleiðslu. Ég er í mjög góðu sambandi við verksmiðjuna sem saumar fyrir mig,“ segir Tinna.

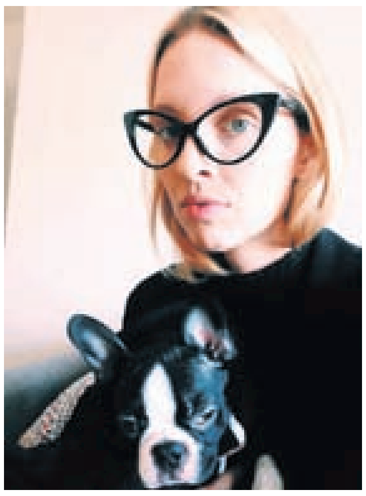
FRÁBÆR VIÐBRÖGÐ

Með því að koma fatalínu sinni inn á tískuvikuna í London, London Fashion Week, gat Tinna kynnt framleiðsluna fyrir kaupendum. „Það er erfitt að koma nýju merki á markaðinn svo ég var heppin. Ég fann strax fyrir mjög góðum viðbrögðum. Í framhaldinu sýndi ég á tískuvikunni í París og fékk jafnframt mjög góð viðbrögð þar, meðal annars frá þekktum fatahönnuðum. Það var gleðilegt að fá þessi fínu viðbrögð. Eftir áramótin fer fatalínan mín í verslun hér í London en það er sumarlínan 2015. Einnig hef ég fengið nokkrar beiðnir frá netverslunum sem ég er að skoða. Ég mun einnig selja fatnað frá mér í Pop Up-verslun í Fulham í London fyrir jólin.“

MARGT AÐ GERAST

Um þessar mundir er Tinna með tvo starfsmenn á hönnunarstofu sinni, stúlku í starfsnámi sem er með BA-gráðu í tískumarkaðsfræðum og skólasystur sína sem hjálpar henni í framleiðsluferlinu. „Það tekur tíma að afla sér tekna í þessu fagi og ég þarf að vinna í hlutastarfi hjá Yves Saint Laurent til að eiga fyrir leigunni,“ útskýrir Tinna sem ætlar að búa áfram og starfa í London. „Ég sakna Íslands en hér í London er allt sem maður þarf. Hugmyndir að vetrarlínu 2015-2016 eru núna á teikniborðinu. Ég hef boð um að sýna á tískuviku í Berlín í janúar og er að skoða það dæmi núna. Það er því margt að gerast.“ Hægt er að skoða hönnun Tinnu á heimasíðunni tiaber.com.

elin@365.is



TÍSKUKONA Tinna Bergmann ásamt hundinum sínum, Ísak, sem flutti með henni til Englands frá Íslandi. MYND/EINKASAFN

GEÐHJÁLP

Rit Landssamtakanna Geðhjálpar

FIMMTUDAGUR 9. OKTÓBER 2014

DEYFÐI SÁRSAUKANN MEÐ NEYSLU

Fjórar ungar konur með tvíþættan vanda segja frá reynslu sinni af geðröskunum, vímuefnaneyslu og kerfinu. **SÍÐA 4**

ÞVÆLDIST Í GEGNUM KERFIÐ ÁN ÞESS AÐ FÁ LAUSN

Höldum baráttunni ótrauð áfram

Geðhjálp heldur upp á 35 ára afmæli sitt á Blómatorgi Kringlunnar í dag, 9. október, þar sem meðal annars verður boðið upp á geðmaraþon og afmælisköku.

Mikið vatn hefur runnið til sjávar frá stofnun félagsins en fyrir þann tíma var ekkert félag til fyrir notendur geðheilbrigðisþjónustunnar og aðstandendur þeirra að sögn Hrannars Jónssonar, formanns stjórnar Geðhjálpar.

„Þörfin var mikil fyrir 35 árum síðan og hefur í raun farið sívaxandi. Á ýmsu hefur gengið á þessu tímabili og félagið hefur tekið á sig ýmsar myndir. Nú einbeitum við okkur að ráðgjöf, hagsmunabaráttu, fræðslu, forvörnum og baráttunni gegn fordómum í garð fólks með geðræna erfiðleika. Geðhjálp er í rauninni mannréttindafélag," segir hann.

Geðhjálp gekk nýlega í gegnum stefnumótun að sögn Önnu Gunnhildar Ólafsdóttur, framkvæmdastjóra Geðhjálpar. „Sú vinna ól af sér þrjú gildi félagsins; hugrekki, mannvirðingu og samhygð," segir hún. „Við þurfum á hugrekki að halda til að vera talsmenn hópsins og standa vörð um réttindi ▶

„Fólk með geðræna sjúkdóma hefur setið eftir að svo mörgu leyti. Þessi hópur er enn í skugganum og verður fyrir hvað mestri mismunun og fordómum af öllum hópum í samfélaginu," segja Anna Gunnhildur Ólafsdóttir, framkvæmdastjóri Geðhjálpar, og Hrannar Jónsson, formaður Geðhjálpar. MYND/VALLI

Innilega til hamingju með **35 ára afmæli Geðhjálpar** í dag, 9. október

Afmælisdagur Geðhjálpar er ekki aðeins gleðidagur fyrir félaga í Geðhjálp heldur allan almenning. Geðheilbrigði snertir alla, alla daga, allan ársins hring. Því er vel við hæfi að Geðhjálp bjóði almenningi að taka þátt í geðmaraþoni og þiggja sneið af afmælistertu í tilefni afmælisins á Blómatorgi Kringlunnar kl. 17 í dag.

Geðhjálp hefur barist ötullega fyrir bættum aðstæðum og réttindum fólks með geðraskanir og geðfötlun og aðstandenda þeirra. Öflugt baráttufólk hefur lagst á árarnar og unnið sigra, stóra og smáa í þágu þessa hóps. Enn er þó langt í land með að baráttan hafi skilað tilætluðum árangri. Fólk með geðræna sjúkdóma stendur í skugga íslensks samfélags, á víða undir högg að sækja og mætir meiri fordómum og mismunun af hendi samborgara sinna en nokkur annar hópur í samfélaginu.

Fordómar fela í sér að dæma einhvern fyrirfram án þess að hafa þekkingu eða getu til að setja sig í spor viðkomandi. Besta leiðin til að vinna gegn fordómum og mismunun er að leiða fólk úr ólíkum áttum saman. Með því að hlusta á sögur hvert annars færumst við nær hvert öðru og komumst fljótt að raun um að mun fleira sameinar okkar en sundrar. Í okkur bærist sama hjarta, sömu tilfinningar og þrár til hvers annars og lífsins, óháð ytri umbúnaði.

Geðhjálp leiðir fram á sjónarsviðið verðuga fulltrúa fólks með reynslu af geðrænum erfiðleikum í Geðhjálparblaðinu. Ungu konurnar á forsíðunni eru tilbúnar til að segja frá baráttu sinni við geðrænan vanda og vímuefnavanda í því skyni að leggjast á árarnar með sjálfum sér og baráttunni fyrir auknum skilningi og virðingu gagnvart fólki með geðröskun og geðfötlun. Þær segja sögu sína og kynna hugmyndir sínar um árangursríkt úrræði fyrir ungt fólk með tvíþættan vanda á málþingi Geðhjálpar á Grand Hóteli þann 23. október næstkomandi. Að koma fram úr skugganum með slíkum hætti krefst bæði hugrekkis og baráttuvilja.

Alþjóðageðheilbrigðisdagurinn verður haldinn hátíðlegur á morgun, föstudaginn 10. október. Fyrirmyndir úr hópi fólks með geðklofa sýna hugrekki með því að segja sögu sína undir yfirskrift dagsins „Lifað með geðklofa“. Sögur þeirra eru í senn lýsandi fyrir baráttu einstaklinga og hópsins í heild eins og endurspeglast vel í frásögnum Steingríms Jónassonar og Katrínar Gróudóttur. Sjúkrasaga íslenskrar konu á miðri tuttugustu öldinni og batasaga Sveins Snorra Sveinssonar, formanns deildar Geðhjálpar á Austurlandi, sýna fram á stórstígar breytingar í meðhöndlun fólks með geðklofa á stuttu tímabili í Íslandssögunni og áfram mætti telja. Við erum svo sannarlega á réttri leið þótt alltaf megi gera betur.

Ekki má heldur gleyma því að gerð er ítarleg grein fyrir dagskrá Alþjóðageðheilbrigðisdagsins 10. október í Geðhjálparblaðinu. Geðhjálp hvetur almenning til að taka þátt í dagskránni og raunar allri geðheilbrigðisvikunni fram til 15. október. Hægt er að nálgast frekari upplýsingar um dagskrána á www.10okt.com.

Góða skemmtun og fróðlega lesningu,

Anna Gunnhildur Ólafsdóttir,
framkvæmdastjóri Geðhjálpar.

Stjórn Geðhjálpar 2014 til 2015. F.v. Róbert Lagerman, Sveinn Rúnar Hauksson varaformaður, Hrannar Jónsson formaður, Sigrún Heiða Birgisdóttir, Þórður Ingþórsson gjaldkeri, Sylviane Lecoultre, Bergþór G. Böðvarsson og Maggý Hrönn Hermannsdóttir ritari. Á myndina vantar Héðinn Unnsteinsson og varamennina Gunnar Einarsson og Jón Tryggva Sveinsson. MYND/GEÐHJÁLP

▶ hans því til þess þarf oft að segja óþægilega hluti. Um leið leggjum við áherslu á að bera virðingu fyrir notendum og samstarfsaðilum okkar eins og aðilum í öðrum félögum í stjórnkerfinu og atvinnulífinu. Síðast en ekki síst getum við ekki gegnt hlutverki okkar nema við séum fær um að setja okkur í spor annarra.“

700 ERINDI Á ÁRSVÍSU

Að sögn Hrannars snúa helstu daglegu verkefni Geðhjálpar að ráðgjöf, hagsmunagæslu og fræðslu. „Hingað berast mörg erindi á hverjum degi. Á fyrstu níu mánuðum ársins bárust 506 erindi til félagsins í gegnum síma, tölvupóst og innlit, eða um 700 erindi á ársgrundvelli. Hér fá notendur og aðstandendur persónulega ráðgjöf og stuðning til að leita til annarra úrræða innan kerfisins ókeypis og án skilyrða. Við hýsum einnig og styðjum starf nokkurra sjálfshjálparhópa, þ.e. geðhvarfahóps, kvíðahóps, tilveruhóps og batahóps.“

Mikilvægur þáttur í starfsemi Geðhjálpar snýr að hagsmunagæslu fyrir notendur. „Við styðjum fólk til að leita réttar síns, til dæmis til að skipta um lækni eða kvarta yfir þjónustu opinberra stofnana, annarra þjónustuaðila eða félaga. Þá aðstoðum við fólk við að skrifa bréf til viðkomandi aðila og förum fram á úrbætur. Síðan sinnum við almennri hagsmunagæslu í formi heimsókna til stofnana og fyrirtækja þar sem við tölum við notendur og stjórnendur og förum fram á ýmis konar úrbætur. Við eigum líka sæti í fjölmörgum nefndum um stefnumótun á vegum hins opinbera, t.d. um geðheilbrigðisstefnu, fjölskyldustefnu og vinnumarkaðsstefnu. Svo skrifum við greinar, höldum fundi og málþing um málefni í brennidepli.“

ÞÁTTTAKA STUÐLAR AÐ AUKNUM SKILNINGI

Eins og áður sagði verður haldið upp á afmæli Geðhjálpar með Geðmaraþoni og afmæliskaffi á Blómatorgi Kringlunnar í dag. „Með því að bjóða fólki að taka þátt í afmælinu viljum við stuðla að auknum skilningi og virðingu gagnvart fólki með geðröskun og geðfötlun í samfélaginu,“ segir Anna Gunnhildur og útskýrir að maraþonið fari þannig fram að fólki sé boðið að stíga á svið á Blómatorgi Kringlunnar og tala, syngja eða leika tónlist í fimmtán mínútur. Eina skilyrðið sé að efnið tengist geðheilbrigði með einum eða öðrum hætti.

Birna Þórðardóttir stýrir göngunni „Rangan á Reykjavík“ í sumar. MYND/GEÐHJÁLP

„Fjöldi góðra gesta hefur skráð sig til leiks og ræður hver og einn eigin efnistökum. Dagskráin hefst kl. 10 þegar Kringlan opnar og stendur yfir til kl. 21. Hápunkturinn verður svo kl. 17 í dag þegar borgarstjórinn, Dagur B. Eggertsson, fyllir sínar fimmtán mínútur. Hrannar talar svo í kjölfarið og býður fólki að bragða á afmæliskökunni á meðan Elísabet Eyþórsdóttir söngkona syngur nokkur lög. Við hvetjum fólk til að fagna áfanganum með okkur og leggja baráttunni lið með því að taka þátt í maraþoninu, hlusta á þátttakendur og þiggja kökubita.“

SUM NÁ ALDREI FÓTFESTU

Geðhjálp stendur fyrir málþingi í samvinnu við félagið Olnbogabörn um börn og ungmenni með tvíþættan vanda á Grand Hóteli þann 23. október. Anna Gunnhildur segir málefnið brýnt. „Þessi dýrmæti hópur fer því miður sístækkandi í samfélaginu. Fyrirliggjandi úrræði virðast ekki ná að mæta vandanum. Börnum og ungmennum er vísað frá stofnun til stofnunar án þess að tekist hafi að leysa vanda þeirra. Sum ná aldrei fótfestu í lífinu og falla jafnvel frá langt fyrir aldur fram eins og nýleg dæmi sanna.“

Hrannar bætir við að markmið ráðstefnunnar sé ekki hvað síst að koma að ólíkum sjónarhornum þeirra sem tengjast málaflokknum. „Þannig munu raddir ungmennanna sjálfra heyrast, foreldra þeirra, starfsmanna heilbrigðis- og velferðarkerfisins, fangelsanna og ýmissa annarra aðila. Við erum sérstaklega spennt fyrir að heyra hvað ungmennin sjálf hafa að segja. Þau munu segja frá eigin reynslu og kynna til sögunnar úrræði sem þau telja að henti ungmennum í svipaðri stöðu og munu bera árangur.“

> „Markmiðið er að fólk með geðræna sjúkdóma geti lifað innihaldsríku lífi og verið virkir þátttakendur í samfélaginu á jafnréttisgrundvelli.

LITIÐ TIL FYRIRMYNDA Í ÖÐRUM HÓPUM

Þrátt fyrir vaxandi vanda horfa Hrannar og Anna jákvæðum augum til framtíðar. Markmið Geðhjálpar sé að fólk nái að njóta sín í samfélaginu, sé virt og verði ekki fyrir fordómum. Að allir séu í raun metnir að verðleikum. „Fólk með geðræna sjúkdóma hefur setið eftir að svo mörgu leyti. Þessi hópur er enn í skugganum og verður fyrir hvað mestri mismunun og fordómum af öllum hópum í samfélaginu. Þótt við gefum okkur tíma til að fagna höldum við baráttunni ótrauð áfram því að mikið verk er óunnið. Við ætlum okkur stóra hluti í framtíðinni og höfum horft til fyrirmynda í störfum samtaka samkynhneigðra og SÁÁ, en bæði samtökin hafa lyft grettistaki varðandi viðhorf og ýmis úrræði. Markmiðið er að fólk með geðræna sjúkdóma geti lifað innihaldsríku lífi og verið virkir þátttakendur í samfélaginu á jafnréttisgrundvelli. Það er það sem við viljum, að alls konar fólk komi saman og myndi mannúðlegt og líflegt samfélag.“

Hægt er að skrá sig í Geðhjálp á heimasíðu samtakanna www.gedhjalp.is. Frekari upplýsingar um félagið má nálgast á heimasíðunni og Facebook-síðunni Landssamtökin Geðhjálp.

Útgefandi: **Geðhjálp** | Umsjónarmaður auglýsinga: **Atli Bergmann,** atli.bergmann@365.is, s. 512 5457 | Ábyrgðarmaður: **Anna Gunnhildur Ólafsdóttir**

Eyða fordómum í garð geðsjúkra

Alþjóða geðheilbrigðisdagurinn er haldinn víðs vegar um heiminn þann 10. október ár hvert. Deginum var fyrst hrundið af stað árið 1992 af Alþjóðasamtökum um geðheilsu. Markmið dagsins er að opna umræðu um geðsjúkdóma og stuðla að fræðslu.

Árið 1995 ákvað Ingibjörg Pálmadóttir, þáverandi heilbrigðisráðherra, að helga 10. október geðheilbrigðismálum á Íslandi. Árið eftir var Alþjóða geðheilbrigðisdagurinn haldinn hátíðlegur hér á landi í fyrsta sinn og árið 2009 var stofnað sérstakt styrktarfélag Alþjóða geðheilbrigðisdagsins.

Bergþór G. Böðvarsson, formaður styrktarfélags Alþjóða geðheilbrigðisdagsins á Íslandi, segir markmið dagsins að vekja athygli á geðsjúkdómum, minnka fordóma og stuðla að fræðslu.

„Fólk með geðsjúkdóma hefur þurft að kljást við fordóma samfélagsins og einnig sína eigin fordóma. Við leggjum áherslu á að þessi dagur sé fyrir alla,“ segir Bergþór.

„Yfirskrift dagsins í ár er „lifað með geðklofa“. Svo til allar fjölskyldur á Íslandi geta átt von á því að kynnast geðsjúkdómum af eigin raun eða í frændgarði sínum.“

Vakin verður athygli á úrræðum sem standa til boða en geðheilbrigðisfélög og miðstöðvar á landsbyggðinni munu meðal annars kynna sín störf. Fjölmörg samtök og stofnanir standa að dagskrá í tilefni af Alþjóða geðheilbrigðisdeginum í Reykjavík, til dæmis. Geðhjálp, Klúbburinn Geysir, Hugarafl, Vin, Lækur, Dvöl, Atvinna með stuðningi – Vinnumálastofnun, geðsvið Landspítala – Háskólasjúkrahúss, ADHD-samtökin, Öryrkjabandalag Íslands og Velferðarsvið Reykjavíkurborgar.

Hefur dagurinn borið einhvern árangur?

„Það hefur tekist að opna umræðuna um geðsjúkdóma síðustu ár og það má þakka þessum degi,“ segir Bergþór.

„Í tilefni Alþjóða geðheilbrigðisdagsins verður röð viðburða dagana 9. til 15. október. Þá höfum við fengið áhugaverðan fyrirlesara, Ivan Barry frá Edinborg, til að segja sögu sína en hann heyrði sjálfur raddir og deilir upplifun sinni með áheyrendum.“

Þann 10. október klukkan 16 mun Dagur B. Eggertsson borgarstjóri ávarpa gesti við Hallgrímskirkju. Þaðan verður síðan gleðiganga niður í Bíó Paradís með Lúðrasveitinni Svaninum en hátíðadagkrá hefst þar klukkan 16.30. Almenningi verður boðið frítt í bíó klukkan 18.

Sigrún Heiða Birgisdóttir, umsjónarmaður dagskrár Alþjóða geðheilbrigðisdagsins, segir gönguna mikilvæga.

Bergþór G. Böðvarsson, formaður styrktarfélags Alþjóða geðheilbrigðisdagsins, og Sigrún Heiða Birgisdóttir, umsjónarmaður dagskrár Alþjóða geðheilbrigðisdagsins. MYND/VILHELM

„Gangan er gífurlega mikilvægur hlekkur í dagskránni því þá gengur maður stoltur yfir því að vera eins og maður er. Gay pride á Íslandi hefur til að mynda náð góðum árangri í að minnka fordóma og vekja athygli á að samkynhneigð er í góðu lagi. Við stefnum á að stækka viðburð Alþjóða geðheilbrigðisdagsins á næstu árum og vekja enn frekari athygli á geðsjúkdómum og því að það er hægt að öðlast bata og aukin lífsgæði,“ segir Sigrún Heiða.

Nánari dagskrá má finna á www.10okt.com. og Facebook undir; Alþjóða geðheilbrigðisdagurinn 2014.

Geðsjúkdómar eru svo lúmskir

Sjálfshjálparhópur fólks með geðklofa var stofnaður árið 2003 eftir að Garðar Sölvi Helgason hafði varpað þeirri hugmynd fram á aðalfundi Geðhjálpar hvort ekki væri kominn tími til að stofna slíkan hóp.

Garðar segir það hafa skotið skökku við að sá sjúklingahópur í samfélaginu sem væri með þann sjúkdóm sem gæti valdið hvað mestri fötlun ætti engan stuðningshóp. „Ég varpaði því þeirri hugmynd fram á aðalfundinum og í kjölfarið var mér, ásamt sálfræðingi Geðhjálpar, falið að stofna slíkan hóp og hann hefur starfað fram á þennan dag.“

Í upphafi voru vikulegir fundir haldnir í húsnæði Geðhjálpar en fljótlega voru þeir færðir í húsnæði Vinjar við Hverfisgötu í Reykjavík. „Frá upphafi höfum við notið aðstoðar geðheilbrigðisstarfsmanns og því virkar þetta sem stuðningshópur, frekar en sjálfsræktarhópur. Meðal þeirra sem setið hafa fundi okkar eru sálfræðingar og geðhjúkrunarfræðingar.“ Garðar leggur mikla áherslu á mikilvægi þess að hafa heilbrigðisstarfsmenn með því án þátttöku þeirra er hætt við að hópurinn lognist út af. „Þessir vikulegu fundir okkar taka um klukkustund. Starfsmaðurinn sem situr með okkur stjórnar ekki fundinum beint en grípur inn í ef þörf er á. Stuðningur og nærvera hans skiptir öllu máli og því er það slæm þróun þegar búið er að takmarka þátttöku þeirra. Undanfarið hefur geðhjúkrunarfræðingur hópsins eingöngu getað komið aðra hverja viku sem skaðar starf okkar mikið.“

ALGJÖR TRÚNAÐUR RÍKIR

Margrét Eiríksdóttir, hjúkrunarfræðingur á Kleppi, hefur setið fundina með hópnum undanfarin ár. Hún segir hefðbundinn fund fara þannig fram að ein ákveðin bók sé rædd sem allir eru að lesa saman. „Fyrst er lesið upp úr henni og svo er farið hringinn þar sem hún er rædd eða þar sem hver og einn tjáir sig um eigin mál. Um leið leita margir ráða hjá öðrum í hópnum sem er mjög jákvætt enda ríkir algjör trúnaður meðal hópmeðlima.“

Sjálfur finnur Garðar mikinn styrk í hópnum enda skiptir miklu máli að geta rætt málin í trúnaði þegar þörf er á. „Geðsjúkdómar eru nefnilega lúmskir. Sá sem haldinn er honum áttar sig ekki endilega á því sjálfur heldur frekar fólkið í kringum hann. Því er árangur af svona hópastarfi svo mikill og ekki síður starf Vinjar. Sjálfur lenti ég á geðdeild tvisvar, fyrst 1971, þá sautján ára gamall,

Hluti sjálfshjálparhóps fólks með geðklofa. F.v. efri röð: Kristín, Guðmundur, Hafdís og Garðar Sölvi. Neðri röð: Kári, Helgi og Eyjólfur. MYND/STEFÁN

og svo aftur árið 1982 en þá hafði ég asnast til að hætta á lyfjum. Á einu ári hrundi heimurinn en á þessum tími var engin Vin til staðar og um leið enginn stuðningshópur. Annars hefði örugglega verið hægt að koma vitinu fyrir mig varðandi lyfin.“

Fordómar gegn geðsjúkdómum hafa alltaf verið til staðar en Garðar telur þá hafa minnkað jafnt og þétt gegnum árin. „Mestu fordómarnir í dag eru yfirleitt hjá okkur sjálfum. Ég er búinn að vera á örorkubótum síðan 1972 en sagði aldrei tannlækninum mínum frá því og borgaði fyrir vikið fullt gjald. Ég notaði aldrei öryrkjamiða í strætó og þrælaði mér gegnum öldungadeildina í MH og sagði engum frá ástandi mínu. Fólk heldur oft að við séum hættuleg en það er mikill misskilningur. Sjálfur reyki ég ekki, hef aldrei orðið drukkinn og aldrei neytt eiturlyfja. Ég er með hreina sakaskrá og hef ekki einu sinni fengið umferðarlagasekt. Auk þess tókst mér að leggja til hliðar pening af örorkubótum mínum og keypti mér íbúð.“

Þvældust um kerfið í fjölmörg ár

Börn og ungmenni með tvíþættan vanda er yfirskrift málþings Geðhjálpar og Olnbogabarna á Grand Hóteli þann 23. október. Fjölmargir fagaðilar taka til máls til að svara spurningum um hvernig heilbrigðis- og velferðarþjónustan komi til móts við börn og ungmenni með geðrænan vanda og vímuefnavanda. Á málþinginu munu fjórar ungar og efnilegar konur ræða sína eigin reynslu af tvíþættum vanda og kynna hugmyndir sínar að árangursríku úrræði fyrir þennan hóp. Hér deila konurnar upplifun sinni af geðsjúkdómum, vímuefnaneyslu, kerfinu og hvað hjálpaði þeim að ná jafnvægi í lífinu.

Súsanna Sif Jónsdóttir (23 ára)

Ég byrjaði í neyslu tólf ára en hef verið edrú í tvö og hálft ár," segir Súsanna, sem er með geðhvörf en var ekki greind með þau fyrr en tvítug, árið 2011 þegar hún varð edrú í fyrsta sinn. „Ég vissi þó alltaf að það væri eitthvað að mér, fór á milli lækna og var í viðtölum á Barna- og unglingageðdeild þegar ég var átta til níu ára og aftur frá því að ég var þrettán til fjórtán ára samfleytt til sextán ára. Ég var sett á mismunandi þunglyndislyf sem gerðu ekkert fyrir mig, en það var alltaf talið að maníueinkenni mín væru tengd eiturlyfjum. Þegar ég hætti neyslu breyttist hins vegar hegðunin ekki, þá fékk ég greiningu og rétt lyf sem ég er á í dag," segir Súsanna, sem líður eðlilega á lyfjunum. „Ég finn þó enn þá fyrir maníu og þunglyndi og kærastinn minn þarf að fylgjast vel með mér því ég geri mér ekki grein fyrir því þegar manían er í gangi. Mér finnst gott að hann bendi mér á þessa hegðun og svo hefur hann samband við geðlækninn minn ef eitthvað mikið er að gerast. Til dæmis um daginn þegar ég fékk mér þrjú tattú á einum degi, alveg út í bláinn," segir hún glettin.

Enda þótt Súsanna hafi fengið greiningu seint segist hún skilja að eiturlyfjunum hafi verið kennt um. Hins vegar sárni henni að ekki hafi verið kannað nánar hvort manísk hegðun hennar gæti átt aðrar orsakir. „En svo er reyndar ekkert víst hvort það hefði verið hægt að hjálpa mér og hvort ég hefði tekið lyfin," segir hún en vildi óska að stuðningurinn hefði verið meiri. „Ég hefði þurft viðtalsmeðferð og einhvern til að benda mér á mína eigin ábyrgð," segir Súsanna sem þakkar tólf spora kerfinu sínum bata. „Ég þurfti á hugarfarsbreytingu að halda. Ég þurfti að vita að ég væri ekki fórnarlamb heimsins og að ekki væru allir á móti mér. Þessu gerði ég mér grein fyrir þegar ég fór að vinna tólf sporin. Þá fékk ég aðra sýn á heiminn." Súsanna segist búa að allri þeirri hjálp sem hún hefur fengið en að hún hefði hins vegar aldrei orðið edrú ef ekki væri fyrir tólf sporin.

Á málþinginu þann 23. október fær Súsanna ásamt öðrum ungmennum tækifæri til að koma með sínar hugmyndir um hvers konar úrræði henti best ungmennum með tvíþættan vanda upp í 25 ára aldur. „Mig langar að leggja áherslu á aðstoð fyrir foreldra barna sem eru með geðsjúkdóm. Þeir vita ekki hvert þeir eiga að leita eða hvernig eigi að bregðast við þegar barnið læsir sig inni á baði með hníf eins og ég gerði," segir Súsanna. Hún myndi einnig kjósa að meðferðir innan BUGL væru einstaklingsmiðaðri. „Ég kynntist frábæru fólki á BUGL en fannst aldrei neinn einn sjá um mín mál," segir hún. Hún bætir við að lokum að aðgangur að geðlæknum þyrfti að vera mun betri þegar átján ára aldri er náð. „Það er ekkert djók að fá tíma hjá geðlækni. Margir eru með fasta sjúklinga og taka ekki nýja og fólk kemst ekki að nema gegnum klíkuskap."

> „Mig langar að leggja áherslu á aðstoð fyrir foreldra barna sem eru með geðsjúkdóm. Þeir vita ekki hvert þeir eiga að leita eða hvernig eigi að bregðast við þegar barnið læsir sig inn á baði með hníf eins og ég gerði.
>
> *Súsanna*

> „Í kjölfarið sendu þau mig á Vog, þrettán ára gamla
>
> *Sara*

> „Þeir töldu að hegðunarvanda minn mætti skýra með uppeldi en voru ekkert að athuga hvort þetta ætti sér einhverjar aðrar skýringar.
>
> *Glódís Tara*

> „Mér fannst alltaf vera eitthvað öðru vísi við mig. Mér fannst skrítið að allir gætu ráðið við skap sitt nema ég.
>
> *Sunneva*

Sara H. Bjarnadóttir Blöndal (18 ára)

„Ég byrjaði að finna fyrir einkennum þunglyndis þegar ég var átta ára gömul og var í kjölfarið send á BUGL níu ára gömul eftir að hafa reynt að fremja sjálfsmorð. Þá fékk ég margar blaðsíður af greiningum," segir Sara, en móðir hennar vildi heldur prófa náttúrulyf þar sem hún vildi ekki setja svo ungt barn á þunglyndislyf. „Við það ágerðist þunglyndið enn meira, ég varð leiðari og leiðari, kvíðinn bættist við og ég gat ekki mætt í skólann. Ég braut sjálfa mig niður þegar mér tókst ekki að ná markmiðum mínum og að lokum komst ég á það stig að mér fannst ekkert annað að gera í stöðunni heldur en að deyfa sársaukann með því að fara í neyslu," segir Sara. Henni fannst á þeim tíma ákveðin lausn fólgin í neyslunni. „Ég hafði upplifað vanlíðan svo lengi og þarna losnaði ég við hana um tíma, tólf ára gömul."

Sara var í harðri neyslu. „Ég prófaði hvert efnið á fætur öðru og fór mjög fljótt á mjög slæman stað. Hálfu ári eftir að ég byrjaði að nota efni var mér loksins boðinn viðtalstími á BUGL og þá áttuðu menn sig loksins á því að ég þyrfti þunglyndislyf en sögðu að ég yrði að hætta neyslu til að fá þau. Í kjölfarið sendu þau mig á Vog, þrettán ára gamla," lýsir Sara sem er ekki sátt við að það hafi verið eina úrræðið fyrir óharðnaðan ungling.

Hið jákvæða var þó að eftir meðferðina á Vogi kynntist Sara tólf spora samtökum. „Þá fékk ég vonarneista og á næstu mánuðum reyndi ég og reyndi að vera edrú en alltaf þegar ég hætti kom upp þunglyndið. Ég náði þremur mánuðum þegar ég var nýorðin fjórtán ára en fyrir þremur og hálfu ári náði ég að hætta alveg, þá enn þá fjórtán ára," segir Sara stolt.

Sara segir að margt hefði mátt betur fara í hennar máli. „Til dæmis að vera send í óskipulagða rannsókn á BUGL níu ára gömul þar sem ég svaraði sama spurningalistanum hjá sjö mismunandi læknum. Að vera send á Vog þrettán ára gömul. Að það sé ekki búið að endurskoða lyfin mín í þrjú ár og að ég fái enga viðtalstíma," segir Sara sem nú er orðin átján ára og þarf því að leita aðstoðar utan BUGL.

Hún er þó bjartsýn á framhaldið. „Já, auðvitað. Lífið breyttist þegar ég fékk loksins rétt úrræði fjórtán ára gömul, komst í einstaklingsmiðaða langtímameðferð á Laugalandi og komst í kynni við tólf spora samtök þar sem ég náði stjórn á eigin lífi."

Glódís Tara Fannarsdóttir (24 ára)

„Ég var tólf ára þegar ég byrjaði í neyslu og var send á Stuðla þrettán eða fjórtán ára gömul. Þar var ég hjá geðlækni sem gerði lítið annað en að skrifa upp á sama lyfið fyrir mig og alla hina á Stuðlum. Síðan var ákveðið að senda mig á Hvítárbakka í langtímameðferð. Þar var ég aðeins í mánuð og síðan var ég send til baka í neyðarvistun þar sem ekki var hægt að hafa mig, þeir vissu ekkert hvað var að mér," segir Glódís Tara. Þaðan lá leiðin í meðferðarheimilið Háholt. „Þeir töldu að hegðunarvanda minn mætti skýra með uppeldi en voru ekkert að athuga hvort þetta ætti sér einhverjar aðrar skýringar." Glódís var síðar meir greind með geðhvörf en bendir á að ekki sé hægt að fá greiningu við því fyrr en eftir átján ára aldur. „Ég þvældist því í gegnum kerfið án þess að fá neina lausn. Maður lærir vissulega punkta um hvernig eigi að halda sér edrú en ekki meira en það."

Glódís var 17 ára þegar hún fór frá Háholti. Hún var edrú í smátíma eftir það en féll aftur. „Ég fór í tólf spora samtök og byrjaði að taka á mínum málum í lok ársins 2009. Í kjölfarið fór ég í endurhæfingu hjá Hringsjá og fékk aðstoð sálfræðings." Það var síðan eftir slæmt kast sem Glódís endaði á bráðamóttöku geðsviðs Landspítalans. Hún fór í framhaldinu á göngudeild geðsviðs þar sem hún var loks greind með geðhvörf og byrjað var að finna lyf sem gætu hjálpað. „Ég held ég sé búin að prófa sjö mismunandi lyf og það sem ég tók síðast virkaði ágætlega. Ég er reyndar lyfjalaus núna af því ég er ólétt," segir Glódís sem á fyrir einn fjögurra ára son. Hún hefur verið edrú frá því í janúar á þessu ári. Glódís segist ekki óttast að vera lyfjalaus á meðgöngunni. „Það er vel fylgst með mér þar sem ég er í áhættumeðgöngu. Það er teymi sem heitir FMB sem hittir mig vikulega og ef eitthvað kemur upp á get ég farið á lyf sem hjálpa."

Innt eftir því hvernig bæta mætti þjónustu við ungmenni með tvíþættan vanda svarar Glódís; „Þetta þarf allt að vera meira einstaklingsmiðað. Í flestum tilfellum er eitthvað undirliggjandi hjá þeim sem fara snemma illa í neyslu. Þá þurfa viðbrögð kerfisins að vera fljótari. Það vantar sem sagt fleiri og einstaklingsmiðaðri úrræði."

Sunneva Ýr Sævarsdóttir (19 ára)

„Mér fannst alltaf vera eitthvað öðru vísi við mig. Mér fannst skrítið að allir gætu ráðið við skap sitt nema ég, enda þurfti lítið til að ég yrði mjög þunglynd eða ofsareið," segir Sunneva Ýr sem greind var með ADHD sem barn og seinna með geðhvörf. „Þegar ég var tólf að verða þrettán var ég orðin rosalega ofbeldisfull. Ég sá rautt og fékk brjálæðisköst, var þunglynd og alltaf að tala um að fremja sjálfsmorð. Ég tók æðisköst og var bara algjörlega stjórnlaus," lýsir Sunneva. Hún drakk nánast daglega á þessum tíma og misnotaði rítalínið sem hún átti að taka við ofvirkninni, tók það í staðinn í nefið.

Móðir hennar fékk tíma hjá geðlækni og í framhaldinu var hún tekin í bráðainnlögn á BUGL. „Fyrst var ég í neyðarvistun í þrjá daga og síðan lögð inn í mánuð."

Sunnevu fannst innlögnin sjálf ekki hjálpa sér mikið en segist hafa verið svo lánsöm að kynnast geðhjúkrunarfræðingi sem heitir Ragna. „Ég var alltaf með hroka og leiðindi við alla lækna og sálfræðinga en Ragna náði til mín því hún talaði við mig sem jafningja. Hún á rosa stóran þátt í því að ég er enn á lífi í dag."

Sunneva hélt þó áfram á rangri braut. „Fjórtán ára byrjaði ég að reykja gras og ári síðar var ég farin að reykja á hverjum degi enda

Á ráðstefnu Geðhjálpar og Olnbogabarna þann 23. október munu þessar ungu konur deila reynslu sinni og koma með sínar hugmyndir um hvers konar úrræði henti best ungmennum með tvíþættan vanda upp í 25 ára aldur. Frá vinstri: Glódís Tara Fannarsdóttir, Sunneva Ýr Sævarsdóttir, Sara Helena Bjarnadóttir Blöndal og Súsanna Sif Jónsdóttir. MYND/VALLI

fannst mér ég ekki eins reið þá. Svo komu fleiri efni og á endanum var ég í öllum efnum sem til eru á Íslandi, nema sprautum. Ég slapp við þær sem betur fer.“

Einu skiptin sem Sunneva hætti að drekka og dópa tímabundið var til að fá að koma heim. „Það er svo margt sem maður kann ekki að meta nema maður hafi lifað án þess. Til dæmis að fara í sturtu, fá að borða og finna þvottaefnislykt.“

Frá febrúar og fram í júní á þessu ári var Sunneva djúpt sokkin. „Ég var á svakalegri keyrslu og var meira og minna vakandi allan sólarhringinn. Ég var búin að brjóta allar brýr að baki mér. Mamma var búin að loka á mig, ég var 46 kíló en er 167 cm á hæð, búin að bráka í mér rifbeinin og það var búið að reyna að selja upp á mig. Þá var dópið líka hætt að virka og ég gat ekki flúið hugsanir mínar þótt ég væri vakandi og dópandi í marga daga.“

Þegar hér var komið við sögu reyndi móðir Sunnevu að fá hana heim með loforði um að hún ætti pláss í Hlaðgerðarkoti. „Það var reyndar ekki alveg rétt en þau voru búin að ítreka þá beiðni mörgum sinnum. Ég var því hjá ömmu og afa um tíma að bíða eftir plássi en fannst ég vera að deyja. Ég sagði mömmu að ef ég kæmist ekki inn strax myndi ég kála mér.“

Loks fékk hún inni í Hlaðgerðarkoti. „Ég var ekkert ákveðin í að verða edrú en þarna inni gerðist eitthvað. Ég fann minn æðri mátt og fékk andlega vakningu um að þetta gengi ekki lengur og að leiðin lægi bara niður á við,“ segir Sunneva og finnst Hlaðgerðarkot besta meðferðarstofnun sem hún hefur farið á.

Hún segir lífið í dag ótrúlegt. „Það er yndislegt. Ég er orðin skýr aftur, að fá tilfinningar aftur og farin að geta elskað fólk af því ég elska sjálfa mig. Ég get borið virðingu fyrir fólki af því ég ber virðingu fyrir mér. Ég get hleypt fólki að mér og er farin að taka ábyrgð, tek lyfin mín og veit að ég þarf á þeim að halda,“ segir Sunneva sem mætir á fundi hjá tólf spora samtökum daglega og sækir kirkju.

Hún segir móður sína í skýjunum yfir að endurheimta dóttur sína. „Þetta er búin að vera stöðug barátta hjá henni frá 2009,“ segir hún og finnst gaman hvað allir eru stoltir af henni. Nú tekur við endurhæfing þar sem Sunneva fær þjálfun í því að takast á við sitt nýja líf.

> „Það er svo margt sem maður kann ekki að meta nema maður hafi lifað án þess. Til dæmis að fara í sturtu, fá að borða og finna þvottaefnislykt.

Málþing Geðhjálpar og Olnbogabarna um

Börn og ungmenni með tvíþættan vanda

Hvernig kemur heilbrigðis- og velferðaþjónusta til móts við börn og ungmenni með geðrænan- og vímuefnavanda?
Hvað er í veði? Höfum við villst af leið? Hvað gerum við nú?

Gullteigur, Grand Hótel 23. október 2014.

Fundarstjóri Helgi Seljan.

10.00 – 10.15	***Inngangsávarp*** Lilja Sigurðardóttir, formaður Olnbogabarna.
10.15 – 10.30	***Hvernig er ungmennum upp í 25 ára aldur með geðrænan- og vímuefnavanda sinnt í íslensku samfélagi?*** Eygló Harðardóttir velferðarráðherra.
10.30 – 10.45	***Mannleg reisn í reikulum heimi*** Jón Ásgeir Kalmansson, heimspekingur.
10.45 – 11.00	***Samspil geðrænna erfiðleika og vímuefnanotkunar*** Kjartan J. Kjartansson, yfirlæknir fíknigeðdeildar Landspítala-Háskólasjúkrahúss (LSH).
11.00 – 11.30	***Upplifun mín af tvíþættum vanda, kerfinu. Hvað hjálpaði mér mest við að ná jafnvægi/bata?*** Ungmenni.
11.30 – 12.00	***Upplifun mín af því að eiga barn með tvíþættan vanda (barnið /kerfið). Hverju þarf að breyta í þjónustu við þennan hóp/foreldra?*** Foreldrar.
12.00 – 12.15	***Hvernig hjálpar Fjölskylduhús fjölskyldum barna með tvíþættan vanda?*** Kristín Snorradóttir, meðferðarráðgjafi hjá Fjölskylduhúsi.
12.15 – 12.45	**Hádegishlé - veitingar**
12.45 – 13.00	***Hvernig er þörfum barna með geðrænan og/eða vímuefnavanda sinnt í úrræðum á vegum Barnaverndarstofu?*** Halldór Hauksson, sviðsstjóri meðferðarsviðs Barnaverndarstofu.
13.00 – 13.15	***Eru sveitarfélögin fær um að sinna þörfum barna/ungmenna með geðrænan og/eða vímuefnavanda?*** Sandra Hlíf Ocares lögfræðingur og fyrrverandi formaður Barnaverndarnefndar Reykjavíkurborgar.
13.15 – 13.30	***Hvernig sinnir Barna- og unglingageðdeild Landspítalans (BUGL) þörfum barna/ungmenna undir 18 ára aldri með geðrænan og/eða vímuefnavanda?*** Vilborg Guðnadóttir deildarstjóri legudeildar og Unnur Heba Steingrímsdóttir þjónustustjóri göngudeildar Barna- og unglingageðdeildar LSH.
13.30 – 14.00	***Hvernig sinnir Landspítalinn ungmennum frá 18 til 25 ára með geðrænan- og vímuefnavanda?*** Hjördís Tryggvadóttir, sálfræðingur og teymisstjóri á Teigi, dagdeild fyrir áfengis- og vímuefnameðferð. Manda Jónsdóttir, aðstoðardeildarstjóri, sérhæfðrar endurhæfingargeðdeildar á Kleppi, og Nanna Briem, geðlæknir á endurhæfingardeildinni Laugarási.
14.00 – 14.15	**Kaffihlé**
14.15 – 14.30	***Er Vogur í stakk búinn til að sinna ungmennum frá 13 til 25 ára með tvíþættan vanda?*** Þórarinn Tyrfingsson, yfirlæknir á Vogi.
14.30 – 14.45	***Hvaða þjónustu veita fangelsin ungum föngum upp í 25 ára með tvíþættan vanda?*** Margrét Frímannsdóttir, fangelsisstjóri á Litla-Hrauni.
14.45 – 15.00	***Hvers konar úrræði henta best ungmennum með tvíþættan vanda upp í 25 ára aldur?*** Ungmennin sjálf (sjá ofar) kynna hugmyndir sínar að nýjum leiðum.
15.00 – 15.45	***Pallborð*** **Þátttakendur í pallborði:** Eygló Harðardóttir, velferðarráðherra, Pétur Broddason, forstöðumaður meðferðarheimilisins að Laugalandi, Stefán Eiríksson, sviðsstjóri Velferðarsviðs Reykjavíkurborgar, Kjartan J. Kjartansson, yfirlæknir fíknigeðdeildar LSH, Guðrún Marinósdóttir deildarstjóri hjá Barnavernd Reykjavíkur og Súsanna Sif Jónsdóttir.
15.45 – 16.00	**Samantekt – lok** Hrannar Jónsson, formaður Geðhjálpar.

Þátttakendur eru vinsamlega beðnir um að skrá sig á málþingið með því að senda tölvupóst með nafni þátttakanda og nafni og kennitölu greiðanda verkefnisstjori@gedhjalp.is. **Aðgangseyrir kr. 1.500, frítt fyrir félaga í Geðhjálp og Olnbogabörnum.** Hægt er að skrá sig í Geðhjálp á **www.gedhjalp.is**. Hægt er að skrá sig í Olnbogabörn **www.olnbogabornin.is**.

Hassneysla orsakaði geðklofann

Héraðsbúinn Sveinn Snorri Sveinsson var greindur með geðklofa árið 1996. Hann segist hafa reykt yfir sig af hassi og heldur einkennum sjúkdómsins niðri með hreyfingu, ljóðum og virkni í daglegu lífi.

MYND/GUNNAR GUNNARSSON

Ég var sextán ára þegar ég byrjaði að reykja hass og reykti upp á hvern einasta dag, svo lengi sem við félagarnir áttum efni.. Eins og aðrir krakkar sem prófa hass gerði ég mér enga grein fyrir alvarlegum og óafturkræfum afleiðingum hassreykinga á hugann og sat eftir með þrálátar ranghugmyndir og ofskynjanir," segir Sveinn um raunverulega orsök þess að hann veiktist af geðklofa.

„Veikindin komu fyrst fram árið 1991 þegar ég fór að hafa langvarandi áhyggjur af því hvort fólk sæi að ég væri rauður í augum eftir hassreykingar. Næstu einkenni geðklofans voru ofskynjanir, en undir ákveðnum kringumstæðum fannst mér eins og væri verið að snerta mig. Ég áttaði mig engan veginn á að um ofskynjanir væri að ræða en velti fyrir mér hvort þetta væri ímyndun í mér eða draugagangur. Við nánari athugun, árið 1996, kom í ljós að ég var haldinn geðklofa."

Ofskynjanir Sveins höfðu staðið yfir í tæpt ár þegar hann fór snögglega yfir um við lestur fréttar í Morgunblaðinu.

„Ég man skýrt hvernig sjúkdómurinn gerði innrás í mitt eðlilega líf og hvernig ég stóð vanmáttugur á eftir. Þetta var svipað því og að ganga fram af kletti; ég einfaldlega hrapaði og veruleiki minn og hugsanir breyttust á augabragði."

Þennan örlagaríka dag urðu ranghugmyndir Sveins miklar ásamt geðrofi. Hann segist hafa kvalist á líkama og sál.

„Ég lifði í helgreipum óttans sem gerði mig líkamlega stjarfan gagnvart öðru fólki. Smátt og smátt varð ég einangraðri og hætti loks að fara út á meðal fólks, ófær um að fara í búð eftir mat eða ganga annarra daglegra erinda."

GEÐKLOFINN BLOSSAR UPP

Ásamt hassreykingum var Sveinn Snorri hallur að flöskunni og fór í ellefu daga afvötnun á Vogi árið 1995.

„Daginn eftir útskrift af Vogi fékk ég áfall og var fluttur á geðdeild 32C. Þar náði ég miklum bata á einum og hálfum mánuði og varð næstum alveg andlega heill. Þegar ég féll svo aftur prófaði ég amfetamín í fyrsta sinn, varð ákaflega veikur og þá lagður inn á áfengisgeðdeild 33A á Landspítala."

Á þessum árum segist Sveinn hafa verið í endurtekinni vímuefna- og áfengisneyslu og virkilega vondum málum.

„Ég var í ástandi sem fólk les stundum um í fréttum í dag. Geðdeildirnar neituðu að taka við mér því ég sveik allt og alla og hélt áfram að dópa, sem á móti fékk geðklofann til að blossa upp. Ég gekk á milli lækna og svindlaði út lyf og hafði lítið innsæi í eigið ástand. Mér leið ólýsanlega illa en gerði mér enga grein fyrir því að vímuefnin orsökuðu sjúkdóminn. Þess í stað dópaði ég mig upp til að dópa veikindin í kaf. Það tókst vitaskuld ekki og veikindin urðu mun verri fyrir bragðið. Ég tengdi ekki saman orsök og afleiðingu."

SAMVISKAN BANKAR Á DYR

Sumarið 1996 var Sveinn Snorri sviptur sjálfræði í fyrsta sinn og vistaður á geðdeild. Árið eftir átti hann þrjátíu innlagnir að baki.

„Ég brást mjög illa við því að vera sviptur fyrir dómi og vistaður á geðdeild gegn eigin vilja. Eftir á að hyggja var það besta og eina úrræðið. Ég hafði brennt allar brýr að baki mér og var álitinn vonlaust tilfelli þótt ég væri aðeins 24 ára á þeim tíma. Ég var einnig farinn að brjótast inn og náðist af lögreglunni," segir Sveinn um sína verstu tíma.

Eftir innlögn á Gunnarsholti 1997 var hann edrú í hálft annað ár og allan þann tíma illa haldinn af geðklofa. „Eftir fimm daga fyllerí haustið 1998 fann ég að samviskan leyfði ekki meira. Ég var kominn með jarðtengingu, farinn að átta mig á eyðileggingunni sem vímuefnin ollu og fékk ekki af mér að valda foreldrum mínum meiri sorg. Daginn eftir fór ég inn á geðdeild og hef ekki notað vímuefni síðan," segir Sveinn sem átti sextán ára edrúafmæli þann 29. september. Þegar Sveinn Snorri hafði sagt skilið við neysluna tók við tólf ára tímabil þar sem hann var mjög veikur af geðklofa.

„Ég átti afar erfitt með mig og þurfti iðulega að ganga út af fundum sem ég sótti vegna alkahólismans vegna ranghugmynda gagnvart hinum á fundinum. Ég hélt þó áfram að mæta og smám saman fækkaði skiptunum sem ég þurfti út. Í dag hef ég ekki farið út af fundi í mörg ár og það tel ég vera vegna þess að ég hélt áfram að mæta þrátt fyrir erfiðleika og náði á endanum að yfirstíga þá."

Sveinn sýndi einnig mikla seiglu gagnvart ótta sínum við annað fólk og rauf einangrun sína með hreyfingu og útivist.

„Ég var afar óttasleginn á götum úti og fór einu sinni í „blackout" við að mæta fólki. Því var gríðarlegt átak að fara í göngutúr þar sem mér fannst allir stara á mig. Ég stífnaði upp og annar fóturinn varð svo stirður að ég skakklappaðist um til móts við þá sem ég mætti á göngunni. Ég lét óttann þó ekki stoppa mig, hélt áfram að fara út að hreyfa mig og var smám saman orðinn fær um að fara aftur út í búð."

Sveinn er búsettur á Egilsstöðum og nú farinn að hlaupa um allan bæ og hleypur oftar en ekki innan um aðra bæjarbúa á íþróttaleikvangi Egilsstaða.

„Með því að gefast ekki upp náði ég miklum bata og nú finn ég minna og stundum ekkert fyrir sjúkdómnum. Ég get allt sem mig langar til að gera en var áður ekki fær um að gera einföldustu hluti."

BIÐUR GUÐ AÐ GERA SIG HEILAN

Sveinn Snorri er formaður Egilsstaðadeildar Geðhjálpar og ver lunga dagsins við skriftir smásagna og ljóða.

„Þegar ég vakna heill er ég farinn að skrifa hálftíma eftir fótaferð og síðdegis fer ég út að hreyfa mig. Nú hef ég verið í framför í langan tíma og eftir því sem mér batnar gengur mér betur að skrifa. Ég gaf út mína fyrstu ljóðabók átján ára og vonast til að verða nógu gott skáld til að fá útgefið hjá bókaforlagi. Ég get ekki stundað almenna atvinnu því þá verð ég mjög andlega þreyttur og við það versnar geðklofinn og ranghugmyndir brjótast fram."

Þegar Sveinn sleppur vel kemst hann í gegnum daginn án þjáninga.

„Með virkum geðklofa byrja ranghugmyndirnar yfirleitt stuttu eftir að ég fer á fætur. Varnarviðbrögð mín eru að biðja til Guðs að taka þær frá mér og gera mig heilan. Bænin veitir styrk til að þola geðklofann og með bæninni tek ég afstöðu gegn ranghugmyndum. Ég get ekki samþykkt að í mínu höfði séu hugmyndir sem ég lít ekki á sem mínar eigin. Því fylgir mikil vanlíðan að vera með halarófu ranghugmynda sem upp til hópa eru mjög svo óþægilegar. Það er innrás í eðlilegan hugsanagang og gerist í hverri viku en á sama tíma er ástand mitt í dag svo miklu betra og lífsgæðin miklu meiri."

> „Varnarviðbrögð mín eru að biðja til Guðs að taka frá mér ranghugmyndirnar og gera mig heilan. Bænin veitir styrk til að þola geðklofann og með bæninni tek ég afstöðu gegn ranghugmyndum.

Með nýju lyfi sem Sveinn fór að taka inn árið 2009 hurfu ranghugmyndirnar tímabundið.

„Þá öðlaðist ég eðlilega tilveru og sagði við mömmu og pabba að ég hefði misst af bestu árum lífsins, allt frá árinu 1994; tímans þegar fólk menntar sig, eignast maka og fjölskyldu og byggir upp frama í atvinnulífinu. Þá sagði pabbi þessa eftirminnilega setningu: „Við móðir þín horfðum á þetta gerast". Það þótti mér átakanlegt og var mjög upptekinn af því þegar ég var hvað veikastur."

Lyfið breytti lífi Sveins til hins betra og var viðurkenning á hans eigin tilgátum um sjúkdóminn.

„Við vitum nú að geðklofinn er af efnafræðilegum orsökum í mínum heila. Annars hefðu lyfin ekki virkað. Það var staðfesting á að ég hefði haft rétt fyrir mér allan tímann; þetta voru veikindahugsanir en ekki mínar eigin."

ÁSTIN OG FRAMTÍÐIN

Þótt saga Sveins sé harmræn er hún líka fléttuð ást og von.

„Ég er ástfanginn af konu sem ég kynntist á netinu 2012. Við urðum ástfangin í einlægum tölvupóstum og eftir eins árs tölvusamskipti ákvað ég að hitta hana þar sem hún býr í Dubai. Verandi með geðklofa var gífurlega stórt skref að fara einn míns liðs til Dubai að hitta konu sem ég hafði aldrei séð. Það ótrúlegasta var að enginn í fjölskyldu minni mælti því mót og meira að segja gáfu systkini mín mér veglegan farareyri í fertugsafmælisgjöf."

Ferðin til Dubai gekk eins og í sögu og Sveinn varð lítið veikur meðan á ferðalaginu stóð.

„Þetta var dásamleg upplifun og ástin stóðst prófið því við smullum saman um leið og við hittumst. Þessi tími geymdi bestu daga míns fullorðinslífs. Mín heittelskaða kom svo til Íslands í fyrrahaust og þá settum við upp hringana. Nú er ég nýkominn heim úr annarri ferð minni til Dubai þar sem við bjuggum saman í rúma tvo mánuði. Við ætlum að gifta okkur sem fyrst því við viljum eiga lífið saman og eignast börn og fjölskyldulíf."

Unnusta Sveins Snorra vill búa með honum hér á landi en til að fá dvalarleyfi þarf Sveinn að sýna fram á 240 þúsund krónur í tekjur á mánuði.

„Á sama tíma greiðir ríkið mér örorkubætur sem ná ekki þeirri upphæð sem ríkið gerir kröfur til mín um. Ríkið stendur því ekki sjálft undir eigin kröfum og engu líkara en að fátækt fólk sé réttminna þegar kemur að því að stofna til hjónabands."

FINNUR FYRIR FORDÓMUM

Sveinn segist iðulega finna fyrir fordómum gagnvart sjúkdómi sínum.

„Ég finn mest fyrir fordómum þegar ég kem inn á vinnustaði þar sem karlar eru í meirihluta. Sumir horfa illilega á mig, eins og ég hafi gert eitthvað á þeirra hlut og koma fram við mig eins og skítinn á götunni. Eitt sinn var ég staddur á N1-bensínstöðinni hér á Egilsstöðum þegar karl á vaktinni byrjar að kalla yfir allt og alla hvað ég væri að vilja þangað inn. Að ég væri aumingi sem væri nær að finna mér vinnu og þetta væri aumingjaháttur hjá mér. Á sömu stöð neitaði afgreiðslustúlka í fyrstu að afgreiða mig á kassa. Ég gerði mér ferð til að tala við manninn og sagði hann vera með fordóma gagnvart geðsjúkum og þaðan í frá hefur hann ekki gert þetta aftur."

Í starfi sínu sem formaður Egilsstaðadeildar Geðhjálpar lauk Sveinn í vor við könnun á fjárhagslegum högum öryrkja á Austurlandi.

„Helstu niðurstöðu sýndu að 77,55 prósent öryrkja á svæðinu eru með undir 200 þúsund á mánuði. Þá kom á óvart að þeir sem vinna hlutastörf með bótum til að bæta hag sinn eru ekki betur settir því skerðingar Tryggingastofnunar eru þess valdandi að skorið er af bótunum í staðinn."

Sveinn hefur líka staðið fyrir margs konar félagsstarfsemi í Ásheimum, sem er athvarf geðfatlaðra.

„Þar hef ég meðal annars staðið fyrir myndakvöldum úr ferðum bæjarbúa til framandi landa og hvatt heilbrigt fólk til að koma og blanda geði við geðfatlaða. Þá höfum við gott með kaffinu svo að upplifunin verði góð og ætlum að setja kraft í starfið í vetur."

Gott að hafa reynslu af vinnumarkaðnum

Katrín Gróudóttir hefur lifað með geðklofa í 33 ár eða frá því hún var átján ára gömul. „Sjúkdómurinn lýsir sér þannig hjá mér að ég heyri raddir. Það er það eina sem er að hjá mér, ég hef aldrei séð ofsjónir eða neitt slíkt. Að vísu er einbeitingin hjá mér stundum ekki nógu góð og svo er ég svolítið gleymin," segir Katrín.

Sjúkdómurinn stóð framan af ekki í vegi fyrir því að Katrín gæti unnið. „Ég var úti á vinnumarkaðnum frá því ég var sextán og þar til ég var 35 ára árið 1998. Þá var allt í einu eins og orkan færi frá mér og ég var bara búin á því og þurfti að hætta að vinna. Síðan þá hef ég verið öryrki."

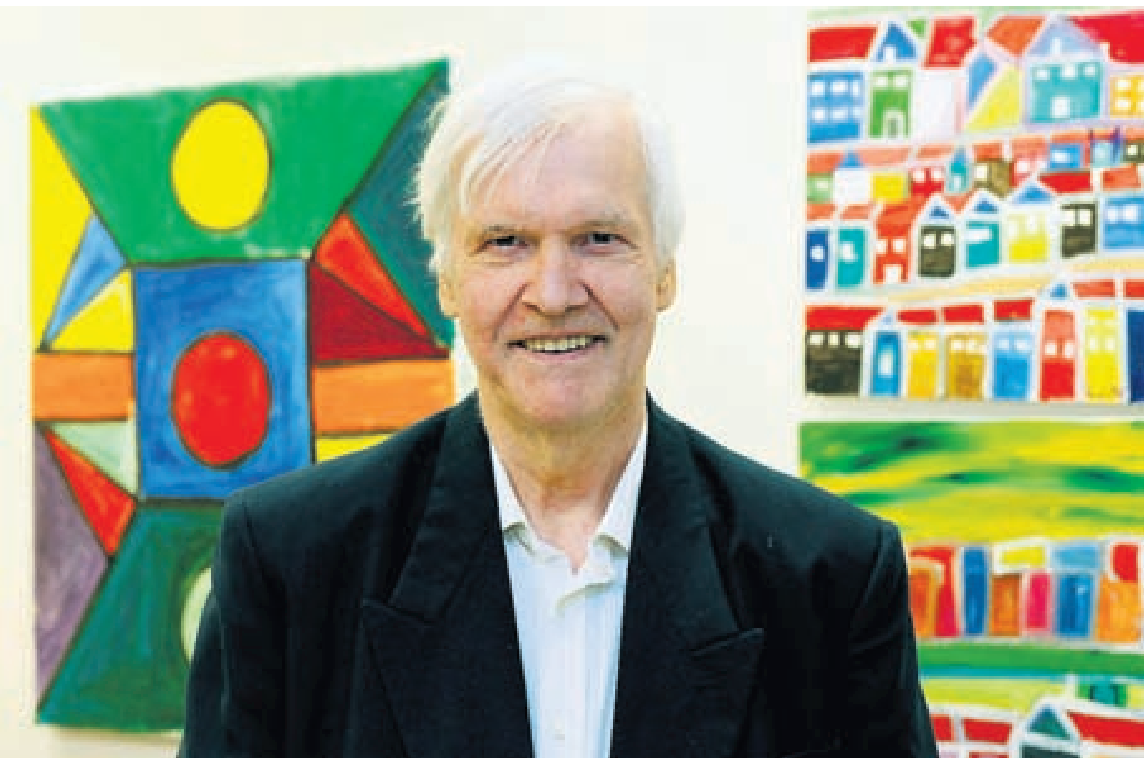
Hún bætir því við að henni finnist gott að hafa þessa reynslu af vinnumarkaðnum. „Mér finnst að allir ættu að reyna að vinna þrátt fyrir veikindi, ef þeir geta. Það er gott kunna að hugsa rökrétt og það er hægt að læra það og fá æfingu í því með því að vinna. Auk þess er gaman að fá félagsskap frá vinnufélögunum."

Katrín býr með móður sinni og bróður sem einnig er öryrki. „Það halda margir að þar sem ég er ekki í vinnu sé ég algjör letihaugur. Ég hef ekki úthald til að vinna allan daginn en ég myndi gjarnan vilja vinna hálfan daginn en það er erfitt að fá þannig vinnu. Það er nú samt ekki þannig að ég sitji bara og geri ekki neitt, ég geri heimilisverk á milli þess sem ég er í tölvunni. Ég set í þvottavél, ryksuga og þríf og bróðir minn tekur til hendinni líka, við skiptum þessu á milli okkar," segir hún.

Þó sextán ár séu liðin síðan Katrín hætti að vinna hefur hún alls ekki setið auðum höndum. Hún hefur farið á fjölmörg námskeið og verið í bæði sjúkraliðaog skrifstofutækninámi. „Ég sé ekki fram á að geta farið að vinna eins og er og þarf ég því að hafa ofan fyrir sjálfri mér. Mér finnst æðislega gaman að fara á námskeið og hef til dæmis farið á námskeið í silfursmíði, tölvuvinnslu, á vinnuvélanámskeið og skemmtibátanámskeið. Mér finnst leiðinlegt að hanga og gera ekki neitt og það er gott fyrir hugann að hafa eitthvað fyrir stafni. Auk þess að fara á námskeiðin reyni ég að gera mér eitthvað til dundurs eins og að vinna einhverja handavinnu, fara í sund og í göngutúra. Ég er líka með liðveislu sem fer með mér til dæmis á veitingastaði, í Geðhjálp, í keilu og í Hlutverkasetur."

Katrín stefnir á að búa ein í framtíðinni og jafnvel að fara að vinna aftur. „Ég er að safna fyrir útborgun í eigin íbúð. Það væri gaman að geta búið ein og unnið fyrir mér en ég verð að sjá til með það," segir hún og brosir.

Katrín hefur gaman af því að fara á námskeið og hefur farið á nokkur slík. MYND/PJETUR



Steingrímur Jónasson nýtur þess að mála myndir og hefur góða aðstöðu til þess í Björginni. MYND/OLGA BJÖRT, VÍKURFRÉTTUM

Vel hægt að lifa með geðklofa

Steingrímur Jónasson fæddist í Hrísey á geðheilbrigðisdaginn 10. október 1945. Tvítugur greindist hann með geðklofa og hefur þurft að læra að lifa með sjúkdómnum.

Það er vel hægt að lifa með geðklofa," segir Steingrímur. „Mér hefur gengið það ágætlega, enda hef ég fylgt læknisráðum og tekið lyfin mín. Ég vil benda fólki á sem veikist að leita til læknis og fara eftir því sem hann ráðleggur.

Steingrímur man vel eftir því þegar hann veiktist fyrst. „Það var árið 1965. Ég var á vertíð og hætti allt í einu að geta sofið, svaf ekki í marga daga. Ég var kvalinn af áhyggjum af öllum mögulegu hlutum, sérstaklega vinnunni. Mér fannst ég hafa vakað í margar vikur. Ég var orðinn þreyttur bæði andlega og líkamlega. Ég hafði ekki hugmynd um hvað var að gerast, hélt helst að ég væri að breytast í aumingja. Þetta var skrítin líðan. Bræður mínir og vinur voru með mér á vertíðinni og þegar ég gat ekki mætt í vinnu vegna svefnleysis hvöttu þeir mig að leita læknis. Ég var settur á lyf og gat klárað vertíðina. Nokkru seinna fór ég aftur á vertíð og veiktist í annað sinn. Ég virtist fá þetta í köstum. Árið 1973 veiktist ég síðan alvarlega og var þá sviptur sjálfræði. Þá var ég settur inn á áfengismeðferðardeild á Kleppi. Ég var hins vegar ekki alkóhólisti. Ég átti ekki heima á þeirri deild og var svo sem betur fer fluttur á aðra deild."

Þegar Steingrímur er spurður hvort sjúkdómurinn sé í fjölskyldunni, svarar hann. „Nei, ekki er vitað um það. Hins vegar var afabróður minn í Hrísey nokkuð sérstakur og var lagður í einelti. Ég veit ekki hvort hann hafi átt við geðræn vandamál að stríða. Það var ekkert sem kom sjúkdómnum af stað hjá mér, engin áföll eða neitt slíkt. Hann bara kom eins og skrattinn úr sauðarleggnum. Í gegnum tíðina hef ég verið meira og minna á stofnunum, oft á Kleppi, endurhæfingardeildinni á Grensási og á Kumbaravogi."

Í dag býr Steingrímur hjá bróður sínum í Reykjanesbæ og líkar það mjög vel. Hann fer daglega í Björgina, geðræktarmiðstöð Suðurnesja. „Ég hef margt fyrir stafni í Björginni, sinni áhugamálum mínum sem eru mynd- og tónlist. Einnig hjálpa ég til með þvott og geng í ýmis störf. Ég mála mikið en sá áhugi kom með sjúkdómnum. Það er mjög skemmtilegt og gefandi að mála. Ég hef gefið ættingjum og vinum myndir," segir Steingrímur. Tónlistin á einnig hug hans allan og Steingrímur segist stundum syngja fyrir heimilisfólk í Björginni við góðar undirtektir. „Starfsfólkið í Björginni er yndislegt og ég er mjög ánægður með að vera þar. Maður þarf að sætta sig við að lifa með sjúkdómnum því ekki er hægt að lækna hann. Það er hins vegar hægt að halda honum niðri. Ég sef vel og lifi góðu lífi. Mig dreymir alltaf um að komast í Hrísey, jafnvel að halda myndlistarsýningu þar. Það væri skemmtilegt. Ég ætla að hafa það að markmiði á næsta ári."

BJÖRGIN Geðræktarmiðstöð Suðurnesja

Tökum vel á móti öllum

Hafdís Guðmundsdóttir er forstöðumaður Bjargarinnar sem er geðræktarmiðstöð Suðurnesja. Um 35 manns koma daglega í Björgina, sinna áhugamálum sínum og fá huglæga atferlismeðferð.

„Við í Björginni erum með þrenns konar lykilþætti í starfseminni. Endurhæfingu, athvarf og eftirfylgni. Endurhæfingin er einstaklingsmiðuð og við höldum utan um ýmsa þætti tengda henni. Við erum með endurhæfingarhópa, markmiðshópa og einstaklingsviðtöl. Lögð er áhersla á hreyfingu. Þá er stór hópur sem kemur daglega í athvarfið en hver og einn kemur á eigin forsendum. Við reynum að auka félagslega virkni sjúklinga og veitum þann stuðning sem hver og einn þarf," segir Hafdís þegar hún er beðin um að lýsa starfseminni.

„Í Björginni er iðjuþjálfun, hádegismatur, gönguferðir, menningar- og skemmtiferðir. Hér starfar félagsráðgjafi, sálfræðingur og iðjuþjálfi." Björgin er sérhæfður staður og hinn eini sinnar tegundar á landinu. Bæirnir á Suðurnesjum standa á bak við Björgina. „Daglega koma hingað á milli 35–40 manns fyrir utan hópa sem við erum með. Einn hópur er á námskeiði núna sem kallast Hugur og heilsa. Við erum líka með námskeið í huglægri atferlismeðferð og tökum á móti öllum sem vilja koma. Við aðstoðum sjúklinga við að finna sér réttan farveg í lífinu og erum í góðu samstarfi við Heilbrigðisstofnun Suðurnesja. Hingað kemur geðlæknir einu sinni í viku. Starfsemin er víðtæk og öflug," segir Hafdís en Björgin var opnuð árið 2005. Hægt er að kynna sér starfsemina á bjorgin.is.

Hafdís Guðmundsdóttir, forstöðumaður Bjargarinnar. MYND/OLGA BJÖRT, VÍKURFRÉTTUM

Sjúkrasaga geðklofa-sjúklingsins E.J.

HÖFUNDUR
Harpa Hreinsdóttir
framhalds-skólakennari

Walter Freeman (t.h.) og James Watts undirbúa lóbótómíu árið 1942.

E.J. 44 ára, óg. kona.

ARFHNEIGÐ: Systkinabarn haft maníu á köflum í mörg ár. Sjúkl. geðveik í 17 ár, byrjaði með exaltatio, breyttist brátt í schizophren mynd (katakonia). Fékk insúlínlost 1936 (Jón heitinn Geirsson læknir) í 3 vikur, án árangurs. 1937 cardiazol-lost, 20 aðgerðir (J.G.) með allgóðum árangri. Bati hélzt stutt. Raflost reynt 1948, án árangurs.

SJÚKDÓMUR: Schizophrenia (katatonia).

Lobotomia 17/.5. 1951, dó 24/5. ,51.

(Alfreð Gíslason o.fl. 1952, s. 110)

Sjúkraskráruppplýsingarnar duga til að finna nánari deili á þessari ógæfusömu konu, þótt hún verði ekki nafngreind hér. Hún var yngst fjögurra systkina sem ólust upp í foreldrahúsum á Norðurlandi. Systur hennar urðu háaldraðar en bróðirinn dó á besta aldri. Þau virðast öll hafa verið mikið mannkostafólk sem bjó tvíbýli á fæðingarjörðinni. Áður en E.J. veiktist var hún titluð bústýra hjá annarri systur sinni, við jarðsetningu var hún titluð vinnukona á sama stað. Líklega hleypti hún aldrei heimdraganum heldur bjó í skjóli systkina sinna.

E.J. veiktist 27 ára gömul og leitaði sér lækninga inni á Akureyri, hjá Jóni Geirssyni heimilislækni. Jón hafði m.a. menntast í Danmörku. Lækningaaðferðir hans eru þess eðlis að hann hlýtur að hafa beitt þeim á sjúkrahúsinu á Akureyri nema e.t.v. raflostunum. Öllum lostaðferðunum fylgdi talsverð hætta á beinbrotum vegna krampafloga. Lítum nánar á hvað hann gerði:

INSÚLÍNLOST

Austurríski geðlæknirinn Manfred Sakel fann upp insúlínlost fyrir tilviljun árið 1927, sem lækningu við morfínfíkn. Seinna reyndi hann uppgötvun sína á geðklofasjúklingum og taldi gefast vel þótt hann hefði enga hugmynd um hvers vegna aðferðin virkaði. Þetta spurðist út og urðu m.a. danskir geðlæknar hrifnir af aðferðinni; Á dönskum geðsjúkrahúsum var byrjað að beita insúlínlostum við geðklofa á fjórða áratug síðustu aldar. Íslenskir geðlæknar voru flestir menntaðir í Danmörku, sem og margir aðrir íslenskir læknar, og áhrif danskra geðlækninga því mjög mikil hérlendis.

Læknisaðferðinni er lýst þannig í danskri grein árið 1939: Sjúklingarnir eru sprautaðir klukkan 7 að morgni. Stuttu eftir sprautuna byrja þeir að svitna gífurlega og slefan rennur í stríðum straumum.

Áður en meðvitundarleysið tekur við fá sjúklingarnir kippi og krampa og stundum flog sem líkjast flogaveiki. Svo falla þeir í dá. Til að vekja sjúkling úr dái er leidd sonda gegnum nös ofan í maga og hellt í sykurvatni um trekt, venjulega um 11-11.30 leytið. Svo verður að bíða í 8-10 mínútur uns sjúklingurinn raknar úr rotinu. Vaninn er að gefa hverjum sjúklingi lost einu sinni í viku í allt að þrjá mánuði (Kragh, 2008, s. 201-203).

Stundum tókst ekki að vekja sjúkling úr insúlíndáinu og hann lést.

CARDIAZOL-LOST

Meduna, ungverskur geðlæknir, taldi sig hafa uppgötvað að geðklofasjúklingar væru aldrei flogaveikir og dró af því þá ályktun að framköllun floga gæti læknað geðklofa. Eftir að hafa prófað sig áfram með ýmis efni taldi hann cardiazol virka best til að framkalla krampaflog til lækningar. Cardiazol var þekkt lyf við hjartasjúkdómum en væri því sprautað í sjúkling í stórum skömmtum olli það nánast umsvifalaust krampa.

Geðlæknar um alla Evrópu og Ameríku tóku aðferð Medina fagnandi og cardiazol-lostin voru hvarvetna gefin geðklofasjúklingum frá því seint á fjórða áratug síðustu aldar.

Á dönskum geðspítala var framkvæmdin þessi: Sjúklingurinn sem átti að meðhöndla var látinn liggja á bakinu í rúmi sínu með útlimi teygða frá sér. Koddi var settur undir höfuðið og samanbrotinn koddi undir axlir til að draga úr slysahættu af ofsafengnum krömpunum. Sjúklingurinn var svo sprautaður með 500-700 milligrömmum af uppleystu cardiazoli. Tíu sekúndum eftir sprautuna þurfti læknirinn að grípa um úlnliði sjúklings og halda föstum, jafnframt að ýta niður öxlum hans. Næstu 50 sekúndurnar fékk sjúklingurinn slæmt flog, líkaminn spenntist í boga, andardráttur stöðvaðist og andlitið blánaði. Svo kipptust hendur og fætur til ótt og títt og loks missti hann meðvitund (Kragh, 2008, s. 206, og Kragh, 2010).

Einn ókosturinn við cardiazol-lostin var að sjúklingar sem reynt höfðu voru svo skelfingu lostnir við tilhugsunina um annað lost að stundum þurfti að ríghalda þeim meðan sprautan var gefin. Þau voru þó ekki eins lífshættuleg og insúlínlostin.

RAFLOST

Ítölsku geð- og taugalæknarnir Cerletti og Bini voru sem aðrir samtíma geðlæknar vissir um að krampi gæti læknað geðsjúkdóma og fundu upp á að framkalla flog með raflostum árið 1938. Rafskaut voru sett á gagnaugu sjúklings og rafstraumi hleypt á. Sú aðferð fór sigurför um heiminn og var að því leyti skárri en cardiazol-lostin að sjúklingarnir voru miklu síður hræddir við raflostin enda gleymdu þeir yfirleitt upplifuninni sem aukaverkun af hverju losti. Sömu annmarkar fylgdu þó raflostum og öðrum lostaðferðum, þ.e.a.s. að sjúklingarnir gátu beinbrotnað, jafnvel hryggbrotnað í flogunum en það vandamál var leyst þegar am-

erískur læknir fann upp að nota curare til að lama sjúklinginn, árið 1940. Sú uppgötvun komst þó seint í gagnið á Norðurlöndunum. Raflost eru enn notuð til lækninga geðsjúkdóma, núorðið aðallega til að lækna þunglyndi og er sjúklingi þá bæði gefið vöðvaslakandi lyf og hann svæfður áður en lostin eru gefin.

SJÚKLINGURINN E.J.

E.J. veiktist fyrst árið 1933, 27 ára gömul. Árið eftir tók Jón Geirsson til starfa sem heimilislæknir á Akureyri, nýkominn frá Danmörku. Hann hefur fylgst vel með nýjustu stefnum og straumum í lækningu geðklofa því þegar hún er þrítug fær hún insúlínlost. Óvíst er hve oft insúlínlostin voru framkölluð í þessar þrjár vikur sem þau voru reynd á E.J. og árangurinn var enginn.

Árið eftir fær hún 20 cardiazol-lost „með allgóðum árangri“, svo sem sagði í tilvitnun í upphafi greinar, en batinn hélst stutt. Ekki var búið að finna upp curare-gjöf eða önnur vöðvaslakandi lyf meðfram þessum læknisaðgerðum svo þetta hefur verið ólýsanlega hryllileg reynsla fyrir E.J.

Rúmlega áratug síðar eru raflost reynd á E.J., mögulega með aðstoð curare og eters en raunar er allt eins líklegt að hún hafi orðið fyrir þeim ódeyfð og ósvæfð. Árangurinn var enginn.

Það er ómögulegt að geta sér til um hvaða áhrif þessi meðferð hefur haft á heilsu og geð konunnar en víst er að 1951 er hún send suður til að gangast undir lóbótómíu, kannski af því að sá góði læknir Jón Geirsson var látinn, kannski af því ættingjar hennar hafi trúað því að þessi umtalaða kraftaverkalækningaraðferð myndi gera hana heila á ný. Á Landakotsspítala kom hún „mjög sljó og slöpp“, að sögn læknisins sem gerði lóbótómíuna (Alfreð Gíslason o.fl., 1952, s. 104).

LÓBÓTÓMÍA

Portúgalski taugalæknirinn Egan Moniz fann upp lóbótómíu, skurðlækningu við ýmsum geðsjúkdómum, árið 1935. Fyrir þetta meinta framlag sitt til geðlæknisfræða hlaut hann Nóbelsverðlaun í læknisfræði árið 1949 enda breiddist aðferðin út um allan heim og naut fádæma vinsælda. Mestar voru vinsældir hennar í Danmörku, því þar voru gerðar fleiri lóbótómíur mældar sem hlutfall af mannfjölda en nokkurs staðar annars staðar í heiminum. (Kragh, 2010).

Lóbótómíur voru framkvæmdar á nokkuð mismunandi hátt en áttu sameiginlegt að hrært var í heila sjúklings og taugaþræðir skornir sundur, oft með sérstöku áhaldi, leukotom. Leukotom var mjótt rör sem skjóta mátti úr beittum stálþræði og með því að snúa áhaldinu skar þráðurinn u.þ.b. sentimetra hring að ummáli. Oftast var skurðurinn gerður á ennisblöðum heilans.

Á Íslandi höfðu sjálfstætt starfandi geðlæknar í Reykjavík mikinn áhuga á lóbótómíu, allir nema Helgi Tómasson, forstöðumaður Klepps, sem var eindregið á móti henni (raunar lostlækningum líka). Það hljóp því aldeilis á snærið hjá geðlæknunum þegar Bjarni Oddsson, fjölhæfur og velmenntaður læknir, tók til starfa á Landakotsspítala, því hann var til í að framkvæma lóbótómíur fyrir þessa geðlækna. Alls gerði Bjarni Oddson 42 lóbótómíur á íslenskum sjúklingum á tímabilinu 1948-1953 (Bjarni Jónsson. 1988). Þá tók snögglega fyrir aðgerðirnar því Bjarni lést í bílslysi.

BJARNI LÝSTI AÐGERÐINNI ÞANNIG: Undirbúningur. Kvöldið fyrir aðgerðina fær sjúklingurinn 30 cg. luminal [róandi barbíturlyf] og 1 klst. fyrir aðgerðina 20 cg. luminal. Ég hef framkvæmt 21 af aðgerðunum í staðdeyfingu einni saman, og 7 með staðdeyfingu ásamt evipan [barbítúrlyfi].

Tækni. Borað er 1 cm breitt gat á hauskúpuna báðum megin ... Dura [bast, þ.e. ysta himnan um heilann] er opnuð og cortex [heilabörkur] koaguleruð [brennt fyrir smáæðar] á litlum bletti á æðalausum stað. Skorin er sundur heilahvíta beggja ennislobi ... Lobotomían er framkvæmd með mjóum spaða eða hnúðkanna, eða sérstöku áhaldi, svokölluðum leucotom. Blæðing er venjulega lítil, en stundum getur blætt talsvert frá æðum í heilaberki og dura, og er blæðingin þá stöðvuð með electro-koagulation [rafbrennslu] ...

Eftirmeðferð. Fyrstu dagana er sjúklingurinn látinn liggja í rúminu með hátt undir höfði og herðum. Blóðþrýstingur er mældur og æðaslög talin á klukkustundar fresti fyrsta sólarhringinn ... Flestir sjúklingar gætu farið af spítalanum 1-2 vikum eftir aðgerð ...

(Alfreð Gíslason o.fl., 1952, s. 102-103).

Dánartala við svona lóbótómíuaðferð er frá 2-6%, sagði Bjarni. Helstu hættur samfara henni eru að æð sé skorin í sundur; blæðing í heilahol og að skorið sé of aftarlega í heilahvítuna því þá verða sjúklingarnir sljóir og sinnulausir og „getur það endað í dái (coma) og dauða“.

Þetta síðasttalda var einmitt það sem henti þegar lóbótómían var gerð á E.J. Hún „fékk strax hita eftir aðgerðina, varð sljórri með hverjum deginum og dó á áttunda degi“ (Alfreð Gíslason o.fl., 1952, s. 104).

E.J. var jarðsett í sinni heimasveit rúmum hálfum mánuði síðar og hvílir þar við hlið systkina sinna og foreldra.

HEIMILDIR

Alfreð Gíslason, Bjarni Oddsson og Kristján Þorvarðsson. (1952). Lobotomia. Læknablaðið 36(7), 97-112.

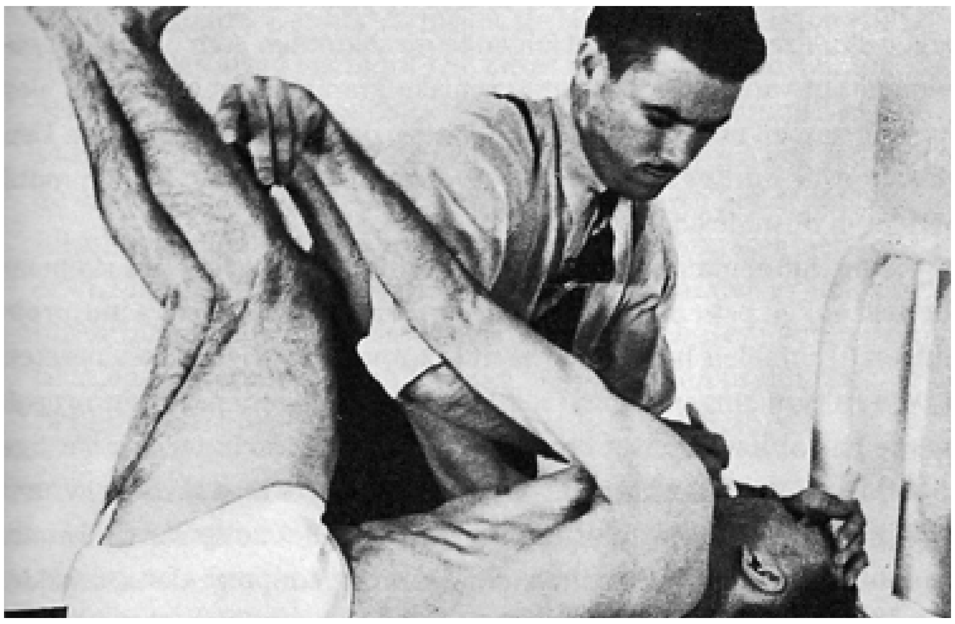
Bjarni Jónsson. (1988). Á Landakoti. Reykjavík:Setberg.

Kragh, Jesper Vaczy. (2008). »Det er som et Mirakel!« Chokbehandling med insulin og cardiazol 1937-1954. Í Jesper Vaczy Kragh (ritstjóri), Psykiatriens Historie i Danmark (s. 198-221). Kaupmannahöfn: Hans Reitzels Forlag.

Kragh, Jesper Vaczy. (2010). Shock Therapy in Danish Psychiatry. Medical History 54(3), 341-364.

Kragh, Jesper Vaczy. (2010). Det hvide snit. Psykokirurgi og dansk psykiatri 1922-1983. Odense: Syddansk Universitetsforlag.

Manntöl 1910 og 1920; Íslendingabók; Gardur.is og upplýsingar um ættingja E.J. úr gömlum dagblöðum á Timarit.is.



Cardiazol var notað til að framkalla krampaflog til lækningar á geðklofa.

Munstur af Ópinu

Munstur eftir
Hörpu Hreinsdóttur

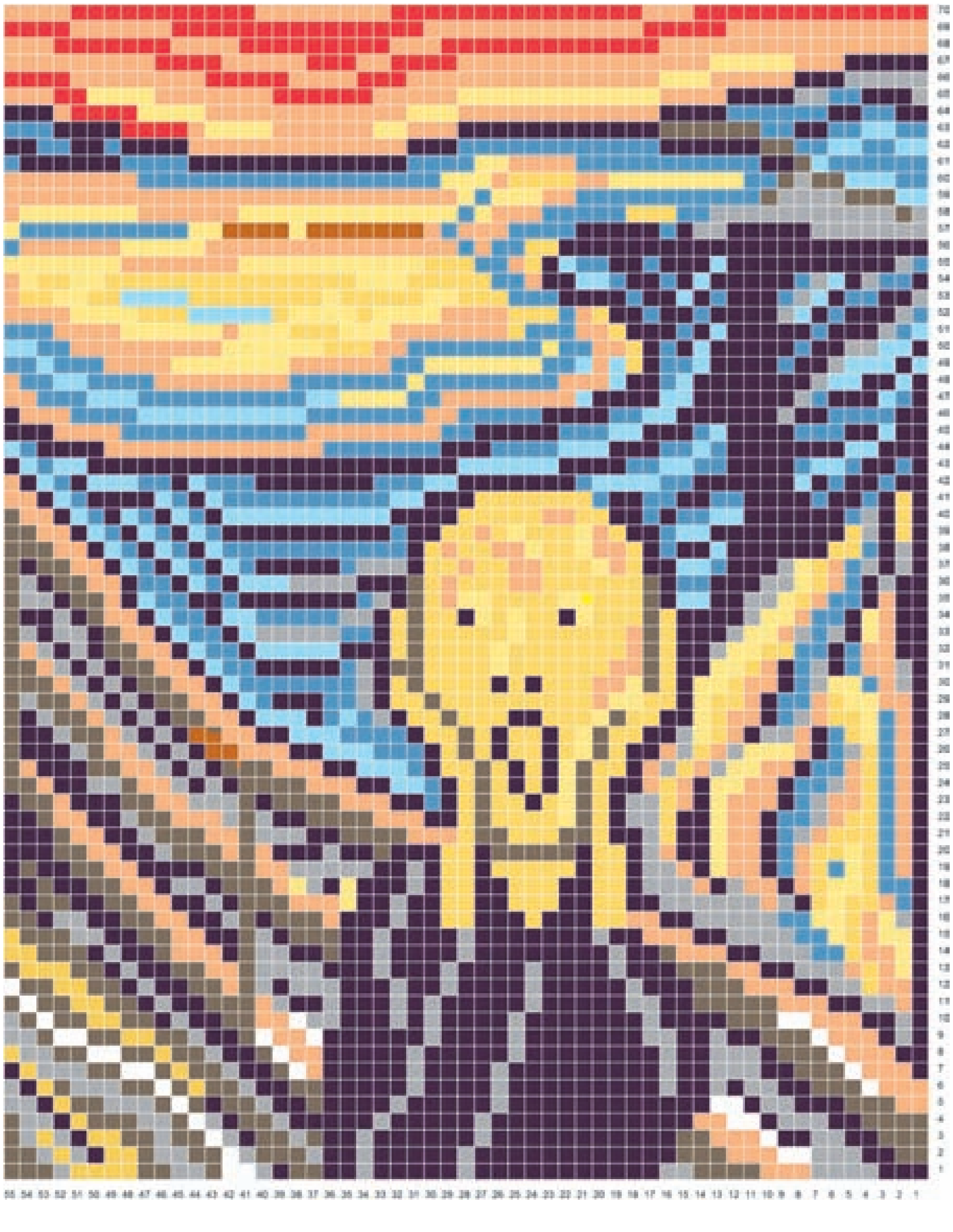
„Ég gekk eftir veginum ásamt tveimur vinum – svo settist sólin. Himinninn varð skyndilega blóðrauður. Ég nam staðar, hallaði mér dauðþreyttur að handriðinu; yfir blásvörtum firðinum og borginni leiftraði blóð í eldtungum. Vinir mínir héldu áfram og ég stóð eftir skjálfandi af ótta og ég skynjaði risavaxið óendanlegt óp streyma um náttúruna.“

Þannig lýsti norski málarinn Edvard Munch (1863-1944) upplifun sinni áður en hann hóf að vinna fyrstu drög að Ópinu, einu frægasta og verðmætasta málverki heims. Ópið er til í nokkrum útgáfum en munstrið er hluti af þeirri þekktustu sem var máluð 1893.

Þótt það hljómi sem þversögn kann að vera að angist, ótta og kvíða létti við að sauma út Ópið eða myndprjóna það.

Munstrið er endurteikning af einu af höfundarréttarlausum munstrunum á vefsíðunni Tricksy Knitter, http://www.tricksyknitter.com.

Edvard Munch.



Sér til þess að allir fái jólagjöf

Erla Kristinsdóttir, formaður samtakanna Gefðu gjöf sem yljar, sér til þess að allir sem þurfa að dvelja á geðdeild á aðfangadag fái jólagjöf.

Jólin 2012 las Erla Kristinsdóttir pistil eftir blaðamanninn Erlu Hlynsdóttur sem bar yfirskriftina Jól á Kleppi. Þar lýsti hún því hvernig er að vera á vakt á aðfangadagskvöld á Kleppi. Í pistlinum kom fram að spítalinn hafi á árum áður gefið sjúklingum litla gjöf en að það hafi verið lagt af í sparnaðarskyni. Sumir vistmenn áttu engan að og fengu því engar gjafir.

„Pistillinn hreyfði við mér," segir Erla. „Ég á litla systur sem hefur glímt við þunglyndi og dvalið á Kleppi. Mín hugsun var sú að hún eða einhver annar nákominn gæti verið í þeirri stöðu að þurfa að dvelja á geðdeild um jól. Mér fannst skítt að í okkar ríka samfélagi væri fólk sem fengi enga jólagjöf og langaði að leggja mitt af mörkum til að bæta úr því."

Gjafirnar fóru á geðdeildir Landspítalans við Hringbraut, Klepp, inn á fjögur sambýli fyrir geðfatlaða og athvörf fyrir heimilislausa.

Erla setti sér í kjölfarið það áramótaheit að jólin 2013 myndi hún sjá til þess að allir sem þyrftu að dvelja á geðdeild á aðfangadag fengju jólagjöf. „Til að skjalfesta heitið setti ég það á Facebook og fékk strax mjög góð viðbrögð og lýstu margir því yfir að þeir vildu hjálpa til."

Síðastliðið haust fór Erla ásamt fylktu liði af stað með átakið Gefðu gjöf sem yljar og var útkoman betri en hún þorði að vona. „Við gáfumst upp á að telja gjafirnar en þær voru á bilinu tvö til þrjú hundruð. Langstærstur hluti gjafanna kom frá einstaklingum en eitthvað var um gjafir frá fyrirtækjum líka. Gjafirnar fóru á geðdeildir Landspítalans við Hringbraut, Klepp, inn á fjögur sambýli fyrir geðfatlaða og athvörf fyrir heimilislausa. Á suma staði fóru tvær gjafir og afganginn fórum við með í Kvennaathvarfið," upplýsir Erla.

Hún segir hópinn í raun ekki hafa gert sér grein fyrir umfanginu fyrr en undir lokin og áætlaði því bara einn dag í innpökkun. „Við gerum það ekki aftur," segir Erla og hlær. Henni tókst að fá tvo starfsmenn frá Kleppi til liðs við sig á lokametrunum. „Það munaði miklu. Þeir handtíndu í poka fyrir skjólstæðinga sína enda höfðum við eðlilega ekki upplýsingar um hverjir lágu inni. Við fengum líka mikið af prjónadóti sem við gáfumst upp á að pakka inn enda erfitt að velja á fólk sem þú þekkir ekki. Þetta fór niður á Klepp þar sem starfsfólkið úthlutaði gjöfunum."

Erla mun halda ótrauð áfram með átakið, en hún stofnaði samtök í kringum átakið í vor. „Þau voru stofnuð 5. maí á afmælisdegi systur minnar. Við erum fimm í stjórn og höldum úti síðunni Gefðu gjöf sem yljar á Facebook, sem við munum keyra upp nú í tengslum við afmæli Geðhjálpar. Eins er hægt að senda póst á gefðugjofsemyljar@gmail.com.

En hvað ættu þeir sem eru aflögufærir að gefa? „Við mælum með snyrtivörum með litlum ilmi og afþreyingu eins og bókum, mynddiskum og geisladiskum. Eins leikhús- og tónleikamiðum. Þá koma sængurföt, handklæði, fatnaður og fylgihlutir sér alltaf vel.

Það var pistill blaðakonunnar Erlu Hlynsdóttur, Jól á Kleppi, sem varð til þess að Erla Kristinsdóttir fór af stað með átakið. Í pistlinum kom fram að sumir vistmenn á Kleppi fengju engar jólagjafir. MYND/ERNIR

Veitir stuðning og hjálpar við praktísk mál

Linda Dögg Hólm starfar sem ráðgjafi hjá Geðhjálp og aðstoðar bæði fólk með geðraskanir og aðstandendur þeirra.

„Þjónusta ráðgjafans nær yfir nokkur svið. Ég veiti stuðnings- og matsviðtöl, til að skilgreina vanda, veita upplýsingar og leiðbeiningar um úrræði og meðferð. Ég veiti eftirfylgni bæði gegnum síma, í viðtölum eða í tölvupósti og veiti stuðningsviðtöl fyrir þá sem þess óska. Ég tek einnig við kvörtunum vegna þjónustu," segir Linda Dögg sem tók við hlutverki ráðgjafa Geðhjálpar í nóvember í fyrra.

„Þetta fór hægt af stað en hefur aukist jafnt og þétt. Það sem af er ári hafa borist til mín yfir fimm hundruð erindi," segir Linda og bendir á að ráðgjöfinni sé ætlað að vera leiðbeinandi en hún sé ekki hugsuð sem meðferð.

„Viðtölin hafa verið stærsti hluti starfsins en að jafnaði er fólk að koma frá einu upp í fjögur skipti. Stundum oftar til dæmis þegar fólk er að bíða eftir að komast í meðferð," segir Linda Dögg.

Ástæður viðtalanna eru margs konar. „Oft eru þetta praktísk mál á borð við það að sækja um endurhæfingarlífeyri eða fylla út skjöl á netinu. Stundum þarf fólk bara stuðning í læknisheimsókn og þá fer ég með í hana," segir Linda og telur að fólk kunni vel að meta slíkt.

„Það eru svo margir sem eiga ekki aðstandendur til að leita til og mér finnst mjög gefandi að geta hjálpað."

Linda Dögg Hólm starfar sem ráðgjafi hjá Geðhjálp. MYND/VILHELM

MIÐLAR AF EIGIN REYNSLU

Linda Dögg er með BS-gráðu í sálfræði og hún er einnig fyrrverandi notandi geðheilbrigðisþjónustunnar. „Ég greindist með geðhvörf í kringum aldamótin. Ég þurfti að leggjast inn og fara á endurhæfingarlífeyri. Ég upplifði hvernig er að vera sjúklingur og það hefur nýst mér ótrúlega vel að hafa þá reynslu."

HVERNIG Á AÐ HAFA SAMBAND?

Viðtöl eru veitt virka daga. Þeir sem óska eftir slíku viðtali geta annað hvort hringt í Geðhjálp í síma 570 1700 frá 9 til 15 á virkum dögum eða sent póst á Lindu Dögg á linda@gedhjalp.is.

„Svo er auðvitað alltaf hægt að koma við hjá okkur í Borgartúni 3 frá níu til þrjú, þó ekki sé nema til að fá kaffisopa," segir Linda Dögg en öruggast er að panta tíma.

Linda tekur fram að hún sé bundin þagnarskyldu líkt og lög um málefni fatlaðra taki til.

Við þökkum stuðninginn

Reykjavík

Advel lögmenn slf	Suðurlandsbraut 18
Aðalvík ehf	Ármúla 15
Alþýðusamband Íslands	Sætúni 1
ARGOS Arkitektastofa Grétars og Stefáns	Eyjarslóð 9
Arkitektastofan OG ehf	Þórunnartúni 2
Arkís arkitektar ehf	Höfðatúni 2, 2. hæð
Athygli ehf	Suðurlandsbraut 30
Aurum ehf	Bankastræti 4
Árbæjarapótek ehf	Hraunbæ 115
Árni Reynisson ehf	Skipholti 50d
B.B.bílaréttingar ehf	Viðarhöfða 6
Bakkavör Group	Tjarnagata 35
Balletskóli Sigríðar Ármann ehf	Skipholti 35
Bandalag háskólamanna	Borgartúni 6
Bandalag starfsm ríkis og bæja	Grettisgötu 89
Bílasmiðurinn hf	Bíldshöfða 16
Björnsbakarí ehf	Klapparstíg 3
Blaðamannafélag Íslands	Síðumúla 23, 3. hæð
Boreal ehf	Austurbergi 20
Capital - Inn ehf	Suðurhlíð 35d
Danica sjávarafurðir ehf	Suðurgötu 10
Efling stéttarfélag	Sætúni 1
Eignamiðlunin ehf	Síðumúla 21
Eignaumsjón hf	Suðurlandsbraut 30
Einar Jónsson Skipaþjónusta	Laufásvegi 2A
Elísa Guðrún ehf	Klapparstíg 25-27
Evrópulög ehf	Laugavegi 77, 4. hæð
Fastus ehf	Síðumúla 16
Faxaflóahafnir sf	Tryggvagata 17
Fiskmarkaðurinn ehf	Aðalstræti 12
G.Á.verktakar sf	Austurfold 7
Gamla Fiskifélagið ehf	Vesturgötu 2a
GB Tjónaviðgerðir ehf	Draghálsi 6-8
Gestamóttakan ehf - Your Host in Iceland	Kirkjutorgi 6
GG optic ehf/ bt. Augað	Kringlunni 8-12
Gjögur hf	Kringlunni 7
Grafan ehf	Eirhöfða 17
Grund dvalar- og hjúkrunarheimili	Hringbraut 50
Guðmundur Arason ehf Smíðajárn	Skútuvogi 4
Guðmundur Jónasson ehf	Borgartún 34
Gull- og silfursmiðjan ehf	Álfabakka 14b
Hafgæði sf	Fiskislóð 47
Hagi ehf	Stórhöfða 37
Halldór Jónsson ehf	Skútuvogi 11
Happdrætti Háskóla Íslands	Tjarnargata 4
Harald og Sigurður ehf	Stangarhyl 6
HBTB ehf	Bíldshöfða 18
Henson Sports Europe á Ísl ehf	Brautarholti 24
Herrafataverslun Birgis ehf	Fákafeni 11
Hótel Óðinsvé ehf	Þórsgötu 1
Höfðakaffi ehf	Vagnhöfða 11
Iceland Excursion Allrahand ehf	Klettagörðum 4
Innrammarinn ehf	Rauðarárstíg 33
Intellecta ehf	Síðumúla 5
Íslandsbanki hf, útibú 513	Lækjargötu 12
Íslensk endurskoðun ehf	Bogahlíð 4
Ísloft blikk- og stálsmiðja ehf	Bíldshöfða 12
JBS ehf Nonnabiti	Vættarborgum 24
JP Lögmenn ehf	Höfðatorgi, Katrínartúni 2
K.F.O ehf	Sundagörðum 2
K.Pétursson ehf	Kristnibraut 29
Kjöthöllin ehf	Skipholti 70
Knattspyrnusamband Íslands	Laugardal
Kristján G. Gíslason ehf	Pósthólf 905
Krit ehf	Ármúla 10
Landar ehf	Grandagarði 77
Landsnet hf	Gylfaflöt 9
Landssamband lögreglumanna	Grettisgötu 89
Leiguval ehf	Kleppsmýrarvegi 8
Leikskólinn Vinaminni ehf	Asparfelli 10
Litla Bílasalan ehf	Eirhöfði 11
Loftstokkahreinsun ehf	Garðhúsum 6
LOG lögmannsstofa sf	Kringlan 7
Löður ehf	Fiskislóð 29
Lögmannafélag Íslands	Álftamýri 9
Löndun ehf	Kjalvogi 21
Markaðsráð kindakjöts	Hagatorgi Bændahöll
Matthías ehf	Vesturfold 40
Mennta- og menningarmálaráðuneytið	Sölvhólsgata 4
Mirage slf	Lyngrima 3
Montana ehf	Hverfisgötu 105
Nýi ökuskólinn ehf	Klettagörðum 11
Nýsköpunarsjóður atvinnulífs	Kringlunni 7, 6 hæð
Orkuvirki ehf	Tunguhálsi 3
Ó.Johnson & Kaaber ehf	Tunguhálsi 1
Óskirnar Þrjár ehf	Lágmúla 5
Papyrus innrömmun	Brautarholti 16
Pétursbúð ehf	Ránargötu 15
Poulsen ehf	Skeifunni 2
Rafloft ehf	Súðarvogi 20
Rafskoðun ehf	Hómaslóð 4
Rafsvið sf	Viðarhöfða 6
Raftækjaþjónustan sf	Lágmúla 8
Rangá sf	Skipasundi 56
Rarik ohf	Dvergshöfði 2
Ráðgjafar ehf	Garðastræti 36
Rekstrarfélag Kringlunnar	Kringlunni 4-12
Renniverkstæði Jóns Þorgr ehf	Súðarvogi 18
Samtök starfsmanna fjármálafyrirtækja,SSF	Nethylur 2 e
Sálarrannsóknarfélag Reykjav	Síðumúla 31
Sigurjón Arnlaugsson ehf	Skólavörðustíg 14
SÍBS	Síðumúla 6
Sínus ehf	Grandagarði 1a
Skorri ehf	Bíldshöfða 12
Skólavefurinn ehf	Laugavegur 163
Slökkvilið höfuðborgarsvæðisins bs	Skógarhlíð 14
Stólpi ehf	Klettagörðum 5
Suzuki-bílar hf	Skeifunni 17
Talnakönnun hf	Borgartún 23
Tannlæknar Mjódd ehf	Þönglabakka 1
Tannlæknast. Björns Þ Þór ehf	Háteigsvegi 1
Tannlæknast. Björns Þorvaldssonar	Síðumúla 25
Tannlæknast. Friðgerðar Samúelsd ehf	Laugavegi 163
Tannlæknast. Tómasar Einarssonar	Þangbakka 8
Tannréttingar sf	Snorrabraut 29
Tannval ehf	Grensásvegi 13
Tannþing ehf	Þingholtsstræti 11
TBLSHOP Ísland ehf	Kringlunni 4-12
THG arkitektar ehf	Faxafeni 9
Tónmenntaskóli Reykjavíkur	Pósthólf 5171
Tónskóli Sigursv D. Kristinss	Engjateigi 1
Tækniskólinn ehf	Skólavörðuholti
Ultima Thule ehf	Ármúla 40, 3. hæð
Upptekið ehf	Víðihlíð 6
VA arkitektar ehf	Borgartúni 6
Vagnar og þjónusta ehf	Tunguhálsi 10
Veiðiþjónustan Strengir	Smárarima 30
Verðbréfaskráning Íslands hf	Laugavegi 182
Verkfræðistofan VIK ehf	Laugavegi 164
Verkstæðið ehf	Rafstöðvarvegi 1
Verksýn ehf	Síðumúla 1
Vernd,fangahjálp	Laugateigi 19
Verzlunarskóli Íslands	Ofanleiti 1
Vesturgarður ehf	Laugavegi 59
Vélsmiðjan Harka hf	Hamarshöfði 7
Vímulaus æska - Foreldrahús	Borgartúni 6
VR	Kringlan 7
Ögurvík hf	Týsgötu 1
Örninn Hjól ehf	Faxafeni 8

Kópavogur

Arnardalur sf	Þingholsbraut 58
Á Guðmundsson ehf	Bæjarlind 8-10
Bifreiðastillingin ehf	Smiðjuvegi 40d
Byggðaþjónustan ehf	Pósthólf 97
Debenhams á Íslandi ehf	Hagasmára 1
Delíla og Samson sf	Grænatúni 1
Hljóðbókasafn Íslands	Digranesvegi 5
Ison ehf	Laufbrekku 22 (Dalbr.me)
Ísfix ehf	Smiðjuvegur 6
K.S. Málun ehf	Fellahvarfi 5
Kambur ehf	Geirlandi v/ Suðurl.veg
MAXIMA ehf	Hjallabrekku 1
Rafholt ehf	Smiðjuvegi 8
Rafmiðlun hf	Ögurhvarfi 8
Strikamerki hf	Hlíðasmára 12
Vatn ehf	Skólagerði 40
Veitingaþjónusta Lárus Lofts	Nýbýlavegi 32
Viðskiptaþjónusta ÁGG ehf	Dalvegi 16d
Þokki ehf	Forsölum 1

Garðabær

Drífa ehf	Suðurhrauni 12c
Garðabær	Garðatorgi 7
Kristjánssynir-byggingafélag ehf	Kirkjulundi 12
Manus ehf	Smiðsbúð 7
Marás ehf	Miðhrauni 13
Samhentir - kassagerð ehf	Suðurhrauni 4
Sjáland ehf	Vesturbrú 7
VAL-ÁS ehf	Suðurhrauni 2
Öryggisgirðingar ehf	Suðurhrauni 2

Hafnarfjörður

Aðalskoðun hf	Pósthólf 393
Aflhlutir ehf	Drangahrauni 14
Ás, fasteignasala ehf	Fjarðargata 17
Bílaverk ehf	Kaplahrauni 10
Bílaverkstæði Birgis ehf	Eyrartröð 8
Bjargir leikskólar ehf	Fífuvöllum 17
Dalakofinn sf	Fjarðargötu 13-15
Daníel Pétursson ehf,Danco	Melabraut 19
Dyr ehf	Stuðlabergi 20
Endurskoðun Ómars Kristjáns slf	Bæjarhrauni 8
Ferskfiskur ehf	Bæjarhrauni 8
Fjöl-Smíð ehf	Stapahrauni 5
Fjörukráin ehf - Hótel Víking	Strandgata 55
Föt og skór ehf	Drangahrauni 14
Gaflarar ehf	Pósthólf 237
Héðinn Schindler lyftur hf	Gjótuhrauni 4
Hlaðbær-Colas hf	Gullhellu 1
Húsheild ehf	Smyrlahrauni 47
Hvalur hf	Reykjavíkurvegi 48
Ingvar og Kristján ehf	Trönuhrauni 7c
Kristinn Harðason	Blómvellir 26
Léttfeti ehf	Pósthólf 7
Litla partasalan ehf	Trönuhrauni 7
Markus Lifenet ehf	Breiðvangi 30
Rafgeymasalan ehf	Dalshrauni 17
Rafrún ehf	Gjótuhrauni 8
Raf-X ehf	Melabraut 27
Stálorka ehf	Hvaleyrarbraut 37
Úthafsskip ehf	Fjarðargötu 13-15, 6.h norðturn
Verkalýðsfélagið Hlíf	Reykjavíkurvegi 64
Vélsmiðjan Altak ehf	Drangahrauni 1
Viking Life-Saving á Íslandi ehf	Íshellu 7
Þór félag stjórnenda	Pósthólf 290
Þvottahúsið Faghreinsun/Kolbakur ehf	Reykjavíkurvegi 68

Álftanes

Eldvarnarþjónustan ehf	Sjávargötu 13

Reykjanesbær

BLUE Car Rental ehf	Blikavöllum 3
DMM Lausnir ehf	Hafnargötu 91
Fagtré ehf,verktaki	Suðurgarði 5
Hylling ehf,Reykjavík	Tjarnargötu 28
Íslenska félagið ehf - Ice Group	Iðavellir 7a
Plexigler ehf	Borgarvegi 44
Reykjanesbær	Tjarnargötu 12
Starfsmannafélag Suðurnesja	Krossmóum 4
TSA ehf	Brekkustíg 38
Verkfræðistofa Suðurnesja hf	Víkurbraut 13
Verslunarmannafélag Suðurnesja	Vatnsnesvegi 14
Vísir félag skipstjórnarmanna á Suðurnes	Hafnargata 90
Vökvatengi ehf	Fitjabraut 2
Æco bílar ehf	Njarðarbraut 19
Æco þjónusta ehf	Njarðarbraut 19

Grindavík

Íþróttabandalag Suðurnesja	Baðsvöllum 5
Fjórhjólaævintýri ehf	Fornuvör 9
Þorbjörn hf	Hafnargötu 12
TG raf ehf	Staðarsund 7
Cactus veitingar ehf	Suðurvör 8

Sandgerði

Grunnskólinn í Sandgerði	Skólastræti

Garður

Útskálakirkja	Útskálum

Mosfellsbær

Laxnes ehf	Laxnesi
Nonni litli ehf	Þverholt 8
Skálatúnsheimilið	Skálatúni
Sæbúð ehf	Furubyggð 21
Vélsmiðjan Orri ehf	Flugumýri 10
Vélsmiðjan Sveinn ehf	Flugumýri 6

Akranes

Endurskoðunarstofan Álit ehf	Smiðjuvöllum 7
Glit málun ehf	Einigrund 21
PRACTICA bókhaldsþjónusta ehf	Kirkjubraut 28
Runólfur Hallfreðsson ehf	Álmskógum 1
Smurstöð Akraness sf.	Smiðjuvöllum 2
Straumnes ehf	Krókatúni 22-24
Verkalýðsfélag Akraness	Sunnubraut 13
Vignir G. Jónsson hf	Smiðjuvöllum 4

Borgarnes

Borgarverk ehf	Sólbakki 17
Bókhalds- og tölvuþjónustan sf	Böðvarsgötu 11
Framköllunarþjónustan ehf	Brúartorgi 4
Landnámssetur Íslands ehf	Brákarbraut 13-15
Vélaverkstæði Kristjáns ehf	Brákarbraut 20

Reykholt Borgarfirði

Garðyrkjustöðin Varmalandi	Reykholtsdal

Stykkishólmur

Marz sjávarafurðir ehf	Aðalgötu 5

Ólafsvík

Fiskmarkaður Íslands hf	Norðurtanga
Ingibjörg ehf	Grundarbraut 22

Hellissandur

Hjallasandur ehf	Dyngjubúð 4

Reykhólahreppur

Þörungaverksmiðjan hf	Reykhólum

Ísafjörður

Fræðslumiðstöð Vestfjarða	Suðurgötu 12
H.V.-umboðsverslun ehf	Suðurgötu 9
Hamraborg ehf	Hafnarstræti 7
Jón og Gunna ehf	Austurvegi 2

Við þökkum stuðninginn

Bolungarvík

Bolungarvíkurkaupstaður	Aðalstræti 12
Fiskmarkaður Bolungarv. og Suðureyrar ehf	Hafnargötu 12
Glaður ehf	Traðarstíg 1
Klúka ehf	Holtabrún 6
Ráðhús ehf	Miðstræti 1
Sigurgeir G. Jóhannsson ehf	Hafnargötu 17

Súðavík

Súðavíkurhreppur	Grundarstræti 3

Tálknafjörður

Gistiheimilið Bjarmalandi ehf	Bugatúni 8

Hólmavík

Thorp ehf	Borgabraut 27

Norðurfjörður

Hótel Djúpavík ehf	Djúpavík

Blönduós

Búnaðarsamband Húnaþings og Stranda	Húnabraut 13
Húnavatnshreppur	Húnavöllum

Skagaströnd

Kvenfélagið Hekla / Dagný Úlfarsd	Ytra - Hóli
Saumastofan Íris ehf	Oddagötu 22
Vélaverkstæði Skagastrandar	Strandgata 30

Sauðárkrókur

Bókhaldsþjónusta KOM ehf	Víðihlíð 10
Fjölbrautaskóli Norðurlands-ve	Bóknámshúsinu
Kaupfélag Skagfirðinga	Ártorgi 1
Steinull hf	Skarðseyri 5
Útgerðarfélagið Sæfari ehf	Hrauni

Siglufjörður

Pálína Gústafsdóttir	Fossvegi 6

Akureyri

Auris medica ehf	Austurberg
Ferðaskrifstofan Nonni ehf	Brekkugötu 5
Grófargil ehf	Glerárgötu 36
Helgi Bergþórsson	Klettaborg 39
Ísgát ehf	Laufásgötu 9
Knattspyrnufélag Akureyrar	KA-heimilið Dalsbraut
Leikskólinn Hlíðaból	Skarðshlíð 20
Myndlistaskólinn á Akureyri ehf	Kaupvangsstræti 14
Orlofsbyggðin Illugastaðir	Fnjóskadal
Pípulagnaþj. Bjarna Fannberg Jónasson ehf	Melateigi 31
Samherji Ísland ehf	Glerárgötu 30
Samson ehf	Sunnuhlíð 12
SS byggir ehf	Njarðarnesi 14
Tannlæknahúsið sf	Mýrarvegi Kaupangi
Tónsport ehf	Strandgötu 3
Tölvís sf	Ljómatúni 12

Grímsey

Sigurbjörn ehf	Öldutúni 4
Vélaverkstæði Sigurðar Bjarnasonar ehf	Hátúni

Húsavík

Heilbrigðisstofnun Þingeyinga	Auðbrekku 4
Höfðavélar ehf	Höfða 1
Vermir sf	Stórhóli 9
Fjallasýn Rúnars Óskarssonar ehf	Hrísateigi 5

Laugar

Norðurpóll ehf	Laugabrekku
Sparisjóður Suður-Þingeyinga	Kjarna

Mývatn

Jarðböðin við Mývatn	Jarðbaðshólum
Mýflug hf	Reykjahlíðarflugvöllu

Bakkafjörður

Hraungerði ehf	Hraunstíg 1

Egilsstaðir

Austfjarðaflutningar ehf	Kelduskógum 19
Bókráð,bókhald og ráðgjöf ehf	Miðvangi 2-4
Fljótsdalshérað	Lyngási 12
Héraðsskjalasafn Austfirðinga	Laufskógum 1
Hitaveita Egilsstaða og Fella ehf	Einhleypingi 1
Skrifstofuþjón Austurlands ehf	Fagradalsbraut 11
Klausturkaffi ehf	Skriðuklaustri

Seyðisfjörður

Brimberg ehf	Hafnargötu 47
Seyðisfjarðarkaupstaður	Hafnargata 44

Eskifjörður

Egersund Ísland ehf	Hafnargötu 2

Neskaupstaður

Síldarvinnslan hf	Hafnarbraut 6

Fáskrúðsfjörður

Fáskrúðsfjarðarkirkja	Skólavegur 88a

Breiðdalsvík

Dýralæknirinn á Breiðdalsvík	Ásvegi 31

Höfn í Hornafirði

Framhaldsskólinn í A-Skaftafellssýslu	Nýheimum
Hólabrekka ehf	Hólabrekku
Rósaberg ehf	Háhóll

Selfoss

Bifreiðaverkstæðið Klettur ehf	Hrísmýri 3
Bílverk BÁ ehf	Gagnheiði 3
Flóahreppur	Þingborg
Gesthús Selfossi ehf	Engjavegi 56

Grímsborgir ehf	Ásborgum 30
Jeppasmiðjan ehf	Ljónsstöðum
Kvenfélag Gnúpverja/Sigrún Símonardóttir	Heiðarbrún
ParaLamp ehf	Gegnishólaparti
Stokkar og steinar sf	Árbæ 1, Ölfusi
Tannlæknastofa Halls/Petru slf	Austurvegi 10

Hveragerði

Eldhestar ehf	Völlum
Hveragerðiskirkja	Pósthólf 81

Þorlákshöfn

Frostfiskur ehf	Hafnarskeiði 6
Sveitarfélagið Ölfus	Hafnarbergi 1

Laugarvatn

Ásvélar ehf	Hrísholti 11
Menntaskólinn að Laugarvatni	

Flúðir

Flúðasveppir	Garðastíg 8
Hrunamannahreppur	Akurgerði 6
Kvenfélag Hrunamannahrepps	Smiðjustíg 13

Hella

Ásahreppur	Laugalandi
Bílaverkstæðið Rauðalæk ehf	Lækjarbraut 4

Hvolsvöllur

Eldstó ehf	Austurvegi 2
Kirkjuhvoll, dvalar- og hjúkrunarheimili	v/Dalsbakka
Kvenfélagið Freyja	Gilsbakka 13

Vík

Framrás ehf	Smiðjuvegi 17
Mýrdælingur ehf	Suðurvíkurvegi 5

Kirkjubæjarklaustur

Ferðaþjónustan Efri-Vík ehf	Efri-Vík
Ferðaþjónustan Hunkubökkum ehf	Hunkubökkum
Kirkjubæjarstofa	Klausturvegi 2

Vestmannaeyjar

Alþrif ehf	Strembugötu 12
Bílaverkstæðið Bragginn	Flötum 20
Ísfélag Vestmannaeyja hf	Strandvegur 28
Karl Kristmanns umboðs- og heildv ehf	Ofanleitisvegi 15
Narfi ehf	Litlagerði 27
Ós ehf	Illugagata 44
Skóstar ehf	Bárustíg 6
Vélaverkstæðið Þór ehf	Norðursundi 9

Við þökkum stuðninginn

VANDAÐAR VÖRUR Vörurnar eru framleiddar á vistvænan hátt úr endurunnum efnum.

VISTVÆNN LÍFSTÍLL Eirberg Lífsstíll einblínir á kúnnahóp sem vill tileinka sér virkan, einfaldan, þægilegan og vistvænan lífsstíl.

EIRBERG LÍFSTÍLL OPNUÐ Í KRINGLUNNI

EIRBERG KYNNIR *Eirberg hefur opnað nýja og glæsilega lífsstílsverslun á fyrstu hæð í Kringlunni. Verslunin heitir einfaldlega Lífstíll og kemur til með að bjóða upp á mjög vandaðan varning sem hingað til hefur ekki verið aðgengilegur hér á landi.*

Verslunin Eirberg Heilsa að Stórhöfða ætti að vera flestum landsmönnum kunnug, en verslun sú hefur lengi boðið fagaðilum og almenningi upp á vandaðar heilbrigðisvörur, sérhæfða ráðgjöf og faglega þjónustu. Markmið Eirbergs er að efla heilsu, auðvelda fólki störf sín og stuðla að vinnuvernd og hagræði. Eirberg byggir á traustum faglegum grunni á heilbrigðissviði og starfsfólk kappkostar að bjóða eingöngu viðurkenndar og vandaðar vörur.

Nú hyggst hið rótgróna fyrirtæki nýta þennan bakgrunn og hugsjón í nýrri verslun með nýjum áherslum í Eirbergi Kringlunni. Með auknu vöruúrvali og fjölgun viðskiptavina þótti aðstandendum Eirbergs ástæða til að opna nýja verslun með öðrum áherslum. Með Eirbergi Lífstíl er horft til kúnnahóps sem vill tileinka sér virkan, einfaldan, þægilegan og vistvænan lífsstíl. „Vöruúrvalið var orðið svo mikið fyrir almenning og almennan notanda að það skapaðist grundvöllur fyrir nýja búð,“ segir Kristinn Johnson, markaðsstjóri Eirbergs. Búðin mun bjóða upp á klassískar Eirbergsvörur eins og lofthreinsi- og rakatæki, þjálfunar- og æfingavörur, dagljós og heilsukodda, hitameðferð, nuddtæki og heimilis-spa. En ekki er nóg með það því einnig mun verslunin verða sú fyrsta á Íslandi til að selja vörur frá fyrirtækinu House of Marley og hina gríðarlega vinsælu Wets-skó.

HOUSE OF MARLEY

House of Marley verður með Shop-in-Shop í Eirberg Lífstíl. Vörulínan samanstendur af vönduðum heyrnartólum, hljómflutningstækjum, armbandsúrum og töskum. Ekkert hefur verið til sparað í hönnun og framleiðslu hjá Marley. Vörumerkið er í eigu Bob Marley-fjölskyldunnar sem leggur persónulegan metnað í framleiðslu og efnisval. Vörurnar eru framleiddar á vistvænan hátt úr endurunnum efnum. Hugsjón fyrirtækisins byggist á hugmyndafræði fjölskyldunnar sem gengur út á aukin gæði, bættan hag umhverfisins og skuldbindingu gagnvart góðgerðarmálum á heimsvísu. Markmið þeirra er að auðga líf fólks í gegnum frábæra upplifun af vörunum frá Marley ásamt því að láta hluta sölunnar renna til stuðnings góðgerðarverkefnum um allan heim. Marley-vörurnar eru framleiddar með sjálfbærum hætti úr vistvænum efnum, þar á meðal hinu sérframleidda REWIND™ efni, vefnaðarvöru, endurunnu plasti, endurunnum málmum, bambus og Forest Stewardship Council vottuðum skógum.

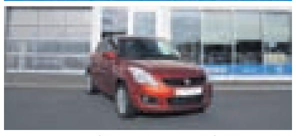
WETS

Skórnir frá Wets eru einstaklega vel hannaðir, einfaldir og praktískir. Þeir eru vatnsheldir, hlýir og sólarnir hafa stamt grip sem hentar sérstaklega vel fyrir íslensk veðurskilyrði. Skórnir eru fáanlegir í nokkrum mismunandi litum.

TUFTE

Tufte er ný lína sem einnig verður boðið upp á í versluninni Eirbergi Lífstíl. Í línunni eru sokkar og nærföt sem eru nánast alfarið unnin úr bambus. Bambus hefur ýmislegt að bjóða sem önnur efni gera ekki, hann er t.d. margfalt mýkri en bómull og nánast eins og silki viðkomu. Hann andar mun betur, er bakteríudrepandi og umhverfisvænn þar að auki.

ASKJA NOTAÐIR BÍLAR



SUZUKI Swift gl 4wd (16"álf. a/c, þokuljós). Árgerð 2013, ekinn 44 Þ.KM, bensín, 5 gírar. Verð 2.590.000. Rnr.240384.

MERCEDES-BENZ E 200 CDI. Árgerð 2012, ekinn 156 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 5.990.000. Rnr.240347.

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

AUDI A4 avant. Árgerð 2012, ekinn 32 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 5.490.000. Rnr.210569.

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

ÍSBAND.IS

2014 NÝJIR CHRYSLER TOWN & COUNTRY LIMITED

Flottasti fjölskyldubíllinn, V6 290hö, eyðsla í blönduðum akstri 11.8, Með öllum lúxus, 2x Blueray DVD afurí, Rafmagn í hurðum omfl, ATH 2 eftir, Tilboðsverð aðeins 7.990þkr, 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

TOYOTA
Toyota Kletthálsi
Sími: 570 5220
www.toyotakletthalsi.is

TOYOTA Land cruiser 200 vx 35". Árgerð 2012, ekinn 24 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 18.490.000. Rnr.142040.

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

LITLA bílasalan
www.litla.is 587 7777

NISSAN Primera acenta. Árgerð 2005, ekinn 108 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur. Verð 1.050.000. snyrtilegur bíll Rnr.114345. 100 % kortalán í boði.

NISSAN Patrol gr. Árgerð 2008, ekinn 118 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 3.490.000. Rnr.210511.

KIA Sorento ex classic. Árgerð 2013, ekinn 55 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 5.890.000. Rnr.210477.

HYUNDAI I10 comfort. Árgerð 2014, ekinn 30 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur. Verð 2.190.000. Rnr.114349.

LITLA bílasalan
www.litla.is 587 7777

RENAULT Clio new. Árgerð 2014, ekinn 27 Þ.KM, bensín, 5 gírar. Verð 1.990.000.stgr. Rnr.210489. eigum líka til Diesel bíla

Litla bílasalan
Eirhöfða 11, 110 Rvk.
Sími: 587 7777
www.litla.is

100bilar.is

TOYOTA Land Cruiser 100VX 38". Árg 1/2002, ek 195 Þ.KM, dísel, sjálfsk, Leður, Lúga, 38" breyttur, Topp eintak, vel búinn og lítur mjög vel út, Ásett verð 4.490.000. Rnr.118932. 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

INTERPORT

HYUNDAI I10 GL. Árgerð 2012, ekinn 58 Þ.KM, bensín, 5 gírar. Verð 1.290.000. Tilboð 1.090.000,-

JEEP WRANGLER UNLIMITED SPORT. Árgerð 2011, ekinn 106 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur. Verð 4.650.000. Tilboð 4.350.000,-

JEEP GRAND CHEROKEE LAREDO. Árgerð 2012, ekinn 132 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur. Verð 5.750.000. Tilboð 5.450.000,-

INTERPORT

HYUNDAI IX35 GLS. Árgerð 2013, ekinn 39 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur. Verð 4.390.000. Tilboð 4.190.000,-

HYUNDAI SANTA FE III COMFORT. Árgerð 2013, ekinn 66 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 5.980.000. Tilboð 5.680.000,-

HYUNDAI I30 CLASSIC II WAGON. Árgerð 2013, ekinn 30 Þ.KM, dísel, 6 gírar. Verð 2.990.000. Frábær bíll sem eiðir innanvið 5 l/100km.

Interport ehf
Hlíðasmári 13, 201 Kópavogur
Sími: 569 3308
www.interport.is

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 125þ.km. Beinskiptur. Eyðslugrannur fjölskyldubíll. **TILBOÐ 2.370.000kr.** Raðnúmer 156353.

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

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

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

Honda Civic Sport
Árgerð 2013. Ekinn 59þ.km. Sjálfsk.. 17" álfelgur, bakk-myndavél o.m.fl.. **Verð 2.590.000kr.** Raðnúmer 156030.

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

VW Caddy Dísel
Árgerð 2011. Ekinn 57þ.km. Beinskiptur. Gott eintak. **Verð 1.890.000kr án VSK.** Rnr. 156289.

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

Hyundai i10
Árgerð 2010. Ekinn 96þ.km. Bein-skiptur. Ný heilsársdekk. Góður bíll. **Tilboðsverð 890.000kr.** Rnr. 156514.

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

Suzuki Jimny JLX
Árgerð 2012. Ekinn 73þ.km. Bein-skiptur. Fjórhjóladrifinn. Góður bíll. **Verð 1.990.000kr.** Rnr. 156588.

BMW X5 3.0D Xdrive
Árgerð 2014. Ekinn 6þ.km. Sjálfskiptur. Einn með öllu! **Verð 12.990.000kr.** Raðnúmer 134256.

Nissan Patrol GR
Árgerð 2008. Ekinn 108þ.km. Sjálf-skiptur. Dísel. Góður jeppi. **Tilboð 3.390.000kr.** Raðnúmer 156174.

Chrysler Town&Country
Árgerð 2012. Ekinn 67þ.km. Sjálf-skiptur. 7 manna. Stow n Go kerfi. **Verð 4.690.000kr.** Rnr. 156453.

MMC Space Star – Nýtt!
Árgerðir 2014. Beinskiptir. 5 manna. **Frábær verð aðeins 1.690.000kr.** Raðnúmer 156501.

Ford Transit
Árgerð 2011. Ekinn 84þ.km. Bein-skiptur. Dísel. Góður sendibíll. **Verð 2.890.000kr m/VSK.** Rnr. 156639.

BMW 520D
Árgerð 2010. Ekinn 94þ.km. Sjálf-skiptur. Dísel. Leður. Frábær bíll! **Verð 4.790.000kr.** Rnr. 156525.

Honda Accord Executive
Árgerð 2007. Ekinn 147þ.km. Sjálf-skiptur. Leður, sóllúga, o.m.fl.. **Verð 1.690.000kr.** Raðnúmer 156660.

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

TOPPBÍLAR

FORD Escape xlt choice 4wd. Árgerð 2006, ekinn 118 Þ.MÍLUR, bensín, sjálfskiptur. TILBOÐSVERÐ: 850.000. Rnr.337052.

FORD Mondeo. Árgerð 2006, ekinn 120 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur. Verð 1.190.000.- TILBOÐ 890.000. Rnr.286116.

FORD Escape xls 4x4 4dr. Árgerð 2005, ekinn 143 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur. Verð 890.000. Rnr.337039.

FORD Escape xlt choice 4wd. Árgerð 2007, ekinn 109 Þ.MÍLUR, bensín, sjálfskiptur. TILBOÐSVERÐ 790.000. Rnr.337012.

TOPPBÍLAR

FORD Escape xlt choice 4wd. Árgerð 2005, ekinn 125 Þ.MÍLUR, bensín, sjálfskiptur. TILBOÐSVERÐ 690.000. Rnr.337048.

FORD Escape xlt choice 4wd. Árgerð 2005, ekinn 105 Þ.MÍLUR, bensín, sjálfskiptur. TILBOÐSVERÐ 690.000. Rnr.336992.

Toppbílar
Kletthálsi 2, 110 Rvk.
Sími: 587 2000
www.toppbilar.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.

7MANNA 4X4 FERÐABÍLL

Hyundai Starex 4x4. árg ,01. ek 149þús km. bsk. sk ,15. hátt og lágt drif. dráttarkrókur. ásett v:1.190þús. Tilboðsverð 690þús. get tekið ódýrari bíl uppí. vísaláni í boði. uppl í s:659-9696

500-999 þús.

FRÁBÆR Í VETURINN !

Hyundai Santa fe 4x4 árg ,03. ek.165þús km. sjálfsk.. sk.'15. krókur. mjög heill og góður bíll. Vetrardekk Tilboðsverð aðeins 690þús stgr. möguleiki á 100% vísaláni. s:659-9696

FRAMLEIÐIR BENSÍN !!!

Toyota Aygo 1.0 árg ,06. ek 151þús km. skoðaður ,15. beinskiptur. 5dyra. álfelgur. spoiler. mjög eyðslugrannur bíll. Tilboðsverð aðeins 690þús. möguleiki á 100% vísaláni. s:659-9696

TILBOÐSVERÐ AÐEINS 590ÞÚS!

Citroen C3 1.3 árg ,04. ekinn 161þús km. ný skoðaður. ný heilsársdekk. beinskiptur. 5dyra. mjög sparneytinn og heill bíll. ásett v:890þús. Tilboðsverð 590þús stgr. vísalán í boði. s:659-9696

TILBOÐSVERÐ AÐEINS 890 ÞÚS,STGR!

MMC Galant gs 2.4 árg ,04. ek 91þús m. sjálfskiptur. sk ,15. glæný vetradekk. smurbók frá upphafi. nýleg tímareim. Ásett v:1.290þús. Tilboðsverð 890þús stgr. vísaláni í boði. s:659-9696

DISEL - TILBOÐ 950 ÞÚS 100% VISALÁN

VW GOLF DISEL árg 2007 6 gíra ek. 204 þús, 5 dyra, heilsársdekk, filmur álfelgur ofl. mjög góður bíll sem eyðir engu ásett verð 1390 þús TILBOÐ 950 ÞÚS möguleiki á 100% láni s.841 8955

SJÁLFSKIPTUR - TILBOÐ 490 ÞÚS - 100% VISA

VW BORA 1,6 COMFORTLINE 2002 ek.165 þús, ssk, topplúga, sk.15, mjög gott eintak! ásett verð 650 þús TILBOÐ 490 ÞÚS möguleiki á 100% visalani í 36 man. s.841 8955

Bílar óskast

STAÐGREIÐI BÍLA 0-600 ÞÚS!

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

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

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

Sendibílar

568 5000 NS NÝJA-SENDIBÍLASTÖÐIN

Allar stærðir sendibíla. Nýja Sendibílastöðin sími 568-5000.

Benz Aktros 1840 árg. 2000. Ekinn 210 þús. Með lausum kassa og hliðaropnunum. 2,5 tonna lyfta. Á loftpúðum bæði að aftan og framan. Verðhugmynd 6.200.000- + vsk. S: 892-9305.

Bátar

Til sölu plastbátur innan við 6m. Með eða án vélar. Um leið óskast vél í lagi eða ólagi. S: 568 6861 - 866 3457

Þjónustuauglýsingar

Sími 512 5407

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

XPRENT -merkir 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

Geymsluskúrar /gestahús til sölu
• Þrjár stærðir 7,5/9,5/14,9 fm.
• Veggjagrind út 45x95 timbri.
• Pappi og bárustál á þaki.
• Rofar og tenglar IP44 rakaheldnir.
• Skúrar sem þola veður og vinda.
Nánari uppls; reisum@simnet.is eða s. 899 0913 Fríða, www.reisum.is

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

ER BÍLSÆTIÐ RIFIÐ ?
Viðgerðir á öllum gerðum af bíla-, mótorhjóla og snjósleðasætum. Húsbílaklæðningar og öll almenn bólstrun. Við erum þekktir fyrir fljóta og góða þjónustu.
Formbólstrun
Hamraborg 5 kóp, Hamrabrekkumegin S. 544 5750 www.hsbolstrun.is

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

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**

· Hjólbarðaviðgerðir
· Smurþjónusta
· Bremsur
· Demparar
· Rafgeymar
· o.fl.
GRAFARVOGS HJÓLBARÐA VERKSTÆÐI
Gylfaflöt 3
Grafarvogi
Sími 567 4468
dekk@gummisteypa.is
GENERAL HJÓLBARÐAR

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

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

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

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

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

Alla fimmtudaga og laugardaga

arnarut@365.is sigrunh@365.is

bílasala
100bílar
EINA BÍLASALAN Í MOSFELLSBÆ
517 9999
Þverholt 6 · 270 Mosfellsbær · Sími 517 9999
100bilar@100bilar.is · www.100bilar.is

Toyota Yaris, 5/2014, Beinsk, Dísel, ek 23þ.km, **Verð 2890þ.kr**

VW Golf, 4/2013, Beinsk, Dísel, ek 64þ.km, **Verð 2990þ.kr**

Renault Clio Dynamic, 5/2014, Sjálfsk, Dísel, ek 22þ. km, **Verð 3090þ.kr**

Jeep Grand Cherokee Limited, 2003, ek. 143þ.m, **Verð 890þ.kr**

Renault Megane, 6/2014, beinsk, dísel, ek 20þ.km, **Verð 3090þ.kr**

Jeep Grand Cherokee Overland, ek 194þkm, **Verð 890þ.kr**

Kia Ceed Ex, 2013, Sjálfsk, Dísel, ek 53þ.km, **Verð 3490þ.kr**

Jeep Grand Cherokee Overland, ek 124þm, **Verð 890þ.kr**

Kia Rio EX, 5/2014, Beinsk, Dísel, ek. 25þkm, **Verð 2890þ.kr**

Hyundai I30, 5/2014, Beinsk, Dísel, ek 21þ.km, **Verð 3090þ.kr**

Kia Picanto, 4/2013, Beinsk, Bensín , ek 57þ.km, **Verð 1690þ.kr**

Hyundai I30 Wagon, 5/2014, Beinsk, Dísel, ek 18þ.km, **Verð 3190þ.kr**

VW Passat, 4/2013, Sjálfsk, Dísel, ek 43þ.km, **Verð 3990þ.kr**

Hyundai Tucson, 6/2008, Sjálfsk, Bensín, ek 124þ.km, **Verð 1490þ.kr**

VW Polo, 6/2013, Beinsk, Dísel, ek. 70þ.km, **Verð 1890þ.kr**

Suzuki Grand Vitara Limited, 6/2010, Beinsk, Bensín, ek. 88þ.km, **Verð 3290þ.kr**

VW Polo, 6/2013, Sjálfsk, Bensín, ek. 60þ.km, **Verð 2490þ.kr**

Dodge Durango Limited, 2/2008, ek. 114þ.km, **Verð 2990þ.kr**

MIKIL SALA - VANTAR BÍLA Á SKRÁ

Fjórhjól

Linhai fjórhjólin fást hjá VDO. 400cc með dráttarvélaskráningu eða 500cc götuskráð. Frábær í leik eða starf. VDO. Borgartún 36. S: 588 9747 www.vdo.is

Vinnuvélar

VINNUVÉLADEKK

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

Hjólbarðar

FRÁBÆR DEKKJATILBOÐ

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

Varahlutir

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.

Pípulagnir

PÍPULAGNIR

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

Uppl. í s. 699 6069 & 663 5315.

Hreingerningar

VY-ÞRIF EHF.

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

Garðyrkja

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

Bókhald

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

Málarar

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

Búslóðaflutningar

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

SENDIBILL.IS

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

atvinna

Húnavallaskóli

Spennandi tækifæri fyrir athafnafólk

Auglýst er eftir áhugasömum aðilum til að taka að sér sumarrekstur í húsnæði Húnavallaskóla.

Húnavallaskóli er staðsettur í Austur Húnavatnssýslu um sjö km frá þjóðveginum. Undanfarin ár hefur verið rekið sumarhótel í skólanum, en margt annað kemur til greina. Í húsnæðinu eru 28 herbergi af ýmsum stærðum, stór matsalur með eldhúsi og gott aðgengi fyrir fatlaða. Við skólann er útisundlaug og heitir pottar. Húsnæðið er til leigu frá 1. júní til 20. ágúst ár hvert.

Umsóknir sendist til Húnavatnshrepps, Húnavöllum, 541 Blöndós eða á netfangið einar@hunavatnshreppur.is fyrir 27. október 2014.

Nánari upplýsingar gefur Einar K. Jónsson sveitarstjóri í síma 452 4661 og hjá einar@hunavatnshreppur.is

Húnavatnshreppur

www.hunavatnshreppur.is

Húsaviðhald

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

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

699-0921
www.starfsmannaleigan.is

ÓLI SMIÐUR

Stór verk sem smá, úti / inni, mikil reynsla / vönduð vinnubrögð. S. 698-9608

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

Spádómar

ÖRLAGALÍNAN 908-1800

Spáum í spil og ráðum drauma, andleg hjálp og ráðgjöf. Opið frá 20 -23 öll kvöld.

Spái í spil, bolla og kúlu. Uppl. í s. 690 8160

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

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

Önnur þjónusta

Blekhylki.is

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

Til sölu

GÁMAR TIL SÖLU

Til sölu 2 stk 20 feta gámar, sanngjarnt verð. Uppl. 892-0116

ÓDÝR HEIMILSTÆKI

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

Óskast keypt

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

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

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

Upplýsingar í síma 661 7000

KAUPUM GULL - JÓN & ÓSKAR

Kaupum gull til að smíða úr. Spörum gjaldeyri. Heiðarleg viðskipti. Aðeins í verslun okkar Laugavegi 61.

Jón og Óskar - jonogoskar.is

s. 552-4910.

Hljóðfæri

Gítarleikari óskar eftir að stofna eða komast í metal band. S. 846 8602.

Sjónvarp

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

Verslun

BÆTIR KYNLÍFIÐ OG KONUR FÁ MIKLU MEIRA ÚT ÚR SAMFÖRUM MEÐ WE-VIBE

Vinsælasta unaðstæki meðal para mörg ár í röð. Allar flottustu vörurnar fáanlegar.Millifærsla - greiðslukort - netgíró www.hush.is

Heilsuvörur

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

Nudd

Heilsunudd/slökunarnudd s. 5616254. Opið frá 10-19.

TANTRA NUDD

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

Ökukennsla

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

Atvinna í boði

HANDFLAKARI ÓSKAST TIL STARFA HJÁ FISKIKÓNGINUM.

Greitt pr.kg eða fast tímakaup. Nóg vinna, alla daga ársins.

Upplýsingar í síma 896 0602 Kristján, Fiskikóngurinn Sogavegi 3.

SÓLAR

SÓLAR EHF

Óskum eftir hressu fólki í ræstingarvinnu, hlutastarf. Nánari uppl á skrifstofu Sólar Kleppsmýrarveg 8, 104 R milli 10-16. We are looking for people for cleaning jobs, part time. More info at Sólar office Kleppsmýrarveg 8, 104 R between 10-16. Must speak icelandic or english.

KEILUHÖLLIN
HEIL HEIMUR AF SKEMMTUN

KEILUHÖLLIN Í ÖSKJUHLÍÐ OG EGILSHÖLL ÓSKAR EFTIR STARFSMANNI Í ELDHÚS.

Vanan aðila á grill eða pizzabakara Fullt starf og hlutastarf í boði

Umsóknum skal skilað á www.keiluhollin.is og/eða á atvinna@keiluhollin.is

KEILUHÖLLIN
HEIL HEIMUR AF SKEMMTUN

KEILUHÖLLIN OG FELLINI EGILSHÖLL

óska eftir þjónum í sal og barþjónum.

Umsóknum skal skilað á www.keiluhollin.is og/eða á atvinna@keiluhollin.is

VEISLULIST SKÚTAN
Óskar eftir starfsmanni í útkeyrslu og aðstoð í eldhús. frá 10-14
Upplýsingar veitir Sigurpáll í síma 555 1810

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

MÁLARAR
Vanir málarar óskast til starfa. Uppl. í s. 778 0100

Atvinna óskast

Þrír smiðir geta bætt við sig verkefnum. Föst tilboð eða tímavinna. Uppl. í s. 841 2110.

Kona á besta aldri vön bakstri og léttri matseld á kaffihúsum og mötuneyti óskar eftir dagvinnu. Upp. í s. 777 5535.

Húsnæði í boði

Til leigu góð þriggja herbergja íbúð á góðum stað í breiðholti. Hússjóður, hiti innifalið en leggja þarf fram tryggingu. Leiga kr. 165.000 per mán. Uppl. í s. 6973619.

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

Til leigur er 117 m2 íbúð að Hagamel, fullbúin húsgögnum og öðrum húsbúnaði. Leiguverð er 230 000 kr. á mánuði. Umsóknir sendist á hagamelur.leiga@gmail.com

NÝTT SUMARHÚS.
Smíði á sumarhúsum, gesthúsum, pallasmíði, viðbyggingar.
Tilboð í önnur hús, Haraldur húsasmíðameistari. Uppl. halli@ hatak. is Sími 894 0048.

Atvinnuhúsnæði

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, Camper, bílar, upph, húsnæði. Uppl, í s. 770-5144

GEYMSLUHÚS.IS
Tjaldvagnar aðeins 25.000 til 1. Mai 2015 Ath upph, húsnæði. Uppl. í s. 770-5144

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

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

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

GEYMSLUHÚSNÆÐIÐ AUÐNUM II, 190 VOGAR.
Tjaldvagnar, fellihýsi, bílar, bátar, mótorhjól. Síðasti opnunardagur laugardaginn 11. október frá kl. 13:00-17:00. Uppl. í s. 895 3176 & 864 3176

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.

fasteignir

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

Hringbraut 57, 101 Reykjavík

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

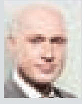
MIKLABORG leitar að ...
skrifstofuhúsnæði

Miklaborg leitar að um 200-250 fm skrifstofuhúsnæði til kaups

Staðsetning miðsvæðis í Reykjavík t.d. í póstnúmerum 108, 105 eða 101

Góðar greiðslur í boði og rúmur afhendingartími

Nánari upplýsingar veitir
Svan G. Guðlaugsson
sölufulltrúi
sími: 697 9300
svan@miklaborg.is



Óskar R. Harðarson
hdl. og löggiltur fasteignasali

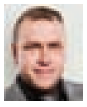
FASTEIGNASALAN **MIKLABORG** **569 7000** Lágmúla 4 **www.miklaborg.is**
Óskar R. Harðarson og Jason Guðmundsson, löggiltir fasteignasalar
- með þér alla leið -

OPIÐ HÚS Í DAG

Fimmtudag 9.október
frá **kl.17:30-18:00**

Falleg 3ja herbergja 82,3 fm íbúð í kjallara
Fallegur suðurgarður
Frábær staðsetning

Verð: **31,9 millj.**



Nánari upplýsingar veitir
Davíð Jónsson
Sölufulltrúi
sími: 697 3080
david@miklaborg.is

Óskar R. Harðarson
hdl. og löggiltur fasteignasali

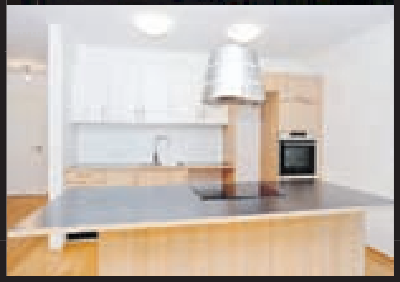
FASTEIGNASALAN **MIKLABORG** **569 7000** Lágmúla 4 **www.miklaborg.is**
Óskar R. Harðarson og Jason Guðmundsson, löggiltir fasteignasalar
- með þér alla leið -

Þarftu að stækka við þig?

Í boði eru eignaskipti á ódýrari fasteignum

90% lán í boði

Nánar á
vindakor.is



SÖLUSÝNING
sunnudaginn 12. okt.
16:00 – 17:00

Vindakór 2-8

Íbúðir á bilinu 112-166 fm, 3-5 herbergja með stæði í bílageymslu.
Gott skipulag, rúmgóð alrými og veglegar innréttingar frá Axis
Sturta og baðkar í öllum íbúðum. Húsin eru viðhaldslétt að utan.
Möguleiki að kaupa til viðbótar bílskúr og eða 30-40 fm viðbótargeymslu
Afar hagstætt fermetraverð.

Til afhendingar strax!

Nánari upplýsingar veita:
Atli S. Sigvarðsson, sölufulltrúi
atli@miklaborg.is **sími:** 899 1178

Svan G. Guðlaugsson, sölufulltrúi
svan@miklaborg.is **sími:** 697 9300

Óskar R. Harðarson
hdl. og löggiltur fasteignasali

FASTEIGNASALAN
MIKLABORG
Með þér alla leið

miklaborg.is **569 7000**

2 | KL. 20:10
Heilsugengið
Önnur þáttaröðin af þessum vönduðu þáttum sem fjalla um mataræði og lífsstíl í umsjón Völu Matt.

Fjölbreytt fimmtudagskvöld

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

2 | KL. 21:15
NCIS
Stórgóðir og léttir spennuþættir sem fjalla um Leroy Jethro Gibbs og félaga hans í rannsóknardeild bandaríska sjóhersins.

2 | KL. 22:00
The Blacklist
Vandaður spennuþáttur með James Spader í hlutverki hins magnaða Raymond Reddington.

G | KL. 21:00
The Mentalist
Spennuþáttaröð um Patrick Jane sem notar hárbeitta athyglisgáfu sína til að leysa hin flóknustu glæpamál.

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

3 | KL. 20:15
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		8	5	4		9	
					9			
		3					5	6
3	8		9	2				
			1	8	5		6	
9						2	7	
	3				8			
		8	2	4		7		
		2	6			1		

MIÐLUNGS

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

ÞUNG

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

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

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

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

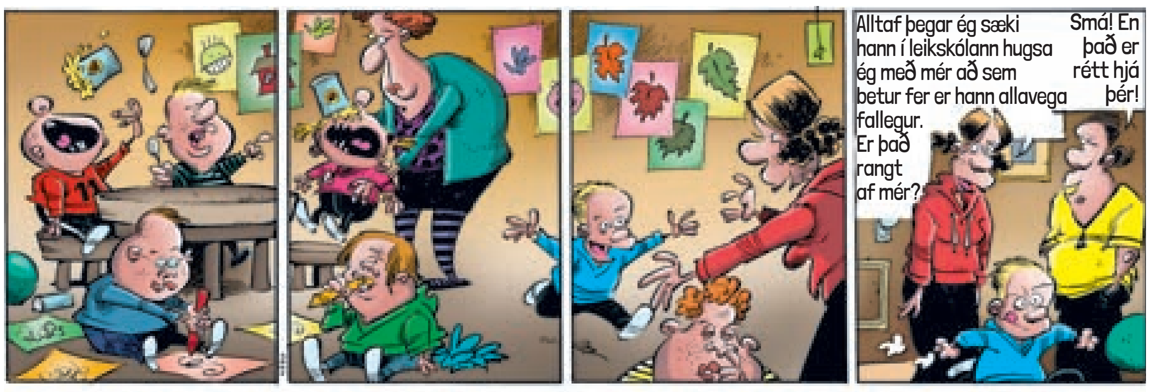
LAUSN SÍÐUSTU SUDOKU

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

Lausnin verður birt í næsta tölublaði Fréttablaðsins.

Myndasögur

PONDUS Eftir Frode Øverli



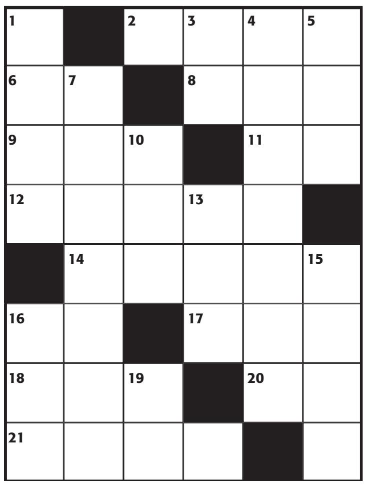
GELGJAN Eftir Jerry Scott & Jim Borgman

BARNALÁN Eftir Jerry Scott & Rick Kirkman

SPAKMÆLI DAGSINS

„Ekki reyna að verða maður velgengni, reyndu frekar að verða maður gilda.“

Albert Einstein.



KROSSGÁTA

LÁRÉTT
2. ofsi, **6.** umhverfis, **8.** sjáðu, **9.** loft, **11.** í röð, **12.** augnveiki, **14.** einkennis, **16.** æst, **17.** hamfletta, **18.** persónufornafn, **20.** strit, **21.** hýði.

LÓÐRÉTT
1. veltingur, **3.** í röð, **4.** smjaðra, **5.** endir, **7.** köldusótt, **10.** dreift, **13.** kóf, **15.** sáttargerð, **16.** tré, **19.** númer.

LAUSN

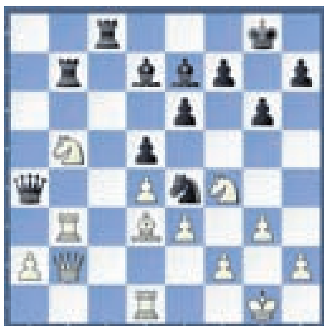
LÁRÉTT: 2. ærsl, **6.** um, **8.** sko, **9.** gas, **11.** jk, **12.** gláka, **14.** aðals, **16.** ör, **17.** flá, **18.** sín, **20.** at, **21.** para.
LÓÐRÉTT: 1. rugg, **3.** rs, **4.** skjalla, **5.** lok, **7.** malaría, **10.** sáð, **13.** kaf, **15.** sátt, **16.** ösp, **19.** nr.

SKÁK

Gunnar Björnsson

Helgi Jónatansson (2.076), Skákfélagi Reykjanesbæjar, hafði svart gegn Arnari Gunnarssyni (2.435), Taflfélagi Reykjavíkur, á Íslandsmóti skákfélaga.

Svartur á leik:



29.…Bxb5! 30. Hb1 (30. Bxb5 Hxb5 31. Hxb5 Dxd1+) **30.…Bxd3! 31. Hxb7 Bxb1 32. Hxe7 Dd1+ 33. Kg2 Rd2 34. Hxf7 Df1#** Sennilega óvæntustu einstöku úrslitin á Íslandsmóti skákfélaga nú.

www.skak.is: Geðheilbrigðismótið í kvöld.

SÚPER 16 BLS
BÆKLINGUR
16BLS STÚTFULLLAR AF ÖLLUM HEITUSTU GRÆJUNUM
ÞÚ ÞARFT BARA AÐ SKANNA QR KÓÐANN
TIL AÐ FÁ NÝJASTA BÆKLINGINN Í SÍMANN ÞINN
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
NÝTT LENDIR Í DAG
ASUS
GTX970
Ótrúlega öflugt leikjaskjákort frá ASUS með yfirklukkuðum kjarna, nýjustu Maxwell tækninni og SILENT 0dB viftu.
69.900
ÓTRÚLEGT LEIKJASKJÁKORT!
Birt með fyrirvara um breytingar, innsláttarvillur og myndabrengl
OPNUNARTÍMAR
Virka daga
10:00 - 18:30
Laugardaga
11:00 - 16:00
TÖLVUTEK
Reykjavík • Hallarmúla 2 • 563 6900 | Akureyri • Undirhlíð 2 • 430 6900
acer
ASUS
DELL
hp
lenovo
packard bell
SAMSUNG
TOSHIBA

HÆGT AÐ HÆKKA OG LÆKKA

Vnr. 52246470
HONSEL FABIO
loftljós, króm, 37 cm.
14.995kr.

Vnr. 52246469
HONSEL FABIO
loftljós, svart, 37 cm.
12.995kr.

VERÐVERND BYKO
LÆGRA VERÐ

Á VERÐI

Vnr. 52237928
Borðlampi,
krómskermur með
skógarmynstri, 36 cm.
5.995kr.

Vnr. 52237848
TONJE skermur, 35 cm.
ATH. aðeins skermur.
4.995kr.

Vnr. 52240375
DORAN borðlampi.
8.995kr.

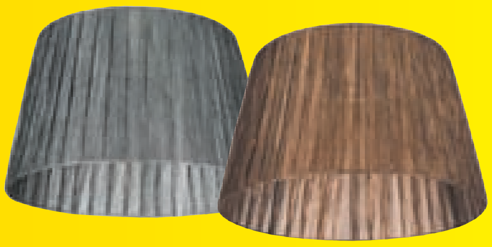
Vnr. 52248046
Loftljós, 25 cm.
6.995kr.

Vnr. 52238056
Borðlampi, krómskermur
með rauðri rós, 39 cm.
KLÚBB verð
3.495kr.
Almennt verð 6.995 kr.

Vnr. 52244320
MORO borðlampi.
KLÚBB verð
2.495kr.
Almennt verð 3.995 kr.

Vnr. 52246720
EWAN borðlampi, 35 cm.
KLÚBB verð
2.495kr.
Almennt verð 3.995 kr.

Vnr. 52243414
Veggljós, rakahelt.
7.995kr.



Vnr. 52237855
Skermur, 40 cm.
5.995kr.

Öll verð eru birt með fyrirvara um prentvillur og/ eða myndabrengl. Allar vörur fást í BYKO Breidd en minna framboð getur verið í öðrum verslunum.

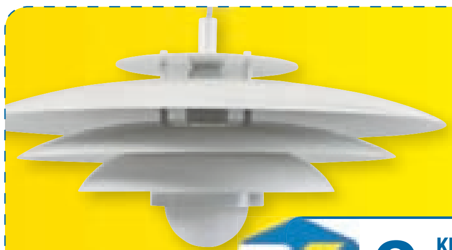
Verðvernd BYKO tryggir þér lægra verð. Sjá nánari upplýsingar og skilmála á www.byko.is.

facebook.com/BYKO.is

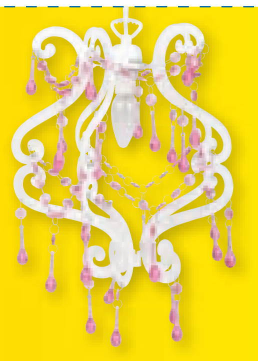
LÝSTU UPP HEIMILIÐ
GLÆSILEG LJÓS Í BYKO

Vnr. 52243692
CARINO loftljós, 40 cm.
34.995 kr.

FYRIR ÞIG



Vnr. 52248043
Loftljós, 50 cm.
KLÚBB verð 9.995 kr.
Almennt verð 13.995 kr.

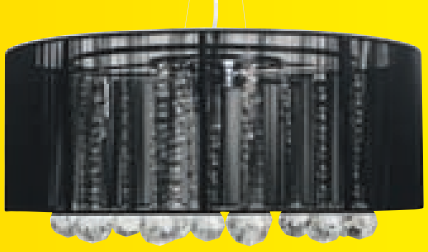


Vnr. 52244062
PINK loftljós.
6.995 kr.

Vnr. 52240445
Ljósakróna, fimm arma, króm/svört.
19.995 kr.

Vnr. 52245208
NAVE kastarar.
KLÚBB verð 3.995 kr.
Almennt verð 7.995 kr.

Vnr. 52243690
CARINO loftljós, 40 cm.
24.995 kr.



Vnr. 52237657
PALMA loftljós.
29.995 kr.

Vnr. 52237658
ATHEN loftljós, lengd 110 cm, króm/hvítt.
23.995 kr.

BYKO
BÚÐU BETUR. BORGAÐU MINNA.

Hönnun og umbrot: VERT markaðsstofa

SLÁTURTÍÐ „Verðlaunabikarinn er afsteypa af raunverulegum sláturkepp," útskýrir Guðmundur Steinn. MYND ÚR EINKASAFNI

Tilraunamennska í tónlist og gjörningum

Tónlistarhátíðin Sláturtíð hefst í Hafnarhúsi í kvöld.

„Fyrstu tónleikarnir eru í kvöld þar sem meðal annars verða flutt ný verk eftir mig og Hafdísi Bjarnadóttur og keppninni um Keppinn verður startað," segir Guðmundur Steinn Gunnarsson, einn aðstandenda tónlistarhátíðarinnar Sláturtíðar sem hefst í dag. Það er S.L.Á.T.U.R. – Samtök listrænt ágengra tónsmiða umhverfis Reykjavík – sem fyrir hátíðinni stendur og hefur hún verið haldin árlega síðan 2009.

Samhliða Sláturtíð í ár fer fram keppnin um Keppinn, sem er að þessu sinni keppni í myndlist með frjálsri aðferð. Keppurinn sjálfur er járnsteyptur farandverðlaunabikar sem veittur verður nú í fjórða sinn. „Verðlaunabikarinn er afsteypa af raunverulegum sláturkepp, sem er nú að verða ansi sjaldgæfir," segir Guðmundur. „Þeir sem vilja taka þátt í keppninni geta mætt með verk klukkan sjö í kvöld. Síðan verða verkin seld hæstbjóðanda og það verk sem selst á hæsta verðinu hlýtur verðlaunin."

Viðburðir hátíðarinnar eru sambland af tónlist og gjörningum og fara allir fram í Hafnarhúsinu. Í kvöld, annað kvöld og á laugardagskvöldið hefjast þeir klukkan 20 og klukkan 15 á laugardag eru einnig tónleikar þar sem er óvenjulegt á hátíðinni.

Samtök listrænt ágengra tónsmiða umhverfis Reykjavík voru stofnuð árið 2005 og hafa staðið fyrir ótal mörgum viðburðum af ýmsum toga sem allir tengjast tilraunamennsku í tónsmíðum á einn eða annan hátt. Á næsta ári munu samtökin halda upp á tíu ára afmælið með veglegum hætti.

- fsb

ORRI HARÐARSON „Þá sá maður þennan listaheim í hillingum og varð stjörnustjarfur ef maður hitti tónlistarmann eða skáld." FRÉTTABLAÐIÐ/PJETUR

Við drögnumst öll með okkar djöfla

Fyrsta skáldsaga Orra Harðarsonar, Stundarfró, er bæði hádramatísk, bráðfyndin og nostalgísk. Sögusviðið er Akureyri í lok níunda áratugar síðustu aldar og átök sögunnar hverfast í kringum alkóhólisma skálds. Ekkert sjálfsævisögulegt þó.

Ég tók þá ákvörðun að setjast niður og láta á það reyna hvort mér tækist að skrifa skáldsögu," segir Orri Harðarson spurður hver kveikjan að fyrstu skáldsögu hans, Stundarfró, hafi verið. „Ég hafði ekki fastmótaðar hugmyndir um framvindu sögunnar þegar ég byrjaði, var meira að leitast við að skapa einhverja stemningu sem mér hugnaðist. Svo var ég bara svo heppinn að persónurnar og atburðarásin komu nokkurn veginn af sjálfu sér."

Aðalpersónurnar þrjár, skáldið Arinbjörn Hvalfjörð, unglingsstúlkan Dísa og Aðalsteina amma hennar, eiga sér ekki beinar fyrirmyndir að sögn Orra, en hann viðurkennir þó að hið drykkfellda skáld eigi að einhverju leyti rætur í eigin reynslu. „Það eru örugglega þó nokkur prósent af þeim karakter sótt beint í mig sjálfan en reyndar er eitthvað af mér í öllum þessum karakterum. Þegar þessar persónur voru að mótast sótti ég bæði inn á við og í fólk sem maður hefur þekkt."

Stjörnustjarfur unglingur

Spurður hvort það sé ekki glæfraspil fyrir miðaldra karl að gera átján ára stúlku að einni aðalpersónunni kemur Orri af fjöllum. „Ha? Er það? Dísa er í mínum huga nánast óður til minna bestu vinkvenna á þeim tíma sem við vorum unglingar seint á níunda áratugnum. Ég get alveg gengist við því að auðvitað þekki ég skáldið best af þessum persónum, en hins vegar held ég miklu meira með stelpunni og ömmu hennar. Í þessari bók eru þó engar hetjur. Við erum öll breysk og drögnumst með okkar djöfla, á því er fremur stigsmunur en eðlismunur hvernig fólk vinnur úr því."

Sögutími bókarinnar er árið 1989 en þá var Orri sjálfur unglingur. „Þá bjó ég uppi á Akranesi og var rétt byrjaður að kíkja á kúltúrinn í Reykjavík. Það er þess vegna dálítil nostalgía í frásögninni, ég er að lýsa veröld sem var. Þá sá maður þennan listaheim í hillingum og varð stjörnustjarfur ef maður hitti tónlistarmann eða skáld. Það var til dæmis ógleymanlegt að hitta Steinar Sigurjónsson í biðskýli Akraborgarinnar eða Dag Sigurðarson í strætóskýli. Það var eins og skáldin væru alltaf leitandi skjóls í einhverjum skýlum á þessum tíma."

Undirleikur við eldhússtemningar

Sögusviðið er Akureyri, þar sem Orri býr í dag, og hann segir það hafa verið auðvelt að teikna upp bæjarbraginn. „Ég var á Akureyri sumarlangt 1987 og teikna það samfélag upp eins og það lifir í minninu. Tímarnir voru svo allt aðrir þá. Fólk var til dæmis ennþá að hlusta á plötur."

Tónlistin sem persónurnar hlusta á og tengja við er einn af rauðu þráðum bókarinnar, kom aldrei annað til greina? „Tónlistin hefur alltaf leikið stórt hlutverk í lífi mínu og ég var orðinn dálítið háður henni þegar ég var að skrifa, þurfti að setja ákveðna músík á fóninn til að komast í gang og svo læddust að mér tónlist og textabrot sem fléttuðust inn í söguna. Bæði eru það plötur sem persónurnar hlusta á, Smiths, Cure og Leonard Cohen til dæmis, og eins lög og stemning af Rás 1 sem voru undirleikur við allar eldhússtemningar æsku minnar."

Þekking og samkennd

Eitt sterkasta aflið í Stundarfró er alkóhólismi skáldsins, sem Orri vill reyndar frekar kalla ofneyslu, það afl þekkir hann vel úr eigin fortíð þótt hann hafi snúið af þeirri braut fyrir sjö árum. „Það var langt tímabil í mínu lífi, sirka fimmtán ár, þar sem ég drakk mjög mikið og illa og kynntist þá mjög mörgum í svipuðum eða verri málum en ég var í. Þannig að ég hef bæði þekkingu á ástandinu og samkennd með fólki sem er á þessum stað í lífinu og það hjálpaði mér auðvitað þegar ég var að skapa þessa persónu og aðstæður hennar. Ég er hins vegar kominn ansi langt frá þessu lífi, er heimavinnandi heimilisfaðir með tvær ungar dætur og yndislega konu í dag og lífið er eins og best verður á kosið."

> Það eru örugglega þó nokkur prósent af þeim karakter sótt beint í mig sjálfan en reyndar er eitthvað af mér í öllum þessum karakterum.

Ekki þessi sviðstýpa

Orri er tónlistarmaður og hefur lengi starfað á því sviði, eru skriftirnar búnar að stela honum frá tónlistinni eða var það alltaf draumurinn að fara að skrifa? „Ég er voða mikið að klóra mér í hausnum yfir þeirri spurningu núna, en ég man ekki til þess. Ég var hins vegar ekki búinn að skrifa lengi þegar mig fór að gruna að ég hefði sennilega alltaf átt að vera að þessu. Skriftabransinn hentar mér mun betur en tónlistarbransinn.

Ég var líka orðinn dálítið þreyttur á því öllu saman, tónlistin var hætt að gefa mér það sem hún áður gaf en þegar ég fór að skrifa bókina fór ég að njóta hennar aftur og meira, bara sem unnandi. Ég var heldur aldrei þessi sviðstýpa þótt ég væri í músík, alltaf lafhræddur við að koma fram á tónleikum. Mér hefur alltaf þótt rosalega gaman að skapa og ég held að ég sé nú búinn að finna bestu leiðina til að fá útrás fyrir þá þörf."

Fyrsta skáldsagan er stór áfangi, hvernig líður þér núna þegar bókin er komin út, ertu kvíðinn? „Nei, ég var dálítið kvíðinn í sumar eftir að ég skilaði handritinu en núna er í mér meiri tilhlökkun, jákvæðir vibrar, eftirvænting og gleði innra með mér. Ég er að vísu ekkert farinn að lesa hana aftur sjálfur þannig að það má vel vera að þarna sé eitthvað sem ég sæi núna að ég hefði getað gert betur. En ég treysti því og heyrist á viðbrögðum að þetta sé ekki alslæmt, svo ég er bara sáttur."

fridrikab@frettabladid.is

citroen.is

CRÉATIVE TECHNOLOGIE

LÆGRA VERÐ - FRÁ 2.250.000 KR.

Við frumsýnum nýja bíltækni á lægra verði. Hinar nýju PureTech vélar frá Citroën hafa meiri kraft, lægri eldsneytiseyðslu og 25% minni losun koltvísýrings en fyrri kynslóðir slíkra véla. Eldsneytiseyðsla Citroën C3 með nýju PureTech vélinni er aðeins 4,3 l/100 km í blönduðum akstri.

Komdu og reynsluaktu vel búnum Citroën C3.

50 ár í bílgreininni

brimborg

Öruggur staður til að vera á

CITROËN

Nýir og notaðir bílar: Söludeild er opin alla virka daga kl. 9-17 og laugardaga kl. 12-16.
Brimborg Reykjavík: Bíldshöfða 8, sími 515 7040 I Brimborg Akureyri: Tryggvabraut 5, sími 515 7050

Brimborg og Citroën áskilja sér rétt til að breyta verði og búnaði án fyrirvara. Útbúnaður getur verið frábrugðinn mynd í auglýsingu.

ODDNÝ EIR „Maður hefur kraftinn í að skrifa bækurnar en ekki mikinn kraft í að prómótera þær.“ MYND/BJARTUR

Var nærri búin að gleyma þessu sjálf

Oddný Eir Ævarsdóttir er ein þrettán rithöfunda frá ýmsum þjóðum sem hljóta Bókmenntaverðlaun Evrópusambandsins í ár. Verðlaunin hlýtur hún fyrir hina rómuðu bók Jarðnæði sem út kom árið 2011 og hlaut Fjöruverðlaunin 2012.

Auðvitað er tilfinningin mjög góð, hvað viltu eiginlega að ég segi?“ spyr Oddný Eir Ævarsdóttir spurð hvernig henni líði eftir að hafa fengið þau tíðindi að hún sé ein þeirra sem hljóta Bókmenntaverðlaun Evrópusambandsins í ár. „Mér þykir vænt um að fá þessi verðlaun fyrir Jarðnæði, sérstaklega þar sem tilgangur verðlaunanna er meðal annars að auðvelda þýðingar á viðkomandi verki. Bókin hefur enn ekki verið þýdd á önnur tungumál en færeysku og sú þýðing er enn í vinnslu.“

Jarðnæði kom út hjá Bjarti árið 2011 og hlaut Fjöruverðlaunin 2012 auk þess að vera tilnefnd til Íslensku bókmenntaverðlaunanna það ár og hljóta einróma lof lesenda og gagnrýnenda. Í tilkynningu um ákvörðun dómnefnda kemur fram að verðlaununum er ætlað að veita nýjustu og bestu upprennandi rithöfundunum í Evrópu viðurkenningu. „Ég held líka að hugsunin sé sú að draga fram jaðarsvæðin og koma bókmenntum sem ekki myndu spjara sig á hinum harða engilsaxneska markaði í sviðsljósið,“ segir Oddný Eir. „Mér finnst það fín hugsjón.“

Oddný Eir sendir frá sér skáldsögu í haust, Ástarmeistarann, sem hún segist vera nýbúin að senda í prentun. „Það er ástarsaga, sem þykist ekki hafa neinar sjálfsævisögulegar skírskotanir eins og Jarðnæði.“

Verðlaunin verða afhent við hátíðlega athöfn sem fram fer í Concert Noble-höllinni í Brussel hinn 18. nóvember og Oddný Eir ætlar að sjálfsögðu að mæta þar til að veita þeim viðtöku. „Já, ég ætla bara að skvera mér,“ segir hún hlæjandi. „Ég er reyndar búin að vita af þessu í þó nokkurn tíma en það var svo rosalegt leyndarmál að maður var eiginlega búinn að gleyma því sjálfur. En vonandi verður þetta til þess að greiða leið Jarðnæðis inn á Evrópumarkað. Maður hefur kraftinn í að skrifa bækurnar en ekki mikinn kraft í að prómótera þær þannig að þetta er rosa góð hjálp við það.“

Alls hljóta þrettán höfundar verðlaunin í ár, auk Oddnýjar, þau Ben Blushi frá Albaníu, Milen Ruskov frá Búlgaríu, Jan Němec frá Tékklandi, Makis Tsitas frá Grikklandi, Janis Jonevs frá Lettlandi, Armin Öhri frá Liechtenstein, Pierre J. Mejlak frá Möltu, Ognjen Spahić frá Svartfjallalandi, Marente de Moor frá Hollandi, Uglješa Šajtinac frá Serbíu, Birgül Oğuz frá Tyrklandi og Evie Wyld frá Bretlandi. Sérhverjum vinningshafa áskotnast 5.000 evrur í verðlaun.

fridrikab@frettabladid.is

TIL BÓKAÚTGEFENDA:

Bókatíðindi 2014

Skráning nýrra bóka í Bókatíðindi 2014 er hafin.

Útgefendur eru hvattir til að skrá bækur sínar sem allra fyrst en lokaskil vegna kynninga og auglýsinga er 15. október.

Bókatíðindum verður sem fyrr dreift á öll heimili á Íslandi.

ÍSLENSKU BÓKMENNTAVERÐLAUNIN

Frestur til að tilkynna bækur vegna Íslensku bókmenntaverðlaunanna 2014 er til 15. október nk.

Allar upplýsingar á skrifstofu Félags íslenskra bókaútgefenda.
Netfang: fibut@fibut.is

FÉLAG ÍSLENSKRA BÓKAÚTGEFENDA
www.fibut.is

Lífsneistar Leifs í Kaldalónssal

Nokkur meistaraverk Leifs Þórarinssonar tónskálds hljóma í Hörpu á sunnudag. Caput hópurinn stendur að tónleikunum og Hákon Leifsson stjórnar þeim.

„Pabbi hefði orðið áttræður á þessu ári. Tónsmíðarnar hans hafa aldrei flogið hátt en nú verða flutt nokkur af hans helstu verkum. Þau spanna nánast allan tónsmíðaferil hans, allt frá hálfgerðum bernskubrekum til þess síðasta sem hann gerði. Alltaf ný og ný stílbrigði sem taka mið af sögunni,“ segir Hákon Leifsson kórstjóri um tónleika í Hörpu á sunnudag, helgaða minningu föður hans, Leifs Þórarinssonar (1934-1998).

Verkin verða flutt í tímaröð. Elst þeirra er Barnalagaflokkurinn fyrir píanó sem Leifur skrifaði í Vínarborg árið 1954 fyrir Rögnvald Sigurjónsson. Síðar var eftirfarandi setning höfð eftir Rögnvaldi: „Sérstaka ánægju hef ég af Barnalagaflokknum hans Leifs, enda er hann orðinn klassískur og hefur í sér lífsneista sem á eftir að endast lengi.“ Titill tónleikanna er eflaust sóttur í þau orð, Lífsneistar Leifs. Það er Caput hópurinn sem stendur fyrir þessum viðburði en Hákon stjórnar flutningnum að nokkru leyti. Hann kveðst þó aldrei hafa heyrt eitt verkið sem þar verður flutt, Klasar nefnist það. Hákon kallar það píanóflipp. „Það hefur ekki verið flutt síðan árið 1967 þegar pabbi og Atli Heimir léku það saman í Ríkisútvarpinu en Valgerður Andrésdóttir sér um flutninginn núna.“

Á ÆFINGU Hákon með vöskum hópi hljóðfæraleikara sem ætla að flytja verk föður hans á sunnudaginn. MYND/VILHELM

Afstæður voru samdar í New York árið 1960, fyrir fiðlu, píanó og selló, Hákon segir það stutt og spennandi verk sem geri feikna kröfur til flytjenda, þeir verða þau Auður Hafsteinsdóttir, Bryndís Halla Gylfadóttir og Snorri Sigfús Birgisson.

Síðasta verkið á dagskránni er Grafskrift fyrir Bríeti, við ljóð Matthíasar Jochumsonar. Það var samið fyrir kvenraddir og hörpu og frumflutt við útför Bríetar Héðinsdóttur árið 1996 en aldrei verið flutt á tónleikum áður. Konur úr Kammerkór Grafarvogskirkju syngja það ásamt Elísabetu Waage.

„Þau urðu dálítið samferða gegnum lífið pabbi og Bríet, voru saman í skóla og gott ef ekki Grænuborg. Svo vann pabbi oft í Þjóðleikhúsinu, hún var þar náttúrulega, þannig að þeirra vinfengi var margendurnýjað,“ lýsir Hákon.

Hann getur þess líka að systir sín Alda Lóa sé að útbúa vef um föður þeirra og verið sé að rita allt höfundarverk hans til útgáfu.

Lífsneistar Leifs verða í Kaldalónssalnum á sunnudaginn klukkan 17.15

gun@frettabladid.is

GENESIS
&
TODMOBILE
Í EINA SÆNG
TODMOBILE
& Steve Hackett
GENESIS
BESTU LÖG TODMOBILE & BESTU LÖGIN FRÁ GULLALDARTÍMABILI GENESIS
THE LAMB LIES DOWN ON BROADWAY · STELPUROKK · SUPPER'S READY · ELDLAGIÐ · MAMA
BRÚÐKAUPSLAGIÐ · I KNOW WHAT I LIKE · PÖDDULAGIÐ · SQUONK · STOPP · FIRTH OF FIFTH · BETRA EN NOKKUÐ ANNAÐ
MIÐASALA HEFST Í DAG KL. 10.00 Á MIÐI.IS OG HARPA.IS
TODMOBILE TÓNLEIKAR Á NÆSTUNNI
VESTMANNAEYJAR HÁALOFTIÐ - 10. OKTÓBER · SAUÐÁRKRÓKUR - MÆLIFELL - 16. OKTÓBER · AKUREYRI - GRÆNI HATTURINN 17. OG 18 OKTÓBER
HÚSAVÍK - GAMLI BAUKURINN - 13. NÓVEMBER · SIGLUFJÖRÐUR - KAFFI RAUÐKA - 14. NÓVEMBER

FIMMTUDAGUR 09. OKTÓBER

HVAÐ? HVENÆR? HVAR?

Tónleikar

17.30 Kunnir djassgeggjarar bjóða gestum og gangandi á ókeypis tónleika í Bókasafni Seltjarnarness í dag. Fram koma þeir Guðjón S. Þorláksson á bassa, Jakob Hagedorn Olsen á gítar og Birkir Freyr Matthíasson á trompet. Þeir flytja ljúflingslög eftir meistara á borð við Herbie Hancock, Keith Jarrett og Miles Davis.

19.30 Djasspíanistinn Sunna Gunnlaugs er nýkomin frá Berlín þar sem hún hélt dúó-tónleika með þýska píanistanum Julia Hülsmann fyrir fullu húsi. Að þessu sinni tekur hún á móti hollenska bassaklarinettuleikaranum Maarten Ornstein og munu þau halda þrenna tónleika hér á landi í vikunni. Þau spila í Bergi í Reykjanesbæ í kvöld.

20.00 Kristjana Stefánsdóttir söngkona og Kjartan Valdemarsson píanóleikari standa fyrir fernum spunatónleikum í Hannesarholti í vetur. Þau fá til sín góða gesti sem munu leika með þeim á tónleikunum. Meðal viðfangsefna verða íslensk sönglög, amerískir standardar, Bítlarnir og svo þekkt rokk- og popp lög. Fyrstu tónleikarnir verða í kvöld og verður viðfangsefni þeirra amerískir standardar.

20.00 Sigga Beinteins, Guðrún Gunnarsdóttir og Jógvan Hansen spila í Salnum í Hamraborg í kvöld. Karl Olgeirsson píanóleikari, Róbert Þórhallsson bassaleikari og Matthías Stefánsson gítar- og fiðluleikari verða þeim innan handar. Aðgangseyrir er 3.900 krónur.

20.00 Tilraunatónlistarhópurinn S.L.Á.T.U.R. heldur upp á Sláturtíð í Listasafni Reykjavíkur. Kl. 20.00 hefst hátíðin.

20.00 Roland Hartwell Jr. ætlar að spila 60's, 70's & 80's tónlist á Hlemmur Square í kvöld ásamt óvæntri annarri gleði. Hann ábyrgist stuð & stemningu en líkt og ávallt er gítarinn við höndina.

20.30 Tónlistarkonurnar Rebekka Sif og Silja Rós munu flytja sitt frumsamda efni á Lofti Hosteli í kvöld. Báðar ætla að styðjast við tónlistarmenn og koma einnig fram Aron Andri Magnússon á gítar og Grétar Örn Axelsson á gítar. Ókeypis inn.

20.30 Hljómsveitin Katanes heldur tónleika á Ob-La-Dí-Ob-La-Da í kvöld. Magnús R. Einarsson mun hefja tónleikana með dagskrá helgaðri minningu Johns Lennon, sem fæddist þennan dag. 1.000 krónur inn.

21.00 Trúbadorarnir Alexander & Guðmann spila enn einu sinni á English Pub í kvöld.

21.00 Soffía Björg og Pétur Ben munu skipta með sér fimmtudagskvöldinu 9. október á Húrra næstkomandi. Pétur Ben byrjar kvöldið með akústískt sett og gefur tóninn fyrir Soffía Björg Band sem tekur svo við, en hljómsveitina skipa Örn Eldjárn, Ingibjörg Elsa Turchi, Þorvaldur Ingveldarson og Tómas Jónsson. Aðgangseyrir 2.000 kr.

21.00 Íslenska sveitin Audio Nation spilar Rock/Pop/Salsa/Grunge/Blues á Café Rósenberg í kvöld.

21.00 Limited Escape troða upp á Dillon í kvöld.

21.00 Varsjárbandalagið sem spilar balkanska tónlist með eldfjallaáhrifum treður upp á ókeypis tónleikum á Kexi Hosteli í kvöld.

VINKONUR Leikkonurnar eru sagðar vilja vinna saman á ný.

Saman á ný?

Leikkonan Courteney Cox er sögð vera afar spennt fyrir því að gera þætti með vinkonum sínum úr Friends, þeim Jennifer Aniston og Lisu Kudrow. Courteney er sögð vera að vinna að nýrri þáttaröð þar sem vinkonurnar færu allar með hlutverk. Vinkonurnar voru gestir í spjallþætti Jimmys Kimmel í síðasta mánuði þar sem þær töluðu um hversu gaman það hefði verið að leika saman í Friends. Heimildarmaður Heat Magazine sagði í samtali við tímaritið að Courteney vildi gera prufuþátt þar sem þær lékju miðaldra vinkonur sem ættu það sameiginlegt að eiga erfitt með að eignast börn. Þær eru sagðar hafa farið saman út að borða stuttu eftir þáttinn þar sem þær hafi rætt frekara samstarf og séu allar spenntar fyrir því að vinna saman aftur.

Skammaður af mömmu

Stjörnudómarinn Simon Cowell hefur verið þekktur fyrir að vera óhræddur við að tjá skoðanir sínar í gegnum tíðina og ekki endilega látið skammir annarra á sig fá. Það er þó ein manneskja sem hann hlustar alltaf á og hlýðir, sú er móðir hans, hin 88 ára gamla Julie Cowell. Hann segir atvik frá unglingsárunum enn sitja í honum. Þegar Simon var 15 ára sagði mamma hans fyrir framan kærustuna hans að hann ætti að hætta að vera alltaf að sýna sig. „Ég gat ekki svarað henni,“ segir hann í viðtali á útvarpsstöðinni BBC 1. „Það versta sem hún getur sagt við mig er að ég eigi að hætta að sýna mig þegar ég er með vini í kringum mig,“ sagði Simon einnig og bætti við hlæjandi: „Hún elskar enn þá að skamma mig.“

SIMON COWELL

Leiklist

18.00 Bíó Paradís frumsýnir nýja uppfærslu af tímalausu meistaraverki Tennessee Williams, A Streetcar Named Desire.

20.00 Fyrsta sýningin á Eldklerkinum í Tjarnarbíói. Hér er sögð saga af Jóni Steingrímssyni frá 18. öld, saga af góðum bónda, lækni og presti sem þarf að takast á við afleiðingar skelfilegustu náttúruhamfara Íslandssögunnar á tímum örbirgðar og undirokunar. Verð frá 2.500 krónum.

Síðustu forvöð

18.00 Síðasta tækifæri til að sjá heimildarmyndina Björk: Biophilia Live í Bíói Paradís.

Bókmenntir

21.00 Ljóðabókaútgáfan Meðgönguljóð hefur undanfarin ár einbeitt sér að útgáfu og kynningu á verkum nýrra íslenskra skálda. Einnig hefur forlagið stefnt saman kynslóðum skálda í ýmsum viðburðum og verkefnum. Í kvöld setja þau framtíðarskáldið í fókus, en þá munu 13 ungskáld koma fram í Mengi og kynna ný verk. 2.000 krónur inn, gefins ljóðabók fylgir með.

Uppistand

20.00 Uppistandshópurinn Mið-Ísland kemur fram í fyrsta sinn á Suðurnesjum þann 9. október í Hljómahöll með sýninguna Áfram Mið-Ísland. Sýningin sló eftirminnilega í gegn á síðasta ári en áður en yfir lauk var hún sýnd yfir 75 sinnum og voru gestir tæplega 15 þúsund talsins. Uppselt á sýninguna.

Tónlist

21.00 DJ Óli Dóri úr útvarpsþættinum Straumi þeytir skífum á Boston í kvöld.

21.00 DJ Óli Hjörtur & Lovísa byrja kvöldið á Prikinu og svo tekur við DJ Sexítæm.

Leiðsögn

20.00 Þóra Sigurðardóttir myndlistarmaður tekur þátt í leiðsögn í Hafnarborg og ræðir við gesti um verk sín á sýningunni Rás, sem nú stendur yfir.

Myndlist

11.00 Ný málverkasýning Sigtryggs Bjarna Baldvinssonar opnuð í Hverfisgalleríi í dag.

20.00 Nú er Sláturtíð hafin en í ár er keppnin um Keppinn 2014 – myndlistarkeppni með frjálsri aðferð. Markmiðið er að stuðla að nýsköpun í myndlistarmenningu á Íslandi. Frestur til að skila inn verkum er til fimmtudagsins 9. október kl. 19.30 í Listasafni Reykjavíkur í Hafnarhúsi en þá hefst uppboð á keppnisverkum. Það verk sem hæst er boðið í eftir lokatónverk lokatónleika Sláturtíðar 2014 11. október sigrar.

Upplýsingar um viðburði sendist á hvar@frettabladid.is

MYND/GULLI MÁR

ÓHUGNANLEG UPPTAKA Collins er í klandri.

Sakaður um barnaníð

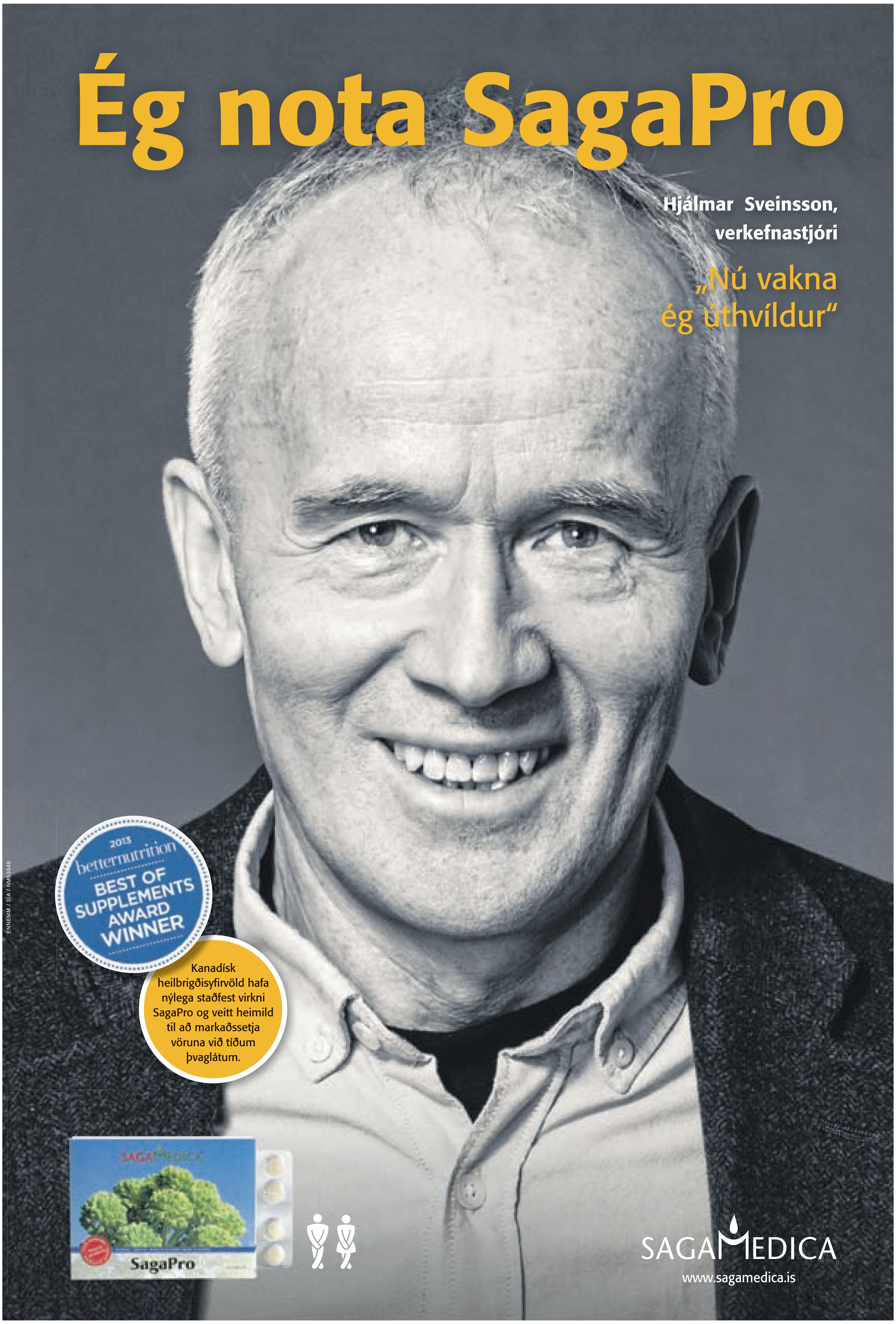
Leikarinn Stephen Collins er búinn að missa hlutverkið í kvikmyndinni Ted 2 eftir að TMZ birti upptöku í gær þar sem leikarinn játar að hafa misnotað stúlkur undir lögaldri kynferðislega. Faye Grant, eiginkona Stephens, tók upp fund sem þau áttu með fjölskylduráðgjafa árið 2012 án þess að Stephen vissi af því. Á upptökunni lýsir Stephen því í smáatriðum hvernig hann braut kynferðislega gegn ungum stúlkum.

Leikarinn hefur ekki sent frá sér yfirlýsingu en Faye sagðist í gær ekki hafa komið upptökunni til TMZ. „Ég hef oft hvatt Stephen til að leita sér meðferðar við barnagirnd en hann hefur neitað að leita sér hjálpar eða leggjast inn á spítala vegna þessarar girndar,“ segir hún.

CHARLENE OG ALBERT Eiga von á tvíburum.

Konunglegir tvíburar á leiðinni

Albert Mónakóprins og eiginkona hans Charlene prinsessa eiga von á tvíburum, en þau staðfestu það í viðtali við tímaritið Hello! á miðvikudag. Þau tilkynntu í maí að þau ættu von á erfingja, en þetta eru fyrstu börn fyrrverandi ólympíusundkonunnar Charlene. Fyrir á Albert tvö börn úr fyrri samböndum, dótturina Jazmin Grace og soninn Alexandre. Ekki er ljóst hvor tvíburinn muni erfa krúnuna, en samkvæmt reglunum mun fyrri tvíburinn sem fæðist erfa hana. Hins vegar ef fyrri tvíburinn er stúlka og sá síðari drengur mun krúnan koma í hans hlut. Þar sem fyrri börn Alberts eru fædd utan hjónabands mun hvorugt þeirra erfa krúnuna. Albert prins og Charlene giftu sig árið 2011 rétt fyrir utan London við stjörnum prýdda athöfn, en tuttugu ára aldursmunur er á þeim hjónum.



AFMÆLISBARN DAGSINS

71 árs Chevy Chase leikari og grínisti

Frægur fyrir: Chase er einn frægasti bandaríski grínleikarinn.

BÍÓFRÉTTIR

Einfari með „cameo"

Fyrsta kvikmyndin byggð á bók eftir rithöfundinn Thomas Pynchon er á leiðinni en það er sakamálasagan Inherent Vice. Samkvæmt New York Times mun rithöfundurinn hugsanlega koma fyrir í myndinni en hann hefur haldið sig frá sviðsljósinu og veitir aldrei viðtöl. Þess vegna spyr tímaritið Vulture: „Ef enginn veit hvernig þú lítur út, telst það með sem „cameo"?"

Sandler á Netflix

Grínleikarinn Adam Sandler mun leika í fjórum myndum sem verða frumsýndar á Netflix og ekki sýndar í bíó. Myndirnar verða framleiddar af hans eigin fyrirtæki, Happy Madison. Í tilkynningu frá Netflix segir: „Fólk elskar myndirnar hans á Netflix og horfir á þær aftur og aftur. Það kann vel við hann óháð aldri – allir eiga uppáhaldsmynd eða uppáhaldsfrasa frá honum."

FRUMSÝNINGAR

Gone Girl Spennumynd

Aðalhlutverk: Rosamund Pike, Ben Affleck, Neil Patrick Harris, Scoot McNairy, Sela Ward

IMDb 8,6/10

Andri og Edda verða bestu vinir Fjölskyldumynd

Aðalhlutverk: Nora Amundsen, Hilde Louise Asbjornsen, Janne Formoe

IMDb 6,7/10

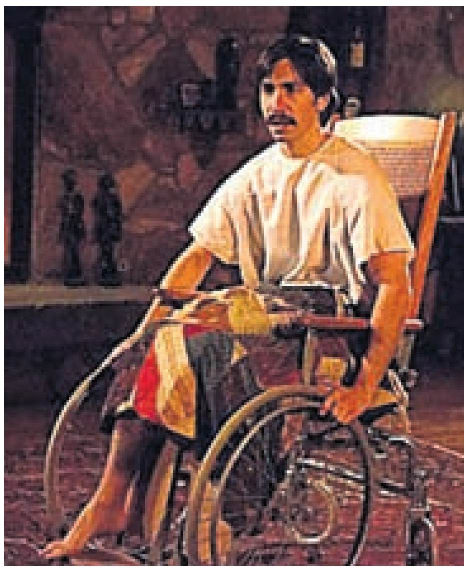
Rostungshrollvekja Kevins Smith hrellir

Nýjasta mynd leikstjórans Kevins Smith er hryllingsmynd með harla geggjuðum söguþræði.

IMDb 6,7/10

Kvikmyndin Tusk verður frumsýnd hér á landi í Laugarásbíói á mánudaginn. Myndin er nýjasta verk leikstjórans, grínistans og Íslandsvinarins Kevins Smith en hann var staddur hér á landi árið 2011 þar sem hann hélt uppistandið sitt fræga, An Evening With Kevin Smith, í Hörpunni.

Kevin Smith er langþekktastur fyrir sínar sérstöku grínmyndir en honum skaut upp á stjörnuhimininn árið 1994 með myndinni Clerks. Sú var afar ódýr í framleiðslu en hinn einfaldi söguþráður sem byggðist aðallega á fyndnum samtölum varð til þess að myndin var mjög áhrifamikil á indímyndasenunni. Smith hefur gert margar grínmyndir sem eiga það allar sameiginlegt að gerast í heimabæ hans New Jersey en í þeim koma oft fyrir sömu karakterarnir, svo sem tvíeykið geðþekka Jay og Silent Bob.



VERÐANDI ROSTUNGUR Justin Long leikur aðalfórnarlambið.

➜ Kvikmyndin Tusk er önnur hrollvekjan sem Kevin Smith leikstýrir.

Á undanförnum árum hefur Smith verið að færa sig út fyrir þægindarammann með því að gera hryllingsmyndir. Hrollvekjan Red State kom út árið 2011 og fjallar um unglinga sem lenda í klónum á klikkuðum sértrúarsöfnuði. Tusk er nýjasta hrollvekjan hans en sami leikari er í hlutverki „vonda karlsins" og í Red State, Michael Parks.

Söguþráðurinn í Tusk er ansi geggjaður en myndin á að vera sú fyrsta í þríleik sem Smith kallar True North-þríleikinn. Myndin fjallar um internetsútvarpsmanninn Wallace Bryton (Justin Long) en besti vinur hans, Teddy (Haley Joel Osmont), og kærastan hans, Allison (Ally Leon), fara að leita að honum þegar hann týnist eftir að hafa tekið viðtal við dularfullan sjómann að nafni Howard Howe (Michael Parks). Í ljós kemur að Howe hefur reynt að breyta Wallace í rostung. Þetta er söguþráður myndarinnar.

Myndin hefur fengið afar misjafna dóma, sumir segja hana ömurlega en öðrum finnst hún frábær. Því verður spennandi að sjá hvernig leikstjóranum hefur tekist að útfæra þessa absúrd sögu.

thorduringi@frettabladid.is

SJALDGÆFUR VIÐBURÐUR Hugleikur telur gamlar myndir njóta sín best í bíósal.

Svartir sunnudagar snúa aftur með stæl

Breytt snið á sýningunum. Nú verða tvær myndir sýndar í röð að gömlum sið.

„Þetta er mjög mikið tilhlökkunarefni," segir Hugleikur Dagsson um bíósýningaröðina Svartir sunnudagar sem snýr nú aftur í Bíó Paradís eftir nokkurra mánuða hlé. Hugleikur hefur haldið utan um Svarta sunnudaga ásamt Sjón og Sigurjóni Kjartanssyni en áherslan hefur verið á költmyndir. Sýningarnar verða með breyttu sniði í haust en nú verða svokallaðar „double feature" kvikmyndasýningar mánaðarlega í staðinn fyrir eina sýningu vikulega.

Tvöfaldar kvikmyndasýningar eru ansi viðeigandi í ljósi þess að það var siður að sýna tvær myndir í röð á sínum tíma í bílabíóum og svokölluðum „grindhouse"-bíóum, sem sýndu aðallega B- og költmyndir. „Við ætlum að halda upp á þennan sið. Á svona atburðum lifa þessar gömlu költmyndir sem best, það er einhvern veginn meiri viðburður að sjá gamla mynd í bíó heldur en nýja. Það er sjaldgæfara," segir Hugleikur.

Á sunnudaginn verða tvær sígildar költmyndir frá árinu 1968 sýndar, Barbarella og Danger: Diabolik. „Barbarella er ein stærsta költmynd allra tíma en Danger: Diabolik er svolítið gleymd. Þær eiga það sameiginlegt að vera framleiddar af Dino De Laurentiis." Dino var einn stærsti kvikmyndaframleiðandi Ítalíu og framleiddi margar frægar Fellini-myndir jafnt sem smærri költmyndir. „Þær eru líka báðar byggðar á myndasögum og í rauninni með fyrstu góðu myndasögukvikmyndunum. Kvikmyndanördar vilja meina að þær séu báðar frábærar. Þær eru rosa „grúví" og rosa „sixtís"."

Frá því að Svartir sunnudagar voru stofnaðir hefur hefðin ávallt verið sú að fá listamenn til að gera plakötin fyrir sýningarnar. Hugleikur hannaði plakatið fyrir Barbarella/Danger: Diabolik en það er unnið úr gömlum teikningum úr myndasögunum. Öll plakötin eru til sýningar og sölu í Bíó Paradís en margir íslenskir listamenn hafa lagt þeim lið, svo sem Halldór Helgason, Þrándur Þórarinsson og Davíð Örn Halldórsson.

thorduringi@frettabladid.is

Dúnmjúkur draumur

Við fögnum 14.000 ánægðum viðskiptavinum og bjóðum fleiri í hópinn með frábæru tilboði á dúnsængum.

Léttar og hlýjar dúnsængur sem færa þér einstakan svefn.

Eingöngu 100% náttúruleg efni, dúnn & bómull.

Allur dúnn er hitahreinsaður án kemískra efna.

96% eigenda ánægðir

Kíktu á könnunina **lindesign.is**

Áður 39.990 kr

Nú 29.990 kr

Þú sparar 10.000 kr

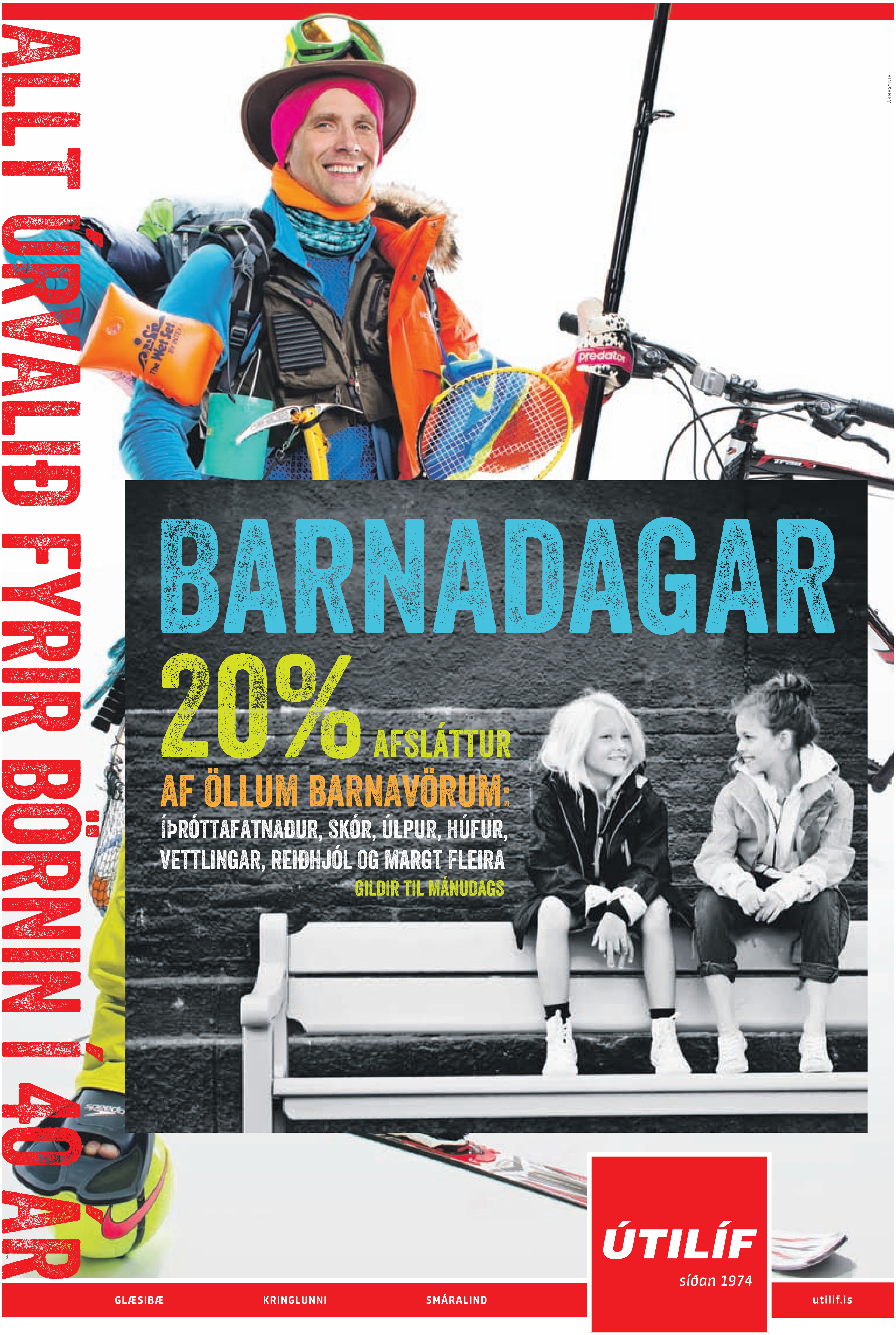
Stærð: **140x200**

Fylling: **100% hvítur dúnn**

Dúnmagn: **790 gr**

Lín DESIGN

Lín Design Laugavegi 176 Glerártorgi Akureyri Sími 533 2220 www.lindesign.is


ALLT ÚRVALIÐ FYRIR BÖRNIN Í 40 ÁR
BARNADAGAR
20% AFSLÁTTUR
AF ÖLLUM BARNAVÖRUM:
ÍÞRÓTTAFATNAÐUR, SKÓR, ÚLPUR, HÚFUR,
VETTLINGAR, REIÐHJÓL OG MARGT FLEIRA
GILDIR TIL MÁNUDAGS
ÚTILÍF
síðan 1974
GLÆSIBÆ
KRINGLUNNI
SMÁRALIND
utilif.is

LÍFIÐ

Hermannagrænt haust

Einn heitasti liturinn á tískupöllunum fyrir veturinn var hermannagrænn. Fallegur litur sem tónar vel við haustlitina úti.

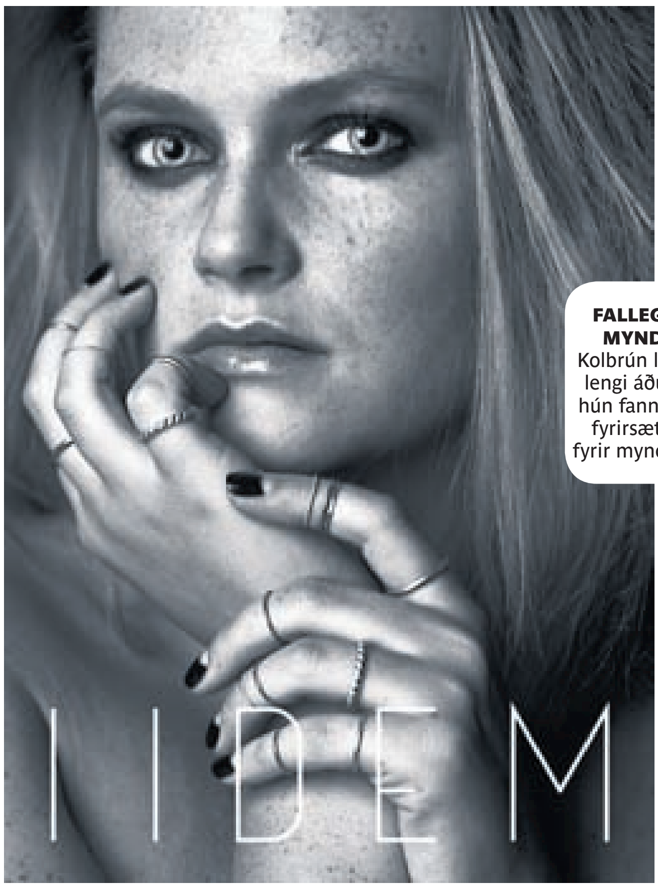
Heilari og hönnuður hanna hringa

Samstarfskonurnar Kolbrún Ýr Gunnarsdóttir fatahönnuður og Helga Mogensen skartgripahönnuður höfðu unnið saman lengi áður en þær fór í „andlegt“ ferðalag saman, en það varð innblástur að fallegri skartgripalínu sem þær sköpuðu í sameiningu.

„Okkur langaði að gera eitthvað stílhreint og fagurt. Hringar hafa alltaf verið á sama stað á fingrinum, en við vildum gera hringa sem þú getur staflað út um allt og ráðið sjálf hvar á fingrinum þeir eru,“ segir Kolbrún Ýr Gunnarsdóttir fatahönnuður. Hún og samstarfskona hennar, Helga Mogensen skartgripahönnuður, gerðu saman skartgripalínuna Iidem. Í línunni er að finna hringa úr messing, kopar og gegnheilu silfri. „Hringarnir eru í öllum stærðum, þannig að þú getur raðað þeim á fingurna að vild og haft þá hvar á fingrinum sem er,“ segir Kolbrún. Þær reka saman verslunina Kirsuberjatréð ásamt níu öðrum listamönnum, en hugmyndin að samvinnunni kviknaði þegar þær fóru saman í ferð til Akureyrar. „Við eyddum dágóðum tíma í bílnum á leiðinni og ræddum um ýmislegt, þá aðallega lífið og tilveruna. Helga er heilari og við höfum gaman af því að spjalla um andlega hluti. Þannig að við kynntumst mun betur en áður og urðum nánari,“ segir Kolbrún. „Út frá þessari „andlegu“ ferð kom upp sú hugmynd að við ættum að vinna saman að einhverju fallegu.“ Hringarnir eru eins og áður sagði úr messing, kopar og gegnheilu silfri. „Þeir eru fjölbreyttir en flestir mjög stílhreinir, en allir mismunandi. Silfurhringarnir eru bæði til snúnir og flatir. Suma erum við búnar að smíða, eða þannig að þeir eru flatir og þunnir. Það skemmir ekki fyrir að koparinn leiðir orku inn í líkamann og þess vegna gott að hafa hann með og blanda öllu saman.“ Kolbrún segir að nafnið á hringunum hafi vafist fyrir þeim. „Við lágum lengi yfir nafninu, en á endanum kom það og við erum mjög ánægðar með það. Hringar sem ná ekki alveg niður á fingurinn eru kallaðir kjúkuhringar (knucklerings) og Iidem þýðir kjúka á latnesku. Okkur fannst orðið líka fallegt og það passaði vel.“

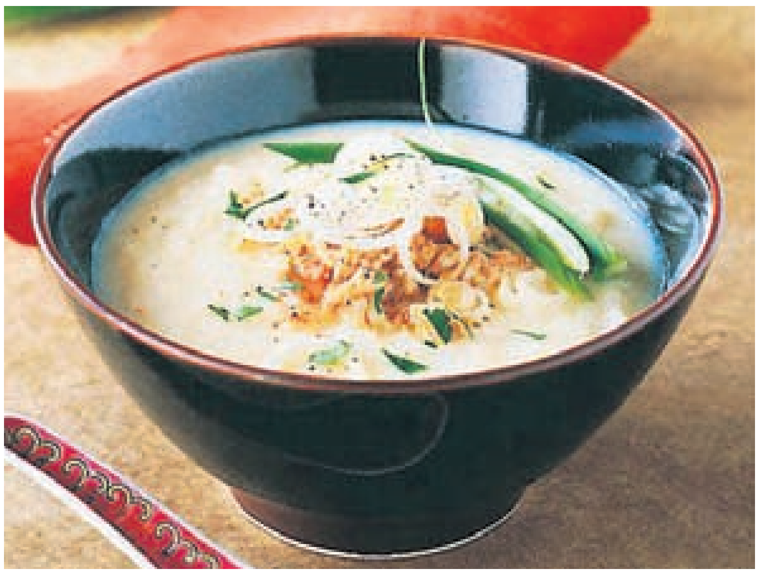
adda@frettabladid.is

HÖNNUÐIR IIDEM Helga Mogensen skartgripahönnuður og Kolbrún Ýr Gunnarsdóttir fatahönnuður.



FALLEGAR MYNDIR Kolbrún leitaði lengi áður en hún fann réttu fyrirsætuna fyrir myndirnar.

MYNDIR/INGRID KARIS



Uppskrift
Hlýleg haustsúpa

Nú er formlega komið haust, eins og allir ættu að hafa tekið eftir, og þá fer hið árlega kvef og kuldahrollur að láta á sér kræla. Fátt hlýjar manni eins mikið og matarmikil og heit súpa. Þessi uppskrift er tilvalin í kvöldmatinn á köldu haustkvöldi.

Hlýleg haustsúpa (fyrir 4)

- 500 g kjúklingalundir, skornar í bita
- 1 msk. ólífuolía
- 1 msk. kókosolía
- 150 g bankabygg
- 2–3 hvítlauksrif
- 3 cm engiferkubbur, rifinn
- 1,5 l vatn
- 2 kjúklingakraftskubbar
- 3 vorlaukar, sneiddir
- sjávarsalt og nýmalaður pipar

Hitið ólífuolíuna og kókosolíuna í potti og steikið kjúklingalundirnar. Takið þær frá og steikið byggið í stutta stund, bætið hvítlauk og engifer saman við og steikið. Hellið vatni smám saman saman við ásamt kjúklingakrafti og látið malla í 30-35 mínútur. Bætið kjúklingnum saman við ásamt vorlauknum og kryddið með salti og pipar.

FYRIR HEIMILIN Í LANDINU

ORMSSON HEFUR AFNUMIÐ VÖRUGJÖLD Í ÖLLUM VERSLUNUM SÍNUM FYRSTIR ALLRA

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

MÍNUS 20%

SAMSUNG

UE 32/40/48H5005

LED SJÓNVARP · 100 Hz. · Full HD 1920x1080p Mega skerpa · Afspilun USB: kvikmyndir, ljósmyndir, tónlist · Sjónvarpsmóttakari: Digital DVB-T2

ÁÐUR: 109.900
32"= NÚ: 87.920

ÁÐUR: 139.900
40"= NÚ: 111.920

ÁÐUR: 189.900
48"= NÚ: 151.920

MÍNUS 20%

NÝTT!
2014/2015 módel

SAMSUNG

UE 40/48/55H6675

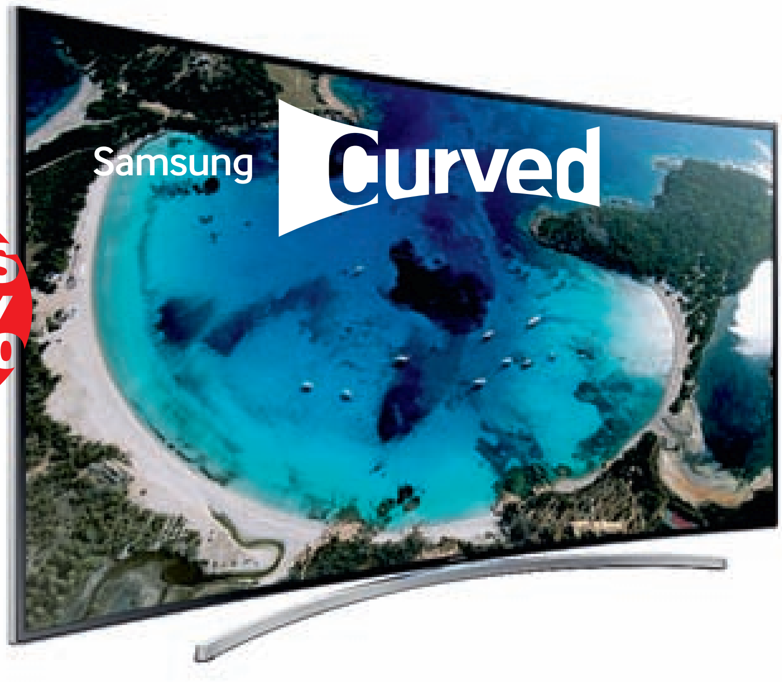
LED SJÓNVARP · 600 Hz. · Full HD 1920x1080p · 3D · SMART TV

ÁÐUR: 229.900
40"= NÚ: 183.920

ÁÐUR: 289.900
48"= NÚ: 231.920

ÁÐUR: 369.900
55"= NÚ: 295.920

Skjár: Micro Dimming fyrir betri svartann lit · AllShare: Auðvelt að streyma frá öðrum raftækjum í Smart TV · Betri örgjörvi: Quad Core tryggir frábært viðmót í Smart TV · Sérstakt Football Mode sem gerir íþróttaviðburði líflegri · Endalaust úrval af frábærum forritum í Smart Hub · USB upptaka og afspilun · Tvenn þrívíddargleraugu fylgja með og tvær góðar fjarstýringar · Hægt að stýra afruglara með sjónvarpsfjarstýringu · Gervihnatta móttakari



MÍNUS 20%

SAMSUNG

UE 46/55/65H8005

LED SJÓNVARP · 1000 Hz. · Full HD 1920x1080p SMART TV · CURVED

ÁÐUR: 499.900
46"= NÚ: 399.920

ÁÐUR: 639.900
55"= NÚ: 511.920

ÁÐUR: 899.900
65"= NÚ: 719.920

SAMSUNG SETRIÐ
SAMSUNG-SETRIÐ ER HLUTI AF ORMSSON EHF.

SÍÐUMÚLA 9 · SÍMI 530 2900 · samsungsetrid.is
OPIÐ VIRKA DAGA KL.10–18 · LAUGLAUGARDAG KL.11–15

ORMSSON

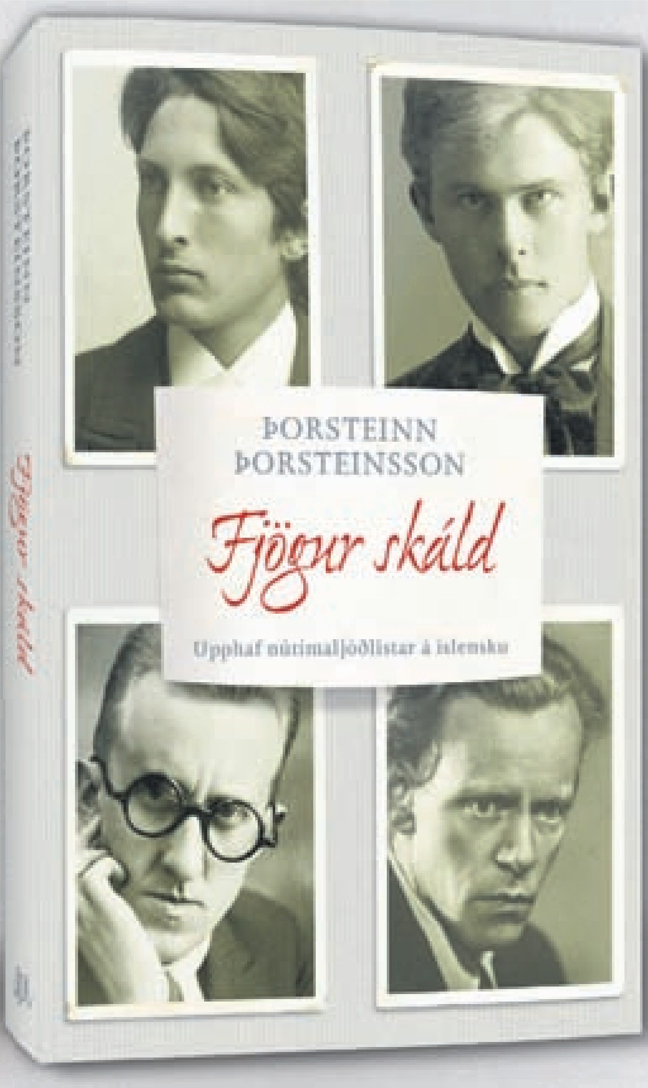
LÁGMÚLA 8 · SÍMI 530 2800 · ormsson.is
OPIÐ VIRKA DAGA KL.10–18 · LAUGARDAGA KL.11–15

FYRIR HEIMILIN Í LANDINU

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

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

UPPHAF NÚTÍMA-LJÓÐLISTAR



JÓHANN SIGURJÓNSSON, JÓHANN JÓNSSON, HALLDÓR KILJAN LAXNESS og STEINN STEINARR.

Markverð umfjöllun um þessi lykilskáld fyrri hluta síðustu aldar þar sem í brennidepli eru þau ljóð þeirra sem nýstárlegust þóttu.

Þorsteinn Þorsteinsson hlaut Íslensku bókmenntaverðlaunin 2007 fyrir *Ljóðhús.*

★★★★★

„Hugmyndir fara fljúgandi um, þyrlast upp og finna sér skjól … Höfundurinn skrifar skýran og einfaldan texta, er nálægur og innilegur í tóni …“

PÁLL BALDVIN BALDVINSSON / FRÉTTABLAÐIÐ UM *LJÓÐHÚS*

www.forlagid.is
– alvöru bókabúð á netinu

M.A.-KVARTETTINN Í ÁRDAGA FERILSINS Efst fyrir miðju er Jakob V. Hafstein 1. bassi, t.v. Þorgeir Gestsson 1. tenór og Jón frá Ljárskógum og neðst fyrir miðju er Steinþór Gestsson 2. tenór. Þorgeir og Steinþór voru bræður frá Hæli í Gnúpverjahreppi.

Jón frá Ljárskógum var Bing Crosby Íslands

Káta Víkurmær, Blærinn í laufi og fleiri söngljóð eftir helstu dægurstjörnu Íslands á liðinni öld verða á dagskrá söngskemmtunarinnar Syngdu mig heim.

„Jón frá Ljárskógum var einn vinsælasti tónlistarmaður landsins á fjórða og fimmta áratug síðustu aldar, nokkurs konar Bing Crosby Íslands. Hann og félagar hans í M.A.-kvartettinum sungu sig inn í hug og hjörtu þjóðarinnar og voru í raun fyrstu dægurstjörnurnar hér á landi,“ segir Sigurður Helgi Oddsson, listrænn stjórnandi og skipuleggjandi söngskemmtunarinnar Syngdu mig heim, sem hann stendur fyrir í tilefni þess að öld er liðin frá fæðingu Jóns.

Sigurður segir fá dæmi í íslenskri tónlistarsögu um áþekkar vinsældir og M.A.-kvartettinn naut á sínum tíma. Sérstaklega hafi söngtextar Jóns átt upp á pallborðið og lifi þeir enn með þjóðinni, t.d. Sestu hérna hjá mér, ástin mín, Kom vornótt og syng og Blærinn í laufi. „Söngdagskráin til heiðurs Jóni og M.A.-kvartettinum var fyrst flutt á hátíðartónleikum í Vídalínskirkju í Garðabæ í vor fyrir fullu húsi. Við bjuggumst við um 200 manns, en á endanum komu hátt í eitt þúsund og þurfti að opna safnaðarheimilið til að allir kæmust fyrir. Á tónleikunum, sem við héldum í kirkjum og félagsheimilum víða um land í sumar var líka yfirleitt húsfyllir. Eldri tónlistargestir höfðu margir á orði að þeir hafi horfið aftur til ungdómsáranna þegar þeir hlýddu á þessar gömlu dægurlagaperlur,“ segir Sigurður Helgi.

Tónleikarnir hverfast um Jón frá Ljárskógum og milli atriða, sem samanstanda af einsöng, dúettum, kvartett og kór, verður fjallað um líf hans og list. Flytjendur á tónleikunum, sem hefjast kl. 20.00 í Langholtskirkju föstudagskvöldið 10. október verða auk Sigurðar Helga, sem spilar á píanó, Una Dóra Þorbjörnsdóttir, Unnur Birna Björnsdóttir, Guðmundur Davíðsson og Kvartettinn Emma, nýstofnaður söngkvartett í anda M.A.-kvartettsins. Einnig mun Karlakór Reykjavíkur, sem Jón söng með um skeið, hefja upp raust sína. „Það kæmi mér ekki á óvart að við fylltum kirkjuna, sem tekur 500 manns. Við ætlum að flytja mörg af þekktustu söngljóðum skáldsins, þar á meðal nokkur lög sem M.A.- kvartettinn gerði fræg, og flytja þau í upprunalegri útsetningu, en það hefur ekki verið gert í 70 ár.“

Sigurður Helgi er að norðan og mikill áhugamaður um M.A.-kvartettinn. Hann viðurkennir að vera helsti hvatamaður tónleikahaldsins. „Að baki þeim býr mikil sagnfræðirannsókn á sögu kvartettsins og dægurtónlistarsögu Íslands á millistríðsárunum, en þá ríkti hér mikil sönggleði, sem mér finnst kristallast í persónu Jóns frá Ljárskógum. Ég byrjaði á þessu grúski í menntaskóla og nú stefnir allt í að afraksturinn verði bók, sem væntanlega ber nafnið M.A.-kvartettinn – Fyrstu dægurstjörnur Íslands“ og að hún komi út að tveimur árum liðnum,“ upplýsir Sigurður Helgi og segir jafnframt að engir styrktaraðilar séu að tónleikunum.

valgerdur@frettabladid.is

SÖNG SITT SÍÐASTA LAG MEÐ M.A.-KVARTETTINUM FRÁ AKUREYRI ÁRIÐ 1942

Jón Jónsson fæddist árið 1914 að Ljárskógum í Laxárdal. Hann stundaði nám í Menntaskólanum á Akureyri og útskrifaðist þaðan stúdent 1934. Á skólaárunum stofnaði hann M.A.-kvartettinn, sem hann söng með sitt síðasta lag árið 1942 aðeins 28 ára gamall og veikur af berklum. Eftir að hafa horfið frá guðfræðinámi við Háskóla Íslands gerðist hann kennari við Gagnfræðaskóla Ísafjarðar. Jón var landsþekktur fyrir ljóð sín og söngtexta. Eftir hann liggja tvær frumortar ljóðabækur og söngljóðasafn. Jón lést á Vífilstöðum rúmlega þrítugur frá eiginkonu og kornungum syni.

EMMA KVARTETTINN Efst fyrir miðju er Magnús Pétursson 2. tenór, t.v. er Reynir Bergmann Pálsson 1. bassi, Björn Bjarnsteinsson 2. bassi t.h. og Guðmundur Davíðsson 1. tenór neðst fyrir miðju.

DEBENHAMS

ESTĒE LAUDER

dagar í Debenhams

Glæsilegur kaupauki* fyrir þig ef þú kaupir vörur frá Estée Lauder fyrir 6.900 krónur eða meira í Debenhams dagana 9.- 15. október.

Kaupaukinn inniheldur:
Perfectly Clean Foam Cleanser/Purifying Mask – farðahreinsi og hreinsimaska, 30ml
Resilience Lift Creme SPF 15 - dagkrem sem stinnir og styrkir húðina, 15ml
Resilience Lift Eye Creme – augnkrem sem styrkir augnsvæðið, 5ml
Lash Primer Plus - augnháranæringu, 2.8ml
Sumtuous Extreme Mascara – svartan maskara sem lengir og þéttir, 2.8ml
Pure Color Eyeliner – svartan augnblýant
Pure Color Lipstick – varalit fulla stærð, litur no,18
Fallega snyrtibuddu

*meðan birgðir endast

Kynnum:
Nýtt Advanced Night Repair Eye Gel og Eye Serum.
Viðgerðin á augnsvæðinu verður enn meiri en áður.
Lagfærir línur og hrukkur.
Dregur úr þrota og baugum.

Finndu okkur á facebook

Gerðu lífið skemmtilegra

DEBENHAMS – SMÁRALIND
KONUR HERRAR BÖRN SNYRTIVÖRUR

LESTU EINS MIKIÐ OG ÞIG LYSTIR!

Verð 3.999 kr.

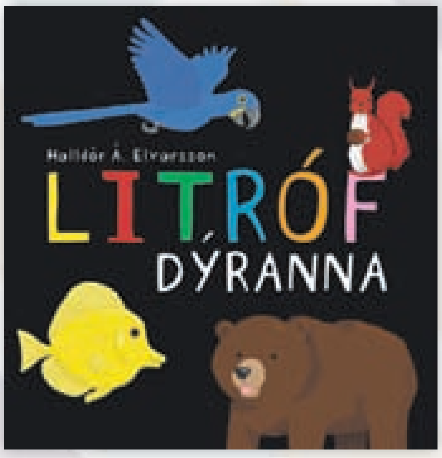
Bókin er gefin út í samvinnu við Hjartavernd, Krabbameinsfélagið og Embætti landlæknis.

Embætti landlæknis
Directorate of Health

VILDARKLÚBBUR EYMUNDSSON

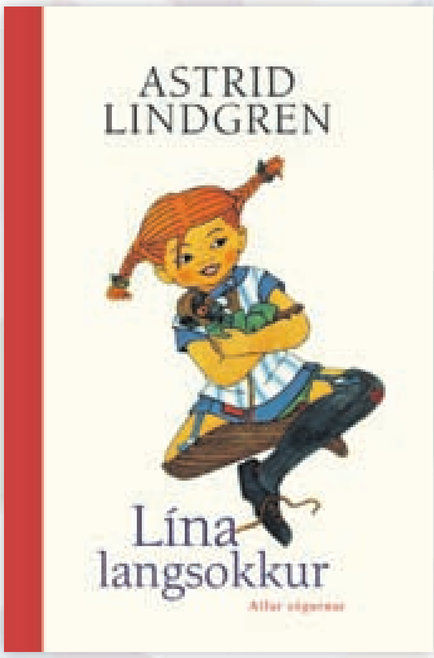
5% afsláttur af ÖLLUM VÖRUM einnig tilboðum

NÝ VERSLUN LAUGAVEGI 77

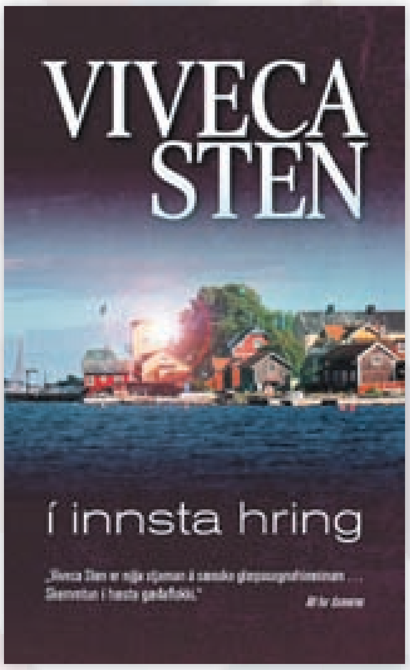


Litróf dýranna
Verð: 2.599.-

Maðurinn sem hataði börn
Verð: 4.299.-



Lína langsokkur - allar sögurnar
Verð: 3.999.-



Í innsta hring
Verð: 3.499.-

Skaraðu fram úr
Verð: 3.999.-

FULLT AF NÝJUM BÓKUM

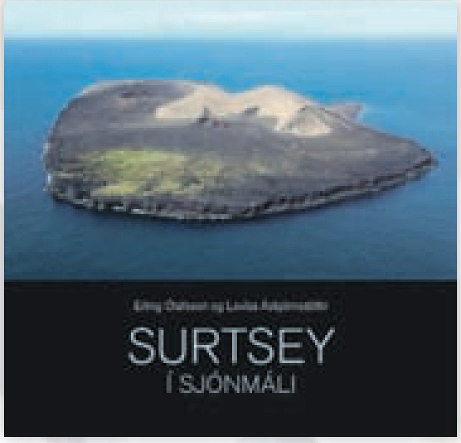
Fuglaþrugl og Naflakrafl
Verð: 3.499.-

TVÆR Í PAKKA!

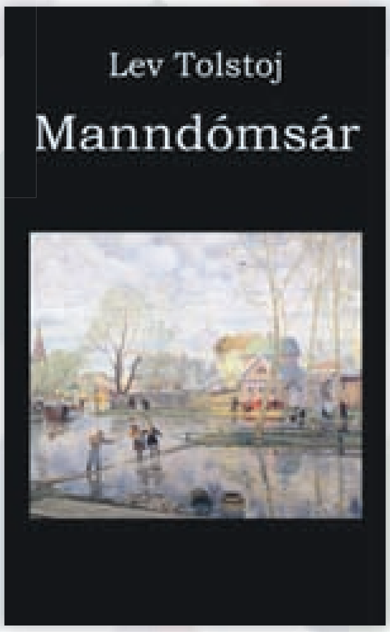
[buzz] & [geim] - saman í pakka
Verð: 3.299.-

20% vildar-afsláttur

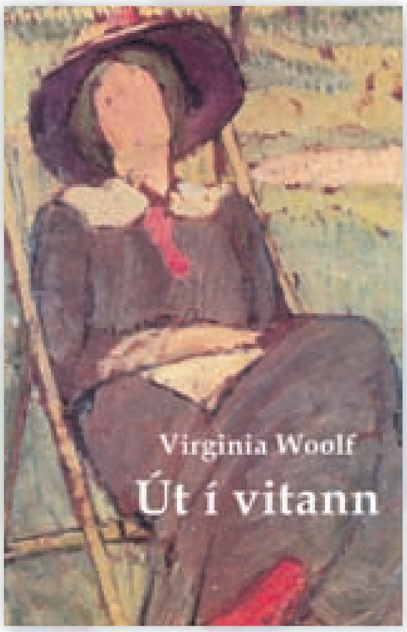
Stundarfró
Vildarverð: 4.799.-
Verð áður: 5.999.-



Surtsey í sjónmáli
Verð: 7.499.-



Manndómsár
Verð: 3.299.-



Út í vitann
Verð: 3.499.-

Skrímslakisi
Verð: 3.499.-

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
Flugstöð Leifs Eiríkssonar

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

Vöruúrval mismunandi eftir verslunum. Gildistími tilboða er frá 9. október, til og með 12. október. Upplýsingar eru birtar með fyrirvara um villur og myndabrengl.

SMÁRABÍÓ HÁSKÓLABÍÓ

LÚXUS DRACULA 16

LÚXUS THE EQUALIZER 16

SMÁRABÍÓ 5%

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

HÁSKÓLABÍÓ 5%

THE EQUALIZER	KL 6 - 9	16
PARÍS NORÐURSINS	KL 5.45 - 8 - 10.15	12
BOYHOOD	KL 5.40 - 9	L
VONARSTRÆTI	KL 6 - 9	14

LAUGARÁS BÍÓ — ÞÚ FÆRÐ Coca-Cola Í LAUGARÁSBÍÓI

DRACULA 16 — TOMBSTONES 16

LAUGARÁSBÍÓ	Sýningartímar	
DRACULA UNTOLD	8, 10	16
SMÁHEIMAR	5:40	L
THE EQUALIZER	6, 9	16
WALK AMONG TOMBSTONES	5:40, 8, 10:20	16

SAMbio.is

FRÁ ÞEIM SÖMU OG FÆRÐU OKKUR THE CONJURING

ÞESSI FÆR HÁRIN TIL AÐ RÍSA ★★★

ANNABELLE

16 ALLS EKKI FYRIR VIÐKVÆMA

AFINN ★★★★

L

DRACULA UNTOLD 16

SAMBÍÓIN ÁLFABAKKA

ANNABELLE	KL. 8 - 10:10	16
ANNABELLE VIP	KL. 5:40 - 8 - 10:20	
AFINN	KL. 5:40 - 6:30 - 8 - 9 - 10:20	L
IF I STAY	KL. 10:30	12
TÖFRAHÚSIÐ ÍSLTAL	KL. 6	L
THE HUNDRED-FOOT JOURNEY	KL. 6:20 - 9	L
TEENAGE MUTANT NINJA TURTLES 2D:	KL. 5:50	10
GUARDIANS OF THE GALAXY 2D:	KL. 8	12

SAMBÍÓIN EGILSHÖLL

ANNABELLE	KL. 5:40 - 8 - 10:20	16
DRACULA UNTOLD	KL. 5:50 - 8 - 10:20	16
AFINN	KL. 5:40 - 8 - 10:10	L
IF I STAY	KL. 8	12
THE HUNDRED-FOOT JOURNEY	KL. 5:30	L
TEENAGE MUTANT NINJA TURTLES 2D:	KL. 10:20	10

SAMBÍÓIN KRINGLUNNI NÚMERUÐ SÆTI

ANNABELLE	KL. 10:40	16
AFINN	KL. 5:40 - 8 - 10:20	L
IF I STAY	KL. 8 - 10:20	12
THE HUNDRED-FOOT JOURNEY	KL. 5:20 - 8	L

SAMBÍÓIN KEFLAVÍK

ANNABELLE	KL. 10:20	16
DRACULA UNTOLD	KL. 8	16
AFINN	KL. 8	L
THE EQUALIZER	KL. 10	16

SAMBÍÓIN AKUREYRI

ANNABELLE	KL. 8 - 10:20	16
AFINN	KL. 5:40 - 8	L
IF I STAY	KL. 10:20	12
TÖFRAHÚSIÐ ÍSLTAL	KL. 6	L

TRYGGÐU ÞÉR MIÐA Á SAMbio.is

ALICE GLASS rokkari og ljóðskáld.

Crystal Castles hætt störfum

Kanadíska tvíeykið Crystal Castles hefur lagt upp laupana. Söngkonan Alice Glass tilkynnti um þetta á fésbókarsíðu sinni. „List mín og tjáning, á hvaða formi sem er, hefur alltaf verið tilraun til einlægni og samkenndar með öðrum. Vegna fjölmargra ástæðna, persónulegra og faglegra, tel ég þetta ekki vera mögulegt lengur innan Crystal Castles. Þó að þetta séu endalok hljómsveitarinnar vona ég að aðdáendur mínir muni taka á móti mér sem sólólistamanni á sama hátt og þau tóku á móti Crystal Castles.“

Crystal Castles hóf störf árið 2005. Sveitin spilaði á Iceland Airwaves-tónlistarhátíðinni árið 2008. - þij

Föðurlegir ráðherrar

BAKPANKAR
Frosta Logasonar

Nú er ég staddur í Nýju-Delí, höfuðborg Indlands. Það er mikil upplifun að dvelja í þessum heimshluta og hverfið sem ég bý í er gerólíkt öllu því sem ég á að venjast á Íslandi.

EINN Indverjinn spurði hvort mér fyndist göturnar ekki vera hreinar þann daginn. Ég sagðist nú hafa séð hreinni götur en spurði til baka hvers vegna mér ætti að finnast það. Jú, Narendra Modi forsætisráðherra hafði sagt í útvarpinu um morguninn að allir ættu að leggja hönd á plóg og taka til og hætta alfarið að henda rusli.

MODI er líka búinn að beina þeim tilmælum til landsmanna að best sé að hætta að reykja og vill hann svo að menn hætti að skyrpa munntóbaki út um allt.

Það er lúxus að hafa svona föðurlegan forsætisráðherra hugsaði ég.

Það taka allir vel í þetta. Það elska allir Modi og allir vilja vera með honum í liði.

„HANN fór og hitti Bandaríkjaforseta um daginn og Obama greyið vissi ekkert hvernig hann átti að hegða sér, hann var svo impóneraður af Modi,“ sagði annar leiðsögumaður.

AF hverju er Modi svona vinsæll? spurði ég. „Modi er einn af okkur, hann er maður fólksins. Hann var tesölumaður áður en hann fór út í stjórnmál. Hann vill sameinað og sterkt Indland og tekur sér aldrei frí, hann vinnur á sunnudögum,“ sagði annar leiðsögumaður.
Ég svaraði á móti. Þú þekkir ekki Sigmund Davíð.

HANN kynnti okkur fyrir íslenska kúrnum, gætir þess að við fáum bara holt og gott íslenskt smjör, lambakjöt og svið. Hann er búinn að komast að því að útlensku vörurnar leiða til geðveiki eða dauða. Hann fer bara í viðtöl á Bylgjunni. Hann gætir þess að vera ekki of útkeyrður í því mikilvæga starfi, sem hann gegnir fyrir okkur af mikilli óeigingirni og fer oft í frí til Flórída. Þegar Sigmundur hitti Barack Obama á leiðtogafundi hafði Obama orð á því að þetta væri fundur sem hann mundi aldrei gleyma.

ÞAÐ var vegna þess að Sigmundur mætti í sitthvorum skónum. Einum spariskó og einum íþróttaskó. Hvað finnst þér um það?

ÞÁ svaraði Indverjinn: „Bylgjan? Hvað í fjandanum er það eiginlega?“

STJÖRNUSÍLIN KOMA SENN Í HEIMINN

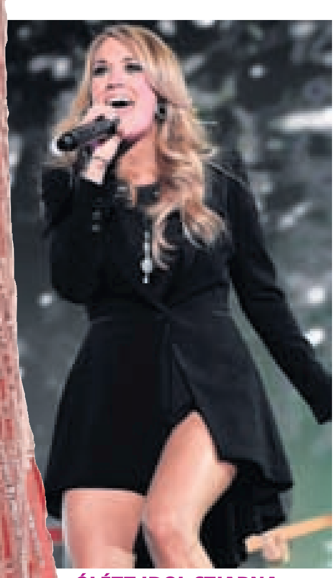
Leikkonan Blake Lively tilkynnti það í þessari viku að hún ætti von á barni með eiginmanni sínum, leikaranum Ryan Reynolds. Blake er langt frá því að vera eina stjarnan sem er barnshafandi um þessar mundir og ljóst er að von er á mikilli barnasprengingu á næstu vikum og mánuðum í heimi fræga fólksins.

STYTTIST Í STÚLKUNA Nú styttist í að leikkonan Hayden Panettiere verði léttari en hún á von á sínu fyrsta barni með úkraínska boxaranum Wladimir Klitschko. Hún talaði af sér á rauða dreglinum á Emmy-verðlaunahátíðinni í lok ágúst og missti út úr sér að þau ættu von á stúlku.

LINCOLN FÆR SYSTKINI Leikarahjónin Kristen Bell og Dax Shepard eignuðust dótturina Lincoln Bell Shepard í mars í fyrra og í júní á þessu ári kom í ljós að þau eiga von á sínu öðru barni.

PRINSINN EIGNAST SYSTKINI Kate Middleton, hertogaynjan af Cambridge, og eiginmaður hennar, Vilhjálmur prins, eignuðust soninn George í júlí í fyrra. Þann 8. september síðastliðinn tilkynntu þau að annað barn væri á leiðinni.

VILJA STÓRA FJÖLSKYLDU Leikkonan Blake Lively tilkynnti það á heimasíðu sinni Preserve að hún ætti von á barni með leikaranum Ryan Reynolds. Hjónin hafa oft látið hafa eftir sér að þau vilji stofna til fjölskyldu og jafnvel eignast nokkur börn.



ÓLÉTT IDOL-STJARNA Söngkonan Carrie Underwood, sem fór með sigur af hólmi í American Idol árið 2005, á von á sínu fyrsta barni með eiginmanni sínum, Mike Fisher.

Á VON Á SÉR Í DESEMBER Raunveruleikastjarnan Kourtney Kardashian á von á þriðja barninu með kærasta sínum, Scott Disick, en nýjasti fjölskyldumeðlimurinn er væntanlegur í heiminn í desember. Fyrir eiga þau soninn Mason, fimm ára, og dótturina Penelope, tveggja ára.

BARN OG BRÚÐKAUPSAFMÆLI Söngkonan Alicia Keys og eiginmaður hennar, Swizz Beats, áttu fjögurra ára brúðkaupsafmæli 31. júlí síðastliðinn. Sama dag sögðu þau aðdáendum sínum frá því á Instagram að þau ættu von á öðru barni en fyrir eiga þau soninn Egypt sem er þriggja ára.

20% afsláttu
MINECRAFT PLAYSTATION®4 EDITION
9,7 AMAZING - IGN
!!!
PS4 & PS3
3.199,-
Verð áður 3.999,-
Minecraft
er kominn fyrir PS4
Einn vinsælasti tölvuleikurinn í dag er loksins að mæta á PlayStation 4. Hér geta leikmenn búið til sína eigin veröld og unnið hana með öðrum í gegnum netið.
Einn vinsælasti leikurinn í dag!
OKLAHOMA CITY
8,7 Great - IGN
PC 5.999,-
PS3, XB-360 9.999,-
PS4 & XB-one 11.999,-
NBA2K15
NBA 2K serían ber höfuð og herðar yfir aðra körfuboltaleiki. Grafíkin er betri og hefur gervigreindin verið bætt til muna þannig að allar aðgerðir leikmanna eru raunverulegri en áður. Leikurinn kemur út á föstudaginn.
8,3 Great - IGN
XB-360 11.999,-
PS4-PS3 & XB-one 12.999,-
Fifa 15
Besti fótboltaleikur í sögunni er mættur!
Fifa 15 glæðir lífi í fótboltann með þvílíkum látum að spilarar munu geta upplifað allar þær tilfinningar sem fylgja íþróttinni.
ALIEN ISOLATION
9/10 trustedreviews.com
PS3, XB-360 & PC 7.999,-
PS4 & XB-one 10.999,-
Alien: Isolation
Hryllingsleikur sem gerist 15 árum eftir Alien myndina og er Amanda, dóttir Ellen Ripley í aðalhlutverki. Spennandi leikur fullur af dularfullum hlutum og svikulum persónum.
GAME STÖÐIN
PLAYSTATION 4
ÚRVALIÐ ER Í GAMESTÖÐINNI
KRINGLAN OG SMÁRALIND · 591 5300 · FACEBOOK.COM/GAMESTODIN

Snorri skoraði tólf í tapleik

HANDBOLTI Snorri Steinn Guðjónsson hefur byrjað tímabilið með Sélestat í franska handboltanum af miklum krafti. Í gær skoraði leikstjórnandinn tólf mörk þegar Sélestat tapaði með tveimur mörkum, 29-31, fyrir Chambéry. Staðan í hálfleik var 13-14, Chambéry í vil. Snorri hefur nú skorað 45 mörk í fyrstu fimm umferðunum í frönsku deildinni, eða níu mörk að meðaltali í leik. Það hefur þó dugað skammt því Sélestat er aðeins með tvö stig.

Arnór Atlason skoraði tvö mörk þegar Saint Raphael gerði 35-35 jafntefli gegn Créteil á útivelli. Ásgeir Örn Hallgrímsson skoraði einnig tvö mörk þegar Nimes vann átta marka sigur, 27-35, á Istres. Róbert Gunnarsson komst ekki á blað í öruggum níu marka sigri, 35-26, Paris SG gegn Tremblay á heimavelli. - iþs

Lettarnir vel skipulagðir hjá Pahars

FÓTBOLTI Marians Pahars er einn þekktasti knattspyrnumaður Lettlands hin síðari ár en þessi 38 ára fyrrverandi sóknarmaður Southampton er nú landsliðsþjálfari Lettlands. „Hann býr ekki yfir mikilli reynslu sem þjálfari,“ sagði Ilvars Koscinkevičs, blaðamaður hjá tímaritinu Sporta Avize, í samtali við Fréttablaðið í Riga í gær.

„En ég hef tekið eftir því á æfingum landsliðsins að hann leggur mikla áherslu á aðferðafræðina og leikskipulag. Liðið spilar því skynsamlega undir hans stjórn,“ segir Koscinkevičs.

Pahars lék með Southampton frá 1999 til 2006. Hann tók við U-21 landsliði Lettlands í ársbyrjun 2013 og svo A-landsliðinu í júlí sama ár þegar Aleksandrs Starkovs hætti. Liðið vann aðeins einn af fyrstu fimm leikjum sínum undir hans stjórn en hefur ekki tapað fjórum í röð og haldið hreinu í þeim öllum.

„Það er mikil orka í kringum hann og ég tel að hann sé góður kostur fyrir Lettland,“ segir Koscinkevičs sem stakk upp á því á sínum tíma að knattspyrnusamband Lettlands leitaði til Lars Lagerbäck þegar það var í þjálfaraleit á sínum tíma – áður en Lagerbäck tók við Íslandi.

„Það var ekki hlustað á það,“ segir hann í léttum dúr. „En ég tel að hann geti náð góðum árangri með liðið. Það sem kemur helst í veg fyrir það eru meiðslavandamál liðsins sem eru mikil um þessar mundir.“ - esá

FIMMTÁN MÖRK Marians Pahars fagnar í leik með lettneska landsliðinu. MYND/AFP

Fráfall pabba styrkti trú mína á Guð

Viðbrögð knattspyrnuheimsins við fráfalli föður hans komu Emil Hallfreðssyni á óvart. Hann brast í grát þegar áhorfendur á Ítalíu kölluðu nafn hans.

Eiríkur Stefán Ásgeirsson
eirikur@frettabladid.is
Valgarður Gíslason
valli@365.is
Frá Riga í Lettlandi

GEFUR KOST Á SÉR Emil Hallfreðsson sést hér á æfingu í gær en landsleikurinn við Letta verður sá fyrsti eftir að hann missti föður sinn. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLIR

FÓTBOLTI Landsliðsmaðurinn Emil Hallfreðsson missti föður sinn, Hallfreð Emilsson, eftir baráttu við krabbamein í síðasta mánuði. Hallfreður lést langt fyrir aldur fram en þrátt fyrir mikinn missi gaf Emil kost á sér í verkefni íslenska landsliðsins sem mætir Lettlandi í Riga á morgun.

Fréttablaðið tók Emil tali fyrir æfingu liðsins á Skonto-leikvanginum í gær þar sem hann ræddi þennan mikla missi fyrir sig og fjölskyldu sína. „Það var erfitt að þurfa að kveðja hann sem föður og minn besta vin í lífinu,“ segir Emil. „Ég mun halda minningu hans á lofti en um leið halda áfram að lifa lífinu. Það hefði hann viljað.“

Veitti mér huggun og gleði

Emil leikur með Hellas Verona á Ítalíu og félagið hefur sýnt honum mikinn stuðning á þessum erfiðu tímum. Fyrir það er hann þakklátur.

„Ég vissi ekki við hverju ég átti að búast en viðbrögð félagsins fannst mér ótrúleg. Félagið sendi frá sér afar fallega kveðju og leikmenn spiluðu með sorgarbönd fyrir pabba,“ segir Emil en stuðningsmannasveit landsliðsins, Tólfan, heiðraði einnig minningu Hallfreðs með gjöf. „Það þótti mér einstakt líka. Allt þetta var fallegt og styrkjandi og veitti mér bæði huggun og gleði.“

Emil sneri aftur til Ítalíu fyrir leik Hellas Verona gegn Cagliari á laugardaginn. Hann kom inn á sem varamaður og lagði upp sigurmarkið í 1-0 sigri. „Þegar ég labbaði út af eftir leikinn kölluðu allir stuðningsmennirnir nafnið mitt. Þá báru tilfinningarnar mig ofurliði og ég brast í grát,“ segir Emil.

„Mér kom margt til hugar eftir leikinn enda hafði ég það að vana að hringja alltaf í kallinn eftir leik til að gera hann upp. Það var því ekkert símtal að þessu sinni.“

Guð enn raunverulegri en áður

Emil og fjölskyldu hans líður afar vel á Ítalíu en í haust hóf hann sitt fimmta keppnistímabil þar. Hann á enn þrjú ár eftir af samningi sínum við Hellas Verona, þar sem honum líður eins og heima hjá sér.

Hann finnur einnig mikinn styrk í sinni trú í þessum raunum.

„Fyrir mér er Guð enn raunverulegri en áður og þrátt fyrir allt hefur trú mín styrkst. Það kann að hljóma einkennilega fyrir einhverja en það er engu að síður tilfellið hjá mér og minni fjölskyldu.“

Ítalir eru svo hlýir

Ítalir eru margir trúræknir og Emil segir að hann finni sig vel í slíku umhverfi.

„Ítalir eru svo hlýir. Þeir eru opnir og miklar tilfinningaverur. Þannig er maður sjálfur og því er maður nokkurn veginn á heimavelli þar. Það sýnir sig best í því hversu miklan skilning maður fékk og þá samúð sem við höfum fengið. Mér þykir afar vænt um það.“

UTAN VALLAR ÓSKAR ÓFEIGUR JÓNSSON ooj@frettabladid.is

VONANDI EKKI 1+11 DEILDIN

Dominos-deild karla í körfubolta hefst í kvöld með fjórum leikjum en margir bíða spenntir eftir því hvaða áhrif miklar mannabreytingar hafa á gang mála í karlakörfunni í vetur.

KR er ríkjandi Íslandsmeistari eftir frábæran fyrsta vetur undir stjórn Finns Stefánssonar. Liðið vann 30 af 33 leikjum sínum í deild og úrslitakeppni og slæmu fréttirnar fyrir hin liðin í deildinni er að KR-liðið gæti jafnvel verið í enn meiri sérflokki í ár.

Martin Hermannsson, leikmaður ársins í fyrra, er reyndar farinn út í skóla en í staðinn horfa menn á að Brynjar Þór Björnsson skipti aftur úr öðrum gírnum og sýni hvað hann getur. Stærstu fréttirnar úr Vesturbænum eru þó þær að liðið er búið að fá til sín bandaríska miðherjann Michael Craion sem var kosinn besti erlendi leikmaðurinn á síðustu leiktíð. Miðherjastaðan var eina veika staða liðsins í fyrra en ekki lengur.

KR var spáð yfirburðarsigri í spánni og Vesturbæjarliðið hefur allt til alls til að gera þetta hreinlega að 1+11 deildinni. Grindavík hefur misst lykilmann sem og Keflavík og Njarðvík en þau voru öll inn á topp fjögur í fyrra. Stjarnan tekur nú fyrstu skrefin eftir að Teitur Örlygsson hætti með liðið. Það eru því líka breytingar í Garðabænum.

Haukar eru hins vegar lið sem líkt og KR hefur haldið flest öllum sínum lykilmönnum. Nýliðarnir komu skemmtilega inn í deildina í fyrra og nú eru ungu strákarnir ári eldri og reynslunni ríkari sem ætti að nýtast Hafnarfjarðarliðinu vel.

Nýliðar Tindastóls tefla fram Darrel (Keith Lewis) og Darell (Flake) í viðbót við bandarískan leikmann en ætla að láta hinn stórefnilega Pétur Rúnar Birgisson bera ábyrgð á leikstjórnendastöðunni sem er nú jafnan á herðum erlendra atvinnumanna. Þetta er áhugaverð tilraun og margir hafa trú á henni því Stólunum er spáð 5. sæti.

Nokkrar af ungu stjörnum Dominos-deildarinnar í fyrra hafa nú yfirgefið deildina en hvort ungir leikmenn haldi áfram að fá stór tækifæri í deildinni verður að koma í ljós. Sum félög, eins og Keflavík, hafa farið þá leið að kalla á eldri goðsagnir og það er vissulega spennandi að sjá Damon Johnson aftur á íslenskum fjölum þótt hann haldi upp á fertugsafmælið á tímabilinu.

KR-ingar hafa vissulega allt til alls til að verja Íslandsmeistaratitilinn í vetur og það kæmi svo sem ekki mikið á óvart ef Vesturbæjarliðið yrði í sérflokki. Leikirnir vinnast sem betur fer á parkettinu og fyrsta skyndipróf KR-inga er í kvöld þegar Njarðvíkingar mæta í DHL-höllina með goðsagnirnar Friðrik Inga Rúnarsson og Teit Örlygsson við stjórnvölinn.

JEPPADAGAR BÍLALANDS

Nú er allra veðra von og því tímabært að tryggja sér einn fjórhjóladrifinn. Höfum mikið úrval, góð eintök og allar stærðir af jeppum og jepplingum. Kíktu á www.bilaland.is, opið í dag frá 9-18

NISSAN QASHQAI SE
Nýskr. 05/011, ekinn 99 þús km.
bensín, sjálfskiptur.
Nr. Rnr. 102301

Verð kr
Kr. 3.690 þús.

DACIA DUSTER 4x4
Nýskr. 05/13, ekinn 80 þús km.
dísil, beinskiptur.
Nr. Rnr. 142390
Verð kr. 2.880 þús.

MERCEDES BENZ ML AMG
Nýskr. 06/07, ekinn 99 þús km.
bensín, sjálfskiptur.
Nr. Rnr. 131223
Verð kr. 7.980 þús.

NISSAN PATHFINDER SE
Nýskr. 05/11, ekinn 87 þús km.
dísil, sjálfskiptur.
Verð áður kr. 5.720.000
Nr. Rnr. 270247
TILBOÐ kr. 4.890 þús.

NISSAN QASHQAI SE
Nýskr. 05/13, ekinn 34 þús km.
dísil, sjálfskiptur.
Nr. Rnr. 141904
Verð kr. 4.990 þús.

NISSAN QASHQAI SE
Nýskr. 07/11, ekinn 26 þús km.
bensín, sjálfskiptur.
Nr. Rnr. 102330
Verð kr. 3.990 þús.

NISSAN PATHFINDER SE
Nýskr. 08/12, ekinn 45 þús km.
dísil, sjálfskiptur.
Nr. Rnr. 191514
TILBOÐ kr. 6.790 þús.

BMW X5 xDrive 30d
Nýskr. 01/11, ekinn 61 þús km.
dísil, sjálfskiptur.
Nr. Rnr. 320119

Verð kr
Kr. 10.300 þús.

NISSAN QASHQAI SE
Nýskr. 06/13, ekinn 32 þús km.
dísil, beinskiptur.
Nr. Rnr. 131315
TILBOÐ kr. 4.190 þús.

NISSAN PATROL LE 35"
Nýskr. 05/08, ekinn 105 þús km.
dísil, sjálfskiptur.
Nr. Rnr. 191472
Verð kr. 4.190 þús.

Opið frá 09-18 og
á laugardögum frá 12 til 16.

Klettháls 11 - 110 Reykjavík
Sími 525 8000 - bilaland@bilaland.is
www.bilaland.is
www.facebook.com/bilaland.is

bílaland

Feitustu bitarnir á markaðnum

Pepsi-deildinni lauk á laugardaginn og það eru sjö mánuðir í næsta leik. Þangað til gætu margir leikmenn fundið sér nýtt heimili. Fréttablaðið skoðar í dag eftirsóttustu leikmennina á markaðnum.

FÓTBOLTI Leikmannamarkaðurinn á Íslandi opnast aftur 15. október næstkomandi og það má búast við að flest ef ekki öll liðin í Pepsi-deildinni ætli sér að styrkja hópinn.

Tími nokkurra leikmanna er liðinn á sumum stöðum og sumir leikmenn hafa komið sér í betri samningsstöðu með flottri frammistöðu í sumar. Hjá sumum snýst dæmið líka um að finna sér rétta staðinn og réttu aðstæðurnar til þess að blómstra.

Fréttablaðið hefur litið yfir hóp leikmanna með lausan samning og fundið út hverjir séu feitustu bitarnir á markaðnum í vetur. Við skiptum hópnum í þrjá flokka en þá er ekki hægt að útiloka að samningsbundnir leikmenn gangi á kaupum á sölum á milli félaga.

Stjarnan, FH, KR og Víkingur búa að því að geta reiknað með Evrópu-peningum og Íslandsmeistarar Stjörnunnar eru enn frem- ur í frábærum málum fjárhagslega eftir magnað Evrópusumar.

ÍA og Leiknir eru bæði að koma upp í Pepsi-deildina og það má búast við að menn þar á bæ ætli sér að styrkja leikmannahópinn fyrir átökin í efstu deild.

Bestu leikmennirnir með lausa samninga fá því örugglega mörg símtöl á næstu vikum og margir þeirra geta eflaust valið úr tilboðum.

ooj@frettabladid.is, tomas@365.is

Feitustu bitarnir á leikmannamarkaði Pepsi-deildar karla

FINNUR ORRI MARGEIRSSON

23 ÁRA MIÐJUMAÐUR
LÍKLEGAST **KR**
BESTI KOSTURINN **FH**

Finnur Orri Margeirsson er á tímamótum samkvæmt orðinu á götunni og líklega á leiðinni frá Blikum þrátt fyrir að vanta aðeins þrjá leiki til að jafna félagsmet Arnars Grétarssonar. Finnur Orri er enn ungur þrátt fyrir að vera kominn með mikla reynslu og því góður kostur fyrir lið sem þurfa að styrkja miðjuna. Líklegast er að KR-ingar kræki í kappann en besti kosturinn fyrir hann væri þó að fara í FH. Hann fer væntanlega aldrei í minna félag en KR eða FH.

IGOR TASKOVIC

32 ÁRA MIÐJUMAÐUR
LÍKLEGAST **VÍKINGUR**
BESTI KOSTURINN **VÍKINGUR**

Igor Taskovic var magnaður í sumar og fór öðrum fremur fyrir sókn nýliðanna úr Víkinni sem tryggðu sér sæti í Evrópukeppninni. Igor er án vafa mikilvægasti leikmaður Víkingsliðsins og því væri stórslys ef menn þar á bæ missa hann yfir í annað lið. Það er því langlíklegast að hann verði áfram með fyrirliðaband Víkings næsta sumar en væntanlega á mun betri samningi.

DANÍEL LAXDAL

28 ÁRA MIÐVÖRÐUR
LÍKLEGAST **STJARNAN**
BESTI KOSTURINN **STJARNAN**

Daníel Laxdal missti fyrirliðabandið fyrir tímabilið en upplifði á móti sína stærstu stund þegar hann varð Íslandsmeistari með uppeldisfélaginu sínu. Það er erfitt að sjá leikjahæsta Stjörnumanninn í efstu deild spila fyrir nokkurt annað félag en Stjörnuna og Garðbæingar eru örugglega tilbúnir með nýjan ásættanlegan samning fyrir hann. Bestu liðin í deildinni myndu þó örugglega taka honum opnum örmum.

ÓSKAR ÖRN HAUKSSON

30 ÁRA KANTMAÐUR
LÍKLEGAST **KR**
BESTI KOSTURINN **FH**

Óskar Örn Hauksson var svo gott sem farinn frá KR á láni til Vålerenga í lok ágúst en ekki tókst að ganga frá félagsskiptunum áður en glugginn lokaðist. Það er langlíklegast að KR-ingar semji aftur við þennan snjalla leikmann enda ekki gott að missa hann til aðalkeppinautanna. Það væri hins vegar afar athyglisvert að sjá hann á kantinum hjá FH við hlið Stevens Lennon og Atla Guðnasonar.

Ekki má gleyma þessum ...

Markmenn á lausu
Ingvar Þór Kale
Sandor Matus

Varnarmenn á lausu
Arnór Eyvar Ólafsson
Aron Bjarki Jósepsson
Ásgeir Eyþórsson
Bjarni Ólafur Eiríksson
Niclas Vemmelund

Miðjumenn á lausu
Andrew Sousa
Finnur Ólafsson
Sigurður Egill Lárusson
Halldór Hermann Jónsson

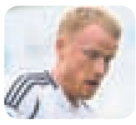
Sóknarmenn á lausu
Rolf Toft
Hörður Sveinsson
Chukwudi Chijindu

Aðrir fínir bitar

ATLI VIÐAR BJÖRNSSON
34 ÁRA FRAMHERJI
LÍKLEGAST: FH
BESTI KOSTURINN: BREIÐABLIK

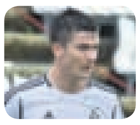
Vantar aðeins tvö mörk í 100 mörkin en hann skorar ekki mörg mörg sitjandi á bekknum. Gæti orðið fyrstur til að spila 200 leiki og skora 100 mörk fyrir sama félagið og því gæti verið erfitt að fara frá FH.

HÓLMAR ÖRN RÚNARSSON
33 ÁRA MIÐJUMAÐUR
LÍKLEGAST: FH
BESTI KOSTURINN: KR



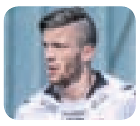
Átti fínt tímabil á miðju FH og kom sterkur til baka eftir að hafa misst úr heilt tímabil vegna meiðsla. Hólmar fékk ekki mikið að spila framan af en var fastamaður í seinni hlutanum sem gæti þýtt nýjan samning í Krikanum.

INGIMUNDUR NÍELS ÓSKARSSON
28 ÁRA KANTMAÐUR
LÍKLEGAST: FYLKIR
BESTI KOSTURINN: FYLKIR



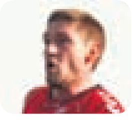
Ingimundur Níels endaði tímabilið sem byrjunarliðsmaður en hefur verið inn og út úr byrjunarliðinu síðustu ár. Hefur ekki alveg náð að stíga næsta skref í mikilli samkeppni í FH og til greina gæti komið að snúa aftur til Fylkis þar sem hann átti sín bestu ár.

BRYNJAR GAUTI GUÐJÓNSSON
22 ÁRA MIÐVÖRÐUR
LÍKLEGAST: STJARNAN
BESTI KOSTURINN: STJARNAN



Brynjar Gauti er líklega á leiðinni upp á land eftir fjögur ár í Eyjum og fínn kostur fyrir Íslandsmeistarana úr Garðabænum sem þurfa væntanlega að fylla skarð Martins Rauschenberg. Stór og sterkur strákur sem hefur öðlast mikla reynslu á tíma sínum undir Hásteini.

IAIN WILLIAMSON
26 ÁRA MIÐJUMAÐUR
LÍKLEGAST: VALUR
BESTI KOSTURINN: BREIÐABLIK



Williamson er harðgerður skoskur miðjumaður sem væri frábær kostur fyrir lið eins og Breiðablik sem er væntanlega að missa Finn Orra Margeirsson. Valsmenn vilja örugglega halda honum en önnur lið gætu freistað bjóði þau honum góðan samning.

GRÉTAR SIGFINNUR SIGURÐARSON
32 ÁRA MIÐVÖRÐUR
LÍKLEGAST: VALUR
BESTI KOSTURINN: VÍKINGUR

Grétar Sigfinnur fær ekki nýjan samning hjá KR en vonast eflaust eftir að fá annað tækifæri til að sýna Vesturbæingum að hann á enn mikið eftir. Grétar hefur sýnt það að hann er aldrei betri en þegar hann þarf að sanna sig eins og sást með KR á 2013-tímabilinu.

BIG BACON
TOWER BORGARI
NÝTT!
ORIGINAL KJÚKLINGABRINGA
+ LJÚFFENGT BEIKON
+ KARTÖFLUSKÍFA
+ PIPAR-MAJÓNES
+ TÓMATSÓSA + OSTUR
+ ICEBERG-SALAT
Hver elskar ekki beikon?
1.049 kr.
KFC
svooogott™
FAXAFENI • GRAFARHOLTI • SUNDAGÖRÐUM
HAFNARFIRÐI • KÓPAVOGI • MOSFELLSBÆ
REYKJANESBÆ • SELFOSSI
WWW.KFC.IS

DAGSKRÁ

Í KVÖLD

Stöð 2 kl. 20.10
Heilsugengið

Önnur syrpan af þessum vönduðu og fróðlegu íslensku þáttum sem fjalla um mataræði og lífsstíl með fjölbreyttum hætti. Þættirnir eru í umsjón Völu Matt en henni til halds og trausts verða hjúkrunarfræðingurinn og næringarþerapistinn Þorbjörg Hafsteinsdóttir og heilsu- og hráfæðiskokkurinn Sólveig Eiríksdóttir.

Undateable

STÖÐ 2 KL. 19.45 Glæný gamanþáttaröð um nokkra vini sem eru að leita að stóru ástinni en vantar sárlega dálitla hjálp. Danny Burton er myndarlegur og öruggur með sjálfan sig. Hann ákveður að aðstoða vini sína í ástamálunum en þarf sjálfur á hjálp að halda.

Masterchef USA

STÖÐ 2 KL. 20.30 Stórskemmtilegur matreiðsluþáttur með Gordon Ramsay í forgrunni þar sem áhugakokkar keppast við að vinna bragðlauka dómnefndarinnar á sitt band.

The Great Gatsby

BÍÓ KL. 22.00 Stórmynd frá 2013 með Leonardo DiCaprio og Tobey Maguire í aðalhlutverkum. Sögusviðið er New York árið 1922 þegar djassinn og hið ljúfa líf ráða ríkjum í borginni.

Bylgjan kl. 10.00
Ívar Guðmundsson

Léttur og ferskur á fimmtudegi. Ívar Guðmundsson er með þér til klukkan 13.00.

STÖÐ 2

07.00 Barnatími Stöðvar 2
08.05 Wonder Years
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 Hope Springs
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
19.45 Undateable
20.10 Heilsugengið
20.30 Masterchef USA
21.15 NCIS
22.00 The Blacklist Spennuþáttur með James Spader í hlutverki hins magnaða Raymond Reddington eða Red, sem var efstur á lista yfir eftirlýsta glæpamenn hjá bandarískum yfirvöldum. Hann gaf sig fram og bauðst til að aðstoða FBI við að hafa hendur í hári glæpamanna.
22.45 Person of Interest
23.25 Rizzoli and Isles
00.10 The Knick
00.55 The Killing
01.40 NCIS. Los Angeles
02.25 Louie
02.50 Hope Springs
04.25 The Blacklist
05.10 Fóstbræður
05.35 Fréttir og Ísland í dag

SPORT *besta sætið*

07.00 Stjarnan - Zvezda 2005
11.30 Basel - Liverpool
13.15 Pepsímörkin
15.35 Real Madrid - Athletic
17.15 Spænsku mörkin
17.45 Evrópudeildarmörkin
18.35 Svíþjóð - Rússland BEINT
20.40 Slóvakía - Spánn
22.20 Svíþjóð - Rússland
00.00 Tottenham - Besiktas

SPORT 2 *enski boltinn*

10.05 Sunderland - Stoke
11.50 Messan
13.05 Aston Villa - Man. City
14.45 Football League Show
15.15 West Ham - QPR
16.55 Swansea - Newcastle
18.35 England - San Marínó BEINT
20.35 Premier League World
21.05 Liverpool - WBA
22.50 Man. Utd. - Everton
00.35 England - San Marínó

ÍNN

20.00 Hrafnaþing á Vestfjörðum**21.00** Auðlindakistan**21.30** Suðurnesjamagasýn

STÖÐ 3

06.45 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
21.15 Originals
22.00 Supernatural
22.40 Grimm
23.25 Sons of Anarchy
00.05 Last Man Standing
00.30 Guys With Kids
00.55 X-factor UK
01.55 Wilfred
02.20 Originals
03.05 Supernatural
03.50 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** Elías **09.55** UKI **10.00** Ofurhundurinn Krypto **10.22** Skógardýrið Húgó **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** Elías **13.55** UKI **14.00** Ofurhundurinn Krypto **14.22** Skógardýrið Húgó **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** Elías **17.55** UKI **18.00** Ofurhundurinn Krypto **18.22** Skógardýrið Húgó **18.44** Hello Kitty **18.56** Tommi og Jenni**19.00** Rauðhetta … með nýju bragði **220.25** Sögur fyrir svefninn

GULLSTÖÐIN

18.10 Strákarnir
18.35 Frasier
18.55 Friends
19.20 Seinfeld
19.45 Modern Family
20.10 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
02.00 Go On
02.25 The Mentalist
03.05 E.R.
03.50 Boss
04.35 Shameless
05.20 Tónlistarmyndbönd frá Bravó

BÍÓSTÖÐIN

12.20 James Dean
13.55 Another Cinderella Story
15.25 Percy Jackson. Sea of Monsters
17.10 James Dean
18.45 Another Cinderella Story
20.15 Percy Jackson. Sea of Monsters
22.00 The Great Gatsby
00.20 Sleeping Beauty
02.00 Cemetery Junction
03.35 The Great Gatsby

RÚV

16.30 Ástareldur
17.20 Friðþjófur forvitni
17.43 Poppý kisukló
17.54 Kafteinn Karl
18.06 Sveppir
18.15 Táknmálsfréttir
18.25 18. öldin með Pétri Gunnarssyni
19.00 Fréttir
19.20 Veðurfréttir
19.25 Íþróttir
19.40 Kastljós
20.10 Nautnir norðursins
20.45 Matarmarkaðurinn Krás Girnilegur sjónvarpsþáttur um matarmarkaðinn Krás sem fram fór fimm laugardaga í Fógetagarðinum í Reykjavík, sumarið 2014. Verkefnisstjórar voru Gerður Jónsdóttir og Ólafur Örn Ólafsson og segja þau frá hvernig hugmyndin var gerð að veruleika. Dagskrárgerð. Þorsteinn J.
21.10 Návist
22.00 Tíufréttir
22.15 Veðurfréttir
22.25 Glæpahneigð
23.10 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 Í þáttunum keppist fólk við að leysa tíu þrautir en fá eingöngu eina mínútu til að leysa hverja þraut. Ingó Þórarinsson, betur þekktur sem Ingó veðurguð, stýrir þáttunum af mikilli leikni og hvetur af krafti alla keppendur að klífra upp þrautastigann þar sem verðlaunin verða glæsilegri og veglegri með hverri sigraðri þraut.
21.15 Growing Up Fisher
21.40 Extant
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

08.00 European Tour 2014
14.00 Ryder Cup 2014
19.40 Golfing World 2014
20.30 Inside The PGA Tour 2014
21.00 PGA 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

Jóhann Ólafsson & Co - umboðsaðili OSRAM á Íslandi frá árinu 1948

SJÁÐU HEIMINN Í NÝJU LJÓSI með OSRAM

Friðarsúla Yoko Ono í Viðey verður tendruð á ný í dag. Friðarsúlan er samansett úr níu 7000 W OSRAM XBO perum sem mynda sterka ljóssúlu til himins. Auk þess eru sex 2000 W OSRAM XBO perur sem lýsa lárétt inn göng sem vísa að ljósbrunninum sjálfum og er endurkastað upp á við með speglum innan í brunninum. Þéttleiki ljóssins er háður sífelldum breytingum á ögnum í andrúmsloftinu sem hegða sér í takt við margbreytilega veðráttu sem einkennir Ísland.

SJÁÐU HEIMINN Í NÝJU LJÓSI OSRAM

Jóhann Ólafsson & Co. | Krókhálsi 3 | sími 533-1900 | www.olafsson.is

Hönnun: Jóhann Ólafsson & Co. | Ljósmyndun: Snæþór Halldórsson (efri mynd) og Georg Theodórsson (neðri mynd)

FIMMTUDAGSLAGIÐ

Fimmtudagar eru frekar tjillaðir, sérstaklega núna að hausti til og þá á lagið Pound Cake/Paris Morton með Drake og Jay-Z vel við. Klikkað eins og flest öll lögin á plötunni. Drizzy og Jay-Z klikka seint!

Steinar, tónlistarmaður

Hita upp fyrir Damien Rice

Hljómsveitin My bubba er á leiðinni í tveggja mánaða tónleikaferðalag.

„Tónlist myndar oft svo skemmtileg tengsl við fólk og ferðast með mann á óvænta staði,“ segir Guðbjörg Tómasdóttir, kölluð Bubba, í hljómsveitinni My bubba. Hljómsveitin er á leið í tveggja mánaða tónleikaferðalag og mun meðal annars hita upp fyrir írska tónlistarmanninn Damien Rice á þrennum tónleikum.

„Við kynntumst Damien þegar við vorum að spila á KexKöntríhátíðinni í sumar. Eftir eitt kvöldið á hátíðinni safnaðist hópur af tónlistarfólki saman í lítilli íbúð og spilaði heimatilbúna tónlist alla nóttina. Svo spurði hann okkur hvort við vildum hita upp fyrir hann í Evrópu þar sem við vorum með bókaðan túr þar á svipuðum slóðum og hann.“

Hljómsveitin hefur verið til í um fimm ár en hana skipar ásamt Bubbu My Larsdotter auk þess sem oft spila með þeim aðrir hljóðfæraleikarar. Þær stöllur hafa gefið út tvær plötur og ferðast mikið undanfarin ár og spilað tónlist sína víða um heim. „Það hefur orðið þannig að okkur finnst eiginlega skemmtilegast að spila annars staðar en heima hjá okkur. Við höfum farið í ótal ferðalög um Evrópu og líka um Bandaríkin,“ segir Bubba.

Þær halda í ferðalagið til þess að kynna nýjustu plötu sína, Goes Abroder, sem kemur út hjá Smekkleysu í maí. Ferðalagið hefst með tónleikum í Mengi í hádeginu á föstudag þar sem tónleikagestir geta einnig gætt sér á súpu frá Snaps.

- vh

FERÐAST MIKIÐ Þær Bubba og My hafa spilað víða um heim undanfarin ár.

FLOTTUR HÓPUR Plötusnúðastelpurnar vilja fleiri stelpur inn í þennan strákaheim. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

Ekki bara strákastarf

Ellefu íslenskar plötusnúðastelpur vilja vekja athygli á stelpum í starfinu. Þær vilja sjá fleiri stelpur í geiranum og hvetja þær til að byrja.

„Fólk er mjög jákvætt fyrir stelpum í þessu starfi, en þetta er samt rosalegur karlaheimur ennþá. Ætli við séum ekki að reyna að koma af stað smá byltingu með þessu,“ segir Þuríður K. Kristleifsdóttir, eða Þura Stína plötusnúður og nemi. Hún og tíu aðrar plötusnúðastelpur ætla að tileinka októbermánuð stelpum sem eru plötusnúðar. „Við ætlum að vera öll miðvikudagskvöld á Boston að spila, ein til tvær saman. Með því viljum við bara styðja við bakið á þeim stelpum sem eru í þessum geira og hvetja stelpur til þess að byrja að spila. Þetta er ekki bara strákastarf,“ segir Þura. „Þetta byrjaði með því að við stofnuðum Facebook-síðu sem hét Stelpusnúðar Íslands. Við vildum bara sjá hverjar væru í þessu og þarna vildum við bara efla hver aðra og byggja upp þennan hóp“, segir Þura. „Við gerðum þetta líka í fyrra og vorum mikið að spá hvort við ættum að gera þetta aftur, því það á ekki að þurfa að hafa heilan mánuð tileinkaðan plötusnúðastelpum. Þetta á bara að vera sjálfsagt,“ segir Þura. Hún segir að þær fái oft að heyra að þær séu ekki nógu duglegar að troða sér að og suða og að þetta sé mikið hark. „Við heyrum oft að það sé verið að leita að stelpum til að spila. Auðvitað er litla Ísland svolítið þannig að þú þarft að þekkja einhvern sem þekkir einhvern, en svo eru þetta oftast bara fasta dj-ar og það eru alltaf strákar. Við erum samt að vona að það sé að breytast,“ segir Þura. Hún hvetur þær stelpur sem hafa áhuga á starfinu að setja sig í samband við sig. „Þetta er ein skemmtilegasta vinna í heimi, þetta er svo óvænt og maður veit aldrei í hverju maður lendir.“

> **Ætli við séum ekki að reyna að koma af stað smá byltingu með þessu.**
>
> *Þuríður K. Kristleifsdóttir (Þura Stína), plötusnúður og nemi.*

Sjálf byrjaði hún að spila fyrir tveimur árum. Það var fyrir algjöra tilviljun, en hún var að vinna á skemmtistað þegar yfirmenn hennar báðu hana að spila gamla íslenska tónlist eitt kvöldið. „Mér datt aldrei í hug að þetta væri eitthvað sem ég gæti. Það þurfti að sannfæra mig um það, en mín fyrstu dj-kvöld hétu Fjólublátt ljós við barinn. Það vatt upp á sig því áhuginn kviknaði um leið og þá varð ekki aftur snúið,“ segir Þura.

Á föstudagskvöldið ætla þær að spila allar saman á skemmtistaðnum Húrra. „Við erum alveg ellefu svo það má búast við fjölbreyttri tónlist, eins mismunandi og við erum margar,“ segir Þura.

adda@frettabladid.is

Munu jarðskjálftamælar hristast?

Hljómsveitin Hátveiro flytur þekkt lög Genesis á Akureyri um helgina.

„Við stofnuðum hljómsveitina fyrst til þess að búa til okkar eigin lög. Síðan duttum við niður á það að fara að spila lög Genesis og höfum haldið okkur við það síðan,“ segir Bjarni Þór Sigurðsson, meðlimur hljómsveitarinnar Hátveiro sem heldur tónleika á Græna hattinum á Akureyri á laugardagskvöld. Þar ætlar sveitin að spila bestu lög hljómsveitarinnar Genesis en áður hefur hún leikið lög sveitarinnar á tónleikum meðal annars í Salnum í Kópavogi. En af hverju þessi mikli Genesis-áhugi? „Hann kemur frá Birni bassaleikara í bandinu og Jósef píanóleikara, þeir eru miklir aðdáendur. Þeir fóru að ræða saman um hvað þeir vildu spila og duttu fyrir tilviljun inn á þetta,“ segir hann.

Bjarni segir að búast megi við miklu stuði á laugardagskvöldinu og jafnvel að jarðskjálftamælar á Eyjafjarðarsvæðinu hreyfist hressilega þegar ofurtrymbillinn Sigurður Karlsson ber húðirnar. Lítið hefur farið fyrir Sigurði í tónlistarsenunni undanfarin ár en á árum áður var hann meðal annars í sveitum á borð við Brunaliðið, Friðryk og Change. „Það er mikill happafengur fyrir okkur að hafa fengið hann til liðs við okkur og í raun bara íslenskt tónlistarlíf. Hann er ekki bara góður trommari heldur líka með þeim höggþyngri og þekktur fyrir kraftmikinn trommuleik. Þannig að það er öruggt að menn fá eitthvað fyrir peninginn þegar hann fer að tromma,“ segir Bjarni.

- vh

HLJÓMSVEITIN HÁTVEIRO Datt niður á það að spila lög eftir Genesis og hefur haldið sig við það síðan.

BOSCH

Öllum nýjum Bosch kæli- og frystiskápum fylgir gjafabréf í Kjötkompaní að verðmæti 35.000 kr.

Gildir aðeins í þrjá daga, 7. til og með 9. október.

Í mörgum kæliskápum frá Bosch er skúffa sem kallast CrisperBox sem tryggir lengur ferskleika grænmetis og ávaxta.

Í sumum skápunum er svokölluð kjötskúffa (ChillerBox) þar sem finna má kaldasta svæðið í skápnum. Hentar fyrir ferskt kjöt, ferskan fisk, drykki og eldaða rétti.

VERIÐ VELKOMIN
Kjötkompaní
HAFNARFIRÐI

Í kjötskúffunni (ChillerBox), sem er í sumum kæli- og frystiskápum frá Bosch, má geyma kjöt og fisk tvöfalt lengur en í venjulegu kælirými.

BOSCH

BÚÐIN

Hlíðasmára 3 www.bosch.is Sími 520 3090

FRÉTTABLAÐIÐ

VIÐ SEGJUM FRÉTTIR • SMÁAUGLÝSINGASÍMINN OG SKIPTIBORÐ: 512 5000 **VÍSIR**

RITSTJÓRN 512 5313, Fax: 512 5301, ritstjorn@frettabladid.is **AUGLÝSINGADEILD** auglysingar@frettabladid.is **PRENTUN** Ísafoldarprentsmiðja

9 771670 387005

Póst dreifing

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

Opið allan sólarhringinn
í Engihjalla, Vesturbergi og Arnarbakka
OPIÐ 24 TÍMA
Iceland

FRÉTTIR AF FÓLKI

Torrini og vinir

Búið er að tilkynna hvaða hljómsveitir munu troða upp á Ja Ja Ja Nordic-tónleikahátíðinni í Lundúnum í nóvember en hátíðin er helguð nýrri tónlist frá Norðurlöndunum. Það eru söngkonan sívinsæla Emilíana Torrini, ljúfu gítarplokkararnir í Low Roar og rafrokkararnir í Fufanu. Þetta er í annað sinn sem Ja Ja Ja-hátíðin er haldin í Lundúnum en í fyrra var hún haldin í fyrsta skipti á klúbbnum fræga Roadhouse. Þá voru það gleðigjafarnir í múm sem komu fram ásamt dönsku sveitinni Mew og sænska sveitinni The Shout Out Louds. - þij

Vinsæll á bókamessu

Rithöfundurinn **Ragnar Jónasson** er að gera góða hluti á bókamessunni í Frankfurt sem stendur yfir þessa dagana.

Breska bókaforlagið Orenda Books tryggði sér bækurnar Snjóblindu og Náttblindu, sem kemur úr hjá Veröld síðar í október á fyrstu mínútum messunnar.

Orenda er nýtt forlag en bakhjarlar þess eru meðal annars hið sögufræga forlag Faber & Faber og Barry Forshaw sem er helsti sérfræðingur Breta í norrænum glæpasögum. Þykir það því mikið gleðiefni að selja tvær bækur til forlagsins, sér í lagi þegar önnur er útkomin á frummálinu. - hó

Mest lesið VÍSIR

1 „Núna horfir heimurinn á þennan hræðilega faraldur og útbreiðslu hans“
2 Óútskýrðir 100 fermetrar í húsi Árna Johnsen: „Ég veit ekkert um þetta“
3 Story ökklabrotnaði í sigrinum á Gunnari Nelson
4 Vídeóleigan skilaði 23 milljóna hagnaði