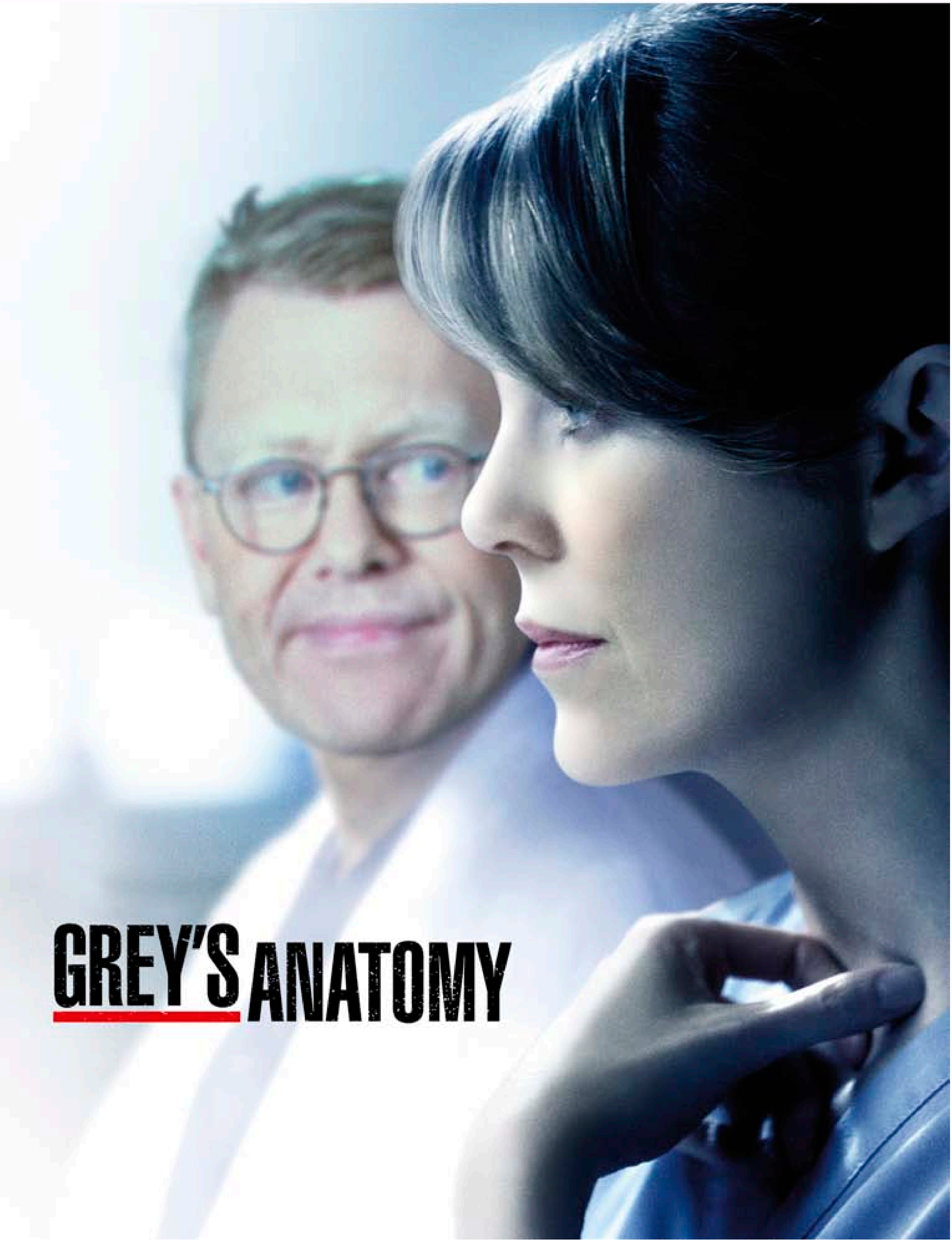
FRÉTTABLAÐIÐ
— MEST LESNA DAGBLAÐ Á ÍSLANDI* —



Fáðu þér áskrift í síma 1817 eða á 365.is

©2015 Home Box Office, Inc. All rights reserved. HBO® and all related programs are the property of Home Box Office, Inc.

FRÉTTABLAÐIÐ

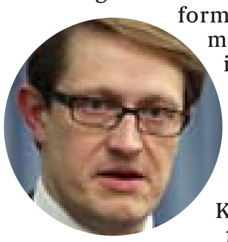
221. TÖLUBLAÐ 15. ÁRGANGUR — MEST LESNA DAGBLAÐ Á ÍSLANDI* — ÞRIÐJUDAGUR 22. SEPTEMBER 2015

Hundraðasti landsleikurinn í Laugardalnum í kvöld Margrét Lára Viðarsdóttir verður í kvöld sjötti íslenski knattspyrnumaðurinn sem nær því að spila 100 A-landsleiki fyrir Ísland en þessu nær hún í leik á móti Hvíta-Rússlandi í undankeppni EM 2017. Margrét Lára er önnur í sögunni til að ná þessu tímamótum fyrir þrítugt og sú fyrsta til að spilað hundraðasta landsleikinn á heimavelli síðan Katrín Jónsdóttir náði því árið 2010. Sjá síðu 20 Fréttablaðið/Pjetur

30 milljónir í dagpeninga þingmanna

ALÞINGI Þingmenn hafa farið til útlanda í 409 skipti á vegum þingsins það sem af er þessu kjörtímabili og hafa verið utan í um 1.280 daga. Kostnaður við dagpeningagreiðslur þingmanna nemur um 28,5 milljónum króna.

Birgir Ármannsson, fyrrverandi formaður utanríkismálanefndar þingsins, hefur farið utan í 30 skipti á þessu kjörtímabili og verið á fundum erlendis í samtals 86 daga. Karl Garðarsson, formaður Íslandsdeildar Evrópuráðsþingsins, kemur næstur með 29 ferðir og samtals 84 daga. Ögmundur Jónasson, sem einnig situr í Íslandsdeild Evrópuráðsþingsins, hefur farið til útlanda 24 sinnum í samtals 70 daga.



Birgir Ármannsson

Ef þingmenn njóta þess í heimsóknum sínum að vera í fríu fæði eða fá boð í veislur er skylt að draga það frá greiðslum dagpeninga samkvæmt reglum frá árinu 2004.

Samkvæmt Helga Bernódussyni, skrifstofustjóra Alþingis, hefur þessum reglum hins vegar ekki verið fylgt og því fá þingmenn fulla dagpeninga hvort sem þeir þurfa að greiða fyrir eigið uppihald eða ekki.

– sa / sjá síðu 8

Fljúga til Egilsstaða ef Íslendingar borga með

Breska ferðaskrifstofan Discover the World hefur hug á að fljúga milli Egilsstaða og Gatwick næsta sumar. Ákvörðunin er háð því að íslenska ríkið leggi fé í markaðssetningu vegna flugsins. Einnig er í skoðun flug til Akureyrar.

SAMGÖNGUR Samkomulag er um það bil að nást við ferðaskrifstofuna Discover the World um beint flug á milli Egilsstaða og Gatwick-flugvallar næsta sumar. Fiona Reece, talsmaður Discover the World, segir þó að samkomulagið sé háð því að stjórnvöld séu reiðubúin til þess að styðja við flugið með opinberum framlögum.

„Það er von okkar að við munum fá styrk frá íslenskum stjórnvöldum til þess að markaðssetja flugið í Bretlandi. Þetta er mjög eðlilegt innan ferðaþjónustunnar og Discover the World mun sjá um rekstur flugvélarinnar sjálfrar,“ segir Reece og bætir því við að vonast sé til að unnt verði að gefa út fréttatilkynningu um tilhögun flugsins von bráðar. Samkvæmt heimildum Fréttablaðsins er þess vænst að flogið verði tvisvar í viku og að flugið hefjist í maí.

Í mars síðastliðnum samþykkti ríkisstjórnin tillögu Sigmundar Davíðs Gunnlaugssonar forsætisráðherra um að skipa starfshóp undir forystu Matthíasar Imsland, sem fékk það verkefni að kanna hvernig koma mætti á reglulegu millilandaflugi um flugvellina á Akureyri og Egilsstöðum. Samkvæmt tillögunni átti starfshópurinn að vera skipaður til þriggja mánaða og skila af sér tillögum í formi aðgerða- og kostnaðaráætlunar.

Nefndin mun skila tillögum í næstu viku. Samkvæmt heimildum Fréttablaðsins verður þar kveðið á um þau skilyrði sem þurfa að vera fyrir hendi til þess að samningar við Discover the World náist. Matthías Imsland vildi ekkert tjá sig þegar Fréttablaðið bar málið undir hann. En samkvæmt heimildum Fréttablaðsins verður grunnhugmyndafræðin sú að á upphafstíma flugsins fari visst hlutfall af tekjum ríkisins á hvern ferðamann sem kemur með fluginu í greiðslur á markaðssetningu flugsins.

Helga Árnadóttir, framkvæmdastjóri Samtaka ferðaþjónustunnar, segir að ef flugið yrði að veruleika þá myndi það sannarlega auka enn á dreifingu ferðamanna og styðja mjög við ferðaþjónustuna á Austurlandi.

„Við þurfum bæði að horfa til dreifingar um landið allan ársins hring og líka dreifingar innan minni svæða,“ segir Helga. Það þurfi að skipuleggja ferðaþjónustuna þannig að horft verði á landsvæðin sem eina heild,“ segir Helga. Þetta sé einn liður í því.

– jhh

> Við þurfum bæði að horfa til dreifingar um landið allan ársins hring og líka dreifingar innan minni svæða.
>
> Helga Árnadóttir, framkvæmdastjóri Samtaka ferðaþjónustunnar

Fréttablaðið í dag

SKOÐUN Ögmundur Jónasson skrifar um samfélagsbanka. 16

SPORT Tveir af bestu leikstjórnendum landsins spila hlið við hlið í KR í vetur. 18

MENNING Danir á Íslandi og áhrif þeirra á síðustu öld. 26

LÍFIÐ Justin Bieber og Mads Mikkelsen á landinu. 32-34

PLÚS 1 SÉRBLAÐ ● **FÓLK**

*Samkvæmt prentmiðlakönnun Gallup apríl-júní 2015

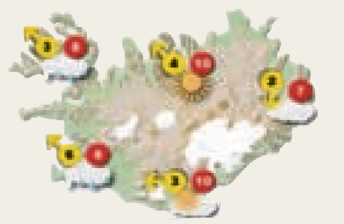
Pinex® Smelt

Munndreifitöflur 250 mg

Actavis

HVÍTA HÚSIÐ / Actavis 511072

Veður



Hvessir aftur af suðaustri með rigningu um sunnan og vestanvert landið en hægari vindur í öðrum landshlutum og þurrt þar fyrripart dags. Hægari suðvestanátt og lítilsháttar væta suðvestan til í kvöld. Milt í veðri.

SJÁ SÍÐU 24

Síðustu sumardagarnir nýttir

Borgarbúar glöddust margir yfir mildu haustveðri í gær. Þessar ungu stúlkur nýttu tækifærið vel og böðuðu sig í Nauthólsvík. Fréttablaðið/Vilhelm

Vilja athugun á stjórnsýslunni

STJÓRNSÝSLA Samherji fer fram á allsherjarathugun bankaráðs Seðlabanka á stjórnsýslu bankans og embætti seðlabankastjóra „að því er snertir gjaldeyriseftirlit, einkum og sér í lagi í tengslum við húsleit, rannsókn, samskipti, kærur og fjölmiðlaumfjöllun Seðlabanka Íslands um málefni Samherja“ í bréfi sem stjórn Samherja sendi bankanum í gær.

Bréfið er sent í kjölfar ákvörðunar sérstaks saksóknara um að vísa frá máli Seðlabankans gegn Þorsteini Má Baldvinssyni, forstjóra Samherja, og þremur öðrum starfsmönnum fyrirtækisins, er sneri að meintum brotum Samherja á gjaldeyrislögum. Málið var fellt niður þann 4. september síðastliðinn.

Í kjölfar niðurfellingarinnar sagði Þorsteinn Már málið byggt á persónulegum illvilja Más Guðmundssonar seðlabankastjóra. „Að lokum er rétt að benda á óviðeigandi viðbrögð og ummæli seðlabankastjóra í kjölfar niðurfellingar embættis sérstaks saksóknara á málinu. Embættið byggði þá niðurstöðu á því, eftir tveggja ára rannsókn, að ekkert væri að finna í gögnum málsins sem benti til þess að refsiverður verknaður hefði verið framinn,“ segir í bréfi Samherja.

Viðbrögðin sem vísað er til eru orð Más Guðmundssonar seðlabankastjóra um að málið hafi verið fellt niður „vegna lagaklúðurs“.

„Að mati stjórnar Samherja hf. hefur mál þetta varpað ljósi á alvarlegar brotalamir í stjórnsýslu og starfsemi Seðlabankans, sem og seðlabankastjóra sjálfs, í gjaldeyrismálum,“ segir í bréfi stjórnar Samherja. **- þea**

> **Hefur mál þetta varpað ljósi á alvarlegar brotalamir í stjórnsýslu og starfsemi Seðlabankans.**
>
> Þorsteinn Már Baldvinsson, forstjóri Samherja

Scott Walker dregur sig í hlé

BANDARÍKIN Scott Walker, ríkisstjóri Wisconsin, sækist ekki lengur eftir útnefningu Repúblikanaflokksins til forsetaframboðs. Frá þessu greindi New York Times í gærkvöldi og vitnaði til nafnlauss heimildarmanns.

Heimildarmaðurinn er einn þeirra fjársterku sem stutt hafa Walker og sagðist ólmur vilja það áfram en geta það ekki því aðrir hefðu dregið stuðning sinn til baka. Þá hafi Walker ákveðið að lýsa yfir ósigri þar sem hann vildi ekki „haltra“ inn í forkosningarnar án fjármagns.

Walker mældist í sumar með tuttugu prósenta fylgi þegar allt lék í lyndi og var lengi vel hæstur í Iowa, þar sem kosið er fyrst allra fylkja í forkosningum. Í könnun sem CNN birti í gær mældist fylgi hans hins vegar undir hálfu prósenti. **- þea**

Nýtt alþjóðlegt nám á unglingastigi

Alþjóðaskólinn stækkar verulega við sig og ætlar að bjóða upp á nám á unglingastigi. Á sama tíma tekur skólinn upp strangt vottunarferli og ætlar að verða samkeppnishæfur á erlendum vettvangi.

MENNTAMÁL „Við viljum brúa bilið á milli grunnskóla og menntaskóla, segir Hanna Hilmarsdóttir, skólastjóri Alþjóðaskólans á Íslandi, sem er skóli einn sinnar tegundar á landinu. Hann er alþjóðlegur og tvítyngdur.

Nemendur skólans geta hafið nám í fimm ára bekk. Í haust var bætt við 8. bekk og stefnt er að því að bæta við 9. og 10. bekk í framhaldinu. „Við höfum kennt á grunnskólastigi í rúm tíu ár, það hefur hins vegar vantað nám á unglingastigi sem undirbúning undir framhaldsskóla,“ segir Hanna, en alþjóðleg braut er kennd við Menntaskólann við Hamrahlíð.

Alþjóðaskólinn hefur hafið vottunarferli hjá CIS (Council of International Schools) og Hanna segist vilja innleiða nám á unglingastigi samhliða vottunarferlinu. „Við hér á Íslandi viljum vera samkeppnishæf við aðra alþjóðlega skóla úti í heimi og fannst kjörið að gera þetta samhliða.“

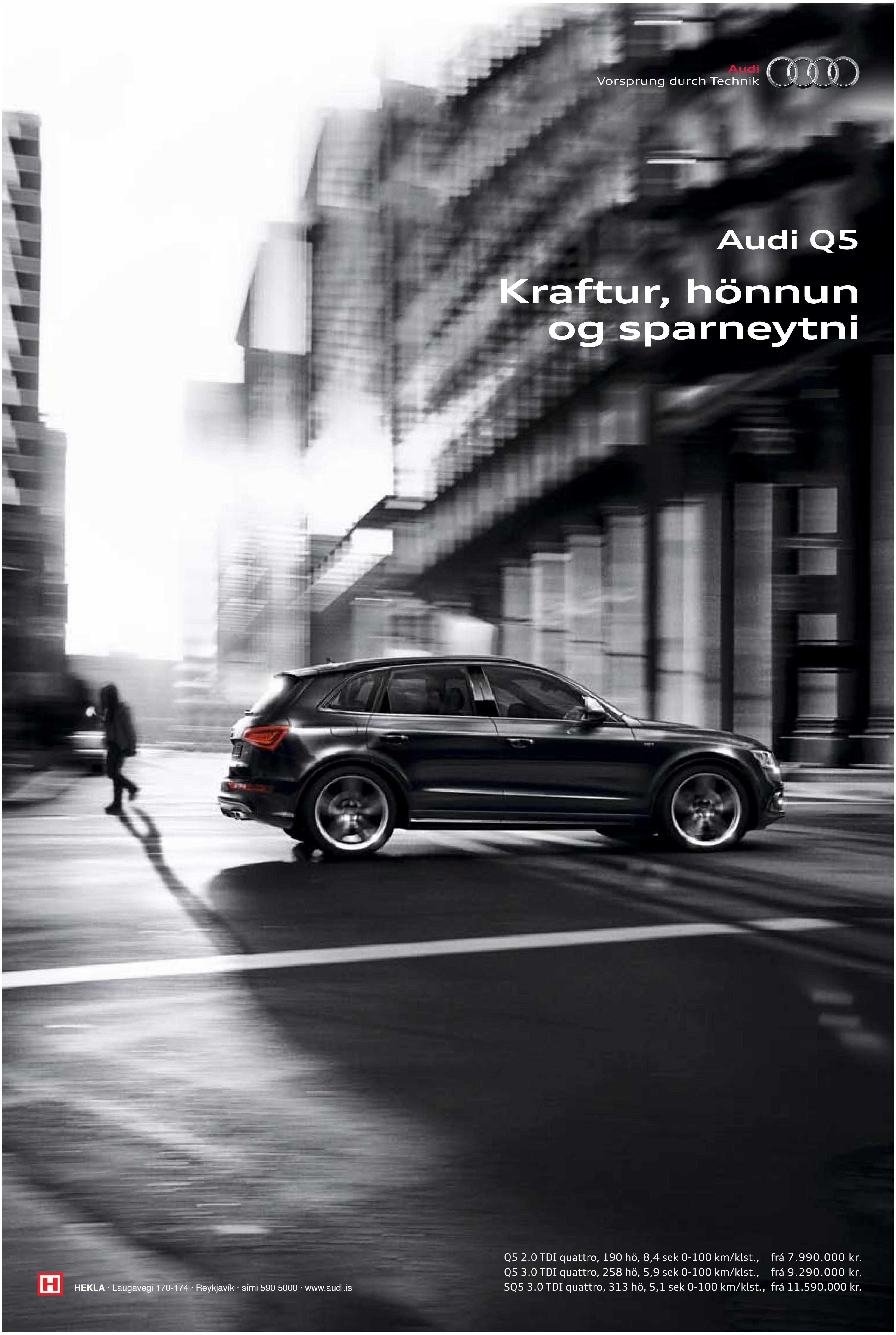
Í Alþjóðaskólanum er kennt eftir International Primary Curriculum og námsmarkmiðum; Aero. „Ég lýsi stundum muninum með því að hjá okkur er allur heimurinn undir. Öll lönd, öll trúarbrögð og menning eru jafnrétthá. Börnin sem eru á tvítyngdri braut læra bæði íslensku og ensku og eru þjálfuð í að nota gögn á báðum tungumálum frá sex ára aldri, til dæmis í stærðfræðinámi.“

Hanna segir nemendahópinn samanstanda af íslenskum og erlendum nemendum, sumum tvítyngdum og sumum jafnvel fjöltyngdum. „Sumir eru tímabundið í skólanum, foreldrarnir eru starfsmenn sendiráða eða fyrirtækja. Önnur hafa verið með íslenskum foreldrum sínum sem hafa starfað úti eða verið í námi og enn önnur eru tvítyngd og jafnvel þrítyngd. Þá hugsa foreldrarnir sér jafnvel til hreyfings á ný og vilja halda við færni barnanna. Það er jafnan ekki stór nemendahópur hér, en hann fer stækkandi.“

Hanna Hilmarsdóttir, skólastjóri Alþjóðaskólans, með tveimur nemendum skólans á grunnskólastigi. Fréttablaðið/Vilhelm

> **Hjá okkur er allur heimurinn undir. Öll lönd, öll trúarbrögð og menning eru jafnrétthá.**

Skólinn er einkaskóli og því eru innheimt skólagjöld. Þau eru misjöfn eftir því í hvaða sveitarfélagi nemendur búa. Þá hafa fyrirtæki styrkt börn starfsmanna, sem hingað flytjast, til námsins. **kristjanabjorg@frettabladid.is**


Audi
Vorsprung durch Technik
Audi Q5
Kraftur, hönnun og sparneytni
Q5 2.0 TDI quattro, 190 hö, 8,4 sek 0-100 km/klst., frá 7.990.000 kr.
Q5 3.0 TDI quattro, 258 hö, 5,9 sek 0-100 km/klst., frá 9.290.000 kr.
SQ5 3.0 TDI quattro, 313 hö, 5,1 sek 0-100 km/klst., frá 11.590.000 kr.
H
HEKLA · Laugavegi 170-174 · Reykjavík · sími 590 5000 · www.audi.is

Í nýrri bók um David Cameron forsætisráðherra Bretlands kemur fram að hann hafi meðal annars haft samræði við svín. Fréttablaðið/EPA

Ashcroft hefnir sín á Cameron

BRETLAND David Cameron, forsætisráðherra Bretlands, fær það óþvegið í óopinberri ævisögu, sem fyrrverandi félagi hans úr Íhaldsflokknum, Ashcroft lávarður, skrifaði um hann.

Ashcroft hefur haft horn í síðu forsætisráðherrans allar götur frá því að Cameron stóð ekki við loforð um að útvega Ashcroft mikilvægt embætti í kjölfar kosninganna árið 2010.

Í bókinni dregur Ashcroft fram sögur um að Cameron hafi á yngri árum notað kannabisefni, auk þess sem hann segist hafa séð ljósmyndir sem staðfesti orðróm um að Cameron hafi á skólaárum sínum tekið þátt í undarlegri vígsluathöfn, þar sem hann hafi stungið lim sínum inn í haus af svíni.

Þá fullyrðir Ashcroft að Cameron hafi haft fulla vitneskju um að hann hafi átt fé á aflandsreikningum löngu áður en ágreiningur kom upp á milli þeirra stuttu fyrir kosningarnar 2010. Cameron sagðist þá ekki hafa vitað af þessu nema í nokkrar vikur.

Cameron hefur engu viljað svara þessu fullyrðingum Ashcrofts, en breskir fjölmiðlar fjölluðu mikið um þetta allt saman í gær. – **gb**

LOGOS hagnaðist um 616 milljónir

VIÐSKIPTI LOGOS slf., sem rekur lögfræðiskrifstofuna Logos í Reykjavík og dótturfélagið LOGOS Legal Services Limited í Bretlandi, hagnaðist um 616 milljónir króna á síðasta ári. Rekstrartekjur samstæðunnar námu 2,2 milljörðum og lækkuðu um 200 milljónir á milli ára. Rekstrartekjur móðurfélagsins námu 1,7 milljörðum. Eigið fé félagsins í árslok nam 678 milljónum króna. Eignir samstæðunnar námu 1,3 milljörðum. Laun og launatengd gjöld samstæðunnar námu 922 milljónum króna og var meðaltal stöðugilda á árinu 71,8. Laun framkvæmdastjóra námu 12,6 milljónum króna á árinu og hækkuðu um 1,4 milljónir milli ára. Ekki voru greidd stjórnarlaun. – **sg**

Björn Zoëga telur að mögulega væri hægt að mæta auknum útgjöldum í heilbrigðiskerfinu með meiri kostnaðarþátttöku efnameiri sjúklinga. Fréttablaðið/Getty

Hundrað þúsund á mann

Útgjöld til heilbrigðismála námu samtals 33 milljörðum í fyrra, eða 100 þúsund krónum á mann. Framlag ríkisins verður 160 milljarðar á næsta ári. Viðskiptaráð telur að virkja verði einkaframtakið betur.

HEILBRIGÐISMÁL Aukin skattheimta og vaxandi kostnaðarhlutdeild sjúklinga eru ekki sjálfbærar leiðir til að glíma við framtíðaráskoranir við fjármögnun heilbrigðiskerfisins. Stjórnvöld ættu frekar að horfa til aukinnar hagkvæmni í rekstri, til að mynda með því að virkja betur einkaframtakið í heilbrigðisþjónustu og skýrari afmörkun þeirrar þjónustu sem hið opinbera fjármagnar. Þetta kemur fram í Skoðun Viðskiptaráðs, Höldum heilsunni, sem gefin var út í gær.

Björn Zoëga, formaður verkefnastjórnar um betri heilbrigðisþjónustu, segist ekki að öllu leyti sammála þessari ályktun. Hann telur að spítalinn hafi áður sannað að hægt sé að ná hagkvæmni hjá opinberum fyrirtækjum, án aukinnar einkavæðingar.

Í Skoðuninni kemur fram að samkvæmt fjárlagafrumvarpi fyrir árið 2016 verður 160 milljörðum varið til heilbrigðismála. Þetta er stærsti útgjaldaliður hins opinbera, eða um fjórðungur heildarútgjalda. Í fyrra námu útgjöld einstaklinga til heilbrigðismála um 33 milljörðum króna, sem jafngildir að meðaltali 100 þúsund krónum á mann. Innifalið í því eru aðalflokkarnir lyf, hjálpartæki, heilsugæsla, sérfræðiþjónusta, tannlækningar, sjúkrahúsþjónusta og sjúkraþjálfun.

Á síðustu 30 árum hafa heilbrigðisútgjöld sem hlutfall af landsframleiðslu aukist úr 7,3% upp í 8,9% samtímis því að aldurssamsetning þjóðarinnar breyttist tiltölulega lítið. Næstu 30 ár mun aldurssamsetningin breytast til muna; öldruðum mun fjölga ört og einstaklingum á vinnufærum aldri fækka. Því má áætla að heilbrigðisútgjöld muni vaxa nær þrefalt hraðar.

Björn telur mögulega hægt að mæta auknum útgjöldum með hærri kostnaðarþátttöku efnameiri sjúklinga. „Ég held að það sé spurning um pólitíska útfærslu hvort eigi að taka sjúklingagjöld eða skattgreiðslu," segir hann.

Viðskiptaráð telur æskilegra fyrirkomulag að opinber útgjöld vegna heilbrigðismála fari í auknum mæli í gegnum Sjúkratryggingar. Fjárframlög til einstakra rekstraraðila myndu þá byggja á magni og gæðum þeirrar þjónustu sem viðkomandi aðili veitir. Það fyrirkomulag myndi jafnframt opna fyrir aukna aðkomu einkaaðila að veitingu heilbrigðisþjónustu sem hið opinbera fjármagnar. Með auknum einkarekstri á ákveðnum sviðum heilbrigðisþjónustu sem sambærileg eru við almenna atvinnustarfsemi telur ráðið að hægt sé að mynda samkeppni um þjónustu. Með því að bjóða út tímabundna samninga um veitingu þjónustu geta stjórnvöld tryggt að ávinningur af auknu rekstrarhagræði skili sér í lægri kostnaði fyrir skattgreiðendur.

Ég held að það sé spurning um pólitíska útfærslu hvort eigi að taka sjúklingagjöld eða skattgreiðslu.

Björn Zoega, fyrrverandi forstjóri Landspítalans

Björn telur alltaf gott að hafa ákveðið aðhald sem einkareksturinn gefur, en á móti kemur að þar er öðru vísi krafa um arðsemi og einhvers staðar verði hún tekin út. „Ég held að spítalinn hafi áður sannað að það er hægt að ná hagkvæmni hjá opinberum fyrirtækjum líka, það fer bara eftir því hvernig þú setur upp hvata, og setur upp stofnunina eða fyrirtækið. Mér finnst það ekki hafa sýnt sig neins staðar annars staðar að aukin einkavæðing sé lausn á málum. Ef umgjörðin hjá hinu opinbera er þannig að það séu í fyrsta lagi réttir hvatar og þar að auki að stofnuninni verði gert að reka sig með sömu forsendum og einkarekstur, þá get ég ekki séð að það sé annað en jákvætt fyrir samfélagið," segir Björn.

saeunn@frettabladid.is

Evrópusambandið fagnar sigri Tsipras

GRIKKLAND „Framkvæmdastjórnin óskar Alexis Tsipras til hamingju með sigurinn," sagði Margaritis Schinas, talsmaður framkvæmdastjórnar Evrópusambandsins, við fréttamenn í gær.

Tsipras vann ótvíræðan sigur í þingkosningum á sunnudaginn, litlu minni sigur en þann sem hann vann í byrjun ársins þegar vinstriflokkur hans, SYRIZA, komst til valda út á harða gagnrýni sína á samstarf fyrri stjórnar við Evrópusambandið og Alþjóðagjaldeyrissjóðinn.

Schinas minnti á að í sumar hefði Tsipras samið við Evrópusambandið um erfiðar aðhaldsaðgerðir í ríkisfjármálum. Með sigri sínum hefði Tsipras og flokkur hans tryggt sér umboð þjóðarinnar til að framkvæma þessar aðgerðir eins og um var samið.

„Mikið verk er óunnið og engan tíma má missa," sagði Schinas.

SYRIZA hlaut 35 prósent atkvæða og getur myndað nauman meirihluta með samstarfsflokki sínum, Óháðum Grikkjum, sem fékk þó innan við fjögur prósent atkvæða. Saman eru flokkarnir með 155 þingsæti af 300.

Alexis Tsipras gekk í gær á fund Prokopis Pavlopúlos forseta, eftir að hafa unnið nokkuð óvæntan kosningasigur um helgina. NordicPhotos/AFP

Sigurinn er nokkuð óvæntur, ekki síst vegna þess að margir þingmenn og flokksfélagar höfðu yfirgefið SYRIZA vegna óánægju með samninginn við Evrópusambandið.

Hægri flokkurinn Nýtt lýðræði hlaut næstflest atkvæði í kosningunum, og má búast við að sá flokkur muni styðja að miklu leyti aðhaldsaðgerðir stjórnarinnar, enda studdi flokkurinn samninginn við ESB í sumar. – **gb**

OPEL **INSIGNIA**

ÞÝSKUR OG STÓRGLÆSILEGUR

Bíll sem þú elskar að aka

Opel Insignia er eðalbíll sem sameinar glæsilegt útlit og afburða aksturseiginleika. Insignia hefur það allt; sparneytna vél, sportlegt útlit og ríkulegan staðalbúnað. Þetta er bíll sem þú elskar að keyra. Hann fæst í mörgum útgáfum og meira að segja fjórhjóladrifinn.

Kynntu þér Opel Insignia á opel.is eða á benni.is. Verið velkomin í reynsluakstur

Bílabúð Benna
Sérfræðingar í bílum

Reykjavík
Tangarhöfða 8
590 2000

Reykjanesbær
Njarðarbraut 9
420 3330

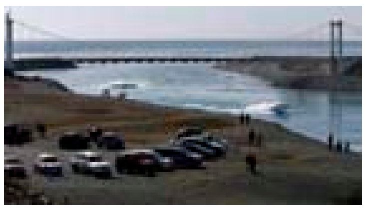
Opið virka daga frá 9 til 18
Laugardaga frá 12 til 16 í Reykjavík
Laugardaga frá 10 til 14 í Reykjanesbæ

Wir leben Autos.

Bílabúð Benna áskilur sér rétt til breytinga á verði og búnaði án fyrirvara

Lykill

Bílabúð Benna og Lykill gera þér kleift að eignast nýjan Opel á þægilegan máta. Útborgun er að lágmarki 10% af verði bílsins og Lykill lánar þér afganginn til allt að sjö ára. Þú velur þér nýjan bíl hjá Bílabúð Benna og sölumenn sjá um að ganga frá láninu. Lánshlutfall ræðst af lánshæfis- og/eða greiðslumati hvers umsækjanda og getur hæst orðið 90%. Skylt er að kaskótryggja bifreiðina á lánstímanum.



Ágreiningur meðal landeigenda hindrar uppbyggingu. Fréttablaðið/Pjetur

Bærinn skorar á landeigendur

FERÐAÞJÓNUSTA Bæjarstjórn Hornafjarðar skorar á eigendur jarðarinnar Fells við Jökulsárlón að hefja uppbyggingu við lónið. Í Sameigendafélaginu Felli eru yfir sextíu prósent eigenda Fells. Félagið hefur óskað eftir leyfi til að gera veg og bílastæði vegna ferðaþjónustu við lónið en bæjarstjórnin segir ekki hægt að gefa út framkvæmdaleyfi því nauðsynlegt samþykki allra landeigenda liggi ekki fyrir.

„Eigendur hafa ekki getað komið sér saman um framkvæmd eða framkvæmdaaðila til að byggja upp,“ segir bæjarstjórnin og vill að bæjarstjóri boði til fundar með landeigendunum til að fara yfir stöðuna. **– gar**

Húsleitir og hleranir gagnrýndar

Sigurður G. Guðjónsson hæstaréttarlögmaður

DÓMSMÁL Málflutningur í Imon-málinu fór fram í Hæstarétti í gær. Sigurjón Þ. Árnason, fyrrverandi bankastjóri Landsbankans, Elín Sigfúsdóttir, fyrrverandi framkvæmdastjóri fyrirtækjasviðs, og Steinþór Gunnarsson, fyrrverandi forstöðumaður verðbréfamiðlunar, eru ákærð vegna kaupa félagsins Imon á hlutabréfum í bankanum. Sigurjón og Elín voru sýknuð í málinu í héraðsdómi en Steinþór var dæmdur í 9 mánaða fangelsi, þar af 6 mánuði skilorðsbundna. Í fyrra áfrýjaði ríkissaksóknari niðurstöðu héraðsdóms til Hæstaréttar.

Saksóknari byggir á að um sýndarviðskipti hafi verið að ræða. Sigurður G. Guðjónsson, verjandi Sigurjóns, fór fram á að málinu yrði vísað frá. Hann taldi að eftir bankahrun og setningu laga um sérstakan saksóknara hafi verið „farið nokkuð á svig við þá hugmynd sem felst í hugtakinu réttarríki“ og sagði undirbúning og aðdraganda að málsókn hafa falið í sér gróf brot á rétti sakborninga. Hann gagnrýndi húsleitir og símhleranir sérstaks saksóknara. **– skh/kbg**

Nýrri stjórnarskrá fagnað

Lýðræðisríki Nepalar fagna nýrri stjórnarskrá landsins í höfuðborg landsins, Katmandú, íklæddir þjóðbúningum. Stjórnarskráin nýja gerir ríkið að lýðræðisríki en áður var það konungdæmi. Fréttablaðið/EPA

Bitnar mest á eldri borgurum

Eina bankaútibúi Bolungarvíkur verður lokað á fimmtudag í hagræðingaraðgerðum Landsbankans. Bankinn verður kvaddur á táknrænan máta með blómum og krönsum. Tugir starfa hafa tapast á árinu.

SAMFÉLAG „Hvert höggið af öðru ríður yfir bæjarfélagið, þetta er ömurleg staða sem við bæjarbúar erum í. Það kom okkur verulega á óvart hversu skammur tími leið frá því að samruni Sparisjóðs og Landsbanka er samþykktur og að ákvörðun er tekin um að loka útibúinu,“ segir Matthildur Guðmundsdóttir sem hefur starfað í Sparisjóði Bolungarvíkur í fjórtán ár.

Á föstudag tilkynnti Landsbankinn að útibú bankans á Suðureyri, Þingeyri og Bolungarvík yrðu lögð niður innan viku, ellefu manns missa atvinnuna. Með tilfærslu starfa við sameiningu sýslumannsembætta og nú með lokun útibús Landsbankans er ljóst að á annan tug starfa hafa verið flutt úr bæjarfélaginu á nokkrum mánuðum.

„Ég tel að lokunin hafi mikil áhrif á bæjarfélagið. Við búum hérna 900 manns og þurfum eftir þetta að sækja alla bankaþjónustu á Ísafjörð, þangað eru ekki traustar samgöngur og auðvitað enginn strætó.“

Matthildur segir aðgerðirnar bitna mest á eldra fólki sem á að auki erfitt með að sækja ýmsa nauðsynlega þjónustu. „Þetta er enn eitt höggið, það kemur til dæmis ekki læknir hingað nema einu sinni eða tvisvar í viku og er þá fáeinar klukkustundir í senn. Sýslumannsembættið var flutt á Ísafjörð um áramótin, þá fóru nokkrir starfsmenn þangað.“

Bæjarráð Bolungarvíkur ályktaði um málið í gær og vill að ríkið finni störf handa bæjarbúum. „Í ljósi þess að ríkið er eigandi Landsbankans og starfsemi sýslumanns er á vegum ríkisins gerir bæjarráð Bolungarvíkur kröfu um að starfsemi á vegum ríkisins verði fundinn staður í Bolungarvík,“ segir í bókun ráðsins.

Bæjarbúar ætla að mótmæla lokun bankans á fimmtudag á táknrænan máta með krönsum og blómum rétt eins og um jarðarför væri að ræða. Þeir hafa margir lýst óánægju sinni með lokun útibúsins og sumir hætt viðskiptum við Landsbankann.

Kristján Kristjánsson, upplýsingafulltrúi Landsbankans, staðfestir þetta og segist skilja reiði bæjarbúa.

Bæjarbúar munu koma með blóm og kransa á síðasta opnunardag útibúsins. Fréttablaðið/Pjetur

„Það er aldrei vinsælt að loka útibúum, það hafa einhverjir hætt í viðskiptum við okkur, innan við tíu manns og aðrir sagst ætla að hætta viðskiptum.“

Hann segir bankakerfið of stórt hér á landi og að áfram verði sú þróun að bankastarfsemi færist í auknum mæli á netið. „Allir bankar hafa verið að fækka útibúum til að leita leiða við að spara.“ **kristjanabjorg@frettabladid.is**

> Við búum hérna 900 manns og þurfum eftir þetta að sækja alla bankaþjónustu á Ísafjörð.

Matthildur Guðmundsdóttir

Lyfjaauglýsing

Nicotinell

NICOTINELL LYFJATYGGIGÚMMÍ

Ertu að hætta að reykja?
Veistu hvaða bragðtegund hentar þér?

Fæst í 6 bragðtegundum!

Nicotinell, lyfjatyggigúmmí. Inniheldur nikótín. Til meðferðar á tóbaksfíkn en lyfið dregur úr nikótínþörf og fráhvarfseinkennum og það auðveldar þar með reykingarfólki sem vill hætta að reykja, að hætta og auðveldar þeim sem ekki geta hætt, eða eru tregir til þess, að draga úr reykingum. Hætta skal alfarið reykingum meðan á meðferð með Nicotinell stendur. Upphafsskammtur skal ákvarðaður út frá því hversu háður nikótíni einstaklingurinn er. Verði vart við aukaverkanir þegar hærri styrkleiki er notaður skal íhuga að skipta yfir í lægri styrkleika. Meðferðarlengd er einstaklingsbundinn. Samtímis neysla á súrum drykkjum, eins og t.d. kaffi og sódavatni, getur minnkað frásog nikótíns í munni. Forðast skal þessa drykki í 15 mínútur fyrir notkun lyfjatyggigúmmís. Tyggja skal eitt stykki Nicotinell lyfjatyggigúmmí við reykingaþörf. Venjuleg notkun er 8-12 stykki á sólarhring, þó ekki fleiri en 15 stykki af 4 mg lyfjatyggigúmmíi og 25 stykki af 2 mg lyfjatyggigúmmíi á sólarhring. Vegna eiginleika lyfjatyggigúmmís sem lyfjaforms getur nikótínþéttni í blóði verið mismunandi á milli einstaklinga. Því skal miða tíðni skammta við einstaklingsþörf, innan uppgefinna hámarksskammta. Tyggja skal eitt lyfjatyggigúmmí þar til finnst sterkt bragð. Lyfjatyggigúmmíið skal því næst hvíla á milli kinnar og tannholds. Þegar sterka bragðið minnkar skal byrja að tyggja aftur. Þetta skal endurtaka í 30 mínútur. Í flestum tilfellum skal meðferðin standa í a.m.k. 3 mánuði. Eftir 3 mánuði skal draga smám saman úr notkun. Venjulega er ekki mælt með notkun Nicotinell lyfjatyggigúmmís lengur en í eitt ár. Ef ekki hefur dregið úr fjölda sígaretta á sólarhring eftir 6 vikur skal leita faglegrar ráðgjafar. Reykingum skal hætt um leið og einstaklingurinn er reiðubúin til þess, þó ekki síðar en eftir 6 mánaða meðferð. Leita skal faglegrar ráðgjafar ef ekki hefur tekist að hætta reykingum eftir 9 mánaða meðferð. Þeir sem reykja ekki og þeir sem hafa ofnæmi fyrir einhverju innihaldsefnanna eiga ekki að nota Nicotinell. Ráðfærðu þig við lækni eða lyfjafræðing því ekki er víst að þú megir nota Nicotinell ef þú: ert þunguð, með barn á brjósti, hefur nýlega fengið hjartabilun eða hjartastopp, ert með hjarta- eða æðasjúkdóm, of háan blóðþrýsting, sykursýki, ofvirkan skjaldkirtil/nýrnahettur, magasár eða verulega skerta nýrna- og/eða lifrarstarfsemi. Einstaklingar undir 18 ára aldri mega ekki nota Nicotinell nema að læknisráði. Nikótín sem er gleypt getur valdið versnun einkenna hjá sjúklingum sem eru með bólgu í vélinda, munni eða koki, magabólgu eða magasár. Einstaklingum með gervitennur, eiga við vandamál í liðamótum kjálka og þeim sem eiga í erfiðleikum með að tyggja tyggigúmmí er ráðlagt að nota önnur lyfjaform en lyfjatyggigúmmí. Sjúklingar með arfgengt frúktósaóþol skulu ekki nota lyfjatyggigúmmíið. Athuga ber að lyfjatyggigúmmíið og munnsogstöflurnar innihalda natríum og bútýlhýdroxýtólúen (E321) sem getur valdið staðbundinni ertingu slímhúðar en sumar bragðtegundir innihalda að auki sorbitól (E420), maltitól (E965) eða aspartam (E 951) sem ekki allir mega taka. **Lesið allan fylgiseðilinn vandlega áður en byrjað er að nota lyfið. Sjá notkunarleiðbeiningar í fylgiseðli.** Geymið þar sem börn hvorki ná til né sjá. Jafnvel lítið magn af nikótíni er hættulegt börnum og getur valdið alvarlegum einkennum eða dauða. Markaðsleyfis hafi: Novartis Consumer Health S.A. Umboð á Íslandi: Artasan ehf., Suðurhrauni 12a, 210 Garðabæ

Síminn
NETIÐ
SKJÁREINN
SJÓNVARP SÍMANS
9 ERLENDAR STÖÐVAR
SPOTIFY
ENDALAUS HEIMASÍMI
SKJÁRKRAKKAR / ÞÆTTIR
12.000 KR./MÁN
*Línugjald ekki innifalið.
Nánar á siminn.is
Það borgar sig að fá þetta allt saman í einum pakka
Nú færðu SkjáEinn hjá Símanum, Sjónvarp Símans, Netið og Endalausan heimasíma í einum pakka fyrir aðeins 12.000 kr. á mánuði. Þú færð líka Sjónvarp Símans appið, 9 erlendar stöðvar, val um SkjáKrakka eða SkjáÞætti og Spotify Premium í 6 mánuði. Hafðu samband og njóttu þess að stjórna dagskránni á SkjáEinum heima í stofu.
Þú getur meira með Símanum | Hringdu núna í 800 7000 eða opnaðu Netspjall á siminn.is til að klára málið!

30 milljónir í dagpeningagreiðslur

Alþingismenn hafa setið fundi erlendis í um 1.280 daga á þessu kjörtímabili. Karlar fara mun oftar utan en konur. Dagpeningagreiðslur þingmanna skerðast ekki þegar þeim er boðið til veislu erlendis þrátt fyrir að reglur segi til um það.

ALÞINGI Þingmenn hafa farið til útlanda í 409 skipti á vegum þingsins það sem af er þessu kjörtímabili og hafa verið erlendis samtals í um 1.280 daga. Það jafngildir því að hver og einn þingmaður hafi verið erlendis í rúma 20 daga á kjörtímabilinu. Fimmtíu þingmenn alls hafa farið í ferðir á vegum þingsins það sem af er kjörtímabilinu. Kostnaður við dagpeningagreiðslur þingmanna nemur um 28,5 milljónum króna.

Formenn nefnda í flestar ferðir

Birgir Ármannsson, fyrrverandi formaður utanríkismálanefndar þingsins, hefur farið utan í 30 skipti á þessu kjörtímabili og verið á fundum erlendis í samtals 86 daga. Karl Garðarsson, formaður Íslandsdeildar Evrópuráðsþingsins, kemur næstur með 29 ferðir og samtals 84 daga. Ögmundur Jónasson, sem einnig situr í Íslandsdeild Evrópuráðsþingsins hefur farið til útlanda 24 sinnum í samtals 70 daga. Ögmundur og Össur Skarphéðinsson eru einu stjórnarandstöðuþingmennirnir á topp tíu lista þeirra sem hafa verið lengst í útlöndum á þessu kjörtímabili.

Mismunandi háar greiðslur

Þingmenn fá greidda dagpeninga eftir reglum fjármálaráðuneytisins um dagpeninga opinberra starfsmanna. Mismunandi er eftir stöðum hversu háar dagpeningagreiðslurnar eru. Helgi Bernódusson, skrifstofustjóri þingsins, segir þingmenn venjulega fá greiddar hálfar dagpeningagreiðslur vegna ferða til útlanda og endurgreiddan kostnað vegna gistingar.

Ef allar ferðir þingmanna utan eru greiddar á þá leið að þeir fái endurgreiddan kostnað vegna gistingar og hálfa dagpeninga ofan á það hafa verið lagðar út 28,5 milljónir króna í dagpeninga á þessu kjörtímabili til þingmanna. Þá er ferðakostnaður og gisting ótalin í þeirri upphæð. Í langflestum þessara ferða er einnig í för ritari þótt einnig séu dæmi um að enginn ritari fari með eða þá að þeir séu tveir talsins. Þessir starfsmenn þingsins fá einnig greidda dagpeninga eins og aðrir starfsmenn ríkisins.

Frádráttur vanræktur

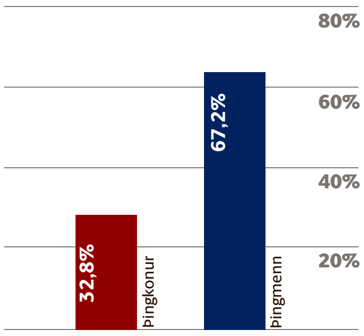
Samkvæmt bréfi ferðakostnaðarnefndar frá því 2004 eiga styrkir og hvers konar hlunnindi varðandi gistingu og fæði, sem starfsmenn njóta meðan á dvöl stendur, að koma til frádráttar dagpeningagreiðslum. Ef þingmenn njóta þess í heimsóknum sínum að vera í fríu fæði meðan á dvöl stendur, eða fá boð í veislur, er skylt samkvæmt þessu að draga það frá greiðslum dagpeninga. Samkvæmt Helga hefur þessari reglu hins vegar ekki verið fylgt og því fá þingmenn fulla dagpeninga hvort sem þeir þurfa að greiða fyrir eigið uppihald eða ekki.

Greiðslurnar líklega hærri

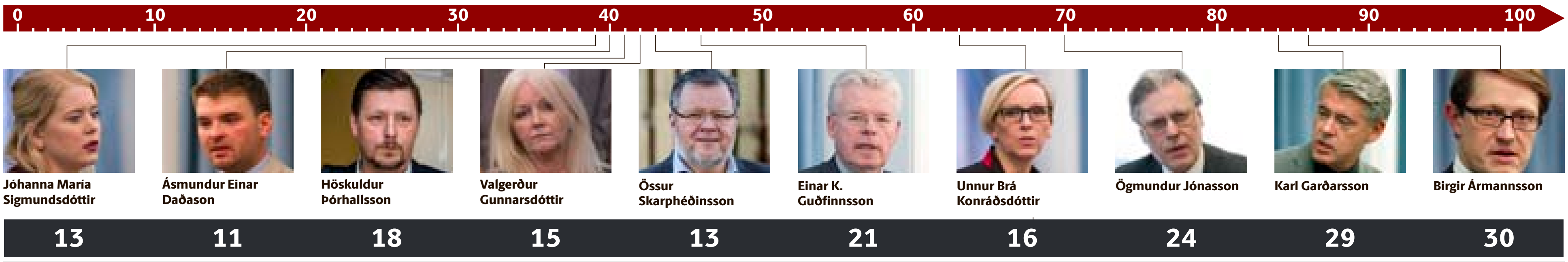
Upplýsingar um dagpeningagreiðslur til handa þingmönnum á þessu kjörtímabili fengust ekki frá skrifstofu Alþingis. Fréttablaðið hefur því farið yfir allar fundargerðir á vef Alþingis frá fundum erlendis. Þar sem þingmenn fá einnig greidda dagpeninga á þeim degi sem flug þeirra og ferðalag stendur yfir bendir allt til þess að dagpeningagreiðslur þingmanna séu mun hærri en hér kemur fram og að fjöldi ferðadaga þingmanna sé vanáætlaður í þessari úttekt. **sveinn@frettabladid.is**

Kynin fara misoft til útlanda

Þegar allar utanlandsferðir þingmanna á vegum alþjóðanefnda þingsins eru skoðaðar kemur í ljós að karlar hafa farið utan í 275 skipti en konur aðeins í 134 skipti.



Fjöldi ferðadaga þeirra tíu þingmanna sem hafa varið flestum dögum erlendis



NISSAN

Innovation that excites

NISSAN MICRA

NETTUR, ÓDÝR OG HLAÐINN BÚNAÐI

NISSAN MICRA VISIA

ELDSNEYTISNOTKUN 5,0 L/100 KM*

VERÐ FRÁ: 1.990.000 KR.

Staðalbúnaður er meðal annars: Handfrjáls Bluetooth símabúnaður, hiti í sætum, aðgerðahnappar í stýri, rafknúið léttstýri, ESP stöðugleikastýring og AUX tengi fyrir iPod o.fl.

*Miðað við uppgefnar tölur framleiðanda um eldsneytisnotkun í blönduðum akstri.

ENNEMM / SIA / NM70988

GE bílar
Reykjanesbæ
www.gebilar.is
420 0400

Bílasalan Bílás
Akranesi
www.bilas.is
431 2622

Bílasala Akureyrar
Akureyri
www.bilak.is
461 2533

Bílaverkstæði Austurlands
Egilsstöðum
www.bva.is
470 5070

IB ehf.
Selfossi
www.ib.is
480 8080

BL söluumboð
Vestmannaeyjum
481 1313
862 2516

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

B|L

VIÐ HÖFUM SKRIFAÐ UNDIR EN ÞÚ?

SKORAÐU Á STJÓRNVÖLD Á **OBI.IS/ASKORUN**

Fylgstu með nýjum myndböndum á **obi.is** næstu daga.

VIÐ ÞURFUM ÞINN STUÐNING!

Skrifaðu undir áskorun til stjórnvalda um að fullgilda samning Sameinuðu þjóðanna um réttindi fatlaðs fólks.

Samningurinn er leiðarvísir að því hvernig tryggja skal fötluðu fólki mannréttindi og tækifæri til jafns við aðra í samfélaginu. Það er mikilvægt að hérlend stjórnvöld fullgildi hann sem fyrst en Ísland er eitt fjögurra Evrópulanda sem hafa ekki gert það.

Við skorum á stjórnvöld að fullgilda samninginn strax!

OBI.IS/ASKORUN

Fimmtíu sóttu um hæli á Íslandi í ágúst

Forsætisráðherra telur að fjöldi hælisleitenda muni tvöfaldast í ár. Fimmtíu sóttu um hæli í ágúst og fjöldinn er að verða svipaður í þessum mánuði. Yfir hundrað fá stöðu flóttamanns í ár. Stjórnarandstaðan fagnaði því að 2 milljarðar yrðu settir í málefni flóttamanna.

ALÞINGI Hælisleitendur verða líklegast tvöfalt fleiri í ár en árið á undan. Þetta kom fram í máli Sigmundar Davíðs Gunnlaugssonar forsætisráðherra í sérstökum umræðum um málefni flóttamanna á Alþingi í gær. Málshefjandi var Katrín Jakobsdóttir, formaður VG. Hún fagnaði ákvörðun ríkisstjórnarinnar um að verja tveimur milljörðum króna í málefni flóttamanna. Benti hún á að 2.000 flóttamenn hefðu drukknað á leið sinni yfir Miðjarðarhafið í leit að betra lífi.

„Við gætum verið að horfa á umfangsmestu þjóðflutninga sem við höfum séð á síðari tímum. Við gætum verið að horfa upp á langtímaástand þar sem fólk yfirgefur heimili sín og það gerir enginn að gamni sínu,“ sagði Katrín. Því væri mikilvægt að líta á verkefnið sem langtímaverkefni, en ekki sem átaksverkefni. Um þetta voru þau Sigmundur Davíð og Katrín sammála. Þau telja bæði mikilvægt að horfa til stöðu flóttamanna, sem stjórnvöld ákváðu að taka á móti, jafnt sem hælisleitenda, sem eru þeir sem komast hingað á eigin forsendum en eru í mörgum tilfellum sendir til baka á grundvelli Dyflinnarreglugerðarinnar.

Sigmundur Davíð sagði að grundvallaratriðið í þeirri stefnu sem stjórnvöld kynntu á laugardaginn væri að líta á vandann sem eina heild, en ekki bara skoða einn anga hans. „Með því á ég við að við þurfum hér heima fyrir, í auknum mæli, að líta á flóttamenn og hælisleitendur sem einn hóp,“ sagði hann.

Sigmundur Davíð sagði að þetta væri mjög brýnt núna því hælisleitendum fjölgar hér gríðarlega. „Áður heyrði það til algjörra undantekninga að menn kæmu hingað sem flóttamenn og fengju dvalarleyfi af mannúðarástæðum. Flestir sem komu hingað voru það sem kallað er kvótaflóttamenn,“ sagði Sigmundur Davíð. Nú færi hælisleitendum mjög fjölgandi. „Fjölgunin hefur verið um 50 prósent á ári undanfarin ár, ár eftir ár. En nú lítur út fyrir að fjölgunin milli ára frá 2014 til 2015 verði nær 100 prósent.“ Hann benti á að fimmtíu hefðu sótt um hæli hér á landi í ágúst og fjöldinn væri nú þegar að verða svipaður í þessum mánuði. „Nú þegar hafa 54, bara á þessu ári, fengið hér hæli eða dvalarleyfi af mannúðarástæðum, sem eru miklu fleiri en á undanförnum árum,“ sagði hann. Fjöldi þeirra sem fengju stöðu flóttamanns í ár yrði miklu meiri en hundrað.

Sigmundur Davíð bætti við að það væri mikilvægt að flóttafólk í flóttamannabúðum í Sýrlandi og við Sýrland gæti búið við aðstæður sem eru eins góðar og hægt er í flóttamannabúðum.

jonhakon@frettabladid.is

Formaður VG sagði að við gætum verið að horfa á umfangsmestu þjóðflutninga sem sést hefðu á síðari tímum. Fréttablaðið/Pjetur

> **Áður heyrði það til algjörra undantekninga að menn kæmu hingað sem flóttamenn og fengju dvalarleyfi af mannúðarástæðum.**
>
> Sigmundur Davíð Gunnlaugsson, forsætisráðherra

Þrenns konar aðgerðir

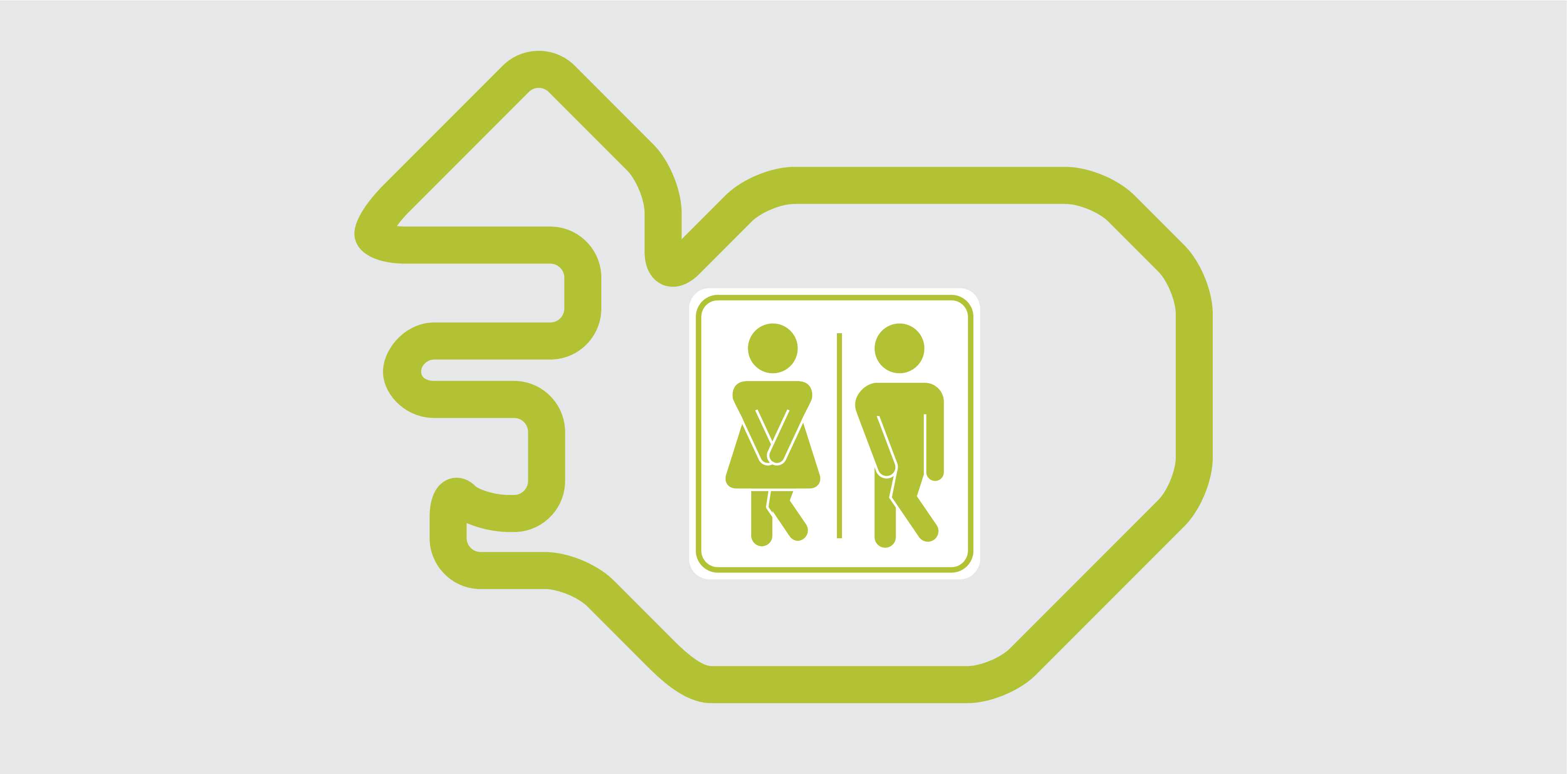
Aðgerðir ríkisstjórnarinnar fela í sér að tveimur milljörðum króna verði varið í aðstoð við flóttafólk og hælisleitendur á þessu ári og því næsta til að bregðast við þeirri stöðu sem upp er komin vegna straums flóttamanna frá Sýrlandi.

Fénu verður varið á þennan hátt:

1. Til fjárstuðnings við alþjóðastofnanir og hjálparsamtök sem vinna með flóttafólki erlendis.

2. Til móttöku flóttafólks og hælisleitenda til Íslands, þar sem áhersla verði lögð á að hjálpa fólki að koma sér vel fyrir hér á landi, aðlagast samfélaginu og hefja hér nýtt líf.

3. Til aðgerða sem umbylt geta og hraðað afgreiðslu hælisumsókna hérlendis.



Í upphafi skyldi endinn skoða

Það er þægileg tilfinning að geta boðið viðskiptavinum sínum upp á góða hreinlætisaðstöðu og eykur líkur á að gestirnir komi aftur og mæli með þinni þjónustu. Vel búin salernisaðstaða er skynsamleg fjárfesting sem gagnast bæði viðskiptavinum og starfsfólki.
Garri býður fyrirtækjum sem og sveitarfélögum trausta og skilvirka þjónustu og síðast en ekki síst, frábærar vörur frá Katrin.

www.garri.is
5700 300

KATRIN BESTA Garri

? BÍLL SEM SVARAR SPURNINGUM DAGSINS Í DAG

3,4 l/100 km

CO_2 89 g/km

CRÉATIVE TECHNOLOGIE

VERÐ FRÁ EINUNGIS 2.690.000 KR.

CITROËN **C4 CACTUS**

Hvernig get ég eignast og rekið nýjan bíl? Hvers vegna er ekki framleiddur léttari og sparneytnari bíll? Er ekki hægt að vernda hurðirnar gegn rispum og skellum? Af hverju getur mælaborðið ekki verið notendavænna og stílhreinna? Öllum þessum spurningum er svarað með nýja Citroën C4 Cactus. Hugmyndafræðin að baki nýja C4 Cactus er bylting í hönnun bíla. Ekkert prjál, einungis hlutir sem skipta máli í dag. Hagnýt og djörf hönnun, einfaldleiki og lágt verð. C4 Cactus hefur svörin.

Velkomin í reynsluakstur

15 ára afmæli Citroën hjá Brimborg

brimborg

Öruggur staður til að vera á

Skoðaðu citroen.is

Nýir og notaðir bílar: Söludeildir eru opnar 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

CITROËN

Uppgefinn eyðsla í blönduðum akstri miðast við 1,6 BlueHDi dísilvél. Brimborg og Citroën áskilja sér rétt til að breyta verði og búnaði án fyrirvara. Útbúnaður getur verið frábrugðinn mynd í auglýsingu.

Tveir þeirra sem flúðu frá Íslamska ríkinu, Þjóðverjarnir Ayoub B. og Ebrahim Hadj B., hylja andlit sín við réttarhöld í Þýskalandi. Fréttablaðið/EPA

Liðhlaupar ISIS lýsa reynslu sinni

Frásagnir þeirra brjóta í bága við þá mynd sem samtökin halda að ungu fólki. Lífið í kalífadæminu einkennist af lygum, hræsni og mótsögnum.

BRETLAND Í hverjum mánuði yfirgefa nokkrir liðsmenn Íslamska ríkisins samtökin og flýja frá átakasvæðunum í Sýrlandi og Írak.

Sumir þeirra hafa tjáð sig við fjölmiðla og smám saman hefur komið fram nokkuð skýr mynd af því hvers vegna þeir flýja.

Þetta kemur fram í breskri samantekt, sem fræðimenn við rannsóknarmiðstöð um róttækni og pólitískt ofbeldi (ICSR) í London hafa unnið upp úr viðtölum við 58 fyrrverandi liðsmenn Íslamska ríkisins.

Höfundar skýrslunnar segja vitnisburð liðhlaupanna sýna að þarna sé engan veginn samhentur hópur óhræddra hugsjónamanna á ferðinni, eins og reynt er að telja fólki trú um þegar nýrra liðsmanna er leitað. Þvert á móti einkennist samfélag þeirra af lygum, hræsni og eilífum mótsögnum.Flestir liðhlaupanna eru Sýrlendingar, eða 21 af 58, en níu eru frá Tyrklandi. Aðrir níu eru frá Vestur-Evrópu og Ástralíu.

Þeir fyrstu tóku að flýja Íslamska ríkið í ársbyrjun 2014. Þeim hefur fjölgað jafnt og þétt, oftast verið nokkrir í hverjum mánuði en nú í ágúst er vitað um níu liðhlaupa.

gudsteinn@frettabladid.is

Ástæður liðhlaupanna

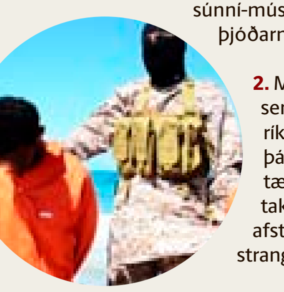
Greina má fjórar meginástæður þess að mennirnir forða sér:

1. Samtökin lenda oftar í innbyrðis átökum við aðra súnní-múslima, frekar en að berjast gegn hermönnum Assad-stjórnarinnar í Sýrlandi, sem átti þó að vera tilgangur hernaðarins.

2. Þeim sem hafa yfirgefið samtökin ofbýður ofbeldi og grimmd samtakanna, til dæmis gegn almennum borgurum og gíslum.

3. Ó-íslamskt eða óguðlegt athæfi, einkennir forystumenn samtakanna, að mati þeirra sem flúið hafa. Þeir sýni af sér rangsleitni og kynþáttahatur auk þess sem erlendir liðsmenn samtakanna njóti meiri fríðinda en aðrir.

4. Daglegt líf í kalífadæminu stendur ekki undir þeim væntingum sem kynt er undir þegar fólk er hvatt til að ganga til liðs við baráttuna. Störfin eru leiðinleg og ekkert bólar á lúxusbílum og öðrum munaði.



Af viðtölum við liðhlaupana má einnig greina þrjár meginástæður þess að þeir gengu til liðs við samtökin í upphafi.

1. Veigamesta ástæðan er viljinn til að berjast gegn stjórnarher Assads Sýrlandsforseta. Þeir telja sér beinlínis skylt að taka þátt í þeirri baráttu og koma félögum sínum í Sýrlandi til bjargar. Þeir standa gjarnan í þeirri trú að súnní-múslimar í Sýrlandi standi hreinlega frammi fyrir þjóðarmorði af hálfu stjórnarinnar.

2. Margir telja sig vera að ganga til liðs við hreyfingu, sem er að reyna að koma á fót fullkomu íslömsku ríki. Öllum múslimum beri skylda til þess að taka þátt í þeirri tilraun. Þar bjóðist þeim einstakt tækifæri til að lifa í samræmi við íslömsk lög og taka þátt í baráttu fyrir trúnni. Þeir sem hafa þessa afstöðu höfðu flestir lengi verið miklir hreintrúar- og strangtrúarmenn áður en þeir héldu til Sýrlands.

3. Sumir hafa fallið fyrir loforðum um að innan vébanda Íslamska ríkisins muni þeir engan skort líða. Þar fái þeir nægan mat, flotta bíla og jafnvel verði skuldir þeirra greiddar upp. Aðrir segjast hafa látið sig dreyma um ævintýri og hetjudáðir í þágu félaga sinna. Þessi hópur hefur síst látið stjórnast af trúarlegum hugsjónum.

BÓNUS BÓNUS BÓNUS BÓNUS BÓNUS

298 kr. kg
Kjarnafæði Lambahjörtu og lambalifur
af nýslátruðu, ferskt

1.295 kr. kg
KS Lambalæri
án mjaðmabeins
haustslátrun 2014, frosið

659 kr. kg
Kjarnafæði Súpukjöt
haustslátrun 2014, frosið

NÝTT VISA KORTATÍMABIL

998 kr. kg
Norðurfiskur Þorskbitar
Frosnir, roð- og beinlausir

998 kr. kg
Norðurfiskur Saltfiskbitar
Frosnir og útvatnaðir

1.498 kr. pk.
Finish Powerball
Uppþvottatöflur, 90 stk.

1.498 kr. pk.
Ariel Þvottaefni
XL Pack, 40 þvottar

359 kr. 750 g
Euro Shopper Cornflakes, 750 g

98 kr. 500 g
Euro Shopper Haframjöl, 500 g

79 kr. 400 g
Euro Shopper Tómatar
400 g, 2 tegundir

98 kr. 1 l
Euro Shopper Eplasafi, 1 l
Trönuberjasafi, 1 l

398 kr. 500 g
Akursel Gulrætur
Lífrænar, 500 g

BÓNUS EKKERT BRUÐL

Afgreiðslutími í Bónus: Mánudaga-Fimmtudaga; 11:00-18:30 • Föstudaga; 10:00-19:30 • Laugardaga; 10:00-18:00 • Sunnudaga; 12:00-18:00

Verð í þessari auglýsingu gilda til og með **27. september** a.m.k.

Hreinlætistækjada

CERAVID
Þýsk gæði

15% afsláttur
Riga salerni með setu
gólf- eða veggstútur
~~21.990~~
18.691

15% afsláttur
Ido Trevi vegghengt
með setu
~~20.990~~
17.842

3-6 lítra
hnappur

CERAVID SETT
WC - kassi, hnappur
og **hæglokandi seta.**
Þýsk gæðavara
15% afsláttur
~~39.990~~
33.992

Hæglokandi seta

Skál:
„Scandinavia design“

IDO
frá Finnlandi

15% afsláttur
Ido Seven D með setu
~~49.990~~
42.492

Ceravid Bathline Classic baðkar 170x75cm
~~21.990~~
17.592
20% afsláttur

Ido Seven D vegghengt
m.hæglokandi setu
~~67.990~~
57.792
15% afsláttur

Ryðfrír barki
220 cm kr.
~~1.190~~
952
20% afsláttur

10% afsláttur
Baðþil-hurð 150x80cm
~~13.990~~
12.591

15% afsláttur
Schutte blöndunartæki
með lyftitappa 33710
~~10.790~~
9.172

16% afsláttur
BOZZ- LH2202
Hitastýrt sturtutæki fæst
m. upp og niður-stút
~~11.890~~ 9.988

40% afsláttur
Úrval af náttúrusteins
handlaugum!
Náttúrusteinn handlaug
Phili 50x40x8cm
~~35.992~~
21.595

20% afsláttur
Sturtusett kr.
~~3.990~~
3.192

30% afsláttur
Bidalux BWR sturtusett
~~13.890~~
9.723

15% afsláttur
Cisa blöndunartæki
~~4.990~~
4.242

15% afsláttur
CR Plast
skolvaskur
55x34x21cm með
botnventli og
vatnslás
~~8.590~~ 7.302

15% afsláttur
Cisa Layer kr.
~~5.590~~ 4.752

LÁTUM FAGMENN
VINNA VERKIN

20% afsláttur
Mistillo MTG sturtusett
~~14.990~~
11.992

25% afsláttur
~~5.990~~
4.493
~~3.290~~
2.468

Swift snagar körfur og fl. MIKIÐ ÚRVAL!

25% afsláttur
~~2.990~~
2.243

25% afsláttur
~~3.790~~
2.843

~~1.490~~
1.118

~~1.990~~
1.493

~~1.590~~
1.193

25% afsláttur
~~1.290~~
968

~~1.590~~
1.193

Neytendur athugið! Múrbúðin selur allar vörur sínar á lágma

gar í Múrbúðinni!

35% afsláttur

Bol-834 80x48x18cm
þykkt 0,8mm
~~11.990~~ **7.794**

15% afsláttur

Gua 539-1 með veggstálplötu, grind fylgir, 1mm stál
~~16.990~~ **14.442**

Botnventill og vatnslásar fylgja öllum vöskum

Mikið úrval af eldhúsvöskum og blöndunartækjum

25% afsláttur

Bol-604 48x43x18cm þykkt stáls 0,8mm
~~7.790~~
(fleiri stærðir til)
5.843

16% afsláttur

Gua-543-1 vegghengdur, 1mm stál, einnig fáanlegur í borð kr. ~~17.990~~ **15.117**
~~18.900~~ **15.876**

BOZZ sturtuklefi

90x90cm
~~43.990~~ **39.591**

80x80cm
~~41.990~~ **37.791**

Fást einnig rúnnaðir 90x90 klefar á **kr. 43.990**

Sturtustöng og -brúsa fylgja.

Vatnslás og botnventill frá McAlpine seldur sér á **kr. 1.490**

10% afsláttur

15% afsláttur

BOZZ SH2101

Bað- og sturtutæki-sett
~~33.990~~ **28.892**

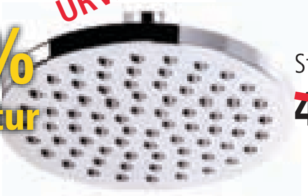
10% afsláttur

10% afsláttur

BOZZ sturtuhorn

Ferkantað og rúnnað 80x80 ~~29.990~~ **26.991**
Ferkantað og rúnnað 90x90 ~~31.990~~ **28.791**

MIKIÐ ÚRVAL



20% afsláttur

Sturtuhaus 200 mm kr.
~~4.995~~ **3.996**

Handlaugar mikið úrval!

25-65% afsláttur

Guoren hitastýrð blöndunartæki

GUOREN

20% afsláttur

Málm handföng. Rósettur og hjámiðjur fylgja.

Guoren TLY Sturtusett
~~39.990~~ **31.992**

ISO 9001 RoHS
EN 1111:1997

Guoren 4F Hitastýrt baðtæki Exclusive
~~18.990~~ **15.192**

20% afsláttur

CE

Guoren-AL Hitastýrt tæki með uppstút
~~13.990~~ **11.192**

20% afsláttur

Guoren-BO Hitastýrt tæki með niðurstút
~~13.990~~ **11.192**

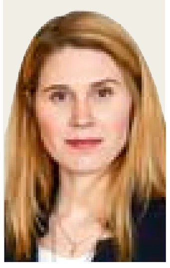
Meiri gæði
Lægra verð
MÚRBÚÐIN

MÚRBÚÐIN

Reykjavík Kletthálsi 7 Opið virka daga kl. 8 -18, laug. 10 -16
Reykjanesbær Fuglavík 18 Opið virka daga kl. 8 -18
Sími 412 2500 - sala@murbudin.is - www.murbudin.is

rksverði fyrir alla, alltaf. Gerið verð- og gæðasamanburð!

Illa útfærð barátta



Fanney Birna Jónsdóttir
fanney@frettabladid.is

Borgarstjórn Reykjavíkur vakti vægast sagt mikla athygli í síðustu viku með kveðjugjöf sinni til Bjarkar Vilhelmsdóttur, fráfarandi borgarfulltrúa Samfylkingarinnar, þegar ákveðið var að samþykkja viðskiptabann á Ísrael af hálfu borgarinnar. Samþykktin var að sögn gerð í nafni mannúðar og samstöðu með Palestínumönnum en sá hængur var á að borgarfulltrúarnir vissu í raun ekkert hvað þeir voru að gera og höfðu ekki hugmynd um hvaða vörur ætti að sniðganga eftir samþykktina.

Dagur B. Eggertsson borgarstjóri og félagar hans í meirihluta borgarstjórnar hafa séð að sér og hyggjast breyta tillögunni. Með hvaða hætti henni verður breytt liggur þó ekki ljóst fyrir en gera má ráð fyrir að tekið verði skýrt fram að aðeins verði um að ræða vörur frá hernumdum svæðum, sem að sögn Dags var ætlunin frá upphafi.

Helgarblað Fréttablaðsins greindi frá því að íslenska ríkið væri með 29 virkar viðskiptaþvinganir gagnvart öðrum ríkjum. Íslensk stjórnvöld beita slíkum meðölum í samstarfi við Öryggisráð Sameinuðu þjóðanna, en slíkar þvinganir er skylt að innleiða vegna aðildar okkar að samtökunum. Hins vegar er um að ræða ráðstafanir sem taldar eru nauðsynlegar til að framfylgja ályktunum alþjóðastofnana, samstarfsríkja eða -ríkjahópa um þvingunaraðgerðir sem eru samþykktar til að viðhalda friði, öryggi, virðingu fyrir mannréttindum og mannfrelsi. Meðal fylgifiska þessara ákvarðana eru töpuð viðskipti og erfið alþjóðasamskipti.

> **Íslendingum, sem og stærstum hluta heimsbyggðarinnar, ofbauð þessi hernaður þar sem fórnarlömbin, líkt og jafnan í stríðsrekstri, voru og eru að stærstum hluta þeir sem ekkert hafa með stríðsreksturinn að gera.**

Viðskiptabann Reykjavíkurborgar vakti upp hörð viðbrögð, bæði innan lands sem utan. Ferðir til landsins hafa verið afbókaðar og íslenskir vöruútflytjendur hafa tapað viðskiptum víðs vegar vegna samþykktarinnar. Það er miður. En Reykjavíkurborg er ekki eina sveitarstjórnin í heimi sem hefur viljað fara þessa leið, þó hún hafi líklegast staðið sig verst í að útfæra leiðina. Kaupmannahafnarborg ákvað að sniðganga vörur frá hernumdum svæðum fyrr í sumar og þar hefur ákvörðunin ekki dregið jafn mikinn dilk á eftir sér.

Í því samhengi megum við ekki gleyma að ekki er nema rúmt ár síðan upp blossaði ófriður milli Ísraela og Palestínumanna, enn eina ferðina. Þúsundir Palestínumanna voru felldir af Ísraelsher, þar á meðal fjöldi barna og kvenna; óbreyttir borgarar að stærstum hluta. Á þeim tíma var krafan skýr. Að Ísraelsher hætti árásum á Gasa-svæðið, léti af grófum mannréttindabrotum gagnvart Palestínumönnum og færi að alþjóðalögum. Krafan á hinn veginn var jafn skýr; að Hamasliðar hættu árásum á Ísrael. Íslendingum, sem og stærstum hluta heimsbyggðarinnar, ofbauð þessi hernaður þar sem fórnarlömbin, líkt og jafnan í stríðsrekstri, voru og eru að stærstum hluta þeir sem ekkert hafa með stríðsreksturinn að gera.

Það er augljóslega út í hött að gefa borgarfulltrúum sem láta af störfum kveðjugjöf í formi viðskiptabanns á annað ríki og enn þá verra þegar slík tillaga er eins vanhugsuð og raun ber vitni. En sú stefna, að lágmarka viðskipti við lönd sem brjóta gegn mannréttinda- og alþjóðalögum, hvort sem um ræðir ríki, sveitarfélög eða stofnanir, er hins vegar ekki fráleit. Það er eðlilegur hluti í baráttu fyrir friði og mannréttindum.

Af hverju meðgöngujóga?

- Hæfari að fara í gegnum sársauka
- Kann rétta öndun, rétta líkamsbeytingu
- Finnur sig sterkari og öruggari í félagsskap barnhafandi góðra kvenna

Kennt í sjúkraþjálfaranum í Hafnarfirði
sími 6910381

Halldór

Frá degi til dags

Hvatt til lögbrota

Ögmundur Jónasson alþingismaður ritaði pistil á vef sinn á sunnudaginn þar sem hann fagnaði tillögu Bjarkar Vilhelmsdóttur um að sniðganga vörur frá Ísrael. Tillaga sem samþykkt var nánast umræðulaust og án nokkurs samráðs. Segir Ögmundur tillöguna vel heppnaða, en stjórnendur Reykjavíkurborgar hafa ekki haft hugrekki og úthald til að fylgja henni eftir. Tillagan er þó klárt brot á lögum um opinber innkaup, þar sem segir að gæta skuli jafnræðis og gagnsæis við opinber innkaup. Óheimilt sé að mismuna fyrirtækjum á grundvelli þjóðernis eða af öðrum sambærilegum ástæðum. Og það er áhyggjuefni ef þingmenn eru reiðubúnir til að hvetja sveitarstjórnarmenn til lögbrota. Sama hver málstaður þeirra kann að vera.

Góð viðbrögð

Að allt öðru. Einn mikilvægur þáttur fjárlagafrumvarpsins, sem lýtur að lausn húsnæðisvandans, er lækkun skattbyrði leigutekna til að hvetja til langtímaleigu. Þannig er gert ráð fyrir því í frumvarpinu að fjármagnstekjuskattur muni leggjast á 50 prósent af húsaleigu í stað 70 prósenta áður. Samfylkingarmenn voru fljótir að stökkva á boltann og lögðu fram þingsályktun í gær um að enginn fjármagnstekjuskattur yrði innheimtur af húsaleigu. Það er fagnaðarefni að í viðbrögðum vinstriflokkanna við fjárlagafrumvarpinu skuli felast einhverjar tillögur að skattalækkunum í stað kröfu um sífellda útgjaldaaukningu.

jonhakon@frettabladid.is

Þingmaðurinn og páfinn

Ögmundur Jónasson
þingmaður

Þingmaðurinn sem vísað er til í fyrirsögninni er Frosti Sigurjónsson. Og páfinn er Franciscus, sá sem nú situr í Róm. Þannig að þetta greinarkorn fjallar um þá Frosta og Franciscus. Nú veit ég ekki hve margt þessir tveir eiga sameiginlegt.

En vissulega þó eitt: Báðir hafa talað fyrir breyttu banka- og peningakerfi. Franciscus páfi sagði nýlega að fjármálakreppan sem nú væri við að eiga „ætti rót í djúpri mannlegri kreppu, afneitun mennskunnar“. Og á prenti er eftirfarandi að finna eftir páfa: „Við höfum skapað okkur nýjar fyrirmyndir. Hinn forni gullkálfur er genginn aftur og birtist okkur í nöturlegri tilbeiðslu á fjármagni og alræði þeirrar hagfræði sem býr ekki yfir neinni sýn á mannlegan tilgang.“ Og enn skrifar páfi: „Við þurfum að ráðast í breytingar á fjármálakerfinu samkvæmt því siðferði sem stuðlar að hagsæld fyrir alla. Peningar eiga að þjóna, ekki stjórna.“

Frosti Sigurjónsson myndi eflaust ekki orða hlutina með þessum hætti og kannski hugsa að einhverju leyti á öðrum nótum. Hann styður jú ríkisstjórn sem starfar engan veginn eftir þessari forskrift frá páfanum í Róm.

> **Þjóðin á enn Landsbankann. Hann færir ríkissjóði yfir 20 milljarða í arð á þessu ári.**

Svo er Frosti sjálfur reynslumikill bisnissmaður og fyrrum stjórnarmaður í Verslunarráðinu. Þar var gullkálfurinn oftar en ekki í hávegum hafður. En þótt Frosti Sigurjónsson kunni að vera málsvari frjálsrar samkeppni, þá hefur hann manna heilastur og af þekkingu og yfirvegun talað fyrir því að fjármálakerfið fari inn á nýjar brautir og að samkeppnin verði í átt að því sem Fransiscus páfi boðar; að það þjóni almenningi en ekki eigendum sínum til þess að skapa þeim arð.

Þess vegna þurfi þjóðin að ráða yfir kjölfestu í fjármálalífinu sem setji þar tóninn og viðmiðin. Ég er ekki í vafa um að viðskiptamódel Frosta myndi ganga upp; ófá vildum við án efa vilja skipta við Landsbankann, gangi tillögur Frosta eftir að sá banki verði alfarið í almannaeign og leggi áherslu á hagkvæm lán og lítinn vaxtamun.

Ýmsir samstarfsmenn Frosta vilja hins vegar selja bankann og hafa hann í stíunni með öllum hinum gullkálfunum.

Þjóðin á enn Landsbankann. Hann færir ríkissjóði yfir 20 milljarða í arð á þessu ári. Ef ég skil Frosta rétt þá vill hann að þessi arður verði minni og skili sér í sanngjarnara og ódýrara bankakerfi sem þjóni fólki en ekki fjármagni.

Ég er honum sammála.

FRÉTTABLAÐIÐ
ÚTGÁFUFÉLAG: 365 miðlar ehf. STJÓRNARFORMAÐUR: Ingibjörg Stefanía Pálmadóttir **FORSTJÓRI:** Sævar Freyr Þráinsson **ÚTGEFANDI OG AÐALRITSTJÓRI:** Kristín Þorsteinsdóttir *kristin@frettabladid.is*
AÐSTOÐARRITSTJÓRAR: Fanney Birna Jónsdóttir *fanney@frettabladid.is*, Hrund Þórsdóttir *hrund@stod2.is*, Kolbeinn Tumi Daðason *kolbeinntumi@365.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
FRÉTTABLAÐIÐ Skaftahlíð 24, 105 Reykjavík Sími: 512 5000, *ritstjorn@frettabladid.is* **ÞRÓUNARSTJÓRI:** Tinni Sveinsson *tinni@365.is* **HELGARBLAÐ:** Ólöf Skaftadóttir *olof@frettabladid.is* og Viktoría Hermannsdóttir *viktoria@frettabladid.is*
MENNING: Magnús Guðmundsson *magnus@frettabladid.is* **LJÓSMYNDIR:** Pjetur Sigurðsson *pjetur@frettabladid.is* **FRAMLEIÐSLUSTJÓRI:** Sæmundur Freyr Árnason *sfa@frettabladid.is* **ÚTLITSHÖNNUN:** Silja Ástþórsdóttir *siljaa@frettabladid.is*

Hvað skerðir örorkugreiðslur?

Þorbera Fjölnisdóttir
starfsmaður kjarahóps ÖBÍ

Hún Hallgerður fékk fullt örorkumat við 26 ára aldur. Hún býr ein ásamt syni sínum, honum Snorra. Þar sem Hallgerður var í námi, hefur hún aldrei verið á vinnumarkaði og á því ekki rétt á greiðslum úr lífeyrissjóði. Hennar einu tekjur eru örorkugreiðslur Tryggingastofnunar ríkisins (TR) og þær nema 218.884 krónum á mánuði eftir skatt. Meðlag er ekki reiknað inn í þessa upphæð.

Dag einn fer Hallgerður í sambúð með Þorgrími. Við það skerðast tekjur hennar, því hún missir heimilisuppbót og fær kr. 199.379 útborgaðar. Sonur hennar vex úr grasi og þegar Snorri verður 18 ára skerðast örorkugreiðslur hennar enn frekar, þar sem hún missir barnalífeyrinn og nú fær hún 172.516 kr. útborgaðar frá TR. Sonurinn býr þó enn þá heima og er á framfæri móður sinnar. Hallgerður fékk arf eftir frænku sína sem hún geymir á bankabók. Vextirnir af þeirri fjárhæð nema 3.000 kr. á mánuði. Við það lækka greiðslurnar frá TR enn frekar og eru nú 171.576 kr. Hallgerður gerði tilraun til að fara á vinnumarkaðinn og fékk hlutastarf við afleysingar í sjoppu. Mánaðarlaun hennar voru kr. 50.000 (með skatti) og við það lækkuðu greiðslur TR enn á ný og fóru niður í 167.151 kr. Með tilkomu fjármagns- og atvinnutekna missti hún út framfærsluuppbót. Örorkugreiðslur TR til Hallgerðar hafa alls lækkað um 51.733 kr.

Samningur Sameinuðu þjóðanna um réttindi fatlaðs fólks og kjaramál öryrkja

Í 28. grein samningsins er fjallað um viðunandi lífskjör og félagslega vernd. Samkvæmt henni viðurkenna aðildarríkin m.a. rétt fatlaðs fólks og fjölskyldna þess til viðunandi og sífellt batnandi lífskjara. Bannað er að mismuna fólki vegna fötlunar. Raunveruleiki íslensks samfélags er hins vegar sá að bætur almannatrygginga hafa hvorki náð að halda í við verðlagshækkanir, almenna launaþróun né hækkun lægstu launa og er munurinn verulegur. Eins og við sjáum á dæminu um Hallgerði, þá eru upphæðir örorkugreiðslna mjög lágar og þær lækka við það að hún fari í sambúð, þegar barnið hennar verður 18 ára og þegar hún fær einhverjar aðrar tekjur. Hallgerði er því haldið í fátækt, gert að vera á framfæri maka síns og eiga enn erfiðara með að framfleyta syni sínum eftir að hann nær 18 ára aldri. Hallgerði er haldið í fátæktargildru af ríkinu.

Það er því brýnt að íslensk stjórnvöld fullgildi samning Sameinuðu þjóðanna um réttindi fatlaðs fólks sem þau undirrituðu árið 2007. Ísland er ein fimm Evrópuþjóða sem ekki hafa enn fullgilt samninginn. Á heimasíðu ÖBÍ, www.obi.is, getur almenningur skrifað undir áskorun til stjórnvalda um að fullgilda þennan mikilvæga mannréttindasamning nú á haustþingi 2015.

Samþykkir Alþingi kjarakröfur aldraðra?

Björgvin Guðmundsson
formaður kjaranefndar Félags eldri borgara í Reykjavík og nágrenni

Alþingi kom saman 8. september. Ekkert gerðist þar strax í málefnum aldraðra og öryrkja. Engin samþykkt var gerð um málið í upphafi þings. Formsatriðin höfðu forgang: Messa í Dómkirkjunni, þingsetningarræða forseta Íslands, ávarp forseta þingsins og ræða forsætisráðherra að kvöldi þingsetningardags. Á meðan á þessum formsatriðum stendur er ekki von að þingið megi vera að því að hugsa um eldri borgara og öryrkja! Ekkert breytist á Alþingi. Þar er allt fast í forminu. Kerfið er sterkt. Það er alveg sama hvað þörfin er brýn í þjóðfélaginu. Þó hópur eldri borgara eigi ekki fyrir mat síðustu daga mánaðarins hreyfir Alþingi sig ekki! Þó álit almennings á Alþingi sé í lágmarki gerir Alþingi ekkert til þess að breyta um starfsaðferðir og bregðast við óskum þjóðarinnar. Ef til vill hreyfa þingmenn sig, þegar fylgi gömlu flokkanna er komið niður í 0! Þeir telja greinilega ekki komið hættuástand enn!

Ríkisstjórnin vill láta rúmar 10 þúsund krónur næsta ár

Hvað er til ráða? Hvað er unnt að gera til þess að bæta kjör aldraða og öryrkja? Getur Alþingi gert eitthvað? Ég vil enn trúa því, að svo sé. Alþingi hefur nú tekið frumvarp til fjárlaga til umræðu. Samkvæmt því ætlar ríkisstjórnin að hækka lífeyri aldraða og öryrkja um 9,4% en ekki fyrr en á næsta ári! Af þessu er ljóst, að ráðamenn þjóðarinnar skilja ekki vanda og kjör lífeyrisþega. Þeir gera sér það ekki ljóst, að hópur þeirra hefur ekki nóg fyrir brýnustu nauðsynjum. Þeir vita ekki eða vilja ekki vita það, að hópur aldraðra og öryrkja á ekki fyrir mat síðustu daga mánaðarins. Landssamband eldri borgara og kjaranefnd Félags eldri borgara í Reykjavík óskar eftir því, að lífeyrir hækki jafnmikið og lágmarkslaun, þ.e. í 300 þúsund á mánuði á 3 árum. Lífeyrir á að hækka um 31 þúsund krónur á mánuði frá 1. maí sl. eins og lágmarkslaun

Þeir vita ekki eða vilja ekki vita það, að hópur aldraðra og öryrkja á ekki fyrir mat síðustu daga mánaðarins.

verkafólks hækkuðu. Það er 14,5% hækkun. 9,4% hækkun á mánuði frá næstu áramótum er ekki inni í myndinni að okkar mati. Sú hækkun er alltof lítil og óásættanleg. Og kemur alltof seint til framkvæmda. Auk þess fer helmingur af þessari hungurlús í skatt svo aðeins rúmar 10 þúsund kr. verða eftir. Ráðherrar og þingmenn vilja ekki skilja vanda eldri borgara. Þeir telja alltaf að lífeyrisþegar geti beðið. Þeim liggi ekkert á! Annað er í forgangi hjá þingmönnum.

Brot á stjórnarskránni

Vandamál aldraðra eru margvísleg. Erfiðust er staðan hjá þeim, sem búa einir, hafa einungis tekjur TR eða einnig lítinn lífeyrissjóð. Þeir hafa innan við 200 þúsund krónur á mánuði eftir skatt. Ef þeir eiga ekki skuldlaust eða skuldlítið húsnæði komast þeir tæplega af. Margar ekkjur á efri árum eru í þessari stöðu. Margir ekklar eiga það einnig erfitt. Þetta eldra fólk verður ef til vill að endurnýja einhver tæki hjá sér og á mjög erfitt með það, getur ekki endurnýjað bíl og tæpast rekið bíl. Erfitt getur verið að leysa út lyf og að leita læknis. Ég tel, að það sé brot á 76. grein stjórnarskrárinnar að veita þessu fólki svo slæm kjör en samkvæmt þessari grein á ríkið að veita ellilífeyrisþegum aðstoð ef þarf. Hér þarf svo sannarlega aðstoð. Annað er mannréttindabrot.

Samfylkingin vill 300 þúsund á mánuði fyrir aldraða

Samfylkingin hefur lagt fram frumvarp um að lífeyrir aldraðra og öryrkja hækki í 300 þúsund á mánuði á næstu 3 árum? Það er jákvætt. Það er líka jákvætt, að frumvarpið gerir ráð fyrir, að lífeyrir hækki strax með gildistöku 1. maí sl. En hins vegar flaskar Samfylkingin á prósentunni sem lífeyrir á að hækka um. Samfylkingin virðist taka upp prósentuna frá fjármálaráðuneytinu.Hún leggur til að lífeyrir hækki um 8,9%. En lágmarkslaun (lágmarkstekjutrygging) verkafólks hækkar um 31.000 kr. eða um 14,5% á mánuði? Aldraðir og öryrkjar eiga að fá nákvæmlega sömu hækkun og launþegar. Það er mín skoðun og það er skoðun þings Landssambands eldri borgara og kjaranefndar FEB. Þetta er algert lágmark fyrir lífeyrisþega. Alþingi og við öll verðum að hafa manndóm til þess að búa öldruðum góð kjör og meta það, sem eldri kynslóðin hefur gert fyrir þjóðina.

RENAULT
Passion for life

Renault MASTER
Þú tankar sjaldnar á Renault

Verð frá: 3.991.935 kr. (án vsk.)
4.950.000 kr. m. vsk.
RENAULT MASTER
2,3 l. dísilvél, 125 hestöfl.
Eyðsla 7,8 l/100 km*

*Miðað við uppgefnar tölur framleiðanda um eldsneytisnotkun í blönduðum akstri
ENNEMM / SÍA / NM70993

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

GE bílar
Reykjanesbæ
www.gebilar.is
420 0400

Bílasalan Bílás
Akranesi
www.bilas.is
431 2622

Bílasala Akureyrar
Akureyri
www.bilak.is
461 2533

Bílaverkstæði Austurlands
Egilsstöðum
www.bva.is
470 5070

IB ehf.
Selfossi
www.ib.is
480 8080

BL söluumboð
Vestmannaeyjum
481 1313
862 2516

Búinn að ræða þetta við Pavel

Tveir af bestu leikstjórnendum landsins munu spila hlið við hlið í Dominos-deildinni í vetur. Pavel Ermolinskij verður áfram í KR og í gær gekk Ægir Þór Steinarsson til liðs við meistara síðustu tveggja ára.

KÖRFUBOLTI Sterkt lið KR-inga í Dominos-deild karla í körfubolta varð enn þá óárennilegra í gær þegar einn besti leikstjórnandi landsins, Ægir Þór Steinarsson, skrifaði undir samning við Íslandsmeistarana. Ægir hefur spilað undanfarin tímabil í sænsku deildinni en nú ætlar að hann að skipta út gula Fjölnislitnum fyrir svart-hvítan búning KR-inga.

Búningurinn brenndur

„Ég get alveg búist við því að einhverjir Fjölnisbúningar merktir mér verði kannski brenndir hér í Voginum,“ segir Ægir hlæjandi en bætir svo við: „Svona er bara boltinn. Ég er gríðarlega sáttur við það að hafa tekið þessa ákvörðun. Það verða alveg örugglega einhverjir sárir en þetta snýst bara um mig sjálfan og það sem ég vil gera. Ég vil vera partur af þessu batteríi.“

Ægir spilaði síðast heilt tímabil hér á landi 2010-11 en þá var hann með 16,1 stig og 8,9 stoðsendingar að meðaltali í leik. Enginn gaf þá fleiri stoðsendingar í deildinni.

„Þeir sýndu áhuga snemma sumars og ég hafði það alltaf í huga þó svo að markmiðið hjá mér hafi alltaf verið að spila úti. Það er ekki raunin þetta árið og þá langaði mig bara að taka slaginn með KR og reyna mig í því krefjandi verkefni að spila með Íslandsmeisturunum í frábæru liði, í frábærri umgjörð og fyrir frábæran þjálfara,“ segir hann.

Ægir er nýkominn heim frá Evrópumótinu í körfubolta, þar sem hann stóð sig vel þær mínútur sem hann fékk að glíma við risana hjá mótherjum íslenska liðsins. Nú fær hann að kynnast hinni hliðinni því það verður mikil pressa á KR-liðinu í vetur, ekki síst eftir að Vesturbæingar nældu í einn eftirsóttasta íslenska leikmanninum á markaðnum.

Var alltaf „extra“ tilbúinn á móti KR

„Ástæðan fyrir því að ég er að fara í Vesturbæinn er að þar er umhverfi sem maður vill vera í og þar er krafan um árangur. Nú vill maður taka þeirri áskorun. Það er ekkert skrítið að allir vilji vinna KR, liðið sem er búið að vinna síðustu tvö ár. Ég veit það sjálfur að þegar maður hefur mætt KR í gegnum tíðina þá hefur maður verið „extra“ tilbúinn. Það er frábært að vera í þannig umhverfi. Ég er í þessu til að vinna titla og skapa einhverjar minningar sem munu verða ógleymanlegar,“ segir hann.

Ægir spilaði í tvö ár með Sundsvall Dragons og sér fram á svipað hlutverk hjá KR. „Ég hef verið varnarsinnaður og sem leikstjórnandi að stjórna sóknarleiknum. Ég hef alveg tileinkað mér það hlutverk og það mun ekkert breytast út í KR.“

Samvinna við Pavel

Það bíða margir spenntir eftir því að sjá hvernig samvinnu landsliðsmannanna Pavels Ermolinskij og Ægis verður háttað á komandi tímabili. Þeir ræddu framhaldið á dauðum tímum með landsliðinu í sumar.

„Pavel er í KR og við höfum rætt mikið saman um hvernig við ætlum að hafa þetta. Maður veit það vel að Pavel hefur verið í þessari stöðu í KR-liðinu. Það er ákveðin samvinna sem verður þar við lýði. Breiddin í KR-liðinu er þannig að það eru margir sem geta gert margt. Við erum allir þannig leikmenn að við finnum út hvernig við virkum best sem ein heild. Þetta verður því lítið mál,“ segir hann.

Ægir fékk smá pásu eftir Evrópumótið í Berlín en byrjaði á fullu að æfa í gær. „Ég er nýbúinn að ná aftur báðum fótum niður á jörðina eftir þennan rússíbana. Ég er orðinn hungraður í það að byrja aftur og halda áfram,“ sagði Ægir spenntur fyrir komandi tímabili.

ooj@frettabladid.is

Ægir Þór Steinarsson sést hér skora fyrir íslenska landsliðið í leik á móti Spáni á Evrópumótinu í Berlín. Fréttablaðið/Getty

Nú er því engin fyrirdæming búin þeim sem eru í Kristi Jesú...

www.versdagsins.is

Nýjast

HÆTTIR MEÐ HAMARSSTELPUR RÉTT FYRIR ÍSLANDSMÓT

Kvennalið Hamars í Dominos-deildinni í körfubolta hefur þurft að skipta um þjálfara í annað skiptið í sumar eftir að Árni Þór Hilmarsson hætti með liðið af persónulegum ástæðum. Hrunamaðurinn Árni Þór tók við Hamarsliðinu af Hallgrími Brynjólfssyni fyrr í sumar og var búinn að fá til sín nokkrar af leikmönnum sem hann hafði þjálfað á Flúðum. Hamar endaði í 6. sæti af átta liðum í Dominos-deild kvenna síðasta vetur. Daði Steinn Arnarsson tekur nú við Hamri og mun því stýra liðinu í Dominos-deild kvenna í vetur. Daði Steinn hefur þjálfað lengi í Hveragerði og þekkir því vel til.

Eru mörg lið í heiminum sem geta stillt upp þremur leikmönnum frá Eurobasket í byrjunarliðinu sínu?

Hlynur Ólafsson
@HlynurOlafs

HAUKUR HELGI MEÐ FJÓRÐU BESTU NÝTINGUNA Á EM

Haukur Helgi Pálsson, leikmaður íslenska landsliðsins í körfubolta, var meðal efstu manna í þriggja stiga skotnýtingu á Evrópumótinu sem lauk um helgina.

Haukur endaði í 4. sætinu en hann hitti úr 56 prósentum þriggja stiga skota sinna eða 14 af 25. Haukur skoraði 2,8 þrista að meðaltali í leik með þessa frábæru nýtingu. Rússinn Vitaly Fridzon varð efstur með 65 prósenta nýtingu en Grikkinn Nick Calathes (61 prósent) og Hollendingurinn Charlon Kloof (61 prósent) voru líka með betri nýtingu en okkar maður. Jón Arnór Stefánsson og Hlynur Bæringsson komust einnig inn á topp tíu. Jón Arnór endaði í sjöunda sæti í stoðsendingum með 5,8 stoðsendingar að meðaltali í leik og Hlynur í tíunda sæti í fráköstum með 7,0 að meðaltali í leik.

Inniheldur 11,6 mg af díklófenaktvíetýlamíni. Ábendingar: Staðbundnir bólgukvillar. Skammtar og lyfjagjöf Fullorðnir og börn 14 ára og eldri: 2-4 g af hlaupi borið á aumt svæði 3-4 sinnum á sólarhring. Mælt er með handþvotti eftir notkun, nema verið sé að meðhöndla hendur. Ef meðhöndla á bráð, minniháttar meiðsli í stoðkerfi skal ekki nota Voltaren lengur en 7 daga án samráðs við lækni. Hafið samband við lækninn ef einkenni eru viðvarandi eða versna eftir meðferð í 7 sólarhringa. Frábendingar: Ofnæmi fyrir einhverju innihaldsefnanna, asetýlsalisýlsýru og öðrum bólgueyðandi gigtarlyfjum (NSAID). Sjúklingar sem hafa fengið astma, ofsakláða eða bráða nefslímubólgu af völdum asetýlsalisýlsýru eða annarra bólgueyðandi gigtarlyfja (NSAID) eiga ekki að nota lyfið. Má ekki nota á síðustu 3 mánuðum meðgöngu. Má ekki nota handa börnum og unglingum 14 ára og yngri. Sérstök varnaðarorð: Má eingöngu bera á heila og heilbrigða húð og alls ekki á slímhúðir, augu, sár, exem, vessandi húðbólgu. Getur valdið húðertingu. Varast skal mikið sólarljós, notkun samhliða bólgueyðandi lyfjum eða að hylja notkunarsvæðið með loftþéttum umbúðum. Gæta skal sérstakrar varúðar hjá öldruðum eða astma-/ofnæmis-sjúklingum (hefur valdið berkjukrampa). Hætta á meðferð ef útbrot koma fram eftir notkun. Við notkun á stór húðsvæði eykst hættan á altækum aukaverkunum, t.d. á nýru. Við brjóstagjöf eða meðgöngu má eingöngu nota lyfið í samráði við lækni. Getur dregið úr frjósemi en þau áhrif ganga til baka. **Lesið leiðbeiningar á umbúðum og í fylgiseðli fyrir notkun. Geymið þar sem börn hvorki ná til né sjá.** Markaðsleyfis hafi: Novartis Healthcare A/S. Umboð á Íslandi: Artasan ehf., Suðurhrauni 12a, 210 Garðabæ.

Nóg að gera
Unnur Pálmarsdóttir var að byrja í mastersnámi í mannauðsstjórnun við Háskóla Íslands og rekur fyrirtækið sitt Fusion ásamt því að þjálfa og kenna.
SÍÐA 2

Stjórnar át- og þyngdarvandi lífi þínu?

Opinn fyrirlestur og kynning á starfi MFM verður haldinn þriðjudaginn 29.09.15. kl.19.30 í Brautarholti 4a.

5 vikna námskeið fyrir þá sem vilja ná tökum á sykur/matarfíkn hefjast: 02.10.15 og 13.11.15.
8 vikna námskeið fyrir framhalds- og endurkomufólk hefst þriðjudaginn 07.10.15.

Helgardvalarnámskeið fyrir framhalds og endurkomufólk verður haldið í Hlíðardalssetri, Ölfusi, 05.-08.11.15

Esther H. Guðmundsdóttir MSc

MFM MIÐSTÖÐIN
Meðferða og fræðslumiðstöð vegna matarfíknar og átraskana

Allar nánari upplýsingar í síma 568-3868 eða matarfikn@matarfikn.is

Fararstjórn erlendis

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

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

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

Leiðbeinendur eru: Halla Birgisdóttir fararstjóri, Pétur Björnsson konsúll Ítalíu á Íslandi, Jónas Þór fararstjóri, Höskuldur Frímannsson viðskiptafræðingur, Ómar Valdimarsson blaðamaður, Magnús Björnsson fararstjóri í Kína, Pétur Óli Pétursson fararstjóri í Rússlandi, Bjarni Randver Sigurvinsson kennari við Guðfræðideild H.Í., Sr. Bragi Skúlason sjúkrahúsprestur.

Ferðamálaskóli Íslands

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

GENGUR ÞÉR ILLA AÐ LÉTTAST?

GENGUR VEL KYNNIR *Trim-it er ný bætiefnablanda sem inniheldur meðal annars kelp sem styður starfsemi skjaldkirtilsins. Hægur skjaldkirtill er þekkt vandamál og getur það einnig verið orsök þess að fólki gengur illa að léttast.*

Margir kannast við að hafa reynt allt til að léttast, jafnvel í áraraðir, án árangurs. Í þannig tilvikum getur vandamálið verið tengt skjaldkirtlinum. Hægur skjaldkirtill er vel þekkt vandamál og getur þyngdaraukning verið einn fylgikvilla hans, segir Hrönn Hjálmarsdóttir næringarráðgjafi hjá Gengur vel ehf.

Trim-it er flott blanda bætiefna þar sem engin óþekkt efni koma við sögu. Hún getur átt þátt í að bæta starfsemi skjaldkirtilsins. Hún hjálpar til við meltingu, brennslu og hreinsun á eiturefnum og getur hentað fólki sem vill hafa stjórn á þyngdinni.

TRIM-IT BÆTIEFNABLANDAN INNIHELDUR:

Kelp, eða brúnþörunga, sem eru mjög ríkir af joði. Joð getur bætt starfsemi skjaldkirtilsins en skjaldkirtillinn getur haft mikil áhrif á þyngdaraukningu ef hann starfar ekki sem skyldi.

Fæst í öllum Hagkaups-verslunum

Eplaedik – er þekkt sem aldagamalt húsráð til að hreinsa líkamann af eiturefnum og styrkja meltinguna. Það styrkir nýrnastarfsemi, er öflugt gegn sýkingum og hjálpar til við eðlileg efnaskipti í líkamanum.

Lesitín – er fituefni sem myndast í lifrarfrumum og er einnig í heila og öðrum vefjum. Það er að finna í ýmsum fæðutegundum og vilja sumir meina að sá eiginleiki lesitíns, að leysa fituefni upp í vatni, auðveldi meltingu fitu.

B6 – hjálpar líkamanum m.a. við niðurbrot próteina, kolvetna og fitu og getur þannig hjálpað til og/eða örvað brennslu.

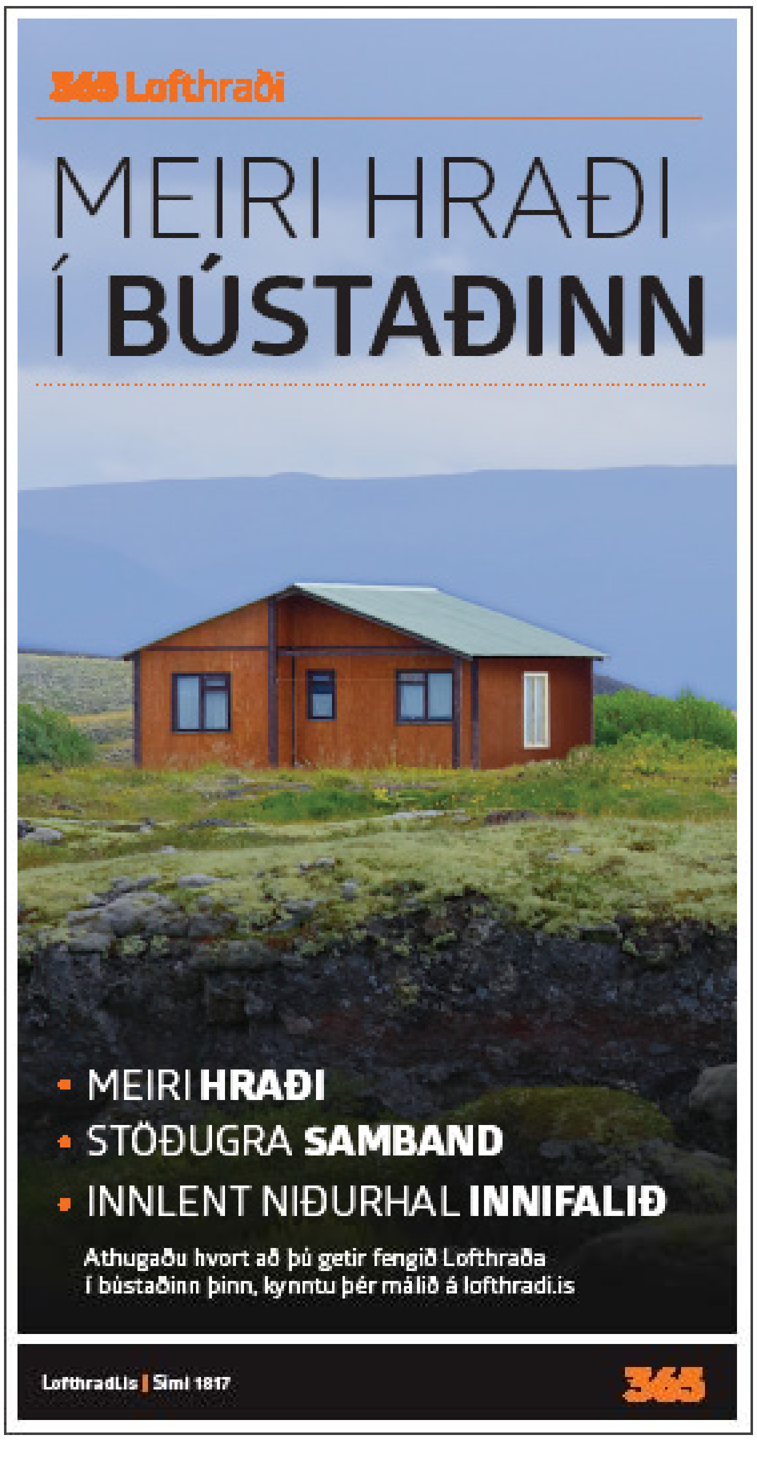
Hveitikím – er m.a. gott fyrir ónæmiskerfið, hjarta- og æðakerfið og það inniheldur E-vítamín sem dregur úr líkum á blóðtappamyndun og getur hjálpað til við að lækka blóðþrýsting. Kelp, B6-vítamín og lesitín geta einnig hjálpað líkamanum að losna við umframvökva.

VEL ÞEKKT VANDAMÁL
Hægur skjaldkirtill er vel þekkt vandamál. Þyngdaraukning getur að sögn Hrannar Hjálmarsdóttur, næringarfræðings hjá Gengur vel, verið meðal fylgikvilla.

HREINSANDI
Aldagamalt húsráð er að nota eplaedik til að hreinsa líkamann af eiturefnum og styrkja meltinguna.

BYLGJAN 989

FÓLK ER KYNNINGARBLAÐ sem býður auglýsendum að kynna vörur og þjónustu í formi viðtala og umfjallana. Í blaðinu er einnig hefðbundið ritstjórnarefni. Blaðið fylgir Fréttablaðinu daglega.
Útgefandi: **365 miðlar** | Ábyrgðarmaður: **Svanur Valgeirsson** | Hönnun: **Silja Ástþórsdóttir** Sölumenn: **Bryndís Hauksdóttir,** bryndis@365.is, s. 512 5434 **Jón Ívar Vilhelmsson,** jonivar@365.is, s. 512 5429



HREYSTIN UPPMÁLUÐ Unnur byrjar daginn á að fá sér ferskt sítrónuvatn og græna bombu sem samanstendur af spínati, eplum, engifer og vatni. AB-mjólk með bláberjum og múslíi er einnig í uppáhaldi hjá henni og hún segir rjúkandi heitan kaffibolla toppa morguninn. MYND/PJETUR

SLAKAR Á ÚTI Í NÁTTÚRUNNI

FYRIRMYND *Það er nóg að gera hjá einkaþjálfaranum Unni Pálmarsdóttur. Hún var að byrja í mastersnámi í mannauðsstjórnun við Háskóla Íslands og rekur fyrirtækið sitt Fusion ásamt því að þjálfa og kenna. Lesendur geta hér fengið að lesa um mataræði og æfingar Unnar.*

Unnur Pálmarsdóttir er frumkvöðull á sviði líkamsræktar og heilsu og hefur þjálfað marga afreksmenn í íþróttum. Hún hefur kennt á ráðstefnum og haldið fyrirlestra um allan heim síðustu átján ár. Blaðamanni fannst því tilvalið að fá að skyggnast inn í heim þessarar fyrirmyndar í heilsufræðum. Augljóst er að margir geta tekið upp eitthvað af góðum háttum Unnar en hægt er að fylgjast með uppskriftum og heilsuráðum á Facebook-síðu hennar.

Hvað/hvernig æfir þú? Ég reyni að hafa þjálfunina eins fjölbreytta og hægt er. Ég kenni ný líkamsræktarkerfi sem heita Pump fx og Blast fx og námskeið FitPilates í World Class Laugum og Mosfellsbæ. Ég stunda mikla útiveru og fer í góðar göngur á hverjum degi. Það gefur mér kraft líkamlega og andlega að ganga um fallega Mosfellsbæinn okkar.

Hvað færðu þér í morgunmat? Ég byrja daginn á að fá mér ferskt sítrónuvatn og græna bombu sem samanstendur af spínati, eplum, engifer og vatni. AB-mjólk með bláberjum og múslíi er einnig í uppáhaldi og rjúkandi heitur kaffibolli toppar morguninn.

Hvað æfir þú oft í viku? Ég stunda fjölbreytta heilsurækt fimm til sex sinnum í viku.

Uppáhaldsæfingin? Í uppáhaldi hjá mér núna er hóptíminn Pump fx sem ég kenni í Laugum tvisvar í viku sem er styrktar- og tabataþjálfun af bestu gerð fyrir allan líkamann.

Hvernig er dæmigerður dagur hjá þér í sambandi við mataræði og æfingar? Ég fer út að ganga tvisvar á dag með hundinn minn og kenni fjölbreytta hóptíma í World Class. Ég borða hollt og næringarríkt fæði og undirstaðan er fiskur, kjúklingur, egg, hýðishrísgrjón, gróft brauð, ávextir og grænmeti.

Hvernig er dæmigerð vika? Ég var að byrja í mastersnámi í mannauðsstjórnun við Háskóla Íslands og vikan hefst við námið. Ég rek fyrirtækið mitt Fusion og er að setja upp kennaranámskeið í líkamsræktarkerfunum Fitness fx, sem ég er komin með umboð fyrir. Ég er að fá til landsins í október Neil Bates sem er master trainer og einn af höfundum Fitness fx, og undirbúa kennaranámskeið sem við munum kenna saman á Íslandi. Fusion Fitness Academy er að fara af stað, sem er hóptímakennara- og þjálfaranám í World Class og hefst 3. október. Einnig kenni ég fjölbreytta hóptíma og er svo heppin að hafa frábæra hópa sem ég hlakka alltaf til að hitta.

Notar þú fæðubótarefni? Ég nota ekki fæðubótarefni. Ég fæ alla mína næringu úr fæðinu sem er fjölbreytt og hollt.

Hvað finnst þér gott að fá þér í kvöldmat? Í uppáhaldi hjá mér er kjúklingaréttur í mangósósu með miklu grænmeti, hrísgrjónum og hvítlauksbrauði og grilluð bleikja með sætum kartöflum og salati.

Hvað finnst þér gott að fá þér í millimál? Mér finnst mjög gott að fá hollan grænmetis- og ávaxtaþeyting sem ég geri á hverjum degi. Ég blanda saman möndlum, kókosflögum, döðlum, fíkjum og hnetum í poka og narta í yfir daginn til að viðhalda góðri orku. Svo er þetta svo gott með kaffinu.

Hvað færðu þér þegar þú ætlar að gera vel við þig? Í uppáhaldi hjá mér er humar eða lax, ferskt grænmeti og kartöflur frá grænmetismarkaðinum að Reykjum og góður ís með heitri súkkulaðisósu er æði.

Ertu morgunhani eða finnst þér gott að sofa út? Ég er morgunhani en mér finnst einnig mjög gott að sofa út.

Drekkur þú kaffi/koffíndrykki? Já, ég drekk kaffi.

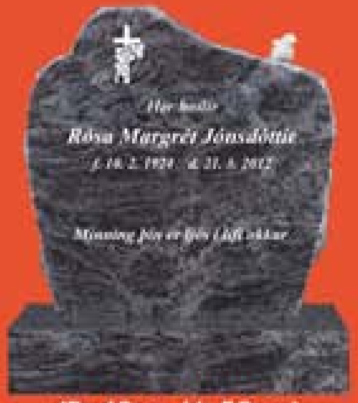
Ertu nammigrís? Já, ég er það en ég er farin að draga úr sykurneyslunni og borða vel af grænmeti eins og radísum og gulrótum sem er mun betra en nammi.

Hvernig er dæmigerð helgi hjá þér? Helgin hefst á góðri göngu í fallegu umhverfi í Mosfellsbæ og svo þjálfa ég frábæran hóp í World Class á hverjum laugardagsmorgni. Við hjónin leggjum mikið upp úr því að gera skemmtilega hluti saman eins og að elda góðan og hollan mat, stunda útiveru, sinna fjölskyldu og vinum um helgar. Við hlúum vel að húsinu okkar og garðvinna er í uppáhaldi hjá mér þar sem ég slaka vel á við að vera úti í náttúrunni.

HOLLT MILLIMÁL

„Mér finnst mjög gott að fá hollan grænmetis- og ávaxtaþeyting sem ég geri á hverjum degi. Ég blanda saman möndlum, kókosflögum, döðlum, fíkjum og hnetum í poka og narta í yfir daginn til að viðhalda góðri orku. Svo er þetta svo gott með kaffinu.“

MIKIÐ ÚRVAL AF FALLEGUM LEGSTEINUM



(B: 48cm H: 50cm)
Legsteinn nr. 2042
- Ígrafin ímáluð áletrun
- Frí uppsetning*

Verð kr. 178.900,-

(B: 70cm H: 60cm)
Legsteinn nr. 2006
- Ígrafin ímáluð áletrun
- Frí uppsetning*

Verð kr. 245.900,-

(B: 71cm H: 61cm)
Legsteinn nr. 118
- Ígrafin ímáluð áletrun
- Frí uppsetning*

Verð kr. 325.900,-

Kíktu í kaffi og sölumenn okkar gera þér gott tilboð!

Setjum upp legsteina allan ársins hring

* Frí uppsetning miðast við uppsetningu á höfuðborgarsvæðinu - Með fyrirvara um prentvillur og uppseldar vörur.

Þarf að endurnýja letrið?

Graníthöllin tekur að sér að hreinsa og endurmála letur á legsteinum. Einnig tökum við að okkur að rétta af legsteina sem eru farnir að halla. Hafðu samband við sölumenn okkar og við gerum þér tilboð í verkið.

Bæjarhrauni 26, 220 Hafnarfirði

www.granithollin.is

555-3888

Graníthöllin
Legsteinar

BORÐAÐU SÚKKULAÐI – ÞAÐ ÞYKIR GOTT FYRIR HJARTAÐ

ÁHUGAVERT *Enn á ný hafa rannsóknir sýnt að efnið flavanol sem er í kakóbaunum getur minnkað hættuna á hjarta- og kransæðasjúkdómum. Ný bresk rannsókn sýnir að súkkulaði er gott fyrir heilsuna.*

Þetta eru góðar fréttir fyrir súkkulaðiunnendur. Þess ber þó að geta að það er ekki allt súkkulaði hollt. Einungis dökkt, hreint súkkulaði sem hefur háa súkkulaðiprósentu. Það er efnið flavanol í kakóbaununum sem hefur þessi góðu áhrif á heilsuna. Í kaloríuríku súkkulaðistykkjunum úti í búð er ekki mikið flavanol að finna, segja heilsusérfræðingar. Flavanol er líka í tei, rauðvíni og bláberjum. Rauðvín getur verið hollt upp að vissu marki en ekki þykir ráðlagt að drekka mikið af því. Bláber er hins vegar gott að borða á hverjum degi.

Þessi nýja rannsókn birtist nýlega í British Journal of Nutrition (BJN). Niðurstöðurnar þykja jákvæðar þar sem hjarta- og kransæðasjúkdómar valda dauða flestra í Bretlandi og víðar. Þegar fólk eldist minnkar teygjanleiki æða og blóðflæðið verður minna. Hár blóðþrýstingur er stór áhættuþáttur fyrir þróun hjarta- og æðasjúkdóma.

Rannsóknin var gerð á 100 heilbrigðum körlum og konum á aldrinum 30-65 ára. Hópnum var skipt í tvennt þar sem annar hópurinn var látinn drekka flavanolríkan kakódrykk en hinn hópurinn fékk lyfleysudrykk. Drykkinn átti að drekka tvisvar á dag í fjórar vikur.

Niðurstöðurnar sýndu að blóðþrýstingur lækkaði hjá hópnum sem drakk kakó og kólesteról minnkaði. Vísindamenn telja að flavanol geti lækkað áhættuna á að greinast með hjarta- og æðasjúkdóma um 22% á næstu tíu árum.

Vísindamenn telja niðurstöðurnar mjög áhugaverðar og hlakka til að fylgjast með áframhaldandi rannsókn. Stundum getur verið munur á skammtíma áhrifum og til lengri tíma.

Í HÓFI Það er flavanol í rauðvíni en best er að drekka það í hófi.

HOLLT OG GOTT Dökkt súkkulaði getur verið gott fyrir heilsuna.

Vitað er að hollt og gott fæði, mikið af ávöxtum og grænmeti, getur dregið úr áhættu á hjarta- og æðasjúkdómum. Eitt glas af heitu kakói ætti að vera ágætis viðbót við hollt mataræði í vetrarkuldum eða moli af eðal-súkkulaði.

Þeir sem eru með háan blóðþrýsting ættu að forðast að borða mikið salt. Talið er að 70-80% af salti sem fólk neytir komi úr unnum matvælum og skyndimat sem ætti því að forðast. Með því að elda mat frá grunni og baka brauð getur fólk minnkað mikið saltneyslu. Í staðinn fyrir salt má nota pipar, engifer, chili, hvítlauk eða ferskar kryddjurtir. Flest þessara krydda eru að auki holl fyrir líkamann.

þraut ehf

Höfðabakka 9 | 110 Reykjavík

VIÐ ERUM MEÐ FRÁBÆR NÁMSKEIÐ FYRIR ÞIG

skráning í síma 555 7750 eða á sonja@thraut.is

AUKIN ÞEKKING - BETRA LÍF

ERT ÞÚ MEÐ VERKI? - ERTU ALLTAF ÞREYTT/UR OG ORKULAUS? - ER HUGURINN Á FULLU?

Langar þig til að:
líða betur - læra að þekkja þinn líkama - læra að þekkja þín mörk -læra að stjórna huganum?

Nánari upplýsingar á www.þraut.is

MELTINGIN MIKLU BETRI NÚNA

ICECARE KYNNIR *Bio-Kult Original er öflug blanda vinveittra gerla sem styrkja þarmaflóruna. Sigrúnu og Margréti Fanneyju líður betur eftir að þær fóru að taka Bio-Kult Original.*

Sigrún Eiríksdóttir er fegin að hafa kynnst Bio-Kult Original-hylkjunum en henni líður betur í maga eftir að hún fór að taka þau inn. „Ég hef lengi verið með mikil magaóþægindi, sérstaklega hefur mér verið óglatt eftir máltíðir, en það hvarf eftir að ég byrjaði að nota Bio-Kult og heyrir nú sögunni til. Nú get ég borðað hvað sem er án þess að verða óglatt eða fá óþægindi eftir máltíðir. Ég tek alltaf tvö hylki með morgunmat og kem aldrei til með að vera án þeirra því Bio-Kult hefur algjörlega breytt lífi mínu til hins betra. Ég hef mælt með Bio-Kult Original við fullt af fólki og ég veit að margir nota það.“

MELTINGIN MIKLU BETRI

Margrét Fanney Bjarnadóttir segir Bio-Kult Original hafa komið meltingunni í jafnvægi og að hún sé allt önnur eftir að hún fór að taka það. „Ég hef alla tíð átt í vandræðum með meltinguna, það hefur ýmist allt verið stíflað hjá mér eða að ég held engu niðri. Árið 2012 veiktist ég mjög, hélt engum mat niðri og léttist um fjörutíu kíló. Ég fór í allar mögulegar rannsóknir sem hægt var að senda mig í, til dæmis ristil- og magaspeglun, ísótópa-rannsókn og alls konar myndatökur. Ég fékk reyndar gallsteina líka á þessu tímabili og þurfti að fara í aðgerð við því og svo var skjaldkirtillinn orðinn vanvirkur,“ lýsir Margrét.

Hún segir að sér finnist erfitt að þurfa að segja frá því að hún hafi þurft að skipta um meltingarsérfræðing en það hafi hún þurft að gera vegna þess að hún hafi ekki fengið neina lausn sinna vandamála hjá þeim fyrsta. „Hann rannsakaði mig vissulega vel en ég fékk enga lausn nema þá að ég væri með ofvirkan ristil. Ég reyndi ítrekað að fá hann til að leiðbeina mér um mataræði og hvort hann vissi um eitthvað sem gæti hjálpað mér, en hann skrifaði bara upp á hægðalosandi og hægðastemmandi töflur. Ég skipti því um meltingarsérfræðing og hann ráðlagði mér að taka Bio-Kult Original til að koma meltingunni í jafnvægi. Það hefur bjargað mér algjörlega og ég er allt önnur núna. Ég tek eitt hylki af Bio-Kult Original með kvöldmat og þarf ekki lengur að hafa áhyggjur af maganum,“ segir Margrét ánægð í bragði.

EKKI ÓGLATT LENGUR Sigrún Eiríksdóttir er fegin að hafa kynnst Bio-Kult hylkjunum en henni líður betur í maga eftir að hún fór að taka þau.
MYND/ANDRI MARINÓ

FÉKK LAUSN Margrét Fanney fékk lausn við áralöngum meltingarvandamálum þegar hún fór að taka inn Bio-Kult Original.

BIO-KULT FYRIR ALLA

Innihald Bio-Kult Original er öflug blanda af vinveittum gerlum sem styrkja þarmaflóruna. Bio-Kult Original hentar vel fyrir alla, einnig fyrir barnshafandi konur, mjólkandi mæður og börn. Fólk með mjólkur- og sojaóþol má nota vörurnar. Mælt er með Bio-Kult í bókinni Meltingarvegurinn og geðheilsa eftir dr. Natasha Campbell-McBride.

MÆLIR HEILS HUGAR MEÐ BIO-KULT

ICECARE KYNNIR *Bio-Kult er öflug blanda vinveittra gerla sem styrkja þarmaflóruna. Margrét Alice Birgisdóttir mælir með Bio-Kult fyrir meltinguna. Hún notar Bio-Kult Candéa til að halda einkennum niðri og Bio-Kult Original til að viðhalda batanum.*

Margrét Alice Birgisdóttir heilsumarkþjálfi mælir með því við viðskiptavini sína að þeir fái meltingu sína góða. „Mér finnst sérstaklega mikilvægt að meltingarfærin starfi eins og þau eiga að gera. Ef bakteríuflóra líkamans er í ójafnvægi starfar hann ekki eins og hann á að gera. Bio-Kult hefur reynst afar vel til að bæta starfsemi meltingarinnar,“ segir Margrét.

Margrét greindist með colitis ulcerosa, eða sáraristilbólgu, fyrir fjórtán árum. „Í dag er ég lyfja og einkennalaus og hef verið það að mestu til margra ára. Ég er sannfærð um að bakteríurnar sem ég hef tekið í gegnum tíðina samhliða jákvæðum breytingum á lífsstíl hafi sitt að segja varðandi það hve vel mér gengur. Ég mæli heils hugar með BioKult, bæði Candéa með hvítlauk og grapeseed-extract til að halda einkennum niðri og með Bio-Kult Original til að viðhalda batanum, báðar tegundir hafa reynst mér vel.“

Bio-Kult Candéa-hylkin geta virkað sem öflug vörn gegn candida-sveppasýkingu en hún getur komið fram með ólíkum hætti hjá fólki, svo sem munnangri, fæðuóþoli, pirringi og skapsveiflum, þreytu, brjóstsviða, verkjum í liðum, mígreni eða ýmsum húðvandamálum.

BIO-KULT FYRIR ALLA

Innihald Bio-Kult Candéa-hylkjanna er öflug blanda af vinveittum gerlum ásamt hvítlauk og grapeseed-extract. Bio-Kult Original er einnig öflug blanda af vinveittum gerlum sem styrkja þarmaflóruna. Bio-Kult Candéa og Bio-Kult Original henta vel fyrir alla, einnig fyrir barnshafandi konur, mjólkandi mæður og börn. Fólk með mjólkur- og sojaóþol má nota vörurnar. Mælt er með Bio-Kult í bókinni Meltingarvegurinn og geðheilsa eftir dr. Natasha CampbellMcBride.

- Bio-Kult reynist vel til að bæta meltinguna.
- Mikilvægt er að viðhalda réttri bakteríuflóru líkamans.
- Hægt er að fá bakteríur úr fæðu en þeir sem borða ekki slíkan mat geta tekið bakteríur í hylkjum.
- Margrét Alice mælir bæði með Bio-Kult Candéa og Bio-Kult Original.

ÁNÆGÐ Margrét Alice er ánægð með Bio-Kult-hylkin og mælir með þeim til að bæta meltinguna.

SÖLUSTAÐIR OG UPPLÝSINGAR *Vörurnar eru fáanlegar í öllum apótekum, heilsuverslunum og heilsuhillum stórmarkaðanna. Hægt er að nálgast frekari upplýsingar á heimasíðu IceCare, www.icecare.is.*

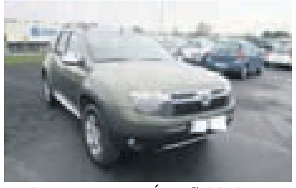
IceCare

BÍLAR & FARARTÆKI

Stofnað 1974
Bílamarkaðurinn

HYUNDAI Santa fe 4x4 dísel. Árgerð 2005, ekinn 125 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur.einn eigandi,þjónustubók Verð 1.290.000. Rnr.107677.

SUZUKI Swift. Árgerð 2005, ekinn 128 Þ.KM, bensín, 5 gírar. Verð 699.000. Rnr.232450.



DACIA Duster 4x4. Árgerð 2013, ekinn 91 Þ.KM, dísel, 6 gírar. TILBOÐ 2.190.000. Rnr.232551.

SKODA Octavia ambiente combi 4x4. Árgerð 2006, ekinn 205 Þ.KM, dísel, 6 gírar.gott eintak. skoðar skipti. Verð 1.290.000. Rnr.107439.

Bílamarkaðurinn
Smiðjuvegi 46E, Kópavogi
Sími: 567 1800

bilauppbod.is

PARFTU AÐ KAUPA EÐA SELJA BÍL?

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

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

bilaborg.is
Sími 517-1111

M.BENZ S 500 4matic long. Árgerð 1/2005, ekinn 85 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur. Verð 5.000.000. Rnr.132545. Glæsilegur bíll. Uppl 696-1001

M.BENZ M ml 63 amg. Árgerð 5/2008, ekinn 97 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur. Verð 6.990.000. Rnr.134023. Glæsilegur bíll með öllu. Uppl 696-1001

M.BENZ S 450 4matic metan bensin. Árgerð 2010, ekinn 94 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur. Verð 9.890.000. Rnr.133112.+ Glæsilegur bíll. Bíll með öllu. Uppl síma 696-1001

Bílaborg
Stórhöfða 26, 112 Reykjavík
Sími: 517 1111
http://www.bilaborg.is

bilfang.is
S. 567 2000

Opel Vivaro langur, árg. 3/2011, ekinn aðeins 60 þ.km., dísel, 115 hö, dráttarkúla o.fl. Verð 1.880 þúsund án vsk. Upplýsingar í síma 567-2000.

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

MB bílar

VW Caravelle. Árgerð 2011, ekinn 99 Þ.KM, dísel, 6 gírar. Verð 4.490.000. Rnr.110354.

MB Bílar
Kletthálsi 1a, 110 Reykjavík
Sími: 415 1150
Opið 10-18, lau 12-16
http://www.mbbilar.is

LITLA bílasalan
www.litla.is 587 7777

Disel HYUNDAI I30 comfort diesel. Árgerð 2012, ekinn 59 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 2.780.000. Rnr.114592.

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

100 bílar.is bílasala

Kia Sportage EX - 5/2014 - Ek 57 þús km - Dísel - Sjsk - Tilboðsverð 4950 þús - Er á staðnum - Raðnr 220021.

Suzuki Grand Vitara Lux Dísel - 6/2014 - Ek 60 þús km - Beinsk - Tilboðsverð 5090 þús- Er á staðnum - Raðnr 152154.

100 bílar ehf
Í miðbæ Mosfellsbæjar, 270 Mosfellsbær
Sími: 517 9999
Opið 10-18.00 virka daga. Lokað á laugard.
www.100bilar.is

Bílar til sölu

VW golf 99. 18. 5 gíra. 152km 250þ S. 6162597

Toyota Rav 4 2003 5 gíra 160 verð 350þ S: 6162597

ÓDÝRIR DÍSELBÍLAR

Skoda Octavia, Skoda Fabia, Partner, Berlingo, R. Clio, R. Megane, og fleiri Nánar á Facebook: Ódýrir Díselbílar Sími: 534-0000

Bílar óskast

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

Sendibílar

568 5000 NS NÝJA-SENDIBÍLASTÖÐIN

Allar stærðir sendibíla. Nýja Sendibílastöðin sími 568-5000.

Hjólbarðar

VAKA

FRÁBÆR DEKKJATILBOÐ

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

Varahlutir

JAPANSKAR VÉLAR EHF. BÍLAPARTASALA

Erum að rífa flestar teg. frá asíu og evrópu árg. '99-13. Kaupum flestar teg. bíla. Opið 8-18 virka Dalshraun 26, 220 hfj. S. 565 3400 & 893 2284. www.japanskarvelar.is

ÞJÓNUSTA

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.

MÁLNINGARÞJÓNUSTA REYKJAVÍKUR

Alhliða málningarþjónusta. Sími 776-0000

INNIMÁLUN

Get bætt við mig verkum innandyra í vetur. Vönduð vinnubrögð, fag og snyrtimennska í fyrirrúmi. Ágúst S.G Málarameistari S: 699-4464 og 695-4464. asgmalun@gmail.com

Búslóðaflutningar

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

Húsaviðhald

MARKMIÐ VERKTAKAR

ALHLIÐA FASTEIGNAVIÐHALD

Smíðavinna - Pípulagnir
Raflagnir - Málningavinna
Múrviðgerðir - Flísalagnir
Hellulagnir - Jarðvinna
Lóðavinna

Tilboð þér að kostnaðarlausu.
Uppl. í síma: 820 8888

VANTAR ÞIG IÐNAÐARMANN?

IÐNAÐARMENN

Við þjónustum þig með lítil sem stór verk.
Tímavinna eða tilboð.
Sími 544-4444 / 777-3600
www.iðnaðarmenn.is

Tek að mér allt alm. viðhald húsa, s.s. málun, múrun, flísa- & parketlagnir og trésmíði. S. 616 1569

Húsasmíðameistari getur bætt við sig verkefnum, utan sem innanhúss, uppslátt og fl. Áratuga reynsla. S. 867 7753

Nudd

Glæsileg nuddstofa í 101 opið alla daga s.787-7481

Spádómar

SÍMASPÁ 555 2927

Draumaráðningar, fyrirbænir. Opið frá 13 Hanna s. 847 7596

Rafvirkjun

RAFLAGNIR OG DYRASÍMAKERFI S. 896 6025

Tilboð dyrasímakerfi, töfluskipti. Löggildur rafverktaki. rafneisti@simnet.is

Rafinn ehf. Löggiltur rafverktaki, tek að mér töfluskipti og almenn rafvirkjastörf. Uppl. í s. 557 4020/892 3429

Trésmíði

INNRETTINGAR.IS

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

Önnur þjónusta

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

KEYPT & SELT

Óskast keypt

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

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

Vantar línur og bala á góðu verði. Uppl. í síma 693 6666.

HEILSA

Nudd

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

SKÓLAR & NÁMSKEIÐ

Ökukennsla

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

HÚSNÆÐI

Húsnæði í boði

TRÖNUHRAUN 10, HFJ.
Herb. með húsgögnum sér baðherb., neti, tv, aðgengi að sameiginlegu eldhúsi og þvottahúsi til leigu frá 01. okt - 01. maí. Uppl. í s. 899 7004 og bh@vigri.is

TIL LEIGU AÐEINS Á AÐEINS 950 KR FM!
129 - 280 fm bil með allt að 10 m lofthæð, stórar innkeryrsluhurðir, góð malbikuð lóð, og greið aðkoma.
www.lundurfasteignir.is
S. 690 3031 / 661 7000

WWW.LEIGUHERBERGI.IS
Dalshraun 13 Hafnarfirði

Funahöfða 17a-19, Reykjavík

Smiðjuvegi 68-72 Kópavogi

VERÐ FRÁ 55.000 á mán. Rent a room price from 55.000 kr. per month.
gsm 777 1313

leiga@leiguherbergi.is

Atvinnuhúsnæði

GÓÐ FJÁRFESTING
Til sölu eða leigu mjög góð 50 m2 iðnaðarbil í Steinhellu 14, Hfn. Fjölbreyttir möguleikar. Verð frá: 9,9 m S: 661-6800

Geymsluhúsnæði

FYRSTI MÁNUÐUR FRÍR WWW.GEYMSLAEITT.IS
Og ódýrt eftir það. Stærðir 1 til 17 m2. Nýtt, upphitað og vaktað. S: 564-6500

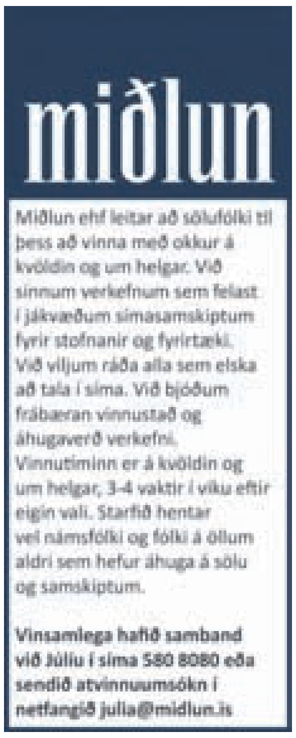
GEYMSLUR.COM
Frá kr. 3990 hjá Ikea í Garðabæ og Fiskislóð í Reykjavík. S. 555 3464

GEYMSLULAUSNIR.IS
Upphitað og vaktað geymslurými. Verð frá 2900kr.mán. SÆKJUM OG SENDUM. S: 615-5005

WWW.BUSLODAGEYMSLA.IS
Búslóðageymsla Olivers frá 3000 kr mán. Langtímasamningur í boði. S. 567 4046 & 892 0808.

ATVINNA

Atvinna í boði



Óskum eftir fólki í úthringistarf. Hentar vel með skóla eða annarri vinnu. Föst laun og bónusar í boði. Uppl og fyrirspurnir sendist á umsoknir@tmi.is eða í 770-2277

Byggingafélagið Bogi óskar eftir laghentum starfsmanni til fjölbreyttra byggingarstarfa. Upplþ í s. 861 0003

NONNABITI
Starfsmenn óskast í Reykjavík. Reyklaus.
Sendið umsókn á nonnabiti@nonnabiti.is eða á staðnum.

Óska eftir mönnum vönum mótum og pallasmíði í tímabundið verkefni. Uppl. í s. 699 8282

Atvinna óskast

VANTAR ÞIG SMIÐI, MÚRARA EÐA JÁRNABINDINGAMENN?
Höfum á skrá menn sem óska eftir mikilli vinnu. Geta hafið störf nú þegar.
Proventus starfsmannaþjónusta - Proventus.is S. 782-8800

TILKYNNINGAR

Einkamál

SKYNDIKYNNI? SÍMASEX?
RauðaTorgið.is

fasteignir

FASTEIGNA MARKAÐURINN ehf.

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

OPIN HÚS Í DAG

Skógarsel 43 - 3ja – 4ra herbergja.

Eignin verður til sýnis frá kl. 17.30 – 18.00

Mjög falleg og rúmgóð 137,5 fm íbúð á 3. hæð í lyftuhúsi. Sér inngangur er í íbúðina frá svalagangi. Fallegar samstæðar eikarinnréttingar frá Brúnási eru í allri íbúðinni. Samliggjandi borð- og setustofa með stórum gólfsíðum gluggum. 2 herbergi. Góðar flísalagðar suðursvalir. Sér stæði í upphitaðri bílageymslu og 2 geymslur. **Verð 54,9 millj. Íbúð merkt 0307. Verið velkomin.**

Eiðismýri 30 – Seltjarnarnesi - 3ja herbergja

Eignin verður til sýnis frá kl. 17.15 – 17.45

Vel skipulögð 74,6 fm. íbúð á 1. hæð (jarðhæð) auk 6,4 fm. sér geymslu í kjallara í vönduðu húsi fyrir 60 ára og eldri sem eru félagsmenn í Félagi eldri borgara. Sérmerkt stæði í lokaðri bílageymslu fylgir íbúðinni. Útgengt er út á viðarverönd til suðurs úr stofu. Íbúðin á hlutdeild í sameign, t.d. billjardsal og samkomusal í húsinu. **Verð 31,9 millj. Íbúð merkt 0103. Verið velkomin.**

Krókamýri 12 - Garðabæ. Parhús

Eignin verður til sýnis frá kl. 17.15 – 17.45

Mjög fallegt og bjart 106,3 fm. parhús á tveimur hæðum á mjög góðum stað í Garðabæ. Húsið að utan og þak eru nýlega máluð. Að innan er húsið í mjög góðu ástandi. Stofa með gluggum í suður og vestur. Fjögur herbergi. Mögulegt væri að byggja bílskúr á lóðinni. Lóð með tyrfðum flötum og viðarverönd. Staðsetning eignarinnar er mjög góð og stutt er í skóla, íþróttasvæði og aðra þjónustu. **Verð 42,5 millj. Verið velkomin.**

Barnaheill Save the Children á Íslandi

Vissir þú að...
holl og góð fæða stuðlar að líkamlegu heilbrigði sem börn eiga rétt á

atvinna

HÉRAÐSDÓMUR REYKJAVÍKUR

Löglærður aðstoðarmaður dómara

Við Héraðsdóm Reykjavíkur er laus staða löglærðs aðstoðarmanns dómara.

Um er að ræða starf á grundvelli 17. gr. laga nr. 15/1998 um dómstóla. Til aðstoðar dómurum eru ráðnir lögfræðingar sem fullnægja skilyrðum 2.-6. tölul. 2.mgr. 12. gr. sömu laga, og starfa þeir á ábyrgð dómstjóra. Nánari upplýsingar um starfsemi héraðsdómstólanna má finna á vef dómstólanna, www.domstolar.is.

Helstu verkefni löglærðra aðstoðarmanna eru eftirfarandi :

- Meðferð útivistarmála í eigin nafni, þ. á m. áritun stefna og ritun dóma og úrskurða.
- Áritun sektarboða og aðfararbeiðna.
- Umsjón með reglulegu dómþingi í einkamálum, gjaldþrotamálum og sakamálum.
- Frumskoðun sakamála, útgáfa fyrirkalls og þingfesting máls.
- Ritun úrskurða / ákvarðana í eigin nafni í útburðar- og innsetningarmálum og gjaldþrotamálum, sem og úrskurða á grundvelli laga um skipti á dánarbúum, enda sé vörnum ekki haldið uppi.
- Meðferð greiðsluaðlögunarmála og aðstoð við dómara í ágreiningsmálum vegna slíkra mála.
- Meðferð sifjamála og vitnamála.
- Aðstoð við samningu dóma og úrskurða í almennum einkamálum þar sem tekið er til varna, svo og aðstoð við samningu úrskurða í ágreiningsmálum er varða gjaldþrotaskipti, dánarbússkipti, aðfarargerðir, nauðungarsölu og þinglýsingar.
- Dómkvaðning matsmanna.

Aðstoðarmaður dómara þarf að búa yfir skipulagshæfileikum og vera sjálfstæður í starfi, ásamt því að vera sveigjanlegur og sýna færni í mannlegum samskiptum.

Laun eru í samræmi við ákvæði stofnanasamnings Stéttarfélags lögfræðinga og dómstólaráðs.

Æskilegt er að umsækjandi hafi reynslu af störfum innan dómskerfisins.

Æskilegt er að viðkomandi geti hafið störf sem fyrst.

Umsóknir óskast fylltar út á **www.hagvangur.is.**

Upplýsingar veitir Rannveig J. Haraldsdóttir, rannveig@hagvangur.is.

Umsóknarfrestur er til 7. október n.k.

Öllum umsóknum verður svarað þegar ákvörðun um ráðningu hefur verið tekin.

HAGVANGUR

FÉKKSTU EKKI BLAÐIÐ Í MORGUN?

KOM ÞAÐ OF SEINT?

Vinsamlegast láttu vita í gjaldfrjálst númer **800 1177** eða á **dreifing@postdreifing.is** Póstdreifing

Hjálpaðu okkur að bæta þjónustuna.

Blaðið á að berast þér fyrir kl. 7:15 virka morgna og 8:15 á laugardögum

FRÉTTABLAÐIÐ

SMIÐIR - VERKAMENN - MÚRARAR

ERUM MEÐ VANA SMIÐI, VERKAMENN, MÚRARA OG PÍPARA SEM ERU KLÁRIR Í MIKLA VINNU.

HANDAFL EHF s. 777 2 333

ráðum ráðningarstofa

Ertu að leita að starfi?

RÁÐUM EHF • Vegmúla 2, 108 Reykjavík • Sími 519 6770 • radum@radum.is

Gleði og
FRIÐARJÓL
Jólatónleikar
Jólatónleikar
Pálma Gunnarssonar
ásamt Ragnheiði Gröndal
í Eldborg Hörpu
19. desember kl. 21:00
Jólatónleikar Pálma og Ragnheiðar slógu rækilega í gegn í fyrra og komust færri að en vildu. Þau endurtaka leikinn í ár með góðum gestum og sömu notalegu stemningunni.
Í ár eru 30 ár liðin frá útgáfu jólaplötunnar Friðarjól og er hún órjúfanlegur hluti af jóla-undirbúningnum á fjölmörgum heimilum. Og það er aldrei að vita nema ný jólalög líti dagsins ljós í tilefni afmælisins. Ekki missa af þessu tækifæri til að eiga yndislega og ógleymanlega stund á aðventunni.
Miðasala hefst í dag kl. 10:00 á harpa.is, tix.is og í síma 528 5050
DÆGURFLUGAN
HARPA

Get vonandi fagnað þremur stigum og hundraðasta leiknum í leikslok

Margrét Lára Viðarsdóttir leikur í kvöld sinn 100. landsleik þegar Ísland tekur á móti Hvíta-Rússlandi í undankeppni EM 2017.

FÓTBOLTI Íslenska landsliðið stígur í kvöld fyrsta skrefið í átt að lokakeppni EM 2017 í Hollandi þegar stelpurnar mæta Hvíta-Rússlandi á Laugardalsvellinum í fyrsta leiknum í 1. riðli undankeppninnar. Fyrirfram er íslenska liðið sigurstranglegra en 31 sæti munar á liðunum á styrkleikalista FIFA; Ísland er í 18. sæti hans en Hvíta-Rússlandi í því 49.

Leikurinn í kvöld er merkilegri fyrir einn leikmann íslenska liðsins fremur en aðra; Margréti Láru Viðarsdóttur sem leikur sinn 100. landsleik í kvöld. Þrátt fyrir að vera aðeins sjötti íslenski fótboltamaðurinn sem kemst í 100-leikja klúbbinn er Margrét lítt upptekin af þessum tímamótum. „Þetta er mjög stór áfangi en ég er eitthvað minna að spá í þessu núna,“ sagði Margrét sem segir mikilvægt að einbeita sér að verkefninu sem fram undan er: að byrja undankeppnina með sigri og þremur stigum.

„Leikurinn og liðið er það sem skiptir öllu máli en það verður gaman að geta vonandi fagnað þremur stigum og 100. leiknum í leikslok,“ bætti Margrét við en hún lék sinn fyrsta landsleik gegn Ungverjum 14. júní 2003. Og að sjálfsögðu skoraði hún í leiknum, fyrsta markið af 71 fyrir landsliðið.

Íslenska liðið hefur fengið langan undirbúning fyrir þennan leik en í síðustu viku spiluðu stelpurnar vináttulandsleik við Slóvakíu sem vannst 4-1. Slóvakía er á svipuðum stað og Hvíta-Rússland á heimslistanum, í 47. sæti, en Freyr Alexandersson landsliðsþjálfari segir þessi austantjaldslið vera svipuð að getu.

„Slóvakíska liðið er mögulega aðeins betra í sókninni en það er veikara í vörninni því skipulagið hjá Hvít-Rússum er gott og þær eru greinilega með góðan þjálfara,“ sagði Freyr, en að hans sögn hefur hvítrússneska liðið verið í sókn á undanförnum árum. Hvít-Rússar fengu þó aðeins sex stig í tíu leikjum í undankeppni HM 2015 og hafa aldrei komist í lokakeppni stórmóts.

Freyr segir að það hafi skipt sköpum að hafa fengið leikinn gegn Slóvakíu til að hrista íslenska liðið saman fyrir átökin í kvöld. „Það var nauðsynlegt, ég hefði ekki viljað byrja undankeppnina án þess að fá þennan æfingaleik,“ sagði landsliðsþjálfarinn sem fékk svör við ýmsum spurningum í Slóvakíuleiknum.

„Við fengum svör varðandi það þegar við erum meira með boltann og töpum honum, þá þurfum við passa okkur á að falla ekki of aftarlega á völlinn. Það var stórt tæknilegt atriði sem mátti vera betra gegn Slóvakíu. Að sama skapi voru ýmis tæknileg atriði í uppspili sem voru mjög góð og svo voru einföld tæknileg atriði sem við gátum lagað á myndbandsfundi daginn eftir. Stundum er það þannig að maður þarf að reka sig á þessu litlu atriði, sýna þau, tala um þau og strax á næstu æfingu var þetta miklu betra.“

Hann segir að leikurinn í kvöld sé stór fyrir Margréti Láru sem skoraði eitt markanna gegn Slóvakíu. „Þetta er ótrúlega stór áfangi þegar maður hugsar út í það,“ sagði Freyr en leikirnir hjá Margréti hefðu getað verið enn fleiri en hún hefur misst talsvert út vegna þrálátra meiðsla og barneigna. „Það er ótrúlega gott fyrir knattspyrnukonu að ná 100. landsleikjum og sýnir að ferilinn hjá þeim er að lengjast. Hún er í góðu standi núna og ég samgleðst henni og hennar fjölskyldu. Þetta verður stór stund fyrir hana.“ **ingvithor@365.is**

1

11. júní 2003 í Litháen

Rúnar Kristinsson

33 ára - 9 mánaða - 6 daga

3-0 sigur á Litháen

Undankeppni EM 2004

Fyrstur Íslendinga í 100 leiki

2

22. júní 2010 á Laugardalsvelli

Katrín Jónsdóttir

33 ára og 22 daga

3-0 sigur á Króatíu

Undankeppni HM 2011

- Katrín var fyrirliði í leiknum og skoraði 1 mark

3

1. mars 2013 í Portúgal

Edda Garðarsdóttir

33 ára - 7 mánaða - 24 daga

0-1 tap fyrir Kína

Algarve-bikarinn

- Edda kom inn á sem varamaður

4

7. mars 2014 í Portúgal

Þóra Björg Helgadóttir

32 ára - 10 mánaða - 2 daga

2-1 sigur á Portúgal

Algarve-bikarinn

- Þóra var fyrirliði í leiknum

5

12. mars 2014 í Portúgal

Dóra María Lárusdóttir

28 ára - 8 mánaða - 10 daga

2-1 sigur á Svíþjóð

Algarve-bikarinn

- Dóra María var fyrirliði í leiknum

6

22. september 2015 á Laugardalsvelli

Margrét Lára Viðarsdóttir

29 ára - 1 mánaðar - 28 daga

Mætir Hvíta-Rússlandi í kvöld

Undankeppni EM 2017

Fjögur af fimm hafa fagnað sigri í hundraðasta landsleiknum

Margrét Lára Viðarsdóttir verður í dag sjötti íslenski knattspyrnumaðurinn sem nær því að spila hundrað A-landsleiki fyrir Ísland. Allir sem hafa byrjað hundraðasta leikinn hafa fagnað sigri en Margrét Lára verður sú næstyngsta sem nær þessu takmarki og reyndar önnur sem fær þann heiður að spila hundraðasta leikinn á heimavelli.
Nú er að sjá hvort Margréti Láru takist að leika frammistöðu Katrínar Jónsdóttur eftir, fyrstu íslensku konunnar í 100 A-landsleiki, sem skoraði í hundraðasta leik sínum sem fór einmitt fram á Laugardalsvellinum eins og leikurinn í kvöld.

Utan vallar

Kristinn Páll Teitsson

kristinnpall@365.is

Ég skora á þig að mæta á Laugardalsvöllinn í kvöld og hvetja stelpurnar til dáða því þær eiga það skilið

Í kvöld hefur íslenska kvennalandsliðið leik í undankeppni EM sem fer fram í Hollandi 2017 en íslenska liðið stefnir á að komast í lokakeppnina þriðja skiptið í röð.

Ísland hefur leik á heimavelli gegn Hvíta-Rússlandi og verður flautað til leiks klukkan 18.45 á Laugardalsvelli í kvöld.

Ísland hefur færi á því að vera með bæði karla- og kvennalandslið á lokakeppni EM á sama tíma en líklegast duga efstu tvö sætin í riðlinum til þess að tryggja farseðilinn til Hollands.

Undirritaður var viðstaddur æfingaleik landsliðsins gegn Slóvakíu á fimmtudaginn var og það verður ekki annað sagt en að mætingin hafi verið til skammar fyrir leik hjá íslenska landsliðinu.

Þrátt fyrir að uppgefið hafi verið í skýrslu að 767 áhorfendur hafi verið mættir í Laugardalinn til að fylgjast með öruggum 4-1 sigri efast ég um að það hafi verið mikið fleiri en 500 manneskjur mættar.

Þeir sem létu sjá sig á fimmtudaginn létu vel í sér heyra og verður að hrósa þeim fyrir það en það hlýtur að vera sérkennileg tilfinning að leika í íslensku landsliðstreyjunni fyrir framan nánast tómri stúku.

Áhorfendamet var sett á landsleik kvenna þann 25. október 2012 þegar 6.647 áhorfendur hvöttu stelpurnar okkar til dáða gegn Úkraínu en þann dag vannst 3-2 sigur sem tryggði sæti á lokakeppni EM næsta sumar.

Margrét Lára Viðarsdóttir, markadrottningin okkar, skoraði eitt af mörkum íslenska landsliðsins þann dag en hún leikur í kvöld sinn 100. landsleik fyrir Íslands hönd og verður um leið fjórða konan sem nær þessum merka áfanga.

Það er mikill meðbyr með íslensku landsliðunum þessa stundina eftir að karlalandsliðinu tókst að tryggja sér sæti í lokakeppni EM í fyrsta sinn í haust og er vonandi að sá meðbyr skili sér yfir til kvennalandsliðsins.

Það er fagnaðarerindi að Tólfan, stuðningsmannasveit íslenska landsliðsins, hefur boðað komu sína í Laugardalinn í kvöld en henni hefur tekist að rífa stemminguna á leikjum karlalandsliðsins upp á næsta plan.

Ég skora á þig, hvort sem þú ert í Tólfunni eða ekki, karl eða kona, að mæta á völlinn og hvetja þær til dáða í kvöld því þær eiga það svo sannarlega skilið.

Harpa Þorsteinsdóttir í leik við Slóvakíu. Fréttablaðið/Anton

FRÉTTABLAÐIÐ

TAKTU ÞÁTT Í BÍÓLEIK FRÉTTABLAÐSINS. SENDU TÖLVUPÓST Á LEIKUR@FRETTABLADID.IS MEÐ NAFNI, KENNITÖLU, SÍMANÚMERI OG NETFANGI. HEPPNIR ÞÁTTTAKENDUR FÁ MIÐA Á LOVE & MERCY

Við þökkum ykkur fyrir hluttekningu, hlýjar kveðjur og vináttu við andlát okkar ástkæru eiginkonu, móður, tengdamóður og ömmu,

Renötu Erlendsdóttur
dómtúlks og skjalaþýðanda.

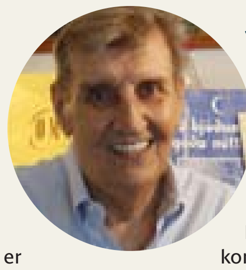
Minningarnar um Renötu munu lifa með okkur. Hennar hlýja viðmót, leiftrandi gáfur, alhliða þekking og góð nærvera, og ekki síður, stelpulegu freknurnar í andlitinu og rauða hárið.

Á stundu sorgar og saknaðar,

Örn Erlendsson
Ormur Jarl Arnarson **Amanda Garner**
Rolf Hákon Arnarson **Eva Sif Jóhannsdóttir**
Íris Ormsdóttir, Nora, Leon og Ýmir Örn

Merkisatburðir

1930 Fyrsta sæluhús Ferðafélags Íslands er tekið í notkun og er það reist í Hvítárnesi, skammt frá Langjökli.
1934 Einn ástsælasti söngvari Íslendinga, Ragnar Bjarnason, Raggi Bjarna, fæðist þennan dag. Hann fagnar því áttatíu og eins árs afmæli í dag.
1957 Formleg opnun Árbæjarsafns í Reykjavík, við hátíðlega athöfn.
1957 François Duvalier er kosinn forseti Haítí.
1958 Andrea Bocelli, hinn heimsfrægi ítalski tenór, er fæddur þennan dag.



1960 Frakkar viðurkenna sjálfstæði Malí.
1964 Söngleikurinn Fiðlarinn á þakinu er frumsýndur á Broadway og hefur farið sigurför um heiminn síðan þá.
1973 Menntaskólinn í Kópavogi er settur í fyrsta skipti.
1980 Íraksher ræðst á Íran og markar þar með upphaf átta ára stríðsins, eða fyrsta Persaflóastríðsins.
1992 Botninn er sleginn í fyrstu Ólympíuleika þroskaheftra þennan dag, en þeir eru haldnir í Madríd. Íslendingar standa sig með prýði og koma heim með tuttugu og ein verðlaun. Sigrún Huld Hrafnsdóttir hlaut flest verðlaun einstaklinga á leikunum.
2006 Fréttastofan NFS leggur upp laupana.
2013 Allt að 75 manns láta lífið í sjálfsmorðsárásum Pakistan.

Ástkær móðir okkar, tengdamóðir, amma, langamma og systir,

Nína Jenný Kristjánsdóttir
Suður-Nýjabæ,
Þykkvabæ,

lést á Heilbrigðisstofnun Suðurlands miðvikudaginn 16. september sl. Útförin fer fram frá Þykkvabæjarkirkju, laugardaginn 26. september kl. 11.00.

Kristján Erling Kjartansson **Pálína Auður Lárusdóttir**
Guðrún Ágústsdóttir **Óskar Guðbjörn Jónsson**
Sigríður Ingunn Ágústsdóttir
Gísli Ágústsson **Erla Þorsteinsdóttir**
Gestur Ágústsson **Birna Guðjónsdóttir**
barnabörn, barnabarnabörn og systkini.

Ástkær faðir okkar, tengdafaðir, afi og langafi,

Albert Finnbogason
húsasmíðameistari,
Lágholti 10, Mosfellsbæ,

andaðist á Droplaugarstöðum þann 18. september. Útför hans fer fram frá Hallgrímskirkju föstudaginn 25. september kl. 15.00.

Ásta Albertsd. Engelsen **Kåre Engelsen**
Finnbogi Albertsson **Hulda M. M. Tölgyes**
Dagný Albertsdóttir **Samuel Ose Eboigbe**
barnabörn, barnabarnabörn og aðrir aðstandendur.

Innilegar þakkir fyrir samúð og hlýhug við andlát og útför elskulegs eiginmanns míns, föður, fósturföður, tengdaföður, afa og langafa,

Ólafs Hannesar Hannessonar
prentara,
Snælandi 4, Reykjavík.

Sérstakar þakkir til starfsfólks heimahlynningar Landspítalans.

Þorbjörg Valgeirsdóttir
Ólöf Kristín Ólafsdóttir
Ása Ólafsdóttir **Ólafur Örn Ólafsson**
Jóna Guðrún Ólafsdóttir **Óttar Guðmundsson**
Garðar Hilmarsson **Sigríður Benediktsdóttir**
og fjölskyldur.

Ástkær eiginmaður minn, faðir okkar, tengdafaðir og afi,

Hörður Húnfjörð Pálsson
bakarameistari,
Kirkjubraut 12,
Akranesi,

lést á Landspítalanum við Hringbraut þriðjudaginn 15. september. Útförin fer fram frá Akraneskirkju fimmtudaginn 24. september kl. 11.00.

Inga Sigurðardóttir
Guðrún B. Harðardóttir **Stefán L. Stefánsson**
Sigurður Páll Harðarson **Áslaug Árnadóttir**
Hörður Harðarson **Sigríður Bjarnadóttir**
Sigríður A. Harðardóttir **Jón G. Ottósson**
barnabörn.

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

Jóhann Karl Bjarnason
Svarthömrum 68,
Reykjavík,

verður jarðsunginn frá Grafarvogskirkju miðvikudaginn 23. september kl. 15.00.

Þórunn K. Jónsdóttir
Álfhildur S. Jóhannsdóttir **Þórarinn Gunnarsson**
Gunnar Þór Jóhannsson **Þóra Egilsdóttir**
Guðmundur Ingi Jóhannsson
Kristín Jóhannsdóttir **Sumarliði Kristmundsson**
Bjarni J. Jóhannsson
Jóna G. Ragnarsdóttir **Ísak J. Ólafsson**
barnabörn og barnabarnabörn.

Ástkær eiginkona mín, móðir okkar, tengdamóðir og amma,

Helga Víglundsdóttir
Álfkonuhvarfi 23,
Kópavogi,

lést föstudaginn 18. september á líknardeild Landspítalans í Kópavogi. Útför hennar fer fram frá Kópavogskirkju föstudaginn 25. september kl. 15.00.

Stefán Runólfsson
Sóley Stefánsdóttir **Þorsteinn H. Kristvinsson**
Smári Stefánsson **Guðrún J. Sæmundsdóttir**
Guðný S. Stefánsdóttir **Jón H. Pétursson**
og barnabörn.

Elskuleg eiginkona mín og móðir mín,

Ásthildur Alfreðsdóttir
Vesturströnd 6,
Seltjarnarnesi,

lést á líknardeild Landspítalans mánudaginn 14. september. Útförin fer fram frá Seltjarnarneskirkju fimmtudaginn 24. september kl. 13.00. Þeim sem vilja minnast hennar er bent á Heimahjúkrun Karitas.

Þórhallur Birgir Jónsson
Gyða Þórhallsdóttir

Okkar ástkæri og yndislegi sonur, bróðir, stjúpbróðir og ástvinur,

Daníel Freyr Sigurðarson
Búlandi 20, 108 Reykjavík,

lést á heimili sínu laugardaginn 19. september sl. Útförin verður auglýst síðar.

Svanhildur Benjamínsdóttir **Sigurður Lárusson**
Valdimar Þorkelsson **Ásta Björk Ólafsdóttir**
Benjamín Gunnar **Þórunn Birta**
Matthías **Elísa Rut**
Þorkell **Guðrún**
Bára Björg Jóhannsdóttir

Okkar ástkæri

Óskar Örn Garðarsson
Fredrikstad, Noregi,

lést af slysförum þann 4. september sl. Bálför fór fram í Noregi. Útför fer fram frá Digraneskirkju föstudaginn 25. september kl. 13.00.

Harpa Norðdahl Arnardóttir
Sigrún Eva Óskarsdóttir **Díðrik Örn Gunnarsson**
Inga Óskarsdóttir
Sigrún Óskarsdóttir
Garðar Karlsson **Guðrún Jóhannsdóttir**
Karl Garðarsson
Sigríður Anna Garðarsdóttir **Þórarinn Guðjónsson**
Berglind Ósk Björnsdóttir **Jóhannes Páll Gunnarsson**
Birgir Örn Birgisson **Svanhildur Karen Júlíusdóttir**
Sóley Birgisdóttir **Gunnar Friðriksson**

Við erum til staðar þegar þú þarft á okkur að halda

MEÐ VIRÐINGU
OG KÆRLEIK Í 66 ÁR

ÚTFARARSTOFA KIRKJUGARÐANNA

Útfarar- og lögfræðiþjónusta
www.útför.is

Rannveig I. E. Löve
kennari,

verður jarðsungin 24. september kl. 13 frá Kópavogskirkju. Blóm og kransar eru vinsamlega afþakkaðir. Þeim sem vilja minnast hennar er bent á SÍBS.

Fyrir hönd aðstandenda,
Sigrún Löve
Leó E. Löve

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

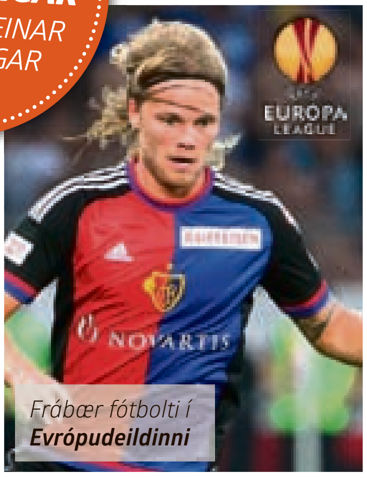
Auglýsingar á að senda á **auglysingar@frettabladid.is** eða hringja í síma 512 5000.

Stórleikir í **Meistaradeild Evrópu** í allan vetur

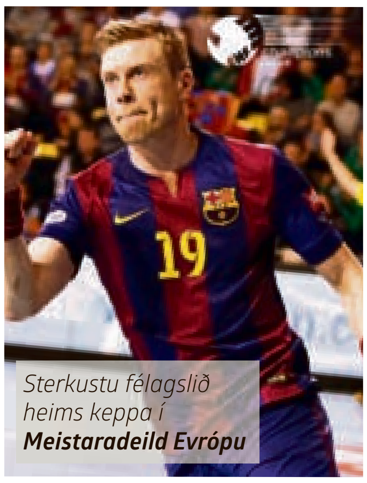
ALDREI FLEIRI BEINAR ÚTSENDINGAR
UM 1.300 BEINAR ÚTSENDINGAR Á ÁRI

Berjast **Evrópumeistararnir** við stjörnum prýtt lið **Real Madrid** um titilinn eða verða önnur lið með í baráttunni um **spænska meistaratitilinn?**

Beinar útsendingar í Enska boltanum, bikarleikirnir og **Messan** með **Hjörvari Hafliða**



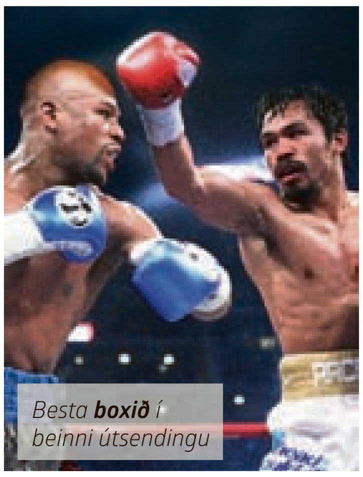
Frábær fótbolti í **Evrópudeildinni**



Sterkustu félagslið heims keppa í **Meistaradeild Evrópu**

Fylgstu með flottustu ökuþórunum í **Formúlunni**

Tröllin takast á í **NFL-deildinni**



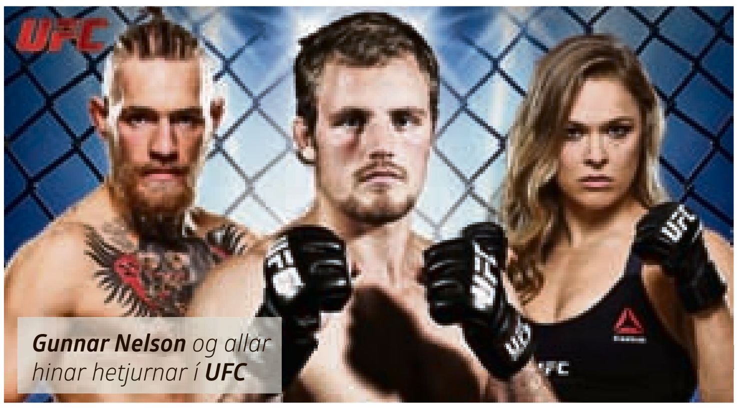
Besta **boxið** í beinni útsendingu

Ítalski boltinn – Serie A er á **Stöð 2 Sport**

Magnaður körfubolti, beinar útsendingar frá **NBA-deildinni**

Hörkuspennandi leikir í **Domino's-deildinni**

Besta **frjálsíþróttafólk** heims verður í eldlínunni



Gunnar Nelson og allar hinar hetjurnar í **UFC**

PIPAR\TBWA • SÍA

Beinar útsendingar og úrslitin ráðast í **Pepsi-deildinni**

Sportpakkinn inniheldur: **Stöð 2 Sport, Stöð 2 Sport 2, hliðarrásir, MUTV, LFC TV og Chelsea** á 13.990 kr. á mán.

SPENNANDI VETUR Í SPORTINU

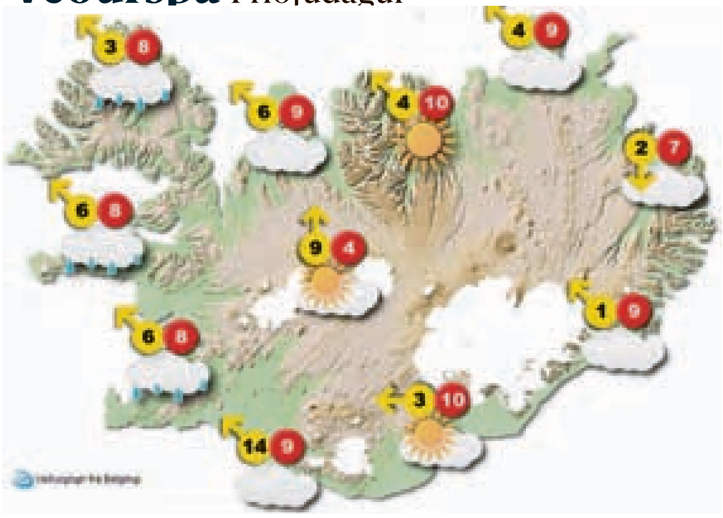
2 SPORT
2 SPORT 2

Allir finna sér íþróttaviðburði við hæfi á sportstöðvum okkar í vetur. Enski boltinn rúllar í beinni á **Stöð 2 Sport 2** og hliðarrásum á meðan fjölbreytileikinn ræður ríkjum á **Stöð 2 Sport**. Með **Sportpakka 365** tryggirðu þér skemmtilegan og viðburðaríkan íþróttavetur.

Með Sportpakkanum færðu **endalaust tal** og **10 GB** á **3.990 kr.**

VEÐUR & MYNDASÖGUR

Veðurspá Þriðjudagur



Hvessir aftur af suðaustri með rigningu um sunnan og vestanvert landið en hægari vindur í öðrum landshlutum og þurrt þar fyrripart dags. Hægari suðvestanátt og lítilsháttar væta suðvestan til í kvöld. Milt í veðri.

Miðvikudagur

Reykjavík	Ísafjörður	Akureyri
7°	5°	9°
3	5	8

Egilsstaðir	Kirkjubæjarkl.	Hveravellir
8°	8°	2°
7	2	4

Fimmtudagur

Reykjavík	Ísafjörður	Akureyri
8°	3°	6°
5	12	8

Egilsstaðir	Kirkjubæjarkl.	Hveravellir
5°	8°	3°
2	2	9

Þrautir

Krossgáta

Lárétt
2. á endanum
6. tímaeining
8. fálm
9. iðn
11. fingerð líkamshár
12. frárennsli
14. fyrirmynd
16. átt
17. for
18. hætta
20. skóli
21. drunur

Lóðrétt
1. hæfileiki
3. munni
4. málmur
5. arinn
7. rafstraumur
10. æxlunarkorn
13. svif
15. íþróttafélag
16. nægilegt
19. ung

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

Lóðrétt 2. loks **6.** ár **8.** pat **9.** fag **11.** ló **12.** afrás **14.** mótíf **16.** na **17.** aur **18.** ógn **20.** ma **21.** gnýr
Lóðrétt 1. gáfa **3.** op **4.** kalsíum **5.** stó **7.** rafmagn **10.** gró **13.** áta **15.** fram **16.** nóg **19.** ný

Skák Gunnar Björnsson

Aitken bjargaði jafntefli laglega fyrir horn gegn Green í Sunderland árið 1966.

Svartur á leik
1...De1+ 2. Kg2 De2+ 3. Kxg3 De5+! 4. Dxe5 Patt! 3...Dxa6 tapar eftir **4. Df7+ Dg6 5. Df3#.**

www.skak.is: Ávallt nýjustu skákfréttirnar.

Sudoku

LÉTT

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

MIÐLUNGS

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

ÞUNG

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

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

Lausn síðustu sudoku →

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

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

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

Myndasögur

PONDUS Eftir Frode Øverli

GELGJAN Eftir Jerry Scott & Jim Borgman

BARNALÁN Eftir Jerry Scott & Rick Kirkman

VIÐ SVÖRUM SÍMANUM
ALLTAF MEÐ BROS Á VÖR

365

INTERNET 170GB
HEIMASÍMI*
100 MÍNÚTUR
SKJÁREINN**
SJÓNVARP 365
6 BÍÓMYNDIR Í HVERJUM MÁNUÐI
9 ERLENDAR STÖÐVAR
STÖÐ 2
STÖÐ 2 MARAÞON
STÖÐ 3
BÍÓSTÖÐIN
GULLSTÖÐIN
KRAKKASTÖÐIN
BRAVÓ TV
VILD, BEINIR

HEIMILI HBO

ÍSLENSKIR ÞÆTTIR Á HVERJU KVÖLDI

OG AUÐVITAÐ
LÍKA GSM
1 GSM ÁSKRIFT **ENDALAUST** TAL + 1 GB

15.550 kr./mán.

SÍMINN

INTERNET 75GB
IP ENDALAUS
HEIMASÍMI
SKJÁREINN
HJÁ SÍMANUM
SJÓNVARP SÍMANS
9 ERLENDAR STÖÐVAR
SJÓNVARP SÍMANS APPIÐ
SKJÁRKRAKKAR EÐA SKJÁRÞÆTTIR
SPOTIFY 6 MÁN.
BEINIR

OG AUÐVITAÐ
LÍKA GSM
1 GSM ÁSKRIFT – TALAR ENDALAUST + 3 GB

17.990 kr./mán.

Þú færð meira fyrir **minna**

FÁÐU ÞÉR **ÁSKRIFT** á 365.is

PIPAR\TBWA · SÍA

365.is | Sími 1817 365

* Gildir aðeins í aðra heimasíma, greitt er kr. 9,7 upphafsgjald fyrir hvert hafið símtal. ** SkjárEinn verður í opinni dagskrá frá 1. okt.

Alveg sérstakt ástar-haturssamband

Í Kaupmannahöfn kom nýlega út bókin Gullfoss. Mødet mellem dansk og islandsk kultur i 1900-tallet. Guðmundur Jónsson er einn ritstjóra bókarinnar sem fjallar á nýjan hátt um þetta sérstaka samband.

Magnús Guðmundsson
magnus@frettabladid.is

Í bókinni Gullfoss. Mødet mellem dansk og islandsk kultur i 1900-tallet er dregin upp önnur mynd af samskiptasögu Danmerkur og Íslands en hingað til hefur tíðkast. Í stað sjálfstæðisbaráttu Íslendinga og stjórnmálatengsla þjóðanna er kastljósinu beint að Dönum búsettum á Íslandi og dönskum áhrifum á íslenskt samfélag og menningu á 20. öld. Ritstjórar bókarinnar eru Auður Hauksdóttir, Erik Skyum-Nielsen og Guðmundur Jónsson.

Guðmundur segir að bókin sé samvinnuverkefni á milli danskra og íslenskra fræðimanna en þar er að finna níu greinar eftir sjö fræðimenn, auk formála eftir Vigdísi Finnbogadóttur og Jørn Lund, yfirlit yfir rannsóknir og fjölda ljósmynda.

„Það er aðallega fjallað um Dani sem fluttust til landsins og voru búsettir hér og það er gerð grein fyrir því hvernig þeir fluttust til landsins, hvar þeir settust að og við hvað þeir störfuðu og þá ekki síst hvaða áhrif þeir höfðu á menningu og þjóðlíf og hvernig samskiptin við Íslendinga voru. Þetta var eiginlega fyrsti þjóðernisminnihlutinn á Íslandi.

Ef við horfum á hvað hefur verið skrifað af sagnfræðiritum um samskipti þjóðanna þá er þetta allt annars konar rit. Menn voru svo lengi uppteknir af stjórnmálasambandinu og hvernig Íslendingar fóru út úr því og yfirleitt hefur það verið dregið upp frekar dökkum litum. En þarna erum við að horfa á Dani sem bjuggu hér og hvað þeir lögðu fram til uppbyggingar samfélagsins. Það er allt annað sjónarhorn en hefur tíðkast fram til þessa.“

Lengi vel hefur verið litið á Dani sem sérstaka valdastétt á Íslandi. Guðmundur segir að vissulega hafi þeir verið það fyrr á tímum. „Bæði í embættum og verslun, sérstaklega í verslun og segja má að blómatími þeirra nái fram yfir aldamótin nítjánhundruð. Við skoðum dálítið þá starfsemi eins og stóru kaupmennina á borð við Thomsen og fleiri sem setja mjög mark sitt á íslenskt samfélag á þeim tíma og mynda hálfgerða elítu með embættismönnum landsins fram yfir aldamótin. En svo þegar maður rekur þessa sögu fram eftir tuttugustu öldinni þá verður mikil breyting. Dönsku kaupmennirnir hverfa af vettvangi eftir 1910 en svo koma öðruvísi Danir til landsins. Allt öðruvísi.

Þetta kemur dálítið í bylgjum. Það kemur bylgja á þriðja áratugnum og fram á þann fjórða en svo sérstaklega eftir seinna stríð. Þá er slæmt ástand í Danmörku eftir heimsstyrjöldina og miklu meiri vinnu að hafa hér og hærra kaup. Svo gera sum félög, eins og t.d. Búnaðarfélagið, markvisst í því að laða fólk til landbúnaðarstarfa. Það var sett upp ráðningarskrifstofa til þess að fá ungt fólk til þess að setjast hér að og vinna í sveitum landsins. Þetta fólk sem var að koma á þessum tíma var ekki úr efri lögum samfélagsins heldur alþýðufólk og það starfaði við hinar og þessar atvinnugreinar.“

Guðmundur bendir á að Íslendingar hafi á þessu tímabili líka verið að flytja inn þekkingu með dönsku vinnuafli. „Danskir menn lögðu mikið til samfélagsins með því að koma með nýjungar í atvinnulífið. Sumar atvinnugreinar eru hreinlega byggðar upp af Dönum, þar má nefna t.d. mjólkurfræðingana, hjúkrunarfræðinga, garðyrkju, vélsmíði og verkfræði. Auðvitað sóttu Íslendingar líka sína menntun til Danmerkur en þetta hefur löngum verið svona ástar-haturssamband sem við höfum átt í við Dani af okkar hálfu. Við vildum losa okkur við yfirvaldið en njóta á sama tíma góðs af þessum nútímalegu atvinnuháttum þeirra og menningu.

Margt af þessu fólki ílengdist hér og þetta fólk hafði mikil áhrif á líf okkar og menningu. En það er fjallað um það sérstaklega í bókinni og afkomendur þessa fólks skipta þúsundum í dag. Danir og fólk af dönskum uppruna er óneitanlega ekki eins áberandi í íslensku þjóðlífi og áður enda hefur þetta fólk aðlagast hérna í gegnum árin.

En menningaráhrifin voru gríðarlega á þessum árum. Bókmenntir, kvikmyndir, tungumál og það eru margar skemmtilegar hliðar á þessum samskiptum. Revíurnar á fyrstu áratugum aldarinnar voru til að mynda flestar danskar og svo voru líka áhrifin á tónlistarlífið gríðarlega mikil og svo mætti lengi telja.“

Fyrir áhugasama má benda á málþing sem er öllum opið um bókina og umfjöllunarefni hennar í fyrirlestrasal Landsbókasafns Íslands í Þjóðarbókhlöðu á fimmtudaginn kl. 16-17.

Guðmundur Jónsson sagnfræðingur segir Dani hafa lagt mikið til íslensks samfélags á mótunarárum þess á síðustu öld, bæði menningarlega og í tengslum við ýmsa atvinnustarfsemi. Fréttablaðið/Pjetur

Meðlimir í félaginu Det danske Selskab í lautarferð árið 1933.

MARGT AF ÞESSU FÓLKI ÍLENGDIST HÉR OG ÞETTA FÓLK HAFÐI MIKIL ÁHRIF Á LÍF OKKAR OG MENNINGU. EN ÞAÐ ER FJALLAÐ UM ÞAÐ SÉRSTAKLEGA Í BÓKINNI OG AFKOMENDUR ÞESSA FÓLKS SKIPTA ÞÚSUNDUM Í DAG.

Eru þetta
þín skilaboð?
Einelti rænir mörg börn og unglinga gleðinni sem þau ættu að njóta.
Á allra vörum styrkir Erindi og uppbyggingu samskiptaseturs fyrir ungmenni sem glíma við einelti.
Með því að kaupa Á allra vörum varasettið leggur þú þessu brýna málefni lið.
Varasettið fæst á yfir 150 sölustöðum um land allt. Nánar um sölustaði, átakið og starfsemi Erindis á **aallravorum.is**, **erindi.is** og **facebook.com/aallravorum.is**
#eineltieroged
Á ALLRA VÖRUM
benecos
PIPAR\TBWA • SÍA
STÓRVELDIÐ
PIPAR\TBWA
benecos
GASSI STUDIO
vodafone

Stórkostleg afmælisveisla Magga Eiríks

TÓNLIST

Maggi Eiríks 70 ára

Afmælistónleikar í Eldborg Hörpu 19. september

★★★★★

Það var öllu tjaldað til í Hörpu um helgina þegar einn ástsælasti lagahöfundur þjóðarinnar, Magnús Eiríksson, fagnaði sjötugsafmæli sínu með tvennum tónleikum á laugardag.

Á tónleikunum voru fluttar margar af perlum Magga sem hafa verið samofnar þjóðinni um árabil. Þau Pálmi Gunnarsson, Ellen Kristjánsdóttir, Valdimar Guðmundsson, Ragnheiður Gröndal og KK sungu lög Magga af mikilli snilld auk hans sjálfs á tónleikunum. Þar að auki voru strengjasveit og hljómsveit undir stjórn Þóris Úlfarssonar. Tónleikarnir voru afar vel heppnaðir og vel útsettir. Lagavalið var gott, farið var yfir ferilinn og helstu lögin tekin.

Á fyrri hluta tónleikanna fluttu tónlistarmennirnir lög Magga en eftir hlé kom hann fljótlega sjálfur á sviðið og var innilega fagnað af aðdáendum sem stóðu upp og hylltu afmælisbarnið. Tónleikarnir voru vel útfærðir, hver söngvari var stutt á sviðinu í senn og gaf það tónleikunum mikið líf.

Það var skemmtilegt að heyra lögin Ómissandi fólk sem Ellen söng og Jesús Kristur og ég sungið af kvenmannsröddum en annars er erfitt að velja uppáhaldslag á tónleikunum því þau voru öll flutt af mikilli prýði. Það var svo afar falleg stund þegar hljómsveitin yfirgaf sviðið um stund og Maggi og synir hans tóku nokkur lög saman.

Hafandi verið mikill aðdáandi lagasmíða Magga um árabil þá saknaði ég kannski hvað helst að sjá Ragnhildi Gísladóttur flytja lögin Draumaprinsinn og Hvað um mig og þig? en það kom þó ekki að svo mikilli sök því Ragnheiður Gröndal flutti þau af mikilli snilld. Ég hefði líka viljað hafa Þorparann inni í prógramminu en geri mér grein fyrir því að það er ekki auðvelt að velja úr lögum fyrir slíka tónleika þar sem eftir Magga liggja ótal perlur og misjafn er smekkur manna.

Í heildina séð voru þetta stórkostlega vel heppnaðir tónleikar, einhverjir þeir bestu sem ég hef farið á. Vandað var til verka í alla staði, tónlistarmennirnir stóðu sig vel og flutningur þeirra nánast fullkominn. Frábær kvöldstund í Hörpu og ég er strax farin að hlakka til 75 ára afmælistónleika meistarans því af nægu er að taka í lagasafni Magga.

Viktoría Hermannsdóttir

Maggi Eiríks er hér ásamt sonum sínum á tónleikunum en það var afar falleg stund þegar hljómsveitin yfirgaf sviðið og feðgarnir tóku nokkur lög saman. Mynd/Mummi Lú

Hvað? Hvenær? Hvar? Þriðjudagur

22. SEPTEMBER 2015

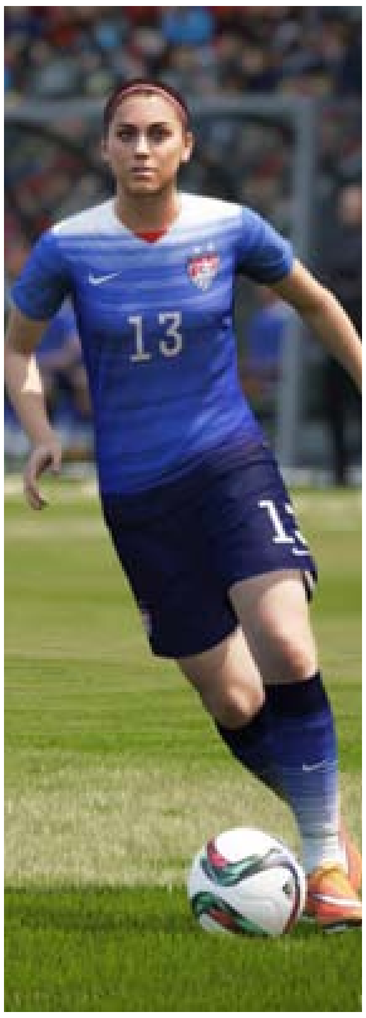
Tónleikar

Hvað? Afmælistónleikar Sesars A
Hvenær? 21.00
Hvar? Kaffibarinn, Bergstaðastræti 1, 101 Reykjavík
Einn af frumkvöðlum íslenskrar rapptónlistar, Sesar A, heldur upp á afmæli sitt með tónleikum á Kaffibarnum. Langt er síðan rapptónleikar voru haldnir þar síðast. DJ Kocoon þeytir skífum og mun Karlakórinn Bartónar taka lagið undir stjórn Jóns Svavars Jósefssonar. Afmælisbarnið stígur einnig á svið og tekur lagið. Honum til halds og trausts verður óvæntur leynigestur sem tengist afmælisbarninu tryggðaböndum. Seasar A mun flytja lög af nýrri plötu, sem ber titilinn Vox Populi. Gleðin stendur til klukkan eitt og er frítt inn.

Hvað? KexJazz
Hvenær? 20.30 – 22.00
Hvar? Kex Hostel, Skúlagötu 28, 101 Reykjavík
Djasskvöld á Kexi eru haldin á þriðjudagskvöldum. Þar kemur iðulega fram fjölbreyttur hópur listamanna.

Hlaup

Hvað? Flensborgarhlaupið 2015
Hvenær? 17.30
Hvar? Við Flensborgarskólann í Hafnarfirði.

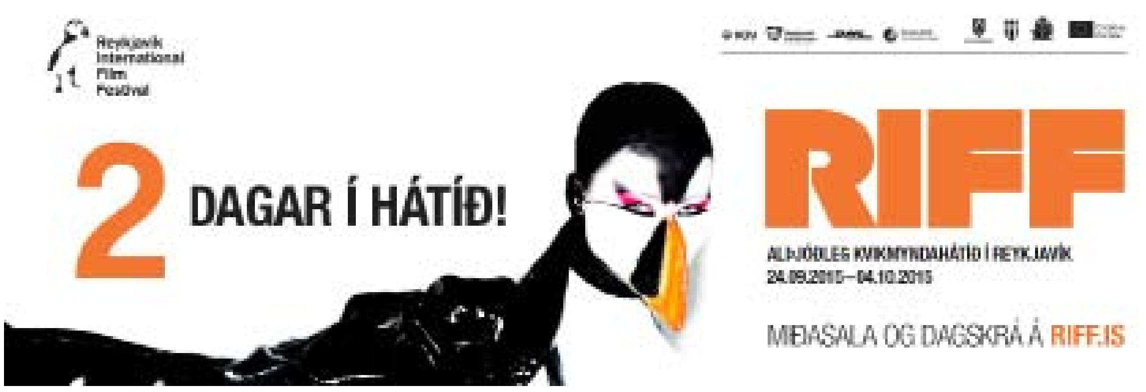


Hið árlega Flensborgarhlaup fer fram í Hafnarfirðinum. Keppendur geta valið um þrjár vegalengdir; 3, 5 og 10 km. Hlaupið er í samstarfi við hlaupahópa FH og Hauka. Ágóði af hlaupinu rennur til MS-félagsins, til styrktar ungu fólki sem greinst hefur með sjúkdóminn.

Uppákomur

Hvað? FIFA-mót Ölhússins
Hvenær? 18.00
Hvar? Ölhúsinu - Ölstofu Hafnarfjarðar
Ölhúsið og Sena halda sérstakt FIFA 16 forsýningarmót í Hafnarfirðinum í dag. Miðar á leikinn fara ekki í sölu fyrr en daginn eftir. Fyrstu sextán sem greiða þátttökugjald hafa keppnisrétt á mótinu. Leikið er í fjórum riðlum og komast efstu tveir úr hverjum riðli í útsláttarkeppni. Skráning fer fram í Ölhúsinu. Sigurvegarinn fær Playstation 4 tölvu að launum.

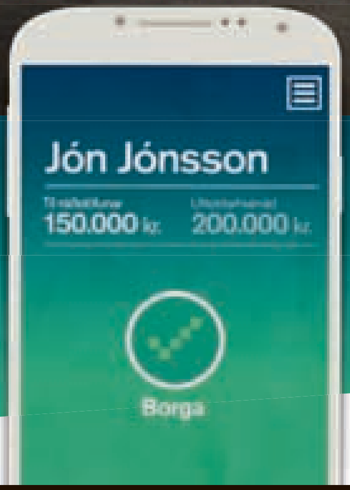
Hvað? Bókakvöld VÍB
Hvar? 17.00 – 17.00
Hvar? VÍB, Kirkjusandi 2, 105 Reykjavík
VÍB heldur fróðlegt bókakvöld þar sem rætt verður um bókina Flash Boys eftir Michael Lewis og hátíðniviðskipti á verðbréfamörkuðum.



SÚPUKJÖTSTILBOÐ!

Í haustlægðunum er fátt betra en að sitja inni og njóta dýrindis kjötsúpu. Þú færð allt í súpuna á ótrúlegu verði í Iceland.

Verð birt með fyrirvara um prentvillur og gildir á meðan birgðir endast.



Borgaðu með símanum á einfaldan og öruggan máta með Netgíró.

Við sendum þér reikning í netbankann og þú færð allt að **14 daga vaxtalausan greiðslufrest.**

Skráðu þig á **www.netgiro.is**

Netgíró
Betri leið til að borga

Úrval er breytilegt eftir verslunum. Allar vörurnar fást í Iceland, Engihjalla.

OPIÐ 24 TÍMA

OPIÐ ALLAN SÓLARHRINGINN
ICELAND, ENGIHJALLA,
VESTURBERGI OG ARNARBAKKA

Iceland

DAGSKRÁ

Þriðjudagur

2 | 20:30
OUR LIVES: THE MEN WITH MANY WIVES
Vandaður breskur þáttur um fjölkvæni í Bretlandi sem er að færast í aukana meðal múslima þar í landi þrátt fyrir að vera bannað samkvæmt lögum.

FRÁBÆR
ÞRIÐJUDAGUR
Fáðu þér áskrift á **365.is**
365

2 | 19:25
HJÁLPARHÖND
Vönduð þáttaröð sem fjallar um fjölbreytt og óeigingjarnt starf sjálfboðaliða á Íslandi. Störfin eru jafnólík og þau eru mörg en eiga það sameiginlegt að styrkja stoðir samfélagsins.

2 | 19:55
PROJECT GREENLIGHT
Raunveruleikaþættir þar sem leikararnir Matt Damon og Ben Affleck leitast við að skoða gerð kvikmynda og leiðbeina þeim sem eru að stíga sín fyrstu skref í kvikmyndagerð.

2 | 21:20
THE CASUAL VACANCY
Þegar bæjarfulltrúinn í breska bænum Pagford lætur skyndilega lífið eru margir bæjarbúar sem sækjast eftir starfi hans.

b | 22:00
WHITE HOUSE DOWN
Frábær spennumynd með Channing Tatum, Jamie Foxx og Maggie Gyllenhaal í aðalhlutverkum.

3 | 20:20
ONE BORN EVERY MINUTE
Vandaðir og áhugaverðir þættir þar sem fylgst er með komu nýrra einstaklinga í heiminn.

Krakkastöðin | 18:00
KALLI Á ÞAKINU
Bráðfjörug teiknimynd með óþekkasta Kalla í heimi, Kalla á þakinu.

©2015 Home Box Office, Inc. All rights reserved. HBO® and all related programs are the property of Home Box Office, Inc.

Allt þetta og meira til í Skemmtipakkanum á aðeins 310 kr. á dag. Nánari upplýsingar á **365.is**

STÖÐ 2

07:00 Barnatími Stöðvar 2
08:05 The Middle
08:30 Junior Masterchef Australia .
09:15 Bold and the Beautiful
09:35 The Doctors
10:15 The World's Strictest Parents Barnauppeldi er enginn hægðarleikur, sérstaklega ekki nú á síðari tímum. Í þessum skemmtilegu og fróðlegu þáttum er fylgst með nokkrum óviðráðanlegum unglingum þar sem þeir eru sendir, í nokkra daga, úr landi til að búa hjá fjölskyldum sem eru þekktar fyrir strangt uppeldi og aðhald. Þessir unglingar þurfa að hlýða þeim reglum sem eru á heimilinu og foreldrar þeirra vonast til að fá betrumbættan einstakling heim aftur.
11:20 Sælkeraheimsreisa um Reykjavík
11:45 Hið blómlega bú 3
12:15 Lífsstíll
12:35 Nágrannar
13:00 Britain's Got Talent
14:10 Britain's Got Talent
14:35 Mr Selfridge
15:20 The Amazing Race
16:05 Veep
16:35 Teen Titans Go
16:55 Weird Loners
17:20 Bold and the Beautiful
17:40 Nágrannar
18:05 Simpson-fjölskyldan
18:30 Fréttir Stöðvar 2
18:47 Íþróttir
18:55 Ísland í dag
19:25 Hjálparhönd
19:55 Project Greenlight
20:30 Our Lives: The Men with Many Wives Vandaður breskur þáttur um fjölkvæni í Bretlandi.
21:20 The Casual Vacancy
22:20 The Strain
23:05 Louie
23:30 Covert Affairs
00:15 Mistresses
01:00 Rita
01:45 Major Crimes
02:30 I, Frankenstein
04:00 Look Again
05:30 Fréttir og Ísland í dag

SPORT

08.35 Ítalski boltinn
10.15 Meistaradeildin í handbolta - markaþáttur
10.45 Meistaradeildin í handbolta
12.10 Spænski boltinn
13.50 Spænsku mörkin
14.20 UEFA Champions League
16.05 Meistaradeild Evrópu
16.30 Ítalski boltinn
18.10 Ítölsku mörkin
18.40 Ítalski boltinn Udinese - AC Milan Bein útsending frá leik Udinese og AC Milan í ítölsku úrvalsdeildinni.
20.45 Pepsímörkin
22.00 UEFA Champions League
23.45 UFC Now
00.35 Ítalski boltinn

SPORT 2

08.00 Messan
10.30 Premier League
12.20 Premier League
14.10 Premier League World
14.40 Premier League
16.25 Pepsi deildin
18.15 Premier League
20.00 Premier League Review
20.55 Football League Show
21.25 Messan
22.40 Premier League
00.25 Premier League

GOLFSTÖÐIN

08.00 PGA Tour
12.05 PGA Tour - Highlights
13.00 Solheim Cup
18.00 Golfing World
18.50 PGA Tour
22.50 Golfing World
23.40 PGA Tour - Highlights

STÖÐ 3

18:35 Baby Daddy
19:00 World's Strictest Parents
20:00 Suburgatory Skemmtileg gamanþáttaröð um raunir unglingsstúlku sem er ósátt við flutning úr borg í úthverfi, þar sem mannlífið er talsvert ólíkt því sem hún á að venjast.
20:20 One Born Every Minute
21:10 Justified
21:55 The Last Ship
22:40 Legit
23:00 The Originals Önnur spennuþáttaröðin sem fjallar um Mikaelsons fjölskylduna en meðlimir hennar eru jafnframt þeir fyrstu af hinum svokölluðu ofurvampírum en þær geta lifað í dagsljósi. Þættirnir eru frá framleiðendum The Vampire Diaries.
23:45 The Mysteries of Laura
00:30 World's Strictest Parents
01:30 Suburgatory
01:55 One Born Every Minute
02:40 Justified
03:25 The Last Ship
04:05 Tónlistarmyndbönd frá Bravó

KRAKKASTÖÐIN

07.00 Dóra könnuður
07.24 Mörgæsirnar frá Madagaskar
07.45 Doddi litli og Eyrnastór
07.55 Hókus Pókus
08.00 Áfram Diego, áfram!
08.24 Svampur Sveinsson
08.49 Tom and Jerry
09.00 Brunabílarnir
09.22 Lukku láki
09.47 Elías
10.00 Kalli á þakinu
10.25 Latibær
10.47 Stóri og Litli
11.00 Dóra könnuður
11.24 Mörgæsirnar frá Madagaskar
11.45 Doddi litli og Eyrnastór
11.55 Hókus Pókus
12.00 Áfram Diego, áfram!
12.24 Svampur Sveinsson
12.45 Tom and Jerry
13.00 Brunabílarnir
13.22 Lukku láki
13.47 Elías
14.00 Kalli á þakinu
14.25 Latibær
14.49 Stóri og LitliSkemmtilegir þættir um tvo uppátækjasama félaga sem lenda í alls kyns ævintýrum.
15.00 Dóra könnuður
15.24 Mörgæsirnar frá Madagaskar
15.45 Doddi litli og Eyrnastór
15.55 Hókus Pókus
16.00 Áfram Diego, áfram!
16.24 Svampur Sveinsson
16.45 Tom and Jerry (chuck jones)
16.55 UKI
17.00 Brunabílarnir
17.22 Lukku láki
17.47 Elías
18.00 Kalli á þakinu
18.25 Latibær
18.49 Stóri og Litli
19.00 Pláneta 51

GULLSTÖÐIN

17:20 Strákarnir
17:50 Friends
18:15 The New Girl
18:35 Selfie
19:00 Modern Family
19:25 Veggfóður
20:15 Tossarnir
21:00 Grey's Anatomy
21:45 Fringe
22:25 Cold Case
23:10 Chuck
23:55 Veggfóður
00:40 Tossarnir
01:25 Fringe
02:10 Tónlistarmyndbönd frá Bravó

BÍÓSTÖÐIN

10:50 Edward Scissorhands
12:35 Mary and Martha
14:10 The Mask of Zorro
16:25 Edward Scissorhands
18:10 Mary and Martha
19:45 The Mask of Zorro
22:00 White House Down Spennumynd frá 2013 með Channing Tatum, Jamie Foxx og Maggie Gyllenhaal í aðalhlutverkum. John Cale lögreglumaður ákveður einn daginn að fara í kynnisferð um Hvíta húsið ásamt ungri dóttur sinni. Allt fer síðan á annan endann þegar þrautþjálfaður herflokkur ræðst inn í húsið og hernemur það. John þarf nú ekki einungis að gæta að eigin lífi og dóttur sinnar, heldur þarf hann að vernda forseta Bandaríkjanna líka. Leikstjóri er Roland Emmerich.
00:10 Love Ranch .
02:10 The Grey
04:05 White House Down

RÚV

16.00 Séra Brown
16.45 Táknmálsfréttir
16.55 Friðþjófur forvitni
17.20 Millý spyr
17.27 Sanjay og Craig
17.50 Öldin hennar
18.00 Fréttir
18.15 Íþróttir
18.20 Veður
18.30 Ísland - Hvíta-Rússland Bein útsending frá leik Íslands og Hvíta-Rússlands í forkeppni Evrópumóts kvenna í fótbolta 2017.
20.45 Hetjurnar
21.15 Hefnd
22.00 Tíufréttir
22.20 Veðurfréttir
22.25 Kóðinn Pólitísk, áströlsk spennuþáttaröð. Tvær unglingsstúlkur slasast alvarlega í bílslysi í miðri eyðimörk Ástralíu. Sú staðreynd að enginn hringir á aðstoð stúlkunum til bjargar vekur forvitni ungs blaðamanns. Hann fær bróður sinn í lið með sér til að komast að hinu sanna en setur þá báða í stórhættu í leiðinni. Aðalhlutverk: Dan Spielman, Ashley Zukerman og Adele Perovic. Leikstjóri: Shawn Seet. Atriði í þáttunum eru ekki við hæfi barna.
23.20 Vitning
00.20 Fréttir
00.35 Dagskrárlok

SKJÁREINN

06.00 Pepsi MAX tónlist
08.00 Everybody Loves Raymond
08.22 Dr. Phil
09.04 The Biggest Loser
09.46 The Biggest Loser
10.31 Pepsi MAX tónlist
13.00 Bundesliga Weekly
13.30 Cheers
13.55 Dr. Phil
14.35 The Office
15.00 Top Chef
15.45 The Good Wife
16.25 Eureka
17.05 America's Next Top Model
17.50 Dr. Phil
18.30 The Tonight Show
19.10 The Late Late Show
19.50 Black-ish Nýrík fjölskylda tekst á við þær breytingar að efnast hratt og koma sér sífellt í aðstæður sem hún á erfitt með að vinna úr.
20.15 Reign
21.00 Ray Donovan
21.45 Ray Donovan
22.30 The Tonight Show
23.10 The Late Late Show
23.50 American Odyssey
00.35 Girlfriends' Guide to Divorce
01.20 Satisfaction
02.05 Ray Donovan
02.50 Ray Donovan
03.35 The Tonight Show
04.15 The Late Late Show
04.55 Pepsi MAX tónlist

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

Komdu og veldu þér sæti

Regina
3ja sæta sófi og stóll

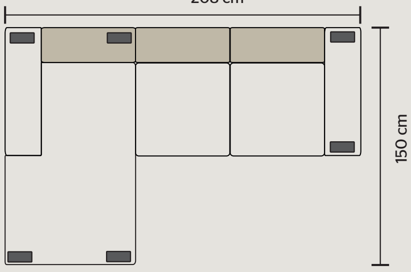
Fallegur og vandaður sófi og stóll í klassískum stíl. Dökk- og ljósgrátt áklæði og viðarfætur. Stærð sófa: 200 x 80 H: 82 cm.

Ótrúlegt Dormaverð
Sófi aðeins **69.900 kr.**

Ótrúlegt Dormaverð.
Stóll aðeins **39.900 kr.**

MEIRA Á **dorma.is**

Jackpot
tungusófi



Slitsterkt áklæði, grátt eða antrasite. Hægri og vinstri tunga.

Fullt verð: 119.900

Aðeins **89.900 kr.**

KLASSÍSK **hönnun**

Boogie
3ja sæta sófi

Slitsterkt áklæði í mörgum litum.
Hægri og vinstri tunga. Stærð: 186 x 77 cm, H: 85 cm.

Fullt verð: 99.900 kr.

Aðeins **79.900 kr.**

ÁTTU VON Á **gestum?**

Ruben
svefnsófi með tungu

Grátt slitsterkt áklæði. Hægri og vinstri tunga. Rúmfatageymsla í tungu. Stærð: 240/160 x 90 cm H: 85 cm. Svefnsvæði: 140x195 cm.

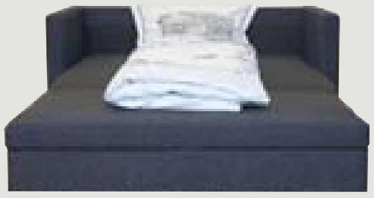
Fullt verð: 139.900 kr.

Aðeins **99.900 kr.**

MONTARIO
svefnsófi

Rúmfatageymsla og vandað, slitsterkt áklæði. Stærð sófa: 158x90 cm.

Fullt verð: 99.900 kr.



Svefnsvæði: 140x200 cm.

Aðeins **79.900 kr.**

Afgreiðslutími
Mánudaga til föstudaga frá kl. 10-18
Laugardaga frá kl. 11-16
www.dorma.is

Holtagörðum
512 6800
Dalsbraut 1, Akureyri
558 1100

DORMA
Láttu drauminn rætast

Game of Thrones setti nýtt met

Emmy-verðlaunahátíðin fór fram með pompi og prakt í 67. sinn í Los Angeles á sunnudagskvöld. Kynnir hátíðarinnar var Andy Samberg og vann þáttaserían Game of Thrones til 12 verðlauna um kvöldið.

Peter Dinklage hlaut verðlaun sem besti leikari í aukahlutverki í dramaþáttaröð en hann fer með hlutverk Tyrions Lannister í Game of Thrones. Hann var augljóslega mjög ánægður.

Andy Samberg var kynnir hátíðarinnar og var hann í fyrsta sinn í því hlutverki. Gerður var góður rómur að frammistöðu hans og þótti hann þrælfyndinn.

Game of Thrones fékk tólf verðlaun þetta kvöldið og sló þar með met West Wing frá árinu 2000 sem vann þá til níu verðlauna. NordicPhotos/Getty

Uzo Aduba hlaut í annað sinn verðlaun sem besta leikkona í aukahlutverki fyrir hlutverk sitt sem Suzanne „Crazy Eyes“ Warren í Orange Is the New Black og hefur ræðan sem hún flutti vakið mikla athygli.

Jon Hamm velti sér upp á sviðið þegar hann hlaut verðlaun sem besti leikari í aðalhlutverki í dramaþáttaseríu fyrir hlutverk sitt í Mad Men.

Helstu sigurvegarar kvöldsins

Besta dramaþáttaröð
Game of Thrones
Besta gamanþáttaröð
Veep
Besta leikkona í aukahlutverki í dramaþáttaröð
Uzo Aduba (Orange Is the New Black)
Besti leikari í aðalhlutverki í dramaþáttaröð
Jon Hamm (Mad Men)
Besta leikkona í aðalhlutverki í dramaþáttaröð
Viola Davis (How to Get Away With Murder)
Besti leikari í aukahluverki í dramaþáttaröð
Peter Dinklage (Game of Thrones)
Besta leikkona í aðalhlutverki í gamanþáttaröð
Julia Louis-Dreyfus (Veep)
Besta stutta þáttaserían
Olive Kitteridge
Besta leikkona í aukahlutverki í gamanþáttaröð
Allison Janney (Mom)
Besti raunveruleikaþátturinn
The Voice
Besta leikkona í aðalhlutverki í stuttri þáttaröð
Frances McDormand (Olive Kitteridge)
Besti leikari í aðalhlutverki í stuttri þáttaröð
Richard Jenkins (Olive Kitteridge)
Besti leikari í aðalhlutverki í gamanþáttaröð
Jeffrey Tambor (Transparent)
Besti leikari í aukahlutverki í gamanþáttaröð
Tony Hale (Veep)
Besta leikkona í aukahlutverki í stuttri þáttaröð
Regina King (American Crime)
Bestu handritaskrif fyrir dramaþáttaröð
D. B. Weiss og David Benioff (Game of Thrones)
Besti leikari í aukahlutverki í stuttri þáttaröð
Bill Murray (Olive Kitteridge)
Besti leikstjóri dramaþáttaraðar
David Nutter (Game of Thrones)
Bestu handritaskrif að gamanþáttaröð
Armando Iannucci, Simon Blackwell og Tony Roche (Veep)
Besti leikstjóri að gamanþáttaröð
Jill Soloway (Transparent)
Bestu handritaskrif fyrir stutta þáttaröð
Jane Anderson (Olive Kitteridge)
Besti leikstjóri að stuttri þáttaröð
Lisa Cholodenko (Olive Kitteridge)
Besti sketsaþáttur
Inside Amy Schumer
Besti spjallþáttur
The Daily Show
Besti kynnir í raunveruleikaþætti
Jane Lynch (Hollywood Game Night)
Besti fræðsluþáttur
Anthony Boudain Parts Unknown
Besti heimildarmyndaþáttur
The Jinx: The Life And Deaths of Robert Durst

Lady Gaga vakti athygli líkt og endranær á hátíðinni en hún klæddist þessum hvíta kjól í FOX-eftirpartiinu. Söngkonan afhenti Richard Jenkins verðlaun fyrir að vera besti leikarinn í stuttri þáttaröð.

Marilyn Manson lét sig ekki vanta í parti á Plaza eftir hátíðina.

Viola Davis hlaut verðlaun sem besta leikkona í aðalhlutverki í dramaþáttaröð fyrir hlutverk sitt sem Annalise Keating í How to Get Away with Murder. Davis braut blað í sögunni og varð fyrsta þeldökka konan til þess að hljóta verðlaun fyrir aðalhlutverk í dramaþáttaröð.

Í REYKJAVÍK VEGNA FJÖLDA ÁSKORANNA!
MIÐASALA HEFST Á FIMMTUDAG KL. 10 Á TIX!
SÉRSTAKIR GESTIR
GUNNAR ÞÓRÐARSON
ÞÓRIR BALDURSSON
BARNABÖRN RÚNARS
HÁSKÓLABÍÓ
31. OKTÓBER
RÚNAR JÚL
70
SVEITAPILTSINS DRAUMUR
EYÞÓR INGI · MAGNI · VALDIMAR · SALKA SÓL
SÖGUMAÐUR BALDUR ÞÓRIR GUÐMUNDSSON TROMMUR JÚLÍUS FREYR GUÐMUNDSSON
BASSI INGI BJÖRN INGASON GÍTARAR TRYGGVI HUBNER · BIRKIR RAFN GÍSLASON · BJÖRGVIN ÍVAR BALDURSSON
BAKRÖDD LILJA BJÖRK RUNÓLFSDÓTTIR MYNDSKREYTINGAR DAVÍÐ ÖRN ÓSKARSSON
ORGEL OG HLJÓMSVEITARSTJÓRN JÓN ÓLAFSSON
MIÐASALA FER FRAM Á TIX.IS OG Í SÍMA 551-3800.
NÁNAR Á SENA.IS/RUNAR
sena

Stjörnusprengja á Íslandi

Justin Bieber og Mads Mikkelsen eiga það sameiginlegt að vera báðir staddir hér á landi og því nýjustu Íslandsvinirnir í sístækkandi safni. Koma poppprinsins hefur vakið mikla athygli, umtalsvert meiri en koma þess danska.

Fréttir um að kanadíski poppprinsinn Justin Bieber sé á landinu hafa farið sem eldur í sinu um samfélagsmiðlana og hafa myndirnar talað sínu máli.

Sást kappinn fyrst í Reykjanesbæ um hádegið í gær, þar sem hann gæddi sér á kalkúnabringubát frá Subway og smellti af sér sjálfu við sjávarsíðuna með vinum.

Þar bað hann aðdáendur jafnframt um að slaka á myndatökunum. Næst fréttist af kappanum á Reykjanesbrautinni með þeim afleiðingum að hann var eltur alla leið á Selfoss, þar sem prinsinn stoppaði á Olís og brá sér þar á salernið, meðan lífverðirnir bægðu myndasjúkum frá.

Smelltu starfsmenn myndum af klósettinu, sem var skilið eftir opið, og settu á netið. Sú frétt var jafnframt einhver sú mest lesna á Vísi í gær.

Bieber gaf að lokinni salernisferð færi á myndatöku, gegn því skilyrði að hætt yrði að elta hann og myndirnar ekki birtar fyrr en eftir tvo daga, þegar hann mun hverfa af landi brott.

Bieber hefur tíst því á Twitter að dagurinn hafi verið yndislegur og birti hann einnig af sér myndband á Youtube-rásinni Justin Bieber Videos 2.0 þar sem hann segist staddur hér á landi með ljósmyndaranum og vini sínum Chris Burkard.

Svo vinsæll er poppsöngvarinn að aðdáendur hans kalla sig gjarnan Beliebers en upphaf þess má rekja til ársins 2010 þegar vinsældir kappans tóku að aukast.

Hver er Justin Bieber?

- Justin Drew Bieber er fæddur þann 1. mars árið 1994.
- Hann fæddist í London en er alinn upp í Kanada.
- Bieber var uppgötvaður af umboðsmanninum Scooter Braun árið 2007 en Braun rakst á myndbönd sem Bieber hafði hlaðið inn á vefsíðuna Youtube af sér að syngja lagið With You eftir Chris Brown.
- Hann gaf út sína fyrstu smáskífu í nóvember árið 2009 og ber hún nafnið My World.
- Hann hefur nú gefið út þrjár stúdíóplötur. My World 2.0, Under the Mistletoe og Believe.
- Mest streymda myndband Biebers á Youtube er við lagið Baby, sem gefið var út árið 2010 en myndbandinu hefur verið streymt 1.214.181.438 sinnum en lagið gerði hann með rapparanum Ludacris.
- Mest streymda lag Biebers á Spotify er lagið What Do You Mean? en alls hefur það verið spilað 99.984.918 sinnum.
- Bieber hefur einnig verið áberandi í fjölmiðlum vestanhafs fyrir að koma sér í vandræði og í kast við lögin og einnig var talsvert mikið fjallað um haltu-mér-slepptu-mér samband hans við söngkonuna Selenu Gomez á slúðurmiðlunum.

Mads Mikkelsen líka á landinu

Justin Bieber er ekki eina stjarnan sem stödd er á landinu um þessar mundir því danski leikarinn Mads Mikkelsen er einnig á Íslandi.

Mikkelsen mun vera hér við tökur á nýjustu Star Wars-myndinni, Rouge One. Tökur hafa staðið yfir við Hjörleifshöfða og Hafursey á Mýrdalssandi.

Ekki hefur verið staðfest hvaða hlutverk Mikkelsen fer með í stjörnustríðsmyndinni en margir veðjuðu á að hann færi með hlutverk vonda karlsins. Leikarinn blés þó á þær sögur í viðtali við danska blaðið Ekstra Bladet þar sem hann sagði hlutverkið veigamikið og að karakter hans væri ekki beinlínis vondi kallinn.

Í sama viðtali sagði hann einnig frá því að tökur myndu fara fram á Íslandi og Englandi og myndu standa yfir í um þrjá mánuði.

Leikarinn er sjálfsagt einna þekktastur fyrir hlutverk sitt sem Le Chiffre í James Bond-myndinni Casino Royale en hann hefur einnig leikið Dr. Hannibal Lecter í þáttaseríunum Hannibal og einnig fór hann með hlutverk í tónlistarmyndbandi poppsöngkonunnar Rihanna við lagið Bitch Better Have My Money, sem fékk talsverða athygli.

Talið er að Mads hafi komið fyrir nokkrum dögum og sást hann til dæmis hafa það ansi náðugt á veitingastaðnum Snaps við Þórsgötu í miðborginni í gær.

Verður að segjast að töluvert minni æsingur er í kringum heimsókn þess danska en bandarísku poppstjörnunnar.

SÍMAR AUGLÝSINGADEILDIR – AUGLÝSINGASTJÓRI: Svanur Valgeirsson *svanur@365.is* **ALMENNAR AUGLÝSINGAR: SÍMI 512-5401:** Gústaf Bjarnason *gustaf@365.is*, Hjalti Egilsson *hjalti@365.is*, Hjördís Zoëga *hjordis@365.is*, Sigfús Örn Einarsson *sigfus@365.is*, Svanhildur Ólöf Þórsteinsdóttir *svansi@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*, Gunnhildur Geira Dan Þorláksdóttir *geira@365.is*, Jón Ívar Vilhelmsson *jonivar@365.is*, Jónatan Atli Sveinsson *jonatan@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*

EKKI MISSA AF ÞESSUM!

FLUGIÐ HEFST Á NÝ OG SÝNINGAR
HAUSTSINS ÓÐUM AÐ FYLLAST

Tryggðu þér miða strax

DÚKKUHEIMILI

Mið 23/9 kl. 20 UPPSELT
Lau 26/9 kl. 20 UPPSELT
Fim 1/10 kl. 20 UPPSELT
Fös 2/10 kl. 20 UPPSELT
Sun 4/10 kl. 20 ÖRFÁ SÆTI

Takmarkaður sýningafjöldi!

BILLY ELLIOT

Fim 24/9 kl.19 ÖRFÁ SÆTI
Fös 25/9 kl.19 ÖRFÁ SÆTI
Sun 27/9 kl.19
Lau 3/10 kl.19 Aukas.
Sun 4/10 kl.19
Fös 9/10 kl. 19
Lau 10/10 kl. 19

Ósóttar pantarnir seldar daglega

LÍNA LANGSOKKUR

Sun 27/9 kl. 13 ÖRFÁ SÆTI
Sun 4/10 kl. 13 ÖRFÁ SÆTI
Lau 10/10 kl.13
Sun 18/10 kl. 13
Sun 25/10 kl. 13
Sun 1/11 kl. 13

Sterkasta stelpa í heimi heldur áfram

MIÐASALA | 568 8000 | borgarleikhus.is

FRÉTTABLAÐIÐ

Við segjum fréttir Smáauglýsingasíminn og skiptiborð **512 5000** **Vísir**

Ritstjórn 512 5200 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 800 1177

Bakþankar

Erlu Bjargar Gunnarsdóttur

Mamma manneskjumenni

Í fjörutíu ár hefur mamma mín farið í vinnuna á kvöldin og á nóttinni. Um helgar og á páskunum. Á afmælinu mínu og þegar það er opið hús í skólanum. Við höfum haldið jól á öllum tímum og stundum fengið okkur snarl á miðnætti. Þegar mamma kemur heim úr vinnunni.

Í vinnunni hjálpar hún alls konar fólki. Sem er veikt og hrætt. Ráðherrum og kennurum. Ógæfufólki og óperusöngvurum. Hún hjálpar þeim í föt og á klósettið. Að borða og þvo sér. Hlustar á áhyggjur þeirra. Klappar á öxlina og gerir grín til að létta lundina. Hún hughreystir áhyggjufulla aðstandendur. Segist ætla að hugsa vel um fólkið þeirra. Og hún breiðir yfir þá sem tapa baráttunni.

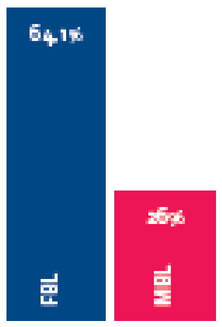
Sjúkraliðar eru með þeim lægst settu í heilbrigðiskerfinu þegar kemur að launakjörum. Og virðingu. Spyrjið síðan þá sem hafa legið lengi á spítala. Hvaða starfsmenn snertu hjarta þeirra? Lét þeim líða eins og manneskjum þegar það var erfitt að muna það sjálfur?

Vissuð þið að sjúkraliðastarfið er það starf sem þykir einna ólíklegast til að verða sjálfvirkt og unnið af vélmennum í framtíðinni? Það er af því að tölvur geta ekki sýnt hluttekningu. Eru ekki mannlegar. Með aukinni tölvuvæðingu getur verið að sjúkraliðastarfið verði æðislega smart og eftirsótt. Og þá mun koma í ljós að þetta starf er svo sannarlega ekki á allra færi.

En sú viðurkenning er fjarri lagi í dag. Þess vegna þurfa sjúkraliðar enn einu sinni að beita hörðu og stefna á verkfall í október. Og ég sem hef bölvað spítalanum fyrir að láta mömmu vinna of mikið á yfirfullum deildum, verið abbó út í sjúklinga þegar mig langar að hafa hana hjá mér og hringt milljón sinnum á deildina til að heyra aðeins í henni röddina – styð þessa manneskjustétt af öllu hjarta.

Því þegar ég verð lasin á spítala vil ég hafa mömmu mína hjá mér.

Opið allan sólarhringinn
í Engihjalla, Vesturbergi og Arnarbakka
OPIÐ 24 TÍMA
Iceland



YFIRBURÐIR
Fréttablaðsins staðfestir

Setjum heilsuna í fyrsta sæti
Gerðu gæða- og verðsamanburð

IQ-CARE
Ein besta heilsudýna í heimi
Svæðisskipt þrýstijöfnunardýna sem veitir fullkominn stuðning. Einnig úrval af heilsukoddum

REVERIE 3E Essential með Memory heilsudýnu 2x90x200 cm
Verð aðeins kr. 349.900.-

REVERIE 7S Supremem með Memory heilsudýnu 2x90x200 cm
Verð aðeins kr. 449.900.-

Kíktu á www.reverie.com

Reverie®
Vönduð stillanleg heilsurúm með okkar bestu heilsudýnum

- Tvíhert stálgrind
- Einföld og þægileg fjarstýring
- Hljóðlátir og kraftmiklir mótorar
- Lyftigeta 2x611 kg. hvor botn
- Hliðar- og endastopparar svo dýnur færist ekki í sundur.

Frábær hönnun

- Hægt er að fá aukabúnað til að nota iPad, iPhone, iPod Touch eða Android snjalltæki sem fjarstýringu.
- Glæsileg fjarstýring með standi.
- Tvær innstungur á baki til að hlaða farsíma, fartölvu o.fl.
- Einnig hægt að tengja borðlampa o.fl.

Vinsælu rafstillanlegu hvíldarstólarnir og sófarnir komnir aftur.
Leður á slitflötum. Einstaklega þægilegir. Nokkrir litir.

Rafdrifinn hvíldarsófi
aðeins kr. 219.900.-
Rafdrifinn hvíldarstóll
aðeins kr. 119.900.-

Lyftustólinn vinsæli komin aftur
Verð aðeins **kr. 109.900.-**

Stillanlegir hvíldarstólar
Verð frá kr. 89.900.-

Verona
Lúxus rafstillanlegur tungusófi með þykku vönduðu leðri. Hægri eða vinstri tunga.
Verð kr. 499.000.-
Kynningarverð aðeins kr. 399.200.-

*3.5% lántökugjald

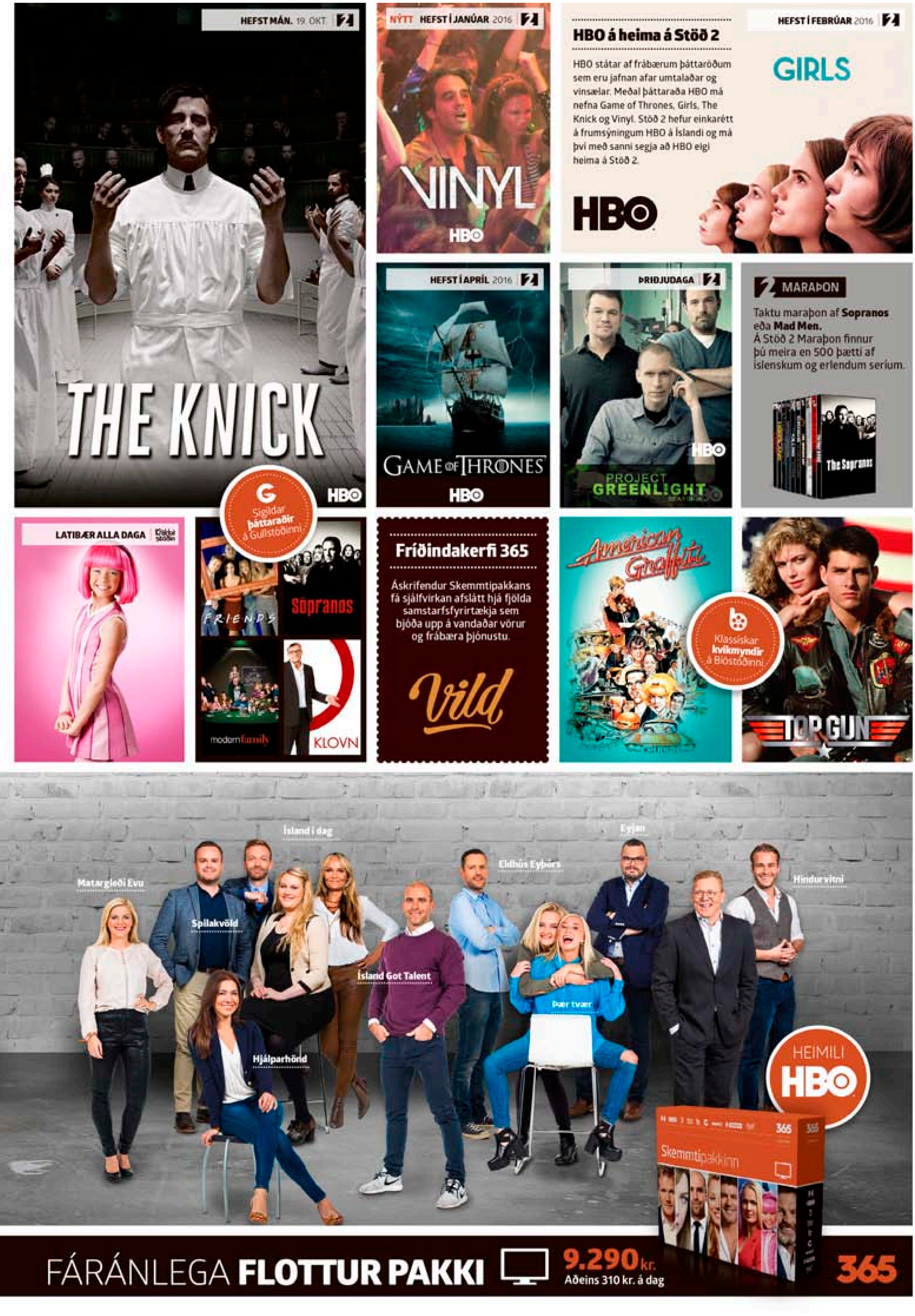
12 mán. vaxtalausar greiðslur*

Svefn & heilsa
Fimm stjörnu verslun

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

www.svefn.is

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


HEFST MÁN. 19. OKT.
THE KNICK
HBO
Sígildar þáttaraðir á Gullstöðinni
NÝTT HEFST Í JANÚAR 2016
VINYL
HBO
HBO á heima á Stöð 2
HBO státar af frábærum þáttaröðum sem eru jafnan afar umtalaðar og vinsælar. Meðal þáttaraða HBO má nefna Game of Thrones, Girls, The Knick og Vinyl. Stöð 2 hefur einkarétt á frumsýningum HBO á Íslandi og má því með sanni segja að HBO eigi heima á Stöð 2.
HBO
HEFST Í FEBRÚAR 2016
GIRLS
HEFST Í APRÍL 2016
GAME OF THRONES
HBO
ÞRIÐJUDAGA
PROJECT GREENLIGHT
HBO
MARAÞON
Taktu maraþon af Sopranos eða Mad Men.
Á Stöð 2 Maraþon finnur þú meira en 500 þætti af íslenskum og erlendum seríum.
The Sopranos
LATIBÆR ALLA DAGA
FRIENDS
Sopranos
modern family
KLOVN
Fríðindakerfi 365
Áskrifendur Skemmtipakkans fá sjálfvirkan afslátt hjá fjölda samstarfsfyrirtækja sem bjóða upp á vandaðar vörur og frábæra þjónustu.
Vild
American Graffiti
Klassískar kvikmyndir á Bíóstöðinni
TOP GUN
Ísland í dag
Eyjan
Eldhús Eyþórs
Matargleði Evu
Hindurvitni
Spilakvöld
Ísland Got Talent
Þær tvær
Hjálparhönd
HEIMILI HBO
Skemmtipakkinn
365
FÁRÁNLEGA FLOTTUR PAKKI
9.290 kr.
Aðeins 310 kr. á dag
365

Fáránlega gott verð

ENDALAUST TAL OG 1 GB Á 1.990 KR.

Með völdum tilboðspökkum 365 færðu endalaust tal og 1 GB á 1.990 kr. á mánuði.

Fáðu þér áskrift í síma 1817 eða á 365.is

365.is | Sími 1817

365