FRÉTTABLAÐIÐ

235. TÖLUBLAÐ 15. ÁRGANGUR — MEST LESNA DAGBLAÐ Á ÍSLANDI* — FIMMTUDAGUR 8. OKTÓBER 2015

Menntskælingar í skyrglímu Menntaskólinn við Hamrahlíð sigraði Kvennaskólann í Reykjavík í skyrglímu á Klambratúni í gær. Glíman var partur af hinum árlega MH-Kvennódegi. Nemendur voru í miklu keppnisskapi en meðal annars var keppt í kappáti, reiptogi og skyrglímu. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

Fréttablaðið í dag

SPORT Einn nýliði í hópnum. 32-34

MENNING Alma Ómarsdóttir leikstýrði heimildarmyndinni Stúlkurnar á Kleppjárnsreykjum – Lauslæti og landráð. 42-48

LÍFIÐ Myllumerkið #égerekkitabú fór á flug á Twitter. 54-58

PLÚS 2 SÉRBLÖÐ ● **FÓLK** ● **LÍFIÐ**

*Samkvæmt prentmiðlakönnun Gallup apríl-júní 2015

Svipaðir samningar og í vor

KJARAMÁL Starfsgreinasambandið (SGS) og Flóabandalagið undirrituðu í gær samning við samninganefnd ríkisins.

Björn Snæbjörnsson, formaður SGS, segir samninginn í anda þeirra sem voru gerðir á almennum markaði í vor. Hann segir nýgerða samninga snerta rúmlega tvö þúsund starfsmenn.

Björn Snæbjörnsson formaður SGS

„Krónutöluhækkanir skila meiru fyrir þennan hóp en annað,“ segir Björn. Öll laun þessa hóps hækka um 25.000 krónur frá 1. maí. Þann 1. júní árið 2016 hækka laun um 5,5 prósent, að lágmarki 15.000 krónur, auk breytinga á launatöflu.

Ári síðar, eða þann 1. júní 2017, hækka laun um 4,5 prósent og 1. júní 2018 hækka laun um 3 prósent. Samningurinn gildir til 31. mars árið 2019 og kemur þá til sérstök eingreiðsla 1. febrúar 2019 upp á 45.000 krónur fyrir starfsfólk í fullu starfi og hlutfallslega fyrir starfsfólk í hlutastarfi.

Lágmarkslaun munu verða 300.000 krónur frá 1. júní 2018 fyrir starfsmenn 18 ára og eldri sem starfað hafa fjóra mánuði samfellt hjá sömu stofnun. **– kbg**

Ný humarmið fundin djúpt suður af landinu

Skipstjórar á humarbátum frá Þorlákshöfn hafa fundið ný gjöful humarmið við landið. Kærkomið þar sem humarveiði hefur verið dræm og kvóti hefur dregist saman undanfarin ár. Ferðaþjónustan hefur gjörbylt markaði með humar.

SJÁVARÚTVEGUR Íslenski humarflotinn hefur fundið ný humarmið – veiði hefur verið góð af stórum og fallegum humri í haust. Öflugur vöxtur ferðaþjónustunnar hefur gjörbreytt markaði með humar.

„Það var seinni partinn í ágúst sem skipstjórar humarbáta frá Þorlákshöfn reyndu fyrir sér á þessu svæði. Þetta eru mjög velkomnar fréttir þar sem humarveiðin hefur verið dræm í sumar. Þetta er stór og fallegur humar og jöfn og góð veiði,“ segir Guðmundur H. Gunnarsson, framleiðslustjóri sjávarútvegsfyrirtækisins Skinneyjar – Þinganess í Hornafirði.

Um langt árabil hefur humarveiði íslenskra báta komið að stærstum hluta af sex grunnveiðisvæðum. Nýju miðin munu vera utar og dýpra suðvestur af landinu en hefðbundin humarmið. Þetta og fleira verður kynnt á Sjávarútvegsdeginum í Hörpu í dag.

Á sama tíma og nýfundin humarmið styðja við veiðar og vinnslu hefur Skinney – Þinganes unnið að þróun nýrrar aðferðar við að vinna humarkjöt úr kló krabbans – hráefni sem hefur hingað til verið að stórum hluta urðað eða brætt.

Guðmundur H. Gunnarsson

Guðmundur segir fyrirtækið þegar hafa fundið aðferð til að ná kjötinu úr klónni með ásættanlegri nýtingu, og undirbýr að setja upp litla vinnslu á athafnasvæði sínu í Hornafirði.

Guðmundur segir að nú sé hins vegar eftir að taka skrefið frá frumframleiðslu til fullunninnar vöru – svo nú er horft til gæða- og markaðsmála. Vonir standa til að hægt sé að bjóða matgæðingum þessa nýju vöru strax á næsta ári við upphaf næstu humarvertíðar.

Samstarf við Matís hófst árið 2012 við að vinna úr gömlum pælingum sem settar voru fram í skýrslum frá Rannsóknastofnun fiskiðnaðarins.

„Við veltum því upp hvort hægt væri, með aðferðum nútímans, að ná kjötinu nýtanlegu úr klónni,“ segir Guðmundur og bætir við spurður um markaðsmálin að það blasi við að byrjað verði á heimamarkaði.

„Það er gaman að segja frá því að markaðurinn fyrir humar hefur vaxið verulega á síðustu árum, og nú er eftirspurnin meiri en framboðið. Þetta er einn anginn af byltingu í ferðaþjónustu og íslenskir veitingastaðir eru orðnir mjög stórir viðskiptavinir.

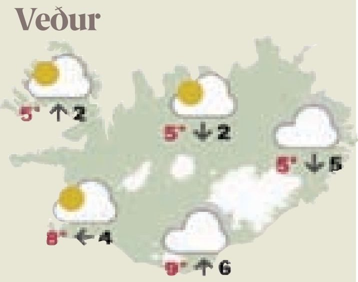
Lengi vel keppti innanlandsmarkaður ekki við útflutning á humri og menn voru ekki tilbúnir að borga það verð fyrir heilan humar, og humarhala, sem bauðst erlendis. Þetta hefur breyst. Ég vona því að við séum að bjóða nýja og áhugaverða afurð sem er ódýrari en humarhalinn,“ segir Guðmundur H. Gunnarsson.

svavar@frettabladid.is

1.500

tonna humarveiði er ráðgjöf Hafrannsóknastofnunar. Það er 700 tonnum minna en veitt var fyrir 6 árum.

Veður



Hæg austlæg átt og áfram væta sunnan og vestan til. Þurrt og bjart með köflum norðaustanlands, en hvessir og þykknar upp þar í kvöld með rigningu. Hiti 3 til 9 stig.

SJÁ SÍÐU 40

Erfiðleikar komu upp við boðun vitna FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Máli Barkar og Annþórs frestað enn um sinn

DÓMSMÁL „Skýringin á frestuninni hljómar ekkert ósennilega í sjálfu sér en í ljósi þess að þeir hafi haft þetta yfir sér í meira en þrjú ár þá kemur þetta sér mjög illa,“ segir Hólmgeir Elías Flosason, verjandi Annþórs Kristjáns Karlssonar í sakamáli gegn honum og Berki Birgissyni vegna andláts samfanga þeirra á Litla-Hrauni í maí 2012.

Aðalmeðferð málsins átti að fara fram dagana 15. og 16. október næstkomandi en hefur verið frestað um óákveðinn tíma.

Skýringin er sú að erfiðleikar hafi komið upp við boðun vitna og þá sérstaklega við boðun erlendra sérfræðinga sem fengnir voru til að meta skýrslur íslenskra sérfræðinga um andlát fangans.

Allar skýrslur erlendu sérfræðinganna eru á öndverðum meiði við fyrri skýrslur og renna ekki stoðum undir málatilbúnað ákæruvaldsins.

„Þetta hefur haft mjög slæm áhrif á skjólstæðing minn, ekki síst á núverandi afplánun hans. Til dæmis eru hann og Börkur búnir að missa af því að komast í opið úrræði vegna málsins,“ segir Hólmgeir Elías. – ngy

Úr lofti í jörð

Fyrir og eftir Myndin til vinstri var tekin í fyrradag og sú til hægri í gær eftir að starfsmenn Landsnets hófu að taka niður gömlu loftlínuna milli Hellu og Hvolsvallar. Framkvæmdir á vegum Landsnets eru nú í fullum gangi og er áætlað að fyrsta áfanga verksins verði lokið fyrir helgi.

Áframhaldandi gæsluvarðhald

LÖGREGLUMÁL Hæstiréttur staðfesti á mánudaginn áframhaldandi gæsluvarðhald yfir tveimur Íslendingum og einum Hollendingi í tengslum við rannsókn lögreglunnar á höfuðborgarsvæðinu á umfangsmiklu fíkniefnamáli.

Fréttablaðið greindi frá því á dögunum að lögreglan hefði lagt hald á tugi kílóa af sterkum fíkniefnum í síðustu viku.

Efnin fundust í bifreið viku eftir að hún kom til landsins með Norrænu, þann 22. september síðastliðinn. Samkvæmt heimildum Fréttablaðsins eru efnin sem um ræðir kókaín og amfetamín.

Nú sitja fjórir í gæsluvarðhaldi til 13. október vegna málsins, tveir Íslendingar og tveir Hollendingar. – ngy

Mannslát á Akranesi rannsakað sem morð

Alvarleg árás í heimahúsi á Vitateig á Akranesi síðastliðinn föstudag leiddi til andláts karlmanns í gær. Málið er nú rannsakað sem morð. Einn er grunaður um verknaðinn og er í gæsluvarðhaldi. Nágrannar lýsa erfiðri samvist við hann.

SAKAMÁL Lögregla var kölluð til föstudaginn 2. október og þrjátíu og sex ára gamall karlmaður á vettvangi var handtekinn grunaður um að hafa þrengt að öndunarvegi sextugs karlmanns þar til hann missti meðvitund.

Maðurinn komst aldrei til meðvitundar og lést á bráðamóttöku Landspítalans í Fossvogi í gær. Ekki er hægt að greina frá nafni hins látna að svo stöddu.

Hinn grunaði situr í gæsluvarðhaldi. Hann var úrskurðaður í gæsluvarðhald í Héraðsdómi Vesturlands til 14. október. Lögreglan á Vesturlandi rannsakar málið með stuðningi tæknideildar lögreglunnar á höfuðborgarsvæðinu. Rannsókn miðar vel samkvæmt fréttatilkynningu frá lögreglunni á Vesturlandi sem var send fjölmiðlum í gær.

Nágrannar hins grunaða, sem bjó á Vitateig, segja hann hafa valdið miklu ónæði og að greinilegt hafi verið að eitthvað væri í uppsiglingu daginn fyrir ódæðið. Þá hafi hafist veisluhöld í húsinu. Maðurinn átti það til að predika guðsorð með eigin hætti þegar sá gállinn var á honum, í óþökk nágranna sinna, og því er hann nefndur „predikarinn“ í götunni.

Brottfluttur nágranni sem bjó í húsinu með honum um tíma segir að sér hafi þótt samvistin við hann erfið. Hann hafi brotið rúðu í húsinu, verið ógnandi í hegðun og sér hafi staðið stuggur af honum. Loks hafi hann flutt til höfuðborgarinnar, feginn því að vera laus úr húsinu.

Alvarleg árás á Akranesi er nú rannsökuð sem morð. Karlmaður á sextugsaldri var fluttur meðvitundarlaus þann 2. október á bráðamóttöku Landspítalans í Fossvogi þar sem hann lést í gær. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

» Við komu lögreglu og sjúkraflutningamanna á Vitateig föstudaginn 2. október var annar maður, á fertugsaldri, á vettvangi. Hann var handtekinn skömmu síðar.

DV greindi frá því í gær að samkvæmt heimildum blaðsins hefði hinn grunaði kyrkt hinn látna með skóreim. Þá hafi hann farið út í garð og tekið gröf fyrir fórnarlamb sitt.

kristjanabjorg@frettabladid.is

PIPAR\TBWA • SÍA

KRINGLAN.IS

FACEBOOK.COM/KRINGLAN.IS

Ekki í tísku að nota smokkinn þótt verð hafi lækkað

HEILBRIGÐISMÁL Þrátt fyrir að undanfarin tvö ár hafi orðið 3 prósenta aukning á smokkasölu hjá heildsölunni Halldóri Jónssyni, sem flytur inn Durex-smokka, segir Ásgeir Sveinsson, framkvæmdastjóri heildsölunnar, Ísland vera langt á eftir nágrannalöndunum.

„Á síðustu tveimur árum hefur orðið veruleg verðlækkun á smokkum. Virðisaukaskatturinn hefur lækkað og við höfum líka lækkað verðið. Við hefðum því viljað sjá aukna sölu. Smokkurinn er ódýrari hér á landi en á Norðurlöndunum, samt er hærra hlutfall þar sem kaupir smokkinn.“

Ásgeir tekur undir áhyggjur yfirlæknis á húð- og kynsjúkdómadeild Landspítalans um að ungt fólk virðist nota smokkinn lítið.

„Við höfum verið að hlera skólahjúkrunarfræðinga og fræðsluhópa sem við erum í samstarfi við. Það virðist ekki vera í tísku að nota smokkinn. Við ætlum að fara í herferð í haust, það veitir víst ekki af.“

> Við ætlum að fara í herferð í haust, það veitir víst ekki af.

Ásgeir Sveinsson, framkvæmdastjóri heildsölunnar Halldórs Jónssonar.

Þórólfur Guðnason sóttvarnalæknir segir ekkert átak fyrirhugað hjá Embætti landlæknis. „Við höfum ekki forsendur til að meta hvort ungt fólk sé hætt að nota smokkinn og það eru engar rannsóknir í farvatninu. Fjármagn og mannafli setur okkur mörk.“

Mörg ár eru síðan embættið hefur staðið fyrir formlegu smokkaátaki. „Það var síðast þegar HIV-faraldurinn reið yfir.“ – ebg

Markmiðið að útrýma lifrarbólgu C

Allir lifrarbólgusjúklingar fá ný lyf sem gefa góðan árangur í flestum tilvikum. Meðferðin sem hefur verið notuð hingað til er ekki jafn árangursrík og með miklar aukaverkanir. Nýja meðferðin varir mun skemur og aukaverkanir eru litlar. Í forgangi að hindra frekari smit.

HEILBRIGÐISMÁL Nýju átaki til að útrýma lifrarbólgu C á Íslandi og stemma stigu við útbreiðslu sjúkdómsins verður hleypt af stokkunum undir lok ársins eða í síðasta lagi í byrjun næsta árs. Átakið er samstarfsverkefni heilbrigðisyfirvalda og lyfjafyrirtækisins Gilead sem leggur til lyfin. Lyfin kosta 7-13 milljónir á hvern sjúkling og fá 95-100 prósent sjúklinga bata. Ríkisstjórnin hefur samþykkt að leggja til 150 milljónir króna á ári í blóðrannsóknir og aðra þjónustu sem tengist meðferðinni.

Sigurður Ólafsson
umsjónarlæknir lifrarlækninga á Landspítala

Öllum sem greinst hafa með veiruna verður boðin fræðsla, meðferð og eftirfylgni og þar með verður lágmörkuð hætta á nýjum tilvikum sjúkdómsins með smiti milli manna. Á Íslandi eru kjöraðstæður til að ráðast í slíkt verkefni þar sem samfélagið er lítið, þekking er fyrir hendi og nauðsynlegir innviðir heilbrigðiskerfisins.

Sigurður Ólafsson, umsjónarlæknir lifrarlækninga á Landspítala, hefur haft forystu um innleiðingu átaksverkefnisins sem hefur verið í undirbúningi síðastliðið ár.

„Hingað til hefur meðferð við lifrarbólgu C tekið frá hálfu ári upp í eitt ár með vikulegum sprautum á lyfinu interferon. Það eru miklar aukaverkanir af meðferðinni, svo sem þreyta, þunglyndi, vöðva- og liðverkir og svefntruflanir, og stundum hefur þurft að stöðva meðferð vegna þeirra. Einnig er árangurinn eingöngu um 75 prósent,“ segir Sigurður.

Nýja lyfjameðferðin tekur eingöngu nokkrar vikur og aukaverkanir eru litlar sem engar. Nú þegar hefur lyfjameðferð hafist meðal sjúklinga sem eru verst settir og settir í forgang. Aðrir sjúklingar sem ekki eru í forgangi en munu nú fá meðferðina einnig finna þó mikið fyrir sjúkdómnum.

„Lifrarbólga C hefur mikil áhrif á daglegt líf og það er klárt að fólk býr við verulega skert lífsgæði.“

erlabjorg@frettabladid.is

Gamla meðferðin gegn lifrarbólgu C felst í vikulegum sprautum í allt að ár. Nýja meðferðin er í töfluformi og tekur fáeinar vikur.

800-1.000
manns eru smituð af lifrarbólgu C á Íslandi

40-70
greinast árlega

7-13
milljónir kostar lyfjameðferð fyrir hvern sjúkling, að meðaltali 10 milljónir

10
milljarðar er virði lyfjanna sem lyfjafyrirtækið Gilead leggur til endurgjaldslaust fyrir alla sjúklingana

Var gjörsamlega brotin

Karlotta Dúfa Markan hefur undanfarið eitt og hálft ár staðið í ströngu. Síðasta árið hefur hún verið að jafna sig á lyfjameðferð við lifrarbólgu C og hálft ár þar á undan var hún í vikulegum sprautum. Hún fagnar nýja lyfinu innilega fyrir aðra sjúklinga.

Karlotta Dúfa Markan

„Þetta eru flottar fréttir. Það þarf ansi sterk bein til að ganga í gegnum hina meðferðina enda veit ég um marga sem hafa gefist upp á meðferðinni. Ég er heppin, á góða að og gat leyft mér að taka alveg eitt og hálft ár í að vera hálf manneskja. Það eru ekki allir í þeirri stöðu.“

Karlotta missti hárið í meðferðinni, var með mikla bein- og höfuðverki og svo tók meðferðin á andlega.

„Maður er svo brotinn. Maður hefur engan styrk eða þrótt og er ólíkur sjálfum sér. Ég er fyrst núna farin að kannast við sjálfa mig. En fyrir mér var það þess virði – meðferðin gekk vel og ég er útskrifuð. En ég er búin að þurfa að hafa gífurlega mikið fyrir þessum bata.“

Mikilvægt að koma í veg fyrir smit

SÁÁ er meðal þeirra sem hafa unnið að undirbúningi átaksins. Þórarinn Tyrfingsson, yfirlæknir á Vogi, segir hlutverk samtakanna vera að finna lifrarbólgusjúklinga og koma þeim til meðferðar.

„Sjötíu prósent þeirra sem sprauta sig í eitt ár eða lengur fá lifrarbólgu. Það hefur ekki verið hægt að ná niður þessu hlutfalli með fræðslu eða útbreiðslu nála. Það er fullreynt. En þessi lyf og nýja meðferðin gefa raunhæfan og góðan möguleika á að koma í veg fyrir ný tilfelli. Þetta eru að mínu mati stærstu fréttir heilbrigðisþjónustunnar í ár.“

Þórarinn Tyrfingsson, yfirlæknir á Vogi

Þórarinn segir þá sem eru í neyslu vera í forgangshópnum. „Hugsunin er að meðhöndla þá fyrst sem eru í mestri hættu á að smita aðra. Því er mikilvægt að finna þetta fólk og koma því í meðferð.“

Árið 2010 komu
190
með lifrarbólgu C í meðferð á Vogi

51 kona

139 karlar

HEKLA · Laugavegi 170-174 · Reykjavík · Sími 590 5000 · hekla.is

Skemmdarverk við bústað Sjálfsbjargar

SAMFÉLAG „Við vitum ekkert hverjir voru á ferli og unnu þessi skemmdarverk,“ segir Ásta Dís Guðjónsdóttir, formaður Sjálfsbjargar á höfuðborgarsvæðinu, um skemmdarverk sem unnin voru á lóð Krika, sumarbústaðar Sjálfsbjargar sem stendur við Elliðavatn, aðfaranótt mánudags.

„Grindverk framan við bústaðinn var brotið og annað grindverk aftan við bústaðinn. Svo voru ummerki um að bíll hefði keyrt upp að húsinu því það voru för í grasinu.“

Sjálfsbjörg rekur félagsstarf fyrir fatlaða í bústaðnum á sumrin og heldur úti starfi um helgar í september. Engin á vegum Sjálfsbjargar var í bústaðnum þessa nótt.

Ásta fékk símtal á mánudagsmorgun frá nágrönnum Krika þar sem henni var tilkynnt að mikið af glerbrotum væri á lóðinni og að skemmdir hefðu verið unnar. „Ég fór þá sjálf upp eftir að kanna málið og þá blöstu skemmdirnar við mér. Svo fann ég slatta af bjórflöskum í grasinu fyrir neðan bústaðinn,“ segir Ásta.

Sjálfsbjörg rekur félagsstarf fyrir fatlaða í bústaðnum á sumrin og heldur úti starfi um helgar í september. Engin á vegum Sjálfsbjargar var í bústaðnum þessa nótt.

Hún hafði samband við lögreglu í kjölfarið sem kom á staðinn og tók skýrslur. „Svo höfðum við samband við tryggingafélagið okkar og þá kom í ljós að þeir tryggja ekki það sem er utanhúss hjá okkur.“

Að sögn Ástu er Kriki eini útivistarstaðurinn á höfuðborgarsvæðinu sem sérstaklega er ætlaður fötluðum og aðstandendum þeirra. „Því þykir mér þetta mjög leiðinlegt.“

Ásta biðlar því til skemmdarvarganna að hafi þeir samvisku og vilji aðstoða við uppbygginguna á ný megi þeir hafa samband við Sjálfsbjörg. – ngy

SIMPLY CLEVER

ŠKODA

Þú kemst lengra en borgar minna

Ef skynsemin réði værum við öll á **ŠKODA Octavia G-TEC**. Í honum samtvinnast fegurð, kraftur og virðing fyrir umhverfinu. **G-TEC** sameinar kosti metans og bensíns; þú nýtir íslenska orku og lækkar eldsneytiskostnað um allt að 35%. Með metantank og 50 lítra bensíntank kemstu 1.330 km án þess að fylla á og svo færðu líka frítt í stæði. Komdu og reynsluaktu **ŠKODA Octavia G-TEC**.

HEKLA · Laugavegi 170-174 · Reykjavík · Sími 590 5000 · hekla.is
Höldur Akureyri · Bílasala Selfoss · Bílás Akranesi · HEKLA Reykjanesbæ · Heklusalurinn Ísafirði

www.skoda.is

Hluti Hólahópsins sem vill taka á móti flóttafólki. Frá vinstri Gylfi Jónsson, Broddi Reyr Hansen, Solveig Lára Guðmundsdóttir, Guðmundur Björn Eyþórsson, Guðrún Helgadóttir og Erla Björk Örnólfsdóttir.

Bjóða flóttafólki til Hóla

FLÓTTAMANNAMÁL „Eitt föstudagssíðdegið sátum við Hólafólk saman og ræddum málefni líðandi stundar. Þá kom upp þessi hugmynd að það væri gaman að bjóðast til að taka á móti flóttafólki hér á Hólum,“ segir Guðmundur Björn Eyþórsson, íbúi á Hólum í Hjaltadal.

Hópur íbúa á Hólum hefur sent sveitarstjóra Skagafjarðar bréf þar sem fagnað er ályktun bæjarráðs frá 3. september síðastliðnum þar sem sveitarstjóra er falið að kanna möguleika á að Skagafjörður taki á móti flóttafólki.

„Hólar hafa margt upp á að bjóða,“ segir Guðmundur. „Þetta er afar friðsælt samfélag og þetta er afar alþjóðlegt samfélag, hér eru margir Íslendingar auðvitað og allt að sextán þjóðerni yfir vetrartímann, nemendur í skólanum.“

Guðmundur segir samfélagið vel í stakk búið til að taka á móti fólki, þar sé nægt húsnæði og samfélagið sé afar fjölskylduvænt.

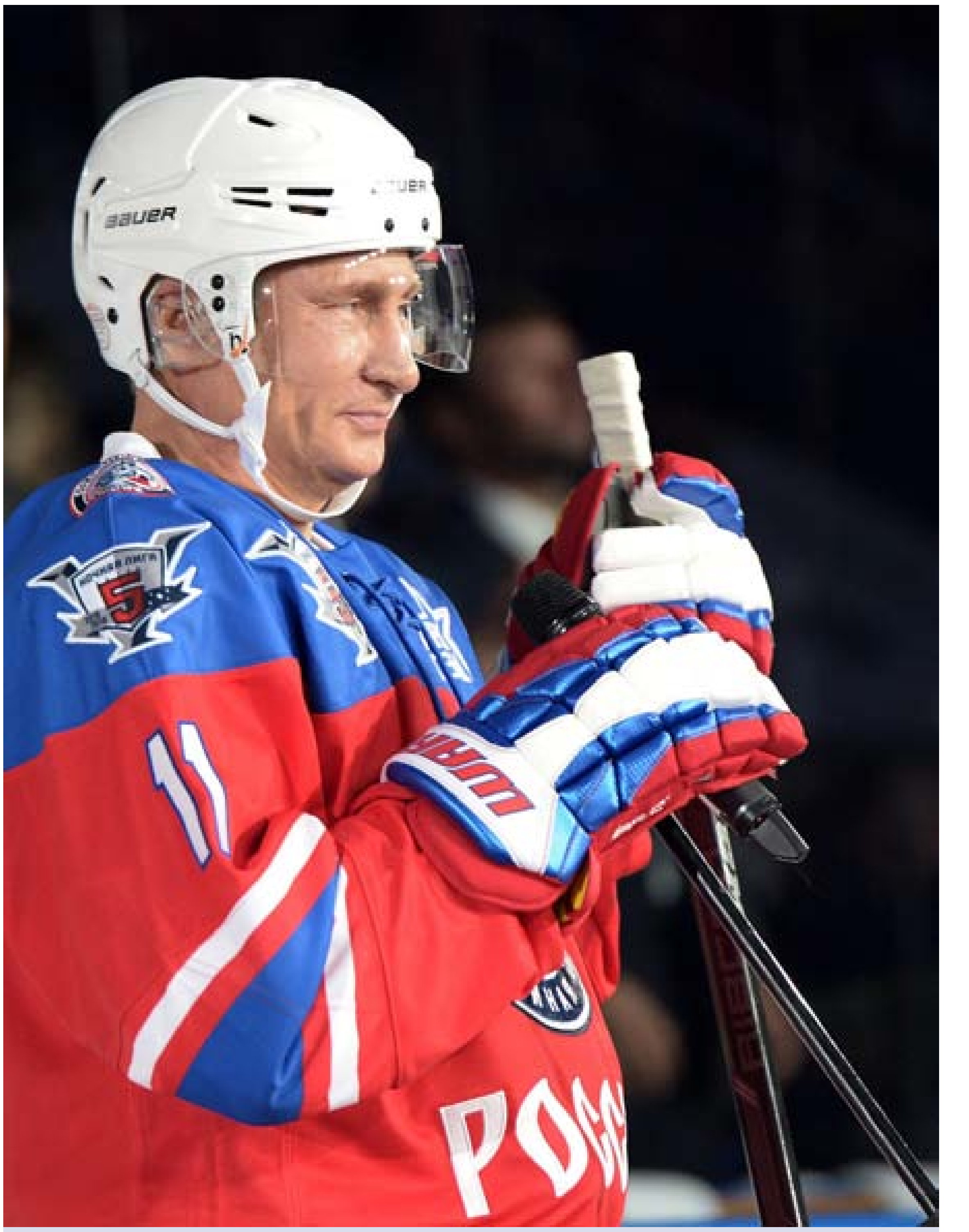
Hópurinn sem undirritar bréfið vekur athygli á að á Hólum sé friðsælt og barnvænt samfélag en hugmyndin hafi verið kynnt fyrir félagasamtökum, leik- og grunnskólum á svæðinu við góðar undirtektir.

> **Þetta yrði eflaust mikil áskorun en að sjálfsögðu áttum við okkur á því að hugur þarf að fylgja máli, það er ekki bara nóg að skrifa bréf.**
>
> Guðmundur Björn Eyþórsson, íbúi á Hólum í Hjaltadal

„Íslendingar hafa lýst því yfir að einstæðar mæður og hinsegin fólk eigi greiðasta leið til landsins og hvetjum við sveitarfélagið Skagafjörð að íhuga að bjóða flóttafólki búsetu á Hólum,“ segir í bréfi hópsins. Byggðaráð Skagafjarðar samþykkti að hafa erindið til hliðsjónar í málefnum flóttamanna.

„Þetta yrði eflaust mikil áskorun en að sjálfsögðu áttum við okkur á því að hugur þarf að fylgja máli, það er ekki bara nóg að skrifa bréf,“ segir Guðmundur og bendir á að þó að atvinnutækifæri séu kannski ekki mörg séu Hólar kjörinn staður til að hjálpa flóttafólki að aðlaga sig íslensku samfélagi og hjálpa því að feta sig áfram eftir aðlögunartímann. – srs

Pútín skoraði sjö



Keppti í íshokkí Vladimír Pútín, forseti Rússlands, varði 63 ára afmælisdeginum í íshokkí. Hann tók þátt í stjörnuleik í borginni Soschi í Rússlandi. Pútín stóð sig með prýði og skoraði sjö mörk. FRÉTTABLAÐIÐ/EPA

Ódýra vínið hækkar en það dýra lækkar í verði

SKATTAMÁL Frumvarp ríkisstjórnarinnar um að færa allt áfengi í lægra virðisaukaskattsþrep mun hækka verð á ódýru áfengi en lækka verð á dýrara áfengi. Í frumvarpinu er lagt til að færa áfengi í eitt þrep en hækka áfengisgjald á móti svo tekjur ríkisins skerðist ekki við breytinguna.

Félag atvinnurekenda segir áfengisgjöld hér á landi með þeim hæstu í heimi og nú eigi að hækka þau gjöld meira með þessum breytingum.

„Innflytjendur og framleiðendur eru ekkert sérstaklega hressir með að þessi aðgerð hækki verðið á vörum þeirra,“ segir Ólafur Þ. Stephensen, framkvæmdastjóri FA.

Félag atvinnurekenda vekur athygli á því í umsögn um bandorminn svokallaða, sem nú liggur fyrir Alþingi, að þessi breyting gæti hækkað verð á ýmsum tegundum af víni. „Þótt breytingin eigi ekki að auka tekjur ríkissjóðs, kemur hún út með mismunandi hætti í ólíkum styrkleika- og verðflokkum áfengis. Þannig munu ódýrari léttvín í kassa hækka og „kassavín“ hækka í verði, en dýrari vín lækka. Sterkt áfengi mun ennfremur í mörgum tilvikum hækka í verði,“ segir í umsögn félags atvinnurekenda.

Verði þessar breytingar samþykktar getur léttvín í kassa hækkað um þrjú hundruð krónur og flaska af vodka gæti hækkað um fimm hundruð krónur. – sa

Breyta þarf verði í Vínbúðum gengi skattbreytingar eftir. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

> **Innflytjendur og framleiðendur eru ekkert sérstaklega hressir með að þessi aðgerð hækki verðið á vörum þeirra.**
>
> Ólafur Þ. Stephensen, framkvæmdastjóri FA

Fáfnir gerir hundraða milljóna samning

Viðbótarsamningur við Sýslumanninn á Svalbarða tryggir Fáfni Offshore mörg hundruð milljónir í tekjur á ári og dýrasta skipi Íslandssögunnar ný verkefni.

VIÐSKIPTI Íslenska félagið Fáfnir Offshore, sem sérhæfir sig í þjónustu við olíuleit, hefur gert viðbótarsamning við Sýslumanninn á Svalbarða upp á 18 milljónir norskra króna, um 274 milljónir íslenskra króna, á ári vegna leigu á skipi félagsins, Polarsyssel.

Frá þessu greinir Svalbardsposten.

Fáfnir hefur til þessa leigt Polarsyssel, sem kostaði um fimm milljarða íslenskra króna og er dýrasta skip Íslandssögunnar, til Sýslumannsins á Svalbarða sex mánuði á ári. Kemur þessi samningur til viðbótar og á að tryggja skipinu verkefni minnst níu mánuði á ári næstu árin.

Með viðbótinni má áætla að tekjur Fáfnis Offshore af leigu Polarsyssel til stjórnvalda á Svalbarða jafngildi um 840 milljónum íslenskra króna.

Samningurinn þykir merkilegur þar sem mörg félög, bæði í Noregi og annars staðar, sem hafa sérhæft sig í þjónustu við olíuleit hafa átt í erfiðleikum að undanförnu.

Fáfnir er með annað skip í smíðum sem á að afhenda á næsta ári. Skipið verður tvinnskip sem meðal annars verður knúið rafmagni. Skipið fékk umhverfisverðlaunin á Offshore Support Journal ráðstefnunni í London fyrr á þessu ári.

Stærstu hluthafar Fáfnis Offshore eru Akur fjárfestingar, sem er í eigu lífeyrissjóða, Íslandsbanka og VÍS, og Horn II, sem lífeyrissjóðir og fjármálafyrirtæki eiga. ingvar@frettabladid.is

Polarsyssel var smíðað í Tyrklandi og verður næstu árin við Svalbarða. MYND/FÁFNIR

> **840**
>
> **milljónir íslenskra króna verða árlegar tekjur Fáfnis Offshore af samningi við Sýslumanninn á Svalbarða.**

HELENA RUBINSTEIN KYNNING

Í HAGKAUP KRINGLUNNI, SMÁRALIND, GARÐABÆ OG HOLTAGÖRÐUM 8. – 14. OKTÓBER.

NÝ PRODIGY SACRED OLÍA 30 ml.

Veist þú að þurrkur á þátt í 2/3 af sjáanlegum öldrunarmerkjum húðarinnar. Þessi þurr-olía smýgur djúpt ofan í húðina og gefur næringu, mýkt og raka. Hún veitir þægindi, vinnur gegn húðskemmdum og minna ber á línum og hrukkum. **Hitaðu 2-3 dropa í lófunum, þrýstu mjúklega á hreint andlit,háls og bringu áður en þú berð á þig kremið þitt.** GÓÐ RÁÐ: Í FLUGI: **Setjið 1 dropa á andlitið í eða eftir flug sem „Rescue Oil“.** MEÐ KREMINU ÞÍNU: **Blandaðu 2 dropum í kremið fyrir auka næringu.** FÖRÐUN: **Blandaðu 1 dropa í farðann fyrir ómótstæðilegan ljóma.** Fáðu prufu – 15 ml Prodigy krem fylgir öllum olíum.

Glæsilegir kaupaukar að hætti HR.

20% AFSLÁTTUR AF PRODIGY KREMUM, ÖLLUM HELENA RUBINSTEIN MÖSKURUM, MAGIC CONCEALER HYLJARA OG ALL MASCARA AUGNFARÐAHREINSI.

TVÆR GÓÐAR SEM ALLAR KONUR VERÐA AÐ EIGA.

ALL MASCARAS mildur augnfarðahreinsir með olíu sem fjarlægir alla augnförðun. Hentar viðkvæmum augum og þeim sem nota linsur. MAGIC CONCEALER hylur vel og hefur þétta en létta áferð. Hentar vel til að hylja bauga, bólur, roða í húð, ör og húðlýti. Lýsir upp bauga og þreytumerki og losar um þrota umhverfis augu. Fínar línur verða síður sjáanlegar.

HAGKAUP
Skemmtilegast að versla

Fundu veikleika í krabbameinsfrumum

SVÍÞJÓÐ Tomas Lindahl frá Svíþjóð, Paul Modrich frá Bandaríkjunum og Aziz Sancar frá Tyrklandi fá Nóbelsverðlaunin í efnafræði í ár fyrir rannsóknir sínar á því hvernig frumur líkamans gera við skemmdir á DNA-kjarnsýrunum, sem hafa að geyma erfðaefni lífverunnar.

Sænska Nóbelsnefndin segir rannsóknir þeirra hafi aukið mjög skilning á því hvernig frumur starfa. Þá hafi þeir bæði útskýrt orsakir margra erfðasjúkdóma og varpað ljósi á þróun krabbameins og öldrunar.

Ein niðurstaða þeirra er sú, að krabbameinsfrumur verða óútreiknanlegar og fjölga sér stjórnlaust vegna þess að viðgerðarkerfi þeirra hefur brugðist. Þar leynist einmitt veikleiki því veiklað viðgerðarkerfi krabbameinsfrumunnar geti leitt til þess að slíkar frumur deyja í stað þess að fjölga sér.

„Vísindamenn eru að reyna að notfæra sér þennan veikleika við þróun á nýjum krabbameinslyfjum,“ segir í tilkynningu Nóbelsnefndarinnar. **– gb**

LÖGFRÆÐIAÐSTOÐ
ORATORS
- félag laganema við Háskóla Ísland

Endurgjaldslaus lögfræðiaðstoð fimmtudaga milli 19:30 – 22:00 í síma 551-1012.

Akureyringar telja menningu mismunað eftir landsvæðum

Tugi milljóna króna vantar í menningarsamninga á Akureyri, að mati bæjarstjórnar. Menningarsamningar hafa ekki fylgt verðlagi frá árinu 2011. „Óásættanlegt og ekki verður unað við þetta lengur.“

MENNING Bæjarstjórn Akureyrar telur menningu og listum mismunað eftir svæðum og telur framlög til menningar á Akureyri óásættanleg og að ekki verði unað við það lengur. Framlög til stofnana ríkisins á höfuðborgarsvæðinu hafa hækkað um hundruð milljóna króna á sama tíma og framlög ríkis til sambærilegra stofnana á Akureyri hafa staðið í stað.

Menningarsamningur við ríkið var ræddur á bæjarstjórnarfundi á Akureyri síðastliðinn þriðjudag og samþykkti bæjarstjórnin samhljóma harðorða bókun um fjárlagafrumvarpið 2016. Í minnisblaði sem lagt var fyrir bæjarstjórn kemur fram að frá árinu 2010 vanti um 65 milljónir króna til menningar og lista á Akureyri, ef úthlutun ríkisins hefði fylgt verðlagsþróun.

„Til að bíta höfuðið af skömminni er nú í fjárlagafrumvarpi fyrir árið 2016 að finna þá köldu kveðju að framlag ráðuneytisins til samstarfssamningsins verði óbreytt áfram eða 138 milljónir króna,“ segir í minnisblaði sem unnið var af Þórgný Dýrfjörð, framkvæmdastjóra Akureyrarstofu.

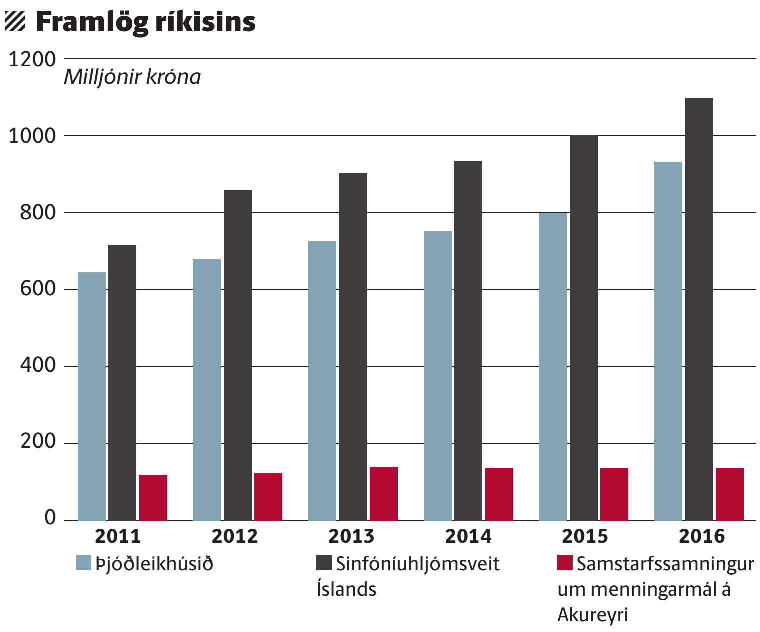
Brynhildur Pétursdóttir, þingmaður Bjartrar framtíðar, telur þessa misskiptingu óásættanlega.

„Það dylst engum að þessi skipting er óásættanleg og við þurfum að breyta þessu. Samningar um menningu og listir á Akureyri hafa ekki einu sinni fylgt verðlagsbreytingum frá árinu 2011. Ég hef óskað eftir sérstakri umræðu við menntamálaráðherra um menningarsamninga á landsbyggðinni á þingi og mun tala fyrir sanngjarnari úthlutunum til menningarmála utan höfuðborgarsvæðisins í fjárlaganefnd,“ segir Brynhildur.

Jóni Páli Eyjólfssyni, leikhússtjóra Leikfélags Akureyrar, finnst þessi samanburður sláandi millli höfuðborgar og landsbyggðar en telur það ekki nýjar fréttir.

„Það er merkilegt að mönnum komi þetta á óvart, því þetta er staðreynd og hefur verið svona lengi. Hér á Akureyri er sama verðlagsþróun og í borginni og því þurfum við alveg eins og annars staðar að taka mið af verðlagsbreytingum en virðumst ekki fá leiðréttingu á því í fjárlögum,“ segir Jón Páll. „Þrátt fyrir þessa stöðu erum við að framleiða tvö ný verk fyrir börn á þessu leikári.“

Ekki náðist í mennta- og menningarmálaráðherra við vinnslu fréttarinnar. **sveinn@frettabladid.is**



Til að bíta höfuðið af skömminni er nú í fjárlagafrumvarpi fyrir árið 2016 að finna þá köldu kveðju að framlag ráðuneytisins til samstarfssamningsins verði óbreytt áfram eða 138 milljónir króna.

Þórgnýr Dýrfjörð, framkvæmdastjóri Akureyrarstofu

FRAMTÍÐ PÓSTÞJÓNUSTU

Íslandspóstur býður til opins fundar um breytingar í póstþjónustu og leiðir til þess að tryggja framtíð hennar á Íslandi.

Grand Hótel Reykjavík, Gullteig A, í dag fimmtudaginn 8. október 2015 kl. 13.00–15.30

DAGSKRÁ

Ný póstlög í Noregi og fjármögnun alþjónustu
Kristin Bergum, framkvæmdastjóri stjórnsýslu og alþjóðamála hjá Post Norge

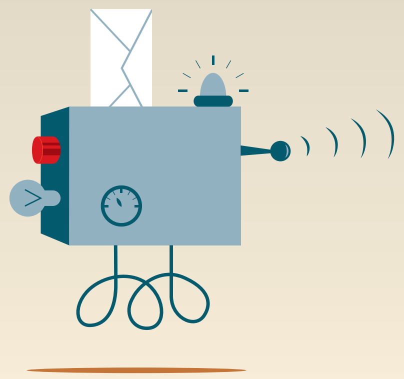
Póstþjónusta í hlekkjum fortíðar?
Áskell Jónsson, Cand. Oecon.

Niðurstaða könnunar á þjónustuþörf
Þóra Ásgeirsdóttir, framkvæmdastjóri Maskínu

Framtíð póstþjónustu
Ingimundur Sigurpálsson, forstjóri Íslandspósts

Bylting er brostin á
Derek Osborn, framkvæmdastjóri Whatnext4u

Vinsamlegast skráið ykkur hjá irisa@postur.is eða í síma 580 1100



HVÍTA HÚSIÐ/SÍA – 15-1965

PÓSTURINN

netto
fræsingar&kostakjör
Verðsprengja
NAUTALIUNDIR
ERLENDAR
2.999
ÁÐUR 3.998 KR/KG
Dúndurverð!
-23%
LAMBAHRYGGUR
DÚNDURVERÐ
1.755
ÁÐUR 2.279 KR/KG
KJÚKLINGABRINGA
PIPARMARINERING
1.979
ÁÐUR 2.384 KR/KG
LAMBA RIB-EYE
SS
2.399
ÁÐUR 3.998 KR/KG
-40%
LAMBAFILE M/FITU
SS
2.759
ÁÐUR 4.598 KR/KG
KAFFI
BKI CLASSIC 500 G
569
ÁÐUR 599 KR/PK
-40%
KANILSNÚÐAR
BAKAÐ Á STAÐNUM
119
ÁÐUR 198 KR/STK
-30%
TOSCANA BRAUÐ
500 G BAKAÐ Á STAÐNUM
279
ÁÐUR 398 KR/STK
Góða vínber beint frá Ameríku
-50%
VÍNBER
RAUÐ
449
ÁÐUR 898 KR/PK
coop
Frites
FRANSKAR KARTÖFLUR
COOP-900 G - RIFFLAÐAR
369
ÁÐUR 455 KR/PK
KJÚKLINGALUNDIR
700 G
986
ÁÐUR 1.761 KR/PK
Tilboðin gilda 8. sept – 11. október 2015
Tilboðin gilda meðan birgðir endast. | Birt með fyrirvara um prentvillur og myndavíxl. | Vöruúrval getur verið breytilegt milli verslana.

Herskip send á smyglaraskipin

ÍTALÍA Evrópusambandið er þessa dagana að senda sex herskip til Miðjarðarhafsins, þar sem hlutverk þeirra verður að elta uppi smyglaraskip.

Þetta er partur af þeim aðgerðum sem Evrópusambandið hefur samþykkt til að bregðast við flóttamannastraumnum yfir Miðjarðarhafið frá norðanverðri Afríku.

Meiningin er að stöðva skip eða báta, ef grunur leikur á að þau séu notuð til að smygla fólki. Skipin eða bátarnir verði síðan gerð upptæk eða send burt.

Til þessa hefur Evrópusambandið látið sér nægja að halda uppi eftirliti með skipaumferð og koma fólki í nauðum til bjargar.

Nýju aðgerðirnar takmarkast þó við alþjóðlegar siglingaleiðir, þannig að herskipunum sex verður til dæmis óheimilt að fara inn fyrir tólf mílna landhelgi Líbíu, en þaðan koma flestir flóttamennirnir.

Það sem af er árinu hafa meira en 130 þúsund flóttamenn komið yfir Miðjarðarhafið frá Afríku. Meira en 2.700 þeirra hafa drukknað. **– gb**

Ítalski sjóherinn að störfum á Miðjarðarhafinu. FRÉTTABLAÐIÐ/EPA

Vilja samstarf við Lækna án landamæra

Árás Bandaríkjahers á spítala í Kunduz í Afganistan er meðal umræðuefna á ráðherrafundi NATO í Brussel í dag. Meginåhersla er þó á framkvæmd breytinga sem samþykktar voru í fyrra og viðbrögð við þróun heimsmála.

Óli Kristján Ármannsson
skrifar frá Brussel
olikr@frettabladid.is

Í gangi eru þrjár sjálfstæðar rannsóknir á loftárás sem Bandaríkjaher gerði á spítala Lækna án landamæra í Kunduz í Afganistan um helgina. Þetta er meðal þess sem fram kom í máli Douglas Lute, sendiherra Bandaríkjanna og fastafulltrúa hjá Atlantshafsbandalaginu (NATO), á kynningarfundi í höfuðstöðvum bandalagsins í gær. Á fundinum var farið yfir helstu mál sem á dagskrá eru á fundi utanríkisráðherra NATO sem fram fer í Brussel í dag. Læknar án landamæra hafa kallað eftir sjálfstæðri rannsókn á árásinni.

Lute sagði að á ráðherrafundinum kynni að vera að vænta nýrra upplýsinga um stöðu rannsóknarinnar á loftárásinni, sem Læknar án landamæra hafa kallað stríðsglæp. Hann segir ekki miklu hægt að bæta við það sem komið hafi fram hjá John Campbell, hershöfðingja í Bandaríkjaher, við þingnefndaryfirheyrslu í Bandaríkjunum á þriðjudag, þegar hann sagði hörmuleg mistök hafa verið gerð hjá Bandaríkjaher. Í gangi séu þrjár rannsóknir á atburðinum, ein á vegum ríkisstjórnar Afganistans, innri rannsókn Bandaríkjahers sem sé venjan þegar álitamál snerta herinn og svo sé líka í gangi rannsókn sendinefndar NATO, en þar leiki Campbell hershöfðingi líka lykilhlutverk, auk þess að vera stjórnandi aðgerða í Afganistan. „Þessar þrjár rannsóknir eru nýhafnar og við verðum að bíða niðurstaðna þeirra."

Varðandi það hvort kalla ætti árásina stríðsglæp segir Lute óráð að setja á hana merkimiða í flýti. „Ég veit að forseti Bandaríkjanna, varnarmálaráðherra og John Campbell eru algjörlega á sömu síðu í að vilja fá ítarlega og gagnsæja rannsókn. Ég vona að Læknar án landamæra taki þátt í þeirri rannsókn og að hægt verði að ná um hana samstöðu. Campbell var mjög skýr á því hjá þingnefnd Bandaríkjanna að þetta hefði verið bandarísk árás undir stjórn Bandaríkjahers." Með því að Bandaríkin hafi tekið ábyrgð á atburðinum undirstriki það mikilvægi bandarísku rannsóknarinnar. „Ég veit ekki hvað verður með frekari rannsóknir. Ég er ekki viss um að Læknar án landamæra séu að vísa til nokkurrar af þeim þremur sem hafnar eru þegar þeir kalla eftir sjálfstæðri rannsókn. Við verðum að sjá til hvernig það fer." Campbell hershöfðingi hafi hins vegar gert alveg ljóst að um slys hafi verið að ræða. „Við gerum augljóslega ekki verndaða staði, svo sem sjúkrahús, moskur, skóla og þar fram eftir götunum, að skotmörkum."

Douglas Lute, sendiherra og fastafulltrúi Bandaríkjanna hjá Atlantshafsbandalaginu, á kynningarfundi. Hann segir ráðherrafundinn í dag að stórum hluta snúast um eftirfylgni með ákvörðunum sem teknar hafi verið í fyrra. FRÉTTABLAÐIÐ/AFP

> **Ég veit að forseti Bandaríkjanna, varnarmálaráðherra og John Campbell eru algjörlega á sömu síðu í að vilja fá ítarlega og gagnsæja rannsókn. Ég vona að Læknar án landamæra taki þátt í þeirri rannsókn og að hægt verði að ná um hana samstöðu.**
>
> Douglas Lute, W
> sendiherra Bandaríkjanna hjá NATO

Aðalefni ráðherrafundarins, sem er einn af um fjórum reglubundnum fundum á ári, í dag segir Lute hins vegar vera tvö. Annars vegar eftirfylgni með samþykktum frá ráðherrafundinum í Wales í fyrra um herafla og nýjar viðbragðsáætlanir í Evrópu og hins vegar hvernig NATO eigi að halda áfram að laga sig að þróun mála á útjaðri varnarbandalagsins. Þar sé meðal annars horft til ISIS, þróunar mála í Sýrlandi og Írak og straums flóttafólks yfir Miðjarðarhafið.

Þá ræða ráðherrarnir einnig aukinn núning við Rússland, svo sem nýlegt atvik þar sem Rússar rufu lofthelgi Tyrklands. „Og þar með lofthelgi NATO," segir Lute. NATO sé að laga uppstillingu herafla síns að breyttum aðstæðum í heiminum. Kalda stríðið og svo það 25 ára tímabil sem við tók hafi hvort um sig kallað á sína uppstillingu heraflans. „Báðar uppstillingar eru nú úreltar. Þannig að við erum ekki að hverfa aftur til kalda stríðsins og við förum fram úr því viðbúnaðarstigi sem verið hefur yfir í Áætlun um aðgerðir til reiðu [e. Readiness Action Plan]." Þessum áætlunum, sem samþykktar voru á fundi NATO í Wales í fyrrahaust, verði búið að koma að fullu í framkvæmd fyrir ráðherrafundinn í Varsjá í Póllandi næsta sumar.

Fulltrúi Íslands á ráðherrafundinum í dag og staðgengill Gunnars Braga Sveinssonar utanríkisráðherra er Anna Jóhannsdóttir, sendiherra og fastafulltrúi íslensku sendinefndarinnar hjá NATO.

Kalla eftir aðkomu IHFFC

Joanna Liu, forseti Lækna án landamæra, ræðir árás Bandaríkjahers á spítala samtakanna í Afganistan um helgina. FRÉTTABLAÐIÐ/EPA

Læknar án landamæra krefjast þess að óháðir aðilar rannsaki loftárás bandaríska flughersins á sjúkrahús samtakanna í Kunduz í Afganistan um helgina. 22 féllu í árásinni og fjölmargir særðust.

Samtökin vilja að alþjóðlega stofnunin IHFFC (International Humanitarian Fact-Finding Commission) fari fyrir rannsókninni, en samtökin voru stofnuð árið 1991 og rannsaka möguleg mannréttindabrot og stríðsglæpi. BBC greinir frá því að stofnunin hafi þó aldrei farið fyrir rannsókn sem þessari.

Joanne Liu, forseti Lækna án landamæra, sagði árásina ekki einungis vera árás á sjúkrahúsið heldur árás á sjálfan Genfarsáttmálann. „Þetta er óásættanlegt," sagði hún á blaðamannafundi í gær.

DEBENHAMS
HAUSTÚTSALAN Í FULLUM GANGI
ENN MEIRI LÆKKUN
50-70% AFSL.
AF ÖLLUM ÚTSÖLUVÖRUM
OPIÐ TIL 21:00 Í KVÖLD
DEBENHAMS SMÁRALIND
KONUR HERRAR BÖRN SNYRTIVÖRUR
Finndu okkur á facebook

Íþróttameiðsli skuggalega algeng

Rannsókn við Menntavísindasvið Háskóla Íslands leiðir í ljós að 51% ungmenna sem æfðu með íþróttafélagi á 12 mánaða tímabili þurfti að leita til læknis vegna meiðsla. Niðurstöður sem þarf að taka með mikilli alvöru, segir prófessor í íþrótta- og heilsufræði.

Svavar Hávarðsson
Svavar@frettabladid.is

51% TIL LÆKNIS VEGNA ÍÞRÓTTAMEIÐSLA

Þeir sem æfðu meira en **6** klukkutíma ERU 5X LÍKLEGRI til að meiðast

63% voru hætt íþróttaiðkun

8,4% vegna íþróttameiðsla

96% höfðu einhvern tímann stundað íþróttir með íþróttafélagi

HEILBRIGÐISMÁL Rúmlega helmingur þeirra ungmenna sem æfðu með íþróttafélagi á 12 mánaða tímabili þurfti læknisfræðilega aðstoð einu sinni eða oftar vegna íþróttameiðsla. Þeir sem æfðu meira en sex klukkustundir á viku voru fimmfalt líklegri til þess að hafa leitað læknisfræðilegrar aðstoðar en þeir sem æfðu sex klukkustundir eða minna.

Þetta er meðal niðurstaðna rannsóknar á algengi íþróttameiðsla, íþróttaþátttöku og brottfalli vegna meiðsla hjá 17 og 23 ára ungmennum. Rannsóknin náði til 457 ungmenna og er ein af mörgum sem eru byggðar á gögnum úr rannsókninni Atgervi ungra Íslendinga sem er langtímaheilsufarsrannsókn á ungmennum fæddum 1988 og 1994. Fjallað er ítarlega um rannsóknina í nýjasta Læknablaðinu, sem er meistaraverkefni Margrétar H. Indriðadóttur í íþrótta- og heilsufræði við Háskóla Íslands.

Erlingur Jóhannsson, verkefnastjóri rannsóknarinnar og prófessor við Menntavísindasvið Háskóla Íslands,

> Rannsóknin sýnir forspárgildi þess að íþróttameiðsli á unglingsaldri eru ávísun á verri heilsu síðar í lífinu.

Erlingur Jóhannsson, prófessor við Menntavísindasvið HÍ

segir blasa við að íþróttameiðsli hérlendis séu vandamál sem full ástæða sé til að taka mjög alvarlega. Ein sé sú staðreynd hversu margir leituðu til læknis innan ársins, en jafnframt að 8,4% af hópnum sem stundað hafði íþróttir hættu beinlínis vegna íþróttameiðsla. Meira álag og áhersla hjá fleirum á afreksíþróttir sé ein ástæða þessa.

„Það er eitthvað í þjálfuninni sem er ekki að virka og ekki alltaf reyndir og hæfir þjálfarar í kringum þetta fólk. Þetta er kannski hin hliðin á afreksmennskunni – meiðsli eru tíðari þegar meiri árangur næst í íþróttum,“ segir Erlingur og bætir við að um sé að ræða þátttöku hjá íþróttafélögum og heilsurækt. Heilsuræktarstöðvarnar verði að taka þetta til sín einnig og sjá til þess að hæfir þjálfarar séu að leiðbeina ungu fólki á faglegan hátt.

Á heimsvísu skortir rannsóknir á íþróttameiðslum barna og unglinga en þær fáu rannsóknir sem til eru benda til þess að algengið sé mikið. Staðan meðal íslenskra ungmenna virðist síst betri og því afar brýnt að efla íslenskar rannsóknir til þess að fá frekari vitneskju um íþróttameiðsli og fórnarkostnaðinn sem þeim fylgir.

Erlingur segir að samband á milli íþróttameiðsla og heilsuvandamála síðar á ævinni komi greinilega í ljós í rannsókninni. „Rannsóknin sýnir forspárgildi þess að íþróttameiðsli á unglingsaldri eru ávísun á verri heilsu síðar í lífinu,“ segir Erlingur og bætir við að það undirstriki mikilvægi rannsókna og virkra forvarna.

KOMDU OG PRÓFAÐU CITROËN BERLINGO VAN - NÚNA Á LÆGRA VERÐI

CRÉATIVE TECHNOLOGIE

Frábær vinnuaðstaða með góðu aðgengi fyrir farm og farþega. 180° opnun á afturhurðum, rennihurð, þægileg hleðsluhæð, há sætisstaða og fjöldi geymsluhólfa. Öflug en sparneytin 90 hestafla dísilvél ásamt spólvörn og ESP stöðugleikakerfi gera Berlingo Van að öruggum og hagkvæmum kosti fyrir þinn rekstur.

Veldu traust umboð með einstöku þjónustuframboði fyrir bíla- og tækjaflota.

15 ára afmæli Citroën hjá Brimborg

brimborg

Öruggur staður til að vera á

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

Brimborg og Citroën áskilja sér rétt til að breyta verði og búnaði án fyrirvara. Útbúnaður getur verið frábrugðinn mynd í auglýsingu.

F&F
HAUSTÚTSALA
30%
AFSLÁTTUR
AF VÖLDUM VÖRUM
Kringlan, Skeifan, Spöng, Garðabær og Akureyri

Útsala

Skrifborðsstólar

Strike skrifborðsstóll
Útsöluverð 49.900 kr.
Verðlistaverð 79.900 kr.

Flexikit skrifborðsstóll
Útsöluverð 63.900 kr.
Verðlistaverð 99.900 kr.

Dealer skrifborðsstóll
Útsöluverð 20.720 kr.
Verðlistaverð 29.600 kr.

Allir aðrir skrifborðsstólar verða á 20% afslætti á meðan á útsölunni stendur.

Staflastólar og stólar fyrir eldhús og kaffistofur

Fjölvi staflastóll með plastskel
Útsöluverð 3.900 kr.
Verðlistaverð 28.173 kr.

Carver staflastóll
Útsöluverð 19.900 kr.
Verðlistaverð 38.697 kr.

Ýmsir stakir stólar
Verð frá **2.900 kr.**

Borð í eldhús og kaffistofur eða veitingastaði

Midwest Folding fellanleg hringborð
160 sm þvermál
Útsöluverð 69.900 kr.
Verðlistaverð 161.580 kr.
180 sm þvermál
Útsöluverð 89.900 kr.
Verðlistaverð 174.419 kr.

Ýmis borð verð frá **15.000 kr.**

Skápar og hillur

Jive skápar margar stærðir
Útsöluverð frá 9.900 kr.
Verðlistaverð frá 44.993 kr.

Fansa skápur með rennihurðum **29.900 kr.**

ÍSLENSKA /SÍA PEN 76580 10.15

Útsalan stendur aðeins yfir í nokkra daga.

30-90% afsláttur

Seljum einnig eldri sýnishorn og lítið útlitsgölluð húsgögn á ótrúlegu verði.

Fundarborð

Margar gerðir í ýmsum stærðum

30-90% afsláttur

Skrifborð

Skrifborð í fastri hæð verð frá 9.900 kr.

Ýmsar vörur

Pedrali Social hornsófi (aðeins 1 eftir)

Útsöluverð 399.900 kr.

Verðlistaverð 988.621 kr.

Skrifstofuskilrúm

Ýmsar gerðir verð frá kr. 2.900 kr.

Sófar/biðsæti Atelier

2ja sæta sófar (aðeins 2 eftir)

Útsöluverð 195.000 kr.

Verðlistaverð 571.153 kr.

Dove Skrifborðslampar

Útsöluverð 49.900 kr.

Verðlistaverð 89.900 kr.

Ýmsir skrifborðslampar

Verð frá **4.900 kr.**

Penninn Húsgögn

Skeifunni 10, Reykjavík
Opið virka daga kl. 8-18 og laugardaga kl. 11-16

Sími 540 2330
husgogn@penninn.is
www.penninn.is

Ástand heimsins

Daglegt líf í nunnuklaustrinu Bhikkhuni Arama í Taílandi hefst á bænahaldi og síðan er haldið á vit nágrannanna til að veita þeim blessun og þiggja ölmusu

1. Búddanunnur á bæn við líkneski af Bhaisajyaguru, lækningabúdda, í klaustri í Nakhon Pathom í Taílandi, um það bil 80 km vestur af Bangkok. Innst hægra megin situr Dhammananda bhikkhuni, sjötug nunna sem fyrst allra kvenna hlaut tignarstöðuna bhikkhuni, sem er eins konar abbadís, í theravada-búddisma. FRÉTTABLAÐIÐ/EPA

2. Yfirnunnan Dhammananda bhikkhuni, sem hversdags gekk undir nafninu Chatsumarn Kabisingh, kastar kveðju á barnabarnið sitt fyrir utan klaustrið í Nakhon Pathom. FRÉTTABLAÐIÐ/EPA

3. Taílensk hjón krjúpa í bæn á dyrapallinum heima hjá sér. Þau afhenda nunnunum matvæli og fá blessun í staðinn. FRÉTTABLAÐIÐ/EPA

4. Búddanunnur á bæn áður en þær taka til matar síns eftir að hafa safnað ölmusum frá fólki í nágrenninu. FRÉTTABLAÐIÐ/EPA

5. Búddanunnur halda á málverki af þekktri yfirnunnu frá þriðju öld, fyrir utan Bhikkhuni Arama klaustrið í Nakhon Pathom. FRÉTTABLAÐIÐ/EPA

Ford

20 ára afmæli Ford hjá Brimborg

brimborg

Öruggur staður til að vera á

Brimborg Reykjavík
Bíldshöfða 6
Sími 515 7000

Brimborg Akureyri
Tryggvabraut 5
Sími 515 7050

Nýir og notaðir bílar: Söludeildir eru opnar alla virka daga kl. 9-17 og laugardaga kl. 12-16.
Varahlutaverslun og verkstæðismóttaka er einnig opin laugardaga kl. 12-16.

ford.is

Ford Fiesta, bensín 65 hö/EcoBoost 100 hö, beinskiptur. Eldsneytisnotkun í blönduðum akstri 4,3 l/100 km. CO_2 99 g/km.
Ford Fiesta, EcoBoost bensín 100 hö, sjálfskiptur. Eldsneytisnotkun í blönduðum akstri 4,9 l/100 km. CO_2 114 g/km.
Tökum allar tegundir bíla uppí nýja. Brimborg og Ford áskilja sér rétt til að breyta verði og búnaði án fyrirvara. Útbúnaður getur verið frábrugðinn mynd í auglýsingu.

Aðstoð við heimanám í bókasöfnum og þjónustumiðstöð

Í dag verður í fyrsta sinn boðið upp á heimanámsaðstoð, svokallaðan Heilahristing, í Borgarbókasafninu fyrir framhaldsskólanemendur í samstarfi við Reykjavíkurdeild Rauða krossins. Aðstoðin verður frá kl. 15.30 til 17.30 í Grófinni við Tryggvagötu. Á vef Borgarbókasafnsins segir að sjálfboðaliðar frá Rauða krossinum muni taka vel á móti framhaldsskólanemum sem vilja þiggja aðstoð við heimanámið.

Heilahristingur er jafnframt í boði fyrir 4. til 10. bekkinga. Á mánudögum er aðstoð við heimanám fyrir þennan aldurshóp í bókasafninu í Kringlunni kl. 14.30 til 16 en á miðvikudögum aðstoða sjálfboðaliðar 4. til 10. bekkinga í Gerðubergi kl. 14 til 15.30. Í Grafarvogi verður heimanámsaðstoð í Borgum, þjónustumiðstöð eldri borgara, á þriðjudögum kl. 16.30 til 18.

Aðstoðin við framhaldsskólanema verður framvegis á fimmtudögum kl. 15.30 til 17.30 í Grófinni.

» Verkefnið Heilahristingur er fyrir börn í 4.-10. bekk og fyrir framhaldsskólanema. Sjálfboðaliðar frá Rauða krossinum auk fleiri aðstoða við námið.

Haraldur Finnsson, verkefnisstjóri Heilahristings í Grafarvogi, aðstoðar Evu Rós Anh Phuong Le. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Segir unga foreldra vera egóista

Danskur fjölskylduráðgjafi segir unga foreldra ekki berjast fyrir því að halda hjónabandinu gangandi. Þeir þurfi að leita sér hjálpar.

Ingibjörg Bára Sveinsdóttir
ibs@frettabladid.is

Skilnuðum fjölgar vegna þess að margir ungir foreldrar gefast upp ef lífið er ekki fullkomið. Foreldrar eru egóistar. Þessu slær danski fjölskylduráðgjafinn Lola Jensen föstu í nýrri bók um skilnaði. Greint er frá bókinni á vef Kristilega Dagblaðsins í Danmörku.

Fjölskylduráðgjafinn segir að pör eigi að draga andann djúpt og leita sér hjálpar áður en allt fer á versta veg. Gjarnan til að koma í veg fyrir skilnað en að minnsta kosti til að skilnaðurinn verði ekki fjandsamlegur. Það er mat Jensen að hafi fólk kosið að vera saman og eignast börn beri því að sjá til þess að hlutirnir gangi upp.

Hún segir yngri kynslóðina vilja skilja fljótt. Hún berjist ekki lengi fyrir því að halda hjónabandinu gangandi. Lífið megi ekki vera sársaukafullt og leiðinlegt. Ástarblossinn megi ekki dofna. Dekrað hafi verið við marga foreldra ungra barna þegar þeir voru sjálfir börn. Þegar unga kynslóðin eignast börn sé það í fyrsta sinn sem gerðar eru kröfur til hennar. Þegar á móti blási séu foreldrarnar fljótir að reiðast og skilji við maka sinn.

Fjölskylduráðgjafinn segir lífið of stutt til þess að skilja vegna deilna um til dæmis uppvaskið og hvar geyma eigi þvottalöginn. Hún nefnir sem dæmi að sjálf vilji hún hafa uppþvottalögin í skáp en maðurinn hennar vilji hafa hann við hliðina á vaskinum þar sem lögurinn sé svo oft notaður. „Við erum ólík en þetta er ekki ástæða til skilnaðar." Smáatriði mega ekki verða að hörðum deilum, tekur Jensen fram.

Valgerður Halldórsdóttir, fjölskylduráðgjafi hjá Stjúptengslum, segist ekki taka jafn djúpt í árinni og danski fjölskylduráðgjafinn sem segir unga foreldra egóista. Valgerður segir þó ungu kynslóðina stundum vanta úthald og seiglu til að takast á við mótlæti. „En við megum ekki gleyma því að heimurinn er orðinn harðari. Húsnæðisvandi ungs fólks er mikill og svo vill fólk mennta sig. Ég held að lífið sé ekki alltaf auðvelt hjá þessu unga fólki sem er að skilja."

Ég tel að eldri kynslóðin og sú yngri þurfi að verja meiri tíma saman. Kannski þarf unga fólkið meiri stuðning frá foreldrum sínum heldur en bæði það og foreldrarnir gera sér grein fyrir. Þá er ég ekki bara að tala um pössun.

Valgerður Halldórsdóttir fjölskylduráðgjafi

Það er mat Valgerðar að unga foreldra vanti meiri stuðning og leiðsögn. „Ég tel að eldri kynslóðin og sú yngri þurfi að verja meiri tíma saman. Kannski þarf unga fólkið meiri stuðning frá foreldrum sínum heldur en bæði það og foreldrarnir gera sér grein fyrir. Þá er ég ekki bara að tala um pössun. Það er margt sem spilar þarna inn í."

Meiri líkur eru á að ungt fólk skilji hafi foreldrar þess skilið, að því er Valgerður greinir frá. „En í sumum fjölskyldum er skilnaður ekki inni í myndinni sama hvað bjátar á. Fólk heldur þá saman þótt grundvöllurinn fyrir sambúð hafi ekki verið til staðar lengi."

Ungir foreldrar gefast of fljótt upp ef lífið er ekki fullkomið, að sögn dansks fjölskylduráðgjafa. NORDICPHOTOS/GETTY

Í Englandi og Wales má ekki reykja í bíl þegar barn er í bílnum.

Tíu þúsund króna sekt ef reykt er með barn í bíl

Þann 1. október síðastliðinn tóku gildi lög í Englandi og Wales um bann við reykingum í bíl þegar barn undir 18 ára aldri er í bílnum.

Samkvæmt lögunum á að sekta þá sem brjóta lögin um 50 pund eða tæpar 10 þúsund íslenskar krónur. Hægt er að sekta bílstjórann þótt það sé ekki hann sjálfur sem reykir í bílnum, heldur einhver annar fullorðinn.

Lögregluyfirvöld segjast ætla að upplýsa ökumenn á vingjarnlegan hátt um lögin, að minnsta kosti fyrstu þrjá mánuðina eftir gildistöku þeirra.

Nú erum við líka í Kringlunni

Höfum opnað glæsilega verslun við Blómatorgið í Kringlunni.

Hlökkum til að sjá ykkur.

Kringlukast
20-50% afsláttur af völdum vörum

MICHELSEN
ÚRSMIÐIR

Laugavegi 15 og Kringlunni - sími 511 1900 - www.michelsen.is

NAUTAAT

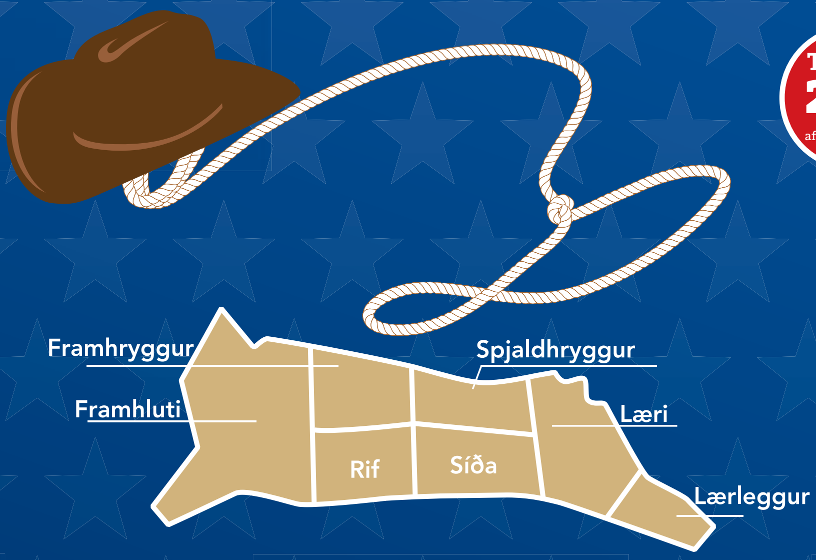
NAUTAAT

Á AMERÍSKUM DÖGUM

TILBOÐ 20% afsláttur á kassa

1039 kr/kg
Verð áður 1.299.-

KINNAR
Uppskrift í verslunum



TILBOÐ 20% afsláttur á kassa

5598 kr/kg
Verð áður 6.998.-

NAUTALUND
Íslensk

Gildir til 18. október á meðan birgðir endast.

TILBOÐ 25% afsláttur á kassa

3599 kr/kg
Verð áður 4.799.-

RIBEYE
Úr framhrygg

TILBOÐ 25% afsláttur á kassa

3599 kr/kg
Verð áður 4.799.-

ENTRECOTE
úr spjaldhrygg

TILBOÐ 20% afsláttur á kassa

1589 kr/kg
Verð áður 1.998.-

BRISKET
Uppskrift í verslunum

Oreo Peanutbutter
Limited edition

Pop tarts
Í miklu úrvali

Pringles
You don´t just eat´em

Merba kex
The famous American cookies

Swiss Miss
Marshmallow Madness

Starburst
Cherry, orange, strawberry & leomon

M&M´S
Almond og Peanutbutter

24 Hagkaup
OPIÐ
allan sólarhringinn
Garðabær, Skeifan,
Spöng & Eiðistorg

BBQ GRÍSARIF
SPARERIBS Í BBQ SÓSU

899 kr/kg
Verð áður 1.299.-

T.G.I FRIDAY´S
Þú þarft ekki einu sinni að panta borð!

Brookside
Þurrkuð ber hjúpuð dökku súkkulaði

Brach´s Star Brites
Peppermint Candy

Rice Select
Hrísgrjónablöndur

Eggo vöfflur
Í gríðarlegu úrvali

Starbucks
Love Starbucks!

Chips Ahoy!
Chunchy cookies

Lifesavers gummies
You don´t know the half of it

Amerískt gos
Svalaðu þorstanum

HAGKAUP
Skemmtilegast að versla

VIÐSKIPTI

Aðalheiður Héðinsdóttir er eigandi Kaffitárs. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Kaffitár hagnaðist um 1,6 milljónir

Árið 2014 hagnaðist Kaffitár um 1,6 milljónir króna. Hagnaðurinn dróst töluvert saman milli ára en hann nam 86,4 milljónum árið á undan.

Aðalheiður Héðinsdóttir, eigandi Kaffitárs, segir í samtali við Fréttablaðið að hækkun á öllum rekstrarliðum hafi verið meðal ástæðna þess að hagnaður dróst saman. „Það er aldrei nein ein skýring, þetta eru margir samverkandi þættir. Það var hækkun á öllum rekstrarliðum hjá okkur. Við vorum með hátt verð á kaffi og útsöluverð hjá okkur endurspeglaði ekki endilega innkaupsverðið,“ segir Aðalheiður. Eignir félagsins nema 766,6 milljónum króna og hækkuðu milli ára. Eigið fé í árslok nam 349,3 milljónum króna og eiginfjárhlutfall 46%. Heildarlaunakostnaður fyrirtækisins var 503,4 milljónir króna og fjöldi stöðugilda að meðaltali 94 á árinu.

Eigendur Kaffitárs eru Aðalheiður Héðinsdóttir og Eiríkur Hilmarsson og eiga þau 50% í félaginu hvort. – sg

Unnið í hitanum

Pakistanskir verkamenn flokka vínber áður en þau eru þurrkuð og rúsínur unnar úr þeim í Pishin í Balochistan í Pakistan. Umfangsmikil ávaxtarækt er í Balochistan. Þar eru sumrin löng, hlý og þurr og veturnir kaldir. Þetta þykja kjöraðstæður til ávaxtarræktar. FRÉTTABLAÐIÐ/EPA

OECD beitir sér gegn skattaskjólum

Bandarísk skýrsla sýnir að 72 prósent af 500 stærstu fyrirtækjum Bandaríkjanna nýttu skattaskjól á síðasta ári. Þúsundir milljarða af tekjum fyrirtækja liggja í skattaskjólum í dag. Fjármálaráðherrar G20-landa funda í dag um alþjóðlegar skattareglur til lausnar vandanum.

Alþjóðlega efnahags- og framfarastofnunin, OECD, hefur kynnt lokabreytingar á heildstæðri áætlun OECD-þjóða um breytingar á alþjóðlegum skattareglum sem fjármálaráðherrar G20-landanna munu ræða á fundi sínum í Líma í Perú í dag.

Í OECD/G20 Base Erosion and Profit Shifting (BEPS) verkefninu má finna lausnir fyrir ríkisstjórnir er þurfa að loka götum í alþjóðareglum. Slík göt gera fyrirtækjum kleift að komast undan skatti með því að hliðra til hagnaði sínum. Meðal annars með því að færa hann yfir á fyrirtæki á lágskattasvæðum, eða svæðum með enga skatta, þar sem lítil eða engin efnahagsleg starfsemi fer fram.

Hliðrun hagnaðar veldur því að ríki missa af miklum skatttekjum. OECD áætlar varlega að milli 100-240 milljarðar Bandaríkjadala, jafnvirði 12.700-30.500 milljarða íslenskra króna, eða allt að 4-10% af heildarskatttekjum fyrirtækja í heiminum, liggi í skattaskjólum. Þróunarlönd reiða sig meira á skatttekjur fyrirtækja, sem hlutfall af heildarskattstofni, en önnur lönd. Því hefur þessi hliðrun hagnaðar mest áhrif í þróunarlöndum.

Heimsþekkt fyrirtæki nýta sér skattaskjól. Ný bandarísk skýrsla sem birt var á mánudaginn sýndi fram á að 72% af 500 stærstu fyrirtækjum Bandaríkjanna nýttu sér skattaskjól í fyrra. Má þar nefna Apple, Nike og American Express. Fyrirtækin eru með meira en 2.100 milljarða dala hagnað utan Bandaríkjanna og hafa þannig komið sér hjá að greiða 620 milljarða Bandaríkjadala, jafnvirði um 78.500 milljarða íslenskra króna, í skatt.

> **Hliðrun hagnaðar hefur áhrif á öll lönd.**
>
>
>
> Angel Gurría, framkvæmdastjóri OECD

„Hliðrun hagnaðar hefur áhrif á öll lönd, ekki einungis efnahagsleg áhrif, heldur dregur það einnig úr trausti í landinu,“ segir Angel Gurría, framkvæmdastjóri OECD. „Þetta sviptir ríki tekjum af dýrmætum auðlindum til að auka efnahagsvöxt, takast á við áhrif alþjóðlegu efnahagskreppunnar og skapa fleiri og betri tækifæri fyrir alla,“ segir Gurría. Hann segist hafa mikla trú á áhrifum nýju reglnanna til að draga úr notkun skattaskjóla.

Vinna hófst að BEPS-verkefninu árið 2013. Áætlunin var samþykkt eftir tveggja ára samráðsferli milli OECD, G20-landanna og þróunarlanda auk hagsmunaaðila atvinnulífs, fræðimanna og félagasamtaka. Nærri 90 lönd vinna að þróun þess að koma BEPS-ráðstöfunum í skattasáttmála. Opið verður fyrir aðild áhugasamra landa að sáttmálanum á næsta ári.

„Allir hafa hag af því að draga úr hliðrun fyrirtækja á hagnaði,“ segir Gurría. „BEPS-verkefnið hefur sýnt fram á að allir hagsmunaaðilar geti komið saman og komið breytingu af stað. Hröð framkvæmd ríkisstjórna mun tryggja ákveðnara og sjálfbærara alþjóðlegt skattaumhverfi sem verður öllum til hagsbóta, ekki bara nokkrum.“ saeunn@frettabladid.is

LYFJA
- Lifið heil

20% afsláttur
af Panodil lausasölulyfjum

Panodil-dagar í október

www.lyfja.is

Lægra verð í Lyfju

GLÆSILEGT ÚRVAL
Á PIER.IS

KERTALJÓS OG KÓSÍHEIT Í PIER

30% AFSLÁTTUR AF LUKTUM & BÖKKUM

4 FYRIR 2
AF KERTUM

TILBOÐIÐ GILDIR 8.–14. OKTÓBER

the PIER

Smáratorgi 522 7860 • Korputorgi 522 7870 • Glerártorgi 522 7880 Erum á Facebook • www.pier.is

Hatursfrelsið

Fanney Birna Jónsdóttir
fanney@frettabladid.is

Samtökin ’78 kærðu í apríl tíu einstaklinga fyrir hatursummæli sem þau töldu refsinæm til lögreglu. Í gær greindi Fréttablaðið frá því að þeim kærum sem undir lögregluna á höfuðborgarsvæðinu heyra hefði verið vísað frá þar sem ekki er talinn grundvöllur til rannsóknar.

Samtökin hafa kært ákvörðun lögreglustjórans til ríkissaksóknara og krefjast þess að málin verði rannsökuð. Þau telja ummælin brot gegn hegningarlögum þar sem þau hæðist að og smáni samkynhneigða. Slík brot varða sektum eða fangelsi allt að tveimur árum.

Í blaðinu í gær var greint frá dæmum um hin kærðu ummæli. Meðal þess sem kom fram var að það teldist barnaníð að troða kynvillu í saklaus börn, samkynhneigð sögð ónáttúruleg og óeðlileg, hommar kallaðir rass-fasistar og vísað til óþrifnaðar og smithættu sem fylgi athöfnum þeirra.

Það ætti ekki að koma neinum á óvart að vesalingarnir sem létu þessi ummæli falla hafa skýlt sér á bak við tjáningarfrelsi stjórnarskrárinnar. En tjáningarfrelsið hefur í seinni tíð orðið vinsælasta mantra þeirra sem hafa mikla þörf til að deila sérkennilegum og oftar en ekki afar ógeðfelldum skoðunum með öðrum, aðallega á internetinu. Þar á eftir koma frasar eins og „þöggun“ og „ritskoðun“ sem fylgja alltaf þegar sérkennilegu skoðanirnar fá ekki þær undirtektir sem viðkomandi vonaðist eftir.

Tjáningarfrelsi þrífst hins vegar afar sjaldan í tómarúmi, oftast beinist tjáningin að einstaklingum eða hópum manna sem hafa líka sinn rétt. Þannig er til að mynda mælt um sérstakar takmarkanir á því að tjá fordóma í garð fólks vegna kynhneigðar þeirra í 233. gr. almennra hegningarlaga. Einnig verður að geta þess að í 17. gr. Mannréttindasáttmála Evrópu er sleginn varnagli gegn því að réttindi sáttmálans, eins og tjáningarfrelsið, sé misnotað gegn öðrum réttindum. Menn geta því ekki haldið því fram að réttur þeirra til að viðhafa fordóma eða hatursfulla orðræðu í garð samkynhneigðra gangi framar réttindum þeirra sem tilheyra samfélagi samkynhneigðra.

Það verður því afar athyglisvert að skoða röksemdir lögreglunnar og ríkissaksóknara ef þetta mál verður fellt niður á endanum. Og þótt þessi andstyggilegu ummæli reynist vera innan marka tjáningarfrelsisins þá er því ekki að neita að þau vekja ekki síður stórar spurningar um persónuleika þeirra sem þau skrifuðu. Það má meira að segja færa rök fyrir því að þeir sem skaðist mest séu ekki skotmörk þessara vitlausu ummæla heldur fólkið sem lét þau út úr sér og opinberaði þannig fordóma sína og frámunalega forheimskun.

Það er hins vegar alltaf til bóta þegar dómstólar skýra stjórnarskrána betur og því jákvætt að Samtökin ’78 reyni að fá úr því skorið fyrir dómstólum hvort ummælin fari út fyrir mörk tjáningarfrelsisins. Enda löngu tímabært að æðsti dómstóll landsins svari spurningunni: Hversu ömurlegt má fólk vera?

Tjáningarfrelsi þrífst hins vegar afar sjaldan í tómarúmi, oftast beinist tjáningin að einstaklingum eða hópum manna sem hafa líka sinn rétt.

Viltu vita hvað eignin þín hefur hækkað í verði ?

Fermetraverð í fjölbýli á höfuðborgarsvæðinu eftir hverfum árið 2014

Innan Hringbrautar og Snorrabrautar	382.146	Hús	244.715	Sjáland (Garðb)	349.985
Melar og Hagar	351.425	Foldir	271.601	Akrar (Garðb)	321.143
Grandar	332.150	Borgir	284.334	Garðabær utan Akrar og Sjálands	314.972
Hlíðar	315.628	Engi	266.728	Vangur (Hafnfj)	334.899
Háaleitisbraut	274.462	Víkur	264.657	Álfaskeið (Hafnfj)	217.542
Lönd	331.514	Rimar	278.553	Hraun (Hafnfj)	237.389
Teigar og Tún	318.476	Grafarholt	276.898	Ás(Hafnfj)	286.612
Vogar	305.475	Lindir (Kóp)	290.504	Berg(Hafnfj)	267.287
Heimar	291.121	Smárar (Kóp)	296.502	Vellir(Hafnfj)	264.304
Hólar	242.402	Salir (Kóp)	309.569	Seltjarnarnes	352.005
Sel	232.417	Kórar, Hvörf, Þing (Kóp)	287.226	Mosfellsbær	284.146
Hraunbær	270.112	Norðan Kópavogslækjar	290.329		

Allar tölur eru í íslenskum krónum. Miðað er við kaupverð. Heimild Þjóðskrá Íslands.

Kristján Þ. Hauksson
Sölufulltrúi.
696 1122
kristjan@fastlind.is

Bjarni Blöndal
Löggiltur fasteignasali.
662 6163
bjarni@fastlind.is

LIND FASTEIGNASALA

Frítt verðmat og framúrskarandi þjónusta í þína þágu.

Halldór

Frá degi til dags

Málefnafátækt

Það hafa margir klórað sér í kollinum yfir fylgistapi Bjartrar framtíðar að undanförnu. Nýlegar skoðanakannanir hafa bent til þess að flokkurinn gæti átt í mesta basli með að fá kjörinn þingmann í næstu kosningum. Sumir kenndu fyrrverandi formanni, Guðmundi Steingrímssyni, um. Aðrir kenndu málefnafátækt um. Hvað málefnafátæktina varðar þá má alla vega segja að Heiðu Kristínu Helgadóttur, þingmann flokksins, hafi skort umræðuefni þegar hún skammaði þingmenn fyrir að leggja í leyfisleysi í Vonarstræti undir dagskrárliðnum störf þingsins. Getur verið að sumt, sem tilefni er til að ræða í matsal Alþingis, eigi ef til vill ekki heima í þingsalnum?

Báknið belgist út

Ný ferðamálastefna var tilkynnt í gær og á sama tíma var greint frá því að stofnuð yrði ný Stjórnstöð ferðamála til viðbótar við Íslandsstofu og ferðamálaráð. Framkvæmdastjóri hefur verið ráðinn og kostar ferðaþjónustan ríkið 1.950 þúsund á mánuði. Framkvæmdastjóri Samtaka ferðaþjónustunnar sagði af því tilefni í útvarpsþætti á Bylgjunni að um væri að ræða tímamót að sínu mati. „Þarna ætlum við að horfa til þess að ná utan um greinina og þær áskoranir sem liggja fyrir. Við ætlum að vinna saman og vera samferða,“ sagði Helga. En mikið hefði verið gott ef tímamótin hefðu falist í öðru en að belgja ríkisbáknið út.

jonhakon@frettabladid.is

Opnið búin

Elín Hirst
alþingismaður

Það er ekki ofmælt að almenningur er í hálfgerðu áfalli eftir að upp komst um það að þær aðstæður sem svín búa við voru í alltof mörgum tilfellum alls ekki í lagi samkvæmt úttekt Matvælastofnunar.

Nú er staðan sú að margir neytendur muni hugsa sig tvisvar um áður en þeir kaupa umrætt kjöt. Það er alveg ljóst að verksmiðjubúskapur, þannig að dýrin þurfi að líða þjáningar, í þeim tilgangi að ná niður verði til neytenda, verður aldrei ásættanlegur.

Innlend svínakjöts- og kjúklingaframleiðsla er hins vegar afar mikilvæg fyrir fæðuframboð á Íslandi. Ljóst er að hjá íslenskum bændum er að finna meiri hreinleika í afurðum en þekkist í innfluttu kjöti vegna þess hve lítið er notað af lyfjum og strangar reglur gilda um að farga skuli sýktu kjöti. Í þessu sambandi er talað um að á Íslandi sé notaður einn fúkkalyfjaskammtur á móti 20 í flestum samkeppnislöndum okkar. Slíkri sýklalyfjanotkun fylgir gríðarleg hætta á að fleiri fúkkalyf verði ónothæf gegn hættulegum sjúkdómum, en sýklalyfjaónæmi verður stöðugt alvarlegra vandamál innan læknisfræðinnar.

Ég spái því að í kjölfar þessara tíðinda muni koma fram skýr krafa frá neytendum um að þeir vilji að það kjöt sem þeir kaupa sé vottað með þeim hætti að það sé framleitt við skilyrði sem samræmast lögum um dýravelferð. Einnig er afar mikilvægt að neytendur geti á umbúðum vöru séð hvaðan kjötið kemur sem notað er í álegg, pylsur og fleira. Er um að ræða innlent eða erlent kjöt og kemur kjötið frá búum sem hlotið hafa gæðavottun um dýravelferð?

Mig langar að biðja þá sem að þessum rekstri standa að nota nú tækifærið og snúa stöðunni við, snúa sókn í vörn. Á fjölda svína- og kjúklingabúa eru hlutirnir í ágætu lagi og það er sárt að búskussarnir skuli draga alla niður í greininni. Því hvet ég svína- og kjúklingabændur til að opna bú sín, bjóða almenningi í heimsókn og útskýra hvernig aðbúnaður dýranna er og ræða opinskátt hvað megi betur fara.

Á fjölda svína- og kjúklingabúa eru hlutirnir í ágætu lagi og það er sárt að búskussarnir skuli draga alla niður í greininni.

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

Brezkt leikhús

Í DAG

Þorvaldur Gylfason
professor

Leikhús hefur sett ríkan svip á brezkt þjóðlíf í meira en 400 ár. Hér er ég ekki bara að tala um William Shakespeare, mesta leikskáld allra tíma að flestra dómi, heldur einnig um 20. öldina þegar miklu fleiri Bandaríkjamenn fóru til London og fara enn að sækja leikhús en nemur þeim fjölda Breta sem fara leikhúsferðir vestur um haf. Leikhús margra annarra landa stendur einnig fyrir sínu nema hvað. Svisslendingar eiga t.d. heimsfræg leikskáld, að ekki minnzt á þrjú ítölsk leikskáld sem öll fengu bókmenntaverðlaun Nóbels. Hér ætla ég þó að halda mig við Bretland og stikla á stóru.

> Guðmundur Andri Thorsson rithöfundur hefur á þessum stað bent á að Ísland sárvantar kvikmyndir gerðar eftir mörgum helztu bókmenntaverkum þjóðarinnar. Okkur vantar einnig pólitískt leikhús og pólitískar kvikmyndir. Af nógu er að taka.

Frá Ibsen til Shaws

Henrik Ibsen kveikti í Bretum með því að kveikja í George Bernard Shaw sem var löngu síðar sæmdur bókmenntaverðlaunum Nóbels fyrir leikrit sín, það var 1925. Leikrit Ibsens fjölluðu djarflega um ýmis feimnismál borgaralegs samfélags, t.d. geðveiki, kúgun kvenna, kynsjúkdóma, sjálfsvíg o.fl., sem fáir áræddu annars að nefna nema í hálfum hljóðum. Ibsen þótti hentugt að semja flest verka sinna í Þýzkalandi og á Ítalíu þar sem hann bjó lengi í öruggri fjarlægð frá heimalandi sínu, þótt verk hans kæmust þar á svið, sum seint og um síðir.

Bernard Shaw gekk skrefi lengra. Hann samdi, innblásinn af Ibsen, rammpólitísk sviðsverk um samtímann. Leikrit hans eru eins og leikrit Ibsens samræðuverk, textaverk um fólk að tala saman. Þar er engin þörf fyrir leikfimisæfingar og flugeldasýningar af því tagi sem einkenna svo nefndar leikstjórauppfærslur á mörgum textasnauðum leikritum nútímans. Átökin í verkum Shaws eru skoðanaskipti milli manna, átök milli hugmynda og hugarheima, ekki innri barátta. Shaw var áróðursmaður og dró enga dul á það. Með leiftrandi fyndni og flugbeitta greiningargáfu að vopni reyndi hann með leikritum sínum að reyta sem allra flest atkvæði af íhaldinu eins og hann sagði sjálfur. Leikrit hans fengust þó yfirleitt ekki sýnd heima fyrir fyrr en hann var kominn á sextugsaldur.

Þar að kom að uppfærslum á leikritum Shaws fækkaði verulega, þótt Shakespeare og Ibsen héldu óskertri hylli. Sumum sýndist þá að djúpsálarfræðin í verkum Shakespeares og Ibsens risti dýpra og entist því betur en hrápólitíkin hjá Shaw, en það átti eftir að breytast aftur. Nú er starfrækt í Kanada, ekki langt frá Toronto, leikhús sem sýnir nær eingöngu leikrit Shaws og fáeinna samtíðarmanna hans fyrir fullu húsi ár eftir ár og hefur gert í hálfa öld. Shaw samdi rösklega 50 sviðsverk, Ibsen innan við 20.

Tom Stoppard, David Hare og Peter Morgan

Shaw var um sína daga ekki einn um að skrifa leiftrandi samtöl fyrir leiksvið. Oscar Wilde, jafnaldri Shaws eða þar um bil, var einnig vinsæll í ensku leikhúsi, en hann lifði 50 árum skemur en Shaw og skilaði af sér færri verkum og hafði minni áhrif. Yngri leikskáld þóttust um skeið geta gert lítið úr Shaw, en það gera þau ekki lengur. Þvert á móti er Bernard Shaw bersýnilega mikilvægasti áhrifavaldur sumra helztu leikskálda Breta um okkar daga, einkum þeirra Toms Stoppard og Davids Hare.

Tom Stoppard er eitt dáðasta leikskáld samtímans og hefur verið að í bráðum hálfa öld. Aðeins eitt verka hans hefur verið sett á svið í atvinnuleikhúsi á Íslandi, Nótt og dagur í Þjóðleikhúsinu 1980. Verk Stoppards bera ýmis einkenni verka Shaws nema þau eru enn fjölbreyttari. Þau fjalla bókstaflega um allt milli himins og jarðar og fljúga fram og aftur um tímann og milli staða: Orð, orð, orð, eins og hjá Shaw, leiftrandi samtöl og tilsvör, en yfirleitt engar predikanir. Sviðsverk Stoppards eru rösklega 30 talsins og eru ekki aðeins sýnd og endursýnd reglulega í Brezka þjóðleikhúsinu og öðrum brezkum leikhúsum, heldur einnig um allan heim, t.d. í Rússlandi.

David Hare er tíu árum yngri en Stoppard og enn líkari Bernard Shaw að því leyti að hann er rammpólitískur höfundur. Leikrit hans fjalla m.a. um einkavæðingu brezku járnbrautanna, Englandskirkju, Íraksstríðið (það verk heitir Stuff Happens), njósnir o.m.fl. Áhorfendur flykkjast í leikhúsin að sjá og heyra þessi verk. Enn annað brezkt leikskáld á sömu slóðum er Peter Morgan, rösklega fimmtugur maður sem hefur sett bæði Elísabetu Englandsdrottningu og sjónvarpsviðtöl Davids Frost við Richard Nixon Bandaríkjaforseta á svið, mikið drama. Bæði verkin voru kvikmynduð.

Heim til þín, Ísland

Guðmundur Andri Thorsson rithöfundur hefur á þessum stað bent á að Ísland sárvantar kvikmyndir gerðar eftir mörgum helztu bókmenntaverkum þjóðarinnar. Okkur vantar einnig pólitískt leikhús og pólitískar kvikmyndir. Af nógu er að taka.

Hagsmunaátök í stað lagareglna?

Jón Steinar Gunnlaugsson
lögfræðingur

> Mikið er ég glaður yfir því að Tryggvi skyldi ekki kenna mér lögfræði í gamla daga því ekki er víst að ég hefði nokkurn tíma beðið þess bætur.

Gamall kennari minn úr menntaskóla, Tryggvi Gíslason, sendir mér orðsendingu í Fréttablaðinu 6. október vegna greinar sem ég skrifaði nýverið um val á nýjum dómurum og sjónarmið sem ég tel að hljóti að verða lögð til grundvallar við val þeirra. Þar lagði ég áherslu á hæfni í lögfræði, það er að segja hæfni til að dæma mál eftir lagareglum og öðrum réttarheimildum. Kynferði umsækjenda eigi ekki að skipta neinu máli enda hljóti menn að iðka sömu lögfræði án tillits til þess hvort þeir eru karlar eða konur. Málsúrslit eigi að verða hin sömu hvers kyns sem dómarinn er.

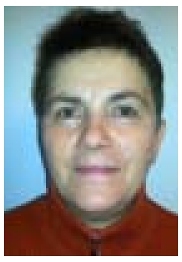
Tryggvi mótmælir þessu. Segja má að sjónarmiðinu sem hann teflir fram í grein sinni verði best lýst með eftirfarandi orðréttri tilvitnun í greinina:

„Auk þess þarf að taka tillit til ólíkra viðhorfa þegar leyst er úr ágreiningi manna. Og þótt ekki væri nema af þeim sökum eiga í Hæstarétti að sitja dómarar sem talist gætu einhvers konar þverskurður af fólkinu í landinu.“

Ágreiningurinn liggur þá í því að Tryggvi telur að ekki eigi að komast að niðurstöðum í dómsmálum með beitingu réttarheimilda, heldur eigi þar að fara fram einhvers konar hagsmunaátök milli „ólíkra viðhorfa“.

Mikið er ég glaður yfir því að Tryggvi skyldi ekki kenna mér lögfræði í gamla daga því ekki er víst að ég hefði nokkurn tíma beðið þess bætur.

Hvað á ég að gera?



Josefa Sroka
krabbameinssjúklingur

Ég er heyrnarlaus kona og hef verið óvinnufær síðan í desember 2013 vegna krabbameins sem ég er að berjast við. Ég skrifa þessar línur því ég get ekki lengur orða bundist yfir framkomu Tryggingastofnunar ríkisins. Þær upplýsingar sem ég fæ frá Tryggingastofnun um samspil tekna og örorkubóta og hvenær tekjur skerða bætur eru vægast sagt lélegar.

Ég er ennþá í meðferð vegna krabbameinsins og hef þurft að borga háar upphæðir í lyfjakostnað vegna meðferðarinnar. Á meðan ég gat unnið lagði ég fyrir viðbótarlífeyrissparnað. Ég ákvað því að taka út hluta af viðbótarsparnaðinum til að geta greitt fyrir lyfin, fæði og húsnæði. Viðbótarlífeyrissparnaður reiknaðist sem tekjur og Tryggingastofnun hefur krafið mig um mörg hundruð þúsund í endurgreiðslu. Ég hef áður fengið kröfu um endurgreiðslu þó svo að ég sé óvinnufær. Ég hef ítrekað sótt um niðurfellingu þessara krafna vegna þeirra aðstæðna sem ég er í en fæ alltaf synjun.

Krafa Tryggingastofnunar um endurgreiðslu þýðir að ég fæ svo litlar bætur að ég get ekki greitt fyrir húsnæði, fæði og kostnað sem fylgir krabbameinsmeðferðinni. Ég bara spyr hvað á ég að gera?

Samfélagsstyrkir Landsbankans

Landsbankinn veitir 20 milljónum króna í samfélagsstyrki árið 2015 sem úthlutað er í tvennu lagi og koma 10 milljónir til úthlutunar nú í haust. Umsóknarfrestur er til og með 12. október næstkomandi.

Verkefni sem einkum koma til greina:

- Verkefni mannúðarsamtaka og góðgerðarfélaga
- Verkefni á sviði menningar og lista
- Menntamál, rannsóknir og vísindi
- Forvarna- og æskulýðsstarf
- Sértæk útgáfustarfsemi

Á hvoru úthlutunartímabili verða veittir styrkir að upphæð:

- 1.000.000 krónur
- 500.000 krónur
- 250.000 krónur

Umsóknarfrestur vegna samfélagsstyrkja er til og með mánudeginum **12. október 2015**. Rafrænar umsóknir og nánari upplýsingar á **landsbankinn.is**.

Samfélagssjóður Landsbankans hefur það hlutverk að veita styrki til verðugra verkefna. Meðal styrkveitinga úr sjóðnum eru námsstyrkir, samfélagsstyrkir og umhverfisstyrkir.

Landsbankinn landsbankinn.is 410 4000

JÓNSSON & LE'MACKS · jl.is · SÍA

Er kirkjan til mannsins vegna eða maðurinn hennar vegna?

Þórir Stephensen
fv. dómkirkjuprestur og staðarhaldari í Viðey

Sumir hafa fundið að orðinu „hjón“ um samkynhneigt par. Ég hef svarað því til, að fyrst hægt sé að kalla konu prest, þá sé hitt í lagi.

Hjónavígslur samkynhneigðra eru áberandi í þjóðfélagsumræðunni nú um stundir. Kirkjan er þó fyrir allnokkrum árum búin að samþykkja hana og hefur lagt prestum í hendur ritúal fyrir slíkar athafnir. Ég veit ekki til þess, að neinum samkynhneigðum pörum hafi verið neitað um vígslu og gleðst yfir því, enda væri slíkt illa gert. En vegna ákvæðis um samviskufrelsi gæti slík neitun samt átt sér stað og er, að mínum dómi, eitthvað það fráleitasta sem prestur getur gert.

Fyrir mér eru málefni samkynhneigðar afar einföld. Í samtölum við sálfræðinga og foreldra fékk mín eigin hugsun staðfestingu. Kynhneigð þessa fólks, eins og annarra, er meðfædd. Þar með verður ekki undan því vikist að viðurkenna, að hún er sköpun Guðs. Og í mínum huga á hún öll sama rétt. Svo einfalt er það og meira þarf í raun ekki að segja.

En þá aftur að fyrirsögninni. Hvað er kirkja? Hún er samfélag þeirra, sem trúa á Jesú Krist sem drottin sinn og frelsara. Hún er, með öðrum orðum, samfélag manna, sem vilja lifa samkvæmt kenningu og fordæmi smiðsins Jesú Jósefssonar frá Nasaret.

Sjálfsögð gjörð

Hvað kenndi hann þá, og hvaða fordæmi gaf hann? Um það er margt hægt að segja, en við skulum líka einfalda það. Hinn samkynhneigði hluti mannkyns hefur átt mjög erfitt og á það enn víða. Við Íslendingar höfum borið gæfu til að skapa þessu fólki jafnrétti á flestum sviðum og yfirleitt umvafið það kærleika í samfélaginu. Mér finnst það hafa verið sjálfsögð gjörð. Þeir eru bræður okkar og systur. Það er grundvallaratriði í boðskap Krists að elska þau eins og okkur sjálf. Og hvar sem manneskja á erfitt, að ég tali nú ekki um þá sem sæta ofsóknum, þá er kallið sterkast til kristinna manna um hjálp, fórnfýsi, bróðerni. Þar hefur enginn leyfi til að spyrja um þjóðerni, trúarbrögð, kynhneigð eða annað. Þegar systkini þitt er hjálparþurfi, þá er skylda þín ljós. Þú hlýtur að gleðjast ef þú átt tækifæri til að hjálpa og þar eiga engar hugrenningar aðrar að komast að.

Sumir hafa fundið að orðinu „hjón“ um samkynhneigt par. Ég hef svarað því til, að fyrst hægt sé að kalla konu prest, þá sé hitt í lagi. En margt í kringum þetta er nýtt og framandi. Ég er þó viss um, að við erum að skapa því betra samfélag eftir því sem jöfnuður, skilningur og umburðarlyndi fá betri vaxtarskilyrði.

Jesús sagði komið til mín allir, þér sem erfiðið og þunga eruð hlaðnir og ég mun veita yður hvíld. Sá sem reynir að leggja stein í veg fyrir hamingjusama sambúð samkynhneigðra, skilur ekki rétt dýptina í þessum boðskap.

Kirkjan varð til mannsins vegna. Þar eiga að gilda orðin í sálminum fallega: „Í húsi mínu rúmast allir, allir.“

Sálfræðimeðferð – réttindi eða forréttindi?

Hrund Þrándardóttir
formaður Sálfræðingafélags Íslands

Sálfræðingafélag Íslands hefur ítrekað fundað með yfirvöldum og bent á þetta ósamræmi í niðurgreiðslu á heilbrigðisþjónustu.

Í nýlegu viðtali á visir.is lýsir ung kona því að hún hafi verið í sálfræðimeðferð við kvíða og þunglyndi sem hafi borið góðan árangur. Henni hafi hins vegar brugðið þegar hún áttaði sig á kostnaðinum sem var mikill. Sálfræðimeðferð er nefnilega ekki niðurgreidd af Sjúkratryggingum líkt og flest önnur heilbrigðisþjónusta.

Sálfræðingafélag Íslands hefur ítrekað fundað með yfirvöldum og bent á þetta ósamræmi í niðurgreiðslu á heilbrigðisþjónustu og lýst áhyggjum af takmörkuðu aðgengi almennings að þjónustu sálfræðinga hjá ríki og sveitarfélögum sem er m.a. tilkomið vegna langra biðlista og/eða skertrar þjónustu.

Klínískar leiðbeiningar byggja á bestu þekkingu hverju sinni, meðal annars út frá rannsóknum á árangri meðferðar og er markmiðið með þeim að vísa veginn í átt að bestu mögulegu meðferð með sem minnstri áhættu og án óhóflegs kostnaðar.

Hérlendis hafa klínískar leiðbeiningar sem segja til um greiningu og meðferð þunglyndis og kvíða verið samþykktar af Landlæknisembættinu. Samkvæmt þeim ætti sálfræðimeðferð, nánar tiltekið hugræn atferlismeðferð, að vera fyrsta meðferðarval við kvíða og vægu til miðlungs þunglyndi. Það er einmitt meðferðin sem bar góðan árangur hjá ungu konunni en hún þurfti að greiða fyrir úr eigin vasa. Meðferð sem hún myndi kjósa að halda áfram í ef hún hefði efni á því. Meðferð sem rannsóknir hafa sýnt að nýtist og gagnast best, ekki einungis fyrir einstaklinginn heldur einnig fyrir þjóðfélagið.

Sálfræðiþjónusta borgar sig. Rannsóknir hafa sýnt að ef rétt er haldið á spilunum, ef farið er eftir klínískum leiðbeiningum og sú meðferð nýtt sem gagnast best, fækkar þeim sem flosna upp úr námi eða vinnu, veikindadögum fækkar og einstaklingum á örorkubótum fækkar. Þar sem sálfræðiþjónusta er ekki niðurgreidd eiga hins vegar margir þeirra sem kljást við kvíða og þunglyndi ekki kost á að nýta sér slíka meðferð. Meðferð þar sem fólki eru kenndar leiðir til að kljást við sinn vanda í daglegu lífi, fyrirbyggja frekari vanda og hámarka lífsgæði sín.

Fólk á að hafa raunverulegan aðgang að þeirri meðferð sem virkar best. Sálfræðimeðferð fyrir þá sem á þurfa að halda á að teljast til réttinda, ekki forréttinda.

Ríkisstjórnin heldur kjörum aldraðra niðri

Björgvin Guðmundsson
formaður Félags eldri borgara í Reykjavík og nágrenni

Ekkert bólar á því, að ríkisstjórnin ætli að bæta kjör aldraðra og öryrkja á þessu ári í kjölfar nýrra kjarasamninga 1. maí. Kjör láglaunafólks voru orðin svo bágborin, að verkalýðshreyfingin og meirihluti þjóðarinnar taldi nauðsynlegt að hækka lágmarkskaup myndarlega.

Sömu rök gilda fyrir nauðsyn þess að hækka lífeyri aldraðra og öryrkja verulega. Allur þorri almennings telur jafnmikla nauðsyn á að hækka lífeyri þeirra eldri borgara, sem verst eru staddir eins og að hækka lægstu laun. En ríkisstjórnin lætur sér sæma að halda lífeyri óbreyttum, þegar laun allra í þjóðfélaginu eru að hækka! Ríkisstjórnin heldur lífeyri aldraðra og öryrkja niðri í 8 mánuði. Ég veit ekki hvað á að kalla þetta atferli ríkisstjórnarinnar en það er líkast því sem það sé verið að níðast á lífeyrisþegum.

Kjaragliðnun í ár álíka og á öllum krepputímanum!

Þegar kaup allra launþega hækkar en ekki lífeyrir aldraðra og öryrkja verður kjaragliðnun. Lífeyrir aldraðra og öryrkja dregst aftur úr launum. Þetta gerðist á krepputímanum 2009-2013. T.d. hækkuðu laun um 16% árin 2009 og 2010 en lífeyrir aldraðra og öryrkja frá TR hækkaði ekki um eina krónu á sama tímabili. Nú endurtekur sagan sig. Lágmarkslaun hækkuðu um 31.000 kr 1. maí sl. en lífeyrir hækkaði ekki um eina krónu. Kjaragliðnunin í ár verður álíka og á öllum krepputímanum!

Ráðherrunum finnst þetta í lagi!

Og svo virðist sem ráðherrunum finnist þetta allt í lagi. Þeir kjafta bara um, að lífeyrir eigi að hækka einhver ósköp seinna, 8 mánuðum seinna en laun hækkuðu! Og forsætisráðherrann talar fjálglega um methækkun lífeyris, eitt metið enn! Hann talar um mestu hækkun í sögunni. Aldraðir og öryrkjar hafa hins vegar ekkert gagn af pappírshækkunum. Þeir taka ekkert mark á neinu tali um hækkanir fyrr en þeir finna þær í buddunni. Og það verður ekki í bráð!

Síðan er það ekki rétt, að um einhverja „methækkun“ sé að ræða. Jóhanna Sigurðardóttir hækkaði lífeyri aldraðra og öryrkja um tæp 20% um áramótin 2008/2009, þ.e. þeirra, sem voru verst staddir, og hún hækkaði hjá hinum um 9,6%. Og þetta gerði hún án þess að masa um það í marga mánuði áður en það kom til framkvæmda. Aldraðir krefjast þess að fá hækkun strax. Þeir geta ekki beðið. Það er ekki erfiðara að samþykkja strax hækkun til aldraðra og öryrkja en að samþykkja hátt framlag til móttöku flóttamanna. Afgreiðslan á flóttamannaframlaginu leiðir í ljós, að vilji er allt sem þarf.

En ríkisstjórnin lætur sér sæma að halda lífeyri óbreyttum, þegar laun allra í þjóðfélaginu eru að hækka!

Aldraðir fái það sama og launamenn

Láglaunafólk fékk 14,5% hækkun á launum sínum 1. maí og síðan var samið um, að laun verkafólks mundu hækka í 300 þúsund á mánuði á 3 árum. Aldraðir vilja fá nákvæmlega sömu hækkun og á sama tíma. Það var samþykkt á landsfundi LEB og í kjaranefnd FEB. Og þetta er sanngirnis- og réttlætismál.

Orkusýn sagt upp í Hellisheiðarvirkjun

Jakob S. Jónsson
starfandi leiðsögumaður

Það er athyglisvert að lesa um það sem er í gangi hjá Orkuveitu Reykjavíkur á www.visir.is þann 15. september sl. Dótturfélag OR, Orka náttúrunnar, hefur um nokkurt árabil haft leigusamning um húsnæði móðurfyrirtækisins við lítið einkafyrirtæki, Orkusýn, sem hefur á grundvelli þessa leigusamnings rekið jarðhitasýningu í Hellisheiðarvirkjun.

OR starfrækti áður mikla kynningardeild en ákvað að hagræða í rekstri og nánast leggja niður kynningardeildina. Ári síðar hóf fyrrum deildarstjóri hennar, Auður Björg Sigurjónsdóttir, rekstur jarðhitasýningarinnar ásamt Kristni Gíslasyni, eiginmanni sínum, með áðurnefndan leigusamning við ON í höndunum. Nú ætlar sumsé ON að segja upp samningnum við hjónin og taka sjálft yfir rekstur þeirra.

Uppsögn samningsins er merkileg ráðstöfun með hliðsjón af því, að rekstur þeirra hjóna hefur almennt verið talinn með ágætum. Undirritaður hefur reynslu af því sem leiðsögumaður en þeir eru ófáir, ferðamennirnir, sem hafa komið með mér í Hellisheiðarvirkjun og notið sýningarinnar og þeirrar aðstöðu sem þau Auður Björg og Kristinn hafa byggt upp. Sýningin almennt talin aðgengileg og fróðleg og margir haft á orði, að hún hafi verið hápunktur Íslandsferðarinnar. Það er ekki slæm einkunn. Sem leiðsögumaður get ég vitnað um að samvinna við þau hjónin og fyrirtæki þeirra hefur ávallt verið með mestu ágætum.

Varpað fyrir róða

Ekki ætla ég að segja Orkuveitu Reykjavíkur eða Orku náttúrunnar hvernig þau skuli haga sínum rekstri. En athygliverðar eru skýringar upplýsingafulltrúa beggja fyrirtækja, Eiríks Hjálmarssonar, á því hvers vegna samningnum skuli sagt upp við Auði Björgu og Kristin og þeirra uppbyggingarstarfi varpað fyrir róða.

Ákvæði í núgildandi samningi „banna/ að hann verði framlengdur. Nú er komið „nýtt fyrirtæki“ sem reki virkjanirnar, fyrirtæki á „samkeppnismarkaði“. Þar finnist mönnum eðlilegt að „fyrirtækið sjái sjálft um að kynna sig og sína starfsemi“. Svo segir Eiríkur að „krafa“ Auðar Bjargar og Kristins, um að þau fái rúmar fjörutíu milljónir fyrir þegar bókuð framtíðarviðskipti við uppsögn, „óhemju há fjárhæð að greiða leigjanda þegar leigusamningi lýkur“.

Síðasta setningin leynir á sér. Hugtökin leigjandi og leigusamningur skapa þá hugmynd hjá lesanda, að Auður Björg og Kristinn hafi verið venjulegir leigjendur. Slíkir eru auðvitað ekki leystir út með gjöfum. En málið er einfaldlega það, að þau skilja eftir sig verðmæti sem falla OR og ON í skaut við uppsögn samningsins; þau geta ekki tekið þau verðmæti með sér út úr Hellisheiðarvirkjun og það vita menn þar á bæ ósköp vel. Það má auðvitað deila um upphæðina, en hitt orkar ekki tvímælis, að fyrirtæki þeirra hjóna hefur unnið kraftaverk hvað varðar kynningarstarf á orkumálum okkar Íslendinga og nær það langt út fyrir mörk bæði OR og ON. Það er nokkurs virði, svo ekki sé fastar að orði kveðið.

Uppsögn samningsins er merkileg ráðstöfun með hliðsjón af því, að rekstur þeirra hjóna hefur almennt verið talinn með ágætum.

Svo má auðvitað hafa skoðun á ákvæði sem „banni“ framlengingu samnings. Slíkt ákvæði hefur það gildi sem samningsaðilar ákveða sjálfir og hér hafa OR og ON ákveðið að vísa til þess af þrjóskunni einni saman. Hið sama má gilda um hversu „eðlilegt“ það sé að fyrirtæki kynni sig og sína starfsemi, miðað við þá sýningu sem uppi stendur í Hellisheiðarvirkjun. Heiðarlegra væri að OR og ON kynntu á málefnalegum grunni hver þeirra framtíðaráform eru um rekstur orkusýningar, í Hellisheiðarvirkjun eða annars staðar.

Það finnst mér orkufyrirtækin skulda okkur, sem höfum í góðri samvinnu við Auði Björgu og Kristin beint ferðamönnum í Hellisheiðarvirkjun til að fræðast um orkunotkun okkar Íslendinga.

FYRIR HEIMILIN Í LANDINU

ÞVOTTADAGAR

AEG hafa verið vinsælustu þvottavélar á Íslandi í áratugi og eru enn, og tæknilega fullkomnari.

22% afsláttur af öllum **AEG** þvottavélum, þurrkurum og uppþvottavélum.

AEG

ÞVOTTAVÉL
Lavamat 61460TL
Tekur 6 kg af þvotti. 1400 snúningar. Öll hugsanleg þvottakerfi. Íslensk notendahandbók.

Nú kr. 93.520,-
Verð áður kr. 119.900,-

AEG

ÞVOTTAVÉL
Lavamat 62271F
Tekur 7 kg af þvotti. 1200 snúningar. Öll hugsanleg þvottakerfi. Íslensk notendahandbók.

Nú kr. 85.720,-
Verð áður kr. 109.900,-

AEG

ÞVOTTAVÉL
Lavamat 62471F
Tekur 7 kg af þvotti. 1400 snúningar. Öll hugsanleg þvottakerfi. Íslensk notendahandbók.

Nú kr. 93.520,-
Verð áður kr. 119.900,-

AEG

ÞVOTTAVÉL
Lavamat 76485FL
Tekur 8 kg af þvotti. 1400 snúningar. Öll hugsanleg þvottakerfi. Kolalaus mótor. Íslensk notendahandbók.

Nú kr. 116.920,-
Verð áður kr. 149.900

AEG

ÞURRKARI - BARKALAUS
T61270AC
Tekur 7 kg af þvotti. Ný tegund af tromlu sem minnkar slit og dregur úr krumpum. Snýr tromlu í báðar áttir og er með rakaskynjara.

Nú kr. 95.520.-
Verð áður kr. 119.900,-

AEG

UPPÞVOTTAVÉL
FSILENCM2P
Topplaus, undir borðplötu. Hljóðlát 39db með 5 þvottakerfi og þurrkun.

HVÍT **Nú kr. 101.320,-**
Verð áður kr. 129.900,-

STÁL **Nú kr. 109.120,-**
Verð áður kr. 139.900

AEG

UPPÞVOTTAVÉL
F66692MOP
Topplaus, undir borðplötu. Hljóðlát 43db með 5 þvottakerfi og þurrkun.

HVÍT **Nú kr. 116.920,-**
Verð áður kr. 149.900,-

STÁL **Nú kr. 124.720,-**
Verð áður kr. 159.900

ZANUSSI

ÞVOTTAVÉL
ZWF61200WK
Tekur 6 kg af þvotti, 1200 snúninga vinda og sjálfvirk vatnsskömmtun.

Verð áður kr. 79.900,-

Nú kr. 62.320,-

FYRIR HEIMILIN Í LANDINU

ORMSSON

LÁGMÚLA 8 · SÍMI 530 2800

Opnunartímar:
Virka daga kl. 10-18
Laugardaga kl. 11-15

ORMSSON Greiðslukjör
Vaxtalaust
í allt að 12 mánuði

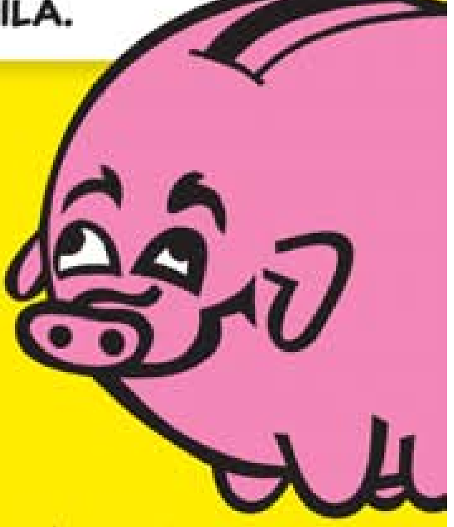
ORMSSON KEFLAVÍK SÍMI 421 1535	ORMSSON ÞRISTUR-ÍSAFIRÐI SÍMI 456 4751	KS SAUÐÁRKRÓKI SÍMI 455 4500	SR BYGG SIGLUFIRÐI SÍMI 467 1559	ORMSSON AKUREYRI SÍMI 461 5000	ORMSSON HÚSAVÍK SÍMI 464 1515	ORMSSON VÍK -EGILSSTÖÐUM SÍMI 4712038	ORMSSON PAN-NESKAUPSSTAÐ SÍMI 477 1900	ORMSSON ÁRVIRKINN-SELFOSSI SÍMI 480 1160	GEISLI VESTMANNAEYJUM SÍMI 481 3333	TÆKNIBORG BORGARNESI SÍMI 422 2211	OMNIS AKRANESI SÍMI 433 0300

Verð í þessari auglýsingu gilda til og með **11. október** a.m.k.

BÓNUS BÓNUS BÓNUS BÓNUS BÓNUS

LÆKKUM VÖRUVERÐ!

BÓNUS HEFUR Í OKTÓBER LÆKKAÐ RÚMLEGA 600 VÖRUR SEM BÓNUS FLYTUR INN FRÁ ERLENDUM BIRGJUM, BÓNUS MUN NOTA ÞAÐ SVIGRÚM SEM STYRKING ÍSLENSKU KRÓNUNNAR UNDANFARIÐ GEFUR TIL VERÐLÆKKUNAR OG TREYSTIR ÞVÍ AÐ GENGI KRÓNUNNAR VEIKIST EKKI Á NÆSTUNNI. VERÐLÆKKUNIN ER 2-5% MISMUNANDI EFTIR VÖRUM OG VÖRUFLOKKUM. BÓNUS BÝÐUR SAMA VERÐ UM LAND ALLT OG HEFUR FRÁ STOFNUN LAGT ÁHERSLU Á LÁGT VÖRUVERÐ TIL ÍSLENSKRA HEIMILA.



LÍFRÆNT Solla – Lífrænar heilsuvörur – 3-5% verðlækkun

HEIMA – Almenn heimilisvara – 3-5% verðlækkun

pukka – Lífrænt te – 3% verðlækkun

coolback Ihr Tiefkühlbäcker – Frosin brauð – 5% verðlækkun

Aviko – Franskar kartöflur – 5% verðlækkun

EURO SHOPPER – Almenn heimilisvara – 2-3% verðlækkun

THAI PRIDE – Austurlenskar vörur – 3% verðlækkun

Poco Loco – Mexíkóskur matur – 5% verðlækkun

PLAISIR – Kattamatur – 5% verðlækkun

NICKY – Eldhúsrúllur og klósettpappír – 5% verðlækkun

Blå Band – Sósur, súpur og grýtur – 3% verðlækkun

Semper – Barnamatur – 3-5% verðlækkun

Santa Maria – Mexíkóskur matur og krydd – 5% verðlækkun

BEST FRIEND – Gæludýravara – 5% verðlækkun

pastaZARA – Pastavörur – 3% verðlækkun

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

Við erum ekki „eymingjavædd“!

Ólafur Ólafsson
fv. landlæknir

Á síðustu dögum hefur orðið „veikindavæðing“ birst á síðum dagblaðanna. Við nánari skoðun kemur í ljós að strax eftir hrunið 2008 fjölgaði atvinnulausu vinnufæru fólki og þeim sem ekki náðu að framfæra fjölskylduna á þeim láglaunum sem buðust. Í ofanálag bættust við unglingar er horfið hafa úr framhaldsnámi og einnig vímuefnaneytendur.

Hér er stuðst við tölur frá Reykjavík og Hafnarfirði.

Afleiðingar hrunsins voru þær að margir höfðu vart til hnífs og skeiðar.

Sveitarfélögin gripu því til þess ráðs að veita fólki tímabundna fjárhagsaðstoð í stað þess að þvinga fólk til örorkubóta. Þetta var óvenju skynsamleg ráðstöfun enda eðlilegt að sveitarfélögin sinni málinu en ekki læknar. Nútímavæðingu í framhaldsskólanámi sem ýmsir kennarar hafa krafist hefur þó seinkað.

Nú er ljóst að í kjölfar bætts efnahagsástands hefur þeim er þurfa slíka fjárhagsaðstoð fækkað um 30 til 40%.

Við þessar aðstæður er ekki úr vegi að birta nokkrar upplýsingar um mátt og megin landans.

Þess má geta að greiðslur Almannatrygginga sem hlutfall af vergri landsframleiðslu til aldurhópsins 55-64 ára eru næstum 3x hærri á Norðurlöndum en á Íslandi.

Í alþjóðlegum samanburði er Ísland lágtekjuland þrátt fyrir að neysluvörur séu dýrar.

Ljóst er að Íslendingar eru óvenju vinnufúsir enda marktækt hærra hlutfall íbúa yngri sem eldri virkt í starfi í samanburði við önnur Vesturlönd. Svipaðar niðurstöður birtust í rannsókn Hjartaverndar fyrir um 35 árum.

Lífeyristökualdur, þ.e. þegar fólk hverfur úr starfi, er langhæstur á Íslandi borið saman við vestræn ríki. Réttindaaldur er einna hæstur á Íslandi. Meðalvinnutími á ári er einnig langhæstur á Íslandi og þýðir að almenningur starfar næstum einn aukamánuð á ári í samanburði við önnur vestræn ríki.

Að lokum má geta þess að tíðni örorku er lág á Íslandi á miðað við Norðurlönd. Að þessu má ráða að hlutfall íbúa sem vinnur lengstan vinnutíma er marktækt hærra en austan hafs og vestan. Má vera að Íslendingar séu „lengur að því“.

Mikilvægt er að geta þess að lítið hefur verið gert úr framleiðni Íslendinga. Í skýrslum Hagstofu Íslands (Landshagir 2014) kemur fram að Ísland er áttunda til níunda í röðinni 25 OECD-landa er gefa upp landsframleiðslu.

„Fulltrúar þjóðarinnar“ þurfa að þekkja þessar staðreyndir.

Sé ég ekki ástæðu til að veikindavæða umræðuna en framhaldsskólanámið verður að nútímavæða og efla varnir gegn vímuefnanotkun.

Vissulega á að hvetja fólk til starfa og jafnvel skilyrða samfélagsaðstoðina.

Heimildir: Upplýsingar frá „Þróun velferðar“ 2012 eftir G.B. Eydal og Stefán Ólafsson.
Global Age Watch. „Why Icelanders do not retire early“ eftir T.T. Herbertsson.
Landshagir 2014. Hagstofa Íslands.

Atvinnuþátttaka íbúa 15-64 ára

ÍSLAND	**86.6%**
Önnur norræn ríki	78,1%
OECD	70,6%
Bandaríkin	72,8%

Atvinnuþátttaka 55-64 ára

ÍSLAND	**79,0%**
Önnur norræn ríki	69,0%
Vestur-Evrópa	63,5%
Bandaríkin	60,0%

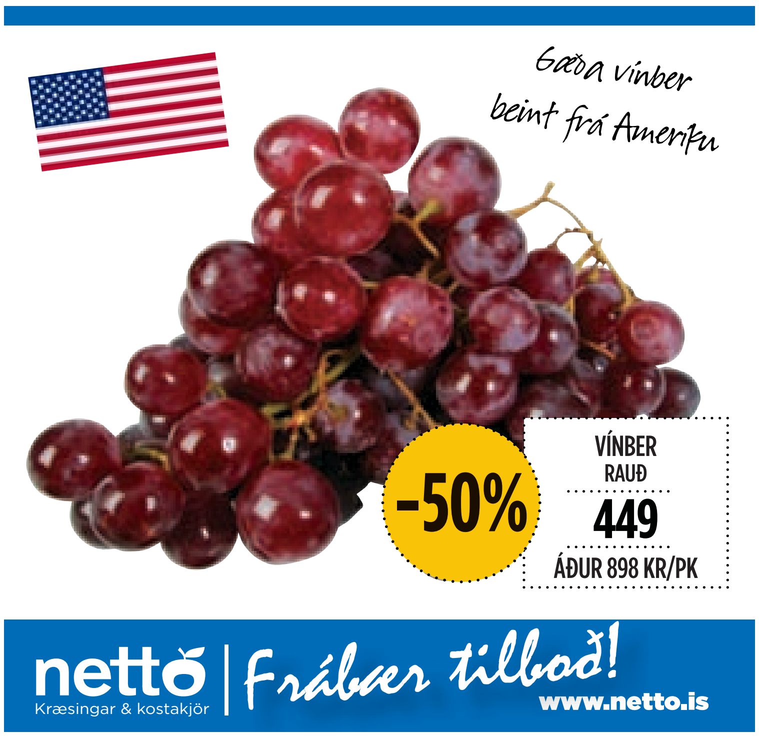
Meðalvinnustundir á ári

*** Hlutfall íbúa 15-64 ára sem eru starfandi /100**

ÍSLAND	**1.493 klst.**
Norðurlönd	1.208 klst.
Vestur-Evrópa	1.190 klst.
Bandaríkin	1.270 klst.

Lífeyristökualdur og réttindi fólks

	Karlar		Konur	
	Yfirgefa vinnumarkaðinn	Réttindaaldur	Yfirgefa vinnumarkaðinn	Réttindaaldur
ÍSLAND	**69,7**	**67,0**	**65,4**	**67,0**
Norðurlönd	65,1	65,7	63,3	65,7
Vestur-Evrópa	63,9	65,8	62,5	64,2
Bandaríkin	65,5	65,8	64,8	65,8



Auðveldara að flytja að heiman

Elsa Lára Arnardóttir
Haraldur Einarsson
Karl Garðarsson
þingmenn Framsóknarflokksins

Framsókn notaði slagorðið „Framsókn fyrir heimilin“ í síðustu kosningum og ekki að ástæðulausu. Okkar áhersla er og verður á heimilin í landinu.

4 af hverjum 10 Íslendingum á aldrinum 20-29 ára búa enn í foreldrahúsum samkvæmt tölum Hagstofunnar frá því í sumar. Þetta er nokkuð hátt hlutfall þegar litið er til nágrannalandanna sem við miðum okkur helst við, en t.d. er hlutfallið í Danmörku 10%. Hlutfallið hefur farið hækkandi hér á landi síðustu áratugi. Það má rekja til nokkurra þátta en ljóst er að hækkandi húsnæðisverð á stóran þátt í þessari þróun og er helsta ástæðan sem nefnd er þegar ungt fólk er spurt í dag.

Leiguverð hefur hækkað hratt síðustu ár og framboð hagkvæms og ódýrs húsnæðis er af skornum skammti. Húsnæðisverð hefur hækkað mikið og hefur vísitala íbúðaverðs á höfuðborgarsvæðinu til að mynda hækkað um 36,5% á einungis 4 árum. Á sama tíma er vilji ungs fólks frekar að kaupa en leigja.

Leiga raunhæfur valkostur

Við viljum auðvelda fólki að flytja að heiman og skapa sér sitt eigið heimili og á haustþingi verða teknar fyrir miklar aðgerðir í húsnæðismálum. Eitt af stóru málunum verður frumvarp um húsnæðisbætur en áætlað er að auka húsnæðisstuðning um 1,1 milljarð króna á næsta ári með það að markmiði að lækka byrði húsnæðiskostnaðar. Við viljum hækka grunnfjárhæð húsaleigubóta, hækka frítekjumarkið og hækka hámarkshlutfall bóta af leiguverðinu.

Einnig verður skattbyrði leigutekna lækkuð úr 14% í 10%. Með því sköpum við hvata fyrir fasteignaeigendur til að gera langtímaleigusamninga og þannig aukum við framboð og öryggi leigjenda með framtíðarhúsnæði í huga.

Auðveldum kaup á fyrstu eign

Við viljum einnig festa í sessi þann hvata til sparnaðar að þeir sem hafa sparað tilgreint hámarkshlutfall af tekjum í tiltekinn tíma geti tekið sparnaðinn út skattfrjálst, þannig að ungu fólki verði heimilt að nýta séreignarsparnað við kaup á fyrstu íbúð.

Auk þess viljum við veita lánveitendum svigrúm til þess að horfa til fleiri þátta en greiðslumats við ákvörðun um lántöku, en dæmi eru um að fólk sé að greiða leigu sem er mun hærri en afborganir af nýju húsnæði kæmu til með að vera, en komast þó ekki í gegnum greiðslumat.

Framsókn notaði slagorðið „Framsókn fyrir heimilin“ í síðustu kosningum og ekki að ástæðulausu. Okkar áhersla er og verður á heimilin í landinu.

Hvert stefnum við með skaðlegum hávaða í skóla? Eru heyrnarhlífar lausnin?

Dr. Valdís Ingibjörg Jónsdóttir
radd- og talmeinafræðingur

Ef hávaði í kennsluumhverfi er orðinn það hár að vinnuverndarlöggjöf mæli með því að kennarar noti heyrnarhlífar til að verja heyrnina, hvað þá með heyrn barnanna?

Ef hávaði í kennsluumhverfi er orðinn það hár að vinnuverndarlöggjöf mæli með því að kennarar noti heyrnarhlífar til að verja heyrnina, hvað þá með heyrn barnanna? Þeirra heyrn hlýtur samkvæmt því að vera í hættu ef ekki meiri þar sem heyrnfæri þeirra af líffræðilegum ástæðum eru jafnvel viðkvæmari fyrir hávaða en heyrnfæri fullorðinna.

Ef bæði börn og kennarar þurfa að ganga með heyrnarhlífar í kennslu, hvert erum við þá komin? Er ekki skóli mennta- og uppeldisstofnun sem byggist á talmáli sem þarf að vera heyranlegt? Þegar hávaði er kominn um og yfir þau mörk sem talin eru hættuleg heyrn þá er hann löngu kominn yfir þau mörk að við getum heyrt okkur til gagns og löngu kominn yfir þau mörk sem raddfæri okkar þola.

Ekki gefast upp fyrir vandanum

Það sem þarf að gera er að setjast niður og athuga hvað það er sem veldur hávaðanum og ráðast á vandann frá rótum en ekki að gefast upp fyrir honum og nota heyrnarhlífar. Hávaði í skólaumhverfi er erilshávaði, þ.e.a.s. hávaði sem skapast af athöfnum þeirra sem þar dvelja. Slíkur hávaði er óútreiknanlegur og ófyrirsjáanlegur og því gefur meðaltal í mælingum litla mynd. Það þarf að skoða hvaðan hávaðinn kemur og hvernig hann er.

Er þetta ómenning sem við erum andvaralaus gagnvart? Er þetta slíkt þekkingarleysi að við gerum okkur ekki grein fyrir að við getum verið að skaða bæði raddbönd og heyrn? Væri ekki nær að athuga hvort eitthvað í innra starfi skólans geti valdið þessu svo sem fjöldi barna í hóp. Getur verið að eitthvað í umhverfinu megi laga eins og t.d. val á leikföngum og leiktækjum?

Börn eru að taka út málþroska á sínum fyrstu árum og dvelja meiri part dags í leikskólum og skólum. Ef hávaðinn er of mikill ná þau ekki að byggja upp mál sér til gagns hreinlega vegna þess að þau heyra ekki nægilega vel það sem er sagt. Það leiðir af sér þá hættu að þau geti t.d. ekki lesið sér til gagns. Gæti þar t.d. verið komin ein af ástæðunum fyrir ónægum árangri í lestri?

Ef lausnin er sú að bæði kennarar og nemendur fari að ganga með heyrnarhlífar í skóla þá er kominn tími á að þróa upp aðra samskiptaleið en þá sem byggist á töluðu máli sem er okkar eðlilega leið til samskipta. Það má ekki gleyma því að hlutverk skólans hefur verið skilgreint sem fræðslu- og uppeldishlutverk. Fram til þessa hefur fræðsla og uppeldi farið fram á munnlegum nótum sem hlýtur að byggjast á því að röddin geti borið hið talaða orð til eyrnanna.

FÓLK

KYNNINGARBLAÐ

Nördar á sýningarpallana

Kynbombur hafa oftar en ekki verið áberandi á ítölsku sýningarpöllunum á tískuvikunni í Mílanó. Annað var upp á teningnum nú nýverið þegar nördarnir fengu að njóta sín.

SÍÐA 4

ÆTLAR AÐ LÆKKA RAFTÆKJAVERÐIÐ

TOUCH KYNNIR *Touch heita þráðlaus heyrnartól sem komu á markað fyrir skemmstu. Frumkvöðullinn Garðar Garðarsson byrjaði að þróa þau fyrir ári og standa þau að hans sögn jafnfætis öðrum sambærilegum heyrnartólum að gæðum. Verðið er þó langtum betra en þekkst hefur hingað til.*

„Ég hef verið að vinna að því þróa sjónvörp síðastliðin þrjú ár. Í tengslum við það hef ég ferðast til Kína og fyrir ári fékk ég þá hugmynd að bæta heyrnartólum við. Ég heimsótti verksmiðju í Kína og keypti þar heyrnartól sem ég hef síðan verið að þróa og breyta. Ég lét fjarlægja SD-kort og útvarp en efla hljóð og bassa í staðinn og útkoman er ansi góð. Hljómurinn er frábær og bassinn geggjaður og alveg á pari við sambærileg heyrnartól,“ segir Garðar Garðarsson.

Touch-heyrnartólin fást í verslunum N1. Fullt verð er 14.000 en N1 korthafar fá þau á 7.500 á meðan á sérstöku kynningartilboði stendur. Verðið á sambærilegum heyrnatólum er hins vegar í kringum 20 til 30 þúsund,“ segir Garðar sem hefur sett sér það metnaðarfulla markmið að lækka raftækjaverð á Íslandi. „Jóhannes í Bónus lækkaði matarverðið og ég ætla mér að lækka raftækjaverðið.“

Garðar er enn að þróa sjónvörpin en vonast til að þau komist á markað einhvern tíma á nýju ári. „Í dag er staðan þannig að fólk getur flogið til Danmerkur, keypt sér sjónvarp og komið með það heim en samt verið að borga minna en það myndi greiða fyrir sjónvarp út úr búð hér heima. Þessu vil ég breyta. Ég vil að fólk geti keypt gott sjónvarp á viðráðanlegu verði og jafnvel nokkur heyrnartól með,“ segir hann glaður í bragði.

Touch-heyrnatólin eru þráðlaus og hægt að tengja við símann, iPadinn, sjónvarp og önnur Bluetooth-tæki. Það má líka stinga þeim í samband. Með einu klikki er svo hægt að svara með þeim í símann,“ útskýrir Garðar. Hann segir þau tilvalin jafnt heima fyrir, á ferðinni og í ræktinni og hafa þeir sem hafa prófað lýst yfir mikilli ánægju með þau. „Ég er að vonum ánægður með það enda markmið mitt að vera með góðar vörur á verði sem allir geta verið ánægðir með.“

GÓÐUR BASSI Hljómurinn í heyrnartólunum þykir mjög góður. Þeir sem prófa eru flestir undrandi á gæðunum, sérstaklega í ljósi þess hvað þau eru á góðu verði.

KYNNINGARTILBOÐ Fullt verð er um 14.000 krónur. N1 korthafar fá heyrnartólin hins vegar á sérstöku kynningartilboði, eða á 7.500 krónur.

MEÐ BESTA VININN Magdalena er hér með Nölu sem er franskur bolabítur. MYND/STEFÁN

ALLTAF SKYNSÖM

SPURT&SVARAÐ *Magdalena Júlía Mazur er 21 árs nemandi í ferðamálafræði við Háskóla Íslands. Hún elskar tísku, ferðalög, söng og að kynnast nýju fólki. Hana dreymir um að ferðast um heiminn og eiga sitt eigið ferðaþjónustufyrirtæki en sjálf er hún ættuð frá Póllandi.*

Pælir þú mikið í tísku? Já og ég nota það til að móta minn eigin stíl.

Hvernig klæðir þú þig hversdags? Oftast í uppháar gallabuxur og Converse-skó eða strigaskó með þykkum botni. Veðrið hér á Íslandi leyfir okkur ekki að klæðast í falleg sumarföt eins og samfestinga, kjóla o.s.frv. En þannig myndi ég helst vilja vera klædd á hverjum degi.

Hvernig klæðir þú þig spari? Ég nota oftast svarta hæla, þeir eru klassískir og líta alltaf vel út! Ég er oftast í svörtum buxum en mér finnst langþægilegast að vera í buxum, plús það að veðrið leyfir okkur ekkert sérstaklega að vera berleggja í fallegum kjól. Því miður því ég elska flotta kjóla sem sýna leggi.

Hvernig lýsir þú stílnum þínum? Ég fer oftast eftir setningunni „Less is more“. Ég klæðist ekki ögrandi litum, frekar svörtum, hvítum, gráum og brúnum tónum. Stíllinn minn er ósköp venjulegur en ég reyni frekar að klæðast fötum og aukahlutum sem fara mér heldur en að setja á mig eitthvað bara af því að „það er í tísku“. Svo skynsemin er alltaf til staðar áður en ég klæðist einhverju.

Hvaðan færðu innblástur? Ég elska Chanel og Prada og reyni oft að stela einhverju frá þeim. En það eru líka margir aðrir tískubloggarar, aðallega erlendir, sem ég fæ innblástur frá.

Hvar kaupir þú fötin þín? Í útlöndum.

Eyðir þú miklu í föt? Alls ekki. En versla samt reglulega.

Hver er uppáhaldsflíkin þín? Svarta kápan mín frá Vero Moda, mjög þægileg og ég er búin að þvo hana nokkrum sinnum núna en hún lítur út eins og ný enn þá!

Hverju verður bætt við fataskápinn næst? Nýjum svörtum buxum úr Zöru sem ég kaupi reglulega og einnig nýrri tösku … og nokkrum öðrum flíkum !

Hver er helsti veikleiki þinn þegar kemur að tísku og útliti? Ég fell alltaf fyrir vörum sem hreinsa húðina eða geta bætt húðina! Að mínu mati er húðin númer eitt, tvö og þrjú þegar kemur að útlitinu. Varðandi tísku þá elska ég kápur og jakka. Flottur jakki eða kápa getur gert svo mikið.

Hvers konar fylgihluti notarðu? Gyllt úr sem ég fékk í 18 ára afmælisgjöf frá foreldrum mínum.

Áttu þér tískufyrirmynd? Coco Chanel

Kjóll, pils eða buxur? Buxur!

Háir hælar eða flatbotna? Bæði og!

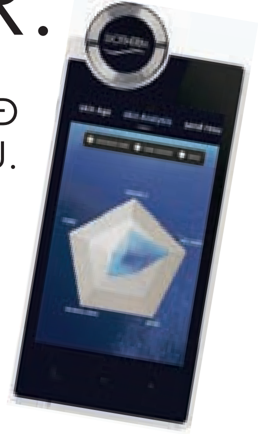
FÓLK ER KYNNINGARBLAÐ sem býður auglýsendum að kynna vörur og þjónustu í formi viðtala og umfjallana. Í blaðinu er einnig hefðbundið ritstjórnarefni. Blaðið fylgir Fréttablaðinu daglega.

Útgefandi: **365 miðlar** | Ábyrgðarmaður: **Svanur Valgeirsson**
Sölumenn: **Bryndís Hauksdóttir,** bryndis@365.is, s. 512 5434
Jón Ívar Vilhelmsson, jonivar@365.is, s. 512 5429
Hönnun: **Silja Ástþórsdóttir**

DEBENHAMS

BIOTHERM BOMBA

Í DEBENHAMS 8. - 14. OKTÓBER.



KOMDU OG FÁÐU **HÚÐGREININGU** MEÐ
NÝJA BLUE SMART HÚÐGREININGARTÆKINU.

***Kaupaukinn þinn þegar þú kaupir Biotherm vörur fyrir 7.800 kr. eða meira.**

Blue Therapy krem 15 ml, Serum 10 ml, andlitsvatn 125 ml, hreinsigel með kornum 50 ml og augnfarðahreinsir 30 ml.

*Gildir meðan birgðir endast

40% AFSLÁTTUR AF BLUE THERAPY SERUMI 50 ML

15% AFSLÁTTUR AF BLUE THERAPY LÍNUNNI

HREINSIMJÓLK OG ANDLITSVATN 400 ML
Á SAMA VERÐI OG 200 ML.

Finndu okkur á facebook

DEBENHAMS – SMÁRALIND
KONUR HERRAR BÖRN SNYRTIVÖRUR

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

8 rétta hlaðborð í hádeginu
TILBOÐ
KR. 1.590.-
OPIÐ KL. 11:00-14:00
Hlaðborðið er alla virka daga. ekki um helgar.
Kinahofid
NÝBÝLAVEGI 20 SÍMI 554-5022
kinahofid.is

Vandað sjónvarpsefni og fjarskipti á frábæru verði
FÁRÁNLEGA
FLOTTUR PAKKI
365
365.is
Sími 1817

UPPREISN NÖRDANNA

TÍSKUVIKA Í MÍLANÓ *Kynbomburnar sem áður einkenndu ítölsku sýningarpallana þurftu að víkja fyrir gleraugnaglámum í skynsamlegum skóm á tískuvikunni í Mílanó nýverið. Hönnuðir hjá tískurisum á borð við Gucci, Pucci, Jil Sander og Prada hafa veðjað á óvenjulegheitin þetta árið eins og sést á þessum myndum.*

hjá
Hrafnhildi
Engjateigi 5 // 581 2141 // hjahrafnhildi.is

FRÆGA FÓLKIÐ Sarah Jessica Parker Í New York klædd Burberry-slá sem virðist vinsæl hjá stjörnunum núna.

CHANEL Þeir eru alltaf frumlegir hjá Chanel.

CHLOE Þessi fallega slá frá Chloe er örugglega þægileg.

PONSJÓ KLÆÐIR FLESTAR KONUR

GLÆSILEGT *Ponsjó er það vinsælasta í dag. Á íslensku kallast ponsjó slá, stundum axlaskjól. Slárnar eru oft úr fallegri ull, þær eru þægilegar og fara flestum vel. Helstu tískuhönnuðir voru með ponsjó á tískupöllunum þegar haust- og vetrartískan 2015-2016 var kynnt. Slárnar henta vel íslensku veðri.*

Það hefur líklega ekki farið fram hjá neinum að svokölluð ponsjó eða yfirhafnaslár eru mikið í tísku um þessar mundir. Slárnar eru í öllum mögulegum litum og gerðum. Flestir tískuhönnuðir kynntu ponsjó í fyrra þegar þeir sýndu hausttískuna 2015 og vinsældirnar hafa orðið miklar. Í tískublöðum heimsins er talað um tískutrend eða ákveðna tískubylgju. Þeir sem vilja fylgja tískunni þurfa þess vegna að eiga að minnsta kosti eitt stykki slá.

Axlaslár voru vinsælar fyrir um tíu árum og skjóta upp kollinum aftur nú. Burberry kynnir slár úr vönduðum efnum í mismunandi útfærslum. Sumar slárnar minna á vönduð, íslensk ullarteppi. Burberry-slárnar eru sérstaklega vinsælar því Sarah Jessica Parker, Queen Latifah og Sienna Miller hafa allar nýlega sést í slíkri yfirhöfn. Þá er misjafnt hvort slárnar eru með kögri eða ekki.

Sagt er að hugmyndin af þessum nýju ponsjóum komi frá Suður-Ameríku. Það er svolítill Mexíkanasvipur á þessu. Ponsjó kemur í staðinn fyrir kápu, er hlýtt, klæðilegt og frjálslegt. Hér á síðunni má sjá nokkrar gerðir af slám frá þekktum hönnuðum.

BURBERRY Hér er önnur slá frá Burberry, svolítið frábrugðin þeirri sem skvísurnar í Hollywood völdu.

ARMANI Þessi virðist hlý og góð. Hún er frá Giorgio Armani.

SALVATORE FERRAGAMO Þessi síða slá (ponsjó) var sýnd á tískuviku í Mílanó þegar hausttískan 2015 var kynnt. Síð og falleg slá frá Salvatore Ferragamo.

MYNDIR/GETTY

BURBERRY Þessi Burberry-slá var sýnd á tískuviku í London þegar haust- og vetrartískan 2015/2016 var kynnt. Sláin er með kögri eins og sjá má.

RALPH LAUREN Allt hvítt í vetrartísku Ralph Lauren en vitaskuld er fyrirsætan með slá með kögri yfir sér.

SKREYTTIR ÖKKLAR

Ökklabönd snúa aftur í tískuheiminn frá tíunda áratugnum og verða allir að verða sér úti um slíkt fyrir vorið.

Ökklabandið fékk óvænt uppreisn æru á sýningarpöllum Calvin Klein og Chloé nýlega þegar vortískan var sýnd. Ökklaskartið var mikið notað á tíunda áratugnum sem annars hefur ekki verið sá áratugur sem hefur þótt vinsælt að sækja innblástur til. Olsen-systur, þær Mary-Kate og Ashley, hafa þó verið aðdáendur skartsins þar sem tvö ökklabönd voru hluti af skartgripalínu þeirra sem kom út árið 2011.

Mikilvægt er að bera ökklaband á fágaðan máta. Þau eiga helst að vera fínleg og nett með einföldum smáatriðum. Fallegt er að nota þau með stuttum sumarkjólum eða stuttum gallabuxum. Einnig má fylgja fordæmi Calvin Klein og klæðast léttum kjólum og hvítum lágum strigaskóm og skarta þungri gullökklakeðju. Afturhvarf til tíunda áratugarins gerist varla meira töff en það.

ENGIN BLAKE SEM SERENA

Aðdáendur þáttanna Gossip Girl eiga erfitt með að ímynda sér þættina án Blake Lively og Leighton Meester sem Serena og Blair.

Litlu munaði að Serena van der Woodsen og besta vinkona hennar, Blair Waldorf, hefðu verið töluvert ólíkar því sem aðdáendur Gossip Girl þáttanna þekkja þær í dag ef upprunalegar áætlanir aðstandenda þáttanna hefðu gengið eftir. Þau plön gerðu ráð fyrir að þær Ashley Olsen og Rumer Willis léku Serenu og Blair í stað Blake Lively og Leighton Meester.

Þetta kom fram í viðtali á vefsíðunni BuzzFeed við David Rapaport sem sá um leikaraval fyrir þættina. „Ég held að sjónvarpsstöðin hafi upphaflega komið með hugmyndina um Olsen og Willis. Ég elska Rumer, hún er orðin ótrúleg leikkona og manneskja en ég vildi fá einhverjar leikkonur sem voru minna þekktar. Blake Lively var í raun eina manneskjan sem ég gat hugsað mér sem Serenu.“

BRIDGET JONES SNÝR AFTUR

Kvikmyndin Bridget Jones Baby verður frumsýnd næsta haust. Myndin verður framhald myndanna um dagbók Bridget Jones. Leikkonan Renée Zellweger leikur Bridget eins og í fyrri myndum.

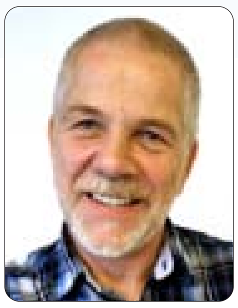
Renée Zellweger vakti athygli fyrir nokkrum mánuðum þar sem hún þótti hafa breyst í útliti. Nú hefur verið tilkynnt að upptökur standi yfir á þriðju Bridget Jones myndinni og fólk veltir fyrir sér hvort leikkonan þurfi þá að fita sig aftur. Myndirnar voru gerðar eftir bókum Helen Fielding, Bridget Jones's Diary, en sú fyrsta var frumsýnd 2001. Þriðja myndin hefur fengið nafnið Bridget Jones Baby. Af fyrstu ljósmyndum að dæma frá upptökum hefur dagbókin breyst í iPad. Sjálf Bridget er eins og áður ómáluð og frjálslega klædd – sem sagt Bridget fimmtán árum síðar.

Colin Firth er meðal leikara í myndinni en Hugh Grant hefur yfirgefið sviðið. Í staðinn kemur Patrick Dempsey sem er þekktur úr Grey's Anatomy.

AFTUR Í HLUTVERKI BRIDGET Renée Zellweger leikur Bridget Jones áfram í þriðju myndinni.

NUTRILENK - hollráð við liðkvillum. Náttúrulegt fyrir liðina

Get þakkað NUTRILENK frábæran árangur í keilu!



Það er ekki á hverjum degi sem sextugur maður nær 12 fellum í röð í keilu. „Ég vil nú bara vera hógvær og segja að þetta hafi verið hinn fullkomni leikur," Segir Davíð Löve, múrari, sem setti Íslandsmet í keilu í fyrra.„ Satt að segja var ég ekki í góðum málum fyrir þremur árum. Ég var búinn að fara í þrjár hnéaðgerðir á nokkra ára tímabili, var mjög slæmur og treysti mér engan veginn í aðra aðgerð. Til allrar hamingju ákvað ég að prófa NUTRILENK Gold. Ég tók inn 6 töflur fyrstu tvær vikurnar og það dugði mér til að verða góður. Nú tek ég 2 töflur á dag til að viðhalda batanum. Sem múrari er ég mikið á hnjánum og starfið reynir gríðarlega á liðina. Það má segja að það sé kraftaverki líkast að ég sé orðinn góður. Ég hvet því kollega mína í iðninni til að prófa og trúi því að NUTRILENK haldi mér góðum í keilunni amk næstu 20 árin," bætir Davíð við kíminn.

Davíð Löve 60 ára múrari og keilusnillingur

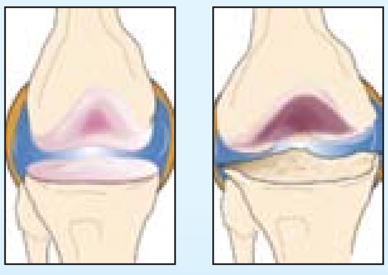
NUTRILENK bjargar mér frá skelfilegum verkjum

„Ég þarf að vera á andhormónalyfjum næstu árin til halda í skefjum brjóstakrabbameini sem ég greindist með fyrir einu og hálfu ári. Þessi lyf fóru þannig í skrokkinn á mér að ég var undirlögð af skelfilegum liðverkjum og upplifði mig eins og gamla konu. Ég var því ekki bjartsýn á það að geta tekið þessi lyf næstu 5 árin. Ég ákvað að prófa NUTRILENK og tók inn 2 töflur 3x á dag og fann mun viku seinna. Í kjölfarið gat ég minnkað skammtinn niður í 3 töflur á dag og það heldur mér góðri. Mér er mikið í mun að segja frá þessari reynslu því ég veit um margar konur í sambærilegri stöðu og þess vegna vona ég að NutriLenk geti hjálpi þeim eins og það hefur hjálpað mér. Ég er ótrúlega þakklát!

Lára Emilsdóttir 59 ára fjármálastjóri

Hvað getur Nutrilenk gert fyrir þig?

Við mikið álag og eftir því sem árin færast yfir getur brjóskvefurinn rýrnað sem veldur því að liðirnir slitna. Mjög margir finna fyrir óþægindum og verkjum þegar liðfletirnir núast saman, sérstaklega í liðamótunum í mjöðmum, hrygg og hnjám. Þess vegna er til mikils að vinna að styrkja liðbrjóskið á náttúrulegan hátt.



Heilbrigður liður | Liður með slitnum brjóskvef

Hefur hjálpað fjölmörgum

Nutrilenk Gold inniheldur brjósk úr fiski- og hákarlabeinum sem er öflugt byggingarefni fyrir bein og brjósk enda ríkt af kondritíni, mangan, kollageni og kalki. Nutrilenk hefur hjálpað fjölmörgum sem þjást af liðverkjum.

Prófið sjálf - upplifið breytinguna!

Nutrilenk er fáanlegt í flestum apótekum, heilsubúðum og heilsuhillum stórmarkaðanna

PRENTUN.IS

FYRIR VORIÐ 2016 Á nýjustu tískusýningu Chanel breytti Karl Lagerfeld sýningarpallinum í flugstöð, Chanel Airlines. Fyrirsæturnar drógu því margar hverjar á eftir sér flugfreyjutöskur af öllum gerðum. NORDICPHOTOS/GETTY

FURÐULEGIR FYLGI-HLUTIR CHANEL

TÍSKUSÝNINGAR/ FYLGIHLUTIR *setja oft punktinn yfir i-ið á tískusýningum. Karl Lagerfeld hjá Chanel er þekktur fyrir að blanda hversdagslegum munum inn í sýningar sínar með furðanlega góðum árangri. Þetta geta verið allt frá vart sýnilegum armböndum sem laumast með og til risastórra húllaveskja sem setja mark sitt á alla sýninguna. Hér eru nokkrir óvæntir fylgihlutir sem birst hafa á sýningum Chanel í gegnum tíðina.*

2012 Risastóru húlaveskin vöktu verðskuldaða athygli á sínum tíma.

2007 Gylltir skautar fengu að fljóta með á sýningarpallinn.

2014 (JANÚAR) Þessi virðist tilbúin á línuskautana með hlífar á hnjám og olnbogum.

2014 (SEPTEMBER) Femínískir upp-reisnarseggir voru þema tísku-sýningar Karls Lagerfeld. Þar lék gjallarhorn, merkt hinu epíska CC fyrir Chanel, stórt hlutverk.

2014 (MARS) Innkaupakarfa er nýstárlegt tískuveski.

YVES SAINT LAURENT

KYNNING Í LYFJUM & HEILSU KRINGLUNNI

8. - 11. OKTÓBER

NÝJASTA FEGRUNARLEYNDARMÁLIÐ FRÁ YSL

- Dagkrem sem hentar fyrir allar húðgerðir
- Samstundis rakagjöf sem endist í allt að 72 klst.
- Jafnar og bætir áferð húðarinnar
- Dregur saman opnar húðholur og vinnur á móti glansandi húð
- Gefur húðinni fullkomna satínáferð
- Hægt að nota eitt og sér, undir eða yfir farða

20% AFSLÁTTUR AF **YVES SAINT LAURENT**

NÝTT

COUTURE BROW – LITAÐ GEL FYRIR FULLKOMNAR AUGABRÚNIR

- Litað gel fyrir augabrúnir sem skerpir litinn og heldur þeim mótuðum allan daginn.
- Auðvelt og þægilegt í notkun hvort sem þú leitar eftir náttúrulegum eða þéttum og miklum augabrúnum.
- Fáanlegt í tveimur litatónum og endist í 24 klst.

Kaupauki fylgir með 2 eða fleiri keyptum vörum frá YSL á meðan birgðir endast

Lyf & heilsa
Kringlunni

MIKIÐ LAGT Á LÍKAMA

ÓHEILSUSAMLEGT *Margir þekktir leikarar í Hollywood hafa í gegnum tíðina bæði lést og þyngst fyrir hlutverk sín í kvikmyndum og oft hlotið lof fyrir.*

Leikarinn Matthew McConaughey er nánast óþekkjanlegur þessa dagana en hann hefur breytt útliti sínu töluvert fyrir myndina Gold en tökur á henni standa yfir. Hann er með skalla og hefur bætt töluvert á sig. Aðdáendur kappans vita að hann er óhræddur við að breyta formi sínu og útliti í takt við þau hlutverk sem hann tekur að sér. Sem dæmi þá létti hann sig gríðarlega þegar hann lék hlutverk hins HIV-smitaða Ron Woodroof í Dallas Buyers Club en hann og meðleikari hans, Jared Leto, léttust samtals um fjörutíu kíló við tökur á þeirri mynd.

CHRISTIAN BALE Leikarinn vakti mikla athygli fyrir sjúklegt útlit sitt í myndinniThe Machinist en fyrir hlutverkið léttist hann um þriðjung af eigin líkamsþyngd. Hann þyngdist aftur á móti töluvert fyrir Batman Begins.

Svona róttækar útlitsbreytingar eru alls ekkert einsdæmi í Hollywood og hafa bæði leikarar og leikkonur undirgengist slíkar breytingar. Charlize Theron, Tom Hanks, Christian Bale, Anne Hathaway og Natalie Portman eru meðal þeirra sem hlotið hafa Óskarsverðlaun eftir slíkar breytingar. Mörgum finnst þó að þetta sé ekki til eftirbreytni enda geti þessar breytingar orsakað allt of mikið álag á líkamann, hvort sem leikararnir létta sig eða þyngja. Þær raddir hafa líka heyrst að ekki ætti að verðlauna leikara í þessum hlutverkum því það geti gefið upprennandi leikurum og fólki sem lítur upp til stjarnanna þau skilaboð að aðeins á þennan hátt tileinki leikarar sér hlutverk sín og að það sé í lagi að misbjóða líkama sínum á þennan máta.

ROBERT DE NIRO Æfði mikið til að verða vöðvastæltur fyrir hlutverk sitt í kvikmyndinni Cape Fear frá árinu 1991.

ANNE HATHAWAY Leikkonan léttist um sjö kíló á tveimur vikum fyrir hlutverk sitt sem Fantine í Les Miserables með því að borða nánast ekkert og æfa mikið. Hún mælir ekki með því.

Matthew McConaughey við frumsýningu myndarinnar Dallas Buyers Club.

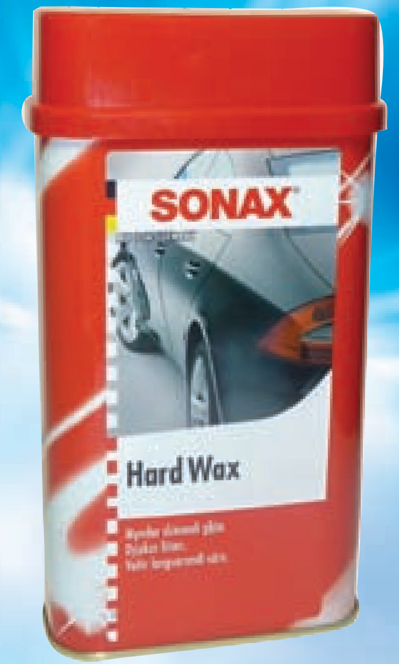
ÓÞEKKJANLEGUR Leikarinn Matthew McConaughey lítur svona út í dag. Þetta er mikil breyting frá útliti hans þegar hann lék í myndinni Dallas Buyers Club fyrir tveimur árum. MYND/GETTY

TOM HANKS Bæði þyngdi sig og létti við tökur á myndinni Cast Away.

JARED LETO Var aðeins um 53 kíló þegar hann lék í Dallas Buyers Club. Hann léttist með því að borða einfaldlega ekki.

ROONEY MARA Borðaði lítið þegar hún undirbjó sig fyrir hlutverk sitt í myndinni The Girl With the Dragon Tattoo.

MADE IN GERMANY
Since 1950



FÆST EINNIG Í 5 LÍTRA DUNKUM

HARD WAX - HREINSAR OG VERNDAR

SONAX **Hard Wax** er sérstaklega þróað með íslenskar aðstæður í huga. **Hard Wax** ver gegn áhrifum frá veðri, salti og öðrum umhverfisþáttum. Efnið hreinsar tjörurestar á auðveldan hátt ásamt því að hrinda frá sér óhreinindum og bleytu og er því kjörið í vetrarveðrinu.

SONAX®

ANTIK
ÚTSALA
20 – 50 % AFSLÁTTUR
20 % af smádóti
ÚTSALA 20-50%
{Skápar}
{Skenkir}
{Myndir}
{Styttur}
{Postulín}
{Silfur}
{Stólar}
{Borð}
30 – 50 % AF HÚSGÖGNU M
50 % AF BÓKUM
20 % AF SMÁHLUTUM
ANTIK BÚÐIN
552-8222
867-5117
VIÐ ERU Í HAMRABORG KÓPAVOGI

MINDCARE JAFNVÆGI OG EINBEITING

RARITET KYNNIR *Mikilvægustu næringarefnin fyrir hjarta og miðtaugakerfi í einni blöndu, MindCare Balance og Focus.*

Í nútíma þjóðfélagi er víða mikill hraði og streita. Vaxandi framboð og neysla á unnum og næringarsnauðum mat getur aukið líkur á fjölmörgum lífsstílssjúkdómum. Í ljósi þess tel ég mikilvægt að allir geri reglubundna hreyfingu að lífsstíl sem og vandi valið á mat og næringu,“ segir Víðir Þór Þrastarson, íþróttafræðingur og heilsunuddari.

„Sjálfur hef ég tamið mér slíkan lífsstíl og að auki tek ég inn fæðubótarefni til að fá nægjanlegt magn næringarefna svo líkaminn starfi á sem farsælastan hátt. Bætiefni sem hjálpa mér að takast á við streitu, auka einbeitingu, orku og vellíðan.

Útsölustaðir Lyfja, Apótekið og Heilsuhúsið

ALLT Í EINUM PAKKA

„Hingað til hef ég þurft að kaupa fjölmörg vítamín og bætiefni til að ná þessu fram. Nú er að koma á markað vara þar sem flest öll innihaldsefnin eru í einum pakka. MindCare er einstök vara þar sem vísindin og náttúran mætast. Einungis eru notuð bestu fáanlegu innihaldsefni með sannaða virkni. Með MindCare tel ég mig fullkomna næringarinntöku mína. Það eina sem ég tek að auki eru meltingargerlar (Optibac extra strong) og undir miklu álagi Sambucol, sem styrkir ónæmiskerfið.“

STYRKIR MIÐTAUGAKERFIÐ OG HJARTAÐ

MindCare Balance og Focus inniheldur lykil-næringarefni með sannaðri virkni til að styrkja miðtaugakerfið, hjarta og æðakerfi og starfsemi skjaldkirtils.

DAGLEGUR SKAMMTUR:

1 hylki af Omega 3 með 80% EPA/DHA, D3 1000AE og náttúrulegu E-vítamíni.
1 hylki af lykilnæringarefnum fyrir miðtaugakerfið.

VIÐURKENND VIRKNI

- Ómega-3 styrkir hjarta og æðakerfi og viðheldur eðlilegri heilastarfsemi
- B-vítamín, C-vítamín og magnesíum eru mikilvæg fyrir eðlilega starfsemi taugakerfis
- B-vítamín, C-vítamín, fólasín og magnesíum draga þar með úr streitu og stuðla að jafnvægi
- B-vítamín, magnesíum og fólat draga úr þreytu og sleni
- B5-vítamín er mikilvægt fyrir framleiðslu taugaboðefna og styrkir andlega virkni
- Koffín eykur athygli og orku
- Selenium er m.a. mikilvægt fyrir eðlilega starfsemi skjaldkirtils
- D-vítamín er nauðsynlegt öllum frumum líkamans, styrkir ónæmiskerfið, eðlilega vöðvastarfsemi og er mikilvægt fyrir hjarta og æðakerfi

EINSTÖK VARA Víðir Þór Þrastarson, íþróttafræðingur og heilsunuddari, tekur MindCare til að auka einbeitingu, orku og vellíðan.
MYND/GVA

Acetyl,l-carnitine, l-theanine, koffín og taurine

Extra sterkt 75% ómega-3 EPA & DHA D-vítamín - 25ug og náttúrulegt E-vítamín

B- og C-vítamín og sink og míkró næringarefni fyrir heilann

MindCare FOCUS Meiri einbeiting

Magnesíum glycinate og l-theanine

Extra sterkt 75% ómega-3 EPA og DHA D-vítamín - 25 ug og náttúrulegt E-vítamín

Fólasín, B-vítamín blanda, C-, D3- og E-vítamín og selenium

MindCare BALANCE Jafnvægi og slökun

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

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

Vandað sjónvarpsefni og fjarskipti á frábæru verði

FÁRÁNLEGA **FLOTTUR PAKKI**

365

365.is
Sími 1817

Með Skemmtipakkanum fylgja sex sjónvarpsstöðvar. Spennandi íslenskir og erlendir þættir, kvikmyndir og vandað talsett barnaefni. Að auki fá áskrifendur internet, heimasíma, Stöð 2 Maraþon og aðild að Vild.*

Með því að greiða 1.990 kr. aukalega færðu endalaust tal og 1 GB í GSM.

FÁÐU ÞÉR **ÁSKRIFT** á 365.is

SKEMMTIPAKKINN
9.290 kr.
Aðeins 310 kr. á dag

2 3 Krakkastöðin HBO BRAVO 2 MARAÞON Vild

*20 GB í interneti og 100 mín. í heimasíma á 0 kr. Greitt er 9,7 kr. upphafsgjald þegar hringt er úr heimasíma. Nánari upplýsingar á 365.is

BRJÁLAÐ KRINGLUKAST

20% AFSLÁTTUR AF ÖLLUM VÖRUM

COSMO
Kringlunni

GLÆNÝ HAUSTLÍNA

Við stelpurnar kynnum **glænýja haustlínu** ásamt nýrri skóvetrarlínu frá **JESSIGIRL**

HAPPDRÆTTI Á STAÐNUM

Skráðu þig í **happdrætti** á staðnum og þú gætir nælt þér í dress úr nýrri haustlínu Zik Zak

HELGA MÖLLER

Mætir kl. 20.00 í kvöld og heldur uppi stuðinu

20-50% afsláttur af völdum vörum!

KRINGLUKAST!

NÝJAR VÖRUR og **FRÁBÆR TILBOÐ** dagana 8-12. október

Stærðir
36-56
ZIKZAK
TÍSKUHÚS
Verð
5.990,-
st. 36-41
Verð
9.990,-
st. 36-41
JESSIGIRL
Verð
8.990,-
st. 36-41
Verð
5.990,-
st. 36-41
Verð
8.990,-
st. 36-41
Verð
9.990,-
st. 36-41
Einnig til í svörtu!
Verð
9.990,-
st. 36-41
Einnig til í bláu og brúnu!
Verð
11.990,-
st. 36-41
Verð
8.990,-
st. 36-41
Verð
9.990,-
st. 36-41
Tískuhús Zik Zak • www.Facebook.com/zikzakkringlan • 1. hæð Kringlunnar • Sími: 551-1314

GULL OG GLITRANDI JAKKAFÖT

GLAMÚRGAUR *Bruno Mars á stórafmæli í dag. Hann þykir flottur í tauinu bæði á sviðinu og utan þess.*

Tónlistarmaðurinn Bruno Mars er þrítugur í dag. Hann heitir reyndar Peter Gene Hernandez en brúkar Bruno á sviði. Hann fæddist á Hawaii 1985 og ólst upp í músíkalskri fjölskyldu. Hann fór snemma að semja tónlist, syngja og dansa og æfði sig víst tímunum saman í að dansa eins og Elvis.

Bruno Mars er afar líflegur á sviði og hefur upplifuninni á tónleikum hans jafnvel verið líkt við tónleika Michaels Jackson. Hann býður áhorfendum iðulega upp á „old school showmanship“ með bandi sínu, The Hooligans. Bruno hlustaði á Elvis sem barn og sækir innblástur að sviðsframkomu sinni til Prince, Michaels Jackson og Little Richards. Þá hafði hann sem unglingur sérstakt dálæti á söngvurum sem lá hátt rómur eins og Sting, Freddie Mercury og Steve Wonder.

Áhrifa þessara áhrifavalda má einnig sjá í fatastíl Brunos, oft er hann með hatt á sviði, í jakkafötum, svörtum, rauðum eða jafnvel glitrandi gylltum eða í hressilega munstruðum stuttermaskyrtum. Hann er glysgjarn og skreytir sig með armböndum og gullfestum en hversdags klæðir hann sig á afslappaðan máta, í strigaskó, gallabuxur og leðurjakka.

Bruno var handtekinn árið 2010 í Las Vegas með kókaín í fórum sínum, greiddi sekt og skilaði af sér 200 klukkustundum í samfélagsvinnu. Hann hætti að reykja fyrir mömmu sína árið 2013 með aðstoð rafsígaretta og varð svo hrifinn að hann fjárfesti í fyrirtækinu sem framleiðir rafsígaretturnar. Þá er hann duglegur að styrkja tónlistarmenntun barna. Bruno Mars var í 12. sæti yfir ríkustu tónlistarmennina á Billboard-listanum árið 2013 og árið 2014 var hann í 13. sæti yfir áhrifamestu stjörnur heims.

GLYSGJARN Gyllt munstur og gylltar festar.

SVALUR Hatturinn setur punktinn yfir i-ið.

GLAMÚR Bruno sækir innblástur meðal annars til Little Richards í sviðsframkomu og klæðaburði.

LAME DUDES Á TEXASBORGURUM Snorri Björn Arnarson og Hannes Birgir Hjálmarsson úr blússveitinni Lame Dudes spila á Texasborgurum í kvöld klukkan 21. MYND/TEXASBORGARAR

LIFANDI TÓNLIST Á TEXASBORGURUM

Texasborgarar við Grandagarð hafa komið sér upp góðu hljóðkerfi og bjóða listamönnum úr öllum áttum að troða upp á fimmtudagskvöldum. Tilvalinn vettvangur fyrir hljómsveitir, trúbadora, uppistandara, ljóðskáld, rithöfunda og aðra sem vilja koma sjálfum sér og sínu efni á framfæri. Útfærsla og fyrirkomulag eftir samkomulagi.

Áhugasamir hafi samband við Magnúsi Inga í síma 696-5900 eða með tölvupósti, magnusingi@gmail.com.

TÓNLEIKAR FIMMTUDAGINN 8. OKTÓBER KL. 21

Snorri Björn Arnarson og Hannes Birgir Hjálmarsson úr blússveitinni Lame Dudes ríða á vaðið fimmtudaginn 8. október kl. 21. Upplagt að skella sér með vinunum og fá sér borgara áður en piltarnir stíga á svið.

NÁNAR Á FACEBOOK UNDIR LIFANDI TÓNLIST Á TEXASBORGURUM

VILTU TROÐA UPP Á TEXASBORGURUM?

BÍLAR & FARARTÆKI

Bílalíf

NÝR BÍLL
MMC OUTLANDER INTENSE. Árg.2015, dísel, sjálfskiptur, mjög vel útbúin, er á staðnum. Okkar verð 5.890.000.- Rnr.127099. S:562-1717.

NÝR BÍLL
HYUNDAI I10.Árg.2015,bensín,5 gírar,valinn smábíll ársins,er á staðnum.Verð 1.990.000. Rnr.127239. S:562-1717.

Bílalíf
Klettháls 2, 110 Reykjavík
Sími: 562 1717
Opið 10-18 virka daga
www.bilalif.is

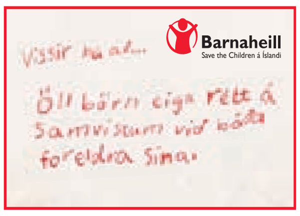
BORGARBÍLASALAN

MOLINN
RENAULT Clio dynamic Árg 2015 ekin aðeins 25þkm dísel, sjálfskiptur. Besta verð 2.690.000. Rnr.460030. sími 6952015

SÁ VINSÆLASTI
VW Caddy sendibíll. Árgerð 2006, ekinn 147 Þ.KM, dísel þaklúga og dráttarbeisli vsk bíll beasta verðið 1.190.000. 100% fjármögnun í boði Rnr.450378.sími 6952015

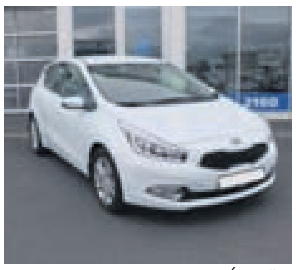
SENDIHÚSBÍLL
TOYOTA Hiace 4wd langur árg2006 ekin aðeins 185 þ km innréttingar geta fylgt besta verðið 1.980.000. Rnr.450327.sími 6952015

Borgarbílasalan
Funahöfða 1, 110 Reykjavík
Sími: 580 8900



ASKJA
NOTAÐIR BÍLAR

MERCEDES-BENZ CL 63 AMG coupe . Árgerð 2007, ekinn 39 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur. Verð 12.490.000. Rnr.991410.



Kia cee'd EX 1.6 wce edition. Árgerð 2014, ekinn 7 Þ.KM, dísel, 6 gírar. Verð 3.690.000. Rnr.991448. 6 ár eftir af verksmiðjuábyrgð.

HONDA Cr-v executive. Árgerð 2010, ekinn 89 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur. Verð 3.890.000. Rnr.210631.

BMW X5 4.0d e70 . Árgerð 2013, ekinn 36 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 12.990.000. Rnr.141595. Mikið af aukabúnaði.

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

MB bílar

FORD Galaxy. Árgerð 2014, ekinn 40 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 4.890.000. Rnr.110351.

FORD Galaxy trend. Árgerð 2004, ekinn 181 Þ.KM, bensín, 5 gírar. Verð 1.190.000. Rnr.110430.

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

STÓRA BÍLASALAN

KIA Rio Dísel Árgerð 2014. Ekinn 89þ. km. Beinsk. Dísel. Er á staðnum. Verð 1.980.000kr. Raðnr 157784. Sjá á www.stora.is

Toyota Yaris Hybrid Active - Nýir bílar Vorum að fá bíla á staðinn á hreint frábæru verði aðeins 2.890.000kr. Raðnr 157741. Sjá nánar á www. stora.is.

Range Rover Evoque Árgerð 2012. Ekinn 59þ.km. Ssk. Leður. Dísel. Glerþak. Gott eintak. Er á staðnum. Frábært verð 7.490.000kr. Raðnr 157748. Sjá á www.stora.is

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

100bílar.is

Hyundai I20 Classic, 5/2014, ek 46 þús km, dísel, beinsk, tilboðsverð 2050 þús, ásett verð 2290 þús, er á staðnum raðnr 119371.

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

Bílar til sölu

Mercury Grand Marquis Palm Beach Edition 2008 (12/2007), ekinn 46 þús. km., reyklaus, innfluttur nýr eigandi. Einn með öllu. V8-4600, sparneytinn. Tveir dekkjagangar á felgum. Selst aðeins á gott heimili. Verð 2.500.000. Engin skipti. Uppl. í síma 893-3137

Ford Explorer Sport Track Limited 2007 (09/2006), umboðsbíll, ekinn 113 þús. km., 6cyl., reyklaus, einn eigandi. leður, dráttar- og skúffupakki, 32" upphækkun, ný BF Goodrich, pólíhúðaðar felgur, nýjar hjólalegur, mjög gott viðhald. Syndsamlega gott eintak. verð 1.900.000. Engin skipti. Uppl. í síma 893-3137

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

0-250 þús.

Ford Focus Station árg. 2003. Ekinn 230 þús. Snjódekk. TILBOÐ 250 þús. Skoðaður 2016 Uppl. í síma 893-5517

Bílar óskast

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

KAUPI BÍLA FYRIR ALLT AÐ MILLJÓN STGR!!
Óska eftir að kaupa bíla fyrir allt að 1.000.000. staðgreitt. Er með pappíra og pening til að ganga frá því samdægurs ef að samningar nást. Bíllinn má þarfnast lagfæringar og/ eða skoðunar. skoða allar tegundir. Hringdu í síma: 659-9696 eða sendu email á 6599696@gmail.com

0-600 STAÐGREITT
Vantar bíl á verðinu 0-600. Skoða allt. Jeppa, fólksbíl. Má þarfnast lagfæringar. Sími 776 7507

Sendibílar

568 5000 NS NÝJA SENDIBÍLASTÖÐIN

Allar stærðir sendibíla. Nýja Sendibílastöðin sími 568-5000.

Mótorhjól

FERÐA- & ÚTIVISTARFÉLAGIÐ SLÓÐAVINIR

AÐALFUNDUR FERÐA OG ÚTIVISTARFÉLAGS SLÓÐAVINA
verður haldin 14 oktober næstkomandi. Hefst klukkan 20:00 að Kletthálsi 3 Arctic Trucks. Venjuleg aðalfundarstörf.
Stjórnin

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

Pípulagnir

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

Uppl. í s. 699 6069 & 663 5315.

Garðyrkja

Úða gegn sitkalús. Halldór garðyrkjum. S. 698 1215

Bókhald

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

PARFTU AÐSTOÐ VIÐ GERÐ ÁRSREIKNINGS?
Cand.oecon, viðskiptafræðingur í reikningsskilum hjá www.skatt. is - skatt - bókhald&skil s:661-3703, skatt@skatt.is

Málarar

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

REGNBOGALITIR
Málningarþjónusta, vönduð vinnubrögð og snyrtimennska. Sími 891 9890 malarar@simnet.is

MÁLNINGARÞJÓNUSTA REYKJAVÍKUR
Alhliða málningarþjónusta. Sími 776-0000

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

FÉKKSTU EKKI BLAÐIÐ Í MORGUN?

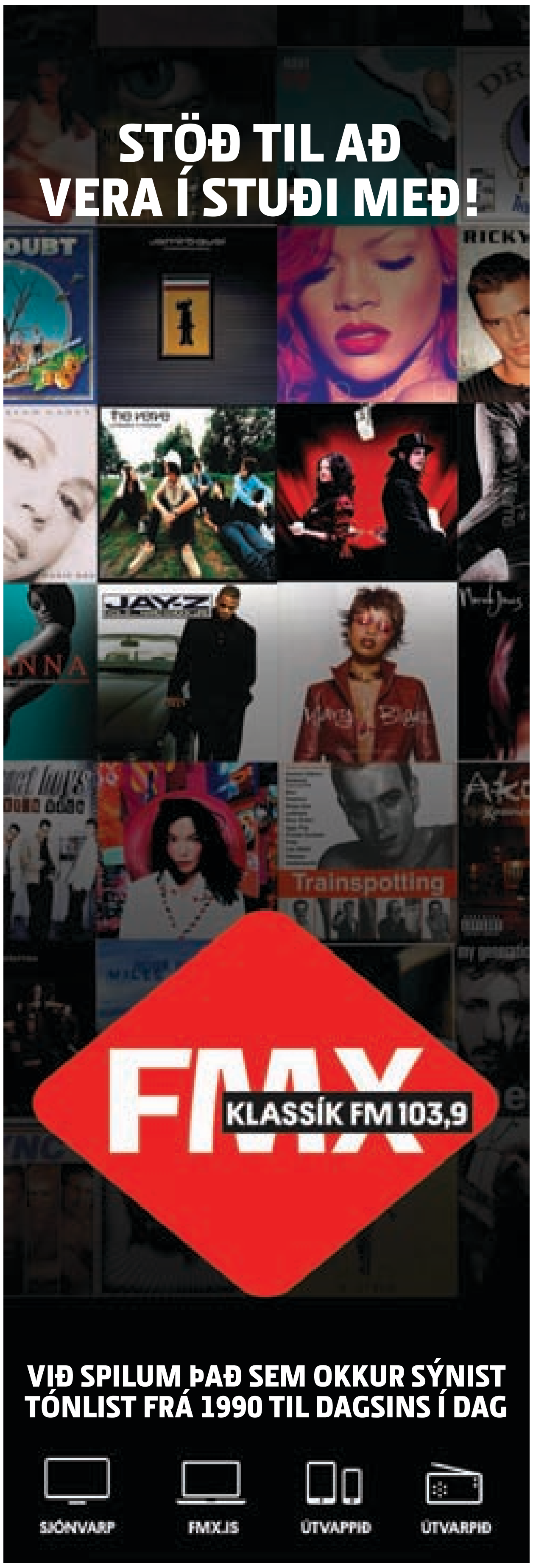
KOM ÞAÐ OF SEINT?

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



Húsaviðhald

K.R.S. ELDON MÚRVERKTAKAR. Viðgerðir, flotun og flísal. Vönduð vinna Tilb./tímav. S. 896 5778

Nudd

NUDD
Slökunarnudd í miðbæ Reykjarvíkur. Sími 695 9434, Zanna.

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

Spádómar

ÖRLAGALÍNAN 908-1800
Spáum í spil og ráðum drauma, andleg hjálp og ráðgjöf. Opið frá 20 -23 öll kvöld.

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

Rafvirkjun

RAFLAGNIR OG DYRASÍMAKERFI S. 896 6025
Tilboð dyrasímakerfi, töfluskipti. Löggildur rafverktaki. rafneisti@simnet.is

Trésmíði

Húsasmiðameistari getur bætt við sig verkefnum, tilboð eða tímavinna S. 7740866

KEYPT & SELT

Til sölu

mýranaut
Ungnautakjöt beint frá býli. Nýjung minnst 1/8 úr skrokk. Hakk, gúllas, snitsel og steikur. www.myranaut.is s. 868 7204.

Óskast keypt

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

Sjónvarp

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

Verslun

NÝ SENDING KOMIN!
WE-VIBE IV - Unaðstæki ársins fyrir pör mörg ár í röð. Viamax fullnægingarkremið sem virkar, 50 Shades of Grey vörurnar og allt það vinsælasta í dag. Millifærsla, greiðslukort og netgíró.Sendum um allt land www.hush.is

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

Room for rent, herbergi til leigu á sv. 101 RVK. Uppl./ after. kl. 18:00 S. 862 1846

Mjög góð 3ja herb, íbúð í 203 til leigu frá 1. nóv. Íbúðin er 100fm með yfirbyggðum svölum og sérstæði í bílakjallara. Uppl. í s. 899 3052

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

Húsnæði óskast

Traustur leigjandi óskar eftir stúdíó eða 2ja herbergja íbúð í Reykjavík. Meðmæli ef óskað er. Upplýsingar í síma 8691978

Atvinnuhúsnæði

GÓÐ FJÁRFESTING
Til sölu mjög góð 50 m2 atvinnubil í Steinhellu 14, Hfn. Góð lán - auðveld kaup. 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

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.

GEYMSLURTILLEIGU.IS
Nýjar sérhannað 300 geymslur, stærðir 1,7-10 fm. Hausttilboð: Fyrsti mánuðurinn frír. Aðgangur 24 tíma sólarhrings, upphitað og vaktað. Smiðjuvegur 4 Kópavogi. S: 4143000.

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

ATVINNA

Atvinna í boði

KAFFIHÚSIÐ TÍU DROPAR
óskar eftir duglegum starfsmanni í eldhús. Í boði er hlutastarf sem hentar mjög vel með skóla. Góð laun í boði fyrir réttan aðila. Þarf að hafa náð 20 ára aldri.
Allar upplýsingar og ferilskrá sendist á 10dropar@gmail.com

Óskum eftir vönum bormönnum til vinnu. Uppl. í s. 893 5699 og bormadur@gmail.com

LEBOWSKI BAR
Óskar eftir að ráða fólk í sal í kvöld og helgarvinnu í vetur. Hentar mjög vel fyrir skólafólk. Einnig vantar okkur vana barþjóna á helgarvaktir. Aldurstakmark er 20 ára.
Umsóknir ásamt mynd sendist á info@lebowskibar.is

MOSFELLS BAKARÍ

MOSFELLSBAKARÍ - RVK.
Óskum eftir þjónustulunduðu, hressu og samviskusömu fólki til að vinna með okkur í verslunum okkar í Reykjavík. Unnið er eina viku fyrir hádegi og aðra viku eftir hádegi ásamt helgarvinnu. Umsækjendur þurfa að tala góða íslensku
Umsóknareyðublöð er hægt að nálgst á netinu. Slóðin er www.mosfellsbakari.is/atvinnu-umsokn/

KvikkFix

Viljum ráða manneskju í móttöku í hálft starf. Stundvísi, kurteisi, góð framkoma og almenn tölvukunnátta nauðsynleg. Getum einnig bætt við mönnum í smur og dekkjavinnu. Umsóknir sendist á KvikkFix@KvikkFix.is fyrir 16 okt.

Kona: Viltu spjala við heita karla í síma gegn góðu gjaldi? Hitaspjall.eu

Massage parlor wants to find an employee that can massage. Salary negotiable. Phone 7797935

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

Kona: leitar þú skyndikynna? RauðaTorgið.is

Sterk tengsl í íslensku atvinnulífi
www.hagvangur.is

HAGVANGUR
SKÓGARHLÍÐ 12 105 REYKJAVÍK SÍMI 520 4700
www.hagvangur.is

GEFÐU HÆNU
gjofsemgefur.is
907 2003
Hjálparstarf kirkjunnar

FYRIR AÐSTOÐ INNANLANDS
gjofsemgefur.is
907 2002
Hjálparstarf kirkjunnar

GEFÐU VATN
gjofsemgefur.is
907 2003
Hjálparstarf kirkjunnar

námskeið

Létt og skemmtileg spænskunámskeið

Verða haldin í Stórholti 18. Kennarar eru Jakobína Davíðsdóttir og Carmen Nogales. Gestakennari með fyriirlestur um Spán og spænska menningu eru Kristinn R. Ólafsson. Meiri áhersla er lögð á tal og minni á málfræði. Námskeiðinu lýkur svo með tapaskvöldi. Námskeiðin standa í 4 vikur. Boðið er uppá byrjendanámskeið og framhaldsnámskeið.

Eftirfarandi námskeið eru í boði:

Byrjendanámskeið:
Mánudaga og miðvikudaga 10:30-12:00
Mánudaga og miðvikudaga 13:00-14:30
Mánudaga og miðvikudaga 17:30-19:00
Þriðjudaga og fimmtudaga 10:30-12:00

Framhaldsnámskeið:
Þriðjudaga og fimmtudaga 13:00-14:30
Þriðjudaga og fimmtudaga 17:30-19:00

Námskeiðin hefjast 12 & 13 október.
Verð á mann: 22.500 krónur

Upplýsingar í s. 698 50 33 eða binsina@gmail.com

Þjónustuauglýsingar

Sími 512 5407

- Hjólbarðaviðgerðir
- Smurþjónusta
- Bremsur
- Demparar
- Rafgeymar
- o.fl.

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

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

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

XPRENT - hönnun og merkingar
LJÓSMYNDA- OG STRIGAPRENTUN
Hágæðaprentun með ljósmyndaendingu
PRENTUN | HÖNNUN | MERKINGAR | SKILTAGERÐ | XPRENT.IS
Sundaborg 1 - 104 Reyjavík - Sími: 777 2700 - xprent@xprent.is

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

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

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

BLIKK
Rör • Tengiefni • Viftur • Loftræsting
Heildsala • Smásala
íshúsið ehf
Smiðjuvegur 4a, Græn gata, Kópavogur | 566 6000

Eftirlitsmyndarvél fyrir sumarbústaði og heimili.
- Tekur venjulegt GSM SIM kort.
- Hægt að panta mynd eða hlusta svæði.
- SMS og MMS viðvörun í síma og netf.
- Lætur vita ef rafmagn fer af og hiti breytist.
- Hægt er að tengja allt að 15 auka skynjara.
- Vöktun á heitum potti, raka, þrýstingi o.fl.
- Stýring á hita, kveikja ljós, renna í pottinn.
Uppl. í síma 699-6869 og rafeindir@internet.is

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

ÞJÓNUSTUAUGLÝSINGAR
ÞARFT ÞÚ AÐ KOMA FYRIRTÆKINU ÞÍNU Á FRAMFÆRI?
HAFÐU SAMBAND OG VIÐ GERUM ÞÉR TILBOÐ
FRÉTTABLAÐIÐ
Sími 512 5407 | thjonusta@365.is

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

BÍLAÞJÓNUSTA BJARKA
alhliða bílaviðgerðir
Tímapantanir s: 445 4540/697 4540
Viðarhöfði 2b 110 Reykjavík

Alla fimmtudaga og laugardaga

arnarut@365.is sigrunh@365.is

fasteignir

FYRIRTÆKJASALA ÍSLANDS S: 520-3500 & 773-4700

Versl. Móðir - Kona - Meyja

er til sölu af sérstökum ástæðum. Sérverslunin er með þekkt vörumerki og flottan kvenfatnað. Er í 155 fm húsnæði með góðri leigu. Mjög gott verð. Ýmis skipti skoðuð. Uppl. í síma 773-4700 og oskar@atv.is

Óskar Mikaelsson, löggiltur fasteigna og fyrirtækjasali S. 773-4700

Fasteignasala Kópavogs
Ábyrgð, reynsla & góð þjónusta

Gunnlaugur Hilmarsson
lögg. fasteignasali

Falleg 2ja–3ja herb. íbúð við Holtagerði 3, Kóp.

Opið hús fimmtudaginn 8.okt. milli kl. 17.00 og 18.00

Fallegt 70,3m2 íbúð á neðri hæð í tvíbýlishúsi við Holtagerði 3 í kópavogi. Íbúðin er tveggja herbergja en auðvelt er að gera 3ja herbergið. Íbúðin er með sér inngang og íbúðinni tileira tvö sér bílastæði og sér afmarkaður gróin garður ásamt verönd. Staðsetning er góð, stutt í skóla, leikskóla, sundlaug, verslun og þjónustu. **Nánari upplýsingar veitir Gunnlaugur Hilmarsson löggildur fasteignasali og viðskiptafræðingur í síma 777 56 56, gunnlaugur@fastko.is**

Vegna mikillar sölu vantar fleiri eignir á skrá

STAKFELL
FASTEIGNASALA | 1984
535 1000 stakfell@stakfell.is

Stakfell fasteignasala s. 535 1000 kynnir til leigu áhugavert 150 fm skrifstofu eða þjónustuhúsnæði við Borgartún 3 Reykjavík.

Húsnæðið skiptist í móttöku, eldhús, salerni og lokaðar skrifstofur.

• Stór hótel við hlið hússins • Laust til afhendingar
• Tilvalið fyrir ferðaiðnaðinn • Stórir gluggar með mikið auglýsingagildi

Nánari upplýsingar gefur Guðmundur Valtýsson löggiltur fasteignasali s. 865 3022 eða gudmundur@stakfell.is

Stakfell fasteignasala Borgartúni 30, 105 Reykjavík
Sími 535 1000 | stakfell@stakfell.is | stakfell.is

til sölu

Reykjavíkurborg
Heilbrigðiseftirlit

Auglýsing á sértækum starfsleyfisskilyrðum fyrir eggjaframleiðslu Brúneggja ehf. að Brautarholti 5, Kjalarnesi.

Með vísan til 24. gr. reglugerðar nr. 785/1999 um starfsleyfi fyrir atvinnurekstur sem getur haft í för með sér mengun, mun tillaga að sértækum starfsleyfisskilyrðum fyrir neðangreint fyrirtæki liggja frammi hjá Þjónustuveri Reykjavíkurborgar, Borgartúni 12-14, 1. hæð, frá 8. október til 8. nóvember 2015. Einnig eru starfsleyfisskilyrðin aðgengileg á vef Reykjavíkurborgar.

Fyrirtæki/gildistími starfsleyfis í árum	Almenn skilyrði	Sértæk skilyrði	Reglugerð 785/1999	Staðsetning
Brúnegg ehf. / 12 ár	X	X	X	Brautarholt 5, Kjalarnesi

Rétt til að gera athugasemdir hafa eftirtaldir aðilar:

1. Sá sem sótt hefur um starfsleyfi svo og forsvarsmenn og starfsmenn tengdrar eða nálægrar starfsemi.
2. Íbúar þess svæðis sem ætla má að geti orðið fyrir óþægindum vegna mengunar.
3. Opinberir aðilar, félög og aðrir þeir sem málið varðar.

Athugasemdir skulu vera skriflegar og sendast Heilbrigðiseftirliti Reykjavíkur, Umhverfis- og skipulagssviði, Borgartúni 12-14, 105 Reykjavík, **í síðasta lagi 8. nóvember 2015.**

VESTURBYGGÐ

Auglýsing - skipulagslýsing fyrir Brjánslæk deiliskipulag

Við Brjánslæk deiliskipulagstillögur-Lýsing

Bæjarstjórn Vesturbyggðar samþykkti þann 26. ágúst s.l. að leita umsagnar um skipulagslýsingu skv. 1. málsgrein, 40. gr. skipulagslaga nr. 123/2010. Um er að ræða lýsingu fyrir tvö aðskilin deiliskipulagssvæði. Annars vegar 3 ha í kringum höfnina á Brjánslæk og hins vegar um 3,6 ha svæði í kringum Flókatóftir.

Skipulagslýsingin sem er sett fram í greinargerð verður til sýnis á Tæknideild Vesturbyggðar, Aðalstræti 75, 450 Patreksfirði og á heimasíðu sveitarfélagsins www.vesturbyggd.is

Íbúum og hagsmunaaðilum er gefinn kostur á því að leggja fram sjónarmið og ábendingar við við skipulagslýsinguna og skal þeim skilað skriflega á skrifstofu tæknideildar, Aðalstræti 75, 450 Patreksfirði eða á netfangið vesturbyggd@vesturbyggd.is fyrir 19.október n.k.

Óskar Örn Gunnarsson
Skipulagsfulltrúi Vesturbyggðar

Capacent Ráðningar

Okkar markmið er að leiða saman einstaklinga og fyrirtæki svo úr verði árangursríkt og metnaðarfullt samstarf. Við leggjum því ríka áherslu á að kynnast vel þörfum viðskiptavina okkar og umsækjenda.

Byggt á áralangri reynslu höfum við þróað faglegar aðferðir við mat og val á milli umsækjenda til að finna rétta einstaklinginn í starfið. Starfsfólk Capacent býr yfir mikilli þekkingu á notkun matstækja og valaðferða í ráðningarferli og til notkunar við starfsþróun innan fyrirtækja.

Umsækjendur og atvinnurekendur
- kynnið ykkur þjónustuna á www.capacent.is

capacent

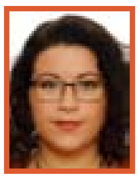
ÞAÐ ER LÍKLEGRA AÐ ÞÍN EIGN VERÐI SELD EF HÚN ER Á SÖLUSKRÁ HJÁ OKKUR

LUNDUR FASTEIGNASALA
Suðurlandsbraut 10 - 2.hæð • 108 Reykjavík
533-1616

Karl Gunnarsson
lögg. fasteignasali
s. 898 2102

Kristján P. Arnarsson
lögg. fasteignasali
s. 896 1188

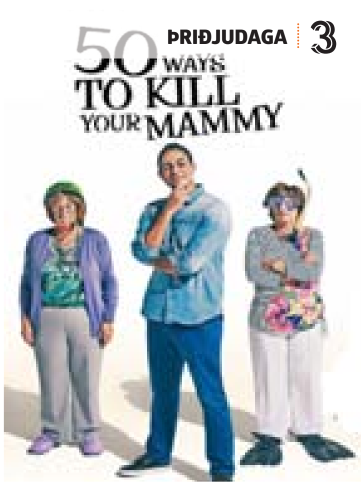
Björn Stefánssson
sölufulltrúi
s. 698 9056

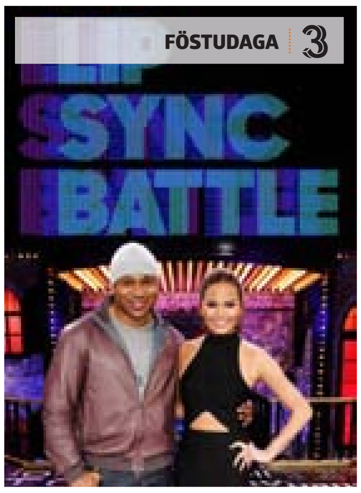

Unnur Karen
Karlsdóttir
s. 698 9056

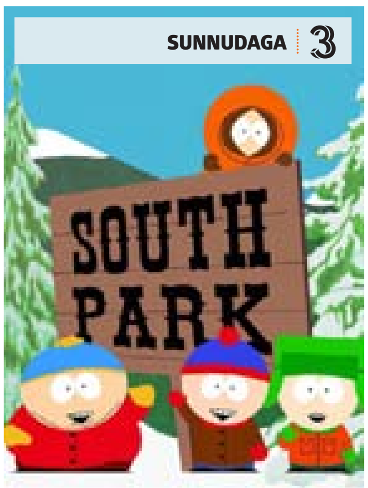
ÞÚ BORGAR EKKERT EF VIÐ SELJUM EKKI. HRINGDU NÚNA OG KYNNTU ÞÉR MÁLIÐ.

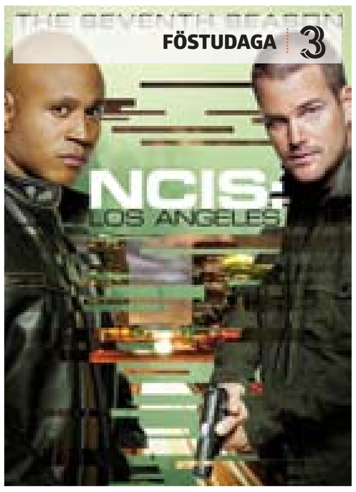
Sími 533 1616 • Þjónustusími 891 9916

www.lundur.is • lundur@lundur.is









Fáðu Stöð 3 á betra verði í haust

HEILL HELLINGUR AF
NÝJUM ÞÁTTUM Á STÖÐ 3

3

Það verður boðið upp á margt nýtt og spennandi á Stöð 3 í vetur. Á dagskrá verður fjöldi nýrra spennu- og grínþátta sem enginn má missa af. **Vertu með okkur í vetur, þú finnur örugglega þætti við þitt hæfi á Stöð 3.**

STÖÐ 3 + ENDALAUST TAL + 1 GB Í GSM = **1.990 kr.** til 1. nóvember

365.is | Sími 1817

365

PIPAR\TBWA • SÍA

Rúna Sif Stefánsdóttir kveikti vonarneista þegar hún minnkaði muninn í 1-2 en Rússarnir slökktu hann fjórum mínútum síðar. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON

Vinnum með framherjana

Kvennalandsliðið í fótbolta mætir Makedóníu og Slóveníu í lok október í næstu leikjum liðsins í undankeppni EM 2017. Það vantaði upp á að klára færin í síðasta leik og það á að laga.

FÓTBOLTI Guðmunda Brynja Óladóttir, fyrirliði Selfoss í Pepsi-deild kvenna, og Svava Rós Guðmundsdóttir, kantmaður Íslandsmeistara Breiðabliks, eru í landsliðshóp Freys Alexanderssonar, þjálfara kvennalandsliðsins í fótbolta, fyrir leikina gegn Makedóníu og Slóveníu í undankeppni EM 2017. Hópurinn var tilkynntur á fréttamannafundi í gær.

Berglind Björg Þorvaldsdóttir, framherji Fylkis, og Guðrún Arnardóttir, miðvörður Blika, detta úr hópnum. „Ferðalagið frá Bandaríkjunum þar sem Berglind er í skóla er nógu langt til Íslands þannig að okkur finnst of langt að hún ferðist þaðan og til Makedóníu. Guðrún fellur úr hópnum þar sem okkur vantar ekki svo marga varnarmenn í þessi verkefni,“ segir Freyr við Fréttablaðið um breytinguna.

Guðmunda Brynja, sem hefur verið einn besti leikmaður Pepsi-deildarinnar undanfarin ár á að baki níu landsleiki og eitt mark en Svava Rós er nýliði. Hún var í byrjunarliði U23 árs liðs Íslands gegn Póllandi í byrjun árs og á að baki 24 leiki fyrir U19 og U17.

Svava Rós Guðmundsdóttir er nýliði í landsliðinu.

Tölfræðin að trufla

Íslenska liðið var miklu betra en það hvítrússneska í fyrsta leik liðsins í undankeppninni sem vannst, 2-0. Þar vantaði sárlega upp á betri færanýtingu stelpnanna okkar, en miðað við yfirburðina úti á vellinum átti leikurinn að vinnast stærra.

„Aðstoðarþjálfarinn minn, Ásmundur Haraldsson, er gamall framherji sem þekkir þetta og saman vinnum við í þessu. Þetta snýst allt um sjálfstraust hjá framherjum. Stelpurnar voru að koma sér í færi og gera allt rétt þannig að við munum nálgast þetta þannig að við vinnum með framherjana í verkefninu á þann hátt að þær fái sjálfstraust. Við viljum að þær viti hvað þær eigi að gera á vellinum og liði vel,“ segir Freyr.

Aðalframherji liðsins núna er Harpa Þorsteinsdóttir, markavélin sem spilar með Stjörnunni. Þótt hún raði inn mörkum hér heima gengur henni ekki jafn vel í landsleikjum. Harpa hefur „aðeins“ skorað átta mörk í 52 leikjum með íslenska liðinu.

„Þessi tölfræði er mögulega að trufla hana,“ segir Freyr. „Það er alveg eðlilegt því hún er framherji og vill skora og hafa tölfræðina flotta. Þetta hefur samt ekkert með gæði hennar að gera því hún er að fá færi og búa þau til sjálf og gera vel. Það er bara okkar að hjálpa henni. Við höfum fulla trú á Hörpu. Það vantar ekkert upp á það.“

Halda sér í jafnvægi

Freyr viðurkenndi á fundinum að lið Slóveníu hefði komið sér á óvart þegar hann sá það spila fyrsta leikinn í undankeppninni. Hann segir liðið það þriðja besta í riðlinum og lykilleik upp á framhaldið. Þessi ferð er mjög mikilvæg til að halda liðinu á fullu húsi.

„Þetta mun reyna á okkur. Við erum búin að tala um ferðina og undirbúa okkur vel. Við höfum talað um að bera virðingu fyrir öllum verkefnum,“ segir Freyr og talar sérstaklega um einbeitingu leikmanna að sjálfum sér og liðinu.

„Við í sambandinu er búin að undirbúa okkur vel og erum klár í slaginn. Þetta snýst um að einbeita okkur að okkur og ekki láta neitt koma okkur úr jafnvægi. Við megum ekki láta hótelið, klefana eða mögulega æfingaaðstöðu koma okkur úr jafnvægi verði eitthvað að. Við þurfum bara að bregðast við aðstæðum, sýna klókindi og gera vel úr því sem við höfum,“ segir Freyr Alexandersson. tomas@365.is

Hópurinn í leikjunum við Makedóníu og Slóveníu

Markverðir:

Guðbjörg Gunnarsdóttir	**Lilleström**
Sandra Sigurðardóttir	**Stjörnunni**
Sonný Lára Þráinsdóttir	**Breiðabliki**

Varnarmenn:

Anna Björk Kristjánsdóttir	**Stjörnunni**
Arna Sif Ásgrímsdóttir	**Gautaborg**
Elísa Viðarsdóttir	**Kristanstad**
Glódís Perla Viggósdóttir	**Eskilstuna**
Hallbera G.Gísladóttir	**Breiðabliki**
Rakel Hönnudóttir	**Breiðabliki**

Miðjumenn:

Ásgerður S. Baldursdóttir	**Stjörnunni**
Dagný Brynjarsdóttir	**Selfossi**
Fanndís Friðriksdóttir	**Breiðabliki**
Gunnhildur Yrsa Jónsdóttir	**Stabæk**
Hólmfríður Magnúsdóttir	**Avaldsnes**
Sara Björk Gunnarsdóttir	**Rosengård**
Svava Rós Guðmundsd.	**Breiðabliki**

Sóknarmenn:

Guðmunda Brynja Óladóttir	**Selfossi**
Harpa Þorsteinsdóttir	**Stjörnunni**
Margrét Lára Viðarsdóttir	**Kristanstad**
Sandra María Jessen	**Þór**

Nýjast

Meistaradeild Evrópu - 32 liða úrslit

Stjarnan Zvezda 2005 1-3
0-1 Olha Boychenko (5.), 0-2 Daryna Apanaschenko (13.), 1-2 Rúna Sif Stefánsdóttir (28.), 1-3 Olesya Kurochkina (32.).
Skelfileg byrjun varð Stjörnunni að falli gegn Zvezda í gær en rússneska liðið var komið í 0-2 eftir 13 mínútna leik. Rúna Sif gaf Garðbæingum von þegar hún minnkaði muninn en Rússarnir juku muninn aftur í tvö mörk fjórum mínútum seinna.

PK-35 Rosengård 0-2
0-1 Amanda Ilestedt (10.), 0-2 Lina Nilsson (75.).
Sara Björk Gunnarsdóttir og stöllur hennar eru í frábærum málum fyrir seinni leikinn gegn finnska liðinu. Sara lék allan leikinn í gær.

Lilleström Zürich 1-0
1-0 Isabelle Bachor (63.).
Guðbjörg Gunnarsdóttir hélt marki sínu hreinu þegar toppliðið í Noregi vann góðan sigur á Zürich.

Brescia Liverpool 1-0
1-0 Sara Gama (28.).
Katrín Ómarsdóttir var í byrjunarliði Liverpool og lék allan leikinn.

Versta við dómgæslu í Pepsi er misræmið. Arnar Gr. fær 2 leiki eftir 1sta brot. Aðrir geta brotið allt og bramlað og fengið sama. Laga þetta.

Daði Rafnsson
@dadirafnsson

ANDRÉS ÁFRAM Í LAUTINNI Andrés Már Jóhannesson skrifaði í gær undir nýjan þriggja ára samning við Fylki. Andrés, sem er uppalinn Fylkismaður, lék alla 22 leiki Árbæinga í Pepsi-deildinni í sumar og skoraði tvö mörk. Andrés hefur leikið með Fylki alla tíð ef frá eru talin tvö ár þegar hann lék með Haugesund í Noregi. Andrés lék á sínum tíma 11 leiki með U-21 árs landsliðinu og var í liðinu sem fór á EM U-21 árs landsliða í Danmörku 2011.

ÁSTA KÖLLUÐ TIL FRAKKLANDS Ásta Birna Gunnarsdóttir, vinstri hornamaður Fram, hefur verið kölluð inn í íslenska landsliðshópinn sem mætir Frakklandi í undankeppni EM 2016 í Antibes í Frakklandi í dag. Ásta var kölluð til vegna meiðsla Unnar Ómarsdóttur. Leikurinn í dag verður 90. landsleikur Ástu Birnu. Íslensku stelpurnar mæta svo Þýskalandi í öðrum leik sínum í undankeppninni á sunnudaginn.

Í dag

16.00	Georgía - Gíbraltar	Sport
18.45	Skotland - Pólland	Sport 2
18.45	Portúgal - Danmörk	Sport
18.45	Írland - Þýskaland	Sport 3
18.45	Presidents Cup	Golfstöðin
17.00	Ísland - Frakkland	Antibes
18.30	ÍBV - FH	Vestmannaeyjar
19.30	Valur - UMFA	Vodafonehöllin
19.30	Fram - Grótta	Framhús

52 MILLJÓNIR

DREGNAR ÚT Í HVERJUM MÁNUÐI. TRYGGÐU ÞÉR VINANÚMER!

Tryggðu þér miða á sibs.is eða í síma 560 4800

SÍBS HAPPDRÆTTI

VINNINGASKRÁ SÍBS

10. FLOKKUR 2015
ÚTDRÁTTUR 6.OKTÓBER 2015

Aðalvinningur kr. 5.000.000
45697

Aukavinningar kr. 100.000
45696 45698

Aukavinningar kr. 500.000
271 2299 3204 11470 19002 36082 47242 72642 75317 76131

Kr. 50.000

49	1989	4177	7607	11392	12543	14991	17226	21697	24009	27448	29901	32127	34696	36211	38517	40190	43734	47080	50209	51528	54506	56976	59520	61312	63289	66982	68176	69859	75693	78224	79703
189	2043	4720	7786	11429	12696	15862	17300	21770	24114	27538	30203	32379	35104	36470	38785	40653	44199	47388	50300	51607	55168	56993	59900	61350	63399	67043	68239	69987	75951	78632	79929
251	2221	4754	9603	11438	12866	16050	17992	21958	24361	27555	30334	32677	35543	36796	38891	42320	44401	47725	50377	52339	55518	57542	59919	61665	63585	67225	68284	70383	76346	78800	
272	2258	5644	10500	11483	12980	16522	19410	22322	24842	28074	30616	32963	35554	36978	39303	42798	44971	48824	50382	53231	55913	58133	59986	62810	63765	67256	68332	73091	76683	78977	
353	2264	6162	10825	11512	13025	16928	19681	22572	24947	28780	31263	33274	35607	37013	39376	42814	45862	48935	50639	53540	56193	58285	59992	62977	64260	67602	68445	73439	77500	79046	
380	2836	6666	11083	12045	13411	17105	20303	23149	25255	28893	31763	33519	35752	37664	39405	42929	45911	49201	50727	53694	56669	58611	60754	63020	65059	67690	69012	73569	77610	79175	
895	2971	6804	11086	12098	13978	17129	20563	23649	25905	29051	31823	34423	35800	37690	39474	43077	46094	49974	51108	53879	56689	58647	60914	63074	65865	67796	69788	73636	77633	79382	
1118	3168	7064	11286	12492	14182	17162	21117	23884	26943	29767	31923	34491	36160	37753	39848	43228	46198	50025	51294	54299	56767	58930	60989	63238	66491	67924	69812	75330	77780	79384	

kr. 25.000

Vöruúttekt hjá Hagkaupum

61	2307	5815	7846	10316	12497	14267	16591	18902	22338	24775	27549	30669	33069	36400	39447	42061	44501	47042	48727	51136	53465	56265	58648	61013	64041	65738	68685	71589	75230	77673	79937
194	2481	6110	7889	10332	12521	14271	16630	19043	22395	24911	27735	30762	33199	36556	39460	42105	44530	47103	48796	51160	53509	56526	58864	61234	64152	65805	68751	71843	75899	77703	
369	2708	6233	8011	10365	12578	14282	16814	19320	22718	25035	28808	30945	33235	36600	39535	42139	44594	47158	49124	51358	53632	56629	58869	61262	64173	65869	68889	71922	76091	77728	
872	2784	6272	8483	10388	12727	14349	17042	19576	22738	25046	28879	31039	33531	36724	39543	42258	45016	47185	49130	51424	53650	56644	58894	61365	64216	65961	68931	72046	76116	77739	
1040	3610	6298	8520	10412	12847	14614	17064	19745	22826	25050	28997	31106	33673	36767	39774	42304	45041	47187	49274	51614	53821	56917	58906	61398	64280	66098	68934	72171	76164	77748	
1205	3650	6521	8525	10687	12879	14687	17186	19750	22871	25197	29019	31134	34268	37402	39877	42308	45163	47194	49358	51695	53929	57038	58907	61551	64294	66259	68938	72470	76202	78023	
1399	3672	6531	8548	10850	12951	14772	17497	19873	22886	25552	29109	31411	34325	37407	40138	42379	45174	47438	49699	51803	53931	57122	59247	61645	64335	66338	69611	72901	76309	78070	
1561	3747	6543	8746	10966	13077	15026	17598	19905	22891	25839	29329	31617	34426	38021	40369	42513	45499	47557	49998	51856	54104	57137	59303	61661	64372	66675	69674	72994	76430	78118	
1691	3791	6792	8996	11148	13128	15117	17691	20142	23308	26004	29421	31671	34855	38061	40378	43331	45601	47570	50106	51916	54121	57138	60153	61706	64522	66719	69884	73328	76496	78161	
1701	3869	6828	9044	11333	13396	15440	17695	20548	23436	26182	29684	31801	34866	38073	40418	43364	45640	47690	50132	51976	54196	57776	60165	62046	64534	66762	69988	73401	76548	78251	
1737	4037	6844	9065	11418	13431	15599	17822	20754	23470	26205	29906	31819	35222	38313	40425	43399	45641	47759	50353	51988	54208	57832	60175	62108	64545	66886	70393	73433	76553	78276	
1772	4159	6969	9113	11546	13527	15674	18131	21120	23715	26380	30121	31840	35404	38328	40566	43437	46049	47777	50508	52094	54456	57930	60226	62131	64609	67337	70400	73503	76866	78844	
1852	4499	7264	9136	11870	13899	15849	18146	21379	23743	26425	30133	32111	35422	38368	41119	43452	46067	47839	50594	52199	54881	58075	60247	62804	64852	67364	70438	73565	77059	78880	
1921	4841	7491	9287	11909	14032	15969	18239	21465	23853	27037	30185	32116	35622	38461	41137	43774	46112	48068	50783	52359	54996	58097	60259	63313	65079	67514	70613	73647	77138	78914	
1926	5141	7562	9396	12044	14043	15976	18403	21492	24511	27205	30249	32217	35886	38618	41186	43818	46116	48205	50810	52440	55416	58355	60396	63750	65125	67534	70623	73735	77437	79051	
2012	5430	7588	9497	12167	14070	16023	18466	21521	24528	27235	30295	32276	35902	38671	41453	43866	46248	48483	50850	52827	55466	58405	60579	63781	65168	67632	70887	73837	77483	79226	
2049	5441	7596	9746	12202	14115	16040	18658	21869	24617	27344	30340	32287	35926	38771	41775	43900	46711	48496	50979	53333	55613	58544	60625	63886	65421	67656	71083	74389	77577	79521	
2105	5484	7620	10071	12328	14147	16489	18702	21927	24745	27482	30368	32453	36056	38986	41809	44018	46786	48578	50992	53363	55741	58547	60720	63917	65451	67709	71471	74590	77591	79697	
2233	5622	7741	10269	12478	14248	16587	18865	21992	24752	27547	30449	32734	36173	39319	42004	44228	46788	48691	51003	53390	56122	58579	60942	64040	65626	68131	71500	74727	77667	79925	

Kr. 15.000

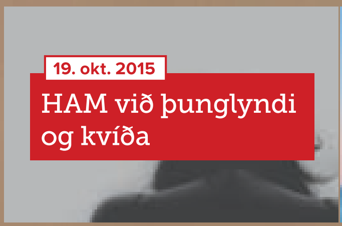
15	2736	5346	7483	9960	11793	14091	16639	19017	20681	22902	25187	27995	30190	34010	36867	38641	41814	44562	46639	48550	52148	55978	58232	60536	62567	65143	67711	70189	72891	75937	78581
91	2852	5373	7563	10245	11859	14198	16658	19049	20736	22942	25196	28086	30404	34023	36920	38779	41868	44570	46645	48759	52150	55979	58509	60559	62572	65249	67723	70461	73180	75953	78827
107	2941	5638	7598	10319	11910	14250	16732	19195	20878	23059	25323	28295	30498	34076	36946	38872	42063	44696	46651	48849	52161	56010	58542	60578	62577	65263	67942	70505	73181	75957	79135
193	3001	5668	7876	10446	11957	14323	16789	19208	20938	23120	25463	28320	30847	34242	36999	38943	42088	44701	46740	49236	52286	56077	58550	60631	62649	65282	67967	70823	73277	75993	79388
210	3110	5746	7880	10528	11973	14439	16790	19253	21082	23171	25598	28325	30980	34251	37086	39253	42125	45058	46789	49288	52706	56079	58679	60695	62659	65437	67976	70861	73307	76293	79569
396	3116	5840	7882	10552	12059	14488	16809	19275	21246	23295	25663	28339	31001	34258	37176	39354	42142	45237	46847	49568	52714	56088	58729	60929	62834	65521	68271	70909	73320	76409	79672
446	3327	5871	8017	10565	12061	14616	16908	19465	21269	23297	25671	28345	31028	34288	37317	39374	42162	45292	46883	49591	52820	56093	58772	61003	62835	65670	68293	70920	73390	76474	79910
538	3714	5933	8034	10567	12215	14748	17063	19481	21309	23320	25683	28410	31036	34601	37323	39446	42283	45310	46919	49620	53011	56119	58849	61029	62916	65677	68320	70926	73700	76600	79951
565	3718	5945	8189	10577	12257	14755	17213	19541	21310	23386	25942	28677	31154	34915	37335	39451	42440	45381	47121	49701	53192	56127	59108	61065	62923	65712	68347	70976	73727	76685	79969
672	3728	6144	8264	10603	12280	14994	17375	19561	21350	23416	26076	28772	31240	35004	37339	39546	42578	45443	47147	49815	53236	56277	59267	61144	62991	65725	68371	71088	73739	76704	
1025	3779	6301	8330	10609	12344	15099	17390	19648	21367	23451	26161	28782	31279	35005	37384	39595	42729	45455	47228	49933	53454	56299	59424	61224	62993	65776	68566	71146	73947	76763	
1103	3804	6322	8422	10633	12463	15112	17505	19664	21557	23492	26345	28802	31335	35033	37517	39615	42743	45471	47337	50027	53590	56364	59466	61299	62997	65812	68613	71273	73949	76831	
1192	3834	6364	8497	10668	12508	15147	17538	19677	21638	23573	26369	28875	31868	35108	37523	39664	42892	45547	47338	50034	53648	56429	59482	61423	63016	65893	68694	71316	74128	76891	
1239	3843	6412	8507	10676	12692	15303	17563	19690	21823	23594	26371	28885	31894	35128	37574	39928	42933	45621	47391	50093	53686	56430	59505	61472	63053	66063	68722	71400	74326	76909	
1303	3861	6707	8566	10712	12715	15307	17613	19699	21831	23607	26410	28903	32130	35273	37586	39971	42942	45686	47397	50273	54028	56491	59672	61526	63400	66141	68727	71435	74400	76925	
1383	3921	6747	8580	10771	12861	15329	17697	19733	21928	23835	26415	28952	32179	35401	37810	40061	43108	45709	47465	50347	54084	56503	59674	61554	63437	66170	68823	71563	74489	77226	
1438	4007	6832	8612	10853	12978	15406	17705	19744	21935	23959	26488	29195	32389	35531	37887	40234	43135	45786	47526	50351	54131	56624	59770	61583	63438	66352	68895	71611	74680	77245	
1489	4109	6835	8751	10985	13046	15518	17808	19820	21996	23999	26651	29249	32480	35535	37906	40259	43166	45805	47528	50448	54269	56696	59814	61598	63582	66660	68939	71617	74694	77289	
1569	4362	6936	8778	11021	13097	15572	17906	19832	22019	24030	26683	29312	32541	35695	37970	40409	43185	45845	47605	50804	54293	56750	59849	61737	63778	66722	68962	71735	74711	77290	
1573	4445	6948	8810	11055	13147	15601	17922	19913	22041	24044	26810	29364	32685	35704	38026	40588	43269	45859	47623	50863	54367	56768	59883	61747	63948	66726	69001	71791	74781	77432	
1724	4565	6958	8857	11062	13206	15635	18048	19941	22059	24054	26871	29496	32760	35804	38062	40661	43400	45875	47721	50922	54610	56992	59984	61760	64018	66748	69136	71799	74834	77467	
1726	4636	7051	8916	11093	13307	15662	18215	20217	22080	24286	26899	29544	32800	36043	38077	40781	43417	46011	47739	51018	54984	57054	59990	61816	64343	66854	69451	71960	74886	77594	
1844	4681	7057	9077	11209	13340	16129	18386	20233	22094	24373	27162	29624	32853	36136	38082	40783	43439	46102	47749	51065	55051	57098	60106	62093	64491	66949	69470	72022	75041	77683	
2062	4709	7201	9289	11250	13354	16184	18485	20261	22233	24542	27164	29699	33169	36279	38107	40938	43474	46134	47768	51117	55219	57237	60149	62174	64525	66994	69614	72038	75212	77815	
2153	4940	7256	9299	11329	13402	16231	18525	20381	22307	24733	27242	29726	33382	36312	38136	41109	43680	46138	47873	51131	55367	57293	60272	62184	64552	67130	69615	72150	75236	77864	
2164	4957	7290	9410	11465	13602	16423	18528	20454	22334	24739	27490	29794	33627	36473	38201	41255	43724	46319	47959	51469	55476	57306	60315	62216	64716	67160	69758	72234	75460	77923	
2167	5017	7300	9461	11519	13891	16478	18556	20489	22380	24841	27654	29803	33829	36501	38335	41258	44015	46377	48147	51627	55572	57331	60366	62441	64727	67257	69791	72295	75534	78013	
2267	5058	7342	9734	11537	13938	16511	18617	20523	22424	24905	27731	29884	33867	36509	38405	41278	44147	46383	48208	51715	55713	57351	60427	62445	64796	67285	69822	72435	75581	78142	
2311	5179	7388	9757	11616	13946	16524	18722	20536	22607	24938	27812	29885	33874	36601	38488	41617	44186	46426	48310	51753	55791	57749	60469	62465	64944	67452	69856	72471	75582	78264	
2517	5191	7458	9881	11648	13995	16561	18743	20558	22842	25001	27827	29930	33896	36718	38492	41766	44326	46556	48360	52008	55842	57929	60484	62487	64965	67474	70104	72558	75775	78435	
2702	5265	7467	9911	11706	13999	16572	18849	20665	22850	25100	27957	29936	33908	36844	38640	41811	44496	46613	48490	52100	55940	57942	60512	62506	65107	67696	70158	72700	75928	78507	

H:N Markaðssamskipti / SÍA

Afgreiðsla vinninga hefst þann 20. október 2015. Birt án ábyrgðar um prentvillur.

NÁMSKEIÐ SÍBS VETURINN 2015-16

Reykjalundarnámskeið SÍBS um heilbrigði og lífsstíl eru aðlöguð útgáfa af námskeiðum sem notuð eru í meðferð á Reykjalundi. Námskeiðin eru kennd af okkar færustu sérfræðingum á hverju sviði og þú getur treyst faglegu innihaldi þeirra.



Leiðbeinendur á námskeiðunum eru fagaðilar af Reykjalundi

Ásdís Kristjánsdóttir sjúkraþjálfari • Ásþór Sigurðsson sjúkraþjálfari • Berghildur Ásdís Stefánsdóttir sjúkraþjálfari
Brynhildur Guðmundsdóttir iðjuþjálfi • Elfa Dröfn Ingólfsdóttir hjúkrunarfræðingur • Guðrún Agnes Einarsdóttir hjúkrunarfræðingur
Gunnhildur Gísladóttir iðjuþjálfi • Hans J. Beck læknir • Hrafnkell Óskarsson læknir • Inga Hrefna Jónsdóttir sálfræðingur • Jónína Helgadóttir iðjuþjálfi
Kristín B. Reynisdóttir sjúkraþjálfari • Rakel María Oddsdóttir félagsráðgjafi • Rúnar Helgi Andrason sálfræðingur • Stefán E. Hafsteinsson iðjuþjálfi
Steinunn B. Bjarnason iðjuþjálfi • Þóra Hjartardóttir hjúkrunarfræðingur

SÍBS REYKJALUNDUR

Allar nánari upplýsingar á **sibs.is/namskeid** eða í síma **560 4800**

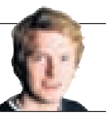
Fær hann gælunafnið „Núlliver“?

Oliver Sigurjónsson var síðasta púslið í öflugt varnarlið Blika í Pepsi-deildinni í sumar. Oliver missti af tveimur fyrstu leikjunum þar sem Blikar fengu á sig þrjú mörk. Hann spilaði 19 af síðustu 20 leikjum Blika og liðið fékk aðeins samtals tíu mörk á sig í þeim leikjum. Sú tölfræði sem stendur þó upp úr er sú staðreynd að mótherjar Blika skoruðu ekki í fyrri hálfleik í þeim 19 leikjum sem Oliver spilaði. Síðasta markið sem Blikar fengu á sig í fyrri hálfleik kom á móti KR 11. maí. Frá þessum leik í 2. umferð lék Blikar í 900 mínútur samfellt án þess að fá á sig mark fyrir hálfleik og markatalan í þessum tuttugu hálfleikjum var 13-0.

Spilaði bara einn „slakan“ leik af 22

Kristinn Jónsson var besti leikmaður Pepsi-deildar karla í fótbolta í sumar að mati Fréttablaðsins og Vísis. Blikar áttu þrjá bestu leikmennina í einkunnagjöfinni og besta vörn deildarinnar á sex leikmenn meðal þeirra 30 bestu. Fréttablaðið gerir upp sumarið.

Óskar Ófeigur Jónsson
ooj@frettabladid.is



Blikinn Kristinn Jónsson er leikmaður ársins í Pepsi-deildinni að mati blaðamanna Fréttablaðsins en hann varð efstur í einkunnagjöf Fréttablaðsins og Vísis í sumar.

Kristinn spilaði alla leikina í besta varnarliði deildarinnar og var jafnframt einn af mest ógnandi leikmönnum deildarinnar enda duglegur að gefa stoðsendingar og skapa færi fyrir félaga sína. Frammistaða hans fór ekki framhjá blaðamönnum Fréttablaðsins og Vísis.

Kristinn fékk 6,82 í meðaleinkunn í 22 leikjum Breiðabliks en hann var með sjö eða hærra í helmingi leikja sinna, þar af fékk hann níu í þrígang. Lægsta einkunn hans, eina fimman, kom í markalausu jafntefli á móti Leikni í seinni umferðinni. Hann spilaði því bara einn „slakan“ leik í allt sumar að mati blaðamanna Fréttablaðsins og Vísis. Fyrri umferðin (7,00 í meðaleinkunn) var betri en sú síðari (6,3 í meðaleinkunn) en Kristinn sýndi samt mjög stöðugan leik í allt sumar.

Blikar setja annars mikinn svip á lista efstu manna og í fyrsta sinn í sögu einkunnagjafar blaðsins eru þrír efstu mennirnir úr sama liðinu. Auk Kristins, sem skipar efsta sætið, þá eru markvörðurinn Gunnleifur Gunnleifsson og varnartengiliðurinn Oliver Sigurjónsson einnig meðal þriggja efstu í lokauppgjöri einkunnagjafarinnar.

Allir þrír voru að spila sitt besta tímabil á ferlinum og koma þjálfarans Arnars Grétarssonar í Smárann gerði þeim gott. Kristinn komst aftur á skrið eftir fallbaráttutímabil í Svíþjóð, Gunnleifur sýndi að allt er fertugum fært og Oliver sannaði að það er engin tilviljun að strákurinn fór snemma út og er búinn að leika 46 leiki fyrir yngri landslið Íslands.

Gunnleifur og Oliver fá líka tvær aukaviðurkenningar því Gunnleifur er besti „gamli“ leikmaður deildarinnar (34 ára og eldri) og Oliver er besti ungi leikmaðurinn (21 árs og yngri). Daninn Patrick Pedersen, markahæsti leikmaður Pepsi-deildarinnar, var síðan besti erlendi leikmaðurinn

Breiðablik fékk á sig langfæst mörk í Pepsi-deildinni í sumar og setti met í tólf liða deild með því að fá aðeins á sig 13 mörk í 22 leikjum. Allir þrír skila stóru varnarhlutverki hjá Breiðabliksliðinu og aðrir leikmenn í vörn Blikanna eru líka meðal efstu manna.

Miðvörðurinn Damir Muminovic endaði í sjöunda sæti, hinn miðvörðurinn, Elfar Freyr Helgason, varð í 19. sæti og fyrirliðinn og hægri bakvörðurinn, Arnór Sveinn Aðalsteinsson, var með 28. bestu meðaleinkunnina í Pepsi-deildinni.

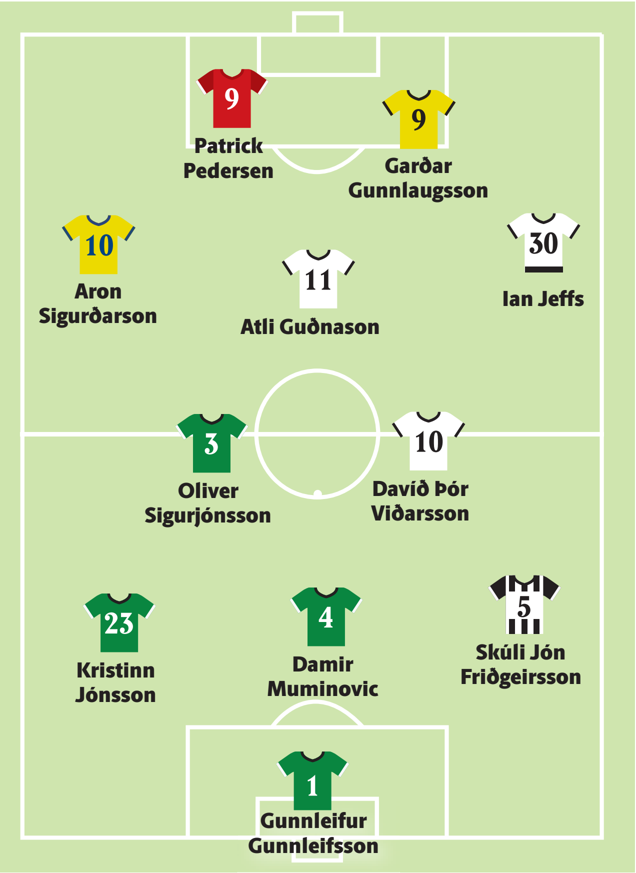
Blikar góðir á móti þeim bestu

Blikar koma afar vel út úr einkunnagjöf Fréttablaðsins í sumar og ein af ástæðunum liggur í frammistöðu liðsins í leikjunum við FH, KR, Stjörnuna, Val og Fjölni sem eru allt lið sem voru með þeim í efri hluta Pepsi-deildarinnar.

Blikarnir voru eina liðið í Pepsi-deildinni í sumar sem tapaði ekki leik í innbyrðisviðureignum sínum á móti hinum liðunum fimm í efri hlutanum. Breiðablik fékk þannig sjö fleiri stig en Íslandsmeistarar FH á móti sex efstu liðunum og markatala Blika í tíu leikjum á móti topp sex var 15-4. Liðið hélt sjö sinnum hreinu í þessum leikjum gegn bestu liðum deildarinnar og það er þessi frammistaða í „stærri“ leikjum sumarsins sem vegur örugglega mjög þungt í einkunnagjöf Fréttablaðsins.

Kristinn er aðeins 25 ára gamall og hefur sett stefnuna á það að komast aftur út og frammistaða hans í sumar ætti heldur betur að hjálpa honum þar. Hann þarf að velja vel og komast í lið þar sem hann fær að spila ætli hann sér að halda sæti sínu í íslenska landsliðshópnum.

Lið mótsins hjá Fréttablaðinu



Blikar náðu í 24 stig af 30 mögulegum á móti liðunum fimm sem enduðu með þeim í efri hluta Pepsi-deildar karla í sumar og markatalan í leikjunum tíu gegn þeim bestu var 15-4 Blikum í hag.

Topp 40

1	**Kristinn Jónsson** Breiðabliki	6,82
2	**Gunnleifur Gunnleifsson** Breiðablik	6,64
3	**Oliver Sigurjónsson** Breiðabliki	6,53
4	**Patrick Pedersen** Val	6,47
5	**Atli Guðnason** FH	6,43
6	**Garðar Gunnlaugsson** ÍA	6,40
7	**Damir Muminovic** Breiðabliki	6,38
8	**Ian David Jeffs** ÍBV	6,38
9	**Skúli Jón Friðgeirsson** KR	6,36
10	**Davíð Þór Viðarsson** FH	6,33
11	**Bjarni Ólafur Eiríksson** Val	6,32
12	**Aron Sigurðarson** Fjölni	6,28
13	**Kristinn Freyr Sigurðsson** Val	6,24
14	**Bergsveinn Ólafsson** Fjölni	6,20
15	**Emil Pálsson** Fjölni og FH	6,19
16	**Igor Taskovic** Víkingi	6,16
17	**Árni Snær Ólafsson** ÍA	6,14
18	**Steven Lennon** FH	6,13
19	**Elfar Freyr Helgason** Breiðabliki	6,10
20	**Guðjón Pétur Lýðsson** Breiðabliki	6,05
21	**Halldór K. Halldórsson** Leikni	6,00
21	**Orri Sigurður Ómarsson** Val	6,00
21	**Tonci Radovnikovic** Fylki	6,00
21	**Sigurður Egill Lárusson** Val	6,00
21	**Böðvar Böðvarsson** FH	6,00
21	**Hafsteinn Briem** ÍBV	6,00
21	**Haukur Páll Sigurðsson** Valur	6,00
28	**Arnór S. Aðalsteinsson** Breiðabliki	5,95
29	**Óskar Örn Hauksson** KR	5,95
30	**Dofri Snorrason** Víkingi	5,94
31	**Kassim Doumbia** FH	5,93
32	**Daníel Laxdal** Stjörnunni	5,90
33	**Bjarni Þór Viðarsson** FH	5,88
33	**Thomas Nielsen** Víkingi	5,88
35	**Hilmar Árni Halldórsson** Leikni	5,86
36	**Jón Vilhelm Ákason** ÍA	5,86
36	**Pálmi Rafn Pálmason** KR	5,86
38	**Pablo Punyed** Stjörnunni	5,84
38	**Andri Fannar Stefánsson** Val	5,84
38	**Avni Pepa** ÍBV	5,84

GARNDAGAR

8. - 21. OKTÓBER

20-50%

AFSLÁTTUR AF GARNI*

20% AFSLÁTTUR AF NÝJUM DALE PRJÓNABLÖÐUM
20% AFSLÁTTUR AF ÖLLUM HANNYRÐABÓKUM

*Gildir ekki með öðrum tilboðum.

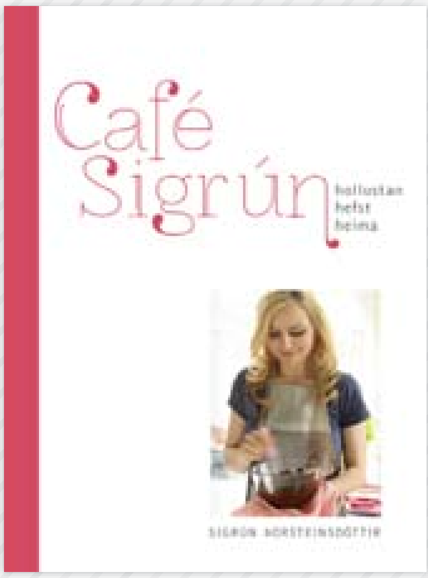
A4 Kringlunni / **A4** Skeifunni / **A4** Smáralind / **A4** Hafnarfirði / **A4** Akureyri / **A4** Egilsstöðum / **A4** Selfossi

www.a4.is / Þú getur einnig fylgt okkur á **Facebook** **Pinterest.com/A4fondur** og **instagram.com/a4verslanir**

A4

RVK ♥ BÆKUR!

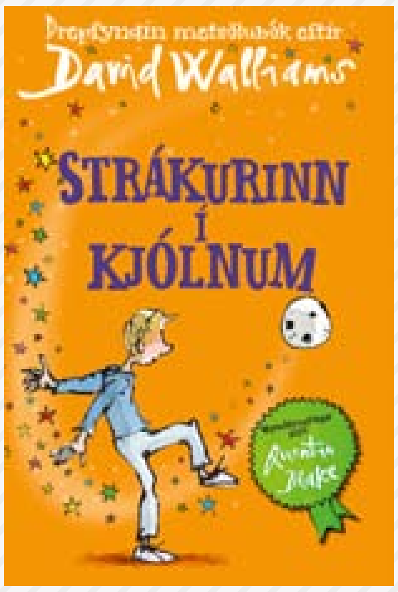
LESTRARHÁTÍÐ
Reykjavík Bókmenntaborg UNESCO
www.bokmenntaborgin.is



Café Sigrún
Vildarverð: 5.599.-
Verð: 5.999.-

KEMUR ÚT Í DAG!

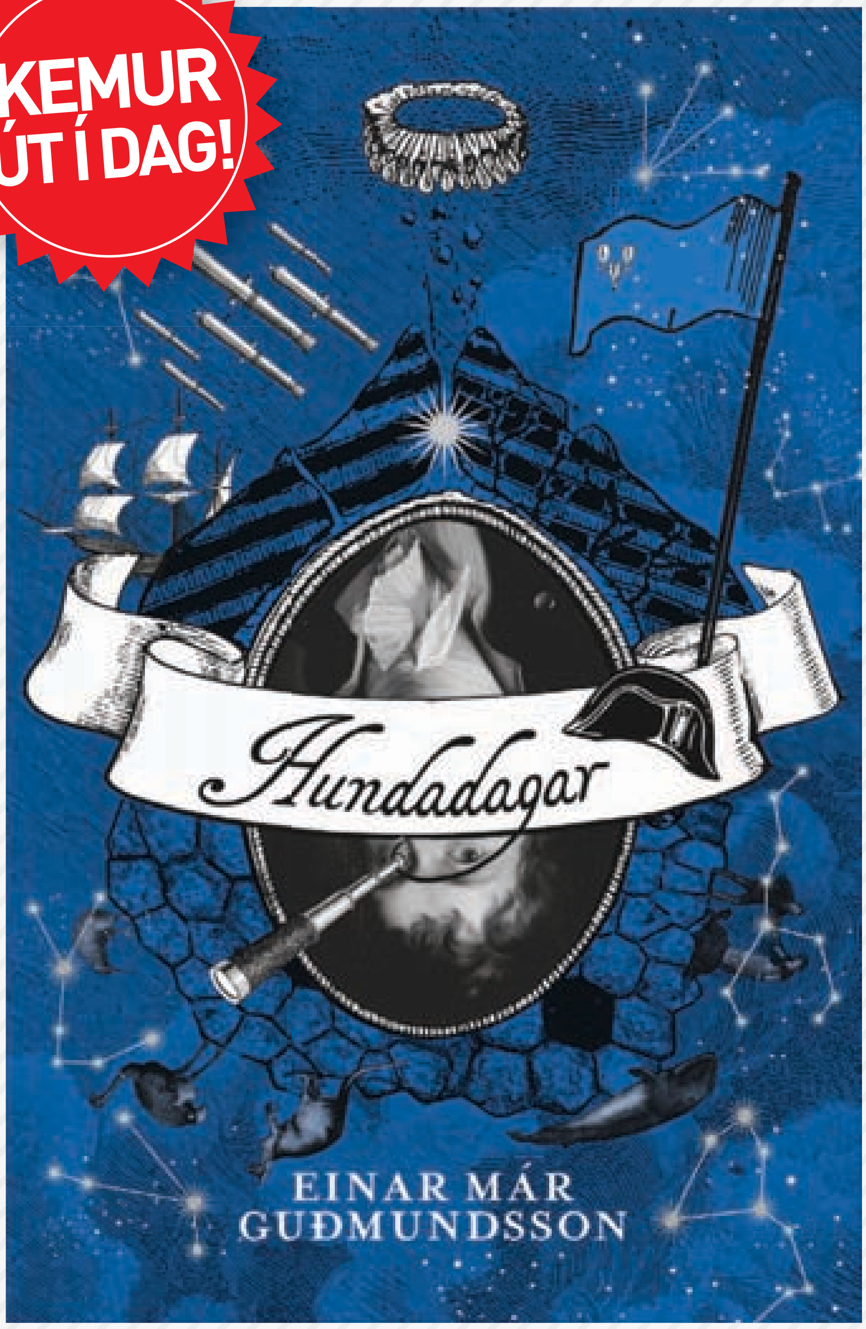
Litabókin hans Nóa
Vildarverð: 2.249.-
Verð: 2.499.-



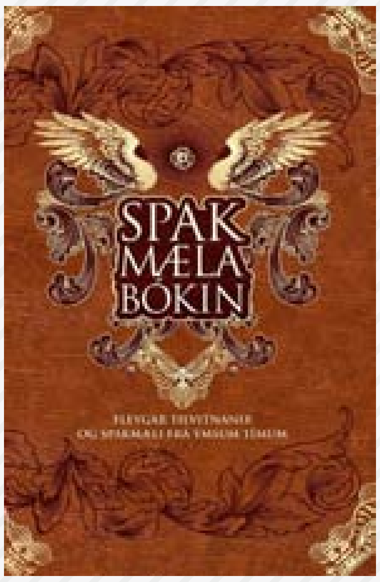
Strákurinn í kjólnum
Vildarverð: 3.999.-
Verð: 4.499.-

Sögur handa öllum
Vildarverð: 2.399.-
Verð: 2.599.-

KEMUR ÚT Í DAG!

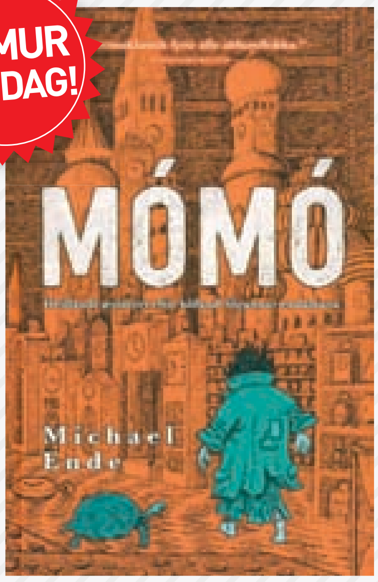


Hundadagar
Vildarverð: 5.599.-
Verð: 6.999.-



Spakmælabókin
Vildarverð: 4.999.-
Verð: 5.499.-

KEMUR ÚT Í DAG!

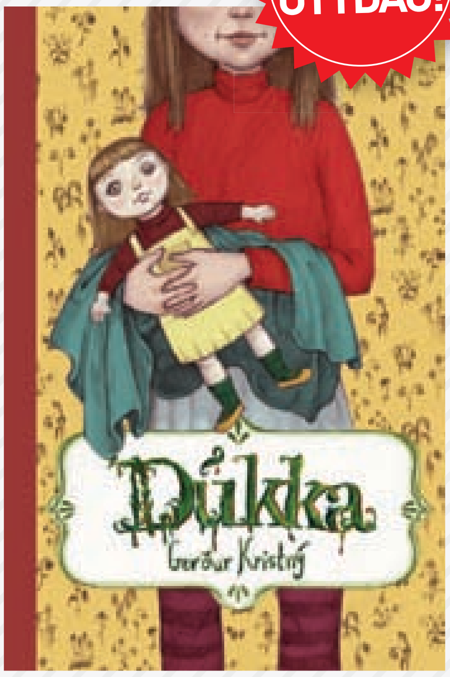


MÓMÓ
Vildarverð: 3.699.-
Verð: 3.999.-

Reima Skóna
Vildarverð: 2.699.-
Verð: 2.999.-

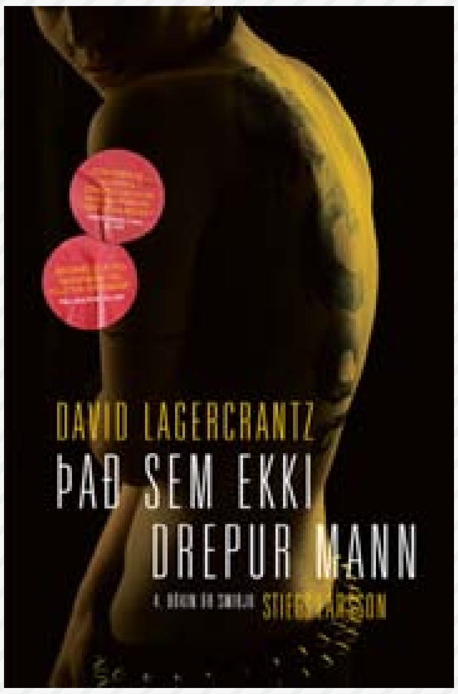
Sá hlær best - sem síðast hlær
Vildarverð: 2.499.-
Verð: 2.799.-

VILDARKLÚBBUR EYMUNDSSON

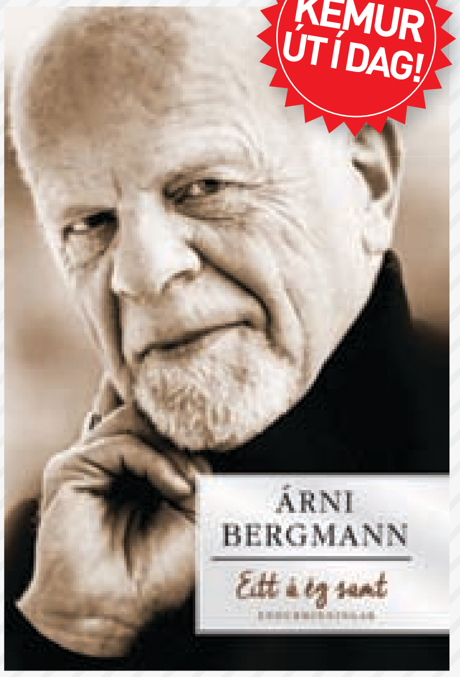


Dúkka
Vildarverð: 4.399.-
Verð: 4.799.-

Stúlkan í trénu
Vildarverð: 3.399.-
Verð: 3.699.-

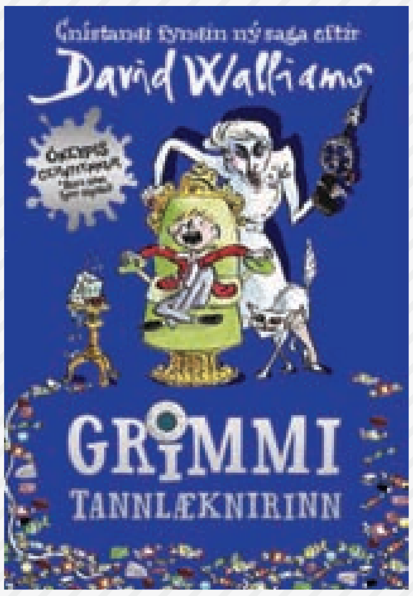


Það sem ekki drepur mann
Vildarverð: 5.399.-
Verð: 5.999.-

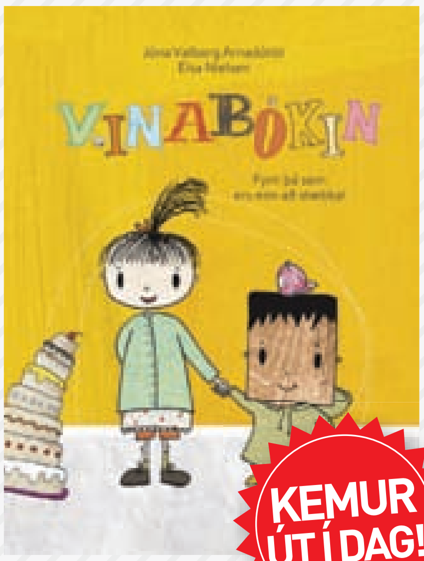


Eitt á ég samt
Vildarverð: 6.799.-
Verð: 7.499.-

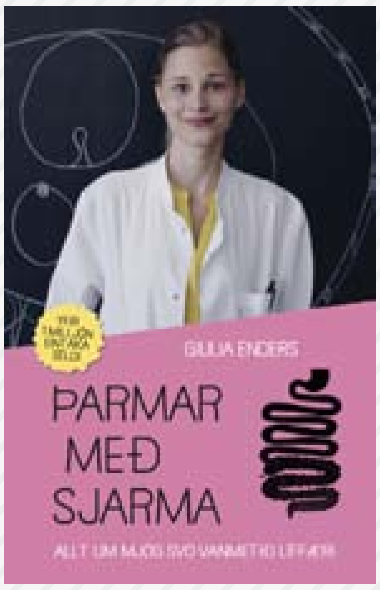
Dagar handan við dægrin
Vildarverð: 5.499.-
Verð: 6.499.-



Grimmi tannlæknirinn
Vildarverð: 3.999.-
Verð: 4.499.-



Vinabókin
Vildarverð: 2.999.-
Verð: 3.299.-



Þarmar með sjarma
Vildarverð: 3.999.-
Verð: 4.999.-

Hrellirinn
Vildarverð: 3.399.-
Verð: 3.699.-

Austurstræti 18
Skólavörðustíg 11
Laugavegi 77
Hallarmúla 4

Álfabakka 14b, Mjódd
Kringlunni norður
Kringlunni suður
Smáralind

Hafnarfirði - Strandgötu 31
Keflavík - Sólvallagötu 2
Akureyri - Hafnarstræti 91-93
Akranesi - Dalbraut 1

Ísafirði - Hafnarstræti 2
Vestmannaeyjum - Bárustíg 2

Penninn Eymundsson

540 2000 | penninn@penninn.is | www.penninn.is | www.eymundsson.is

Vöruúrval mismunandi eftir verslunum. Gildistími vildarverða er frá 8. október, til og með 11. október. Upplýsingar eru birtar með fyrirvara um villur og myndabrengl.

Hvetur fólk til að gerast sjálfboðaliðar

Í kvöld fara fram pallborðsumræður um stöðu flóttafólks á Íslandi á Lofti hosteli. Meðal þeirra sem taka til máls eru Íris Davíðsdóttir, sjálfboðaliði hjá Rauða krossinum.

Jafnréttisdagar standa nú yfir út næstu viku og er sneisafull dagskrá af ýmiss konar viðburðum sem ætlað er að skapa opna umræðu og auka sýnileika jafnréttis og jafnréttismála.

Í kvöld verður fjallað um stöðu flóttafólks á Íslandi á Lofti hosteli og þær áskoranir sem Ísland og alþjóðasamfélagið stendur fyrir í ljósi flóttamannavanda í heiminum í dag.

Meðal þeirra sem taka til máls á viðburðinum í kvöld er Íris Davíðsdóttir, sjálfboðaliði hjá Rauða krossinum, en hún hefur starfað sem sjálfboðaliði hjá samtökunum í rúmlega ár.

„Það er ár síðan ég ákvað að gerast sjálfboðaliði hjá Rauða krossinum. Ég hafði strax áhuga á að vinna með flóttamönnum og fljótlega eftir að ég óskaði eftir að gerast hluti af stuðningsfjölskyldu fóru af stað námskeið hjá Rauða krossinum og svo kom fjölskylda í september á síðasta ári til Hafnarfjarðar,“ segir Íris.

Hún segir námskeiðin hafa verið góðan undirbúning og að sjálfboðaliðastarfið hafi reynst afar gefandi fyrir hana en hún segist lengi hafa haft áhuga á því að vinna að sjálfboðaliðastörfum á borð við þessi og að aðalástæðan að baki þeirri löngun sé líklega þörfin fyrir að láta gott af sér leiða.

Fimm íslenskar fjölskyldur gerðust stuðningsfjölskyldur fjölskyldunnar og segir Íris reynsluna hafa verið dýrmæta og hún hafi lært heilmargt sjálf. „Ég ætla að fjalla um þetta út frá mér persónulega. Hvað ég lærði mikið af þessu og hvað þetta gerir mann þakklátan fyrir að hafa fengið að fæðast hér. Ég og mamman í fjölskyldunni erum á svipuðum aldri en aðstæður okkar hafa verið mjög ólíkar og tækifærin okkar líka,“ segir Íris en stuðningsfjölskyldurnar skiptu niður með sér verkefnum og aðstoðuðu fjölskylduna við að koma sér fyrir hér á landi, meðal annars við að koma til hjálpar við ýmiss konar samskipti við skóla og tómstundarfélög. „Það er nóg sem þarf að aðstoða við til að byrja með. Fjölskyldan talaði ekki ensku og það var langur tími sem fór í að tala saman með táknmáli og leikrænum tilbrigðum,“ segir Íris.

Íris Davíðsdóttir hvetur fólk til þess að gerast sjálfboðaliðar.

> **Það þurfa ekki allir að vera í nákvæmlega þessu. Stundum er fólk að kvarta yfir því að við sinnum ekki fólkinu okkar hér heima nógu vel en það eru til dæmis til heimsóknarvinir sem heimsækja einstaklinga sem af einhverjum aðstæðum eiga ekki marga að.**

Hún segist eindregið mæla með því að fólk kynni sér sjálfboðaliðastarf Rauða krossins. „Það þurfa ekki allir að vera í nákvæmlega þessu. Stundum er fólk að kvarta yfir því að við sinnum ekki fólkinu okkar hér heima nógu vel en það eru til dæmis til heimsóknarvinir sem heimsækja einstaklinga sem af einhverjum aðstæðum eiga ekki marga að,“ bendir hún á en á vefsíðu Rauða krossins, raudikrossinn.is er hægt að kynna sér sjálfboðaliðastarfið nánar en um 3.000 sjálfboðaliðar starfa á vegum Rauða krossins á Íslandi.

Auk Írisar verða þau Gëzim Haziri og mannfræðingurinn Unnur Dís Skaptadóttir í pallborði og umræðum stjórnar Þórður Kristinsson mannfræðingur en viðburðurinn hefst klukkan 18.45 á Lofti hosteli í Bankastræti.

Jafnréttisdagar eru samstarfsverkefni Háskóla Íslands og Listaháskóla Íslands en allir háskólar á landinu taka þátt í Jafnréttisdögum. Markmið daganna er að skapa opna umræðu og aukinn skilning á jafnrétti með því að auka sýnileika jafnréttismála og byggir dagskráin á þverfaglegu samstarfi. Er þetta í sjöunda sinn sem dagarnir eru haldnir og er þátttaka í öllum viðburðum ókeypis en dagarnir standa yfir til 16. október næstkomandi.

Auk pallborðsumræðnanna í kvöld mun Bindu Malieckal halda fyrirlesturinn Að vera eða vera ekki með slæðu: Konur og íslam í miðalda-, árnýaldar og eftirlendutextum í byggingu Odda klukkan 12.00. Málstofan Atgervissóun sem fjallar um möguleika innflytjenda á Íslandi til menntunar og atvinnu fer fram á Háskólatorgi og hefst klukkan 14.00. Nánari dagskrá Jafnréttisdaga má kynna sér á vefsíðunni jafnretti.hi.is.

gydaloa@frettabladid.is

---

†

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

Finn Roger Fredriksen
Lækjarsmára 4, Kópavogi,

lést á líknardeild Landspítalans þann 24. september síðastliðinn.
Útför hans hefur farið fram í kyrrþey að ósk hins látna.
Hjartans þakkir til allra sem önnuðust hann í veikindum hans.

Anna Fredriksen
börn, tengdabörn, barnabörn og barnabarnabarn.

---

†

Elskulegur faðir okkar og tengdafaðir,

Kristján Benediktsson
fyrrum kennari og borgarfulltrúi,

andaðist á hjúkrunarheimilinu Eir aðfaranótt 1. október. Útförin fer fram frá Dómkirkjunni í Reykjavík föstudaginn 9. október kl. 13.00.

Fyrir hönd aðstandenda,
Baldur Kristjánsson — **Svafa Sigurðardóttir**
Ólöf Kristjánsdóttir — **Sigurður Pétursson**
Benedikt S. Kristjánsson — **Sigrún Ásdísardóttir**
Ársæll Kristjánsson — **Ásdís Kristjánsdóttir**

---

†

Ástkær eiginmaður minn, faðir okkar, tengdafaðir og afi,

Theodór S. Georgsson
Melabraut 4, Seltjarnarnesi,

lést á Landspítalanum við Hringbraut 5. október. Útförin fer fram frá Dómkirkjunni í Reykjavík miðvikudaginn 21. október kl. 15.00.

Ásta Þórðardóttir
Katrín Theodórsdóttir
Guðfinna Theodórsdóttir
Georg Theodórsson
Þórður Theodórsson — **Guðrún H. Guðnadóttir**
og barnabörn.

---

†

Ástkær móðir okkar, tengdamóðir, amma og langamma,

Lilja Emilía Gunnlaugsdóttir
Dalbæ, heimili aldraðra, Dalvík, áður til heimilis í Kópavogi,

lést á Dalbæ þriðjudaginn 29. september.
Útförin fer fram frá Kópavogskirkju föstudaginn 9. október kl. 15.00.
Þökkum af alúð starfsfólki Dalbæjar fyrir einstaka umhyggju og aðhlynningu.

Jón Þór Ólafsson — **Ólöf Högnadóttir**
Gunnlaugur Dan Ólafsson
Kjartan Ólafsson — **Susanne Marie Ólafsson**
Sigtryggur Árni Ólafsson — **Ingunn Helga Gunnarsdóttir**
barnabörn og barnabarnabörn.

---

†

Kær móðir okkar, tengdamóðir, amma, langamma og langalangamma,

Anna Stefanía Bergsveinsdóttir
Blesastöðum,

lést á Ljósheimum, Selfossi, sunnudaginn 4. október.
Útförin fer fram frá Skálholtskirkju laugardaginn 10. október kl. 14.00.

Hrafnhildur Magnúsdóttir — **Svavar J. Árnason**
Guðmundur H. Magnússon — **Jóna G. Sigursteinsdóttir**
Tryggvi Karl Magnússon — **Bertha Sigurðardóttir**
Ragnhildur Magnúsdóttir — **Árni Árnason**
og fjölskyldur.

---

†

Hjartkær bróðir okkar,

Eyþór Einarsson
frá Moldnúpi,

lést á dvalar- og hjúkrunarheimilinu Kirkjuhvoli þann 4. október. Útför hans fer fram frá Ásólfsskálakirkju undir Eyjafjöllum laugardaginn 10. október kl. 14.00. Þeim sem vilja minnast hans er bent á dvalar- og hjúkrunarheimilið Kirkjuhvol.

Guðjón Einarsson
Sigríður Einarsdóttir
Baldvin Einarsson
Guðrún Einarsdóttir
Sigurjón Einarsson
og aðrir aðstandendur.

---

†

Okkar ástkæri

Egill Halldór Egilsson
Tjarnarlundi 6a, Akureyri,

lést á heimili sínu 30. september síðastliðinn.
Útförin fer fram frá Bústaðakirkju föstudaginn 9. október kl. 13.

Aldís Ósk Egilsdóttir
Ásdís Magnea Egilsdóttir
Rebekka Rán Egilsdóttir
Svavar Egilsson — **Berglind Ólafsdóttir**
Sigurbjörg Egilsdóttir
Guðjón Egilsson — **Ólöf María Gísladóttir**
Sigríður Nanna Egilsdóttir — **Ólafur Finnbogason**
Þormóður Egilsson — **Védís Grönvold**

---

†

Ástkær móðir okkar, tengdamóðir, amma og langamma,

Antonía Jóna Bjarnadóttir

andaðist á Landspítalanum í Fossvogi þann 1. október sl. Útförin fer fram frá Garðakirkju miðvikudaginn 14. október nk. kl. 15.00.

Bjarni Heiðar Johansen — **Françoise Bureau**
Jóhann R. Johansen
Jenny Johansen — **Bergsveinn Símonarson**
Unnur Baldvinsdóttir
Ragnar B. Johansen — **Luzviminda Olayvar**
Karl Geir Arason
Hólmfríður Helga Jósefsdóttir — **Vernharður Skarphéðinsson**
barnabörn og barnabarnabörn.

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

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

ALLTAF GOTT ÍSVEÐUR

Nýttu þér góða ísverðið í Iceland því það er alltaf tími fyrir ljúffengan ís.

799 kr. stk.
Häagen-Dazs 500 ml

899 kr. stk.
500 ml

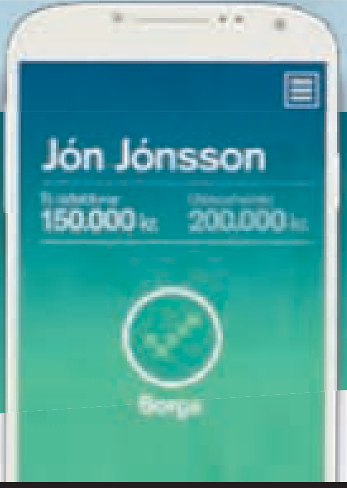
499 kr. pk.
6 í pakka

599 kr. pk.
6 í pakka

299 kr. stk.
M&M ís

299 kr. stk.
Snickers, Mars og Malteers

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.

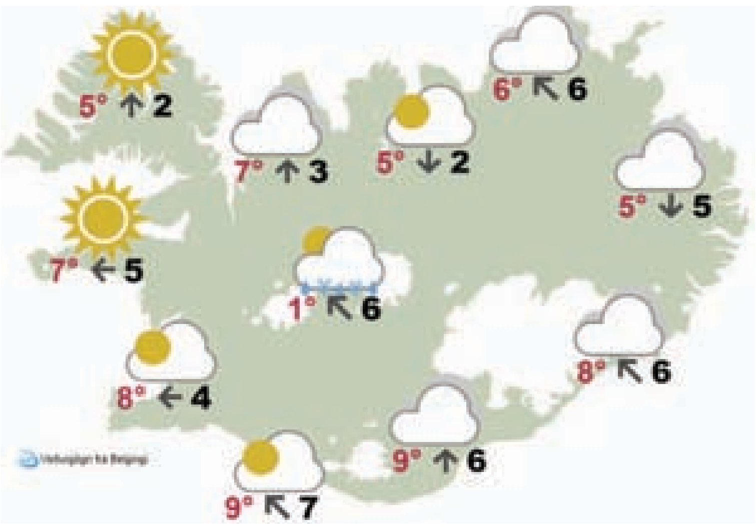
OPIÐ 24 TÍMA

OPIÐ ALLAN SÓLARHRINGINN
ICELAND, ENGIHJALLA,
VESTURBERGI OG ARNARBAKKA

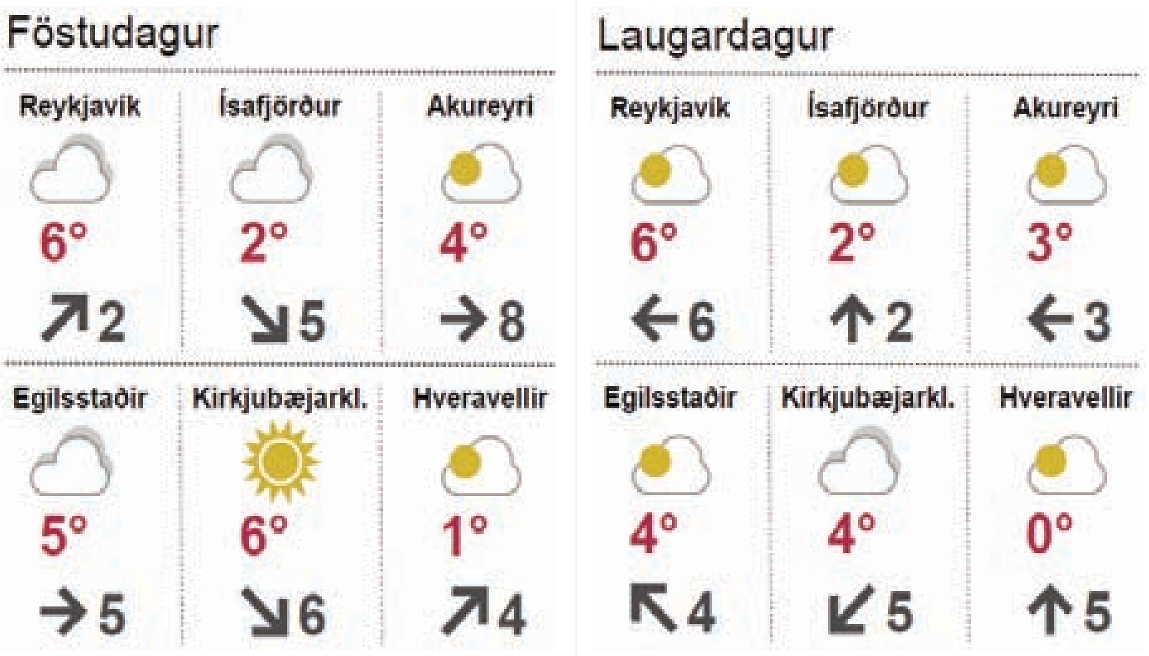
Iceland

VEÐUR & MYNDASÖGUR

Veðurspá Miðvikudagur



Hæg austlæg átt og áfram væta sunnan og vestan til. Þurrt og bjart með köflum norðaustanlands, en hvessir og þykknar upp þar í kvöld með rigningu. Hiti 3 til 9 stig að deginum.

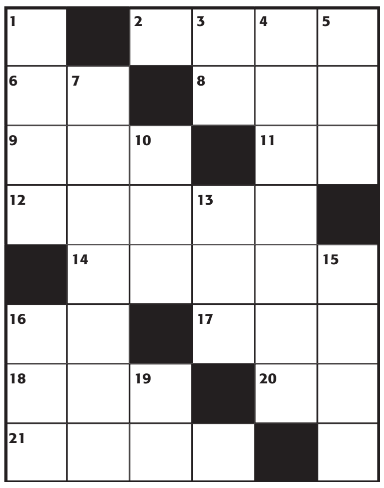


Þrautir

Krossgáta

LÁRÉTT
2. að utan
6. holskrúfa
8. inngangur
9. skörp brún
11. karlkyn
12. ról
14. ávarpar
16. í röð
17. dvelja
18. umhyggja
20. tveir eins
21. brunnur

LÓÐRÉTT
1. afl
3. til dæmis
4. hnykkur
5. rölt
7. mergð
10. sægur
13. svelg
15. réttur
16. grús
19. ónefndur



LÁRÉTT: 2. ytra, **6.** ró, **8.** dyr, **9.** egg, **11.** kk, **12.** kreik, **14.** yrðir, **16.** mn, **17.** una, **18.** önn, **20.** gg, **21.** lind.
LÓÐRÉTT: 1. þrek, **3.** td, **4.** rykking, **5.** ark, **7.** ógrynni, **10.** ger, **13.** iðu, **15.** ragú, **16.** möl, **19.** nn.

Skák Gunnar Björnsson

Einar Hjalti Jensson (2.392) átti leik gegn Björgvini Víglundssyni (2.169) á Haustmóti TR

Hvítur á leik

53. c7! Hac1 (53...Hxc7 54. Hh7+ Kd8 55. Hd6+ Kc8 56. Hh8#) **54. Hh7+** og Björgvin gafst upp enda mát í næsta leik.

Sudoku

LÉTT

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

MIÐLUNGS

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

ÞUNG

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

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 →

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

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

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

Myndasögur

PONDUS Eftir Frode Øverli

GELGJAN Eftir Jerry Scott & Jim Borgman

BARNALÁN Eftir Jerry Scott & Rick Kirkman

NÝR 4BLS BÆKLINGUR

ALLAR HEITUSTU GRÆJURNAR Í NÝJUM 4BLS BÆKLING

Framúrskarandi fyrirtæki 2011-2014

HAPPÝ HOUR
2 FYRIR EINN
MEÐAN BIRGÐIR ENDAST!

8GB MINNISLYKILL

Happý Hour í Október, þú kaupir eina 8GB USB bjórkollu frá Satzuma og færð aðra í kaupauka :)

2.990

KAUPIR EINN OG ANNAR FYLGIR!

5 ÞÚSUND AFSLÁTTUR
VERÐ ÁÐUR 34.900

10"IdeaTab A10

Ótrúleg spjaldtölva frá Lenovo með 10" HD LED fjölsnertiskjá og öflugum Quad Core A7 örgjörva

29.900

MEÐAN BIRGÐIR ENDAST!

ENN BETRA VERÐ

240GB SSD

Ný kynslóð OCZ SSD diska með háhraða TLC NAND og Toshiba stýringu, Windows ræsir sig á örfáum sek.

16.900

VERÐ ÁÐUR 19.900

Birt með fyrirvara um breytingar, innsláttarvillur og myndabrengl

OPNUNARTÍMAR

Virka daga
10:00 - 18:30
Laugardaga
11:00 - 16:00

TÖLVUTEK

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

acer ASUS DELL hp Lenovo packard bell SAMSUNG TOSHIBA

Njósnir og ofsóknir gegn saklausum stúlkum

Alma Ómarsdóttir hefur gert heimildarmyndina Stúlkurnar á Kleppjárnsreykjum – Lauslæti og landráð. Í myndinni er fjallað um gróf mannréttindabrot af hálfu íslenskra stjórnvalda gagnvart ungum konum á stríðsárunum. Myndin verður sýnd í Bíói Paradís í kvöld og næstu kvöld.

Magnús Guðmundsson
magnus@frettabladid.is

Skömmu eftir hernámið í seinni heimsstyrjöldinni fór allt á annan endann í íslensku samfélagi vegna samskipta kvenna við setuliðið. Stúlkur sem höfðu samneyti við setuliðið voru fordæmdar í dagblöðum og ráðamenn þjóðarinnar töluðu um að lauslæti og skækjulifnaður ógnaði íslensku þjóðerni og þjóðarsóma. Alma Ómarsdóttir skrifaði mastersritgerð sína í blaða- og fréttamennsku við HÍ og í framhaldinu ákvað hún að vinna að heimildarmynd um efnið.

„Ég gerði mastersritgerðina mína um fjölmiðlaumfjöllun um ástandið. En svo flaug mér í hug að gera líka heimildarmynd um þetta efni svo ég fékk aðgang að skjölum, sem eru lokuð almenningi, en einungis fræðimenn fá aðgang að. Sem mastersnemi þá fékk ég að skoða þessi gögn sem eru flokkuð sem viðkvæm persónuleg gögn enda er að finna þarna yfirheyrslur yfir ungum stúlkum og konum þar sem þær eru að lýsa kynferðislegu ofbeldi og ýmiss konar misnotkun eða jafnvel bara persónulegum samskiptum. Þar af leiðandi eru þessi gögn lokuð almenningi. Þetta var mjög stór pakki af gögnum svo þetta tók ansi langan tíma enda um mörg hundruð kvenna í þessum gögnum.

Alma Ómarsdóttir sýnir í kvöld í Bíó Paradís heimildarmyndina Stúlkurnar á Kleppjárnsreykjum – Lauslæti og landráð. Alma segir að henni hafi á sínum tíma verið brugðið við þá uppgötvun hvernig brotið var á mannréttindum ungra kvenna á stríðsárunum á Íslandi. FRÉTTABLAÐIÐ/PJETUR

Opinberar ofsóknir

Þegar farið er að skoða þessa sögu þá koma í ljós alveg gríðarleg mannréttindabrot á þessum ungu konum og Alma segir að það sé sláandi hversu langt hafi verið gengið á persónufrelsi þeirra. „Þær eru teknar frá fjölskyldum sínum, vistaðar fjarri heimahögum, sendar í greindarpróf, læknisskoðanir og yfirheyrslur og allt var þetta mjög niðurlægjandi ferli. Þær áttu þess aldrei nokkurn kost að bera hönd fyrir höfuð sér. Ef þetta voru ungar stúlkur voru ekki einu sinni foreldrarnir látnir vita af því að það væri búið að taka börnin þeirra til yfirheyrslu. Þær höfðu engan verjanda eða talsmann – það var enginn til staðar fyrir þeirra hönd þannig að þessar ofsóknir fóru fram án þess að nokkuð væri að gert.“

Þessar ofsóknir kalla á spurningar varðandi það hver eða hverjir hafi staðið á bak við það að lögreglan fór fram gegn borgurunum með þessum hætti en eins og Alma bendir á þá er fólgin ákveðin kaldhæðni í því hver gekk harðast fram. „Það var fyrsta lögreglukonan á Íslandi, Jóhanna Knudsen, og það er sorglegt að fyrsta konan sem gegndi þessu starfi skyldi hafa beitt sér með svo grófum hætti gegn konum. En hún var náttúrulega ekkert ein í þessu því skipunin kom að ofan frá dómsmálaráðherra sem var þá einnig forsætisráðherra, Hermanni Jónassyni. Hann fór fram á að Jóhanna legðist í rannsóknir á því hvernig þessum málum væri háttað og þar virðist hún fá alveg frítt spil til þess að njósna um fólk og hún njósnaði um mörg hundruð konur. Lögreglan styður hana í því ferli öllu svo hún hafði afar sterkt bakland í þessum aðgerðum enda áhrifamenn í þjóðfélaginu sem stóðu á bak við þetta.“

Enginn beðist afsökunar

Það er athyglisvert sem Alma bendir á sem er að það hefur aldrei nokkur maður þurft að svara fyrir þessar ofsóknir á þessum tíma. „Það hefur aldrei verið svarað fyrir þetta. Það hefur aldrei neinn beðist afsökunar á þessu framferði yfirvalda eða lögreglunnar. Það hefur heldur aldrei neinn verið látinn svara fyrir þetta enda hefur þetta legið í þagnargildi og hefur aðeins verið að koma upp á yfirborðið á allra síðustu árum. Málið er að þetta fylgdi þessum konum og gerir jafnvel enn. Maður finnur það mjög sterklega að þetta hvílir mjög þungt á fjölskyldum þessara kvenna og svo þeim sjálfum auðvitað. Og það er mjög erfitt að fá fólk til þess að opna sig og tala um þessa tíma.“

Alma segir að vissulega gæti það breytt miklu ef það kæmi opinber afsökunarbeiðni til þeirra sem urðu fyrir þessum ofsóknum og mannréttindabrotum. „Já, ég hef upplifað það frá ættingjum þeirra sem ég hef talað við og held að slíkt gæti verið mjög hreinsandi fyrir þessar konur. Þó svo að þær hafi átt í samskiptum við hermenn þá getur það varla talist glæpsamlegt en það var gert að glæp. Það er það sem var svo rangt við þetta. Yfirvöld breyttu barnaverndarlögum þannig að sjálfræðisaldurinn var færður til tvítugs og síðan átján ára til þess

MAÐUR FINNUR ÞAÐ MJÖG STERKLEGA AÐ ÞETTA HVÍLIR MJÖG ÞUNGT Á FJÖLSKYLDUM ÞESSARA KVENNA OG SVO ÞEIM SJÁLFUM AUÐVITAÐ. OG ÞAÐ ER MJÖG ERFITT AÐ FÁ FÓLK TIL ÞESS AÐ OPNA SIG OG TALA UM ÞESSA TÍMA.

að geta tekið á þessum stúlkum. En vandinn var fyrst og fremst hvernig þeir notuðu lögin. Þeir notuðu lögin til þess að taka á stúlkunum sem sakamönnum. Þar sem þetta voru barnaverndarlög skyldi maður kannski ætla að þau hafi verið sett til þess að vernda börnin en ekki til þess að meðhöndla stúlkur og ungar konur sem sakamenn. Þær voru yfirheyrðar án forráðamanna, jafnvel fangelsaðar í hegningarhúsinu og síðan vistaðar uppi í sveit.“

Erfitt efni

Það er ekki hlaupið að því að gera heimildarkvikmynd um atburði sem hafa legið í svo miklu þagnargildi innan samfélagsins svo lengi. Alma þurfti því að leita sinna leiða til þess að vera með myndefni undir þeim sögum sem sagðar eru í myndinni. „Ég gat ekki haft gamalt almennt myndefni undir svona persónulegum sögum eins og ég er að lýsa í myndinni. Að auki er ekkert myndefni til sem varðar í raun þessa atburði.

Alma naut aðstoðar Kvikmyndaskóla Íslands við gerð myndarinnar.

Þannig að ég fór þá leið að sviðsetja og naut þar fólks frá Kvikmyndaskóla Íslands sem hjálpaði mér mikið. En svo nota ég líka myndir af þessum skjölum sem eru svo upplýsandi því orðfærið í skjölunum segir svo mikið um það hvernig var litið niður á þessar stúlkur. Í opinberum skjölum eru þær kallaðar lauslætisdrósir og það er talað um hæli fyrir lauslátar stúlkur og þannig nota ég skjölin til þess að sýna það svart á hvítu hvernig þær voru niðurlægðar.

Margar þessara kvenna giftust seinna hermönnum og komu aldrei aftur til Íslands en aðrar urðu eftir hér heima og ég segi sögu einnar þeirra sem varð eftir hér. Þetta sat í henni alla tíð að hafa verið sakamaður fyrir það að verða skotin í strák. Því þegar maður skoðar gögnin frá þessum tíma þá sér maður að

Kleppjárnsreykir. Hér voru stúlkur vistaðar fyrir þær sakir að hafa átt vingott við hermenn setuliðsins.

þetta snerist bara um það hvort þú varst með hermanni. Ef þú varst fimmtán ára stelpa sem var að hitta íslenskan strák þá fékkstu frið en fimmtán ára stelpa sem var að hitta hermann var tekin úr umferð.“

GILDIR Í ÖLLUM
VERSLUNUM
TIL MÁNUDAGS
20%
AFSLÁTTUR
AF ÖLLUM UNDER ARMOUR VÖRUM
Á KRINGLUKASTI
UNDER ARMOUR®
SÉRFRÆÐINGAR AÐSTOÐA
VIÐ VAL Á RÉTTU VÖRUNUM
Á LAUGARDAGINN MILLI 15 OG 18
*Gildir ekki með öðrum tilboðum
ÚTILÍF
síðan 1974
GLÆSIBÆ
KRINGLUNNI
SMÁRALIND
utilif.is

Heimkoman er hlaðin spennu

Þjóðleikhúsið frumsýnir Heimkomuna eftir breska nóbelsverðlaunaskáldið Harold Pinter á laugardaginn. Ingvar E. Sigurðsson er þar í stóru hlutverki.

Pinter er að segja okkur margt í Heimkomunni og margt er líka ósagt. Leikritið er svo hlaðið og höfundurinn dularfullur og býr til margar spurningar sem við getum kannski svarað sjálf, hvert fyrir sig,“ byrjar Ingvar E. Sigurðsson leikari þegar hann er beðinn að lýsa leikritinu Heimkomunni í stórum dráttum. „Það er erfitt að segja eitthvað eitt um þetta leikrit nema að það er hlaðið spennu. Ég hugsa að það komi fólki á óvart,“ segir Ingvar. „Þó ég hafi þekkt það áður þá varð ég undrandi á hvað það er brútalt og átökin mikil.“

Ingvar er í hlutverki slátrara. Það út af fyrir sig á eflaust að segja manni eitthvað um persónuna. „Já, Max hefur unnið sem slátrari allt sitt líf. Það starf hefur gengið mann fram af manni innan fjölskyldunnar, faðir hans var slátrari og afi hans var slátrari. En það er líka hægt að heimfæra starfsgreinina upp á hvað sem er og maður fer að spyrja sig – er Pinter kannski að meina eitthvað annað, var Max ekki slátrari heldur hórmangari, eiturlyfjabarón eða í mansali? Var hann að slátra fólki en ekki svínum?

Hlutverk Max slátrara stórt? Já, það er mjög stórt. Við höfum öll mikið vægi á sviðinu.“

Heimkoman var frumsýnd 1965 og fékk þá verðlaun sem besta leikrit ársins í Bretlandi. Spurður hvort þessi uppfærsla sé að einhverju leyti færð til nútímans svarar Ingvar: „Nei, það þarf ekkert að breyta verkinu, það steinliggur eins og það er og getur gerst hvenær sem er. Á kannski alveg jafn mikið erindi núna og 1965, jafnvel meira.“

Ingvar hefur kynnst Pinter áður sem höfundi. „Við vorum tveir eða þrír sem tókum Pinter-verk sem einstaklingsverkefni í leiklistarskólanum. Síðan hef ég leikið í tveimur verkum eftir hann í stóru leikhúsunum, í Svikum í leikstjórn Eddu Heiðrúnar í Borgarleikhúsinu og í Afmælisveislunni í leikstjórn Guðjóns Pedersen í Þjóðleikhúsinu. Þetta er þriðja stóra sýningin.“

Ingvar rifjar upp að Heimkoman hafi verið flutt áður hér á landi.

„Það sem mér finnst æðislegt við Pinter er að hann dettur í ákveðna stemningu, eins og maður gerir þegar maður sökkvir sér niður í eitthvað sem maður les eða horfir á,“ segir Ingvar E. FRÉTTABLAÐIÐ/PJETUR

„Það var til dæmis fræg sýning hér í Gamla bíói 86-7 hjá P-leikhópnum sem lék bara verk Pinters. Þá var Hjalti Rögnvaldsson búinn að vera lengi í útlöndum og kom heim sérstaklega til að leika í þessu verki. Við sem vorum í skólanum þá höfðum heyrt svo mikið talað um Hjalta Rögnvalds svo það var kærkomið að fá að horfa á hann, heim kominn sérstaklega til að leika í Heimkomunni. Hann brilleraði í þessari sýningu. Björn Hlynur leikur hans rullu núna en Róbert Arnfinnsson lék slátrarann þá.“

gun@frettabladid.is

Leikritið fjallar um Teddy sem snýr óvænt heim á æskuheimili sitt í London með eiginkonu sinni, Rut. Þar uppgötvar Rut áður óþekktar hliðar á eiginmanni sínum þegar hún kynnist fjölskyldu hans; föður hans Max, fyrrverandi slátrara, föðurbróður hans Sam, sem er bílstjóri, og bræðrum hans tveimur, hórmangaranum Lenny og boxaranum Joey. Þessir óhefluðu karlmenn taka að bítast um athygli Rutar og samskiptin á heimilinu verða sífellt ofsafengnari.

Orð, tónlist og líkamleg tjáning í Hafnarborg

Kristín Þóra Haraldsdóttir, víóluleikari og tónskáld, flytur nýja útfærslu tónleikhúsverksins Orðin eftir Þórunni Grétu Sigurðardóttur tónskáld í Hafnarborg á sunnudaginn, 11. október. Verkið er unnið upp úr ljóðabók Lindu Vilhjálmsdóttur, sem kom út árið 2000. Í verkinu fléttast saman orð, tónlist og líkamleg tjáning, þar sem sjónrænir þættir verksins hafa áhrif á merkingu orðanna og þróast áfram við hvern flutning. Verkið er tæp klukkustund í flutningi.

Kristín Þóra Haraldsdóttir kemur víða við í nálgun sinni að tónlist og sinnir jöfnum höndum hlutverkum flytjanda, tónskálds og spunaleikara. Hún kemur reglulega fram með hljómsveitum, kammersveitum, söngvaskáldum og spunaleikurum, ásamt því að hafa starfað með fjölda hópa sem tengjast líkamsleikhúsi og gjörningum.

Orðin er fyrsta atriðið á nýju starfsári tónleikaraðarinnar Hljóðön í Hafnarborg sem er tileinkuð tónlist frá 20. og 21. öldinni.

Almennt miðaverð er kr. 2.500, en 1.500 fyrir eldri borgara og námsmenn.

ORÐIN ER FYRSTA ATRIÐIÐ Á NÝJU STARFSÁRI TÓNLEIKARAÐARINNAR HLJÓÐÖN Í HAFNARBORG SEM ER TILEINKUÐ TÓNLIST FRÁ 20. OG 21. ÖLDINNI.

Kristín Þóra sinnir jöfnum höndum hlutverkum flytjanda, tónskálds og spunaleikara.

Haust á í hádeginu Akureyri

Haustsýningar voru lengi fastur liður í sýningarhaldi bæði hér á landi og erlendis og lifa víða góðu lífi enn. Á Haustsýningu Listasafnsins á Akureyri er nú tekin upp sú góða hefð að sýna hvað listamenn á svæðinu eru að fást við.

Sýningin endurspeglar þá fjölbreyttu flóru myndlistar sem unnið er að á Norðurlandi. Efnistök, hugmyndir og aðferðir eru ólík og hér gefur að líta teikningar, málverk, skúlptúra, myndbandsverk, bókverk, ljósmyndaverk og textílverk svo eitthvað sé nefnt.

Á sýningunni fáum við innsýn í það sem 30 myndlistarmenn hafa unnið að síðustu misserin. Sumt kemur vonandi á óvart en annað kannast einhverjir, sem eru duglegir að fara á sýningar, betur við. Allir eiga listamennirnir það sameiginlegt að tengjast Norðurlandi á einn eða annan hátt. En er það fleira sem sameinar þessa listamenn? Eða er eitthvað eitt sem hægt er að sjá sem rauðan þráð í gegnum öll verkin? Hvað einkennir norðlenska myndlist?

Í dag kl. 12.15-12.45 verður boðið upp á leiðsögn um samsýninguna Haust í Listasafninu á Akureyri, en þar sýna 30 norðlenskir listamenn. Hlynur Hallsson safnstjóri og Björg Eiríksdóttir listakona munu taka á móti gestum og fræða þá um sýninguna og einstök verk. Aðgangur er ókeypis. – mg

Haust í Listasafninu á Akureyri.

Mjólkin gefur styrk

D-vítamínbætt léttmjólk breytir tímabundið um útlit

D-vítamínbætt léttmjólk hefur tímabundið verið klædd í nýjan búning. Sama holla og góða mjólkin verður í sparifötunum í takmarkaðan tíma og á meðan streyma 30 krónur af hverri seldri fernu til tækjakaupa á Landspítalanum.

#mjolkingefurstyrk

Fáðu þér áskrift í síma 1817 eða á 365.is

Krakka stöðin BRAVO Vild MARAÞON

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

Fáránlega gott verð fyrir áskrifendur Skemmtipakkans

ENDALAUST TAL OG 1 GB Á 1.990 KR.

MARAÞON

Taktu maraþon af **Sopranos** eða **Mad Men.**
Á Stöð 2 Maraþon finnur þú meira en 500 þætti af íslenskum og erlendum seríum.

Fríðindakerfi 365

Áskrifendur Skemmtipakkans fá sjálfvirkan afslátt hjá fjölda samstarfsfyrirtækja sem bjóða upp á vandaðar vörur og frábæra þjónustu.

Vild

FÁRÁNLEGA **FLOTTUR PAKKI** **9.290** kr.
Aðeins 310 kr. á dag

365

BÍÓ

Dimm og harðneskjuleg fegurð

Óhætt er að fullyrða að Sicario er ein af kvikmyndum ársins. Kvikmyndatakan og tónlistin eru framúrskarandi. Benicio del Toro stelur senunni þrátt fyrir að vera þekktasti leikarinn.

KVIKMYNDIR

Sicario

Leikstjóri: Denis Villenueve

Helstu hlutverk: Emily Blunt, Benicio del Toro, Josh Brolin, Victor Garber

Tónlist: Jóhann Jóhannsson

★★★★★

Kvikmyndin Sicario segir frá baráttu bandarískra yfirvalda við mexíkósk glæpagengi og þeim vandkvæðum sem landamæri og lögsaga geta haft í för með sér í hinum alþjóðavædda heimi. Myndin segir frá baráttunni á hispurslausan hátt, þar sem grimmdin og dimman er allsráðandi. Það er því við hæfi að stjarna myndarinnar hvíli yfir henni eins og skuggi sem stekkur fram á sjónarsviðið og grípur áhorfandann þegar mestu máli skiptir; já, Benicio del Toro fer á kostum í Sicario. Frammistaða hins margverðlaunaða Jóhanns Jóhannssonar, sem stýrir tónlistinni í myndinni, er líka framúrskarandi og gerir sitt til þess að auka upplifun áhorfandans á harðneskjulegri atburðarásinni.

Kona í heimi karla

Aðalsöguhetja myndarinnar er lögreglukonan Kate Macer, sem leikin er af Emily Blunt. Hún er fengin í sérverkefni í löggæslu, eftir að hún og félagar hennar í sérsveit FBI uppgötvuðu að mexíkósk glæpagengi voru búin að hreiðra um sig í Arizona í Bandaríkjunum, með tilheyrandi aftökum og eiturlyfjainnflutningi. Áhorfandinn fær innsýn í þann harða heim sem löggæslumenn á þessu svæði þurfa að lifa í. Blunt er oft á tíðum eina konan í mynd en er hörð af sér og ákveðin í að standa sig í því verkefni sem henni er úthlutað (hér er blaðamaður að passa sig að fara ekki of mikið út í söguþráðinn, af tillitssemi við þá sem eiga eftir að sjá myndina).

Hinn þekkti senuþjófur

Frammistaða Benicio del Toro í myndinni er eftirminnileg. Hægt og rólega tekur hann yfir myndina og virkar eiginlega sem senuþjófur, þrátt fyrir að vera þekktasti leikari myndarinnar. Dimmt yfirbragð karakters hans og kaldrifjað fasið rímar stórkostlega við heildaryfirbragð myndarinnar, sem er leikstýrt af Denis Vilenueve, sem er hvað þekktastur fyrir hina mögnuðu Prisoners. Del Toro leikur mikilvægan hlekk í teyminu sem Kate Macer er fengin í, sem er liður í baráttunni gegn gengjunum mexíkósku. Del Toro leikur hinn dularfulla Alejandro og sést strax og hann kemur fyrir í myndinni að hann á sér myrka sögu.

Framúrskarandi myndataka og tónlist

Myndatakan og „lúkkið“ á Sicario er algjörlega framúrskarandi. Roger Deakins stýrði myndatöku, en hann hefur hlotið ellefu Óskarstilnefningar. Hann fer ferskar leiðir í yfirlitsskotum og senum þar sem nætursjónaukar eru notaðir, svo dæmi séu tekin. Áhorfandinn er einhvern veginn alltaf inni í miðri atburðarásinni og eru mörg ákaflega skemmtileg skot sem fanga andrúmsloftið fullkomlega. Tónlistin í myndinni er einnig frábær, og hefur Jóhann Jóhannsson hlotið mikið lof fyrir hana. Meðal annars hefur miðillinn Noisey, sem er tengdur Vice, birt lofgrein um Jóhann, þar sem hann sagði frá vinnunni við myndina. Tónlistin bætir svo sannarlega við upplifunina.

Ein besta mynd ársins

Það er óhætt að kalla Sicario eina af bestu kvikmyndum ársins hingað til. Hún hefur hlotið mikið lof gagnrýnenda og kemur vel út í öllum þeim venjubundnu mælingum sem gerðar eru á upplifun áhorfenda, með hjálp netsins; hún fær stórgóðar einkunnir, bæði á IMDb og Rotten Tomatoes. Myndin er líkleg til afreka á stærstu verðlaunahátíðum kvikmyndaheimsins, enda veitir hún ferska sýn á erfiða baráttu við glæpagengi, virkar á tímum hrikalega raunveruleg og er farið í nýjar áttir með tónlist og kvikmyndatöku.

kjartanatli@frettabladid.is

Frumsýningar

CRIMSON PEAK

Drama-, hryllings- og fantasíumynd

Aðalhlutverk: Mia Wasikowska, Jessica Chastain, Tom Hiddleston, Charlie Hunnam

Frumsýnd: 16. október

IMDb 8,8/10

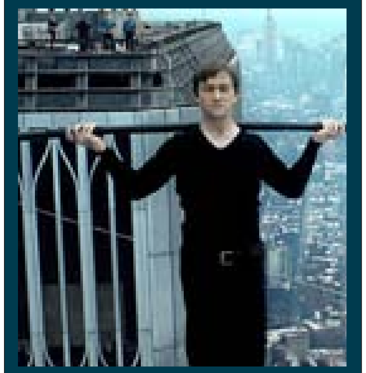
KLOVN FOREVER

Gamanmynd

Aðalleikarar: Casper Christensen og Frank Hvam

Frumsýnd: 9. október

IMDb 6,9/10 Rotten Tomatoes 71%



THE WALK

Ævisöguleg ævintýramynd

Aðalleikarar: Joseph Gordon-Levitt, Charlotte Le Bon, James Badge Dale og Ben Kingsley

Frumsýnd: 9. október

IMDb 8,0/10 Rotten Tomatoes 87%

„ÓVÆNTASTI SMELLUR Í HEIMI“

THE TIMES

Ef við sinnum meltingarveginum af alúð uppskerum við hamingju og vellíðan. En hvernig förum við að því? Þú kemst að því í þessari **stórfróðlegu og skemmtilegu bók** sem farið hefur **sigurför um heiminn!**

VERÖLD

SMÁRABÍÓ HÁSKÓLABÍÓ

Sýningartímar á eMiði.is og miði.is

LAUGARÁSBÍÓ
midi.is Miðasala og nánari upplýsingar
Coca-Cola

LAUGARÁSBÍÓ	Sýningartímar
THE MARTIAN 3D	7, 10:10
EVEREST 3D	5, 8, 10
SICARIO	10:30
HÓTEL TRANSYLV. 2D ÍSL	5
HÓTEL TRANSYLV. 2D ENS	5 (ótextuð)

SAMBÍÓIN
NÁÐU Í SAMBÍÓ APPIÐ
ÞAÐ MARGBORGAR SIG

SAMBÍÓIN ÁLFABAKKA

BLACK MASS	KL. 6 - 8 - 9 - 10:40
BLACK MASS VIP	KL. 10:40
THE INTERN	KL. 5:20 - 8 - 10:40
EVEREST 3D	KL. 5:20 - 8 - 10:40
EVEREST 2D VIP	KL. 5:20 - 8
HÓTEL TRANSYLVANÍA 2 ÍSLTAL 2D	KL. 6
THE MAN FROM U.N.C.L.E.	KL. 10:10
VACATION	KL. 8
INSIDE OUT ÍSLTAL 2D	KL. 5:50

SAMBÍÓIN AKUREYRI

BLACK MASS	KL. 8 - 10:30
THE INTERN	KL. 5:30 - 8
THE MAN FROM U.N.C.L.E.	KL. 10:30
INSIDE OUT ÍSLTAL 2D	KL. 5:50

SAMbio.is

SAMBÍÓIN EGILSHÖLL

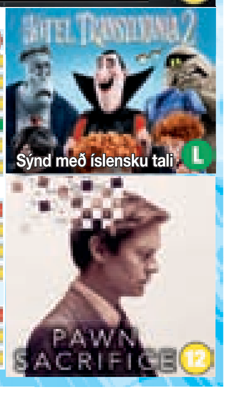
BLACK MASS	KL. 5:20 - 8 - 10:35
THE INTERN	KL. 5:20 - 8 - 10:35
EVEREST 3D	KL. 5:20 - 8
EVEREST 2D	KL. 10:35
HÓTEL TRANSYLVANÍA 2 ÍSLTAL 2D	KL. 5:40
THE MAN FROM U.N.C.L.E.	KL. 10:15
VACATION	KL. 8

SAMBÍÓIN KRINGLUNNI NÚMERUÐ SÆTI

BLACK MASS	KL. 5:20 - 8 - 10:40
THE INTERN	KL. 5:20 - 8 - 10:40
PAWN SACRIFICE	KL. 5:30 - 10:30
LOVE & MERCY	KL. 8

SAMBÍÓIN KEFLAVÍK

BLACK MASS	KL. 8 - 10:40
THE MARTIAN 3D	KL. 8
EVEREST 2D	KL. 10:30



Hvað? Hvenær? Hvar? Fimmtudagur

Tónlist

Hvað? Síðdegistónleikar
Hvenær? 17.30
Hvar? Bókasafn Seltjarnarness
Á þessum fyrstu tónleikum vetrarins hjá bókasafninu koma fram kunnir reynsluboltar á tónlistarsviðinu, þau Dagný Björgvinsdóttir píanóleikari og Jón Guðmundsson þverflautuleikari, sem bæði kenna við Tónlistarskóla Seltjarnarness. Allir hjartanlega velkomnir.

Hvað? Víkingur leikur Skrjabín
Hvenær? 19.30
Hvar? Eldborgarsalur Hörpu
Píanóleikarinn Víkingur Heiðar leikur verk eftir Beethoven, Skrjabín og fleiri. Norski hljómsveitarstjórinn Eivind Aadland stjórnar Sinfóníuhljómsveit Íslands. Miðaverð frá 2.400 krónum.

Hvað? Útgáfutónleikar Dulvitundar
Hvenær? 20.00
Hvar? Gaukurinn, Tryggvagötu 22
Hljómsveitin Dulvitund fagnar útgáfu sinnar fyrstu breiðskífu, Lífsins þungu spor. Hljómsveitin er runnin undan rifjum Þóris Óskars Björnssonar og er verkið jafnframt fyrsta útgáfuverkefni útgáfufyrirtækisins Hið myrka man. Einnig koma fram hljómsveitirnar Döpur og Ultraorthodox. Miðaverð er 1.000 krónur.

Hvað? Þórunn Antonía og Bjarni Sigurðsson
Hvenær? 21.00
Hvar? Kex hostel
Tvíeykið mun bjóða gestum Kex upp á ómþýða tóna í kvöld. Aðgangur ókeypis.

Hvað? Norrænir ljóðatónleikar
Hvenær? 20.15
Hvar? Norræna húsið
Norrænar sagnir, söngvar, list og tónlist óma á einstökum tónleikum í Norræna húsinu í kvöld. Allir velkomnir og aðgangur ókeypis.

Hvað? Ylja og Teitur Magnússon
Hvenær? 21.00
Hvar? Græni Hatturinn, Akureyri
Hljómsveitin Ylja og Teitur Magnússon munu troða upp á Græna hattinum í kvöld, þar sem þau munu leika tónlist sína fyrir gesti og gangandi. Miðaverð 2.000 krónur.

Hvað? Autonomous spilar
Hvenær? 22.00
Hvar? Ob-La-Dí-Ob-La-Da, Frakkastíg 8
Hljómsveitin Autonomous heldur tónleika á Ob-La-Dí-Ob-La-Da í kvöld. Aðgangur er ókeypis.

Norska listakonan Heidi Strand sýnir stór myndteppi úr ull í Norræna húsinu. FRÉTTABLAÐIÐ/PJETUR

Leiðsögn

Hvað? Leiðsögn um Haust
Hvenær? 12.15
Hvar? Listasafnið á Akureyri
Boðið er uppá leiðsögn um samsýninguna Haust í dag en þar sýna 30 norðlenskir listamenn. Hlynur Hallsson safnstjóri og Björg Eiríksdóttir listakona munu taka á móti gestum og fræða þá um sýninguna og einstök verk. Aðgangur er ókeypis.

Hljómsveitin Ylja spilar á Græna hattinum í kvöld. FRÉTTABLAÐIÐ/DANÍEL

Uppákomur

Hvað? Tungumálastefnumót
Hvenær? 16.30
Hvar? Stúdentakjallarinn
Fyrir áhugasama nemendur Háskóla Íslands um að kynnast einhverjum sem talar reiprennandi tungumálið sem viðkomandi langar að læra eða þá sem langar til að kynnast einhverjum sem er að baksa við að reyna að ná því, býður Stúdentakjallarinn uppá tungumálastefnumót í dag. Aðgangur ókeypis.

Hvað? Heilahristingur
Hvenær? 15.30
Hvar? Menningarhúsið Grófin, Tryggvagötu 15
Heimanámsaðstoð fyrir framhaldsskólanemendur í samstarfi við Reykjavíkurdeild Rauða krossins. Sjálfboðaliðar taka vel á móti nemum sem vilja aðstoð við heimanám í notalegu og afslöppuðu umhverfi. Boðið upp á hressingu á staðnum. Allir velkomnir og óþarfi að skrá sig fyrirfram.

Opnun

Hvað? Sýningaropnun Heidi Strand
Hvenær? 19.30
Hvar? Norræna húsið
Norska listakonan Heidi Strand sýnir stór myndteppi úr ull með mótífum úr íslenskri náttúru. Aðgangur ókeypis og allir hjartanlega velkomnir.

Sýningar

Hvað? Frami
Hvenær? 20.00
Hvar? Tjarnarbíó
Nýtt sviðsverk eftir Björn Leó Brynjarsson sem fjallar um þrá listamanns eftir velgengni í nútímanum og baráttu hans við eigin fantasíur og þráhyggjur. Fer Kolbeinn Arnbjörnsson með aðalhlutverk í sýningunni. Miðaverð 2.900 krónur.

Uppistand

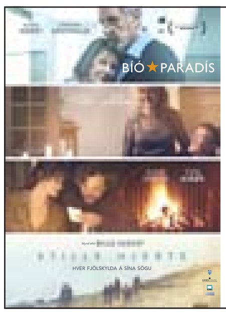
Hvað? Enskt uppistand
Hvenær? 21.30
Hvar? Bar 11
Hinn ástralski Jonathan Duffy og Kanadamaðurinn York Underwood munu grínast hressilega á Bar 11 í kvöld ásamt hinum íslenska Rökkva Vésteinssyni. Þá mun Sigurður Anton Friðþjófsson sjá um að kynna sprellarana. Aðgangseyrir 1.000 krónur.

Málstofa

Hvað? Málstofa um möguleika innflytjenda á Íslandi til menntunar og atvinnu
Hvenær? 14.00
Hvar? Litla Torg, Háskólatorgi

9 .okt kl 20:00 UPPSELT
16.okt kl 20:00 ÖRFÁ SÆTI LAUS
6 .nóv kl 20:00
„Ég hef ekki hlegid svona mikið síðan ég skildi vid manninn minn."

Hársnyrtir óskast í 100 % starf.
Upplýsingar í síma 699-0979
CARTER hársnyrtistofa
Fjarðagata 13-15 Fjörður verslunarmiðstöð - 220 Hafnarfjörður



BÍÓ ★ PARADÍS HAPPY HOUR Á BARNUM 17-20

Stúlkurnar á Kleppjárnsreykjum	18:00
Stille Hjerte	18:00, 20:00, 22:00
Virgin Mountain ENG SUB	18:00
Chasing Robert Barker	20:00
Rams/Hrútar ENG SUB	20:00
In the Basement ENG SUB	22:00
LOVE 3D ENG SUB	22:00

HÚSASMIÐJAN

TAX FREE MARAÞON

LÝKUR UM HELGINA!

Fjöldi vöruflokka og vörumerkja á Tax free afslætti*

TVÖFALT TAX FREE

AF HAUSTLAUKUM

38,7% afsláttur

Tax free gildir ekki af vörum merktum „lægsta lága verð Húsasmiðjunnar“ og tilboðsvörum.
Tax free jafngildir 19,35% afslætti. Tvöfalt Tax free jafngildir 38.7% afslætti

TAX FREE

Öll Black&Decker verkfæri

14.220kr

17.632kr

Hleðsluborvél EPC14CAB
14.4V, 2 rafhlöður
5246006

TAX FREE

Öll Jotun málning og Anza penslar

2.415kr

2.995kr

3 ltr

Jotun Vegg&loftamálning
3 ltr.
7119784-86

Öll Damixa blöndunartæki

TAX FREE

7.540 kr

FULLT VERÐ: 9.349

damixa
Handlaugartæki
Damixa Space
8000800

Öll smáraftæki

TAX FREE

10.395 kr

FULLT VERÐ: 12.890

Kaffivél
STORM GREY 10 bollar
1840096

Öll Neo verkfæri og töskur

TAX FREE

12.900 kr

FULLT VERÐ: 15.995

Topplyklasett Neo
73 stk. 1/2"-1/4".
4-27 mm toppar
5052569

Öll Stanley verkfæri og töskur

TAX FREE

6.448 kr

FULLT VERÐ: 7.995

STANLEY
Verkfærataska
Stanley 24"
5024892

SKOÐAÐU TAX FREE BLAÐIÐ Á www.husa.is

2 | 21:45

THE BLACKLIST

Þriðja spennuþáttaröðin með James Spader í hlutverki hins magnaða Raymond Red Reddington sem var efstur á lista yfir eftirlýsta glæpamenn hjá bandarískum yfirvöldum en gaf sig fram til að aðstoða FBI.

FRÁBÆR
FIMMTUDAGUR

Fáðu þér áskrift á **365.is**

365

2 | 19:50

MATARGLEÐI EVU

Eva Laufey ber fram Anti pasti platta með heimabökuðu Focaccia brauði, Gúllassúpu sem yljar og dásamlegt súkkulaði fondú í eftirrétt.

2 | 20:15

MASTERCHEF USA

Stórskemmtilegur matreiðsluþáttur með Gordon Ramsey í forgrunni þar sem áhugakokkar keppast við að vinna hylli dómnefndarinnar.

2 | 22:30

THE PLAYER

Öryggissérfræðingur sérhæfir sig í spilavítabransanum en er fenginn til að vinna fyrir dularfull samtök.

b | 22:00

THE BOOKTHIEF

Áhrifamikil mynd sem gerist á tímum seinni heimsstyrjaldarinnar með Geofrey Russ og Emily Watson í aðalhlutverkum.

3 | 22:15

WHO GETS THE LAST LAUGH

Skemmtilegir raunveruleikaþættir þar sem þekktir uppistandarar etja kappi við gamanleikara í hrekkjum.

NÝTT!

Krakkastöðin | 19:00

SKOPPA OG SKRÍTLA Í BÍÓ

Í þessari frábæru bíómynd sláumst við í för með vinkonunum í heimsókn til Lúsíar.

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

DAGSKRÁ

Fimmtudagur

STÖÐ 2

07.00 Barnatími Stöðvar 2
08.05 The Middle
08.30 Masterchef USA
09.15 Bold and the Beautiful
09.35 60 mínútur
10.20 The Doctors
11.00 Geggjaðar græjur
11.15 Jamie's 30 Minute Meals
11.40 Heilsugengið
12.05 Um land allt
12.35 Nágrannar
13.00 Spider-Man
15.00 Deep Blue
16.30 iCarly
16.55 Ninja-skjaldbökurnar
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. Andri, Margrét Erla, Lóa Pind og Pétur Jóhann færa þér skemmtilegan þjóðmálaþátt í beinni útsendingu á hverjum degi.
19.25 Undateable
19.50 Matargleði Evu
20.15 Masterchef USA
21.00 NCIS
21.45 The Blacklist
22.30 The Player
23.15 X Company
00.00 The Master Dramatísk mynd frá 2012 með Joaquin Phoenix, Philip Seymour Hoffman og Amy Adams í aðalhlutverkum. Bandarískur sjóliði snýr heim úr síðari heimsstyrjöldinni og lendir í erfiðleikum með að fóta sig í lífinu þar til hann kynnist sértrúarsöfnuði og heillandi leiðtoga þeirra. Leikstjóri og handritshöfundur er Paul Thomas Anderson.
02.15 The Company You Keep
04.15 Hyde Park on Hudson
05.50 Fréttir og Ísland í dag

SPORT

08.10 Pepsímörkin
10.50 Atletico Madrid - Real Madrid
12.35 Pick Szeged - Barcelona
14.05 Holland - Ísland
15.50 Georgia - Gíbraltar Bein útsending frá leik Georgíu og Gíbraltar í Undankeppni EM 2016.
18.05 NFL Gameday
18.35 Portúgal - Danmörk Bein útsending frá leik Portúgals og Danmerkur í Undankeppni EM 2016.
20.45 Georgia - Gíbraltar
22.25 Írland - Þýskaland
00.05 Portúgal - Danmörk

SPORT 2

08.40 Sunderland - West Ham
10.30 Pepsímörkin
13.10 Crystal Palace - WBA
14.50 Man. City - Newcastle
16.35 Football League Show
17.05 Messan
18.35 Skotland - Pólland Bein útsending frá leik Skotlands og Póllands í Undankeppni EM 2016.
20.45 Premier League World
21.15 Chelsea - Southampton
23.00 Premier League Review
23.55 Skotland - Pólland

GOLFSTÖÐIN

09.00 Presidents Cup
14.00 Golfing World
14.50 PGA Championship
17.50 Inside the PGA Tour
18.15 Golfing World
19.05 Presidents Cup
00.05 Inside the PGA Tour
00.30 Presidents Cup

STÖÐ 3

18.25 The Carrie Diaries
19.05 Suburgatory
19.30 Clipped
19.55 Sullivan & Son
20.20 Sirens
20.45 Gotham
21.30 Supernatural
22.15 Who Gets the Last Laugh
22.40 Hollywood Hillbillies
23.05 Lip Sync Battle
23.30 NCIS. Los Angeles
00.45 Sullivan & Son
01.10 Sirens
01.35 Gotham
02.20 Supernatural
03.05 Tónlistarmyndbönd frá Bravó

KRAKKASTÖÐIN

07.00 Kalli á þakinu
07.25 Latibær
07.47 Ævintýraferðin
08.00 Könnuðurinn Dóra
08.24 Mörgæsirnar frá Madagaskar
08.45 Doddi litli og Eyrnastór
08.55 Sumardalsmyllan
09.00 Áfram Diego, áfram!
09.24 Svampur Sveinsson
09.49 Tom and Jerry
09.55 UKI
10.00 Ævintýri Tinna
10.23 Ofurhundurinn Krypto
10.47 Elías
11.00 Kalli á þakinu
11.25 Latibær
11.47 Ævintýraferðin
12.00 Könnuðurinn Dóra
12.24 Mörgæsirnar frá Madagaskar
12.45 Doddi litli og Eyrnastór
12.55 Sumardalsmyllan
13.00 Áfram Diego, áfram!
13.24 Svampur Sveinsson
13.45 Tom and Jerry
13.55 UKI
14.00 Ævintýri Tinna
14.23 Ofurhundurinn Krypto
14.47 Elías
15.00 Kalli á þakinu
15.25 Latibær
15.47 Ævintýraferðin
16.00 Könnuðurinn Dóra
16.24 Mörgæsirnar frá Madagaskar
16.45 Doddi litli og Eyrnastór
16.55 Sumardalsmyllan
17.00 Áfram Diego, áfram!
17.24 Svampur Sveinsson
17.45 Tom and Jerry
17.55 UKI
18.00 Ævintýri Tinna
18.23 Ofurhundurinn Krypto
18.47 Elías
19.00 Skoppa og Skrítla í bíó

LATIBÆR 07.25, 11.25 og 15.25

GULLSTÖÐIN

17.50 Two and a Half Men
18.15 Friends
18.40 New Girl
19.05 Modern Family
19.30 Ally McBeal
20.15 Cold Feet
21.05 Broadchurch
21.55 The Sopranos
22.55 It's Always Sunny in Philadelphia
23.15 The Glades
00.00 Ally McBeal
00.50 Cold Feet
01.40 Broadchurch
02.30 Tónlistarmyndbönd frá Bravó

BÍÓSTÖÐIN

12.10 Won't Back Down
14.10 I Am
15.30 Austin Powers in Goldmember
17.05 Won't Back Down
19.05 I Am Vönduð heimildarmynd frá leikstjóranum Tom Shadyac sem ferðaðist um heiminn og ræddi við helstu hugsuði okkar tíma og trúarleiðtoga um hvað hefur farið úrskeiðis í heiminum í dag og hvað við getum gert til þess að snúa við þeirri þróun og bæta lífsgæði okkar. Meðal viðmælenda eru Desmond Tutu og Noam Chomsky.
20.25 Austin Powers in Goldmember
22.00 The Book Thief
00.10 Only God Forgives Spennumynd frá 2013 með Ryan Gosling og Kristin Scott Thomas í aðalhlutverkum. Julian er eiturlyfjasmyglari sem lifir og hrærist í undirheimum Bangkok. Þegar bróðir hans er myrtur heimtar mamma þeirra að Julian finni morðingjann og veiti honum maklega málagjöld. Leikstjóri og handritshöfundur myndarinnar er Daninn Nicolas Winding Refn.
01.40 Killing Them Softly
03.10 The Book Thief

RÚV

15.45 Stundin okkar
16.10 Tónahlaup
16.50 Frakkland - Ísland Bein útsending frá leik Frakklands og Íslands í forkeppni Evrópumótsins 2016 í handbolta kvenna.
18.35 Táknmálsfréttir
18.43 Vísindahorn Ævars
18.50 Landakort
19.00 Fréttir
19.25 Íþróttir
19.30 Veður
19.35 Kastljós
20.15 Toppstöðin
21.10 Scott og Bailey
22.00 Tíufréttir
22.15 Veðurfréttir
22.20 Lögregluvaktin
23.05 Poldark
00.05 Kastljós
00.40 Fréttir
00.55 Dagskrárlok

SKJÁREINN

06.00 Pepsi MAX tónlist
08.00 Everybody Loves Raymond
08.20 Dr. Phil
09.00 The Biggest Loser
09.45 The Biggest Loser
10.30 Pepsi MAX tónlist
13.30 Cheers
13.55 Dr. Phil
14.35 Odd Mom Out
15.00 America's Next Top Model
15.45 The Muppets
16.05 The Voice Ísland
17.35 Dr. Phil
18.15 The Tonight Show
18.55 The Late Late Show
19.35 Bakraddir
19.50 Life in Pieces
20.15 Grandfathered
20.40 The Grinder
21.00 Scandal
21.45 How to Get Away with Murder
22.30 The Tonight Show
23.10 The Late Late Show
23.50 Blue Bloods
00.35 Law & Order: Special Victims Unit
01.20 Secrets and Lies
02.05 Scandal
02.50 How to Get Away with Murder
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

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

í þáttunum **3RD DEGREE** eru íslenskir listamenn spurðir spjörunum úr.

Markmiðið að kynna íslenska tónlist fyrir útlendingum

Bjarni Lárus Hall bregður sér í skemmtilegt dulargervi í þáttunum 3rd Degree en þar minnir hann helst á einkaspæjara, sem reynir að leysa hinar ýmsu ráðgátur tengdar listamönnunum. FRÉTTABLAÐIÐ/PJETUR

Bjarni Lárus Hall, betur þekktur sem Baddi í Jeff Who?, stendur ásamt þeim Jóni Atla Guðjónssyni og Skúla Helga Sigurgíslasyni á bak við nýjan vettvang í formi sjónvarpsstöðvar sem kallast Music Reach. Hagsmunir íslenskra tónlistarmanna eru hafðir að leiðarljósi.

Þessi vettvangur er aðallega hugsaður til þess að kynna íslenska tónlist fyrir útlendinga," segir Bjarni Lárus Hall, betur þekktur sem Baddi í Jeff Who? Hann, ásamt þeim Jóni Atla Guðjónssyni og Skúla Helga Sigurgíslasyni, stendur á bak við nýjan vettvang sem ber nafnið Music Reach og hefur það að markmiði að kynna íslenska tónlist. Music Reach er í formi sjónvarpsstöðvar sem er aðallega hugsuð fyrir útlendinga sem vilja fræðast um og uppgötva íslenska tónlist.

Hagsmunir íslenskra tónlistarmanna eru þó hafðir að leiðarljósi þar sem tekjur stöðvarinnar skiptast að megninu til niður á listamennina. „Stöðin er bæði á OZ-inu og á netinu og er áskriftarstöð og tekjur stöðvarinnar skiptast að mestu leyti milli listamannanna," segir Baddi.

Hann segir stöðina ekki vera með neina sérstaka fyrirmynd. „Við erum í rauninni ekki með neina sérstaka fyrirmynd en við viljum fanga íslensku tónlistarsenuna. Spáðu í því ef það hefði verið til svona vettvangur í leit eitís í Seattle þegar grunge-tónlistin var að koma upp, til að fanga tónlistarsenuna. Þess vegna viljum við fanga íslensku senuna sem er svo áhugaverð."

Spurður út í hvort það sé ekki kostnaðarsamt að fara út í það að opna slíka stöð segir Baddi helsta kostnaðinn vera vinnuna á bak við hana. „Jú og nei, jú af því að við höfum lagt mikla vinnu í að taka upp tónleika á sem bestan hátt, lagt mikla vinnu og tækjabúnað í þetta, og nei af því að á OZ-platforminu getur hver sem er búið til sína eigin stöð vopnaður einum iPhone ef honum sýnist, það kostar ekkert að opna stöðina."

Á stöðinni eru Baddi og félagar með þátt sem nefnist 3rd Degree, þar sem íslenskir listamenn eru spurðir spjörunum úr. „Þetta er svona „ask me anything" þáttur og draumurinn er að hafa þáttinn í beinni útsendingu en það verður þó ekki fyrr en í seríu tvö," segir Baddi, sem er jafnframt umsjónarmaður þáttarins. Áhorfendur geta þar spurt listamennina að því sem þeir vilja vita. „Við látum fólk senda inn spurningar sem ég les svo fyrir listamanninn." Nú þegar hafa tveir íslenskir listamenn komið fram í þættinum, þau Salka Sól Eyfeld úr hljómsveitinni AmabAdamA og Haukur Heiðar Hauksson úr Diktu. „Þátturinn með Sölku er eini þátturinn sem er alveg tilbúinn en þátturinn með Hauki er að verða tilbúinn. Næstir á dagskrá hjá okkur eru Pink Street Boys."

Fyrir utan stanslausa tónlist og 3rd Degree verða á stöðinni plötukynningar. „Við ætlum að fá íslenska tónlistarmenn til þess að fjalla um sínar uppáhaldsplötur."

Gert er ráð fyrir að Music Reach verði komin á fullt í kringum Iceland Airwaves-hátíðina í byrjun nóvember. „Það eru spennandi hlutir fram undan í samstarfi með Iceland Airwaves sem koma enn frekar í ljós á næstu dögum," segir Baddi.

gunnarleo@frettabladid.is

> **VIÐ ERUM Í RAUNINNI EKKI MEÐ NEINA SÉRSTAKA FYRIRMYND EN VIÐ VILJUM FANGA ÍSLENSKU TÓNLISTARSENUNA. SPÁÐU Í ÞVÍ EF ÞAÐ HEFÐI VERIÐ TIL SVONA VETTVANGUR Í LEIT EITÍS Í SEATTLE ÞEGAR GRUNGE-TÓNLISTIN VAR AÐ KOMA UPP, TIL AÐ FANGA TÓNLISTARSENUNA. ÞESS VEGNA VILJUM VIÐ FANGA ÍSLENSKU SENUNA SEM ER SVO ÁHUGAVERÐ.**

Góð tónlist, gott málefni og gott kvöld

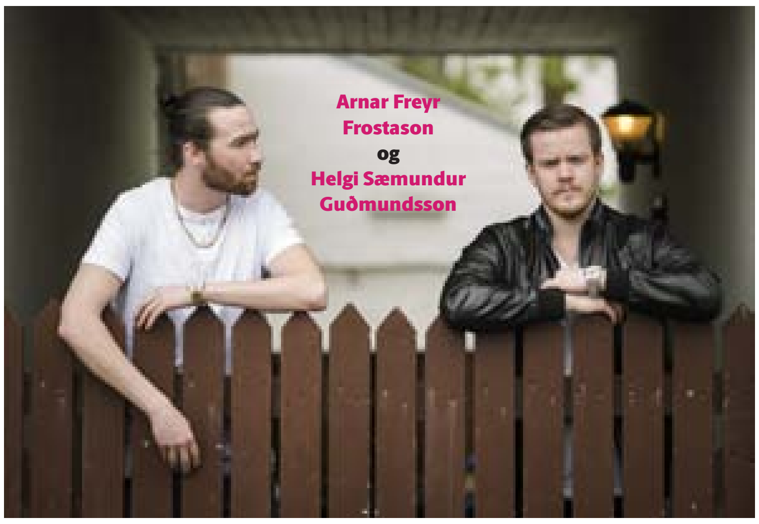
„Mér finnst æðislegt hvað margir eru tilbúnir að gefa vinnu sína, fyrir þetta góða málefni," segir tónlistarmaðurinn Helgi Sæmundur Guðmundsson, annar meðlima í sveitinni Úlfur Úlfur. Helgi stendur, ásamt öðrum, fyrir styrktartónleikum annað kvöld.

„Allur ágóðinn rennur til sýrlenskra flóttamanna, í gegnum Rauða krossinn. Hluti upphæðarinnar sem safnast fer til flóttafólks á landamærum Sýrlands og Líbanons, en þar er ástandið slæmt. En ágóðinn mun einnig renna til þeirra flóttamanna sem koma hingað til lands. Nú er farið að styttast í að fyrstu þeirra komi hingað til lands."

Þekktir listamenn munu koma fram á kvöldinu. Að sjálfsögðu fer Úlfur Úlfur á svið, en auk sveitarinnar munu Jón Jónsson, Milywhale, Axel Flóvent og Hinemoa troða upp. „Við byrjum klukkan átta og verðum þarna til ellefu. Þetta er kjörið fyrir fólk sem vill koma og hlusta á góða tónlist og leggja um leið góðu málefni lið. Það kostar bara þúsund krónur inn, en fólki er frjálst að borga meira. Ölgerðin mun svo selja Egils Gull á staðnum á fimm hundruð krónur og rennur salan óskipt til flóttamannanna."

Fyrr um kvöldið verður umræða á vegum jafnréttisdaga, þar sem fjallað verður um stöðu flóttafólks á Íslandi. Þær umræður hefjast klukkan 18.45 og standa fram að tónleikum.

„Við erum viss um að margir munu koma þarna á morgun. Ég get lofað góðri skemmtun, miklu fjöri og svo ætti öllum að líða vel að mæta og láta gott af sér leiða á sama tíma," segir Helgi Sæmundur. – **kak**



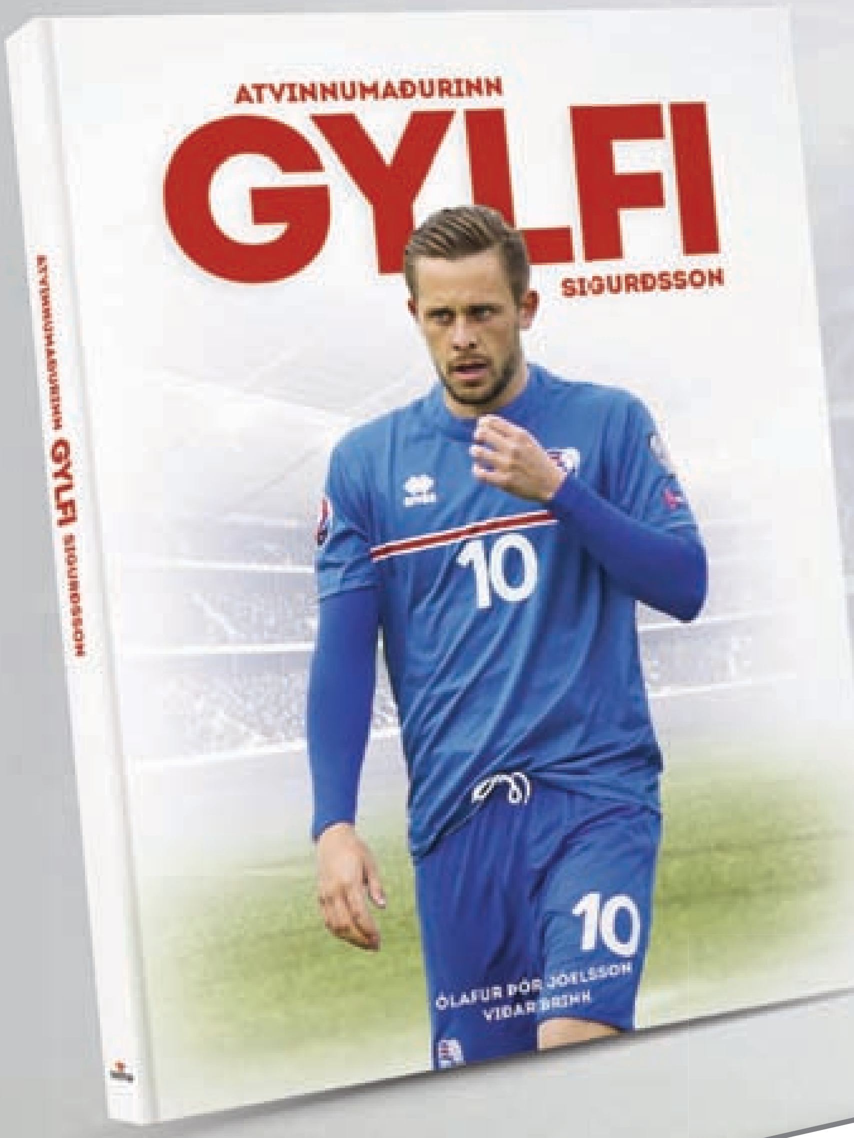
ATVINNUMAÐURINN

GYLFI

SIGURÐSSON

GYLFI ÁRITAR BÓKINA Í 10-11 LÁGMÚLA

Á MILLI KL. 16:45 OG 17:45 Í DAG



LANGAR ÞIG TIL FRAKKLANDS

EIN BÓK GEYMIR TVO MIÐA Á OPNUNARLEIK ÍSLENDINGA Á EM Í FRAKKLANDI NÆSTA SUMAR, ÁSAMT FLUGI FYRIR 2 OG GISTINGU Í BOÐI Coca-Cola

ÞEIR SEM KAUPA BÓKINA Í VERSLUNUM 10-11 EIGA MÖGULEIKA Á AÐ VINNA GLÆSILEGA VINNINGA

10-11 Coca-Cola

Barnaheill
Save the Children á Íslandi
Vissir þú að...
Öll börn eiga rétt á samvistum við báða foreldra sína.

Hópamenningin á Fésbókinni

Facebook er mörgum ómissandi fyrir margar sakir og hér má sjá yfirlit yfir stærstu hópana á samskiptamiðlinum á Íslandi í dag.

Topp fimm íslensku grúppurnar

Brask og brall

Meðlimir: 60.116
Stjórnendur: 11
Hópurinn er vettvangur fyrir fólk til að selja hluti og kaupa. Kennir þar ýmissa grasa, allt frá drossíum til dósaupptakara. Fastmótaðar reglur eru í hópnum, svo sem að ekki er í boði fyrir meðlimi að haga sér eins og sjálfskipaðar verðlöggur og síðan er ekki ætluð fyrirtækjum, heldur er hugsað um að „versla við litla manninn“.

Gefins, Allt gefins

Meðlimir: 37.083
Stjórnendur: 2
Hópur þar sem allt er gefins, og með öllu bannað að selja. Bannað er að óska eftir flöskum eða peningum innan hópsins, og er mottóið þar innanstokks að allir séu jafnir, þar sem ekki séu liðin nein leiðindi eða dónaskapur og fólki hiklaust hent út, hagi það sér ósiðsamlega.

Beauty Tips

Meðlimir: 30.580
Stjórnendur: 3
Hópur þar sem íslenskar stúlkur á svo gott sem öllum aldri koma saman og ræða allt milli himins og jarðar, og einskorðast síður en svo við snyrtivörur eða sérleg ráð til að beita þeim. Þarna hafa sprottið fram byltingar á borð við #þöggun, þar sem fórnarlömb kynferðisafbrotamanna stigu fram og skiluðu til þeirra skömminni. Sagði upphafskona hópsins, Áslaug María Agnarsdóttir, frá því á dögunum að ítrekað sé reynt að kaupa af henni hópinn, án árangurs.

HÚSGÖGN TIL SÖLU, BARA HÚSGÖGN OG SVOLEIÐIS, EKKI FÖT

Meðlimir: 33.558
Stjórnendur: 3
Hópurinn er aðeins ætlaður húsgagnasölum og kaupum og undir engum kringumstæðum ætlaður öðru. Reglurnar eru strangar og gildir þar albúmaregla sem ekki verður vikið frá, hvert húsgagn fer í rétta möppu ellegar hypjar það sig. Hér getur fólk gert gríðargóð kaup segja gárungar.

Leiga

Meðlimir: 24.606
Stjórnendur: 3
Hérna hittast þjáningasystkin hins íslenska leigumarkaðar, þar sem heiðarleg tilraun er gerð til að flétta saman á einu bretti þá sem vilja leigja út íbúðir og þá sem leita sér að samastað. Regla númer eitt er einföld: „Bannað að vera með vesen“, og eru meðlimir vinsamlegast beðnir um að taka tillit til að hópurinn sé ekki vettvangur fyrir spjall milli meðlima um hve ömurlegur leigumarkaðurinn sé.

Hálftími á dag í hópinn

Berglind Amy Guðnadóttir er ein þeirra ellefu sem sitja við stjórnvölin í vinsælasta hópi landsins, Brask og brall.

„Ég eyði eitthvað í kringum þrjátíu mínútum í þetta á dag,“ segir hún aðspurð um hvort tímafrekt sé að halda úti jafn viðamiklum hópi. Segir hún þó því að þakka hve mörg þau séu sem stjórni, að ekki fari meiri tími í að sinna hópnum en hlutverk hennar sé aðallega að fylgjast með hvort ekki sé farið eftir reglum og að fólk komi vel fram við aðra. „Þarna gerist ýmislegt og því verður að fylgjast með. Í eitt skiptið var þjóðþekktri konu hótað í athugasemdakerfinu svo dæmi sé tekið.“ Berglind segist ekkert frá greitt fyrir aðkomu sína að hópnum heldur sinni þessu aðeins af áhuga. „Ég hef mikinn áhuga á bílum og finnst gaman að geta sinnt einhverju svona til hliðar. Frank, upphafsmann hópsins, vantaði fleiri stjórnendur og ég bara bauð mig fram.“

Saklaus vettvangur?

„Vissulega er það draumur allra fyrirtækja að fá beinan og óheftan aðgang að markhópi sem þau reyna að herja á. Ég get til dæmis ímyndað mér að snyrtivöru- og tískuverslanir hafi mikinn áhuga á því að ná til dæmis í þessar 30.000 konur sem eru meðlimir í Beauty Tips-hópnum með það að markmiði að selja þeim vörur,“ segir Hjalti Rögnvaldsson, sérfræðingur í markaðssetningu á netinu. Hjalti segir þó að um tvíeggjað sverð geti verið að ræða. „Þú skráir þig í ákveðinn hóp vegna þess að þar færðu upplýsingar eða tekur þátt í umræðu um málefni sem eru þér hugleikin. Ef fyrirtæki byrjar svo að setja endalaust af auglýsingum inn í hópinn er mjög líklegt að þú hættir að nenna að fylgjast með og taka þátt í umræðum.“

Aðspurður hvort hann telji hópana taka við af aðkeyptum færslum bloggara segir Hjalti svo ekki endilega vera. „Það er miklu frekar að hóparnir séu að taka við af öðrum netsamfélögum. Ég gæti til dæmis trúað því að stór hluti af umræðum og traffík sem fór inn á Bland sé núna farið yfir í lokaða Facebook-hópa.“

facebook

Aðrir vinsælir

Við birtum nöfn og myndir af dæmdum barnaníðingum
Meðlimir 19.853

Skutlarar
Meðlimir 18.406

Bílar til sölu
Meðlimir 17.586

Brandarasíða bönnuð innan 18 ára
Meðlimir 16.880

Notaðar hönnunarvörur
Meðlimir 15.639

Skreytum hús
Meðlimir 15.916

Hundasamfélagið
Meðlimir 14.201

Handóðir prjónarar
Meðlimir 13.726

Tattú á Íslandi
Meðlimir 13.710

Áhugafólk um kryddræktun
Meðlimir 9.315

Handóðir heklarar
Meðlimir 14.618

Áberandi öðruvísi og þess verðugir að tékka á

Stofublóm, inniblóm, pottablóm hópurinn
Meðlimir 2.986

Frægir á ferð
Meðlimir 1.720

Barnafataspjallið
Meðlimir 1.987

Partývaktin á Bylgjunni
Meðlimir 5.280

Hljóðnördar án landamæra
Meðlimir 2.740

Lýtalækningar og fegrunaraðgerðir
Meðlimir 3.410

Nestis-hugmyndir
Meðlimir 1.564

Áhugafólk um minimalískan lífsstíl
Meðlimir 3.400

Algjörlega óáhugaverðar fótboltaupplýsingar
Meðlimir 779

Rútu og hópbifreiðaáhugamenn
Meðlimir 2.995

Sofandi fólk í HÍ
Meðlimir 1.428

NBA körfuboltamyndir. Kaupa – selja – skipta
Meðlimir 593

Sambönd – umræðugrúppa fyrir kvk
Meðlimir 3.959

Æ on Springfield – Íslenskir Simpsons aðdáendur
Meðlimir 2.579

Verst lagði bíllinn
Meðlimir 5.931

Royal búðingur
Meðlimir 547

iglo+indi

Skólavörðustígur 4 | Kringlan | igloindi.com

#igloindi

Krabbameinsfélagið

ÖRRÁÐSTEFNA UM RISTIL-KRABBAMEIN

Ráðgjafarþjónusta Krabbameins-félagsins boðar til örráðstefnu fimmtudaginn 8. október 2015 kl. 16:30-18:00 í húsi félagsins að Skógarhlíð 8.

16:30 **Ávarp**
— Ragnheiður Haraldsdóttir, forstjóri Krabbameinsfélagsins

16:40 **Áhugi heilbrigðisyfirvalda á hópleit**
— Haraldur Briem, smitsjúkdómalæknir hjá embætti landlæknis

16:55 **Virðum einkenni**
Hópleit hjá einkennalausum
— Sunna Guðlaugsdóttir, meltingarlæknir hjá Krabbameinsfélaginu

17:10 **Meðferð ristilkrabbameins í nútíð og framtíð**
— Helgi Sigurðsson, krabbameinslæknir hjá Landspítalanum

17:35 **Reynsla mín**
— Guðný Halldórsdóttir, kvikmyndaleikstjóri

17:45 **Umræður og veitingar**

Allir velkomnir — ókeypis aðgangur

KAUPUM BLEIKU SLAUFUNA

Árlega deyja 52 einstaklingar úr ristilkrabbameini. Það má koma í veg fyrir það.

Hjálpaðu okkur að hefja skipulagða leit að ristilkrabbameini.

OKKAR líf er aðalbakhjarl Krabbameinsfélagsins við undirbúning á skipulagðri leit að krabbameini í ristli árið 2015.

#égerekkitabú

„Tími til kominn að gera geðsjúkdóma sýnilega,“ segir Bryndís Sæunn S. Gísladóttir, ein þeirra sem komu af stað byltingunni á Twitter, sem mikill fjöldi hefur nú tekið þátt í. Áttu ekki von á þessum viðbrögðum.

Enn ein samfélagsmiðlabyltingin hefur skotið upp kollinum og nú er skorin upp herör gegn því tabúi sem geðsjúkdómar eru í íslensku samfélagi, og eru þær Tara Ösp Tjörvadóttir, Silja Björk Björnsdóttir og Bryndís Sæunn S. Gunnlaugsdóttir konurnar í brúnni. Þær eru furðu lostnar yfir viðbrögðunum, sem hafa verið gríðarleg, en samskiptavefurinn Twitter hefur logað af opinberunum undanfarinn sólarhring.

„Þetta byrjaði á Twitter, og upphófst þannig að Jakob Bjarnar tók viðtal við mig fyrir Vísi í síðustu viku, þar sem ég sagði frá kostnaði við það að sækja sér sálfræðiaðstoð. Í framhaldinu hafði Tara samband og leiddi okkur þrjár saman,“ segir Bryndís. Þær Tara og Silja hafa einnig talað opinskátt um sjúkdóma sína á samfélagsmiðlum og í fjölmiðlum. „Okkur finnst tími til kominn að gera geðsjúkdóma sýnilega og #égerekkitabú er góð leið til að ná til stórs hóps. Við viljum með þessari vitundarvakningu auka samkennd og skilning á því að oft vantar mikið upp á jafnrétti innan heilbrigðiskerfisins milli andlegra og líkamlegra sjúkdóma.“ Bryndís segir brýna þörf á að útrýma þeirri skömm sem sannarlega sé til staðar á Íslandi í dag.

„Svo ég taki persónulegt dæmi, þá finn ég þessa fordóma hvað helst frá heilbrigðiskerfinu okkar. Þegar ég fór til að mynda upp á geðdeild sögðu læknar við mig að þeir hefðu ekki úrræði sem hentaði mér. Ég væri eiginlega ekki nógu veik. Ég er ekki að tala geðdeild niður, en þetta finnst mér ofboðslega skrítið.“ Segir Bryndís þær stöllur vonast til að það flug sem myllumerkið hafi náð á jafn stuttum tíma og raun beri vitni, muni halda sér og úr verði viðhorfsbreyting í samfélaginu. „Við verðum að gera eitthvað,“ segir hún að lokum.

„Sjálf hef ég verið hjá sálfræðingi og það eitt og sér hefur bætt líf mitt um mörg númer. Ég hef oft staðið sjálfa mig að því að segjast vera að fara til læknis eða sjúkraþjálfara í stað þess að segja bara hreint út að ég sé að fara að hitta sálfræðing,“ segir Steiney Skúladóttir leikkona, sem er ein þeirra fjölmörgu sem stokkið hafa á vagninn og tíst undir myllumerkinu #égerekkitabú. Má sannarlega segja að holskefla opinberana hafi skollið á samfélagsmiðlunum undanfarinn sólarhring þar sem fjöldinn allur hefur stigið fram með það fyrir augum að afmá allt tabú af geðsjúkdómum. „Maður sér fólk svipta sig lífi, þetta er ofboðslega alvarlegt og þetta er algengt. Miklu algengara en maður heldur,“ útskýrir Steiney. Hún segist sjálf hafa upplifað sig sér á báti þegar hún fór að sækja tíma hjá sálfræðingi, en hafi svo komið upp úr krafsinu að fjölmargar vinkonur hennar væru að gera nákvæmlega það sama. „Það tíðkast ekki að tala um þetta, fólk ræðir þetta ekki einu sinni sín á milli. Því þarf að breyta.“ Steiney segist ekki hafa hikað við að taka þátt í þeirri vitundarvakningu sem #égerekkitabú felur í sér. „Það er algjörlega frábært að sjá allar þessar opnanir og áhugavert að skoða það sem fólk er að pósta. Það eru pottþétt allir sem hafa þurft eða þurfa aðstoð.“

gudrun@frettabladid.is

Bryndís Sæunn S. Gunnlaugsdóttir er ein þeirra sem kýldu byltinguna af stað. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

Steiney segist þekkja á eigin skinni skömmina sem fylgi því að fara til sálfræðings, og fagnar umræðunni. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

FAGNAR UMRÆÐUNNI

„Ég fagna því að fólk opni sig um þessi mál. Það er gríðarlega mikilvægt að opna umræðuna um geðsjúkdóma. Þetta er alltaf að breytast, en það þarf alltaf að gera meira,“ segir Erla Björnsdóttir sálfræðingur um byltinguna. Hún fagnar því jafnframt að þjóðþekktir einstaklingar hafi stigið fram í þessu samhengi. „Það getur verið gott þar sem þetta fólk gegnir hlutverki fyrirmynda fyrir marga. Það getur auðveldað öðrum að tala um málið.“ Erla segir jafnframt öllu skipta að þurfa ekki að pukrast með sjúkdóminn. „Þetta getur hent hvern sem er, og þar skiptir engu máli staða eða stétt.“

SÍMAR AUGLÝSINGADEILDIR – AUGLÝSINGASTJÓRI: Svanur Valgeirsson *svanur@365.is* **ALMENNAR AUGLÝSINGAR: SÍMI 512-5401:** Gústaf Bjarnason *gustaf@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*, 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*

KRINGLUKAST
20%-50%
AFSLÁTTUR
AF VÖLDUM VÖRUM Í VERSLUN
OKKAR Í KRINGLUNNI
ZO•ON
ICELAND

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

Frosta Logasonar

Grafreitur guðanna

Samviskufrelsi presta og hönnunarkeppni um mörg hundruð milljóna króna mosku eru alvarlegar áminningar um íslenskt samfélag. Hugmyndin um tilvist yfirnáttúrulegs guðs lifir greinilega enn góðu lífi hjá fjölmörgu vel upplýstu fólki. Vissulega hafa allir rétt á sinni skoðun og sumum finnst eðlilegt að hver og einn trúi bara þeirri vitleysu sem hverjum og einum hentar. Fyrir mér er það einfaldlega óheppilegt fyrirkomulag.

Í mínum huga ættum við öll að geta komið okkur saman um að trúa bara staðreyndum og kastað öðru rugli í sameiningu á sorphaugana. Við höfum gert það áður með góðum árangri. Bandaríski höfundurinn H.L. Mencken benti á, fyrir tæpri öld síðan, í greininni „Hvar er grafreitur hinna dauðu guða?“ að guðirnir sem mannkynið hefur tilbeðið eru þegar allt er saman lagt hátt í tíu þúsund talsins. Óðinn, Þór, Seifur og Póseidon dvelja allir saman í þessum týnda grafreit.

Þegar vel er að gáð eru í raun og veru bara þrír hugsanlegir möguleikar sem koma til greina þegar við hugsum um tilvist guða. Fyrsti möguleikinn er sá að allir séu þeir blekking og í raun hafi það verið maðurinn sem skapaði guð en ekki öfugt eins og svo oft er haldið fram. Annar möguleikinn, sem um leið er sennilega sá ólíklegasti, er sá að allir guðirnir séu raunverulegir. En til að trúa því þarf viðkomandi að vera með hressilega fjörlegt ímyndunarafl.

Þriðji möguleikinn er svo sá að aðeins einn af þessum tíu þúsund guðum sé sannur. Ef við ákveðum að það sé til dæmis kristni þarf viðkomandi líka að tilheyra réttu útgáfunni af henni. Hvort sem það er að vera kaþólikki, mótmælandi eða mormóni. Trúir því einhver, sé tekið mið af einföldum líkindareikningi og umfanginu á þessu öllu saman, að þessi þriðji og síðasti möguleiki sé raunverulegur? Það, snillingur góður, er stóra spurning dagsins.

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

HEILL HELLINGUR AF NÝJUM ÞÁTTUM Á STÖÐ 3
3 FÁÐU STÖÐ 3 Á BETRA VERÐI Í HAUST
STÖÐ 3 +ENDALAUST TAL +1 GB Í GSM 1.990 kr. til 1. nóvember*
Fáðu þér áskrift í síma 1817 eða á 365.is
365
*Gildir fyrir eina áskrift. Viðskiptavinir sem taka þessu tilboði fyrir 1. nóvember halda þessum kjörum í eitt ár.