FRÉTTABLAÐIÐ
234. TÖLUBLAÐ 16. ÁRGANGUR — MEST LESNA DAGBLAÐ Á ÍSLANDI* — ÞRIÐJUDAGUR 4. OKTÓBER 2016

Ákvörðun pólskra stjórnvalda um að banna fóstureyðingar var mótmælt um allan heim í gær, meðal annars á Austurvelli. Konur í Póllandi mótmæltu með því að mæta ekki í vinnuna og sinna ekki heimilisverkum. Fyrirmynd mótmæla þeirra er fengin frá kvennafrídeginum á Íslandi árið 1975. Sjá síðu 10. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

Segja sannanir fyrir svindli í formannskjöri Framsóknar

Formaður Framsóknarfélagsins í Reykjavík fullyrðir að átt hafi verið við kjörskrá á flokksþinginu um helgina. Borgarfulltrúi Framsóknar og flugvallarvina segir fjármagnseigendur hafa rænt völdum af grasrótinni.

STJÓRNMÁL Svindlað var í formannskosningu Framsóknarflokksins um helgina þar sem nokkrir skráðir þingfulltrúar í Reykjavík voru ekki með kosningarétt á flokksþinginu. Þetta fullyrðir Sveinn Hjörtur Guðfinnsson, formaður Framsóknarfélagsins í Reykjavík. Hann segir fjölda manns hafa sagt sig úr flokknum í dag og að erfitt verði að ná saman flokknum sem einni heild. Borgarfulltrúi segir fjármagnseigendur og flokkseigendafélagið hafa tekið völdin um helgina.

„Það var þannig að skráðir þingfulltrúar héðan úr Reykjavík voru ekki með kosningarétt þegar allt kom til alls. Ég veit um nokkra sem gátu þar af leiðandi ekki kosið í kosningunum þrátt fyrir að hafa skráð þá inn sem fulltrúa á sérstökum fundi félagsins fyrir flokksþingið,“ segir Sveinn Hjörtur. „Ég mun kanna hvernig í pottinn er búið og í kjölfarið kalla saman stjórn félagsins í Reykjavík.“

Spennustigið í Háskólabíói á sunnudeginum var mjög hátt og mátti sjá það á viðbrögðum þingfulltrúa og fundargesta að mikið væri í húfi. Að lokum hafði Sigurður Ingi Jóhannsson sigur í sögulegum formannsslag en hlaut aðeins rétt rúmlega 52 prósent atkvæða. Því skipti hvert atkvæði miklu máli í formannskosningunum.

Guðfinna Jóhanna Guðmundsdóttir, borgarfulltrúi Framsóknarflokksins í Reykjavík, segir einnig aðeins hluta Framsóknarmanna hafa kosið á flokksþinginu um helgina. Hún segir Sigmund Davíð hafa lengi átt sér óvini innan flokksins.

„Við vitum að ekki allir höfðu rétt á að kjósa. Ég fullyrði að Sigmundur hefði unnið í allsherjar atkvæðagreiðslu,“ segir Guðfinna. Að auki vandar hún þeim ekki kveðjurnar sem höfðu sigur í formannskosningunum. „Flokkseigendafélagið og fjármagnsöflin tóku völdin í flokknum af grasrótinni.“

Sveinn Hjörtur segir erfitt verkefni að ná flokknum sem einni heild. „Þetta er sorglegt ef það hefur verið átt við kjörskrána. Ég veit um marga gamla og gegna Framsóknarmenn sem eru reiðir og hafa sagt sig úr flokknum í dag,“ segir hann.

Sigmundur Davíð Gunnlaugsson baðst undan viðtali við Fréttablaðið þegar eftir því var leitað. – **sa**

Fréttablaðið í dag

SKOÐUN Gísli Björnsson skrifar um réttinn til sjálfstæðs lífs. 13

SPORT Söguleg stigasöfnun Willums. 14

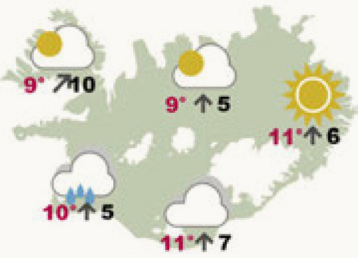
MENNING Kúnstpásutónleikar Íslensku óperunnar og dómar um leikhús og tónlist. 22

LÍFIÐ Iceland fer á fjalirnar í Los Angeles. 26

PLÚS 2 SÉRBLÖÐ ● FÓLK ● BÍLAR

*Samkvæmt prentmiðlakönnun Gallup apríl-júní 2015

Veður



Ákveðin sunnanátt á landinu, en dregur heldur úr vindi þegar líður á daginn. Víða skúrir sunnan og vestan til á landinu, en léttir til um landið norðaustanvert. Milt í veðri, hiti 7 til 16 stig. SJÁ SÍÐU 18

Ferðast ekki á kostnað borgara

REYKJAVÍKURBORG Sveinbjörg Birna Sveinbjörnsdóttir, borgarfulltrúi Framsóknarflokksins og flugvallarvina, segir að hún hafi ekki þegið nein boð um ferðir á vegum borgarinnar og gagnrýnir upphæðina sem borgin þurfti að reiða fram fyrir náms- og kynnisferð skóla- og frístundaráðs til Alberta í Kanada í fyrra.

Sveinbjörg var ekki á ferðalangalista borgarfulltrúa sem birtur var í Fréttablaðinu í síðustu viku þar sem heildarferðakostnaður Reykjavíkurborgar var birtur fyrir árið 2015.

„Ég hef skilning á að borgarstjóri hafi embættisskyldur erlendis en það er fullt sem þarf að vinna í borginni. Ég hef lýst því yfir að verk mín eiga að vera í Reykjavík. Að vera að senda heilu deildirnar í vikuferð til Kanada á kostnað annarra, það er ekki minn tebolli,“ segir hún. **– bbh**

Byggt upp á Framnesvegi

REYKJAVÍK Nýtt deiliskipulag fyrir lóðirnar að Framnesvegi 40, 42 og 44 hefur verið auglýst. Í skipulaginu er gert ráð fyrir niðurrifi húsanna sem fyrir eru á lóðunum og að byggð verði ný hús í staðinn með níu íbúðum.

Á vef Reykjavíkurborgar segir að nýbyggingarnar eigi að vera í samræmi við byggð á Framnesvegi.

Húsin tvö sem verða byggð á lóðunum eiga hvort um sig hafa sjálfstætt útlit, til dæmis hvað varðar gluggasetningu og litaval. Ásýnd og efnisval skal vera máluð steinsteypa í samræmi við aðliggjandi byggð. Tekið er fram í skilmálum að ekki verði veitt leyfi fyrir gistihúsastarfsemi eða skammtímaleigu í nýju húsunum. **– jhh**

Tekið er fram í skilmálum að ekki verði veitt leyfi fyrir gistihúsastarfsemi eða skammtímaleigu.

Hlaupið í haustvindi

Undanfarna daga hefur fólk streymt inn á líkamsræktarstöðvar til þess að koma sér form fyrir veturinn. Svo eru aðrir sem vilja ekki sjá líkamsræktarstöðvarnar og hlaupa frekar úti í náttúrunni, sama hvernig viðrar. Það á við um þessar vinkonur sem hlupu í Heiðmörk í gær. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

Lög um kjararáð valda áhyggjum

ALÞINGI Samkeppniseftirlitið óttast að ný lög um kjararáð geti veikt stofnunina í aðhaldi sínu gagnvart stjórnvöldum. Frumvarp Bjarna Benediktssonar um kjararáð gerir ráð fyrir að laun forstjóra Samkeppniseftirlitsins verði tekin úr kjararáði og ákvörðun um laun falin fjármálaráðuneytinu.

Samkeppniseftirlitið hefur bent á í umsögn sinni um frumvarpið að þetta geti veikt stofnunina sem þurfi að vera sjálfstæð. Samkeppniseftirlitið hefur það að hlutverki að rannsaka opinbera aðila og því mikilvægt að það sé engum háð.

„Samkeppniseftirlitið vill af þessu tilefni vekja athygli á því að við samþykkt samkeppnislaga var tekin upp sú skipan að þriggja manna stjórn færi með yfirstjórn eftirlitsins, réði stofnuninni forstjóra og tæki ákvörðun um starfskjör hans. Þessari skipan var ekki síst komið á til þess að tryggja sjálfstæði stofnunarinnar,“ segir í umsögn eftirlitsins. **– sa**

Trúa vart góðvildinni sem þau mæta á Íslandi

Breskur stuðningsmaður íslenska landsliðsins í knattspyrnu, sem varð fyrir hnífsstunguárás á Evrópumótinu í Frakklandi, hlakkar mikið til að sjá landsliðið leika hér á landi. Hann kom hingað til lands í boði Íslendinga.

SAMFÉLAG Adam Williams, 25 ára breskur lögregluþjónn og stuðningsmaður íslenska landsliðsins í fótbolta, sem stunginn var eftir leik Íslands og Frakklands á Evrópumótinu í fótbolta í sumar, er kominn hingað til lands ásamt unnustu sinni. Hann hyggst sjá leiki Íslands gegn Finnlandi og Tyrklandi í undankeppni heimsmeistaramótsins á Laugardalsvelli.

Adam komst í fréttirnar eftir að ókunnugur maður réðst á hann eftir leik Íslands og Frakklands. Bati hans hefur verið snöggur og hann er snúinn aftur til fyrri starfa. „Ég hef verið að sinna skrifstofuvinnu hjá lögreglu að undanförnu en býst við að snúa aftur út á götuna þegar ég kem heim frá Íslandi.“

Eftir að fréttir bárust af árásinni settu íslenskir stuðningsmenn sig í samband við aðila hér heima með það að marki að bjóða parinu hingað til lands og á leik með landsliðinu. Hannes Freyr Sigurðsson, gallharður stuðningsmaður Íslands, fór fyrir því verkefni. Einnig hófst söfnun til styrktar Adam en hann hefur í hyggju að afhenda Barnaspítala Hringsins og Landsbjörg hluta upphæðarinnar sem safnaðist.

„Það sem gerðist eftir árásina, hvernig Íslendingar brugðust við, við trúðum því ekki. Vinir okkar heima trúðu því ekki heldur. Þetta er í raun lygilegt. Hlutir sem þessir fá þig til að öðlast trú á mannkyninu,“ segir Adam. Hann vill endurgjalda þá góðmennsku með því að gefa til baka hluta peninganna sem söfnuðust. „Ísland og Íslendingar studdu mig í gegnum þá erfiðleika sem ég gekk í gegnum. Ef ég get orðið Íslendingum að liði með þessu móti þá geri ég það með bros á vör.“

Adam og Catherine eiga erfitt með að lýsa þakklætinu sem þau finna fyrir í garð Íslendinga. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

Það sem gerðist eftir árásina, hvernig Íslendingar brugðust við, við trúðum því ekki. Vinir okkar heima trúðu því ekki heldur.

Adam Williams lögregluþjónn

„Ísland er afar fallegt og við erum mjög spennt yfir því að verja næstu átta dögum hérna,“ segir Adam en hann og Catherine Janes, unnusta hans, lentu hér í gær. Hann hlakkar mjög til leikjanna tveggja en bíður þess einnig með eftirvæntingu að komast í ýmsar dagsferðir meðan á fríi þeirra stendur.

„Við Catherine viljum koma á framfæri einlægum þökkum til Íslendinga og allra þeirra sem aðstoðuðu okkur. Við trúum þessu varla ennþá,“ segir Adam að lokum.

johannoli@frettabladid.is

Lýðræðisflokkurinn (s.u.s.m)

Stjórnmálahreyfing um siðvæddan markaðsbúskap.

Stofnfundur Lýðræðisflokksins
Verður haldinn í Haukahúsinu Ásvöllum 1
fimmtudaginn 6. október kl. 20.

Stefnum á að bjóða fram í öllum kjördæmum.

Helstu baráttumál:
Lýðræði í stað olnbogastjórnmála og hrossakaupa.
Fjármálalífið á Íslandi og siðlausir lánasamningar
svo sem verðtryggingin.
Eignarhald á bankastofnunum og framtíðar skipan fjármálakerfisins.
Auðlindir þjóðarinnar varðir.
Erum ekki Evrópuflokkur.
Verja stjórnarskrána fyrir minnihlutaöflum.
Ná sátt um heilbrigðiskerfið.
Fast tekið á aflandsfélögum og peningaþvottavélum.

Kynntu þér stofnskjal flokksins.
Áhugasamir sendi vefpóst á lydraedisflokkurinn@simnet.is

BÍLALEIGUBÍLAR TIL SÖLU

Skoðaðu úrvalið á notadir.brimborg.is

Gerðu góð kaup á nýlegum bíl á lægra verði

Nýlegir bílar lækka rekstrarkostnaðinn með lægri eyðslu og minna viðhaldi. Þeir eru jafnframt öruggari en eldri bílar.

TILBOÐ 3.290.000 kr.
Ford Kuga Titanium BKL92
Skráður júní 2014, 2,0TDCi dísil, beinskiptur
Ekinn 104.000 km. Litur: Silfurgrár
~~Verð 3.590.000 kr.~~

TILBOÐ 1.650.000 kr.
Citroën C3 Seduction SRE78
Skráður júlí 2013, 1,4 TDCi dísil, sjálfskiptur
Ekinn 50.000 km. Litur: Rauður
Verð: 1.890.000 kr.

VERÐ: 2.590.000 kr.
Peugeot 508 Active RLF72
Skráður janúar 2014, 1,6Hdi dísil, sjálfskiptur.
Ekinn 128.000 km. Litur: Grár

VERÐ 2.090.000 kr.
Citroën C4 Cactus Live RXZ72
Skráður maí 2015, 1,2i bensín, beinskiptur
Ekinn 60.000 km. Í ábyrgð. Litur: Silfurgrár/svartur

VERÐ: 2.150.000 kr.
Ford Fiesta Trend DNT63
Skráður júní 2015, 1,0i bensín, sjálfskiptur.
Ekinn 50.000 km. Í ábyrgð. Litur: Brúnn

VERÐ: 3.390.000 kr.
Citroën Grand C4 Picasso Seduction ZLG41
Skráður júní 2015, 1,6Hdi dísil, beinskiptur.
Ekinn 40.000 km. Í ábyrgð. Litur: Hvítur

VERÐ: 1.490.000 kr.
Citroën C1 Feel SBL31
Skráður maí 2015, 1,0i bensín, beinskiptur.
Ekinn 30.500 km. Í ábyrgð. Litur: Silfurgrár

VERÐ: 3.650.000 kr.
Volvo V40 Cross Country Kinetic D2 LPE82
Skráður maí 2015, 1,6TDCi dísil, sjálfskiptur.
Ekinn 57.000 km. Í ábyrgð. Litur: Silfur

VERÐ 2.690.000 kr.
Peugeot 308 Active GZH16
Skráður apríl 2015, 1,6Hdi dísil, beinskiptur
Ekinn 64.500 km. Í ábyrgð. Litur: Dökkblár

TILBOÐ 2.990.000 kr.
Ford Mondeo Titanium AIU79
Skráður október 2013, 2,0 TDCi dísil, sjálfskiptur.
Ekinn 127.000 km. Litur: Hvítur
~~Verð 3.590.000 kr.~~

VERÐ 3.390.000 kr.
Mazda6 Vision STW HBE55
Skráður maí 2015, 2,0i bensín, sjálfskiptur.
Ekinn 65.000 km. Í ábyrgð. Litur: Hvítur

VERÐ: 2.590.000 kr.
Ford Focus Trend Edition LSG25
Skráður apríl 2014, 1,6i bensín, sjálfskiptur.
Ekinn 68.000 km. Litur: Grár

- Brimborg tekur allar tegundir bíla uppí
- Hagstætt uppítökuverð
- Allt að 90% fjármögnun í boði, ræddu við ráðgjafa

FYLGSTU MEÐ Á FACEBOOK
Notaðir bílar - Brimborg
Tilboðsbílarnir fara beint á Facebook!

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

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

brimborg
Öruggur staður til að vera á

Myndir í auglýsingunni eru af nýjum bílum sömu gerðar. Útbúnaður og litur getur því verið frábrugðinn mynd í auglýsingu. Brimborg áskilur sér rétt til að breyta verði og búnaði án fyrirvara.

Hreiðar Már og Guðný neita sök í nýju Kaupþingsmáli

DÓMSMÁL Hreiðar Már Sigurðsson, fyrrverandi forstjóri Kaupþings, og Guðný Arna Sveinsdóttir, fyrrverandi fjármálastjóri Kaupþings, neituðu bæði sök þegar mál héraðssaksóknara gegn þeim var þingfest fyrir Héraðsdómi Reykjavíkur í gær. Hreiðar og Guðný eru ákærð fyrir umboðs- og innherjasvik.

Í ákærunni kemur fram að Hreiðar hafi, í krafti stöðu sinnar innan bankans, látið Kaupþing veita einkahlutafélagi sínu, Hreiðari Má Sigurðssyni ehf., tæplega 575 milljóna króna eingreiðslulán án þess að fyrir lægi samþykki stjórnar eða fullnægjandi trygging. Þann 6. ágúst 2008 nýtti Hreiðar kauprétt sinn og keypti hlutabréf í Kaupþingi fyrir 246 milljónir króna. Seinna sama dag seldi hann einkahlutafélagi sínu sömu bréf fyrir 572 milljónir króna, sem hann fjármagnaði með láninu. Hreiðar færði mismuninn, 324 milljónir, tveimur vikum seinna inn á eigin bankareikning.

Félag Hreiðars var tekið til gjaldþrotaskipta 13. apríl 2011. Upp í kröfu bankans vegna lánsins fengust um það bil 1,5 milljónir króna. Hreiðari er gefið að sök í ákærunni að hafa á þessum tíma búið yfir innherjaupplýsingum um að skráð markaðsverð hlutabréfa í Kaupþingi hafi gefið ranga mynd af verðmæti þeirra vegna stórfelldrar markaðsmisnotkunar með hlutabréf í bankanum frá nóvember árið 2007 sem Hreiðar tók sjálfur þátt í.

Guðný Arna er ákærð fyrir hlutdeild í meintum umboðssvikum Hreiðars. Hún er sökuð um að hafa veitt liðsinni í verki við að koma þeim fram, einkum með fyrirmælum og samskiptum við lægra setta starfsmenn um uppgjör og frágang vegna verðbréfaviðskipta og fyrir lánveitingar til félags Hreiðars. Hún hafi vitað eða ekki getað dulist að tryggingar fyrir lánveitingu væru ófullnægjandi og að lánveitingin til einkahlutafélagsins væri óheimil og til þess fallin að valda bankanum verulegri fjártjónshættu. **– þh**

Dómar sem Hreiðar Már hefur hlotið

12. febrúar 2015	1. júlí 2015	9. október 2015
Al-Thani-málið	**Markaðsmisnotkunarmálið**	**Marple-málið**
5 og hálfs árs fangelsi	Engin refsing	6 mánaða fangelsi
Umboðssvik	Umboðssvik	Fjárdráttur og umboðssvik
(Hæstiréttur)	(Héraðsdómur)	(Héraðsdómur)

Skólahúsið er byggt á árunum 1929-30. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Tvö hús friðlýst

STJÓRNSÝSLA Handverks- og hússtjórnarskólinn á Hallormsstað og sumarhúsið Ísólfsskáli á Stokkseyri hafa verið friðlýst að tillögu Minjastofnunar Íslands. Húsin eru friðuð með ákvörðun Sigurðar Inga Jóhannssonar forsætisráðherra með vísan til laga um menningarminjar.

Friðlýsing Handverks- og hússtjórnarskólans nær til ytra borðs skólahússins ásamt upprunalegum innréttingum í vefstofu, skrifstofu skólastjóra, anddyri og svokallaðri Höll, sem er samkomustaður í miðju hússins. Undanþegnar friðlýsingu eru seinni tíma viðbyggingar og múrklæðning á útveggjum.

Friðlýsing Ísólfsskála, sem byggður var fyrir Pál Ísólfsson dómorganista, tekur til hússins í heild ásamt steinhlöðnum görðum á lóðamörkum. **– shá**

Á sjötta þúsund bjargað í gær

ÍTALÍA Gærdagurinn var einn annasamasti dagur sem starfsmenn ítölsku strandgæslunnar hafa átt við að bjarga flóttamönnum frá norðurhluta Afríku og Miðausturlöndum. Strandgæslan segir, samkvæmt frásögn Danmarks Radio, að hún hafi komið að björgun 5.600 hælisleitenda og flóttamanna. Þar af er stór hluti börn. Þar á meðal voru 700 manns sem ferðuðust saman á fiskibát.

Samkvæmt tölum frá Flóttamannastofnun Sameinuðu þjóðanna hafa 130 þúsund manns flúið í ár yfir Miðjarðarhafið frá Norður-Afríku til Ítalíu. Að auki hafa margir komið frá Sýrlandi, Afganistan og Írak. **– jhh**

Eldvatn ógnar kirkjugarði

Aðkallandi er að skrá, rannsaka og varðveita fornminjar á bökkum Eldvatns. Verið er að vinna viðbragðsáætlun á hamfarasvæðinu. Þrjár bæjartóftir í bráðri hættu. Það á einnig við um gamlan kirkjugarð á svæðinu.

FORNLEIFAR Nauðsynlegt er að ráðast í skráningu fornleifa í Skaftártungu á þeim slóðum sem tíundu aldar sverð og mannabein fundust á síðastliðnum vikum. Eins þarf að gera ráðstafanir til að varðveita þekktar fornminjar á svæðinu sem ella munu tapast í ána Eldvatn. Þar á meðal er kirkjugarður.

Þetta segir Uggi Ævarsson, minjavörður Suðurlands, sem hefur um helgina rannsakað fundarstað beinanna í landi Ytri-Ása í Skaftártungu, en eins og kunnugt er gengu gæsaskyttur fram á mannabein á laugardag og var fundarstaðurinn aðeins nokkrum tugum metra frá þeim stað þar sem annar hópur gæsaveiðimanna fann sverð frá tíundu öld í september. Er sá fundur talinn einn sá merkasti í íslenskri fornleifafræði í langan tíma enda slíkir fundir fátíðir. Nærtækt er að álykta að beinin séu af eiganda sverðsins, þó sérfræðingar treysti sér ekki til að fullyrða að svo sé.

„Eftir þetta stóra hlaup í fyrra – Skaftárhlaupið í október – höfum við verið að vinna viðbragðsáætlun fyrir þetta hamfarasvæði næst Eldvatninu, og þá sérstaklega af meiri þunga núna eftir þessa fundi. Þar er fyrsta vers fornleifaskráning á þessu svæði strax í haust. Síðan er viðbúið að þurfi að grafa í tóftir sem eru á árbakkanum sem eru í hættu. Þess utan verður unnin vöktunaráætlun,“ segir Uggi og bætir við að nú þegar sé vitað um þrjár tóftir sem eru í bráðri hættu þar sem verður að bregðast við strax.

„Svo eru önnur stærri mál eins og þar sem áin er farin að ógna gömlum kirkjugarði sem þarf að verja með grjótgarði og moka upp úr árfarveginum til að verja þessar minjar, og þá til að stýra ánni frá kirkjugarðinum sem er á árbakkanum.“ Uggi segir jafnframt að aldur þessara minja sem um ræðir sé ekki þekktur og verði ekki staðfestur nema með rannsóknum. Mikið sé hins vegar af gjóskulögum á svæðinu svo aldursgreining sé ekkert tiltökumál þegar þar að kemur.

Uggi og félagar fundu ekkert í gær til viðbótar því sem hafði þegar komið í leitirnar um helgina; botninn á kumli þar sem fundust smá fótabein, auk hluta af mjaðmagrind sem og bein úr vinstri fæti. Eins hafa fundist smáhlutir úr járni sem eftir er að greina, en það er á verksviði til þess bærra sérfræðinga. Eins verður ráðist í það í vikunni að aldurs- og kyngreina beinin.

„Við hreinsuðum allstórt svæði í kringum fundarstaðinn, til að leita af okkur allan grun. Hvorki komu í ljós fleiri grafir né beinagrindur eða bein,“ segir Uggi.

Almennt séð er það talið eitt af brýnustu verkefnum Minjastofnunar Íslands að safna saman upplýsingum um fornleifar, samræma skráningu og gögn og miðla áfram til almennings. **svavar@frettabladid.is**

Fornleifafræðingar skoða ummerki hlaupsins frá í fyrra ásamt Gísla Halldóri Magnússyni, bónda á Ytri-Ásum. MYND/UGGI

> **Við hreinsuðum allstórt svæði í kringum fundarstaðinn, til að leita af okkur allan grun. Hvorki komu í ljós fleiri grafir né beinagrindur eða bein.**

Uggi Ævarsson, minjavörður Suðurlands

HONDA
The Power of Dreams
BETRI AFKÖST
SPARNEYTNI OG TÆKNI
CR-V
Hvort sem þú vilt öryggi, sparneytni og lipurð í borgarsnúningana eða þægindi, rými og útsýni í skoðunarferðina þá er Honda CR-V fyrir þig. Bættu við hagstæðu verði og 5-stjörnu öryggi og þú sérð heildarmynd hagkvæma borgarjeppans sem hefur rakað að sér verðlaunum í öllum heimsálfum. Heildarmyndin endurspeglast í háu endursöluverði og verðlaunum sem áreiðanlegasti bílaframleiðandi heims í tæp 10 ár í röð.
CR-V - ENDALAUST BETRI
Opið laugardaga milli kl. 12:00 og 16:00
www.honda.is
BERNHARD
Vatnagörðum 24-26 • 104 Reykjavík • Sími 520 1100 • www.bernhard.is
Umboðsaðilar: Reykjanesbæ, Bernhard, sími 421 7800 • Akranesi, Bílver, sími 431 1985 • Akureyri, Höldur, sími 461 6020 • Vestmannaeyjum, Bragginn, sími 481 1535

Yfirkjörstjórn Norðausturkjördæmis tilkynnir:

Framboðsfrestur til alþingiskosninga 29. október 2016 rennur út 14. október 2016, kl. 12:00 á hádegi.

Yfirkjörstjórn Norðausturkjördæmis tekur á móti framboðslistum fimmtudaginn 13. október 2016, kl. 10:00-13:00 í Setbergi, sal á 2. hæð í Menningarhúsinu Hofi á Akureyri.

Á framboðslistum skulu vera nöfn 20 frambjóðenda, hvorki fleiri né færri. Tilgreina skal skýrlega nafn frambjóðanda, kennitölu hans, stöðu eða starfsheiti og heimili. Listanum skal fylgja skrifleg yfirlýsing allra frambjóðenda um að þeir hafi leyft að setja nöfn sín á listann.

Þá skal fylgja skrifleg yfirlýsing um stuðning við listann og fyrir hvaða stjórnmálasamtök listinn er borinn fram frá kjósendum í Norðausturkjördæmi. Fjöldi meðmælenda skal vera að lágmarki 300 en 400 að hámarki. Við nöfn meðmælenda skal greina kennitölu og heimili. Vakin er sérstök athygli á að afhenda skal yfirkjörstjórn frumrit meðmælendalista, á tölusettum blaðsíðum í framhaldandi röð.

Til að flýta fyrir yfirferð og vinnslu er mælst til þess að meðmælendalistar verði skráðir með rafrænum hætti á þar til gerðu vefsvæði á www.island.is áður en þeim er skilað til yfirkjörstjórnar.

Loks skal fylgja framboðslista skrifleg tilkynning frá frambjóðendum listans, hverjir tveir menn séu umboðsmenn listans í kjördæminu.

Framboðslistar verða úrskurðaðir á fundi yfirkjörstjórnar sem haldinn verður í Setbergi, Menningarhúsinu Hofi á Akureyri, laugardaginn 15. október 2016, kl. 16:00.

Meðan kosning fer fram, laugardaginn 29. október 2016, verður aðsetur yfirkjörstjórnar Norðausturkjördæmis í Verkmenntaskólanum á Akureyri en talning atkvæða fer fram í sal Brekkuskóla við Skólastíg á Akureyri að loknum kjörfundi.

Yfirkjörstjórn Norðausturkjördæmis
28. september 2016

Gestur Jónsson oddviti
Inga Þöll Þórgnýsdóttir
Ólafur Rúnar Ólafsson
Katý Bjarnadóttir
Ólafur Arnar Pálsson

Brugðið á leik við þingsetningu

Störf breska þingsins hefjast í október með guðsþjónustu í Westminster Abbey. Dómarar taka þátt í athöfninni. Einn þeirra ákvað að bregða á leik og taka sjálfu þegar athöfnin fór fram í gær. FRÉTTABLAÐIÐ/EPA

Fór 2.500 kílómetra á pínulitlu mótorhjóli

Sigríður Ýr Unnarsdóttir lagði í nokkuð óvenjulega ferð í septembermánuði en þá freistaði hún þess að komast í Heimsmetabók Guinness. Ferðalagið er nú á enda en þess er beðið að metið fáist staðfest af starfsmönnum Guinness.

SAMFÉLAG Íslensk kona bíður nú staðfestingar á því að fá heimsmet skráð í Heimsmetabók Guinness. Heimsmetið er í óvenjulegri kantinum en það felst í því að ferðast rúmlega 2.500 kílómetra á smámótorhjóli.

Ferðalag Sigríðar Ýrar Unnarsdóttur hófst í Ohio-ríki í byrjun septembermánaðar og lauk 17. september í Nýju-Mexíkó. Með í för voru þrír Bandaríkjamenn. Tveir þeirra tóku einnig þátt í að setja metið en sá síðasti ók fylgdarbíl hópsins.

„Til að byrja með gekk þetta mjög vel þó undirbúningurinn hafi verið mikil pappírsvinna,“ segir Sigríður. Á níunda degi af tólf tók að halla örlítið undan fæti. Tveir samferðamenn hennar skaðbrenndust í mikilli sól og sá þriðji meiddi sig á kaktus. Sjálf hlaut Sigríður skurð á fæti þegar hún datt af hjóli sínu. „Það voru saumuð nokkur spor sem síðan rifnuðu upp þegar ég settist á hjólið á ný.“

Hrakfarirnar stöðvuðu þau ekki og komst hópurinn að lokum á leiðarenda. Þess er nú beðið að starfsmenn Guinness staðfesti það að fyrra met hafi verið slegið. Það met er 718 kílómetrar og var sett árið 2009. „Við skráðum för okkar með GPS-tækjum og myndavélum. Þá geymdum við allar kvittanir og allt sem okkur áskotnaðist á leiðinni. Í raun gerðum við allt í samræmi við það sem okkur var sagt í upphafi frá Guinness.“

Sigríður Ýr Unnarsdóttir á hjóli sínu ásamt föruneyti. Alls ferðuðust þau 2.500 kílómetra á smáhjólunum en ferðin tók tólf daga. MYND/MIKE REID

Sigríður segir að það geti tekið allt að tólf vikur að fá staðfest að fyrra heimsmet hafi verið slegið en boðið er upp á flýtimeðferð sé þess óskað. „Við eigum von á niðurstöðu á allra næstu dögum. Ég trúi ekki öðru en að þetta fáist staðfest.“

Aðspurð um hvort hún hafi í hyggju að reyna við fleiri heimsmet segir hún að það sé aldrei að vita. „Ég er nú þegar með nokkur áhugaverð í huga en það verður að koma í ljós hvað verður úr því,“ segir Sigríður að lokum. johannoli@frettabladid.is

HINN EINI SANNI SLÁTURMARKAÐUR

Í HAGKAUP KRINGLUNNI

AFGREITT ÞRIÐJUDAGA - LAUGARDAGA FRÁ KL. 14-18

ÓFROSIÐ OG FERSKT DAGLEGA!

Heilslátur 5 ferskt	5.699 kr/pk
Heilslátur 3 ferskt	3.799 kr/pk
Heilslátur 5 ferskt án blóðs	5.599 kr/pk
Heilslátur 3 án blóðs	3.599 kr/pk
Þindar	399 kr/kg
Eistu	599 kr/kg
Blóð 1 L	199 kr/pk
Mör	169 kr/kg
Sviðahausar hreinsaðir	599 kr/kg
Vambir 3 stk	1.199 kr/pk

HAGKAUP
Skemmtilegast að versla

Segja samkomulagið virt að vettugi

KÍ og BSRB segja frumvarp fjármálaráðherra ganga þvert gegn samkomulagi sem skrifað var undir þann 19. september. Verði frumvarpið að lögum gæti það haft mikil neikvæð áhrif á samskipti félaganna við ríkið sem hafi áhrif á komandi kjarasamningagerð.

VINNUMARKAÐUR Kennarasamband Íslands og BHM leggjast gegn frumvarpi efnahags- og fjármálaráðherra um breytingar á lögum um Lífeyrissjóð starfsmanna ríkisins. Öll félögin undirrituðu samkomulag þess efnis en félögin telja frumvarpið ganga gegn því. Heimildir Fréttablaðsins herma að afstaða BHM sé í aðalatriðum í takt við afstöðu KÍ og BHM.

Samkomulagið, sem undirritað var þann 19. síðasta mánaðar, segir til um að réttindi núverandi sjóðsfélaga eigi að vera tryggð. Að mati félaganna tryggir frumvarpið ekki þessa hagsmuni og því ekki annað hægt en að leggjast gegn því. Stjórn BSRB lýsti í gær yfir vonbrigðum með að ekki væri farið eftir því samkomulagi sem undirritað var við vinnslu frumvarpsins.

Miklu skiptir fyrir stjórnvöld að samskipti við stóru stéttarfélögin séu á jákvæðum nótum. Gríðarlega stórar starfsstéttir eru innan vébanda þessara félaga. „Verði frumvarpið að lögum óbreytt gefur það augaleið að það mun hafa mjög neikvæð áhrif á samskipti bandalagsins við stjórnvöld, hvort sem heldur er í kjarasamningagerð eða öðru,“ segir Elín Björg Jónsdóttir, formaður BSRB, og telur mikilvægt að breyta frumvarpinu í átt að samkomulaginu. „Í vinnuferlinu var alltaf boðað að málið yrði unnið í fullri sátt. Samkomulagið nær utan um þau atriði sem samkomulag náðist um og frumvarpið er ekki að fanga innihald þess.“

Samkomulagið milli aðila var undirritað við hátíðlega athöfn þann 19. september. Frumvarpinu var dreift á Alþingi daginn eftir. Þórður Hjaltested, formaður KÍ, segir ekki annað hægt en að krefjast þess að málið verði ekki samþykkt á komandi þingi. „Hér er ekki á ferðinni nein stefnubreyting af okkar hálfu. Við erum enn aðilar að samkomulaginu. Það frumvarp sem lagt var fyrir þingið gengur bara þvert gegn samkomulaginu. Því vonumst við til að þingið fresti afgreiðslu þessa frumvarps, menn vinni það betur og það komi til þings á ný eftir kosningar. Þá gefst mikilvægur tími til að fara vel ofan í þetta mikilvæga mál,“ segir Þórður.

Ekki náðist í Bjarna Benediktsson fjármálaráðherra við vinnslu fréttarinnar. **sveinn@frettabladid.is**

Helstu atriði samkomulagsins

- Launakjör á opinberum og almennum vinnumarkaði verða samræmd og jöfnuð.
- Launafólki verður gert betur kleift að færa sig milli almenns og opinbers vinnumarkaðar hvenær sem er starfsævinnar án þess að það hafi teljandi áhrif á ávinnslu lífeyrisréttinda.
- Sjóðfélögum í lífeyrissjóðum opinberra starfsmanna verða tryggð sambærileg réttindi og þeir hafa nú með 120 milljarða króna framlagi hins opinbera til að mæta ófjármögnuðum framtíðarskuldbindingum vegna þeirra.
- Lífeyriskerfi opinberra starfsmanna verður fullfjármagnað og kerfið sjálfbært.

Skrifað var undir samkomulagið hinn 19. september síðastliðinn í Hannesarholti á Grundarstíg. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

> Samkomulagið nær utan um þau atriði sem samkomulag náðist um og frumvarpið er ekki að fanga innihald þess.
>
> Elín Björg Jónsdóttir, formaður BSRB

> Hér er ekki á ferðinni nein stefnubreyting af okkar hálfu. Við erum enn aðilar að samkomulaginu.
>
> Þórður Hjaltested, formaður KÍ

ÍSLANDS-
MEISTARAR
2004

ÍSLANDS-
MEISTARAR
2005

ÍSLANDS-
MEISTARAR
2006

BIKAR-
MEISTARAR
2007

ÍSLANDS-
MEISTARAR
2008

ÍSLANDS-
MEISTARAR
2009

BIKAR-
MEISTARAR
2010

ÍSLANDS-
MEISTARAR
2012

ÍSLANDS-
MEISTARAR
2015

ÍSLANDS-
MEISTARAR
2016

Til hamingju
MEISTARAR!

Við erum stolt af því að styðja FH

Actavis

Konur í Varsjá mótmæla áformum stjórnarinnar um allsherjarbann við fóstureyðingum. FRÉTTABLAÐIÐ/EPA

Pólskar konur mótmæltu

Áformum pólsku ríkisstjórnarinnar um að banna fóstureyðingar var harðlega mótmælt í gær með kvennaverkfalli og fjöldafundum víða í Evrópu.

PÓLLAND Þúsundir kvenna tóku þátt í mótmælaverkfalli gegn áformum um fóstureyðingarbann í Póllandi. Fyrirmynd mótmælanna er fengin frá kvennafrídeginum á Íslandi árið 1975.

Konur í Póllandi mótmæltu með því að mæta ekki í vinnuna og sinna ekki heimilisverkum, rétt eins og konur gerðu hér á landi fyrir rúmlega fjörutíu árum.

Mótmæladagurinn í gær hefur verið nefndur Svartur mánudagur. Í tilefni dagsins klæddust konur svörtu og flykktust út á götur helstu borga Póllands þúsundum saman, með mótmælaspjöld og hrópuðu vígorð gegn áformum stjórnarinnar.

Víða í borgum Evrópu hélt fólk út á götur til stuðnings pólsku mótmælendunum, þar á meðal í Berlín, Brussel, Belfast og einnig hér í Reykjavík. Talið er að milljónir manna hafi tekið þátt í aðgerðunum.

Pólska stjórnin hefur kynnt frumvarp um allsherjarbann við fóstureyðingum í öllu landinu.

Neðri deild pólska þingsins samþykkti í september að senda frumvarpið til umfjöllunar í nefnd að lokinni fyrstu umræðu í deildinni.

Pólska fóstureyðingarlöggjöfin þykir þó harla ströng fyrir. Nú eru reglurnar þannig að fóstureyðingar eru einungis heimilar ef þær stofna heilsu móðurinnar í hættu, ef vitað er um fósturgalla eða ef þungun varð með nauðgun eða sifjaspellum.

Fyrirhuguð lög myndu hins vegar gera fóstureyðingar ólöglegar í öllum tilvikum. Einungis tvö önnur ríki í Evrópu eru með svo stranga fóstureyðingarlöggjöf, en það er Malta og Páfagarður.

> **Verði frumvarpið að lögum geta konur átt yfir höfði sér fangelsisvist fyrir að missa fóstur. Læknar ættu sömuleiðis á hættu málsókn fyrir aðgerðir til bjargar lífi móðurinnar ef fósturlát verður.**

Ákvæði frumvarpsins eru það ströng að læknar geta átt á hættu að verða sóttir til saka ef þeir framkvæma aðgerð til að bjarga lífi móðurinnar ef það kostar dauða fóstursins.

Þá geta konur átt yfir höfði sér fangelsisvist ef þær missa fóstur.

Laga- og réttlætisflokkurinn, sem er fimmtán ára gamall flokkur hægrisinnaðra íhaldsmanna, hefur haldið um stjórnartaumana í Póllandi í tæpt ár, eða frá því hann sigraði með yfirburðum í þingkosningum í október á síðasta ári. Flokkurinn fékk þá 235 þingsæti af 460 og fer því með meirihluta á þingi án þess að þurfa stuðning frá öðrum flokkum.

Kaþólska kirkjan í Póllandi hefur eindregið stutt stjórnina í þessum áformum. **gudsteinn@frettabladid.is**

Kæra lagasetningu á Bakkalínur til ESA

UMHVERFISMÁL Náttúruverndarsamtökin Fjöregg í Mývatnssveit og Landvernd hafa kært fyrirhugaða lagasetningu um Bakkalínur til Eftirlitsstofnunar EFTA (ESA).

Að mati samtakanna væru slík lög brot á rétti umhverfisverndarsamtaka til að bera ákvarðanir stjórnvalda undir dómstól eða annan óháðan og sjálfstæðan úrskurðaraðila. Svo segir í tilkynningu frá Landvernd.

Framkvæmdaleyfi fyrir Bakkalínum, þar með talið umhverfismat frá 2010, eru nú í skoðun hjá úrskurðarnefnd umhverfis- og auðlindamála í fjórum kærumálum samtakanna.

Nefndin stefnir að því að úrskurða í málunum innan tíu daga. Lagasetningin miðar annars vegar að því að afturkalla framkvæmdaleyfi sveitarfélaganna sem kærð voru og koma þannig í veg fyrir að úrskurðað verði í málinu og hins vegar að gefa út nýtt framkvæmdaleyfi fyrir línunum.

> **Að mati Landverndar væru slík lög brot á rétti umhverfisverndarsamtaka til að bera stjórnvaldsákvarðanir undir dómstóla.**

Guðmundur Ingi Guðbrandsson, framkvæmdastjóri Landverndar, segir í tilkynningunni að samtökin séu einnig að kanna möguleikann á því að kvarta til eftirlitsnefndar Árósasamningsins og að senda kæru til Mannréttindadómstóls Evrópu verði frumvarpið samþykkt. **– shá**

Ein vinsælasta ballettsýning allra tíma

HARPA

Hnotubrjóturinn

St. Petersburg Festival Ballet ásamt Sinfóníuhljómsveit Íslands

Hátíðarballettinn frá Pétursborg snýr aftur og flytur eina fegurstu perlu dansbókmenntanna í viðhafnarbúningi ásamt Sinfóníuhljómsveit Íslands í Eldborg. Í ár mun dansflokkurinn einnig sýna í Hofi á Akureyri ásamt Sinfóníuhljómsveit Norðurlands þann 22. nóvember.

Eldborg

24. nóvember kl. 19:30
25. nóvember kl. 19:30
26. nóvember kl. 13:00 & 17:00

Börn 12 ára og yngri fá 50% afslátt af miðaverði

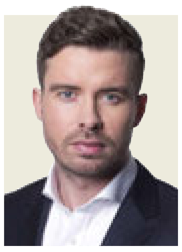
Miðasala í síma 528 5050, á harpa.is og tix.is

www.harpa.is/hbr

ICELANDAIR
Arion banki
CENTER HOTELS

Brandenburg | SÍA

Breytt ásýnd



Þorbjörn Þórðarson
thorbjorn@frettabladid.is

Þegar rykið sest að loknu hádramatísku flokksþingi Framsóknarflokksins er eðlilegt að velta fyrir sér möguleikum flokksins með breyttri ásýnd.

Sigurður Ingi Jóhannsson, nýr formaður flokksins, þykir réttsýnn maður og mannasættir og það fer gott orð af honum þvert á stjórnmálaflokka. Hann er hins vegar að miklu leyti óskrifað blað sem forystumaður í stjórnmálum enda verið stutt í embætti forsætisráðherra og án þess að það hafi reynt mikið á hann. Framsóknarmenn geta þakkað fyrir að einn af ljósgeislunum í myrkrinu í flokknum, Lilja Alfreðsdóttir, hafi áhuga á að starfa á vettvangi hans. Sem varaformaður mun hún án nokkurs vafa tryggja atkvæði á höfuðborgarsvæðinu sem ella myndu falla öðrum stjórnmálaflokkum í skaut.

Besti leikur Sigmundar Davíðs í stöðunni núna eftir ósigur í formannskjöri er að styðja Sigurð Inga til góðra verka, setja undir sig hausinn og berjast fyrir Framsóknarflokkinn í Norðausturkjördæmi. Sigmundur þarf líka að hlúa að sjálfum sér og í ósigrinum geta falist tækifæri. Stórir persónuleikar sem sigla inn í djúpan öldudal eflast við mótlætið og koma tvíefldir til baka. Er Sigmundur slíkur maður? Það er ekki gott að segja. Ósigurinn í formannskjörinu verður ágætur prófsteinn á karakter hans.

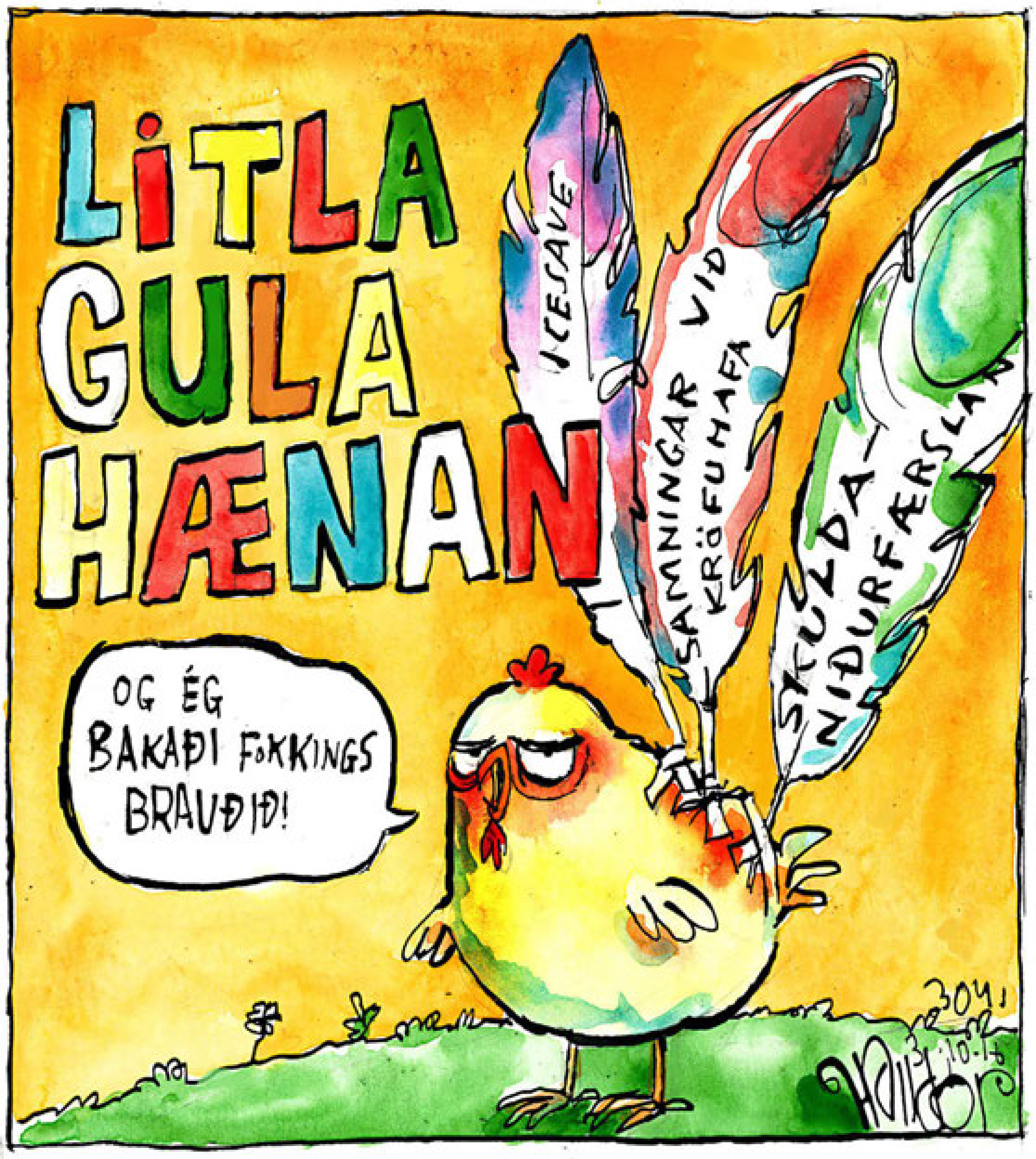
Óháð persónum og leikendum snúa miklu mikilvægari spurningar að málefnastöðu flokksins. Framsóknarflokkurinn og Sjálfstæðisflokkurinn eiga nýja búvörusamninga skuldlaust. Það þarf því ekki að koma á óvart að samningunum sé fagnað í ályktun flokksþings Framsóknar um helgina. „Flokksþingið fagnar nýsamþykktum búvörusamningum. Með þeim er fyrirsjáanleiki tryggður til næstu 10 ára og greinin getur fjárfest í samræmi við þau markmið sem stjórnvöld setja," segir þar í drögum. Neytendur sem vilja valfrelsi og fjölbreytni þegar kemur að matarinnkaupum þurfa aðeins velta þessu fyrir sér enda er sú skoðun mjög útbreidd í samfélaginu að nýir búvörusamningar séu vondir. Vilji Framsókn halda þessari stefnu til streitu er samstarf við Viðreisn útilokað að loknum kosningum en Viðreisn gæti reynst límið sem heldur ríkisstjórninni saman.

> Besti leikur Sigmundar Davíðs í stöðunni núna eftir ósigur í formannskjöri er að styðja Sigurð Inga til góðra verka, setja undir sig hausinn og berjast fyrir Framsóknarflokkinn í Norðausturkjördæmi.

Aðrar ályktanir eru mótsagnakenndar. Framsóknarflokkurinn fagnar uppbyggingu fiskeldis með þeim störfum sem það skapar. Síðan segir: „Fiskeldi getur hins vegar ógnað náttúrulegu lífríki laxfiska og er ljóst að náttúran verður að njóta vafans." Hér er ekki gott að glöggva sig á hvað Framsóknarmenn vilja gera. Þá vilja þeir gjaldtöku til að hlúa að ferðamannastöðum en í drögum að ályktunum flokksþings kom hvergi fram hvar þessi gjaldtaka ætti að eiga sér stað. Vilja Framsóknarmenn komugjöld á farseðla, sem er einfaldasta og praktískasta leiðin, eða vilja þeir hlið við náttúruperlurnar?

Hvað sem líður vangaveltum um málefnastöðu er ljóst að Framsóknarflokkurinn með breyttri ásýnd er til alls líklegur í kosningunum 29. október. Staða flokksins á miðjunni gerir það að verkum að hann getur sem fyrr myndað stjórn með hverjum sem er.

Halldór



Frá degi til dags

Þjófstart á þingi
Alþingi heldur áfram störfum þrátt fyrir að einungis 25 dagar séu í þingkosningar. Ástæða langrar þingsetu er öll þau stóru, og stundum umdeildu, mál sem ríkisstjórnin hugsar sér að klára áður en gengið verður til kosninga. Í gær bar hins vegar svo við að Bjarni Benediktsson formaður og Ólöf Nordal, varaformaður Sjálfstæðisflokksins, voru bæði á ferðalagi um landið í eiginlegri kosningabaráttu. Stjórnarandstaðan kvartaði sáran undan fjarveru þeirra í þingsal í gær. Það má eiginlega segja að stjórnarmeirihlutinn hafi þjófstartað kosningabaráttunni með því að framlengja þingstörf en vera sjálfur þotinn af stað til að kynna áherslumál sín. Á meðan situr stjórnarandstaðan eftir við Austurvöll forviða í startblokkunum.

Litla gula hænan
Vigdís Hauksdóttir þingmaður sagði í eftirtektarverðri færslu um tap Sigmundar Davíðs Gunnlaugssonar í formannskjöri Framsóknarflokksins: „Litla gula hænan lifir góðu lífi – því miður." Vigdís á líklega við að allir vilji njóta vinnu Sigmundar án þess að leggja nokkuð á sig. Nú er spurning hvernig Sigmundur svarar kalli fylgismanna sinna um framhald í pólitík. Annaðhvort heldur hann keikur áfram einn og óstuddur eins og Litla gula hænan eða verður snúðugur eins og letingjarnir í kringum hana og segir: „Ekki ég."

snaeros@frettabladid.is

Hvers á fólkið að gjalda?

Gunnlaugur Stefánsson
Heydölum

Forystumenn laxeldisiðjunnar á Íslandi hrósa sér af því að bjarga atvinnulífinu á landsbyggðinni og boða framleiðslu á laxi í opnum sjókvíum allt að 200 þúsund tonnum og þar af 80 þúsund tonn á Austfjörðum. Þar standa að baki útlenskir auðjöfrar á flótta frá löndum þar sem þeim er ekki lengur vært vegna reynslunnar með hrikalegri mengun, slysasleppingum sem rústa villtum laxastofnum og skaða lífríkið. Þeir vilja ólmir koma til Íslands þar sem löggjöf er gatslitin, eftirlit í molum og engin viðurlög í gildi þegar út af bregður né bótakvöð gagnvart eignaspjöllum.

Fólkið í dreifðum byggðum hefur ekkert um þetta að segja, ekki einu sinni sveitarstjórnir viðkomandi byggðarlaga. Sérfræðingar við skrifborðin í Reykjavík gefa út leyfin fyrir eldisiðjuna og gera það möglunarlaust. Skipulagsvald sveitarstjórna nær aðeins til netalaga sem miðast við 115 metra frá stórstraumsfjöruborði, en þar fyrir utan helgar eldisiðjan sér umráðasvæði og fær nánast ókeypis, en kostar milljarða króna í nágrannalöndum.

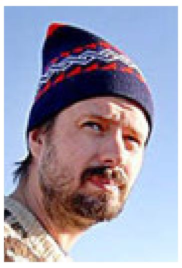
> Heimafólkið fær engu um það ráðið, heldur verður að hlýða skipulagsvaldinu í Reykjavík. Umbera grútinn og mengunina, sem samsvarar skolpfrárennsli frá 150 þúsund manna borg, og horfa á eldið rústa lífríkinu.

Tökum dæmi af Stöðvarfirði. Þar er stefnt á 10 þúsund tonna laxeldi sem er núna í matsferli. Tæplega 200 manns búa þar við þröngan og stuttan, en afar fallegan fjörð sem á að breyta í samfellda laxeldisþró. Heimafólkið fær engu um það ráðið, heldur verður að hlýða skipulagsvaldinu í Reykjavík. Umbera grútinn og mengunina, sem samsvarar skolpfrárennsli frá 150 þúsund manna borg, og horfa á eldið rústa lífríkinu. Hér er gull sem glóir, segja eldismenn, atvinna fyrir fólkið og svo fylgir með dægradvöl að veiða stroklaxa á stöng af slímugri ströndinni. En skilar afskaplega litilli atvinnu á Stöðvarfirði, því öllum laxi þar verður slátrað annars staðar.

Einu sinni þótti best að hafa vit fyrir fólki og skammta úr hnefa. Fólkið lærði þá að hlýða. Enn á það að gilda á Íslandi um skipan eldisiðjunnar í dreifðum byggðum. Stjórnmálamenn virðast láta sér í léttu rúmi liggja. En ef stofnað yrði til laxeldis með 10 þúsund tonnum við Viðey í Reykjavík eins og á að gera á Stöðvarfirði og í hverjum einasta firði frá Seyðisfirði til Berufjarðar?

FRÉTTABLAÐIÐ
ÚTGÁFUFÉLAG: 365 miðlar ehf. **STJÓRNARFORMAÐUR:** Ingibjörg Stefanía Pálmadóttir **FORSTJÓRI:** Sævar Freyr Þráinsson **ÚTGEFANDI OG AÐALRITSTJÓRI:** Kristín Þorsteinsdóttir *kristin@frettabladid.is*
AÐSTOÐARRITSTJÓRAR: Andri Ólafsson *andri@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:** Kristjana Björg Guðbrandsdóttir *kristjanabjorg@frettabladid.is* **MENNING:** Magnús Guðmundsson *magnus@frettabladid.is* **LÍFIÐ:** Sara McMahon *sara@frettabladid.is* **LJÓSMYNDIR:** Vilhelm Gunnarsson *villi@365.is* **FRAMLEIÐSLUSTJÓRI:** Sæmundur Freyr Árnason *sfa@frettabladid.is* **ÚTLITSHÖNNUN:** Silja Ástþórsdóttir *siljaa@frettabladid.is*

Stjórnarskrá í heljargreipum



Kristinn Már Ársælsson
doktorsnemi í félagsfræði við háskólann í Wisconsin

Árið 1944 var ákveðið að gera minniháttar breytingar á stjórnarskránni og skrifa nýja eftir stofnun lýðveldisins. Rúmum 70 árum síðar hefur ekki enn tekist að ljúka við heildarendurskoðun stjórnarskrárinnar. Fyrir 67 árum voru margir orðnir langþreyttir á biðinni eftir nýrri stjórnarskrá: „Svo virðist sem þrautaráðið til þess að fá [stjórnarskrármálið] afgreitt sé, að sérstakt stjórnlagaþing, eingöngu til þess kjörið, vinni þetta verk,“ sagði Hermann Jónasson, formaður Framsóknarflokksins, í mars árið 1949. Þá var ekki áhugi fyrir stjórnlagaþingi á Alþingi. Flutningsmaður tillögunnar um stjórnlagaþing, Páll Zóphóníasson, sagði í ræðu: „Mér hefur skilizt, að fjöldinn allur af þingmönnum kæri sig ekki um að fela þetta neinum öðrum og vilji sjálfir ráða breytingum á stjórnarskrá.“

Í marga áratugi reyndu þingmenn að koma málinu á dagskrá. Árið 1967 sagði Karl Kristjánsson það ekki „sæmandi, að íslenzka lýðveldið gefist upp við að ganga frá stjórnarskrá sinni heildarlega“. Árið 1983 lögðu Guðmundur Einarsson og Kristín Kvaran fram tillögu um þjóðfund um nýja stjórnarskrá. Af því tilefni sögðu þau:

„Í rúmlega 40 ár hafa nefndir á vegum Alþingis unnið að endurskoðun stjórnarskrárinnar í þeim tilgangi að færa þjóðinni nýja stjórnarskrá. Svo virðist sem þingmenn telji sig þar í hlutverki konungs sem á sínum tíma færði þjóðinni frelsisskjal sem rómað er í ljóðum. Í þessari afstöðu þingmanna og flokksforingja felst gróf lítilsvirðing á hugmyndum upplýsts fólks um uppruna valds og hlutverk þjóðkjörinna þinga í nútímanum. Það er augljóslega ekki hlutverk Alþingis að færa þjóðinni nýja stjórnarskrá. Það er þjóðin sjálf sem á að setja sér stjórnarskrá. Með henni ákveður hún hvers konar stjórnarfar hún vill og hvaða grundvallarreglur eigi að gilda í samfélaginu.“

Saga stjórnarskrárinnar kennir okkur að stór og mikilvæg mál geta flækst í valdabaráttu stjórnmálaflokkanna. Við blasir áhrifaleysi almennings gagnvart valdinu og hversu veikt lýðræðið er í raun og veru.

Á tíunda áratugnum lagði Jóhanna Sigurðardóttir ásamt Ástu Ragnheiði Jóhannesdóttur fram á ný tillögu um stjórnlagaþing. Fyrir nær 20 árum sögðu þær að „áratugum saman hefur heildarendurskoðun stjórnarskrárinnar vafist fyrir mönnum [...] og hagsmunir einstakra þingmanna og flokka hafa því meira ráðið ferðinni en að hagsmunir þjóðarheildarinnar séu í fyrirrúmi“.

Það var svo í kjölfar efnahagshrunsins árið 2008 að stjórnarskrármálið komst aftur á dagskrá. Haldinn var 1.000 manna þjóðfundur þar sem kjósendur voru valdir af handahófi og í kjölfarið almennir borgarar kjörnir til setu á stjórnlagaþingi. Stjórnlagaráði tókst, á alltof skömmum tíma, í samstarfi við almenning, að skrifa nýja stjórnarskrá. Sú stjórnarskrá naut stuðnings í ráðgefandi þjóðaratkvæðagreiðslu. Þetta þóttu merk tíðindi um allan heim. Nær allar stjórnarskrár hafa verið skrifaðar af fámennum hópi útvaldra bak við luktar dyr. Á Íslandi hafði almenningi tekist að skrifa sína eigin stjórnarskrá. Loksins virtist vera búið að höggva á hnútinn í stjórnarskrármálinu. En þá endurtók sagan sig og málið dagaði uppi á Alþingi. Næsta ríkisstjórn skipaði enn eina stjórnarskrárnefndina skipaða fulltrúum stjórnmálaflokkanna og enn er beðið eftir nýrri stjórnarskrá.

Saga stjórnarskrárinnar kennir okkur að stór og mikilvæg mál geta flækst í valdabaráttu stjórnmálaflokkanna. Við blasir áhrifaleysi almennings gagnvart valdinu og hversu veikt lýðræðið er í raun og veru. Í það minnsta ættum við að ákveða til frambúðar að stjórnarskrárgerðin skuli vera í höndum almennings án aðkomu þeirra sem fara með völdin hverju sinni. En það er líka löngu orðið tímabært að dýpka lýðræðið þannig að almenningur hafi meira að segja en eitt X á blaði á fjögurra ára fresti.

Rétturinn til sjálfstæðs lífs

Gísli Björnsson
sendiherra Samnings Sameinuðu þjóðanna um réttindi fatlaðs fólks

Ég heiti Gísli og ég er 30 ára karlmaður með þroskahömlun. Ég er sendiherra Samnings Sameinuðu þjóðanna um réttindi fatlaðs fólks og hef sérhæft mig í 19. grein samningsins sem fjallar um réttinn til að lifa sjálfstæðu lífi. Við sendiherrarnir höfum undanfarin ár ferðast um allt land til að kynna samninginn og hef ég séð um að kynna 19. greinina. Þá segi ég frá því sem stendur í samningnum og miðla af eigin reynslu hvernig ég lifi sjálfstæðu lífi með hjálp notendastýrðrar persónulegrar aðstoðar (NPA).

Án NPA gæti ég ekki lifað sjálfstæðu lífi og hefði ekki getað tekið þátt í þeim verkefnum sem ég hef unnið síðustu ár. Ég var varaformaður NPA miðstöðvarinnar. Ég spila á orgel í sunnudagaskóla Laugarneskirkju í hverri viku. Ég lauk starfstengdu diplómanámi fyrir fólk með þroskahömlun vorið 2013. Ég var einn stofnenda kaffihússins GÆS og tók þátt í að reka það í tvö sumur. Ég hef verið sendiherra frá upphafi verkefnisins. Ég var líka atvinnuleitandi í langan tíma og var á þeim tíma í virku samstarfi við Vinnumálastofnun, t.d. með því að fara á stofnanir og kynna verkefnið Virkjum hæfileikana. Nýlega hóf ég störf við Háskóla Íslands sem einn af verkefnisstjórum rannsóknarverkefnisins Jafnrétti fyrir alla! Í því verkefni erum við að rannsaka aðgengi fatlaðra karlmanna að jafnréttismálum. Ég var nýlega kosinn í varastjórn Átaks félags fólks með þroskahömlun, og er virkur í að stunda mín áhugamál og félagslíf.

Brotið á mörgum

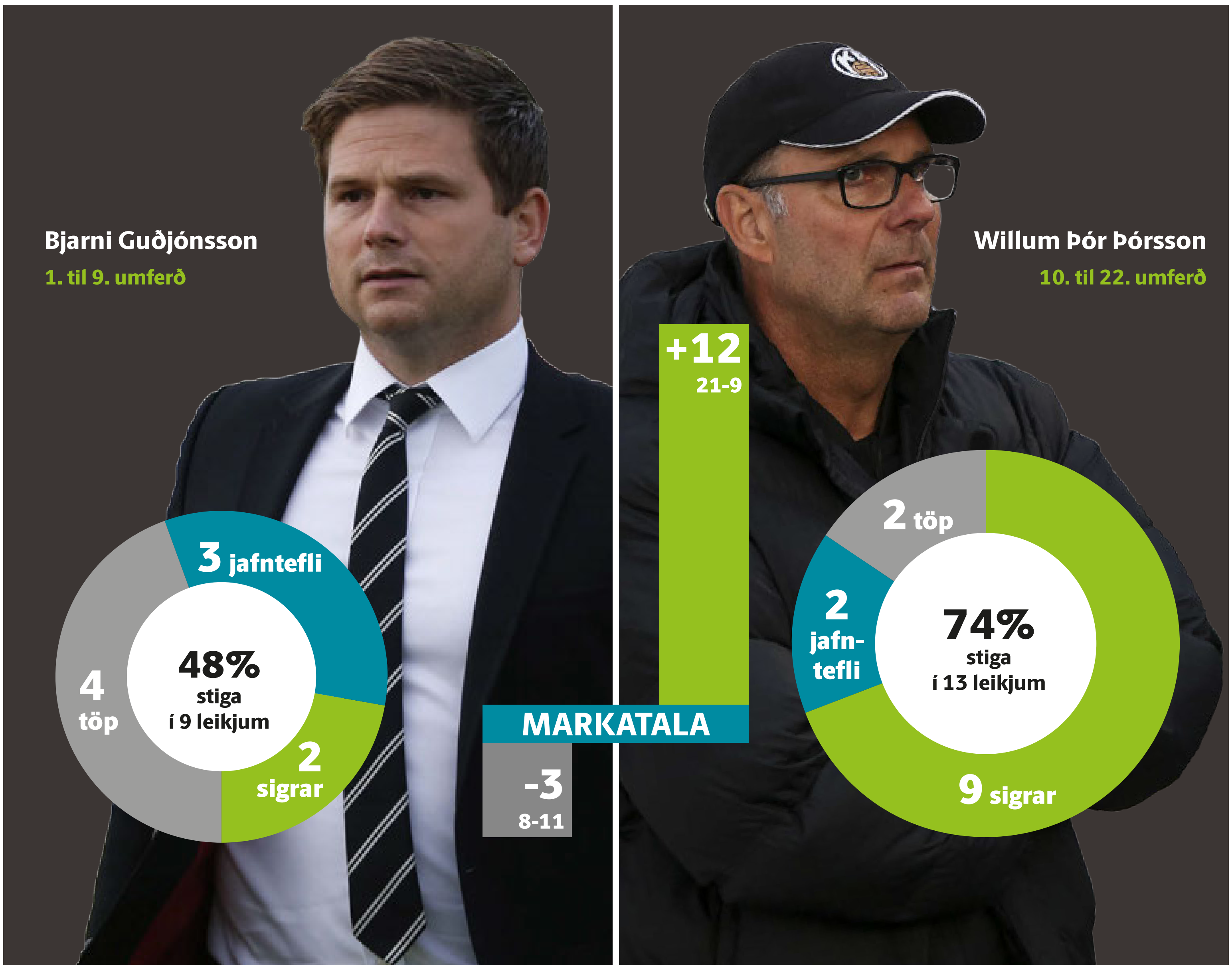
Mannréttindamál og hagsmunabarátta fatlaðs fólks standa mér mjög nærri. Á meðan ég er þakklátur fyrir að vera með NPA og ánægður með að geta lifað sjálfstæðu lífi, þykir mér leitt að það séu aðrir í samfélaginu sem ekki hafa fengið sömu tækifæri til þess og ég. Í störfum mínum sem snúa að því að kynna réttindi fatlaðs fólks fæ ég oft að heyra sögur af erfiðri reynslu fólks. Svo virðist vera að margir fatlaðir Íslendingar lifi við það að verið sé að brjóta á mannréttindum þeirra með reglubundnum hætti í daglegu lífi. Þessi brot verða ekki öll til vegna illmennsku eða vanvirðingar, heldur eru oft framin án vitundar af ólipru kerfi eða illa upplýstu fólki. Það er því mikilvægt að halda áfram að fræða fólk og halda umræðunni um réttindi fatlaðs fólks á lofti.

Á meðan ég er þakklátur fyrir að vera með NPA og ánægður með að geta lifað sjálfstæðu lífi, þykir mér leitt að það séu aðrir í samfélaginu sem ekki hafa fengið sömu tækifæri til þess og ég.

Það er gleðiefni að nú níu árum eftir að Ísland skrifaði undir Samning Sameinuðu þjóðanna um réttindi fatlaðs fólks hafi hann loksins verið fullgiltur. Það er skref í rétta átt til þess að mannréttindi fatlaðs fólks séu tryggð.

FRÉTTABLAÐIÐ
SPORT

Eins og svart og hvítt hjá KR-ingum í Pepsi-deildinni sumarið 2016



Söguleg stigasöfnun Willums

KR tryggði sér sæti í Evrópukeppni með mögnuðum endaspretti en liðið vann fimm síðustu leikina. Willum Þór Þórsson tók við liðinu í tíunda sæti í júní og fór með það upp í bronssætið á þremur mánuðum.

FÓTBOLTI KR-ingar kórónuðu eina af flottari endurkomum seinni ára um helgina þegar liðið tryggði sér sæti í Evrópukeppninni með 3-0 sigri á Fylki í lokaumferð Pepsi-deildarinnar. Liðið, sem sat í hópi neðstu liða eftir 9 umferðir með 9 stig og 8 mörk, endar Íslandsmótið sem heitasta lið Pepsi-deildarinnar.

Willum Þór Þórsson fékk það verkefni að rífa KR-liðið upp úr volæðinu í vor og setti á endanum nýtt met í stigasöfnun hjá þjálfara sem hefur tekið við á miðju tímabili. Síðan þriggja stiga reglan var tekin upp hefur enginn þjálfari náð í fleiri stig á einu tímabili af þeim þjálfurum sem hafa ekki byrjað sumarið með viðkomandi liði.

Rúnar átti metið áður

Willum Þór bætti í sumar met Rúnars Kristinssonar frá 2010 en KR fékk þá 25 stig eftir að Rúnar tók við af Loga Ólafssyni um miðjan júlí. KR-liðið fékk 29 stig í þeim 13 leikjum sem Willum Þór stýrði í sumar.

Stigametið hafði þar með staðið í sex ár eða síðan KR-ingar skiptu síðast um þjálfara á miðju tímabili. Það hefur því borgað sig að skipta um þjálfara í Vesturbænum þegar liðið hefur byrjað mótið illa.

Rúnar Kristinsson.

Rúnar á það enn á Willum að hafa náð í aðeins hærra hlutfall stiga í boði (76 á móti 74) auk þess að koma KR-liðinu alla leið í bikarúrslitaleikinn. Það var hins vegar enginn bikar í boði fyrir Willum enda hafði KR dottið út úr 32 liða úrslitum bikarsins á móti 1. deildar liði Selfoss.

Rúnar Kristinsson hafði á sínum tíma slegið met Péturs Péturssonar frá 1994 en Pétur tók þá við Keflavíkurliðinu í byrjun júlí og landaði 23 stigum í 11 leikjum.

Fjórfaldaði sigurleikina

KR var aðeins tveimur stigum frá fallsæti þegar Willum Þór tók við liðinu af Bjarna Guðjónssyni eftir þriðja tap Vesturbæinga í röð í lok júní. Liðið vann aðeins 2 af 9 leikjum sínum með Bjarna í brúnni en sigrarnir voru 9 í 13 leikjum eftir að Willum tók sæti hans.

Íslandsmeistarar FH voru á endanum aðeins fimm stigum á undan KR en KR-ingar unnu báðar innbyrðisviðureignir liðanna í sumar.

Willum Þór gerði KR tvisvar að Íslandsmeisturum í upphafi 21. aldar en liðið náði hvorugt árið jafn miklum hluta af stigum í boði og í sumar. KR fékk 74 prósent stiga í boði eftir að Willum Þór tók við en hafði náð í 67 prósent (2002) og 61 prósent (2001) stiga í boði þegar Willum gerði Vesturbæjarfélagið að meistara.

Pólitíkin að trufla þjálfarann

Þrátt fyrir fyrir frábæran og sögulegan árangur hjá Willum Þór í sumar er ólíklegt að þingmaðurinn geti haldið áfram með liðið. Fram undan eru kosningar hjá Framsóknarmanninum og KR-ingar vilja örugglega ganga frá þjálfaramálum sínum fyrir þær. Stóra spurningin er hvort forráðamenn KR eru tilbúnir að bíða eftir örlögum Willums Þórs í pólitíkinni. **ooj@frettabladid.is**

Flest stig hjá þjálfurum sem hafa tekið við á miðju tímabili

Frá því að þriggja stiga reglan var tekin upp 1984.

29 stig
Willum Þór Þórsson með **KR 2016** (tók við af Bjarna Guðjónssyni). **74 prósent stiga í húsi í 13 leikjum.**

25 stig
Rúnar Kristinsson með **KR 2010** (tók við af Loga Ólafssyni). **76 prósent stiga í húsi í 11 leikjum.**

23 stig
Pétur Pétursson með **Keflavík 1994** (tók við af Ian Ross). **70 prósent stiga í húsi í 11 leikjum.**

23 stig
Guðmundur Benediktsson með **Breiðablik 2014** (tók við af Ólafi Kristjánssyni). **48 prósent stiga í húsi í 16 leikjum.**

22 stig
Lúkas Kostic með **Grindavík 2009.**

21 stig
Haraldur Haraldsson með **KR 1997.**

21 stig
Steinar Guðgeirsson með **Fram 2003.**

21 stig
Ólafur Örn Bjarnason með **Grindavík 2010.**

20 stig
Kristján Guðmundsson með **Keflavík 2013.**

19 stig
Þórir Sigfússon með **Keflavík 1995.**

17 stig
Ríkharður Daðason með **Fram 2013.**

STJÓRASKIPTI HJÁ SWANSEA

Enska úrvalsdeildarliðið Swansea City, sem Gylfi Þór Sigurðsson leikur með, skipti um knattspyrnustjóra í gær. Ítalinn Francesco Guidolin var látinn taka pokann sinn á 61 árs afmælinu sínu og við starfi hans tekur Bandaríkjamaðurinn Bob Bradley. Eigendur Swansea, sem keyptu félagið í sumar, eru bandarískir og hafa nú fengið landa sinn í stjórastólinn. Bradley verður fyrsti bandaríski stjórinn í sögu ensku úrvalsdeildarinnar. Bradley, sem er 58 ára gamall, var síðast við stjórnvölinn hjá Le Havre í Frakklandi. Þar áður stýrði hann Stabæk í Noregi en hann er kannski þekktastur fyrir að þjálfa bandaríska landsliðið og það egypska. Swansea situr í 17. sæti úrvalsdeildarinnar eftir sjö umferðir og hefur ekki unnið leik síðan í 1. umferðinni.

Fringi hverfur á braut og með það sama er Stjörnunni spáð titlinum. Það er ekki að spyrja að því. #dominos365

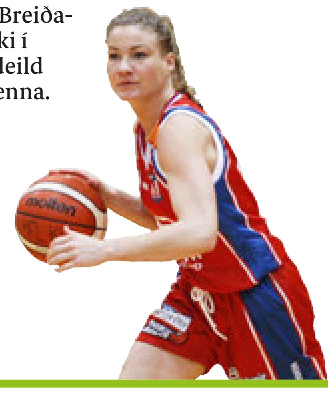
Friðrik Ingi Rúnarsson
@FridrikIngi

REFIRNIR MEÐ FULLT HÚS

Füchse Berlin fer frábærlega af stað í þýsku 1. deildinni í handbolta en liðið hefur unnið alla sex leiki sína. Í gær báru Berlínarrefirnir sigurorð af Hannover-Burgdorf, 29-30, á útivelli. Bjarki Már Elísson skoraði þrjú mörk úr jafn mörgum skotum hjá Füchse Berlin en Rúnar Kárason komst ekki á blað hjá Hannover. Erlingur Richardsson er á sínu öðru tímabili sem þjálfari Füchse Berlin og liðið virðist hafa bætt sig mikið frá því í fyrra. Lærisveinar Erlings eru á toppi þýsku deildarinnar með 12 stig en Füchse Berlin og Flensburg eru einu liðin sem eru enn með 100% árangur. Flensburg hefur leikið fimm leiki en Füchse Berlin sex eins og áður sagði.

ÓLÍKT HLUTSKIPTI SNÆFELLS-LIÐANNA Í SPÁNNI ÁRLEGU

Hin árlega spá þjálfara, fyrirliða og forráðamanna liðanna í Domino's-deildunum í körfubolta var opinberuð í gær. Samkvæmt spánni verður Snæfell Íslandsmeistari í kvennaflokki fjórða árið í röð en liðið fékk nokkuð afgerandi kosningu í efsta sætið. Nýliðum Skallagríms er spáð 2. sæti og Grindavík því þriðja. Ef marka má spána verður KR ekki Íslandsmeistari fjórða árið í röð í karlaflokki en Stjörnunni var spáð titlinum. Garðbæingar fengu einu stigi meira en KR í spánni. Tindastóli er spáð 3. sætinu. Ef spáin rætist fara Skallagrímur og Snæfell niður í 1. deild. Fjölni er spáð sigri í 1. deild karla og Breiðabliki í 1. deild kvenna.



Í dag
20.00 Körf.kvöld: Upphitun Sport

ÞAÐ EINA SEM ÉG PASSA ALLTAF AÐ TAKA

> Þetta virkar, ég borða minna og mér líður mikið betur.

Artasan kynnir GlucoSlim frá Natures Aid er þyngdarstjórnunarefni sem er viðurkennt af Matvælastofnun Evrópu (EFSA). Það inniheldur Glucomannan trefjar sem unnar eru úr rótarhýði konjak-plöntunnar. 100% náttúruleg afurð sem hægir á tæmingu magans, við verðum fyrr södd og og borðum minna.

Virknin gerir það að verkum að Hrönn gengur með trefjarnar á sér og gleymir þeim nær aldrei.

„Ég forðast yfirleitt að vera sjálf með vitnisburð um heilsuvörur en ætla að gera undantekningu með GlucoSlim frá Natures Aid. Það sem vakti áhuga minn á að prófa efnið var að það er 100% náttúrulegt og inniheldur eingöngu vatnsleysanlegar trefjar sem eru gríðarlega hollar fyrir þarmaflóruna. Það sem er gott fyrir þarmaflóruna er jú einnig jákvætt fyrir heilsuna almennt því þarmarnir hafa áhrif á okkur bæði líkamlega og andlega,“ segir Hrönn Hjálmarsdóttir, heilsumarkþjálfi hjá Artasan.

BORÐAÐI OF MIKIÐ

„Ég er ein af þeim sem hafa afskaplega gaman af því að elda mat og finnst ekki síður gaman að borða hann. Sætindi og unnin matvara er ekki vandamál hjá mér en það eru vörur sem allir ættu að forðast nema í undantekningartilfellum. Þegar maður borðar alltaf of mikið, þá þyngist maður – líka ef það er hollt – og það hefur verið minn akkillesarhæll í mörg ár. Ég ákvað að prófa á sjálfri mér að taka inn GlucoSlim því það er eins og áður sagði náttúrulegt, heilsubætandi og viðurkennt af Matvælastofnun Evrópu sem þyngdarstjórnunarefni,“ segir Hrönn.

> **GlucoSlim er viðurkennt sem þyngdarstjórnunarefni af Matvælastofnun Evrópu.**

ÞYNGIST EKKI OG NÝT ÞESS AÐ BORÐA

Hrönn hefur nú tekið GlucoSlim í 4 mánuði og ætlar ekki að hætta því. „Eftir rúma viku fann ég fyrir því að ég var farin að borða minna. Ég varð fyrr södd og fór því að spá aðeins í hvað ég setti mikið á diskinn minn. Trefjarnar sem teknar eru um 30 mínútum fyrir mat eru hitaeiningasnauðar, þær taka pláss í maganum og framkalla þannig seddutilfinningu svo að ég borða minna. Þær hægja á tæmingu úr maganum og stuðla því líka að því að lengri tími líður áður en ég verð aftur svöng,“ segir Hrönn en tekur fram að trefjarnar drekki í sig vökva og er því algerlega nauðsynlegt að taka þær inn ásamt einu til tveimur vatnsglösum.

NR. 2 Á HVERJUM DEGI

„Eins vandræðalegt og öllum finnst að tala um hægðir þá er þetta nú eitthvað sem við öll gerum frá vöggu til grafar. Við látum þetta öllu skipta hjá ungbörnunum okkar og svo förum við aftur að hafa áhyggjur af þessu þegar árin færast yfir. Þetta á að skipta máli alla ævi því ef að við kúkum ekki reglulega, of sjaldan eða allt of oft, þá erum við ekki heil heilsu. Ég þekki þetta vandamál vel sjálf og get fullyrt að GlucoSlim hefur breytt miklu. Án þess að fara nánar í mína heilsusögu þá tek ég að sjálfsögðu inn góða gerla alla daga, ýmist kefir sem ég geri sjálf eða borða Prógastró mjólkursýrugerla. Glucomannan trefjarnar sem eru í GlucoSlim eru svo besta hugsanlega fóður sem þarmaflóran fær en eins og aðrar vatnsleysanlegar trefjar, draga þær úr upptöku á próteini og fitu og eru vinveittar góðu gerlunum í þörmunum.“

MINNI BLÓÐFITA OG BLÓÐSYKURINN Í JAFNVÆGI

Fitusýran butyrate er að sögn Hrannar afar merkileg en hana er m.a. að finna í smjöri. Hún er bólgueyðandi og hefur öflug verndandi áhrif á meltingarveg en þessi fitusýra er líka búin til úr bakteríum í þörmunum þegar þær komast í snertingu við trefjar, eins og Glucomannan trefjarnar. Rannsóknir hafa sýnt að butyrate viðbótin kemur í veg fyrir þyngdaraukningu með því að auka brennslu og draga úr matarlyst. Butyrate bætir einnig virkni hvatbera í frumunum og lækkar þríglýseríð og insúlín. „Ég hvet lesendur til að lesa meira um butyrate og hvað hún gerir. Þá má bæta því við að ég á alltaf aðrar vatnsleysanlegar trefjar sem heita Inulin. Þær eru bragðlausar og á duftformi og set ég alltaf skeið í bústið mitt. Inulin trefjar eru m.a. góðar gegn innri fitu, þessari hættulegu sem sest á líffærin okkar.

> **20% afsláttur er af GlucoSlim í október.**

ALLT FYRIR MELTINGUNA OG RISTILINN

Eftir allt sem ég hef prófað gegnum tíðina, þá meina ég í sambandi við mataræði og breytingar og bætur á því, þá er það á hreinu að það virkar ekkert vel ef meltingin og ristillinn virkar ekki vel. Heilbrigð þarmaflóra er grunnurinn að heilsunni og því til mikils að vinna að hafa þetta allt í góðum gír. Ég mæli heilshugar með GlucoSlim trefjunum frá Natures Aid en virknin gerir það að verkum að ég geng með þær á mér og gleymi næstum aldrei að taka þær.“

TILBOÐ Á GLUCOSLIM Í OKTÓBER

20% afsláttur verður af GlucoSlim í október. Hrönn segir um að gera að prófa, hvort sem er til þess að léttast eða halda sér í jafnvægi og bæta meltingarstarfsemina. „Muna bara að taka inn 3 sinnum á dag – fyrir máltíð.“

GlucoSlim

NÝTT ÞYNGDARSTJÓRNUNAREFNI

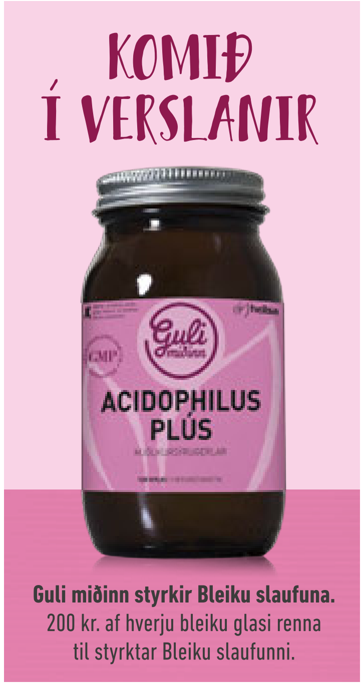
GlucoSlim inniheldur glucomannantrefjar sem stuðla að þyngdartapi, sé það tekið inn sem hluti af orkusnauðu mataræði.

Trefjarnar taka pláss í maganum og framkalla þannig seddutilfinningu svo að fólk borðar minna. Þær hægja á tæmingu úr maga og stuðla því einnig að því að lengri tími líður áður en við verðum aftur svöng.

Rannsóknir staðfesta virknina

Matvælastofnun Evrópu samþykkir glucomannantrefjar sem þyngdarstjórnunarefni og hafa rannsóknir sýnt fram á að þessar trefjar geta stuðlað að þyngdartapi.

Sölustaðir: Flest apótek, heilsubúðir og heilsuhillur verslana



Elín Ebba fjallar um hamingjuna á erindaröð Bókasafns Kópavogs um sjálfsrækt í kvöld. Hún segir hamingjutilfinninguna vera eins og fullnægingu. MYND/ANTON BRINK

HAMINGJAN ER EINS OG NORÐURLJÓSIN

Elín Ebba Ásmundsdóttir líkir hamingjunni við norðurljós, þau eru æðisleg á meðan á þeim stendur en þau fjara fljótt út. Hún heldur erindi um hamingjuna á Bókasafni Kópavogs í kvöld.

Lilja Björk Hauksdóttir
liljabjork@365.is

Elín Ebba Ásmundsdóttir, iðjuþjálfi hjá Hlutverkasetri, mun fjalla um hamingjuna í erindaröð Bókasafns Kópavogs um sjálfsrækt klukkan átta í kvöld. Erindið er annað af þremur í röðinni en fyrsta erindið í þessari sjálfsræktar-röð var frá Ingrid Kuhlman sem ræddi um listina að lifa í núinu og þann 1. nóvember mun Herdís Anna Friðfinnsdóttir flytja erindið Markþjálfun, gæfuspor til sjálfsræktar?

„Fólk kemur á bókasöfnin í leit að ákveðinni lífsfyllingu og er þessi erindaröð tilraun til að útvíkka það út frá bókunum og mæta þeirri þörf á fjölbreyttari hátt. Sjálfsræktin er eitthvað sem við höfum öll gott af að gera meira af, þannig að það er ágætt að byrja veturinn á því að styrkja hana aðeins,“ segir Arndís Þórarinsdóttir, deildarstjóri dægurmála á Bókasafni Kópavogs.

Elín Ebba segist ætla að tala í kvöld um hvernig hamingjan er skilgreind. „Þegar fólk svarar spurningunni um hvort það sé hamingjusamt þá er það yfirleitt að svara því hvort það sé ánægt með líf sitt í heildina. Það er erfitt að mæla hamingjuna, því hún er huglæg, einstaklingsbundin og aðstæðubundin. Það getur verið hamingja fyrir einum að eiga þúsund krónur en fyrir annan skiptir þúsundkall engu máli. Hamingjan er að minnsta kosti ekki það að líða vel allan tímann, það er ekki hamingja að vera ríkur, að vinna lottóvinning eða klára stúdentspróf. Þetta fjarar allt saman út. Hamingjan er svolítið eins og norðurljósin, þau koma og hverfa fljótt aftur en á meðan á þeim stendur eru þau æðisleg, hamingjutilfinningin er þannig,“ útskýrir hún.

Einstaklingurinn sjálfur, fjölskylda og nánasta umhverfi hans og allt samfélagið hefur áhrif á hamingjuna, að sögn Elínar Ebbu. „Við fæðumst með ákveðna eiginleika, og erum eins og blóm, sum blóm eru harðger en önnur blóm þola ekki minnsta vind. Það er eins með manneskjuna. Við fæðumst ólík en það hefur úrslitaáhrif í hvaða umhverfi við ölumst upp. Foreldrar hafa mikið að segja, hvort hlúð sé að blómunum á réttan hátt, og samfélagið hefur líka áhrif. Ef við búum í samfélagi þar sem við fáum ekki öll jöfn tækifæri náum við ekki öll að blómstra. Í lýðræðisríki veljum við okkur fólk sem við trúum að geti haft áhrif á þennan stóra jarðveg. Hver og einn þarf að finna sína leið í átt að hamingju, þó við séum öll blóm þá erum við mismunandi tegundir af blómum.“

Segja má að hamingjan sé tímabundið ástand og dæmi um það segir Elín Ebba vera manneskju sem þráir að eignast börn. „Hún fyllist hamingju við að eignast barn en það er ekki víst að hún verði hamingjusamari við að eiga börn, þeim fylgir ábyrgð og þau geta valdið áhyggjum. Það er eins með maka, fólk þráir að eignast maka en svo getur það snúist upp í andhverfu sína,“ segir hún.

Í erindi kvöldsins ætlar Elín Ebba líka að fjalla um muninn á hamingju og lífsfyllingu. Hún segir hamingjuna snúast um að fullnægja þörfum sínum en að lífsfyllingin skipti máli fyrir okkur sem manneskjur. „Hamingjutilfinningin er eins og fullnæging. Það er ekki eftirsóknarvert að vera með stanslausa fullnægingu, þá fer hún að snúast upp í andhverfu sína. Það er lífsfyllingin sem skiptir mestu máli. Þeir sem finna fyrir lífshamingju er fólkið sem gefur af sér, hefur hugsjón eða vinnur fyrir ákveðinn málstað. Það er eftirsóknarvert að finna sína lífsfyllingu og vera sátt ur við sjálfan sig og umhverfi en ekki endilega að vera hamingjusamur nema einstöku sinnum, eins og þegar maður sér norðurljósin.“

Sonur Elínar Ebbu, fiðluleikarinn H. Snorri Seljeseth, göfgar erindið í kvöld með hamingjutónum. Allir eru velkomnir í Bókasafn Kópavogs á meðan húsrúm leyfir og er aðgangur ókeypis.

> Þegar fólk svarar spurningunni um hvort það sé hamingjusamt er það yfirleitt að svara því hvort það sé ánægt með líf sitt í heildina. Það er erfitt að mæla hamingjuna, því hún er huglæg, einstaklings- og aðstæðubundin.
>
> Elín Ebba Ásmundsdóttir

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
UMSJÓNARMENN EFNIS: Elín Albertsdóttir, *elin@365.is, s. 512 5349* | Lilja Björk Hauksdóttir, *liljabjork@365.is, s. 512 5372* | Ragnheiður Tryggvadóttir, *heida@365.is, s. 512 5367* | Sólveig Gísladóttir, *solveig@365.is, s. 512 5351* Starri Freyr Jónsson, *starri@365.is, s. 512 5358* | Vera Einarsdóttir, *vera@365.is, s. 512 5357*
SÖLUMENN: Atli Bergmann, *atlib@365.is, s. 512 5457* | Jóhann Waage, *johannwaage@365.is, s. 512 5439* | Jón Ívar Vilhelmsson, *jonivar@365.is, s. 512 5429* | Ólafur H. Hákonarson, *olafurh@365.is, s. 512 5433*

Heilsaðu hamingjunni

Solaray er hágæða vítamín– og bætiefnalína sem unnin er úr jurtum. Á hverjum degi vinnum við með náttúruleg hráefni sem geislar sólarinnar hafa skapað og fyllt orku. Þannig tryggjum við þér hrein vítamín og bætiefni með mikla virkni.

Finndu þinn sólargeisla í næstu heilsuvöruverslun eða apóteki.

Ljúffengt spagettí með hvítlauk. Einfalt og ódýrt. MYND/GETTY

HVÍTLAUKUR ER ALLRA MEINA BÓT

Fólk annaðhvort elskar eða hatar hvítlauk. Flestir eru þó sammála um slæma andremmu sem hvítlaukur getur valdið eftir að hans hefur verið neytt. Hvítlaukslyktin getur verið viðvarandi í sólarhring.

Nú hafa vísindamenn fundið mögulega lausn á þessu. Hægt er að losna við lyktina af hvítlauknum með því að borða epli, jöklasalat eða mintublöð eftir að hvítlaukur hefur verið borðaður. Rannsóknin fór fram við háskólann í Ohio í Bandaríkjunum. Vísindamenn gáfu þátttakendum þrjú grömm af hvítlauksbátum sem þeir áttu að tyggja í 25 sekúndur. Mælingar áttu sér stað með því að þátttakendur voru látnir blása í rör á meðan þeir borðuðu hvítlaukinn. Eftir að hvítlauknum hafði verið kyngt fengu þátttakendur mismunandi matvæli sem þeir áttu að tyggja í 20 sekúndur. Þeir borðuðu epli, bökuð epli, salat, bæði hrátt og eldað, fersk mintublöð eða drukku eplasafa, safa með mintu og grænt te. Einn hópurinn fékk aðeins vatn og var hann notaður til viðmiðunar. Mælingin í heild tók 60 mínútur. Rannsóknin sýndi að öll matvælin nema grænt te höfðu áhrif á þetta lyktarefni. Fersk epli (óbakað), ferskt jöklasalat og mintublöð höfðu mest áhrif á efnin í hvítlauknum. Þetta þrennt hefur líka hátt innihald af fenóli. Vísindamenn komust að þeirri niðurstöðu að epli, salat og minta losar fólk við vondu hvítlaukslyktina. Epla- og mintusafar höfðu einnig áhrif en ekki eins mikil og ferskmetið. Ef þú ætlar að borða mat með miklum hvítlauk er sniðugt að fá sér smá epli í eftirrétt.

Eins og flestir vita er hvítlaukur afar hollur. Hann er ríkur af andoxunarefnum, B- og C-vítamíni, járni, fosfór, kalki og magnesíum. Sagt er að ef fólk borðar tvö hrá hvítlauksrif á dag sé það allra meina bót fyrir heilsuna. Flestum finnst þó hvítlaukurinn betri eftir að hann hefur verið eldaður. Bakaður hvítlaukur er til dæmis afar ljúffengur með brauði.

HVÍTLAUKSSMJÖR

Hvítlaukssmjör er mjög gott með bökuðum kartöflum eða brauði. Það er einfalt að útbúa.

1 búnt steinselja
2 stór hvítlauksrif
1 pakki mjúkt smjör
Nýmalaður pipar

Einn frægasti tapas-réttur Spánverja er hvítlauksrækjur.

Skolið steinseljuna og hakkið hana mjög smátt. Pressið hvítlaukinn út í smjörið og hrærið steinselju saman við. Dreifið pipar yfir. Geymið smjörið í ísskáp þar til það verður notað.

SPAGETTÍ MEÐ HVÍTLAUK OG CHILLI-PIPAR

Spagettí með hvítlauk og chilli-pipar er vinsæll réttur á Ítalíu. Það er mjög einfalt að útbúa þennan rétt. Hann er bæði ljúffengur og ódýr. Uppskriftin miðast við tvo.

200 g spagettí
5-6 stór hvítlauksrif
1 chilli-pipar, stór eða lítill eftir smekk
5-6 msk. gæða-jómfrúarólífuolía
1 búnt steinselja, smátt skorin
Nýmalaður pipar
Parmesanostur

Sjóðið spagettí í söltu vatni eftir leiðbeiningum. Skerið chilli-piparog hvítlauk smátt. Það tekur stutta stund að gera hvítlaukssósuna svo gott er að gera hana rétt áður en suðutíma lýkur á spagettíinu. Hitið olíu á pönnu undir miðlungshita. Steikið hvítlauk og chilli-pipar en passið að brenna ekki. Setjið soðna spagettíið beint á pönnuna og látið allt blandast vel saman. Það má bæta við olíu eða pastavatni ef þörf er á. Þá er steinselju, nýmöluðum pipar og parmesanosti dreift yfir. Gott er að bera fram brauð með þessum rétti og nota það til að þrífa upp alla olíuna af diskinum.

HVÍTLAUKSRÆKJUR

Einn vinsælast tapas-rétturinn á Spáni er hvítlauksrækjur, gambas al ajillo, en réttinn er einfalt að gera. Allir tapas-staðir bjóða upp á hvítlauksrækjur og þær eru bornar fram kraumandi heitar í hvítlauksolíu. Uppskriftin er fyrir fjóra, frekar sem forréttur en aðalréttur þar sem tapas-réttir eru yfirleitt nokkrir á borðum.

500 g risarækjur
125 ml góð jómfrúarolía
10 stór hvítlauksrif
1 msk. chilli-flögur
60-89 ml koníak eða þurrt sérrí (má sleppa)
3 msk. steinselja, smátt skorin
1 sítróna, bara safinn
Salt og pipar

Snittubrauð er borið fram með réttinum

Hitið olíu á þykkbotna pönnu undir meðalhita. Setjið hvítlauk og chilliflögur út í olíuna og látið aðeins brúnast, passið að brenna ekki hvítlaukinn. Stillið nú á hæsta hita og setjið rækjurnar út á pönnuna ásamt sítrónusafa og koníaki, hrærið á meðan rækjurnar taka lit, um það bil 3 mínútur. Saltið, piprið og skreytið diskinn með sítrónubáti. Takið af hitanum og berið strax fram sjóðandi heitt með brauði.

BÍLAR

VAÐLAHEIÐARGÖNG OG ANNAÐ FRESTAST

Framlög til vegagerðar eru um 12 milljarðar í ár en kostnaður við Vaðlaheiðargöng er kominn í 13 til 14 milljarða. Íslenskir bifreiðaeigendur borga 70 milljarða í ár í skatta og gjöld vegna reksturs bíla sinna.

Vandinn við gerð Vaðlaheiðarganga hefur vart farið fram hjá nokkrum manni né sá kostnaðarauki sem af því hlýst. Mikill vatnsagi hefur tafið mjög vinnu í göngunum og því hefur þurft að fresta áætlaðri opnun þeirra. Þó hefur verið bent á það að þessi vandi nú bætist einfaldlega ofan á þá ákvörðun að ráðast í gerð þeirra, því þau væru ekki hagkvæm framkvæmd og voru alls ekki framarlega á framkvæmdaáætlun Vegagerðarinnar. Þó var ráðist í gerð þeirra á þeim forsendum að um einkaframkvæmd væri að ræða. Ekki er þó einkafjármagninu til að dreifa við fjármögnun þeirra heldur er framkvæmdaféð með ríkisábyrgð og fyrir vikið á kostnað ríkisins, sem nú hefur þurft að ljá verkefninu nokkra milljarða til viðbótar vegna þess kostnaðar sem tafir og aukin vinna vegna vatnsaga hefur valdið. Stefnir nú heildarkostnaður við gerð ganganna í 13 til 14 milljarða króna og alls ekki víst að það muni duga til.

Meiri kostnaður en ársframlag til vegagerðar

Til samanburðar er á fjárlögum þessa árs varið 12 milljörðum til bæði nýframkvæmda og viðhalds á íslenska vegakerfinu, þó svo bíleigendur á Íslandi borgi um 70 milljarða í ár í skatta og gjöld vegna reksturs bíla sinna. Ekki vantar að þar séu brýn verkefni sem nauðsynlegt þykir að ráðast í, svo sem að losna við allar einbreiðar brýr á þjóðvegi 1, tvöfalda vegina sem liggja út úr höfuðborginni og laga þá vegi sem eru að grotna undan aukinni bílaumferð um landið. Því þykir mörgum skjóta skökku við að svo miklu fé sé varið til að bora gegnum fjall sem sparar fólki 7 mínútur að komast á milli Akureyrar og Húsavíkur. Vaðlaheiðargöng voru samþykkt sem einkaframkvæmd árið 2012. Lánin voru þó með ríkisábyrgð en lög um ríkisábyrgðir voru tekin úr sambandi við ákvörðunartökuna.

Grímulaust kjördæmapot og atkvæðaveiðar

Það væri í sjálfu sér allt í lagi að ráðast í svona framkvæmd ef um raunverulega einkaframkvæmd væri að ræða. En staðreynd málsins er að vegna ríkisábyrgðarinnar mun kostnaðurinn að mestu falla á ríkissjóð. Ef það verður til þess að hægja verulega á öðrum brýnum framkvæmdum við laskað vegakerfi landsins, er málið hins vegar mun alvarlegra að vexti. Á hverju ári er varið ákveðnu fjármagni til vegagerðar á landinu á fjárlögum og því má áætla að þessi framkvæmd dragi úr öðrum vegaframkvæmdum á landinu, sem voru miklu brýnni þó. Vigdís Hauksdóttir, formaður fjárlaganefndar, benti á það hér í blaðinu í síðustu viku að þessi framkvæmd væri í raun grímulaust kjördæmapot þar sem atkvæðaveiðar í héraði voru stundaðar og menn keyptu sér með því aðgang að Alþingishúsinu. Vonandi verða seinni tíma ákvarðanir er varða vegagerð á Íslandi teknar á öðrum forsendum svo tryggja megi meira öryggi á vegum landsins og koma í veg fyrir að það grotni niður með enn auknum kostnaði.

Enn eitt verkfallið hjá Hyundai

Varla líður það ár sem verkamenn í verksmiðjum Hyundai í S-Kóreu fara ekki í verkfall í styttri eða lengri tíma. Fyrir því fengu eigendur Hyundai að finna í síðasta mánuði þegar allir verkamenn í verksmiðjum Hyundai í landinu fóru í verkfall í einu og er það í fyrsta sinn í 12 ár sem svo víðtækt verkfall er boðað. Ástæða verkfallsins er sú að samningaumleitanir um launahækkun starfsmanna hafa strandað með öllu, en þær hafa staðið yfir í allt sumar. Áður höfðu starfsmenn Hyundai boðað til tímabundinna og staðbundinna verkfalla í ýmsum verksmiðjum Hyundai af sömu ástæðu, en vinnustöðvunin nú hefur valdið 114.000 bíla tapaðri framleiðslu. Það hefur orsakað framleiðslutap upp á 259 milljarða króna sem komið er, en vinna er þó hafin aftur í verksmiðjunum. Yfir eigendum vofa þó enn fleiri vinnustöðvanir, ef ekki semst.

Gera ráð fyrir 170.000 bíla tapaðri framleiðslu

Ljóst er að uppgjör Hyundai fyrir þriðja fjórðung þess árs verður ekki kræsilegt. Áframhaldandi vinnustöðvanir gætu einnig haft veruleg áhrif á uppgjör fjórða ársfjórðungs. Á þessu ári hefur Indland tekið fram úr S-Kóreu sem fimmta stærsta bílaframleiðsluland heims og hækkandi framleiðslukostnaður í S-Kóreu gæti hæglega fært landið enn neðar á þeim lista á næstu árum, enda fer samkeppnishæfni landsins í bílaframleiðslu þverrandi með síhækkandi launum. Hyundai og Kia áætluðu að framleiða 8,13 milljónir bíla í ár, en þessi verkföll hafa fært þá spá niður í 7,96 milljón bíla. Á síðustu 29 árum hafa aðeins verið 4 ár þar sem ekki hafa verið verkföll í verksmiðjum Hyundai í S-Kóreu.

Þessi mynd náðist af nýja Volkswagen-jeppanum í Kína.

Nýi Volkswagen-jeppinn í Kína

Volkswagen hefur unnið að smíði nýs jeppa sem meiningin er að markaðssetja í Bandaríkjunum, en einnig í Kína og líklega fyrst þar. Það má merkja af því að þessi mynd náðist af jeppanum án felukläða í Kína um daginn. Í Kína fær bíllinn nafnið Teramont en þessi bíll er býsna líkur Croosblue-tilraunabílnum sem Volkswagen sýndi fyrst á bílasýningunni í Detroit árið 2013. Hann er með sömu LED-framljósin og Crossblue, en afturljósin hafa breyst úr því að vera hringlaga í teygðari ljós sem einnig eru með LED-tækni. Bíllinn er greinilega með V6-vél en merki um það er aftan á bílnum, en líklega er það sama 3,6 lítra vélin sem finna má í Passat í Bandaríkjunum. Engu að síður er líklegt að bíllinn verði einnig í boði með fjögurra strokka vél með forþjöppu og síðar meir með tengiltvinnaflrás. Bíllinn sem myndir náðust af í Kína er leðurklæddur að innan og frekar ríkulegur. Í fyrri áætlunum Volkswagen var meiningin að markaðssetja þennan jeppa í Bandaríkjunum, og verður hann þar í boði með þriðju sætaröðinni, fljótlega á næsta ári og á hann að hífa upp dræma sölu Volkswagenbíla þar í landi. Sala Volkswagenbíla í Bandaríkjunum hefur verið dræm frá uppgötvun dísilvélasvindls Volkswagen.

Frá höfuðstöðvum Volkswagen í Wolfsburg í Þýskalandi.

Hluthafar í Volkswagen vilja 1.055 milljarða í bætur

Þeir voru heldur betur ókátir hluthafarnir í Volkswagen þegar hlutabréfaverð í Volkswagen hrundi við dísilvélahneyksli fyrirtækisins síðastliðið haust. Þeir fara nú fram á myndarlegar bætur fyrir misgjörðir Volkswagen og nema kröfur þeirra 8,2 milljörðum evra, eða 1.055 milljörðum króna. Alls hafa 1.400 kærur birst Volkswagen vegna dísilvélahneykslisins og komu 750 þeirra inn á borð dómstóla í Brunswick í nágrenni höfuðstöðva Volkswagen í Wolfsburg á einum degi, þ.e. daginn sem eitt ár var liðið frá uppgötvun hneykslisins í síðasta mánuði. Sá dagur markaði þau tímamót að hann var síðasti dagurinn sem hægt var að leggja inn kærur vegna málsins. Volkswagen hefur nú þegar samþykkt að greiða 16,5 milljarða dollara kröfur frá Bandaríkjunum, eða sem nemur 1.903 milljörðum króna. Hlutabréf í Volkswagen féllu um 35% þegar upp komst um dísilvélahneykslið og það sætta hluthafar í Volkswagen sig ekki við og vilja bætur vegna þess.

GÓÐIR HJÓLBARÐAR AUKA ÖRYGGI BÍLSINS

Full ástæða er til að hvetja fólk til að huga að vetrardekkjunum þegar fyrstu frostin og snjórinn nálgast og ekki síður til að losna við langar biðraðir. Best er að bregðast við strax.

Hjólbarðar eru það eina á bílnum sem snertir veginn og því er mikilvægt að þeir séu í góðu ástandi. Sturla Pétursson, framkvæmdastjóri Gúmmívinnustofunnar, segir að góðir hjólbarðar auki öryggi bílsins til muna hvort sem það er vetur eða sumar. „Öryggi bílsins byggist á góðum hjólbörðum. Það er mikilvægt að huga reglulega að dekkjunum og skoða mynsturdýpt, loftþrýsting og almennt ástand þeirra. Nýleg reglugerð segir að mynsturdýpt dekkja verði að vera að minnsta kosti 3 millimetrar yfir veturinn, þ.e. frá 1. nóvember til 14. apríl. Yfir sumartímann á dýptin að vera lágmark 1,5 millimetrar," segir Sturla og bætir við að það sé ýmislegt sem þurfi að huga að varðandi dekkin.

Sturla Pétursson, framkvæmdastjóri Gúmmívinnustofunnar, hress að vanda.

Loftþrýstingur þarf að vera réttur

„Loft í dekkjum þarf að vera hæfilegt til að akstursteiginleikar bílsins haldist réttir. Gott er að athuga loftþrýstinginn á dekkjunum reglulega. Réttur loftþrýstingur eykur endingu dekkjanna. Það þarf að vera sami loftþrýstingur á dekkjum sama áss. Of mikið eða of lítið loft slítur dekkjunum og getur valdið hættu við akstur. Þá er mikilvægt að láta jafnvægisstilla dekkin. Svo er oft ágætt að hreinsa dekkin á veturna. Ef það hefur verið mikill snjór og hálka er ágætt að nota tjöruhreinsi til að hreinsa tjöruna sem myndast. Þeir sem eru á heilsársdekkjum ættu að láta skipta á milli framog afturdekkja með reglulegu millibili svo þeir klári ekki annað hvort parið. Framdekkin eyðast meira á framhjóladrifnum bílum og afturdekkin á afturhjóladrifnum bílum," segir Sturla.

Harðskelja- og harðkornadekk í sókn

Það er ekki síst mikilvægt að vera með dekkin á hreinu fyrir veturinn enda versnar þá færð með snjó og hálku og götur verða erfiðari yfirferðar.

„Harðskelja- og harðkornadekkin hafa verið vinsæl á undanförnum árum. Þau hafa verið að koma talsvert inn í staðinn fyrir nagladekkin sem hafa verið á undanhaldi síðustu ár. Annars eru það þeir sem keyra mikið úti á landi sem frekar velja nagladekkin enda meiri þörf á að vera á þeim þar. Nagladekkin hafa meira grip og nýtast sérlega vel á þeim stöðum þar sem er mikill snjór og lítið rutt. Þau ná að rífa meira og eru auðvitað best við ákveðnar aðstæður eins og t.d. þegar er svokallað „black ice" þegar er rigning og það frystir að kvöldi og það myndast lúmsk hálka," segir Sturla.

Dekkin alltaf að verða betri

Hann segir að það sé komið mjög gott grip í flest vetrardekkin eða heilsársdekkin, eins og má kalla þau, sérstaklega frá bestu framleiðendum. „Við leggjum mikla áherslu á að bjóða upp á gott úrval af vönduðum vetrardekkjum. Við höfum lagt áherslu á Hankook-dekkin, bæði negld og ónegld. Hankook hefur verið að koma mjög vel út í gæðaprófunum. Hankook er að koma með nýtt munstur í kornadekkin og bíðum við mjög spenntir eftir þeim. Í jeppadekkjum munum við bjóða upp á nýja línu dekkja frá Mastercraft og það er einnig mikil spenna fyrir þeim. Búið er að uppfæra öll dekkin frá Mastercraft til að bæta akstursseiginleika þeirra. Við erum einnig með dekk frá öðrum þekktum framleiðendum eins og Michelin, Goodyear og Toyo. Það eru að koma ný munstur á þriggja ára fresti og dekkin alltaf að verða betri. Þetta er bara eins og með bílana. Það koma ný módel sem eru uppfærð og betri en þau eldri," segir Sturla.

Hvellur þegar fyrsta frostið kemur

Gúmmívinnustofan er eitt elsta hjólbarðaverkstæðið á höfuðborgarsvæðinu en það var stofnað árið 1960. Þrír ættliðir hafa rekið Gúmmívinnustofuna en það er Halldór Björnsson, afi konu Sturlu, sem stofnaði fyrirtækið. Sturla er búinn að standa vaktina í 30 ár eða síðan hann var 18 ára gutti og hefur verið eigandi og framkvæmdastjóri sl. 15 ár. „Þótt við einblínum mest á hjólbarða þá erum við með rafgeyma og bremsuklossaskipti. Svo erum við að bjóða upp á fría ástandsskoðun á hjólbörðum þannig að það er um að gera fyrir fólk að nýta sér það," segir Sturla. Það koma miklir álagstímar á vorin og haustin í hjólbarðageiranum þegar veður skipast fljótt í lofti. Sturla segir að meira álag sé á haustin þegar veður versnar og jafnvel mjög skyndilega. „Það kemur hvellur þegar fyrsta frostið kemur á haustin. Þá verður allt vitlaust að gera og menn vinna hér mjög langan vinnudag í miklum hasar," segir Sturla og er tilbúinn fyrir veturinn.

BÍLAR
www.visir.is/bilar

Umsjón blaðsins
Finnur Thorlacius
finnurth@365.is

Útgáfufélag
365 miðlar ehf.
Skaftahlíð 24,
105 Reykjavík,
sími 512 5000

Auglýsingar
Atli Bergmann
atlib@365.is
Sími 512 5457

Hönnun
Silja Ástþórsdóttir
siljaa@frettabladid.is

TILBOÐSBÍLAR!
NÝIR SÝNINGARBÍLAR Á FRÁBÆRU TILBOÐI Á MEÐAN BIRGÐIR ENDAST.
EINNIG FYLGJA VEGLEGIR KAUPAUKAR VÖLDUM NÝJUM BÍLUM.
320.000 KR.
KAUPAUKI
HEILSÁRSDEKK OG
DRÁTTARBEISLI
FYLGJA NÝJUM X-TRAIL
NISSAN X-TRAIL
VERÐ FRÁ: 5.190.000 KR.
PULSAR
X-TRAIL
260.000 KR.
KAUPAUKI
VETRARDEKK OG/EÐA AUKAHLUTIR
AÐ EIGIN VALI AÐ ANDVIRÐI 260.000
KR. FYLGJA NÝJUM NISSAN PULSAR
NISSAN PULSAR
VERÐ FRÁ: 3.290.000 KR.
NISSAN DESIGN STUDIO
LEVORG
RENAULT MEGANE
Komdu og fáðu upplýsingar hjá sölumönnum
um TILBOÐSVERÐ á völdum nýjum
RENAULT MEGANE sýningar- og
reynsluakstursbílum.
SUBARU LEVORG
Komdu og fáðu upplýsingar hjá sölumönnum
um TILBOÐSVERÐ á völdum nýjum SUBARU
LEVORG sýningar- og reynsluakstursbílum.
MEGANE
ISUZU
D-MAX
DACIA DUSTER
Komdu og fáðu upplýsingar hjá sölumönnum
um TILBOÐSVERÐ á völdum nýjum
DACIA DUSTER sýningar- og
reynsluakstursbílum.
DUSTER
DACIA
280.000 KR.
KAUPAUKI
ISUZU D-MAX
Heitklæðning á pall
og dráttarbeisli.
Einnig er aukaafsláttur
af sýningarbílum.
ENNEMM / SÍA / NM77551
VERIÐ VELKOMIN Í REYNSLUAKSTUR
B|L
GE bílar, Reykjanesbæ, 420 0400 / Bílasalan Bílás, Akranesi, 431 2622 / Bílasala Akureyrar, Akureyri, 461 2533
Bílaverkstæði Austurlands, Egilsstöðum, 470 5070 / IB ehf., Selfossi, 480 8080 / BL söluumboð, Vestmannaeyjum, 481 1313 og 862 2516
BL ehf
Sævarhöfða 2 / 110 Reykjavík
525 8000 / www.bl.is

Nýr Toyota Proace á leiðinni

Ný kynslóð Toyota Proage er væntanleg til landsins á allra næstu vikum, en þessi sendi- og fjölnotabíll var kynntur fyrir blaðamönnum í Póllandi fyrir stuttu. Vinnuþjarkurinn Proage er mörgum Íslendingnum kunnur og hefur hann verið í þjónustu ófárra íslenskra fyrirtækja í gegnum tíðina. Nýr Proage verður fáanlegur í þremur lengdum og mörgum útfærslum. Hann kemur bæði sem tiltölulega hrár flutningabíll sem og mjög vel búinn fólksflutningabíll með sæti fyrir allt að 9 manns. Báðar aftari sætaraðir bílsins eru á brautum. Í lengstu útgáfu Proage má koma fyrir farangri sem er allt að 3,5 metra langur og 3 Euro-pallettum, enda lengsta gerð Proage orðin 40 cm lengri en fyrr. Lengsta gerðin ber allt að 1,4 tonna farm, 200 kg meira en fyrri kynslóð Proage.

Proace kemur nú í fjölmörgum útfærslum.

Vélar í nýjum Proage eru knúnar dísilolíu og eru 95 til 177 hestöfl. Proage er einkar lipur bíll og ljúfur í akstri þrátt fyrir stærð sína og sannaðist það í reynsluakstri hans í Póllandi, en hér mun bráðlega birtast reynsluakstursgrein um bílinn frá þeim akstri.

Mercedes Benz E-Class All Terrain er upphækkuð útfærsla af hefðbundnum E-Class bíl.

E-Class All Terrain er svar við Audi A6 Allroad

Meðal lúxusbíla hefur Audi A6 Allroad átt sviðið hingað til hvað torfæruhæfa langbaka áhrærir, ásamt reyndar Volvo XC70 Cross Country. Nú hefur Mercedes Benz teflt fram útspili í þessum flokki bíla með nýjum E-Class All Terrain.

Þar fer upphækkaður E-Class Estate með brettaköntum og hlífðarplötum að framan og aftan. Hann fæst að sjálfsögðu aðeins fjórhjóladrifinn og val er um 19 og 20 tommu felgur. Til að aðgreina All Terrain-bílinn frá hefðbundnum E-Class eru ál- og koltrefjafletir áberandi að innan og hann með því gerður grófari í útliti og hæfari í hvers kyns jask.

Annars er mikið lagt í innréttingu bílsins og fær hann sömu meðferð og Avantgarde-útgáfa E-Class. Til að byrja með mun Mercedes Benz kynna þennan bíl með 194 hestafla dísilvélina sem einnig má finna í nýrri kynslóð hefðbundins E-Class og með henni er All Terrain-bíllinn um 8 sekúndur í 100 km hraða og með 232 km hámarkshraða.

Á þriðja tug Audi Q7 e-tron seldust óséðir.

TÝNDI SONURINN FRUMSÝNDUR

Audi Q7 e-tron quattro var frumsýndur síðastliðinn laugardag í Audi-sal Heklu.

Stjarna dagsins sló í gegn enda um glæsilegan og vel útbúinn jeppa að ræða sem beðið hefur verið eftir í ofvæni. Audi Q7 e-tron er fyrsti tengiltvinnbíll heims sem státar af V6 TDI dísilvél, rafmótor og quattro fjórhjóladrifi. „Reynslan af Audi Q7 er frábær og vinsældir hans hafa án efa haft áhrif á það hversu mikil spenna skapaðist fyrir Q7 e-tron quattro áður en hann kom í sölu.

Á þriðja tug seldir óséðir

„Við byrjuðum að taka pantanir í mars og seldum hátt í þrjátíu bíla óséða. Nú þegar hafa fyrstu eintökin af Q7 e-tron quattro verið afhent ánægðum eigendum. Það leggst sérstaklega vel í fólk hversu vistvænn bíllinn er en Q7 e-tron quattro fer allt að 56 kílómetra á rafmagninu en þá tekur sparneytin dísilvélin við. Tollarnir eru afar hagstæðir á umhverfisvænum bílum um þessar mundir og því er Audi Q7 e-tron quattro á góðu verði sem hugnast viðskiptavinum vel. Það var mjög gaman að sjá hversu mikla lukku bíllinn vakti meðal gesta. Fjölmargir fengu að reynsluaka honum og það var mikil stemning í Audi-salnum,“ segir Jóhann Ingi Magnússon, sölustjóri Audi.

Með 700 Nm tog og 373 hestöfl

Audi Q7 e-tron quattro er vistvænn en kraftmikill. Hann er 373 hestöfl og er með 700 Nm í tog. Það tekur hann aðeins 6,2 sekúndur að komast í hundraðið og hann nær 230 km hámarkshraða. Hann er virkilega vel útbúinn og hefur fengið mikið lof blaðamanna og ánægðra kaupenda hvað varðar akstureiginleika, sparneytni og framúrskarandi hleðslutækni. Audi Q7 e-tron quattro kostar frá kr. 11.390.000 og er með fimm ára ábyrgð.

Borgward krækir í yfirmenn Benz og Kia

Þýsk-kínverski bílaframleiðandinn Borgward, sem ætlar sér stóra hluti á lúxusbílamarkaðnum heldur áfram að lokka til sín yfirmenn annarra þekktra bílaframleiðenda, nú síðast frá Mercedes Benz og Kia.

Bílahönnuðurinn og Belginn David Napoleon Genot er nú tekinn við hönnunardeild Borgward í Evrópu en hann starfaði hjá Kia, en áður hjá SEAT, Audi og Renault. Þjóðverjarnir og verkfræðingarnir Tilo Scweers og Florian Herbold hafa einnig stokkið á vagninn til Borgward frá Mercedes Benz og munu þeir vinna að drifrásum nýrra bíla Borgward. Þessar nýju ráðningar hjá Borgward benda til þess að fyrirtækið ætli inn á evrópskan bílamarkað.

Í apríl síðastliðnum kynnti Borgward BX7-jeppa sinn í Kína og er hann með 2,0 lítra forþjöppudrifna vél. Hann hefur nú þegar selst í 4.000 eintökum í Kína að sögn Borgward og bíða 10.000 pantanir í bílinn afgreiðslu. Borgward hefur hins vegar sagt að ef fyrirtækið hefur markaðssetningu í Evrópu verði það eingöngu með bíla með tengiltvinnaflrás eða með hreinræktaða rafmagnsbíla.

Borgward ætlar að kynna minni BX5-jeppling seinna á þessu ári.

Borgward BX7 jeppinn hefur selst í fjögur þúsund eintökum í Kína og 10.000 pantanir bíða afgreiðslu.

VITARA

Suzuki Vitara er einstaklega sparneytinn, fjórhjóladrifinn sportjeppi með frábæra akstursseiginleika.
Suzuki Vitara er með rúmbetri jeppum í sínum stærðarflokki og er hlaðinn tæknibúnaði.
Sjón er sögu ríkari, komdu og reynsluaktu, þú verður ekki fyrir vonbrigðum.

ALLGRIP

4WD All-grip tryggir öryggi í akstri og gott veggrip við erfiðar aðstæður. Þú kemst alla leið!

Fáðu nánari upplýsingar á suzuki.is

KOMDU OG PRÓFAÐU HANN!

SUZUKI

Suzuki bílar hf. | Skeifunni 17 | Sími 568 5100

MICKEY THOMPSON
jeppadekkin hafa sannað sig á Íslandi
M/T merkið er þekkt um allan heim sem hágæða jeppadekk og felgur.
Stærðir 32" - 54"

Icetrack ehf. Sími 773 4334
netfang: mtdekk@mtdekk.is / www.mtdekk.is

Skoda Octavia VRS.

EINN SEM TIKKAR Í ÖLL BOXIN

Skoda Octavia VRS er bíll sem sameinar svo margt, hann er sportbíll og í senn rúmgóður fjölskyldubíll sem rúmar ógn og býsn af farangri, en umfram allt mjög skemmtilegur akstursbíll.

SKODA OCTAVIA VRS
Finnur Thorlacius reynsluekur

Skoda Octavia hefur á undanförnum árum verið ein söluhæsta einstaka bílgerð hér á landi og var sú mest selda til að mynda í fyrra. Skoda Octavia er til í allmörgum útfærslum, sem langbakur og sedan-bíll, með bensínvélum, dísilvélum og bíll sem brennir metani og bensíni, sem upphækkuð Scout-útfærsla og í sportlegum kraftaútgáfum með stafina VRS. Sá nýjasti í þeirri flóru er knúinn öflugri dísilvél og er kominn í sölu hjá Heklu. Þessi útgáfa Octavia er allrar athygli verð, ekki síst fyrir samsetningu mikils afls en í leiðinni litla eyðslu. VRS-útgáfur Octavia eru bæði lægri á vegi og meira fyrir augað en grunngerðirnar, en engu að síður er útlit bílsins fremur lágstemmt. Margar aðrar kraftaútgáfur vinsælla fólksbíla skera sig meira frá grunngerðunum og eru með grimmara og sportlegra útliti en þessi bíll. Það er þó eitt af því sem er sjarmerandi við þennan bíl, hann er ekki að þykjast vera eitthvað sem hann er ekki, öllu heldur er hann úlfur í sauðargæru og það leiðist fæstum bílaáhugamönnum.

Mikið afl, lítil eyðsla og fullt af plássi

Það er nefnilega alls ekki slæmt að fá í einum bíl 5 manna fjölskyldubíl með 590 lítra flutningsrými sem er innan við 8 sekúndur í hundraðið og eyðir samt aðeins 4,7 lítrum á hverja 100 ekna kílómetra. Þannig er Skoda Octavia VRS með 2,0 lítra dísilvél, en hún skilar 184 hestöflum gegnum frá-

Gríðarmikið skottpláss.

Skoda Octavia VRS er úlfur í sauðargæru.

ALLTAF
VIÐ HÖNDINA

Þú getur alltaf nálgast Fréttablaðið á þægilegan og fljótlegan hátt. Blaðið er einnig aðgengilegt í heild sinni á Vísi og í Fréttablaðs-appinu fyrir snjallsíma og spjaldtölvur.

FRÉTTABLAÐIÐ
... allt sem þú þarft

Þú færð appið á visir.is/fbl eða beint í gegnum
App Store | Google Play | Microsoft

SKODA OCTAVIA VRS

2,0 L DÍSILVÉL, 184 HESTÖFL
Framhjóladrif eða fjórhjóladrif

Eyðsla 4,7 l/100 km í blönduðum akstri

Mengun 117 g/km CO_2
Hröðun 7,6 sek.
Hámarkshraði 226 km/klst.
Verð frá 4.990.000 kr.
Umboð Hekla

- Hófstillt útlit
- Dökk innrétting

- Rými
- Aksturseiginleikar
- Verð

Lagleg en mjög dökk innrétting.

Flottir mælar í Skoda Octavia VRS.

bæra 7 gíra DSG-sjálfskiptingu. Hann má einnig fá fjórhjóladrifinn og að sjálfsögðu í sedan-útfærslu líka og einnig beinskiptan ef spara skal aurinn. Reynsluakstursbíllinn var sjálfskiptur og fjórhjóladrifinn langbakur og þannig búinn kostar hann 5.990.000 kr. en í sinni ódýrustu mynd, þ.e. sem sedanbíll með framhjóladrifi og beinskiptur kostar hann 4.990.000 kr. Það er lægra verð en á 220 hestafla bensínbílnum, sem kostar frá 5.290.000 kr. Rétt er þó að taka fram að Octavia VRS með bensínvélinni er nokkru snarpari og fer sprettinn í 100 á 6,8 sekúndum. Víða erlendis er dísilbíllinn dýrari, en sökum mengunartengdra vörugjalda hérlendis er dísilútgáfan ódýrari hér.

Talsvert stífari fjöðrun

Sportlegu VRS-útgáfurnar af Octavia eru með stífari fjöðrun en grunngerðirnar og það finnst strax við akstur sem er öllu harðari en maður á að venjast við akstur hefðbundins Octavia. Enda er í undirvagni hans sams konar fjöðrunarkerfi og er undir Volkswagen Golf GTI og ekki leiðum að líkjast þar. Fyrir vikið er bíllinn samt mun hæfari til hressilegs aksturs og heilmikið ökutæki sem gaman er að leika sér að. Hann svínliggur á vegi og beinlínis vill láta aka sér hratt og fimlega fer hann með það. Hér er því kominn bíll sem bæði skemmtir ökumanni en er í leiðinni fær um að taka alla fjölskylduna með og heilmikið af farangri. Ekki skemmir fyrir að í bílnum eru sportsæti sem halda vel utan um ökumann og falleg eru þau að auki. Sem aukabúnað má fá í bílinn stillanlega fjöðrun og mýkja hana ef aksturinn á að vera þægilegur. En freistandi er þó æði oft að læða puttunum í Sport-stillinguna.

Bíll sem sameinar svo margt gott

Að innan er Skoda Octavia VRS í fæstu frábrugðinn grunngerð Octavia en fremur látlaus innrétting hans er þó afar stílhrein og skilvirk. Skoda mætti þó nota aðeins bjartari liti í mælaborð hans og bíllinn er fyrir vikið dálítið dökkur að innan en í reynsluakstursbílnum voru svört leðursæti að auki, reyndar hrikalega flott, en innréttingin öll svört. Sumum finnst það flott en ég kýs bjartari liti sem lífga upp á. Sem fyrr í Skoda virðist allt afar vel smíðað og ekki vantar sniðugar lausnir í innréttingu hans og nóg af hólfum og plássi fyrir drykkjarföng. Skoda Octavia VRS er bíll sem sameinar svo margt á afar viðráðanlegu verði. Hann er í senn sportbíll, stór fjölskyldubíll, bíll sem þekktur er fyrir góða endingu, litla bilanatíðni, góður í endursölu og fékk að auki 5 stjörnur í öryggisprófunum NCAP. Fyrir vikið er óhætt að mæla með þessum fjölhæfa bíl.

SUZUKI NOTAÐIR BÍLAR

SUZUKI Grand Vitara Premium. Skr. 05.2012, ekinn 66 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur.
Verð 3.490.000.
Rnr.100459.

SUZUKI Kizashi AWD. Skr. 01.2013, ekinn 26 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur, leður, sóllúga o.fl.
Verð 3.750.000.
Rnr.100670.

VW Up! Move. Skr. 10.2014, ekinn 18 Þ.KM, bensín, 5 gírar.
Verð 1.690.000.
Rnr.101351.

TOYOTA Yaris Sol. Skr. 06.2012, ekinn 56 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur, glerþak.
Verð 1.950.000.
Rnr.101400.

SUZUKI SX4 GLX. Skr. 05.2012, ekinn 92 Þ.KM, bensín, 5 gírar.
Verð 2.280.000.
Rnr.101216.

SUZUKI Swift GL 4x4. Skr. 06.2015, ekinn 41 Þ.KM, bensín, 5 gírar.
Verð 2.390.000.
Rnr.101377.

SUZUKI Grand Vitara Luxury. Skr. 07.2010, ekinn 113 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur, leður, sóllúga.
Verð 2.690.000.
Rnr.100370.

HONDA Jazz Elegance. Skr. 05.2014, ekinn 46 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur.
Verð 2.480.000.
Rnr.101389.

HONDA Accord Lifestyle. Skr. 07.2013, ekinn 47 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur.
Verð 3.350.000.
Rnr.101283.

SUZUKI

Komdu og skoðaðu úrvalið

Suzuki bílar hf • Skeifan 17 • 108 Reykjavík • Sími 568 5100 • www.suzuki.is

MG 3 er eini bíll MG sem framleiddur hefur verið í Bretlandi.

Framleiðsla MG flutt frá Bretlandi til Kína

Breski bílaframleiðandinn MG er í eigu kínverska fyrirtækisins SAIC Motor og þar á bæ hefur verið ákveðið að flytja framleiðslu þess eina bíls sem MG framleiðir í Bretlandi, MG3, til Kína. MG3 hefur hingað til verið framleiddur í Longbridge á Mið-Englandi og munu a.m.k. 25 starfsmenn MG þar missa vinnu sína vegna þessarar ákvörðunar. Framleiðslunni á MG3 verður hætt í Longbridge í lok þessa árs. Ástæða flutningsins er lægri framleiðslukostnaður í Kína og með honum er hægt að selja bílinn á lægra og samkeppnishæfara verði. SAIC Motor keypti MG árið 2007 af Nanjing Automobile, sem hafði keypt MG Rover árið 2005.

Bretar búnir að missa flest sín bílamerki

Framleiðsla MG bíla, sem hafði legið niðri í nokkurn tíma, var aftur hafin árið 2011 með framleiðslu millistærðarbílsins MG6, en framleiðsla á MG3 hófst svo árið 2014. Framleiðsla MG3-bílsins í Longbridge var þó eingöngu fólgin í því að setja vélar og skiptingar í bílana, sem og fjöðrunarbúnað og aðalljós. Að öðru leyti var bíllinn settur saman annars staðar. MG3 er fremur smár bíll með 106 hestafla og 1,5 lítra vél og hann kostar aðeins frá 8.214 pundum í Bretlandi og telst því með ódýrustu bílum. Hann á helst í samkeppni við bíla eins og Ford Fiesta og Kia Rio í Bretlandi. Það á ekki af breskum bílaiðnaði að ganga, en fæst fornfræg merki þessa kunna bílaframleiðslulands eru í eigu Breta. Til dæmis er Jaguar Land Rover í eigu hins indverska Tata, Bentley í eigu Volkswagen og Rolls Royce í eigu BMW.

NÝIR MERCEDES-BENZ V-CLASS LÚXUSBÍLAR Í ÞJÓNUSTU SERVIO

„Það er mikil eftirspurn eftir lúxusbílum frá viðskiptavinum okkar sem vilja sérlega þægilegan ferðamáta á ferðum sínum um Ísland. Við svörum því með þessum bílum.“

Ferðaþjónustufyrirtækið Servio hefur fengið tvær stórglæsilegar Mercedes-Benz bifreiðar afhentar sem eru sérhannaðar fyrir lúxusakstursþjónustu. Um er að ræða mjög vel útbúnar V-Class bifreiðar með miklum þægindum og lúxus. „Við erum afar ánægðir að fá þessa tvo Mercedes-Benz bíla til viðbótar í þjónustuna okkar. Við höfum verið með V-Class bifreiðar í þjónustu okkar síðan í ársbyrjun 2015 og þeir hafa reynst okkur frábærlega. Bílarnir eru hlaðnir öllum helstu þægindum og lúxus eins og Mercedes-Benz er þekkt fyrir.

Ekki dónalegt innanrými í Mercedes-Benz V-Class bílunum.

Mikil eftirspurn eftir lúxusbílaþjónustu

Það er mikil eftirspurn eftir lúxusbílum frá viðskiptavinum okkar sem vilja sérlega þægilegan ferðamáta á ferðum sínum um Ísland. Við erum að bjóða upp á sérhæfða akstursþjónustu fyrir kröfuharða viðskiptavini og því mikilvægt að bílarnir og öll okkar þjónusta sé í hæsta gæðaflokki,“ segir Haukur Bent Sigmarsson, framkvæmdastjóri Servio. Mercedes-Benz V-Class bílarnir eru búnir öllum helsta lúxusbúnaði. Boðið er m.a. upp á wi-fi, þráðlaust net, um borð í bílunum. Bílaumboðið Askja, sem er umboðsaðili Mercedes-Benz á Íslandi, flytur bílana til landsins. „Við státum af því að vera með stærsta Mercedes-Benz lúxusbílaflota landsins. Það er allt frá E-Class, S-Class, V-Class og til sérútbúinna stórra Sprinter bíla.“

FIAT PANDA
SHOPPING
VERÐ FRÁ 2.250.000 kr.

FIAT PANDA 4X4
TREKKING
VERÐ 3.150.000 kr.

FIAT PANDA CROSS
OFF ROADING
VERÐ 3.490.000 kr.

5 ÁRA VERKSMIÐJUÁBYRGÐ FYLGIR NÝJUM FIAT

panda

ÍTALIRNIR ERU KOMNIR TIL ÍSLANDS!

Þeir færa okkur meiri skemmtun, meira líf og rúm til að þróast. Veldu þinn uppáhalds Fiat Panda og komdu í prufuakstur hjá Ís-Band – umboðsaðila Fiat á Íslandi.

FIAT

fiatisland.is

ÍSBAND
ÍSLENSK-BANDARÍSKA EHF. BÍLAUMBOÐ

ÍSLENSK-BANDARÍSKA EHF UMBOÐSAÐILI FIAT Á ÍSLANDI
SÍMI: 534 4433 · WWW.ISBAND.IS

TOYOTA AURIS 1,2 TURBO

1,2 L BENSÍNVÉL, 116 HESTÖFL Framhjóladrif

Eyðsla 4,6 l/100 km í blönduðum akstri

Mengun 106 g/km CO_2
Hröðun 10,1 sek.
Hámarkshraði 200 km/klst.
Verð 3.590.000 kr.
Umboð Toyota á Íslandi

KEMUR Á ÓVART

Rockford-Fosgate hljóðkerfi 650 vött – öflugt og hljómgott

Aftursæti á brautum og góð þriðja sætaröð

- Aksturseiginleikar
- Fótabil í aftursæti
- Verð

- Ný og skemmtileg vél
- Gott skottrými
- Alkunn ending

Toyota Auris 1,2 Turbo.

FLOTTARI AURIS OG NÝ VÉL

Auris hefur fengið andlitslyftingu með skemmtilegri 1,2 lítra vél með forþjöppu og bættir aksturseiginleikar hans gera hann að enn eigulegri bíl. Hefur fríkkað mjög við breytingarnar.

TOYOTA AURIS 1,2 TURBO

Finnur Thorlacius Reynsluakstur –

Söluhæsta bíltegund á Íslandi er og hefur lengi verið Toyota og einn vinsælasti bíll Toyota er Auris, sem telst til þriðja minnsta fólksbíls Toyota, á eftir Aygo og Yaris. Toyota Auris má nú fá með nýrri vél, sem eins og hjá mörgum öðrum bílaframleiðandanum er minni en í boði hefur verið áður, þ.e. 1,2 lítra, en með aðstoð frá forþjöppu. Þar fer ferlega skemmtileg og furðu öflug vél miðað við lítið sprengirými og ég er ekki frá því að með henni sé komin skemmtilegasta útfærsla Auris. Vélin er 116 hestöfl, mengar eingöngu 106 g/km af CO_2 og með uppgefna eyðslu upp á 4,6 lítra. Í reynsluakstrinum náðist reyndar ekki sú tala, enda oft frísklega ekið, en Aurisinn lá á milli 6 og 7 lítra eyðslu allan tímann, hvort sem farið var um borgina eða í utanbæjarakstri. Þessi nýja vél í Auris er kærkomin viðbót í fjölbreytta útgáfuflóru Auris. Víða erlendis selst Auris langmest í Hybrid-útfærslu, t.d. að 75% hluta í Bretlandi, og eru kaupendur þar að leita að lítilli eyðslu. Hún næst nú einnig með þessari vél án þyngdar þeirra rafhlaða og rafmótora sem eru í Hybrid-bílnum.

Laglegri, en á marga fríða samkeppnisbíla

Núverandi kynslóð Auris er frá árinu 2012, en hann hefur þó fengið velkomna andlitslyftingu og er allur hinn laglegasti fyrir bragðið. Þar er hann lítill eftirbátur margra keppinauta sinna í sama flokki, þ.e. C-stærðarflokki. Þar er að finna bíla eins og Volkswagen Golf, Ford Focus, Opel Astra, Peugeot 308, Mazda3, Honda Civic og Nissan Pulsar svo einhverjir séu nefndir. Það er því ljóst á þessari upptalningu að Toyota Auris á í ansi harðri samkeppni við söluháa bíla, ekki síst í Evrópu. Með ágætri andlitslyftingu og þessari nýju vél stenst hann samkeppnina, en er þó eftirbátur margra þeirra er kemur að aksturseiginleikum. Auris vinnur það þó upp með alkunnri lágri bilanatíðni vegna vandaðrar smíðar og hárri endursölu allra Toyota-bíla.

Miklu betri akstursbíll

Jákvæðar breytingar hafa orðið á aksturseiginleikum Auris engu að síður og tiltölulega líflaus stýring eldri gerðarinnar er horfin og mun meira næmi tekið við. Fjöðrunin hefur einnig batnað en þó gætir meiri hliðarhalla í beygjum en hjá mörgum samkeppnisbílum hans. Það verður þó sagt að Auris er kominn miklu nær bestu akstursbílunum í þessum harða flokki en hann var áður. Fyrir vikið var reynsluakstur bílsins ánægjulegur og ágætt afl nýju vélarinnar skemmdi alls ekki fyrir. Reynsluakstursbíllinn var með sjálfskiptingu, en einnig má fá bílinn með beinskiptingu, en hann kostar 280.000 kr. minna. Með beinskiptingunni þurfa eigendur þó að sætta sig við bæði meiri eyðslu og meiri mengun bílsins. Er þetta ágætt dæmi um að sjálfskiptingar nútímans eru orðnar svo góðar að ógerningur er að haga skiptingu í beinskiptum bílum þannig að þeir eyði minna en með sjálfskiptingu.

Traustur bíll sem sjaldan dvelur á verkstæðunum

Toyota hefur breytt ansi mörgu með þessari andlitslyftingu Auris, þar á meðal í innréttingu hans og er hún laglegri fyrir vikið. Þó verður ekki sagt að hann setji ný viðmið í þessum flokki. Enn má segja að efnisnotkun sé fremur hrá og ódýr, en það á svo sem við margan keppinautinn, enda ekki bílar í lúxusflokki. Framsætin eru fín og sætisstaða góð, en fótabil að aftan gæti verið meira. Fyrir vikið er þó farangursrými mjög gott og stærra en í flestum keppinautum hans, eða 360 lítrar. Í bílnum er nú tvívirk tölvustýrð miðstöð og nýr og afar velkominn 7 tommu upplýsingaskjár. Allir tengimöguleikar eru til staðar og bíllinn er í heild ágætlega búinn. Með honum er enn og aftur kominn afar áreiðanlegur bíll frá Toyota sem ekki mun dvelja mikið á bifreiðaverkstæðum landsins. Með nýju 1,2 lítra Turbo-vélinni fæst hann frá 3.590.000 krónum. Ford Focus kostar frá 3.350.000 kr. með 125 hestafla bensínvél og Volkswagen Golf kostar frá 3.340.000 kr., einnig með 125 hestafla bensínvél. Mazda3 kostar 3.090.000 með 100 hestafla bensínvél.

Gott aðgengi að skottrými og mikið pláss.

ÍSBAND
ÍSLENSK-BANDARÍSKA EHF. BÍLAUMBOÐ

ÍSLENSK-BANDARÍSKA EHF UMBOÐSAÐILI JEEP® Á ÍSLANDI
SÍMI: 534 4433 · WWW.ISBAND.IS

Ford Raptor eykur aflið.

Ford Raptor 450 hestöfl og með 691 Nm tog

Kraftaútgáfa Ford F-150 heitir Raptor og hefur verið framleiddur frá árinu 2009. Hann hefur hingað til verið í boði með 5,4 eða 6,2 lítra V8 vélum, 310 og 411 hestöfl. Nýjasta gerð Raptor verður hins vegar með miklu minni en samt mun öflugri vél. Það er 3,5 lítra V6 EcoBoost vél sem tengist 10 gíra sjálfskiptingu, en eldri gerð bílsins var með ansi úrelta 6 gíra sjálfskiptingu. Nýja vélin togar 691 Nm, er 450 hestöfl sem dugar til að draga allt að 3.628 kg farm. Þessi nýja gerð Ford F-150 Raptor var fyrst kynnt á bílasýningunni í Detroit í fyrra, en nú er bíllinn fyrst að koma á markað. Ford F-150 Raptor af eldri gerðinni kostaði um 42.000 dollara en Ford hefur ekki gefið upp verð nýja bílsins.

Hatrömm barátta Benz og BMW.

Benz eykur enn forskotið á BMW

Allar líkur eru til þess að Mercedes-Benz verði stærsti lúxusbílasali heims í ár og hrifsi þann titil af BMW sem haldið hefur honum í mörg ár. Sala Benz jókst um 12% í ágúst en sala BMW um 5%. Benz seldi 156.246 bíla í mánuðinum en BMW 142.554. Við það jókst munurinn milli fyrirtækjanna úr 30.442 bílum í 44.124. Benz hefur alls selt 1,32 milljón bíla í ár en BMW 1,28 milljón. Audi hefur selt 1,23 milljón bíla og vöxturinn þar á bæ var aðeins 2,9% í ágúst og 132.350 seldir bílar. Mercedes Benz naut gríðarmikillar sölu nýs E-Class bíls í ágúst, sem og góðrar sölu í GLA- og GLC-bílunum og 25% vaxtar í sölu í Kína. Sala jeppa og jepplinga Benz jókst um 40% á milli ára í ágúst. Mikil eftirspurn er reyndar líka eftir BMW X3 jepplingnum og jókst sala hans um 30% í ágúst og um 9,9% og 11% í X4- og X5-bílunum.

Peugeot kynnir nýjan Dakar-keppnisbíl

Peugeot ætlar greinilega að leggja allt í sölurnar til að verja sigur sinn í Dakar-þolakstrinum í ár. Það verður gert með nýjum bíl sem byggður er á nýjum Peugeot 3008 bíl sem kynntur verður á bílasýningunni í París í þessum mánuði, ásamt þessum keppnisbíl. Sigurbíllinn frá Peugeot í ár var hins vegar byggður á 2008 bílnum og honum var ekið af Stephane Peterhansel. Nýja bílnum verður hins vegar fyrst ekið af Carlos Sainz í rallaksturskeppni í Marokkó seinna í þessum mánuði. Miklar breytingar hafa orðið á keppnisbíl Peugeot og þeir agnúar sniðnir af gamla bílnum sem fyrirfundust í síðustu Dakar-keppni. Bíllinn veður áfram með V6 dísilvél með tveimur forþjöppum, en þó af minni gerð, í takt við nýjar reglur í Dakar-keppninni. Það verður ekki annað sagt en að þessi nýi keppnisbíll Peugeot sé kraftalegur og flottur og vænlegur til árangurs í Dakar-keppninni í janúar næstkomandi.

Fjölbreyttar leiðir í bílafjármögnun

Landsbankinn býður góð kjör, fjölbreyttar leiðir og allt að 80% fjármögnun við kaup á nýjum og notuðum bílum. Kynntu þér allt um bílalán á landsbankinn.is/bilalan.

Lánshlutfall allt að 80%
Allt að 7 ára lánstími
Betri kjör fyrir viðskiptavini

Landsbankinn
landsbankinn.is
410 4000

VEGNA MIKILLAR EFTIRSPURNAR
FRAMLENGJUM VIÐ
„ALLT INNIFALIÐ“ TILBOÐIÐ Á ÖLLUM LEGSTEINUM.
nr. 116-5
188.100 KR.
FULLT VERÐ: 306.700 KR.
Einn spörfugl fylgir
nr. 2042
149.000 KR.
FULLT VERÐ: 276.600 KR.
nr. 2046
270.220 KR.
FULLT VERÐ: 408.900 KR.
nr. 2006
265.420 KR.
FULLT VERÐ: 402.900 KR.
nr. 104
329.420 KR.
FULLT VERÐ: 482.900 KR.
nr. 113
297.420 KR.
FULLT VERÐ: 442.900 KR.
nr. 2021
304.620 KR.
FULLT VERÐ: 451.900 KR.
nr. GS1002
539.900 KR.
FULLT VERÐ: 746.000 KR.
nr. 118
313.420 KR.
FULLT VERÐ: 462.90 0 KR.
Charlie
1999 -2014
Loving you to the stars and back
Meow Meow
Best Friend
Bitsy
July 2000 - May 2010
STÆRÐ
H. 27 CM.
BR. 30 CM.
GÆLUDÝRASTEINAR
VERÐ KR. 79.900,-
INNIFALIN ÁLETRUN.
ÖLL OKKAR VERÐ MIÐAST VIÐ
FULLBÚINN STEIN MEÐ UPPSETNINGU
ATH. 35.000 KR. AKSTURSGJALD BÆTIST VIÐ VERÐIÐ.
ÞARF AÐ ENDURNÝJA
LETRIÐ Á STEININUM?
GRANÍTHÖLLIN TEKUR AÐ SÉR AÐ HREINSA OG ENDURMÁLA LETUR Á LEGSTEINUM. EINNIG TÖKUM VIÐ AÐ OKKUR AÐ RÉTTA AF LEGSTEINA SEM ERU FARNIR AÐ HALLA.
FYRIR
EFTIR
*Frí uppsetning miðast við uppsetningu á höfuðborgarsvæðinu.
Með fyrirvara um prentvillur og uppseldar vörur.
BÆJARHRAUNI 26,
HAFNARFIRÐI
Graníthöllin
Legsteinar
SÍMI 555 3888
GRANITHOLLIN.IS

Kartöflur, pasta og hrísgrjón er það meðlæti sem flestir borða með velflestum mat. Hefur þér dottið í hug að prófa eitthvað annað sem er jafnvel hollara og bragðmeira?

BRAGÐGÓÐIR STAÐGENGLAR

Kartöflur, pasta og hrísgrjón er algengt meðlæti með kjöt- og fiskréttum. Það á það sameiginlegt að gefa góða fyllingu og sýgur vel í sig sósu og annað viðbit. Það er hins vegar kolvetnaríkt og hækkar blóðsykurinn nokkuð snögglega. Þeir sem aðhyllast lágkolvetnafæði reyna því að sneiða hjá því og finna annað í staðinn.

KÚRBÍTSPASTA

Það kemur mörgum á óvart hvað kúrbítspasta erí raun veru gott.

Í stað spagettís má rífa kúrbít í strimla. Skemmtilegast er að gera það með þar til gerðu járni eða mandólíni sem sker kúrbítinn í langar og mjóar ræmur. Hellið góðri ólífuolíu og sítrónusafa yfir og bragðbætið með flögusalti. Berið fram eins og spagettí. Kúrbíturinn er bragðlítill en sýgur kjöt- og pastasósu vel í sig. Þeir sem þora að prófa fara jafnvel að taka hann fram yfir pasta.

HVÍTKÁL SEM HRÍSGRJÓN

Í stað hrísgrjóna má rífa hvítkál smátt í matvinnsluvél. Færið í pott og bætið örlitlu vatni við. Það á ekki að fljóta yfir. Bara rétt botnfylli. Sjóðið vatnið niður og saltið eftir smekk. Gætið þess að hræra reglulega í pottinum. Berið fram eins og hrísgrjón. Hvítkálið sýgur hvers kyns sósu vel í sig og það er ljómandi gott að hella henni yfir alveg eins og ef um hefðbundin hrísgrjón væri að ræða.

Rifið hvítkál getur vel komið í staðinn fyrir hrísgrjón.

EKKI MEIRI KARTÖFLUR

Gulrætur og nípur hafa lægri sykurstuðul en kartöflur.

Það getur margt komið í staðinn fyrir kartöflur. Prófið til dæmis að skera gulrætur og nípu eða steinseljurót í strimla og velta upp úr olíu, salti, timían, hunangi, hvítlauk og smátt söxuðu chilli og baka í ofni eða steikja á pönnu.

BÍLAR & FARARTÆKI

bilauppbod.is

PARFTU AÐ KAUPA EÐA SELJA BÍL?
Bilauppbod.is er uppboðsvefur þar sem þú getur keypt eða selt bíl á einfaldan og hagkvæman hátt. Kynntu þér málið. www.bilauppbod.is Sími 522-4610.

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

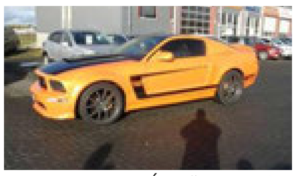
567 2277 NÝJA WWW.NYJA.IS
BÍLAHÖLLIN
BÍLAKJARNINN VIÐ BREIÐHÖFÐA 110 REYKJAVÍK

CHEVROLET Silverado 3500 hd high country. Árgerð 2016, N'YR.KM, dísel, sjálfskiptur 6 gírar.Lækað Verð án vsk 8.855.000. Rnr.115365.

HYUNDAI I30 classic ii. Árgerð 2012, ekinn 94 Þ.KM, dísel, 6 gírar. Verð 1.990.000. Rnr.211770.

TOYOTA Land cruiser 120 vx. Árgerð 2008, ekinn 122 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur 5 gírar.Lækkað Verð 4.790.000.Eigum líla L/C 120 VX 2007 árg Rnr.115402.

SUZUKI Swift gl. Árgerð 2013, ekinn 87 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur 4 gírar. Verð 1.630.000.Eigum líka 2014 árg Rnr.211762.



FORD Mustang gt. Árgerð 2005, ekinn 87 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur. Verð 3.890.000.1 sá flottasti á götunni umboðsbíll Rnr.115433.

KIA Ceed ex 1.6 new 2012. Árgerð 2012, ekinn 68 Þ.KM, dísel, 6 gírar. Verð 2.390.000.1 eigandi ekki bílaleigubíll Rnr.115438.

LAND ROVER Discovery sport. Árgerð 2016, ekinn 32 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur 9 gírar. Verð 6.680.000.Umboðsbíll Rnr.211767.

Nýja bílahöllin
Eirhöfða 11, 110 Rvk.
Sími: 567 2277
www.nyja.is

Bílar til sölu

Til sölu Renault Kangoo árg 05 ek 115 þús 1,6 vél ný tímareim ný skoðaður vetrardekk toppbíll verð 680 þús gsm 8927852.

Til sölu CITROËN BERLINGO. Diesel, árg 2007. Nýskoðaður. Verð 380þús +vsk. Uppl. í síma 6622882.

Ford Focus árg. '99 ek. 200þ. Fæst á 70þ. Parfnast viðgerðar. S. 899 2060

500-999 þús.

SJÁLFSKIPTUR LÍTIÐ KEYRÐUR
VW GOLF COMFORTLINE árg 05 ek.125 þús, sjálfskiptur, sk17, búið að skipta um tímareim, einn eigandi, ásett verð 990 þús TILBOÐ 850 þús möguleiki á 100% láni S.841 895

SJÁLFSKIPTUR 4X4 7 MANNA
MMC MONTERO/PAJERO LIMITIÐ árg 2002 ek 113 þús m. 7 manna, ssk, krókur,sk.17 leður lúga ofl. glæsilegur jeppi, verð 890 þús MÖGULEIKI Á 100% LÁNI skoða að taka ódyrari uppí s.841 8955

TILBOÐ 690 ÞÚS - 100% LÁN Í BOÐI
OPEL ASTRA ENJOY árg 2005 ek 136 þús, beinskiptur, sk.17 , álfelgur . ásett verð 890 þ tilboð 690 þús möguleiki á 100% láni Í 36 mán, s.841 8955

Bílar óskast

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

Hjólbarðar

VAKA

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

PJÓNUSTA

Bókhald

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

Málarar

REGNBOGALITIR
Alhliða málningarþjónusta.Getum bætt við okkur verkefnum innanhúss. Vönduð vinna góð umgengni. malarar@simnet.is og s 891 9890

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

Búslóðaflutningar

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

Húsaviðhald

Spádómar

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

Rafvirkjun

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

Snorri Hermannsson hefur opnað Dekkjaþjónustuna í Auðbrekku 2, Kópavogi

Hjólbarðaþjónusta

Ný og notuð dekk
Umboðssala fyrir dekk og felgur

Tökum notuð dekk upp í ný dekk
- Pólyhúðun á felgum - Dekkjahótel
Tökum einnig að okkur smáviðgerðir, smurningu og ýmsa bílaþjónustu

Áratuga reynsla og persónuleg þjónusta

DEKKJAÞJÓNUSTAN
Auðbrekku 2, Kópavogi

S: 557 6644 / 823 6644 - Verið velkomin - þú finnur okkur líka á facebook.

KEYPT & SELT

Til sölu

mýranaut

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

Óskast keypt

STAÐGREIÐUM OG LÁNUM ÚT Á: GULL, DEMANTA, VÖNDUÐ ÚR OG MÁLVERK!
Hringar, hálsmen, armbönd, Rolex, Cartier, Patek Philippe o.fl. Hringdu núna og fáðu tilboð þér að kostnaðarlausu!

www.kaupumgull.is
Opið mán - fös 11-16, Kringlan - 3. hæð (Hagkaupsmegin)

Upplýsingar í síma 782 8800

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

s. 552-4910.

HEILSA

Nudd

TANTRA NUDD
Ekta vígsla í leyndardóma Tantra með Tantra nuddi. Einstæð upplifun fyrir pör, konur og karla. S. 698 8301 www.tantratemple.is

Heilsu og slökunarnudd. Nuddstofan, opið frá 09-19 og á laugardögum. S. 789 5452 og 555 0939

HÚSNÆÐI

Húsnæði í boði

TIL LEIGU Á NÝBÝLAVEGI
150 fm verslunar og lager húsnæði

430 fm atvinnuhúsnæði

285 fm Kistumelur 14

Hafsteinn 690 3031

TIL LEIGU NÝLEGT 285 - 1.000 FM ATVINNUHÚSNÆÐI Í REYKJAVÍK
285 fm bil með allt að 9 m lofthæð, stórar innkeyrsludyr, góð malbikuð lóð, og greið aðkoma.
Nánari upplýsingar veitir Sverrir í s. 661 7000

Til leigu 200 fm penthouseíbúð með 170 fm þaksvölum. Nánari uppl. í s. 893 8323

Geymsluhúsnæði

WWW.GEYMSLAEITT.IS
FYRSTI MÁNUÐUR FRÍR!

á minna en 7 m2. Ódýrt eftir það. S: 564-6500

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

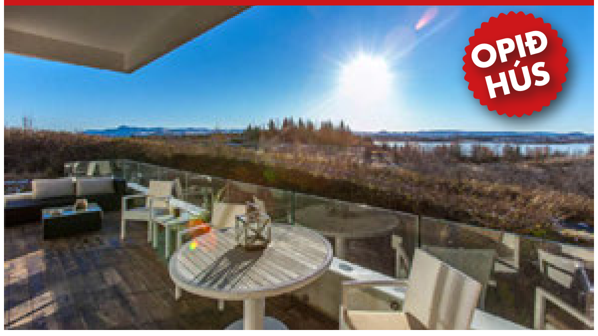
Leifsgata 9. 4ra herbergja íbúð.
Eignin verður til sýnis í dag frá kl. 17.15 – 17.45

Vel skipulögð 90,3 fm. íbúð á 3. hæð með svölum til suðausturs og 12,3 fm. sér geymslu í kjallara. Samliggjandi skiptanlegar stofur. Tvö herbergi. Húsið að utan er nýlega viðgert og gler og gluggar er að mestu leiti nýlegt. **Frábær staðsetning í göngufæri við miðborgina. Verð 39,0 millj. Verið velkomin.**

Safamýri 27. 4ra herbergja íbúð.
Eignin verður til sýnis í dag frá kl. 17.15 – 17.45

Falleg og mjög lítið niðurgrafin 109,8 fm. íbúð á jarðhæð með sérinngangi á þessum eftirsótta stað. Íbúðin skiptist í rúmgott ho, rúmgóð stofu/borðstofu, endurnýjað eldhús og tvö góð herbergi. Sér geymsla í kjallara. **Verð 39,9 millj. Verið velkomin.**

Búðavað 1. Parhús með stórfenglegu útsýni.
Eignin verður til sýnis í dag frá kl. 17.15 – 17.45



Virkilega fallegt og vandað 246 fm. parhús á tveimur hæðum með aukaíbúð á jarðhæð. Að innan er eignin virkilega vönduð með sérsmíðuðum innréttingum, gólfhita, mikilli lofthæð og innbyggðri lýsingu í stóra hluta lofta. Að utan er húsið í góðu ástandi, staðsteypt og byggt úr vönduðum byggingarefnum. Lóðin er fullfrágengin með helllulagðri stétt og innkeyrslu fyrir framan húsið og stórri harðviðarverönd til suðurs neðan við hús. **Verð 79,9 millj.**
Gríðarlega falleg staðsetning þar sem mjög mikils og fallegs útsýnis nýtur yfir Elliðavatnið, til fjalla og víðar. Verið velkomin.

GEYMSLUR.IS
SÍMI 555-3464

Suma hluti er betra að geyma. Geymslur fyrir dánarbúið, allt að 20% afsláttur. www.geymslur.is

SKÓLAR & NÁMSKEIÐ

Ökukennsla

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

ATVINNA

Atvinna óskast

Traust fyrirtæki óskar eftir smiðum og/eða undirverktökum í fjölbreytt starf. Reliable construction company is looking for cunstruction workers or employees. Sími/info:7733376. Mail:frikkisol@gmail.com

Eldborg, Hörpu
4. desember kl. 20:00

JÓLATÓNLEIKAR

Boney M.

MEÐ SÖNGDÍVUNNI LIZ MITCHELL

Hooray! Hooray! It's a Holi-Holiday
Daddy Cool
Rivers of Babylon
Mary's Boy Child
Rasputin

Boney M, ein stærsta hljómsveit diskótímabilsins, fyllti Eldborgarsal Hörpu í tvígang fyrir síðustu jól. Nú eru þau væntanleg til landsins á ný og ljóst er að færri munu komast að en vilja. Tryggðu þér miða á stórkostlega skemmtun og komdu þér í réttu stemninguna fyrir jólin.

DÆGURFLUGAN
HARPA

Föðurbróðir okkar,
Þorsteinn Kjartansson
Brekkustíg 9,
101 Reykjavík,
er látinn. Jarðarförin auglýst síðar.

Ingibjörg Guðmundsdóttir og
Oddný Sif Guðmundsdóttir

Maðurinn minn, sonur,
bróðir og mágur,
Teitur Árnason
varð bráðkvaddur í London 2. október
2016. Jarðarförin verður auglýst síðar.

Carolina Thorbert
Hildur Kristjánsdóttir
Kári Ibsen Árnason
Flóki Árnason
Sigurrós Jóns Bragadóttir
Jenný Guðmundsdóttir

Ástkær eiginmaður minn,
faðir, afi og langafi,
Þórður Jóhannesson
Eyjabakka 28, 109 Reykjavík,
varð bráðkvaddur á heimili sínu
þriðjudaginn 27. september síðastliðinn.
Útförin fer fram frá Fossvogskirkju
föstudaginn 7. október næstkomandi kl. 15.00.

María Editha Unabia
Jóhannes Þórðarson
Hreinn Vídalín Sigurgeirsson
Atli Freyr Viðisson
barnabörn og barnabarnabörn.

Ástkær eiginmaður minn, faðir okkar,
tengdafaðir, afi og langafi,
Benedikt Jón Ágústsson
skipstjóri,
lést á gjörgæsludeild Landspítalans
á Hringbraut 25. september 2016.
Útförin fer fram frá Háteigskirkju
þriðjudaginn 11. október kl. 13.00.

Jóna Guðlaugsdóttir
Bára Benediktsdóttir **Jóhann Sigurður Magnúss.**
Guðlaug Benediktsdóttir **Gunnar Már Eiríksson**
Guðrún Björk Benediktsd. **Hreggviður Þorsteinsson**
Ágúst Benediktsson **Anna Pálsdóttir**
barnabörn og barnabarnabörn.

Elskuleg eiginkona mín, móðir okkar,
tengdamóðir, amma og langamma,
Agnes Aðalsteinsdóttir
Laugarásvegi 34,
Reykjavík,
lést að morgni 25. september.
Útförin fer fram frá Áskirkju
fimmtudaginn 6. október kl. 15.00.

Brynjólfur Sandholt
Egill Sandholt **Hrönn Steingrímsdóttir**
Hildur Sandholt **Sigurður Sigurðarson**
Unnur Sandholt **Bertel Ólafsson**
og ömmubörn.

Nærgætni, hlýja og virðing *Við andlát ástvinar*

Ísleifur Jónsson
Útfararstjóri
Farsími 821 5353

Steinunn Magnúsdóttir
Útfararþjónusta
Farsími 861 3441

ÚTFARARSTOFA ÚTR REYKJAVÍKUR
Álfheimum 35, 104 Reykjavík
Sími 553 5353 og 821 5353
www.usr.is
isleifur@usr.is
Þjónusta allan sólarhringinn

Merkisatburðir

1908 Þórhallur Bjarnarson vígður biskup á Íslandi. Hann gegndi embættinu til dauðadags 1916.
1925 Lesbók Morgunblaðsins kemur út í fyrsta sinn. Blaðið hafði þá verið gefið út í tólf ár.
1931 Fyrsta myndasagan um leynilögreglumanninn Dick Tracy er gefin út.
1940 Adolf Hitler og Benito Mussolini funda í Ölpunum. Hitler biður um stuðning Ítala í baráttunni við Breta.
1984 BSRB boðar til víðfrægs verkfalls.
1990 Þýska þingið kemur saman í fyrsta sinn eftir sameiningu Austur- og Vestur-Þýskalands.
1994 Nelson Mandela heimsækir Bill Clinton Bandaríkjaforseta í Hvíta húsið.

Eiginmaður minn, faðir,
tengdafaðir, sonur og afi,
Halldór Jónsson
vélstjóri,
Digranesvegi 52, Kópavogi,
lést þann 24. september síðastliðinn.
Útförin fer fram frá Digraneskirkju
miðvikudaginn 5. október kl. 13.00.

Helga Björnsdóttir
Sigríður Björk Halldórsdóttir **Gísli Svanur Svansson**
Jón Óskar Halldórsson **Helena Rós Friðþórsdóttir**
Kristín Birna Halldórsdóttir **Hafsteinn Thorarensen**
Hrefna Líneik Jónsdóttir
og barnabörn.

Elskuleg móðir okkar, tengdamóðir,
amma, langamma og langalangamma,
Svava Kristjánsdóttir
Samtúni 26,
verður jarðsungin frá Fossvogskirkju
miðvikudaginn 5. október kl. 13.
Blóm og kransar vinsamlega afþökkuð.
Þeim sem vilja minnast hennar er bent á líknarstofnanir.

Þröstur Jónsson **Elly Kratsch**
Kristján Örn Jónsson **Þórunn J. Júlíusdóttir**
Guðmundur Haukur Jónsson **Jóhanna Benediktsdóttir**
Guðrún Jónsdóttir
börn, barnabörn og barnabarnabörn.

Ástkær eiginmaður minn
og faðir okkar,
Guðmundur Gylfi Guðmundsson
fjármálastjóri,
Steinagerði 9, áður Skeiðarvogi 5,
Reykjavík,
lést á Landspítalanum í Fossvogi mánudaginn
26. september. Útförin fer fram frá Langholtskirkju
föstudaginn 7. október kl. 13.00. Þeim sem vilja minnast
hans er bent á Sjálfsbjargarheimilið, Landspítalann og
MND félagið.

Anna María Ögmundsdóttir
Arndís Jóna Guðmundsdóttir
Kristín Anna Guðmundsdóttir

Ástkær móðir okkar, tengdamóðir,
amma og langamma,
Þórdís Haraldsdóttir
Gaukshólum 2, Reykjavík,
lést á Landspítalanum sunnudaginn
2. október. Jarðarförin verður auglýst síðar.

Hilmar Björn Gunnarsson **Ann Mary Jörgensen**
Kristján Ágúst Gunnarsson **Jóna Björg Pálsdóttir**
Haraldur Gunnarsson **Katrín Steingrímsdóttir**
Gunnar Guðbjörn Gunnarsson **Jóna Kristín Rögnvaldsdóttir**
barnabörn og barnabarnabörn.

ÞETTA GERÐIST 4. OKTÓBER 1895

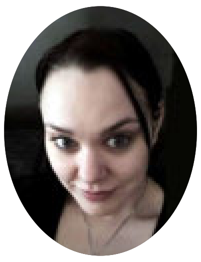
NORDIC PHOTOS/GETTY

Fyrsta Opna bandaríska meistaramótið

Fyrsta Opna bandaríska meistaramótið í golfi var haldið á níu holu golfvelli við Newport Country Club á Rhode Island þann 4. október árið 1895. Ellefu keppendur tóku þátt í mótinu. Þeir spiluðu 36 holur yfir daginn og fór Horace Rawlins, tuttugu og eins árs gamall Englendingur, með sigur af hólmi. Rawlins fékk 150 dollara í verðlaunafé, sem í dag að teknu tilliti til verðbólgu er virði ríflega hálfrar milljónar króna.

Fyrstu árin höfðu Bretar mikla yfirburði á mótinu. Það var ekki fyrr en árið 1911 sem Bandaríkjamaður fór með sigur af hólmi í fyrsta sinn.

Mótið hefur verið haldið árlega síðan að undanskildum stuttum hléum þegar fyrri og seinni heimsstyrjaldirnar stóðu sem hæst. Í dag er Opna bandaríska meistaramótið eitt af fjórum risamótum sem haldin eru ár hvert og verðlaunaféð mun meira en það var árið 1895. Martin Kaymer, sigurvegari mótsins í ár, fékk 1,6 milljónir dollara í verðlaun, tæplega 200 milljónir íslenskra króna.



Ástkær dóttir okkar,
Þorgerður Kristín Jónsdóttir
lést 29. september.
Jarðarförin verður auglýst síðar.

Jón Stefánsson
Eva Sólveig Úlfsdóttir

Elskulegur eiginmaður minn, faðir,
tengdafaðir og afi,
Halldór Ejner Malmberg
verður jarðsunginn frá Fossvogskirkju
6. október kl. 13. Blóm og kransar
afþakkaðir en þeim sem vilja minnast
hans er bent á minningarsjóð Hrafnistu.

Sigríður O. Malmberg
Anna María Malmberg
Oddur Malmberg **Susan Gollifer**
Halldór Björn, Oddur Máni, Herta Sól og
Marina Embla

Faðir okkar, tengdafaðir,
afi og langafi,
Hörður Frímannsson
Vestursíðu 9, Akureyri,
lést miðvikudaginn 21. september.
Útför hans fer fram frá Akureyrarkirkju
föstudaginn 7. október kl. 13.30.

Kristjana Sigurharðardóttir **Lárus Karlsson**
Gunnfríður Sigurharðardóttir
Kristinn F. Sigurharðarson **Kristín J. Þorsteinsdóttir**
Ívar E. Sigurharðarson **Marta Vilhelmsdóttir**
Guðný Sigurharðardóttir **Einar Magnússon**
Hörður Sigurharðarson **Bryndís Jóhannesdóttir**
afa- og langafabörn.

GÓMSÆTAR CHICAGO TOWN PIZZUR

Chicago Town
2 í pakka / 4 teg.
Verð
399
Kr. Pk

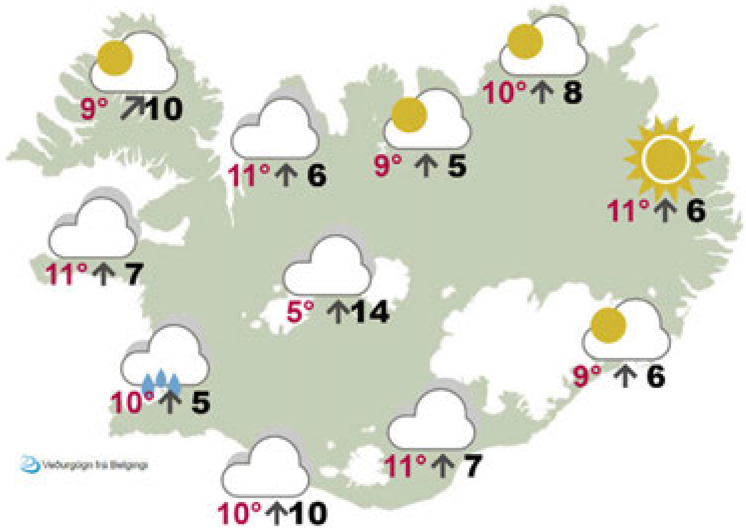
OPIÐ 24 TÍMA

Iceland

OPIÐ ALLAN SÓLARHRINGINN
ICELAND, ENGIHJALLA,
VESTURBERGI OG ARNARBAKKA

VEÐUR & MYNDASÖGUR

Veðurspá Þriðjudagur



Ákveðin sunnanátt á landinu, en dregur heldur úr vindi þegar líður á daginn. Víða skúrir sunnan og vestan til á landinu, en léttir til um landið norðaustanvert. Milt í veðri, hiti 7 til 16 stig, hlýjast norðanlands.

Miðvikudagur

Reykjavík	Ísafjörður	Akureyri
10°	7°	8°
19	12	9
Egilsstaðir	**Kirkjubæjarkl.**	**Hveravellir**
8°	8°	5°
8	11	15

Fimmtudagur

Reykjavík	Ísafjörður	Akureyri
11°	9°	12°
9	8	8
Egilsstaðir	**Kirkjubæjarkl.**	**Hveravellir**
9°	10°	6°
13	9	10

Þrautir

Krossgáta

LÁRÉTT
2. ónæði
6. í röð
8. keyra
9. dá
11. ógrynni
12. fíflast
14. eggjarauða
16. hljóta
17. blekking
18. heiður
20. tveir eins
21. grobb

LÓÐRÉTT
1. kvísl
3. samtök
4. skotskífa
5. kóf
7. andmæli
10. frostskemmd
13. aska
15. slæma
16. slunginn
19. tvíhljóði

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

LAUSN

LÁRÉTT: 2. rask, 6. lm, 8. aka, 9. mók, 11. of, 12. atast, 14. blómi, 16. fá, 17. tál, 18. æra, 20. ll, 21. raup.
LÓÐRÉTT: 1. álma, 3. aa, 4. skotmál, 5. kaf, 7. mótbára, 10. kal, 13. sót, 15. illa, 16. fær, 19. au.

Skák Gunnar Björnsson

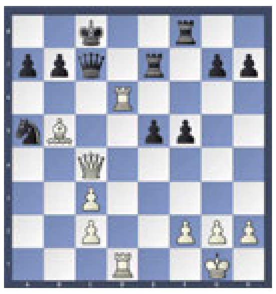
Sanguineeti átti leik gegn Juarez í Rio Hondo árið 1950.

Hvítur á leik

1. Hd8+! Hxd8 2. Hxd8+ Kxd8 3. Dg8+ He8 4. Dxe8# 1-0.

Taflfélag Garðabæjar er efst í 2. deild og b-sveit Skákfélags Akureyrar er í öðru sæti.

www.skak.is Allt um Íslandsmót skákfélaga.



Sudoku

LÉTT

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

MIÐLUNGS

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

ÞUNG

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

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

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

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

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

Myndasögur

PONDUS Eftir Frode Øverli

En hann gerir ekkert! Settu mig inn á, pabbi!

GELGJAN Eftir Jerry Scott & Jim Borgman

BARNALÁN Eftir Jerry Scott & Rick Kirkman

LAUGARÁSBÍÓ	Sýningartímar
MAGNIFICENT 7	7:20, 10
FRÖKEN PEREGRINE	5:20
BRIDGET JONES'S BABY	8
EIÐURINN	6, 9, 10:30
STORKAR 2D ÍSL.TAL	5:20

SAMBÍÓIN ÁLFABAKKA

DEEPWATER HORIZON	KL. 5:40 - 8 - 10:20
DEEPWATER HORIZON VIP	KL. 5:40 - 8 - 10:20
STORKAR ÍSL TAL	KL. 6
STORKS ENSKT TAL	KL. 8 - 10:20
SULLY	KL. 5:50 - 8 - 10:10
MECHANIC: RESURRECTION	KL. 8 - 10:20
WAR DOGS	KL. 8 - 10:30
SUICIDE SQUAD 2D	KL. 5:20
LEYNILÍF GÆLUDÝRA ÍSL TAL 2D	KL. 6

SAMBÍÓIN AKUREYRI

DEEPWATER HORIZON	KL. 8 - 10:20
STORKAR ÍSL TAL	KL. 6
STORKS ENSKT TAL	KL. 6
SKIPTRACE	KL. 10:20
SULLY	KL. 8

ÞRIÐJUDAGS TILBOÐ Í DAG

SAMBÍÓIN EGILSHÖLL

DEEPWATER HORIZON	KL. 5:30 - 8 - 10:20
STORKAR ÍSL TAL	KL. 5:30
SKIPTRACE	KL. 5:40 - 8 - 10:20
SULLY	KL. 5:50 - 8 - 10:10
WAR DOGS	KL. 8 - 10:30

SAMBÍÓIN KRINGLUNNI NÚMERUÐ SÆTI

DEEPWATER HORIZON	KL. 8 - 10:40
STORKAR ÍSL TAL	KL. 5:50
BRIDGET JONES'S BABY	KL. 5:20 - 8 - 10:20
SULLY	KL. 6:50 - 9

SAMBÍÓIN KEFLAVÍK

DEEPWATER HORIZON	KL. 8 - 10:40
STORKAR ÍSL TAL	KL. 6
THE MAGNIFICENT SEVEN	KL. 10:20
BRIDGET JONES'S BABY	KL. 8
LEYNILÍF GÆLUDÝRA ÍSL TAL 2D	KL. 6

Hvað? Hvenær? Hvar? Þriðjudagur

hvar@frettabladid.is

4. OKTÓBER 2016

Tónlist

Hvað? Kvintett Þorgríms Jónssonar
Hvenær? 20.30
Hvar? Kex Hostel, Skúlagötu
Þriðjudagsjazzinn á Kex er á sínum stað og í þetta skipti er það Kvintett Þorgríms Jónssonar sem kemur fram á þessum vikulega atburði. Kvintettinn skipa þeir Ari Bragi Kárason á trompet, Ólafur Jónsson á tenórsaxófón, Kjartan Valdemarsson á píanó og Rhodes, Þorvaldur Þór Þorvaldsson á trommur og Þorgrímur Jónsson á raf- og kontrabassa. Frítt inn.

Hvað? DJ Heiða Hellvar
Hvenær? 22.00
Hvar? Bravó, Laugavegi
Söngkonan í rokkgrúppunni Hellvar hvílir raddböndin í kvöld og spilar alla uppáhaldstónlistina sína á Bravó þess í stað.

Hvað? Bach tónleikar
Hvenær? 20.30
Hvar? Dómkirkjan, Kirkjustræti
Píanóleikarinn Ólafur Elíasson tekur Bach fyrir í Dómkirkjunni á hverju þriðjudagskvöldi og það er algjörlega frítt inn.

Hvað? Karókíkvöld
Hvenær? 22.00
Hvar? Gaukurinn, Tryggvagötu
Allir söngfuglar bæjarins bíða gríðarspenntir eftir þessum karókíkvöldum á Gauknum. Karókístöðum í miðbænum hefur fækkað nokkuð og því er líklegt að það sé mikil uppsöfnuð karókíorka á sveimi hér í bæ.

Hvað? Kúnstpása: Forever Young
Hvenær? 12.15
Hvar? Norðurljósasalur Hörpu
Kúnstpása er röð hádegistónleika í boði Íslensku óperunnar í haust. Yfirskrift tónleikanna í dag er Forever young og fram koma þær Bylgja Dís Gunnarsdóttir sópransöngkona og Hrönn Þráinsdóttir píanóleikari. Á efnisskránni verða nokkuð fjölbreytt sönglög í boði og eiga þau það allt sameiginlegt að vera eftir bandarísk tónskáld frá 20. og 21. öld. Enginn aðgangseyrir.

Hvað? Bassaveisla
Hvenær? 12.00
Hvar? Hafnarborg, Strandgötu, Hafnarfirði
Bjarni Thor Kristinsson syngur fjölbreyttar aríur úr óperubókmenntunum. Meðal þeirra verka sem Bjarni mun flytja eru úr Brúðkaupi Figaros, Rakaranum frá Sevilla, Fidelio og Simone Boccanegra. Enginn aðgangseyrir.

Bjarni Thor Kristinsson óperusöngvari mun flytja nokkrar af perlum óperubókmenntanna í Hafnafirði í hádeginu.

Fyrirlestrar og fundir

Hvað? Vinsæl en umdeild
Hvenær? 19.30
Hvar? Bókasafn Seltjarnarness, Eiðistorgi
Marín Guðrún Hrafnsdóttir bókmenntafræðingur heldur erindi um Guðrúnu frá Lundi í tilefni 70 ára afmælis skáldsögunnar Dalalífs. Farið verður yfir æviferil Guðrúnar, skoðuð verða umfjöllunarefni skáldsögu Guðrúnar og skoðað hvers vegna bækur hennar slá enn sölu- og vinsældamet. Þess má geta að Marín er langömmubarn Guðrúnar frá Lundi sem er ansi skemmtileg tenging. Aðgangur er ókeypis.

Hvað? The significance of art in our education
Hvenær? 17.00
Hvar? Ketilhúsið, Akureyri
Dr. Thomas Brewer, myndlistarmaður og prófessor í listum, heldur þriðjudagsfyrirlestur í Ketilhúsinu í dag. Hann mun fjalla um hvernig list og menntun hafa áhrif á lífið, auk þess sem hann mun rekja persónulega sögu sína og hvernig stendur á að hann er kominn til Akureyrar í fimmta sinn. Aðgangur ókeypis.

Hvað? Viljum við samfélag án kennara?
Hvenær? 12.10
Hvar? Hátíðarsalur Háskóla Íslands
Menntavísindasvið Háskóla Íslands boðar til opins fundar vegna alvarlegrar stöðu í menntakerfinu. Kennurum fer fækkandi, bæði sækja færri um í kennaranámi og virðist sem útskrifaðir kennarar skili sér ekki í störf í skólum landsins. Á dagskrá eru ávörp frá rektor, Jóhönnu Einarsdóttur, forseta menntasviðs, Stefáni Hrafni Jónssyni, prófessor í félagsfræði, og eftir það verða pallborðsumræður með fulltrúum nokkurra stjórnmálaflokka. Fundarstjóri verður Helgi Seljan.

Hvað? Adorno on art and philosophy
Hvenær? 12.00
Hvar? Gimli, Háskóla Íslands
Sven-Olov Wallenstein, prófessor í heimspeki við Södertörn-háskóla í Svíþjóð, heldur fyrirlestur á vegum Heimspekistofnunar.

Hvað? Andlit norðursins
Hvenær? 20.00
Hvar? Kaldalón, Hörpu
Ragnar Axelsson ljósmyndari segir sögurnar á bakvið þekktustu ljósmyndir sínar frá þrjátíu ára ferli sínum. Áhorfandinn er leiddur inn í undraheim norðursins þar sem er ferðast með hundasleðum á Grænlandi, árabátum við Færeyjar og glímt við veðurofsann á Íslandi. Með hverjum miða fylgir ný hátíðarútgáfa af Andlitum norðursins, um 400 blaðsíðna og afar eigulegri bók. Miðaverð er frá 19.500 krónum.

Hvað? Gestagangur: Carolyn F. Strauss
Hvenær? 12.15
Hvar? Listaháskóli Íslands, Þverholti
Carolyn F. Strauss er sýningarstjóri og hönnunarrannsakandi og ætlar hún að flytja fyrirlesturinn Hægur lestur á flóknum, gagnvirkum heimi. Þarna er fjallað um vítt svið rannsókna og tilrauna sem eru verk Slow Research Lab, þverfaglegrar rannsóknastofu með aðsetur í Hollandi. Fyrirlesturinn fer fram á ensku og eru allir velkomnir.

Viðburðir

Hvað? Dauðakaffi
Hvenær? 20.00
Hvar? Café Meski, Fákafeni
Dauðinn er erfitt konsept fyrir langflest okkar og af því tilefni ætlar hópur fólks að hittast á Café Meski, borða köku, drekka te og ræða dauðann. Allir velkomnir.

Hvað? Founders og Fiskimarkaðurinn á Skúla
Hvenær? 19.00
Hvar? Skúli – craft bar, Aðalstræti
Jonathan Henderson frá Founders brugghúsinu mætir á Skúla og í tilefni þess heldur barinn matar- og bjórpörun í samstarfi við Fiskmarkaðinn. Nauðsynlegt er að panta borð.

Hvað? Movie villain pubquiz
Hvenær? 20.00
Hvar? Stúdentakjallarinn, Sæmundargötu
Illmenni kvikmyndasögunnar verður þemað í þessu pubquizi í Stúdentakjallaranum. Quizið verður á ensku, þrír í hverju liði og átján ára aldurstakmark.

Sýning

Hvað? KLEINA
Hvenær? 16.00
Hvar? Pósthússtræti 13
KLEINA er útgáfu- og letursýning Björns Loka og Elsu Jónsdóttur en þar sýna þau letrið sem þau hafa verið að bralla upp á síðkastið.

margfalt skemmtilegri í 30 ár

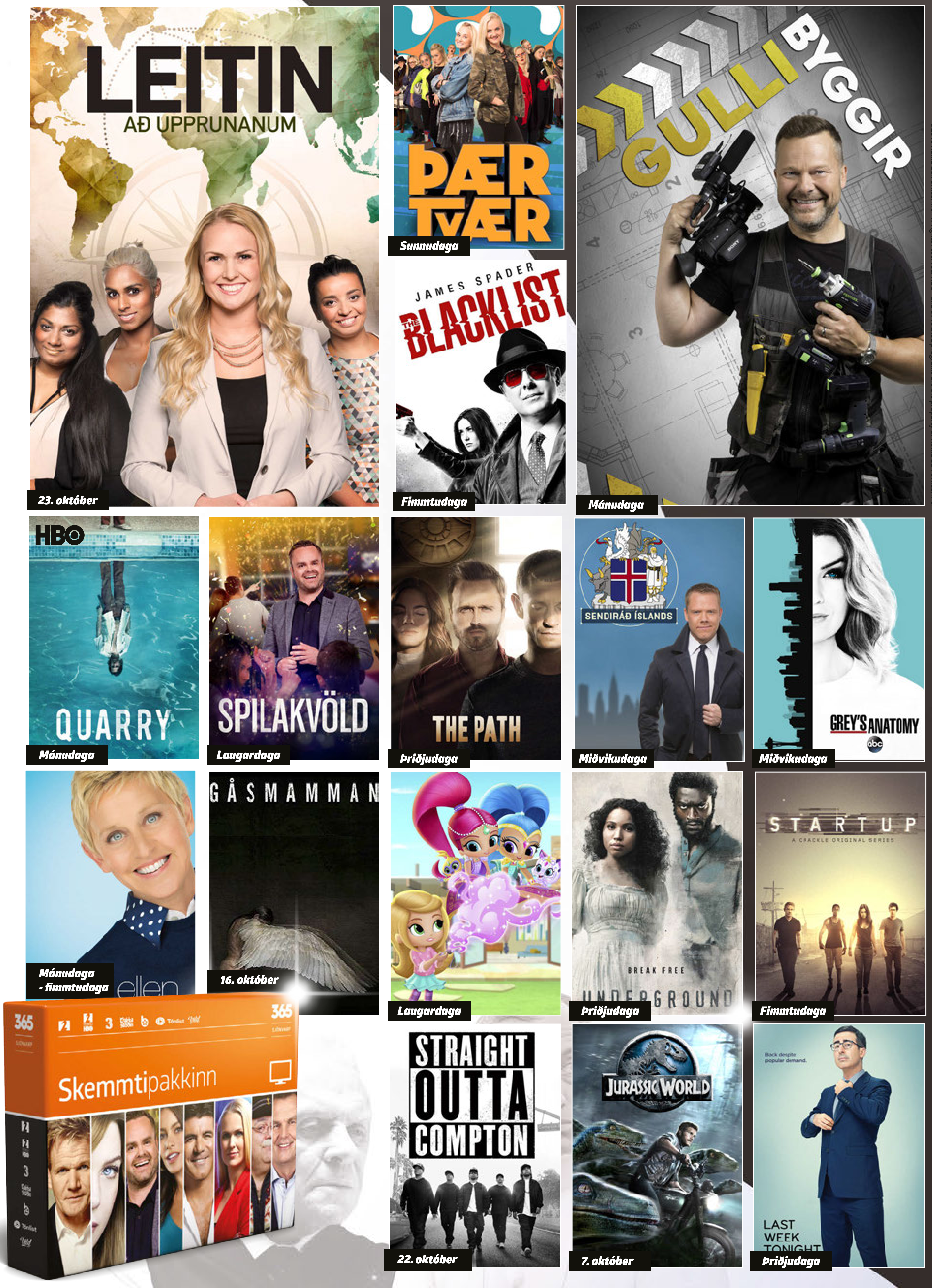
FRÁBÆR DAGSKRÁ Í
OKTÓBER

12. október

ENDALAUST NET Á 1.000 KR. FYLGIR VÖLDUM SJÓNVARPS-PÖKKUM 365*

16. október

Mánudaga



Tónlist Vild MARAÞON

*Undanskilið er aðgjangsgjald og leiga á beini. Nánari upplýsingar á 365.is.
Samsetning sjónvarpspakka getur breyst án fyrirvara.

9.990 kr.
Aðeins 333 kr. á dag

365

©2016 Home Box Office, Inc. All rights reserved. HBO® and all related programs are the property of Home Box Office, Inc.

Lög Bobs Dylan í nýju ljósi

Kúnstpásutónleikar Íslensku óperunnar njóta sívaxandi vinsælda. Tónleikarnir eru haldnir í hádeginu á þriðjudögum í Norðurljósasal Hörpu og er aðgangur er ókeypis. Þar gefst því skemmtilegt tækifæri fyrir óperuunnendur sem og þá sem eru að byrja að feta þá braut til að kynna sér formið á stuttum en skemmtilegum tónleikum.

Forever Young er yfirskrift annarra hádegistónleika Kúnstpásuraðar á þessu hausti en þar koma fram þær Bylgja Dís Gunnarsdóttir sópransöngkona og Hrönn Þráinsdóttir píanóleikari. Bylgja Dís segir að dagskráin að þessu sinni sé nokkuð óhefðbundin en á efnisskránni verða nokkur fjölbreytt og falleg sönglög eftir bandarísk tónskáld frá 20. og 21. öld, m.a. tvö mögnuð lög eftir John Corigliano við ljóð Bobs Dylan; Chimes of Freedom og Forever Young. Áður en að þeim kemur verða flutt lög eftir nokkra af áhrifavöldum þeirra. Má þar nefna Samuel Barber, Aaron Copland og Kurt Weill.

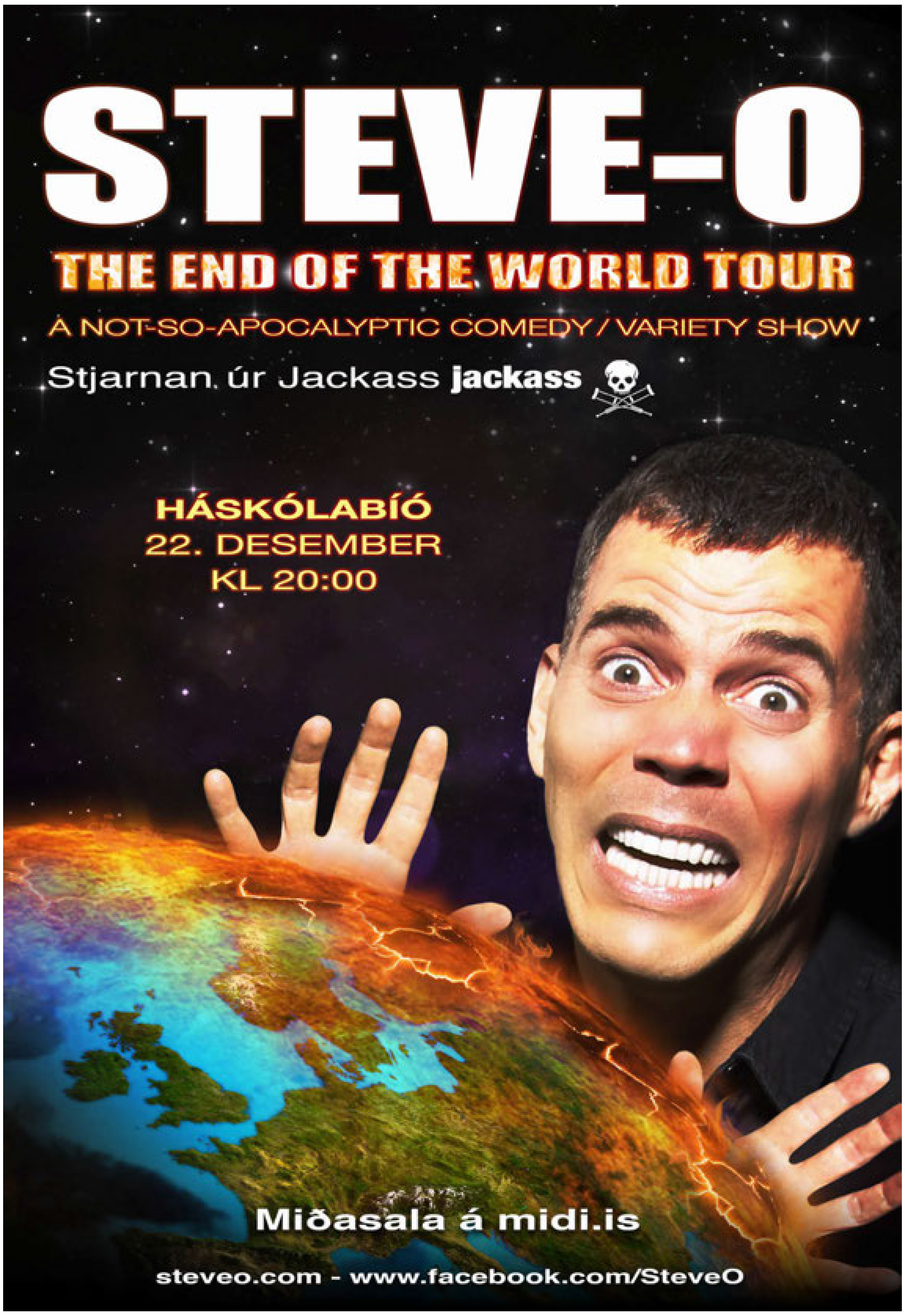
„Þessi tvö lög sem Corigliano samdi við ljóð Dylans eru tiltölulega nýsamin og lögin sem fljóta með eru áhrifavaldar þeirra laga. Corigliano hafði ekki heyrt lög Dylans þegar hann las ljóðin og það er gaman að því hvað þessi ljóð falla vel að tónmáli hans. Útkoman er þannig að maður sér þessi fallegu ljóð í aðeins nýju ljósi og það er alltaf skemmtilegt.“

Bylgja Dís Gunnarsdóttir syngur á Kúnstpásutónleikum Íslensku óperunnar í hádeginu í dag.

CHIMES OF FREEDOM ER TIL AÐ MYNDA ÞANNIG LAG OG TEXTI AÐ ÞAÐ FELLUR ÁKAFLEGA VEL AÐ ÞESSU ÞEMA.

Bylgja Dís segir að það hafi nú ekki verið planið að tengja saman efnisskrána og friðarþemað sem er í gangi í borginni um þessar mundir en að það sé þó tilvalið að gera það. „Chimes of Freedom er til að mynda þannig lag og texti að það fellur ákaflega vel að þessu þema. Þarna er ríkjandi sú tilfinning að finna til með þeim sem minna mega sín og það er okkur öllum hollt.

Þessir tónleikar henta líka alltaf sérstaklega vel þeim sem eru að byrja að kynna sér óperutónlistina. Það er alltaf rosalega vel mætt og skemmtileg stemning á þessum tónleikum og Norðurljósasalurinn rammar þetta fallega inn. Það er hátíðlegt að koma í hádeginu, njóta listarinnar og anda aðeins í dagsins önn.“



Hilmir Snær Guðnason og Arnar Jónsson í hlutverkum sínum í Horft frá brúnni.

Tempraður tilfinningahiti

LEIKHÚS

Horft frá brúnni

★★★☆☆

eftir Arthur Miller

Þjóðleikhúsið

Leikstjóri: Stefan Metz
Leikarar: Arnar Jónsson, Baldur Trausti Hreinsson, Baltasar Breki Samper, Hallgrímur Ólafsson, Harpa Arnardóttir, Hilmir Snær Guðnason, Lára Jóhanna Jónsdóttir, Snorri Engilbertsson, Stefán Hallur Stefánsson
Leikmynd og búningar: Sean Mackaoui
Lýsing: Ólafur Ágúst Stefánsson
Hljóðhönnun og hljóðmynd: Elvar Geir Sævarsson
Þýðing: Sigurður Pálsson

Horft frá brúnni eftir Arthur Miller var frumsýnt á Broadway fyrir sextíu árum og nú má sjá það á fjölum Þjóðleikhússins, í fjórða skiptið, enda einstaklega gott leikverk sem vert er að sýna reglulega. Leikstjórinn Stefan Metz og hönnuðurinn Sean Mackaou taka höndum saman á ný og freista þess að endurtaka smellinn sem þeir framleiddu með Eldrauninni, líka eftir Miller.

Leikverkið fjallar um ástir og átök ítalskra hafnarverkamanna í Brooklyn. Hjónin Eddie og Beatrice Carbone hafa alið upp Katrínu, systurdóttur Beatrice, nánast sem sína eigin. En með komu tveggja ólöglegra innflytjenda sem hjónin veita húsaskjól vella óþægilegar tilfinningar upp á yfirborðið. Miller taldi, og vildi sýna með þessu verki, að leikrit yrðu að innihalda heildræna túlkun á samfélaginu og manneskjunni í veröldinni. Þau gætu hvorki verið of sjálfhverf né táknræn.

Hilmir Snær Guðnason gerir aðra atlögu að einu af höfuðhlutverkum Millers. Nú tekst hann á við hinn stolta Eddie sem berst á móti breytingum en neitar að horfast í augu við sitt eigið tilfinningarót. Hilmir leikur Eddie ágætlega en aldrei af ástríðu. Hann slær ekki frá sér fyrr en hann er gjörsamlega innikróaður en nær aldrei að brjótast í gegnum glerhjúpinn sem virðist umlykja leik hans.

Lögfræðinginn hr. Alfieri leikur Arnar Jónsson en hans viðvera í verkinu verkar nánast líkt og kórarnir í forngrískum leikverkum: Hann bæði rammar inn söguna og tjáir sig um þróun mála. Arnar leikur af öryggi og er nánast eins manns kór. Harpa Arnardóttir leikur Beatrice af mikilli næmni en heldur sér þó aðeins of mikið til hlés. Málamiðlunin verður ofan á frekar en ástin.

Katrínu leikur Lára Jóhanna Jónsdóttir en hún er sakleysið og barnslega einlægnin uppmáluð. Raddbeiting Láru Jóhönnu er ekki nægilega góð en hún virðist anda línunum frá sér frekar en að segja þær. Snorri Engilbertsson leikur gleðigosann Rodolfo sem heillar Katrínu upp úr skónum og Stefán Hallur Stefánsson leikur Marco, eldri bróður Rodolfos. Hvorugur þróast með sýningunni heldur leika þeir nánast alltaf í sama taktinum en skila sínu.

Þeir Baltasar Breki Samper, Hallgrímur Ólafsson og Baldur Trausti Hreinsson sinna minni, en þó mikilvægum, hlutverkum og ferst það þokkalega úr hendi.

Fagurfræði virðist eiga allan hug Stefans Metz frekar en leikræn túlkun. Leikararnir virðast vera að leika táknmyndir frekar en raunverulegar manneskjur. Sýningin er leikin án hlés sem er vel til fundið en drifkraftinn vantar. Persónur tala hver til annarrar frekar en hver við aðra.

Búningar Seans Mackaoui eru ekkert sérstaklega eftirminnilegir en leikmyndin er virkilega vel útfærð. Hringsviðið minnir á kvikmyndasett film noir kvikmyndanna þar sem bognir skuggar og ljósstírur takast á. Lýsing Ólafs Ágústs Sævarssonar er einnig einkar góð þar sem ljóskastararnir hreinlega elta persónurnar á röndum og fallegar línur eru dregnar í yfirþyrmandi myrkrið, sem verður reyndar stundum of dimmt. Elvar Geir Sævarsson sér ágætlega um bæði hljóðhönnun og hljóðmynd en dramatísku undirtónarnir verða stundum of melódramatískir.

Við lestur á leikriti Arthurs Miller leiftra tilfinningarnar á hverri blaðsíðu þannig að þær nánast neista. Í þessari sýningu malla þær einungis undir yfirborðinu en ná aldrei suðupunkti. Ástríðan, tilfinningalega óreiðan og mannlegi harmleikurinn kemst þess vegna aldrei almennilega til skila.

Sigríður Jónsdóttir

NIÐURSTAÐA: Vel hönnuð sýning sem verður aldrei nema ylvolg.

Tónleikagestir sungu með

TÓNLIST

Kammertónleikar

★★★★☆

Norðurljós í Hörpu

Föstudaginn 30. september

Nordic Affect (Halla Steinunn Stefánsdóttir, fiðla; Guðrún Hrund Harðardóttir, víóla; Hanna Loftsdóttir, selló/gamba; Guðrún Óskarsdóttir, semball) flutti verk eftir Mirjam Tally, Hildi Guðnadóttur, Önnu Þorvaldsdóttur, Úlf Hansson og Georg Kára Hilmarsson á Norrænum músíkdögum. Einnig var flutt verk eftir Höllu Steinunni.

Lokaverkið á vel heppnuðum tónleikum Nordic Affect var eftir Georg Kára Hilmarsson. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Tónleikar kammerhópsins Nordic Affect koma stöðugt á óvart. Það sem gerir tónleikana svo spennandi er rannsóknarvinnan sem liggur að baki dagskrá með eldri tónlist, og hversu vel valin nýrri músíkin er. Tónleikarnir á Norrænum músíkdögum voru engin undantekning. Þar voru fluttar nokkrar tónsmíðar, aðallega eftir innlend tónskáld. En inn á milli atriða heyrðist úr hátölurum hinn undarlegasti gerningur. Að því er virtist var það samhengislaust orðagjálfur ljóðabrota sem þó myndaði skemmtilegan hljóðheim. Þessi athyglisverða umgjörð tengdi hin ólíku tónverk, gerði úr þeim ánægjulega heild. Kannski var þetta Ginnungagapið, ringulreiðin sem öll tónlist kemur út úr! Gerningurinn kallaðist He(a)r og var eftir Höllu Steinunni Stefánsdóttur, listrænan stjórnanda hópsins.

Fyrsta formlega atriðið á efnisskránni var eftir Mirjam Tally og nefndist Warm Life at the Foot of the Iceberg. Allskonar skruðningar og rennerí eftir strengjunum kallaði fram í hugann sýn af skríðandi jökli, frjósandi og bráðnandi á víxl. Tónlistin var mjög afstrakt, en það var í henni sterkt andrúmsloft sem greip mann. Hún var fíngerð og nostursamlega ofin.

Point of Departure eftir Hildi Guðnadóttur var allt öðruvísi. Hildur semur kvikmyndalega tónlist, og verkið nú var í slíkum anda. Það byggðist á einföldum stefjum og endurtekningu, sem þó var aldrei leiðigjörn. Þvert á móti myndaði endurtekningin leiðslukennda stemningu sem var rómantísk og hugljúf.

Reflections eftir Önnu Þorvaldsdóttur var mun myrkari. Það byrjaði sem þykkur, fremur ómstríður ymur, en gliðnaði smám saman í frumeiningar sínar. Hljómurinn varð að nöktum stefbrotum sem voru óhugnanleg og afar áhrifamikil.

Þýð eftir Úlf Hansson var þægilegri áheyrnar, enda tónlistin að mestu byggð á sparlegum formum. Hér voru tónleikagestir virkjaðir til að syngja, eða humma hljóm í kyrrstöðu sem var samansettur af þremur tónum. Hljómurinn skapaði sveimkenndan grunn, en yfir honum léku hljóðfæraleikararnir áleitnar hendingar sem voru fullar af skáldskap.

Lokaverkið á tónleikunum var svo eftir Georg Kára Hilmarsson og var innblásturinn sóttur í frumspekilegar hugleiðingar um ljós og hljóð. Útkoman var íhugul, dálítið annarleg en ávallt full af fallegum blæbrigðum sem sköpuðu eftirminnileg hughrif.

Flutningurinn á öllum verkunum var til fyrirmyndar. Samspilið var nákvæmt; hver einasta tónahending var markviss og tilfinningaþrungin. Það verður varla betra en þetta.

Jónas Sen

NIÐURSTAÐA: Framúrskarandi tónleikar; skemmtileg dagskrá og mögnuð spilamennska.

Sorg og sorgarviðbrögð

Vigfús Bjarni Albertsson sjúkrahúsprestur fjallar almennt um sorg og sorgarviðbrögð á fræðslukvöldi Nýrrar dögunar, miðvikudagskvöldið 5. október kl. 20:00 í safnaðarheimili Háteigskirkju.

Allir velkomnir.

NÝ DÖGUN
Samtök um sorg og sorgarviðbrögð

www.nydogun.is • www.sorg.is • sorg@sorg.is

THE PATH
Eddie Lane lætur hrífast af kenningum sérstrúarsafnaðar og skömmu síðar snýst veröld hans á hvolf og hann stendur frammi fyrir erfiðum ákvörðunum. Dramatískir og stórgóðir þættir með Aaron Paul úr Breaking Bad í aðalhlutverki.

ÞRÆLGÓÐUR ÞRIÐJUDAGUR
Fáðu þér áskrift á 365.is 365

MODERN FAMILY
Glæný sería af þessum sívinsælu þáttum um stórfjölskylduna skemmtilegu!

MAJOR CRIMES
Sharon Raydor er ráðin til að leiða sérstaka morðrannsóknardeild innan hinnar harðsvíruðu lögreglu í Los Angeles.

UNDERGROUND
Hópur þræla ákveður að flýja harðstjóra sína af plantekru í Georgíu og þurfa þeir að leggja allt í sölurnar til þess að elta draum sinn um frelsi og betra líf. Magnaðir þættir sem gerast um miðja 19. öld.

MURDER IN THE FIRST
Stórskemmtilegir spennuþættir þar sem English og Mulligan rannsaka flókin glæpamál sem upp koma í San Francisco.

THE OTHER GUYS
Will Ferrell og Mark Wahlberg fara á kostum sem leynilögreglumenn sem grípa tækifærið til þess að feta í fótspor tveggja bestu lögreglumannanna í New York.

THE MENTALIST
Patrick Jane er sjálfstætt starfandi ráðgjafi rannsóknarlögreglunnar í Kaliforníu.

Allt þetta og meira til í Skemmtipakkanum á aðeins 333 kr. á dag. 365.is

DAGSKRÁ

Þriðjudagur

STÖÐ 2

07.00 The Simpsons
07.25 Loonatics Unleashed
07.50 The Middle
08.15 Mike & Molly
08.35 Ellen
09.15 Bold and the Beautiful
09.35 The Doctors
10.15 Junior Masterchef Australia
11.05 Suits
11.50 Empire
12.35 Nágrannar
13.00 Britain's Got Talent
14.10 Britain's Got Talent
14.35 Nashville
15.20 Nashville
16.05 Fresh Off the Boat
16.30 The Simpsons
16.55 Bold and the Beautiful
17.20 Nágrannar
17.45 Ellen
18.30 Fréttir Stöðvar 2 Fréttastofa Stöðvar 2 flytur fréttir í opinni dagskrá.
18.55 Íþróttir Íþróttafréttamenn fara yfir það helsta úr heimi íþróttanna.
19.05 Fréttir Stöðvar 2 Fréttastofa Stöðvar 2 flytur fréttir í opinni dagskrá.
19.20 2 Broke Girls
19.40 Modern Family Frábær gamanþáttur um líf þriggja ólíkra en dæmigerða nútímafjölskyldna. Leiðir þessara fjölskyldna liggja saman og í hverjum þætti lenda þær í hreint drepfyndnum aðstæðum sem samt eru svo skelfilega nálægt því sem við sjálf þekkjum alltof vel.
20.05 Major Crimes
20.50 The Path
21.45 Underground Magnaðir þættir sem gerast um miðja 19. öld og fjalla um hóp af þrælum sem áforma flótta frá plantekru í Georgíu og harðsvíruðum eiganda sínum. Þau kynnast afnámssinnum sem vilja aðstoða þá við flóttann og elta draum sinn um frelsi og betra líf en til þess þurfa þau að leggja allt í sölurnar og ferðast um á hættuslóðum.
22.30 Murder In The First
23.15 Last Week Tonight With John Oliver Spjallþáttur með John Oliver sem fer yfir atburði vikunnar á sinn einstaka hátt en hann er þekktur fyrir sinn hárbeitta og beinskeytta húmor eins og glöggir áhorfendur muna úr þáttunum Daily Show en þar sló hann í gegn með regluleg innslög sem urðu til þess að hann fékk sinn eigin spjallþátt.
23.55 Bones
00.40 Nashville
01.25 Legends
02.10 Girls
02.40 100 Code
03.25 Transparent
03.55 Joy Ride 3: Roadkill
05.35 Mike & Molly
05.55 Modern Family

SPORT

07.00 Messan
08.30 Premier League 2016/2017
10.20 Premier League 2016/2017
12.10 Pepsí deildin 2016
14.05 Football League Show 2016/17
14.35 Spænsku mörkin 2016/2017
15.05 Premier League 2016/2017
16.50 Messan
18.20 Þýski boltinn 2016-2017
20.05 Þýsku mörkin 2016/2017
20.35 Premier League Review 2016/2017
23.10 UEFA Champions League 2016/2017
00.50 UEFA Champions League 2016/2017

STÖÐ 3

17.40 Cougar Town
18.05 The Big Bang Theory
18.25 Modern Family
18.50 Fóstbræður
19.25 Entourage
19.55 Þriðjudagskvöld með Frikka Dór
20.30 The Last Man on Earth Önnur syrpa þessara skemmtilegu og frumlegu gamanþátta um hinn ósköp venjulega Phil Miller sem lendir í þeim einstöku aðstæðum að vera eini maðurinn lifandi á jörðinni eftir að mannskæður faraldur þurrkar nánast út allt líf.
21.00 The Americans
21.45 The Mentalist
22.30 Legends of Tomorrow
23.15 The Vampire Diaries
00.35 The Last Man on Earth
01.00 The Americans
01.45 The Mentalist
02.30 Tónlist

KRAKKASTÖÐIN

07.00 Könnuðurinn Dóra
07.24 Mörgæsirnar frá Madagaskar
07.47 Doddi litli og Eyrnastór
08.00 Áfram Diego, áfram!
08.24 Svampur Sveins
08.49 Lalli
08.55 Rasmus Klumpur og félagar
09.00 Strumparnir
09.25 Gulla og grænjaxlarnir
09.37 Stóri og Litli
09.49 Hvellur keppnisbíll
10.00 Zigby
10.10 Brunabílarnir
10.32 Ævintýraferðin
10.47 Mæja býfluga
11.00 Könnuðurinn Dóra
11.25 Mörgæsirnar frá Madagaskar
11.48 Doddi litli og Eyrnastór
12.00 Áfram Diego, áfram!
12.24 Svampur Sveins
12.49 Lalli
12.55 Rasmus Klumpur og félagar
13.00 Strumparnir
13.25 Gulla og grænjaxlarnir
13.37 Stóri og Litli
13.49 Hvellur keppnisbíll
14.00 Zigby
14.10 Brunabílarnir
14.32 Ævintýraferðin
14.47 Mæja býfluga
15.00 Könnuðurinn Dóra
15.25 Mörgæsirnar frá Madagaskar
15.48 Doddi litli og Eyrnastór
16.00 Áfram Diego, áfram!
16.24 Svampur Sveins
16.49 Lalli
16.55 Rasmus Klumpur og félagar
17.00 Strumparnir
17.25 Gulla og grænjaxlarnir
17.37 Stóri og Litli
17.49 Hvellur keppnisbíll
18.00 Zigby
18.10 Brunabílarnir
18.32 Ævintýraferðin
18.47 Mæja býfluga

GOLFSTÖÐIN

08.20 Ryder Cup 2016
13.30 Reignwood LPGA Classic
16.20 Ryder Cup 2016
21.20 Golfing World 2016
22.10 PGA Special: Gary Player: Picture This
23.05 Championship Tour Highlights 2016

BÍÓSTÖÐIN

11.25 Mona Lisa Smile
13.25 Justin Bieber's Belive
15.00 The Mask
16.40 Mona Lisa Smile
18.40 Justin Bieber's Belive
20.15 The Mask
22.00 The Other Guys Will Ferrell og Mark Wahlberg leika tvo leynilögreglumenn sem grípa tækifærið til þess að feta í fótspor tveggja bestu lögreglumanna í New York sem fallnir eru frá.
23.50 Lucy Stúlka lendir í höndum glæpamanna sem ætla að láta hana smygla eiturlyfjum á milli landa en plön þeirra breytast þegar einn gæslumaður hennar misþyrmir henni þannig að hylkið með eiturlyfjunum springur inni í henni. Í stað þess að deyja öðlast hún hæfileika og krafta sem eru langt umfram allt sem er mannlegt.
01.20 Think Like a Man Too
03.05 The Other Guys

RÚV

16.20 Alþingiskosningar 2016: Forystusætið
16.50 Fröken Friman fer í stríð
17.50 Táknmálsfréttir
18.00 KrakkaRÚV
18.01 Hopp og hí Sessamí
18.25 Hvergidrengir
18.50 Krakkafréttir
19.00 Fréttir
19.25 Íþróttir
19.30 Veður
19.35 Alþingiskosningar 2016
20.40 Með okkar augum
21.15 Innsæi
22.00 Tíufréttir
22.15 Veðurfréttir
22.20 Alþingiskosningar 2016: Forystusætið
22.50 Bráð
23.40 Næturvörðurinn
00.25 Alþingiskosningar 2016
01.25 Dagskrárlok

SJÓNVARP SÍMANS

06.00 Pepsi MAX tónlist
08.00 Black-ish
08.20 Dr. Phil
09.00 The Biggest Loser
09.45 The Biggest Loser
10.30 Pepsi MAX tónlist
13.20 Dr. Phil
14.00 Superstore
14.20 Hotel Hell
15.05 Life In Pieces
15.25 Odd Mom Out
15.45 Survivor
16.35 The Tonight Show starring Jimmy Fallon
17.15 The Late Late Show with James Corden
17.55 Dr. Phil
18.35 Everybody Loves Raymond
19.00 King of Queens
19.25 How I Met Your Mother
19.50 The Odd Couple
20.15 Crazy Ex-Girlfriend
21.00 Rosewood
21.45 Mr. Robot
22.30 The Tonight Show starring Jimmy Fallon
23.10 The Late Late Show with James Corden
23.50 Swingtown
00.35 Sex & the City
01.00 Heartbeat
01.45 Queen of the South
02.30 Rosewood
03.15 Mr. Robot
04.00 The Tonight Show starring Jimmy Fallon
04.40 The Late Late Show with James Corden
05.20 Pepsi MAX tónlist

ÚTVARP

FM 88,5 XA-Radíó	FM 90,9 Gullbylgjan	FM 96,3 FM Suðurland	FM 98,9 Bylgjan	FM 102,9 Lindin
FM 89,5 Retro	FM 93,5 Rás 1	FM 96,7 Létt Bylgjan	FM 99,4 Útvarp Saga	
FM 90,1 Rás 2	FM 95,7 FM957	FM 97,7 X-ið	FM 100,5 K100	

FISKUR Á FRÁBÆRU VERÐI

LÍNUÞORSKUR FROSINN 800 G

Verð aðeins

799

Verð áður 999 KR

KR PK

OPIÐ 24 TÍMA

Netgíró
Betri leið til að borga

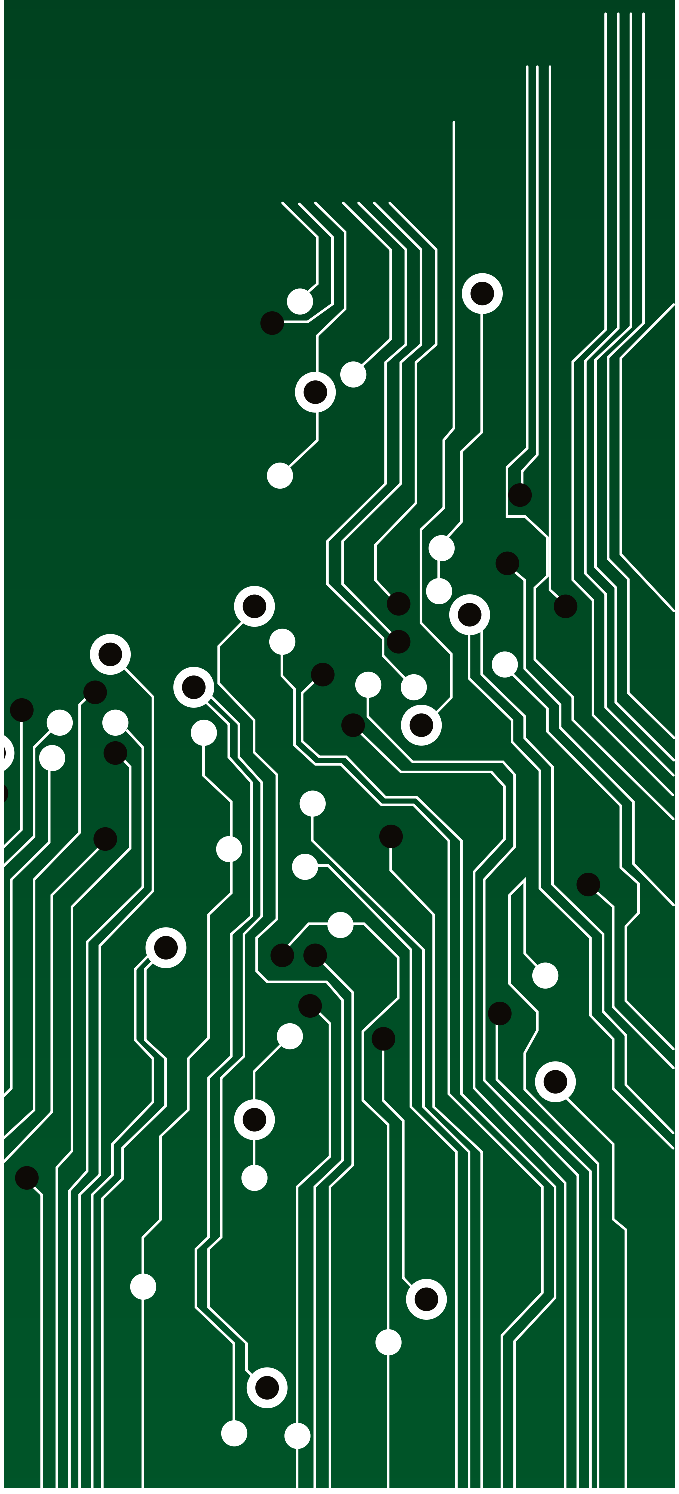
Iceland

OPIÐ ALLAN SÓLARHRINGINN
ICELAND, ENGIHJALLA,
VESTURBERGI OG ARNARBAKKA

TÆKNI-ÞJÓNUSTA

NÝ NÁMSLEIÐ Í TÆKNINÁMI Í SAMSTARFI VIÐ FRAMVEGIS - MIÐSTÖÐ SÍMENNTUNAR

NÁMSKEIÐ HEFJAST 6.OKTÓBER



www.ntv.is

ntv
Nýi tölvu-og viðskiptaskólinn

Ásdís Þula Þorláksdóttir útskrifaðist frá New York Film Academy í Los Angeles í byrjun sumars, en hún er eini Íslendingurinn sem fer með hlutverk í sýningunni Iceland. MYND/ÁSDÍS

Sýningin Iceland frumsýnd í Los Angeles

Leikkonan **Ásdís Þula Þorláksdóttir** útskrifaðist nýlega frá New York Film Academy í Los Angeles, hún tekur þátt í uppsetningu á verkinu Iceland sem frumsýnt verður á föstudaginn í Los Angeles.

Sýningin Iceland er tilraunakennd nútímaópera eftir O-Lan Jones. Ég myndi helst lýsa tónlistinni sem blöndu af indí, óperu og söngleikjatónlist," segir Ásdís Þula Þorláksdóttir, nýútskrifuð leikkona frá New York Film Academy í Los Angeles, spurð út í sýninguna Iceland sem frumsýnd verður í The Ford Theaters í Los Angeles á föstudag.

Fjöldi fólks kemur að sýningunni og hefur undirbúningsferlið tekið nokkur ár. Sýningin fjallar um Völu, unga stúlku sem ólst upp með æskuástinni Munda í litlu þorpi fyrir norðan. Eftir langan aðskilnað rekast þau hvort á annað á flugvelli þar sem Vala er á leiðinni norður. Flugvélin hennar lendir í stormi og Vala stekkur út í fallhlíf en fellur niður í „miðnætti sálarinnar" þar sem hún þarf að takast á við persónulegar hindranir, hugsanir og ótta.

„Álfum og huldufólki bregður fyrir sem vísa henni svo veginn í gegnum þessar ógöngur," segir Ásdís. Hún hefur tekið þátt í undirbúningi sýningarinnar frá upphafi en hún kynntist O-Lan Jones, höfundi sýningarinnar, hér á landi fyrir nokkrum árum.

„Það vildi svo til að fyrir næstum þremur árum var O-Lan Jones stödd hér á Íslandi í rannsóknarvinnu fyrir sýninguna og leigði herbergi hjá móður minni. Þegar hún fór svo aftur til Los Angeles hafði ég samband við hana og fékk að koma í prufu og komst inn. Þetta hefur verið mjög hægt ferli, við höfum unnið mikið með spuna og líkamlega tjáningu til þess að finna tengsl huldufólksins sín á milli og skapa heiminn sem það býr í," segir Ásdís og bætir við að höfundur sýningarinnar, O-Lan Jones, sé einn helsti frumkvöðullinn í frumsömdum og tilraunakenndum söngleikjum sem hafa vakið miklu lukku í Los Angeles.

ÞAÐ ER FREKAR SÉRSTAKT AÐ ÞURFA AÐ ÚTSKÝRA HIN OG ÞESSI ORÐ EÐA RÚNIR SEM VIÐ ERUM AÐ SKOÐA.

Undanfarin ár hefur Ísland hlotið töluverða athygli í Bandaríkjunum, bæði vegna fjölda ferðamanna sem hafa heimsótt landið og vegna þess hversu margir Íslendingar eru að gera það gott í listheiminum vestanhafs.

„Þegar ég fyrst flutti út fyrir sex árum og sagði fólki frá því að ég væri frá Íslandi, svaraði fólk yfirleitt: „Já, er ekki Björk frá Íslandi?" eða „Ég heyrði að Ísland væri grænt og Grænland væri jökull." Seinni línan var yfirleitt sögð með miklu stolti eins og fólk væri að finna upp hjólið. Núna hins vegar virðist hver einasta manneskja hafa sögu að segja um vin sinn sem fór til Íslands, eða um að hafa komið til Íslands eða ætlar sér að fara þangað," segir Ásdís létt í bragði.

En hvernig er að vera eini Íslendingurinn í sýningunni? „Það er frekar sérstakt að þurfa að útskýra hin og þessi orð eða rúnir sem við erum að skoða, fólk virðist heldur ekki þreytast á sögum af því hvernig fólk bjó á Fróninu fríða hér í gamla daga, í svona miklum tengslum við náttúruna og hvernig þjóðsögurnar áttu svona stóran þátt í sjálfsmynd landans," segir hún.

Nóg fleira er fram undan hjá Ásdísi, en ásamt því að vera á fullu í lokaundirbúningi fyrir Iceland er hún að skrifa ljóðabók og vinna í stuttmynd, ásamt því að skrifa handrit.

„Það er margt í gangi, og margt skemmtilegt sem mann langar til þess að gera. Ég er á höttunum eftir góðum umboðsmanni ásamt því að fara í endalausar prufur. Draumurinn er auðvitað að geta verið að leika bæði í Los Angeles og á Íslandi," segir hún og bætir við að nú sé verið að skoða að koma með sýninguna Iceland til landsins og yrði auðvitað frábært að fá að taka þátt í því.

gudrunjona@frettabladid.is

SÍMAR AUGLÝSINGADEILDIR – AUGLÝSINGASTJÓRI: Svanur Valgeirsson *svanur@365.is* **ALMENNAR AUGLÝSINGAR: SÍMI 512-5401:** Gústaf Bjarnason *gustaf@365.is*, Hafsteinn Hafsteinsson *hafsteinn@365.is*, Hjördís Zoëga *hjordis@365.is*, Sigfús Örn Einarsson *sigfus@365.is*, Örn Geirsson *orn.geirsson@365.is* **FÓLK/SÉRBLÖÐ SÍMI 512-5402:** Atli Bergmann atli.*bergmann@365.is*, Jóhann Waage *johannwaage@365.is*, Jón Ívar Vilhelmsson *jonivar@365.is*, Ólafur H. Hákonarson *olafurh@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*

KFC

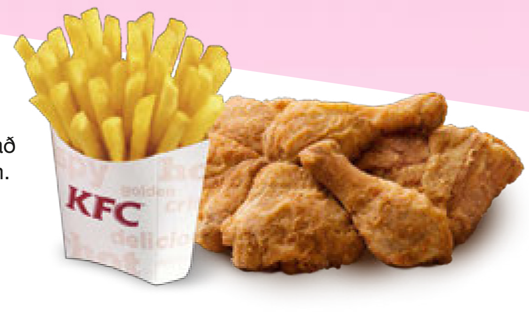
Gefum allan október

500 krónur *af hverri seldri bleikri fötu renna til Bleiku slaufunnar.*

BLEIKA FATAN

6 bitar af klassískum kjúklingabitum og franskar, til að taka með eða borða á staðnum.

2.490 KR.



SVOOO GOTT

PIPAR\TBWA • SÍA • 164349

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

Póstdreifing
Dreifing dreifing@postdreifing.is
Ef blaðið berst ekki 800 1177

Bakþankar

Jóhanns Óla Eiðssonar

Sjálfumglaður hrokagikkur

Það vill oft verða svo, þegar maður er ungur og vitlaus, að maður telur sig vita og kunna allt best. Að þeir sem arfleiða okkur að jörðinni hafi nú ekki kunnað til verka. Ég er engin undantekning þar á.

Í gegnum líf mitt hafa foreldrar mínir veitt mér fjölda heilræða. Þar sem ég er annálaður sjálfumglaður hrokagikkur fóru flest inn um annað eyrað og út um hitt. Að auki hef ég lagt mig sérstaklega fram við að hunsa þau sem þó sátu eftir.

Gott dæmi um það er ráð sem faðir minn gaf mér og átti að nýtast þegar að því kæmi að hefja sambúð með tilvonandi maka. Þá skyldi ég kanna þrennt, hvar smjörið væri geymt, hvernig klósettpappírinn sneri á hankanum og hvort tannkremstúban væri snyrtileg eður ei. Væri fólk ósammála um þessa hluti væri sambandið dauðadæmt frá upphafi.

Þetta heilræði uppskar hlátur og var ekki fylgt. Þegar ég hóf sambúð reyndi ég að sætta mig við útklístraða tannkremstúbu, glerhart smjörstykki geymt inni í ísskáp og klósettpappír sem iðulega sneri að veggnum ekki frá honum. Hrokagikkurinn lét sem hann heyrði ekki í viðvörunarbjöllunum sem hringdu á fullu strax frá fyrsta degi. Til að gera langa sögu stutta þá varð sambandið ekki langlíft. Í huga mér heyrði ég rödd föður míns segja „ég sagði þér það“ í hæðnistón. Ekki samt segja honum að hann hafi haft rétt fyrir sér.

Síðar meir komst ég að því að til er lærð rannsókn um litla hluti sem eru líklegri til að verða kveikjan að sambandsslitum og í kjölfarið hef ég reynt að rifja upp fleiri heilræði sem ég gæti hafa misst af. Ennþá er árangurinn fremur smár.