FRÉTTABLAÐIÐ

261. TÖLUBLAÐ 16. ÁRGANGUR — MEST LESNA DAGBLAÐ Á ÍSLANDI* — FÖSTUDAGUR 4. NÓVEMBER 2016

Benedikt Jóhannesson og Óttarr Proppé mættu saman til fundar við Bjarna Benediktsson, formann Sjálfstæðisflokksins, í Ráðherrabústaðnum í gær. Efni fundarins var hugsanleg myndun ríkisstjórnar en Bjarna var falið stjórnarmyndunarumboð á miðvikudag. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Benedikt verði forsætisráðherra

Rætt var á fundi Viðreisnar, VG og Bjartrar framtíðar hvort mynda mætti ríkisstjórn með Sjálfstæðisflokki með formann Viðreisnar sem forsætisráðherra. Viðreisn og Björt framtíð vilja starfa saman í ríkisstjórn.

STJÓRNMÁL Formenn Bjartrar framtíðar og Viðreisnar funduðu með Katrínu Jakobsdóttur, formanni Vinstri grænna, á miðvikudag þar sem meðal annars var viðruð sú hugmynd að ríkisstjórn yrði mynduð með Sjálfstæðisflokki undir forystu Benedikts Jóhannessonar. Þetta herma heimildir Fréttablaðsins en jafnframt að áður en forseti Íslands afhenti stjórnarmyndunarumboðið hafi Benedikt Jóhannesson, formaður Viðreisnar, falast eftir stuðningi Pírata til að fá stjórnarmyndunarumboðið.

Það kom rækilega á óvart á mánudag þegar Óttarr Proppé, formaður Bjartrar framtíðar, óskaði eftir því við forseta Íslands að Benedikt fengi stjórnarmyndunarumboðið. Benedikt og Óttarr hafa nú myndað bandalag og gengu saman á fund Bjarna Benediktssonar, formanns Sjálfstæðisflokks, í gær. Heimildir Fréttablaðsins herma að á miðvikudag hafi formennirnir reynt að byggja brú á milli Vinstri grænna og Sjálfstæðisflokks með því að leggja til að Benedikt, en ekki Bjarni Benediktsson, yrði forsætisráðherra. Málefni hafi ekki verið rædd á fundinum.

> **Þetta er því kannski frekar eins konar hentugleikasamband en hjónaband. Hvort þetta séu aðeins skyndikynni á eftir að koma í ljós.**
>
>
>
> Eírkur Bergmann stjórnmálafræðingur

Katrín Jakobsdóttir fundaði einnig með Bjarna í gær. Fundurinn var nær tveggja tíma langur en flokkarnir náðu ekki saman. „Það er langt á milli þessara flokka málefnalega og við fórum yfir skattamál, menntamál og heilbrigðismál. Það var mikið að ræða enda langt á milli. Þetta voru bara rökræður um þetta og engin niðurstaða úr því.“ Katrín hefur rætt við formenn allra flokka.

Heimildir Fréttablaðsins herma að innan Bjartrar framtíðar séu margir hissa á samstarfi við Viðreisn. Fyrrverandi þingmenn flokksins óttast að við kosningar hafi flokkurinn færst til hægri.

Eiríkur Bergmann, prófessor í stjórnmálafræði við Háskólann á Bifröst, segist ekki viss um að samstarf Viðreisnar og Bjartrar framtíðar sé klókt.

„Þetta er auðvitað allt einhvers konar Hungurleikar. Eins konar taktík sem þeir hafa ákveðið að myndi henta þeim. Mér finnst athyglisvert hversu opinskátt það er. Í aðdraganda kosninganna var Björt framtíð í allt öðru bandalagi með þremur öðrum flokkum á vinstri væng og hefur nú snúið sér til hægri til Viðreisnar. Þetta er því kannski frekar eins konar hentugleikasamband en hjónaband. Hvort þetta séu aðeins skyndikynni á eftir að koma í ljós.“ – snæ

Mikið um félagsleg vandamál í Breiðholti

SAMFÉLAG Svört mynd er dregin upp af Efra-Breiðholti í nýrri skýrslu Rauða krossins um hagi lakast settu íbúa Reykjavíkurborgar. „Það er margt sem við viljum ekki vita um Efra-Breiðholt,“ segir sérfræðingur í heilbrigðiskerfinu sem Rauði krossinn vitnar í.

Hverfið er sagt láglaunasvæði með mikla fátækt, mörg þjóðarbrot og mikil félagsleg vandamál. Þá eru margar ómenntaðar, ungar, fátækar mæður sagðar búa í hverfinu en sístur sé hagur erlends fólks í láglaunastörfum.

Í skýrslunni er hverfið sagt skera sig úr að mörgu leyti. Fjórðungur íbúa sé af erlendum uppruna, hlutfallslega fleiri íbúar séu fatlaðir eða með geðraskanir, menntunarstig sé lægra og þar fram eftir götunum.

Hins vegar segir að það beri að hafa í huga að hópurinn sem eigi í vanda sé mun minni en hinn. Flestir plumi sig vel og geti horft björtum augum til framtíðarinnar.

Vandamálin eru hins vegar sögð til staðar. Til að mynda er minnst á hættu á því að innflytjendabörn einangrist félagslega. Hins vegar sé verkefnum á borð við unglingasmiðjur og skólasel ætlað að taka á vandanum. Í sumum tilfellum dugi það hins vegar ekki til.

„Þetta er vaxandi hópur og sannleikurinn er sá að við erum ansi máttlaus hvað þennan hóp varðar. Það vantar róttæk úrræði sem við höfum ekki mótað enn þá,“ er haft eftir starfsmanni velferðarsviðs borgarinnar. – þea

Fréttablaðið í dag

SKOÐUN Þórlindur Kjartansson skrifar um forsetakosningar í Bandaríkjunum. 11

SPORT Ólafía Kristinsdóttir er í forystu á Evrópumótaröð kvenna í Abú Dabí. 12

LÍFIÐ María Th. Ólafsdóttir tók myndir af fastagestum Vesturbæjarlaugarinnar. 30

TÍMAMÓT Ljósmyndarafélag Íslands fagnar 90 ára afmæli með ljósmyndasýningu. 18

PLÚS 2 SÉRBLÖÐ ● FÓLK ● MÁLMIÐNAÐUR

*Samkvæmt prentmiðlakönnun Gallup apríl-júní 2015

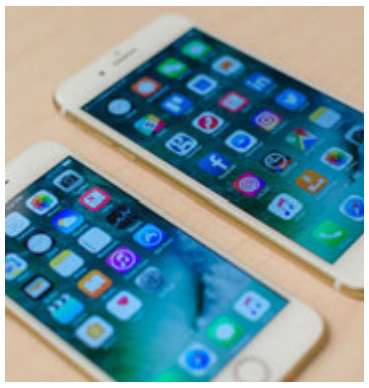
OPIÐ TIL 19

AFMÆLISHÁTÍÐ
FJÖR OG FRÁBÆR TILBOÐ

SMÁRALIND 15

Veður

Norðangola og stöku él með norður- og austurströndinni, en bjartviðri sunnan og vestan til. Frystir sums staðar í innsveitum um landið norðan- og austanvert. SJÁ SÍÐU 22



iPhone eigendur eru líklegri til að fá sér iPhone 7 í Evrópu en í Kína.

Tryggðin minnkar hjá Apple

VIÐSKIPTI Eigendur iPhone síma virðast vera minna tryggir Apple en áður ef marka má rannsókn UBS-greiningaraðilanna Stevens Milunovich og Benjamins Wilson.

Business Insider greinir frá því að smám saman virðist notendur iPhone vera að færa sig yfir til annarra síma. Í Bandaríkjunum og Evrópu eru notendur iPhone frekar tryggir Apple, en í austri, sér í lagi í Kína, er fjöldi notenda farinn að skipta út símanum.

Árið 2010 héldu 95 prósent eigenda iPhone sig við merkið þegar þeir keyptu nýjan síma en árið 2016 er þetta hlutfall orðið um 75 prósent. Hlutfallið er þó ennþá hærra en hjá Android og Samsung. Samsung-símaeigendur virðast þó verða tryggari með tímanum, ef litið er fram hjá síðasta fjórðungi þegar sprenging í Galaxy Note 7 hafði áhrif.

Notendur iPhone í Bandaríkjunum, Bretlandi, Japan og Þýskalandi halda enn fast í símana en í Kína hefur áróður gegn Apple haft þau áhrif að einungis 55 prósent fengu sér iPhone aftur á síðasta ársfjórðungi, samanborið við rúmlega 80 prósent á sama ársfjórðungi fyrir tveimur árum. Sala hjá Apple hefur dregist saman um 30 prósent milli ára í Kína. **– sg**

Stækka vegna Airwaves

Bæjarins beztu pylsur hafa nú bætt við sig aukapylsuvagni í miðbæ Reykjavíkur. Er það gert vegna mikillar ásóknar á meðan tónlistarhátíðin Iceland Airwaves stendur yfir. Aukavagninn var settur upp í gámi og stendur við hlið þess gamla. Hátíðinni lýkur á sunnudaginn næstkomandi en á meðal þeirra listamanna sem munu koma fram á hátíðinni eru PJ Harvey, múm, Santigold, Mugison og Dr. Spock . FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

Malin Brand eftir yfirheyrslu í fyrrasumar. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

Búið að ákæra Hlín og Malín

DÓMSMÁL Systurnar Hlín Einarsdóttir og Malín Brand hafa verið ákærðar í fjárkúgunarmálinu svokallaða. Þeim er gefið að sök að hafa reynt að kúga fé af þáverandi forsætisráðherra, Sigmundi Davíð Gunnlaugssyni, og öðrum manni sem Hlín hefur sakað um nauðgun. Málið verður þingfest í Héraðsdómi Reykjavíkur í mánuðinum. Ákæran var útgefin af ríkissaksóknara í gær. **–þea**

Heimilislausir Píratar vilja græna herbergið

Þingflokksherbergi Pírata rúmar flokkinn ekki lengur, enda þingflokkurinn orðinn þrefalt stærri. Birgitta Jónsdóttir gerir ráð fyrir því að Píratar fari í græna herbergið. Hafa fundað í herbergi forsætisnefndar eftir kosningarnar.

ALÞINGI Þingflokkur Pírata er þrefalt stærri í dag en hann var fyrir kosningarnar um síðustu helgi. Birgitta Jónsdóttir pírati segir flokkinn ekki ætla að nota sama þingflokksherbergi, enda sé það of lítið.

„Flokkar eiga ekki nein þingflokksherbergi. Við gerum ráð fyrir að við förum í græna herbergið," segir Birgitta. Það passi best fyrir stærð þingflokks Pírata, en Framsóknarflokkurinn var í græna herberginu á síðasta kjörtímabili.

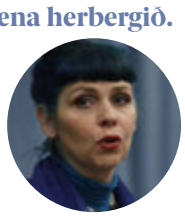
Birgitta segir þingmenn vera mjög mikið í þinghúsinu, einkum við þinglok um jól og á vorin. Þá sé nauðsynlegt að geta haft þannig aðstöðu að allir geti verið á sama stað.

Píratar hafa haldið tvo þingflokksfundi frá síðustu kosningum. Vegna plássleysis í gamla þingflokksherberginu hefur flokkurinn fengið lánað herbergi forsætisnefndar þingsins. „Við erum bara heimilislaus eins og er. Skrifstofurnar okkar eru bara fyrir þriggja manna þingflokk. En við gerum ráð fyrir því að þetta leysist allt," segir Birgitta.

Svandís Svavarsdóttir, þingmaður VG, segir umræðuna um skipan í þingherbergin vera ótímabæra. „Við erum bara enn þá að fara yfir þetta af því að gula herbergið sem við höfum alltaf verið í er heldur þröngt og það er ekki kominn neinn botn í það hvernig við leysum það. Skrifstofa þingsins hefur yfirumsjón með því og það væri hægt að leysa það með ýmsu móti, meðal annars með græna herberginu. En við erum ekki búin að botna það," segir Svandís. Hún bendir á að enn hafi ekki verið ákveðið hvenær þingið kemur saman, ekkert sé vitað hvernig næsta ríkisstjórn verður og þessi mál þurfi að skoðast samhliða því.

Þingflokkur Framsóknar mætti til fyrsta þingflokksfundar í Alþingishúsinu í gær. Andrúmsloftið hefur verið spennuþrungið að undanförnu. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

> **Flokkar eiga ekki nein þingflokksherbergi. Við gerum ráð fyrir að við förum í græna herbergið.**
>
> Birgitta Jónsdóttir
> Pírati



Þessa dagana er verið að skipta upp herberginu sem Samfylkingin hefur verið í. Ástæðan er sú að þingflokkarnir verða sjö, en voru sex á síðasta kjörtímabili og því vantar eitt herbergi.

Helgi Bernódusson, skrifstofustjóri Alþingis, segir að verið sé að ganga frá herbergjaskipaninni þessa dagana. Ekkert hafi verið ákveðið endanlega. „Þetta er ákaflega þröngt og erfitt að eiga við þetta. Ég er búinn að leggja ákveðnar hugmyndir fyrir flokkana en það er auðvitað háð því hvað menn þurfa mikið pláss og hvort þeir geta verið áfram á sínum stað eða þurfa að skipta," segir Helgi.

jonhakon@frettabladid.is

Neyðarkall til þín!

Um helgina senda björgunarsveitirnar frá sér Neyðarkall og nú treysta þær á þig!
Með því að kaupa Neyðarkallinn tekur þú þátt í uppbyggingarstarfi
björgunarsveitanna í landinu og stuðlar um leið að eigin öryggi og annarra.
Taktu vel á móti sjálfboðaliðum björgunarsveitanna og leggðu okkur lið.

Þetta er Neyðarkall til þín. Stuðningur þinn skiptir öllu máli.

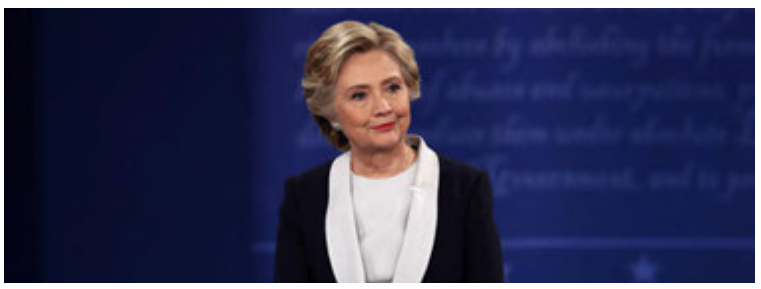
SLYSAVARNAFÉLAGIÐ
LANDSBJÖRG

kaktus SL 1016-03

Enn eitt áfallið fyrir stuðningsmenn Clinton á lokasprettinum

BANDARÍKIN Tölvupóstsklúður Hillary Clinton heldur áfram að valda henni tjóni, nú þegar aðeins fáeinir dagar eru til forsetakosninga í Bandaríkjunum.

Í gær fullyrti fréttastöðin Fox News að alríkislögreglan FBI telji 99 prósent líkur á því að leyniþjónustur allt að fimm landa hafi brotist inn í einkapóstþjón hennar þegar hún notaði hann á meðan hún var utanríkisráðherra í stjórn Baracks Obama. Þar með séu allar líkur á því að hún verði ákærð.



Hillary Clinton hefur dalað verulega í skoðanakönnunum vegna atburða síðustu daga. NORDICPHOTOS/GETTY

Fréttastöðin hefur þetta eftir tveimur ónafngreindum heimildarmönnum, sem hún segir hafa góða innsýn í rannsóknir FBI.

Barack Obama Bandaríkjaforseti fór á miðvikudag hörðum orðum um James B. Comey, yfirmann FBI, fyrir að hafa blandað sér í kosningabaráttuna á lokasprettinum.

„Við störfum ekki á grundvelli ófullkominna upplýsinga," sagði Obama, og þótt hann hafi ekki nefnt Comey á nafn, þá þótti augljóst hvern hann átti við.

Comey fullyrti í síðustu viku að hugsanlega þurfi að hefja nýja rannsókn á tölvupósti Clintons, þar sem hafin væri rannsókn á tölvupósti fyrrverandi þingmannsins Anthony D. Weiner, sem er jafnframt fyrrverandi eiginmaður aðstoðarkonu Clinton, Huma Abedin.

Verulega hefur dregið saman með Clinton og Donald Trump í skoðanakönnunum síðustu daga. **– gb**

Á Nesjavöllum. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

Tengja sumarhús við Nesjavallalínu

ORKUMÁL Íbúar og eigendur lögbýla og sumarhúsa í Miðdal, Dallandi og Hamrabrekkum vilja að lögð verði hitaveita á svæðið með tengingu við Nesjavallaæð. Veitur ohf. hafa gefið leyfi fyrir því að opnað verði á úrtak í dæluskúr meðfram Hafravatnsvegi neðan Dallands en bæjaryfirvöld í Mosfellsbæ eru enn að skoða veitingu framkvæmdaleyfis.

„Undirrituð leggur til að farið verði í viðræður við umræddda íbúa um að Hitaveita Mosfellsbæjar eignist umrædda hitaveitu, viðhaldi henni og reki, ásamt því að selja heita vatnið til íbúa í samræmi við samþykkta gjaldskrá HM hverju sinni," segir framkvæmdastjóri umhverfissviðs Mosfellsbæjar í umsögn til bæjarstjórnar. **– gar**

LEIÐRÉTTING VEGNA KJARARÁÐS

Í frétt Fréttablaðsins á þriðjudag um kjararáð birtust tvær rangar myndir af meðlimum ráðsins: Birt var mynd af Huldu Árnadóttur, framkvæmdastjóra Viðlagatrygginga, í stað Huldu Árnadóttur lögmanns og mynd af Vilhjálmi H. Vilhjálmssyni lögmanni birtist en þar átti faðir hans að vera, sem ber sama nafn og starfstitil. Hlutaðeigendur eru beðnir velvirðingar.

Fabrikkan söluhæst í sumar

Hamborgarafabrikkan var með 8,7 prósenta markaðshlutdeild af 30 söluhæstu veitingahúsum landsins í sumar. Íslendingar versluðu næstmest við Grillhúsið og Vegamót. Íslendingar virðast sólgnir í hamborgara.

VIÐSKIPTI Hamborgarafabrikkan var það veitingahús landsins sem Íslendingar versluðu mest við á þriggja mánaða tímabili sem náði til loka september. Samkvæmt niðurstöðum Meniga nam markaðshlutdeild staðarins 8,7 prósentum meðal þrjátíu söluhæstu veitingastaða landsins, en hún dróst saman um 1,2 prósent milli ára.

Næstvinsælasti staðurinn var Grillhúsið með sex prósenta hlutdeild, en hún dróst saman um 0,8 prósent milli ára. Svo voru Vegamót þriðji vinsælasti staðurinn, með 5,8 prósenta hlutdeild og bætti við sig 0,6 prósenta hlutdeild milli ára.

Ljóst er að hamborgarastaðir eru mjög vinsælir, en í fjórða og fimmta sæti eru Greifinn og TGI Fridays, og svo má nefna það að fleiri staðir sem selja hamborgara eru á listanum, til að mynda Roadhouse, Ruby Tuesday og Hamraborg Ísafirði.

Grillstaðir almennt eru vinsælir en Bautinn Grill er með 3,3 prósenta hlutdeild, Rub 23 er með 2,9 prósenta hlutdeild og Grillmarkaðurinn með 2,8 prósent.

Hlutdeild Kringlukráarinnar eykst mest milli ára, eða um 1,4 prósent. Hlutdeild Hamborgarafabrikkunnar dregst aftur á móti mest saman milli ára.

Sala hjá vinsælustu þrjátíu stöðunum nam 650 milljónum árið 2015, meðal notenda Meniga, og jókst um 17,5 prósent milli ára.

Sala Hamborgarafabrikkunnar til notenda Meniga nam 41 milljón árið 2015 og jókst um 8,3 prósent. Sala Grillhússins nam 23 milljónum og jókst um 60,8 prósent, sala Greifans nam 22 milljónum og jókst um 9,1 prósent milli ára.

Langmest er hlutfallsleg söluaukning hjá Apótekinu, en hún dregst mest saman eða um 13,3 prósent hjá Grillmarkaðnum.

Úrvinnsla Meniga byggir á tölfræðilegum samantektum sem aldei eru persónugreinanlegar. Við skilgreiningu á veitingahúsi er miðað við staði sem sérhæfa sig í mat sem snæddur er á staðnum, sem sérhæfa sig ekki fyrst og fremst í sölu áfengis eða skyndibita. Allir veitingastaðir sem reknir eru undir sama merkinu eru taldir með. **saeunn@frettabladid.is**

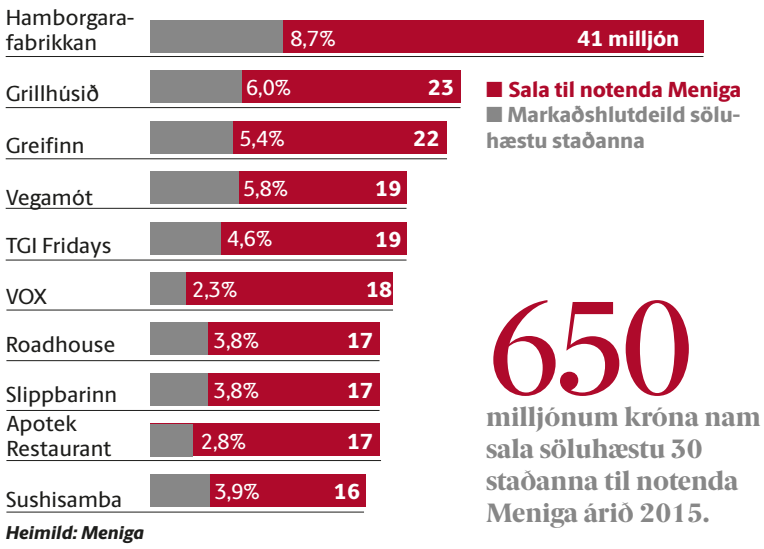
Hamborgarafabrikkan var með 8,7 prósenta hlutdeild 30 söluhæstu staðanna. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

19.090

Fabrikkuborgarar voru seldir á síðasta ári

» Meniga safnar saman og greinir upplýsingar um kauphegðun notenda sinna

Sala til Meniga-notenda 2015



Heimild: Meniga

650

milljónum króna nam sala söluhæstu 30 staðanna til notenda Meniga árið 2015.

CITROËN

HVAÐ Á C4 CACTUS SAMEIGINLEGT MEÐ KAKTUSUM?

CITROËN **C4** CACTUS

VERÐ FRÁ
2.590.000 KR.

NOKIAN VETRARDEKK OG FRÍAR ÞJÓNUSTUSKOÐANIR Í TVÖ ÁR
FYLGJA ÖLLUM C4 CACTUS
Í NÓVEMBER*

NÝTTU TÆKIFÆRIÐ

INTERNATIONAL engine of the year awards 2015
Presented by engine technology international magazine

Kaktusar eru harðgerðir, lifa á nánast engu og verja sig á snjallan hátt. Það sama á við um Citroën C4 Cactus. Veldu hagnýta hönnun, sparneytni og lágan rekstrarkostnað. Ekkert prjál, einungis hlutir sem skipta máli í dag.

Citroën C4 Cactus er fáanlegur með BlueHdi dísilvél eða nýrri PureTech bensínvél sem nýverið hlaut eftirsótta titilinn vél ársins (International Engine of the Year). Báðar vélarnar sameina frábæra frammistöðu, lága eyðslu og litla koltvísýringslosun.

Citroën C4 Cactus hefur slegið í gegn um allan heim. Glæsilegur kaupauki fylgir með í nóvember. Tryggðu þér eintak.

*1 og 2 ára þjónustuskoðun skv. staðli Citroën er innifalinn með kaupum í nóvember.

Komdu í reynsluakstur

CRÉATIVE TECHNOLOGIE

citroen.is

Nýir og notaðir bílar: Söludeildir eru opnar alla virka daga kl. 9-17 og laugardaga kl. 12-16
Brimborg Reykjavík: Bíldshöfða 8, sími 515 7040 I Brimborg Akureyri: Tryggvabraut 5, sími 515 7050

Útbúnaður getur verið frábrugðinn mynd í auglýsingu.

brimborg
Öruggur staður til að vera á

Kjósa um framkvæmdir fyrir rúmar 450 milljónir

SAMFÉLAG Framkvæmdafé í hverfakosningu Reykjavíkur hefur verið hækkað um helming og er nú 450 milljónir króna. Í gær var opnaður kosningavefur fyrir framkvæmdir í hverfum borgarinnar í fimmta sinn þar sem íbúar í Reykjavík geta tekið þátt í ákvörðunum með beinum hætti. Standa kosningar í tvær vikur á vefslóðinni kosning.reykjavik.is eða til og með 17. nóvember.

Hugmyndum var safnað hjá íbúum í júní og bárust rúmlega 900 hugmyndir sem var 50 prósenta aukning frá 2015. Tíminn frá hugmyndaskilum hefur verið nýttur til að vinna úr innsendum hugmyndum. Svipaðar hugmyndir hafa verið sameinaðar og búið er að áætla framkvæmdakostnað við hverja þeirra.

Breiðholt fær mest úthlutað eða um 70 milljónir, svo Grafarvogur, og Laugardalur og Vesturbær fá um 55 milljónir en fjármunum er skipt eftir stærð hverfa. Kjalarnes fær minnst, eða 13 milljónir. Til að tryggja minnstu hverfunum lágmarksfjárhæð til umráða er fjórðungi fjárheimildarinnar skipt jafnt milli hverfa. **– bbh**

Verkefnið í heild er í fjórum fösum. Hugmyndasöfnun; umræða um hugmyndir og úrvinnsla; kosningar og framkvæmd. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Hundruð flóttamanna drukknuðu í vikunni

ÍTALÍA Talið er að um 240 flóttamenn hafi drukknað í Miðjarðarhafi í gær og fyrradag út af ströndum Líbíu.

Fólkið er sagt hafa verið um borð í tveimur bátum sem báðum hvolfdi. Fréttir af þessu bárust með öðru flóttafólki sem bjargað var úr hafinu og var flutt til ítölsku eyjunnar Lampedusa.

Um hundrað þeirra drukknuðu á miðvikudag þegar upplásinn gúmmíbátur sökk. Annar gúmmíbátur fórst síðan í gærmorgun og þar er talið að um 140 manns hafi látið lífið.

Af fyrri bátnum björguðust 29 manns en aðeins tveir lifðu af seinna slysið, svo vitað sé.

Alls hafa þá meira en 4.200 drukknað í Miðjarðarhafi það sem af er þessu ári í tilraun til að komast yfir til aðildarríkja Evrópusambandsins, ýmist frá Tyrklandi eða frá norðurströnd Afríku.

240

Flóttamenn drukknuðu eftir að tveimur bátum hvolfdi.

Á síðasta ári er talið að nærri 3.800 hafi drukknað þar í hafinu en árið 2014 voru það nærri 3.300 manns.

Hernaðaraðgerðir Evrópusambandsins gegn smyglurum, sem reyna að koma fólki ólöglega yfir hafið, hafa orðið til þess að mennirnir eru að mestu hættir að senda fólk með trébátum út á Miðjarðarhaf. Í staðinn er nánast eingöngu notast við uppblásna gúmmíbáta sem eru enn hættulegri farartæki. Yfirleitt fylgir enginn flóttafólkinu þannig að það þarf sjálft að sjá um að stýra bátunum yfir hafið. **– gb**

Þær aðstæður koma upp reglulega að flytja þarf fólk í flutningabílum á milli spítalanna í Fossvogi og á Hringbraut því nauðsynleg tæki eru svo fyrirferðarmikil að þau komast ekki í sjúkrabíl. MYND/LSH

Flytja þarf fárveikt fólk

Flytja þarf sjúklinga á milli húsa Landspítalans í 9.000 skipti árlega. Slíkt er þeim veikustu lífshættulegt. Sárt að þurfa að flytja beinbrotin börn, segir læknir.

HEILBRIGÐISMÁL Reynsla síðustu ára sýnir að flytja þarf sjúklinga í um níu þúsund skipti á milli starfsstöðva Landspítalans í Fossvogi og á Hringbraut á hverju ári. Slíkir flutningar geta reynst þeim veikustu stórhættulegir og beinbrotnum börnum mjög erfiðir.

Ólafur Baldursson, framkvæmdastjóri lækninga á LSH, staðfestir að daglega þarf að flytja 25 sjúklinga að meðaltali – og koma upp aðstæður þar sem notast þarf við flutningabíla í stað sjúkrabíla þar sem fyrirferðarmikill búnaður þarf að fylgja hinum veika. Varla þarf að fjölyrða um óhagræðið og kostnaðinn sem af þessu hlýst, segir Ólafur en hver ferð bætir heilum degi við dvöl hvers sjúklings á spítalanum með tilheyrandi kostnaði og óhagræði fyrir einstaklinginn.

Ólafur segir að þessir flutningar geti verið lífshættulegir og nefnir dæmi af hjartasjúklingi sem þarf að fara í hjarta- og lungnavél.

„Þetta eru sjúklingar sem eru lífshættulega veikir og eiga sér þá einu von að komast í þessa vél sem er einungis staðsett á Hringbraut. Ef allt væri eðlilegt myndi okkur aldrei detta það í hug að flytja þennan sjúkling – aldrei nokkurn tímann," segir Ólafur. „Það er annað dæmi sem truflar okkur mjög mikið og það eru börn með ákveðna tegund af beinbrotum. Þau koma brotin í Fossvog, og um hluta þess hóps gildir að það þarf að flytja þau í ákveðnum fyrirferðarmiklum búnaði í sendibíl á milli spítalanna, með tilheyrandi verkjum og óþægindum. Það er með öllu óásættanlegt að þurfa að gera þetta, en eins og allir vita er barnaþjónustan staðsett við Hringbraut en slysaþjónustan í Fossvogi," segir Ólafur.

En það er ekki nokkur spurning að það eru allt of mörg dæmi um það að öryggi sjúklinga hafi verið ógnað á þessari flutningsleið – það er ekki nokkur spurning.

Ólafur Baldursson, framkvæmdastjóri lækninga

Spurður hvort sjúklingur hafi beinlínis látist vegna flutnings á milli staða svarar Ólafur því til að flutningur sjúklinga milli spítala hafi klárlega átt þátt í að tefja greiningu og meðferð margra sjúklinga, en erfitt sé að fullyrða að flutningurinn einn og sér sé orsök dauðsfalls. „En því oftar sem þarf að flytja sjúkling, þeim mun meiri áhættu er hann settur í, og ef um lífshættuleg veikindi er að ræða er augljóst að viðbótarflutningur eykur lífshættuna verulega, og það að óþörfu. Þetta er óásættanlegt fyrir okkur öll. Svo vel vill til að við eigum frábært sjúkraflutningafólk sem stendur sig með mikilli prýði, en það getur ekki bjargað öllu og það er slæmt að búa við klofinn spítala sem setur það, og okkur öll, í þessa aðstöðu," segir Ólafur.

En það þarf að flytja fleira á milli húsa Landspítalans en veikt fólk; um 25.000 ferðir þarf á milli húsa með sýni hvers konar og fjölmargar ferðir sérhæfðra starfsmanna á milli staða þar sem þeirra er þörf á hverjum tíma.

Þessu til viðbótar nefnir Ólafur að þegar komið er með sjúklinga á Hringbraut bíður oft flókinn flutningur með fárveikt fólk um rangala og upp lyftur, sem eru allt of litlar fyrir tækjabúnaðinn.

svavar@frettabladid.is

BÍLALEIGUBÍLAR TIL SÖLU

ALLIR BÍLALEIGUBÍLAR Í ÁBYRGÐ!

NÝ NOKIAN VETRARDEKK FYLGJA TIL 12. NÓVEMBER - KOMDU Í DAG!

TILBOÐ: 1.990.000 kr.
~~Verð: 2.090.000 kr.~~
Ford Fiesta Titanium LXU55
05/2015, 1,0i bensín, sjálfskiptur.
Silfur. Ek. 47.500 km.
Í ÁBYRGÐ

TILBOÐ: 3.300.000 kr.
~~Verð 3.690.000 kr.~~
Volvo V40 Cross Country Kinetic DYM61
04/2015, 1,6 D2 dísil, sjálfskiptur.
Hvítur. Ek. 59.000 km.
Í ÁBYRGÐ

TILBOÐ 3.090.000 kr.
~~Verð 3.490.000 kr.~~
Ford Kuga Titanium ISB25
06/2014, 2,0TDCi dísil, beinskiptur.
Grænn. Ek. 87.000 km.
Í ÁBYRGÐ

TILBOÐ: 2.790.000 kr.
~~Verð 3.090.000 kr.~~
Ford Mondeo Titanium SVD85
04/2014, 2,0TDCi dísil, beinskiptur.
Grænn. Ek. 57.000 km.
Í ÁBYRGÐ

TILBOÐ: 2.290.000 kr.
~~Verð: 2.490.000 kr.~~
Ford Focus Trend LSG25
04/2014, 1,6i bensín, sjálfskiptur.
Grár. Ek. 68.000 km.
Í ÁBYRGÐ

TILBOÐ: 3.190.000 kr.
~~Verð: 3.490.000 kr.~~
Ford Mondeo Titanium SUX12
03/2015, 1,5i bensín, sjálfskiptur.
Grár. Ek. 65.500 km.
Í ÁBYRGÐ

TILBOÐ 2.990.000 kr.
~~Verð: 3.240.000 kr.~~
Ford Transit Kombi 9 sæta TPA66
06/2013, 2,2TDCi dísil, beinskiptur.
Silfur. Ek. 114.000 km.
Í ÁBYRGÐ

TILBOÐ 1.490.000 kr.
~~Verð: 1.690.000 kr.~~
Citroën C3 Seduction JDR28
03/2015, 1,2i bensín, sjálfskiptur.
Hvítur. Ek. 46.000 km.
Í ÁBYRGÐ

TILBOÐ 3.390.000 kr.
~~Verð 3.590.000 kr.~~
Ford Kuga Titanium JSH11
06/2014, 1,6TDCi bensín, sjálfskiptur.
Grár. Ek. 107.000 km.
Í ÁBYRGÐ

TILBOÐ: 2.090.000 kr.
~~Verð 2.290.000 kr.~~
Citroën Berlingo Multispace SNH50
03/2015, 1,6HDi dísil, beinskiptur.
Dökkgrár. Ek. 47.000 km.
Í ÁBYRGÐ

TILBOÐ 3.090.000 kr.
~~Verð: 3.290.000 kr.~~
Mazda6 Vision HBE55
05/2015, 2,0 SKYACTIV bensín, sjálfskiptur.
Hvítur. Ek. 65.000 km.
Í ÁBYRGÐ

TILBOÐ 1.690.000 kr.
~~Verð 1.890.000 kr.~~
Citroën C4 Cactus Live LZE16
05/2015, 1,2i bensín, beinskiptur.
Rauður/Svartur. Ek. 57.000 km.
Í ÁBYRGÐ

▸ Brimborg tekur allar tegundir bíla uppí ▸ Allt að 90% fjármögnun í boði ▸ Komdu og prófaðu

NOTADIR.BRIMBORG.IS

FYLGSTU MEÐ Á FACEBOOK
Notaðir bílar - Brimborg

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 af bílunum eru aðeins tákn um bíla sömu gerðar og því getur útbúnaður og litur verið frábrugðinn.

Fjárfestirinn Gina Miller, sem höfðaði málið gegn bresku stjórninni, gengur ásamt fylgdarliði sinu út úr dómshúsinu í London í gær eftir að hafa borið sigur úr býtum.
NORDICPHOTOS/AFP

Útganga Breta í uppnámi

Stjórn Theresu May hyggst áfrýja dómsúrskurði um að breska þingið þurfi að samþykkja útgöngu úr ESB. Dómstóllinn segir ríkisstjórn enga heimild hafa til að virkja útgönguákvæði ESB, þrátt fyrir þjóðaratkvæðagreiðsluna í sumar. Aðskilnaðarsinnar lýsa yfir áhyggjum af mögulegum svikum þingsins við kjósendur.

BRETLAND Dómstóll í London komst í gær að þeirri niðurstöðu að breska þingið fari með ákvörðunarvald um það hvort Bretland segi sig úr Evrópusambandinu.

Ríkisstjórn Bretlands geti ekki upp á sitt eindæmi virkjað 50. grein Lissabonsáttmála Evrópusambandsins, jafnvel þótt breska þjóðin hafi samþykkt útgöngu í þjóðaratkvæðagreiðslu þann 23. júní síðastliðinn.

Ríkisstjórn Theresu May og Íhaldsflokksins sagði úrskurðinn valda vonbrigðum, en honum verði áfrýjað til hæstaréttar. Þegar hefur verið gefið út að hæstiréttur muni kveða upp úrskurð í þessu máli 7. desember næstkomandi.

„Þjóðin kaus að yfirgefa Evrópusambandið í þjóðaratkvæðagreiðslu sem hafði samþykki í lögum frá þinginu," segir í yfirlýsingu stjórnarinnar. „Og stjórnin er staðráðin í að virða niðurstöður þjóðaratkvæðagreiðslunnar."

52%
Var hlutfall Breta sem kusu

May hefur sagt stefnt að því að virkja útgönguákvæði Lissabon-samningsins, 50. greinina, í mars á næsta ári.

Fari svo að hæstiréttur staðfesti dómsúrskurðinn þá þarf stjórnin hins vegar að spyrja þingið, en engan veginn er ljóst hvort meirihluti sé á þingi fyrir útgöngu.

Breska pundið tók dálítinn kipp við tíðindin, hækkaði um 1,4 prósent gagnvart bæði evru og dollar. Gengi pundsins hefur hríðlækkað eftir að þjóðin samþykkti útgöngu úr ESB í júní síðastliðnum.

Evrópuandstæðingurinn Nigel Farage, fráfarandi leiðtogi breska UKIP-flokksins, sagðist hins vegar í gær vera farinn að hafa verulegar áhyggjur. Hætta sé á því að breskir þingmenn muni svíkja kjósendur, sem samþykktu í þjóðaratkvæðagreiðslu í sumar að Bretland ætti að ganga úr Evrópusambandinu.

„Við erum að stefna í hálfa útgöngu," sagði hann í útvarpsviðtali í gær. Sjálfur ætli hann hins vegar að halda ótrauður áfram barátttu sinni gegn aðild Bretlands að Evrópusambandinu: „Ég er ekkert að fara að hverfa. Ef við höfum ekki farið úr ESB vorið 2019 þá myndi ég þurfa að helga allan tíma minn baráttunni á ný."

Hann sagði af sér formennsku í flokknum í sumar, eftir niðurstöðu þjóðaratkvæðagreiðslunnar, enda hafði hann þá náð fram helsta baráttumáli sínu.

gudsteinn@frettabladid.is

Ég er ekkert að fara að hverfa. Ef við höfum ekki farið úr ESB vorið 2019 þá myndi ég þurfa að helga allan tíma minn baráttunni á ný.

Nigel Farage, fráfarandi leiðtogi UKIP

Segir dóminn breyta öllu

„Þetta er alger „game-changer" í málinu," sagði Eiríkur Bergmann stjórnmálafræðiprófessor við fréttastofu í gær um dóminn. Eiríkur sagði það mikilvægasta við úrskurðinn að breska þingið sé fullvaldurinn í málinu. „Fullveldið í Bretlandi er ekki í höndum þjóðarinnar. Það er ekki í höndum drottningar. Það er ekki í höndum ríkisstjórnar. Það er í höndum þingsins. Það er æðsta vald Bretlands."

Þá sagði Eiríkur þingið hafa rétt til að taka sjálfstæða ákvörðun, burtséð frá niðurstöðu þjóðaratkvæðagreiðslunnar. „Þingmenn verða í vanda staddir. Eiga þeir að fylgja eigin sannfæringu í málinu eða forskrift þjóðarinnar? Ég hugsa að mjög margir þingmenn – Bretar búa við einmenningskjördæmi – muni skoða niðurstöðuna í sínu kjördæmi." Niðurstaða hvers kjördæmis verði svo lögð til grundvallar atkvæðis viðkomandi þingmanns.

Misjöfn viðbrögð

Þingmenn eru fulltrúar þjóðarinnar og þjóðin kaus að yfirgefa Evrópusambandið. Við ætlum að vinna eftir þeim niðurstöðum og fá sem hagstæðasta skilmála fyrir Bretland.

David Davis, Brexitmálaráðherra

Ríkisstjórnin verður að sýna þinginu skilyrðin sem lögð verða fram í úrsagnarviðræðunum. Það verður að ríkja algjört gagnsæi í þessum málum.

Jeremy Corbyn, formaður Verkamanna-flokksins

Við verðum að virða yfirvald þingsins.

Gina Miller, stefnandi í málinu

Þjóðin fékk að kjósa um brotthvarf en ekki áfangastað. Þess vegna ætti að kjósa aftur þegar samningar um úrsögn hafa náðst.

Tim Farron, formaður Frjálslyndra demókrata

Ríkisstjórnin ætti að una niðurstöðunni í stað þess að áfrýja til hæstaréttar.

Nicola Sturgeon, formaður Skoska þjóðarflokksins

Juncker uggandi yfir töfunum

Jean-Claude Juncker, forseti framkvæmdastjórnar Evrópusambandsins, er uggandi yfir þeim töfum á úrgöngu Bretlands sem dómurinn kann að valda. Þetta fullyrti talsmaður embættis hans í viðtali við Guardian í gær. Juncker er sagður ætla að funda með Theresu May forsætisráðherra í gegnum síma í dag.

Juncker neitaði sjálfur að tjá sig um það hvernig Bretar hátta sínum enda úrsagnarinnar en talsmaðurinn sagði öll önnur aðildarríki Evrópusambandsins fara fram á að fimmtugasta grein Lissabonsáttmálans yrði virkjuð sem allra fyrst.

Þá lýstu fleiri embættismenn Evrópusambandsins yfir áhyggjum sínum í viðtali við Guardian, þó í skjóli nafnleyndar. Það sem helst bar á góma var efi um hvort May næði að standa við gefið loforð um að virkja greinina fyrir aprílmánuð næsta árs. Var því haldið fram, líkt og Juncker gerði, að allar tafir væru óvelkomnar því þær ykju óvissu.

EITT ÁR AF ELDSNEYTI

» Ársbirgðir af eldsneyti fylgja nú kaupum á öllum nýjum bílum frá Opel*

OPEL VEISLA

opel.is | benni.is

* Miðað er við 15.000 km akstur á ári og uppgefna meðaleyðslu eldsneytis í blönduðum akstri frá framleiðanda. Eldsneytisverð er miðað við algengasta verð eldsneytis hjá OrkanX á kaupdegi bíls. Opel veislu kaupaukinn gildir ekki með öðrum tilboðum eða sérsamningum.

Bílahúð Benna
Sérfræðingar í bílum

Reykjavík
Tangarhöfða 8
590 2000

Reykjanesbæ
Njarðarbraut 9
420 3330

Opið virka daga frá 9 til 18
Laugardaga frá 12 til 16
Verið velkomin í reynsluakstur

OPEL Á ÍSLANDI
Kynntu þér Opel fjölskylduna á benni.is | opel.is

Börnin sem lifa í skugganum

Hafliði Helgason
haflidi@frettabladid.is

Sennilega er mikilvægasti mælikvarði á gæði samfélags sá að það bjóði hverjum og einum sem í því býr möguleika á fjölbreyttum þroskakostum. Hvar sem fólk stendur á litrófi stjórnmálanna erum við flest þeirrar skoðunar að gott samfélag feli í sér tækifæri til þess að þroska hæfileika sína, sjálfum sér og samfélagi til góðs.

Því miður er svo að ýmsir þættir hindra það að hver og einn búi við þær aðstæður að geta fetað góða braut í lífinu. Ástæðurnar eru mismunandi og liggja ekki alltaf í efnislegum gæðum, þótt þau hafi veruleg áhrif.

Rauði krossinn gaf út skýrsluna Fólkið í skugganum sem er skýrsla um stöðu þeirra lakast settu. Skýrslan er þarft innlegg í að vekja athygli á stöðu hóps sem ekki á sér háværa málsvara.

Samkvæmt skýrslunni búa tvö prósent þjóðarinnar við alvarlegan skort. Þeir helstu sem standa höllum fæti eru einstæðar mæður með litla menntun, innflytjendur og fólk sem býr við geðraskanir og/eða fíknivanda.

Það sem er alvarlegast við þennan vanda er að verði ekkert að gert, þá erfist hann. Fram kemur í skýrslunni að börn sem búa við fátækt einangrast, eru ekki í leikskóla eða tómstundum. Það er þessi einangrun sem gerir það að verkum að allar fyrirmyndir skortir og því erfist félagsleg staða milli kynslóða.

Þó vissulega sé aðkallandi að bæta úr húsnæðisskorti þeirra hópa sem veikast standa og skapa þeim betra lífsviðurværi er enn mikilvægara að grípa til úrræða sem geta rofið vítahring félagslegrar fátæktar.

Stöðu margra sem eru til umfjöllunar í skýrslunni er hægt að breyta með réttum stuðningi og leiðsögn. Rjúfa vítahring félagslegrar einangrunar og atvinnuleysis. Kostnaður við að ná til slíks hóps og veita honum stuðning til eigin uppbyggingar þarf ekki að vera mikill og fullyrða má að framlög til slíks skili sér margfalt.

Víða er unnið gott starf bæði á vegum félagasamtaka og opinberra aðila. Reykjavík tekur á sig mestan þungann af vandamálinu og kostnað af því. Það er auðvitað ósanngjarnt að sveitarfélög geti í raun ýtt frá sér félagslegum vanda yfir á önnur. Þarna þarf ríkið að koma til og jafna stöðuna.

Augljóst er af lestri skýrslunnar hversu mikilvægt er að grípa inn í snemma á mannsævinni og skapa börnum sem búa við erfiðar aðstæður tækifæri til að vaxa og dafna. Slíkt ætti ætíð að vera keppikefli samfélagsins og á ábyrgð okkar allra.

Að opna barni sýn á aðra möguleika í lífinu og skapa skilyrði til að opna dyr fyrir þeim sem komnir eru í öngstræti í lífinu, þarf hvorki að vera dýrt né erfitt. Þetta snýst ekki bara um peninga, heldur hugarfar og samstilltar aðgerðir ríkis, sveitarfélaga og félagasamtaka.

Stöðu margra sem eru til umfjöllunar í skýrslunni er hægt að breyta með réttum stuðningi og leiðsögn. Rjúfa vítahring félagslegrar einangrunar og atvinnuleysis.

Félagsfundir

MATVÍS boðar til félagsfunda með sveinum og nemum

Fundirnir verða haldnir í húsakynnum félagsins Stórhöfða 31 í Reykjavík og á Akureyri á Hótel Kea.

8. nóvember félagsmenn í matreiðslu og framreiðslu kl. 15.00 í Rvk.
9. nóvember félagsmenn í matreiðslu og framreiðslu kl. 14.30 á Ak.
9. nóvember félagsmenn í bakstri kl. 15.30 á Akureyri
9. nóvember félagsmenn í kjötiðn kl. 17.00 á Akureyri
16. nóvember félagsmenn í bakstri kl. 15.00 í Reykjavík.
16. nóvember félagsmenn í kjötiðn kl. 17.00 í Reykjavík

Halldór

Frá degi til dags

Spur Kóla

Formenn Bjartrar framtíðar og Viðreisnar ætla að ganga hönd í hönd í öllum þeim stjórnarmyndunarviðræðum sem fram undan eru. Þeir virðast líta svo á að flokkarnir eigi svo mikla samleið að nú sé við hæfi að ganga sem einn maður til viðræðna, þó það hafi ekki verið ráðgert fyrir kosningar. Það er þekkt stef að markaðssetja sömu vöruna á mismunandi hátt fyrir tvo ólíka hópa. Viðreisn höfðar til fólks úr atvinnulífinu örlítið hægra megin við miðju, en Björt framtíð til ungs fólks örlítið vinstra megin við miðju. Ekki ósvipað og Coke light og Coke zero.

Brúin

Óttarr Proppé, formaður Bjartrar framtíðar, hefur þó sagt að honum hugnist betur stjórn þar sem bæði Vinstri græn og Sjálfstæðisflokkur kæmu saman. Stjórn D V C og A hefði ríflegan meirihluta, 42 þingmenn, og uppfyllti kröfur um breiða skírskotun stjórnar eins og Katrín Jakobsdóttir túlkaði þjóðarviljann eftir kosningar. Gárungarnir hafa nefnt stjórn Sjálfstæðisflokks og Viðreisnar Engeyingastjórnina, vegna ættartengsla Bjarna og Benedikts. Með Vinstri græn í ríkisstjórn Sjálfstæðisflokks væri um svo breiða skírskotun að ræða að hún gæti heitið Samfylkingin. Það nafn er hvort sem er á lausu. snaeros@frettabladid.is

Atvinnuþátttaka fólks með skerta starfsgetu

Sigríður Hanna Ingólfsdóttir
félagsráðgjafi hjá ÖBÍ

Enn fremur þarf að taka út krónu á móti krónu skerðingar og afnema víxlverkun í samspili almannatrygginga og lífeyrissjóða.

Á íslenskum vinnumarkaði eru ýmsar hindranir sem verða á vegi fólks með skerta starfsgetu. Um þriðjungur örorkulífeyrisþega er á vinnumarkaði og með einhverjar atvinnutekjur. Tækifærin til að stunda vinnu eru af skornum skammti fyrir þennan hóp fólks. Atvinnurekendur hafa verið tregir til að ráða fólk með skerta starfsgetu til starfa. Því þarf að fjölga verulega hlutastörfum og störfum með sveigjanlegan vinnutíma, tilhögun og fyrirkomulag. Vinnuveitendur þurfa að taka virkan þátt í að skapa fólki með skerta starfsgetu raunveruleg tækifæri til atvinnuþátttöku. Hér gæti hið opinbera sýnt gott fordæmi, meðal annars með lagasetningu gegn mismunun, ráða fólk með skerta starfsgetu til vinnu og draga verulega úr tekjuskerðingum.

Nýlega var viðtal á Stöð 2 við örorkulífeyrisþega sem var með 25 þúsund krónur í atvinnutekjur á mánuði fyrir skatt, en ávinningur af þeim atvinnutekjum var rúmar tvö þúsund krónur eftir skatt og tekjuskerðingar. Öryrkjabandalag Íslands hefur lagt áherslu á að afnema þurfi hinar miklu tekjuskerðingar og hefur lagt fram ítarlegar tillögur þess efnis í skýrslunni Virkt samfélag. Tillögurnar voru innlegg ÖBÍ inn í vinnu nefndar um endurskoðun laga um almannatryggingar. Í þeirri nefnd var sátt um að taka út krónu á móti krónu skerðingar fyrir alla lífeyrisþega. Því miður náði sú breyting ekki inn í drög félags- og húsnæðismálaráðherra að frumvarpi, sem var til umsagnar síðastliðið sumar. Hins vegar var vægi sérstakrar framfærsluuppbótar, uppbótaflokks sem skerðist krónu á móti krónu, óbreytt eða aukið með lögum sem voru samþykkt á Alþingi í október sl.

ÖBÍ hefur lagt áherslu á að farið verði strax í að bæta kjör lífeyrisþega með verulegri hækkun þannig að lífeyrir almannatrygginga dugi fyrir framfærslu í íslensku samfélagi. Enn fremur þarf að taka út krónu á móti krónu skerðingar og afnema víxlverkun í samspili almannatrygginga og lífeyrissjóða. Þessar úrbætur er hægt að framkvæma strax ef vilji er fyrir hendi.

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*

Sumarliði er fullur í Hvíta húsinu

Í DAG

Þórlindur Kjartansson

Stjórnmál snúast um átök og þannig á það að vera. Það er nauðsynlegt að það sé tekið harkalega á og það er sannarlega ekki eftirsóknarvert að allir séu sammála.

Það er magnað að enginn hafi kveikt á þessu fyrr; en ég tel mig hafa komist að því hver er heilinn á bak við forsetaframboð—og líklegan sigur—Donalds Trump í Bandaríkjunum. Og við Íslendingar megum vera stolt því ég fæ ekki betur séð en að það sé okkar ástkæra söngvaskáld Bjartmar Guðlaugsson.

„Ég veit allt, ég get allt. Ég kann allt, ég skil allt—fíla allt miklu betur en fúll á móti. Ég sé allt, ég má allt, ég finn allt, ég er allt," söng Sumarliði fullur í lagi Bjartmars. „Ég er kroppur, ég er fróður, fallegri í framan heldur en fúll á móti. Ég er góður, aldrei óður, ekki fitukeppur eins og slappi fúll á móti," bætti hann við. Allar þessar fáránlegu setningar, settar fram til háðungar oflátungum, myndu smellpassa inn í framboðsræður og tilsvör mannsins sem verður hugsanlega kjörinn í ábyrgðarmesta embætti veraldar eftir nokkra daga.

Oflátungur í Hvíta húsið

„Ég er með besta minni í heimi," hefur Trump montað sig. „Enginn les Biblíuna meira en ég," hefur hann líka sagt þótt leiða megi líkur að því að hann hafi sleppt nokkrum mikilvægum köflum. „Enginn ber meiri virðingu fyrir konum heldur en ég," fullyrðir hann trekk í trekk jafnvel þótt hann sé margsinnis búinn að sýna fram á hið algjörlega gagnstæða.

Allt frá því Trump byrjaði kosningabaráttu sína hafa fjölmiðlungar og fræðingar keppst við að lýsa því yfir að það sé óhugsandi að hann nái kjöri. Fyrst trúði enginn að hann yrði útnefndur fyrir Repúblikanaflokkinn—og nú dynur á manni óskhyggjan um að hann geti ekki unnið. En því miður óttast ég að hann eigi meira en góðan möguleika á að ná kjöri.

Hvernig gat þetta gerst?

Hvort sem Trump nær sigri, eða tapar, þá hljóta margir að spyrja sig annaðhvort „hvernig gat þetta gerst?" eða „hvernig gat þetta gengið svona langt?" Fyrir því hljóta að vera ýmsar ástæður—en ein þeirra hlýtur að vera sú skrímslavæðing sem stjórnmálamenn í Bandaríkjunum hafa tileinkað sé á síðustu árum.

Á allra síðustu árum—líklega einkum með tilkomu Teboðshreyfingarinnar svokölluðu—hefur heiftin, vænisýkin og illgirnin náð tökum á bandarískum stjórnmálum. Það að sýna meðlimum annarra sjónarmiða virðingu varð smám saman tákn um linkind og aumingjaskap. Það var ekki nóg að líta á pólitíska andstæðinga sem manneskjur á annarri skoðun, heldur þurfti að skilgreina þá sem hættulegar ófreskjur, þjóðníðinga og svikara.

Og viti menn—þegar búið er að sannfæra nógu marga um að andstæðingurinn sé óvinur og ófreskja þá verður fólki ekkert sérstaklega bilt við þótt fram komi stjórnmálamaður sem lofar að haga sér eins og ófreskja. Donald Trump lofar því að neyða milljónir íbúa Bandaríkjanna út úr landinu með ofbeldi, hann talar um að koma mótframbjóðanda sínum bak við lás og slá og hefur í ofanálag verið ófáanlegur til þess að lofa því að sætta sig við niðurstöðu kosninganna (nema auðvitað ef hann vinnur).

Hvort sem verstu spár um afleiðingar kjörs Donalds Trump verða að veruleika breytir engu um það hversu ótrúlegt það er að maður sem fæstir myndu treysta til að sitja í stjórn foreldrafélags í grunnskóla sé hársbreidd frá því að verða valdamesti maður heims.

Galdrar og kökuskreytingar

Þessi ömurlega staða í Bandaríkjunum er áminning um það hversu dýrmætt það er ef stjórnmálamenn eru vandir að virðingu sinni; að þeir virði lýðræðið—og bæði skráðar og óskráðar reglur þess—meira en svo að þeir séu tilbúnir til þess að beita öllum ráðum til að ná völdum.

Eftir kosningarnar hér á landi hefur verið uppörvandi að fylgjast með framkomu íslenskra stjórnmálaleiðtoga. Enginn íslenskur stjórnmálaflokkur sökkti sér í sambærilega forarpytti og skilað hafa misjöfnum karakterum miklu fylgi víða annars staðar í heiminum. Það ber heldur ekki á öðru heldur en að jafnvel þau sem mest eru ósammála komi fram við hvert annað af virðingu og skilningi. Stjórnmálaleiðtogar á Íslandi koma fram við hvert annað eins og fólk.

Þótt við vitum auðvitað að stjórnmálamenn eru venjulegt fólk þá þurfa þeir stundum að minna á það. Fyrir kosningar var til dæmis töluvert hlegið að tilraunum stjórnmálamanna til þess að sýna fram á mýkri hliðarnar. Þetta virtist jafnvel fara í taugarnar á sumum, sem kjósa frekar að mála andstæðinga sína sterkari litum.

En er það ekki bara ágætt fyrir gallharða hægrimenn að vita að Katrín Jakobsdóttir á stórskemmtilegar hliðar og að hún stundar galdra og sjónhverfingar? Og er ekki aðeins erfiðara að hatast út í Bjarna Benediktsson þegar maður hefur séð natnina sem hann leggur í að skreyta afmæliskökuna fyrir dóttur sína? Við getum þá að minnsta kosti gengið út frá því að þeir sem eru ósammála okkur séu ekki endilega illmenni.

Virðum leikinn

Stjórnmál snúast um átök og þannig á það að vera. Það er nauðsynlegt að það sé tekið harkalega á og það er sannarlega ekki eftirsóknarvert að allir séu sammála. En ef stjórnmálamenn verða svo helteknir af því að sigra með öllum tiltækum ráðum að þeir kasta út um gluggann allir virðingu fyrir sjálfum sér og öðrum þá bjóða þeir heim hættunni á hörmungum.

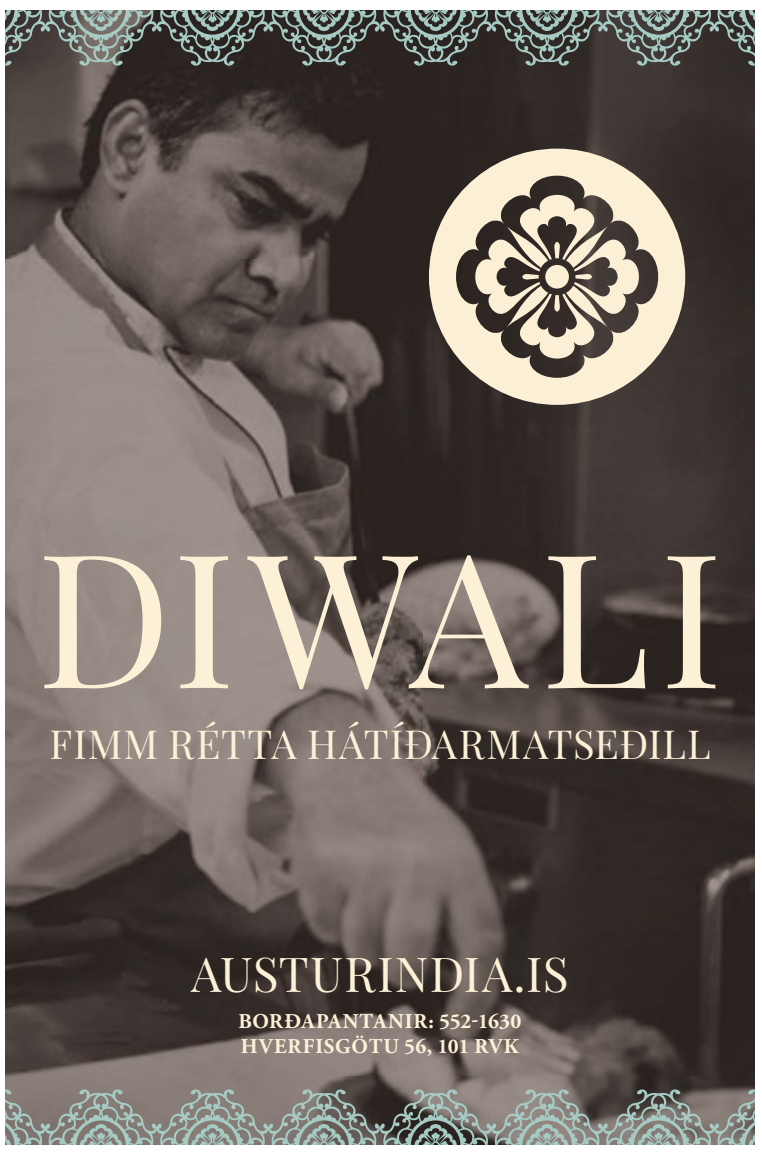
Stjórnmálamenn verða að halda í heiðri óskrifað samkomulag um hvernig „leikurinn" er spilaður. Lýðræðið er nefnilega dálítið eins og laxveiðiá. Það er hægt að veiða meira um hríð með því að nota maðk frekar en flugu—og líklega mest á net, eða napalm—en þar með er veiðimaðurinn líka að eyðileggja ána og ánægjuna fyrir öllum öðrum. Og með ólöglegum veiðarfærum í kosningum—skrímslavæðingu, heift og hatri—er líka verið að eyðileggja farveg lýðræðisins og ryðja í honum brautir sem einungis þeir forhertustu og illgjörnustu láta sér detta í hug að þræða.

Sem betur fer er Ísland í augnablikinu laust við þetta.

Ólafía Þórunn Kristinsdóttir hefur spilað frábært golf í Abú Dabí en hún hitti 17 af 18 flötum á öðrum degi og fékk sjö fugla. LJÓSMYND/LET

Ólafía ísköld í eyðimörkinni

Ólafía Þórunn Kristinsdóttir er með forystu á sterku móti í Evrópumótaröð kvenna í Abú Dabí fyrir seinni tvo hringina. Fimmtán fuglar á fyrstu 36 holunum. Getur ellefufaldað verðlaunaféð sitt hingað til með sigri.



GOLF „Þetta var skemmtilegur dagur. Ég var að slá ótrúlega vel og koma mér í færi sem ég náði svo að nýta mér," sagði Ólafía Þórunn Kristinsdóttir, atvinnukylfingur úr GR og ríkjandi Íslandsmeistari í höggleik, eftir frábæran annan hring á sterku móti í Abú Dabí sem er hluti af Evrópumótaröð kvenna.

Ólafía Þórunn fer á kostum í Sameinuðu arabísku furstadæmunum en eftir að fara fyrsta hringinn á 65 höggum eða sjö höggum undir pari spilaði hún annan hring í gær á 66 höggum eða sex höggum undir pari. Hún er í heildina búin að fá fimmtán fugla á fyrstu 36 holunum og er í forystu í mótinu eftir fyrri tvo keppnisdagana á þrettán höggum undir pari. Hún er með þriggja högga forskot fyrir helgina.

Ólafía Þórunn hitti 17 af 18 flötum sem er náttúrlega magnað og var því í ágætu færi nánast á hverri einustu holu.

„Þessi völlur hentar mér vel. Ég elska þessar flatir. Ég kom mér líka í færi sem ég hefði getað nýtt betur. Þetta var samt alveg geggjaður dagur," sagði Ólafía Þórunn sem spilaði nánast fullkomið golf á Saadiyat-golfvellinum í Abú Dabí í gær.

Síminn að springa

Þessi 24 ára gamli tvöfaldi Íslandsmeistari sýndi enga taugaspennu á öðrum hring þrátt fyrir að vera í forystunni eftir þann fyrsta.

„Það er ég sem ræð því hvort þetta hefur áhrif á mig eða ekki. Ég gerði allt bara eins og á fyrsta hringnum og bætti engri pressu á mig," sagði Ólafía Þórunn en hún segist ekki finna fyrir neinum taugatitringi úti á vellinum þrátt fyrir að vera að spila við sumar af þeim bestu.

> Það er ég sem ræð því hvort þetta hefur áhrif á mig eða ekki. Ég gerði bara allt eins og á fyrsta hringnum.
>
> Ólafía Þórunn Kristinsdóttir

„Í rauninni var ekkert stress í mér og það kom kannski aðeins á óvart. Það var bara svo gaman í gær því allir á Íslandi voru svo glaðir fyrir mína hönd. Síminn var að springa af skilaboðum. Ég þarf bara að vera róleg núna og vonandi tekst mér það," sagði Ólafía Þórunn.

Milljónir í boði

Fari svo að Reykvíkingurinn haldi áfram að spila svona vel og vinni mótið fær hún 9,1 milljón króna í sigurlaun. Takist það mun hún ellefufalda heildarverðlaunafð sitt í Evrópumótaröðinni til þessa og rúmlega það. Ólafía hefur þrisvar sinnum fengið verðlaunafé fyrir þátttöku á LET-mótaröðinni og eru heildartekjurnar 790.000 krónur.

Minnst fékk Ólafía 200.000 krónur fyrir að hafna í 44. sæti á móti í Andalúsíu en mest fékk hún ríflega hálfa milljón þegar hún náði 16. sæti á Tipsport Golf-meistaramótinu.

„Þetta er alveg frábært. Ég er ekkert taugaóstyrk heldur reyni ég bara að halda mér í núinu og spila vel. Vonandi get ég haldið svona áfram," sagði Ólafía Þórunn Kristinsdóttir.

tomas@365.is

Nýjast

Evrópudeild UEFA

A-riðill
Fenerbache - Man Utd 2-1
Zorya - Feyenoord 1-1

B-riðill
Astana - Olympiakos 1-1
APOEL - Young Boys 1-0

C-riðill
Anderlecht - Mainz 6-1
Qabala - St. Etienne 1-2

D-riðill
Maccabi - AZ Alkmaar 0-0
Viðar Örn Kjartansson spilaði fyrir Maccabi.
Zenit - Dundalk 2-1

E-riðill
Austria Vín - Roma 2-4
Astra - Viktoria Plzen 1-1

F-riðill
Athletic - Genk 5-3
Sassuolo - Rapid Vín 2-2
Arnór Ingvi Traustason spilaði fyrir Rapid.

G-riðill
Ajax - Celta Vigo 3-2
Panathinaik. - Standard 0-3

H-riðill
Braga - Konyaspor 2-1
Gent - Shakhtar 3-5

I-riðill
Schalke - Krasnodar 2-0
Nice - Salzburg 0-2

J-riðill
PAOK - Qarabag 0-1
Fiorentina - Slovan 3-0

K-riðill
Sp. Prag - Hapoel Beer 2-0
Southampton - Inter 2-1

L-riðill
Villarreal - Osmanlispor 1-2
Zürich - Steaua 0-0

Domino's-deild karla

Keflavík - Tindastóll 101-79
Stigahæstir: Amin Stevens 35/19 fráköst, Guðmundur Jónsson 23, Magnús Már Traustason 13 - Mamadou Samb 22/8 fráköst, Pétur R. Birgisson 20/6 stoðsendingar, Christopher Caird 19.

Snæfell - Stjarnan 51-100
Stigahæstir: Viktor Marinó Alexandersson 12 - Eysteinn Bjarni Ævarsson 14, Devon Austin 13, Arnþór Freyr Guðmundsson 13.

Njarðvík - Skallagrím. 94-80
Stigahæstir: Stefan Bonneau 30, Björn Kristjánsson 20, Logi Gunnarsson 14/5 stoðsendingar - Flenard Whitfeld 27/12 fráköst, Sigtryggur Arnar Björnsson 24/7 fráköst/6 stoðsendingar, Bjarni Guðmann Jónsson 11/7 fráköst.

ÍR - Grindavík 78-81
Stigahæstir: Matthías Orri Sigurðarson 20/6 stoðsendingar, Matthew Hunter 17/8 fráköst - Lewis Clinch Jr. 20, Dagur Kár Jónsson 14, Ómar Örn Sævarsson 13/9 fráköst.

Í dag

09.00	Fatima Ladies Open	Golfst.
19.40	Brentford - Fulham	Sport 2
19.45	KR - Þór Þ.	Sport
20.30	Shrines Open	Golfstöðin
22.00	Körfuboltakvöld	Sport
00.00	Chicago - NY Knicks	Sport

Domino's-deild karla:
19.15 Þór Ak. - Haukar Höllin Ak.

Olís-deild kvenna:
19.30 Fylkir - Valur Fylkishöll

WILD WEEKENDS

SPARIÐ

50%

Á VÖLDUM **XMAS HITS**

FÖSTUDAGUR TIL SUNNUDAGS 4.-6.11.2016

OPNUNARTÍMI:

Smáratorg: föstudagur 11:00-19:00, 10:00-18:00 laugardag og 12:00-18:00 sunnudag.
Korputorg: föstudagur 11:00-18:30, 10:00-18:00 laugardag og 12:00-18:00 sunnudag.
Glerártorg: föstudagur 10:00-18:30, 10:00-17:00 laugardag og 13:00-17:00 sunnudag.

Toys"R"Us®

198
kr. 400 g

Wewalka Pizzadeig
Ferskt, 400 g

ÍSLENSKT PEPPERONI

395
kr. pk.

Stjörnugrís Pepperoni
180 g

NÝBAKAÐ!

359
kr. 4 stk.

Bónus Kjallarabollur
Með osti, 4 stk.

NÝBAKAÐ!

259
kr. 4 stk.

Bónus Kringlur
4 stk.

298
kr. 400 g

Bónus Piparkökur
400 g

2L

195
kr. 2 l

Pepsi og Pepsi Max
2 lítrar

ENGIN KOLVETNI

179
kr. 591 ml

Powerade Zero
591 ml, 3 teg.

Verð áður 494kr.

398
kr. 500 ml

MS Rjómi
500 ml - Verð áður 494 kr.

KAKÓ OG LAKKRÍS DÖÐLURNAR KOMNAR AFTUR

329
kr. 200 g

GD Döðlur
200 g, 2 teg.

SAMA VERÐ UM LAND ALLT

froosh
fruit: bottled

289
kr. stk.

Froosh safar
8 tegundir, 250 ml

BÓNUS BÓNUS BÓNUS BÓNUS BÓNUS

1.895 kr. kg

Kjörfugl Kjúklingabringur
Ferskar

759 kr. kg

Kjörfugl Kjúklingur
Ferskur, heill

GOTT VERÐ Í BÓNUS

100% kjöt

2.198 kr. kg

Bónus 100% Kjúklingabringur
Ferskar, ekkert viðbætt vatn

298 kr. kg

Kjörfugl Kjúklingavængir
Ferskir

100% Íslenskt ungnautakjöt

1.698 kr. kg

Íslandsnaut Ungnautahakk
Ferskt

ÍSLENSKT BEIKON

1.598 kr. kg

Stjörnugrís Beikon
Meira kjöt - Minni fita

LÁGT VERÐ ALLA DAGA

ÍSLENSKT LAMBAKJÖT

SÉRSKORIÐ LAMBALÆRI

1.398 kr. kg

Íslandslamb Lambalæri
Ferskt, kryddað, sérskorið

ÍSLENSKT GRÍSAKJÖT

1.398 kr. kg

Bónus Grísahnakkasneiðar
Ferskar, úrbeinaðar

1.298 kr. kg

Bónus Grísakótilettur
Með beini, ferskar

BÓNUS EKKERT BRUÐL

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

Gleði leikmanna Chicago Cubs eftir oddaleikinn var fölskvalaus. FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY

Bölvun aflétt

Ein merkasta stund í bandarískri íþróttasögu kom er Chicago Cubs varð hafnaboltameistari í fyrsta skipti í 108 ár. Úrslitaleikurinn var ein dramatík frá upphafi til enda og endirinn í anda myndar frá Disney.

HAFNABOLTI Í fyrsta skipti í fjölmörg ár hafði heimurinn óvenju mikinn áhuga á úrslitaeinvígi bandaríska hafnaboltans, World Series. Ástæðan er sú að þar mættust tvö lið sem höfðu ekki unnið í ansi langan tíma.

Cleveland Indians hefur ekki orðið meistari síðan 1948 en stuðningsmenn Chicago Cubs höfðu beðið enn lengur, eða frá árinu 1908. Samanlagt höfðu félögin beðið í 176 ár eftir meistaratitli. Það varð því eitthvað undan að láta og það gerðist eftir ótrúlega dramatík.

Vinna þarf fjóra leiki til þess að verða meistari og fátt benti til annars en að Cleveland myndi hafa betur er liðið komst í 3-1 í einvíginu. Með bakið upp við vegginn náði lið Cubs að jafna 3-3 og tryggja sér oddaleik í Cleveland.

Bölvunina á félagið lagði kráareigandinn William Sianis sem átti krána Billy Goat í Chicago og tók geitina sína reglulega með á heimaleiki liðsins.

Ótrúlegur úrslitaleikur

Í oddaleiknum náði Cubs heimahafnarhlaupi hjá fyrsta manni sem steig út á völlinn. Ótrúleg byrjun. Cubs komst 3-1 yfir og svo aftur í 5-1. Er aðeins tvær lotur voru eftir var staðan 6-3 fyrir Cubs og stuðningsmenn þeirra að tryllast úr spenningi.

Í næstsíðustu lotunni náði Cleveland að jafna, 6-6, og þar sem ekkert var skorað í níundu lotunni þurfti að framlengja. Í tíundu lotunni náði Cubs að skora tvö stig en Indians aðeins eitt og Chicago-liðið vann því sögulegan 8-7 sigur í hádramatískum leik þar sem einnig þurfti að fresta leik um tíma vegna rigningar.

Ekkert lið í bandarískum íþróttum hefur þurft að bíða eins lengi eftir titli og Chicago Cubs. 108 ár er langur tími. Cubs spilaði í þremur af fyrstu fimm World Series og vann árin 1907 og 1908. Síðan hefur ekkert gengið.

Á árunum 1910 til 1945 komst Cubs sjö sinnum í World Series en tapaði alltaf. Árið 1945 var síðan bölvun lögð á félagið sem er fyrir löngu orðin heimsþekkt.

Bölvunin fræga

Það gerði William Sianis sem átti krána Billy Goat í Chicago. Hann tók geitina sína reglulega með á leiki liðsins á hinum goðsagnakennda heimavelli Cubs, Wrigley Field. Í World Series var Sianis og geitinni aftur á móti meinuð innganga á völlinn.

Svo reiður varð Sianis að hann lagði bölvun á félagið. Sagði að það myndi aldrei aftur ná að verða meistari. Hann sendi meira að segja símskeyti með bölvuninni til eiganda félagsins. Svo illa hefur gengið síðan að fólk var löngu byrjað að trúa á bölvunina sem hefur verið kölluð „Billy Goat-bölvunin“. Er Cubs hefur átt möguleika hefur allt snúist í höndunum á þeim á ótrúlegan hátt. Þá hefur ávallt verið talað um þessa bölvun sem hefur loksins verið aflétt. **henry@frettabladid.is**

Passar í meistaramótið hjá KR-ingum

Þjálfarar Íslandsmeistaraliða KR undanfarin 48 ár hafa allir átt tvennt sameiginlegt. Willum Þór Þórsson passar vel inn í þann hóp.

FÓTBOLTI KR-ingar vilja að KR-ingar þjálfi liðið sitt. Það fer ekkert fram hjá neinum þegar litið er yfir þjálfara KR-liðsins undanfarin ár. Næsti þjálfari liðsins er líka röndóttur í gegn og hann fellur líka fullkomlega í það mót þjálfara sem hafa skilað KR-ingum Íslandsmeistaratitlinum undanfarin sautján ár.

Willum Þór Þórsson verður þjálfari KR-liðsins næsta sumar. Stjórn KR gekk frá því í gær og mun kynna nýja „gamla“ þjálfarann á næstu dögum.

Sumarið 2016 hjá KR skiptist í tvo hluta. Þann hluta sem Bjarni Guðjónsson stýrði og skilaði KR í hóp lélegustu liða Pepsi-deildarinnar og þann sem Willum Þór Þórsson stýrði þegar KR-liðið fékk langflest stig af öllum liðum deildarinnar. Það þarf því ekki að koma mörgum á óvart að Willum Þór fái nú fastráðningu sem þjálfari KR.

Það voru bara tvö lið í deildinni sem fengu færri stig en KR þegar Bjarni sat í þjálfarastólnum (fallliðin Þróttur og Fylkir) og KR-liðið fékk sex stigum meira en Íslandsmeistarar FH eftir að Willum Þór kom til bjargar í júnílok.

Willum Þór Þórsson hefur þegar skilað tveimur Íslandsmeistaratitlum í hús. Það gerði hann 2002 og 2003 og varð þar með fyrsti þjálfari KR í meira en sextíu ár til að vinna titilinn tvö ár í röð. Willum Þór hafði líka komist í hóp með Óla B. Jónssyni síðasta sumar þegar hann tók aftur við KR. Willum verður nú fyrsti þjálfarinn frá 1970 til að fá að taka aftur við KR-liðinu sem fastráðinn framtíðarþjálfari.

KR-ingar biðu í 31 ár eftir Íslandsmeistaratitlinum frá 1968 til 1999 og fjölmargir þjálfarar fengu að spreyta sig á þeim tíma. Það var hins vegar Atli Eðvaldsson sem náði að landa honum langþráða titli sumarið 1999. Atli hafði sjálfur spilað með KR frá 1990 til 1993 en fyrstu þrjú árin voru KR-ingar að flestra mati með meistaralið í höndunum án þess þó að vinna titilinn. Eftirmaður Atla, Pétur Pétursson, var einnig með honum í KR-liðinu frá 1990 til 1991, og Pétur gerði KR að meisturum á fyrsta ári sumarið 2000.

Rúnar Kristinsson stýrði KR-liðinu í 99 leikjum, fimm fleiri en Óli B. Jónsson gerði í sínum skorpum með KR frá 1945 til 1970. Willum Þór stýrði KR í 54 leikjum frá 2002 til 2004 auk 13 leikja síðasta sumar. Willum Þór þarf því eitt og hálft tímabil til að verða fyrstur til að stýra KR í hundrað leikjum í efstu deild.

Íslandsmeistaraþjálfarar KR frá 1969 til 2016:

Atli Eðvaldsson
Gerði KR að Íslandsmeisturum 1999.
Lék áður 65 leiki (18 mörk) með KR í efstu deild.
Varð aldrei Íslandsmeistari með KR sem leikmaður.

Willum Þór Þórsson
Gerði KR að Íslandsmeisturum 2002 og 2003.
Lék áður 120 leiki (16 mörk) með KR í efstu deild.
Varð aldrei Íslandsmeistari með KR sem leikmaður.

Pétur Pétursson
Gerði KR að Íslandsmeisturum 2000.
Lék áður 75 leiki (30 mörk) með KR í efstu deild.
Varð aldrei Íslandsmeistari með KR sem leikmaður.

Rúnar Kristinsson
Gerði KR að Íslandsmeisturum 2011 og 2013.
Lék áður 140 leiki (21 mark) með KR í efstu deild.
Varð aldrei Íslandsmeistari með KR sem leikmaður.

Sama leið sem gekk svo vel fyrir sex árum

KR-ingar fara nú nánast sömu leið og haustið 2010 en þá heppnaðist þjálfararáðning þeirra frábærlega. Fyrir sex árum tók Rúnar Kristinsson við KR-liðinu í neðri hluta deildarinnar á miðju tímabili 2010 og skilaði liðinu upp í fjórða sæti. Rúnar hélt síðan uppteknum hætti og gerði KR að Íslandsmeisturum sumarið eftir. Rúnar setti sumarið 2010 nýtt met yfir flest stig þjálfara á tímabili sem hann hóf ekki með liðinu. Willum Þór sló einmitt það met Rúnars í sumar.

Eftir eitt slakt ár 2001, þar sem Pétur missti meðal annars starfið sitt, tók Willum Þór við og KR vann titilinn tvö fyrstu ár hans. Willum Þór hætti aftur á móti eftir dapurt tímabil sumarið 2004. KR-ingar voru í neðri hluta deildarinnar þegar Rúnar Kristinsson tók við af Loga Ólafssyni sumarið 2010. Rúnar átti eftir að ná besta árangri KR-þjálfara í 85 ár með því að vinna titil á fjórum tímabilum í röð þar á meðal vann liðið Íslandsmeistaratitlana 2011 og 2013.

Eftirmaður Rúnars, Bjarni Guðjónsson, hefði að öllu eðlilegu átt að falla í meistaramótið en hann sker sig þó úr á einum stað. Bjarni vann tvo Íslandsmeistaratitla sem leikmaður KR en þeim Atla, Pétri, Willum Þór og Rúnari tókst aldrei að verða Íslandsmeistarar með KR-liðinu. **ooj@frettabladdi.is**

FÓLK
KYNNINGARBLAÐ
4. NÓVEMBER 2016 FÖSTUDAGUR

Lífstíll

ÁSTRÍÐA FYRIR FRUMKVÖÐLUM

Frumkvöðlaumhverfið er starfsvettvangur **Laugu Óskarsdóttur** sem hefur starfað í New York, Reykjavík og Noregi um margra ára skeið. Verkefnin eru krefjandi en um leið afskaplega skemmtileg þar sem lítill tími gefst til afslöppunar. Þó finnast alltaf nýir fjallstindar til að klífa og ný lönd til að heimsækja.

Starri Freyr Jónsson
starri@365.is

Sigurlaug Óskarsdóttir, betur þekkt undir nafninu Lauga, hefur búið og starfað í Noregi og New York að mestu leyti síðan 1996. Undanfarin ár hefur hún einbeitt sér að stofnun, rekstri og verkefnum innan nokkurra frumkvöðlafyrirtækja en nýlega tók hún við starfi framkvæmdastjóra hjá StartupLab en þar fann hún köllun sína í lífinu árið 2013; þegar hún ákvað að starfa innan frumkvöðlageirans. Fram undan eru spennandi ár og verkefni þar sem markmiðið er m.a. að stórauka hlut kvenna hjá frumkvöðlum í Noregi.

Dvöl hennar ytra hófst árið 1996 þegar fjölskyldan flutti til bæjarins Elverum í Noregi. Í upphafi ætlaði hún að stoppa í eitt ár en þau urðu á endanum þrettán. „Pabbi fékk starf sem handboltaþjálfari og ári síðar fluttum við til Drammen. Foreldrar mínir opnuðu bakarí í nálægum bæ og seldu m.a. snúða, kleinur, kringlur og rúgbrauð auk norskra og ítalskra brauða. Þau unnu langa vinnudaga og ég sá því fljótt hversu erfitt, en um leið gefandi, það var að reka eigið fyrirtæki."

Lauga var fljót að læra norskuna en segist þó hafa verið lengur að tengjast norskri menningu og siðum. „Ég man að mér þótt Noregur kaldur og allt of snjóþungur. Svo áttu allir skíði en ég skildi aldrei „hæpið" kringum þau. Raunar geri ég það ekki enn en hef þó lofað kærastanum mínum að prófa gönguskíðin í vetur. Fjölskyldan er búin að leigja skála í Synnfjell og ég segi stundum í gríni hann sé síðasta tilraun okkar til að samlagast norsku samfélagi enda elska Norðmenn svo sannarlega skálana sína."

RÚSSÍBANAREIÐ Í NEW YORK

Eftir framhaldsskóla hélt Lauga til New York þar sem hún lauk námi í alþjóðaviðskiptum frá Berkeley háskóla í New York. Meðfram námi vann hún í fullu starfi; fyrsta árið sem sjálfboðaliði fyrir hjálparsamtök, næsta ár í fasteignabransanum og lokaárin þrjú sem markaðsstjóri hjá flutningafyrirtæki. „Árin í New York voru svo sannarlega eins og rússíbanareið. Þar lærði ég margt um sjálfa mig, hæfni mína og eigið gildismat. Hraðinn var rosalega mikill og vinnuumhverfið er vægðarlaust þar sem ríkir nánast ekkert jafnvægi milli starfsframa og fjölskyldunnar."

Eftir fimm annasöm ár í stórborginni var hún tilbúin að prófa eitthvað nýtt. Noregur var þó ekki inni í myndinni strax og því ákvað hún að fara til Íslands. „Ég þurfti tíma til að melta það sem ég hafði lært síðustu ár í New York og finna út hvað ég vildi gera í kjölfarið. Því ákvað ég að flytja heim til Íslands til að stækka tengslanetið og kynnast landinu betur."

Óhætt er að segja að hún hafi prófað nýja hluti þá mánuði sem hún stoppaði hér. Bæði vann hún í hlutastarfi hjá hópfjármögnunarsíðunni Karolina Fund auk þess að starfa á Svöluhrauni í Hafnarfirði sem er sambýli fyrir fatlaða. „Ég vildi prófa eitthvað algjörlega nýtt og satt að segja var þessi tími ótrúleg lífsreynsla. Hópurinn sem stóð að baka Karolina Fund var frábær og það var ótrúlega gefandi að kynnast fólki sem byggði upp þetta samfélag kringum hugmyndir sínar af allri þessari ástríðu."

Eftir nokkra mánuði á Íslandi flutti hún aftur til Noregs þar sem hún tók við starfi markaðsstjóra hjá DoHop í Noregi. „Ég leigði borð hjá StartupLab, sem er n.k. frumkvöðlasetur fyrir sprotafyrirtæki í tæknigeiranum, og fannst ég strax einhvern veginn komin heim. Að vera umkringd metnaðarfullu fólki sem leggur allt í sölurnar og þorir að takast á við ögrandi áskoranir var eitthvað fyrir mig. StartupLab var því síðasta skrefið hjá mér í leitinni, þarna fann ég að ég vildi vera frumkvöðull."

LÆRDÓMSRÍKUR TÍMI

Ári síðar stofnaði hún fyrsta fyrirtæki sitt, United Influencers Media Group, ásamt félögum sínum. Fyrirtækið er stafræn markaðsstofa sem hjálpar vörumerkjum að tengjast leiðandi notendum (áhrifavöldum) og skapa þannig tækifæri fyrir þá til að hanna markaðsefni sem vænlegir viðskiptavinir tengjast betur, t.d. gegnum Facebook, Instagram, YouTube og Snapchat. „Í dag er fyrirtækið með skrifstofur í Ósló, Stokkhólmi og Malmö og meðal viðskiptavina eru knattspyrnustjörnunar Zlatan Ibrahimovic og Messi auk fjölda fræga einstaklinga á Norðurlöndum. Rekstrartekjur fyrsta ársins voru um 200 milljónir króna og við höfum nú þegar tvöfaldað þá upphæð í ár. Þetta er búið að vera spennandi tími og um leið mjög lærdómsríkur. Nú er ég nýbúin að skipta um starf en mun sitja áfram í stjórn fyrirtækisins og er auk þess einn eigenda."

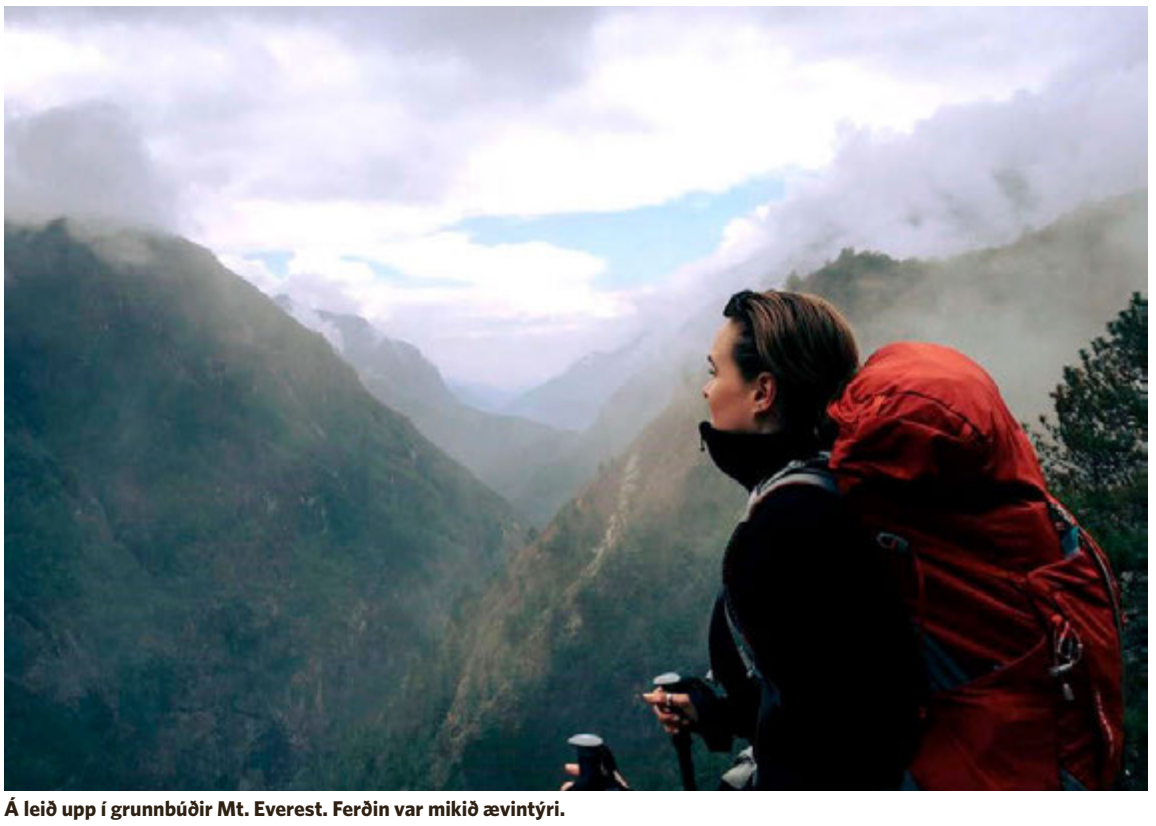
Nýja starfið sem Lauga vísar í er framkvæmdastjórastaða innan StartupLab þar sem frumkvöðlaferðalag hennar hófst árið 2013. „Við hýsum 72 frumkvöðlafyrirtæki og um 250 starfsmenn. Markmið okkar er að auka enn frekar vöxt þessara fyrirtækja og um leið að tengja þau við fjárfesta, viðskiptavini og ýmsa ráðgjafa. Auk þess rekum við fjárfestasjóð sem heitir Founders Fund, en á bak við hann standa nokkrir sterkir fjárfestar, m.a. Jon Von Tetzchner sem hefur verið áberandi í íslensku og norsku viðskiptalífi undanfarin ár." Auk þess situr Lauga í stjórn Norsk-íslenska verslunarráðsins, Funde.no sem er norsk hópfjármögnunarsíða og í stjórn tónlistarhátíðarinnar og sýningarinnar by:Larm.

„Ég hef brennandi ástríðu fyrir frumkvöðlum og ekki síst að fjölga konum á meðal þeirra hér í Noregi. Það vantar sárlega fleiri konur á þessum vettvangi. Þótt jafnrétti kynjanna sé vel á veg komið á Norðurlöndum sjáum við það ekki endurspeglast hjá frumkvöðlafyrirtækjum." Hún segir fjölbreytni í rekstri fyrirtækja og nýsköpun skipta miklu máli og þar halli verulega á konur. „Þetta snýst ekki bara um að fjölga kvenkyns frumkvöðlum heldur líka fjárfestum, stjórnarmeðlimum og stjórnarformönnum. Á þessum stigum eru mikilvægustu ákvarðanirnar teknar. Rannsóknir hafa enda sýnt að fyrirtækjum gengur betur þar sem konur koma að stjórn, samanborið við þau sem er bara stýrt af körlum."

FÆR ORKU Á FJÖLLUM

Vinnudagarnir eru langir og strangir hjá Laugu og sumarfrín eru stutt. Helsta ástríða hennar utan vinnunnar er fjallaklifur en hún reynir að fara í a.m.k. eina stóra ferð á ári. „Ég finn alltaf tíma fyrir ferðalög og fjallaklifur enda fæ ég svo mikla orku þaðan. Auk þess eru fjöllin besti staðurinn til að átta sig á eigin áskorunum sem gaman er að sigrast á. Mér tókst t.d. að yfirvinna lofthræðsluna síðasta sumar þegar ég komst á topp Punta Anna sem er 2.346 metra hátt. Fjallaklifur og rekstur fyrirtækis eru lík að mörgu leyti en þar verður maður að ýta óttanum til hliðar og stíga út fyrir þægindarammann. Svo kemst þetta upp í vana. Einn af gömlu viðskiptavinum mínum frá New York-árunum er góður vinur minn og við förum saman árlega í góða fjallaferð. Undanfarin ár höfum við m.a. klifrað á Íslandi, Púertó Ríkó, Jómfrúaeyjunum, í Nepal, á Ítalíu og í Noregi."

Fram undan í vetur er mikil vinna tengd nýja starfinu hjá StartupLab en þar bíða hennar m.a. þau verkefni að kynnast frumkvöðlunum og fyrirtækjum þeirra, kynnast norsku efnahagsumhverfi og að klára stefnumótunarvinnu fyrir StartupLab með teyminu sínu. Þó er ekki eintóm vinna framundan. „Um jólin ætla ég til Höfðaborgar í Suður-Afríku að sörfa, klifra og skoða mig um með kærastanum og nokkrum vinum okkar. Auk þess ætlum við kærastinn að eyða næstu áramótum í Marokkó á ferðalagi milli Casablanca og Marrakech. Þannig að það eru sannarlega spennandi og skemmtilegir tímar fram undan."



Á leið upp í grunnbúðir Mt. Everest. Ferðin var mikið ævintýri.

> Þetta snýst ekki bara um að fjölga kvenkyns frumkvöðlum heldur líka fjárfestum, stjórnarmeðlimum og stjórnarformönnum. Á þessum stigum eru mikilvægustu ákvarðanirnar teknar.

Það var mikil upplifun að róa á kajak á Jökulsárlóni í júní 2006.

Í fjallgöngu á Cortina D'Ampezzo á Ítalíu sumarið 2016.

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*

Ljós í öllum litum

louis poulsen

HÖNNUÐUR: VERNER PANTON

Harpa / Skeifan 6 / Kringlan / 5687733 / www.epal.is

epal

Panthella mini*

Verð: 49.800.-

Tilboðsverð:

39.800.-*

Tilboð gildir til 31. desember 2016

* hæð: 33.5cm, breidd: 25cm

BÆTA LOFTGÆÐIN OG GLEÐJA AUGAÐ

Lífsstílsbloggarinn **Hrefna Daníelsdóttir** fær ekki nóg af pottaplöntum og prýðir heimili sitt á Akranesi með hátt í tuttugu mismunandi tegundum. Hún er líka með skemmtilegan myndavegg sem gestir hennar þreytast ekki á að skoða.

Vera Einarsdóttir
vera@365.is

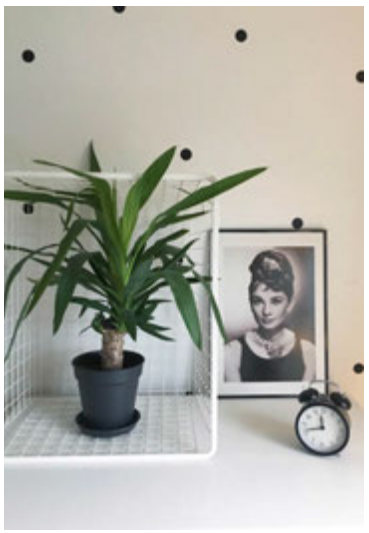
Hrefna Daníelsdóttir, sem heldur úti heimilis- og fatablogginu hrefnadaniels.com, er fædd og uppalin á Akranesi og heldur þar skandinavískt heimili með eiginmanni og þremur dætrum. Hún prýðir það einna helst með pottaplöntum og telst svo til að tegundirnar séu orðnar sautján. Aðspurð segist hún halda mest upp á monsteruna og friðarliljurnar.

Plönturnar setja mikinn svip á heimili Hrefnu. Hún segir þær þó ekki eingöngu hafa fagurfræðilegt gildi heldur bæta þær loftgæðin og hafa hjálpað henni við að losna við raka í gluggum. „Ég er líka með friðarlilju í öllum svefnherbergjum heimilisins enda eru þær taldar hafa góð áhrif á heilsuna.“

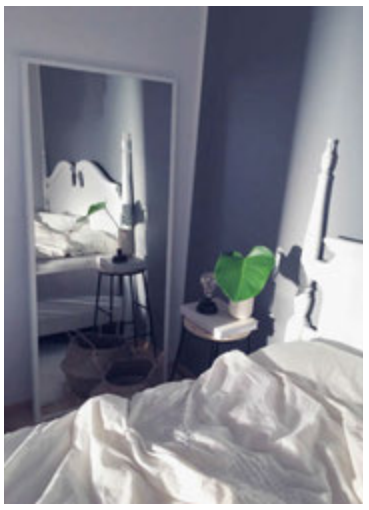
Hrefna segist alin upp við að hafa blóm í kringum sig og finnst þau tilheyra. „Í upphafi búskapar keypti ég gjarnan túlípana og rósir. Eftir að ég eignaðist fleiri pottablóm hefur það hins vegar minnkað enda lífga þau alveg jafn mikið upp á heimilið og hafa auk þess þann kost að endast lengur.“

Hrefna er með blóm í öllum herbergjum heimilisins að þvottahúsinu undanskildu. „Þar er ég bara með gerviblóm enda vantar glugga.“

Hrefna heldur mest upp á monsteruna.



Jukkan tekur sig vel út hjá Hrefnu.



Svefnherbergið er ekki undanskilið þegar kemur að blómum.

Blómin sjást hvert sem litið er á heimili Hrefnu.

Instagram-myndaveggurinn vekur athygli allra sem koma í heimsókn til Hrefnu og fjölskyldu.

Hrefna heldur úti lífsstílsblogginu hrefnadan.com

Hrefna á það til að tala við blómin þegar hún vökvar.

Aðspurð segist Hrefna skipta mest við blómabúðina Grósku á Akranesi. „Svo á ég það til að kippa með mér blómum úr Bónus og Krónunni.“ Hún segir mikla umhirðu fylgja blómunum en að hún hafi gaman af henni. „Mér þykir vænt um blómin mín og á það til að tala við þau um leið og ég vökva,“ segir hún og hlær. Aðrir heimilismeðlimir eru á sömu línu og segir hún eiginmanninn jafnvel hugsa enn betur um blómin. „Móðir hans er með grænustu fingur sem ég veit um og hann er alltaf með blóm á pallinum á sumrin. Hann er svo að vasast í mínum yfir vetrartímann.“

Spurð hvort hún hyggist halda áfram að bæta við blómum segist hún reyna að halda aftur af sér svo hún endi ekki á að búa í gróðurhúsi. „Ég er í smá pásu en um leið og eitthvað fer eða deyr, eins og stundum gerist, er ég fljót að bæta í safnið.“

Annað sem vekur athygli á heimili Hrefnu er skemmtilegur myndaveggur með Instagram-myndum sem hún prentar út með reglulegu millibili. „Þetta er fjölskyldu- og minningaveggur sem flestir sem koma í heimsókn staldra við og skoða og þá sérstaklega vinkonur dætra minna.“ Hrefna segist safna myndunum inn á læsta instagramsíðu og prenta út hjá Prentagram í reglulegum skömmtum. „Ég hengi þær svo upp með kennaralími og er að verða búin að þekja heilan vegg. Það er svo aldrei að vita nema ég haldi áfram.“

AIRWAVES-TILBOÐ
Texas-ostborgari
með frönskum 1.000 kr.!
TEXASBORGARAR
Grandagarði 11 • www.texasborgarar.is
2 FYRIR 1
Aðeins 1.490 kr.
Texas-ostborgari
með frönskum
Gildir til 15.12.2016.
Klipptu út og taktu með þér.

Málmiðnaður

4. nóvember 2016

KYNNINGARBLAÐ

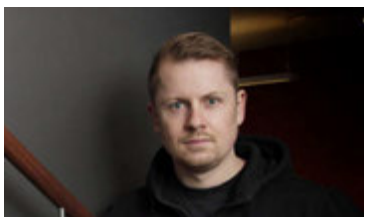
Nú vilja allir eldhúðað járn

Á undanförnum árum hafa stigahandrið úr gleri verið mjög vinsæl hér á landi. Nú er sú tíska á undanhaldi og gróft, eldhúðað járn að taka við. Tískustraumar breytast og mínímaltískan sem hér hefur verið allsráðandi er að hverfa fyrir kósíheitum.

Elín Albertsdóttir
elin@365.is

Daníel Óðinsson sem starfar hjá JSÍ, járnsmiðju Óðins, segir að töluverðar breytingar hafi átt sér stað í stigahandriðum. „Mér sýnist allir vilja grófa, eldhúðaða járnið núna. Við höfum verið að setja það upp til dæmis á nýja Hard Rock staðnum, hjá Marel og í Hagkaupum í Smáralind sem verða opnuð um helgina. Glerið er á undanhaldi vegna þess að það er orðið of dýrt. Ný reglugerð sem tók gildi 2012 gerir kröfu um breytingar á glerhandriði sem varð til þess að það varð tvöfalt dýrara en áður. Þetta eru öryggiskröfur," segir Daníel en í reglugerðinni segir: „Á öllum glerhandriðum skal vera samfelldur handlisti með fullnægjandi festingum eða annar frágangur sem tryggir fullnægjandi fallvörn ef glerið brotnar. Mannvirkjastofnun skal gefa út leiðbeiningar um framkvæmd þessarar greinar."

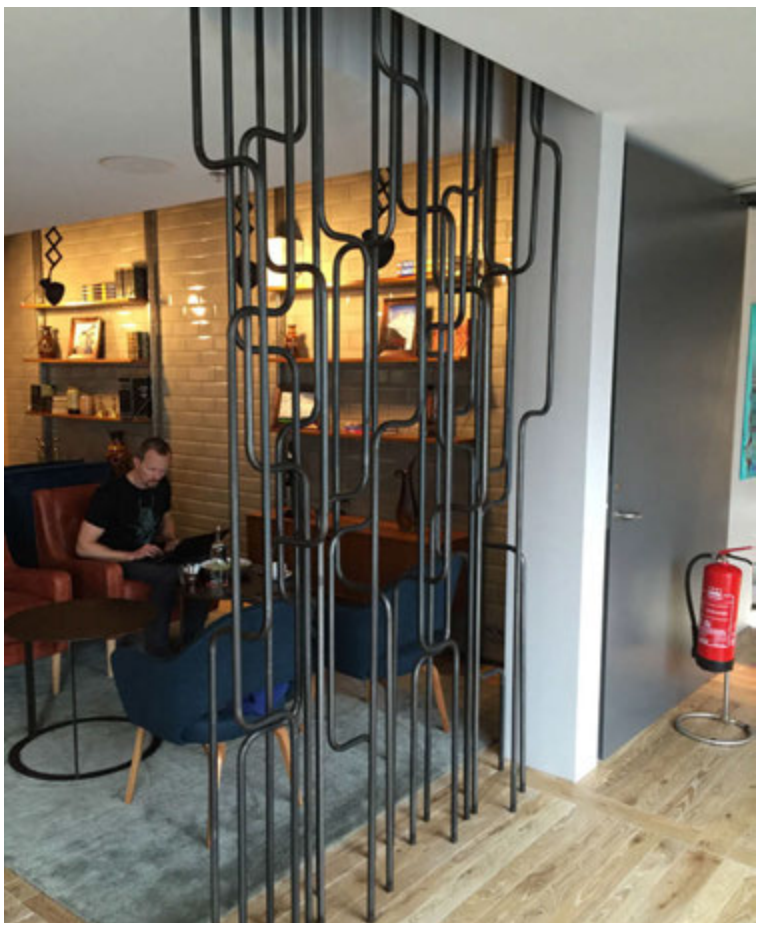
Ryðfrí handrið hafa alltaf verið vinsæl en nú hafa þessi eldhúðuðu tekið við. Tískan breytist stöðugt og eftir tvö ár verður komið eitthvað nýtt," segir Daníel. „Þessi grófu handrið eru bæði tekin í fyrirtæki og á einkaheimili. Mér sýnist fólk vera svolítið að leita til fortíðar í hönnun, til dæmis eru fulningar að koma aftur," segir hann. „Þá eru dökkir litir nokkuð vinsælir. Þetta ískalda gler og stál er að hverfa."



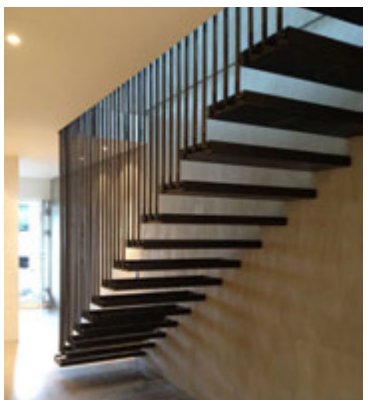
Daníel Óðinsson hjá Járnsmiðju Óðins.
MYND/GVA

Járnsmiðja Óðins hefur starfað í þrjátíu ár og menn hafa fylgst vel með tískubreytingum. Fyrirtækið framleiðir handrið, borðplötur og klæðningar alls konar ásamt allri annarri stálsmíði. „Það eru ekki bara eldhúðuð handrið sem eru vinsæl því fyrirtækið framleiðir mikið af veggklæðningum úr þessu efni. Það er vinsælt í sumarbústaði, heimili og fyrirtæki. Þetta er mikið notað til að klæða arna," segir Daníel.

Mikið hefur verið að gera í fyrirtækinu sem annar vart eftirspurn. „Við erum mest í sérsmíði. Það er uppgangur í þjóðfélaginu sem við finnum vel fyrir. Og allir vilja fá verkið unnið í hvelli," segir hann og hlær.



Annars konar skilrúm.



Stígi sem smíðaður er úr eldhúðuðu járni.

Eldhúðað og gróft járn er mikið í tísku um þessar mundir. Það hefur komið í stað glersins sem var allsráðandi.

ÚTGEFANDI
365 miðlar ehf. | Skaftahlíð 24 | s. 512 5000 | fax 512 5301

VEFFANG
visir.is

UMSJÓNARMAÐUR AUGLÝSINGA
Jóhann Waage| johannwaage@365.is | s. 512-5439

ÁBYRGÐARMAÐUR
Svanur Valgeirsson

SANDBLÁSTUR & MÁLMHÚÐUN
FERROZINK

ÞJÓNUSTUFYRIRTÆKI FYRIR MÁLM- OG BYGGINGARIÐNAÐ

- Framleiðsluvörur, ljósastaurar, vegrið o.fl.
- Smíðastál, svart og sand blásið og grunnað
- Ryðfrítt stál
- Plast
- Ál
- Boltar, rær og aðrar festingarvörur
- Hesta- og girðingarvörur
- Verkfæri og vinnufatnaður
- Zinkhúðun
- Alfa Laval búnaður fyrir matvælaiðnað

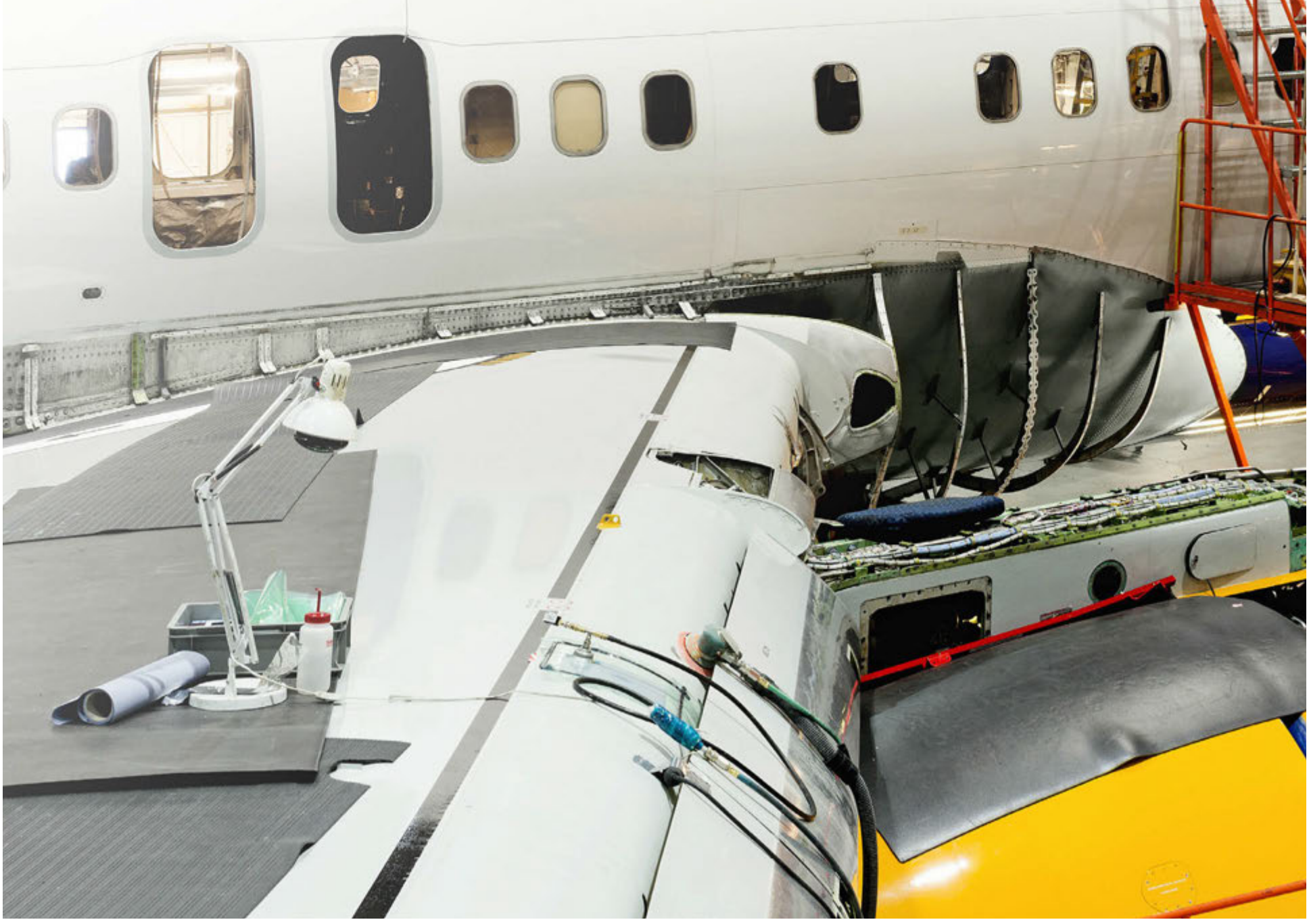
Damstahl

Ferro Zink hf. • www.ferro.is • ferro@ferro.is
Árstíg 6 • 600 Akureyri • **sími 460 1500**
Álfhellu 12-14 • 221 Hafnarfjörður • **sími 533 5700**

Ál flýgur um allan heim

Jules Verne varð fyrstur til að lýsa kostum áls í fljúgandi farartæki í **Ferðin til tunglsins** árið 1865. Nokkrum áratugum síðar notuðu Wright bræður ál í flugvél sína. Í dag eru ál og álblöndur helsta byggingarefni flugvéla. Nýjustu þoturnar eru 60% ál og léttari en nokkru sinni fyrr, hafa meira flugþol og nota minna eldsneyti.

Við framleiðum létt og sterkt hágæðaál sem kemur við sögu á hverjum degi um allan heim.



JÁRNPRÝÐI
ALMENN SÉRSMÍÐI

ÍTALSKT SMÍÐAJÁRN

Eigum til á lager ítalskt skrautjárn
sem hentar í handrið o.fl.
Getum einnig sérpantað smíðajárn.

Ingi@jarnprydi.is | Gsm: 822 1717

Þjónusta Vélsmiðju Suðurlands ehf
er á breiðum grunni varðandi hefbundna
starfsemi vélsmiðju, nýsmíði, viðgerðum og
ýmiss konar viðhald, ekki síst fyrir bændur
og búalið.

Vélsmiðja Suðurlands
Selfossi • Gagnheiði 5 • ✆482 1980

Vélvirki ehf. Dalvíkurbyggð

veitir alhliða þjónustu við skip báta og bíla af
öllum stærðum og gerðum.

Þjónustum fiskvinnsluna, höfnina, bændur,
bæjarbúa og alla landsmenn eftir bestu getu.

Líttu við hjá okkur og kynntu þér þjónustuna.

Vélvirki ehf.
Hafnarbraut 7, 620 Dalvíkurbyggð

sími véladeild 466 1088
sími bíladeild 466 1094

Vélvirki ehf.

Málmiðnaðurinn er tæknigrein framtíðar

Málmiðnaður hefur skipt máli fyrir land og þjóð í gegnum tíðina. Framtíð iðnaðarins er björt að sögn formanns Málms – samtaka fyrirtækja í málm- og skipaiðnaði.

Lilja Björk Hauksdóttir
liljabjork@365.is

Innan málmiðnaðar eru margar löggiltar iðngreinar, svo sem blikksmíði, járnsmíði, ketil- og plötusmíði, mótasmíði, málmsteypa, rennismíði, vélvirkjun, stálsmíði og skipasmíði úr járni og stáli. NORDIC PHOTO/GETTY

Innan málmiðnaðar eru margar löggiltar iðngreinar, svo sem blikksmíði, járnsmíði, ketil- og plötusmíði, mótasmíði, málmsteypa, rennismíði, vélvirkjun, stálsmíði og skipasmíði.

Málmur er samtök fyrirtækja í málm- og skipaiðnaði og innan félagsins eru um fimmtíu fyrirtæki. Fyrirtæki í skipaiðnaði, fyrirtæki sem annast mannvirkjagerð ýmiskonar, svo sem byggingu raforkuvera, vélaviðgerðir og vélsmíði, framleiðslu véla og tækja fyrir matvælaframleiðslu. Einnig fyrirtæki sem veita stóriðjunni þjónustu. „Stálmannvirki í byggingum verða sífellt stærri hluti byggingaframkvæmda og þjónusta við aðrar framleiðslugreinar er einnig stór þáttur starfsemi málmiðnaðarfyrirtækja," segir Guðlaugur Þór Pálsson, formaður Málms.

Málmur hefur starfað frá árinu 1992. Árið 1993 kom félagið að stofnun Samtaka iðnaðarins í gegnum Samband málm- og skipasmiðja. Málmur er öflugur starfsgreinahópur innan Samtaka iðnaðarins sem hefur þann tilgang að vinna að hagsmunum aðildarfyrirtækja og efla samkeppnishæfni þeirra og arðsemi. Félagið hefur það að markmiði að auka vöxt og vegsemd málmiðnaðarins. „Markmið samtakanna er að auka framleiðni og að menntastefna greinarinnar sé skýr."

Guðlaugur nefnir að málmiðnaður á Íslandi eigi sér langa sögu sem meðal annars er tekin fyrir í bókinni Eldur í afli eftir Sumarliða R. Ísleifsson sem kom út árið 1987. Þar er rakin saga málmiðnaðar á 19. öld og fyrri hluta 20. aldar. Bókin Frá steðja til stafns er síðara bindi af sögu málmiðnaðar og tekur aðallega fyrir tímabilið 1950-90 en bókin kom út árið 1994.

„Það má með sanni segja að með vélvæðingu á Íslandi til lands og sjávar hafi þörf og uppgangur málmiðnaðar tekið stökk. Og hefur málmiðnaður ávallt skipt verulegu máli fyrir land og þjóð. Það er staðreynd að þær þjóðir sem búa að öflugum málmiðnaði eru þær þjóðir sem státa af mestri hagsæld og velferð sinna þegna," lýsir Guðlaugur og bætir við að málmiðnaður eigi jafn mikið erindi í dag og áður. Hann hafi þróast og náð að fylgja kröfum markaðarins.

Guðlaugur Þór Pálsson, formaður Málms.

Málmiðnaður er tæknigrein framtíðarinnar að sögn Guðlaugs og ljóst að framtíðin er björt ef rétt er staðið að málum. Þar skiptir mestu máli að nýta þekkingu og hæfni til að komast í fremstu röð. Slíkt krefst skipulegrar og markvissrar vinnu innan samtakanna sem og í fyrirtækjunum. „Þörf á fleiri starfsmönnum eykst stöðugt. Í dag er vöntun á starfsmönnum í greininni og hefur svo verið í langan tíma. Átak er í gangi til að kynna greinina og auka áhuga ungs fólks enda framtíðarmöguleikar miklir og tekjumöguleikar þar með. Auk þess er starfsaðstaða í fyrirtækjunum yfirleitt til fyrirmyndar."

Svalir hafa unnið að mannvirkjagerð með framsæknu hugarfari og góðum samskiptum að leiðarljósi.

Kveðja, **svalir.is**

Námskeið tengd málmsmíði

Hlutverk IÐUNNAR fræðsluseturs er að bæta hæfni fyrirtækja og starfsmanna í iðnaði. IÐAN stendur fyrir mörgum áhugaverðum námskeiðum þar á meðal á málmtæknisviði. Hér eru nokkur námskeið sem verða í boði á næstunni.

- MIG/MAG-suða með duftfylltum og massífum vír 7. nóvember 2016
- Ál og álsuða 5. desember 2016
- Logsuða 21. nóvember 2016

Ábendingahnappinn má
finna á **www.barnaheill.is**

SAFT

Véltækni er skemmtileg og gefandi

Nám í málmiðnaði og véltækni býður upp á fjölbreytt atvinnutækifæri og ágætis laun að sögn **Grétars** og **Margrétar** sem starfa bæði hjá **Héðni**. Verkefnin eru fjölbreytt og spennandi auk þess sem andinn er góður meðal starfsmanna og góð og björt vinnuaðstaða.

Þau Grétar Ólafsson vélstjóri og Margrét Jónína Árnadóttir vélvirki eru bæði fædd 1990 og hafa starfað í véladeild Héðins frá því að námi lauk. Þau eiga það sameiginlegt að hafa tekið stúdentspróf áður en þau áttuðu sig endanlega á því að véltæknin heillaði meira en áframhaldandi bóknám. „Ég var alltaf að gera við reiðhjólin fyrir vini mína og svo færðist dellan yfir á mótorhjól, vélsleða og jeppa," segir Grétar, sem er vélfræðingur og 4. stigs vélstjóri úr Vélskóla Tækniskólans. „Ég var byrjaður í HR þegar ég áttaði mig á því að mig langað ekki til að sitja við tölvu í Autocad alla daga og dreif mig þá í vélstjóranámið." Hann lætur ekki þar við sitja og er nú á fullu í viðbótarnámi í rafvirkjun.

Margrét segir að hún hafi alltaf haft áhuga á bílum og ætlaði í bifvélavirkjun eftir stúdentsprófið. „En svo áttaði ég mig á því að með námi í vélvirkjun hefði ég miklu fjölbreyttari atvinnumöguleika, að ég gæti unnið jafnt við bíla sem annan vélbúnað."

Fjölbreytt verkefni

Hún segist í raun ekki hafa haft hugmynd um hvað hún var að fara út í þegar hún hóf námið. „En svo er þetta bara alveg ótrúlega gaman og ég er fegin að hafa farið þessa leið." Hún ætlar þó ekki að láta staðar numið og stefnir á frekara nám í vélaverkfræði.

Margrét segist stundum lenda í rökræðum við karlmenn sem telja sig vita sitt af hverju um vélar. „Þeir taka því nú ekkert alltaf vel þegar ég leiðrétti einhverja vitleysuna úr þeim," segir hún hlæjandi.

Þau Grétar og Margrét eru afar ánægð með að starfa hjá Héðni. „Þetta er svo stórt fyrirtæki að verkefnin eru fjölbreytt og spennandi," segir Grétar, sem sinnir Rolls-Royce Marine þjónustu hjá Héðni. Meðal verkefna hans er uppsetning og viðhald á stýribúnaði og tölvubúnaði og tengivinna um borð í skipum viðskiptavina Héðins.

Fjölbreytt atvinnutækifæri

Margrét sinnir einkum viðhaldi og viðgerðum á mótorum, spilum og tjökkum. Hún er ekki há í loftinu en lætur ekki trufla sig þó að stundum hafi hún ekki krafta á við karlkyns vinnufélaga. „Ég nota þá bara krana meira til að létta undir með mér."

Þau tala hlýlega um Héðin og nefna til sögunnar góðan anda meðal starfsmanna, frábært mötuneyti og góða og bjarta vinnuaðstöðu í nýja húsinu við Gjáhellu.

„Mannlegi þátturinn í samskiptum við yfirmenn er líka á afskaplega jákvæðum nótum," segir Margrét. „Maður mætir alltaf skilningi þegar aðstæður breytast skyndilega, börnin veikjast eða eitthvað annað kemur upp á." Grétar tekur undir þetta, hann er í björgunarsveit og fær að sinna útköllum þegar mikið liggur við.

Mæla þau með námi og starfi í málmiðnaði og véltækni? „Ekki spurning. Þetta er skemmtilegt nám og skemmtileg vinna, fjölbreytt atvinnutækifæri og ágætis laun."

Margrét Jónína og Grétar starfa í véladeild Héðins. MYND/GVA

Rolls-Royce Marine
Service Provider

HÉÐINN
Gjáhella 4 • 221 Hafnarfjörður • Sími 569 2100 • hedinn.is

Stefnir á iðnaðarverkfræði í Noregi

Ragnhildur Halla Þórunnardóttir hóf nám í grunndeild málm- og véltæknigreina við Verkmenntaskólann á Akureyri í haust. Hún segir námið skemmtilegt og stefnir á nám í iðnaðarverkfræði í einhverju Norðurlandanna í framhaldinu. Í frístundum þeytist hún um á krossara.

Ragnheiður Tryggvadóttir
heida@365.is

„Ég er alin upp innan um vélar. Pabbi er vélvirki og vinnur við þetta. Ég fékk oft að koma með honum í vinnuna og var þá að græja eitthvað og gera á verkstæðinu. Ég fékk aðeins að smíða en var samt aðallega að gera við," segir Ragnhildur Halla Þórunnardóttir, nemandi í gunndeild málm- og véltæknigreina við Verkmenntaskólann á Akureyri.

Ragnhildur hóf nám í haust og er ánægð með skólann. Fáar stelpur sé þó að finna í deildinni en það truflar hana ekki neitt.

„Skólinn gengur bara vel, allavega enn þá. Þetta er mjög skemmtilegt nám og stemningin er fín í bekknum," segir Ragnhildur. „Við erum bara þrjár stelpur í allri grunndeild málmiðna, hinar tvær eru eldri en ég og ég þekki þær ekkert. Mér finnst ekkert erfitt að vera eina stelpan en það getur verið krefjandi. Vinkonur mínar eru flestar á náttúrufræðibraut, hestabraut, íþróttabraut og á félagsfræðibraut."

Hvers konar verkefni eruð þið að fást við í skólanum? „Náminu er skipt niður í nokkra flokka en í málmsmíðinni erum við til dæmis að smíða skaft á hamar og blikkkassa," segir Ragnhildur.

Ertu búin að ákveða hvað tekur við eftir Verkmenntaskólann? „Mig langar að fara til Noregs eða til einhvers af Norðurlöndunum og læra iðnaðarverkfræði."

> **„Við pabbi erum aðallega að taka í sundur varahluti og fleira, í bíla og hjól en ég á krossara og það fylgir því sporti dálítið að græja það.**
> *Ragnhildur Halla Þórunnardóttir*

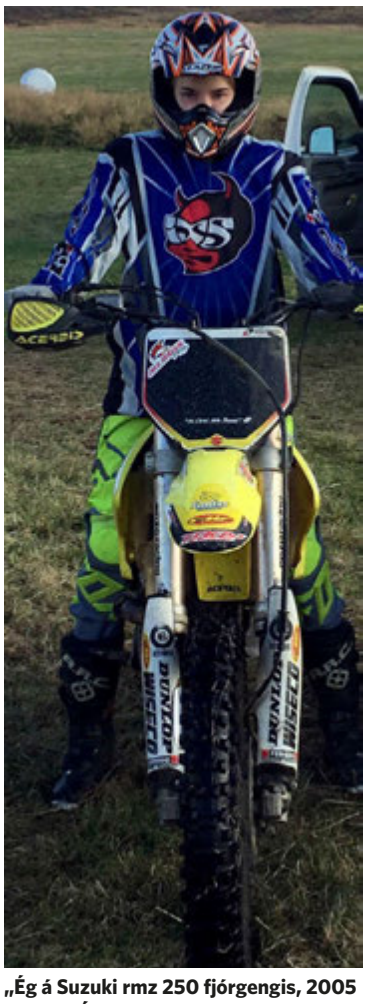
Þegar Ragnhildur er ekki í skólanum þeytist hún um á krossara. Hún segir motocross-sportinu fylgja heilmiklar viðgerðir sem hún sinnir á verkstæðinu ásamt pabba sínum, sem einnig er í sportinu.

„Við pabbi erum aðallega að taka í sundur varahluti og fleira, í bíla og hjól en ég á krossara og það fylgir því sporti dálítið að græja það. Ég á Suzuki rmz 250 fjórgengis, 2005 árgerð. Ég byrjaði í motocrossinu í haust eða um sama leyti og ég byrjaði í skólanum. Ég er ekkert að keppa eða neitt slíkt, þetta er bara hobbí hjá mér. Ég er með pabba í þessu en hann á líka hjól. Við förum yfirleitt upp í sveit til ömmu og afa á Tjörnesi að hjóla, en ég er frá Húsavík," segir Ragnhildur. „Fyrir utan motocrossið eru áhugamálin frjálsar íþróttir og snjósleðar og svo allt sem tengist því og vera með vinum mínum og fjölskyldu."

Á vefsíðu Verkmenntaskólans á Akureyri má lesa viðtal við Ragnhildi.

„Pabbi er vélvirki og vinnur við þetta. Ég fékk oft að koma með honum í vinnuna og var þá að græja eitthvað og gera á verkstæðinu." MYND/ÓSKAR ÞÓR HALLDÓRSSON

„Skólinn gengur bara vel, allavega enn þá. Þetta er mjög skemmtilegt nám og stemningin er fín í bekknum."



„Ég á Suzuki rmz 250 fjórgengis, 2005 árgerð. Ég byrjaði í motocrossinu í haust."
MYND/RAGNHILDUR HALLA ÞÓRUNNARDÓTTIR

Málmtækni er þjónustufyrirtæki í málm- og plastiðnaði

Helstu vöruflokkar

Ryðfrítt stál
303
304
316 & fl.
Plötur
Stangir
Fittings

Ál
5754
6082
6061
7075
Plötur
Stangir
Beygjur
Gataplötur

Járn
Galv
Rafgalv
Kaldvalsað
Heitvalsað
Aluzink
Poly stál

Plast
PEHD
300
500
1000
POM
PA
PTFE
PC
PET
PP
PEEK
PVC

Loftsíur
F3
F4
F5
F7
F9
Paintstop
Hepa
Dúkar
Pappasíur
Rammar

Bandsagarblöð

Eir
Messing
Blý
Zink

Ál
Klæðningar og undirkerfi
Litaðar ál plötur

Plast tappar
Glerfestingar
Fánastangir
Fánaborgir
Fjaðurstál

MÁLMTÆKNI
ÁL • STÁL • PLAST

Málmtækni HF I Vagnhöfði 29 I 110 Reykjavík I 580 4500 I www.mt.is

Hrafna Hanna Elísa Herbertsdóttir, starfsmaður í kerskála.

Öflugt samfélag **til frambúðar**

Ál gefur okkur einstaka og fjölbreytta möguleika til að styrkja undirstöður atvinnulífs í landinu. Við höfum um árabil unnið að því að ná jafnvægi milli efnahags og samfélags í anda sjálfbærrar þróunar.

Alcoa Fjarðaál er fjölskylduvænn vinnustaður þar sem ýmis þjónusta stendur starfsmönnum og fjölskyldum þeirra til boða. Þannig tökum við virkan þátt í að byggja upp þróttmikið og sjálfbært samfélag til framtíðar.

FJARÐAÁL
alcoa.is

ALCOA

ELDSMIÐIR KEPPA

Norðurlandameistaramót eldsmiða fer fram annað hvert ár og skiptast löndin fimm á að halda það. Það var síðast haldið í Firskars í Finnlandi á síðasta ári og tóku nokkrir Íslendingar þátt í mótinu.

Íslensku keppendurnir stóðu sig vel á mótinu. Beate Stormo frá Kristnesi í Eyjafirði vann í flokki meistara en þess má geta að flokkurinn er ætlaður atvinnumönnum en Beate er bóndi. Einar Gunnar Sigurðsson keppti í flokki sveina og lenti í fjórða sæti og Ingvar Matthíasson keppti í flokki ungliða og hreppti annað sætið.

Keppendur fá að vita smíðaverkefni hvers móts með dags fyrirvara. Að þessu sinni áttu þeir að framleiða tölustafi og fengu keppendur fjóra tíma til að klára verkið.

Aðalmarkmið Norðurlandameistaramótsins er að viðhalda eldsmíðahefðinni í norrænu löndunum ekki síst svo þessi undirstöðugrein deyi hreinlega ekki út. Einnig snýst mótið um að styrkja samvinnu eldsmiða í löndunum fimm og ekki síst að hvetja og styrkja yngri eldsmiði til að afla sér sem víðtækastrar reynslu til að viðhalda gæðum í greininni.

Það eru tveir finnskir eldsmiðahópar sem skipuleggja mótið, Suomen Sepät ry og Taidesepät ry, en það verður næst haldið á Íslandi árið 2023.

Félagið Íslenskir eldsmiðir var stofnað árið 2009 og er með vefinn www.eldsmidir.net.

Beate Stormo frá Kristnesi í Eyjafirði vann í flokki meistara.

Þjóðminjasafnið

Járnsmíði frá fyrstu tíð

Málmsmíði er fjölbreytt atvinnugrein. Innan greinarinnar eru stálsmiðir, rennismiðir, blikksmiðir og málmsuðumenn ásamt málmsteypumönnum. Atvinnumöguleikar eru miklir en þetta eru fagstörf sem eiga skildgreindar námsbrautir í framhaldsskólakerfinu. Málmsmíði er hluti innan VM, félags vélstjóra og málmtæknimanna.

Málmsmíði hefur þekkst á Íslandi frá örófi alda þrátt fyrir að hvorki nytjamálmar né steinkol séu í jörðu. Landsmönnum tókst engu að síður að smíða talsvert af nauðsynlegustu áhöldum úr málmi ásamt fögrum listgripum, eins og fram kemur á vef Þjóðminjasafnsins. „Margar fornar smíðaaðferðir sem enn héldust fram eftir 20. öld voru nánast hinar sömu og snemma á járnöld. Það sést meðal annars af myndum á rúnasteinum frá víkingaöld og enn eldri fornleifafundum. Það þarf vart að efa að Íslendingar hafi fengizt við járnsmíðar frá fyrstu tíð og að ýmsir landnámsmenn hafi verið járnsmiðir góðir. Menn gátu ekki lifað í landinu án járns og annarra málma til smíða og hafa því fljótt þurft að smíða margt til búa sinna, einkum úr járni. Vafalaust voru margir það sem síðar var kallað búhagir, gátu smíðað það sem þurfti til daglegs brúks, bæði úr málmi og tré.

Járn var reyndar lengi dýrt og oft torfengið fyrr á öldum og var því sparað svo sem unnt var. Margir brúkshlutir voru gerðir úr tré einu saman, sáir trégyrtir og kistlar geirnegldir eða tréseymdir, jafnvel voru skip tréseymd að hluta. Tvennt þurfti til járngerðar á Íslandi, mýrarrauða og viðarkol," að því er fram kemur á vefnum www.thjodminjasafn.is.

Hardox harðhausar

Héðinn hf. er eina íslenska fyrirtækið í "Hardox Wearparts" þjónustunetinu. Þessa viðurkenningu veitir SSAB, framleiðandi Hardox, einungis þeim fyrirtækjum sem standast ítrustu kröfur um þekkingu, tækjakost, lager og vinnubrögð við vinnslu á Hardox slitstáli. Ávallt til á lager Hardox í þykktum frá 4 mm upp í 50 mm.

Meðal þess sem Héðinn smíðar og endurnýjar með Hardox slitstáli má nefna:

- Ýtutennur
- Malarflutningspallar
- Grjótflutningspallar
- Ripperar
- Skerar
- Sanddælurör
- Grjótmulningshörpur
- Kurlhnífar
- Kerskóflur
- Toghlerar
- Ruslagámar

HÉÐINN
Gjáhella 4 • 221 Hafnarfjörður • Sími 569 2100

LYFJA
– Lifið heil

20 ára

SOTHYS DAGAR Í LYFJU

Ert þú að nota rétt krem fyrir þína húð?

Frí húðgreining í Lyfju Smáratorgi í dag frá kl. 14-18
og í Lyfju Smáralind á laugardaginn frá kl. 13-17.

VEGLEG GJÖF!

Glæsileg taska ásamt veglegum kaupaukum fylgir með þegar þú verslar Sothys vörur fyrir 5.000 kr. eða meira.*

*Gildir meðan birgðir endast.

Reykjanesbæ • Smáralind • Smáratorgi • Lágmúla • Borgarnesi Lyfja.is

FÁTT BETRA EN GÓÐ JÓGAÆFING

Jógakennarinn **Sara Snædís Ólafsdóttir** reynir að hreyfa sig reglulega og vandar valið þegar kemur að mataræði. Hún er enginn nammigrís en þykir gott að fá sér stundum súkkulaði og rauðvín sem sé skotheld blanda.

Lilja Björk Hauksdóttir
liljabjork@365.is

Sara Snædís byrjaði að æfa ballett þegar hún var þriggja ára. Hún æfði ballettinn og nútímadans þar til hún var 24 ára og síðan tók jóga og önnur hreyfing við.
MYND/EYÞÓR

Hollur matur og hreyfing skipta mestu máli hjá Söru Snædísi Ólafsdóttur, verkefnisstjóra og jógakennara, þegar kemur að heilbrigði. „Ég held að það sé svo margt sem getur stuðlað að heilbrigði hjá fólki en þessir grunnþættir geta gert kraftaverk og þess vegna reyni ég eftir fremsta megni að vanda það sem ég set ofan í mig og að hreyfa mig eins mikið og ég get. Það sem mér finnst líka skipta máli er að láta sér líða vel og að vera ánægður og sáttur við sjálfan sig," segir Sara sem hér ljóstrar upp ýmsu um sinn lífsstíl.

Hvað færðu þér í morgunmat? Ég fæ mér alltaf það sama! Hafragraut með chia-fræjum og hörfræjum, smá lífrænt hnetusmjör, rúsínur eða döðlur, kaffibolla og vítamín. Þessi samsetning hefur ekki enn svikið mig, þess vegna er ég ekkert að breyta út af vananum.

Uppáhaldsæfingin? Ég kenni jóga hjá Yoga Shala og Hreyfingu og æfi mikið jóga sjálf og finnst fátt jafn gott og að gera góða jógaæfingu. Þá líður mér vel bæði líkamlega og andlega á meðan á æfingu stendur og mörgum klukkutímum eftir að henni lýkur. Ég fór svo vel út fyrir þægindarammann í sumar, en kærastinn minn sem er mikill CrossFit maður plataði mig á byrjendanámskeið hjá CrossFit Reykjavík. Það kom skemmtilega á óvart og hef ég verið að æfa það inn á milli síðan.

Hefur þú stundað íþróttir lengi? Já, ég byrjaði þriggja ára í ballett og hef stundað einhvers konar hreyfingu síðan. Ég æfði ballett og nútímadans þar til ég varð 24 ára og síðan tók jóga og önnur hreyfing við.

Hvað finnst þér gott að fá þér í kvöldmat? Mér finnst fátt betra en fiskur með góðu meðlæti, til dæmis salati og sætum kartöflum. Ef ég fæ mér eitthvað spari þá er það hvítlaukssteiktur humar.

Hvað finnst þér gott að fá þér í millimál? Ég fæ mér yfirleitt banana eða epli í millimál. Mér finnst einnig gott að vera með döðlur eða hnetublöndu í töskunni minni ef ég er í vinnunni eða mikið á hlaupum.

Hvað færðu þér þegar þú ætlar að gera vel við þig? Ég myndi fá mér heimatilbúið popp með kókosolíu og sjávarsalti, það klikkar aldrei.

Ertu morgunhani eða finnst þér gott að sofa út? Ég er svona mitt á milli. Ég er ekki að rífa mig á lappir fyrir allar aldir en svo finnst mér tímasóun að sofa of lengi líka.

Drekkur þú kaffi/koffíndrykki? Já, ég drekk svona 1-2 kaffibolla á dag en fyrir mitt leyti er morgunbollinn alveg nauðsynlegur og ég vakna ekki almennilega fyrr en ég hef drukkið hann. Svo veltur á ýmsu hvort ég fái mér annan bolla yfir daginn eða ekki.

Ertu nammigrís? Nei, ég myndi nú ekki flokka mig sem nammigrís en mér finnst mjög gott að fá mér súkkulaði af og til. Gott súkkulaði og rauðvín er samt skotheld blanda með góðum vinkonum.

Hvernig er dæmigerður dagur hjá þér? Ég er svo heppin að lifa mjög fjölbreyttu lífi þessa dagana en ég lauk nýverið sumarstarfi sem flugfreyja hjá Icelandair og á næstu vikum byrja ég sem verkefnastjóri yfir fjármálaráðstefnu og rekstrarstjóri hjá Yoga Shala. Við fjölskyldan vöknum yfirleitt um klukkan átta, klæðum okkur svo í rólegheitum og síðan er ferðinni heitið í leikskólann. Þó hann sé ekki nema þrjár mínútur í burtu tekur ferðalagið alltaf töluvert lengri tíma þar sem Áróra þarf að skoða og sýna okkur allt sem hún upplifir á leiðinni sem við erum eiginlega jafn spennt yfir og hún.

Ég fæ mér grautinn minn og kaffibollann og fer yfir fréttir og tölvupóstinn en þessi stund er mjög heilög hjá mér. Ég kenni einkatíma í jóga klukkan tíu og svo kenni ég annaðhvort í Yoga Shala eða Hreyfingu í hádeginu. Eftir hádegi fer ég að útrétta, hitta vinkonur eða undirbý þá vinnu sem fram undan er. Klukkan fjögur sæki ég eða kærastinn minn Áróru í leikskólann og við förum heim að leika okkur eða kíkjum í heimsóknir. Tíminn milli fjögur og sjö er alveg svakalega dýrmætur að mínu mati og reynum við fjölskyldan alltaf að njóta hans eins vel saman og hægt er. Hún fer snemma að sofa eða oftast um átta leytið og þá eigum við allt kvöldið út af fyrir okkur til þess að gera það sem við viljum.

Hvernig er dæmigerð helgi hjá þér? Helgarnar eru svo dýrmætar að mínu mati og reynum við fjölskyldan yfirleitt að nýta þær sem best í að gera eitthvað saman, heimsækja vini eða ættingja eða bara slappa af saman heima.

Ég kenni jóga annan hvern laugardagsmorgun í Yoga Shala og kærastinn minn fer oft á CrossFit æfingu á laugardögum. Við förum stundum í brunch til foreldra minna, förum á róló eða í göngutúr niður í bæ og svo heimsæki ég oft vinkonur mínar. Okkur er oft boðið í mat um helgar en kærastinn minn er afbragðskokkur og hann töfrar líka oft fram dýrindis máltíðir um helgar.

smáauglýsingar

FRÉTTABLAÐIÐ

smaar@frettabladid.is / visir.is

512 5000
Afgreiðsla smáauglýsinga og sími er opinn alla virka daga frá **8-17**

Allar smáauglýsingar vikunnar á **visir.is**

BÍLAR & FARARTÆKI

bilaborg.is
Sími 517-1111

M.BENZ S 500 4matic long . Árgerð 2005, ekinn 94 P.KM, bensín, sjálfskiptur. Verð 4.290.000. Rnr.134229. Mjög vel búinn. Er á staðnum. Umboðsbíll frá Öskju uppl 696-1001

M.BENZ S 450 4matic metan bensin. Árgerð 2010, ekinn 105 P.KM, bensín, sjálfskiptur. Verð 7.990.000. Rnr.133112. Er á staðnum. Bíll með öllu. Uppl 696-1001

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

Bílalíf

VERÐ AÐEINS 3.990.000
7 MANNA - EK.AÐEINS 99.Þ
MMC PAJERO INTENSE.Árg.2008,ek. aðeins 99.þús km, dísel,sjálfskiptur. Rnr.128400. S:562-1717,á staðnum.

1 MILLJÓN Í AFSLÁTT !
VERÐ AÐEINS KR.2.990.000.-
NÝR HYUNDAI I30 COMFORT STATION MEÐ 5 ÁRA ÁBYRGÐ. Árg.'16,bensín,sjálfskiptur, verð á sambærilegum bíl í umboði kr.3.990.000.- Rnr.128133,er á staðnum.S:562-1717.

HIGHLINE!!!
VW Golf Highline, Árgerð 2013, ekinn aðeins 51þ.km, bensín, sjálfskiptur. Einn eigandi, topplúga, Cruise o.fl. Verð 2.970.000. Rnr.250796.

Bílalíf

ALGJÖR GULLMOLI!!!
VOLVO S80 2,5i turbo. Árgerð 2007, ekinn aðeins 105þ.km, bensín, sjálfskiptur, Tveir eigendur, Topp-eintak!. Sjón er sögu ríkari. Verð 2.590.000. Rnr.127964. BÍLALÍF

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

HEIMSBÍLAR

ORKUBÚNT 314H.
AUDI Sq5 tdi. Árgerð 2015, ekinn 43 P.KM, dísel, sjálfskiptur 8 gírar. Verð 10.500.000.hrikalega skemmtilegur bíll. uppl. s 567-4000. Rnr.324630.

Heimsbílar
Kletthálsi 2, 110 Reykjavík
Sími: 5674000
http://heimsbilar.is

HEIMSBÍLAR

GOTT VERÐ Á DISCOVERY
LAND ROVER Discovery 4 sd hse.256h. Árgerð 2012, ekinn 86 P.KM, dísel, sjálfskiptur.krókur. 8 gírar. Verð 8.950.000. Rnr.338797. uppl. s. 567-4000

SJÁLFSKIPTUR HONDA JAZZ
HONDA Jazz 1,4i ls. Árgerð 2005, ekinn 136 P.KM, bensín, sjálfskiptur. Verð 790.000. Rnr.339043.

VEL MEÐ FARINN GOLF.
VW Golf highline. Árgerð 2013, ekinn 42 P.KM, bensín, sjálfskiptur,topplúga. 7 gírar. Verð 3.190.000. Rnr.339020.

Heimsbílar
Kletthálsi 2, 110 Reykjavík
Sími: 5674000
http://heimsbilar.is

100 bilasala 100bilar.is

Volvo S40, 7/2005 ek 223 þús km, bensín, bsk, einn eigandi, langkeyrsla, tilboðsverð 790 þús, er á staðnum, raðnr 100070.

Renault Trafic húsbíll, 5/2006, ek 204 þús km, dísel, bsk, svefnpláss fyrir 3, sæti fyrir 5, ásett verð 1.300 þús, er á staðnum, raðnr 152697.

100 bílar ehf
Stekkjarbakki 4, 109 Reykjavík
Sími: 517 9999
Opið 10-18 virka daga & laugardaga 11-15
www.100bilar.is

bilfang.is
S. 567 2000

SJÁÐU VERÐIÐ !
Skoda Octavia Ambiente Combi 1600 DIESEL02/2016 ek 13 þ.km Leiðsögukerfi, aðgerðarskjár álf, ofl Frábært verð aðeins 3.490 þús !!!

SJÁÐU VERÐIÐ !
Renault Trafc Diesel Langur 9 manna 05/2016 ek 12 þ.km Bakkmyndavel, AC, ofl ,Möguleiki á niðurfellingu fyrir ferðaþj. Og TAXI. Okkar verð aðeins 4990 þús !!

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

Ábendingahnappinn má finna á **www.barnaheill.is**

SAFT

GE BÍLAR BÍLASALA

Húsbílar til sölu

Helgina 5-6. nóvember verðum við með húsbílasölu í Reykjanesbæ frá kl. 11-17 að Bolafæti 1.

FIAT Ford HYMER carado LMC

Bolafótur 1 - Reykjanesbæ - S: 4200400 / 7767600
www.tci.is

TOURINGCARS

TILBOÐ - FLOTT VERÐ!!

BMW 116ED nýskr. 11/2012, ekinn 149 Þ.km, dísel, 6 gíra. TILBOÐ 1.990.000 kr. Raðnr. 255728 á BILO.is

DIESEL - 4X4 !!

SKODA OCTAVIA AMBIENTE COMBI 4X4 nýskr. 02/2008, ekinn 225 Þ.km, diesel, beinskiptur. Besta verðið 1.340.000 kr. Raðnr. 255700 á BILO.is

FÍNIR JEPPAR !!!

Eigum gott úrval af JEEP GRAND CHEROKEE árg. 2000-2004, Verð frá 490-790.000 kr. 100% LÁN Í BOÐI - KÍKTU VIÐ!

Höfðahöllin
Funahöfða 1, 110 Rvk.
Sími: 567 4840
www.bilo.is

VAKA

Vinnuvéla- Lyftara- og Bifreiðaflutningar á verði fyrir þig.

Vaka
Skútuvogi 8, 104 Reykjavík
Sími: 567 6700
24 tíma þjónusta
http://www.vakahf.is

Bílar til sölu

TILBOÐ TILBOÐ 320þús! Citroen Picasso 2004 toppeintak. Uppl. í s. 669 0275.

Citroen C4 árgerð 2008. Ek. um 102.000 km. Eyðslugrannur og þægilegur bíll. Ótrúlegt verð, aðeins 750.000 kr. Uppl. í s. 8971565 eða 6991056

Citrone C5 X7 exclusive 2008 Vél. V6 2,7 HDI 270 hestöfl. 7.8 á langkeyrslu. Mikið yfirfarinn. Einn með öllu. Uppl í s. 6994329

Bílar óskast

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

Bátar

GRÁSLEPPUVEIÐIMENN

Í nóvember er tilboð á grásleppunetum. Heimavík ehf, S. 892 8655 www.heimavik.is

Hjólbarðar

VAKA

FRÁBÆR DEKKJATILBOÐ

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

ÞJÓNUSTA

Hreingerningar

Hreingerningar - Bónun - Bónleysing Flutningsþrif - Þrif eftir iðnaðarmenn thvegillinn.is - Stofnað 1969 Traustir og vanir menn.

Bókhald

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

Málarar

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

Gipsplötuspörslun og málun. Áratuga reynsla. Tilboð eða tímavinna. S. 7792965

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

SMIÐSKRAFTUR EHF.

NÝSMÍÐI OG VIÐHALD.
Getum bætt við okkur verkefnum gipsvinna, parketlagnir og allt almennt viðhald.
Uppl. í s. 663 3944 Ingi

smidskraftur@gmail.com

MARKMIÐ VERKTAKAR
ALHLIÐA FASTEIGNAVIÐHALD
Smíðavinna · Pípulagnir · Raflagnir
Málningavinna · Múrvinna · Flísalagnir
Hellulagnir · Jarðvinna · Lóðavinna
Tilboð þér að kostnaðarlausu
Uppl. í síma: 820 8888 eða markmid@markmid-ehf.is

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

Smiður getur bætt við sig verkefnum. Uppl. í síma 869 1698.

Nudd

NUDD

Slökunarnudd í miðbæ Reykjarvíkur. Sími 695 9434, Zanna.

Slökurnudd, heilsunudd á nuddstofunni á Grafarvogi. Tímapantanir í Síma 771 2117.

Spádómar

SÁ SÍMASPÁ Í
S. 844 6845 / 462 4564

Frá kl. 14:00. Spái í spil og bolla. Leiðb. Geymið auglýsinguna. Er á facebook: SÁ

Rafvirkjun

RAFLAGNIR OG DYRASÍMAKERFI S. 896 6025

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

RAFLAGNIR, DYRASÍMAR. S. 663 0746.

Bjóðum hagstætt verð í töfluskipti. Straumblik ehf. Löggiltur Rafverktaki. straumblik@gmail.com

KEYPT & SELT

Til sölu

Ljósakrossar á leiði. Fjórar gerðir, verð frá 5000kr. Uppl. á jons.internet.is eða í s.8227124

Óskast keypt

KAUPUM GULL - JÓN & ÓSKAR

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

Jón og Óskar - jonogoskar.is

s. 552-4910.

HAGLABYSSA ÓSKAST.

FN Browning Haglabyssa, hálf sjálfvirk cal. 12 óskast. Hafið samband við asgeireinarsson@hotmail.com.

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

HÚSNÆÐI

Geymsluhúsnæði

WWW.GEYMSLAEITT.IS
FYRSTI MÁNUÐUR FRÍR!
á minna en 7 m2. Ódýrt eftir það. S: 564-6500

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

GEYMSLUR.IS
SÍMI 555-3464
Suma hluti er betra að geyma. Geymslur fyrir dánarbúið, allt að 20% afsláttur. www.geymslur.is

ATVINNA

Atvinna í boði

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

atvinna

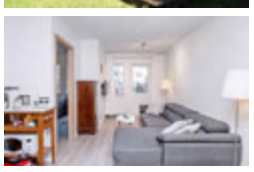
Golfklúbbur Suðurnesja auglýsir eftir umsóknum í veitingarekstur í skála félagsins á Hólmsvelli í Leiru.

Um er að ræða veitingarekstur fyrir tímabilið apríl–september 2017 eða eftir nánara samkomulagi. Góðar aðstæður eru í skálanum fyrir allan almennan veitingarekstur og miklir möguleikar fyrir rétta aðila.

Umsóknir óskast sendar til framkvæmdastjóra klúbbsins sem jafnframt veitir nánari upplýsingar. **Umsóknarfrestur er til 20. nóvember 2016**

Golfklúbbur Suðurnesja, Hólmsvelli í Leiru, netfang: gtj@gs.is eða í síma sími: 421-4100, 846-0666.

fasteignir



Falleg 2ja herbergja endaíbúð
Sýni samdægurs
Fyrsta hæð / Sérafnotaréttur út úr stofu
Vestur pallur /Geymsla í sameign
Sameiginleg lóð með leiktækjum með
Rekagranda 2-10 og Seilugranda 1-9
Vinsæl staðsetning

Verð: **29,9 millj.**

Nánari upplýsingar veitir
Jórunn Skúladóttir
löggiltur fasteignasali
sími: 845 8958
jorunn@miklaborg.is

FASTEIGNASALAN **MIKLABORG** **569 7000** Lágmúla 4 **www.miklaborg.is**
Óskar R. Harðarson og Jason Guðmundsson, löggiltir fasteignasalar
- með þér alla leið -

skemmtanir

Catalina
Hamraborg 1 • 200 Kópavogur • Sími 554 2166 • www.catalina.is
"Best geymda leyndarmál Kópavogs"

Leikir helgarinnar:

Laugardaginn 5. nóv
14:50 Man. City - Middlesbrough

Sunnudaginn 6. nóv
11:30 Arsenal - Tottenham
14:10 Liverpool - Watford
14:50 Swansea - Man.United

Hljómsveitin Klettar

Rúnar Þór, Rúnar Vilbergs, Björgvin Gísla og Siggi Árna spila í kvöld.

Allir velkomnir

Gullnáman

Heimilismatur í hádeginu virka daga • Eldhúsið opið alladaga t
kl. 21:00 • Boltatilboð • Snyrtilegur klæðnaður áskilinn

Golfklúbbur Suðurnesja auglýsir eftir umsóknum í veitingarekstur í skála félagsins á Hólmsvelli í Leiru.

Um er að ræða veitingarekstur fyrir tímabilið apríl–september 2017 eða eftir nánara samkomulagi. Góðar aðstæður eru í skálanum fyrir allan almennan veitingarekstur og miklir möguleikar fyrir rétta aðila.

Umsóknir óskast sendar til framkvæmdastjóra klúbbsins sem jafnframt veitir nánari upplýsingar. **Umsóknarfrestur er til 20. nóvember 2016**

Golfklúbbur Suðurnesja, Hólmsvelli í Leiru, netfang: gtj@gs.is eða í síma sími: 421-4100, 846-0666.

VERKFÆRA SALAN

Opnum nýja verslun í Hafnarfirði í dag 4. Nóvember að Dalshrauni 13

Frábær opnunar-tilboð

Milwaukee

Tilboð
13.990
Áður 19.990.-

Slípirokkur AG 10 E
Stærð mótors 1000W og 125mm skífa.
MW 4933451220

Milwaukee

Tilboð
39.990
Áður 49.900.-

Borvél 18V M18 BPD-202C
Nett 18V hleðsluborvél. átak 50Nm, 13mm patróna. 2 x 2.0Ah rafhlöður og hleðslutæki fylgja.
MW 4933448448

Fini

Tilboð
64.990
Áður 73.490.-

Loftpressa 12V Flash
Jeppadæla frá Fini.
Loftflæði 166 L/mín,
8 bar þrýstingur
DA 8156528FNM290

Tilboð
15.990
Áður 24.900.-

Topplyklasett 1/4"+1/2"
Vandað topplyklasett með 79stk. Kemur í sterkri tösku með foam bökkum.
CR 30714402

RYOBI

Tilboð
5.990
Áður 9.990.-

Skrúfvél 4V
Rafmagnsskrúfjárn 2 gíra
Hægt að breyta í skrúfjárn
Rafhlaða 1,3Ah
RB 5133002650

RYOBI

Tilboð
27.990
Áður 32.990.-

Borvél 18V
Nett 18V hleðsluborvél. átak 50Nm, 13mm patróna. 2 x 2.5Ah rafhlöður og hleðslutæki fylgja.
RB 5133002214

Tilboð
87.990
Áður 94.990.-

Verkfæraskápur 188 hlutir.
Sterkur 7 skúffu verkfæraskápur fullur af verkfærum.
Þolir að bera skrúfstykki.

Ingersoll Rand

Tilboð
29.900
Áður 38.900.-

Herslulykill 1/2" 2130XP
Léttur herslulykill frá Ingersoll Rand.
Losun 745Nm, Hersla 68-680Nm.
IR 80136112

Fjöldi annara opnunartilboða í Dalshrauni 13

Verkfærasalan - Síðumúla 11 - Dalshrauni 13 - 560-8888 - www.vfs.is

Tilboðin gilda í Hafnarfirði til 9. Nóv eða á meðan birgðir endast.

FRÉTTABLAÐIÐ

TÍMAMÓT

4. NÓVEMBER 2016 FÖSTUDAGUR

Merkisatburðir

1520 Stokkhólmsvígin hefjast eftir að Kristján 2. hefur verið krýndur konungur Svíþjóðar í Stokkhólmi.
1869 Tímaritið Nature kemur fyrst út í Bretlandi.
1897 Fjórir bátar farast á Ísafjarðardjúpi í ofsaveðri og einn á Skjálfanda og með þeim tuttugu og tveir menn.
1942 Áhöfn Brúarfoss bjargar 44 mönnum úr áhöfn enska skipsins Daleby, sem sökkt var á milli Íslands og Bandaríkjanna.
1966 Áin Arnó flýtur yfir bakka sína við Flórens og færir hálfa borgina í kaf.
1969 Tveir strætisvagnar skella saman á Skúlagötu í Reykjavík og sautján farþegar slasast.
1995 Yitzhak Rabin, forsætisráðherra Ísraels, er skotinn til bana af öfgasinnuðum Ísraela.
2008 Barack Obama er kosinn forseti Bandaríkjanna og verður þar með fyrstur þeldökkra manna til að gegna því embætti.

†

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

Kristín Klara Ólafsdóttir

sjúkraliði,
áður til heimilis að Núpasíðu 8e,
Akureyri,

sem andaðist á hjúkrunarheimilinu Lögmannshlíð mánudaginn 31. október, verður jarðsungin frá Langholtskirkju þriðjudaginn 8. nóvember kl. 13. Þeim sem vilja minnast hennar er bent á hjúkrunarheimilið Lögmannshlíð.

Aðalgeir Aðalsteinsson
Jón Jónsson — **María Elsa Erlingsdóttir**
Vilborg Jónsdóttir — **Ari Þór Jóhannesson**
Þorsteinn Yngvi Jónsson — **Virginia Galicia Isorena**
barnabörn og barnabarnabörn.

†

Systir mín, mágkona og móðursystir,

Lilja Sigurðardóttir

hjúkrunarkona og ljósmóðir,

sem lést 24. október verður jarðsungin frá Aðventkirkjunni í Reykjavík, mánudaginn 7. nóvember kl. 12. Blóm og kransar afþökkuð. Þeim sem vilja minnast hennar er vinsamlegast bent á Líknarfélagið Alfa, bankanr. 0327 26 1948 kt. 651114-0120.

Guðrún Sigurðardóttir — **Valur Steinn Þorvaldsson**
Sigríður Þóra Valsdóttir — **Sigurður Már Valsson**

†

Elskulegur faðir okkar, tengdafaðir, afi og bróðir,

Bjarni Halldór Magnússon

Vestursíðu 24, Akureyri,

lést 22. október. Útförin hefur farið fram í kyrrþey að ósk hins látna. Sérstakar þakkir til starfsfólks lyflækningadeildar Sjúkrahússins á Akureyri fyrir góða umönnun.

Helena Guðlaug Bjarnadóttir — **Yngvi Hrafn Pétursson**
Baldur Bjarnason — **Sigríður Björk Ævarsdóttir**
Ásbjörn Garðar, Arnór Kári, Áróra Hrönn, Egill Váli, Embla Björk, Írena Lovísa
Guðrún Magnúsdóttir
Hallfríður Magnúsdóttir
Áslaug Magnúsdóttir

†

Ástkær móðir okkar, tengdamóðir mín, amma og langamma,

Sólrún Bentsý Jóhannesdóttir

hjúkrunarheimilinu Ísafold, Garðabæ,

sem lést á Ísafold föstudaginn 28. október síðastliðinn, verður jarðsungin frá Vídalínskirkju í Garðabæ mánudaginn 7. nóvember kl. 13.00. Blóm og kransar eru afþakkaðir en þeim sem vilja minnast hennar er bent á Alzheimersamtökin.

Siggeir Stefánsson — **Hrafngerður Ösp Elíasdóttir**
Elsa Stefánsdóttir
Jóhannes Stefánsson
barnabörn og fjölskyldur.

Að láta myndina ljóma

Ljósmyndarafélag Íslands fagnar 90 ára afmæli félagsins með ljósmyndasýningu í Kringlunni. Alls sendu 45 atvinnuljósmyndarar inn myndir á sýninguna sem verður opnuð í dag.

„Við vildum blása í lúðra, fagna þessu stórafmæli með einhverjum hætti og þetta varð niðurstaðan, að hafa skemmtilega sýningu á stað þar sem almenningur gæti hæglega séð hana," segir Lárus Karl Ingason, formaður Ljósmyndarafélags Íslands. Félagið heldur upp á 90 ára afmæli sitt á þessu ári og blæs af því tilefni til heljarinnar sýningar sem verður opnuð í Kringlunni klukkan 13 í dag.

Ljósmyndarafélag Íslands var stofnað árið 1926 af átján starfandi atvinnuljósmyndurum sem höfðu fest sig í sessi í íslensku samfélagi. Lárus Karl segir greinina hafa farið í gegnum miklar breytingar á þessum níutíu árum sem félagið hefur verið starfandi og sífellt blasi nýjar áskoranir við ljósmyndurum. Það eigi ekki síst við hinn tæknilega hluta ljósmyndunar. „Tæknin ferðast hratt og það þarf að bregðast fljótt við nýjustu hræringum í tæknimálum, en það eru alltaf sömu gildin sem búa í höfðinu á okkur varðandi ljósmyndum. Verkefnið er alltaf að láta myndina ljóma á einhvern hátt," segir Lárus Karl og nefnir meðal annars til sögunnar þær miklu framfarir í gæðum sem hafa orðið í stafrænni tækni á undanförnum árum. Myndirnar á sýningunni í Kringlunni eru teknar á hinar ýmsu vélar og sumar þeirra á fyrstu stafrænu myndavélarnar sem komu á markað um aldamótin. „Þá voru „fælarnir" mjög litlir og þær myndir þola þar af leiðandi ekki mikla stækkun. Við þurftum til að mynda að taka tillit til þess, en sumar þessara mynda á sýningunni eru líka teknar á filmu," útskýrir Lárus Karl.

Öllum starfandi ljósmyndurum var boðið að senda inn myndir á sýninguna, sem sérstök valnefnd valdi svo úr, en þátttaka var ekki bundin við þá sem eru félagar í Ljósmyndarafélagi Íslands. Alls sendu 45 ljósmyndarar inn milli 200 og 300 myndir og verða um 30 þeirra á sýningunni í Kringlunni. „Þetta var ærið verkefni fyrir valnefndina og myndirnar sem voru sendar inn eru afar fjölbreyttar og ólíkar. Þær sem verða á sýningunni eiga það allar sameiginlegt að hafa einhvers konar sérstöðu," segir Lárus Karl að lokum og hvetur almenning til að bregða sér í Kringluna og berja sýninguna augum. **kjartang@frettabladid.is**

Lárus Karl Ingason, formaður Ljósmyndarafélags Íslands, segir hugsunina að baki sýningunni í Kringunni vera þá að færa ljósmyndirnar nær almenningi. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

> **Tæknin ferðast hratt og það þarf að bregðast fljótt við nýjustu hræringum í tæknimálum, en það eru alltaf sömu gildin sem búa í höfðinu á okkur varðandi ljósmyndun**

ÞETTA GERÐIST: 4. NÓVEMBER 1911

Roy Rogers fæddist

Leonard Slye, sem síðar varð þekktur undir nafninu Roy Rogers, fæddist þennan dag árið 1911 í Cincinnati í Ohio. Rogers kom til Hollywood árið 1920 og starfaði þá við ávaxtatínslu. Snemma á fjórða áratugnum gekk hann til liðs við sönghópinn Hollywood Hillbillies, sem söng fyrst í útvarp árið 1931. Annar sönghópur sem Rogers söng með var fenginn til að leika í ódýrum vestra og upp frá því fékk Rogers æ stærri hlutverk í bíómyndum. Hann heillaði lýðinn ásamt hesti sínum, Trigger, og mótleikkonu, Dale Evans, og varð brátt einn af tíu launahæstu leikurum Hollywood.

Þegar eiginkona Rogers lést árið 1946 kvæntist hann leikkonunni Dale Evans, sem leikið hafði á móti honum um árabil.

Rogers stjórnaði einnig vinsælum útvarpsþætti, The Roy Rogers Show, sem var breytt í sjónvarpsþátt árið 1951. Hann varð einn auðugasti maður Hollywood og átti fasteignir, nautgripi, hesta, ródeósýningar og veitingastaðakeðju. Roy Rogers lést árið 1998.

Ástkær eiginkona, móðir og systir,

Sigurborg „Bogga" Sigurbrandsdóttir Railton

Columbia MO, USA,

lést 31. október sl. á University of Missouri Hospital and Clinics, Bandaríkjunum.

Norman Railton
Warren Kristjon Railton
Alda Særós Þórðardóttir

Yndisleg eiginkona mín, móðir, amma og langamma,

Sigrún Gyða Sveinbjörnsdóttir

sem lést 26. október síðastliðinn, verður jarðsungin frá Selfosskirkju laugardaginn 5. nóvember kl. 13.00.

Ólafur Th. Ólafsson
börn, tengdabörn, barnabörn og barnabarnabörn.

TÖLVULISTINN 24 ÁRA

BRJÁLUÐ AFMÆLISTILBOÐSVEISLA Í AÐEINS FJÓRA DAGA !

FÖSTUDAGSTILBOÐ

ÞESSI 4 TILBOÐ GILDA AÐEINS FÖSTUDAGINN 4. NÓVEMBER

GLÆSILEGUR 32" PHILIPS SKJÁR MEÐ IPS !

PHS-323E7QDAB
Fallega hannaður Philips skjár með miklu vinnuplássi og kristaltærum skjá vegna vandaðrar IPS skjátækni.

39.995
ÁÐUR 59.995

INTEL i3 ÖRGJÖRVI OG 256GB HRAÐUR SSD

ASU-F540LADM759T
Glæsilegahönnuð Asus fartölva með sprækum Intel i3, 8GB vinnsluminni og hraðvirkum 256GB SSD diski.

84.995
ÁÐUR 109.995

STEELSERIES MÚSARMOTTA

STE-63005
50% afsláttur af léttri og ofurþunnri QcK Mini músarmottu með hágæða gúmmíbotni svo hún renni ekki og tauáferð.

995
ÁÐUR 1.995

RAZER KRAKEN PRO LEIKJAHEYRNARTÓL

RAZ-RZ0401380200R3M1
Sívinsælu Razer leikjaheyrnartólin á 10.000 króna afslætti þennan eina dag.

13.995
ÁÐUR 23.995

LAUGARDAGSTILBOÐ

ÞESSI 4 TILBOÐ GILDA AÐEINS LAUGARDAGINN 5. NÓVEMBER

24" 144HZ LEIKJASKJÁR !

ASU-MG248Q
Sérhannaður Asus skjár fyrir kröfuharða leikjaspilara með 1ms svartíma og 144Hz tíðni. Ótrúlegur afsláttur.

49.995
ÁÐUR 64.995

15,6" FARTÖLVA MEÐ INTEL i3 !

ACE-NXGCEED060
Ótrúlegt afmælistilboðsverð fyrir þessa flottu Acer fartölvu með sprækum Intel i3 örgjörva.

59.995
ÁÐUR 74.995

INTEL i5 BORÐTÖLVA MEÐ 256GB SSD !

ACE-DTB1REQ024
Örþunn borðtölva með fjögurra kjarna Intel i5 örgjörva, 8GB vinnsluminni og hraðvirkum 256GB SSD diski.

99.995
ÁÐUR 129.995

ÞRÁÐLAUS HEIMILIS PRENTARI FRÁ EPSON

EPS-XP235
Helmingsafsláttur á nettum heimilisprentara sem skannar líka og ljósritar. Einfaldur og hagkvæmur í notkun.

5.995
ÁÐUR 11.995

SUNNUDAGSTILBOÐ

ÞESSI 4 TILBOÐ GILDA AÐEINS SUNNUDAGINN 6. NÓVEMBER

24" FULLHD SKJÁTÖLVA MEÐ i3 !

ACE-DQB3NEQ001
Glæsileg heimilistölva með Intel i3 örgjörva, kristaltærum skjá og Intel HD 5500 grafikkjarna.

109.995
ÁÐUR 139.995

INTEL i5 OG STÓR 512GB SSD !

ASU-F556UADM331T
Ofurfartölva með kraftmiklum Intel i5 örgjörva, FullHD skjá og risastórum og hraðvirkum 512GB SSD.

129.995
ÁÐUR 169.995

STEELSERIES FYRIR LEIKI OG TÓNLIST !

STE-51133
Hönnuð fyrir leikjaspilun en frábær líka fyrir tónlistina. Lokuð með mjúkum leðurpúðum og útdraganlegum hljóðnema.

7.995
ÁÐUR 14.995

NÝJA BLACKWIDOW CHROMA X

RAZ-RZ0401380200R3M1
Splunkunýtt Razer Blackwidow mekanískt lyklaborð með 16 milljón litum og ótal forritunarmöguleikum.

24.995
ÁÐUR 39.995

Birt með fyrirvara um myndbrengl og villeysur.

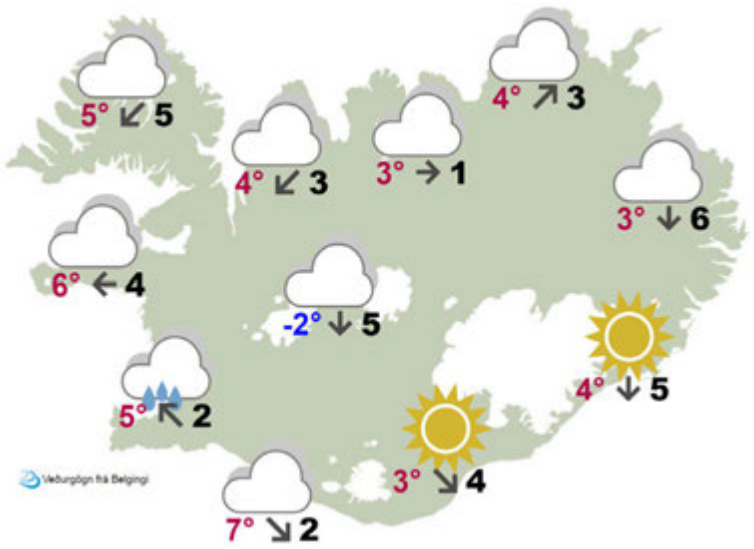
AÐEINS BROT AF AFMÆLISTILBOÐUNUM !

TÖLVULISTINN

DAGTILBOÐIN GILDA MEÐAN BIRGÐIR ENDAST !

VEÐUR & MYNDASÖGUR

Veðurspá Föstudagur



Norðangola og stöku él með norður- og austurströndinni, en bjartviðri sunnan og vestan til. Frystir sums staðar í innsveitum um landið norðan- og austanvert, en annars hiti 0 til 6 stig.

Laugardagur

Reykjavík	Ísafjörður	Akureyri
4°	-0°	-0°
↖ 4	↗ 5	↗ 3

Egilsstaðir	Kirkjubæjarkl.	Hveravellir
1°	2°	-4°
↘ 2	↙ 3	↗ 2

Sunnudagur

Reykjavík	Ísafjörður	Akureyri
7°	5°	2°
↑ 12	↑ 15	↑ 10

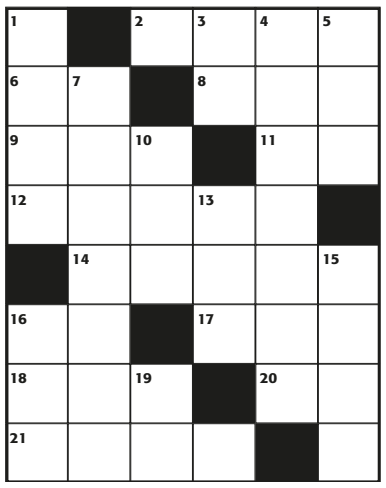
Egilsstaðir	Kirkjubæjarkl.	Hveravellir
1°	2°	-1°
↑ 4	↙ 2	↑ 14

Þrautir

Krossgáta

LÁRÉTT
2. mælieining
6. pot
8. kjökur
9. prjónavarningur
11. tveir eins
12. tipl
14. kvk. nafn
16. bókstafur
17. upphrópun
18. sigað
20. á fæti
21. fugl

LÓÐRÉTT
1. mælieining
3. átt
4. munúðlífi
5. einkar
7. hvítmaur
10. sigti
13. hyggja
15. veiði
16. samstæða
19. tveir eins



LAUSN

LÁRÉTT: 2. úrsa, 6. ot, 8. væl, 9. les, 11. íl, 12. trtl, 14. maría, 16. pí, 17. úff, 18. att, 20. il, 21. rita.
LÓÐRÉTT: 1. volt, 3. nv, 4. sællíf, 5. all, 7. termítt, 10. sía, 13. trú, 15. afli, 16. par, 19. tt.

Skák Gunnar Björnsson

Krogius átti leik gegn Gauffin í Helsinki árið 1937.

Hvítur á leik

1. Be7! Bxe7 2. Hxe5. Hvítur vinnur peð auk þess að hafa yfirburðastöðu. Það dugði hvítum til öruggs sigurs nokkru síðar.

www.skak.is: Tvö barna- og unglingamót um helgina.

Sudoku

LÉTT

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

MIÐLUNGS

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

ÞUNG

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

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 →

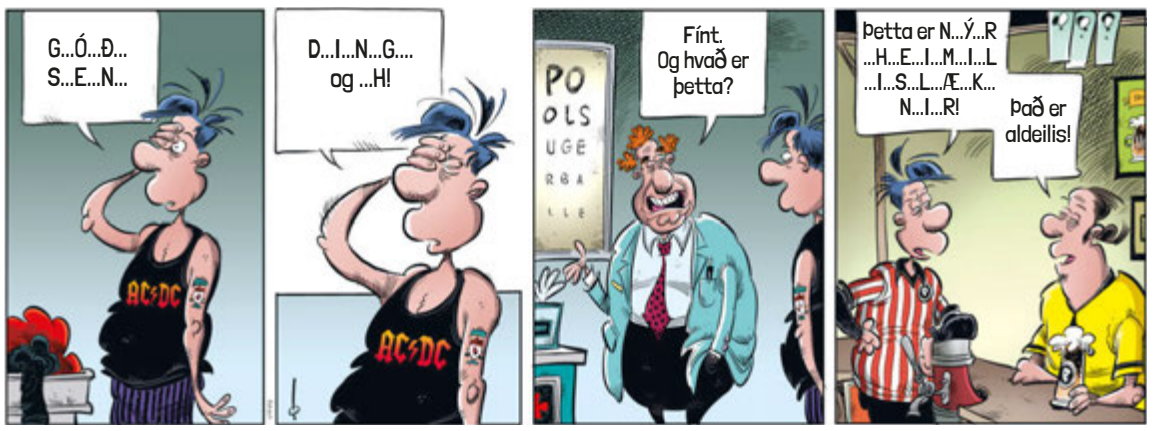
8	5	3	1	9	6	2	4	7
6	1	7	2	4	3	5	8	9
9	2	4	5	7	8	3	1	6
5	3	8	6	1	9	7	2	4
4	6	1	7	2	5	8	9	3
7	9	2	8	3	4	1	6	5
1	7	6	9	5	2	4	3	8
2	4	9	3	8	7	6	5	1
3	8	5	4	6	1	9	7	2

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

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

Myndasögur

PONDUS Eftir Frode Øverli

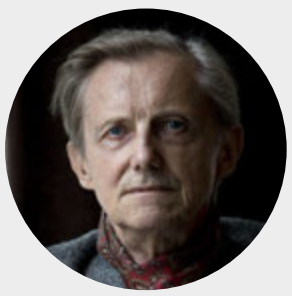


GELGJAN Eftir Jerry Scott & Jim Borgman

BARNALÁN Eftir Jerry Scott & Rick Kirkman

FRÉTTABLAÐIÐ er Helgarblaðið

Ég syng áfram um lífið



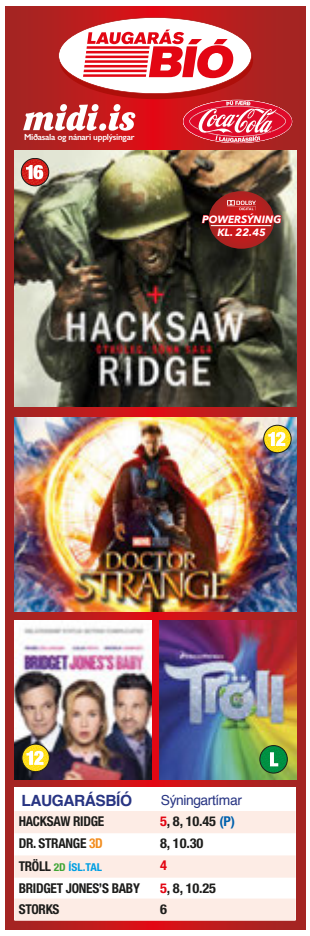
Ég syng áfram um lífið, segir ljóðskáldið **Sigurður Pálsson** sem stendur frammi fyrir dauðleika sínum en sendi nýverið frá sér sína sextándu ljóðabók og þýðingar á prósaljóðum Arthur Rimbaud.

Uppnám í Bretlandi

Breskur dómstóll segir bresku stjórnina enga heimild hafa til að virkja útgönguákvæði ESB án samþykkis þingsins. Stjórn Theresu May áfrýjar til Hæstaréttar.

Heimurinn skuldaði mér

Brynja Dan er ættleidd frá Sri Lanka og stóð uppi foreldralaus átján ára gömul á Íslandi. Hún fann blóðmóður sína og stórfjölskyldu í sumar.



Hvað? Hvenær? Hvar? Föstudagur

hvar@frettabladid.is

Bryndís Ásmundsdóttir ætlar að taka kassagítarútgáfur af smellum Tinu Turner í Borgarnesi í kvöld. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

Sigríður Thorlacius ásamt fleirum mun flytja ný og gömul lög við ljóð Snorra Hjartarsonar í Borgarbókasafninu í dag. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

4. NÓVEMBER

Tónlist

Hvað? Ingó Veðurguð, Sveppi og A-liðið
Hvenær? 23.59
Hvar? Græna herbergið, Lækjargötu
Ingó og Sveppi mæta í Græna herbergið og skemmta þar eins og þeim einum er lagið.

Hvað? Hausttökkrið yfir mér
Hvenær? 12.15
Hvar? Borgarbókasafn, Grófinni
Nú í nóvember verður boðið upp á tvenna tónleika í Grófinni undir yfirskriftinni Jazz í hádeginu. Þarna verða margir af bestu djasstónlistarmönnum landsins að flytja gömul og ný verk við ljóð Snorra Hjartarsonar í tilefni sýningar á verkum Snorra. Flytjendur eru Leifur Gunnarsson, Sigríður Thorlacius og Hjörtur Ingvi Jóhannsson.

Hvað? Span
Hvenær? 22.00
Hvar? Hressó, Austurstræti
Hljómsveitin Span kemur fram á Hressó og spilar heilmörg tökulög.

Hvað? Dr. Spock
Hvenær? 23.00
Hvar? Dillon, Laugavegi
Hljómsveitin Dr. Spock ætti að vera öllum kunnug en í henni er meðal annars háttvirtur þingmaður, jafnvel ráðherra bráðum, Óttarr Proppé. Það verður frítt inn.

Hvað? Leikhústónleikar Halla og Góa
Hvenær? 22.00
Hvar? Gamla Kaupfélagið, Akranesi
Góa og Halli ætla að flytja lögin úr leikhúsinu og segja drepfyndnar skrýtlur þess á milli. Þessir félagar hafa unnið saman alveg þvílíkt lengi og voru meðal annars með reglulegar innkomur á Græna hattinum á Akureyri þegar þeir voru að vinna þar í bæ saman. Miðaverð 2.900 krónur.

Hvað? DJ Atli Kanill
Hvenær? 21.00
Hvar? Hverfisgata 12
Atli Kanill heldur fjörinu gangandi á Hverfisgötu 12 fyrir alla sem þyrstir í slíkt.

Hvað? Bryndís Ásmunds flytur lög Tinu Turner
Hvenær? 21.00
Hvar? Kaffi Bifröst, Borgarnesi
Bryndís Ásmunds er löngu orðin þekkt fyrir túlkun sína á lögum Tinu Turner en hefur verið að vinna að órafmögnuðum útsetningum á hennar vinsælustu lögum með Hrafnkeli Pálmarssyni gítarleikara. Búast má við að þetta verði ákaflega einlægt og innilegt hjá henni Bryndísi enda verður hún bara með kassagítarinn og röddina að vopni.

Hvað? Stebbi Jak og Andri Ívars flytja föstudagslögin
Hvenær? 22.00
Hvar? Café Rosenberg, Klapparstíg
Stebbi og Andri spila fullt af lögum sem þeim finnst algjörlega geggjuð. Með þeim verður Dagur Sigurðsson sem ætlar að hita upp fyrir drengina en þeim finnst hann besti blússöngvari landsins, hvorki meira né minna.

Viðburðir

Hvað? Herrakvöld Víkings
Hvenær? 19.00
Hvar? Víkin
Glæsilegasta herrakvöld Víkings til þessa, hvað annað? Helgi Björns skemmtir, Sveppi sér um veislustjórn og stjörnukokkarnir frá Múlakaffi sjá um steikarhlaðborðið. Miðaverð er 7.900 krónur í forsölu.

Hvað? J-dagurinn
Hvenær? 12.00
Hvar? Den Danske Kro, Ingólfsstræti
Hinn stórmerkilegi J-dagur hefst á hádegi í dag og ekkert verður sparað til að gera hann eftirminnilegan. Til að byrja með verður boðið upp á frían Tuborg og Tuborg Classic fyrir alla sem mæta snemma. Síðan tekur við happy hour ásamt öðrum léttum veitingum og ýmsum uppákomum eins og tombólu og fleira. Lúðrasveit Hafnarfjarðar mætir svo og spilar jólatúborginn í hús en snjórinn fellur nákvæmlega eina mínútu í níu. Á slaginu níu ryðst hljómsveitin Albatross ásamt Halldóri Fjallabróður og Sverri Bergmann upp á sviðið. Húsbandið heldur síðan uppi stemmingunni allt til lokunar.

Hvað? Hér fer allt í hringi
Hvenær? 17.00
Hvar? Tveir hrafnar, Baldursgötu
Hulda Hákon opnar sýningu sína Hér fer allt í hringi og vafalaust verður svakalegt húllumhæ í kringum það. Sýningin stendur til 3. desember.

Hvað? Who's the daddy!
Hvenær? 20.30
Hvar? Tjarnarbíó, Tjarnargötu
Opin sýning þar sem er fjallað um flókin tilfinningasambönd karlmanna. Strákarnir úr Kynfræðslu Pörupilta í Borgarleikhúsinu eru nú mættir í Tjarnarbíó með uppistand um föðurhlutverkið og allt sem því tengist. Miðaverð er 3.900 krónur.

Hvað? Farið
Hvenær? 20.00
Hvar? Sjálfsbjargarhúsið, Hátúni
Halaleikhópurinn frumsýnir verkið Farið eftir leikskáldið Ingunni Láru Kristjánsdóttur í leikstjórn Margrétar Guttormsdóttur. Sýningin er pólitísk og gerist um borð í stærðarinnar geimskipi. Búast má við ádeilu á þrautagönguna sem notendur velferðarkerfisins þurfa að búa við. Miðaverð er 2.500 krónur.

Hvað? Októberfest Stór-Hafnarfjarðarsvæðisins á Ásvöllum
Hvenær? 19.30
Hvar? Ásvellir, Hafnafirði
Það verður stuð og fjör á Októberfest Hafnarfjarðar. Kvöldið hefst á kynningu á jólabjór Vífilfells, síðan verður borinn á borð Októberfestmatur ásamt bretzel frá Korninu. Ingvar Jónsson trúbador sér um að halda uppi fjörinu og Diskótekið Dísa sér um tónlistina langt fram á nótt. Glaðningur er í boði fyrir alla þá sem mæta í Októberfest-búningi. Það er 20 ára aldurstakmark og miðaverð er 3.000 krónur.

Hvað? Tuborg Julebryg/Kókos
Hvenær? 23.00
Hvar? Hvíti riddarinn, Mosfellsbæ
Snjórinn fellur á Hvíta riddarann en þangað mætir Tuborg jólabjórinn á slaginu ellefu í kvöld. Hljómsveitin Kókos verður að sjálfsögðu á svæðinu og keyrir stemminguna í botn.

Málþing

Hvað? Heggur sá er hlífa skyldi
Hvenær? 14.00
Hvar? Hótel Reykjavík Natura, Nauthólsvegi
Málþing um samfélagslega ábyrgð gagnvart þolendum kynbundins ofbeldis verður haldið í dag í bíósalnum í Hótel Reykjavík Natura sem áður hét Loftleiðahótelið.

BIO ★ PARADIS
HAPPY HOUR Á BARNUM 17-19

Airwaves off-venue 13:00
Can't Walk Away ENG SUB 18:00
Autumn Lights 18:00
The Girl With All the Gifts 20:00
The Sleeping Beauty 20:00
Innsæi / The Sea Within 20:00
Child Eater 22:30
Captain Fantastic 22:00

DAGSKRÁ

Föstudagur

STÖÐ 2

07.00 The Simpsons
07.20 Tommi og Jenni
07.45 Kalli kanína og félagar
08.05 The Middle
08.30 Pretty little liars
09.15 Bold and the Beautiful
09.35 Doctors
10.20 Restaurant Startup
11.00 Grand Designs Australia
11.50 White Collar
12.35 Nágrannar
13.00 Mr. Holmes
14.40 Little Women
16.35 Chuck
17.20 Tommi og Jenni
17.40 Bold and the Beautiful
18.05 Nágrannar
18.30 Fréttir Stöðvar 2
18.55 Íþróttir
19.05 Fréttir Stöðvar 2
19.20 **Logi 2016** Laufléttur og bráðskemmtilegur þáttur þar sem Logi Bergmann fer á kostum sem þáttastjórnandi.
20.15 The X-Factor UK
21.40 **The X-Factor UK** Einn vinsælasti skemmtiþáttur veraldar þar sem efnilegir söngvarar fá tækifæri til að slá í gegn.
22.30 **The Voices** Gamansöm spennumynd frá 2014 með Ryan Reynolds í aðalhlutverki og fjallar um hinn ljúfa Jerry Hickfang sem er þeirri gáfu gæddur að geta talað við dýrin og þau við hann. Reyndar talar hann ekki við dýrin heldur heyrir bara raddir í hausnum á sér enda er hann í raun snargeggjaður þótt það sjáist ekki utan á honum.
00.15 **Miss You Already** Rómantísk gamanmynd frá 2015 með Drew Barrymore og Toni Collette. Vinkonurnar Jess og Milly hafa varla getað séð hvor af annarri allt frá því þær hittust fyrst í æsku. Dag einn banka örlögin á dyrnar því á sama tíma og Milly greinist með krabbamein og ljóst verður að framundan er barátta sem hún gæti allt eins tapað verður Jess loksins ófrísk eftir áralanga bið hennar og eiginmannsins eftir því kraftaverki.
02.05 Fast Five
04.15 Mr. Holmes

STÖÐ 2 SPORT

07.00 Keflavík - Tindastóll
08.40 Premier League World
09.10 M. Tel-Aviv - AZ Alkmaar
10.50 Sassuolo - Rapid Wien
12.30 Southampton - Inter Milan
14.10 Fenerbahçe - Man. Utd.
15.50 NFL Gameday
16.15 Keflavík - Tindastóll
17.55 PL Match Pack
18.25 La Liga Report
18.55 Evrópudeildarmörkin
19.45 KR - Þór Þ.
22.00 Körfuboltakvöld
23.35 Premier League Preview
00.00 Chicago Bulls - New York Knicks

STÖÐ 2 SPORT 2

07.00 Man. Utd. - Burnley
08.40 Southampton - Chelsea
10.25 Stoke City - Swansea City
12.10 Messan
13.55 Ludogorets - Arsenal
15.35 PSV - Bayern Munchen
17.15 Man. City - Barcelona
19.00 Meistaradeildarmörkin
19.40 Brentford - Fulham
21.45 Premier League Preview
22.15 Basel - PSG
00.10 Bundesliga Weekly
00.40 Formúla E - Magazine Show
01.10 KR - Þór Þ.
02.50 Körfuboltakvöld

STÖÐ 3

17.45 Mike and Molly
18.10 The League
18.30 New Girl
18.55 Modern Family
19.20 Fóstbræður
19.50 Silicon Valley
20.20 The New Adventures of Old Christine
20.45 NCIS: New Orleans
21.30 Last Ship
22.15 Entourage
22.45 Klovn
23.15 Grantchester
00.05 Fresh off the Boat
00.25 Fóstbræður
00.55 Silicon Valley
01.25 The New Adventures of Old Christine
01.45 NCIS: New Orleans
02.25 Grantchester
03.10 Tónlist

KRAKKASTÖÐIN

07.00 Dóra könnuður
07.24 Mörgæsirnar frá Madagaskar
07.47 Doddi litli og Eyrnastór
08.00 Áfram Diego, áfram!
08.24 Svampur Sveinsson
08.49 Lalli
08.55 Rasmus Klumpur og félagar
09.00 Lína Langsokkur
09.25 Gulla og grænjaxlarnir
09.37 Stóri og litli
09.49 Hvellur keppnisbíll
10.00 Zigby
10.10 Ævintýraferðin
10.25 Latibær
10.47 Mæja býfluga
11.00 Dóra könnuður
11.24 Mörgæsirnar frá Madagaskar
11.47 Doddi litli og Eyrnastór
12.00 Áfram Diego, áfram!
12.24 Svampur Sveinsson
12.49 Lalli
12.55 Rasmus Klumpur og félagar
13.00 Lína Langsokkur
13.25 Gulla og grænjaxlarnir
13.37 Stóri og litli
13.49 Hvellur keppnisbíll
14.00 Zigby
14.10 Ævintýraferðin
14.25 Latibær
14.47 Mæja býfluga
15.00 Dóra könnuður
15.24 Mörgæsirnar frá Madagaskar
15.47 Doddi litli og Eyrnastór
16.00 Áfram Diego, áfram!
16.24 Svampur Sveinsson
16.49 Lalli
16.55 Rasmus Klumpur og félagar
17.00 Lína Langsokkur
17.25 Gulla og grænjaxlarnir
17.37 Stóri og litli
17.49 Hvellur keppnisbíll
18.00 Zigby
18.10 Ævintýraferðin
18.25 Latibær
18.47 Mæja býfluga
19.00 Walking with Dinosaurs

GOLFSTÖÐIN

08.05 Inside The PGA Tour
08.30 Ladies European Tour – Highlights
09.00 Fatima Bint Mubarak Ladies Open
13.00 Shriners Hospitals for Children Open
16.00 Fatima Bint Mubarak Ladies Open
20.00 Ladies European Tour – Highlights
20.30 Shriners Hospitals for Children Open
23.30 Champions Tour Highlights

BÍÓSTÖÐIN

10.25 Trip to Italy
12.10 He's Just Not That Into You
14.20 Mamma Mia!
16.10 Trip to Italy
18.00 He's Just Not That Into You
Stjörnum prýdd rómantísk gamanmynd sem byggð er á samnefndri sjálfshjálparbók sem var byggð á hluta af Sex and the City þáttunum. Myndin er í raun margar minni sögur sem segja frá skakkaföllum nokkurra mismunandi manneskja sem tengjast öll einhvern veginn. Ben Affleck, Jennifer Aniston, Drew Barrymore, Scarlett Johansson, Justin Long, Jennifer Connelly, Ginnifer Goodwin og margir fleiri fara með hlutverk í myndinni.
20.10 **Mamma Mia!** Ein vinsælasta dans- og söngvamynd síðari ára með Amöndu Seyfried, Meryl Streep, Colin Firth og Pierce Brosnan í aðalhlutverkum. Myndin gerist á Grikklandi þar sem Sophie ætlar að halda draumabrúðkaup sitt en langar að hafa uppi á föður sínum fyrir daginn stóra. Eftir að hafa laumast í dagbók móður sinnar, uppgötvar hún að faðir hennar er einn af þremur fyrrverandi elskhugum hennar. Til að komast að því ákveður hún að bjóða þeim öllum í brúðkaupið án vitundar móður sinnar og reyna þannig að komast að sannleikanum.
22.00 Concussion
00.05 Machete Kills
01.55 True Story
03.35 Concussion
06.40 A Little Chaos

RÚV

17.10 Ferðastiklur
17.50 Táknmálsfréttir
18.00 KrakkaRÚV
18.01 Pósturinn Páll
18.16 Kosmó
18.28 Blái jakkinn
18.30 Jessie
19.00 Fréttir
19.25 Íþróttir
19.30 Veður
19.40 Augnablik – úr 50 ára sögu sjónvarps
20.00 Útsvar
21.15 Vikan með Gísla Marteini
22.00 Enskukennarinn
23.30 Níu
00.45 Útvarpsfréttir í dagskrárlok

SJÓNVARP SÍMANS

00.35 Sex & the City
01.00 Law & Order: Special Victims Unit
01.45 Secrets and Lies
02.30 This is Us
03.15 MacGyver
04.00 The Tonight Show
04.40 The Late Late Show
05.20 Pepsi MAX tónlist
06.00 Pepsi MAX tónlist
08.00 The Millers
08.20 Dr. Phil
09.00 The Biggest Loser
09.45 The Biggest Loser
10.35 Pepsi MAX tónlist
13.10 Dr. Phil
13.50 The Voice Ísland
15.15 The Muppets
15.40 The Good Wife
16.25 The Tonight Show
17.05 The Late Late Show
17.45 Dr. Phil
18.25 Everybody Loves Raymond
18.45 King of Queens
19.10 How I Met Your Mother
19.35 America's Funniest Home Videos
20.00 The Voice Ísland
21.30 My Big Fat Greek Wedding
23.10 The Tonight Show
23.50 Under the Dome

ÚTVARP

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

LOGI
Laufléttur og bráðskemmtilegur þáttur þar sem Logi Bergmann fer á kostum sem þáttastjórnandi. Gestir hans í þessum þætti verða þau Jón Gnarr, Hanna Katrín Friðriksson, Logi Már Einarsson og söngvarinn Frikki Dór sem jafnframt tekur lagið á ljúfu nótunum.

SPENNANDI
FÖSTUDAGSKVÖLD
Fáðu þér áskrift á 365.is
365

THE X-FACTOR UK
Einn vinsælasti hæfileikaþáttur í heimi þar sem þau Sharon Osbourne, Louis Walsh og Nicole Scherzinger ásamt Simon Cowell eru í dómarasætunum og freista þess að finna næstu stórstjörnu Bretlands.

THE VOICES
Gamansöm spennumynd um hinn ljúfa Jerry Hickfang sem er þeirri gáfu gæddur að geta talað við dýrin og þau við hann. Það er ekki allt sem sýnist og getur jafnvel verið að hann sé bara snargeggjaður?

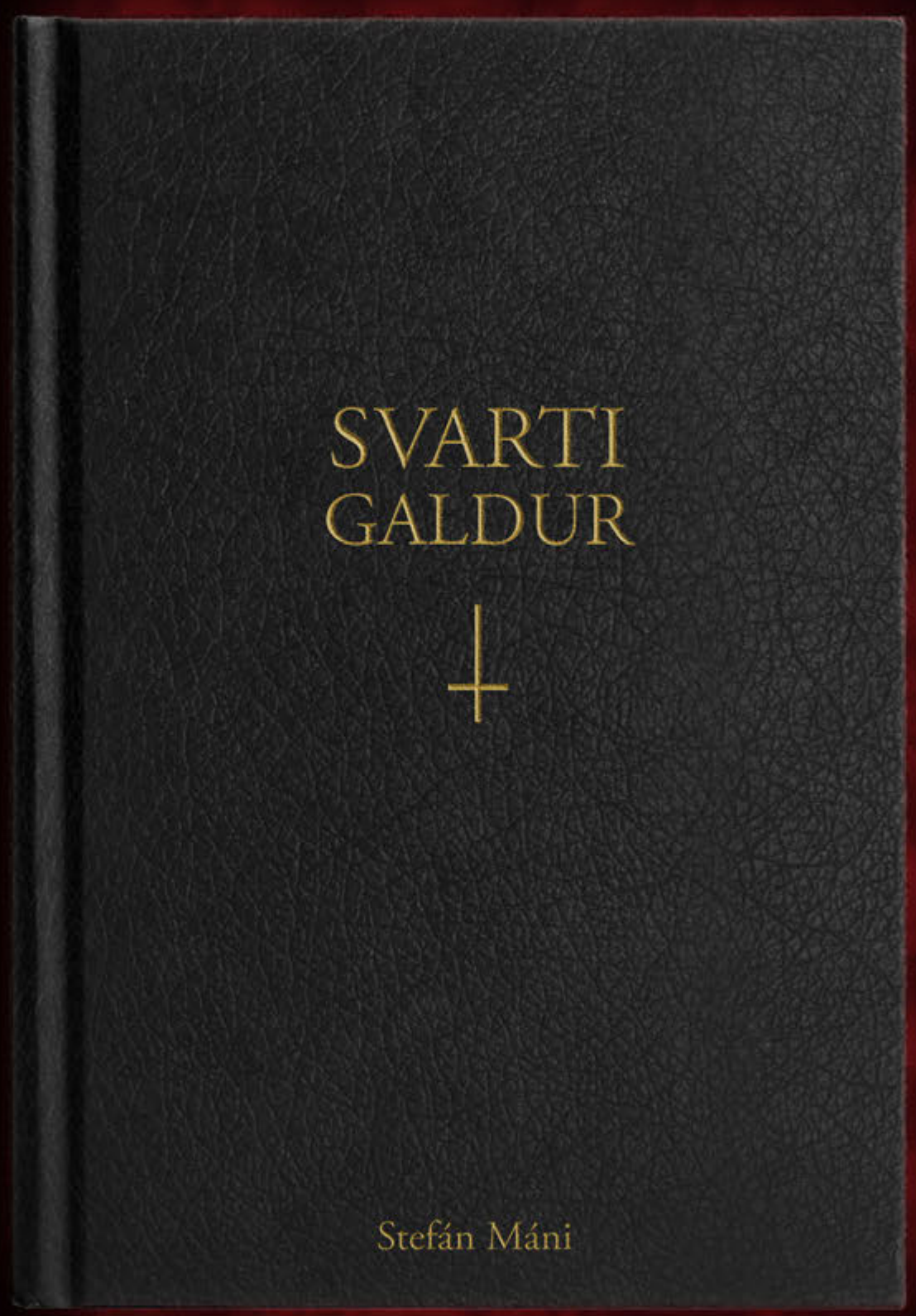
CONCUSSION
Nígerískí læknirinn Bennet Omalu sýndi fyrstur fram á að endurtekin höfuðhögg sem leikmenn í bandarísku fótboltanum fengu á sig orsökuðu hrörnunarsjúkdóm.

LAST SHIP
Hörkuspennandi þættir um áhöfn herskips sem fær það erfiða verkefni að hafa uppi á mótefni sem vinnur gegn heimsfaraldri.

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

sögur útgáfa

NÝ BÓK EFTIR
METSÖLUHÖFUNDINN
STEFÁN MÁNA



Hið illa er komið á kreik

KONTOR REYKJAVÍK

Miðborgarvaka á Airwaves

OPIÐ TIL KL. 21 Í KVÖLD

Njótum fjölbreyttrar tónlistar, veitinga og mannlífs í magnaðri Airwaves veislu í miðborginni. Sérvaldir söngfuglar á vappi. Opið í verslunum til 21:00 og víða lengur.

Næg bílastæði og munið bílastæðahúsin.

TÖSKU- OG HANSKABÚÐIN

20% afsláttur af öllum hönskum. Léttar veitingar í boði.

Laugavegi 103

CENTER HOTELS

Off venue tónleikar á þremur hótelum frá fimmtudegi fram á laugardag.

Plaza, Þingholt, Arnarhvoll

Brim

Full búð af nýjum tollfrjálsum vörum.

Laugavegi 71

38 ÞREP

Laugavegi 49 / sími 561 5813

20% afsláttur af öllum vörum föstudag og laugardag.

Laugavegi 49

HÖFNIN Restaurant

Íslenski veitingastaðurinn við Reykjavíkurhöfn.

Geirsgötu 7

Reiðhjólaverzlunin Berlin

Klassísk hjól og fatnaður

Nú hjólum við í nóvember! 20% afsláttur af öllum hjólum í dag.

Geirsgötu 5A

Ullarkistan

20% af öllum vörum auk annarra tilboða.

Laugavegi 25

EÍNVERA

20% afsláttur af Miista skóm, Eyland Jewellery og Dylan Kain. 30% af völdum vörum.

Laugavegi 35

Brynja Stofnað 1919

Lykilverslun við Laugaveginn.

Laugavegi 29

66° NORÐUR

20% afsláttur af fylgihlutum.

Laugavegi 17–19 og Bankastræti 5

DOGMA - www.dogma.is -

dogma.is

Laugavegi 32

Verslunin KOS

30% af öllum vörum.

Laugavegi 94

BÍLASTÆÐASJÓÐUR

ALMENNA LEIGUFÉLAGIÐ

GullBúðin
BANKASTRÆTI

20% afsláttur af öllum vörum.

Bankastræti 6

MYCONCEPTSTORE

15% afsláttur af öllum vörum í dag og á morgun.

Laugavegi 45

Lífstykkjabúðin

20% afsláttur af öllum vörum.

Laugavegi 82

SÆLKERAVERSLUN
Vínberið
EST. 1976
GOURMET DELICACIES

Súkkulaði fyrir sælkera.

Laugavegi 43

1925
gp
SKARTGRIPIR &ÚR

20% afsláttur af öllum vörum.

Bankastræti 12

ANNA MARÍA
DESIGN
GULLSMIÐUR

Úrval handsmíðaðra skartgripa.

Skólavörðustíg 3

GULLSMIÐIR
ERLING·HELGA ÓSK
HVERFISGÖTU 39

Vandað handverk, sérstök hönnun og einstök upplifun.

Hverfisgötu 39

GK
REYKJAVIK

10% afsláttur af öllum vörum og léttar veitingar.

Skólavörðustíg 6

FLÓ
&
FRANSÍ

10% afsláttur af öllum vörum og léttar veitingar.

Klapparstíg 44

KÚNÍGÚND
SÉRVERSLUN MEÐ VANDAÐAR GJAFAVÖRUR

20% afsláttur af öllu nema KitchenAid vörum.

Laugavegi 53b

Hokus Pokus

Ykkar skemmtun er okkar fókus, hokuspokus.is.

Laugavegi 69

STEINI
#STEINIDESIGN

15% af öllum vörum.

Skólavörðustíg 40

FLASH

20% afsláttur af öllum vörum. Léttar veitingar eftir kl. 18.

Laugavegi 54

MICHELSEN
ÚRSMIÐIR

20–30% afsláttur af Daniel Wellington, Armani, Brosway, Nomination og fleiri merkja.

Laugavegi 15

eva

15% afsláttur af skóm alla helgina.

Laugavegi 26

aurum
LÍFSTÍLL

Léttar veitingar, stuð og stemning.

Bankastræti 4

aurum

Léttar veitingar, stuð og stemning.

Bankastræti 4

Kjólar & Konfekt

20% afsláttur af öllum skóm og snyrtivörum.

Laugavegi 92

GEYSIR

20% afsláttur af öllum vörum yfir Airwaveshelgina. Opið til kl. 22 fim. – lau.

Skólavörðustíg 7 og 16

MIÐBORGIN OKKAR

VERUM, VERSLUM OG NJÓTUM ÞAR SEM MIÐBORGARHJARTAÐ SLÆR!
MIDBORGIN.IS — FACEBOOK.IS/MIDBORGIN

Stjörnuspá Siggu Kling

Spáin gildir fyrir nóvember

Lengri útgáfa af stjörnuspá á visir.is/SiggaKling

Hér eftir birtist spáin fyrsta föstudag hvers mánaðar

Hrúturinn
21. mars–19. apríl

Elsku ljúfi Hrúturinn minn

Upphafsorð mín eru yfirleitt elsku sterki Hrúturinn minn en þú þarft ekkert alltaf að vera sterkur. Það eru líka tímabil, eins og núna, sem þú mátt leggjast undir feld og vera latur. Leti getur líka verið sexí. Þú átt ekki að hafa á þér neinn járnaga. Því það þýðir ekki að þú sért að gefast upp heldur þýðir það að þú þarft ekki að stjórna öllu í kringum þig. Á þessu tímabili sem þú ert að fara inn í laðar þú til þín öðruvísi fólk. Þú sérð heildarmyndina af lífi þínu skýrar og setur orkuna þína á meiri hraða en þú ert vanur að gera. Ef það hafa verið erfiðleikar í ástamálum þínum, sem kemur svoldið skýrt fram í kortunum, þá skaltu muna það, að allt gerist af ástæðu. Það er mjög lítið til af tilviljunum. Ef þú ert á lausu, hjartað mitt, þá þarftu að muna að vera ekki feiminn. Hitt kynið á það til að misreikna þig og halda að þú hafir bara engan áhuga. Þú skalt segja þeim sem þú hefur áhuga á, hvort sem það er í ástamálum eða ef þig vantar einhvern til að vinna með, þá skaltu segja þeim það skýrt, þú hefur engu að tapa og allt að vinna, því það er að koma breyting á orkustöðvum þínum og þú átt eftir að koma sjálfum þér á óvart.

Nautið
20. apríl–20. maí

Góður vetur fram undan

Ég er svo dásamlega fegin því að geta sagt það að allt sé að verða svo dásamlegt hjá þér. Því þegar ég skrifa þetta beini ég líka þessum orðum til mín. Ég á það stundum til að senda þér svolítið erfiða spá því ég er að segja þetta til mín. Ég les stjörnuspána mína alltaf þegar hún kemur út og verð alltaf jafn hissa. Ekki líta til baka þótt það verði einhverjir smá hnökrar á ástinni, þú átt það til að vantreysta í þeim málum. Nú áttu að segja, ég treysti á ástina. Þar sem þú elskar af öllu hjarta þá tekur það þig aðeins lengur að græða hjartasár heldur en flest önnur merki. Það er að koma inn í líf þitt mikil heppni og það er jafnvel þannig að ég geti sagt að það er komin mikil heppni. Til þess að þessi orka komi til þín, þarftu að vita hvað þú vilt. Hjá sumum ykkar hefur verið stöðnun og ef ég er að tala við þig er það út af því að þú veist ekki hvað þú vilt. Annars er mikill hraði í lífinu í kringum þig. Og lífið gengur betur og auðveldar upp heldur en nokkurn tíma fyrr. Ég veit að þetta er dásamleg spá fyrir Nautið. En þessi vetur mun leggjast vel í þig og þú átt að vera hamingjusamt.

Tvíburinn
21. maí–20. júní

Notaðu lipur og ljúf orð

Lífið gengur í miklum bylgjum hjá þér, sérstaklega í fyrri parti lífsins. En það er bara til þess að þú þroskist betur og komir út úr skelinni. Þú hefur þá sterku orku sem er að koma til þín til að finna þér nýja leið til þess að láta draumana þína rætast. Þú hefur tilhneigingu til að hafa allt fullkomið og það setur þig í alltof mikla keppni og baráttuhug. Þú þarft að nota lipurð og ljúf orð til að fá fólk til að fylgja þér eftir. Þegar desembermánuður hefst, þá ertu kominn á svo fallegan stað að þér finnst þú vera í himnaríki. Hversu hressandi er það? Þér finnst þú eiga að vera svo skyldurækinn og passa allt í kringum þig en á móti langar þig að æða út í óvissuna og búa til ævintýri. Þú átt eftir að geta sameinað þetta tvennt núna og þá mun ekkert stoppa þig. Þú þarft að magna þinn karakter upp og þegar þú skilur það, þá sérðu að þessi ferð út í óvissuna mun færa þér svo miklu betri tíð og þú verður svo ánægður með sjálfan þig – og það er það eina sem þú þarft til að halda í hamingjuna.

Krabbinn
21. júní–22. júlí

Tími fyrirgefningar

Þú munt alltaf finna þér eitthvað skemmtilegt að gera. Alveg sama hversu oft þú dettur á rassinn í drullupollinn, þá stendur þú strax upp, þú ert eins og búmerang. Þú ert að plana og skoða og breyta í kringum þig og það gefur þér þá liti eða litauðgi sem þú þarft að hafa. Þú ert tengdur umhverfi þínu og það getur haft mikil áhrif á þig ef óreiða er í kringum þig. Ástin birtist í mörgum myndum hjá þér. Þú þarft að hafa traustan og stöðugan maka, elskhuga eða ástkonu svo taktu enga áhættu í þessum efnum og gefðu engan afslátt af ást þinni. Þú hefur trú á því góða í lífinu og það er það sem hjálpar þér að sigra þá sem þú telur vera andstæðinga þína. Þegar þú skoðar betur, þá var þetta fólk sem hefur reitt þig til reiði mögulega með lítið sjálfstraust. Ég vil bara segja að þú þarft bara að fyrirgefa því. Sem er akkúrat sá tími sem þú ert að fara inn í. Tími fyrirgefningar, uppgjörs, hreinsunar og skilyrðislausrar ástar. Þú átt eftir að hafa áhrif með gjörðum þínum svo það skiptir engu máli þótt fólk muni reyna að setja illgresi fyrir framan þig. Þinn tími er núna.

Ljónið
23. júlí–22. ágúst

Eitt skref í einu

Elsku frábæra Ljónið mitt. Það býr mikill stríðsmaður í þér. Þú hefur afl og orku á við sjávarföllin. Það eina sem þú þarft að tengja við þig til að hamingjan sé allt í kringum þig er að sýna öllum ást, virðingu, hjálpsemi og kærleika. Það gerir þig að þessu mikilmenni sem býr í þér. Það er mjög mikilvægt að þú skoðir hvar þú býrð. Þú þarft að vera rólegt og öruggt í umhverfi þínu til þess að þú getir fengið það sjálfstraust sem þú þarft. Flutningar eru til einskis nýtir fyrir þig, fyrr en þú ert farið að elska þar sem þú ert. Ef þú þolir ekki vinnuna þína, þá færðu ekki betri vinnu. Ef þú þolir ekki heimili þitt, þá færðu ekki betra heimili og ef þú þolir ekki maka þinn o.s.frv. Lærðu að þykja vænt um og meta það sem þú hefur í kringum þig, finndu út hvað er jákvætt við þína stöðu í dag. Taktu bara eitt skref í einu.

Meyjan
23. ágúst–22. september

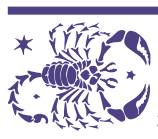
Aldrei gefast upp

Þú þarft á öllum þínum krafti að halda til að komast þangað sem þú vilt fara. Þú þarft nauðsynlega að vera með fókusinn réttan og vera í góðu formi til þess að allt gangi vel. Þú ert að nýta þér kraft sem er að koma til þín til að byggja þig upp eftir töluvert mikið álag undanfarið. Það er svo mikilvægt að passa sig á öllum öfgum svo sem eins og í áfengisneyslu; þótt það fari þér dásamlega vel að vera með glas í hendi, þá er það taugakerfi þitt sem höndlar það ekki. Lífið er langhlaup og mottóið þitt næsta mánuð er að gefast aldrei upp. Það er tákn sigurvegarans og hann býr í þér. Ef þér finnst það sem þú ert að gera rosalega leiðinlegt og það er yfir þér þungi út af því, gefðu þér þá leyfi til að skipta um skoðun, því það má svo sannarlega og þetta er rétti tíminn til þess. Ég veit að kannski finnst þér þetta vera hálf ömurleg spá en ég er bara að skýra fyrir þér að fyrir 10 árum gat landsliðið okkar í fótbolta ekki nokkurn skapaðan hlut og engan grunaði að það mundi rústa Englendingum á EM. Það sem ég er að reyna að segja þér er að þú þarft að hafa svolítið fyrir þessu.

Vogin
23. september–22. október

Ekkert mun stoppa þig

Þú ert að byrja tímabil sem varir í 12 mánuði Það er mjög mikilvægt að þú skoðir hvað er að ganga vel þessa stundina því það mun margfalda sig á þessu tímabili. Þú ert á vissum upphafsreit í lífi þínu þótt þú gerir þér ekki alveg grein fyrir því. Allar hindranir geta gert þig ótrúlega pirraða og þá magnarðu upp reiði sem gæti snúist gegn þér. Teldu upp að 10 áður en þú segir eitthvað sem þú gætir séð eftir. Og mundu að orðið „fyrirgefðu“ er fallegt orð. Lífsfylling er fólgin í litlu hlutunum í kringum þig. Farðu að taka betur eftir þeim, það gerir þig sterkari. Þú munt fara hnarreist áfram og enginn mun sjá á þér hvað þú hefur farið í gegnum og það er akkúrat þetta sem gerir þinn x-faktor, því verkefnin í lífi þínu næstu mánuði munu öll leysast betur með þig svona hnarreista, það er lykillinn að þeim sigrum sem þú vilt vinna. Ekki horfa niður, horfðu beint fram, þá sérðu ljósið. Það er skínandi skært og þá mun ekkert stoppa þig.



Sporðdrekinn
23. október–21. nóvember

Spennandi tímabil fram undan

Þú ert að skríða inn í mjög spennandi tímabil og það sem virðist gerast er að örlögin grípa í taumana og beina þér í rétta átt svo þú verður hissa. Þetta er magnað tímabil sem þú átt fram að jólum, í það minnsta. Og þó að þér finnist þú ekki komast út úr völundarhúsinu sem þú ert í, þá er það bara á næstu dögum eða vikum sem hlutirnir munu skýrast og þú finnur að þú ert kominn í miklu öruggari höfn. Láttu ástina finna þig, ekki leita að henni. Því þá ertu ekki heima þegar hún bankar. Það er líka gott fyrir ykkur sem eruð búin að lenda í ástarvitleysu að íhuga að ná í maka sem er kannski ekki alveg þín týpa. Því það hefur ekki virkað fyrir þig að ná í þínar týpur, svo breyttu til – þá gengur betur! Og fyrir þig, ef þú ert í föstu sambandi skaltu beina ástríðu þinni og ást í þá átt, vegna þess að uppgjör í ástamálum núna eru ekki vænleg. Tilgangur lífsins er að leika sér og jörðin er leikvöllur. Þessu muntu sérstaklega átta þig á, fyrr en þig grunar.

Bogmaðurinn
22. nóvember–21. desember

Haltu áfram á miklum hraða

Ég vil að þú sjáir það skýrt að það fer þér betur að vera óstýrilátur en að fara eftir kerfinu í kringum þig. Það eiga náttúrulega að vera einhverjar reglur eins og ef það er hægri umferð í landinu, þá ekur þú ekki á vinstri akrein, og að vera tillitsamur við fólkið í kringum sig. Stundum finnst þér eins og þú vitir ekki ennþá hvað þú ætlar að gera þegar þú verður stór. Þú þarft ekki að vita það, því þú ert búinn að leggja góðan grunn að framtíð þinni. Svo haltu bara áfram á eins miklum hraða og þú getur, því þá líður þér best. Það er best fyrir þig á næstunni að drífa af hluti sem þú hefur ekki sinnt nógu vel og hvíla þig svo aðeins meira. Sofa betur og alls ekki fara í einhverja megrunarkúra eða setja ofurkraft í einhverja hreyfingu eða þess háttar. Svo taktu lífinu fagnandi því það er að gefa þér gjafir. Þolinmæði gagnvart öðrum í kringum þig og sjálfum þér eru lykilorð til þess að allt gangi eins vel og þú þorir að vona.

Steingeitin
22. desember–19. janúar

Ástin elskar þig

Það sem skiptir mestu máli fyrir þig er að hafa sterka sjálfsmynd. Þú átt það til að fara aðrar leiðir en fólkinu í kringum þig finnst þú eigir að fara. Það kemur fyrir að þú sért misskilin og sumum finnst þú stundum svolítið óvægin við aðra. Þér finnst svo mikilvægt að hafa sjálfstæði þitt á hreinu svo þú getur slegið frá þér allharkalega ef að þér er vegið. Þú ert svo miklu tilfinningaríkari heldur en nokkurn í kringum þig grunar og þú tengist svo sterkum böndum, oft þeim sem eiga þig ekki skilið, svo nú þarftu að vega og meta hver á að valhoppa með þér inn í framtíðina. Þú ert að taka til í kringum þig og það hafa orðið litlir sigrar og til að auðvelda þér næstu þrjá mánuði þá er mikilvægt að þú skráir hjá þér hvað er að ganga vel í lífi þínu til að þú gleymir ekki að þú ert miklu betur stödd heldur en fyrir um það bil ári. Þú átt eftir að uppskera öryggi og staðfestu og það er lífsmottóið þitt. Ástin elskar þig þannig að elskaðu hana til baka.

Vatnsberinn
20. janúar–18. febrúar

Tilfinningasamur

Þú ert svo skemmtilegur kokteill af manneskju, þú átt auðvelt með að fá okkur hin til að hrífast með þér. Hins vegar áttu það til að taka að þér alltof margt í einu. Þú þarft að ákveða strax hvað skiptir máli. Þú elskar bæði sviðsljósið og einveru. Þú ert þannig kokteill. Þú ert svo skarpur og veist alveg muninn á réttu og röngu. Þú ert að fara á miklu léttara sex mánaða tímabil heldur en síðustu sex mánuðir hafa verið fyrir þig. Þá er ég ekki að segja að það verði ekki nóg að gera heldur er ég að segja þér að þú munir finna þér betri leiðir. Þú ert svo dásamlega tilfinningasamur og tekur of mikið inn á þig röfl í öðru fólki. Næstu mánuðir færa þér mörg ævintýri og þú þarft ekki neinn með þér ef þú ætlar að fá þér betri vinnu eða gera eitthvað sem þér finnst stórfenglega merkilegt. Þú ert frjáls andi og þegar þú finnur hversu mikill karakter þú ert, þá halda þér engin bönd.

Fiskarnir
19. febrúar–20. mars

Það fylgir þér hugrekki

Þótt það hafi nú komið fyrir að þú sért eitthvað óöruggur þá fylgir þér mikið hugrekki. Þú ert að fara inn í tímabil þar sem hugrekkið mun njóta sín og þetta tímabil er líka til þess að þú horfist í augu við það sem þú hefur frestað og komir hlutunum í gegn. Þetta tímabil er byrjað þegar þú lest þessa spá og þú munt þjóta áfram eins og flugfiskur næstu mánuði. Ekki hafa áhyggjur af peningum, það er óþarfi því peningar hafa ekki áhyggjur af þér. Það dettur inn á borð á hárréttum tíma það sem þig vantar. Þannig að slepptu þessum kvíðaköggli sem læðist stundum aftan að þér. Ég elska hvað þú ert ólíkur fjöldanum, lærðu að elska það líka. Þú mátt vera eyðslusegur á peninga en andlega þarftu að byggja þig upp og passa að eyða ekki þeirri orku til einskis. Lífið er svo yndislegt og það er setningin sem þú skalt segja um leið og þú vaknar, því þá færðu meira af yndislegu lífi. Mikið hryllilega get ég verið væmin, en þetta er bara staðreynd.

TAX FREE

HAAG TUNGUSÓFI
Áður 229.900,-
NÚ 185.414,-
Stærð: 325x143x210 cm.

A WORLD OF INSPIRATION FOR YOUR HOME
the PIER

TAX FREE

LOKADAGUR
TAX FREE
OPIÐ TIL KL. 22 Á KORPUTORGI Í KVÖLD

TAX FREE

ROYAL STÓLL
Áður 69.900,- NÚ 56.374,-
Stærð: 84x86xH93 cm.

LUNEVILLE BORÐ
Áður 39.900,- NÚ 31.920,-
Stærð: 120x40xH76.5 cm.

TAX FREE

MAPIRE SKEMILL
Áður 9.990,- NÚ 8.057,-
Stærð: 42xH28 cm.

TAX FREE

KALMAR STÓLL
Áður 69.900,- NÚ 56.374,-
Stærð: 71.68.5xH95 cm.

TAX FREE

NID KÖRFUSTÓLL
Áður 59.900,- NÚ 48.309,-
Stærð: 94xH194 cm.

TAX FREE

the PIER

Smáratorgi 522 7860 • Korputorgi 522 7870 • Glerártorgi 522 7880

GLÆSILEGT ÚRVAL Á PIER.IS

GLAMOUR

Klæddu þig rétt fyrir Airwaves

Tónlistarhátíðin **Airwaves** nær hápunkti sínum um helgina. Það er sérstakur stíll sem fylgir tónleikagestum og hér eru nokkrar lykilflíkur sem Airwaves-farar af báðum kynjum ættu að skoða. Götutískan er þar í fyrirrúmi jafnt og þægindin.

Þægilegur skóbúnaður

Það er mjög mikilvægt að vera í þægilegum skóbúnaði á tónlistarhátíðum. Bæði til að geta dansað að vild og svo stendur maður mikið eða gengur á milli. Að vera í óþægilegum skóm getur eyðilagt heilt kvöld – fallegir flatbotna leðurskór eða bara einfaldlega strigaskór eru til dæmis gott val.

Höfuðfat

Það er alltaf gaman að skoða klæðaburð gesta tónlistarhátíða eins og Airwaves en ein flík er yfirleitt meira áberandi en aðrar og það er hatturinn. Ekki er vitað hvað það er nákvæmlega við hattinn sem gerir hann að tilvöldum höfuðbúnaði á tónleikum en hann gefur óneitanlega skemmtilegt yfirbragð.

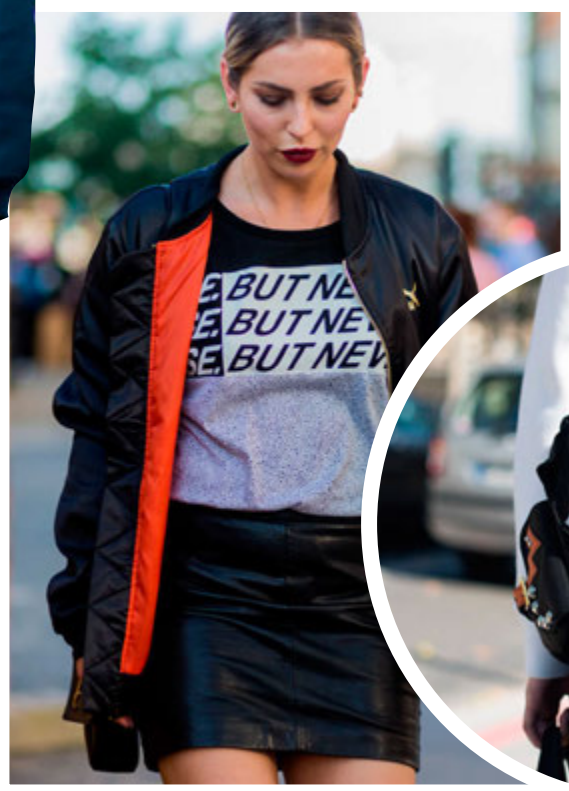
Hettupeysan

Hetturpeysa er ein vinsælasta flík landsins um þessar mundir og má nota við hvað sem er. Töffaraleg, hlý og svo má bregða hettunni yfir höfuðið þegar rignir; hentugt.

Netsokkabuxurnar eru að koma sterkar inn aftur.

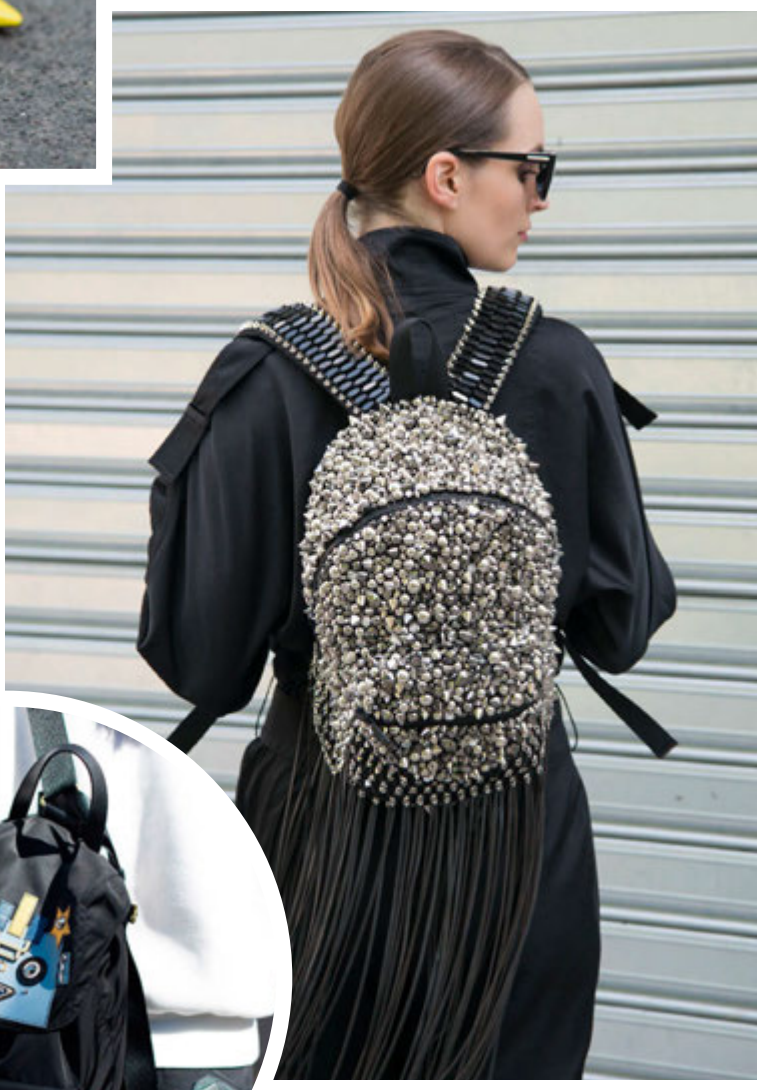
Bomberjakkinn

Þessi jakki kom aftur á tískuradarinn á seinasta ári og er ekkert á leiðinni neitt þennan veturinn. Þægilegur jakki, sérstaklega á þessum árstíma, hvorki of heitur og fyrirferðarmikill né of þunnur svo maður krókni á röltinu milli tónleikastaða.



Rifnar gallabuxur

Já, það má ekki gleyma aðalflíkinni. Gallabuxuunum. Flíkin sem kemur í mörgum ólíkum sniðum og stílum en í ár eiga þær helst að vera ljósbláar og örlítið rifnar neðst eða á hnjám. Svona ef maður vill fara eftir trendunum góðu.



Bakpokinn

Er ekki best að reyna að hafa báðar hendur tómar þegar maður er að dilla sér við taktfasta tóna? Bakpokinn er ekki bara fyrir skólabækur heldur einstaklega góður yfir hátíðir sem þessar þar sem maður er að flakka á milli í bænum.

GLAMOUR

Farðu inn á Glamour.is og fáðu daglegar fréttir úr heimi hönnunar, lífsstíls og tísku.
• Facebook • Instagram • Twitter

#Glamouriceland

SAMSUNG

SAMSUNGSETRID.IS

SUHD • ULTRA HD PREMIUM • HDR1000 • 4K • QUANTUM DOT DISPLAY • SMART TV

Framtíðar sjónvörp

ULTRA HD PREMIUM

Samsung KS8005T

49"/ 55"/ 65"/ 75"

SUHD • ULTRA HD PREMIUM • HDR1000 • 4K • QUANTUM DOT DISPLAY • SMART TV

QUANTUM DOT:

Margt smátt gerir Samsung risastórt

Quantum dots eru örsmáir manngerðir kristallar, 10.000 sinnum þynnri en mannshár. Quantum dots er mjög öflugt fyrirbæri og smæð þeirra gerir þeim kleift að umbreyta ljósi í hvaða lit sem er, í okkar sjónsviði, af miklum krafti.

ULTRA HD PREMIUM

Samsung KS7505

43"/ 49"/ 55"/ 65"

SUHD • ULTRA HD PREMIUM • HDR1000 • 4K • QUANTUM DOT DISPLAY • SMART TV

** Ef sama mynd er lengi á skjá er mikil hætta á hún brenni sig í yfirborðið. Ef það gerist, er skaðinn varanlegur. Samsung veitir 10 ára innbrenniábyrgð á völdum sjónvörpum.*

SAMSUNG SETRIÐ

SÍÐUMÚLA 9 · SÍMI 530 2900

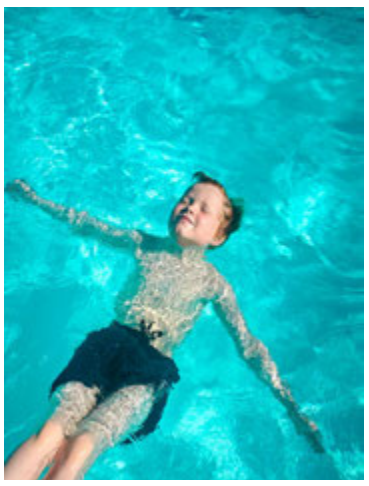
María Th. Ólafsdóttir hefur búið í Vesturbænum í tvö ár og stundar Vesturbæjarlaugina grimmt. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

Vesturbærinn ólgandi eins og New York

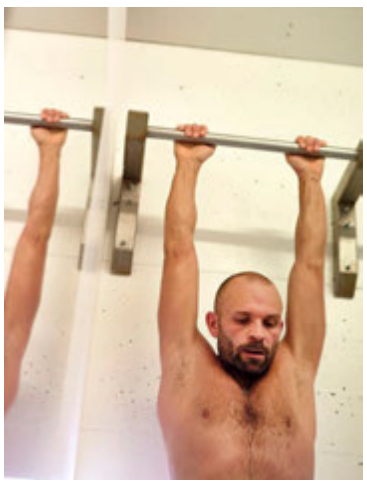
María Th. Ólafsdóttir búningahönnuður tók myndir af fastagestum Vesturbæjarlaugarinnar og bjó til ljósmyndabók sem verkefni í hagnýtri menningarmiðlun í Háskóla Íslands. Kúltúrinn heillar hana.

Þetta var stórskemmtilegt verkefni og afar áhugaverð stúdía út frá mannfræði og í raun samskiptamynstri fólks," segir María Th. Ólafsdóttir búningahönnuður. María, sem er fastagestur í Vesturbæjarlauginni, stundar mastersnám í hagnýtri menningarmiðlun við Háskóla Íslands og sem lokaverkefni í einum kúrsi í náminu voru fyrirmælin þau að gera ljósmyndaverkefni sem væri í tengslum við samfélagið sem við búum í eða málefni sem stendur okkur nærri. Hún leitaði ekki langt yfir skammt og ákvað að búa til ljósmyndabókina Kominn tími, sem inniheldur myndir af þeim sem sækja Vesturbæjarlaugina, auk ýmissa upplýsinga um störf þeirra, á hvaða tíma dags þeir venja komur sínar á þennan vinsæla samkomustað og hvað þeir hafast þar helst að.

„Ég fer sjálf í Vesturbæjarlaugina á hverju kvöldi um klukkan 20 og hitti alltaf sama fólkið, sem mér finnst dálítið magnað. Svo er kúltúrinn í lauginni líka spennandi, því þar má eiginlega segja það sem hver og einn vill og það fer ekki lengra. Þetta er nánast eins og skuldbindingalaust svæði. Fólk sest í heitan pott með öðru fólki sem það þekkir kannski ekki neitt, tekur þátt í umræðum sem eru oft og tíðum heitar, en svo fara þær umræður ekki lengra. Það sem fer fram í pottinum er skilið eftir í pottinum. Í lauginni eru allir jafnir og allir hafa rétt á sinni skoðun, og það er nokkuð sem við mættum hafa meira í huga úti í þjóðfélaginu. Það þarf ekki allt að vera svona svart og hvítt," útskýrir María og bætir við að Vesturbæjarlaugin sé að mörgu leyti frábrugðin öðrum sundstöðum sem hún hefur sótt í gegnum tíðina. „Vesturbærinn er eins og suðupottur, ólgandi af mannlífi eins og New York, þar sem ég bjó einu sinni."



Neminn Ísak er eitt af viðfangsefnum Maríu í bókinni. Hann notar útiklefann, fer í barnalaug, „friðar"-pott og gufu milli 20 og 21. MYND/MARÍA TH. ÓLAFSDÓTTIR



Leikarinn Rúnar Freyr fer í æfingasal, potta og gufu klukkan 9 á morgnana og oft líka á kvöldin með börnin. MYND/MARÍA TH. ÓLAFSDÓTTIR

María er farsæll búningahönnuður til margra ára og lítur á námið í hagnýtri menningarmiðlum sem stórskemmtilega áskorun fyrir sjálfa sig. Fyrir verkefnið, ljósmyndabókina Kominn tími, fékk hún hæstu einkunn og því liggur beint við að spyrja hvort ekki komi til greina að gefa bókina út í fleiri eintökum eða halda sýningu á myndunum. „Ég er ekki ljósmyndari svo ég hef ekki hugsað mér að gera neitt meira við þessar myndir, en hver veit hvað gerist?" segir hún að lokum.

kjartang@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*

MÖGNUÐ KVÖLDSTUND ÞAR SEM ALLT ER GERT UPP!

SAMBANDIÐ, VINÁTTAN, KYNLÍFIÐ, DRAUMARNIR, GLEÐIN, SORGIN OG ÖLL UPPÁHALDS LÖGIN

Fös 4/11 Kl. 20 UPPSELT	Fös 11/11 Kl. 20 örfá sæti	Fös 18/11 Kl. 20 UPPSELT	Lau 26/11 Kl. 20 UPPSELT
Sun 6/11 Kl. 20 UPPSELT	Lau 12/11 Kl. 20 UPPSELT	Lau 19/11 Kl. 20 UPPSELT	Sun 27/11 Kl. 20 UPPSELT
Mið 9/11 Kl. 20 UPPSELT	Sun 13/11 Kl. 20 UPPSELT	Sun 20/11 Kl. 20 UPPSELT	Lau 3/12 Kl. 20 UPPSELT
Fim 10/11 Kl. 20 UPPSELT	Fim 17/11 Kl. 20 UPPSELT	Fös 25/11 Kl. 20 UPPSELT	Sun 4/12 Kl. 20 örfá sæti

Þri 6/12 Kl. 20 UPPSELT
Mið 7/12 Kl. 20 UPPSELT

Aðeins þessar sýningar

ÓSÓTTAR PANTANIR SELDAR DAGLEGA

BORGARLEIKHÚSIÐ

Miðasala | 568 8000 | borgarleikhus.is

FRÉTTABLAÐIÐ

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

Ritstjórn 512 5200 Fax: 512 5301 ritstjorn@frettabladid.is **Auglýsingadeild** auglysingar@frettabladid.is **Prentun** Ísafoldarprentsmiðja

9 771670 387005

Póst dreifing

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

Bakþankar

Hildar Björnsdóttur

Sómakennd samfélags

Það er ekki til mikils mælst að þið skipuleggið ykkur betur," mælti foreldrið við leikskólakennarann. Aðrir foreldrar tóku undir. „Svo mættuð þið taka fleiri myndir af börnunum okkar," hnýtti argur aftan við. Það var augljós óánægja á foreldrafundinum. Skilaboðin skýr. Kennarar undirmannaðs leikskóla skyldu gyrða sig í brók.

Verðmætamat samfélagsins er undarlegt. Fáar starfsstéttir eru samfélaginu mikilvægari en heilbrigðisstarfsfólk og kennarar. Við gerum miklar kröfur um frammistöðu og árangur – en greiðum endurgjald í mótsögn við kröfurnar – og ósamræmi við mikilvægið.

Daglega felum við leik- og grunnskólakennurum umsjá okkar helstu verðmæta – barnanna okkar. Við felum þeim uppeldi þeirra, umönnun og fræðslu. Felum þeim að skapa undirstöður fyrir framtíðina alla. Fyrir þjónustuna greiðist smálegt endurgjald.

Daglega felum við bankastarfsmönnum umsjá peninganna okkar. Við felum þeim að varðveita þá, kannski fjárfesta og ávaxta. Fyrir þjónustuna greiðist veglegt endurgjald.

Við höldum því fram að börnin okkar verði ekki metin til fjár. Ekkert sé þeim verðmætara né verðmeira. Samt viljum við lítið greiða fyrir varðveislu þeirra – og setjum hærri verðmiða á peningagæslu en barnagæslu.

Ég skammast mín fyrir það litla gjald sem ég greiði fyrir gæslu barnanna minna. Ég skammast mín fyrir laun kennara þeirra. Ég skammast mín fyrir þá foreldra sem skammast í kennurum á undirmönnuðum leikskólum – gera kröfur til fólks sem fær dónalegt endurgjald fyrir vinnu sína. Ég skammast mín fyrir verðmætamat samfélagsins, sem ég vona að okkur lánist sómakennd til að breyta.

OPIÐ ALLAN SÓLARHRINGINN Í ENGIHJALLA, VESTURBERGI OG ARNARBAKKA

OPIÐ 24 TÍMA

Iceland

SUNNUDAGA KL. 20:35

FRÁBÆR JÓLATILBOÐ

STILLANLEG HEILSURÚM

ÞRÁÐLAUS FJARSTÝRING

HEIMSKEYRSLA OG UPPSETNING
Frí heimsending og uppsetning fylgir kaupum á stillanlegum heilsurúmum á höfuðborgarsvæðinu.

DÝPRI OG BETRI SVEFN

Með því einu að snerta takka getur þú stillt rúmið í hvaða stöðu sem er og með öðrum færð þú nudd. Saman hjálpa rúmið og dýnan þér að ná hámarksslökun og dýpri og betri svefni. Svo vaknar þú endurnærð/ur og tilbúin/n í átök dagsins.

STILLANLEGT RÚM – VERÐDÆMI
Með tveimur Serta Therapist heilsudýnum, 2 x 90 x 200 cm. Fullt verð: 589.800

Tilboð 442.350 kr.

OKKAR KLASSÍSKI

HEILSUINNISKÓR

Vinsælasta jólagöfin í Betra Baki komin aftur. Inniskór sem laga sig að fætinum og dreifa þyngd jafnt um allt fótsvæðið.
Ný og endurbætt útgáfa!

3.900 KR.

NÝJUNG Í BETRA BAKI

SLÖKUN OG VELLÍÐAN

UNDRI heilsuinniskór með fimmsvæða nuddinnleggi. Draga úr spennu og örva blóðflæði. Skórnir eru fallegir, hlýir og einstaklega þægilegir. Fáanlegir í dökkgráu eða ljósu flókaefni.
Komdu og prófaðu!

7.900 KR.

5 reflex zones
BYLTINGAKENNT 5 SVÆÐA NUDDINNLEGG

TVENNUTILBOÐ

DÚNSÆNG OG DÚNKODDI
60% dúnn, 40% smáfiður.

23.840 KR.

QUILTS OF DENMARK®

FAXAFENI 5
Reykjavík
588 8477

DALSBRAUT 1
Akureyri
588 1100

SKEIÐI 1
Ísafirði
456 4566

AFGREIÐSLUTÍMI
Mán.–fös. 10–18 | Lau. 11–16
www.betrabak.is

Betra BAK