FRÉTTABLAÐIÐ

FRÍTT

282. TÖLUBLAÐ 16. ÁRGANGUR — MEST LESNA DAGBLAÐ Á ÍSLANDI* — ÞRIÐJUDAGUR 29. NÓVEMBER 2016

Atbeina lásasmiðs þurfti til að komast inn í húsið að Köllunarklettsvegi 4 og þurfti að spenna hurðina upp eftir að venjulegar aðferðir dugðu ekki til. Fyrsta skoðun slökkviliðsins fór fram í júní á síðasta ári og hefur eigandinn fengið fjölmörg tækifæri til að gera úrbætur. Slökkviliðið vill alls ekki setja leigjendur á götuna, það leysi engan vanda. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Fréttablaðið í dag

SKOÐUN Anna Kristín Kristjánsdóttir skrifar um jafnlaunavottun. 10

SPORT Gullinn aukaspyrnufótur Gylfa Þórs Sigurðssonar. 12

LÍFIÐ Vísindabók Villa til Bandaríkjanna. 22

PLÚS 2 SÉRBLÖÐ ● **FÓLK** ● **LÍFIÐ**

*Samkvæmt prentmiðlakönnun Gallup apríl-júní 2015

Loka húsnæði þar sem leigjendur eru í hættu

Slökkviliðið ætlar í átak til að rýma leiguhúsnæði sem uppfyllir ekki öryggisskilyrði. Sjö byggingar eru í lokunarferli. Brunvörnum alvarlega ábótavant og húsnæðið oftast ekki ætlað til búsetu. Íbúar hafa oft ekki í önnur hús að venda.

ÖRYGGISMÁL Slökkvilið höfuðborgarsvæðisins og lögreglan innsigluðu í gær húsið við Köllunarklettsveg 4 eftir að eigandi hússins hafði ekki lagað brunavarnir og farið eftir öðrum tilmælum slökkviliðsins um úrbætur.

Húsnæðið er ekki ætlað til búsetu en eigandinn hefur engu að síðu leigt þar út herbergi eins og mörg dæmi eru um víða á höfuðborgarsvæðinu. Íbúar höfðu rýmt vistarverur sínur áður en lögregla mætti á svæðið.

Sjö aðrar byggingar eru í lokunarferli á höfuðborgarsvæðinu og 15 byggingar hafa fengið viðvaranir. Að mati Bjarna Kjartanssonar og Einars Bergmanns Sveinssonar hjá Slökkviliði höfuðborgarsvæðisins eru leigusalar eins misjafnir og þeir eru margir. „Það er fullt af góðu fólki í þessum bransa og er með allt í lagi yfir í algjört djöfulsins dæmi, afsakið orðbragðið,“ segir Bjarni.

Í húsinu á Köllunarklettsvegi var aðeins ein flóttaleið, engar eldvarnir og engar brunahólfanir. Á efri hæðinni voru herbergi í útleigu og ferlið hefur verið langt og strangt enda vill enginn setja leigjendur á götuna. „Sums staðar virkar að tala við eigendur en ekki alls staðar og þá endar það húsnæði í lokunarferli. Við förum með túlk og kynntum fyrir íbúum yfirstandandi aðgerðir,“ bætir hann við.

Bjarni segir aðgerðum hafa verið frestað um stund til að gefa fólki kost á að finna nýtt húsnæði. Að henda fólki út á götu leysi engan vanda. Lokun sé ekki lausn en það verði að fara þá leið á endanum.

„Við erum að gefa í með lokanir því við höfum séð húsnæði þar sem við teljum ekki raunhæft að hægt sé að bæta úr. Þá þýðir ekkert að fara í þykjustuleik,“ segir Bjarni.

> **Það er stundum erfitt að fá leigjendur til að tala við okkur. Fólk hefur ekki í önnur hús að venda og vill ekki missa húsnæðið sitt.**
>
> Einar Bergmann Sveinsson, hjá Slökkviliði höfuðborgarsvæðisins

„Það er stundum erfitt að fá leigjendur til að tala við okkur. Fólk hefur ekki í önnur hús að venda og vill ekki missa húsnæðið sitt,“ segir Einar. **– bb**

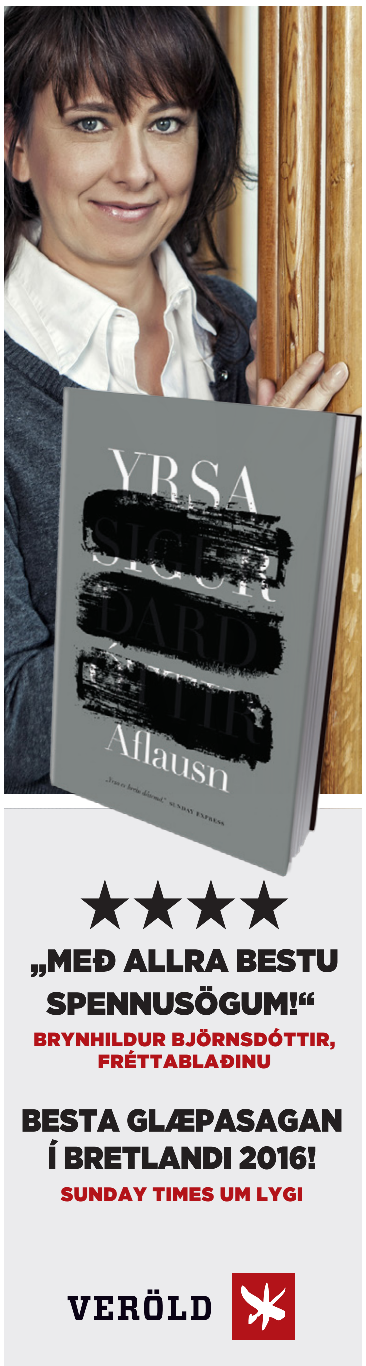
Bankamaður grunaður um fjárdrátt

LÖGREGLUMÁL Starfsmaður Landsbankans hefur verið rekinn vegna gruns um fjárdrátt. Hann hefur starfað hjá bankanum í lengri tíma við bókhald. Upphæðin sem starfsmaðurinn er sakaður um að hafa dregið sér nemur á fjórða tug milljóna króna samkvæmt heimildum Fréttablaðsins og Vísis.

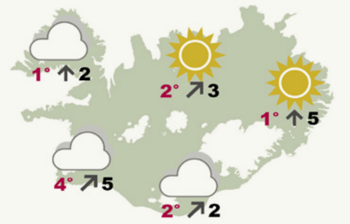
> **Þær upplýsingar fengust hjá Landsbankanum að starfsmaðurinn hefði starfað í höfuðstöðvum Landsbankans í miðbæ Reykjavíkur.**

Þær upplýsingar fengust hjá Landsbankanum að starfsmaðurinn hefði starfað í höfuðstöðvum Landsbankans í miðbæ Reykjavíkur. Málið væri nú í rannsókn hjá lögreglu. Frekari upplýsingar yrðu ekki veittar að svo stöddu.

Skammt er síðan grunur vaknaði um meintan fjárdrátt en samkvæmt heimildum Fréttablaðsins og Vísis hafði áður kviknað grunur á meðal samstarfsmanna um að pottur væri brotinn hjá viðkomandi starfsmanni. Samstarfsmönnum var tilkynnt um brottreksturinn í dag. **– ktd**



Veður



Vestan- og suðvestanátt í dag, víða 5-13 m/s. Þurrt og bjart veður á Austurlandi, annars dálítil él. Frost 0 til 8 stig, kaldast í innsveitum norðaustanlands.

SJÁ SÍÐU 16

Gunnar Eyjólfsson borinn til grafar

Gunnar H. Eyjólfsson leikari var jarðsunginn frá Landakotskirkju í gær. Gunnar fæddist 24. febrúar 1926. Hann lést 21. nóvember síðastliðinn á hjúkrunarheimilinu Grund. Hann var leikari hjá Leikfélagi Reykjavíkur og í Þjóðleikhúsinu auk þess sem hann lék í fjölda kvikmynda. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Óttar og Benedikt. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON

Ekkert ákveðið um framhaldið

STJÓRNMÁL Enn er óljóst hvort boðað verði til formlegra stjórnarmyndunarviðræðna milli Sjálfstæðisflokksins, Viðreisnar og Bjartrar framtíðar á næstu dögum.

„Við erum ekki komin í formlegar viðræður. Við höfum verið að tala saman óformlega um helgina. Skoða málin út frá stöðunni eins og hún var þegar viðræðum var slitið síðast. En það er ekki lengra komið,“ segir Óttarr Proppé, formaður Bjartrar framtíðar.

Benedikt Jóhannesson, formaður Viðreisnar, segir að ekkert samkomulag liggi fyrir um sjávarútvegsmál. „Það er nú því miður ekki,“ sagði hann við Stöð 2 í gær. **– hks**

Níu milljarða hagnaður OR

VIÐSKIPTI Hagnaður Orkuveitu Reykjavíkur á fyrstu níu mánuðum ársins nam 9,4 milljörðum króna. Nettóskuldir fyrirtækisins lækkuðu um 17,8 milljarða króna frá áramótum, en þar af hefur styrking krónunnar skilað 3,8 milljörðum til lækkunar skulda. Þetta kemur fram í árshlutauppgjöri fyrirtækisins. Veitur, dótturfyrirtæki Orkuveitunnar, hafa tilkynnt um gjaldskrárbreytingar um áramót. Fyrirtækið áætlar að gjaldskrárbreytingar Veitna muni lækka veitugjöld heimila um 4.400 krónur á ári. **– jhh**

4.400

króna lækkun verður á veitugjöldum á ársgrundvelli.

Aldrei fleiri til útlanda

VIÐSKIPTI Aldrei hafa fleiri Íslendingar farið til útlanda en í ár, hvort sem miðað er við einstaklinga eða hlutfall af mannfjölda.

Á fyrstu tíu mánuðum ársins voru brottfarir Íslendinga um Keflavíkurflugvöll þegar komnar upp í 450 þúsund, samkvæmt tölum Ferðamálastofu Íslands. Samkvæmt nýrri farþegaspá Isavia er reiknað með að rúmlega 74 þúsund Íslendingar bætist við á síðustu tveimur mánuðum ársins. Sé það tekið með í reikninginn fara brottfarir Íslendinga um Keflavíkurflugvöll upp í 524 þúsund á árinu í heild, sem er metfjöldi frá upphafi.

Greining Íslandsbanka segir að vinsældir Evrópumeistaramótsins í knattspyrnu í Frakklandi eigi þátt í auknum ferðalögum, en metið hefði verið slegið þó að þeirra áhrifa hefði ekki gætt. **– jhh**

Guðmundur í Jör segir fjárfesta hafa brugðist

Jör, fatahönnunarfyrirtæki Guðmundar Jörundssonar, gengur í gegnum endurskipulagningu. Eigandinn segir að fjárfestar hafi ekki staðið við skuldbindingar. Verslunin Jör opnuð á nýjum stað, við Gömlu höfnina í Reykjavík, í næstu viku.

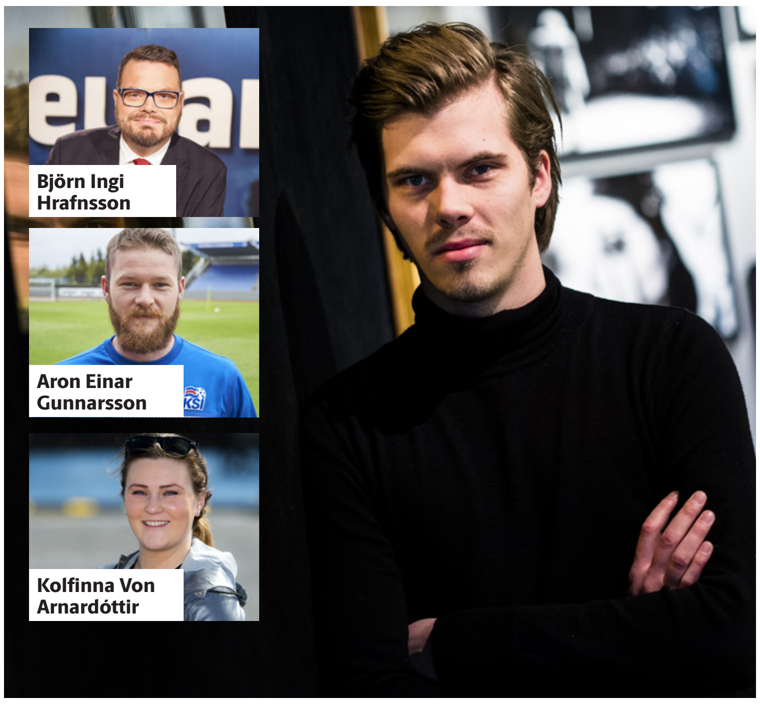
VIÐSKIPTI Ekkert varð af kaupum Björns Inga Hrafnssonar og tengdra aðila á fatahönnunarfyrirtækinu Jör. Ekki var staðið við skuldbindingar að mati Guðmundar Jörundssonar fatahönnuðar en fyrirtækið hefur gengið í gegn um erfiða tíma upp á síðkastið.

Artikolo ehf., fyrirtæki í eigu Kolfinnu Vonar Arnardóttur, eiginkonu Björns Inga Hrafnssonar, og Arons Einars Gunnarssonar, landsliðsfyrirliða í knattspyrnu, var að sögn langt komið með að kaupa helmingshlut í fatavörumerkinu Jör. Þetta sagði Kolfinna Von þann 9. júní síðastliðinn. Ljóst er að ekkert varð af þeim kaupum.

Guðmundur Jörundsson, stofnandi fatavörumerkisins Jör, segir að Artikolo hafi ekki staðið við skuldbindingar sínar og því ekkert orðið af sölunni. „Síðastliðið vor hófust viðræður félaganna um stóra fjárfestingu í sóknarverkefni félagsins á erlendan markað. Settar voru upp forsendur milli Artikolo og Jör fyrir mánuðina sem fylgdu. En þar sem ekki var staðið við þau atriði varð ekkert af þeirri fjárfestingu, þrátt fyrir fréttir um annað. Félagið er því nú alfarið í eigu stofnanda Jör,“ segir Guðmundur.

Nú sé fyrirtækið í endurskipulagningu þar sem það hafi farið í þrot vegna vanefnda. „Við erum að vinna að því að opna verslun Jör í gamla Karnabæ, á horni Týsgötu og Skólavörðustígs, í lok næstu viku. Þá munum við opna aðra verslun ásamt vinnustofu í febrúar en hún verður í verbúð við Gömlu höfnina í Reykjavík. Það er því mjög margt spennandi í gangi en það er óneitanlega ánægjulegt að þessum óvissukafla sé lokið,“ bætir Guðmundur við.

Björn Ingi Hrafnsson segir það ekki rétt að til hafi staðið að kaupa hlut í fyrirtækinu, það hafi aldrei gerst. „Artikolo hefur aldrei fest kaup á hlut í Jör. Fyrirtækið Artikolo er í eigu konu minnar. Það fyrirtæki hefur hins vegar lánað Jör fjármagn og ef gengur vel er hægt í fyllingu tímans að breyta því í hlutafé,“ segir Björn Ingi Hrafnsson. **sveinn@frettabladid.is**



Guðmundur Jörundsson segir farir sínar ekki sléttar af viðskiptum við Artikolo ehf.

> **Settar voru upp forsendur milli Artikolo og Jör fyrir mánuðina sem fylgdu. En þar sem ekki var staðið við þau atriði varð ekkert af þeirri fjárfestingu, þrátt fyrir fréttir um annað.**
>
> Guðmundur Jörundsson, fatahönnuður

Stofnfundur

NHMH

Nemenda- og hollvinasamtaka Menntaskólans við Hamrahlíð verður haldinn **fimmtudaginn 1. desember kl. 18:00 – 19:00 í stofu 11.**

Allir fyrrum nemendur og starfsmenn velkomnir!

The Power to Surprise

Glæsilegur pakki fylgir nýjum Kia

Kia Sorento stenst fyllilega samanburð við aðra lúxusjeppa á markaðnum. Hann er kraftmikill, rúmgóður og fáanlegur 7 manna. Nýjum **Kia Sorento, Sportage, cee'd, Carens** og **Soul** fylgir nú veglegur kaupauki til áramóta. Þú færð að velja stútfullan vetrarpakka af aukabúnaði eða ferðapakka með gjafabréfi út í heim. Kynntu þér málið á **pakkadagar.kia.is**.

Verð frá **7.190.777** kr.

Kia Sorento Classic — dísil, sjálfskiptur

Reynsluaktu nýjum Kia hjá okkur og fáðu allar upplýsingar beint í æð.

ASKJA

ASKJA · Krókhálsi 11 · 110 Reykjavík · 590 2100 · askja.is
Viðurkenndur sölu- og þjónustuaðili Kia á Íslandi.

Fylgdu okkur á Facebook.
facebook.com/kiamotorsisland

Óttast að Magni fái ekki sanngjörn réttarhöld

DÓMSMÁL „Ég er lafhrædd um að hann fái alls ekki sanngjörn réttarhöld,“ segir Sara Hatt, unnusta Magna Böðvars Þorvaldssonar sem ákærður hefur verið fyrir morð í Jacksonville í Flórída. Magni er bæði með íslenskt og bandarískt ríkisfang og heitir hann einnig því bandaríska nafni Johnny Wayne Johnson.

Fréttablaðið greindi frá því í gær að hann hafi setið í fangelsi frá 19. nóvember, ákærður fyrir morðið á Sherry Prather sem lést árið 2012. Þegar líkamsleifar hennar fundust voru þær svo illa farnar að nokkurn tíma tók að skera úr um hvort þær væru mennskar. Síðar kom í ljós að hún hafði fengið byssukúlu í bringuna.

Magni Böðvar mætir næst fyrir dóm í desember en hann var ákærður eftir að vitni gaf sig fram við lögreglu sem sagði Magna hafa sagt sér frá því er hann myrti Prather. Magni neitar hins vegar sök.

Hatt segist hafa heimsótt Magna í fangelsið. „Ég veit í hjarta mínu að hann er saklaus. Fréttirnar hérna láta hann líta út eins og skrímsli en fjölmiðlar hafa allir logið um sögu hans. Ég veit að fjölmiðlar segja einungis frá því sem fólk vill vita,“ segir hún.

> Ég veit í hjarta mínu að hann er saklaus.
>
> Sara Hatt, unnusta Magna Böðvars Þorvaldssonar

Þá segir Hatt að Magni hafi verið hreinsaður af sök fyrir fjórum árum en nú sé hefnigjörn fyrrverandi eiginkona hans orðin vitni.

„Hún kom einungis fram þegar verðlaun voru boðin fyrir upplýsingar sem myndu leiða til handtöku, ekki sakfellingar, í málinu,“ segir Hatt.

„Ég hef verið með honum í þrjú ár og aldrei fundist ég vera óörugg. Hann setur þarfir annarra framar sínum eigin og trúir ekki á ofbeldi gegn konum. Hann er verndari. Hann styrkir þurfandi fjölskyldur og heldur dyrum opnum fyrir öðrum. Hann reynir alltaf að fá fólk til að brosa og elskar að verja tíma með börnunum,“ segir Hatt. **– þea**

Magni Böðvar Þorvaldsson með Söru Hatt, unnustu sinni.

Tónlistarkennarar fá betri laun sem barþjónar en í skólunum

Tónlistarkennarar vilja að störf þeirra í tónlistarskólum verði metin til jafns við störf kennara í annars konar skólum. Telja sig vera með allt að 15 prósentum lægri laun en grunnskólakennarar. Tónlistakennarnir eru farnir að hugsa sér til hreyfings. Þeir fóru síðast í verkfall árið 2014 sem stóð þá yfir í fimm vikur.

KJARAMÁL „Staðan er grafalvarleg. Það er erfitt að manna tónlistarskóla og við höfum heyrt að tónlistarkennarar hafi ráðið sig sem kaffibarþjóna og fengið hærri laun.“

Þetta segir Dagrún Hjartardóttir, starfandi formaður Félags kennara og stjórnenda í tónlistarskólum, FT. Félagið hefur fundað fjórtán sinnum hjá ríkissáttasemjara frá því að samningar voru lausir 31. október í fyrra. Tónlistarkennarar vilja að launabilið sem myndaðist milli grunnskólakennara og tónlistarkennara árið 2008 verði minnkað.

„Við misstum þá úr samningalotu. Grunnskólakennarar sömdu fyrir október það ár en okkar samningar voru ekki lausir fyrr en í nóvember. Við fengum eingreiðslu upp á 20.300 krónur. Við erum í raun að keppa að því að minnka launabilið sem myndaðist þá milli samanburðarhópa,“ segir Dagrún.

Hún getur þess að stéttin vilji vera virt að verðleikum og að störfin verðin metin til jafns við störf kennara í annars konar skólum. „Það sem er uppi á borðum festir hins vegar launamuninn í sessi.“

Það er mat tónlistarkennara að þeir séu með allt að 15 prósentum lægri laun en grunnskólakennarar. „Það mætti ætla að launabilið yrði enn meira þegar búið er að semja við grunnskólakennara. Við teljum það sanngjarnar kröfur þegar við förum fram á að launabilið sem myndaðist þegar við drógumst aftur úr verði minnkað,“ leggur Dagrún áherslu á.

Hún segir tónlistarkennara bjartsýna. „Þetta er réttlætismál. Það vilja allir sveitarstjórnarmenn hafa tónlistarskóla í sínu héraði. Þetta er sameiginlegt hagsmunamál okkar allra og snýr að lífsgæðum.“

Tónlistarkennarar fóru í verkfall síðla árs 2014 sem stóð í fimm vikur. Nú eru tónlistarkennarar farnir að hugsa sér til hreyfings.
ibs@frettabladid.is

Tónlistarfólk mætti til samstöðufundar í Iðnó í gær. Þar voru þau Kristján Jóhannsson og Diddú. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

> Við teljum það sanngjarnar kröfur þegar við förum fram á að launabilið sem myndaðist þegar við drógumst aftur úr verði minnkað.
>
> Dagrún Hjartardóttir, starfandi formaður Félags kennara og stjórnenda í tónlistarskólum

Sjónvarpskokkurinn Jamie Oliver á veitingastaði víða. NORDICPHOTOS/AFP

Jamie verður á Borginni

VIÐSKIPTI Stefnt er að opnun veitingastaðar sjónvarpskokksins Jamie Oliver á Íslandi. Veitingahúsakeðja Jamie Oliver, sem ber nafnið „Jamie's Italian“, mun opna veitingastað á Hótel Borg í apríl/maí 2017 ef allt fer að óskum við framkvæmdir. Jamie Oliver er þekktur sjónvarpskokkur.

Jamie Oliver var í nokkra daga á Íslandi í byrjun árs. Hann mun hafa verið að skoða mögulega staði fyrir veitingastaðinn á þeim tíma. Hann birti nokkrar myndir frá ferðinni á samfélagsmiðlum. Hann birti meðal annars mynd af Hallgrímskirkju á Instagram. **– sg**

Byssumaður skotinn til bana

BANDARÍKIN Að minnsta kosti sjö manns særðust í árás í Ohio-ríkisháskólanum í Bandaríkjunum. Lögreglan skaut árásarmanninn til bana. CBS-fréttastöðin segir að nokkrir þeirra sem særðust hafi verið með skotsár, en sjónarvottar segja að árásarmaðurinn hafi líka ráðist á fólk með hníf. Breska ríkisútvarpið, BBC, segir ekki vitað hvað manninum gekk til. **– jhh**

„Rosaleg bók!“
Þorgeir Tryggvason / Kiljan

„Brjálæðislega flott tilþrif í stíl ... honum tekst að slá á svo marga strengi í einni bók.“
Egill Helgason / Kiljan

„Steinar Bragi er manna flinkastur að magna upp stemmningu og andrúmsloft ... Hérna gerist einhver galdur ...“
Sunna Dís Másdóttir / Kiljan

www.forlagid.is | Bókabúð Forlagsins | Fiskislóð 39

DACIA

www.dacia.is

DACIA LOGAN, DÍSIL

RISASTÓR, ÓDÝR OG SPARNEYTINN FJÖLSKYLDUBÍLL.

Verð kr.

2.690.000 þús.

573 lítra farangursými (rúmar 4 golfsett langsum)
Eyðsla í blönduðum akstri 3,8 L/100 km*

200.000 KR. KAUPAUKI

16" álfelgur með vetrardekkjum að verðmæti kr. 200.000 fylgja nýjum Logan meðan birgðir endast

Hlaðinn staðalbúnaði m.a.: Íslenskt leiðsögukerfi, 7" LED skjár, bakkskynjarar, hraðastillir (Cruise control), Bluetooth handfrjáls símabúnaður, útvarp og geislaspilari með USB tengi fyrir MP3 spilara/Ipod, 4 hátalarar, aðgerðahnappar í stýri, sex aðgerða aksturstölva, útihitamælir, ræsivörn, loftkæling AC, leðurstýri, litaðar rúður, svart slitsterkt „Compass" tauáklæði, niðurfellanleg aftursæti, hæðarstilling á ökumannssæti, ESC stöðugleikastýring, þokuljós að framan o.m.fl.

Dacia eco2

ENNEMM / SÍA / NM78596

GE bílar
Reykjanesbæ
www.bilahusid.is
420 0400

Bílasalan Bílás
Akranesi
www.bilas.is
431 2622

Bílasala Akureyrar
Akureyri
www.bilak.is
461 2533

Bílaverkstæði Austurlands
Egilsstöðum
www.bva.is
470 5070

IB ehf.
Selfossi
www.ib.is
480 8080

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

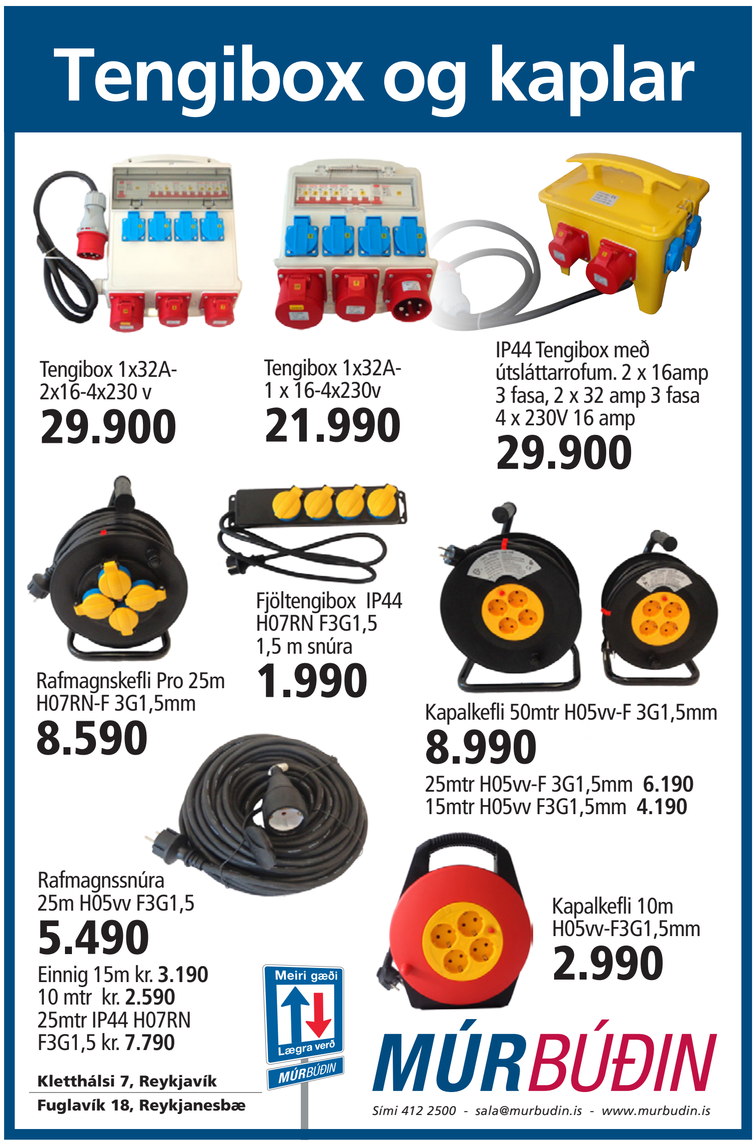
B|L

Unnið verði eftir árangursviðmiðum

STJÓRNSÝSLA Ógerlegt er að meta fjölda vinnustunda sem embætti sérstaks saksóknara varði í einstök mál og kostnað vegna þeirra þar sem tímaskráning var ófullnægjandi. Þetta kemur fram í nýrri skýrslu Ríkisendurskoðunar um starfsemi embættisins.

Embættið tók við 806 málum á starfstíma sínum. Alls afgreiddi það 672 mál fyrir árslok 2015 en meðferð þeirra 134 mála sem þá stóðu eftir fluttist til nýstofnaðs embættis héraðssaksóknara. Af þessum 806 málum voru 208 sem lutu að upphaflegu verkefni þess, rannsókn og saksókn hrunmála og lauk það meðferð 173 þeirra.

Ríkisendurskoðun telur að það væri æskilegt að þróa árangursviðmið fyrir stofnanir réttarvörslukerfisins. Gæta þarf þó að því að slík viðmið ógni ekki sjálfstæði stofnananna eða hafi óæskileg áhrif á málsmeðferð þeirra og ákvarðanir. **– jhh**



Flóttafólk fær nauðsynjar

Um 70 þúsund manns hafa flúið borgina Mosúl í Írak frá því stjórnarherinn hóf sókn sína þar gegn vígamönnum Íslamska ríkisins svonefnda. Hjálparstofnanir dreifa mat til flóttafólks í nágrenni borgarinnar, og þessi piltur átti eftir að koma færandi hendi til fjölskyldu sinnar. NORDICPHOTOS/AFP

Óttast að skrá fæli burt menn með barnagirnd

Persónuvernd efast um að lög um persónugreinanlegar skrár Landlæknis standist stjórnarskrá. Formaður Geðlæknafélagsins segir að menn sem haldnir eru barnagirnd kunni að veigra sér við að leita aðstoðar vegna skrárinnar.

HEILBRIGÐISMÁL Læknafélag Íslands leitaði til Persónuverndar og vildi fá svör við því hvort tilgangur Landlæknisembættisins með söfnun upplýsinga í samskiptaskrá sjálfstætt starfandi sérfræðinga fullnægði kröfum um málefnalegan tilgang og meðalhóf.

„Í erindi Læknafélagsins segir að meðal annars lýtalæknar og geðlæknar hafi lýst yfir áhyggjum af umræddri öflun Embættis landlæknis á persónugreindum upplýsingum um sjúklinga sína, en í fjölmörgum tilvikum hafi sjúklingar bannað miðlun upplýsinga um sig til Embættis landlæknis,“ segir í umfjöllun Persónuverndar.

Þá vildi Læknafélagið að Persónuvernd svaraði því hvort sérfræðilæknum sem fengju skýr fyrirmæli frá sjúklingum sínum um að senda ekki persónugreinanlegar upplýsingar um þá til Landlæknisembættisins væri skylt að afhenda því umbeðnar upplýsingar.

Frá því Læknafélagið sendi Persónuvernd upphaflegt erindi um málið í maí 2014 hafa nokkur samskipti verið milli aðila. Í apríl á þessu ári sagðist velferðarráðuneytið telja að núgildandi löggjöf um heilbrigðisskrár væri fullnægjandi og undir það tók Landlæknir.

> Möguleika sjúklinga á að geta notið þess trúnaðar, sem felst í takmörkunum samkvæmt framangreindu á aðgangi að sjúkraskrárupplýsingum ber að telja mikilvægan í ljósi fyrrnefnds grunnsjónarmiðs um sjálfsákvörðunarrétt manna.
>
> Persónuvernd

Á fundi sem fulltrúar Læknafélagsins áttu með starfsmönnum Persónuverndar í febrúar 2014 kom fram að félagið hefði miklar áhyggjur af skráningunni.

„Meðal annars hefði formaður Geðlæknafélags Íslands greint frá því að til hans hefðu leitað menn sem hann hefði greint með barnagirnd. Þeim hefði hins vegar tekist að halda hvötum sínum í skefjum með læknishjálp. Ef þeir sæju fram á að upplýsingar um greininguna gætu ratað annað kynnu þeir að veigra sér við að leita sér aðstoðar,“ segir í umfjöllun Persónuverndar.

Í svörum frá Landlækni sagði að skrá með persónugreinanlegum auðkennum gæfi yfirlit yfir umfang heilbrigðisþjónustunnar og hvernig hún skiptist milli þátta. Þannig væri hægt að greina samspil þjónustu hjá sjálfstætt starfandi heilbrigðisstarfsmönnum og annarrar opinberrar heilbrigðisþjónustu.

„Þar gæti til dæmis verið um að ræða eftirlit með sýkingum í kjölfar aðgerða eða aukaverkanir og eftirlit vegna ísetningar íhluta eins og hjartagangráðs, hjartaloka, nets vegna kviðslits eða brjóstapúða. Meðferð slíks vanda færist stundum frá einkastofum til sjúkrahúsa og frá sjúkrahúsum til sjálfstætt starfandi sérfræðinga,“ segir Persónuvernd um sjónarmið Landlæknis.

Persónuvernd bendir á að Landlækni sé skylt samkvæmt lögum að halda umrædda skrá. Álitaefnið væri því hvort lögin fullnægðu kröfum stjórnarskrárinnar um friðhelgi einkalífsins. Slíkum spurningum þyrftu dómstólar að svara. Hins vegar væri áréttað að virða bæri andmæli við vinnslu persónuupplýsinga sem fullnægðu lagakröfum.

Að áliti Persónuverndar gæti verið þörf á því meta hvort breyta ætti lögunum í ljósi ákvæðis stjórnarskrárinnar um friðhelgi einkalífsins.

„Meðal þess sem skoða mætti í því sambandi er hvort ástæða sé til að lögfesta sérstakan andmælarétt í tengslum við þær skrár, sem og hversu víðtækur hann skuli þá vera, þar á meðal til hvaða upplýsinga og skráa hann taki.“ **gar@frettabladid.is**

Hlutafjárútboð í Skeljungi

Almennt útboð á hlutabréfum í Skeljungi hf.

Lýkur kl. 16.00 á morgun, miðvikudaginn 30. nóvember.

Útboð á 23,5–31,5%

Útboðið tekur til 493.401.798 hluta eða 23,5% í félaginu í eigu SF IV slhf. og nemur söluandvirði þeirra að lágmarki 3.010 milljónum króna. Arion banki hf. og SÍA II slhf. áskilja sér rétt til að stækka útboðið í allt að 661.368.368 hluti (31,5%) og er söluandvirði þeirra að lágmarki 4.034 milljónir króna. Markmið útboðsins er meðal annars að það geri félaginu kleift að uppfylla skilyrði Nasdaq Iceland um dreifingu hlutabréfa sem tekin eru til viðskipta á Aðalmarkaði, að hlutirnir verði seldir á sem hagstæðustu verði og að félagið verði ákjósanlegur fjárfestingarkostur á eftirmarkaði.

Tekið verður við áskriftum rafrænt á vef Arion banka, www.arionbanki.is

Tvær áskriftarleiðir eða tilboðsbækur eru í boði en endanleg ákvörðun um stærð tilboðsbóka mun taka mið af eftirspurn í útboðinu, bæði hvað varðar verð og magn.

Tilboðsbók A	Tilboðsbók B
Hver áskrift 100.000 – 10.000.000 kr.	Hver áskrift yfir 10.000.000 kr.
Verðbil 6,1–6,9 kr./hlut	Lágmarksverð 6,1 kr./hlut
Eitt endanlegt verð, jafnt eða lægra en í B	Eitt endanlegt verð, jafnt eða hærra en í A

Meginregla við úthlutun verður að taka þeim áskriftum sem berast á hæsta gengi. Gert er ráð fyrir að niðurstöður útboðs verði birtar opinberlega 1. desember. Útboðið er með fyrirvara um að hlutir í félaginu verði teknir til viðskipta á Aðalmarkaði Nasdaq Iceland. Slíkt samþykki birtir Nasdaq Iceland ásamt tilkynningu um fyrsta mögulega viðskiptadag með að lágmarki eins viðskiptadags fyrirvara. Eindagi kaupverðs er áætlaður 7. desember og stefnt að því að viðskipti geti hafist á Aðalmarkaði 9. desember.

Minnt er á að fjárfesting í hlutabréfum felur í sér áhættu og að áskrift í útboðinu er bindandi

Fjárfestar eru hvattir til að kynna sér vel upplýsingar um félagið og skilmála útboðsins í lýsingu sem félagið birti 14. nóvember 2016 og er sérstaklega bent á kafla um áhættuþætti. Lýsinguna má nálgast á vef Skeljungs, www.skeljungur.is/um-skeljung/fjarfestar og á skrifstofu félagsins að Borgartúni 26 í Reykjavík.

Nánari upplýsingar

Fyrirtækjaráðgjöf fjárfestingabankasviðs Arion banka hf. hefur umsjón með útboðinu og hefur fyrirtækjaráðgjöf Íslandsbanka hf. umsjón með skráningu félagsins. Nánari upplýsingar og aðstoð vegna útboðsins má nálgast hjá söluaðilum þess, fyrirtækjaráðgjöf og markaðsviðskiptum fjárfestingabankasviðs Arion banka (www.arionbanki.is) eða hjá verðbréfaþjónustu Arion banka í síma 444 7000 og tölvupóstfangi skeljungur-utbod@arionbanki.is.

Skeljungur

Arion banki
– fyrir framtíðina

Sjö ára stúlka sendir skilaboð frá Aleppo

SÝRLAND Sýrlenski stjórnarherinn hefur náð þriðjungi austurhluta borgarinnar Aleppo úr höndum uppreisnarmanna. Undanfarnar vikur hafa íbúar borgarhlutans mátt þola harðar árásir og margir hafa látist.

Sjö ára stúlka, Bana Alabed, hefur vakið athygli umheimsins með Twitter-færslum frá borginni. Hún og fjölskylda hennar eru nú á flótta eftir að sprengja féll á heimili hennar.

Á sunnudaginn skrifaði hún á Twitter og sagði það verða síðustu færsluna: „Get ekki lifað lengur. Þegar við deyjum, haldið þá áfram að tala máli þeirra 200 þúsunda sem enn eru inni. Bless.“

Í fyrrinótt kom svo önnur færsla: „Í kvöld erum við ekki með neitt hús. Það er búið að sprengja það og ég lenti í rústunum. Ég sá fólk deyja og ég dó næstum því sjálf.“

Í gær kom næsta færsla: „Við erum í miklu sprengjuregni núna. Erum á milli lífs og dauða. Gerið það, haldið áfram að biðja fyrir okkur.“

Mynd af Bana Alabed sem birtist á Twitter-síðu hennar á sunnudag, þegar loftárásir eyðilögðu hús fjölskyldunnar. MYND/TWITTER

Mamma stúlkunnar, Fatemah, stofnaði Twitter-reikning dóttur sinnar í september til að upplýsa umheiminn um aðstæður fjölskyldunnar, stuttu eftir að stórsókn sýrlenska hersins gegn uppreisnarmönnum í Aleppo hófst. **-gb**

Ársfundur FA
Lærum í **skýinu!**
Miðvikudaginn 30. nóvember 2016
Grand Hótel Reykjavík

RAUNFÆRNIMAT FRAMHALDSFRÆÐSLA NÁM OG RÁÐGJÖF

Dagskrá:

13:15 Skráning og kaffi
13:30 Velkomin
Sveinn Aðalsteinsson, framkvæmdastjóri FA
13:35 Ávarp
Halldór Grönvold, formaður stjórnar FA
13:45 New arenas for learning – extending the discussion
Alastair Creelman, Linneus Háskólanum í Svíþjóð
14:40 Breytt staða
Reynslusögur námsmanna
14:50 Fyrirmyndir í námi fullorðinna
Verðlaunahafar kynntir og afhending viðurkenninga
15:10 Hlé – Kaffi
15:30 Stuttar kynningar á verkefnum í framhaldsfræðslu
Ný verkefni hjá Miðstöð símenntunar á Suðurnesjum
Særún Rósa Ástþórsdóttir
Nýungar EPALE
Margrét Sverrisdóttir
Upplýsingatækni í námi og kennslu, námsleið í MA-námi Háskólans á Akureyri Sólveig Zophoníasdóttir
16:30 Slit

Fundarstjóri Guðrún Eyjólfsdóttir, varaformaður stjórnar FA

FRÆÐSLUMIÐSTÖÐ ATVINNULÍFSINS – MENNTUN Á VINNUMARKAÐI
EPALE
Norrænt samstarf

Sigurður Atli Jónsson, forstjóri Kviku. Sameining Kviku og Virðingar skilar 500 milljóna hagræðingu í rekstri. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

Kvika og Virðing vilja saman í sterkan banka

Talið er að sameining Kviku og Virðingar muni spara 500 milljónir á ári í rekstri. Verða með 220 milljarða í eignastýringu eftir samruna. Hluthafar sjá mikil sóknarfæri með sameiningu. Hluthafar Kviku með 70% í sameinuðu fyrirtæki.

VIÐSKIPTI Stefnt er að samruna Kviku banka og Virðingar og hafa stjórnir félaganna undirritað viljayfirlýsingu þess efnis. Í aðdraganda samrunans mun eigið fé Kviku verða lækkað og 600 milljónir króna greiddar til hluthafa.

Eftir lækkun og við samruna munu hluthafar Kviku eiga 70% í sameinuðu félagi og hluthafa Virðingar 30 prósent. Samanlagt eigið fé fyrirtækjanna eftir útgreiðslu til hluthafa Kviku verður tæplega sjö milljarðar króna. Kvika er banki og nýtir eigið fé sitt til útlána, en Virðing lánar ekki út og nær að horfa á þóknunartekjur en eigið fé. Eigið fé Virðingar er um milljarður króna en er metið mun hærra miðað við skiptihlutfall eða ríflega 2,5 milljarðar.

„Þarna verður til sterkt og öflugt fyrirtæki á sviði eignastýringar og fjárfestingarbankastarfsemi og með sameiningu fyrirtækjanna mun nást veruleg hagræðing í rekstri,“ segir Þorsteinn Pálsson, stjórnarformaður Kviku.

Samruninn á sér nokkurn aðdraganda, en Virðing hafði upphaflega frumkvæði og bauðst til að kaupa hlut af hluthöfum Kviku. Stjórn Kviku hafnaði tilboðum Virðingar og taldi réttara miðað við stærðarhlutföll að Kvika keypti Virðingu. Staðan í lok október var sú að mikið bar enn í milli aðila varðandi verðhugmyndir og aðferðafræði.

> **Þarna verður til sterkt og öflugt fyrirtæki á sviði eignastýringar og fjárfestingarbankastarfsemi.**
>
> Þorsteinn Pálsson, stjórnarformaður Kviku

Samkvæmt heimildum þróuðust mál hratt síðustu daga og Virðing nálgaðist stærstu hluthafa Kviku á ný sem leiddi til þess að menn reiknuðu sig niður á þau hlutföll sem kynnt voru í gær. Báðir aðilar voru vel meðvitaðir um hagræðingartækifærin, en þar til síðustu daga bar nokkuð á milli í verðhugmyndum.

Ef af samruna verður, þá verður sameinað fyrirtæki með álíka mikið umfang í eignastýringu og Íslandsbanki og Landsbanki hvor um sig eða um 220 milljarða. Arion banki er stærri á þessu sviði. Í fyrirtækjaráðgjöf hafa bæði fyrirtæki verið umfangsmikil að undanförnu með stór verkefni svo sem sölu Nova og Lyfju. En slík verkefni skila miklum þóknanatekjum. Þá hefur Kvika verið með þeim stærstu í markaðsviðskiptum.

Samkvæmt heimildum var búið að vinna mikla vinnu við að greina starfsemi fyrirtækjanna og mögulega samlegð af rekstri þeirra. Telja menn að hægt verði að spara allt að hálfum milljarði á ári í kostnaðarhliðinni. Á tekjuhliðinni telja menn að sterkari eining gefi tækifæri til að sækja fram og auka tekjur til lengri tíma.

Eignarhald félaganna er fremur dreift, en eftir sameiningu verður Lífeyrissjóður verslunarmanna stærsti hluthafinn, en hann er stærsti hluthafi Kviku og næststærsti hluthafi Virðingar. Enginn hluthafi verður með yfir 10% hlut í sameinuðu félagi. **haflidi@frettabladid.is**

LANGUR VEGUR FRAMUNDAN. HÚRRA!
mazda
MAZDA CX-3
MAZDA CX-3
FJÓRHJÓLADRIFINN FRÁ 3.590.000 KR.
FRAMDRIFINN FRÁ 2.940.000 KR.
Fádæma veggrip, há sætisstaða ásamt glæsilegri innréttingu gera hverja ferð í Mazda CX-3 að upplifun fyrir skynfærin. i-ACTIV AWD fjórhjóladrifið límir bílinn við veginn og akstursgleðina er erfitt að útskýra en auðvelt að upplifa í reynsluakstri.
SkyActiv spartæknin og lág bilanatíðni Mazda tryggir sparneytni og lágan rekstrarkostnað. Margvíslegur i-ACTIVSENSE öryggisbúnaðurinn tryggir öryggi allra farþega og hjálpar ökumanni að greina og forðast aðsteðjandi hættur.
KOMDU, REYNSLUAKTU OG UPPLIFÐU MAZDA CX-3
mazda.is
Nýir og notaðir bílar: Söludeildir eru opnar alla virka daga frá kl. 9-17 og laugardaga frá kl. 12-16
Brimborg Reykjavík: Bíldshöfða 8, sími 515 7040 I Brimborg Akureyri: Tryggvabraut 5, sími 515 7050
Búnaður getur verið frábrugðinn mynd í auglýsingu.
brimborg
Öruggur staður til að vera á

Gull hafsins

Þorbjörn Þórðarson
thorbjorn@frettabladid.is

Þá velmegun og uppbyggingu sem Íslendingar nutu á seinni hluta síðustu aldar má fyrst og fremst rekja til auðlinda hafsins," sagði Guðni Th. Jóhannesson, forseti Íslands, í ávarpi sínu á sjávarútvegsráðstefnunni síðastliðinn fimmtudag.

Forsetinn benti réttilega á að hlutfall sjávarafla í útflutningstekjum Íslendinga hefur minnkað til muna vegna vaxtar ferðaþjónustunnar en sjávarútvegur er ennþá grunnatvinnuvegur á Íslandi. „Um fyrirsjáanlega framtíð verða fiskveiðar og vinnsla einn okkar mikilvægustu atvinnuvega. Gild rök má líka að leiða að því að forsvarsmenn útvegsins séu í fararbroddi tækninýjunga, vöruþróunar, markaðssetningar og umhverfisverndar," sagði forsetinn. Þetta er rétt hjá forsetanum. Það eru heldur engin geimvísindi að þeir sem eru fremstir í sínum atvinnugreinum eru þar því þeir hafa tileinkað sér tækninýjungar, náð árangri í markaðssetningu og aðlagað sig breytingum. Þetta hafa íslensk útgerðarfyrirtæki gert frábærlega vel.

Tveir flokkar sem eru í lykilaðstöðu við myndun nýrrar ríkisstjórnar vilja innleiða svokallaða uppboðsleið. Viðræður Sjálfstæðisflokksins, Bjartrar framtíðar og Viðreisnar strönduðu í fyrstu atrennu því síðarnefndu flokkarnir gerðu kröfu um að ríkið myndi setja 3-4 prósent aflahlutdeilda á markað árlega í sérstöku uppboði. Um er að ræða kerfisbreytingu þar sem horfið er frá veiðigjaldakerfi. Viðreisn lét reikna út að þetta gæti árlega skilað 15 milljörðum króna til ríkisins. Það er hærri fjárhæð en veiðigjöld á uppsjávarfisk og bolfisk skila til samans. Það er hins vegar líka hugsanlegt að þetta skili lægri fjárhæð en það veltur á framkvæmd uppboðsins og þátttöku í því. Ekki var stuðningur fyrir kerfisbreytingu af þessu tagi í þingflokki Sjálfstæðisflokksins. Formaður Sjálfstæðisflokksins taldi sig ekki eiga annan kost en að slíta viðræðum flokkanna meðal annars af þessari ástæðu.

Spyrja má, er slík kerfisbreyting til þess fallin að veikja sjávarútveginn og draga úr verðmætasköpun atvinnugreinarinnar? Við höfum engin svör við þessu enda hefur þetta aldrei verið reynt hér. Það er samt mjög erfitt að sjá hvers vegna þetta ætti að veikja atvinnugreinina. Það leiðir af eðli máls að fyrirtæki með sérþekkingu á þessu sviði myndu kaupa þessar aflaheimildir og skapa verðmæti úr þeim. Rétt eins og útvegsfyrirtækin hafa gert á grundvelli úthlutunar í áranna rás. Lög um fjárfestingu erlendra aðila í atvinnurekstri setja síðan miklar takmarkanir á eignarhald útlendinga á útvegsfyrirtækjum. Þakið er við 25 prósentin svo fæðuöryggissjónarmiðin halda vart vatni. Uppboðsleiðin er bara ein aðferð af mörgum við að rukka fyrir afnot af auðlindum íslenska ríkisins innan 200 mílna efnahagslögsögunnar.

Að þessu sögðu samt er mikilvægt að muna að sjávarútvegurinn hefur skapað mikil verðmæti og störf fyrir þjóðarbúið. Menn þurfa að hafa fast land undir fótum þegar breytingar á þessari atvinnugrein eru annars vegar. Við eigum ekki að fara í tilraunastarfsemi að nauðsynjalausu með eitt af fjöreggjum þjóðarinnar.

Það leiðir af eðli máls að fyrirtæki með sérþekkingu á þessu sviði myndu kaupa þessar aflaheimildir og skapa verðmæti úr þeim.

Halldór

Frá degi til dags

Oliver á Íslandi

Þær gleðifréttir bárust í gær að Jamie Oliver hefði ákveðið að fjárfesta á Íslandi og opna veitingastað í miðborg Reykjavíkur. Þannig ætlar sjónvarpskokkurinn frægi að taka þátt í uppbyggingu öflugust atvinnugreinar á Íslandi, ferðaþjónustu. Guði sé lof fyrir Oliver að hann fjárfestir einmitt í ferðaþjónustunni en ekki einhverri annarri atvinnugrein. Ef hann, sem útlendingur, ætlaði til dæmis að fjárfesta í sjávarútvegi yrði hann rekinn af landi brott með skít og skömm. Fjárfesting í sjávarútvegi er nefnilega, lögum samkvæmt, bönnuð útlendingum.

Ríkisstyrkurinn

Stjórnmálamenn og embættismenn hafa misjafnar skoðanir á fjölmiðlum eins og gerist og gengur og efnistök miðlanna ekki yfir gagnrýni hafin. Sem betur fer er þó fátítt að þeir beiti stöðu sinni til þess að hafa þar áhrif á. Nú kveður við nýjan tón því utanríkisráðuneytið hefur ákveðið að bjóða íslenskum fjölmiðli 10 milljónir fyrir umfjöllun um þróunarmál. Tilgangurinn er sagður sá að auka umfjöllun „frjálsra fjölmiðla" um þróunarmál. Falli tilraunin ekki um sjálfa sig erum við einum frjálsum fjölmiðli fátækari. Því að fjölmiðill sem lætur ráðuneyti stjórna viðfangsefnum sínum með peningagreiðslum er eitthvað allt annað en frjáls.

jonhakon@frettabladid.is

Jess, við erum JÖFN!

Anna Kristín Kristjánsdóttir
stefnumótunarráðgjafi

Fyrir tæplega ári skiluðum við á auglýsingastofunni Hvíta húsinu inn umsókn til VR um jafnlaunavottun. Okkur grunaði að það væri afar holt fyrir fyrirtæki af okkar stærðargráðu, með um 40 starfsmenn, að fara í gegnum þetta ferli. Einnig vissum við að það yrði mikil áskorun þar sem við erum ekki með skilgreindan mannauðsstjóra.

Lærdómurinn af vegferðinni kom okkur skemmtilega á óvart og ávinningurinn mun meiri en við áttum von á. Jákvæðast var þó að fá staðfestingu á því að á vinnustaðnum ríkir jafnrétti, hvort sem horft er til jafnra launa kynjanna fyrir sambærileg störf, útdeilingu verkefna og ábyrgðar, starfsþróunar eða annarra þátta. Hlutfall kvenna og karla er nákvæmlega 50/50 og í stjórn fyrirtækisins eru tvær konur og þrír karlar.

Það er ekki þrautalaust fyrir skapandi einstaklinga að fara í gegnum þetta ferli. Svo mörg „leiðinleg" hugtök fylgja svona vinnu: verkferlar og flæðirit, vottun og viðmið og starfaflokkun og því um líkt. Fyrstu hugsanirnar voru „er ekki hægt að breyta nafninu á þessu?", „er ekki hægt að gera þetta eitthvað meira „sexí" svo fyrirtæki hreinlega geti hugsað sér að fara í gegnum þetta?"

Það þyrfti sannarlega að markaðssetja ávinninginn betur því hann er svo langt umfram það að vera bara einhver stimpill á plakat.

Ávinningurinn er margþættur og sjálfsagt hlutfallslega miklu meiri fyrir smærri fyrirtæki, því þetta er lærdómsferli; þjálfun í jafnréttismiðuðum og stefnumiðuðum mannauðsmálum og innleiðing agaðri vinnubragða. Við sjáum ekki eftir einni einustu sekúndu og hvetjum forsvarsmenn minni fyrirtækja til að feta í okkar fótspor.

Við höfum ekki tíma er örugglega svar margra í forsvari fyrir minni fyrirtæki. Og það er sjálfsagt oft rétt. En jafnrétti og það að tryggja jafnan hlut kynjanna í launum fyrir sambærileg störf er á ábyrgð okkar allra. Ekkert fyrirtæki getur skorast undan þeirri áskorun að rýna sinn launastrúktúr og velta fyrir sér hvernig hann varð til, af hverju erum við að borga svona laun og fyrir hvað? Hvert er framlagið og hverjar eru kröfurnar? Ef niðurstaðan endurspeglar jafnrétti, frábært, en ef ekki er aðgerða þörf.

Ekkert fyrirtæki getur skorast undan þeirri áskorun að rýna sinn launastrúktúr.

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

Ljósnet Símans

Sæmundur E. Þorsteinsson
lektor í fjarskiptaverkfræði við Háskóla Íslands

Ingólfur Bruun ritaði grein í Fréttablaðið þ. 25. nóv. sl. Þar eru rangfærslur af ýmsu tagi sem krefjast svara og verður hér brugðist við nokkrum þeirra. Fyrst skal taka til fullyrðingar um Ljósnet sem Ingólfur kallar orðskrípi. Hér er játað að undirritaður er höfundur þessa orðs og hefur fram að þessu greint frá þeirri staðreynd með nokkru stolti.

Um ljósleiðaranet

Síminn byrjaði þegar árið 1995 að leggja ljósleiðara í aðgangsnetinu og var þar í hópi fyrstu símafélaga í heiminum. Þessi framkvæmd var nefnd „Breiðbandið“ og einkenndist af mikilli framsýni og ráðdeild. Vegna kostnaðar var Breiðbandið eingöngu lagt í ný hverfi eða þegar færi gafst í eldri hverfum á að nýta jarðframkvæmdir af öðrum orsökum. Nærri 80% kostnaðar við ljósleiðaralagnir í þéttbýli eru vegna jarðvinnu. Með þessari aðferð hafði Breiðbandið árið 2006 náð til um 60% íbúða á Reykjavíkursvæðinu en samt var nærri engu fé varið í jarðframkvæmdir sérstaklega vegna þess. Árið 2002 hófst lagning blástursröra fyrir ljósleiðara ásamt breiðbandslögnum. Árið 2006 var ákveðið að leggja ekki koparlagnir í nýjum hverfum, eingöngu ljósleiðara.

Hægt er að leggja ljósleiðaranet með margs konar högun. Á ensku fagmáli heitir þetta „Fibre To The Home“ (FTTH), „Fibre To The Curb“ (FTTC), „Fibre To The Exchange“ (FTTEx). Í öllum þessum gerðum eru ljósleiðarar nýttir megnið af leiðinni en kopar er nýttur seinasta spölinn til tölvu eða myndlykils. Net Gagnaveitu Reykjavíkur er FTTH en net Mílu er blanda af FTTH og FTTC. Í FTTC er lagður ljósleiðari í götuskápa og þaðan er fyrirliggjandi koparlína nýtt til að bera merkið til viðskiptavina. Í FTTH er ljósleiðari lagður heim til fólks og hann endar í aðgangstæki eða beini sem tengist við tölvur og myndlykla með kopartengingu sem getur verið tugir metra að lengd. Í FTTC er algengt að koparlínan sé 100-200 m löng. Ef hugsað er um vegalengd milli þjónustupunkts Símans í Múlastöð og heimilis á Seltjarnarnesi er línulengdin um 6 km. Merkið fer því um 6 km í ljósleiðara en um 200m eftir koparlínu. Því eru um 97% leiðarinnar í ljósleiðara. Að fullyrða að þetta hafi ekkert með ljósleiðara að gera er rangt og notkun á orðinu „Ljósnet“ getur því ekki talist blekking. Enda staðfesti Neytendastofa þetta með úrskurði sínum um notkun þessa orðs.

„Vanræksla Símans“

Ingólfur fullyrðir að Síminn hafi vanrækt árum saman að hefja ljósleiðaralagnir til heimila. Síminn byrjaði að veita ADSL þjónustu árið 1999 og var þá í fararbroddi símafélaga. ADSL þjónustan markaði byltingu því þá fékkst sítenging við Internetið. Þessi þjónusta þróaðist og dafnaði í takt við þarfir neytenda. Að því kom að færa þurfti tengipunkt ljósleiðara nær heimilum viðskiptavina til að auka fjarskiptahraða. Þá kom uppbygging Breiðbandsins sér vel og með VDSL tækninni var unnt að veita hraðvirkar og áreiðanlegar tengingar. Þróun kopartækninnar er hvergi lokið og enn er hægt að færa tengipunkt ljósleiðara nær heimilum viðskiptavina. Sú tækni er nefnd G.fast en með henni er mögulegur tengihraði yfir 1 Gb/s. Ef til vill kemur að því að ljósleiðara þurfi alla leið inn í tölvur og myndlykla viðskiptavina en sá tímapunktur er enn í fjarlægri framtíð. Engin ástæða er til þess að nýta ekki kopartengingar ef þær leiða til góðrar þjónustu sem uppfyllir þarfir fólks. Þjónustan skiptir hér meginmáli, ekki miðillinn sem ber upplýsingarnar fram og til baka.

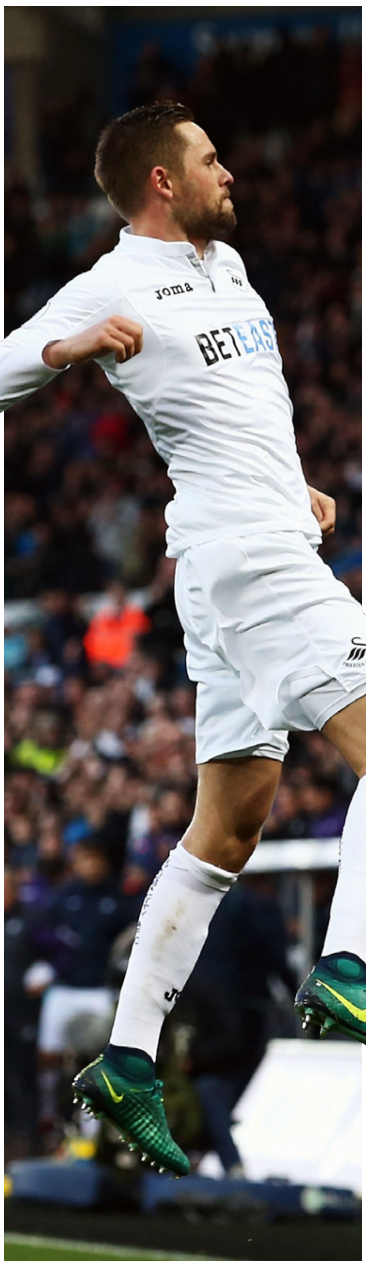
Fjarskiptafélög sem gæta þurfa ráðdeildar í rekstri sínum og hafa ekki aðgang að ríkisstyrkjum hafa farið sömu leið og Síminn. Reyndar hefur þjónusta Símans á þessu sviði staðist fyllilega samanburð við þau símafélög sem fremst standa. Um þetta bera margar úttektir vitni þar sem þjónusta Símans hefur iðulega skarað fram úr. Staða Íslands er varðar aðgengi og notkun almennings að upplýsinga- og fjarskiptatækni er ein sú besta í heiminum. Þetta er t.d. hægt að sjá í skýrslu Alþjóða fjarskiptasambandsins (ITU) sem er ein af stofnunum Sameinuðu þjóðanna [1]. Þar er vísitala um stöðu þróunar í upplýsinga- og fjarskiptatækni, (IDI, ICT Development Index). Ísland er þar í 2. sæti á eftir S-Kóreu. Önnur staða væri uppi á teningnum ef Síminn hefði „vanrækt skyldur sínar“ við almenning en vísitölur ITU byggja mjög lítið á starfsemi GR.

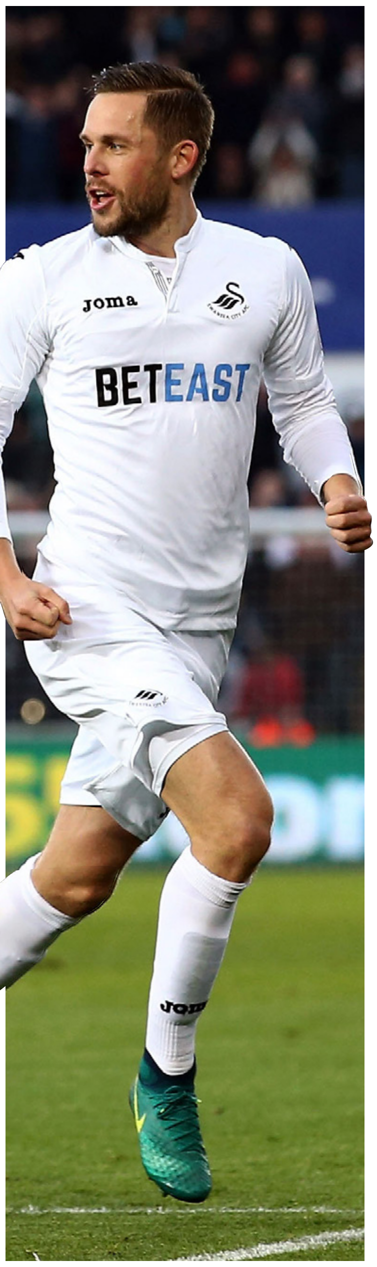
> **Fjarskiptafélög sem gæta þurfa ráðdeildar í rekstri sínum og hafa ekki aðgang að ríkisstyrkjum hafa farið sömu leið og Síminn. Reyndar hefur þjónusta Símans á þessu sviði staðist fyllilega samanburð við þau símafélög sem fremst standa.**

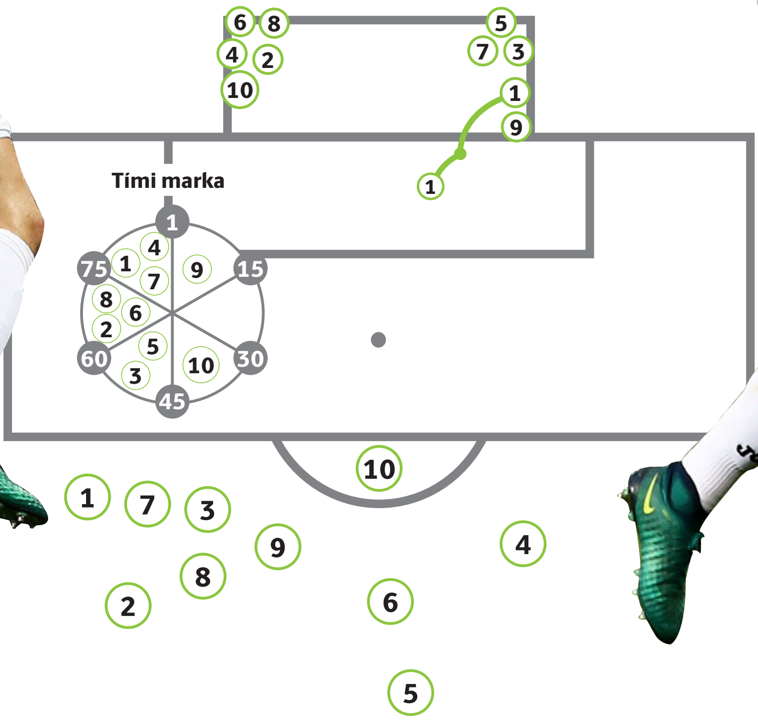
Þekking

Undirritaður var um árabil forstöðumaður rannsókna hjá Símanum. Síminn lagði í umtalsverðan kostnað við þá þekkingaröflun sem fólst í rannsóknarstarfseminni, við að senda starfsmenn sína á ráðstefnur og námskeið og við að kaupa skýrslur með upplýsingum um fjarskipti. Þetta viðhorf til þekkingar hefur skilað Símanum góðum árangri. Hann hefur getað byggt upp framúrskarandi fjarskiptanet fyrir litla þjóð í stóru landi. Verð þjónustunnar hefur almennt verið neytendum hagstætt og staðist allan samanburð við verðlagningu hjá samanburðarþjóðum. Starfsfólk Símans í 110 ár á því fremur heiður skilinn en umfjöllun á borð við þá sem birtist í ofannefndri grein.

[1] http://www.itu.int/en/ITU-D/Statistics/Pages/publications/mis2016.aspx







Gullinn aukaspyrnufótur Gylfa

Íslenski landsliðsmaðurinn Gylfi Þór Sigurðsson skoraði beint úr aukaspyrnu um helgina og hefur þar með skorað tíu slík mörk á stóra sviðinu í evrópskum fótbolta. Fréttablaðið skoðar þessi tíu eftirminnilegu mörk.

FÓTBOLTI Hann hefur kannski ekki skorað beint úr aukaspyrnu fyrir íslenska landsliðið í að verða fjögur ár en Gylfi Þór Sigurðsson er fyrir löngu orðinn einn allra hættulegasti spyrnumaður ensku úrvalsdeildarinnar.

Enginn leikmaður í bestu deild í heimi hefur skorað fleiri aukaspyrnumörk frá byrjun síðasta tímabils. Markið hans á móti Crystal Palace um helgina var það þriðja hjá Gylfa beint úr aukaspyrnu frá því í ágúst 2015.

Frábær spyrnufótur Gylfa skilaði ekki aðeins þessu eina marki beint úr aukaspyrnu því öll hin fjögur mörk Swansea-liðsins komu eftir eða í framhaldi af stórhættulegum sendingum hans inn í vítateig Palace-manna.

Í hópi með Mata og Eriksen

Aukaspyrnumark Gylfa um helgina var einnig það sjötta sem hann skorar í ensku úrvalsdeildinni og aðeins þeir Christian Eriksen og Juan Mata hafa náð því að skora sex sinnum beint úr aukaspyrnu frá því að Gylfi lék sinn fyrsta leik í ensku úrvalsdeildinni í janúar 2012.

„Ég er auðvitað ánægður með sigurinn en jafnframt pirraður yfir því að hafa misst niður 3-1 forystu og lent 4-3 undir. Við sýndum þá mikinn karakter því mörg lið hefðu gefist upp í stöðunni 4-3,“ sagði Gylfi eftir leik.

Skrýtinn leikur

„Þetta var skrýtinn leikur en við sýndum karakter. Trúin er til staðar. Við þurfum að byggja ofan á þennan leik sem og leikinn á móti Everton í síðustu viku og reyna að vera aðeins betri í næsta leik. Þetta snerist samt bara um að ná í þessi þrjú stig og þá skiptir ekki máli hvort þetta sé fallegur eða ljótur sigur,“ sagði Gylfi.

Markið hans var þó af glæsilegri gerðinni og átti sinn þátt í því að gera sigurinn talsvert „fallegri.“ Það hefur reynt mikið á liðið í öllu mótlætinu að undanförnu en lið með Gylfa Þór Sigurðsson innanborðs eiga alltaf ás upp í erminni í spyrnum hans úr föstum leikatriðum eins og sannaðist með svo eftirminnilegum hætti um helgina.

Gylfi hefur spilað á stóra sviði Evrópu frá því að hann fór frá Reading til þýska liðsins Hoffenheim fyrir tímabilið 2010-11 en undanfarin sex ár hefur hann síðan spilað í einu af fimm bestu deildum Evrópu.

Gylfi skoraði tvö aukaspyrnumörk í fyrstu fimm leikjum sínum með Hoffenheim en skipti síðan yfir í ensku úrvalsdeildina í janúar 2012. Gylfi skoraði eitt aukaspyrnumark í átján leikjum sem hann spilaði með Swansea fram á vor.

Gylfi náði ekki að skora mark beint úr aukaspyrnu á tveimur tímabilum sínum með Tottenham en hann hefur aftur á móti skorað 5 af 22 mörkum sínum undanfarin þrjú tímabili með Swansea með skoti beint úr aukaspyrnu.

> **Fjögur síðustu mörk Gylfa beint úr aukaspyrnu hafa komið á móti tveimur markvörðum, Brad Guzan og Wayne Hennessey.**

Góður á móti Hennessey

Gylfi vildi eflaust spila á móti Wayne Hennessey á hverjum degi enda búinn að skora hjá honum tvisvar á þessu ári með skoti beint úr aukaspyrnu. Þar áður hafði hann skorað tvisvar úr aukaspyrnu fram hjá bandaríska markverðinum Brad Guzan.

Gylfi skoraði tvö eftirminnileg mörk beint úr aukaspyrnu í mikilvægum sigrum íslenska liðsins í undankeppni HM 2014. Það fyrra tryggði Íslandi 2-1 sigur á Albaníu en það síðara var fyrra mark hans í 2-1 sigri í Slóveníu.

Seinna aukaspyrnumark Gylfa með landsliðinu leit dagsins ljós 22. mars 2013 og síðan hefur hann spilað 32 landsleiki í röð án þess að skora beint úr aukaspyrnu. Næsta aukaspyrnumark hans fyrir Ísland dettur vonandi inn á árinu 2017 og hjálpar íslenska liðinu að komast á HM í fyrsta sinn. ooj@frettabladid.is

Aukaspyrnumörk Gylfa á stóra sviðinu

Gylfi Þór Sigurðsson hefur skorað samanlagt tíu mörk beint úr aukaspyrnu á stóra sviðinu í evrópskum fótbolta eða í ensku úrvalsdeildinni (6), þýsku deildinni (2) eða með íslenska landsliðinu í undankeppni (2). Hér til hliðar má sjá hvaðan Gylfi skoraði mörkin tíu og hvert hann setti boltann í mark mótherjanna.

1) 18. september 2010
með Hoffenheim á móti Kaiserslautern

2) 2. október 2010
með Hoffenheim á móti Mainz

3) 3. mars 2012
með Swansea á móti Wigan

4) 12. október 2012
með Íslandi á móti Albaníu

5) 22. mars 2013
með Íslandi á móti Slóveníu

6) 11. september 2014
með Swansea á móti Arsenal

7) 26. desember 2014
með Swansea á móti Aston Villa

8) 24. október 2015
með Swansea á móti Aston Villa

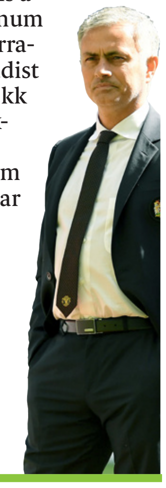
9) 6. febrúar 2016
með Swansea á móti Crystal Palace

10) 26. nóvember 2016
með Swansea á móti Crystal Palace

LÆTI Í CROSSFIT-SAMFÉLAGINU

Hinrik Ingi Óskarsson og Bergur Sverrisson, sem lentu í efstu tveimur sætunum í karlaflokki á Íslandsmeistaramótinu í CrossFit, voru sviptir verðlaunum sínum eftir að þeir neituðu að gangast undir lyfjapróf eftir mótið í fyrradag. Þeir voru einnig settir í tveggja ára bann frá CrossFit á Íslandi. Hinrik er sagður hafa brugðist illa við er hann var beðinn um að gangast undir lyfjaprófið og haft í hótunum við starfsmenn lyfjaeftirlits ÍSÍ sem framkvæmdu lyfjaprófin. Í samtali við Vísi neitar Hinrik þessum ásökunum og segist aldrei hafa hótað starfsmönnunum. „Ég hótaði engum og gerði engum neitt,“ sagði Hinrik sem segist ekki hafa neitt að fela og hann sé tilbúinn að gangast undir lyfjapróf hér heima sé þess óskað. Nánar má lesa um málið á Vísi.

MOURINHO Á LEIÐ Í BANN



Enska knattspyrnusambandið hefur kært José Mourinho, knattspyrnustjóra Manchester United, fyrir framkomu hans á hliðarlínunni í leiknum gegn West Ham í fyrradag. Mourinho reiddist þegar Paul Pogba fékk gult spjald fyrir leikaraskap og lét reiði sína bitna á nálægum vatnsbrúsa. Hann var í kjölfarið sendur upp í stúku í annað sinn á tímabilinu. Mourinho er því væntanlega á leið í tveggja leikja bann auk þess sem hann á von á hárri sekt.

Í dag

19.40 Liverpool - Leeds Sport

TÖFRAEFNIÐ SEM BJARGAÐI MÉR

Artasan kynnir NUTRILENK GOLD hefur hjálpað þúsundum Íslendinga sem þjáðst hafa af liðverkjum, stirðleika eða braki í liðum. Það er unnið úr sérvöldum fiskibeinagrindum, aðallega úr hákarlabeinum sem eru rík af virku, nýtanlegu og uppbyggilegu kondrótíni, kollageni og kalki. Til þess að gera þessi innihaldsefni virk, þá eru þau meðhöndluð með ensími (hvata) sem smækkar stóru mólekúlin og gerir þau frásogunarhæf og virk byggingarefni fyrir brjóskvef.

Oddrún Helga Símonardóttir, betur þekkt sem heilsumamman, fór að nota Nutrilenk í sumar með svona líka góðum árangri.

VERKIR Í LIÐUM OG BRAK Í HNJÁM

„Í byrjun sumars fór vinstri olnboginn eitthvað illa út úr vorverkunum í sveitinni. Ég hélt að þetta væru bara strengir og að þetta myndi lagast eftir nokkra daga. Í lok sumars var ég orðin mjög slæm, mér var líka orðið illt í hægri öxlinni. Þar voru það gömul meiðsli að taka sig upp vegna aukins álags á hendinni en ég hafði hlíft vinstri olnboganum allt sumarið. Til að bæta gráu ofan á svart fór mér að verða illt í hnjánum í fyrsta skipti, því ég var farin að finna fyrir smellum þegar ég skokkaði.

Ég hélt alltaf að ég væri alveg að lagast og ekki búin að panta mér tíma hjá lækni þannig að ég vissi varla orðið hvað ég ætti að segja við lækninn, á hverju ætti að byrja því mér leið eins og ég væri að verða háöldruð. Ég hef sennilega oft flett framhjá auglýsingu af Nutrilenk og aldrei fundist þetta efni eiga við mig en núna var lag. Ég hafði engu að tapa og yrði ekki jafn ónýt þegar ég kæmi mér loksins til læknis."

Glasið endist í þrjá mánuði

VERKURINN HVARF NÁNAST UM LEIÐ

Árangurinn var að sögn Oddrúnar eins og lygasaga. „Eftir tvær vikur fann ég nánast ekkert til og eftir þrjár vikur var ég farin að geta gert armbeygjur og planka. Nokkrum vikum síðar gerði ég hlé á inntöku og eftir aðeins nokkra daga fór ég aftur að finna til. Þá byrjaði ég aftur að taka inn Nutrilenk og verkurinn hvarf nánast um leið."

Nú eru liðnir þrír mánuðir og Oddrún finnur ekki fyrir neinu. Hvorki fyrir olnboganum, öxlinni né hnjánum. „Ég er að springa úr hamingju yfir að hafa endurheimt heilsuna. Það má því segja að Nutrilenk hafi bjargað lífi mínu í sumar – eða a.m.k. olnboganum."

Oddrún tekur einungis tvær töflur á dag sem er viðhaldsskammturinn og endist glasið því í þrjá mánuði.

Oddrún eða heilsumamman er þekkt fyrir frábært uppskriftablogg þar sem hún kennir fólki að njóta matar og ýmiss konar góðgætis án þess að draga úr hollustunni. Hún er heilsumarkþjálfi og þekkir mátt matarins vel en með réttu mataræði er hægt að gera kraftaverk fyrir heilsuna. Sjá nánar á heilsumamman.is.

Sölustaðir: Apótek, heilsuhús og heilsuhillur verslana.

Oddrún endurheimti heilsuna með hjálp Nutrilenk.

> „Eftir tvær vikur fann ég nánast ekkert til og eftir þrjár vikur var ég farin að geta gert armbeygjur og planka. Nokkrum vikum síðar gerði ég hlé á inntöku og eftir aðeins nokkra daga fór ég aftur að finna til. Þá byrjaði ég aftur að taka inn Nutrilenk og verkurinn hvarf nánast um leið.

Oddrún var með verk í olnboga og hné. Hvoru tveggja er nú horfið.

Gefðu gjafabréf á indverskt matreiðslunámskeið í jólagjöf

YESMINE OLSSON býður upp á framandi og freistandi upplifun þar sem gestir njóta indverskra krydda, tónlistar, matar og smakka viðeigandi vín.

Yesmine leiðbeinir hvernig elda á tíu indverska rétti á sem stystum tíma og á sem heilsusamlegastan hátt án þess að það komi niður á hinu sanna indverska bragði.

Gjafabréfin fást á yesmine.is

Veislumatur er þungur í magann. Þess vegna ætti ekki að borða mikið af honum en margir brenna sig á því á jólahlaðborðum.

10 GÓÐ RÁÐ FYRIR HEILBRIGÐI Á JÓLUM

Aðventan býður upp á mikil veisluhöld og fólk gerir vel við sig í mat og drykk. Sumir eru sífellt í baráttu við aukakílóin og þurfa að telja hitaeiningarnar. Það er þó ekki gaman að vera sífellt með samviskubit.

Á þessum árstíma þurfum við meira af vítamínum. Það ætti að vera auðvelt að fá C-vítamín úr klementínum sem nóg er af á þessum árstíma. Einnig ættum við að borða meira af berjum en vínber eru sérlega góð um þessar mundir. Á jólunum ætti fólk að leyfa sér að borða meira af ávöxtum og berjum. Jarðarber og ástríðuávöxt er sjálfsagt að nota í jólaeftirréttinn. Granatepli eru rík af vítamínum og þau eru falleg á salatið. Jólamatur er mjög saltur sem er óhollt fyrir flesta. Fólk ætti því að vanda valið á jólamatnum og huga að hollustunni. Á aðventunni ætti fiskur að vera oft á borðum til mótvægis við allt kjötið á jólaborðinu.

1 Jólamaturinn þarf ekki að vera svo fitandi. Slepptu öllu áfengi því þar leynast margar kaloríur. Bættu við grænmeti á diskinn á kostnað kjöts og skerðu fituna frá kjötinu. Ef maður hugsar um það sem er sett á diskinn borðar maður minna.

2 Borðaðu eitthvað smávegis áður en þú ferð á jólahlaðborð. Það er ekki klókt að koma glorhungraður þar sem veisluborðin svigna.

3 Veldu frekar kalkúnakjöt en purusteik. Settu mikið grænmeti á diskinn en litla sósu.

4 Gott er að byrja daginn með hafragraut. Hann heldur blóðsykrinum í jafnvægi og er mettandi. Það er gott að bæta apríkósum eða fræjum út í grautinn.

5 Drekktu eitt glas af vatni hálftíma fyrir mat.

6 Ef þig langar í nasl, fáðu þér hnetur eða þurrkaða ávexti.

7 Ágætt er að byrja daginn með glasi af volgu sítrónu- eða engifervatni.

8 Áfengi hefur þá eiginleika að þurrka upp kroppinn. Þess vegna er mikilvægt að drekka vatn til jafns við áfengi. Athugið að bjór er hitaeiningaríkur.

9 Hreyfing er öllum nauðsynleg.

10 Stress er óhollt og getur verið fitandi. Ákveðið stresshormón í líkamanum getur haft áhrif á meltinguna. Þess vegna er réttast að leggja jólastressið til hliðar og reyna að skipuleggja sig vel í desember.

HOLLUR JÓLAFISKUR

Þorskur eru einstaklega góður og hollur fiskur. Hann þolir vel krydd og ekki er verra ef það er jólalegt á aðventunni. Uppskriftin miðast við fjóra.

800 g þorskflak, roðflett og beinhreinsað
2 msk. smjör
1 tsk. salt
¼ tsk. negull
½ tsk. pipar
500 g smáar kartöflur
1 msk. ólífuolía
1 msk. timían
Salt og pipar
100 g kirsuberjatómatar
1 pk. sykurbaunir
1 msk. smjör
1 tsk. kardimommur
Salt
Vinaigrette
1 rauðlaukur, smátt skorinn
4 msk. steinselja
2 msk. kapers
1 msk. hvítvínsedik
2 msk. ólífuolía

Hitið ofninn í 180°C. Skerið kartöflurnar í litla bita og setjið þær í eldfast form. Dreifið ólífuolíu yfir, timían auk salts og pipars. Blandið vel saman og setjið formið í ofninn. Bakið í 25-30 mínútur en setjið þá tómatana út í. Bakið áfram í 10 mínútur.

Til að gera vinaigrette er rauðlaukur, steinselja og kapers skorið smátt og blandað saman við ólífuolíu og edik. Bragðbætið með salti og pipar.

Skerið þorskinn í hæfilega bita og kryddið með salti, pipar og negul,

Setjið smjör á pönnuna og steikið fiskbitana þar til þeir hafa fengið fallegan lit á báðum hliðum. Passið að ofsteikja ekki fiskinn.

Kljúfið sykurbaunirnar í tvennt og steikið þær á pönnu upp úr smjöri ásamt muldum kardimommufræjum. Steikið í um það bil tvær mínútur.

Berið þorskinn fram með kartöflunum, tómötum, sykurbaunum og vinaigrette.

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*

MIKIÐ ÚRVAL FALLEGRA LEGSTEINA Á MJÖG GÓÐU VERÐI

FYLGIHLUTIR FYLGJA EKKI MEÐ

GETUM ENN AFGREITT LEGSTEINA FYRIR JÓL

NR. 116-5
VERÐ KR. 209.000

NR. 2042
VERÐ KR. 178.900

NR. 2046
VERÐ KR. 251.900

NR. 2006 AURORA
VERÐ KR. 245.900

NR. 104 SHANXI BLACK
VERÐ KR. 325.900

NR. 113 PARADISO
VERÐ KR. 285.900

NR. 2021
VERÐ KR. 294.900

NR. GS-1002
VERÐ KR. 589.000

NR. 118 PARADISO
VERÐ KR. 305.900

STÆRÐ
H. 27 CM.
BR. 30 CM.

VERÐ KR. 79.900,-
INNIFALIN ÁLETRUN.

GÆLUDÝRASTEINAR

ÁLETRUN OG UPPSETNING ERU INNIFALIN Í OKKAR VERÐUM

AKSTURSGJALD BÆTIST VIÐ UTAN HÖFUÐBORGARSVÆÐISINS

ÞARF AÐ ENDURNÝJA LETRIÐ Á STEININUM?

GRANÍTHÖLLIN TEKUR AÐ SÉR AÐ HREINSA OG ENDURMÁLA LETUR Á LEGSTEINUM. EINNIG TÖKUM VIÐ AÐ OKKUR AÐ RÉTTA AF LEGSTEINA SEM ERU FARNIR AÐ HALLA.

Graníthöllin
Legsteinar

BÆJARHRAUNI 26,
HAFNARFIRÐI

SÍMI 555 3888
GRANITHOLLIN.IS

Með fyrirvara um prentvillur og uppseldar vörur.

HUGAÐ AÐ KROPPNUM Í PRÓFUM

Prófatíminn fer að skella á í skólum landsins. Þá er vert að huga vel að líkamanum ekki síður en huganum. **Helga Björg Þórólfsdóttir,** kírópraktor hjá Kírópraktorstofu Íslands, gefur hér nemendum nokkur góð ráð í prófatíðinni.

STATTU UPP

Líkaminn er gerður til að vera á hreyfingu og skipta sífellt um þyngdarpunkt. Að sitja lengi í einu setur mikið og í rauninni óeðlilega mikið álag á mjóbakið og mjaðmirnar. Þess vegna er góður vani að standa upp á hálftíma fresti og teygja úr sér til að vega upp á móti setunni. Þetta tekur þig í mesta lagi örfáar mínútur og stelur ekki tíma frá lærdómnum.

ÞAÐ ER HÆGT AÐ HREYFA SIG ANNARS STAÐAR EN Í RÆKTINNI

Þegar fólk hefur nauman tíma og litla orku sleppa margir því að stunda þá hreyfingu sem þeir gera annars reglulega. En hreyfing þarf ekki að heita fótbolti eða cross-fit eða vera talin í kaloríum á hlaupabrettinu. Armbeygjur, skokk upp og niður stiga og framstig koma blóðinu á hreyfingu þegar einbeitingin er orðin lítil.

NAMMI ER EKKI HEILAFÓÐUR

Í prófum er fólk almennt mjög meðvitað um að heilinn noti glúkósa sem orku. Þá liggur beinast við að nærast aðallega á nammi og sætum orkudrykkjum til að næra heilann vel. Það þarf varla að taka fram að það er talsvert betri hugmynd að borða hollan og fjölbreyttan mat með nóg af trefjum og flóknum kolvetnum sem standa með manni lengur en einfaldur sykur. Að borða tímafreka fjölbreytta máltíð er því betri tímafjárfesting en að borða ódýrari og fljótlegri mat sem hækkar blóðsykurinn í örskamma stund áður en maður verður svangur aftur.

Miklar kyrrsetur geta farið illa með líkamann. NORDICPHOTOS/GETTY

EKKI HÚKA YFIR BÓKUNUM

Gerðu öllum líkamanum greiða og réttu úr þér á meðan þú ert að læra. Að sitja eða standa með höfuðið og axlirnar teygð fram veldur ekki bara þreytu í hálsinum og herðunum heldur grynnkar öndunina og þannig súrefnisflæði til líkamans. Minnkað súrefnisflæði veldur þreytu og orkuleysi rétt eins og ef líkaminn fengi ekki næga næringu úr fæðunni.

HLUSTAÐU Á LÍKAMANN

Það er aldrei eðlilegt að vera illt. Þetta á auðvitað alltaf við en það er sérstaklega leiðinlegt að vera með verki þegar maður er í prófum og þarf að nota tímann vel. Að vera með sífellda verki sem gjarnan verða verri á langri setu við bækurnar tekur frá manni dýrmæta orku og einbeitingu. Ef þú finnur fyrir verkjum í baki, hálsi eða herðum sem leiðir jafnvel út í handleggi eða niður í rass og fætur skaltu leita þér aðstoðar, hvort sem það er hjá lækni, nuddara, sjúkraþjálfara eða kírópraktor. Þegar þú ert með verk er líkaminn að segja þér að eitthvað sé að sem þarfnast meðhöndlunar.

Helga Björg Þórólfsdóttir kírópraktor.

Það er ekki gott að þvo hárið of oft.

HVERSU OFT ÆTTI AÐ ÞVO HÁRIÐ

Sumir þvo hárið daglega á meðan aðrir nota aldrei hársápu. Ef þú þværð hárið of oft er hætta á að hársvörðurinn þorni, myndi flösu og kláða. Ef þú þværð hárið of sjaldan verður það feitt, illa lyktandi og hætta á exemi eykst. Hversu oft ætti maður þá að þvo hárið? spyr vefsíða Jyllands-Posten.

„Maður ætti að þvo hárið einu sinni til tvisvar í viku," segir Jørgen Serup, yfirlæknir og prófessor í húðsjúkdómum við blaðið. Hann bendir þó á að hár sé mismunandi á fólki. Sumir þurfa að þvo hárið oftar vegna þess hversu feitt það er. Það geta allir séð hvort hárið er þvegið of sjaldan en erfitt er að meta ef hárið er þvegið of oft. „Ég hef þó séð að margar danskar konur þvo hárið of mikið. Hárbotninn veður þurr og mikil flösumyndun. Einnig slitnar hárið frekar ef það er þvegið of oft. Hárið vex um það bil einn cm á mánuði. Það ætti alls ekki að sápuþvo það daglega. Sömuleiðis ætti ekki að skola hárið með of heitu vatni. Notaðu milda og vandaða sápu. Oft er best að nota barnasjampó. Ef fólki finnst of lítið að þvo hárið tvisvar í viku vegna þess að það fitnar mæli ég með að þvo það án sápu í eitt skiptið. Vatnið virkar stundum eitt og sér sem hárþvottur," segir læknirinn.

Til er fólk sem notar aldrei hársápu. Þetta fólk trúir því að sjampó eyðileggi náttúrulega olíur húðarinnar. Meðal þeirra er Lucy Aitken Read sem ekki hafði þvegið hárið með sápu í tvö ár þegar hún skrifaði bókina Happy Hair: The Definitive Guide to Giving Up Shampoo. Eftir nokkra mánuði hafði hárið þykknað, varð mýkra og meira gljáandi, segir hún í bókinni.

Danski prófessorinn segir að þetta sé athyglisvert og að hann geti ekki sagt að þetta sé rangt. „Við vitum að sterk sápa og hárblásari fara illa með hárið. Hugsanlega gefur sápulaus þvottur náttúrulegt jafnvægi fyrir hársvörðinn," segir hann.

Stéttarfélög

29. nóvember 2016

KYNNINGARBLAÐ Kjölur | Verkstjórasamband Íslands

MYND/DANÍEL RÚNARSSON

Skipta enn miklu máli

Aðstæður sem sköpuðust á vinnumarkaði eftir hrun sýndu á augljósan hátt mikilvægi **stéttarfélaga**. Þá reyndi á samstöðu launafólks til að verja þau kjör og réttindi sem höfðu áunnist. Hlutverk og starfsemi stéttarfélaga mun tæplegast breytast í veigamiklum atriðum í nánustu framtíð.

Starri Freyr Jónsson
starri@365.is

Í kjölfar hrunsins haustið 2008 stóðu stéttarfélögin frammi fyrir miklum áskorunum. Á örfáum vikum skall á fjöldaatvinnuleysi, kaupmáttur launa hrundi, lán stökkbreyttust og lífskjör launafólks versnuðu til mikilla muna. Þessar aðstæður kölluðu á öflug og markviss viðbrögð stéttarfélaganna, segir Halldór Grönvold, aðstoðarframkvæmdastjóri ASÍ, þegar hann var spurður út í helstu breytingar á hlutverki og verkefnum stéttarfélaga undanfarinn áratug.

„Þau fólust í að veita félagsmönnum í vanda margháttaða aðstoð og þjónustu. Þau fólust í samstöðu innan verkalýðshreyfingarinnar til að verja réttindi á vinnumarkaði sem sótt var að, verja störfin og tryggja afkomu og möguleika þeirra sem misstu vinnuna til endurkomu á vinnumarkaðinn. Síðast en ekki síst sneri barátta verkalýðshreyfingarinnar að því að verja kjör þeirra sem höfðu lægstu launin.“

„Það er mikilvægt að benda á að einmitt vegna stéttarfélaganna og samstöðu innan verkalýðshreyfingarinnar var farin allt önnur leið hér á landi en í mörgum öðrum ríkjum sem glímdu við kreppuna,“ segir Halldór Grönvold, aðstoðarframkvæmdastjóri ASÍ. MYND/EYÞÓR

Kjör og réttindi skipta öllu

Hann segir að þær aðstæður sem sköpuðust á vinnumarkaði eftir hrunið sýna á augljósan hátt mikilvægi stéttarfélaganna. Þá reyndi á samstöðu launafólks og að verja þau kjör og réttindi sem áunnist hafa. „Það er mikilvægt að benda á að einmitt vegna stéttarfélaganna og samstöðu innan verkalýðshreyfingarinnar var farin allt önnur leið hér á landi en í mörgum öðrum ríkjum sem glímdu við kreppuna. Þar var farið í mikinn niðurskurð á réttindum, kjörum og afkomu almenns launafólks. Ég fullyrði að sá viðsnúningur sem orðið hefur á vinnumarkaði síðustu ár er ekki síst þessari baráttu verkalýðshreyfingarinnar að þakka. Nú er verkefnið að byggja á þeim árangri sem náðst hefur og bæta enn frekar kjörin og margháttuð réttindi.“

Þrátt fyrir miklar breytingar á mörgum vígstöðvum í samfélaginu sér Halldór ekki fyrir sér að hlutverk og starfsemi stéttarfélaga muni breytast í veigamiklum atriðum í nánustu framtíð. „Eftir sem áður er hlutverkið að tryggja og bæta kjör og réttindi launafólks á fjölmörgum sviðum. Gagnvart atvinnurekendum snýst verkefnið um að hér verði mannsæmandi laun og öruggar og góðar vinnuaðstæður. Þar stöndum við frammi fyrir mörgum áskorunum.“

Mikið verk óunnið

Og bæta þarf launakjör í landinu, ekki síst þeirra sem hafa lægstu launin. „Krafan hlýtur að vera að fólk geti lifað mannsæmandi lífi af dagvinnulaununum. Við eigum enn þá mikið verk óunnið til að tryggja konum sömu laun og körlum. Gagnvart stjórnvöldum og Alþingi snúa úrlausnarefnin að brýnum hagsmunamálum eins og að tryggja öllum gott húsnæði á viðráðanlegu verði, endurreisn heilbrigðiskerfisins og að draga úr gjaldtöku þannig að efnahagur einstaklinga ráði ekki för. Auka þarf réttindi foreldra til fæðingar- og foreldraorlofs og tryggja að launafólk geti betur samræmt atvinnuþátttöku og einkalíf.“

Til lengri tíma litið stendur verkalýðshreyfingin frammi fyrir fjölmörgum áskorunum er varða tæknibreytingar og breytt rekstrarform, hvort sem um ræðir sjálfvirknivæðingu af ýmsu tagi eða deilihagkerfið svo dæmi séu tekin. „Hér snýst verkefnið annars vegar um að tækniþróunin þjóni hagsmunum almennings en að hann verði ekki fórnarlamb hennar. Hér getur aukin áhersla og frumkvæði verkalýðshreyfingarinnar þegar kemur að endur- og eftirmenntun, framhaldsfræðslu og uppbyggingu fagháskólanáms skipt sköpum. Hins vegar þarf að tryggja að innreið deilihagkerfisins verði ekki til að kollvarpa réttindum og kjörum á vinnumarkaði með því að laga deilihagkerfið að reglum og viðmiðum sem þar gilda.“

Framsýn stéttarfélag er eitt öflugasta stéttarfélag landsins. Félagið kappkostar að veita félagsmönnum góða þjónustu. Aðild að félaginu tryggir félagsmönnum auk þess aðgengi að öflugum styrkjum úr sjúkra-, orlofs-, og starfsmenntasjóðum. Hægt er að fræðast frekar um starfsemina inn á heimasíðu félagsins, www.framsyn.is

FRAMSÝN
STÉTTARFÉLAG ÞINGEYINGA

VIÐ VINNUM FYRIR ÞIG

VS Verkalýðsfélag Snæfellinga
Ólafsbraut 19, 355 Ólafsvík
Sími 588 9191 / 862 6002

META SKAL MENNTUN TIL LAUNA!

BHM er bandalag 28 fag- og stéttarfélaga háskólamenntaðs fólks á almennum og opinberum vinnumarkaði. Félagsmenn aðildarfélaganna eru um tólf þúsund. Félagsmenn starfa á öllum sviðum íslensks atvinnulífs, hjá ríki,sveitarfélögum, sjálfseignarstofnunum og einkafyrirtækjum.

Aðild að stéttarfélagi innan BHM veitir margvísleg réttindi.
Kynntu þér málið á heimasíðu bandalagsins, **www.bhm.is.**

Bandalag háskólamanna

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

Rafiðnaðarsamband Íslands

er starfsgreinasamband 9 aðildarfélaga um allt land með 5600 félagsmenn.
Rafiðnaðarsamband Íslands sameinar öflugt fólk í rafiðnaði.

Kjaramál

RSÍ berst fyrir bættum kjörum félagsmanna sinna og jöfnum launum kynjanna enda eru rafiðngreinar jafnt fyrir konur sem karla.

Samkvæmt kjarakönnun RSÍ 2016 eru konur með sveinspróf eða meiri menntun í rafiðngreinum með hærri grunnlaun en karlar.

RSÍ leggur áherslu á öflugt trúnaðarmannakerfi.

Endurmenntun

RSÍ leggur áherslu á gildi menntunar og fagmennsku hjá félagsmönnum sínum. Félagsmönnum **RSÍ** stendur til boða öflug sí- og endurmenntun hjá Rafiðnaðarskólanum og fleiri fræðslustofnunum.

RSÍ í samvinnu við fræðsluskrifstofu Rafiðnaðarins heldur úti **Rafbók** þar sem allt námsefni rafiðngreina til iðnnáms stendur félagsmönnum til boða þeim að kostnaðarlausu.

Allir nemendur í námi í rafiðngreinum fá afhentar spjaldtölvur til eignar við upphaf náms.

800 tölvur voru afhentar í haust til nemenda sem nú þegar stunda nám í rafiðngreinum

Styrktarsjóður

RSÍ styður dyggilega við félagsmenn sína með öflugum styrktarsjóði þar sem félagsmenn geta sótt um fjölmarga styrki til heilsueflingar, forvarna og vegna veikinda.

Fæðingarstyrkur | Gleraugnastyrkur | Styrkur vegna sjúkraþjálfunar | Styrkur vegna sálfræðimeðferðar | Sjúkradagpeningar | Sjúkradagpeningar vegna veikinda maka/barna.

Orlofssjóður

RSÍ er með öflugt orlofshúsakerfi með 43 orlofshúsum/orlofsíbúðum um allt land sem og í Torrevieja á Spáni og Kaupmannahöfn.

RSÍ rekur öflugt orlofssvæði í Skógarnesi við Apavatn þar sem félagsmenn geta leigt orlofshús í hæsta gæðaflokki og notið fallegrar náttúru með góðri leikaðstöðu fyrir börn.

Samstarf

RSÍ leggur áherslu á alþjóðlegt samstarf og er m.a. í samstarfi við norræn og evrópsk rafiðnaðarsamtök.

RSÍ er eitt af aðildarsamtökum **ASÍ**

RSÍ á og rekur Rafiðnaðarskóla í samvinnu við **SART**, samtök rafverktaka.

RSÍ leggur áherslu á samskipti við félagmenn sína með fjölda félagsfunda um allt land.

RAFIÐNAÐARSAMBAND ÍSLANDS
Stórhöfða 31, 110 Reykjavík | Sími 580-5200. | www.rafis.is | rsi@rafis.is

Öflugt samstarf við sveitarfélög

Kjölur er stéttarfélag starfsmanna í almannaþjónustu. Félagið varð til við sameiningu sex félaga fyrir tólf árum og segir Arna Jakobína Björnsdóttir, formaður félagsins, sameininguna hafa skilað öflugri og betri þjónustu við félagsmenn. Þá hefur þjálfun og fræðsla til trúnaðarmanna orðið markvissari og þeir eflst í starfi. Félagsmenn Kjalar hafa góðan aðgang að orlofsíbúðum og -húsum.

„Kjölur er fyrst og fremst stéttarfélag starfsmanna sveitarfélaga og fer með samningsumboð fyrir flestar starfsstéttir. Kjölur ætti því að vera fyrsta val þeirra sem ráða sig til starfa hjá sveitarfélögunum,“ segir Arna Jakobína Björnsdóttir, formaður Kjalar.

„Kjölur er aðildarfélag að BSRB og lýtur lögum um kjarasamninga opinberra starfsmanna, samkvæmt þeim er ekki jafn ríkur verkfallsréttur. Við þurfum að gera verkfallsskrá yfir það hvernig manna á öryggi meðan á verkfalli stendur í opinberri þjónustu, við hvert sveitarfélag fyrir sig og ríkið. Við gerum kjarasamninga við Samband íslenskra sveitarfélaga fyrir hönd þeirra sveitarfélaga þar sem við erum með félagsmenn en þau spanna svæðið allt frá Borgarnesi og norður um til Akureyrar. Þá erum við með heilbrigðisstofnanirnar á þessu svæði undir okkar hatti og einnig starfsmenn bæði hjá sjálfseignarstofnunum, framhaldsskólum, Hjallastefnu og Norðurorku hf. sem er í meirihlutaeigu Akureyrarbæjar. Stærsti hópur félagsmanna okkar eru starfsmenn sveitarfélaga, 75% konur og 25% karlar.“

Stjórn Kjalar. Frá vinstri Hólmfríður Guðlaug Jónsdóttir, Hulda Magnúsardóttir, Kristín Sigurðardóttir, Ingunn Jóhannesdóttir. Sitjandi frá vinstri: Árni Egilsson, Arna Jakobína Björnsdóttir og Bára Garðarsdóttir. Á myndina vantar Harald Tryggvason og Jórunni Guðsteinsdóttur. MYND/AUÐUNN NÍELSSON

Fjöldi orlofshúsa og styrkir

Við sameiningu félaganna sex á sínum tíma varð til ríkulegt safn orlofshúsa og íbúða. Félagsmenn Kjalar eiga því greiðan aðgang að sumarhúsum og er aðalsmerki orlofshúsa og -íbúða Kjalar fyrsta flokks umgengni. Þá telur félagið brýnt að möguleikar félagsmanna til menntunar endurspegli þarfir þeirra og að félagsmenn þekki þá námskosti sem í boði eru. Félagið stuðlar að tækifærum til menntunar fyrir sem flesta og styrkir til náms.

„Við erum með mjög öflugan fræðslusjóð á okkar snærum sem notaður er til að styrkja einstaklinga til frekari menntunar,“ útskýrir Arna Jakobína en félagið styrkir allt framhaldsskólanám og háskólanám félagsmanna.

„Hámarksstyrkur er frá 120 til 240 þúsund króna á hverjum tveimur árum og er allt styrkt að fullu sem er innan þessarar upphæðar. Síðast en ekki síst styrkjum við sveitarfélögin sjálf og stofnanir ríkisins okkar megin, meðal annars til að mæta kostnaði vegna uppbyggingar á innanhússfræðslu eða fræðsluverkefna. Til að mynda er í gangi samstarfsverkefni Kjalar og Akureyrarbæjar, námsleiðin Þróttur, sem ætluð er starfsmönnum íþróttamannvirkja og verkefnið Ráðgjafi að láni hjá nokkrum stofnunum og sveitarfélögum.“

Símenntun og efling í starfi

Starf félagsins teygir sig víða en félagið er í samstarfi við símenntunarstöðvar og Fræðslusetrið Starfsmennt. Mikil áhersla er lögð á símenntun og eflingu starfsmanna í starfi. Að sögn Jakobínu eru félagsmenn aldrei of oft minntir á mikilvægi þess að fylgjast með og nýta sér þau réttindi sem ávinnast með félagsaðild. Þá er Kjölur aðili að Styrktarsjóði BSRB, sem greiðir meðal annars bætur í veikindatilfellum þegar réttur tæmist hjá vinnuveitanda og ýmsa forvarnarstyrki svo sem til líkamsræktar og fæðingarstyrk.

„Það er mikilvægt að sækja sér menntun og tryggja sig á vinnumarkaði. Samstarfið við sveitarfélögin viljum við efla enn frekar svo það skili sér inn á vinnustaðina,“ segir Arna Jakobína.

Markmiðið að efla hag alþýðunnar

Saga verkalýðshreyfingar á Íslandi telur rúmlega hundrað ár og hefur Alþýðusamband Íslands leikið þar lykilhlutverk. Félagsmönnum ASÍ hefur tekist að hafa mikil áhrif, ekki aðeins á eigin kjör og réttindi, heldur á samfélagið í heild.

Alþýðusamband Íslands var stofnað árið 1916 í þeim tilgangi að auðvelda baráttu verkamanna fyrir bættum kjörum. Hálfu ári fyrr, á fundi hjá Verkamannafélaginu Dagsbrún þann 28. október 1915, var sú tillaga borin upp að samband kæmist á á milli Dagsbrúnarfélagsins, Hásetafélagsins, Verkakvennafélagsins, Prentarafélagsins og Bókbindarafélagsins. Stuttu síðar, eða þann 12. mars 1916, var stofnfundur Alþýðusambands Íslands haldinn í Báruhúsinu í Reykjavík.

Fundarmenn voru tuttugu og komu frá sjö félögum, en Verkamannafélagið Hlíf í Hafnarfirði og Hásetafélag Hafnarfjarðar höfðu bæst í hópinn, og voru meðlimir hinna sjö félaga um fimmtán hundruð.

Árið 1930 voru félög ASÍ orðin 36, 28 almenn verkalýðsfélög, tvö iðnfélög og sex jafnaðarmannafélög. Félagar voru að nálgast sexþúsund. Á hálfrar aldar afmæli sambandsins, 1966, voru meðlimir ASÍ orðnir 35 þúsund í 150 félögum. Þrjátíu árum síðar, eða 1996, voru félagar að nálgast sjötíu þúsund í 236 félögum. Síðan þá hefur mikið gerst í skipulagsmálum innan ASÍ. Félög hafa verið að sameinast á sama tíma og félagsmönnum hefur fjölgað. Í dag eru þeir yfir 75 þúsund í tæplega hundrað félögum og deildum.

Eftir að verkafólk fór að standa saman um kröfurnar í skipulögðum fjöldasamtökum var ekki lengur hægt að hunsa vilja þess. Menn sáu að því stærri og samstilltari sem hópurinn yrði, því meiri áhrif gæti hann haft. MYND/DANÍEL

Samstaðan skilaði sér

Fyrstu íslensku verkalýðsfélögin urðu til á tímum mikilla breytinga í atvinnulífi þjóðarinnar. Á skömmum tíma var Ísland að breytast úr bændasamfélagi í nútíma þjóðfélag, fjölmenn stétt verkamanna varð til og sjávarútvegur var að verða helsti atvinnuvegur þjóðarinnar.

Eftir að verkafólk fór að standa saman um kröfurnar í skipulögðum fjöldasamtökum var ekki lengur hægt að hunsa vilja þess. Framfarirnar urðu örar og staða almennings styrktist. Menn sáu að bætt kjör voru beint framhald af samstöðu og markvissri baráttu. Um leið skildu menn að því stærri og samstilltari sem hópurinn yrði, því meiri áhrif gæti hann haft.

Allt verkafólk sameinað

Stéttabaráttan var pólitísk og til að ná sem mestum árangri þótti nauðsynlegt að sambandið væri um leið stjórnmálaflokkur. Þannig voru ASÍ og Alþýðuflokkurinn árum saman undir einni stjórn og innan Alþýðusambandsins voru jafnt verkalýðsfélög sem pólitísk jafnaðarmannafélög.

Árið 1940 var lögum ASÍ breytt og flokkurinn skilinn frá til að mynda breiða samstöðu vinnandi manna hvar í flokki sem þeir stæðu. Öll Alþýðuflokksfélög gengu úr ASÍ sem varð eingöngu verkalýðssamband. Gengu þá fjölmörg verkalýðsfélög til liðs við sambandið og á næsta sambandsþingi árið 1942 var allt íslenskt verkafólk sameinað í stærstu heildarsamtökum sem mynduð höfðu verið á íslenskum vinnumarkaði.

Mikilvægir áfangar

1906 Verkamannafélagið Dagsbrún stofnað – Fyrstu verkalýðsfélögin stofnuð um þetta leyti

1916 ASÍ stofnað

1936 Lög um almannatryggingar

1942 ASÍ verður verkalýðsfélag

1943 Réttur til orlofs

1957 Jafnrétti bundið í lög

1969 Lífeyrissjóðir stofnaðir fyrir alla launamenn

Mikil áhrif á samfélagið

Félagsmönnum ASÍ hefur tekist að hafa mikil áhrif, ekki aðeins á eigin kjör og réttindi, heldur á samfélagið í heild. Fjölmörg þeirra réttinda sem vinnandi fólki þykja sjálfsögð í dag þurfti mikla baráttu og oft fórnir til að fá samþykkt. Það á við um samningsrétt, uppsagnarfrest, fæðingarorlof, vinnuvernd, orlofsrétt og margt fleira. Uppbygging velferðarkerfisins hefur verið stórt verkefni sem ASÍ hefur tekið mikinn þátt í. Fyrstu lögin um almannatryggingar voru sett 1936 eftir margra ára þref á þingi. Réttinn til orlofs fékk íslenskt verkafólk 1943, eftir að frumvarp þess efnis hafði legið fyrir Alþingi árum saman.

Í kjarasamningi ASÍ og VSÍ 1969 var kveðið á um að stofnaðir skyldu lífeyrissjóðir á félagslegum grundvelli fyrir alla launamenn innan Alþýðusambandsins. Nýr samningur var gerður um sjóðina 1995 þar sem grunnstoðirnar þrjár voru áréttaðar; samtrygging, skylduaðild og sjóðssöfnun.

Enn sömu markmið

Konur voru fjórðungur stofnfélaga í ASÍ og þær höfðu sitt að segja. Jafnrétti kynjanna varð eitt af stóru markmiðunum í starfinu. Í upphafi gekk baráttan út á það að sérstakir kvennataxtar yrðu afnumdir. Síðar átti ASÍ stóran þátt í því að knýja í gegn samþykkt Alþingis á alþjóðasamþykktum um launajafnrétti árið 1957 þannig að Ísland varð fyrst Norðurlandanna til að binda jafnrétti í lög.

Þótt þjóðfélagið sé gjörbreytt hafa markmið Alþýðusambandsins ekkert breyst frá fyrsta fundinum í Báruhúsinu. Enn í dag eru þau einfaldlega að efla og bæta hag alþýðunnar.

Heimild: Alþýðusamband Íslands – asi.is

Vetrarföt & sport

29. nóvember 2016

KYNNINGARBLAÐ

NORDICPHOTOS/GETTY

SIDEWINDER TURBO

NÝR byltingarkenndur vélsleði frá Yamaha:

- Turbo frá verksmiðju!
- 180 hestöfl sem skila sér strax!
- 2 ára ábyrgð
- 6 mismunandi útfærslur í boði
- Fox fjöðrun
- Camoplast® belti
- VERÐ FRÁ kr. 2.790.000,- m/vsk

YAMAHA

Kletthálsi 3 |110 Reykjavík | sími 540 4900

www.yamaha.is

Frá því í mars 2009 hefur Leifur Hákonarson gengið um 1.200 sinnum á Esjuna í alls konar veðri.

Búinn að kynnast mörgum á Esjunni

Meðlimir Esjuvina á Facebook ganga reglulega upp á Esjuna og sumir oft í viku. Á síðu þeirra skiptast meðlimir gjarnan á upplýsingum um veður og færð við fjallið og miðla þannig nauðsynlegum upplýsingum til göngumanna, sérstaklega yfir vetrartímann.

Starri Freyr Jónsson
starri@365.is

Esjuvinir eru ekki formlegur gönguklúbbur heldur vettvangur á Facebook þar sem líkt þenkjandi útivistarunnendur og áhugafólk um gönguferðir á Esjuna skiptast m.a. á upplýsingum um færð og veður á fjallinu. Það var Leifur Hákonarson sem stofnaði vettvanginn í ágúst árið 2012 en hann hafði gengið upp á Esjuna 3-4 sinnum í viku síðan snemma árs 2009. „Á þeim tíma þurfti ég að ná upp þreki fyrir göngu sem ég hafði lofað að leiða á Snæfellsjökul um sumarið. Þegar ég stofnaði hópinn 2012 hafði ég gengið um 630 sinnum upp á Esjuna. Í dag eru ferðirnar orðnar um 1.200 og ég hef eignast marga kunningja á fjallinu.“

Sjálfur fer Leifur yfirleitt þrjár ferðir á viku á meðan aðrir fara oftar að hans sögn. „Þegar þessi della greip mig í mars 2009 voru margir búnir að stunda reglulegar Esjugöngur langa lengi. Þar má nefna Ófeig og Símon sem hafa verið þarna á ferð í mörg ár, einnig Stefán Örn Stefánsson og fleiri.“

Hugað að veðurspá

Upphaflega hafði Leifur hugsað sér fámennan hóp Esjufara en auðvitað var engum neitað um aðild. „Núna eru meðlimirnir orðnir 250. Hvort þeir fara allir reglulega á Esjuna veit ég ekki en vona það að sjálfsögðu. Ég hef sjálfur alltaf myndavél með mér og ef

Það er nauðsynlegt að vera vel klæddur á Þverfellshorni yfir vetrartímann.

ég tek myndir af fólki sem ég vil koma á framfæri er oft einfaldara að leggja til að fólk gerist meðlimir heldur en að fara að skiptast á tölvupóstföngum. Þannig hafa margir bæst í hóp Esjuvina.“

Aðstæður á Esjunni eru auðvitað allt aðrar yfir veturinn en á sumrin. Nú þarf að huga sérstaklega vel að veðurspánni og vera rétt klæddur. „Þótt gott sé að líta til Esjunnar áður en lagt er af stað þá er „gluggaveður“ oft villandi. Ef vindur er af norðri eða norðaustri og skýjakúfur á fjallinu má reikna með mjög hvössum og byljóttum vindi á hlíðinni. En hann lægir oft ofan Steins og það getur verið logn uppi í klettum. Það er þó ekki algilt og síðan getur verið illa stætt þegar upp er komið.“

Hann segir að þeir sem eru óvanir fjallgöngum að vetri til ættu að láta nægja að fara upp að Steini því klettarnir geta verið stórhættulegir þótt þeir líti meinleysislega út. Undanfarna daga hafi þeir t.d. verið þaktir glærum ís. „Svo er sjálfsagt að nýta sér vefmyndavél sem einhver góðviljaður Reykvíkingur hefur komið upp og beint að fjallinu en myndin er uppfærð á 30 sekúndna fresti. Einnig er hægt að gá að vindi og hitastigi á veðurstöðvunum í Esjuhlíðum. Á Facebook-síðu Esjuvina eru bendlar á þessar síður.“

Vel staðsett

En hvað gerir Esjuna að svona heillandi fjalli? Aðspurður segir Leifur klassíska svarið eiga best við: Hún er bara þarna! „Reyndar er margt sem mælir með Esjunni til útiveru. Hún er nálægt borginni og sést vel þaðan þannig að fólk veit að hvaða veðri það gengur þótt það geti raunar breyst hratt. Leiðin upp að Steini er afskaplega hæfileg líkamsrækt fyrir þorra fólks. Raunar erum við nokkrir púristar í hópnum sem förum alltaf alla leið upp, líka á veturna. Þá eru menn bara með verkfæri við hæfi. Aðrir láta ekki eina ferð á dag nægja heldur fara margar ferðir upp að Steini. Það eru þá oftast menn sem eru að ná upp þreki fyrir einhverjar áskoranir, annað hvort óbyggðahlaup eða göngu á hærra fjall.“

ÚTGEFANDI 365 miðlar ehf. | Skaftahlíð 24 | s. 512 5000 | fax 512 5301
VEFFANG visir.is
UMSJÓNARMAÐUR AUGLÝSINGA Jón Ívar Vilhelmsson | jonivar@365.is | s. 512-5429
ÁBYRGÐARMAÐUR Svanur Valgeirsson

JÓLIN OKKAR

HLÝJAR JÓLAGJAFIR FÁST Í ELLINGSEN

COLUMBIA POWDER LITE HOODED JACKET
29.990.KR

MOUNTAIN HARDWEAR STRETCH DOWN
49.990.KR

MOUNTAIN HARDWEAR STRETCH DOWN WOMAN
49.990.KR

DIDRIKSONS GINA ÚLPA SVÖRT
29.990.KR

ELLINGSEN DUGGARAPEYSA
25.990.KR

ELLINGSEN DÖMUPEYSA
25.990.KR

ELLINGSEN TEPPI
28.990.KR

ELLINGSEN SJÓARA SAMFESTINGUR
19.990.KR

ELLINGSEN HÚFA
2490.KR

SOREL YOOT PAC
11.990.KR

SOREL CARIBOU
22.990.KR

DIDRIKSONS MIGISI KIDS COVERAK
18.990.KR

ELLINGSEN

FISKISLÓÐ 1
REYKJAVÍK
580-8500

SÍÐAN 1916
ELLINGSEN.IS

TRYGGVABRAUT 1–3
AKUREYRI
580-8550

Jeff Bridges

Kate Blanchett

Julianne Moore

Benedict Cumberbatch

Lena Dunham

Treflar og sjöl setja svip á stjörnurnar

Treflar gera mikið fyrir útlitið enda má vefja þeim á fjölmarga vegu um háls og herðar. Stjörnurnar eru meðvitaðar um útlitið og kunna að kóróna vetrarfatnaðinn með flottum treflum.

Þeir svölustu leggja trefilinn einfaldlega yfir hálsinn og láta hann hanga niður óbundinn innan undir yfirhöfninni og jafnvel innan undir jakkafatajakka. Jeff Bridges kann þetta og hneppir þykkum leðurjakka yfir eldrauðan trefil með kögri. Kate Blanchett lætur einnig trefilinn hanga óbundinn en við óhneppta kápuna og bindur mjóa slæðu eins og hálsbindi innan undir vesti.

Benedict Cumberbatch kýs stílhreinan Parísarhnút, eða Parisian knot en þá er trefillinn lagður saman og endarnir dregnir gegnum lykkjuna. Einfalt og praktískt í kuldanum.

Hringtreflar geta verið bæði þægilegir og smart og einfalt að bregða þeim yfir hálsinn. Hversu marga hringi fer eftir því hversu kalt er úti. Lena Dunham lætur tvo hringi duga svo rendurnar njóta sín.

Emma Stone
Jennifer Lopez

Stór, ferköntuð sjöl er fallegt að brjóta eins og hyrnu, láta „oddinn“ liggja niður á bringuna og vefja endana um hálsinn eins og Julianne Moore. Þau er einnig smart að leggja saman um miðjuna eins og hefðbundinn trefil og binda parísarhnút.

Langa trefla og sjöl getur verið flott að vefja lauslega einn hring um hálsinn og láta endana lafa lausa. Emma Stone toppar kæruleysislegt útlitið með svölum hatti.

Jennifer Lopez vefur um sig tilkomumiklum feldi yfir ullarkápuna.

VANDAÐAR ÞÝSKAR YFIRHAFNIR Á GÓÐU VERÐI!
STÆRÐIR 36-52
Change
hjá Hrafnhildi
Engjateigi 5 // 581 2141 // hjahrafnhildi.is

Í miklum kulda og snjó er nauðsynlegt að vera í þremur lögum af fatnaði. Í venjulegum göngum nægir yfirleitt að vera í tveimur lögum en nauðsynlegt er að hafa þriðja lagið meðferðis. NORDICPHOTOS/GETTY

Heilög þrenning útivistarfatnaðar

Mikilvægt er að vera rétt klæddur þegar farið er á fjöll. Það getur skipt sköpum ef eitthvað kemur upp á, ef veður versnar eða ef fólk villist af leið. **Jónas Guðmundsson,** verkefnastjóri hjá Safe Travel, greinir frá því hvernig best sé að klæða sig áður en lagt er í göngu.

Sólveig Gísladóttir
solveig@365.is

„Mikilvægast er að vera í þriggja laga fatnaði þegar farið er á fjöll. Auðvitað þarf ekki alltaf að vera í öllum þremur lögunum, en það er ávallt gott að hafa þau meðferðis ef eitthvað kemur upp á,“ segir Jónas og útlistar hvað hann á við með lögunum þremur.

Jónas Guðmundsson

INNSTA LAGIÐ: „Nærfatnaður sem býr til einangrun og þarf að vera úr þannig efnum að þau haldi hita þó þau séu rök eða blaut. Þetta geta verið föt úr ull eða ýmsum gerviefnum sem fást í flestum útivistarbúðum. Mikilvægt er að þau smellpassi og séu dálítið eins og húð utan um lifrarpylsukepp, því of stór nærföt sem hanga utan á fólki gegna ekki því hlutverki að búa til þunnan lofthjúp milli líkama og fatnaðar.“

MIÐLAGIÐ: „Þjónar sem einangrun, þetta eru buxur, peysa eða annað sem býr til meiri hita. Flíspeysur, dúnúlpa eða primaloft til dæmis. Þetta þurfa að vera efni sem anda og mega því ekki vera softshell-efni.“

Ysta lagið: „Þriðja lagið, eða svokölluð skel, þarf að vera vatns- og vindheld. Þetta getur verið goretex-fatnaður eða eitthvað í þá áttina. Eitthvað sem heldur vatni og vindi frá okkur þannig að innri lögin tvö gegni hlutverki sínu.“

Auk þessa þarf auðvitað að huga að fótum, höfði og fingrum. „Sokkar eru til af ýmsum tegundum og fólk verður bara að miða við þá notkun sem þeir eru ætlaðir í. Miklu skiptir að sokkarnir passi vel,“ segir Jónas og bætir við að það sé lífseig mýta að betra sé að vera í tvennum sokkum í gönguskóm.

En hvað með höfuðið? „Auðvitað þarf að verja höfuðið enda fer hiti þaðan. Buffið er til dæmis inn núna eftir að Guðni Th. skartaði því á dögunum. Buff og hetta geta alveg dugað en svo er líka hægt að vera með eitthvað skjólbetra, og jafnvel lambhúshettu.“

Vettlingar geta verið af mörgum toga en Jónas mælir

Mikilvægt er að vera í góðum nærfatnaði úr ull eða góðum gerviefnum sem halda hita þótt þau séu rök eða blaut.

með því að fólk hafi meðferðis skel úr goretex eða álíka utan um hlýrri vettlinga til að halda þeim þurrum.

Er eitthvað sem er bannað? „Já. Bómull er alltaf bönnuð hvort sem það eru nærbuxur, sokkar eða hvað annað,“ svarar Jónas enda haldi bómull illa vatni og vindum og haldi alls ekki hita á fólki eftir að hún blotni.

Sjaldan öll þrjú lögin í einu

Jónas segir mikilvægt að muna að ekki þurfi alltaf að

Fyrsta snjóflóðaýlisgáthliðið hefur verið sett upp á vélsleðasvæðinu við Kaldbak.

nota öll þrjú lögin. „Stundum er maður bara í nærfatnaði og ysta laginu, stundum í miðlaginu og skelinni. Oftast bara í innsta laginu og miðlaginu. En maður þarf að hafa þetta allt þrennt með sér ef eitthvað kemur upp á,“ segir Jónas sem sjálfur hefur verið mikið á fjöllum í þrjátíu ár. „Það er ekki oft sem ég þarf að fara í öll þrjú lögin, en þegar það hefur gerst hefur það skipt miklu máli að hafa þau meðferðis.“

Nýtt öryggistæki

Ýmis öryggistæki eru í boði fyrir fjallgöngufólk. Þar eru gps-tæki, símar og áttavitar efst á blaði. Snjóflóðaýlar geta einnig bjargað mannslífum. Jónas segir frá nýju og áhugaverðu verkefni sem Safe Travel stendur fyrir. „Víða erlendis er algengt að fólk sem fer á fjöll, sér í lagi á fjallaskíðum eða vélsleðum, sé skyldugt til að ganga fram hjá sérstöku gáthliði áður en farið er út af skíðasvæði eða bílastæðum. Í þessum gáthliðum eru snjóflóðaýlisnemar sem kanna hvort snjóflóðaýlirinn sendir frá sér merki og virki eðlilega. Fólk er þá með snjóflóðaýlinn á sér, gengur fram hjá hliðinu sem sýnir grænt ljós ef ýlirinn er í lagi en rautt ef hann virkar ekki,“ útskýrir Jónas. Fyrsta slíka hliðið á Íslandi var sett upp við Kaldbak, rétt við Dalvík, á dögunum en þar er svæði fyrir vélsleðafólk. „Við munum setja upp fleiri slík hlið á næstunni. Eitt uppi í Hlíðarfjalli, annað einhvers staðar á Suðurlandi og svo er verið að athuga með fleiri staði.“

Hlýjar flíkur í vetrarbrúðkaupið

Brúðkaup eru tilefni þar sem fólk klæðir sig flest í sitt allra fínasta púss. Flestir velja sumarmánuðina til að ganga í hnapphelduna en einhverjir velja að gifta sig á veturna þegar kalt og dimmt er úti. Það gefur veislugestum tækifæri á að nota ýmsar fallegar yfirhafnir og fylgihluti til að dúða sig sem best á leið í og úr kirkju og veislusal. Til dæmis má klæðast fallegum, skósíðum pels eða þykkri kápu. Gott er að leggja slá eða fallegt sjal yfir herðarnar ef svalt er í kirkjunni eða í salnum. Sokkabuxurnar mega líka vera þykkari en þær sem verða fyrir valinu á sumrin. Ekki má gleyma höfðinu og það kemur vel út að vera með veglega loðhúfu eða eyrnaband úr skinni þegar kuldinn sækir að. Að sjálfsögðu ætti að draga leðurhanska á hendur þegar farið er á milli staða.

Loðhúfa er gott að hafa á höfði þegar farið er í vetrarbrúðkaup.

Sokkabuxurnar mega gjarnan vera í þykkara lagi á veturna. NORDIC PHOTO/GETTY

ALLT SEM ÞÚ ÓSKAR ÞÉR

CINTAMANI

DRESS CODE ICELAND

Brandenburg | SÍA

www.cintamani.is | Bankastræti 7 | Aðalstræti 10 | Austurhraun 3 | Smáralind | Kringlan | Akureyri

VEL BÚIN TIL FÓTANNA

Á vef Toppfara, www.fjallgongur.is, er að finna ýmis góð ráð. Til dæmis um fótabúnað og hvernig megi varast hælsæri.

Þar segir að best sé að vera í gönguskóm með mynstursóla eða grófum sóla sem þolir grjót, bleytu, snjó og brodda á jökli. Slitnir skór geta verið sleipir. Þá þykir nauðsynlegt að ganga nýja skó til áður en farið er í mjög langa göngu.

Sumir eru gjarnir á að fá hælsæri og þá er um að gera að fyrirbyggja slíkt. Til dæmis með því að bera vaselín á fætur og/eða setja plástra á viðkvæma staði til öryggis. Best er að plástra sig fyrst á þurra, fitulausa húð og bera svo vaselín á restina af fætinum, milli allra táa og upp á ökklann. Einnig er mikilvægt að hafa ávallt með sér „second skin“ eða plástur til vara í farangri. Ef fólk finnur fyrir særindum á göngu á að stoppa strax og plástra, jafnvel þó að stoppa þurfi allan hópinn.

Ushanka loðhúfan

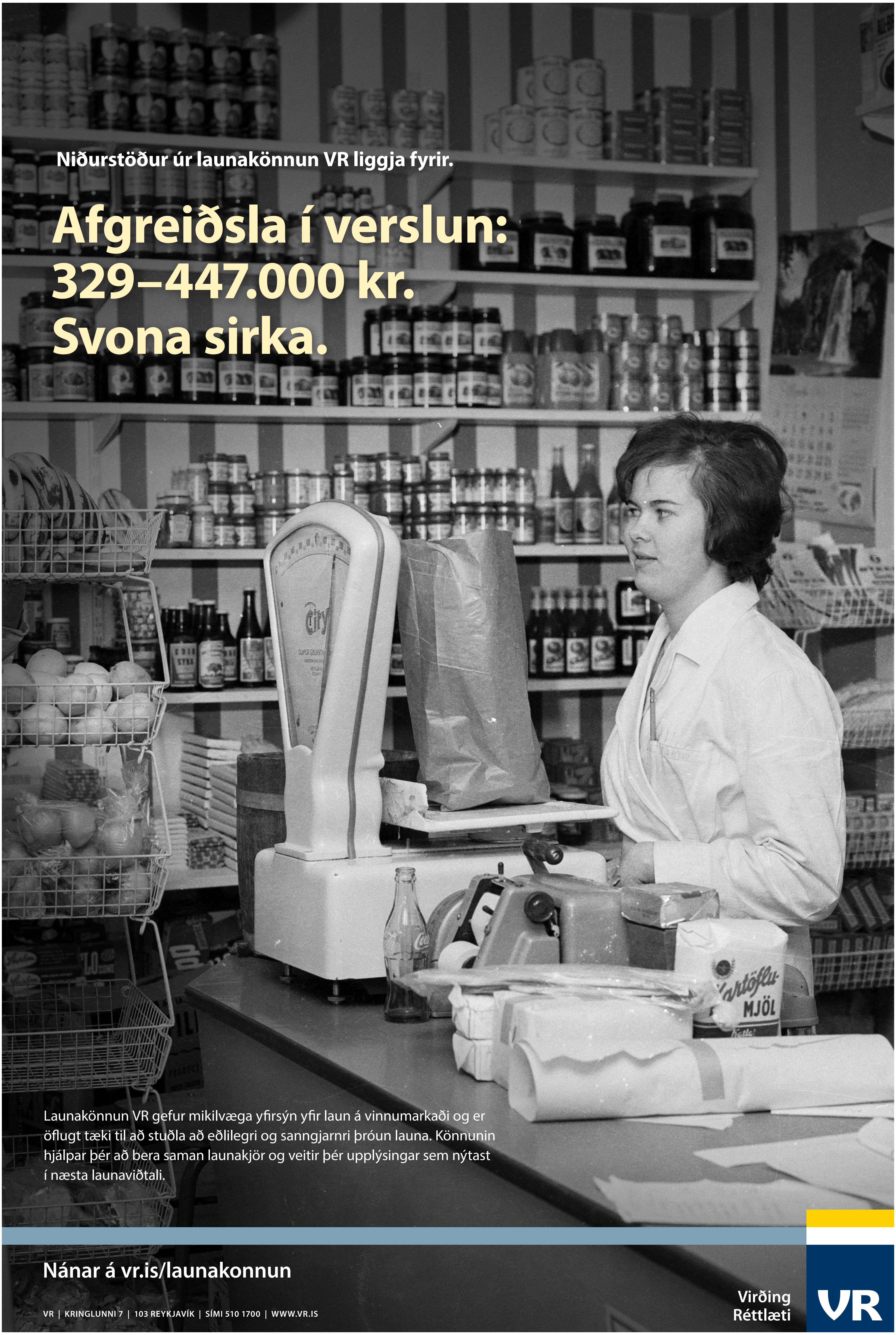
Loðhúfurnar sem margir þekkja og kalla rússahúfur heita ushanka á rússnesku. Húfurnar eru með sérstaka leppa fyrir eyrun sem binda má upp á höfuðið en nafnið ushanka er dregið af orðinu ushi sem merkir eyru á rússnesku.

Loðhúfurnar eiga sér aldalanga sögu í þó nokkrum löndum, Rússlandi, Úkraínu, Serbíu, Slóveníu, Króatíu, Makedóníu, Búlgaríu og Þýskalandi en sú útgáfa húfunnar sem flestir þekkja í dag var hönnuð á síðustu öld. Húfan er í dag hluti af vetrarbúningi her- og lögreglumanna í Kanada, Bandaríkjunum og öðrum vestrænum ríkjum sem búa við kalda vetur. Gráar, grænar, bláar og svartar útgáfur af húfunni góðu eru notaðar í dag. Hins vegar tilkynnti rússneski herinn, fyrir um þremur árum, að hinni hefðbundnu ushanka yrði skipt út fyrir annað höfuðfat.

Dragðu úr líkum á meiðslum

Snjóbretta- og skíðaiðkun fylgir talsverð meiðslahætta en rannsóknir sýna að óhöpp og meiðsli eiga sér oftast stað hjá byrjendum og yfirleitt fyrsta dag iðkunarinnar. Því er mikilvægt að hafa nokkur öryggisatriði á hreinu.

- Vertu með viðeigandi öryggishlífar. Best er að vera með bakbrynju til að vernda hrygg og mænu. Þá er lífsnauðsynlegt að vera með hjálm en skíðahjálmar eru sérstaklega djúpir og hylja allt höfuðið. Þeir eru hannaðir með það fyrir augum að taka við falli á mikilli ferð og höggum af hörðum árekstrum.
- Gættu þess að skíða- eða snjóbrettabúnaðurinn passi, sé í góðu lagi og að bindingarnar séu traustar.
- Hitaðu upp og teygðu áður en þú byrjar að renna þér. Það dregur úr líkum á meiðslum.
- Farðu á námskeið til að læra réttu tökin ef þú hefur ekki prófað áður.
- Virtu eigin takmörk. Ekki fara í brekkur sem þú ræður ekki við.
- Vertu vakandi fyrir hættum í umhverfinu; hólum, steinum, trjám og annarri fyrirstöðu.
- Renndu þér í félagi við aðra á meðan þú ert að ná upp öryggi.
- Hvíldu þig ef þreytan segir til sín. Líkamleg þreyta eykur líkur á óhöppum.



Niðurstöður úr launakönnun VR liggja fyrir.

Afgreiðsla í verslun: 329–447.000 kr. Svona sirka.

Launakönnun VR gefur mikilvæga yfirsýn yfir laun á vinnumarkaði og er öflugt tæki til að stuðla að eðlilegri og sanngjarnri þróun launa. Könnunin hjálpar þér að bera saman launakjör og veitir þér upplýsingar sem nýtast í næsta launaviðtali.

Nánar á vr.is/launakonnun

VR | KRINGLUNNI 7 | 103 REYKJAVÍK | SÍMI 510 1700 | WWW.VR.IS

Virðing
Réttlæti

VR

Nútímalegt stéttarfélag í örum vexti

Verkstjórasamband Íslands er félaga- og hagsmunasamtök stjórnenda og fer með samningsrétt verk- og stjórnendafélaga. Aðildarfélög innan Sambandsins eru þrettán og eru félagsmenn rúmlega 3.000 um allt land. Skrifstofa Verkstjórasambandsins er í Hlíðasmára 8, Kópavogi.

Skúli Sigurðsson, forseti og kynningarfulltrúi Verkstjórasambands Íslands, segir Sambandið hafa verið að eflast og stækka á undanförnum árum. Hann og fyrrverandi forseti og framkvæmdastjóri Sambandsins, Kristján Örn Jónsson, hafa heimsótt fjölda vinnustaða til að kynna starf Sambandsins, endurmenntunarmöguleika og öflugan sjúkrasjóð, svo eitthvað sér nefnt. Kristján lét af störfum fyrir Sambandið í fyrra eftir langt og farsælt starf. Skúli segir að mikil áhersla sé lögð á starfsmenntun hjá Sambandinu. „Þeir sem stjórna mannskap þurfa að vera vel upplýstir um nýjustu tækni, vöruþróun og getu til að leita upplýsinga á netinu. Starfsmenntasjóður SA og VSSÍ hefur stutt við bakið á fyrirtækjum sem vilja efla þekkingu starfsmanna sinna. Mikil aukning hefur orðið á þessu sviði og það er fagnaðarefni. Við höfum kynnt ýmis ný verkefni til að efla menntun starfsmanna. Nú er verið að leggja lokahönd á netkennslu verkstjórnarfræðslunnar (VSF) sem er frábært nám sem allir verkstjórar og stjórnendur ættu að nýta sér,“ segir Skúli. „Menntunarsjóðurinn hefur þann tilgang að styrkja verk- og stjórnendafélög innan VSSÍ til að sækja námskeið og gera félagsmenn hæfari til stjórnunarstarfa,“ segir hann.

Gott námsframboð

Allir þeir sem eru með einhvers konar mannaforráð á sínum höndum, verkstjórar, millistjórnendur, sölustjórar eða mannauðsstjórar, geta sótt um aðild að aðildarfélögum sambandsins. Verkstjórnarfræðslan er samstarfsvettvangur Verkstjórasambands Íslands, Samtaka atvinnulífsins og Nýsköpunarmiðstöðvar til að efla þekkingu, hæfni og þjálfa leikni karla og kvenna í millistjórnendastöðum í ábyrgðarstörfum. Námsframboð Verkstjórnarfræðslunnar tekur tillit til þeirra fjölmörgu þátta sem verkstjórar verða að hafa yfirsýn yfir og fást við í daglegum störfum sínum. Námið er fimm lotur og hefur verið vel sótt.

Gamalgróið stéttarfélag

Verkstjórasamband Íslands var stofnað 10. apríl 1938. Stærsti þáttur starfseminnar eru réttindamál félagsmanna. Mikill hluti starfsins á skrifstofunni fer í að aðstoða félagsmenn. Sambandið rekur einn öflugasta sjúkrasjóð landsins fyrir félagsmenn sína. Markmið sjóðsins er að greiða bætur til verkstjóra og stjórnenda í veikinda og slysatilfellum. Fullgildur starfandi félagi á rétt á sjúkradagpeningagreiðslum í eitt ár og einnig eru veittir styrkir til endurhæfingar. Ásamt því að veita styrk til sjúkraþjálfunar eða kírópraktorsmeðferðar eiga félagsmenn rétt á ýmiss konar forvarnarstyrkjum sem og styrkjum til sjón- og heyrnartækjakaupa. Sjúkrasjóður VSSÍ kemur til móts við félagsmenn fari þeir í frjósemismeðferð eða ættleiði barn en einnig eru veittir sérstakir fæðingarstyrkir. Við fráfall félagsmanns greiðir sjúkrasjóður dánarbætur til aðstandenda. Sjúkrasjóður VSSÍ á íbúð í Lautasmára 5 í Kópavogi sem eingöngu er leigð út vegna veikindatilfella verkstjóra utan höfuðborgarsvæðisins, maka eða barna undir 18 ára aldri á hans framfæri.

Jóhann Baldursson framkvæmdastjóri, Helga Jakobs skrifstofustjóri og Skúli Sigurðsson, forseti og kynningarfulltrúi Verkstjórasambands Íslands. MYNDIR/ANTON BRINK

Góður fundur á skrifstofu Verkstjórasambands Íslands. MYND/ANTON BRINK

Aðildarfélög Verkstjórasambands Íslands

- Berg, félag stjórnenda
- Brú, félag stjórnenda
- Félag stjórnenda við Breiðafjörð
- Jaðar, félag stjórnenda
- Stjórnendafélag Austurlands
- Stjórnendafélag Vestfjarða
- Verkstjórafélag Borgarness
- Verkstjóra- og stjórnendafélag Hafnarfjarðar
- Verkstjórafélag Norðurlands vestra
- Verkstjóra- og stjórnendafélag Suðurnesja
- Verkstjórafélag Vestmannaeyja
- Vörður, félag stjórnenda á Suðurlandi
- Þór, félag stjórnenda

Margt í boði

Jóhann Baldursson tók við sem framkvæmdastjóri hjá VSSÍ í mars á þessu ári. Hann segir að í mörgu hafi verið að snúast og það hafi verið gaman að þroskast í þessu starfi. „Ekki er verra að vinna með mjög hæfu fólki sem við höfum á að skipa hjá Sambandinu,“ segir hann. Verkstjórasamband Íslands vinnur að bættum launakjörum, aukinni menntun, réttindum og öðrum hagsmunamálum félagsmanna og veitir aðildarfélögum aðstoð sé þess óskað. Auk Skúla og Jóhanns starfa á skrifstofunni Helga Jakobs skrifstofustjóri og Jóhanna Margrét Guðjónsdóttir innheimtustjóri.

Á síðasta ári var orlofsvefur Sambandsins tekinn í notkun. Hann bætir mjög aðgengi félagsmanna að orlofshúsum og íbúðum. Öll aðildarfélög innan VSSÍ hafa aðgang að orlofsvefnum.

> **Allir þeir sem eru með einhvers konar mannaforráð á sínum höndum, verkstjórar, millistjórnendur, sölustjórar eða mannauðsstjórar, geta sótt um aðild að aðildarfélögum sambandsins.**
>
> *Skúli Sigurðsson*

Átt þú heima í verkstjóra- og stjórnendafélagi?

- Ert þú í stjórnunarstöðu hjá fyrirtæki eða starfsmaður sem hefur mannaforráð?
- Stjórnar þú viðamiklum verkefnum?
- Ert þú einyrki og stundar sjálfstæða atvinnustarfsemi?
- Vilt þú styrkja stöðu þína og fjárhagslegt öryggi á vinnumarkaðnum?
- Fullgildir félagar hafa 12 mánaða launavernd í veikindum.
- Félagsmenn VSSÍ fara ekki í verkföll því þeir eru fulltrúar atvinnurekanda.
- Verkstjórafélögin eiga 27 orlofsíbúðir.
- Samstaða og styrkur í félagi með fólki sem eiga sömu hagsmuna að gæta!
- Lögfræðiaðstoð þurfir þú að sækja rétt þinn.
- Trygging allan sólarhringinn!
- Dánarbætur sem greiðast til maka eða barna en einnig eru sérstakar bætur vegna andláts maka eða barns starfandi verkstjóra.
- Öflugur starfsmenntasjóður VSSÍ og SA.
- Einstaklingsbundin og persónuleg þjónusta.

Nánari upplýsingar um Verkstjórasamband Íslands er að finna á heimasíðu VSSÍ www.vssi.is en sambandið er til húsa í Hlíðasmára 8, Kópavogi, sími 553 5040. Auk þess er það að vinna á www.facebook.com/verkstjorasambandislands

SEGÐU ER NÝTT FJÖLSKYLDUSPIL

FRÁBÆR SKEMMTUN!

ÞAR SEM ÖLL FJÖLSKYLDAN LEIKUR SÉR SAMAN!

SEGÐU ER SPIL SEM GENGUR ÚT Á AÐ HALDA SPILURUM GISKANDI ALLAN TÍMANN!
RENNDU PERSÓNUSPJALDI Í ENNISBANDIÐ ÞITT OG ÚTSKÝRANDINN REYNIR AÐ FÁ ÞIG
TIL AÐ SEGJA HVAÐA PERSÓNA ÞÚ ERT. VERIÐ FLJÓT AÐ GISKA FYRIR FLEIRI STIG!

KOMIÐ Í VERSLANIR

TUTTUGU ÁRA GÖMUL HEFÐ

Í hvert sinn sem gerðir eru kjarasamningar hjá ríkissáttasemjara er boðið upp á vöfflur. Gildir þá einu hvort fjölmenn eða fámenn félög sitja að samningum og á hvaða tíma sólarhringsins þeir eru í höfn. Hefðin varð til í embættistíð Þóris Einarssonar en hann var ríkissáttasemjari á árunum 1994-2003. Fyrsti vöfflubaksturinn fór fram árið 1996 en þá höfðu menn setið lengi að samningum og var ákveðið að fagna með því að baka vöfflur. Það hefur verið gert allar götur síðan, eða í tuttugu ár.

Að sögn Emmu Bjargar Eyjólfsdóttur, verkefnastjóra hjá ríkissáttasemjara, eru það starfsmenn embættisins sem sjá um baksturinn ef þannig stendur á, en oft taka samninganefndirnar sjálfar til hendi. Emma er nýtekin til starfa en hefur þegar staðið nokkrar vöffluvaktir. „Við bjóðum upp á vöfflur á dagvinnutíma og stundum utan hans ef þannig stendur á. Samningaviðræður teygjast oft fram á nótt og þá eigum við gjarna til hráefni sem fólk í samninganefndum getur bakað úr."

Aðspurð segir Emma að talsvert geti verið að gera í eldhúsinu í kringum samninga. „Í nýafstöðnum sjómannasamningum var samið í þrennu lagi og var boðið upp á vöfflur um og upp úr miðnætti þrisvar í sömu viku. Fólk þekkir hefðina af afspurn og veit á hverju er von."

Emma segir starfsfólk embættisins hafa velt fyrir sér hvort ekki væri rétt að bjóða upp á eitthvað hollara en vöfflur við undirritun samninga en það hefur ekki fengið mikinn hljómgrunn. „Við áttum hér afganga af ýmsu góðmeti eftir afmæli sem við drógum fram við eitt tilefni. Það var ekki litið við þeim. Aðeins vöfflunum. Það lítur því út fyrir að vöffluhefðin lifi eitthvað áfram."

Spurð hvort hún haldi að menn drífi sig að ljúka samningum til að fá vöfflur segist hún nú ekki viss um það. „Það er hins vegar mjög gott eftir langa og stranga deilu að setjast niður og gera eitthvað huggulegt saman. Það léttir andrúmsloftið."

Bættur aðbúnaður sjómanna

Aðbúnaður íslenskra sjómanna fyrr á öldum var oft bágborinn. Þrátt fyrir tilkomu þilskipaútgerðarinnar varð lítil breyting á hreinlætisaðstöðu og um slysavarnir og öryggismál var lítið hirt.

Þó voru einhverjir sem létu sig málið varða. Þjóðskáldið Jónas Hallgrímsson þýddi á íslensku sundreglur Nachtegalls árið 1836. Ásgeir Ásgeirsson (f. 1817, d. 1877), stofnandi Ásgeirsverslunar á Ísafirði, var einn af þeim mönnum sem fyrst beittu sér fyrir auknum slysavörnum hér við land. Hann beitti sér fyrir stofnun ábyrgðarfélags á skipum um 1850. Í mörg ár barðist hann fyrir stofnun sjómannaskóla og auknum slysavörnum.

Árið 1885 skrifar dr. Jónas Jónassen landlæknir um heilbrigðismál sjómanna og þýddi „Hjálp í viðlögum" eftir Esmarch.

Sá maður sem barðist einna mest fyrir öryggismálum sjómanna á þessum árum var séra Oddur V. Gíslason (f. 8. apríl 1836, d. 10. janúar 1911) sem kenndur var við Stað í Grindavík. Eftir embættispróf í guðfræði skrýddist hann ekki hempu heldur fór hann til sjós og stundaði sjómennsku í fimmtán ár. Eftir séra Odd liggja ýmis rit sem hann gaf út um hugðarefni sín, hagsmunamál sjómanna. Hann ferðaðist milli verstöðva og stofnaði bjargráðanefndirnar svokölluðu, sem beittu sér meðal annars fyrir auknum slysavörnum.

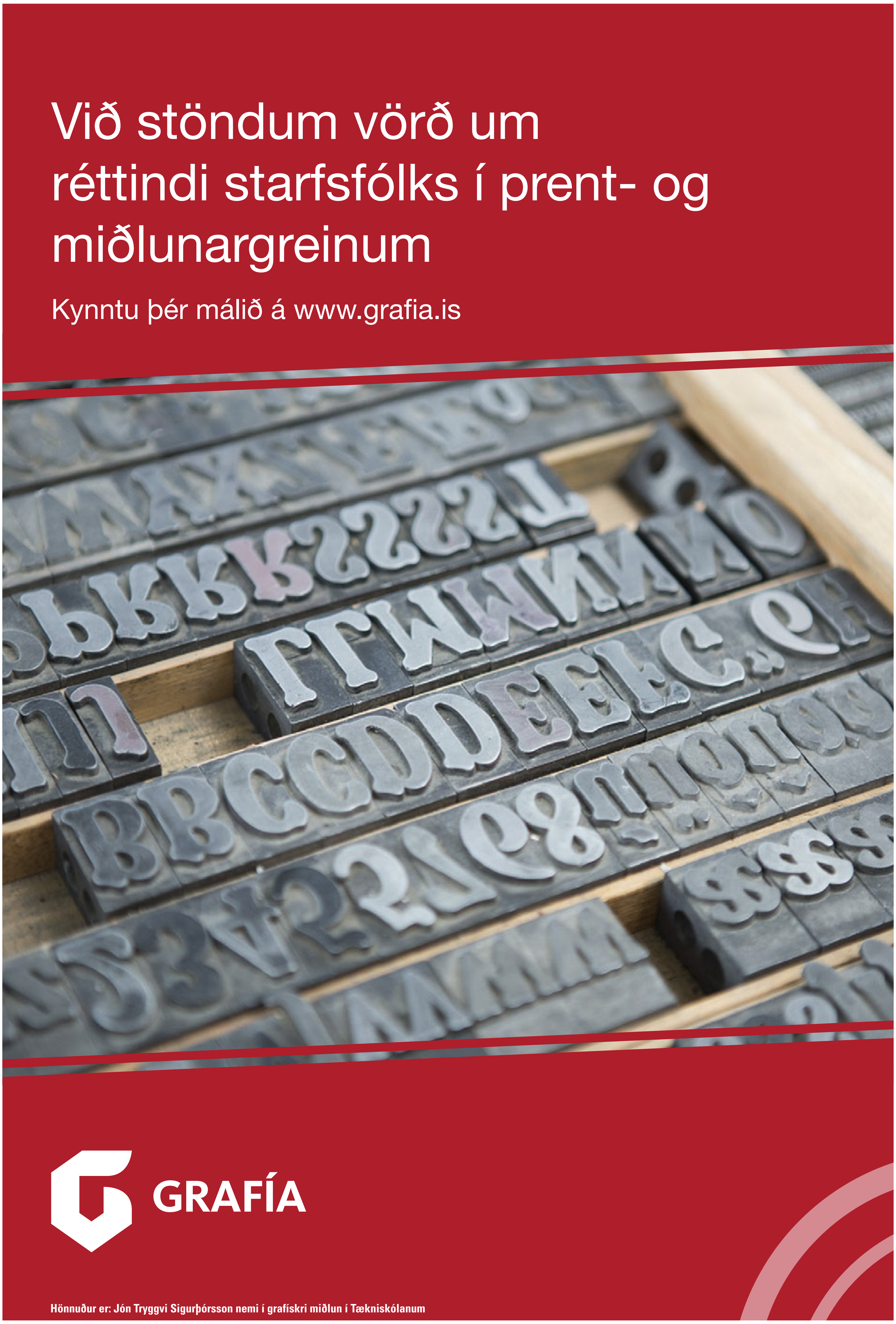
Geir Zoëga, helsti brautryðjandi í þilskipaútgerð á Íslandi, tók einnig upp öryggisráðstafanir á sama hátt og Oddur.

Annað sem varð til að ýta við mönnum, þó á óbeinan hátt væri, var útgerð Bandaríkjamanna hér við land á árunum 1886-1898. Vistarverur í skipum þeirra voru rúmbetri, og þrifnaður og allur viðurgjörningur annar og betri en menn áttu að venjast á íslensku þilskipunum.

Bandaríkjamennirnir réðu ávallt tvo til þrjá Íslendinga og allt upp í tíu á hvert skip en flest urðu skipin átján. Þar kynntust menn öðrum og betri aðbúnaði en þeir áttu að venjast, og til dæmis kynntust þeir þar fyrst gúmmístígvélum sem voru ólíkt þægilegri og betri fótabúnaður en skinnsokkar og leðurstígvél.

Skipstjóra- og stýrimannafélagið Aldan var síðan stofnað 1893.

Heimild: www.heimslod.is
Grein eftir Guðfinnu Sveinsdóttur



ÞORLÁKSMESSA Á SÆMUNDI

Kæst skata og tindabikkja. Saltfiskur frá Elvari Reykjalín.
Kartöflur, Rófur, Rúgbrauð, Smjör og Hamsatólg.

4.500 kr.

Frá kl. 11:30 - 16:00 þann 23. Desember.

Borðapantanir á kexland@kexhostel.is og í síma 510 0066.

KEX HOSTEL • SKÚLAGATA 28 • 101 REYKJAVIK
TEL +354 561 60 60 • WWW.KEXHOSTEL.IS
KEXHOSTEL@KEXHOSTEL.IS

KEX

BÍLAR & FARARTÆKI

bilfang.is S. 567 2000

4 X 4 !
Suzuki Swift GL 4X4 07/2013 ek 67 þ.km álfelgur, ný nagladekk, loftkæling ofl verð 1.7 mil !!!

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

bilauppbod.is

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

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

HÖFÐABÍLAR
... þar sem bílar seljast

FLOTTUR OG VEL MEÐ FARINN!
NISSAN Navara 4wd Double Cab. Árgerð 2007, ekinn 228 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 1.690.000. Rnr.111550.

FRÁBÆR Í SNJÓINN.
SUZUKI Jimny. Árgerð 2016, ekinn 24 Þ.KM, bensín, 5 gírar. Verð 2.790.000. Rnr.111695. Sumar og vetrardekk fylgja.

GOTT VERÐ ! 9 MANNA !
FORD Transit. Árgerð 2013, ekinn 110 Þ.KM, dísel, beinskiptur. Verð 4.490.000. Rnr.111696. Sumar og vetrardekk fylgja.

STÓRGLÆSILEGT EINTAK.
TOYOTA Land Cruiser 150 GX. Árgerð 2015, ekinn 63 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. 7 manna. Fylgja sumar og vetrardekk. Verð 7.850.000. Rnr.111711.

GLÆSILEGT EINTAK.
TOYOTA Land Cruiser 150 GX. Árgerð 2015, ekinn 69 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur 5 gírar. Verð 7.850.000. Rnr.111697. Sumar og vetrardekk fylgja. Bíll í toppstandi.

Höfðabílar
Fossháls 27/ Dragháls megin,
110 Reykjavík
Sími: 577 4747
www.hofdabilar.is

100 bílar.is bílasala

MMC Pajero Instyle, 2/2007, ek 222 þús km, bensín, sjsk, leður, beisli, 7 manna, gott viðhald og snyrtilegur bíll, ásett verð 1990 þús, er á staðnum raðnr 100105.

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

Bílar til sölu

Chevrolet Spark 2012 módel. 55km. 5 gíra. Verð 850þ kr. S. 6162597

Toyota Corolla '98 módel. 5 gíra. 156km. Verð 250þ. S. 6162597

Bílar óskast

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

Hjólbarðar

VAKA

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

Til sölu 4 ný heilsársdekk og felgur undan Toyota LC gx 150. Bridgestone p-265/65 r 17 Verð kr. 200.000. Uppl. í s. 862-0766.

ÞJÓNUSTA

Bókhald

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

Málarar

REGNBOGALITIR
Getum bætt við okkur verkefnum. Vönduð vinna unnin af fagmönnum. Góð umgengni. malarar@simnet.is Sími 8919890

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

Getum bætt við okkur verkefnum úti sem inni. Tilboð eða tímavinna. Nánari uppl veitir Bjarni í síma 8980226 eða skilaboð á trevidd@simnet.is

Tölvur

Tölvuviðgerðir og uppfærslur Mac & Windows. Sæki / sendi.Tölvukarlinn Sími 5671 919 & 666 1919

Nudd

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

Spádómar

Nympha-dora
Tarot-lestur og Kristalkúla með leiðsögn að handan
VISA 562 8211 EURO

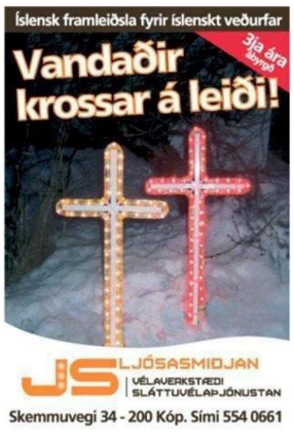
Rafvirkjun

RAFLAGNIR OG

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

KEYPT & SELT

Til sölu



Til sölu 12 volta leiðiskrossar með rafgeymi, einnig 24 volta og 32 volta vandaðir díóðuljósakrossar á leiði. JS Ljósasmiðjan ehf Skemmuvegur 34 (brún gata) 200 kóp. S. 554 0661, 897 4996 & 699 2502. Opið virka daga 8-18

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.

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

SKÓLAR & NÁMSKEIÐ

Ökukennsla

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

HÚSNÆÐI

Geymsluhúsnæði

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

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

TILKYNNINGAR

Fundir

Aðalfundur bílaklúbbsins Cruser verður haldinn Höfðabakka 9, Laugardaginn 03. desember kl. 10

Vissir þú að...
börn eiga rétt á aðstoð
og hjálp ef þau lenda í ofbeldi
Barnaheill
Save the Children á Íslandi

KIA | Ábyrgð fylgir!

Kia Picanto LX
Árgerð 5/2014, ekinn 43 þús. km, bensín, 998 cc, 69 hö, beinskiptur, eyðsla frá 4,2 l/100 km.
Raðnúmer: 992111
1.490.000 kr.
12.300 kr. á mánuði*

Kia Rio EX
Árgerð 6/2012, ekinn 71 þús. km, dísil, 1.396 cc, 90 hö, beinskiptur, eyðsla frá 3.8 l/100 km.
Raðnúmer: 991984
1.990.000 kr.
16.500 kr. á mánuði*

Kia cee'd LX
Árgerð 12/2013, ekinn 88 þús. km, dísil, 1.396 cc, 90 hö, beinskiptur, eyðsla frá 4,2/100 km.
Raðnúmer: 310367
1.990.000 kr.
16.500 kr. á mánuði*

Kia cee'd LX
Árgerð 4/2015, ekinn 36 þús. km, dísil, 1.396 cc, 90 hö, beinskiptur, eyðsla frá 4,2 l/100km.
Raðnúmer: 992057
2.690.000 kr.
22.300 kr. á mánuði*

Kia Sportage X-TRA 4WD
Árgerð 5/2015, ekinn 44 þús. km, dísil, 1.995 cc, 136 hö, beinskiptur, eyðsla frá 5,9 l/100 km.
Raðnúmer: 991794
4.890.000 kr.
40.200 kr. á mánuði*

Kia Sportage Luxury 4WD
Árgerð 5/2015, ekinn 84 þús. km, dísil, 1.995 cc, 136 hö, sjálfskiptur, eyðsla frá 5,9 l/100 km.
Raðnúmer: 992080
4.290.000 kr.
35.800 kr. á mánuði*

Kia Sorento Luxury
Árgerð 4/2015, ekinn 73 þús. km, dísil, 2.199 cc, 197 hö, sjálfskiptur, eyðsla frá 6,7 l/100 km.
Raðnúmer: 320354
5.690.000 kr.
47.000 kr. á mánuði*

Kia Sorento Luxury
Árgerð 4/2015, ekinn 36 þús. km, dísil, 2.199 cc, 197 hö, sjálfskiptur, eyðsla frá 6,7 l/100 km.
Raðnúmer: 290464
6.490.000 kr.
54.100 kr. á mánuði*

*Mánaðargreiðsla m.v. 50% bílalán í 84 mánuði. Vextir 8,75% og árleg hlutfallstala kostnaðar er 10,5%.
Ábyrgð er í 7 ár frá skráningardegi bifreiðar.

ASKJA
NOTAÐIR BÍLAR
www.notadir.is

Kletthálsi 2
110 Reykjavík
590 2160

Opnunartímar:
Virka daga 10–18
Laugardaga 12–16

til sölu

Sameining Fella- og Hólabrekkusókna

Á kirkjuþingi 2016 var samþykkt sameining Fella- og Hólabrekkusókna í Reykjavíkurprófastdæmi eystra í eina sókn, Fella- og Hólasókn. Öðlast þessi sameining gildi 30. nóvember 2016.

Á sama tíma sameinast Fellaprestakall og Hólabrekkuprestakall í eitt prestakall, Fella- og Hólaprestakall.
Í samræmi við þetta er hér með boðað til stofnfundar hinnar sameinuðu sóknar þriðjudaginn 13. desember kl. 18 í Fella- og Hólakirkju.

Á þessum fundi fer fram kjör til nýrrar sóknarnefndar og til annarra trúnaðarstarfa í prestakallinu, þar á meðal verður kosin ný kjörnefnd hins sameinaða prestakalls. Einnig verður fjallað um önnur þau mál sem varða sameiningu sóknanna.

Reykjavík, 28. nóvember 2016,
Gísli Jónasson, prófastur,
Reykjavíkurprófastsdæmi eystra.

Baðherbergi

Góðar hirslur

Innbyggðar uppþvottavélar

Pottaskápar

Allar útfærslur

Fataskápar

kitchn®
HREINT OG KLÁRT

Sérsmíði

Þvottahús

Úrvalið er hjá okkur

VIÐ HÖNNUM OG TEIKNUM FYRIR ÞIG

Komdu með eða sendu okkur málin af eldhúsinu, baðinu, þvottahúsinu, anddyrinu eða svefnherberginu - og við hönnum, teiknum og gerum þér hagstætt tilboð í glæsilega danska innréttingu í hæsta gæðaflokki og vönduð raftæki á vægu verði.

ÞITT ER VALIÐ

Þú velur að kaupa innréttinguna í ósamsettum einingum, eða lætur okkur um samsetninguna. Að sjálfsögðu önnumst við líka uppsetningu og endanlegan frágang fyrir þá sem þess óska – fullkomin þjónusta, eigið verkstæði.

Friform

Askalind 3 • 201 Kópavogur • Sími: 562 1500 • Mán. - föst. kl. 09-18 • Laugardaga kl. 11-15

friform.is

Merkisatburðir

1899 Knattspyrnuliðið Real Madrid er stofnað.
1930 Kommúnistaflokkur Íslands er stofnaður eftir klofning úr Alþýðuflokknum.
1963 Warren nefndin er sett á laggirnar til að rannsaka morðið á John F. Kennedy.
1986 Lottó byrjar.
1991 Sambíóin verða til.

29. NÓVEMBER ÁRIÐ 1945

Júgóslavía var formlega stofnuð

Sósíalíska sambandslýðveldið Júgóslavía var formlega stofnað 29. nóvember árið 1945. Það var síðan leyst upp árið 1992 í umbrotum stríðsins á Balkanskaga. Sambandsríkin voru sex: Bosnía og Hersegóvína, Króatía, Makedónía, Svartfjallaland, Serbía og Slóvenía. Undir stjórn Josips Broz Tito kappkostaði Júgóslavía að halda hlutleysi sínu á árum kalda stríðsins og var eitt af stofnríkjum Óháðu hreyfingarinnar, sem stofnuð var í Belgrad árið 1961. Vaxandi þjóðernisstefna innan sambandsríkjanna sex á níunda og tíunda áratugnum leiddi til uppreisna og innbyrðis átaka sem að lokum leiddu til blóðugrar styrjaldar og upplausnar ríkisins.

✝

Innilegar þakkir til allra þeirra sem sýndu okkur samúð og hlýhug vegna andláts elskulegrar móður okkar, tengdamóður, ömmu og langömmu,

Ingveldar L. Gröndal
Hvassaleiti 58, Reykjavík.

Guð blessi ykkur öll.

Lúðvík H. Gröndal — **Kristbjörg Konráðsdóttir**
Sigurbjörg H. Gröndal — **Ólafur Haukur Ólafsson**
Hallgrímur H. Gröndal — **Sólveig Fanný Magnúsdóttir**
Þorvaldur H. Gröndal — **Lára Sveinsdóttir**
barnabörn og barnabarnabörn.

Okkar ástkæri bróðir, mágur og frændi,

Börkur Helgi Sigurðsson
viðgerðarmaður,

lést á heimili sínu, Hverfisgötu 117, þann 12. nóvember 2016. Blóm og kransar afþakkaðir, þeim sem vildu minnast hans er bent á minningarsjóð Geðhjálpar. Útförin fer fram frá Fríkirkjunni í Reykjavík þann 1. desember kl. 13.00.

Ellert Helgi Sigurðsson
Hlynur Helgi Sigurðsson
Auður Herdís Sigurðardóttir
og systkinabörn.

Ingólfur Torfason
Díana Ármannsdóttir
Sari Maarit Cedergren

✝

Ástkær frænka okkar,

Sigríður Þorkelsdóttir

lést á hjúkrunarheimilinu Sólvangi þann 26/11/2016. Útförin fer fram frá Laugarneskirkju, föstudaginn 2. desember kl. 15.00. Sérstakar þakkir sendum við starfsfólki Sólvangs fyrir hlýhug og einstaka umönnun.

Fyrir hönd aðstandenda,

Kristín S. Pétursdóttir
Kristjana Björg Sveinsdóttir
Petra Steinunn Sveinsdóttir

✝

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

María Franklín
Dvalarheimilinu Hlíð, Akureyri,

lést 22. nóvember. Útför hennar fer fram frá Akureyrarkirkju 1. desember kl. 13.30.

Guðný Franklín — **Hreiðar Aðalsteinsson**
Valgerður Franklín — **Jóhann Sigurjónsson**
Auður Franklín
Jónas Franklín
Erla Franklín

og ömmubörnin öll.

✝

Ástkær eiginkona mín og móðir okkar,

Sigríður Hermannsdóttir
líffræðingur,
Kúrlandi 16, Reykjavík,

lést þriðjudaginn 15. nóvember. Útför hennar verður gerð frá Grafarvogskirkju miðvikudaginn 30. nóvember kl. 13.00.

Bjarni Guðmundsson
Sigrún Henrietta Kristjánsdóttir
Arndís Bjarnadóttir
Guðmundur Hermann Bjarnason

✝

Elskuleg móðir okkar, tengdamóðir, amma og langamma,

Oddný M. Waage

andaðist á hjúkrunarheimilinu Mörk laugardaginn 26. nóvember. Útför hennar fer fram í kyrrþey að hennar ósk.

Jóna Waage
Heiða Waage
Árdís Waage
og fjölskyldur.

✝

Ástkær eiginmaður minn, sonur, faðir, tengdafaðir og afi,

Guðmundur Stefánsson

sem lést þann 19. nóvember, verður jarðsunginn frá Grafarvogskirkju 2. desember klukkan 13.00. Blóm og kransar afþakkaðir en þeim sem vilja minnast hins látna er bent á Flateyjarkirkju. Rnr. 0309-26-012652, kt. 550169-5179.

Hafdís Jónsdóttir — **Kristrún Ásbjörg Ingólfsd.**
Þórarinn Ægir Guðmundsson — **Ingibjörg Jóna Kristinsdóttir**
Stefán H. Guðmundsson — **Gunnhildur Karlsdóttir**
og barnabörn.

✝

Ástkæra móðir okkar, dóttir, tengdamóðir, systir og amma,

Ingibjörg Vilhjálmsdóttir
Prestastíg 6,

lést á Landspítalanum við Hringbraut 22. nóvember. Útförin fer fram frá Guðríðarkirkju þriðjudaginn 6. desember kl. 11.00.

Álfheiður Jónsdóttir
Ásta Kristín Guðbjörnsdóttir
Haraldur Guðbjörnsson
Guðbjörn Guðbjörnsson
og aðrir aðstandendur.

✝

Innilegar þakkir fyrir auðsýnda samúð, hlýhug og vináttu vegna fráfalls og útfarar

Sigríðar Rósu Björgvinsdóttur
áður til heimilis að Grashaga 10, Selfossi.

Sérstakar þakkir til Kvenfélags Selfoss og starfsfólks á Dvalar- og hjúkrunarheimilinu Grund.

Kristín Ólafsdóttir — **Helgi Garðarsson**
Björgvin Ólafsson
Magnús F. Ólafsson — **Rut Bjarnadóttir**
Þórir Ólafsson — **Helga Guðmundsdóttir**
Ólafur Jökull Ólafsson — **Astrid Bleeker**
Guðný Ólafsdóttir
Þengill Ólafsson — **Margrét Ýr Flygenring**
barnabörn, barnabarnabörn og barnabarnabarnabörn.

✝

Besti vinur minn og eiginkona, móðir, tengdamóðir, amma, dóttir, systir og mágkona,

Helga Jónsdóttir
Hjarðarhaga 17, Reykjavík,

lést á Landspítalanum í Fossvogi þann 25. nóvember. Útför hennar fer fram frá Dómkirkjunni í Reykjavík fimmtudaginn 1. desember kl. 15.00. Blóm og kransar vinsamlegast afþakkaðir en þeim sem vilja minnast hennar er bent á styrktarsjóð krabbameinssjúkra barna.

Stefán Sigurðsson
Dóra Stefánsdóttir — **Anna Olsheimer**
Anna Stefánsdóttir — **Sveinbjörn Finnsson**
Inga Gröndal
Skúli Jónsson — **Sigríður Björg Einarsdóttir**
og barnabörn.

✝

Móðir okkar, tengdamóðir, amma, langamma og systir,

Brynja Einarsdóttir
hjúkrunarfræðingur,

sem lést á Heilbrigðisstofnun Vesturlands á Akranesi þann 18. nóvember 2016, verður jarðsungin frá Akraneskirkju fimmtudaginn 1. desember klukkan 13. Blóm og kransar afþakkaðir en þeim sem vilja minnast hennar er bent á HVE.

Fyrir hönd fjölskyldunnar,

Þorleifur Rúnar Örnólfsson — **Hildur Júlíusdóttir**
Þórdís Árný Örnólfsdóttir — **Guðmundur Rúnar Hjörleifsson**
Þórunn María Örnólfsdóttir — **Stefán Jónsson**

Nærgætni, hlýja og virðing — *Við andlát ástvinar*

Ísleifur Jónsson
Útfararstjóri
Farsími 821 5353

Steinunn Magnúsdóttir
Útfararþjónusta
Farsími 861 3441

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

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

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

Gleðilegar jólagjafir!

JÓLAGJAFIR FYRIR LEIKJASPILARA

-10.000

BLACKWIDOW CHROMA X LEIKJALYKLABORÐ

Eitt af okkar vinsælustu mekanísku LED lyklaborðum.

RAZ-RZ0301760300R3N1

29.995
ÁÐUR 39.995

24" 144HZ LEIKJASKJÁR

ASU-MG248Q

Sérhannaður Asus leikjaskjár með aðeins 1ms. svartíma, FullHD upplausn og Flicker Free tækni. Hæðastillanlegur fótur og hægt að snúa skjánum bæði lóðrétt og lárétt.

54.995
ÁÐUR 64.995

STEELSERIES HEYRNARTÓL Í LEIKINA

Siberia 200 eru hörkugóð heyrnatól fyrir tónlist og leiki með útdraganlegum hljóðnema.

STE-51133

12.995
ÁÐUR 14.995

-30.000

ASUS ROG LEIKJATÖLVA

Ótrúlega nett en kraftmikil leikjatölva með i5, SSD og 2GB Geforce GTX 960M.

ASU-GR6R015R

129.995
ÁÐUR 159.995

RAZER DEATHADDER CHROMA

Leikjamús af bestu gerð með 10.000dpi optískum skynjara og Chroma lýsing í 16,8 milljónum lita. 5 forritanlegir takkar og 1ms response.

RAZ-RZ0101210100R3G1

10.995
ÁÐUR 12.995

ALLT VIRKAR HRAÐAR MEÐ 480GB SSD

Ekkert gerir meira til að fríska upp á eldri tölvur heldur en að setja stóran 480GB SSD disk með nægu gagnaplássi.

COR-CSSDF480GBLEB

22.995
ÁÐUR 24.995

BAKLÝST LED LYKLABORÐ MEÐ ÍSLENSKUM STÖFUM

Vandað Asus lyklaborð með ábrenndum íslenskum stöfum og rauðri LED lýsingu. Forritanlegir takkar fyrir leikjaspilun.

ASU-CERBERUSKEYBOARD

9.995
FRÁBÆRT VERÐ

RAZER MÚSAMOTTA MEÐ LED LÝSINGU

Hrikalega töff LED músarmotta með litríkri lýsingu nær allan hringinn og skapar mjög skemmtilega stemningu.

RAZ-RZ0201350100R3M1

9.995
LED LÝSING

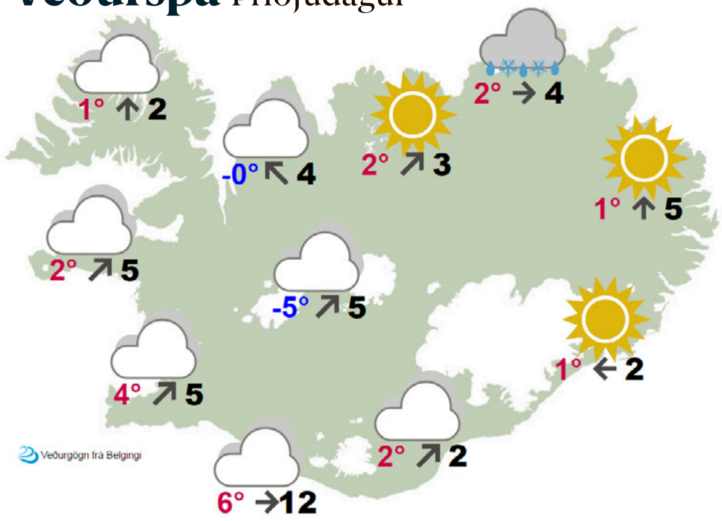
Birt með fyrirvara um myndbrengl og vitleysur.

TÖLVULISTINN

REYKJAVÍK AKUREYRI HÚSAVÍK EGILSSTAÐIR KEFLAVÍK SELFOSS AKRANES

VEÐUR & MYNDASÖGUR

Veðurspá Þriðjudagur



Vestan- og suðvestanátt í dag, víða 5-13 m/s. Þurrt og bjart veður á Austurlandi, annars dálítil él. Frost 0 til 8 stig, kaldast í innsveitum norðaustanlands, en frostlaust við suður- og suðvesturströndina. Um kvöldið er spáð lítilsháttar rigningu eða slyddu á suðvestanverðu landinu og snjókomu inn til landsins.

Miðvikudagur

Reykjavík	Ísafjörður	Akureyri
4°	-3°	-2°
↙1	↙11	↓5

Egilsstaðir	Kirkjubæjarkl.	Hveravelli
-3°	2°	-2°
→3	↘5	↓3

Fimmtudagur

Reykjavík	Ísafjörður	Akureyri
2°	-4°	-9°
←11	←8	↗5

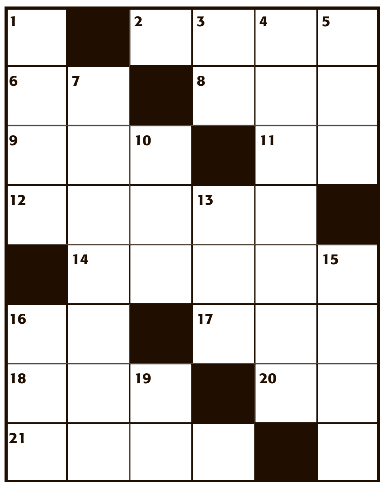
Egilsstaðir	Kirkjubæjarkl.	Hveravellir
-8°	-0°	-5°
→6	←4	↑4

Þrautir

Krossgáta

LÁRÉTT
2. land í Asíu
6. átt
8. máttur
9. gubb
11. hætta
12. sáld
14. klippa til
16. átt
17. sarg
18. tæfa
20. sprikl
21. truflun

LÓÐRÉTT
1. hvæs
3. samtök
4. stormur
5. rá
7. húsdýr
10. beita
13. tugur
15. sóða
16. hlóðir
19. bókstafur



LAUSN

LÁRÉTT: 2. laos, 6. na, 8. afl, 9. æla, 11. vá, 12. sigti, 14. sníða, 16. sv, 17. urg, 18. tík, 20. ið, 21. ónáð.
LÓÐRÉTT: 1. fnæs, 3. aa, 4. ofviðri, 5. slá, 7. alisvín, 10. agn, 13. tíu, 15. agða, 16. stó, 19. ká.

Skák Gunnar Björnsson

Guðmundur Kjartansson (2.438) fann laglegan lokahnykk gegn Inga Wiberg (1.712) á alþjóðlega mótinu í Rúnavík í Færeyjum.

Hvítur á leik

22. Rb5! cxb5 23. Bxe5 Dd7 24. c6! bxc6 25. Rc5! 1-0. Svartur gaf. Guðmundur sigraði á mótinu. Vignir Vatnar Stefánsson fór yfir 2.400 skákstig með sinni frammistöðu. Í gærkvöldi fór fram lokaskák heimsmeistaraeinvígisins.

www.skak.is: Allt um heimsmeistaraeinvígið.

Sudoku

LÉTT

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

MIÐLUNGS

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

ÞUNG

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

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 →

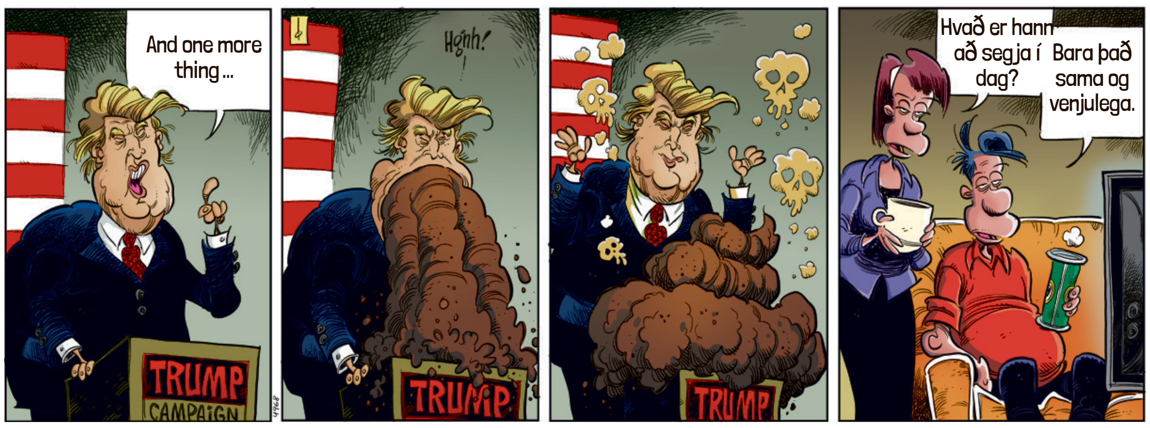
7	6	2	8	9	5	4	1	3
4	8	3	7	1	6	2	5	9
5	1	9	2	3	4	6	7	8
9	2	8	5	4	3	1	6	7
6	4	1	9	7	8	5	3	2
3	5	7	6	2	1	8	9	4
8	9	4	1	6	7	3	2	5
1	7	5	3	8	2	9	4	6
2	3	6	4	5	9	7	8	1

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

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

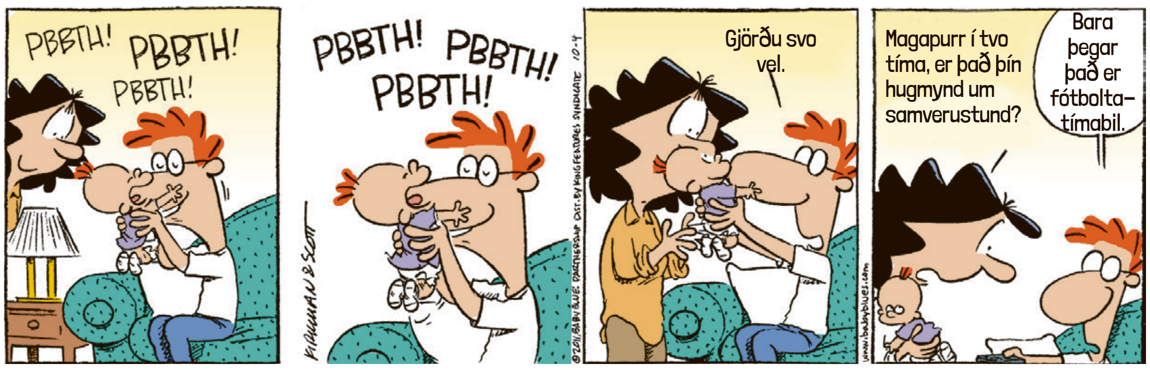
Myndasögur

PONDUS Eftir Frode Øverli



GELGJAN Eftir Jerry Scott & Jim Borgman

BARNALÁN Eftir Jerry Scott & Rick Kirkman



LAUGARÁSBÍÓ	Sýningartímar
BAD SANTA 2	6, 8, 10
FANTASTIC BEASTS 3D	6, 9
HACKSAW RIDGE	8, 10.45
TRÖLL 2D ÍSL.TAL	6

SAMBÍÓIN ÁLFABAKKA		
FANTASTIC BEASTS 3D	KL. 5 - 8 - 10:45	9
FANTASTIC BEASTS 2D	KL. 5 - 7 - 10	9
FANTASTIC BEASTS 2D VIP	KL. 5 - 8 - 10:45	VIP
THE ACCOUNTANT	KL. 8 - 10:40	16
SJÖUNDI DVERGURINN ÍSLTAL	KL. 6	L
DOCTOR STRANGE 2D	KL. 5:30 - 8 - 10:45	12
JACK REACHER 2	KL. 10:45	12
THE GIRL ON THE TRAIN	KL. 8	16
STORKAR ÍSLTAL	KL. 5	L

SAMBÍÓIN KEFLAVÍK		
FANTASTIC BEASTS 3D	KL. 5:15 - 8 - 10:45	9
BAD SANTA 2	KL. 8 - 10:10	12
DOCTOR STRANGE 2D	KL. 5:30	12

SAMBÍÓIN EGILSHÖLL		
FANTASTIC BEASTS 3D	KL. 8 - 10	9
FANTASTIC BEASTS 2D	KL. 5:10 - 7 - 10:40	9
THE LIGHT BETWEEN OCEANS	KL. 5:10	12
THE ACCOUNTANT	KL. 8 - 10:40	16
DOCTOR STRANGE 2D	KL. 5:30 - 8 - 10:30	12

SAMBÍÓIN KRINGLUNNI NÚMERUÐ SÆTI		
FANTASTIC BEASTS 3D	KL. 5 - 6 - 8 - 9 - 10:45	9
THE LIGHT BETWEEN OCEANS	KL. 5:20 - 8 - 10:40	12

SAMBÍÓIN AKUREYRI		
FANTASTIC BEASTS 3D	KL. 5:15 - 8 - 10:45	9
THE LIGHT BETWEEN OCEANS	KL. 5:30	12
THE ACCOUNTANT	KL. 10:00	16

Hvað? Hvenær? Hvar?

Þriðjudagur

hvar@frettabladid.is

29. NÓVEMBER 2016

Tónlist

Hvað? The Dark
Hvenær? 20.30
Hvar? Kex hostel, Skúlagötu
Ástralsk-norska tríóið The Dark spilar á jazzkvöldi Kex í kvöld. Aðgangur ókeypis.

Hvað? Bongó – útgáfutónleikar
Hvenær? 20.30
Hvar? Harpan
Tómas R. Einarsson var að gefa út nýja plötu þann 1. nóvember en á henni má finna frumsamda latíntónlist. Með honum spilar einvalalið tónlistarmanna: Ómar Guðjónsson á gítar, Davíð Þór Jónsson á píanó, Snorri Sigurðarson á trompet, Rósa Guðrún Sveinsdóttir spilar á barítónsaxófón og syngur, Einar Valur Scheving á timbales, Samúel Jón Samúelsson á guiro og básúnu, Kristófer Rodríguez Svönuson á bongótrommur og Sigtryggur Baldursson á kongatrommur, en sjálfur spilar Tómas á kontrabassa. Aðalsöngvarar eru þau Sigríður Thorlacius og Bogomil Font, en auk þess tekur hópurinn undir þegar við á.

Tómas R. Einarsson spilar á útgáfutónleikum fyrir nýjustu plötuna sína, Bongó, í Hörpunni í kvöld. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Viðburðir

Hvað? Erindi á vettvangi U3A Reykjavík: Hulduþjóðir Evrópu
Hvenær? 17.15
Hvar? Hæðargarður 31
Þorleifur Friðriksson sagnfræðingur fjallar um efni nýútkominnar bókar sinnar, Hulduþjóðir Evrópu, ferð um framandi samfélög, þar sem boðið er í heillandi ferðalag um Evrópu, 37 hulduþjóðir eru heimsóttar og fjallað á aðgengilegan og lifandi hátt um sögu þeirra.

Dr. Gunni sýnir myndlist á Mokka-Kaffi um þessar mundir. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

Hvað? Myndlist á Akureyri: Horft um öxl og fram á veginn
Hvenær? 17.00
Hvar? Ketilhúsið, Akureyri
Lárus H. List, formaður Myndlistarfélagsins, heldur þriðjudagsfyrirlestur undir yfirskriftinni Myndlist á Akureyri: Horft um öxl og fram á veginn. Í fyrirlestrinum fjallar hann um Myndlistarfélagið, fortíð þess og framtíð, hvað hefur áunnist síðan félagið var stofnað og verkefnin sem framundan eru. Einnig mun hann tala um Listagilið í sögulegu samhengi og mikilvægi þess fyrir listalíf Akureyrar. Aðgangur er ókeypis.

Hvað? Swap 'til you drop
Hvenær? 16.30
Hvar? Loft, Bankastræti
Skiptimarkaður á Lofti hosteli í dag, komið með gamla dótið ykkar og skiptið því út fyrir gamla dótið frá öðrum.

Hvað? Shades of History
Hvenær? 20.30
Hvar? Tjarnarbíó, Tjarnargötu
Shades of History er nýtt íslenskt dansverk eftir Katrínu Gunnarsdóttur. Útgangspunktur verksins eru höfundareinkenni 26 ólíkra danshöfunda sem hafa haft áhrif á Katrínu gegnum tíðina.

Hvað? Málþing: Gefa kannanir rétta mynd af fylgi stjórnmálaflokka?
Hvenær? 11.30
Hvar? Oddi, Háskóla Íslands
Málþing um gæði kannana í ljósi nýlegra kosningaúrslita, haldið í samvinnu Félagsvísindasviðs Háskóla Íslands, Félagsfræðingafélags Íslands og Félags stjórnmálafræðinga.

Hvað? Mannauður innflytjenda
Hvenær? 13.00
Hvar? Arion banki, Borgartúni
Rauði krossinn stendur fyrir málþingi um mannauð innflytjenda í dag og er málþingið öllum opið og enginn aðgangseyrir.

Hvað? Dr. Gunni – Atvik
Hvenær? 09.00
Hvar? Mokka-Kaffi, Skólavörðustíg
Dr. Gunni (Gunnar Lárus Hjálmarsson) heldur sína fyrstu myndlistarsýningu á Mokka-Kaffi. Dr. Gunni sýnir 18 akrílmyndir sem málaðar eru á hvítgrunnuð plötuumslög. Í hverju umslagi er platan Atvik, ný sólóplata frá Dr. Gunna. Platan er 18 laga (eitt lag fyrir hverja mynd) og verður einungis til í 18 eintökum. Platan verður aldrei sett á netið.

Hvað? Borgir
Hvenær? 10.00
Hvar? Borgarbókasafnið, Grófinni
Sigurborg Stefánsdóttir sýnir málverk í Artótekinu. Málverkin eru unnin með blandaðri tækni og þema þeirra allra er borgarlandslag. Mynstur og kerfi í frekar lífvana umhverfi. Gæti verið framtíðarsýn, en er það vonandi ekki.

Hvað? Kynstrin öll – jóladagskrá
Hvenær? 17.00
Hvar? Bókasafn Hafnarfjarðar
Í dag mun Gunnar Helgason lesa úr bók sinni Pabbi prófessor og Ævar Þór Benediktsson les úr Þín eigin hrollvekja.

Uppistand

Hvað? Góðgerðaruppistand
Hvenær? 20.00
Hvar? Húrra, Naustunum
Nokkrir færustu uppistandarar landsins koma saman á Húrra til góðgerða. Þarna verða Hugleikur Dagsson, Jón Ben, Snjólaug Lúðvíksdóttir, Ragnar Hansson og Bylgja Babýlons. Allt söfnunarfé rennur til aðstoðar Rauða krossins í Reykjavík við innflytjendur og flóttafólk. Miðaverð er 1.500 krónur.

BIO ★ PARADIS
HAPPY HOUR Á BARNUM 17-19

One More Time With Feeling	17:45, 20:00, 22.15
Grimmd	18:00
Rúnturinn	18:00
Absolutely Fabulous	20:00
Baskavígin	20:00
Gimme Danger	22:00
Innsæi	22:00

2

TIMELESS

Glænýir og stórskemmtilegir spennuþættir um þríeyki sem ferðast aftur í tímann og freistar þess að koma í veg fyrir þekkta glæpi sögunnar og þar með gjörbreyta heimssögunni eins og við þekkjum hana.

ÞRÆLGÓÐUR
ÞRIÐJUDAGUR

Fáðu þér áskrift á **365.is**

365

2

NOTORIOUS

Hressilegir spennuþættir um hörkukvendið Julie sem framleiðir vinsæla fréttaþætti og hinn úrræðagóða lögfræðing Jake sem svífst einskis til að fá sínu framgengt. Með því að taka höndum saman og fara aðeins á svig við reglurnar mynda þau óstöðvandi teymi, þeim báðum til framdráttar.

2

BLINDSPOT

Hörkuspennandi þættir um Jane Doe sem er aftur gengin til liðs við FBI eftir þriggja mánaða pyntingar sem hún slapp naumlega frá.

2

LUCIFER

Stórskemmtileg sería um hinn illa Lucifer sem snýr aftur en hann vill verða betri maður en áður. Hann kynnist Ellu Lopez og þá breytist allt.

3

THE AMERICANS

Rússnesku njósnararnir Phillip og Elizabeth Jennings starfa á laun í Bandaríkjunum og njósna fyrir KGB á dögum kalda stríðsins.

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

DAGSKRÁ

Þriðjudagur

STÖÐ 2

07.00 Simpson-fjölskyldan
07.25 Ærslagangur Kalla kanínu og félaga
07.50 The Middle
08.15 Mike & Molly
08.35 Ellen
09.15 Bold and the Beautiful
09.35 The Doctors
10.15 60 mínútur
11.00 The Big Bang Theory
11.25 Junior Masterchef Australia
12.35 Nágrannar
13.00 X-factor UK
13.45 X-factor UK
15.25 X-factor UK
16.10 Save With Jamie
16.55 Bold and the Beautiful
17.20 Nágrannar
17.45 Ellen
18.30 Fréttir Stöðvar 2
18.55 Íþróttir
19.05 Fréttir Stöðvar 2
19.20 2 Broke Girls
19.45 Modern Family
20.10 Timeless
20.55 Notorious
Hressilegir spennuþættir sem fjalla um hörkukvendið Julie sem framleiðir vinsæla fréttaþætti og hinn úrræðagóða lögfræðing Jake sem svífst einskis til að fá sínu framgengt. Með því að taka höndum saman, og fara aðeins á svig við reglurnar, mynda þau óstöðvandi teymi sem hefur það að leiðarljósi að keyra upp áhorfstölurnar hennar og vinna málin hans.
21.45 Blindspot
Önnur þáttaröðin af spennuþáttunum um Jane, unga konu sem finnst á Times Square en hún er algjörlega minnislaus og líkami hennar er þakinn húðflúri. Alríkislögreglan kemst að því að hvert húðflúr er vísbending um glæp sem þarf að leysa.
22.30 Lucifer
23.15 Grey's Anatomy
00.05 Divorce
00.30 Pure Genius
01.15 Nashville
02.00 The Gallows
03.15 X-Company
04.00 X-Company

SPORT

07.30 Meistaradeild Evrópu - fréttaþáttur 2016/2017
07.55 Football League Show 2016/17
08.25 Messan
09.55 Leicester - Middlesbrough
11.40 Real Sociedad - Barcelona
13.25 Real Madrid - Sporting
15.05 Spænsku mörkin 2016/2017
15.35 Liverpool - Sunderland
17.15 Messan
18.45 Premier League Review 2016/2017
19.40 Liverpool - Leeds
21.45 Þýsku mörkin 2016/2017
22.15 Boston - San Antonio
00.00 Körfuboltakvöld 2016/2017

SPORT 2

09.30 Man. United - West Ham
11.20 Messan
12.50 Watford - Stoke
14.35 Southampton - Everton
16.20 Swansea - Crystal Palace
18.05 Meistaradeild Evrópu - fréttaþáttur 2016/2017
18.30 Þór Þ. - Tindastóll
20.20 KR - Njarðvík
21.50 Wolverhampton - Sheffield Wednesday
23.30 Football League Show 2016/17
00.00 Liverpool - Leeds

STÖÐ 3

17.20 League
17.45 Mike & Molly
18.05 New Girl
18.30 Modern Family
18.55 Fóstbræður
19.25 Þriðjudagskvöld með Frikka Dór
19.55 50 Ways to Kill Your Mammy
20.45 Schitt's Creek
21.10 The Americans
21.55 The Wire
23.00 Klovn
23.30 The Mentalist
00.10 Legends of Tomorrow
00.55 Flash
01.35 Fóstbræður
02.00 Þriðjudagskvöld með Frikka Dór
02.30 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 Kalli á þakinu
09.25 Gulla og grænjaxlarnir
09.37 Stóri og Litli
09.49 Hvellur keppnisbíll
10.00 Víkingurinn Viggó
10.13 Kormákur
10.25 Brunabílarnir
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 Kalli á þakinu
13.25 Gulla og grænjaxlarnir
13.35 Stóri og Litli
13.47 Hvellur keppnisbíll
14.00 Víkingurinn Viggó
14.13 Kormákur
14.25 Brunabílarnir
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 Kalli á þakinu
17.25 Gulla og grænjaxlarnir
17.35 Stóri og Litli
17.47 Hvellur keppnisbíll
18.00 Víkingurinn Viggó
18.13 Kormákur
18.25 Brunabílarnir
18.47 Mæja býfluga
19.00 Artúr 3

12.24 Svampur Sveinsson

GOLFSTÖÐIN

09.00 Golfing World 2016
09.50 RSM Classic
12.50 PGA Tour 2016 - Highlights
13.45 DP World Tour Championship
19.10 Golfing World 2016
20.00 HSBC Champions
23.00 Champions Tour Highlights 2016
04.45 The Brink
05.15 NCIS

BÍÓSTÖÐIN

10.55 Admission
12.40 War Room
14.40 Belle
16.25 Admission
18.15 War Room
Hugljúf mynd frá 2015 segir frá Tony og Elizabeth Jordan, hjónum sem virðist ganga allt í haginn. Þau eru í góðri vinnu, eiga fallega dóttur, og búa í draumahúsinu sínu. En útlitið getur blekkt. Í raun og veru er hjónaband þeirra orðið hálfgert stríðsástand og dóttir þeirra líður fyrir ástandið. Eftir að hafa fengið góð ráð frá Clöru, eldri konu, þá uppgötvar Elizabeth að hún getur barist fyrir fjölskyldu sinni í staðinn fyrir að berjast gegn henni. Með bænina að vopni breytir hún lífi sínu og sinna.
20.15 Belle
22.00 Her
Dramatísk mynd með gamansömu ívafi sem gerist í nánni framtíð, með Joaquin Phoenix, Amy Adams og Scarlett Johansson í aðalhlutverkum. Myndin fjallar um einmana rithöfund sem finnur ástina á hinum ólíklegasta stað, í nýrri tegund af stýrikerfi í símanum hans sem er sagt að sé hannað til að mæta öllum þörfum notandans... og það eru engar ýkjur.
00.05 21 & Over
01.40 A Walk Among the Tombstones
03.30 Her

RÚV

16.10 Þegar hjörtun slá í takt
17.00 Downton Abbey
17.50 Táknmálsfréttir
18.00 KrakkaRÚV
18.01 Hopp og hí Sessamí
18.25 Hvergidrengir
18.50 Krakkafréttir
19.00 Fréttir
19.25 Íþróttir
19.30 Veður
19.35 Kastljós
20.10 Bandaríki Trumps
20.45 Herra Sloane
21.15 Castle
22.00 Tíufréttir
22.15 Veðurfréttir
22.25 Fallið
23.30 Horfinn
00.30 Kastljós
01.00 Dagskrárlok

SJÓNVARP SÍMANS

06.00 Pepsi MAX tónlist
08.00 The McCarthys
08.20 Dr. Phil
09.00 The Biggest Loser
09.45 The Biggest Loser
10.30 Pepsi MAX tónlist
13.20 Dr. Phil
14.00 Superstore
14.20 No Tomorrow
15.05 Life In Pieces
15.25 Odd Mom Out
15.50 Survivor
16.35 The Tonight Show Starring Jimmy Fallon
17.15 The Late Late Show with James Corden
17.55 Dr. Phil
18.35 Everybody Loves Raymond
19.00 King of Queens
19.25 How I Met Your Mother
19.50 Younger
20.15 Jane the Virgin
21.00 Code Black
21.45 Scorpion
22.30 The Tonight Show Starring Jimmy Fallon
23.10 The Late Late Show with James Corden
23.50 CSI. Cyber

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

Topstar bewegt!

MADE IN GERMANY

Lady Sitness Deluxe

SNÚNINGSSTÓLL HANNAÐUR FYRIR KONUR

MEÐ JAFNVÆGISSETU OG BAKI SEM HLEYPIR ÚT LÍKAMSHITA

SITNESS®

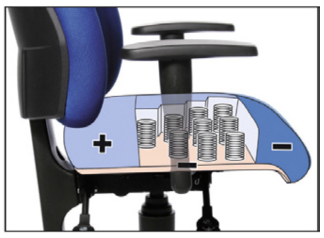
Gefur hryggsúlunni hámarks stuðning. Sökum aðlögunarhæfni setunnar situr þú sjálfkrafa í ákjósanlegustu stöðu fyrir hryggsúluna.

Styrkir bakvöðva og eykur hreyfingu á hryggjaliðum.

Eykur blóðflæði í baki

Tryggir aukið svigrúm til hreyfingar.

- Netabak sem hleypir út líkamshita ásamt sérstökum púðum í mjóbaki fyrir aukinn stuðning.
- Seta sem aðlagar sig að líkamsþyngd.
- Hæðarstillanlegir armar með mjúkum púðum.
- Smekkleg svört seta úr pólýamíð.



Setan samanstendur af 7 mismunandi svæðum sem eru samsett af mismundandi stífleika ásamt Sitness hreyfingu.

Stórlækkað verð á rafmangsborðum
verð frá kr. 56.000.-

Intertek GS geprüfte Sicherheit

Hirzlan
Síðan 1993

Síðumúla 37, 108 Reykjavík. Sími 564-5040

Þættirnir við kaffivélina

Eitt vinsælasta umræðuefnið á kaffistofum landsins er það sem er í sjónvarpinu. Hér verður farið yfir nokkra sjónvarpsþætti sem heimildarmenn Lífsins telja að séu mikið ræddir í kring um kaffivélar landsins um þessar mundir.

The Crown

Períódudrama um fyrstu ár Elísabetar Bretadrottningar. Hér er fylgst með henni taka við embætti og hvernig hún þarf að takast á við öll þau vandamál sem fylgja því að vera skyndilega í stöðu sem hún bjóst ekki við að vera í né, í fyrstu að minnsta kosti, vildi vera í.

Fólk elskar bresku konungsfjölskylduna og því er mikið rætt um The Crown í kring um kaffivélar landsins. Þarna margir leikarar að sýna stórleik, sérstaklega virðist John Lithgow sem Winston Churchill vera í miklu uppáhaldi hjá fólki enda breytist leikarinn eiginlega bara í manninn sjálfan.

Bara geðveik

Í þáttunum Bara geðveik er fylgst með lífi nokkurra geðveikra ungmenna. Það er alltaf áhugavert að fá innsýn í líf fólks með geðsjúkdóma og að fá að heyra þeirra sýn á tilveruna, hvað þá þegar um ungt fólk er að ræða. Þættirnir spanna allan tilfinningaskalann á meðan við fylgjumst með ungmennunum takast á við alla erfiðleikana en þarna eru líka oft fyndnar sögur og annað. Fullkomið fyrir kaffivélina.

Westworld

Nýjasta sleggja HBO er klárlega Westworld. Það er því eðlilega mikið talað um þættina í kring um kaffivélina – sumir segjast vera búnir að gefast upp á þáttunum á meðan aðrir eru gjörsamlega „hooked“.

Westworld fjallar um skemmtigarð nokkurn í nálægri framtíð en hann er uppfullur af vélmennum sem hægt er að gera eiginlega allt með. Þættirnir eru stútfullir af spurningum sem getur verið gaman að ræða yfir einum rjúkandi bolla og alls konar kenningar ganga á milli fólks á internetinu um hvað sé eiginlega á seyði og því alveg tilvalið umræðuefni í kaffitímanum.

Fóstbræður

Það er enn verið að vitna í Fóstbræður við allar kaffivélar landsins. Um þessar mundir er verið að endursýna Fóstbræður á Stöð 3 og þar eru þeir alveg gríðarlega vinsælir þrátt fyrir að hafa verið sýndir síðast árið 2001. Fóstbræður eru eins og Seinfeld og Friends okkar Íslendinga, sjónvarpsefni sem endalaust er hægt að horfa aftur á og þeir verða bara fyndnari með árunum.

Það er lítið hægt að segja um Fóstbræður sem nánast hvert einasta mannsbarn á Íslandi hefur ekki sagt áður en það er líklegast ekki til sá Íslendingur sem hefur ekki einhvern tíma talað um bankið í ofninum eða sagt „kannski í næsta lífi, hálfviti“.

Skam

Norskir þættir um framhaldsskólakrakka sem hafa notið gífurlegra vinsælda og það á mjög stuttum tíma. Þættirnir eru nútíma „snúningur“ á hinu týpíska unglingadrama, en samt virðist fólk á öllum aldri geta talað endalaust um Skam og því henta þættirnir mjög vel við kaffivélina.

Það má jafnvel ganga svo langt að tala um að Skam séu í tísku í dag: á samfélagsmiðlunum verður ekki þverfótað fyrir fólki sem notar norsk slanguryrði og talar um uppáhaldskarakterana sína. Það er líklegt að á mörgum vinnustöðum sé norsku slett við kaffivélina.

THE GREATEST LOVE OF ALL
ELDBORG
14. OG 15. MARS
KL 20.00
AUKASÝNING
15. MARS
Belinda Davids er
THE
WHITNEY
HOUSTON
SHOW
Öll frægustu og bestu lög hennar í ótrúlegri hljómleikasýningu
HLJÓMSVEIT-RADDIR-DANSARAR
Miðasala á harpa.is-tix.is og í síma 528 50 50

Mitsubishi Pajero
Instyle 3.2 DID
Ekinn 31.500
2015 **8.290.000 KR**
A 4x4
7 manna, dráttarbeisli, leðursæti, rafdrifin sæti, loftkæling, bakkmyndavél, Bluetooth, fjarlægðarskynjarar, glertopplúga, hraðastillir, leiðsögukerfi, fjarlægðarskynjarar o.fl

Raf / Bensín
Ekinn þús. km. 30
Myndir á vef
Dísil
Fjórhjóladrif 4x4
Metan & bensín ECO
Sjálfskiptur A
Beinskiptur
Rafmagnsbíll

Margar stærðir, fleiri litir.

Fleiri tilboðsbílar og myndir á netinu: hnb.is

Skoda Superb Combi
Ambition 1.6 TDI AT
2015 **4.490.000 KR**
64 A

Mercedes-Benz ML350
(W166) Blue tec 4Matic
2012 **6.970.000 KR**
59 A 4x4

KJARAKAUP

Skoda Octavia Combi
4x4 Ambiente 1.6 TDI MT
2012 ~~2.790.000 KR~~
TILBOÐ **2.390.000**
91 4x4

KJARAKAUP

VW Golf GTI Edition 30
2.0 TFSI 230 hestöfl
2007 ~~1.890.000 KR~~
TILBOÐ **1.470.000 KR**
161 A

KJARAKAUP

Audi A4 Avant
2.0 TDI AT
2012 ~~3.990.000 KR~~
TILBOÐ **3.340.000 KR**
56 A

KJARAKAUP

Nissan Pathfinder
4x4 SE 7m. 2.5 Dísil AT
2013 ~~5.890.000 KR~~
TILBOÐ **4.690.000 KR**
94 A 4x4

HEKLA NOTAÐIR BÍLAR
Klettháls 13 · hnb.is · 590 5040

Volkswagen ŠKODA MITSUBISHI MOTORS

Vísindabók Villa í víking

Fyrsta vísindabók **Villa Naglbíts** verður gefin út í Bandaríkjunum í janúar. Fjórða bókin í vísindaseríu hans er kominn út hér á landi. Jólin verða löng þetta árið því hann er einnig að setja á svið vísindaleikrit í febrúar.

Fyrsta bók Vilhelms Antons Jónssonar, Vísindabók Villa, verður gefin út í Bandaríkjunum í janúar. Forlagið Edda USA, gefur bókina út og segir Vilhelm vera spenntur að sjá hvernig börn þar í landi muni taka vísindafróðleik og tilraunum sínum. „Ég er mjög spenntur að sjá hvað gerist og finnst það mikill heiður að einhver vilji standa í því að þýða litlu bókina mína yfir til hinnar stóru Bandaríkja,“ segir hann.

Bandaríska útgáfan mun vera með færri blaðsíður og í öðruvísi broti. „Ég þarf að suða út ferð til Bandaríkjanna því það er auðvitað ótækt að ég verði ekki á staðnum. Forlagið hlýtur að leigja eitthvert ægilega stórt náttúrugripasafn fyrir útgáfupartíið, það dugar ekkert minna,“ segir hann og hlær.

Fjórða bókin í Vísindabókaflokki hans kom út fyrir skömmu og heitir Skynjun og skynvillur en þar fjallar hann um hvað sé auðvelt að plata heilann. „Skynvillur eru skemmtilegar en stundum er ekkert vitað af hverju við sjáum sumt vitlaust. En við vitum að ef þetta gabbar okkur ekki þá er eitthvað að. Þá þarf að skoða í kollinn.

Þetta er yndislegt ferli að skrifa svona bækur og býr til forvitni fyrir krakka sem er dýrmætasta tilfinning í heimi.“

Vilhelm ætlar að setja Vísinda-Villa á svið en hann og Vignir Rafn Valþórsson eru búnir að skrifa verk sem Vignir leikstýrir og Vilhelm og Kristín Vala, úr Þeim tveim, leika í. „Sú sýning mun byrja á rafmagnsgítar. Það er það eina sem ég get sagt. Það var það fyrsta sem ég skrifaði. Það er ekki hægt að sleppa krökkum út í lífið nema að útskýra að rafmagnsgítar er flottasta hljóðfæri sem hefur verið búið til. Um það er ekki deilt,“ segir Vilhelm.

Sýningin verður sett upp í Borgarleikhúsinu og er stefnt að frumsýningu í byrjun febrúar.

benediktboas@365.is

Villi ætlar að lauma miðum á sýninguna inn í nokkrar bækur sem verða svo sendar hingað og þangað í búðir um landið og ættu einhverjir ungir lesendur og vísindamenn því að fá óvæntan glaðning þegar bókin er opnuð.

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*

Bakaðu þér vinsældir

MEÐ BÖKUNARVÖRUNUM FRÁ NÓA SÍRÍUS

Bökunarvörurnar frá Nóa Síríus henta einstaklega vel í allan bakstur. Hjúpdroparnir eru þægilegir að bræða í krem eða í súkkulaðihjúp. Lakkrískurlið er einstaklega ljúffengt og frábært ýmist út í baksturinn eða til skrauts. Gæðauppskriftir eru á umbúðunum sem tilvalið er að prófa í jólabakstrinum.

Hefurðu prófað karamellukurlið í baksturinn þinn? Það gerir góðar uppskriftir enn betri og silkimjúkt bragðið leikur við þakkláta bragðlauka.

NÓI SÍRÍUS

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

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

Bakþankar

Erla Bjargar Gunnarsdóttur

IKEA-ást

Síðustu misseri hefur IKEA lækkað vöruverð til neytenda um leið og krónan stígur hálft skref upp á við. Farið í heilbrigða samkeppni við aðrar verslanir og nánast gefið lýðnum okkar ástkæru MALM-kommóður. Nýjustu fréttir eru að fyrirtækið ætli að borga 350 starfsmönnum fyrirtækisins þrettánda mánuðinn á næsta ári vegna góðs gengis. Ekkert verið að stinga níutíu milljónunum í vasann á þeim bænum.

Fyrir utan góða starfsmannastefnu og heilbrigða samkeppni þá hefur IKEA fylgt mér svo fallega í gegnum lífið. LACK, KALLAX og aðrar ódýrari vörulínur fylltu stúdentaíbúðina. Á flutningi milli landa hef ég fundið grið í sænskum kjötbollum og þótt ég hafi haldið þá að með aldrinum yrði IKEA of sjoppulegt fyrir mig þá var það hinn mesti misskilningur. IKEA hefur haldið fast í höndina á mér í gegnum skilnað og flutninga síðustu ár. Ég hef bara fært mig yfir í STOCKHOLM.

Svo hef ég aldrei skilið tal um að það versta sem maður geri í sambandi sé að fara í IKEA saman. Hvaða vitleysa? Þetta er eitt það rómantískasta sem ég veit um. Labba saman hönd í hönd í gegnum framtíðardrauma. Í tilhugalífinu leyfir maður ósögðum hugmyndum um sambúð að liggja í loftinu og fær hlýtt í hjartað við að vera sammála um lit á sófapúðum. Í sambúð hendir maður krökkunum í Småland og fær sér rómantískan göngutúr sem endar með rjómaís með dýfu. Tvö ein í heiminum á gráum göngugötum IKEA-landsins.

Alþýðuhjartað mitt slær fyrir heiðarleika fyrirtækisins. Og heimilið mitt, sem talar reiprennandi sænsku, er þakklátt. Ég vona bara að fleiri taki sér IKEA til fyrirmyndar og fari að átta sig á því að í dag er töff að vera næs.