FRÉTTABLAÐIÐ

FRÍTT

205. TÖLUBLAÐ 17. ÁRGANGUR — MEST LESNA DAGBLAÐ Á ÍSLANDI* — FÖSTUDAGUR 1. SEPTEMBER 2017

Stemningin var frábær á meðal þeirra fjölmörgu Íslendinga sem fylgdust með fyrsta leik íslenska körfuboltalandsliðsins á Evrópumótinu í Helsinki í Finnlandi í gær. Ísland mátti þola 29 stiga tap gegn gríðarsterku liði Grikkja. Næsti leikur Íslands er á móti Póllandi á laugardag og má þar einnig búast við erfiðum andstæðingum. **Sjá síðu 22.** FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Vilja frekari skorður við kaupum útlendinga

Stór hluti Íslendinga vill að settar verði frekari skorður við jarðakaupum útlendinga hér á landi. Ráðherra getur veitt íbúum utan EES-svæðisins heimild til kaupa. Þingmaður Framsóknar telur undanþágur í lögunum vera of margar.

STJÓRNSÝSLA Átta af hverjum tíu sem afstöðu taka í nýrri könnun Fréttablaðsins eru hlynntir því að settar verði frekari skorður við kaupum útlendinga á jörðum hér á landi. Um 20 prósent telja að það eigi ekki að setja frekari skorður.

Fréttablaðið greindi frá því á mánudag að Kínverjar vildu kaupa Neðri-Dal í Biskupstungum, sem er rétt við Geysissvæðið. Samkvæmt lögum um eignarrétt og afnotarétt fasteigna er íslenskur ríkisborgararéttur eða íslenskt lögheimili skilyrði fyrir því að einstaklingur geti fengið eignarrétt eða afnotarétt yfir fasteignum á Íslandi, þar á meðal veiðirétt, vatnsréttindi eða önnur fasteignaréttindi.

Lilja Alfreðsdóttir, þingmaður Framsóknarflokksins

Íbúar á EES-svæðinu hafa sömu réttindi og íslenskir ríkisborgarar. Það hefur hins vegar þótt flækja málið að ráðherra hefur heimild til að víkja frá þessum skilyrðum. Ráðherra getur því veitt íbúum utan EES-svæðisins heimild til að kaupa jarðir á Íslandi.

Lilja Alfreðsdóttir, þingmaður Framsóknarflokksins, telur að undanþágur í lögunum séu of margar og betra væri að Alþingi, en ekki ráðherra, tæki ákvarðanir um undanþágur. „Það getur vel verið að það komi fjárfesting sem sé mjög hagkvæm og sátt yrði um. Þá viljum við ekki loka á hana, en það væri sniðugt að auka valdsvið þingsins í þessu. En númer eitt, tvö og þrjú þá þarf að skýra þetta,“ segir Lilja.

Könnun Fréttablaðsins var gerð þannig að hringt var í 1.063 manns í Reykjavík þar til náðist í 791 samkvæmt lagskiptu úrtaki þann 28. og 29. ágúst. Svarhlutfallið var 74,4 prósent. **jonhakon@frettabladid.is**

Öryggisverðir gæta sjúklinga í sjálfsvígshættu

HEILBRIGÐISMÁL Öryggisverðir hafa eftirlit með fólki í sjálfsvígshættu á geðdeild Sjúkrahússins á Akureyri (SAK), samkvæmt samningi milli Öryggismiðstöðvarinnar og sjúkrahússins.

Anna Gunnhildur Ólafsdóttir, framkvæmdastjóri Geðhjálpar, er hugsi yfir þessari leið og hafði ekki heyrt af samkomulaginu fyrr en í gær. „Þetta vekur upp ýmsar spurningar,“ segir Anna Gunnhildur.

Sams konar samningur er í gildi milli Landspítalans og Securitas en geðsvið spítalans hefur ekki nýtt þá þjónustu undanfarin ár.

– aá / **sjá síðu 6**

Anna Gunnhildur Ólafsdóttir, framkvæmdastjóri Geðhjálpar

Fréttablaðið í dag

Stjörnuspá **Siggu Kling** SÍÐA 36

SKOÐUN Bergur Ebbi fjallar um kaldhæðni og fasisma. **17**

SPORT Strákarnir töpuðu fyrir Grikkjum í fyrsta leik á EM. **22**

MENNING Dansverkið Kæra manneskja frumsýnt í Tjarnarbíói. **32**

LÍFIÐ Sum pör kjósa að hafa sameiginlega Facebook-síðu, en af hverju? Tvö pör segja frá sinni ástæðu. **46**

TÍMAMÓT Samfélagsmiðlastofan Sahara er eins árs í dag og afmælinu verður fagnað í París. **26**

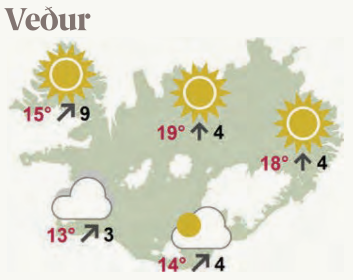
PLÚS SÉRBLAÐ ● FÓLK

*Samkvæmt prentmiðlakönnun Gallup apríl-júní 2015

KORTASALAN Í FULLUM GANGI

568 8000 • BORGARLEIKHUS.IS

Veður



Fremur hæg suðvestanátt og bjartviðri austan til, en annars skýjað og sums staðar súld. Hlýtt í veðri með hita að 22 stigum fyrir austan. SJÁ SÍÐU 28

Sveinn lýsir áfram yfir sakleysi

LÖGREGLUMÁL Verjandi Sveins Gests Tryggvasonar, sem var í gær ákærður vegna dauða Arnars Jónssonar Aspar, segir umbjóðanda sinn hafna ákærunni. „Hann hefur lýst sig saklausan af þessum ásökunum og heldur sig fast við það,“ segir verjandinn, Þorgils Þorgilsson, í samtali við blaðið.

Héraðssaksóknari ákærði Svein Gest fyrir stórfellda líkamsárás samkvæmt 2. málsgrein 218. greinar almennra hegningarlaga. Brotið getur varðað fangelsi allt að sextán árum þegar bani hlýst af atlögunni.

Sveinn Gestur hefur setið í gæsluvarðhaldi síðustu tólf vikur grunaður um að hafa ráðið Arnari bana að Æsustöðum í Mosfellsdal þann 7. júní. Héraðsdómur Reykjavíkur féllst í gær á að framlengja varðhaldið yfir honum til 28. september. Úrskurðurinn hefur verið kærður til Hæstaréttar, að sögn Þorgils.

Sveinn Gestur er einn ákærður í málinu en upphaflega voru sex handteknir. Fjórum var fljótlega sleppt og þeim fimmta, Jóni Trausta Lútherssyni, nokkrum vikum síðar eftir að Hæstiréttur neitaði að fallast á áframhaldandi gæsluvarðhald yfir honum. Sveinn Gestur og Jón Trausti voru báðir í einangrun í nokkra daga á meðan gæsluvarðhaldsvist þeirra stóð.

Málið var upphaflega rannsakað sem manndráp, líkt og fram kemur í eldri gæsluvarðhaldsúrskurðum, en eins og áður segir hefur saksóknari nú ákveðið að ákæra fyrir stórfellda líkamsárás. **– kij**

Allt á fullu á lóð kísilvers PCC

Framkvæmdir við kísilmálmverksmiðju PCC á Bakka við Húsavík eru á lokametrunum. Gangsetning verksmiðjunnar verður samkvæmt áætlunum í desember og full afköst ættu að nást nokkrum vikum síðar. Rétt rúm tvö ár eru liðin síðan jarðvinna hófst á lóðinni. MYND/GAUKUR HJARTARSON

Kostnaður RÚV jókst um 20%

FJÖLMIÐLAR Kostnaður Ríkisútvarpsins (RÚV) vegna skrifstofu útvarpsstjóra, fjármáladeildar og stjórnar nam tæpum 140 milljónum króna á fyrstu sex mánuðum ársins og jókst um tuttugu prósent á milli ára, að því er fram kemur í hálfsársuppgjöri félagsins. Rekstrargjöld Ríkisútvarpsins námu rúmum þremur milljörðum króna á tímabilinu og hækkuðu um 114 milljónir eða fjögur prósent á milli ára.

Um 44 milljóna króna tap varð á rekstri RÚV á fyrri helmingi ársins borið saman við 38,2 milljarða króna tap á sama tíma í fyrra.

Þá námu gjaldfærð laun og lífeyrissjóðsgreiðslur til æðstu stjórnenda RÚV, annarra en útvarpsstjóra, 60,7 milljónum króna á fyrri helmingi ársins og hækkuðu um 7,4 prósent á milli ára. Heildarlaun og þóknanir útvarpsstjóra námu 10,5 milljónum króna. **– kij**

Áslaug lækaði að ósk um fund væri lýðskrum

Nefndarformaðurinn Áslaug Arna Sigurbjörnsdóttir lýsti velþóknun sinni á Twitter-færslu það var kallað lýðskrum þegar þingmenn óskuðu eftir þingnefndarfundum. Þingmaðurinn segir að færslan eigi ekki við um hennar nefnd.

STJÓRNMÁL „Stjórnmálamenn eiga auðvitað að skipta sér af lögum sem varða uppreist æru. Þetta á ekki við um mína nefnd,“ segir Áslaug Arna Sigurbjörnsdóttir, þingmaður Sjálfstæðisflokksins og formaður allsherjar- og menntamálanefndar, um færslu sem hún lækaði við á Twitter á mánudag. Í umræddri færslu frá Davíð Þorlákssyni, lögfræðingi og fyrrverandi formanni Sambands ungra Sjálfstæðismanna, lýsir hann þeirri skoðun sinni að fátt sé meira „lýðskrum en þegar þingmenn krefjast fundar í þingnefnd út af einhverju sem stjórnmálamenn ættu ekki að skipta sér af“.

Færsla Davíðs og Áslaug Arna á lista meðal þeirra sem lækuðu hana.

Áslaug Arna lýsti velþóknun á þessari fullyrðingu Davíðs með því að líka við færsluna á mánudag, daginn áður en allsherjar- og menntamálanefnd kom saman til opins fundar til að fjalla um reglur um uppreist æru. Fundar sem Þórhildur Sunna Ævarsdóttir, þingmaður Pírata, óskaði eftir.

Þegar blaðamaður bar undir Áslaugu Örnu hvort hún væri sammála fullyrðingu tístsins kannaðist hún í fyrstu ekki við að hafa séð það. Þegar blaðamaður minnti hana á að hún hefði lækað færsluna sagðist hún telja að færslan hefði því ekki átt við um hennar nefnd.

„Ég er sammála því að það er tilgangslaust að halda fundi í nefndum um málefni sem heyra ekki sérstaklega undir nefndina eða sem þingmenn geta ekki gert neitt í. Sem hann er að vitna til.“

Áslaug segir ljóst að málefni uppreist æru heyri undir allsherjar- og menntamálanefnd. Hún hafi glöð orðið við beiðni minnihlutans um fundinn enda komi málið á borð nefndarinnar til umfjöllunar þegar það komi frá ráðherra. Þingmenn í hennar nefnd hafi einbeitt sér að málum sem stjórnmálamenn eigi að skipta sér af.

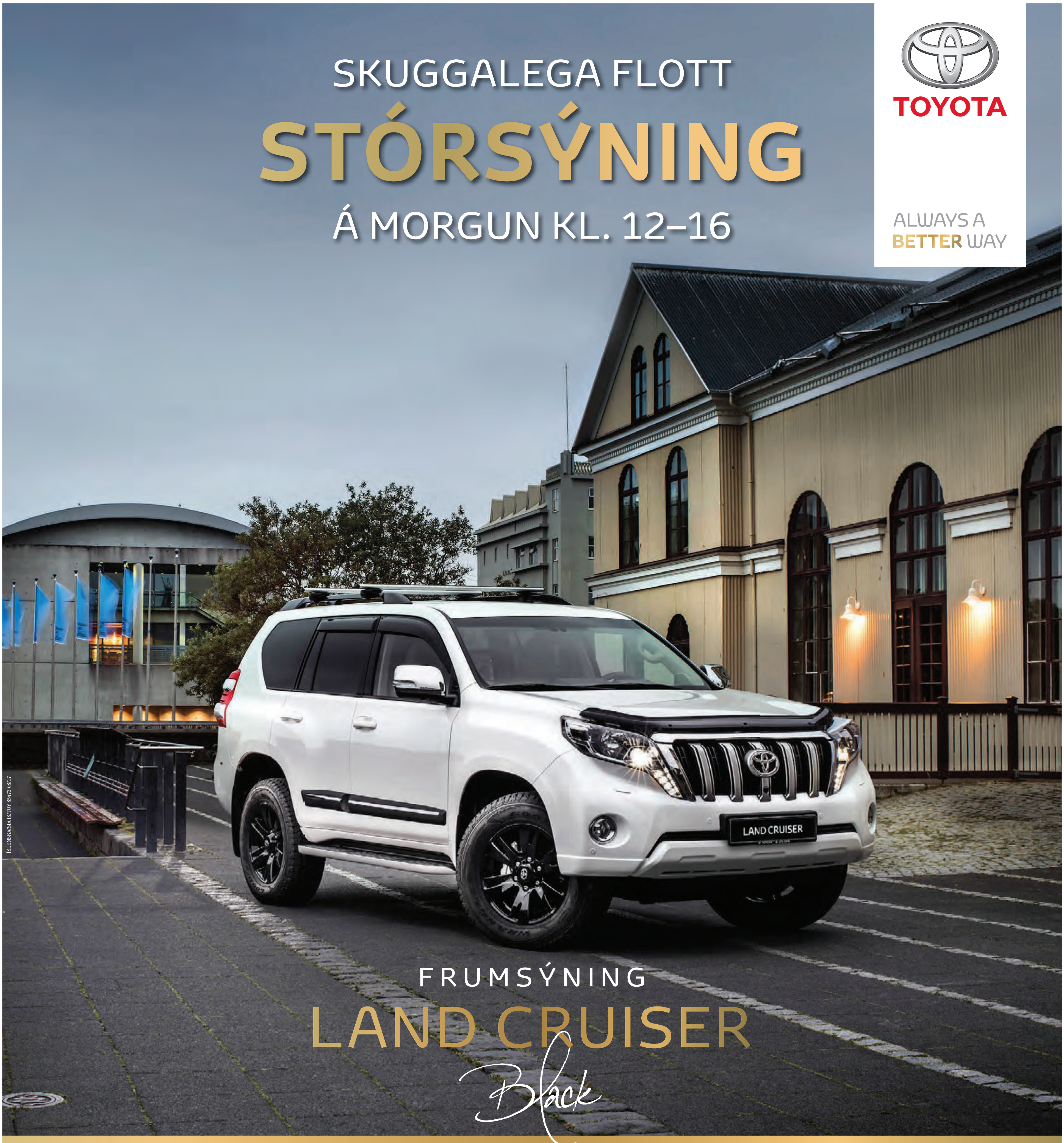
„Þess vegna á þetta ekki við í þeim tilfellum.“

Þórhildur Sunna, þingmaður Pírata, segir að þó erfitt sé að lesa í læk á tístum sé málið óheppilegt.

„Það er mjög miður að formaður allsherjar- og menntamálanefndar skuli taka undir þessi sjónarmið.“

Eftir umtalaða færslu Áslaugar á Twitter um helgina þar sem hún óskaði eftir ólöglegu streymi á boxbardaga og þessara óheppilegu undirtekta hennar við færslu Davíðs segir hún aðspurð að ekki sé ástæða fyrir hana til að endurskoða hegðun sína á samfélagsmiðlum í ljósi stöðu sinnar og ábyrgðar.

„Nei, það tel ég ekki. Ég er búin að biðjast afsökunar á þessu tísti sem var þarna inni í örskamma stund og taldi vera mistök. Að öðru leyti tel ég það ekki vera.“ **mikael@frettabladid.is**



Aukahlutapakki að verðmæti 728.000 kr. fylgir Land Cruiser 150 Black:
GoodYear heilsársdekk, 18" BLACK álfelgur, hliðarlistar með krómi, hlíf á afturstuðara, krómhlíf á spegla, toppgrindarbogar, húddhlíf, krómlisti á afturhlera, gluggavindhlífar og krómstútur á púst.

Sérvalin eintök af Land Cruiser Black
Verða á sérstöku sýningartilboði

Á stórsýningu Toyota þann 2. september gerir svart vart við sig með látum þegar við frumsýnum skuggalega svalan Land Cruiser 150 Black. Hinn margrómaði töffari er nú flottari en nokkru sinni, krómaður í bak og fyrir og prýddur svakalegum, svörtum 18" álfelgum. Ekki hverfa í skuggann. Láttu sjá þig og reynsluaktu, nú er tíminn til að gera frábær kaup á nýrri Toyotu.

Kynntu þér Toyota FLEX, nýja leið til að eignast Toyota bifreið, á www.toyota.is

VILDARPUNKTAR ICELANDAIR MEÐ ÖLLUM NÝJUM TOYOTUM

5 3+2 ÁBYRGÐ

FLEX

Toyota Kauptúni
Kauptúni 6
Garðabæ
Sími: 570-5070

Toyota Akureyri
Baldursnesi 1
Akureyri
Sími: 460-4300

Toyota Reykjanesbæ
Njarðarbraut 19
Reykjanesbæ
Sími: 420-6600

Toyota Selfossi
Fossnesi 14
Selfossi
Sími: 480-8000

Sjá nánar um Vildarpunktasöfnun á www.toyota.is
Black-pakkinn fylgir ekki með öðrum tilboðum.
Bíllinn í þessari auglýsingu endurspeglar ekki endilega þann búnað sem tilgreindur er.
Allar upplýsingar eru birtar með fyrirvara um villur.

Ávinningurinn í innherjamáli um 48 milljónir

LÖGREGLUMÁL Héraðssaksóknari telur að ætlaður hagnaður af hlutabréfaviðskiptum, sem gerð voru á grundvelli innherjaupplýsinga frá yfirmanni hjá Icelandair, sé um 47,6 milljónir króna. Yfirmaðurinn, sem var sendur í tímabundið leyfi vegna rannsóknar málsins, er grunaður um að hafa látið öðrum manni í té upplýsingar sem hann bjó yfir um versnandi afkomu félagsins skömmu áður en það birti afkomuviðvörun sem varð til þess að hlutabréfin hríðféllu í verði.

Þetta kemur fram í dómi Hæstaréttar sem staðfesti í gær úrskurð héraðsdóms í málinu. Héraðsdómur hafði hafnað kröfu yfirmannsins um að aflétt yrði haldi á 3,9 milljónum króna á bankareikningi hans í Arion banka. Alls lagði saksóknari hald á 6,9 milljónir króna.

Telur saksóknari að fyrir hendi sé sterkur grunur um bæði innherjasvik og peningaþvætti sem hvort um sig geti varðað allt að sex ára fangelsi. **– kij**

Lítið ber á nýbyggingum

VIÐSKIPTI Nýbyggðar íbúðir eru ekki mikið áberandi í sölutölum enn sem komið er. Þetta kemur fram í Hagsjá Landsbankans sem kom út í gær.

Samkvæmt þinglýsingargögnum voru einungis seldar 515 eins og tveggja ára íbúðir á höfuðborgarsvæðinu á árinu 2016 og 532 á árinu 2015. Það sem af er árinu hafa einungis verið seldar um 250 nýjar íbúðir. Sé litið á sams konar tölur frá stærstu bæjunum á höfuðborgarsvæðinu á árinu 2007 sést að mun meira var selt af nýjum íbúðum á því ári.

Fram kemur í Hagsjánni að almennt sé talið að það þurfi 1.800 til 2.000 nýjar íbúðir inn á markaðinn á höfuðborgarsvæðinu í venjulegu árferði en að meira þurfi einmitt nú til þess að mæta uppsafnaðri þörf. **– sg**

250

nýjar íbúðir hafa selst á höfuðborgarsvæðinu á árinu.

Íslenska ríkið valdalaust gagnvart hestanafnanefnd

SAMFÉLAG Ríkið hefur enga aðkomu að reglum um nafngiftir á íslenskum hestum sem skráðir eru í upprunaættbók íslenska hestsins, WorldFeng. Þetta segir í bréfi sem Guðrún Hrafnsdóttir, hrossabóndi á Skeggsstöðum, hefur fengið frá innanríkisráðuneytinu.

Guðrún vildi nefna merina sína Mósuna en tveggja manna nefnd hafnaði því nafni, eins og Fréttablaðið greindi frá.

Samkvæmt lögum Alþjóðasamtaka um íslenska hestinn, FEIF, frá því í febrúar mega hross ekki heita hvað sem er. Á sama fundi voru nafnareglurnar samþykktar með formlegum hætti. Ráðherra hefur enga aðkomu að störfum eða reglum þessarar „nafnanefndar“ segir í bréfinu. Gæsalappirnar eru frá ráðuneytinu.

„Varðandi umkvörtun þinnar til ráðuneytisins vegna ákvörðunar „nafnanefndar“ er það afstaða ráðuneytisins að það geti ekki hlutast til um ákvörðunina,“ segir enn fremur í svarinu.

Guðrún segir að samkvæmt þessu svari megi byrja að vinna eftir reglum áður en þær séu formlega samþykktar. „Þar eð ég byrjaði að reyna skrá Mósuna fyrir um tveimur árum, en þessi hestanafnanefnd var ekki formlega stofnuð fyrr en í febrúar síðastliðnum.“ **– bb**

Mósan ásamt Guðrúnu Björgvinsdóttur. MYND/KOLBRÚN HRAFNSDÓTTIR

Ódýrasta lausn Orkuveitunnar á við launakostnað tíu leikskóla

Raunhæfasta viðgerðin á vesturhúsi höfuðstöðva Orkuveitu Reykjavíkur kostar á við launakostnað allra starfsmanna tíu leikskóla í Reykjavík í fyrra. Tjónið mun með einum eða öðrum hætti lenda á viðskiptavinum fyrirtækisins en margir leikskólar boða manneklu og að opnunartímar gætu verið skertir á næstunni.

Vesturhús höfuðstöðva Orkuveitu Reykavíkur við Bæjarháls er ónýtt vegna raka og myglu. FRÉTTABLAÐIÐ/PJETUR

REYKJAVÍK Fyrir þær 1.750 milljónir króna sem áætlað er að uppsetning glerkápu utan um vesturhús höfuðstöðva Orkuveitu Reykjavíkur (OR) muni kosta mætti greiða öllum starfsmönnum tíu leikskóla í Reykjavík laun í heilt ár.

Glerkápuhugmyndin er bæði ódýrasti raunhæfi möguleikinn sem lagður hefur verið fram og sá sem báðir ráðgjafar OR, Efla verkfræðistofa og Vahnen Group í Finnlandi, mæla með að verði fyrir valinu.

Um er að ræða að byggð yrði glerkápa utan um húsið og útveggir hússins látnir standa. Þeir yrðu þó endurbyggðir að innanverðu og haldið bili upp á einn metra milli kápu og útveggja. Tilgangur kápu yrði að verja húsið gegn ágangi regnvatns.

Ráðgjafar OR segja að regnkápuaðferðin komi best út varðandi líftíma, áreiðanleika, kostnað og verktíma.

Síðan má ekki gleyma að áfallinn kostnaður vegna tilraunaviðgerða OR á húsinu, sem hófust um mitt ár 2016, nemur þegar 460 milljónum króna.

Forstjóri OR hefur látið hafa eftir sér að tjónið muni með einum eða öðrum hætti lenda á viðskiptavinum fyrirtækisins. Fyrirtækið er í eigu þriggja sveitarfélaga; Reykjavíkurborgar, Akraneskaupstaðar og Borgarbyggðar.

Með aðstoð reiknivélarinnar Opin fjármál Reykjavíkurborgar á vef borgarinnar má finna út hvað gera mætti fyrir þær fjárhæðir sem fyrirséð er að viðgerðirnar á vesturhúsinu munu kosta.

» Uppsetning glerkápu er ódýrasti raunhæfi möguleikinn en kostar þrátt fyrir það um 1.750 milljónir króna samkvæmt áætlunum OR.

Þar er hægt að sjá launakostnað hvers leikskóla borgarinnar í fyrra og miðað við það mætti greiða starfsfólki tíu leikskóla laun í heilt ár fyrir rétt um 1.750 milljónir króna. Þetta eru leikskólarnir Laugasól, Sunnufold, Bjartahlíð, Sunnuás, Miðborg, Hálsaskógur, Borg, Sólborg, Suðurborg og Hlíð.

Frá mörgum leikskólum borgarinnar berast nú þau skilaboð til foreldra barna að mannekla muni að líkindum koma niður á skólastarfi í vetur. Eru margir leikskólastjórar ýmist að fara, eða að íhuga, að skerða opnunartíma til að mæta þeim vanda sem við þeim blasir.

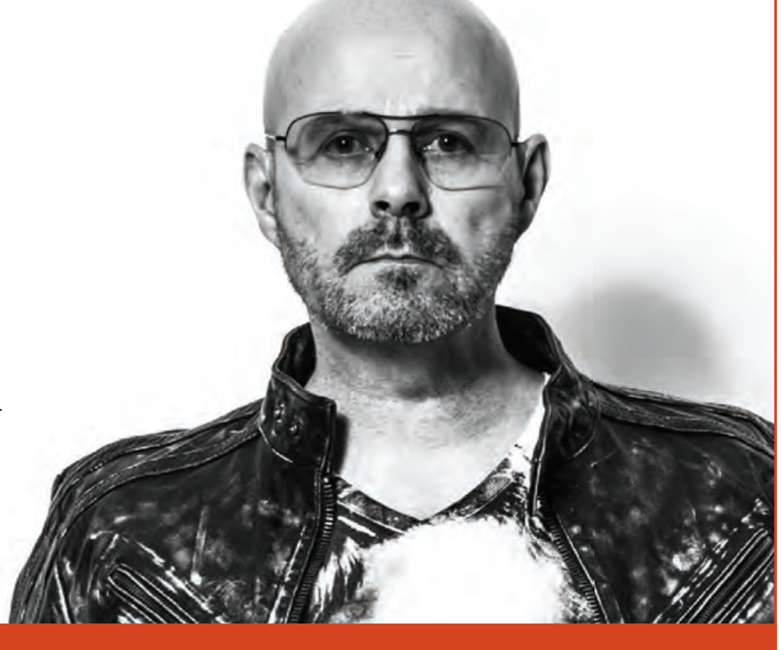
mikael@frettabladid.is

Launatölur leikskólanna

Leikskólar	Launakostnaður '16
Laugasól	212.846.110 kr.
Sunnufold	186.982.050 kr.
Bjartahlíð	181.311.202 kr.
Sunnuás	178.064.824 kr.
Miðborg	177.130.700 kr
Hálsaskógur	174.185.879 kr.
Borg	162.855.663 kr.
Sólborg	161.674.955 kr.
Suðurborg	161.377.209 kr.
Hlíð	160.666.524 kr.
Samtals	**1.757.095.116 kr.**

Ný ljóðabók eftir **Bubba**

Magnaður ljóðabálkur
um horfinn heim
– verðbúðirnar, frystihús,
þorpin, strit, djamm,
þúsund þorskar og þúsund
farandverkamenn.



www.forlagid.is | Bókabúð Forlagsins | Fiskislóð 39

Alltaf opið
lindex.is
LINDEX

Telja bréf Marel undirverðlögð

VIÐSKIPTI Lækkanir síðustu vikna á gengi hlutabréfa í Marel hafa skapað gott kauptækifæri fyrir fjárfesta að mati hagfræðideildar Landsbankans. Nýtt verðmat sérfræðinga bankans, sem Fréttablaðið hefur undir höndum, er tæpum nítján prósentum hærra en gengi bréfa félagsins eftir lokun markaða í gær.

Hagfræðideildin telur verðmatsgengi Marels vera 403 krónur á hlut, en gengið var 339 krónur á hlut síðdegis í gær. Er fjárfestum þannig ráðlagt að kaupa hlutabréf í félaginu. Mælt í krónum hækkaði verðmatið um 5,7 prósent frá því í júní.

Hlutabréf í Marel lækkuðu um 8,5 prósent í verði í ágústmánuði. Í verðmati hagfræðideildarinnar kemur fram að uppgjör félagsins fyrir annan fjórðung ársins hafi komið á óvart. Deildin hafi reiknað með tekjuvexti en hins vegar drógust tekjurnar saman um 7,6 prósent á milli ára. Var rekstrarhagnaður Marel fyrir afskriftir, fjármagnsliði og skatta (EBITDA) jafnframt um tíu milljónum evra undir spá hagfræðideildarinnar. **– kij**

Árni Oddur Þórðarson, forstjóri Marel

Borgin rekin í 19 milljarða plús

REYKJAVÍK Rekstrarniðurstaða samstæðu Reykjavíkurborgar, A- og B-hluta, var jákvæð um 18,6 milljarða króna á fyrstu sex mánuðum ársins en áætlanir gerðu ráð fyrir jákvæðri niðurstöðu um 7,8 milljarða.

Rekstrarniðurstaða fyrir fjármagnsliði var jákvæð um 14,2 milljarða króna sem er 4,5 milljörðum króna betri niðurstaða en áætlun gerði ráð fyrir.

3,6

milljarða króna afgangur var af rekstri A-hluta borgarinnar.

A-hlutinn, sá hluti borgarinnar sem rekinn er fyrir skattfé, skilaði 3,6 milljarða króna hagnaði. Betri rekstrarniðurstaða skýrist einkum af hærri skatttekjum, framlögum Jöfnunarsjóðs, sem og hærri tekjum af sölu byggingarréttar og söluhagnaði fasteigna. **– sg**

Síbrotamaður dæmdur í níu mánaða fangelsi

DÓMSMÁL Héraðsdómur Reykjavíkur dæmdi í fyrradag karlmann á þrítugsaldri í níu mánaða fangelsi fyrir á þriðja tug lögbrota. Brotin voru framin á um tíu mánaða tímabili eða fram til maí á þessu ári.

Maðurinn, sem játaði sök, gerðist sekur um fjórtán fíkniefnalagabrot, fimm umferðarlagabrot, nytjastuldi og brot á vopnalögum. Hann hefur setið í gæsluvarðhaldi frá 8. maí síðastliðnum en dvölin þar dregst frá refsingunni. Þá voru gerð upptæk hnífur, sverð og fíkniefni, þar á meðal 118 e-töflur, sem lögreglan hafði lagt hald við rannsókn málsins.

Fram kemur í dómi héraðsdóms að maðurinn eigi að baki sakaferil. **– kij**

Ógrynni pílagríma í Sádi-Arabíu

Gífurlegur fjöldi pílagríma sótti Arafat-fjall í Sádi-Arabíu heim í gær en heimsóknin er liður í Hajj-pílagrímsferðinni sem er mikilvægur þáttur íslamskrar trúar. Arafat-fjall er suðaustur af Mekka en múslimar trúa því að Múhameð spámaður hafi þar flutt síðustu ræðu sína. NORDICPHOTOS/AFP

Öryggisverðir gæta sjúklinga í sjálfsvígshættu á Akureyri

Öryggismiðstöðin sér um eftirlit á Sjúkrahúsinu á Akureyri á álagstímum, stundum sólarhringum saman. Geðsvið Landspítalans nýtir ekki slíka þjónustu en er með sams konar samning. Framkvæmdastjóri Geðhjálpar er hugsi yfir þessari leið og leggur áherslu á mikilvægi fræðslu fyrir ófagmenntað starfsfólk.

HEILBRIGÐISMÁL Öryggisverðir hafa eftirlit með fólki í sjálfsvígshættu á geðdeild Sjúkrahússins á Akureyri (SAK), samkvæmt samningi milli Öryggismiðstöðvarinnar og sjúkrahússins. Þetta staðfestir Bernard Gerritsma, forstöðuhjúkrunarfræðingur geðdeildar SAK.

„Það eru fastir aðilar frá Öryggismiðstöðinni í þessu og þeir fá sérstaka kynningu og fræðslu hjá okkur,“ segir Bernard og segir þjálfunina lúta að fræðslu um geðsjúkdóma og þjálfun í viðbrögðum við æstum sjúklingum og mögulegum áhrifum hegðunar starfsfólks á sjúklingana. „Fyrst fengum við þjálfun á Landspítalanum en svo sendum við mann suður í sérstaka þjálfun sem er núna í fullu starfi hjá okkur við þessa fræðslu.“

Sams konar samningur er í gildi milli Landspítalans og Securitas en geðsvið spítalans hefur ekki nýtt þá þjónustu undanfarin ár. „Við teljum öruggara að okkar starfsfólk sinni þessari umönnun,“ segir María Einisdóttir, framkvæmdastjóri geðsviðs Landspítalans.

Aðspurður segir Bernard að dæmi séu um að öryggisverðir hafi þurft að vakta einstaklinga stöðugt sólarhringum saman.

„Það hefur komið fyrir að þeir hafi verið einir með skjólstæðingum okkar bara til að vakta þá. Það hefur þá verið út af mönnunarvanda eða að þyngdin á deildinni er þannig að við höfum ekki getað sinnt þessu en viljum samt geta tryggt öryggi okkar skjólstæðinga. En það er alls ekki mín hugmynd, enda mitt álit að skjólstæðingi eigi alltaf að sinna af fagstarfsfólki,“ segir Bernard og játar því að hann myndi helst vilja hafa fast stöðugildi til að sinna þessu.

Starfsmaður Sjúkrahússins á Akureyri sér um að þjálfa öryggisverðina. FRÉTTABLAÐIÐ/PJETUR

„Þetta vekur upp ýmsar spurningar,“ segir Anna Gunnhildur Ólafsdóttir, framkvæmdastjóri Geðhjálpar, sem hafði ekki heyrt af þessari tilhögun fyrir norðan og veltir fyrir sér af hverju þessi leið sé farin, hvort hún sé rétt og hvort rétt sé farið að þessu.

„Það er þó léttir að heyra að það eru fastir aðilar í þessu en við vitum að það er fólk ráðið utan af götu inn á geðdeildirnar og starfsmannaveltan er mikil. Það þarf að huga að því hvernig það er fyrir sjúklinga að vera þjónustaðir af ungu og ómenntuðu fólki sem er kannski bara í örfáa mánuði hverju sinni og alltaf einhverjir nýir að byrja,“ segir Anna, og leggur áherslu á mikilvægi stuðnings og fræðslu við ófaglært starfsfólk á geðdeildum óháð því hve lengi það staldrar við.

Það eru fastir aðilar frá Öryggismiðstöðinni í þessu og þeir fá sérstaka kynningu og fræðslu hjá okkur.

Bernard Gerritsma, forstöðuhjúkrunarfræðingur geðdeildar Sjúkrahússins á Akureyri

adalheidur@frettabladid.is

VERIÐ VELKOMIN Í REYNSLUAKSTUR Á NÝJUM BMW X1

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

B|L

Kröfu Gamma ehf. vísað frá í Hæstarétti

DÓMSMÁL Hæstiréttur staðfesti á mánudag niðurstöðu héraðsdóms sem vísaði frá fyrr í sumar kröfu fasteignafélagsins Gamma ehf. um að fjármálafyrirtækinu Gamma Capital Mangement yrði bannað að nota heitið GAMMA í fasteignaviðskiptum. Var það niðurstaða dómsins að Gamma ehf. hefði ekki lögvarða hagsmuni af því að fá úrlausn um kröfuna.

Valdimar Ármann, forstjóri Gamma Capital Management

Fasteignafélagið krafðist þess að Gamma Capital Management yrði meinað að nota heitið GAMMA í atvinnustarfsemi sinni þegar kæmi að umsjón með íbúðarhúsnæði, leigu þess og öðrum fasteignaviðskiptum.

Héraðsdómur taldi ekki sannað að Gamma Capital Management hefði notað vörumerkið til slíkra viðskipta. Kom meðal annars fram í dómnum að krafa Gamma ehf. hefði ekki verið rökstudd með því að hitt félagið hefði notað heitið í atvinnustarfsemi eða hygðist gera það.

Gamma Capital Management á og rekur Almenna leigufélagið, annað stærsta leigufélag landsins á almennum markaði, en Gamma ehf. á og leigir út fasteignir í miðbæ Reykjavíkur. – **kij**

Kyrrahafsfiskurinn hnúðlax í stórsókn og nálgast Barnafoss

Fiskifræðingur segir ekki óhugsandi að Kyrrahafstegundin hnúðlax hrygni í íslenskum ám. Óvenju mikið hefur verið um laxinn víða um land í sumar. Kolbrún Sveinsdóttir á Norður-Reykjum veiddi á dögunum slíkan fisk mjög ofarlega í Hvítá í Borgarfirði. „Ég veit ekki til þess að hann hafi veiðst í Hvítánni fyrr.“

NÁTTÚRA „Þetta er í fyrsta og vonandi eina skipti sem ég fæ hnúðlax. Ég veit ekki til þess að hann hafi veiðst í Hvítánni fyrr,“ segir Kolbrún Sveinsdóttir á Norður-Reykjum í Borgarfirði, sem á dögunum fékk ófrýnilegan hnúðlax í net fyrir landi sínu.

Kolbrún, sem búið hefur á Norður-Reykjum í yfir þrjá áratugi og er fædd og uppalin í nágrenninu, segist lengi hafa stundað lítilsháttar netaveiði á laxi og silungi seinnipart sumars. Bærinn er langt inni í landi, aðeins þrettán kílómetrum neðan við náttúruperlurnar Hraunfossa og Barnafoss og ekki langt frá Húsafelli. Það er því ljóst að hnúðlaxinn sækir nú djúpt í vatnakerfi Borgarfjarðar þar sem ekki er fiskgengt upp fyrir fossana.

Hnúðlaxinn á eldhúsvaskinum á Norður-Reykjum áður en húsfreyjan flakaði hann, afhausaði og skellti laxinum svo í frystinn. MYND/KOLBRÚN SVEINSDÓTTIR

„Ég náttúrlega í bjartsýniskasti leit bara svo á að fiskur sé bara fiskur og flakaði dýrið og skellti honum í frystinn. Svo fór ég nú að átta mig á að líklega ætti ég að tilkynna svona veiði og gerði það en var þá búin að henda dálknum og hausnum,“ segir Kolbrún sem gerði Sigurði Má Einarssyni, fiskifræðingi hjá Veiðimálastofnun, viðvart um kvikindið og sendi honum flökin til rannsóknar. „Hann er víst óætur hvort sem er.“

Sigurður Már segir óvenju mikið hafa verið um hnúðlax í íslenskum ám í sumar, tilkynnt hafi verið um allt að sjötíu slíka fiska um allt land. Hnúðlaxinn, sem er Kyrrahafstegund, eigi rætur að rekja til sleppinga við Kólaskaga í Rússlandi á sjöunda áratugnum þar sem hefja átti hafbeit. Eftir það hafi borið á flækingum.

„Það er að koma óvenju mikið í Evrópu núna og greinilega óvanaleg góð skilyrði fyrir þá, hvort sem það er vegna hlýnunar í hafinu eða einhvers annars,“ segir Sigurður Már sem aðspurður hvort hnúðlax gæti hrygnt hérlendis kveður vera staðfest að hnúðlax hafi hrygnt í ám á Kólaskaga og í Noregi. „Það er ekkert óhugsandi að þetta hafi verið að gerast á Íslandi en það er ekki staðfest. Við erum að spá í hvort það geti verið.“

> **Ég náttúrlega í bjartsýniskasti leit bara svo á að fiskur sé bara fiskur og flakaði dýrið og skellti honum í frystinn.**
>
> Kolbrún Sveinsdóttir á Norður-Reykjum

Sigurður Már segir að ef hnúðlax myndi hrygna í íslenskar ár yrðu áhrifin á laxastofna ekki mikil en kannski meiri á bleikjuna. „Þetta er fiskur sem hrygnir gjarnan neðarlega í vatnakerfum og seiðin fara út næsta vor og lenda því ekki mikið í samkeppni við laxaseiði. En það er kannski meiri samkeppni við urriða og bleikju neðarlega í kerfunum.“

Að sögn Sigurðar Más er lítið hægt að gera til að sporna við því að hnúðlax nái fótfestu. „Ég held að það sé mjög erfitt. Hnúðlaxinn er svolítið sérstakur. Hann hefur bara eins árs lífsferil í hafinu og eitt ár í ferskvatninu þannig að það myndast stofnar af honum sitthvort árið sem hittast aldrei.“

gar@frettabladid.is

Að kenna sjálfsvörn myndi minnka hræðslu við að labba um götur, í ljósi nýlegra atburða, segir ungmennaráð Hafnarfjarðar. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Krakkarnir læri sjálfsvörn

HAFNARFJÖRÐUR „Nýlegir atburðir sýna okkur bara að Ísland er ekki jafn saklaust og margir halda fram,“ segir ungmennaráð Hafnarfjarðar sem leggur til að sjálfsvörn verði hluti af íþróttakennslu bæjarins.

„Íslendingar þurfa að fara að átta sig á því að allt getur gerst á okkar litla landi og við getum gert eitthvað í því. Að kenna sjálfsvörn myndi einnig auka öryggi og minnka hræðslu við að labba um götur landsins,“ segir í tillögunni sem bæjarráð vísaði einróma til nánari umfjöllunar í fræðsluráði Hafnarfjarðar.

Í tillögunni segir að allir hafi gott af því að kunna grunn í sjálfsvörn til að koma í veg fyrir ákveðnar aðstæður. Íþróttakennsla sé afar einhæf og að allir eigi að finna eitthvað við sitt hæfi í íþróttum.

„Margir eru á móti því að kenna sjálfsvörn og segja að þetta muni auka ofbeldi en ég held því fram að það hafi einmitt öfug áhrif, ungmenni munu þá geta varið sig gagnvart ofbeldi,“ segir höfundur tillögunnar. „Ekki er ég að tala um að kenna mjög hættulega hluti en grunnurinn er nauðsynlegur. Íþróttir kenna þér að kasta bolta og hlaupa þar til þú missir andann og krefst ég þess að kennt verði eitthvað sem er gagnlegt og gæti bjargað mannslífi.“

> **Íslendingar þurfa að fara að átta sig á því að allt getur gerst á okkar litla landi og við getum gert eitthvað í því.**
>
> Ungmennaráð Hafnarfjarðar

Ungmennaráðið hefur áhuga á forvörnum almennt og nefnir hugleiðingar um fría smokka eða smokkasjálfsala á almenningssalernum. „Þar sem ungmenni eru líklegri til að nota smokka ef hægt er að kaupa þá án auglits annarra og mikillar fyrirhafnar,“ segir ráðið sem kveður forvarnafræðslu mismikla eftir skólum. „Í sumum skólum er lítil sem engin fræðsla um ákveðin málefni svo sem fíkniefni, kynlíf, kvíða og þunglyndi.“ – **gar**

Brit GÆLUDÝRAFÓÐUR
20% AFSLÁTTUR

GÆLUDÝRAKYNNINGAR FRAMUNDAN:

SEPTEMBER 23.-24.	OKTÓBER 14.-15.	OKTÓBER 28.-29.
SMÁHUNDAKYNNING	STÓRHUNDAKYNNING	KATTAKYNNING

HAUSTVENDIR
3.480KR

GARÐHEIMAR

Stekkjarbakka 6 • 540 3300 • gardheimar.is

Ný vinnsla ljós í myrkrinu fyrir Akranes

Bolfiskvinnslu HB Granda á Akranesi var lokað í hinsta sinn í gær. Nokkrir starfsmenn sitja eftir án atvinnu. Ísfiskur hefur keypt vinnsluna og ætlar að færa starfsemi sína upp á Skaga.

Jónína, Erla og Sella vissu ekki hvað tæki við hjá sér í dag. Allar voru þær án atvinnu eftir brotthvarf HB Granda. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

SJÁVARÚTVEGUR „Ég á fjögurra ára starfsafmæli hérna 1. september," segir Erla Sigurbjörnsdóttir, sem var með þeim síðustu til að yfirgefa bolfisksvinnslu HB Granda á Akranesi í gær er henni var skellt í lás í síðasta skipti. Erla er ein þeirra sem sitja eftir án atvinnu eftir brotthvarfið.

Stjórnendur fyrirtækisins tilkynntu starfsfólki og öðrum um fyrirætlan sína undir lok marsmánaðar. Í kjölfarið hófust viðræður milli bæjarins og útgerðarinnar um hvort mögulegt væri að gera nauðsynlegar úrbætur á mannvirkjum á staðnum til að forða því að fyrirtækið færi á brott. Það tókst ekki og fengu 86 manns því uppsagnarbréf.

„Einhverjir fengu starf hjá Norðanfiski og Vigni [G. Jónsson] og einhverjir ætla að fara til Reykjavíkur en það hafa ekki allir tök á því," segir Jónína Björg Magnúsdóttir fiskvinnslukona. Vinnsla í Reykjavík hefjist klukkan átta á morgnana sem þýðir að leggja þurfi af stað um sjö frá Akranesi. Þegar yfirvinna er í boði er byrjað klukkan sex og aftur þarf að fara um klukkutíma fyrr af stað. „Slíkt gengur ekki fyrir fólk með börn sem þarf að koma í leikskóla eða í skóla."

Líkt og Erla var Jónína atvinnulaus í dagslok í gær. Hún hafði starfað í rúm sjö ár hjá fyrirtækinu og gengið í hin ýmsu störf. Þó var hún oftast inni í vélasal á Baader-vél, að hausa, handflaka eða roðfletta. Erla og Jónína stóðu saman fyrir utan verksmiðjuna ásamt Sesselju Andrésdóttur en hún er aldrei kölluð neitt annað en Sella.

Þær segja andrúmsloftið síðasta daginn hafa verið blendið. Framan af degi hafi fólk gantast og hlegið en þegar líða tók á daginn hafi stemningin breyst. Margir hafi tárast. „Ég átti ekki von á því í upphafi dags að gráta en það gerðist síðan," segir Jónína.

„Ég grét ekki. Ég var alltof reið til þess að gráta," segir Sella. Þetta er í annað skiptið sem hún lendir í hópuppsögn af hálfu HB Granda en það gerðist einnig árið 2008 í tengslum við endurskipulagningu. Þá var hún endurráðin. „Ég læt ekki bjóða mér svona einu sinni enn."

Stöllurnar segja allar að starfsandinn innan vinnslunnar hafi verið frábær. Það hafi komið fyrir að fólk hafi rifist og öskrað sín á milli en það hafi alltaf verið gleymt og grafið jafnóðum. „Meðalstarfsaldurinn í húsinu er held ég yfir tíu ár. Samheldnin er mikil. Þetta er fólk sem hefur unnið ótrúlega lengi saman sem er að lenda í því að tvístrast núna þvers og kruss," segir Sella.

Þær segja að þær telji líklegt að ef önnur vinnsla verði opnuð á staðnum muni þeir sem þáðu starf í Reykjavík reyna að komast aftur upp á Akranes.

Það gæti gerst strax í upphafi næsta árs. Í gær, skömmu eftir að vinnslu HB Granda var lokað, var tilkynnt að Ísfiskur ehf. hefði keypt vinnsluna og hluta vinnslulínunnar fyrir 340 milljónir króna. Fyrirtækið hefur verið rekið í Kópavogi frá stofnun þess árið 1980. Um fjörutíu starfsmenn starfa hjá fyrirtækinu.

Albert Svansson, framkvæmdastjóri Ísfisks

Vilhjálmur Vilhjálmsson, forstjóri HB Granda

„Ég vonast að sjálfsögðu til að hluti núverandi starfsfólks fylgi okkur upp á Skaga," segir Albert Svansson, framkvæmdastjóri Ísfisks. Þó verði að sjálfsögðu til einhver störf fyrir heimamenn. „Það var ekkert augljóst pláss fyrir okkur áfram í Kópavogi. Við hlökkum mjög til að fara að vinna með Skagamönnum og lítum framtíðina björtum augum."

> **Þetta er fólk sem hefur unnið ótrúlega lengi saman sem er að lenda í því að tvístrast núna þvers og kruss.**
>
> Sella Andrésdóttir, fiskvinnslukona á Akranesi

Fréttablaðið sló á þráðinn til Jónínu eftir að fréttirnar af kaupum Ísfisks bárust. Hún sagði það gleðifréttir að nýtt fyrirtæki kæmi í bæinn og vonandi yrðu einhver störf til. Það myndi tíminn þó leiða í ljós. **johannoli@frettabladid.is**

Bolfisksvinnslunni hefur verið lokað og síðar kemur í ljós hversu mörg ný störf skapast hjá Ísfiski. FRÉTTABLAÐIÐ/EYÞÓR

Garðbæingar klæðast 66°Norður úlpum og aka um á Land Rover

SAMFÉLAG Þátttakendur í fjórum rýnihópum um þjónustu Garðabæjar nefndu ítrekað að bærinn væri einsleitt samfélag fyrir vel stætt fólk og að útlit og hegðun til dæmis ungmenna væri dæmi um að þar væru flestir með iPhone-síma, í 66°Norður úlpum og fólk æki um á Land Rover Discovery.

Þetta kom fram á fundi bæjarráðs Garðabæjar í gær þar sem fjallað var um greinargerð Gallup um niðurstöður rýnihópanna.

Í greinargerðinni kemur einnig fram að margir þættir þóttu bera þess merki að Garðabær stæði betur fjárhagslega en nágrannasveitarfélögin, til að mynda væru þar góðir skólar og leikskólar og myndarlegur stuðningur við íþróttafélagið Stjörnuna.

Aftur á móti var ágreiningur um hvort það væri dýrt eða ódýrt að búa í Garðabæ. Það sem var talið hagkvæmt var ódýrari dagmæður, lægra útsvar og val um sumarfrí.

Á hinn bóginn töldu sumir þátttakendur of dýrt að búa í bænum og voru dýrar tómstundir og ýmis gjöld nefnd. Þá væri lítið af ódýrari úrræðum fyrir til dæmis yngra fólk. Íbúðaframboð væri einhæft og dýrt.

Niðurstaða rýnihópa Gallup er að þjónustan í Garðabæ þyki góð á mörgum sviðum og framúrskarandi á til dæmis leik- og grunnskólastigi að undanskildum ábendingum um lélegt húsnæði.

Aftur á móti séu næg tækifæri til að gera betur í þjónustu við fatlað fólk, og voru húsnæðismálin þá nefnd auk þess sem mikið af þjónustunni fari fram í öðrum sveitarfélögum, til dæmis Kópavogi og Hafnarfirði.

Oft var minnst á að Garðabær væri um marga hluti afskaplega einsleitt bæjarfélag og var umræðan neikvæð um áhrif þess. Stærð og tegund húsnæðis væri einsleit, lítið væri um fjölbreytni íbúa í bæjarfélaginu og það væru fá félagsleg úrræði. Að auki var nefnt að áhersla á íþróttafélagið Stjörnuna væri mikil og því minni gróska í öðru íþrótta- og tómstundastarfi, til dæmis eftir skóla. **– bb**

Spurt um miðbæinn í Garðabæ

Er Garðabær með miðbæ?

„Nei. (margir þátttakendur)"

„Þeir eru að reyna að búa hann til. (kvk)"

„Þetta verður samt aldrei neinn miðbær. (kvk)"

„Það er að stefna í það, Garðatorg er með allar þessar búðir samt. (kvk)"

„Svo eru þetta bara bílastæði. (kvk)"

> **Bent var á að Garðabær stendur betur fjárhagslega en nágrannasveitarfélögin. Þar væru góðir skólar og leikskólar og myndarlegur stuðningur við íþróttafélagið Stjörnuna.**

EKKI BARA GÆÐI

SMÍÐABUXUR
STRECH

Slitsterkar vinnubuxur með lágu klofi og mjókkandi skálmum. Til þess að hámarka hreyfanleika og þægindi eru teygjubætur í klofinu og á kálfum.

Hnjápúðar að verðmæti 5.900 í kaupbæti

25.900 m/vsk
Kaupauki

VINNUSOKKAR
THERMO

990 m/vsk
Fullt verð 1.972

JAKKI
FJÓRIR LITIR

15.900 m/vsk
Fullt verð 19.900

HETTU-JAKKI

11.900 m/vsk
Fullt verð 17.686

REGN-KULDAGALLI

19.900 m/vsk
Fullt verð 29.636

SMÍÐA-BUXUR
EN471

14.900 m/vsk
Fullt verð 22.050

TEYGJU-BELTI

1.990 m/vsk
Fullt verð 3.370

SANDALAR
ECCO

Virkilega þægilegir sandalar úr leðri sem þú getur stillt á þremur stöðum, yfir tánna, um ökklann og aftan við hælinn.

10.900 m/vsk
Fullt verð 13.900

ÖRYGGIS-SKÓR

13.900 m/vsk
Fullt verð 19.900

ÖRYGGIS-STÍGVÉL

8.900 m/vsk
Fullt verð 12.900

www.sindri.is | sími 567 6000
Skútuvogi 1, Reykjavík
Smiðjuvegi 1 grá gata, Kópavogi

SINDRI VINNUFÖT

Flóðvatn heldur áfram að hrylla íbúa Houston-borgar í Texas í Bandaríkjunum en stormurinn Harvey stefnir nú í áttina frá Louisiana og Kentucky. NORDICPHOTOS/AFP

Efnaverksmiðja spýr eitri eftir Harvey

Regnvatn olli bilunum í efnaverksmiðju í Houston. Yfirmaður hamfaravarna segir útblástur frá verksmiðjunni afar hættulegan. Sprengingar heyrðust í nágrenni verksmiðjunnar í gær. Tala látinna heldur áfram að hækka í Texas. Stormurinn stefnir nú í norðausturátt.

BANDARÍKIN Tíu voru lagðir inn á spítala í borginni Houston í Texas í gær eftir að hafa verið í nágrenni við Arkema-efnaverksmiðjuna sem spýr nú eitruðum reyk eftir að hafa orðið fyrir barðinu á hitabeltisstorminum Harvey. Brock Long, yfirmaður hamfarastofnunarinnar FEMA, sagði í gær að útblásturinn væri „ótrúlega hættulegur“.

Um miðjan dag í gær hóf verksmiðjan að spýja frá sér umræddum útblæstri en fyrr um daginn urðu nærstaddir varir við sprengingu í verksmiðjunni. Lögreglustjórinn Ed Gonzales sagði í viðtali við fjölmiðla í gær að útblásturinn væri þó ekki talinn tengjast umræddri sprengingu.

Yfirvöld rýmdu íbúðarhús í 2,4 kílómetra radíus frá verksmiðjunni en Arkema varaði við því að hætta væri á eldsvoða og sprengingum snemma í gær.

Bilanir í verksmiðjunni má rekja til hins gífurlega mikla regnvatns sem féll á Houston þegar stormurinn gekk yfir. Bilaði þá kælibúnaður í verksmiðjunni sem leiddi til fyrrnefnds útblásturs og sprenginga. Starfsemi verksmiðjunnar hafði þó verið stöðvuð áður en stormurinn skall á.

Um 102 sentimetrar regnvatns féllu á svæðið og flæddi einnig inn á rafala verksmiðjunnar.

Arkema-verksmiðjan framleiðir meðal annars efni sem notuð eru til lyfjagerðar og getur hluti þeirra orðið einkar hættulegur við hátt hitastig.

„Vatnsmagnið á svæðinu og skortur á rafmagni verður þess valdandi að við getum ekki komið í veg fyrir eldsvoða,“ sagði framkvæmdastjórinn Richard Rowe í gær.

Á blaðamannafundi í Washington í gær sagði Brock Long að það væri ekki víst hvort eða hvenær starfsmenn FEMA gætu skoðað verksmiðjuna til að meta umfang útblástursins og hættuna sem stafar af honum.

> **Vatnsmagnið á svæðinu og skortur á rafmagni verður þess valdandi að við getum ekki komið í veg fyrir eldsvoða.**
>
> Richard Rowe, framkvæmdastjóri Arkema

„Við viljum meta hvert reykurinn mun stefna og svo byggja rýmingaráætlanir okkar á því. Við værum ekki að gera það ef útblásturinn væri ekki ótrúlega hættulegur,“ sagði Long.

Arkema sendi einnig frá sér yfirlýsingu í gær. „Við viljum að íbúar séu meðvitaðir um að vörur okkar eru geymdar á nokkrum stöðum á svæðinu og því er hætta á frekari sprengingum. Vinsamlegast snúið ekki aftur á hið rýmda svæði fyrr en yfirvöld segja að það sé óhætt.“

Harvey stefnir nú frá Louisiana og í átt að Kentucky en tala látinna í Texas hélt áfram að hækka í gær. Stormurinn hefur lægt verulega og flokkast hann í núverandi mynd sem hitabeltislægð, ekki hitabeltisstormur eða fellibylur. Texas-ríki varð verst úti en í gær var talið að 33 hið minnsta hefðu látið lífið í hamförunum. thorgnyr@frettabladid.is

Brexit-viðræður ganga illa

BRETLAND Enginn markverður árangur hefur náðst í lykilatriðum í samningaviðræðum Bretlands og Evrópusambandsins um útgöngu Breta úr sambandinu. Frá þessu greindi Michel Barnier, sem fer fyrir samninganefnd ESB, í gær. Sagði hann að enn bæri mikið í milli og ekki væri hægt að hefja viðræður um væntanlega fríverslunarsamninga í bráð.

David Davis, Brexitmálaráðherra Bretlands, hvatti Evrópusambandið í gær til þess að vera sveigjanlegra í nálgun sinni á viðræðurnar. Sagði hann að að sínu mati hefði einhver árangur náðst í þriðju lotu samningaviðræðna sem fóru fram í Brussel nýverið.

Davis og Barnier héldu sameiginlegan blaðamannafund í gær og þótt málflutningur Barniers hafi þótt neikvæður sagði hann að einhver árangur hefði þó náðst í viðræðum um samband Írlands og Norður-Írlands.

> **Ég er ekki reiður, ég er óþolinmóður og ég er staðráðinn í að ná einhverjum árangri í þessum viðræðum.**
>
> Michel Barnier, formaður samninganefndar ESB

Barnier sagðist orðinn óþolinmóður. „Ég er ekki reiður, ég er óþolinmóður og ég er staðráðinn í að ná einhverjum árangri í þessum viðræðum,“ sagði hann.

„Í júlí viðurkenndi Bretland að ríkið þyrfti að virða skuldbindingar sínar eftir útgöngu en nú hefur Bretland útskýrt þá afstöðu sína að þær skuldbindingar hverfi með síðustu greiðslu til Evrópusambandsins fyrir útgöngu,“ sagði hann enn fremur. – þea

ISIS-liðar hraktir frá Nínive-héraði

ÍRAK Tekist hefur að hrekja liðsmenn hryðjuverkasamtakanna sem kenna sig við íslamskt ríki frá íraska héraðinu Nínive. Þetta fullyrti Haider al-Abadi, forsætisráðherra Íraks, í gær eftir að íraska hernum tókst að endurheimta Tal Afar-borg og bæinn Ayadiya, en þangað höfðu ISIS-liðar flúið frá Tal Afar.

„Við erum mjög hamingjusöm. Sigurinn ber að dyrum og Nínive-hérað er algjörlega í okkar höndum,“ segir í yfirlýsingu sem forsætisráðherrann sendi frá sér í gær.

Íslamska ríkið sölsaði undir sig stóra hluta Nínive árið 2014. Þar á meðal héraðshöfuðborgina Mósúl. Þaðan voru hryðjuverkamenn hraktir fyrr á árinu.

Íraski herinn tók Tal Afar á sunnudag og flúðu ISIS-liðar þá til Ayadiya eins og áður segir. BBC greinir frá því að orrustan um Ayadiya hafi verið stutt en einkar harðskeytt. Lýsti Kareem al-Lami ofursti því í samtali við BBC að það hafi verið líkt og að opna dyr helvítis þegar fyrst var ráðist inn í Ayadiya.

Bardagar hafa geisað víðs vegar um Nínive-hérað. NORDICPHOTOS/AFP

En þrátt fyrir að tekist hafi að vinna sigur á ISIS á svæðinu lýsti hernaðarbandalagið gegn ISIS því yfir í gær að hættuleg vinna væri fram undan. „Það verður hættulegt starf að fjarlægja sprengjur, bera kennsl á ISIS-liða sem eru í felum og uppræta sellur þeirra á svæðinu,“ sagði í yfirlýsingu bandalagsins í gær. – þea

Völuteigi 19 - Mosfellsbæ - Sími 660 0039

RISA LAGERSPRENGJA

Opið virka daga 12–18:30
Laugard. 12–16
Sunnud. 13–16

AÐEINS NOKKRIR DAGAR – AÐEINS NOKKRIR DAGAR

20–70%

af skiptidýnum, sýnishornum, útlitsgölluðum dýnum, stillanlegum, rúmum, hvíldarsófum og hvíldarstólum, rúmteppum, lökum o.fl.

MIKIÐ ÚRVAL AF DÝNUM

Þór heilsudýna m/PU leðurbotni og fótum 120x200 cm

Verð áður kr. 134.900.-
Verð nú aðeins kr. 108.375.-

65% af eldri sendingu af Life sængum 140x200 cm
Verð áður kr. 19.900.-
Verð nú aðeins kr. 6.965.-

Ótrúlegt verð

Gömlu og góðu
Jersey bómullarlökin
80 cm beige kr. 3000.-
Queen stærð, 153 cm hvít kr. 4000.-

Frábær tilboð í verslun meðan á lagersölu stendur

20% af sængurverasettum – 80 teg.
20% af hlífðardýnum og lökum
10% af Hefel

12 mán. vaxtalausar greiðslur*

Svefn & heilsa
★★★★★
Fimm stjörnu verslun
Lager. Völuteigi 19 - Mosfellsbæ
Sími 660 0039

*3.5% lántökugjald

www.svefnogheilsa.is
Listhúsinu Laugardal, Reykjavík og Baldursnesi 6, Akureyri

BÓNUS BÓNUS BÓNUS BÓNUS BÓNUS

249 kr. 400 g
Wewalka Pizzadeig
Ferskt, 400 g

198 kr. 75 g
Bónus Klettasalat
Ítalskt, 75 g

398 kr. 100 g
Ítölsk Þurrskinka
100 g

198 kr. 150 g
Bónus Pizzuskinka
150 g

59 kr. 400 g
Tómatar
400 g, 2 tegundir

Matarmikil súpa
FULLELDUÐ
Aðeins að hita

1.498 kr. 1 kg
Íslensk Kjötsúpa
1 kg

298 kr. 125 g
Lambhaga Spínatkál
125 g

MAGNKAUP
Betra verð

4x2 l

698 kr. 4x2 l
Egils Kristall kippa
4 x 2 l, 3 tegundir

Matarmikil súpa
FULLELDUÐ
Aðeins að hita

1.598 kr. 1 kg
Mexíkósk Kjúklingasúpa
1 kg

LÁGT VERÐ ALLA DAGA

Ilmandi góðar
HANDSÁPUR

298 kr. 500 ml
Gunry Premium Handsápa
500 ml, 4 tegundir

98 kr. 500 ml
7up Mojito
500 ml

98 kr. 500 ml
Mountain Dew
500 ml

ÍSLENSK FRAMLEIÐSLA

98 kr. 0,5 l
Pepsi, 0,5 l
Pepsi Max, 0,5 l

BÓNUS BÓNUS BÓNUS BÓNUS BÓNUS

FULLELDAÐ
Aðeins að hita

300kr
verðlækkun pr. kg

798
kr. kg

Bónus Grísahakk
Ferskt - 1 kg pakkning

798
kr. kg

Ali Spareribs
Fullelduð - Verð áður 1.098 kr. kg

GOTT VERÐ Í BÓNUS

Íslenskur
KJÚKLINGUR
á góðu verði

1.795
kr. kg

Bónus Kjúklingabringur
Ferskar

695
kr. kg.

Bónus Kjúklingur
Ferskur, heill

695
kr. kg.

Bónus Kjúklingaleggir
Ferskir

770g

259
kr. 770 g

Bónus Heilkornabrauð
770 g

SAMA VERÐ
UM LAND ALLT

279
kr. kg.

Bónus Kjúklingavængir
Ferskir

6 BRAUÐ
í pakka

198
kr. 6 stk.

Polarbrauð
250 g, 6 stk. í pakka

Lágkolvetna
BRAUÐ

459
kr. 420 g

Gæða Lágkolvetnabrauð
420 g

NÝBAKAÐ!

4stk.

259
kr. 4 stk.

Bónus Kringlur
4 stk.

BÓNUS EKKERT BRUÐL

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

Stærsta málið

Hörður Ægisson
hordur@frettabladid.is

Gamalkunnugt stef er hafið. Fram undan er umfangsmikil samningalota á vinnumarkaði, ekki hvað síst hjá opinberum starfsmönnum, þar sem 37 kjarasamningar eru lausir í haust. Útlit er fyrir að þar ætli hið opinbera – í enn eitt skiptið – að leiða launaþróun í landinu. Þetta fyrirkomulag er einsdæmi á Norðurlöndum. Afleiðingarnar eru fyrirsjáanlegar. Verkalýðsfélög á almenna markaðinum munu taka mið af þeim samningum sem opinberir kjarahópar munu ná og fara fram á sömu launahækkanir í ársbyrjun 2018.

Niðurstaða komandi kjaralotu mun því hafa afgerandi áhrif á þróun efnahagsmála og hvort það takist að festa í sessi þann stöðugleika – og kaupmátt – sem náðst hefur. Þrátt fyrir mikinn hagvöxt og lítið atvinnuleysi hefur verðbólga mælst undir markmiði Seðlabankans í 42 mánuði. Það hefur gefið bankanum færi á að lækka vexti þótt bankinn hafi ekki gengið jafn langt og tilefni er til. Efnahagsaðstæður nú um stundir, sem grundvallast einkum á miklum viðskiptaafgangi og þjóðhagslegum sparnaði, eru á flesta mælikvarða einstakar í hagsögunni.

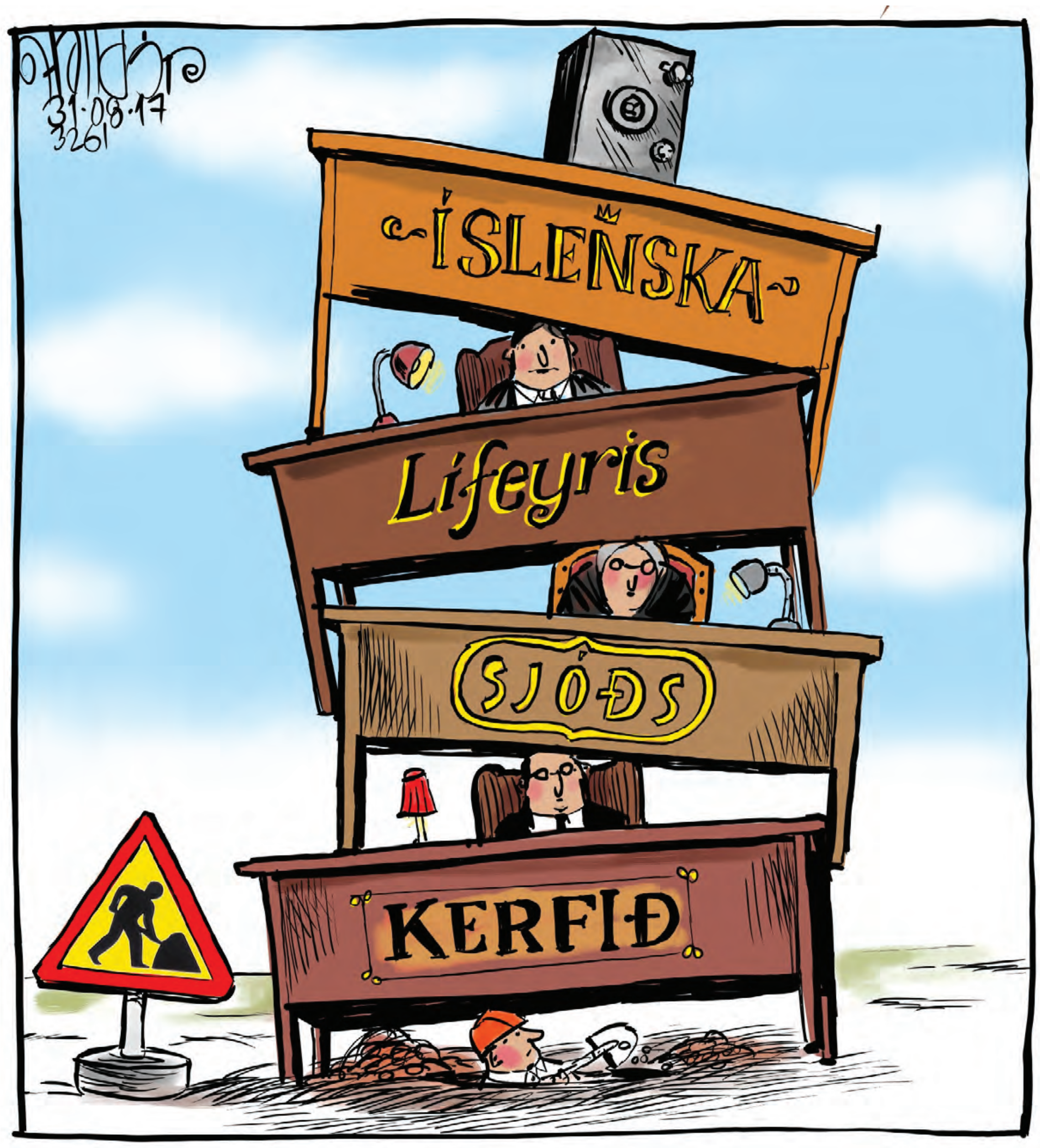
Það þýðir samt ekki að það séu engar blikur á lofti. Nánast linnulaus gengisstyrking síðustu misseri og ár og þær miklu launahækkanir sem um var samið 2015 eru farnar að ógna samkeppnishæfni íslensks atvinnulífs. Þannig hefur launakostnaður fyrirtækja hækkað um fjörutíu prósent meira en í helstu samkeppnisríkjum Íslands, mælt í sömu mynt, á undanförnum tveimur árum. Í fyrra var hlutfall launa á Íslandi af landsframleiðslu það hæsta á Norðurlöndum, eða 62,4 prósent. Seðlabankinn hefur sagt að geta innlendra fyrirtækja til að taka á sig frekari kostnaðarhækkanir gæti verið „komin að endamörkum“.

Frekari hækkun á raungenginu getur því ekki staðist til lengdar líkt og Ásgeir Jónsson, dósent í hagfræði, útskýrði í samtali við Markaðinn í vikunni. „Við getum auðvitað ekki hækkað laun meira og hraðar en aðrar þjóðir. Við getum ekki upp á eigið sjálfdæmi ákvarðað laun á þessari eyju. Þau ráðast af samkeppnisstöðunni. Það er undarlegt að í umræðum um kjaramál hér á landi er eiginlega aldrei minnst á framleiðni eða samkeppnisstöðu okkar. Það mætti halda að launin væru ótengd verðmætasköpun,“ sagði Ásgeir. Öllum mega vera ljós þessi sannindi. Það veit einnig Gylfi Arnbjörnsson, forseti ASÍ, enda þótt hann kjósi nú að segja það vera stefnu sambandsins að taka ekki mið af stöðu hagkerfisins í komandi kröfugerð heldur að krefjast sömu launahækkana og kjararáð ákvarðaði fyrr á árinu. Vonandi verður ekkert af þeim hótunum ASÍ. Að ætla að endurtaka þá aðferðafræði að hækka laun langt umfram framleiðniaukningu er fullreynt.

Með öðrum orðum hefur launafólk tekið út kaupmáttaraukningu heils áratugar, sé tekið mið af sögulegu meðaltali, á aðeins tveimur árum.

Kaupmáttur launa hefur aukist yfir 15 prósent frá 2015. Launafólk hefur því tekið út kaupmáttaraukningu heils áratugar, sé tekið mið af sögulegu meðaltali, á tveimur árum. Þær miklu launahækkanir sem um var í samið í síðustu kjarasamningum hleyptu ekki verðbólgunni af stað eins og margir óttuðust. Óvenjulegar aðstæður í efnahagslífinu réðu þar hvað mestu um, einkum mikil gengisstyrking og lágt hrávöruverð á alþjóðamörkuðum. Sá leikur verður ekki endurtekinn. Fjármálaráðherra hefur sagt að það sé stærsta verkefni ríkisstjórnarinnar að varðveita þann mikla kaupmátt sem hefur áunnist á undanförnum árum. Hann hefur auðvitað rétt fyrir sér.

Halldór



Frá degi til dags

Kosið um varaformanninn

Tveir hafa gefið kost á sér í embætti varaformanns VG, eftir að Björn Valur Gíslason tilkynnti á dögunum að hann hygðist ekki gefa kost á sér í embættið á næsta landsfundi sem fram fer í október. Edward H. Huijbens, prófessor við Háskólann á Akureyri, reið á vaðið og Óli Halldórsson fylgdi síðan á eftir í gær. Ef ekki bætist í hópinn er allt útlit fyrir að næsti varaformaður VG verði talsvert dannaðri og orðvarari en forveri þeirra, sem þekktur er fyrir að láta gamminn geisa svo flestum þykir nóg um.

Pólitísk afskipti

Barnaverndarstofa hefur ákveðið að meðferðarheimilinu Háholti í Skagafirði skuli lokað. Eðlilega er heimamönnum ekki skemmt enda um atvinnumál fyrir þá að ræða. Auðvitað hlaut því að finnast þingmaður sem sá ástæðu til að boða velferðarráðherra til fundar um málið í velferðarnefnd. Það væri þó ákjósanlegast ef stjórnmálamenn létu fagmenn á Barnaverndarstofu um stefnumótun og daglega stjórnun þeirra stofnana sem undir stofnunina heyra. Það er ekki endilega til góðs að þingmenn setji kámuga fingur sína á öll þau mál sem þeim mögulega dettur í hug.

jonhakon@frettabladid.is

Hagsmunir sjúklinga eiga að ganga fyrir

Óttarr Proppé
heilbrigðisráðherra og formaður Bjartrar framtíðar

Áhyggjur af einkarekstri í heilbrigðiskerfinu snúast mest um mögulegan ójöfnuð gagnvart sjúklingum. Eitt af grunngildum íslensks heilbrigðiskerfis er jafnt aðgengi að bestu þjónustu sem völ er á. Um þetta erum við Katrín Jakobsdóttir sammála.

Nýr liður í gjaldskrá Sjúkratrygginga Íslands gagnvart aðgerðum hjá konum sem greinast með BRCA-genið er í samræmi við þessi gildi. Hér eru einmitt hagsmunir sjúklinga í fyrirrúmi. Breytingin er í framhaldi af úrskurði Úrskurðarnefndar velferðarmála.

Þessi viðbót við gjaldskrá boðar ekki niðurskurð á fjárframlögum til annarrar heilbrigðisþjónustu. Slíkar ásakanir eru í besta falli tilraunir til að slá pólitískar keilur. Framlög til heilbrigðiskerfisins hafa aldrei verið hærri, tugum milljarða hærri en þegar Katrín sat í ríkisstjórn. Ég skal hins vegar fyrstur samsinna því að við þurfum að gera enn betur á næstu árum.

Það er ekkert nýtt að hægt sé að leita til lækna utan Landspítalans en innan ramma sjúkratrygginga, innan ramma jöfnuðar. Það felst því engin kerfisbreyting í þessari viðbót við gjaldskrá heldur kemur það þvert á móti fyrst og fremst sjúklingum til góða.

Öðrum spurningum Katrínar er auðsvarað. Í fjármálaáætlun er gert ráð fyrir að auka enn framlög til heilbrigðisþjónustu á næstu árum. Strax á næsta ári hefst bygging meðferðarkjarna Nýja Landspítalans. Það verður mesta framfaraskref í íslenskri heilbrigðisþjónustu um margra áratuga skeið. Nýtt sjúkrahótel við Landspítalann tekur til starfa á næsta ári og gjörbreytir aðstöðu fyrir sjúklinga og aðstandendur, sér í lagi utan af landi. Markmið heilbrigðiskerfisins verður áfram að veita bestu þjónustu sem völ er á með hagsmuni sjúklinga að leiðarljósi.

Markmið heilbrigðiskerfisins verður áfram að veita bestu þjónustu sem völ er á með hagsmuni sjúklinga að leiðarljósi.

Það eru mér töluverð vonbrigði að sjá formann Vinstri-grænna snúa viðkvæmum og mikilvægum heilsufarsmálum upp í pólitískt keiluspil. Slíkir skotgrafaleikir stjórnmálanna sem draga athyglina frá kjarna máls eru einmitt eitt af því sem við í Bjartri framtíð höfum mikið gagnrýnt. Hættum því. Tölum saman.

FRÉTTABLAÐIÐ
ÚTGÁFUFÉLAG: 365 miðlar ehf. STJÓRNARFORMAÐUR: Einar Þór Sverrisson FORSTJÓRI: Ingibjörg Stefanía Pálmadóttir ÚTGEFANDI OG AÐALRITSTJÓRI: Kristín Þorsteinsdóttir *kristin@frettabladid.is*
AÐSTOÐARRITSTJÓRAR: Hrund Þórsdóttir *hrund@stod2.is*, Kjartan Hreinn Njálsson *kjaranh@frettabladid.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* MARKAÐURINN: Hörður Ægisson *hordur@frettabladid.is* MENNING: Magnús Guðmundsson *magnus@frettabladid.is* LÍFIÐ: Guðný Hrönn Antonsdóttir *gudnyhronn@frettabladid.is* LJÓSMYNDIR: Vilhelm Gunnarsson *villi@365.is* FRAMLEIÐSLUSTJÓRI: Sæmundur Freyr Árnason *sfa@frettabladid.is*

Er hægt að sigra fasisma og hafa gaman í leiðinni?

Í DAG

Bergur Ebbi

Einu sinni var kaldhæðni sjaldgæft stílbragð. Þegar Oscar Wilde, sem virðist hafa verið frekar kaldhæðinn náungi, var uppi, gat kaldhæðni verið virkilega beitt. Þetta var á Viktoríutímanum. Þegar það var nánast hættulegt að vera kaldhæðinn opinberlega. Enda var Oscar Wilde settur í fangelsi fyrir „sódómíseringu“, hvað í fjandanum sem það er. Líklegast var hann settur í fangelsi fyrir einmitt það viðhorf: að hæðast að heimsku lagabókstafa sem fyrirskipuðu um kynferðismálefni fólks.

Frank Zappa, sem einnig var kaldhæðnispostuli sinnar kynslóðar, var einnig settur í fangelsi. Hann þurfti að vísu bara að dúsa í tíu daga, fyrir að hafa tekið sviðsett samfarahljóð upp á segulband. Þetta var í upphafi ferils hans. Allt frá þeim tíma talaði hann í miklum hæðnistón um stjórnvöld og ýmis boð og bönn. Frank Zappa var kaldhæðinn. Auðvitað var hann það. Hann kom inn í músíkbransann, neflangur og sveittur af ítalsk-arabískum ættum, á sama tíma og söngvarar í Ameríku voru ljóshærðir og bláeygir og sungu um mömmu sína. Hann var í stríði við alla. Plötuútgefendur, lögregluna og pabbana og mömmurnar. Frank Zappa var kaldhæðinn þegar fáir aðrir voru kaldhæðnir. Flestir voru alvarlegir á þessum tíma. Prestar voru alvarlegir. Lögreglan var ekki með fyndinn Instagram reikning. Forsetinn var alvarlegur.

Ég hef ekkert á móti kaldhæðni. Í gegnum tíðina hefur kaldhæðni verið kraftmikið stílbragð og fengið fólk til að hugsa. Og kaldhæðni getur líka fengið mann til að hlæja. En í sérhverju stríði þarf maður að velja vopn sín.

En nú erum við með forseta sem er kaldhæðinn. Forsetinn okkar vill ekki ananas á pitsur. Hann lét það út úr sér og heimurinn nötraði. Eða hvað? Nötraði hann í alvöru? Nei. Það var líka kaldhæðni. Allir skildu kaldhæðnina. Nema kannski einn gæi í Kanada (sem á víst að hafa fundið upp að hafa ananas á pitsur) en hann varð brjálaður og er víst dáinn núna (sem kemur reyndar málinu ekki við). En líklega var hann ekkert brjálaður. Það var líka kaldhæðni hjá honum. En hér er allt sagt í einlægni, þið getið farið yfir sérhverja hugsun hér orð fyrir orð og vegið það og metið. Punkturinn er sá að í dag er fólk í valdastétt einnig kaldhæðið.

Í Bandaríkjunum grasserar nú fasismi. Það eru engar ýkjur. Í skjóli popúlisma leyfist ofbeldisfullum hópum að hafa uppi afturhaldssöm sjónarmið. Stjórnvöld eru í ríkum mæli farin að fórna hagsmunum minnihlutahópa, tala niður kvenréttindi, vinna fyrir hagsmunum einangrunar og er sú þróun leidd áfram af sjálfum forsetanum. En það er ekki eins og Vesturlandabúar hafi tekið þessu þegjandi. Forseti Bandaríkjanna hefur verið vélbyssudritaður með kaldhæðnum athugasemdum alveg frá því að hann ákvað að gefa kost á sér í kjör forseta fyrir rúmum tveimur árum síðan. Hann hefur verið sagður þumbaralegur, með asnalegt hár, belgsíður, rassbreiður, typpskammur, með asnalegt nafn, nef og ásjónu. Margir hafa líka bent á kaldhæðnislegan hátt á stærra samhengið. Að hér sé Walmart- og byssuóða álfan að fá að finna á eigin skinni það sem hún sannarlega hefur látið yfir aðrar þjóðir ganga. Við þetta er ekkert að athuga, annað en að þetta virðist ekki vera að virka.

Sjáið til. Forseti Bandaríkjanna er ekki viktoríanskur kerfiskall sem er afhjúpaður á snilldarlegan hátt með kaldhæðni. Hann er sjálfur kaldhæðinn og er læs á þann leik rétt eins og hver annar. Hann meinar ekki allt sem hann segir, stundum er merkingin þveröfug við það sem orðin ættu að þýða, sé einhver merking. Hann talar fjálglega og af kæruleysi um alvarleg málefni í von um að kreista fram ódýra hlátra. Og stundum tekst það jafnvel. Ætli kaldhæðnis-stig Bandaríkjaforseta sé ekki álíka mikið og hjá venjulegu fólki þegar það tjáir skoðanir sínar á netinu.

Og hér kem ég loksins að lokapunktinum. Ég hef ekkert á móti kaldhæðni. Í gegnum tíðina hefur kaldhæðni verið kraftmikið stílbragð og fengið fólk til að hugsa. Og kaldhæðni getur líka fengið mann til að hlæja. En í sérhverju stríði þarf maður að velja vopn sín. Og kaldhæðni bítur ekki á nútíma fasisma. Ekki ögn. Kaldhæðni bítur ekki á fasisma Vesturlanda því kaldhæðni er ekki lengur einkavopn intellígensíunnar í stríði við spillt stjórnvöld. Kaldhæðni er allra. Allir nota og skilja kaldhæðni. Líka óvinurinn. En hvernig verður þá fasismi kveðinn niður?

Fasismi verður kveðinn niður með aga, hjartahlýju, lögfræðilegri kænsku og eftir atvikum persónulegum fórnum. Eitt af því fyrsta sem við þurfum að fórna eru þau þægindi að telja sig geta barist gegn fasisma og haft gaman í leiðinni.

Hvaða æru er verið að reisa við?

Bryndís Víglundsdóttir
fv. skólastjóri Þroskaþjálfaskólans

Nú fer fram í samfélagi okkar mikil umræða um æruna og uppreist æru. Samkvæmt málskilningi mínum ætti uppreist æru að þýða að manni sé aftur fengin eða gefin æran sem tapaðist. Ég er ekki löglærð og ef til vill skilur löggjafinn hugtakið á annan hátt en ég. En á mig sækir hugsunin hvort maður sem nauðgar t.d. fimm ára barni eigi einhverja æru.

Nefndarfundi í Alþingi var sjónvarpað 30. ágúst sl. og var þar rætt um uppreist æru og forsendur gjörningsins. Ég heyrði ekki að hugtakið æra væri skilgreint. Í orðabókum og á Netinu eru tilgreind mörg dæmi um notkun hugtaksins og mér virðist sem orðin æra og traust séu yfirleitt nefnd saman. Ég leyfi mér að tilgreina nokkur dæmi úr ýmsum áttum.

Æruverðugur einstaklingur nýtur trausts og virðingar vegna frammistöðu sinnar og verka. Hann nýtur trausts og virðingar bæði meðal almennings og nákominna sem þekkja hann best.

Æruverðugur einstaklingur umgengst meðbræður sína með virðingu og sjálfur á hann siðferðisstyrk sem ekki verður haggað.

Traustið og virðinguna ávinnur einstaklingurinn sér, aðrir geta ekki úthlutað þessum eiginleikum.

Andstæðan við ofantaldar lýsingar er svo ærulaus maður.

Og enn spyr ég hvaða æru er verið að veita barnaníðingum og öðrum níðingum AFTUR? Áttu þeir einhverja æru þegar þeir voru að vinna óhæfuverkin? Spyr sá sem ekki veit.

Dómsmálaráðherra talaði um að ástæða væri til að endurskoða núgildandi lög um það ferli sem kallað er uppreist æru. Verði af því vona ég að vandað verði til verka við lagasetninguna.

27.364 Íslendingar undirrita áskorun til forseta um sakaruppgjöf

Svanur Kristjánsson
prófessor emeritus í stjórnmálafræði við Háskóla Íslands

Í september 1952 gekk Guðmundur Thoroddsen, prófessor við Háskóla Íslands, á fund forseta Íslands, Ásgeirs Ásgeirssonar, og afhenti áskorun um sakaruppgjöf til handa þeim tuttugu mönnum sem Hæstiréttur dæmdi til refsinga vegna atburðanna 30. mars 1949. Vísað var til 29. gr. stjórnarskrár íslenska lýðveldisins:

„Forsetinn getur ákveðið, að saksókn fyrir afbrot skuli niður falla, ef ríkar ástæður eru til. Hann náðar menn og veitir almenna uppgjöf saka. Ráðherra getur hann þó eigi leyst undan saksókn né refsingu, sem landsdómur hefur dæmt, nema með samþykki Alþingis."

Forsetinn veitti áskoruninni viðtöku og „hafði góð orð um, að það yrði tekið í ríkisráði". Öll þessi mál eru viðfangsefni í merkri B.A. ritgerð Þorbjargar Ásgeirsdóttur í sagnfræði við H.Í: „Pólitískt réttlæti og andóf – Réttarhöldin vegna óeirðanna 30. mars 1949."

Um langt árabil héldu ýmsir lagaprófessorar við Háskóla því fram að forseti Íslands hefði ekki stjórnarskrárvarinn rétt til að neita að samþykkja lagafrumvörp og vísa þeim til þjóðaratkvæðagreiðslu. Nú er sagt á opinberum vettvangi að forsetinn geti ekki neitað að samþykkja tillögu dómsmálaráðherra um náðun og uppgjöf saka. Jafnvel að hægt sé að lögsækja forseta lýðveldisins undirriti hann ekki slíka tillögu! Hvort tveggja stangast á við skýr ákvæði stjórnarskrár og söguleg fordæmi um virkt vald forseta Íslands.

Kenningarnar um valdleysi forseta Íslands eru nefnilega fyrst og fremst hugarburður, jafnvel óskhyggja byggð á lélegri fræðimennsku.

Ríkið nýtir tekjur örorkulífeyrisþega sér til tekna

María Óskarsdóttir
formaður málefnahóps ÖBÍ um kjaramál

Félags- og jafnréttismálaráðherra hefur svarað fyrirspurn á Alþingi um áætlaðan kostnað við að afnema „krónu á móti krónu" skerðingar á greiðslum Tryggingastofnunar (TR) til örorku- og endurhæfingarlífeyrisþega.

Hvað er átt við með „krónu á móti krónu" skerðingum? Hvers vegna mikilvægt að afnema þessar 100% skerðingar? Hver eru áhrif þeirra á kjör þessara hópa?

„Krónu á móti krónu" skerðingar

Í september 2008 var framfærsluuppbót innleidd. Henni var ætlað að tryggja lífeyrisþegum ákveðna lágmarksframfærslu á mánuði. Ef allar skattskyldar tekjur lífeyrisþega, að meðtöldum tekjum frá TR, eru undir ákveðinni upphæð, sem nefnd var framfærsluviðmið, fær lífeyrisþegi mismuninn greiddan sem uppbót til framfærslu. Í byrjun janúar 2017 voru „krónu á móti krónu" skerðingar afnumdar af ellilífeyri frá TR. Stjórnvöld hafa hins vegar þráast við að afnema þessar 100% skerðingar af örorku- og endurhæfingarlífeyri nema samhliða innleiðingu svonefnds starfsgetumats. Mjög óljóst er hvað átt er við með hugtakinu „starfsgetumat" og er það efni í aðra grein.

Allar staðgreiðsluskyldar tekjur fyrir skatt skerða framfærsluuppbótina, krónu á móti krónu. Því eru allir þeir sem fá einhverjar tekjur annars staðar frá í raun að greiða niður almannatryggingar með tekjum sínum. Lítum á dæmi:

Dæmi: Atvinnutekjur

Sunna er 30 ára örorkulífeyrisþegi. Hún hefur mjög litla starfsgetu en nær að vinna sér inn 20.000 kr. á mánuði (fyrir skatt og iðgjöld). Þrátt fyrir atvinnutekjurnar hækka samanlagðar ráðstöfunartekjur ekkert, hún fær áfram útborgað 196.610 kr. á mánuði. Atvinnutekjur hennar lækka greiðslur TR til hennar um 20.000 kr. (krónu á móti krónu) á mánuði. Hvatinn til vinnu er enginn.

Dæmi: Lífeyrissjóðstekjur

Árni er 50 ára örorkulífeyrisþegi. Eftir að hann fékk greiðslur frá lífeyrissjóði sínum, 40.000 kr. á mánuði (fyrir skatt) lækkuðu greiðslur Tryggingastofnunar til hans um sömu upphæð. Samanlagðar tekjur hans eru 196.610 kr. eftir skatt, með og án lífeyrissjóðstekna. Það bætir því engu við lífskjör hans að hafa greitt í lífeyrissjóð og áunnið sér rétt þar.

Tekjur örorkulífeyrisþega nýttar til að spara fyrir ríkissjóð

Fjöldi örorkulífeyrisþega hefur lítinn eða engan ávinning af því að hafa greitt af tekjum sínum í lífeyrissjóð vegna „krónu á móti krónu" skerðinga. Réttindi þeirra af lögþvinguðum sparnaði eru þess í stað nýtt til að lækka greiðslur frá TR um allt að sömu fjárhæð og þeir fá greiddar úr lífeyrissjóði fyrir skatt, þ.e. til að spara fyrir ríkissjóð. Tekjuskattur leggst í raun við 100% skerðingar.

Er raunverulegur sparnaður af fátæktargildru?

Af svari félags- og jafnréttismálaráðherra má ljóst vera að ríkissjóður „sparar" tæpa 11,5 milljarða kr. árlega á kostnað örorku- og endurhæfingarlífeyrisþega með „krónu á móti krónu" skerðingum og eru þá aðrar skerðingar í almannatryggingakerfinu og víðar í „velferðarkerfinu" ekki meðtaldar. Það verður

Það er hægt að útrýma fátækt ef vilji er fyrir hendi. Fátækt er heilsuspillandi og dýr, bæði fyrir þá sem lifa í fátækt og samfélagið í heild.

að teljast mjög hæpinn sparnaður af grimmum tekjuskerðingum sem tryggja að fólki sé haldið í fátæktargildru. Það er hægt að útrýma fátækt ef vilji er fyrir hendi. Fátækt er heilsuspillandi og dýr, bæði fyrir þá sem lifa í fátækt og samfélagið í heild. Kostnaður ríkissjóðs af tekjuskerðingunum kemur því fram í auknum útgjöldum ríkissjóðs annars staðar.

Um 37% uppgefins „kostnaðar" renna til baka til ríkissjóðs

Í svari sínu segir félags- og jafnréttismálaráðherra að áætlaður „kostnaður" ríkissjóðs, sem er í raun ekki kostnaður, af því að afnema „krónu á móti krónu" skerðingar án þess að gera aðrar breytingar á kerfinu, myndi nema 11,5 milljörðum kr. á ári. Í því sambandi er minnt á að framfærsluuppbótin, eins og flestar aðrar greiðslur TR til örorku- og endurhæfingarlífeyrisþega, er tekjuskattskyld. Um 37% tekjuskattur af fjárhæðunum, sem gefnar eru upp sem kostnaður ríkissjóðs, rennur til baka til ríkissjóðs í formi opinberra gjalda (tekjuskatts og útsvars). Áætlaður „kostnaður" er því nær því að vera rúmir sjö milljarðar króna.

Hagsmunagæsla í miðbænum. Hver á Víkurgarð?

Hjörleifur Stefánsson
arkitekt

Ráðagerðir um að breyta Landsímahúsinu í hótel hafa lengi verið í mótun og eigendur hússins hafa lagt sig fram um að haga málum þannig að framkvæmdin verði eins arðbær og kostur er. Í því efni hafa þeir fengið dyggan stuðning skipulagsyfirvalda í Reykjavík.

En jafnframt hafa báðir þessir aðilar, húseigandinn og skipulagsyfirvöld, reynt að forðast hatrömm átök við þá sem hafa mótmælt ýmsum þáttum ráðagerðarinnar. Eindregin mótmæli gegn eyðingu gamalla, merkra húsa við Ingólfstorg og Thorvaldsensstræti báru til dæmis þann árangur að þeim verður líklega hlíft. Ef það gerist þá verður það ekki vegna þess að Reykjavíkurborg hafi gætt hagsmuna okkar, heldur þrátt fyrir að hún gerði það ekki.

Nú hefði annars mátt ætla að í þessum slag ætti Reykjavíkurborg að vera gæsluaðili hagsmuna hins almenna borgara og tryggja að byggingaráformin gangi ekki á umhverfisgæði borgarinnar. En því miður verður ekki séð að það sé raunin. Áhugamenn um varðveislu menningarminja og umhverfisgæða hafa þurft að berjast fyrir því að þessum þáttum verði ekki varpað fyrir borð. Á meðan barist var gegn niðurrifi húsanna við Ingólfstorg og Thorvaldsensstræti, heimilaði Reykjavíkurborg húseigandanum að hækka Landsímahúsið með því að setja kvisti á risið þótt það gangi í berhögg við hagsmuni almennings. Betra væri að húsið yrði áfram eins og það er og hækki ekki.

Hvers vegna gengur Reykjavíkurborg gegn hagsmunum almennings – hvaða hag hefur Reykjavíkurborg af því að leyfa stækkun á þessu húsi sem er of stórt fyrir?

Skipulagsyfirvöld vilja nú heimila að ný viðbygging rísi við suðurgafl Landsímahússins í stað þeirrar sem þar er nú og nýja byggingin á að teygja sig að Kirkjustræti og leggja undir sig væna sneið af gamla kirkjugarðinum. Þessu hefur verið kröftuglega mótmælt í mörgum blaðagreinum á undanförnum vikum, en flest bendir til að ekki verði tekið tillit til mótmælanna. Þeir sem mæla þessu bót gera það með fullyrðingu um að miklu hafi verið raskað í kirkjugarðinum og því megi nota þessa sneið hans í fjáraflaskyni. Vissulega hefur staðnum verið sýnd vanvirðing um nokkurra áratuga skeið, en í þúsund ár sýndu Reykvíkingar garðinum sóma og í meira en heila öld eftir að hætt var að grafa í honum var gengið um hann með tilhlýðilegri virðingu. Raskið sem þarna hefur átt sér stað á undanförnum áratugum ætti að verða hvatning til að snúa við blaðinu en ekki réttlæting fyrir frekari spjöllum.

Ákvörðunin um að byggja í kirkjugarðinum vekur enn meiri furðu en heimildin til að hækka húsið. Hvaða hagsmunir knýja borgaryfirvöld til að fórna hluta af elsta kirkjugarði borgarinnar? Enginn hefur hag af þessu. Vera kann að húseigandinn telji að þetta sé heppilegra fyrir hann, en þegar til lengdar lætur tapa allir, hann líka.

Það sem gerir Reykjavík að áhugaverðum stað lætur undan skref fyrir skref.

Hækkun á Landsímahúsinu rýrir gildi Austurvallar og viðbyggingin sem nú er áformuð veldur spjöllum á einum merkasta minjastað borgarinnar, Víkurkirkjugarði.

Þetta gengur ekki. Við eigum að leggja alúð við minjastaði borgarinnar og fegra stræti og torg eins og kostur er þótt það falli ekki að stundarhagsmunum einstaklinga.

STUNDUM ERU AUGNABLIKIN SEM ALDREI VERÐA ÞAU MIKILVÆGUSTU

Sagt er að öryggi snúist um nýsköpun. Uppfinning okkar á sjötta áratugnum á þriggja punkta bílbeltinu er frábært dæmi. Bakvísandi barnabílstóllinn sem við kynntum á áttunda áratugnum er annað gott dæmi. Sumir segja að öryggi snúist frekar um tækni eins og þá sem við kynntum um aldamótin sem greinir og varar við öðrum bílum í „blinda punktinum“ eða sjálfvirka hemla sem við kynntum í fyrsta skipti árið 2008.

Nýsköpun og tækni skipta vissulega máli í bílaöryggi. Það sem skiptir þó mestu máli er áhersla okkar á fólk sem er grundvöllurinn að hvatningu okkar til aukins öryggis. Allt sem við gerum er drifið áfram af fólkinu í bílunum og þeim sem eru fyrir utan. Þegar áherslan fer af tækninni og yfir á fólkið þá áttum við okkur á því að ábyrgð okkar er ekki eingöngu gagnvart augnablikinu þegar alvarlegur árekstur verður eða er við það að verða. Ábyrgðin felst í að tryggja ógleymanlegar stundir í framtíðinni sem verða vegna þess að slysum var afstýrt. Þess vegna smíðum við bíla fyrir fólk. Fyrir fólk sem ber umhyggju fyrir öðru fólki.

Brimborg | Brimborg Reykjavík Bíldshöfða 6 · Sími 515 7000 | Brimborg Akureyri Tryggvabraut 5 · Sími 515 7050 | volvocars.is

Um gæði nýju íslensku stjórnarskrárinnar – Þriðji hluti

Brandon V. Stracener
sérfræðingur við California Constitution Center í lagadeild Berkeley háskóla

Þetta er þriðja greinin í röð greina eftir þrjá sérfræðinga í stjórnskipunarrétti við lagadeild háskólans í Berkeley. Þar er gagnrýni á ferlið við gerð nýrrar stjórnarskrár á Íslandi greind og hrakin. Enn fremur er Alþingi hvatt til þess að samþykkja nýju stjórnarskrárdrögin.

Í þetta sinn lítum við á aðra tegund af gagnrýni sem beint hefur verið að stjórnarskrárdrögunum. Menn hafa fundið að þeirri leið sem farin var til þess að semja þau stjórnarskrárdrög, sem nú liggja fyrir Alþingi. Þessi gagnrýni tekur til kvartana yfir þeirri krókaleið sem ferlið lenti í á milli mismunandi opinberra stofnana, enn fremur því hversu opin (eður ei) umræðan og undirbúningsvinnan var, og að ágreiningsatriði hafi verið sniðgengin. Slíkar kvartanir eru lítils virði, enda í andstöðu hver við aðra, en það eitt sýnir að ferlið var í jafnvægi. Ólíkir hópar tóku þátt í ferlinu, og árangurinn varð skjal sem nýtist Íslandi best til að festa í sessi grundvallargildi og grundvallarlöggjöf.

Gagnrýnendur stjórnarskrárdraganna benda á ýmsar hindranir sem stjórnarskrárdrögin urðu fyrir í stjórnsýslunni og segja þær sönnun þess að þau séu gölluð. Hæstiréttur Íslands ógilti kjör stjórnlagaþings. Loks var nýtt stjórnlagaráð tilnefnt af Alþingi en ekki kosið. Þátttaka í þjóðaratkvæðagreiðslunni um stjórnarskrárdrögin var tiltölulega lítil miðað við kjörsókn á Íslandi almennt. Þó sigruðust Íslendingar á öllum þessum hindrunum og þær staðfestu að stjórnarskrárdrögin endurspegla sameiginleg gildi íslensku þjóðarinnar.

Hagsmunaaðilar komu líka að málinu. Stjórnlagaþingið þurfti ekki að hefja vinnuna við stjórnarskrárdrögin frá grunni. Tekið var mið af undirbúningsvinnu stjórnlaganefndar, núgildandi stjórnarskrá Íslands og öðrum nýlegum stjórnarskrám. Þáttur Alþingis fólst m.a. í því að samþykkja lög um stjórnlagaþing og tilnefna fulltrúa í stjórnlagaráð. Borgararnir tóku virkan þátt í að semja stjórnarskrárdrögin meðan á ferlinu stóð. Lítil þátttaka í þjóðaratkvæðagreiðslunni var aðeins til marks um það að þeir sem sátu heima vísuðu málinu til þeirra sem greiddu atkvæði. Stjórnarskrárdrögin voru samþykkt með 67% atkvæða þeirra sem tóku afstöðu, og telst það yfirgnæfandi meirihluti hvernig sem á málið er litið.

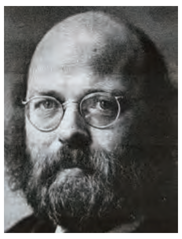
> **Nú er það svo, að stjórnarskrá er grundvallarskjal og henni er ætlað að endurspegla viðhorf heillar þjóðar. Stjórnarskrá er ekki svar við öllum spurningum, síst þeim sem eru svo umdeildar að ekki næst um þær samstaða innan hóps sem er mun afmarkaðri en þjóðin sjálf. Þess vegna er löggjöf nauðsynleg.**

Jafnvægi tryggt

Sumir fundu að því að ferlið hefði verið of opið. Aðrir kvörtuðu undan því að það hefði ekki verið nógu opið. Aðfinnslur og kvartanir af þessu tagi eru í andstöðu hvor við aðra. Í upphafi var blásið til almennra kosninga þar sem fólk var valið til þess verks að skrifa nýja stjórnarskrá. Tilteknir einstaklingar voru loks skipaðir til þess að semja heildstæð stjórnarskrárdrög. Þannig þróuðust stjórnarskrárdrögin frá því að vera hópvirkjunarverkefni í það að verða stjórnarskrárdrög stjórnarskrárnefndar, sem tilnefnd var af löggjafanum, og er lokagerðin í höndum sjálfs Alþingis. Þessir áfangar skerptu enn á stjórnarskrárdrögunum, þannig að jafnvægi var tryggt milli opins ferlis og aðkomu sérfræðinga. Allt þetta samþykktu kjósendur sjálfir með yfirgnæfandi meirihluta. Hefði nokkurt ferli getað reynst betur, þrátt fyrir krókaleiðirnar til núverandi draga?

Loks hafa sumir kvartað undan því að ágreiningsmál hafi verið sniðgengin og það skorti á að þau hafi verið rædd á sínum tíma, og sé því margt óljóst í stjórnarskrárdrögunum. Nú er það svo, að stjórnarskrá er grundvallarskjal og henni er ætlað að endurspegla viðhorf heillar þjóðar. Stjórnarskrá er ekki svar við öllum spurningum, síst þeim sem eru svo umdeildar að ekki næst um þær samstaða innan hóps sem er mun afmarkaðri en þjóðin sjálf. Þess vegna er löggjöf nauðsynleg. Hlutverk hennar er einmitt að tryggja að umræða fari fram og samstaða myndist. Stjórnarskrá ber að endurspegla þau gildi sem flestir sameinast um. Lög henta betur til þess að leysa úr ágreiningsatriðum. Að því er varðar ofangreindar aðfinnslur og kvartanir eru þær einmitt til marks um hvað ferlið heppnaðist vel, þannig að árangurinn varð stjórnarskrárdrög sem allir hagsmunaaðilar komu að, og sem endurspegla íslensku þjóðina í heild sinni.

Bankalánið Benedikt Bogason



Einar Valur Ingimundarson
umhverfisverkfræðingur

Það var hreint og klárt „bankalán“ fyrir Landsbankann að fá Benedikt Bogason hæstaréttardómara sem dómsformann í innheimtumáli gegn mér nýverið. Þrátt fyrir að bankinn væri með allt á hælunum í málatilbúnaðinum gegn mér, þá fór Benedikt létt með að dæma honum í vil.

Í fyrri grein minni rakti ég samskiptin við Landsbankann. Í stuttu máli hafði Landsbankinn hundsað fyrirmæli mín á árinu 2008 um að selja hlutabréf til að greiða upp yfirdráttarlán. Ég taldi að bankinn ætti að bera hallann af því að fara ekki eftir þessum skýru fyrirmælum, sem að sjálfsögðu voru hljóðrituð í bankanum. En bankinn gaf sig ekki og höfðaði innheimtumál á hendur mér árið 2014.

Skýr niðurstaða héraðsdóms

Ég varði mig sjálfur gegn Landsbankanum. Þar gerði ég einkum kröfu um að bankinn framvísaði hljóðritunum af símtölum mínum við starfsfólks hans, þar sem ég gaf fyrirmæli um að skuldin yrði gerð upp með sölu hlutabréfanna. Dómari í héraðsdómi var Jón Finnbjörnsson. Hann gaf bankanum þrjá mánuði til að finna þessar upptökur, enda hefur lengi verið vinnuregla þar að hljóðrita öll símtöl sem snúa að fjárhagslegum ákvörðunum. Bankinn sagðist engar upptökur finna. Dómarinn spurði hvort ég vildi reyna að sanna málsvörn mína á annan hátt og þáði ég það. Kom þá í ljós að ég gat fundið tvö vitni að þessum samskiptum mínum við bankann. Annað var vitni að símtali sem ég átti við starfsmann bankans og hitt vitnið mætti í bankann með mér á tilteknum degi þar sem ég ítrekaði kröfu mína um sölu bréfanna. Dómarinn tók framburð vitnanna góð og gild og sýknaði mig af kröfu bankans.

> **Ábyrgðina á varðveislu símtalanna og að finna þau flutti Benedikt sem sagt frá bankanum yfir til mín. Hann gerði enga kröfu til bankans um að finna hljóðupptökurnar sem þó eiga að vera til.**

Hraksmánarleg vinnubrögð hæstaréttardómara

Landsbankinn áfrýjaði dómnum til Hæstaréttar. Þar var Jóhanna Claessen, yfirmaður lánadeildar Landsbankans, svo ljónheppin að fá Benedikt Bogason sem dómsformann. Skemmst er frá því að segja að halda mætti að Benedikt hafi varla kynnt sér gögn málsins þegar hann kvað upp dóminn.

Hæstaréttardómarinn sagði ósannað að ég hefði gefið bankanum fyrirmæli um að selja hlutabréfin til að borga upp lánið. Hann sagði að það væri mitt vandamál að bankinn fyndi ekki hljóðupptökur af símtölunum, þar sem ég gat ekki munað við hvaða starfsmenn ég hefði talað á sínum tíma. Ábyrgðina á varðveislu símtalanna og að finna þau flutti Benedikt sem sagt frá bankanum yfir til mín. Hann gerði enga kröfu til bankans um að finna hljóðupptökurnar sem þó eiga að vera til.

Benedikt bankavinur hafði að engu framburð vitnanna um samskipti mín við bankann. Þannig gaf hann skít í hið faglega mat Jóns Finnbjörnssonar héraðsdómara á frásögn þeirra. Jón hafði yfirheyrt vitnin mjög rækilega til að vera viss um sannleiksgildi frásagnar þeirra.

Rökrétt hefði verið af Hæstarétti að sýkna mig af kröfu Landsbankans, eða vísa málinu aftur í hérað til að gefa bankanum annað tækifæri til að framvísa hljóðupptökunum. Niðurstaða Benedikts Bogasonar Landsbankanum í hag er vægast sagt stórfurðuleg. Hann horfir alfarið framhjá upplýsingum sem fram komu í héraðsdómi og styðja mitt mál að öllu leyti.

Hin „æskilega“ niðurstaða

Líklega á lýsing Jóns Steinars Gunnlaugssonar, hæstaréttarlögmanns og fyrrverandi hæstaréttardómara, ágætlega við um þessa bankafyrirgreiðslu Benedikts Bogasonar. Jón Steinar kemst svo að orði í nýlegum pistli á Pressunni:

„Ef dómari finnur ekki gildan rökstuðning fyrir niðurstöðu sinni er það yfirleitt vegna þess að hann er ekki til. Þá kann að gerast að komist sé að „æskilegri“ niðurstöðu án rökstuðnings.“

Rússland, Óvinur Evrópu – Fyrri hluti

Ingvar Gíslason
fv. alþingismaður og ráðherra

Þegar sú stund rann upp í sögu Evrópu að Sovétríkin voru formlega lögð niður árið 1991 var ég stjórnmálaritstjóri og leiðarahöfundur dagblaðsins Tímans, aðalmálgagns Framsóknarflokksins. Þess er að minnast að Framsóknarflokkurinn var þá mikilvægt stjórnmálaafl sem lét til sín taka.

Mér er vitaskuld minnisstætt að ég ritaði ýmislegt um þessa þróun heimsmála og fagnaði ekki síst því sem næst stóð að Eystrasaltsþjóðirnar öðluðust sjálfstæði og þjóðfrelsi eftir margra ára innlimun í Sovétríkin. Ekki lét ég undir höfuð leggjast að bera lof á Jón Baldvin Hannibalsson utanríkisráðherra fyrir skörulega framgöngu og frumkvæði þess að Ísland varð í raun fyrst allra vestrænna ríkja til þess að viðurkenna sjálfstæði Eystrasaltslandanna. Mér bjó einnig mjög í hug að benda á, að nú væri að því komið, að vestrænar þjóðir mótuðu skýra stefnu um friðvænleg samskipti við hið nýja Rússaveldi, viðurkenndu þá breytingu sem orðin var í stjórnkerfi þess, líta á þróunina sem upphaf að raunverulegum Evrópufriði, þar sem Rússland fengi viðurkenningu sem Evrópuríki, en ekki litið á það sem einhverja fjarlægja „austurblokk“.

> **Til þess að gera slíka friðarstefnu gildandi var að sjálfsögðu nauðsynlegt að virða stöðu og eðlilegar ríkisþarfir Rússlands, sýna því skilning um það sem hlaut að vera því samboðið. Þar kemur margt til greina, m.a. það að króa ekki ríki Rússa af sem landlukt óvinaflæmi.**

Eðlilegar ríkisþarfir

Til þess að gera slíka friðarstefnu gildandi var að sjálfsögðu nauðsynlegt að virða stöðu og eðlilegar ríkisþarfir Rússlands, sýna því skilning um það sem hlaut að vera því samboðið. Þar kemur margt til greina, m.a. það að króa ekki ríki Rússa af sem landlukt óvinaflæmi. Lithaár áttu í snörpum deilum um sambandsslitin við Sovétveldið, en þeir unnu það til friðar að sínu leyti að afmarka skika lands kringum Kalingrad (Königsberg) sem flotastöð fyrir Rússa!

Allt annað var uppá teningnum hvað varðaði samninga við Úkraínu, þar sem Gorbatsjov sá fyrir það sem nú er orðið, að hatrammar deilur standa um Krímskagann sem Rússaveldi hlaut að vera í mun að ekki væri lokað fyrir aðgang þess að Svartahafi og þær sjóleiðir sem þaðan liggja. Um þetta hef ég ekki fleiri orð að sinni, en bið góðan lesanda að geta í eyðurnar, sjá þróunina í ljósi raunsæis.

En lesandi góður! Nú ætla ég, mér til skemmtunar og þér trúlega til furðu, að venda mínu kvæði í kross. Sú kúvending er vel við hæfi, því allt er þvers og kruss í evrópskri friðarpólitík og býsna fjarlæg því sem ég vonaði á þeirri minnistæðu stund þegar Sovétríkin leystust upp fyrir meira en aldarfjórðungi. Sú von mín brást að ráðandi menn í Evrópu og Bandaríkjunum ynnu það til friðarins að virða Rússland sem stórveldi í Evrópu, hvað sem Sovétímanum leið. Um þetta er öll von úti. Rússland er nú óvinur Evrópu númer eitt.

Í stað þess að halda áfram að skrifa eins og leiðarahöfundur eða stjórnmálaskýrandi ætla ég að segja sögu af skrýtnum körlum, m.a. drykkfelldum belsebúbum og hrekkjalómum að hætti Íslenskrar fyndni.

Framhald greinarinnar mun birtast síðar undir nafninu Sagan af Jeltsín og Pútín.

FORVARNIR

STREITUSKÓLINN

Streita í samskiptum

Taktu frá fimmtudaginn **11. maí 2017** fyrir málþing um álag í starfi hjá starfsfólki í verslunar- og þjónustustörfum á **Hótel Reykjavík Natura**.

Dagskrá

08:00-08:30 Skráning og morgunkaffi
Fundarstjóri: Viktoría Birgisdóttir, B.S. sálfræði

08:30-08:40 Setning málþings
Ragnar Þór Ingólfsson formaður VR setur málþingið

08:40-09:20 Eðli streitu og áhrif á líðan og heilsu
Ragnheiður Guðfinna Guðnadóttir, M.S. vinnu- og félagssálfræði

09:20-10:00 Álag í samskiptum
Sveinbjörg Júlía Svavarsdóttir, Ph.D. sérfræðingur í félagsráðgjöf á heilbrigðissviði

10:00-10:20 Kaffi

10:20-10:50 Hagtölur og heilsa
Viðar Ingason, hagfræðingur VR

10:50-11:20 Sálfélagsleg vinnuvernd og heilsa
Ólafur Þór Ævarsson, geðlæknir, M.D., Ph.D.,

11:20-12:00 Fyrirtækjamenning og starfsánægja
Elín Kristín Guðmundsdóttir, M.S. mannauðsstjórnun, B.S. viðskiptafræði

Þátttökugjald er 19.500 kr.

Innifalið í gjaldinu eru ráðstefnugögn og kaffiveitingar á meðan á ráðstefnu stendur.

Nánari upplýsingar er að finna á **www.stress.is**

FRÉTTABLAÐIÐ
SPORT

Hlynur Bæringsson stóð í ströngu undir körfunni í leiknum gegn Grikkjum. Hann skoraði sjö stig og tók þrjú fráköst. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Hundsvekktur út í sjálfan mig

Grikkir smjöttuðu á mistökum körfuboltastrákanna okkar í 29 stiga sigri í Helsinki í gær. Frábær annar leikhluti kveikti vel í fjölda Íslendinga sem voru mættir í höllina en hinir þrír leikhlutarnir töpuðust samtals 38-79. Einn af þeim sem geta gert miklu betur er Martin Hermannsson sem dró ekki dul á eigin ábyrgð eftir leik.

Skrifar frá **Helsinki**

Óskar Ófeigur Jónsson
ooj@frettabladid.is

KÖRFUBOLTI Íslenska körfuboltalandsliðið byrjaði ekki annað Eurobasket-ævintýri sitt vel í Helsinki í gær. 29 stiga tap á móti sterku grísku liði, 61-90, var uppskeran en léleg hittni flesta skyttna liðsins og alltof ódýrir tapaðir boltar stærstan hluta leiksins buðu hættunni heim.

Frábær annar leikhluti, sem íslenska liðið vann með tólf stigum (23-11) sýndi hins vegar hvað strákarnir geta gert þegar þeir ná sínum takti. Vörnin á hálfum velli gekk líka vel lengstum en Grikkir smjöttuðu á mistökum strákanna sem sést vel á því að þeir skoruðu 22 hraðaupphlaupsstig gegn 2 í leiknum og voru alls með 31 stig í kjölfarið á töpuðum boltum íslenska liðsins.

Martin Hermannsson hefur verið aðalmaðurinn í sóknarleik liðsins í lokaundirbúningnum ekki síst vegna fjarveru Jóns Arnórs Stefánssonar og Hauks Helga Pálssonar vegna meiðsla. Sú staðreynd fór ekkert fram hjá Grikkjunum sem gerðu Martin lífið leitt allan leikinn.

Að hika er sama og tapa og það átti vel við í gær. Haukur Helgi Pálsson var sá eini sem lét vaða og skilaði hann 21 stigi í leiknum. Það var ekki eins og hann hafi verið sjóðandi heitur heldur miklu frekar að hann keyrði á Grikkina og lét þá hafa virkilega fyrir sér. Haukur fékk meðal annars tíu víti sem hann nýtti öll.

„Haukur var sá eini af okkur sem spilaði á pari. Það eru margir í liðinu sem eiga mikið inni og þá sérstaklega ég. Ég er hundsvekktur út í sjálfan mig og er staðráðinn í að koma tvö hundruð prósent til baka á laugardaginn,“ sagði Martin eftir leik.

„Þeir vissu alveg hvað þeir ætluðu að gera og ég fann það strax í byrjun þegar þeir voru byrjaðir að gefa olnboga og voru ekkert að hjálpa mér. Þeir gerðu vel og ég gef þeim kredit fyrir það. Ég þarf að vera klókari og ég hef nægan tíma til að hugsa um það fyrir laugardaginn,“ sagði Martin. Hann fékk nú að kynnast því sem Jón Arnór Stefánsson hefur oft lent í. Grikkir voru búnir að skoða hann vel og lögðu ofurkapp á að stoppa „fljótandi“ leik hans. Jón Arnór hefur ekki áhyggjur af Martin.

„Martin þarf bara að finna út úr því og hann gerir það. Hann er hörku góður og hefur sýnt það. Hann þarf bara stíga upp í sínum leik eins og við allir. Við þurfum að finna grúvið okkar því það er þarna. Við eigum alveg helling inni og það er það eina sem maður er svolítið daufur með því við getum svo miklu miklu betur. Við náðum ekki alveg að sýna það í dag nema í þennan stutta tíma,“ sagði Jón Arnór og vísar þar til annars leikhlutans.

Martin var næststigahæstur í íslenska liðinu á eftir Hauki ásamt fjórum öðrum en allir skoruðu þeir sjö stig.

„Það voru alltof mikið af töpuðum boltum og hraðaupphlaupum í kjölfarið. Það er rosalega dýrt fyrir okkur sérstaklega því við megum ekki gefa svona mikið af svona auðveldum körfum,“ sagði Martin. Hann faldi sig ekki fyrir sinni ábyrgð enda með sex tapaða bolta. Hræðileg þriggja stiga skotnýting var ekki heldur að hjálpa mikið (2 af 23, 9 prósent).

„Það er mjög gott að vita af því að Haukur var sá eini sem var að gera eitthvað sóknarlega en samt erum við inn í leiknum fram í þriðja leikhluta. Ef allir ná að smella á laugardaginn þá getur allt gerst," sagði Martin að lokum.

Ætla ekkert að hika á þessu móti

„Við hittum illa. Við hittum á rosalega lélegan skotdag. Mér fannst við fá skot en við settum þau bara ekki niður. Það þarf að breytast. Svo þurfum við að passa boltann og þá er þetta í flottum málum,“ sagði Haukur Helgi Pálsson eftir leikinn gegn Grikkjum í gær.
Hann segir að það þýði ekki að svekkja sig á úrslitunum.

„Þetta er fimm leikja mót og við þurfum eiginlega að gleyma þessum leik sem fyrst. Við eigum Pólland næst og það er leikur sem við ætlum að vinna. Við þurfum að mæta vel stemmdir til leiks og gera þetta fyrir áhorfendurna okkar,“ sagði Haukur Helgi. Hann hikaði hvergi í leiknum í gær og spilaði af krafti.

„Ég ætla ekkert að hika á þessu móti. Það gengur ekkert á móti þessum liðum. Við þurfum að setja kassann út, skjóta okkar skotum og lifa og deyja með því,“ sagði Haukur Helgi.

Tölfræði leiksins

Ísland		Grikkland
61		90
Fráköst	32 - 46	Fráköst
Stoðsendingar	17 - 22	Stoðsendingar
Skotnýting	32% - 54%	Skotnýting
3 stiga skot	2/23 - 7/16	3 stiga skot
Vítanýting	72% - 68%	Vítanýting
Tapaðir boltar	22 - 20	Tapaðir boltar

Maður leiksins

Haukur Helgi Pálsson bar af í íslenska liðinu. Hann skoraði 21 stig, tók fjögur fráköst og gaf tvær stoðsendingar. Átti eina eftirminnilega troðslu yfir varnarmann Grikkja í fyrri hálfleik.

EM í körfubolta

Finnar gerðu sér lítið fyrir og unnu Frakka, 84-86, eftir framlengingu í síðasta leik gærdagsins í A-riðli. Jamar Wilson var hetja Finna. Hann kom liðinu í framlengingu og skoraði svo sigurkörfuna þegar fimm sekúndur voru eftir af venjulegum leiktíma. Sannarlega óvæntur sigur hjá heimaliðinu.

Úrslit

A-riðill

Ísland - Grikkland 61-90

Stig Íslands: Haukur Helgi Pálsson 21, Hörður Axel Vilhjálmsson 7, Jón Arnór Stefánsson 7, Hlynur Bæringsson 7, Martin Hermannsson 7, Kristófer Acox 7, Pavel Ermolinskij 3, Tryggvi Snær Hlinason 2.

Slóvenía - Pólland 90-81

Frakkland - Finnland 84-86

B-riðill

Þýskaland - Úkraína 75-63

Litháen - Georgía 77-79

Ítalía - Ísrael 69-48

Pepsi-deild karla

FH - KR 0-1
0-1 Tobias Thomsen (67.).

Efst		Neðst	
Valur	37	Breiðablik	24
Stjarnan	30	Víkingur R.	22
KR	26	Fjölnir	19
FH	25	Víkingur Ó.	19
Grindavík	25	ÍBV	16
KA	24	ÍA	10

Pepsi-deild kvenna

Stjarnan - FH 2-0
1-0 Katrín Ásbjörnsdóttir (12.), 2-0 Harpa Þorsteinsdóttir (67.).

Efst		Neðst	
Þór/KA	38	FH	19
Breiðablik	33	Grindavík	14
Valur	31	KR	12
ÍBV	31	Fylkir	8
Stjarnan	30	Haukar	1

Inkasso-deildin

Haukar - Leiknir F. 5-3

Efst		Neðst	
Keflavík	40	Leiknir R.	29
Stjarnan	39	Fram	26
Haukar	33	Selfoss	24
Þróttur	33	ÍR	16
HK	33	Grótta	9
Þór	30	Leiknir F.	7

Í dag

15.50	Kasakstan - Svartfj.l.	Sport
18.30	Dell Technologies Ch.	Golfst.
18.35	Malta - England	Sport
18.35	Tékkland - Þýskal.	Sport 2
18.35	Danmörk - Pólland	Sport 3
20.45	HM markasyrpa	Sport
22.30	Cambia Portland Cl.	Golfst.

KRAKKA
DAGAR
20%
AFSLÁTTUR
AF ÖLLUM BARNAFATNAÐI,
BARNASUNDFÖTUM
OG BARNASKÓM
ÚT MÁNUDAG.*
ÚTILÍF
síðan 1974
KRINGLUNNI / SMÁRALIND
utilif.is
*Gildir ekki með öðrum tilboðum.
ÁRNASÝNIR

Var alfarið sjálfum mér að kenna

Ragnar Sigurðsson var hetja íslenska karlalandsliðsins í fótbolta í dramtískum sigri á Finnum fyrir tæpu ári. Nú er Ragnar farinn frá Englandi og kominn aftur í rússnesku deildina. Hann leitar hins vegar ekki að blóraböggli út af því hvernig þetta endaði hjá Fulham.

Ragnar Sigurðsson í leik með Rubin Kazan gegn Anzhi Makhachkala í rússnesku úrvalsdeildinni. NORDICPHOTOS/GETTY

FÓTBOLTI Miðvörðurinn Ragnar Sigurðsson skoraði tvö ógleymanleg mörk á árinu 2016. Það fyrra kom í 2-1 sigri á Englendingum í 16 liða úrslitum EM í Frakklandi en það síðara í 3-2 sigri á Finnum í Laugardalnum. Nú eru Ragnar og félagar mættir til Finnlands þar sem fram undan er svokallaður skyldusigur í harðri baráttu íslenska liðsins fyrir sínum fyrsta farseðli í úrslitakeppni heimsmeistaramótsins.

Íslenska liðið rétt slapp með skrekkinn í fyrri leiknum við finnska liðið og Finnar eru sýnd veiði en ekki gefin.

„Við ætlum að reyna að fá ekki á okkur mörk sem við gerðum síðast. Við fengum á okkur tvö mörk á móti Finnum sem er ekki okkur líkt. Það er það fyrsta sem við þurfum að bæta. Síðan þurfum við að halda okkar striki og gera það sem við erum góðir í að gera. Við vitum að við skorum alltaf og ef við höldum hreinu þá ætti þetta að vera í traustum höndum,“ segir Ragnar sem segir finnska liðið geta strítt íslenska liðinu.

„Þetta verður ekki auðveldur leikur. Mér hefur alltaf fundist Finnarnir vera erfiðir. Þeir eru duglegir, pirrandi og góðir í fótbolta. Þetta verður erfitt,“ segir Ragnar.

Búumst við sigri

Íslenska liðið á eftir fjóra leiki og er eins og er í öðru sæti riðilsins á verri markatölu en toppliðið Króata. Íslenska liðið hefur unnið báða leiki sína í riðlinum á árinu 2017, þann fyrri í Kosóvó í mars og þann seinni á móti Króötum í Laugardalnum í júní.

„Við erum akkúrat á þeim stað sem við ætluðum okkur að vera á þessum tíma sem var að eiga möguleika á að vinna riðilinn. Við lítum á þessa tvo næstu leiki sem leiki sem við eigum að vinna. Íslenska landsliðið er bara orðið svoleiðis. Við búumst við sigri,“ segir Ragnar og bætir við.

„Finnarnir eru lið í dag sem við eigum að vinna. Svo eigum við heimaleik á móti Úkraínu. Úkraína á að vera sterkara lið heldur en bæði við og Finnar. Við vitum hins vegar hvað við erum góðir á heimavelli. Við erum að fara í þetta til að vinna,“ segir Ragnar.

Í frábæru formi

Ragnar er nú aftur kominn til Rússlands eftir misheppnað tímabil með Fulham í ensku b-deildinni. Fulham lánaði hann til Rubin Kazan.

„Staðan á mér er frábær. Ég er kominn til Rubin og ég sá það strax að ég átti að fara beint inn í liðið. Svo meiddi ég mig á fyrstu æfingu og missti af þremur leikjum af því að ég var smá meiddur. Ég spilaði í hálftíma í þar síðasta leik og spilaði allan leikinn síðast. Ég er í formi og það er ekkert hægt að setja út á formið á mér,“ segir Ragnar sposkur en það var mikið til umræðu í síðasta landsleik á móti Króatíu.

> Ég tók þetta ekki alveg nógu alvarlega þegar ég kom þarna.
>
> Ragnar Sigurðsson

Sigurmark Ragnars í fyrri leiknum á móti Finnum á Laugardalsvellinum kom á sjöttu mínútu í uppbótartíma. Fyrir vikið vann íslenska liðið sinn fyrsta leik í undankeppninni og fékk þrjú dýrmæt stig í hús. Án þeirra væri íslenska í fjórða sæti riðilsins í stað þess að vera við hlið Króata á toppnum.

„Við vorum bara svolítið heppnir á móti Finnunum eins og við höfum talað áður um. Markvörðurinn þeirra átti samt bara einn besta leik sem ég hef séð markmann spila. Hann varði og varði allan leikinn. Við hefðum getað verið búnir að skora fleiri mörk áður en við skoruðum þessi tvö mörk í endann. Stundum þurfa miðverðirnir að hjálpa til fram á við,“ sagði Ragnar brosandi.

Tók þetta ekki nógu alvarlega

Hann fer ekkert í felur þegar talið berst að tímabilinu með Fulham sem voru vonbrigði fyrir mann sem hafði slegið í gegn á EM í Frakklandi sumarið áður.

„Ég hef haft rosalega mikinn tíma til að hugsa um þetta. Ég sé það bara að þetta var alfarið sjálfum mér að kenna. Ég tók þetta ekki alveg nógu alvarlega þegar ég kom þarna,“ sagði Ragnar og hlífir ekki sjálfum sér.

„Eftir EM þá var maður svolítið hátt uppi og ég hugsaði bara að ég gæti komið þarna og rúllað þessu upp án þess að reyna alltof mikið á mig eða eitthvað. Ég lít þannig á það að þetta hafi alfarið verið mín sök,“ sagði Ragnar og bætti við:

„Í endann hafði þjálfarinn enga trú á mér lengur. Það var ekki honum að kenna heldur bara sjálfum mér. Maður verður að líta raunsætt á þetta því það þýðir ekki að fara að blekkja sjálfan sig í algjöru bulli,“ sagði Ragnar hreinskilinn að lokum. ooj@frettabladid.is

KR-sigur í stórleiknum

Drjúgir Danir KR komst upp í 3. sæti Pepsi-deildarinnar með 0-1 sigri á FH í gær. Daninn Tobias Thomsen skoraði sigurmarkið eftir sendingu frá landa sínum, Morten Beck, sem er hér með boltann. FRÉTTABLAÐIÐ/EYÞÓR

Fólk
Lífsstíll
FÖSTUDAGUR 1. SEPTEMBER 2017

Æ fleiri rannsóknir benda til þess að betra sé að borða vel á morgnana, minna í hádeginu og minnst á kvöldin. Einnig að gefa eigi líkamanum frí frá áti öðru hvoru með föstu.

lífsstíll →4

Boðið verður upp á hönnunar- og myndlistarveislu í miðbæ Reykjanesbæjar á Ljósanótt. Þar munu m.a. hönnuðir af Suðurnesjum sýna framleiðslu sína og kynna fyrir gestum hátíðarinnar.

lífsstíll →6

Valborg Rut Geirsdóttir er einhleyp kona sem ákvað að eignast barn með glasafrjóvgun. Hún er nú orðin móðir sjö og hálfs mánaða þríbura. Hér heldur hún á Bergdísi Köru og í sófanum hjá þeim sitja Brynjar Kári og Bríet Karitas. MYND/AUÐUNN NÍELSSON

Þreföld gleði alla daga

Akureyringurinn Valborg Rut Geirsdóttir hló endalaust þegar hún komst að því að hún ætti von á þríburum eftir að hafa fengið þá hugdettu að eignast barn ein. Hún upplifði bæði sorg og gleði á leið sinni að því að verða móðir. →2

Þórdís Lilja Gunnarsdóttir
thordisg@365.is

Framhald af forsíðu ➭

Þríburarnir Bergdís Kara, Brynjar Kári og Bríet Karítas. Systurnar eru eineggja og segir Valborg þær geta verið ansi líkar í útliti þótt henni finnist þær líka afar ólíkar. „Ef ég er að flýta mér get ég alveg ruglast á þeim en ég er nú fljót að átta mig!“ segir hún og hlær. MYND/AUÐUNN NÍELSSON

Ég hélt að læknirinn væri að grínast og trúði varla eigin augum þótt ég sæi sjálf þrjú kríli á sónarskjánum,“ segir Valborg sem átti í mesta basli með að halda andlitinu á meðan hún var í sónarnum. „Um leið og ég kom út af sjúkrahúsinu sprakk ég úr hlátri, alein. Ég hló endalaust. Ég hafði þrisvar farið í sónar áður og alltaf sást einn hjartsláttur. Þrátt fyrir það spurði ég alltaf hvort fóstrið væri örugglega bara eitt, og jú, það var pottþétt bara eitt. Innri tilfinning sagði mér þó annað og þess vegna þótti mér svo fyndið og skondið þegar hið rétta kom í ljós.“

Valborg hefur alltaf verið viss um að móðurhlutverkið ætti vel við hana. Árið 2012, þá 25 ára, fékk hún hugdettu um að eignast barn ein, með aðstoð tæknifrjóvgunar, en taldi skynsamlegt að hika aðeins með framkvæmdina.

„Ég vildi bíða og sjá hvort ég áttaði mig á hvað hugmyndin væri klikkuð og hvort ég hætti ekki við. Það gerðist ekki og með tímanum varð ég æ vissari um að þetta væri það rétta. Af hverju, veit ég ekki. Þetta var bara týpískt ég.“

Meðganga Valborgar með þríbura í maganum gekk furðu vel þótt hún hafi vissulega reynt mikið á líkamann.

„Það er ótrúleg upplifun og kraftaverk að fá að ganga með öll þessi börn og að það gangi svona vel. Að finna þau öll sparka, hvert á sínum stað, var yndislegt og ég fann fljótt hvað þau voru ólíkir karakterar. Þau komu svo í heiminn eftir 33 vikna meðgöngu og voru 5, 6 og 8 merkur. Börnin voru óskaplega dugleg, voru bara í tvo daga í hitakassa á vökudeildinni þar sem við vorum í þrjár vikur.“

Fæddi fyrst andvana son

Það var sannkölluð hamingjustund þegar Valborg fékk hvítvoðungana sína þrjá í fangið þann 19. janúar síðastliðinn.

„Það var ótrúleg tilfinning og mjög langþráð að heyra grát lifandi barna þegar þau komu í heiminn. Mér var mjög létt að þau væru loks komin öll lifandi. Börnin voru tekin með keisara og fóru beint á vökudeildina. Ég fékk þau svo í fangið nokkrum tímum síðar, sem var auðvitað besta tilfinning í heimi. Ég var lengi að trúa því að ég ætti þau í alvörunni öll,“ segir Valborg og brosir sæl að minningunni.

Valborg varð fyrst barnshafandi eftir tæknifrjóvgun árið 2014 en í desember sama ár fæddist drengurinn Pétur Emanúel andvana eftir tæplega 30 vikna meðgöngu.

„Að missa barnið sitt er lífsreynsla sem breytir manni fyrir lífstíð og ætti ekkert foreldri að þurfa að jarða barnið sitt. Ég vissi þó að ég ætlaði ekki að gefast upp og ákvað strax að leggja mig alla fram til þess að Pétur Emanúel fengi systkini sem vonandi fengi að lifa. Þessi erfiða reynsla setti mikið mark á meðgönguna núna og ég var aldrei róleg. Ég held að ég hafi andað eðlilega í fyrsta skipti í marga mánuði þegar ég heyrði þriðja barnið gráta á skurðstofunni. Þá vissi ég að ég færi heim af sjúkrahúsinu með lifandi barn, og meira að segja þrjú,“ segir Valborg, þakklát læknum og ljósmæðrum Landspítala; og sannfærð um að hún hefði aldrei komist í gegnum þríburameðgönguna ef ekki hefði verið fyrir þétt eftirlit þeirra og stuðning.

> **„Að missa barnið sitt er lífsreynsla sem breytir manni fyrir lífstíð. Sú reynsla setti mikið mark á seinni meðgönguna og ég var aldrei róleg. Ekki fyrr en ég heyrði þriðja barnið gráta á skurðstofunni.**

Ólíkir einstaklingar

Tilvera Valborgar tók stakkaskiptum við að fá þrjú ungbörn inn á heimilið. Hún er Akureyringur og hafði undanfarin þrettán ár starfað í Sumarbúðum KFUM og KFUK í Vatnaskógi.

„Það breyttist auðvitað allt við daglegt líf, líkt og gerir hjá öllum foreldrum með tilkomu barns. Hér vakna allir brosandi um klukkan sex á morgnana og þá förum við fram úr og hefjum daginn. Börnin vaka yfirleitt í tvo til þrjá tíma áður en þau taka fyrsta lúr dagsins. Þau sofa mismikið enda mjög ólíkir einstaklingar þótt þau séu þríburar. Hér eru matartímar á þriggja tíma fresti og leik- eða svefntími þess á milli. Það er aldrei dauður tími og alltaf líf og fjör allan daginn,“ segir Valborg og kann því svo sannarlega vel.

„Það gengur bara vel að vera einstæð móðir þriggja ungbarna. Ég reyni allavega mitt besta og held að mér farist þetta bara nokkuð vel úr hendi. Vitaskuld er verkefnið krefjandi en jafnframt svo skemmtilegt. Sem betur fer erum við heppin með fólkið okkar og eru foreldrar mínir og móðursystur duglegar að hjálpa til. Fyrir það erum við mjög þakklát; hér er alltaf hægt að nota auka hendur.“

Móðir Valborgar sér til þess að dóttir hennar fái stundum náðarstund.

„Eðlilega hef ég lítinn tíma fyrir sjálfa mig sem stendur, en mamma kemur stundum og fer með börnin í gönguferð svo að ég gæti kannski sofið í tvo tíma án truflunar, skroppið í búðina eða sinnt einhverju sem þarf að græja.“

Valborg verður í fæðingarorlofi í sextán mánuði en fæðingarorlof lengist um þrjá mánuði fyrir hvert barn og þegar börn eru getin með aðstoð gjafa fær móðirin rétt til að nota mánuðina sem faðirinn annars fengi. Þá á móðir, sem á barn sitt ein, rétt á barnalífeyri sem greiddur er af ríkinu og er upphæðin sú sama og ef um meðlag væri að ræða.

„Því fylgir auðvitað mikill kostnaður að eignast barn. Við fengum bílstólana og þríburavagninn að gjöf, sem munaði heilmiklu. Þessir hlutir eru dýrir en eitthvað sem verður að eiga. Þetta gengur allt saman upp enn sem komið er og ég vona að það muni ganga jafn vel áfram,“ segir Valborg.

Samúðargrátur í kór

Valborg er full tilhlökkunar fyrir framtíðinni og nýtur hvers dags með þríburunum.

„Það eru algjör forréttindi að fá að eiga þríbura. Það er svo gaman að sjá þau þroskast og uppgötva heiminn. Þau sýna hvert öðru mikinn áhuga og eru strax byrjuð að rífa dót og snuddur hvert af öðru. Þau eru rosalega ólíkir karakterar en jafnframt mjög samrýnd. Ef eitt grætur fara til dæmis hin tvö oft líka að gráta, bara til að vera með í kórnum!“

Systkinin heita Bergdís Kara, Bríet Karítas og Brynjar Kári.

„Ég fór í marga hringi með nafnavalið enda er mikil ábyrgð fólgin í því að velja barni sínu nafn. Eitt nafnanna hafði ég ákveðið fyrir mörgum árum, svo ég horfði út frá því. Ég vildi til dæmis ekki að þau yrðu á mjög ólíkum stöðum í stafrófinu og fannst leiðinlegt ef eitt væri alltaf framarlega en eitt síðast, upp á skóla og slíkt. Mér fannst líka að annaðhvort þyrftu öll eða ekkert að heita í höfuðið á einhverjum, svo ég ákvað að öll skyldu fá nöfn sem ekki voru fyrir í fjölskyldunni. En fyrst og fremst valdi ég nöfn sem mér þykja falleg og að mörgu leyti var það tilviljun að þau áttu svona vel saman,“ útskýrir Valborg.

Hún segist vissulega vekja athygli með börnin þegar þau fari í spássitúr um bæinn.

„Mér fannst það rosalega óþægilegt fyrst, en það er að venjast. Það kemur oft fyrir að fólk stoppi mig og spyrji hinna og þessara spurninga og hvort ég eigi öll þessi börn. Ég viðurkenni að mig langar stundum að fá að vera í friði og vera venjuleg mamma sem þarf ekki að svara spurningum þegar ég fer í gönguferð. Við erum voða venjuleg fjölskylda þótt börnin hafi öll fæðst á sama degi,“ segir hún kankvís.

Karlar verði ekki óþarfir

Valborg vakti athygli fyrir gagnrýni á háan kostnað, lélegan tækjabúnað og slaka þjónustu Art Medica, sem var eina læknastöðin sem sinnti tæknifrjóvgunum hér á landi þar til sænska fyrirtækið IVF Sverige keypti hana og lagði niður. Í staðinn var opnuð ný stofa, IVF Klíníkin, sem býður upp á nýjustu aðferðir í ófrjósemismeðferðum.

„Ég sagði skilið við Art Medica en er ánægð með að tæknin hér heima hefur tekið miklum framförum með nýjum tækjum. Mér skilst líka að skipulagið hafi breyst til hins betra en kostnaður við meðferðirnar hefur því miður hækkað enn frekar,“ segir Valborg, sem eftir mikla umhugsun fór til Danmerkur í tæknifrjóvgun.

„Það var eiginlega svolítið gott að fara í annað umhverfi þar sem maður gat einbeitt sér að því að upplifa og njóta, því það fer mikið í gegnum hugann í meðferðunum. Tæknifrjóvgunum fylgir mikið andlegt og líkamlegt álag, sérstaklega ef meðferðirnar eru orðnar margar. Ég fór fjórar ferðir til Danmerkur sem að lokum skiluðu mér þessum frábæra árangri.“

Valborg telur einstaklingsbundið hvort tæknifrjóvgunarleiðin henti konum í barneignarhugleiðingum.

„Þessi leið var sú rétta fyrir mig og hentaði mér vel, en ég myndi ekki mæla með þessu við hvern sem er, alls ekki. Mér finnst líka mikilvægt að það verði ekki að tískubylgju að konur eignist börn sín einar með gjafa. Ég vil ekki að karlmenn verði óþarfir og það er mikilvægt að hafa hugfast að uppeldi er að sjálfsögðu auðveldara fyrir tvo en einn, ef um samhenta einstaklinga er að ræða.“

Spurð hvort hana langi í fleiri börn segist Valborg ekki viss um að mega svara þeirri spurningu játandi.

„Ég geri ráð fyrir að fæstir sem eignast þríbura eignist fleiri börn og ætli flestum þyki ekki nóg komið. En ég játa að ég gæti vel hugsað mér eitt eða tvö í viðbót, svona eftir nokkur ár. Ég veit þó ekki hvað verður, enda ekki sjálfsagt að eignast börn. Ég er bara yfir mig þakklát fyrir þetta flotta þríeyki mitt.“

Og hamingjan er við völd hjá Valborgu og gleðigjöfunum þremur.

„Að vera þríburamamma er frábært hlutverk. Það eru algjör forréttindi að fá að fylgjast með þessum litlu einstaklingum á hverjum degi og vakna með þeim brosandi á hverjum morgni. Þetta er eiginlega þreföld gleði.“

Taktu skrefið, ekkert einnota plast í september!

Hvað getum við gert?

- Afþakkað rör, plastlok og einnota plastglös.
- Komið með margnota mál og eigin ílát til áfyllingar. Æ fleiri staðir bjóða upp á það.
- Skilað öllu plasti í endurvinnslu í stað þess að henda því í almennt rusl.
- Notað margnota poka, pappakassa, bakpoka eða önnur margnota ílát í stað plastpoka.

Fleiri lausnir á plastlausseptember.is

#plastlaus

Plastlaus september er árvekniátak sem er ætlað er að vekja fólk til umhugsunar um ofgnótt og skaðsemi plasts í umhverfinu og benda á leiðir til að draga úr notkun á einnota plasti. Við hvetjum fólk til að taka þátt í Plastlausum september, og vonum að þátttaka í átakinu leiði til minni plastnotkunar til frambúðar.

PLASTLAUS SEPTEMBER

Stærsta máltíðin að morgni

Margir kannast við að skófla í sig skál af morgunkorni og kaffi í flýtinum á morgnana en borða svo vel í hádeginu og jafnvel mest á kvöldin. Æ fleiri rannsóknir benda til þess að betra væri að snúa dæminu við. Eins virðist gott að gefa líkamanum frí frá áti með föstu inni á milli.

Vera Einarsdóttir
vera@365.is

Svo virðist sem líkaminn ráði betur við stórar máltíðir í upphafi dags en að sami kaloríufjöldi þegar líður að kvöldi safnist fremur upp í formi fitu. Nýlegar rannsóknir á bæði dýrum og mönnum benda með öðrum orðum til þess að ekki þurfi aðeins að horfa á kaloríur heldur líka klukkuna þegar kemur að mat og þyngdarstjórnun.

Halda frekar kjörþyngd

Nýleg rannsókn á matarvenjum 50.000 sjöunda dags aðventista yfir sjö ára tímabil sýndi að þeir sem borða stóra máltíð að morgni, minni í hádeginu og léttan eða jafnvel engan kvöldmat koma efnaskiptunum fyrr í gang og draga þannig úr líkum á offitu. Þeir þátttakendur sem borðuðu stærstu máltíðina að morgni áttu með öðrum orðum auðveldast með að halda kjörþyngd. Lægsta BMI hafði svo átta prósent hópsins sem borðaði síðustu máltíðina snemma eftirmiðdags og síðan ekkert fyrr en morguninn eftir, eða föstuðu í 18 til 19 tíma á sólarhring.

„Svo virðist sem líkami okkar sé hannaður til að borða vel og fasta á víxl í stað þess að vera stöðugt að narta,“ segir dr. Hana Kahleova, ein þeirra sem standa að baki rannsókninni sem var birt í The Journal of Nutrition í sumar. Hún segir það að borða stærstu máltíðina að morgni jafnframt virðast hafa jákvæð áhrif á þyngdina. „Ástæðan er líkast til sú að virkni insúlíns, sem myndast í brisinu og heldur blóðsykrinum í skefjum, virðist vera mest í upphafi dags. Maturinn nýtist okkur því best á þeim tíma.“

Ísraelski vísindamaðurinn dr. Daniela Jakubowicz Wolfson við Heilsustofnun Tel Avív, hefur rannsakað þetta frekar. Hún skipti konum með offitu upp í tvo hópa. Hvor hópur fyrir sig neytti 1.400 hitaeininga á dag. Annar helmingurinn neytti 700 kaloría að morgni, 500 í hádeginu og 200 á kvöldin. Hinn sneri dæminu við. Eftir 12 vikur höfðu konurnar í báðum hópunum grennst en þær sem borðuðu stærstu máltíðina að morgni um tvisvar sinnum meira.

Amerísku hjartaverndarsamtökin hafa bent í sömu átt en í upphafi árs gáfu þau út yfirlýsingu þess efnis að með því að tímasetja máltíðir betur megi mögulega draga úr hættu á hjarta- og æðasjúkdómum. Þar er mælt gegn því að fólk sleppi því að borða morgunmat, líkt og 20-30 prósent Bandaríkjamanna gera, enda hefur það verið tengt aukinni hættu á insúlínónæmi og sykursýki. Samtökin hafa einnig bent á að stöku föstur geti dregið úr offitu, í það minnsta til skamms tíma.

Flestir eru stilltir inn á að setjast niður að snæðingi á kvöldin og á það sér djúpar menningarlegar rætur. Ýmislegt bendir til þess að það sé þó ekki endilega líkamanum fyrir bestu.

Áhrif líkamsklukkunnar

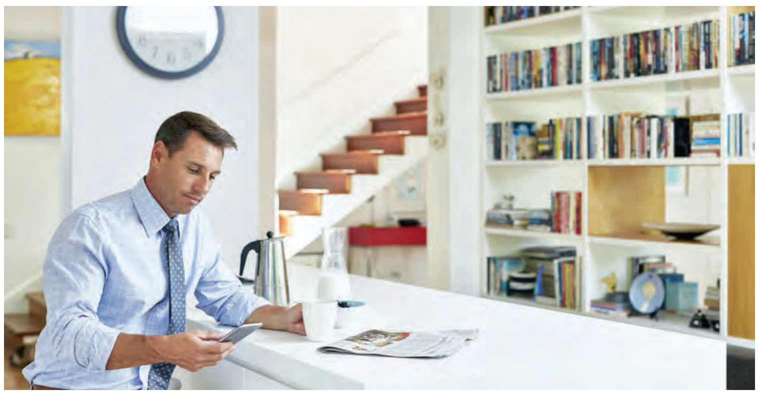
Dr. Satchidananda Panda, prófessor við Salk stofnunina í San Diego og einn fremsti vísindamaður heims í rannsóknum á áhrifum líkamsklukkunnar á heilsu, hefur komist að sömu niðurstöðu, en hann heldur fyrirlestur á heilsuráðstefnunni Who Wants to Live Foerever, sem verður haldin í Hörpu föstudaginn 8. september næstkomandi.

„Ef þú gæfir heilbrigðum einstaklingi stóran skammt af glúkósa í upphafi dags myndi blóðsykurinn haldast hár í einn til tvo tíma þar til hann næði jafnvægi á ný. Ef þú gæfir sama einstaklingi sama magn seint að kvöldi, þegar insúlínvirknin er í lágmarki, myndi blóðsykurinn haldast hærri mun lengur, eða í allt að þrjá tíma.“ Þetta hefur verið kallað kvöldsykursýki, en þeir sem eru haldnir sykursýki mynda of lítið insúlín og geta þar af leiðandi ekki haldið blóðsykrinum eðlilegum sem aftur hefur verið tengt við fjölda annarra lífsstílssjúkdóma.

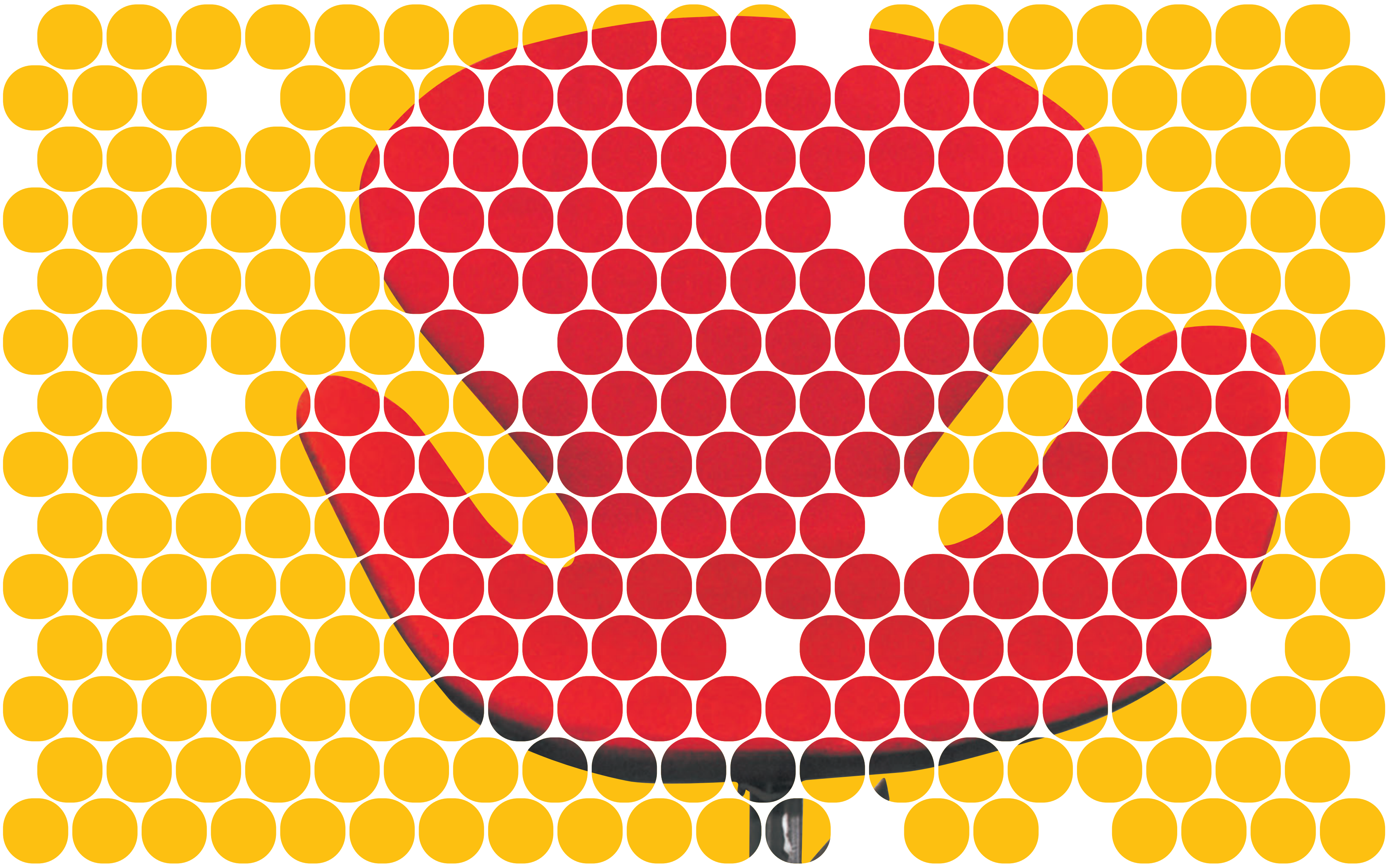
Dr. Panda hefur líka bent á að gott sé að gefa líkamanum lengri hvíld frá áti. Hann bað sjálfboðaliða að mynda allt sem þeir borðuðu og drukku yfir daginn og komst að því flestir borðuðu yfir 15 tíma tímabil og tóku sér aðallega hvíld á nóttunni. Hann hafði áður komist að því í músatilraunum að með því að gefa dýrum óheftan aðgang að ís, osti og flögum allan sólarhringinn þróuðu þær með sér insúlínónæmi og offitu á tíu vikum. Þær sem fengu sama kost yfir átta tíma tímabil og föstuðu það sem eftir lifði sólarhringsins urðu hins vegar ekki feitar og hafa ýmsar fleiri dýrarannsóknir í gegnum árin bent í sömu átt.

> Mýs sem fá óheftan aðgang að ís, osti og flögum allan sólarhringinn þróa með sér insúlínónæmi og sykursýki á tíu vikum.

Að mati Kahleova bendir margt til að fólk ætti að hafa það í huga að stækka morgunverðinn og minnka kvöldmáltíðina. Að það ætti að fylgja gamla máltækinu að borða morgunmat eins og kóngur, hádegismat eins og prins og kvöldmat eins og sveitarómagi. „Þessu kann þó að vera erfitt að snúa við enda flestir stilltir inn á að setjast að snæðingi á kvöldin. Það á sér einfaldlega djúpar menningarlegar rætur.“ Hún segir þó ekki úr vegi að reyna að hafa þetta í huga eins oft og kostur er.



Virkni insúlíns virðist vera meiri í upphafi dags en seint á kvöldin.



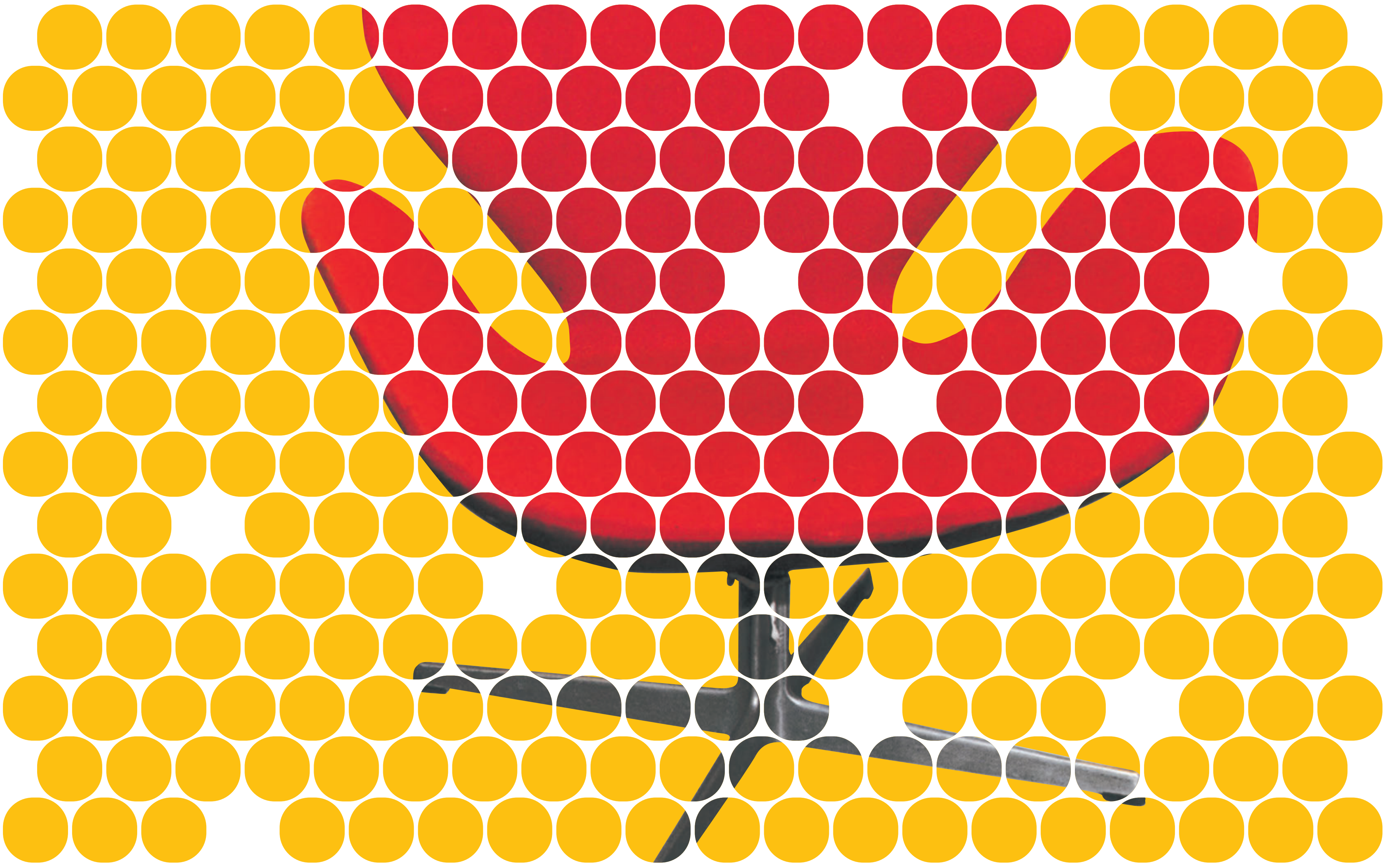
Allt að sjötíu prósenta afsláttur af sýningarvörum

Í DAG, Á MORGUN LAUGARDAG OG SUNNUDAG, 1. TIL 3. SEPTEMBER

HANS J. WEGNER,
ARNE JACOBSEN,
BORGE MOGENSSEN,
PHILIPPE STARCK,
ERIK MAGNUSSEN, OFL.

Skeifan 6 / 5687733 / www.epal.is

epal



Hönnunarveisla á Ljósanótt

Boðið verður upp á hönnunar- og myndlistarveislu í miðbæ Reykjanesbæjar á Ljósanótt. Þar munu m.a. hönnuðir af Suðurnesjum sýna framleiðslu sína og kynna fyrir gestum hátíðarinnar.

Starri Freyr Jónsson
starri@365.is

Bæjarhátíðin Ljósanótt hófst í Reykjanesbæ á miðvikudag og stendur yfir fram á sunnudag, 3. september. Meðal fjölmargra áhugaverðra viðburða þessa dagana er hönnunar- og myndlistarveisla sem haldin er á Park Inn By Radisson Keflavík hótelinu sem stendur í miðbæ Reykjanesbæjar.

Þar munu hönnuðir af Suðurnesjum, auk nokkurra frá höfuðborgarsvæðinu, sýna og kynna hönnun sína fyrir gestum hátíðarinnar. Meðal þeirra eru fatahönnuðurinn Helga Björg Steinþórsdóttir hjá Mýr Design og Eva Hrund Gunnarsdóttir sem rekur skartgripafyrirtækið Bambaloo.

Báðar eru þær Suðurnesjakonur og segjast lítið finna fyrir því að vera staðsettar utan höfuðborgarsvæðisins enda selja þær hönnun sína að mestu leyti gegnum Facebook. „Sala gegnum Facebook hefur gengið mjög vel hjá mér. Skartgripirnir eru ekki þungir og því eru þetta léttar og litlar pakkningar sem ég er að senda. Fyrir vikið er enginn sendingarkostnaður hjá viðskiptavinum mínum,“ segir Eva Hrund. Vinsælasta vara hennar um þessar mundir er hálsfesti fyrir auðkenniskort en einnig framleiðir hún svipaðar hálsfestar án króks en með dúski og veglegri hálsfestar, armbönd í stíl auk þess sem hún hóf nýlega framleiðslu á lyklakippum.

Helga Steinþórsdóttir hjá Mýr design.

Selja gegnum netið

Helsti markhópur Evu Hrundar eru konur sem starfa á vinnustöðum þar sem auðkenniskort eru notuð. „Einnig stíla ég inn á konur sem vilja krydda upp á flíkurnar sínar, eða eins og ég segi oft, að „blinga“ sig aðeins upp. Aldursbilið er breitt en aðalaldurshópurinn er á bilinu 35-55 ára.“

Helga Björg tekur undir orð Evu Hrundar og segir litlu máli skipta hvar hún er staðsett. „Ég sel út um allt land í gegnum netið, þá aðallega Facebook. Einnig er mjög vinsælt hjá bæði hópum og einstaklingum að koma við hjá okkur á vinnustofunni á Ásbrú en þar er öll okkar hönnun framleidd af fagfólki. Ég hanna einungis kvenmannsföt, þá helst kjóla, jakka og pils og er markhópurinn konur á aldrinum 30-70 ára.“

Nýjar og fallegar vörur tilbúnar fyrir gesti Ljósanætur.

Falleg og sígild hönnun frá Mýr design.

Eva Hrund hjá Bambaloo.

Fallegar hálsfestar, armbönd og lyklakippur frá Bambaloo.

Byrjuðu smátt

Upphafið að Bambaloo er nokkuð skondin saga segir Eva Hrund. Á Ljósanótt fyrir tveimur árum var hún að rölta í miðbænum og tók eftir föndurbúð sem seldi fallegar perlur sem hún heillaðist af. Hún keypti slatta og bjó til nokkrar hálsfestar fyrir sjálfa sig. „Ég var svo ánægð afraksturinn að ég póstaði myndum af föndrinu mínu á Facebook síðuna mína. Mér til mikillar undrunar urðu viðbrögðin sú að vinir og vandamenn báðu mig um að gera hálsfestar fyrir sig. Áður en ég vissi af var ég byrjuð að framleiða fyrir aðra og komin með aðstöðu hjá frumkvöðlasetrinu Eldey fyrir síðustu jól.“

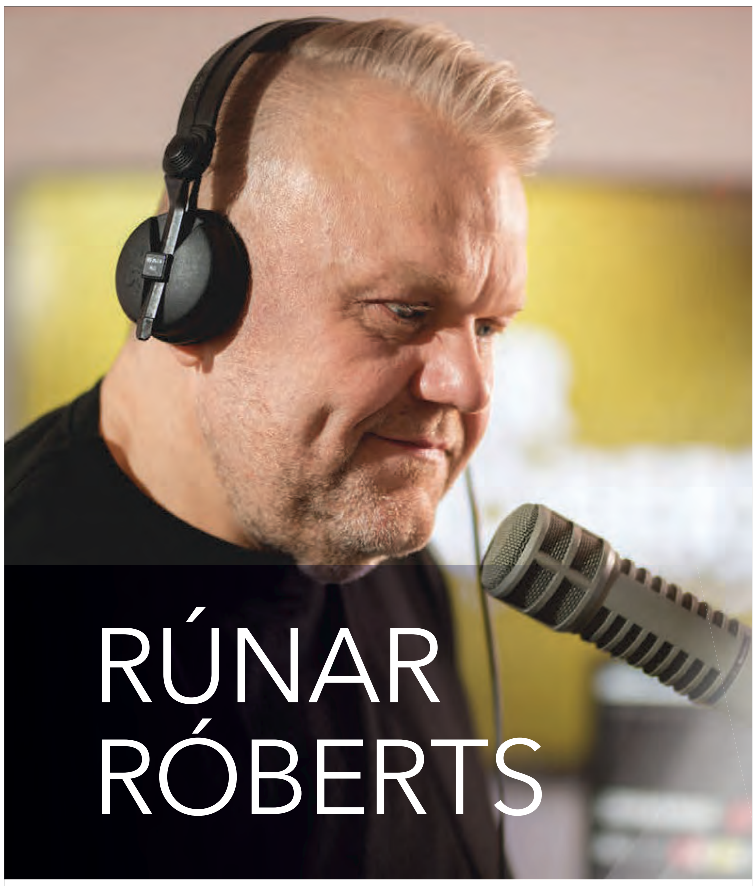
Helga Björg byrjaði sjálf með eina saumavél fyrir nokkrum árum og gat því einungis framleitt eina og eina flík í einu. „Ég hafði því takmarkaðan tíma til að hugsa út hönnunina á þessum tíma. Eftir að ég réði fyrst saumakonu og síðar kjólameistara í fullt starf gat ég leyft mér að einbeita mér að hönnuninni. Fatnaðurinn okkar er frekar klassískur og úr vönduðum efnum. Sum sniðin halda sér ár eftir ár með breytingum þó og við leikum okkur með efni og liti. Samt sést strax að þessi fatnaður er frá Mýr Design.“

Nóg af vörum

Helga Björg mun sýna nýja línu af kjólum á Ljósanótt. „Þetta eru kjólar sem henta við öll tækifæri, síðkjólar og jakkar í stærðum 36-54.“

Eva Hrund segist hafa nýtt allan frítíma síðustu þrjár vikurnar í framleiðslu. „Það ætti því að vera nógu mikið úrval af hálsfestum fyrir auðkenniskortin, slatti af annars konar fallegum hálsfestum, armbönd og svo að auðvitað lyklakippurnar.“

Upplýsingar um alla sýnendur má finna á Facebook (ljosanottkef). Sýningin verður opin í dag milli kl. 16 og 21, á laugardag milli kl. 13 og 19 og á sunnudag milli kl. 13 og 17.



SJÓNVARP BYLGJAN.IS ÚTVAPPIÐ FM 98.9

Rúnar Róberts styttir þér stundirnar með bestu tónlistinni.

ALLA VIRKA DAGA
MILLI 13:00 OG 16:00.

BYLGJAN 989

ÚTSALA
Full búð af spennandi útsöluvörum fyrir útivistarfólk
OSPREY
OSPREY BAKPOKAR
Hágæða bakpokar frá Osprey • Eitt mesta úrval landsins
Klifurbakpokar • Leiðsögumannabakpokar • Fjallgöngubakpokar
Krakkabakpokar • Fjallaskíðabakpokar • Hjólabakpokar • Ferðatöskur
30-50% afsláttur
KEEN
FÆTUR OG TÆR ÖÐLAST NÝTT LÍF Í KEEN
30% afsláttur
SANDALAR
KEEN Venice Women's
Frá fjöru að fjalli. Frábært grip á breytilegu undirlagi, sandalarnir anda vel en eru jafnframt með lokaða tá sem að verndar tærnar fyrir hnjaski. Sólinn nær upp fyrir tærnar. Léttir en áreiðanlegir.
Venice sport sandalarnir frá KEEN fylgja þér hvert sem ævintýrið er.
~~15.990 kr.~~ 11.193 kr.
KEEN Newport
Lokuð tá sem að verndar tærnar fyrir hnjaski, sólinn nær upp fyrir tærnar. Gott grip á sóla, hvort sem er á þurru eða blautu undirlagi. Innleggið mótast eftir fætinum og veitir góðan stuðning.
Þetta eru sandalar sem að þú getur notað allan daginn, alla daga, í nánast hvaða aðstæðum sem er.
~~15.990 kr.~~ 11.193 kr.
patagonia®
live simple.
live extreme
20-40% afsláttur
icebreaker MERINO
ICEBREAKER ULLARFATNAÐUR
30% afsláttur
100% Merino ull, stingur ekki, lyktar ekki, hlýrri.
Peysur, bolir, húfur, jakkar, sokkar, vettlingar, leggings, nærföt
GG·sport
BÓNUS
BYKO
Opnunartími:
virka daga 10-18,
laugard. 2, sept. 11-16
sunnud. 3. sept. 11-16
Smiðjuvegur 8, Græn gata, 200 Kópvogi, sími: 571 1020 www.ggsport.is
„Finndu okkur á Facebook"

Smáauglýsingar

512 5000
Afgreiðsla smáauglýsinga og sími er opinn alla virka daga frá 9-16
Netfang: smaar@frettabladid.is

BORGARBÍLASALAN
580 8900 • borgarbilasalan.is

GERÐU TILBOÐ!!!
2004 HONDA CR-V. EK 249 Þ.KM, BENSÍN, SJÁLFSK. ÁSETT 499Þ #480367. S: 580 8900

GERÐU TILBOÐ!!!
2005 NISSAN MURANO. EK 305 Þ.KM, BENSÍN, SJÁLFSK. ÁSETT 499Þ #480595. S: 580 8900

GERÐU TILBOÐ!!!
2005 VW PASSAT HIGHLINE. EK 169 Þ.KM, BENSÍN, SJÁLFSK. ÁSETT 699Þ #480648. S: 580 8900

GERÐU TILBOÐ!!!
2012 PEUGEOT 206+. EK 129 Þ.KM, BENSÍN, 5 GÍRAR. ÁSETT 780Þ #471679. S: 580 8900

100% LÁN Í BOÐI!!!
2008 OPEL ANTARA. EK 174 Þ.KM, DÍSEL, SJÁLFSK. ÁSETT 999Þ #452995. S: 580 8900

GERÐU TILBOÐ!!!
2016 HYUNDAI I10. EK 71 Þ.KM, BENSÍN, SJÁLFSK. ÁSETT 1.390Þ #480456. S: 580 8900

GERÐU TILBOÐ!!!
2008 SUBARU FORESTER. EK 178 Þ.KM, BENSÍN, SJÁLFSK. ÁSETT 1.280Þ #480531. S: 580 8900

Borgarbílasalan
Funahöfða 1, 110 Reykjavík
Sími: 580 8900

SUZUKI

SUZUMAR gúmmíbátar. Uppblásnir slöngubátar með álgólfi og mikla burðargetu. Til í stærðum frá 2,9m - 4,2m. Verð frá 255.000.- kr.

SUZUKI UMBOÐIÐ ehf
Skeifunni 17, 108 Reykjavík
Sími: 565-1725
suzuki@suzuki.is
Suzuki.is / suzukisport.is

bilaborg.is
Sími 517-1111

VW Bjalla 1300 árg 1973 , ekinn 46 Þ.KM, bensin, sjálfskiptur 2 gírar. Tilboð óskast Rnr.121431. Billinn er á staðnum Tilboð óskast í netfang bilaborg@bilaborg.is Simi 5171111

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

HÖFÐABÍLAR
... þar sem bílar seljast

GLÆSILEGT EINTAK
VOLVO S60 R-Design . Árgerð 2014, ekinn 31 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur 8 gírar. Verð 4.290.000. Rnr.212036.

SÁ FLOTTASTI.
LAND ROVER Discovery Sport HSE BLACK LINE. Árgerð 2017, Nýr bíll., disel, sjálfskiptur 9 gírar. Verð 7.690.000. skiptiverð 8190.- Rnr.212024.

GLÆSILEGUR BÍLL
NISSAN Leaf Tekna +. Árgerð 2015, ekinn 14 Þ.KM, rafmagn, sjálfskiptur. Verð 2.590.000. Rnr.222982.

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

Bílar til sölu

Toyota Avensis 2005. Ek. 165þ. Nýskoðaður. Í toppstandi. Verð 650þ. S. 8969819

Bílar óskast

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

Tjaldvagnar

Til sölu COMBI CAMP tjaldvagn. Skráður nýr 13.06.1989. Fylgihlutir: fortjald - varadekk- gólfteppi - finar svampdýnur. Verð: tilboð. Uppl. í s. 8921570 email hellas@simnet.is

Hjólbarðar

VAKA

NÝJU SAILUN DEKKIN Á FRÁBÆRU VERÐI.
Einnig úrval notaðra dekkja. Tökum notuð uppí ný. Vaka s. 567 6700

Þjónusta

Pípulagnir

PÍPULAGNIR
Faglærðir píparar geta bætt við sig verkefnum í bæði viðhaldi og nýlögnum. Vönduð vinnubrögð. Uppl. í s. 663 5315

Hreingerningar

Hreingerningaþjónusta
Þvegillinn
5 44 44 46

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

VY-ÞRIF EHF.
Öll almenn þrif, fyrir heimili, húsfélög, fyrirtæki ofl. Gerum verðtilboð. S. 512 4010 www.vy.is

Garðyrkja

GARÐAUMSJÓN
Greniúðun, sláttur og klippingar ofl. Halldór garðyrkjumaður. S: 698 1215

Bókhald

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

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

RH SMÍÐAR EHF
Byggingarstjórn.
Getum bætt við okkur verkefnum.
Rúnar S: 663 4844
Hermann S: 896 9819
rhsmidar@gmail.com

STRÁ

Starfsemi STRÁ ehf. býr að aldarfjórðungs reynslu og þekkingu á sviði starfsmanna- og ráðningarmála en stofan hefur unnið fyrir mörg helstu og leiðandi fyrirtæki landsins um árabil.

Rík áhersla er lögð á trúnað varðandi vörslu gagna og upplýsinga bæði gagnvart umsækjendum, sem og vinnuveitendum.

Ánægðir viðskiptavinir til margra ára hafa notið þjónustu STRÁ, en stofan hefur jafnframt umsjón með ráðningum í sérfræði- og stjórnunarstöður.

www.stra.is

Til hvers að auglýsa ?

Ef þú auglýsir sjálf-/ur eftir starfsmanni eyðir þú verulegum tíma í úrvinnslu innsendra umsókna.

Okkar styrkur er öflugur gagnabanki og yfir tveggja áratuga reynsla við að þjónusta fyrirtæki við leit að starfsmanni.

Sparaðu þér tíma, kostnað og fyrirhöfn - leitaðu aðstoðar fagmanna með langvarandi reynslu af ráðningarmálum.

STRÁ Starfsráðningar ehf. - Suðurlandsbraut 30 - sími 588-3031
stra@stra.is - gudny@stra.is - www.stra.is.

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

Spádómar

SÁ SÍMASPÁ Í 844 6845

Spáir í spil og bolla . Símaspá, Einkaspá. Geymið auglýsinguna . Er á facebook

Rafvirkjun

RAFLAGNIR OG DYRASÍMAKERFI S. 896 6025

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

RAFLAGNIR, DYRASÍMAR. S. 663 0746.

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

Keypt & Selt

Óskast keypt

KAUPUM GULL - JÓN & ÓSKAR

Alla virka daga í verslun okkar Laugavegi 61 Jón & 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

Tómstundir & Ferðir

Fyrir veiðimenn

Húsnæði

Húsnæði í boði

TIL LEIGU NÝLEGT 133 - 1.000 FM ATVINNUHÚSNÆÐI Í REYKJAVÍK

133 fm bil með allt að 9 m lofthæð, stórar innkeyrsludyr, góð malbikuð lóð, og greið aðkoma.

Nánari upplýsingar veitir Sverrir í s. 661 7000

Sumarbústaðir

SUMARBÚSTAÐUR 38 FERM.

3 svefnherb. 2.baðherb, sturta, 1.klukkutíma frá Reykjavík. magnað útsýni, geggjuð lóð, lækur. Eyrarskógur 301. Sendi myndir.verð 8,5 uppl. 820-5181

Geymsluhúsnæði

WWW.GEYMSLAEITT.IS FYRSTI MÁNUÐUR FRÍR

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

UPPHITUÐ FERÐAVAGNAGEYMSLA Í BORGARFIRÐI

Getum bætt við okkur tjaldvögnum og fellihýsum í vetur. S. 899 7012 Sólbakki.

GEYMSLUR.IS SÍMI 555-3464

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

Bílskúr

Bílskúr óskast til leigu undir dót. Uppl á: hreinverk.is og í s. 699 6762 Tómas

Hönnun

HÖNNUN

VERKFRÆÐITEIKNINGAR

Tek að mér að gera verkfræðiteikningar af íbúðarhúsum og sumarhúsum. Fast verð. Upplýsingar í síma 783 4180 eða kjartangardars@gmail.com

Atvinna

Atvinna í boði

BÍLSTJÓRI ÓSKAST

Í sendibílaakstur. Hraustur, þjónustulundaður og íslenskumælandi með hreint sakavottorð. Keyrt innanbæjar og á Selfoss/Hellu. Fullt starf en hlutastarf á morgnana líka möguleiki Uppl. í s: 892-6363 og á skutlari@gmail.com

Tilkynningar

Skipulagsstofnun

Mat á umhverfisáhrifum

Ákvörðun um matsskyldu

Skipulagsstofnun hefur tekið ákvörðun um að eftirtaldar framkvæmdir

- **Endurbygging alifuglahúss að Sveinbjarnargerði, Svalbarðsstrandarhreppi**
- **Allt að 1.200 tonna seiðaeldi á Árskógssandi, Dalvíkurbyggð**

skuli ekki háðar mati á umhverfisáhrifum samkvæmt lögum nr. 106 /2000. Ákvarðanirnar liggja frammi hjá Skipulagsstofnun, Borgartúni 7b, Reykjavík og á vef stofnunarinnar www.skipulag.is. Ákvörðun má kæra til úrskurðarnefndar umhverfis- og auðlindamála til **2. október 2017.**

Skemmtanir

HAPPY HOUR ALLA DAGA!! 16-19

Cafe Catalina

Hamraborg 11 • 200 Kópavogur • Sími 554 2166 • www.catalina.is

"Best geymda leyndarmál Kópavogs"

LEIKIR HELGARINNAR:
Undankeppni HM 2018
Laugardaginn 2. september
15:15 Finnland - Ísland

Allir velkomnir

Rúnar Þór og ísfirska hljómsveitin TRAP spilar öll gömlu lögin frá "68.

Föstudag kl. 23 - 03 og laugardag frá kl. 00 - 03

Gullnáman

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

Bann við hundahaldi tók gildi árið 1971. NORDICPHOTOS/GETTY

Merkisatburðir

1910 Kveikt er á gasljósum í fyrsta sinn á götum Reykjavíkur.

1930 Kvikmyndahúsin í Reykjavík hefja sýningar talmynda.

1958 Fiskveiðilögsagan er færð úr 4 í 12 sjómílur. Í kjölfarið fylgja deilur við Breta en þeim lýkur með samkomulagi í mars 1961.

1971 Bann við hundahaldi í Reykjavík tekur gildi. Hundahald er leyft með skilyrðum þrettán árum síðar.

1972 Fiskveiðilögsagan er færð út í 50 sjómílur. Bretar fallast ekki á útfærsluna fyrr en haustið 1973.

1972 Fischer sigrar Spassky í heimsmeistaraeinvíginu í skák í Reykjavík með 12,5 vinningum gegn 8,5.

1978 Ríkisstjórn Ólafs Jóhannessonar, sú síðari undir forsæti hans, tekur við völdum.

1988 Berglind Ásgeirsdóttir, 33 ára sendiráðunautur, tekur við starfi ráðuneytisstjóra í félagsmálaráðuneytinu en hún er fyrst kvenna til að gegna slíku embætti.

Það hefur mikið gerst hjá Sahara á einu ári að sögn Sigurðar Svanssonar. MYND/ÁSA STEINARS

Grunaði ekki að svo vel yrði tekið í þjónustuna

Í dag fagnar Samfélagsmiðlastofan Sahara eins árs afmæli. Fyrirtækið hefur þróast og stækkað mikið á einu ári að sögn framkvæmdastjórans, Sigurðar Svanssonar. Góðum árangri og eins árs afmælinu verður fagnað vel og vandlega í París yfir helgina.

Samfélagsmiðlastofan Sahara er eins árs í dag og Sigurður Svansson, framkvæmdastjóri Sahara, segir viðburðaríkt ár að baki. „Við byrjuðum fyrir ári síðan og þá var ég eini starfsmaðurinn. Þá vorum við að taka minni verkefni að okkur en fengum fljótt stærri fyrirtæki til okkar," segir Sigurður.

Spurður út í hvers konar fyrirtæki Sahara sé nákvæmlega segir hann: „Á ensku kallast þetta „social media agency" en á íslensku er það „samfélagsmiðlastofa". Grunnþjónustan okkar er að við sjáum um samfélagsmiðla fyrir fyrirtæki. Við birtum færslur, kostum þær og allt þar á milli. Við sköpum líka efni fyrir samfélagsmiðla fyrirtækja, sem sagt tökum ljósmyndir, myndbönd og annað. Allt sem tengist markaðssetningu á netinu, það sjáum við um."

Aðspurður hvort það hafi verið einhver áhætta á sínum tíma að stofna fyrirtæki sem sérhæfir sig í markaðssetningu á samfélagsmiðlum svarar Sigurður neitandi. „Nei, við vorum búnir að vera á markaðnum, sem starfsmenn í þessum bransa, nokkuð lengi," segir Sigurður sem starfaði fyrir Red Bull áður en hann hóf störf hjá Sahara. Samhliða því starfaði hann einnig hjá Símanum í átta ár.

> **Við ætlum að skella okkur til Parísar í dag, afmælið verður bara tekið alla leið.**

„Við vorum öruggir um að það væri vöntun á markaðnum fyrir svona fyrirtæki, en okkur grunaði kannski ekki að það yrði tekið svona vel í þessa þjónustu. Við sáum tækifæri og stukkum á það."

Eins og áður sagði var Sigurður eini starfsmaður Sahara fyrir ári að undanskildum stofnendum, mikið hefur breyst síðan þá. „Nú erum við sex starfsmenn og hópurinn býr yfir víðtækri þekkingu á öllu sem snýr að samfélagsmiðlum og markaðssetningu á netinu."

Markaðurinn breyst ótrúlega á einu ári

Sigurður segir kúnnahóp Sahara hafa stækkað og þróast mikið á þessu eina ári sem fyrirtækið hefur verið starfandi. Hann segir fólk almennt vera orðið meðvitaðra um mikilvægi þess að sinna samfélagsmiðlum vel. „Á þessu eina ári hefur markaðurinn breyst alveg ótrúlega mikið. Fyrirtæki hafa mun meiri skilning á mikilvægi þess að vera sýnileg á samfélagsmiðlum. Kostnaðurinn við markaðssetningu á þessum miðlum er töluvert minni en gengur og gerist og við finnum fyrir miklu meiri áhuga, ekki spurning. Til að mynda höfum við tekið að okkur verkefni þar sem við höfum náð að lækkað markaðskostnað umtalsvert en á sama tíma aukið sýnileika og sölu fyrirtækis með skipulögðum aðgerðum."

En hvernig sér Sigurður framtíð Sahara fyrir sér? „Þetta er erfið spurning. En miðað við þróunina undanfarið þá vona ég að við fáum tækifæri til að takast á við fjölbreytt og skemmtileg verkefni eins og þau verkefni sem við höfum verið að fást við síðasta árið. Ég veit að í framtíðinni verður gerð enn meiri krafa um að fyrirtæki séu sýnileg á netinu."

Það er skemmtileg helgi fram undan hjá starfsfólki Sahara því afmælinu verður fagnað í Frakklandi. „Við ætlum að skella okkur til Parísar í dag, afmælið verður bara tekið alla leið," segir Sigurður og hlær. Hann segir starfsmenn fyrirtækisins eiga þetta inni. „Við erum búin að vinna okkur inn fyrir þessu og ætlum því að gera vel við okkur."

gudnyhronn@365.is

Móðir okkar, tengdamóðir, amma, langamma og langalangamma,

Bryndís Bjarnason

lést á Landspítalanum Hringbraut 30. ágúst sl. Útför tilkynnt síðar.

Pétur Bjarnason	**Herdís S. Gunnlaugsdóttir**
Elísabet Bjarnason	**Ingi Bjarnar Guðmundsson**
Bryndís Bjarnason	**Þórður Jóakim Skúlason**
Hildur Bjarnason	**Ómar Halldórsson**
Hörður Bjarnason	**Hrönn Benediktsdóttir**
Garðar Sverrisson	

ömmubörn, langömmubörn og langalangömmubörn.

Elskulegur faðir, bróðir og mágur,

Páll Ragnar Sigurðsson

vélaverkfræðingur,
Hlíðarbyggð 11, Garðabæ,

lést á líknardeild Landspítalans þann 24. ágúst sl.
Útför hans fer fram í Vídalínskirkju þann 6. september kl. 13.30.

Stefanía Pálsdóttir	
Ólafur Pálsson	
Arna Pálsdóttir	
Ágúst Úlfar Sigurðsson	**Erla Þórðar**
Halldóra Sunna Sigurðardóttir	
Sigrún Lóa Sigurðardóttir	**Jón Gunnar Jörgensen**
Sigurður Hreinn Sigurðsson	**Elvira Mendes Pinedo**

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

Anna Soffía Jónsdóttir

Hólavegi 29, Sauðárkróki,

lést á Heilbrigðisstofnun Norðurlands, Sauðárkróki, laugardaginn 19. ágúst.
Útförin fer fram frá Sauðárkrókskirkju laugardaginn 2. september kl. 14.00.

F.h. aðstandenda,
Jósep Reykdal Þóroddsson

Innilegar þakkir fyrir auðsýnda samúð og hlýhug við andlát og útför móður okkar, tengdamóður, ömmu og langömmu,

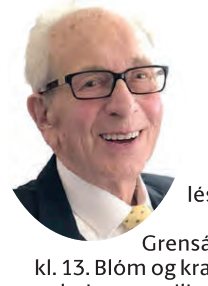
Valdísar Brandsdóttur

Bólstaðarhlíð 45, Reykjavík.

Sérstakar þakkir til starfsfólks hjúkrunarheimilisins Sóltúns fyrir mjög góða umönnun síðustu ár.

Brandur St. Guðmundsson	**Edda Ríkharðsdóttir**
Margrét Guðmundsdóttir	**Þórhallur Halldórsson**
Ríkharður Þór Brandsson	**Guðrún Sigurbjörnsd. Cooper**
Lilja Brandsdóttir	
Valdís Guðrún Þórhallsdóttir	
Halldór Bjarni Þórhallsson	

Mikael Aron Ríkharðsson



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

Kristinn Sveinsson

frá Sveinsstöðum,

lést á Landspítalanum miðvikudaginn 23. ágúst sl. Útförin fer fram frá Grensáskirkju miðvikudaginn 6. september kl. 13. Blóm og kransar eru vinsamlegast afþökkuð en þeim sem vilja minnast hans er bent á starfsemi Reykjadals hjá Styrktarfélagi lamaðra og fatlaðra.

Margrét Jörundsdóttir

María Aldís Kristinsdóttir	**Haraldur G. Blöndal**
Friðgeir Sv. Kristinsson	**Aðalheiður S. Jörgensen**
Jörundur Kristinsson	**Hafdís Þorsteinsdóttir**
Jóhannes Kári Kristinsson	**Ragný Þóra Guðjohnsen**
Sveinn Valgeir Kristinsson	**Svanhildur Guðbjartsdóttir**

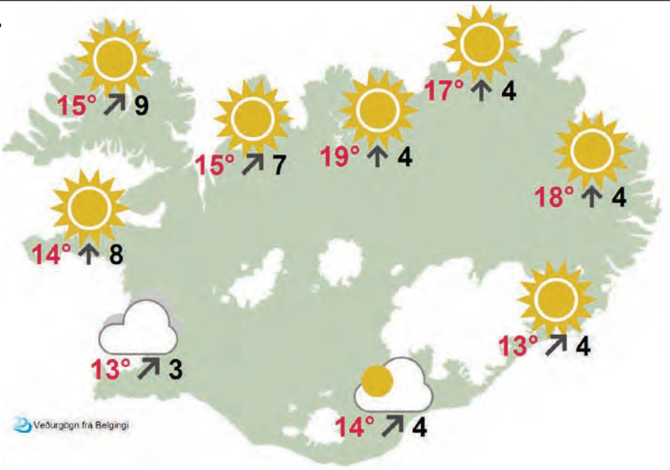
barnabörn og barnabarnabörn.

HÁRTÆKJADAGAR
Sjáðu allt úrvalið á www.byggtogbuid.is
ÖLL HÁRSNYRTITÆKI Á 20-50% AFSLÆTTI
Öll Babyliss, Philips, Vidal Sasson, Revlon og OBH Nordica hártæki á góðum afslætti.
Gríptu tækifærið og gerðu góð kaup!
SLÉTTUJÁRN • BYLGJUJÁRN • HÁRKLIPPUR • KRULLUJÁRN • NEFHÁRASNYRTAR • BLÁSARAR • HITABURSTAR • RAKVÉLAR • KEILUJÁRN • HITARÚLLUR • HÁRSNYRTAR OG MARGT FLEIRA
byggtogbúið
KRINGLUNNI • SÍMI 568 9400 • BYGGTOGBUID.IS

VEÐUR, MYNDASÖGUR & ÞRAUTIR

Föstudagur

Fremur hæg suðvestanátt í dag og bjartviðri austan til, en annars skýjað og sums staðar súld. Hlýtt í veðri með hita að 22 stigum fyrir austan.



Laugardagur

Reykjavík	Ísafjörður	Akureyri
11°	10°	14°
↖ 10	↗ 12	↗ 11
Egilsstaðir	**Kirkjubæjarkl.**	**Hveravellir**
16°	9°	7°
↑ 9	↙ 6	↑ 13

Sunnudagur

Reykjavík	Ísafjörður	Akureyri
11°	7°	13°
↘ 4	↘ 4	↗ 6
Egilsstaðir	**Kirkjubæjarkl.**	**Hveravellir**
11°	12°	8°
↗ 4	↗ 5	↑ 7

LÉTT

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

MIÐLUNGS

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

ÞUNG

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

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

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

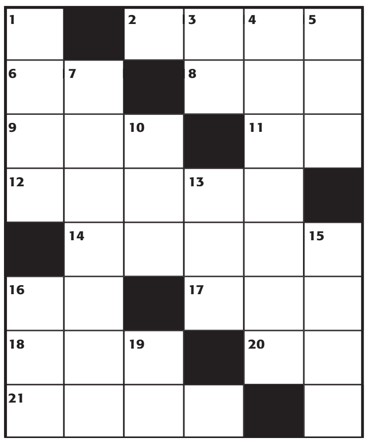
5	8	3	7	2	1	6	9	4
4	6	1	3	5	9	7	2	8
7	9	2	8	4	6	3	1	5
8	1	6	4	9	2	5	3	7
9	7	5	1	8	3	2	4	6
2	3	4	6	7	5	9	8	1
6	2	8	9	1	7	4	5	3
3	4	9	5	6	8	1	7	2
1	5	7	2	3	4	8	6	9

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

Krossgáta

LÁRÉTT
2. málhelti
6. hvort
8. vafi
9. sjór
11. tveir eins
12. fýla
14. rabb
16. listamaður
17. flana
18. í viðbót
20. bardagi
21. skjótur

LÓÐRÉTT
1. tilraunaupptaka
3. drykkur
4. viðhorf
5. skjón
7. svikull
10. stormur
13. frjó
15. skjóla
16. kóf
19. bókstafur



LÁRÉTT: 2. stam, 6. ef, 8. efi, 9. mar, 11. ss, 12. óloft, 14. skraf, 16. kk, 17. æða, 18. auk, 20. at, 21. frár. **LÓÐRÉTT:** 1. demó, 3. te, 4. afstaða, 5. mis, 7. falskur, 10. rok, 13. fræ, 15. fata, 16. kaf, 19. ká.

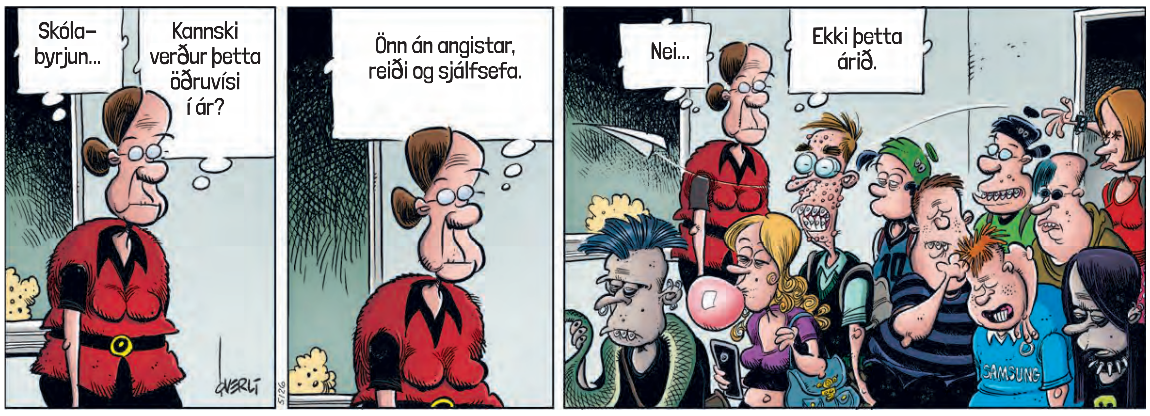
Skák Gunnar Björnsson

Kristiansen átti leik gegn Jacobsen í Danmörku árið 1976.
Hvítur á leik
1. Bxf7+! Kxf7 2. Rxe5+ Kg7 3. De6! Hg8 4. Hxd7+ Rxd7 5. Rxd7 1-0. Heimsbikarmótið í skák hefst á sunnudaginn í Tbilisi í Georgíu. Jóhann Hjartarson er meðal keppenda.

www.skak.is: Nýj alþjóðleg skákstig.

Pondus

Eftir Frode Øverli



Gelgjan

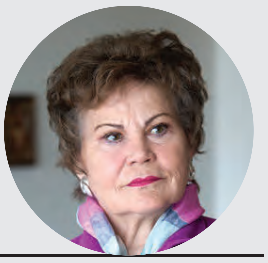
Eftir Jerry Scott & Jim Borgman

Barnalán

Eftir Jerry Scott & Rick Kirkman

FRÉTTABLAÐIÐ er Helgarblaðið

Ranglátt og niðurlægjandi



Margrét Helga Jóhannsdóttir leikkona segir ólíðandi að eldra fólki sé bannað að vinna og það dæmt til einangrunar í einnota umbúða þjóðfélagi dagsins í dag.

Rannsakar Lynch heilkennið

Á Íslandi er algengi heilkennis, sem eykur líkur á nokkrum tegundum krabbameins, það hæsta sem fundist hefur. Þetta kemur fram í doktorsverkefni **Sigurdísar Haraldsdóttur**, aðstoðarprófessors við Stanford háskóla.

Styðja landsliðið í Finnlandi

Rúmlega **tvö þúsund Íslendingar** eru í Helsinki að fylgjast með gengi karlalandsliðsins í körfubolta og mæður leikmanna láta sig ekki vanta.

Arpaio og Ísland

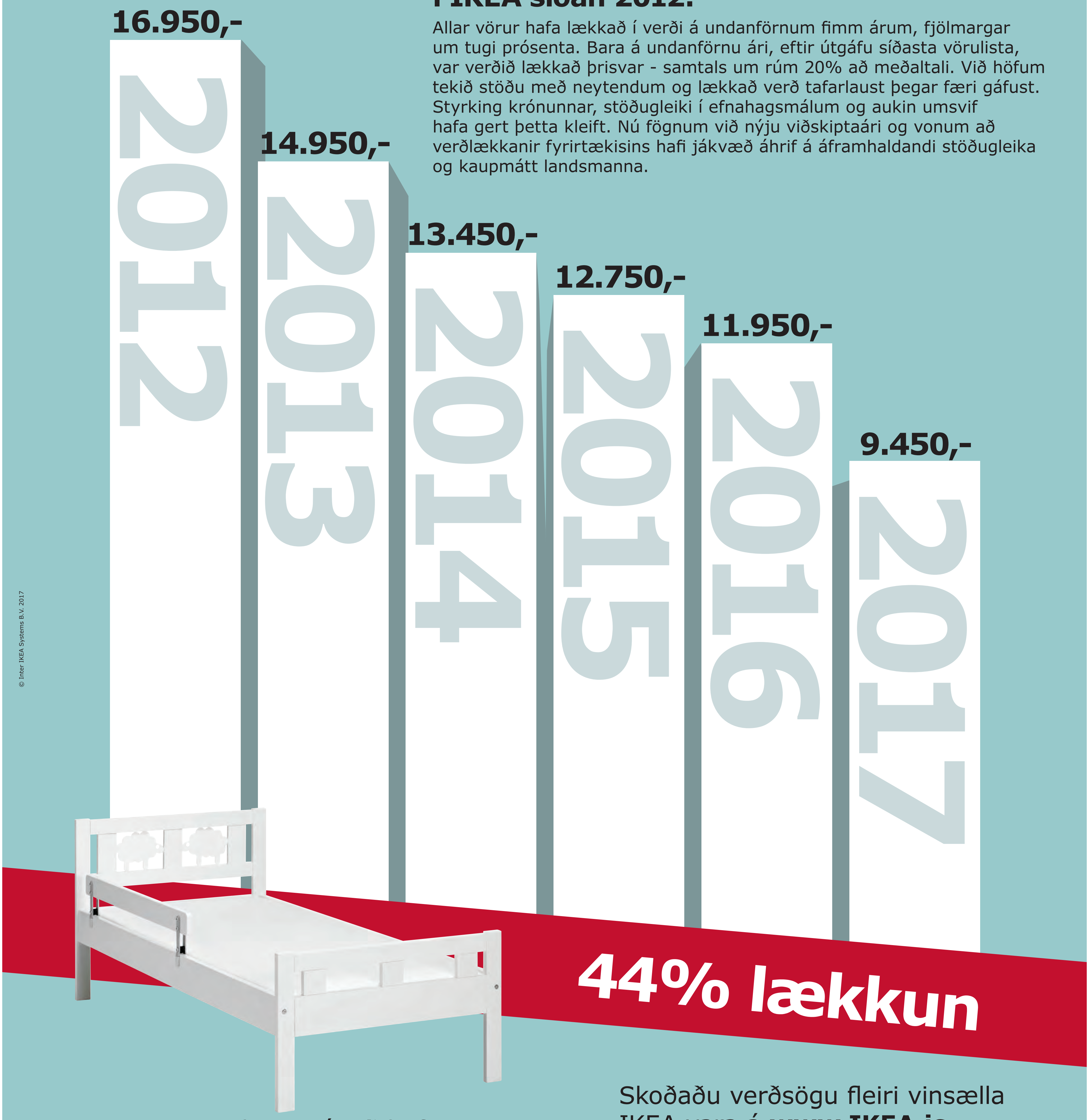
Bandaríkjaforseti hefur náðað hinn umdeilda **Joe Arpaio**. Lögreglustjórinn fyrrverandi kom við sögu í íslensku dómsmáli.

Fréttablaðið – ómissandi hluti af góðri helgi

Verðsaga IKEA

Engin vara hefur hækkað í verði í IKEA síðan 2012.

Allar vörur hafa lækkað í verði á undanförnum fimm árum, fjölmargar um tugi prósenta. Bara á undanförnu ári, eftir útgáfu síðasta vörulista, var verðið lækkað þrisvar - samtals um rúm 20% að meðaltali. Við höfum tekið stöðu með neytendum og lækkað verð tafarlaust þegar færi gáfust. Styrking krónunnar, stöðugleiki í efnahagsmálum og aukin umsvif hafa gert þetta kleift. Nú fögnum við nýju viðskiptaári og vonum að verðlækkanir fyrirtækisins hafi jákvæð áhrif á áframhaldandi stöðugleika og kaupmátt landsmanna.



Skoðaðu verðsögu fleiri vinsælla IKEA vara á **www.IKEA.is**

KRITTER barnarúmið hefur verið öruggur svefnfélagi barna um árabil.

Verslun opin 11-21 alla daga - Veitingastaður opinn 9:30-20:30 - **www.IKEA.is**

IKEA®

© Inter IKEA Systems B.V. 2017

O´Doughs

Glæsilegt úrval af glútenlausu brauði

Nýtt í Hagkaup

Stirrings

Hágæða kokteilblöndur við öll tilefni.

Ficacci

399 kr/pk

Ferskar ólífur

Eins og þær gerast bestar.

629 kr/stk
verð áður 899

TILBOÐ 30% afsláttur á kassa

Rustica pizzur

Ham & mushroom og Pepperoni.

Nýtt í Hagkaup

Twinkies

Þetta eina sanna.

Nýtt í Hagkaup

Hak´s dressingar

Margverðlaunaðar bragðtegundir.

419 kr/stk

Cedar´s hummus

Gómsætur og bráðhollur hágæða hummus.

Gildir til 3. september á meðan birgðir endast.

ORIGAMI SUSHI

LAX & RISARÆKJA

BÚIÐ TIL DAGLEGA

BAKKI MÁNAÐARINS!

1.299 kr/pk

MEÐ HVERJUM KEYPTUM BAKKA MÁNAÐARINS
FYLGIR 1/2 LÍTRI AF BLÁUM KRISTAL.

24 Hagkaup

OPIÐ
allan sólarhringinn
Garðabær, Skeifan,
Spöng & Eiðistorg

Að hætti Eyþórs
matgæðingur Hagkaups
og sjónvarpskokkur

TILBOÐ
20%
afsláttur á kassa

ÍSLENSK UNGNAUTALUND
5.439 kr/kg
verð áður 6.799

HEILSTEIKT NAUTALUND Í PIPAR OG VILLISVEPPAHJÚP MEÐ FYLLTUM KARTÖFLUM

1 stk nautalund
1 msk sinnepsfræ
1 msk svört piparkorn
25 g þurrkaðir villisveppir
1 msk reykt paprikuduft
½ tsk chiliflögur
1 msk timian
1 msk sjávarsalt
olía til steikingar
100 g smjör

Setjið kryddin og villisveppina saman í mortel og brjótið niður. Veltið nautalundinni upp úr blöndunni, hitið pönnu með olíu og brúnið lundina allan hringinn, setjið smjörið í lokin á pönnuna og ausið því yfir lundina. Setji lundina ásamt smjörinu í eldfast form og setjið inn í 200°C heitann ofn í 15 mín eða þar til lundin hefur náð 46°C í kjarnhita. Takið lundina út úr ofninum og setjið álpappír yfir og látið hvíla í 15 mín áður en hún er borin fram.

Fylltar kartöflur með beikoni rauðlauk og dijonsinnepi

4 stk bökunarkartöflur
½ bréf beikonkurl
1 stk rauðlaukur
1/3 poki steinselja
1 msk dijon sinnep
250 ml rjómi
sjávarsalt
150 g rifinn ostur

Bakið kartöflurnar við 200°C í 80 mín eða þar til þær eru fullbakaðar.
Skafið innan úr kartöflunum og geymið innihaldið í sér skál, setjið kartöfluhýðið í eldfast mót. Hitið pönnu og steikið beikonkurlið þar til það er að verða stökkt og bætið því næst rauðlauknum út á pönnuna, steikið hann þar til hann er orðin mjúkur og bætið svo rjómanum út á pönnuna og látið hann sjóða í ca 2 mín. endið á að setja sinnepið, kartöflurnar og steinseljuna út á pönnuna og blanda öllu saman og smakkið til með salti. Fyllið kartöfluhýðið með kartöflublöndunni, dreifið ostinum jafnt yfir og setjið inn í 180°C heitan ofninn í 20 mín.

ÍSLANDS LAMB
Stolt kjötmeistarans

TILBOÐ
20%
afsláttur á kassa

LAMBALEGGIR
1.598 kr/kg
verð áður 1.998

SS

TILBOÐ
25%
afsláttur á kassa

PÚRTVÍNS LAMBAFILE
4.279 kr/kg
verð áður 5.705

ÍSLANDS NAUT
Stolt kjötmeistarans

TILBOÐ
30%
afsláttur á kassa

UNGNAUTA PIPARSTEIK
3.079 kr/kg
verð áður 4.399

Holta
KJÚKLINGUR

TILBOÐ
15%
afsláttur á kassa

ÚRBEINUÐ KJÚKLINGALÆRI
1.869 kr/kg
verð áður 2.199

Holta
KJÚKLINGUR

TILBOÐ
15%
afsláttur á kassa

KJÚKLINGALUNDIR
1.869 kr/kg
verð áður 2.199

BONE SUCKIN´

Grill- og marineringarsósur, kryddblöndur og sinnep sem kætir bragðlaukana.

HAGKAUP
Skemmtilegast að versla

Aðstandendur sýningarinnar: Védís Kjartansdóttir dansari, Valgerður Rúnarsdóttir, stjórnandi og dansari, Snædís Lilja Ingadóttir dansari, Ragnar Ísleifur Bragason sviðslistamaður, Sigrún Huld Skúladóttir, leikkona og dramatúrg, Ragnheiður Maísól Sturludóttir myndlistarkona og Áskell Harðarson tónlistarmaður. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

Mættum hugsa oftar um kærleikann

Kæra manneskja er nýtt dansverk sem frumsýnt verður í Tjarnarbíói í kvöld. Það er unnið undir handleiðslu Valgerðar Rúnarsdóttur danshöfundar en skapað í nánu samstarfi hóps listamanna.

Gunnþóra Gunnarsdóttir
gun@frettabladid.is

Innan um helling af glærum blöðrum er listafólk að undirbúa sýningu dansverks í Tjarnarbíói. Hópurinn gerir hlé þegar Fréttablaðsfólk ryðst inn í salinn og þegar ljósmyndarinn hefur smellt af er Valgerður Rúnarsdóttir stjórnandi króuð af í viðtal. Hún brýnir fyrir samstarfsfólkinu að halda áfram, nota tímann enda frumsýning að bresta á, hún er í kvöld, föstudag, klukkan 20.30.

Verkið heitir Kæra manneskja og Valgerður er titlaður höfundur. „En þó ég sé að stýra þessu þá eru allir þátttakendurnir meðhöfundar því margar hendur og margir hausar koma að því,“ tekur hún fram. „Einhver kemur með fræ sem hann sáir inn í hópinn og það fer kannski að spíra hjá einhverjum öðrum. Hugmyndirnar fæðast hver af annarri og renna saman þannig að að lokum man maður ekki hver kom með hverja. Svo höfum við horft á myndir saman, hlustað á tónlist sem hreyfði við okkur og kannski einhver fundið ljósmynd eða blaðagrein sem hefur komið að notum.“

Valgerður viðurkennir þó að hafa átt upphaflegu hugmyndina. Hana rekur hún til fæðingar dóttur sinnar fyrir tæpum þremur árum. „Móðir mín er dáin og þar sem ég sat með ósjálfbjarga hvítvoðunginn minn fór ég að hugsa um allt sem hún gerði fyrir mig og amma gerði fyrir hana og langamma ... Allar höfðum við gengið í gegnum það sama, innan í okkur óx líf sem við vildum vernda og hlúa að. Það helltust yfir mig hugmyndir um allar kynslóðirnar sem koma og fara og þá hringrás sem stöðugt er í gangi. Líka í stærra samhengi, til dæmis í umgengni okkar við móður jörð. Hvað með framtíðarkynslóðir. Munu þær hafa það gott?“

Valgerður bendir á að vestrænn heimur sé ansi frekur á umhverfið og segir hugmyndir að dansverkinu hafa orðið til í samhengi við þá staðreynd. „Við vinnum til dæmis með andardráttinn, þessa einföldu gjörð að anda inn og anda út – og þá kemur líka við sögu hverju við öndum út – koltvísýringnum. Þarna er allt undir, allt frá því að fæðast og deyja og yfir í jörðina og umhverfið.“

Allt er þetta túlkað með hreyfingum, ljóðum og tónlist á sviðinu í Tjarnarbíói. „Þó verkið sé í sjálfu sér fullmótað nú þá verða engar tvær sýningar nákvæmlega eins, því þar eru opnir kaflar og alltaf er eitthvað lífrænt að gerast í ferlinu.“

Nú vil ég vita hvaða tilgangi blöðrurnar gegna í sýningunni Kæra manneskja. Eru þær bara til skrauts eða hafa þær dýpri merkingu?

„Þar sem við vorum að vinna með andardráttinn og loftið fannst okkur blöðrurnar túlka þetta stóra vandamál sem mengunin er. Þó við viljum ekki mála skrattann á vegginn þá eru blöðrurnar okkar sýnileg mengun. Þær eru koltvísýringurinn. Svo eru þær líka plasthaf og túlka það sem maðurinn er að láta frá sér.“

Valgerður vill líka undirstrika titilinn, Kæra manneskja. „Við mættum hugsa um það oftar að sýna kærleika, bæði samborgurunum og umhverfinu. Þannig getum við reynt að bjarga stóru, yfirvofandi vandamáli.“

ÞAÐ HELLTUST YFIR MIG HUGMYNDIR UM ALLAR KYNSLÓÐIRNAR SEM KOMA OG FARA OG ÞÁ HRINGRÁS SEM STÖÐUGT ER Í GANGI. LÍKA Í STÆRRA SAMHENGI, TIL DÆMIS Í UMGENGNI OKKAR VIÐ MÓÐUR JÖRÐ. HVAÐ MEÐ FRAMTÍÐARKYNSLÓÐIR. MUNU ÞÆR HAFA ÞAÐ GOTT?

Þó sýningin sé í Tjarnarbíói þá hefur hún verið æfð á dansverkstæðinu við Skúlagötuna, þar sem sjálfstætt starfandi dansarar og danshöfundar hafa haft húsnæði. Nú hefur því verið lokað, að sögn Valgerðar og það er henni áhyggjuefni. „Dansinn á Íslandi er heimilislaus um þessar mundir, þrátt fyrir velgengni bæði hér heima og á erlendri grundu.“

Hún bendir á að dansinn sé blómstrandi grein hér á landi og fari víða. „Íslenskir dansarar og danshöfundar ferðast með sína list og hafa unnið sigra erlendis því dansinn er ekki bundinn við neitt tungumál. Ég hef til dæmis unnið mikið með danshöfundi í Belgíu og farið heimshorna á milli.

Það er auðvitað frábært að fá að sýna hér í Tjarnarbíói en það eru bara svo margir sjálfstæðir sviðslistahópar í landinu að það er setið um þetta hús. Best væri ef við ættum okkar hús sem væri helgað dansinum.“

blómaval
ÚTSALA
BLÓMAVALS ER HAFIN
Pottaplöntur 20-50%
Gjafavara 20-50%
Kerti 20%
Luktir 20-50%
Garðálfar 50%
Og margt fleira...
Birt með fyrirvara um prentvillur og myndavíxl. Úrval getur verið misjafnt milli verslana.
Hausterikur
3 stk.
999kr
Sýpris
Frábært verð!
999kr

Íslenskt sviðslistafólk rísandi stjörnur í Þýskalandi

Íslenski sviðslistahópurinn Marble Crowd var á dögunum tilnefndur til gagnrýnendaverðlauna tímaritsins Tanz fyrir verkið Moving Mountains In Three Essays sem var frumsýnt í mars á aðalsviði Kampnagel leikhússins í Hamborg.

Það var gagnrýnandinn Irmela Kästner sem útnefndi verkið sem sýningu ársins en jafnframt var hópurinn valinn sem einn af rísandi stjörnum sviðslista í Þýskalandi.

Tímaritið Tanz er virtasta útgáfa um dans í Evrópu og Marble Crowd var þar í hópi þekktra danshöfunda.

Hópurinn sem kom að Moving Mountains samanstendur af Grímuverðlaunahöfunum Katrínu Gunnarsdóttur og Sögu Sigurðardóttur, dansaranum Védísi Kjartansdóttur, myndlistarmanninum Kristni Guðmundssyni og skáldinu Sigurði Arent. Sviðsmynd og búningar voru í höndum Tinnu Ottesen, Gunnar Karel Másson samdi tónlist og Lars Rubarth hannaði ljós.

Næstu sýningar eru í Færeyjum og Danmörku.

Katrín Gunnarsdóttir, Védís Kjartansdóttir og Sigurður Arent í Marble Crowd.

Eyþór Jóvinsson fyrir framan bræðslutankinn á Flateyri þar sem sýningarnar fara fram.

Auðveldar fólki líða

Gamanmyndahátíðin á Flateyri stendur sem hæst og þar gefst frábært tækifæri til þess að sjá verk bæði ungra kvikmyndagerðarmanna og reynslubolta.

Fyndnasta og skemmtilegasta kvikmyndahátíð landsins og þó víðar væri leitað er haldin á Flateyri um þessar mundir. Hátíðin, sem er nú haldin í annað sinn, hófst í gærkvöldi og stendur fram til sunnudags og Eyþór Jóvinsson segir að tilurð hátíðarinnar sé nú í raun ekki flókin. „Þessi hugmynd kviknaði á annarri kvikmyndahátíð þar sem við vorum búnir að sitja í marga klukkutíma yfir endalausu drama og volæði, barnsmorðum og sjálfsmorðum og

ra að láta illa

ég veit ekki hvað. Allt óskaplega listrænar og vel gerðar myndir en alveg drepleiðinlegar þannig að maður var alveg kominn á barm örvæntingarinnar. Þá hvíslaði ég að félaga mínum, Ársæli Níelssyni sem stendur með mér að hátíðinni, hvort það væri ekki hægt að gera kvikmyndahátíð sem væri skemmtileg. Hátíð þar sem væri verið að skemmta áhorfendum og að það væri gaman og léttleikinn fengi svona að vera í fyrirrúmi. Úr því varð að við skelltum þessari hátíð á koppinn.“

Dagskrá hátíðarinnar er skemmtilegt sambland ólíkra mynda og jafnvel frá ólíkum tímabilum en Eyþór segir að fyrst og fremst sé áherslan á stuttmyndir enn sem komið er. „Líkast til er það af þeirri einföldu ástæðu að það er ekki eins mikið framleitt af gamanmyndum í fullri og lengd og margir hefðu kosið. En það er líka skemmtilegt með stuttmyndirnar að það hafa ekkert margir séð þær og svo er mesta gróskan í gamanmyndum á meðal ungs fólks sem er að taka sín fyrstu skref í kvikmyndagerðinni. Það virðast allir byrja á því að gera litlar gamanmyndir en þróast svo yfir í allar áttir þaðan.“

Eyþór segir að í ár sé á hátíðinni mikið af myndum sem gerðar hafi verið í skóla. „Þetta eru bæði ➡ myndir eftir nýliða í kvikmyndagerðinni en svo eins líka myndir eftir reyndari kvikmyndagerðarmenn. Erum til að mynda með tvær gamanmyndir eftir Grím Hákonarson sem hann gerði í skóla og í dag er hann einn okkar þekktasti kvikmyndaleikstjóri. Þannig að hátíð sem þessi gefur færi á aðeins öðrum vinkli.“ Eyþór bendir á að í þessum verkum sé oft frábær húmorhráleiki sem helst er að finna hjá unga fólkinu. „Fyrir vikið er þetta mjög skemmtileg og spennandi hátíð á marga vegu.“

Á hátíðinni er svo hafður sá háttur á að einn kvikmyndagerðarmaður er heiðraður fyrir sitt framlag til gamanmynda. „Já, í fyrra vorum við með

Atriði úr myndinni Gæs, eftir Unni Jónsdóttur.

Ágúst Guðmundsson og Með allt á hreinu, en í ár er það Þráinn Bertelsson og Nýtt líf. Það er svona liður í að lyfta þessu á hærri hest og þakka þeim sem nenna að standa í þessu allt sitt líf fyrir okkur sem kunnum að meta góðar gamanmyndir og það eru nú ekki fáir. Því miður virðist eima eftir af því að það þyki ekki eins fínt að gera gamanmyndir og dramamynd sem er í sjálfu sér merkilegt því það er miklu erfiðara að gera góða gamanmynd en dramatíska. Það er miklu auðveldara að fá fólk til þess að líða illa en að fá það til að hlæja. Þannig að fyrir mér er gamanmyndin æðra form.“

Eyþór segir að það stefni aftur í alveg ljómandi góða mætingu og að sýningar fari fram í gömlum bræðslutanki sem stendur í þorpsjaðrinum. „Ætli þetta sé ekki eina kringlótta bíóið í heiminum. Þar eru allar bíósýningar meira og minna en svo eru skemmtanir á Vagninum, þeim frábæra stað.“ magnus@frettabladid.is

LAUGARÁSBÍÓ
midi.is
AMERICAN MADE — SÝND KL. 5, 8, 10.25
LOGAN LUCKY — SÝND KL. 8, 10.30
EMOJI MYNDIN — SÝND KL. 4, 6
ATOMIC BLONDE — SÝND KL. 8
SHOT CALLER — SÝND KL. 10.30
AULINN ÉG 3 — SÝND KL. 4, 6

SAMBÍÓIN SAMbio.is
KAUPTU BÍÓMIÐANN Í SAMBÍÓ APPINU
Frábær ný mynd fyrir alla fjölskylduna. Sýnd með íslensku tali.
Hörku spennumynd
Grín-spennumynd ársins!
Byggð á metsölubókinni 'Allt eða Ekkert'

SAMBÍÓIN ÁLFABAKKA
SKRÍMSLAFJÖLSKYLDAN ÍSL TAL KL. 3:40 - 4 - 5:50
ONCE UPON A TIME IN VENICE KL. 5:50 - 8 - 10:10
EVERYTHING, EVERYTHING KL. 8 - 10:30
HITMAN'S BODYGUARD KL. 6:30 - 8 - 9 - 10:30
HITMAN'S BODYGUARD VIP KL. 5:30 - 8 - 10:30
ANNABELLE: CREATION KL. 8 - 10:30
STORKURINN RIKKI ÍSL TAL KL. 4 - 6
BÍLAR 3 ÍSL TAL 2D KL. 3:40 - 5:50
TRYGGÐU ÞÉR MIÐA Á SAMbio.is

SAMBÍÓIN EGILSHÖLL
AMERICAN MADE KL. 5:30 - 8 - 10:30
SKRÍMSLAFJÖLSKYLDAN ÍSL TAL KL. 5:30
EVERYTHING, EVERYTHING KL. 5:40 - 8 - 10:20
HITMAN'S BODYGUARD KL. 8 - 10:30
ANNABELLE: CREATION KL. 8 - 10:10
DUNKIRK KL. 5:40

SAMBÍÓIN KRINGLUNNI NÚMERUÐ SÆTI
SKRÍMSLAFJÖLSKYLDAN ÍSL TAL KL. 5:50
EVERYTHING, EVERYTHING KL. 5:50 - 8 - 10:10
HITMAN'S BODYGUARD KL. 8 - 10:30
DUNKIRK KL. 5:40 - 8 - 10:20

SAMBÍÓIN KEFLAVÍK
AMERICAN MADE KL. 8 - 10:30
SKRÍMSLAFJÖLSKYLDAN ÍSL TAL KL. 5:50
EVERYTHING, EVERYTHING KL. 8
EMOJIMYNDIN ÍSL TAL KL. 6
HITMAN'S BODYGUARD KL. 10:10

SAMBÍÓIN AKUREYRI
SKRÍMSLAFJÖLSKYLDAN ÍSL TAL KL. 5:50
ONCE UPON A TIME IN VENICE KL. 10:10
EVERYTHING, EVERYTHING KL. 5:50 - 8
HITMAN'S BODYGUARD KL. 8
ANNABELLE: CREATION KL. 10:30

Hvað? Hvenær? Hvar?
Föstudagur

hvar@frettabladid.is

1. SEPTEMBER 2017

Tónlist

Hvað? First Impressions / Borgar Magnason
Hvenær? 21.00
Hvar? Mengi, Óðinsgötu
Tónsmiðurinn og kontrabassaleikarinn Borgar Magnason heldur tónleika í Mengi. Húsið verður opnað kl. 20.30 og miðaverð er 2.500 kr. Miðar fást við innganginn en einnig er hægt að panta miða á booking@mengi.net.

Hvað? CyberGum Screening & DJ Karitas
Hvenær? 21.00
Hvar? Prikið, Bankastræti
Alvia sýnir myndband við lagið CyberGum af mixteipinu Elegant Hoe sem GumGumClan gaf út í byrjun sumars. Lagið er pródúserað af Hermanni Bridde og rappað af Alviu & Cyber (Jóhanna Rakel & Salka Valsdóttir).

Hvað? Rumours- Til heiðurs Fleetwood Mac
Hvenær? 20.30
Hvar? Bæjarbíó, Hafnarfirði
Á tónleikunum flytur hópur tónlistarmanna meistaraverkið Rumours í heild sinni ásamt úrvali vinsælustu laga Fleetwood Mac. Má þar nefna Little Lies, Albatross, Black Magic Woman, Hold Me, Seven Wonders, Gypsy, Big Love, Tusk og Rhiannon.

Hvað? Valdimar á Paddy's – Ljósanótt
Hvenær? 20.00
Hvar? Paddy's, Keflavík
Óskabörn Keflavíkur, Valdimar, halda heim á slóðir og troða upp á Paddy's eins og forðum daga. Þegar þeir ljúka sér af tekur enginn annar en Dj KGB við og heldur fólki við efnið út nóttina. Húsið opnað kl. 20.00 fyrir þá sem eru þyrstir og vilja tryggja sér einhver sæti, annars verður þetta mikið standandi fjör. Tónleikar hefjast um kl. 22.00. Miðaverð er 2.900 kr. og einungis selt við innganginn.

DJ Karítas skemmtir gestum og gangandi á Prikinu í kvöld. FRÉTTABLAÐIÐ/EYÞÓR

Viðburðir

Hvað? A! Gjörningahátíð: Katrine Faber, Tales From The Trash
Hvenær? 17.00
Hvar? Listasafnið á Akureyri
Katrine Faber, notar raddir, líkama, hljóð, texta og vídeó í tengslum við rými og almenning. Gjörningurinn er um 60 mínútur og aðgangur er ókeypis.

Nýtt leikár verður kynnt í Tjarnarbíói. FRÉTTABLAÐIÐ/PJETUR

Hvað? A! Gjörningahátíð: Heiðdís Hólm, Léttvæg tilvistarkreppa
Hvenær? 18.30
Hvar? Hof, Menningarhús, Akureyri
Verk Heiðdísar vilja oft vera sjálfsævisöguleg, femínísk, um lífið, listina og letina. Aðgangur er ókeypis.

Hvað? A! Gjörningahátíð: Hekla Björt Helgadóttir & Svefnleikhúsið
Hvenær? 21.00
Hvar? Kaktus, Hafnarstræti 73, Akureyri
Að vakna eftir langan trylltan svefn, er beint framhald af verkinu Salt Vatn Skæri: Hlý Eyja, sem Hekla setti upp á A! í Verksmiðjunni á Hjalteyri 2015. Aðgangur er ókeypis.

Hvað? Kynning á leikári Tjarnarbíós
Hvenær? 17.00
Hvar? Tjarnarbíó
Farið yfir það helsta sem á dagskrá verður ásamt því að kynna nýja heimasíðu og glæný leikhúskort.

Hvað? Welcome Baby!
Hvenær? 21.00
Hvar? Hlemmur square, Laugavegi
Helgina 1. til 3. september mun spunahópurinn Baby Wants Candy heiðra íslenskt spunaáhugafólk með nærveru sinni. Til þess að fagna komu hópsins ætlum við að halda partí föstudagskvöldið 1. september. Þar gefst fólki tækifæri til að kynnast heimsfrægum spunaleikurum, bjóða velkomin til landsins og drekka ódýran bjór.

Hvað? Tekken mót Fredda Arcade
Hvenær? 18.00
Hvar? Freddi, Ingólfsstræti
Keppni aldarinnar fer fram í Fredda í dag þar sem Tekken spilarar munu eigast við.

Hvað? I K E B A N A // Hera Guðmundsdóttir
Hvenær? 17.00
Hvar? The Coocoo's nest, Grandagarði
Í dag opnar sýning Heru Guðmundsdóttur, I K E B A N A, í The Coocoo's Nest. Opnun verður frá kl. 17-19 en sýningin mun standa út september.

Hvað? Dear Wilson
Hvenær? 16.00
Hvar? RÝMD, Völvufelli
Sýningin Dear Wilson opnar í dag.

Hvað? Í körfunni
Hvenær? 17.00
Hvar? Bókasafn Reykjanesbæjar
Í dag verður opnuð sýning um körfuknattleik í Átthagastofu Bókasafns Reykjanesbæjar. Sýningin mun varpa ljósi á þróun meistaraflokka Keflavíkur og Njarðvíkur í karla- og kvennadeild. Körfuknattleikur í Reykjanesbæ á sér langa og glæsta sögu en á sýningunni má sjá búninga frá mörgum tímabilum, skó, myndir og aðra muni sem tengjast félögunum. Einnig er búið að safna saman fréttum, myndum og öðru efni úr fréttablöðum svæðisins.

BÍÓ ★ PARADÍS
HAPPY HOUR Á BARNUM 17-19
KONGENS NEI
Out Of Thin Air 18:00
BPM (120 Beats Per Minute) 17:15
Hjartasteinn 17:30
Dirty Dancing 20:00
Kongens Nei 20:00, 22:15
The Greasy Strangler 22:30
Dirty Dancing 30th ANNIVERSARY

ÚTILJÓSADAGAR

Mikið úrval af útiljósum á **20–70%** afslætti.
Komdu við í Rafvörumarkaðinum við Fellsmúla og gerðu betri kaup.

-50%
~~Áður: kr. 4.995~~
2.498 kr.
VEGGLJÓS, KASSALAGA
Veggljós, bogalaga, **kr. 2.998.** ~~Áður: kr. 5.995~~
Litir: Svart/grátt/hvítt

-50%
~~Áður: kr. 4.995~~
2.498 kr.
VEGGLJÓS. TVÆR GERÐIR
Staur, hæð: 110 cm, **kr. 3.498.** ~~Áður: kr. 6.995~~

-50%
~~Áður: kr. 3.995~~
1.998 kr.
HALLANDI VEGGLJÓS
Bein veggljós, **kr. 1.998.** ~~Áður: kr. 3.995~~

-50%
~~Áður: kr. 3.995~~
1.998 kr.
VEGGLJÓS
Litir: Svart/grátt/hvítt

-50%
~~Áður: kr. 3.995~~
1.998 kr.
KÚPLAR, 20 CM
Kúplar, 26 cm, **kr. 1.998.** ~~Áður: kr. 3.995~~
Litir: Svart/grátt/hvítt

-50%
~~Áður: kr. 4.595~~
2.298 kr.
ÚTILJÓS ÁN RÖRS
Litir: Svart/hvítt/rúst

-50%
~~Áður: kr. 4.995~~
2.498 kr.
ÚTILJÓS
Litir: Svart/hvítt/rúst

-50%
~~Áður: kr. 4.995~~
2.498 kr.
VEGGLJÓS
Litir: Svart/hvítt/rúst

-50%
~~Áður: kr. 4.995~~
2.498 kr.
VEGGLJÓS. TVÆR GERÐIR
Staur, hæð: 80 cm, **kr. 3.498.** ~~Áður: kr. 6.995~~

OPIÐ ALLA DAGA
Mán. til fös. **kl. 9–18**
Laugard. **kl. 10–16**
Sunnud. **kl. 12–16**

-50%
~~Áður: kr. 5.995~~
2.998 kr.
BEIN LED VEGGLJÓS
LED staur, hæð: 50 cm, **kr. 3.998.** ~~Áður: kr. 7.995~~

RAFMAGNSVÖRUR
Á **LÆGRA** VERÐI

RAFVÖRUMARKAÐURINN

Líkaðu við okkur á Facebook

Rafvörumarkaðurinn við Fellsmúla | 108 Reykjavík | Sími: 585 2888

DAGSKRÁ

Föstudagur

Ísland í dag snýr aftur í kvöld klukkan 18.55 eftir tæplega tveggja ára hlé. Um er að ræða skemmtilegan dægurmálaþátt í umsjón þeirra Sindra Sindrasonar, Völu Matt, Ásgeirs Erlendssonar, Kjartans Atla og Theodóru Mjallar Skúladóttur. Áhersla verður lögð á samfélagsleg málefni líðandi stundar.

FRÁBÆRT FÖSTUDAGSKVÖLD

Fáðu þér áskrift á 365.is

365

BOMBAN

Stórskemmtilegur spurningaþáttur fyrir alla fjölskylduna í umsjón Loga Bergmann. Skipt er í tvö lið og eins og vera ber og fær Logi til sín káta og fjöruga gesti sem þurfa að svara skemmtilegum spurningum um allt milli himins og jarðar.

THE PORTRAIT OF A LADY

Isabel Archer er á undan sinni samtíð og storkar ríkjandi gildum. Hún fer í ferðalag um Evrópu og lendir þar í klónum á Madame Merle og Gilbert Osmond sem ákveða að hagnast á þessari ungu og saklausu konu.

MECHANIC: RESURRECTION

Hættulegasti leigumorðingi heims, Arthur Bishop, hélt að sér hefði tekist að breyta um lífsstíl og segja skilið við líf leigumorðingjans þegar hans hættulegasti óvinur rænir kærustunni hans.

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

365.is

STÖÐ 2

07.00 **Simpson-fjölskyldan**
07.25 **Litlu Tommi og Jenni**
07.45 **Kalli kanína og félagar**
08.05 **The Middle**
08.30 **Pretty little liars**
09.15 **Bold and the Beautiful**
09.35 **Doctors**
10.20 **The New Girl**
10.45 **Martha & Snoop's Potluck Dinner Party**
11.05 **Í eldhúsi Evu**
11.40 **Heimsókn**
12.05 **Falleg íslensk heimili**
12.35 **Nágrannar**
13.00 **Tootsie**
14.55 **High Strung**
16.35 **Satt eða logið ?**
17.15 **Simpson-fjölskyldan**
17.40 **Bold and the Beautiful**
18.05 **Nágrannar**
18.30 **Fréttir Stöðvar 2**
18.55 **Ísland í dag**
19.10 **Sportpakkinn**
19.20 **Fréttayfirlit og veður**
19.25 **Bomban** Logi Bergmann stjórnar frábærum og stórskemmtilegum spurningaþætti þar sem hann egnir saman tveimur liðum, skipuðum tveimur keppendum hvort, sem eiga það sameiginlegt að vera í senn orðheppnir, fyndnir og fjörugir og þurfa að svara laufléttum og skemmtilegum spurningum um allt milli himins og jarðar.
20.15 **The Portrait of a Lady**
22.35 **Mechanic. Resurrection** Spennutryllir frá 2016 með Jason Statham, Jessicu Alba og Tommy Lee Jones. Hættulegasti leigumorðingi í heimi, Arthur Bishop, hélt að sér hefði tekist að breyta um lífsstíl og segja skilið við líf leigumorðingjans, þegar hættulegasti óvinur hans rænir kærustunni hans.
00.15 **Triple 9** Hörkuspennandi mynd frá 2016 sem fjallar um fjóra gjörspillta lögreglumenn sem í samstarfi við voldug glæpasamtök eins og rússnesku mafíuna misnota aðstöðu sína til að fremja vopnað og ofbeldisfullt bankarán. Ránið fer úrskeiðis að hluta sem setur fjórmenningana í mikla klípu því mafían krefst þess í framhaldinu að þeir fremji annað rán, ella muni þeir og fjölskyldur þeirra hafa verra af. Á sama tíma er rannsóknarlögreglumaðurinn Jeffrey Allen kominn á sporið og grunar ekki bara að spilltir lögreglumenn hafi komið að ráninu heldur einnig að annað rán sé yfirvofandi.
02.10 **Nobody Walks**
03.30 **Tootsie**
05.25 **The Middle**

STÖÐ 2 SPORT

07.15 **FH - KR**
09.00 **Þýsku mörkin**
09.25 **Búlgaría - Svíþjóð**
11.05 **Football League Show**
11.35 **Premier League World**
12.05 **Undankeppni HM -Portúgal - Færeyjar**
13.45 **Undankeppni HM -Frakkland - Holland**
15.25 **HM Markasyrpa**
15.50 **Undankeppni HM -Kasakstan - Svartfjallaland**
18.00 **1 á 1**
18.35 **Undankeppni HM -Malta - England**
20.45 **HM Markasyrpa**
21.10 **Pepsímörk kvenna**
22.10 **UFC - Sérstakir þættir**
22.35 **Undankeppni HM -Tékkland - Þýskaland**
00.15 **Pepsímörk kvenna**
01.15 **UFC - Sérstakir þættir**

STÖÐ 3

17.25 **New Girl**
17.50 **Mike & Molly**
18.10 **The Big Bang Theory**
18.35 **Modern Family**
19.00 **Curb Your Enthusiasm**
19.30 **Lip Sync Battle**
19.55 **Gilmore Girls**
20.40 **It's Always Sunny in Philadelphia**
21.05 **Eastbound and Down**
21.35 **Entourage**
22.05 **Six Feet Under**
23.10 **The New Adventures of Old Christine**
23.35 **Significant Mother**
00.00 **Smallville**
00.45 **Curb Your Enthusiasm**
01.15 **Lip Sync Battle**
01.40 **Gilmore Girls**
02.25 **It's Always Sunny in Philadelphia**
02.50 **Tónlist**

STÖÐ 2 KRAKKAR

07.00 **Dóra könnuður**
07.24 **Mörgæsirnar frá Madagaskar**
07.47 **Doddi litli og Eyrnastór**
08.00 **Áfram Diego, áfram!**
08.24 **Svampur Sveinsson**
08.49 **Lalli**
08.55 **Rasmus Klumpur og félagar**
09.00 **Lína Langsokkur**
09.25 **Hvellur keppnisbíll**
09.37 **Ævintýraferðin**
09.49 **Gulla og grænjaxlarnir**
10.00 **Víkingurinn Viggó**
10.11 **Zigby**
10.25 **Stóri og Litli**
10.38 **Ljóti andarunginn og ég**
11.00 **Dóra könnuður**
11.24 **Mörgæsirnar frá Madagaskar**
11.47 **Doddi litli og Eyrnastór**
12.00 **Áfram Diego, áfram!**
12.24 **Svampur Sveinsson**
12.49 **Lalli**
12.55 **Rasmus Klumpur og félagar**
13.00 **Lína Langsokkur**
13.25 **Hvellur keppnisbíll**
13.37 **Ævintýraferðin**
13.49 **Gulla og grænjaxlarnir**
14.00 **Víkingurinn Viggó**
14.11 **Zigby**
14.25 **Stóri og Litli**
14.38 **Ljóti andarunginn og ég**
15.00 **Dóra könnuður**
15.24 **Mörgæsirnar frá Madagaskar**
15.47 **Doddi litli og Eyrnastór**
16.00 **Áfram Diego, áfram!**
16.24 **Svampur Sveinsson**
16.49 **Lalli**
16.55 **Rasmus Klumpur og félagar**
17.00 **Lína Langsokkur**
17.25 **Hvellur keppnisbíll**
17.37 **Ævintýraferðin**
17.49 **Gulla og grænjaxlarnir**
18.00 **Víkingurinn Viggó**
18.11 **Zigby**
18.25 **Óskastund með Skoppu og Skrítlu**
18.36 **Mæja býfluga**
18.45 **Stóri og Litli**
19.00 **Hanaslagur**

GOLFSTÖÐIN

09.05 **Cambia Portland Classic**
12.05 **Golfing World**
12.55 **Inside the PGA Tour**
13.20 **Champions Tour Highlights**
14.15 **Cambia Portland Classic**
17.15 **Golfing World 2017**
18.05 **Inside the PGA Tour**
18.30 **Dell Technologies Championship**
22.30 **Cambia Portland Classic**

STÖÐ 2 BÍÓ

11.00 **Funny People**
13.25 **An American Girl. Chrissa Stands Strong**
14.55 **As Cool as I Am**
16.30 **Funny People** Gamanmynd með alvarlegu ívafi frá 2009 með Adam Sandler og Leslie Mann um grínistann George Simmins sem hefur öðlast annað tækifæri í lífinu og snýr hann ásamt aðstoðarmanni sínum, hinum upprennandi grínista Ira, aftur til þess staðar sem hafði hvað mest áhrif á líf hans. Þar heimsækir hann m.a. staðinn sem kom honum á kortið og stúlkuna sem komst undan. Með önnur hlutverk fara Seth Rogen, Jonah Hill, Eric Bana og Jason Schwartzman.
18.55 **An American Girl. Chrissa Stands Strong**
20.25 **As Cool as I Am**
22.00 **The Shallows**
23.30 **Entertainment**
01.10 **Concussion** Dramatísk mynd frá 2016 sem byggð er á sönnum atburðum með Will Smith í aðalhlutverki. Nígeríski læknirinn og meinafræðingurinn Bennet Omalu sýndi fyrstur fram á að endurtekin höfuðhögg sem leikmenn í bandaríska fótboltanum fengu á sig orsökuðu hrörnunarsjúkdóm sem dregið hefði marga þeirra til dauða, þvert á útgefin dánarvottorð. Með önnur hlutverk fara Alec Baldwin, Albert Brooks og David Morse.
03.10 **The Shallows**

RÚV

14.35 **Spánn - Svartfjallaland**
16.40 **Sögustaðir með Einari Kárasyni**
17.10 **Vatnajökull - Eldhjarta Íslands**
17.40 **Bækur og staðir**
17.50 **Táknmálsfréttir**
18.00 **KrakkaRÚV**
18.01 **Froskur og vinir hans**
18.10 **Hundalíf**
19.00 **Fréttir**
19.25 **Íþróttir**
19.30 **Veður**
19.35 **Menningarveturinn**
20.00 **Klassíkin okkar**
22.20 **Banks lögreglufulltrúi**
23.55 **The Necessary Death of Charlie Countryman**
01.35 **Útvarpsfréttir í dagskrárlok**

SJÓNVARP SÍMANS

06.00 **Síminn + Spotify**
08.00 **Everybody Loves Raymond**
08.25 **Dr. Phil**
09.05 **90210**
09.50 **Psych**
10.35 **Síminn + Spotify**
13.35 **Dr. Phil**
14.15 **America's Funniest Home Videos**
14.40 **Heartbeat**
15.25 **Friends With Better Lives**
15.50 **Glee**
16.35 **King of Queens**
17.00 **Man With a Plan**
17.25 **How I Met Your Mother**
17.50 **Dr. Phil**
18.30 **The Tonight Show**
19.10 **The Late Late Show**
19.50 **Family Guy**
20.15 **The Bachelorette**
21.45 **Nerve**
23.25 **The Tonight Show**
00.05 **Prison Break**
00.50 **American Crime**
01.35 **Damien**
02.20 **Quantico**
03.05 **Shades of Blue**
03.50 **Mr. Robot**
04.35 **Intelligence**
05.25 **House of Lies**
05.55 **Síminn + Spotify**

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

KATHY GRIFFIN

LAUGH YOUR HEAD OFF

HEIMSTÚRINN

29. NÓVEMBER
Í ELDBORG HÖRPU

MIÐASALA Á

HARPA.IS OG TIX.IS

"KATHY GRIFFIN DOESN'T HOLD BACK"
VOICE

"KATHY GRIFFIN HAS THE LAST LAUGH"
THE WALL STREET JOURNAL.

"BOUNDLESS ENERGY"
Parade

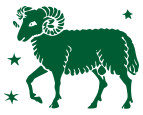
"THERE'S NOTHING LIKE EXPERIENCING KATHY GRIFFIN LIVE"
Los Angeles Times

WWW.KATHYGRIFFIN.COM TWITTER @KATHYGRIFFIN INSTAGRAM INSTAGRAM.COM/KATHYGRIFFIN FACEBOOK /KATHYGRIFFIN

FRÉTTABLAÐIÐ
LÍFIÐ

Septemberspá **Siggu Kling**

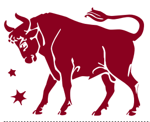
Spáin gildir fyrir september
Lengri útgáfa af stjörnuspá á
visir.is/SiggaKling
Spáin birtist fyrsta föstudag hvers mánaðar.



Hrúturinn
21. mars–19. apríl

Þú munt finna lausnir

Elsku Hrúturinn minn. Þú átt svo marga aðdáendur sem líta upp til þín, dýrka þig og dá enda átt þú það til að vera svo ofsalega ákafur eins og nýfætt hrútslamb og hressa hvaða fýlupoka sem er við. Þú hefur svo marga óendanlega kosti. Það er spenna í loftinu; þú getur kallað það streitu, en ég vil frekar nota orðið spenna. Þú ert eitthvað að mikla fyrir þér aðstæður en sérð eftir 10-15 daga að þær hindranir sem þú heldur að séu til staðar eru bara til þess að beina þér í sterkari átt og fá þig til að koma með lausnir. Þú sigrar það sem er að stríða þér þessa dagana. Þú ert bæði hæfileikaríkur og gáfaður og í ástamálunum laðast að þér ótrúlega ólíkir einstaklingar svo þú gætir átt erfitt með að velja ef þig langar að binda þig. Það eru miklar breytingar í sambandi við ný kynni á persónum sem hjálpa þér að klífa þann metorðastiga sem þig langar að klífa. Mottó: Ég er sterkari en steinninn.

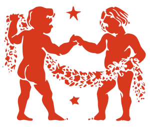


Nautið
20. apríl–20. maí

Ekki ofhugsa hlutina

Elsku Nautið mitt. Það má sannarlega segja að þú sért hafið yfir fjöldann en þú verður að muna að mont og stolt eru systur. Þú þarft þess vegna að æfa þig meira að vera montið með þig eins og þú ert með fjölskyldu þína og vini. Þú mátt líka skilja að þú ert með miklu meiri hæfileika en þú gerir þér grein fyrir.

Fyrir þá sem eru að hugsa um ástina, þá þarftu að skilja orðið ást; þráhyggja er alls ekki ást eða tengd henni á nokkurn hátt. Ástin tengist því að hafa félaga sem styður þig í blíðu og stríðu. Þú átt erfitt með að fyrirgefa mistök annarra gagnvart þér tengd ástinni. Því mun það aldrei ganga að þú sért með manneskju sem er þér ótrygg eða ótrú, því þótt þú fyrirgefir á yfirborðinu áttu erfitt með að hafa skilning á vitleysunni í öðrum. Ekki ofhugsa þótt það sé mikið að gera, mundu frekar að þetta reddast. Mottó: Þetta reddast.

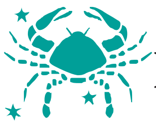


Tvíburinn
21. maí–20. júní

Ekki hanga í leiðindum

Elsku Tvíburinn minn. Þú ert svo klár og ástríðufullur og getur verið með mörg verkefni á sama tíma. Margir færu í „burnout“ eða kulnun við svoleiðis aðstæður. En þú býrð yfir krafti á við bestu þotur WOWair, mundu þó að það sem knýr þoturnar áfram er einfaldlega eldsneyti. Það sem þú þarft að skoða í þessu samhengi er að vera ekki í hrútleiðinlegri vinnu eða skóla sem hefur á þér fastatök. Það er nefnilega frelsið sem skapar þessa glimrandi skemmtilegu manneskju sem þú ert.

Ástríða einkennir bjartsýnan Tvíbura og þá líður þér eins og drottningu eða kóngi á fallegu taflborði og finnur að þú hefur ekkert að óttast þótt þú takir áhættu í ástamálum. En þið sem eruð í sambandi skuluð byggja upp skemmtilegra ástalíf, dekra við makann og hrósa honum, halda spennunni gangandi. Mottó: Líttu upp í ljós.

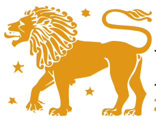


Krabbinn
21. júní–22. júlí

Hleyptu birtunni inn

Elsku fallegi Krabbinn minn, þetta er búið að vera merkilegt sumar sem hefur gefið þér sjálfstraust á svo marga vegu. En núna ertu mikið að hugsa um að þú þurfir og viljir vera handviss um að þú sért að gera rétt og hafir lagt þig allan fram. Þú ert sú týpan sem vilt borga borðið á veitingahúsunum og „tríta“ vini þína með gjöfum, en líka til að sýna hversu mikinn klassa þú hefur. En þegar þú gefur of mikið eða meira en þú átt getur það nálgast yfirborðsmennsku. Það fær þig til að finnast eins og þú sért með holu í hjartanu. Svo hleyptu þeim inn sem langar svo sannarlega að hjálpa þér áfram, deila með þér lífinu og hleypa birtu inn í það.

Þú ert eins og bambusinn: þú getur bognað en brotnar aldrei. Margt hefur gerst undanfarin misseri og hvort sem þér hefur þótt það erfitt eða létt felur það í sér lykilinn að góðu ári. Mottó: Vertu glaður!



Ljónið
23. júlí–22. ágúst

Þú velur fólkið þitt sjálft

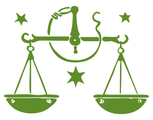
Elsku Ljónið mitt. Þegar þú ert í essinu þínu og skjallar og hrósar fólkinu þínu er enginn eins fagur og þú. Og þú hefur yfir þér svo mikla reisn alveg sama hversu mölbrotið þú ert. Það mikilvægasta fyrir næstu mánuði er að tengja þig betur við fólkið í kringum þig og bara alla, ýmist þá sem þú þekkir vel, þá sem þú hefur haft lítið samband við og þá sem þú sérð að muni passa lífsorkunni þinni. Lífið er bara leikrit, þú velur persónur og leikendur sem þér líkar vel við og þú þarftu að gera vel við það fólk ... ef einhver kann það þá ert það þú.
Þú átt ekki að spila í vörninni heldur ertu týpan sem er markaskorari. Þú þarft að einangra það í huga þínum hvernig þú ætlar að skora mörk næstu mánaða. Þú þarft því nauðsynlega á því að halda að hafa liðsheildina í lagi til að fá boltann á réttan stað, þá verður allt miklu auðveldara.

Setningin þín er: Er ekki kominn tími til að tengja?

Meyjan
23. ágúst–22. september

Segðu bless við óöryggi

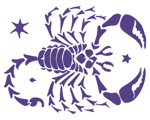
Elsku magnaða Meyjan mín, mikið er ég þakklát fyrir að þú sért til, það ert þú sem svo sannarlega skrifar söguna fyrir okkur. Undir einbeittu yfirborði þínu býr svo margbreytilegur andi sem þú sýnir ekki mörgum. Margir í kringum þig halda að þú sért svona og hinsegin en fæstir vita hvernig þú ert í raun. Ég bið þig svo sannarlega að skoða að ef þú ert þreytt á vinnunni og búin að bíða lengi, lengi eftir viðurkenningu þá skaltu athuga að sú vinna eða skóli er trúlega alls ekki þinn vænsti kostur. Þú skalt alls ekki sýna óöryggi eða undirgefni í neinu sem tengist ástinni. Þegar þú mætir á svæðið vita allir að þú ert komin. Um leið og þú skilur að þú hefur þennan X-faktor þá halda þér engin bönd. Að binda Meyju niður ætti að vera lögbrot!
Þú stendur á merkilegum tímamótum nákvæmlega núna og sú orka endist í þrjá mánuði. Þegar þú lítur yfir þennan tíma í desember þá getur þú séð skýrt hvernig árið þitt verður. Mottó: Þetta er minn tími!



Vogin
23. september–22. október

Þú lendir á fótunum

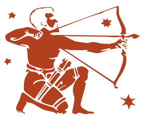
Elsku Vogin mín. Þó að það sé svolítil ókyrrð í hjarta þínu og tilfinningunum þá er orkan í kringum þig og lífið alveg með besta móti. Möguleikarnir eru margir en þú þarft bara að átta þig á að kvíðahnúturinn í hjarta þínu er mögulega ekki út af neinu sem þú getur skýrt. En þessi hnútur getur valdið pirringi og fljótfærni svo segðu ekkert við fólk í kringum þig nema þú sért búin að hugsa vel hvað þú meinar raunverulega með orðum þínum Smáatriði eiga ekki að hafa áhrif á þig á neinn máta því þú ert hátt yfir það hafin. Þú blómstrar þegar hlutirnir eru stabílir þótt þú sért orka hugmynda og framfara. En moldin þarf að vera frjósöm til þess að þú blómstrir eins og þú þarft. Haustmánuðir gefa þér það að þú ferð að leita að fyllingu í hjarta þínu og lífsgæðum. Þegar líða tekur á haustið tekur þú þá stórt stökk og lendir svo gjörsamlega á fótunum, þá mun þér finnast eins og þú hefðir fyrir löngu átt að taka þetta stökk! Setningin þín er: Ég fer mína einstöku leið!



Sporðdrekinn
23. október–21. nóvember

Slökktu á síma og tölvu

Elsku Sporðdrekinn minn, þó þér finnist þú sjá líf þitt á næstu mánuðum í þoku þá er það akkúrat sá tími sem gefur þér mesta kraftinn til að hugsa og framkvæma rétta hluti. Hin venjulega íslenska þoka kyrrir hugann og sameinar orkuna í fólki. Hún hefur áhrif á mann eins og hugleiðsla og þessi áhrif munu valda því að þér líður líkamlega miklu betur og áhyggjur minnka með mánuðunum. Þokunni fylgir ró og rónni fylgir traust um að veröldin hugsi vel um þig og viti hvað er þér fyrir bestu. Þú þolir illa ofsagang og læti og skríður eins og snigill inn í kuðung þegar vesen og læti eru í kringum þig. En þetta er akkúrat að gerast núna. Þú ert samt sem áður að efla kraft þinn og orku og besta hugleiðslan fyrir þig er að hvíla þig aðeins frá áreiti; aftengja þig frá tölvum og símum. Þessi tæki gefa þér nefnilega meiri pirring heldur en fólki sem er staðsett í hinum ellefu merkjunum.
Í ástinni skaltu ekki taka nein skref fyrr en þú lærir að elska sjálfan þig fyrst. Setningin þín: Ég dansa og er stórkostlegur.



Bogmaðurinn
22. nóvember–21. desember

Veldu fyrirmyndir vel

Elsku Bogmaðurinn minn, það er svo sterkt í eðli þínu að vera með fullkomnunaráráttu og orðið fullkomnunarárátta er afskaplega leiðinlegt orð. En þetta er bara vegna þess að þú vilt gera allt svo vel, stundum of vel. Svo það er mikilvægt að þú sýnir sjálfum þér meiri þolinmæði og reynir ekki að vera alltaf með allt á hreinu. Ef þú sleppir takinu þá birtast þér miklu fleiri möguleikar.

Þér mun aldrei líða vel ef þú festist í vana og vani er bara þannig; eitthvað sem maður venur sig á og festist svo í. Þannig að það er því þín eina hindrun á komandi haustmánuðum, ekki flækja þig of mikið í viðjum vanans. Þú ert í eðli þínu ævintýramanneskja og þarft að hafa möguleikann á að vera færanlegur í lífinu. Að geta hoppað frá einum steini til annars þegar þú ert að komast yfir lífsins fljót. Þú ert spegilmynd af þeim sem eru fyrirmyndir þínar, svo vandaðu val og skoðaðu vel hverjum þú leyfir að hafa áhrif á þig. Setningin til þín er: Ekki láta berast með straumnum.

Steingeitin
22. desember–19. janúar

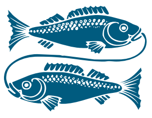
Þú stýrir eigin hamingju

Elsku Steingeitin mín, þú ert fædd til að ganga hamingjusaman veg en flækir þig svo oft í viðhorfum til lífsins og þú treystir fáum þó þú eigir stóran vinahóp. Okkar stærstu og merkilegustu leiðtogar eru fæddir í þessu merki en til þess að þú náir að vera sá leiðtogi sem þú vilt vera (og átt að vera) verður þú að læra að treysta, það er lykillinn að því að hamingjan geti búið í þér. Ég á eina ofsalega góða vinkonu sem er búsett í þessu merki og hún sagði einu sinni við mig: „köld eru kvennaráð“ en í því var hún bara að meina að ég geri hvað sem ég þarf til að passa upp á þá sem eru fjölskyldan mín og þá sem ég elska. Margir mafíuforingjar eru fæddir í þessu merki og ef náinn vinur þinn myndi biðja þig um að grafa lík í garðinum þínum myndir þú gera það. Þess vegna er svo mikilvægt að vera vinur þinn þó ekkert lík þurfi nú að grafa.
Í ástinni þarftu að hafa hreint og tært hjarta því það mun skila sér eins og stærsti lottóvinningurinn. Setningin þín er: Hamingjan er í þínum höndum!

Vatnsberinn
20. janúar–18. febrúar

Ný tækifæri með haustinu

Elsku Vatnsberinn minn, þú ert svo heillandi og heitur að jöklar gætu bráðnað í návist þinni. Þú hefur svo stóran faðm og svo mikla umhyggju fyrir lífinu og tilverunni, þetta er það sem gerir þig svo dásamlega einstakan. Þú hefur svo miklar, fágætar og góðar hugmyndir um hvernig þú vilt skapa framtíðina. En það er svo ríkt í þér að taka of mikið tillit til annarra og passa að þú eyðileggir ekki neitt fyrir neinum og þess vegna ganga hlutirnir oft hægar en þú vilt.
Að mínu mati er alltaf öld Vatnsberans en þið þurfið sjálf að sækja ykkar réttindi og það sem ykkur ber, án þess að láta tengsl eða tilfinningar rugla ykkur í ríminu. Ef ég má líkja ykkur við bifreið, þá eruð þið á rosalega góðum dekkjum. Þannig að smá fyrirstaða, drulla eða pollar, verða ekki til þess að stoppa ykkar farartæki.
Haustmánuðir gefa þér tækifæri til að taka u-beygju í lífi þínu. Þeir gefa þér val um að taka það fólk þú elskar með þér í nýja átt.
Mottó: Þú ert líf og litur.

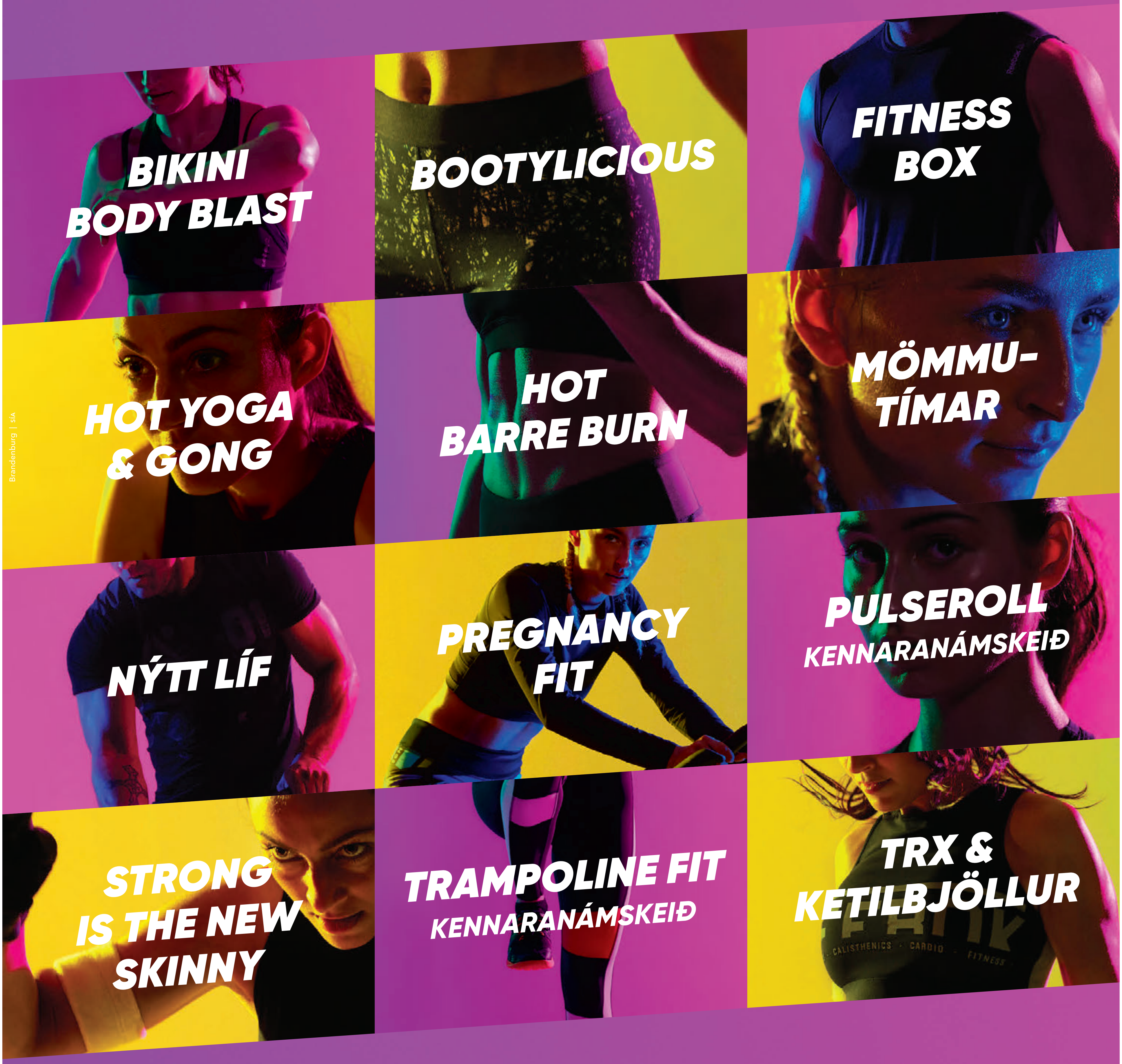


Fiskarnir
19. febrúar–20. mars

Veislustjóri að eðlisfari

Elsku Fiskurinn minn, það er svo ríkt í eðli þínu að vera veislustjóri alveg sama í hvaða partí þú ert. Sumir kalla það stjórnsemi en það er þér í blóð borið að redda og bjarga svo allt gangi vel, helst hjá öllum.
Að hafa svo magnaðan húmor, eins og þann sem þú hefur, er ekki á allra færi. Kaldhæðni svífur oft yfir setningunum þínum og eins og Winston Churchill sagði þá er það að segja brandara háalvarlegt mál. Það eru bara þeir sem hafa sterka tilfinningagreind sem geta tvistað á þessum sviðum eins og þú getur, elskan mín.
Það er mikilvægt að þú athugir að hvert ár sem bætist við líf þitt gefur þér þroska og byggir upp þetta kómíska sjálfstraust þitt.
Þegar þú finnur til óöryggis, elskan mín, er það bara vegna þess að þér finnst grunnurinn ekki nógu sterkur. Sá aðili sem á að vera þér í ástinni er sá sem lætur þér líða eins og hann sé tryggt og öruggt bakland sem fær þig til að vaxa og vera afslappaður á sama tíma Setningin þín er: Hugurinn leiðir mig til sigurs.

NÝ NÁMSKEIÐ



AFTUR Á BEINU BRAUTINA

Snúðu við blaðinu og settu þér markmið.
Ný námskeið hefjast í september – engin binding!

6 stöðvar · 3 sundlaugar · reebokfitness.is

Reebok FITNESS

Þá er peysutíminn runninn upp

Það er kominn 1. september og haustið formlega gengið í garð. Haustið er alltaf svo skemmtilegur tími þó að kólni í veðri, því búðirnar fyllast af fallegum haustvörum. Nú er svo sannarlega komið peysuveður og þá getum við loksins sótt allar peysurnar í fataskápinn.

Prjónapeysur eru alltaf mjög vinsælar á haustin og það er í raun sama hvaða litur verður fyrir valinu. Rauður er mjög vinsæll fyrir haustið, en það er líka fallegt að fá sér peysu með skemmtilegum smáatriðum eða mjúkum rúllukraga sem heldur á okkur hita í vetur.

Geysir – Hope, 26.800 kr.

Vero Moda, 3.990 kr.

Kultur – Munthe, 33.995 kr.

Zara, 4.595 kr.

Mynstur
Það er flott að para saman einfaldar peysur og mynstruð föt.

Stærðin
Peysur í yfirstærð við aðsniðnar buxur eru málið.

Litur
Á tískupöllunum voru dress í sama litnum áberandi.

GLAMOUR

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

ÚTSÖLU
LOK
ENN MEIRI
VERÐLÆKKUN
20% AFSLÁTTUR
BORÐSTOFUBORÐ
20-40% AFSLÁTTUR
STÓLAR
30-70% AFSLÁTTUR
HÆGINDASTÓLAR
20-70% AFSLÁTTUR
SÓFAR OG BORÐ
20-60% AFSLÁTTUR
SÆNGURFATNAÐUR OG LÖK
50% AFSLÁTTUR
SKRAUTPÚÐAR
20-60% AFSLÁTTUR
RÚMTEPPI
20-40% AFSLÁTTUR
RÚM
20-70% AFSLÁTTUR
VEFNAÐARVARA
Birt með fyrirvara um prentvillur og verðbreytingar
20-70%
AFSLÁTTUR
Vogue
FYRIR HEIMILIÐ
Síðumúla 30 - Reykjavík | Sími 533 3500
Hofsbót 4 - Akureyri | Sími 462 3504

Airwaves hátíðin komin á hreint

Nú hefur verið tilkynnt um síðasta holl listamanna sem koma fram á Iceland Airwaves í byrjun nóvember. Eins og fyrr kennir ýmissa grasa og í fyrsta sinn frá upphafi verður hægt að sækja tónleika á Akureyri.

Stefán Þór Hjartarson
stefanthor@frettabladid.is

Við erum með Mumford & Sons, við erum með Fleet Foxes, Michael Kiwanuka, við erum með Sigrid, við erum með Ásgeir, við erum með Megas, það eru endalaus bönd. Það er líka hellingur af nýju stöffi – Sigfrid, írsku hipphopparnir í Hare Squead sem eru frábærir, svo er það náttúrulega Mura Masa, hann er frábær tónlistarmaður sem fer til Akureyrar líka. Svo er það auðvitað allt þetta íslenska og góða,“ segir Grímur Atlason, skipuleggjandi hátíðarinnar, aðspurður hverjir séu hápunktarnir í ár.

Grímur Atlason, skipuleggjandi.

Mumford & Sons

Folkið verður í hávegum haft en í Mumford & Sons eru Bretar sem hafa verið mjög framarlega í folkrokk heiminum síðasta áratuginn. Þessi margverðlaunaða sveit gaf meðal annars út plötuna Babel árið 2012 en hún seldist svo gríðarlega hratt að hún er sú rokkplata sem hefur selst hraðast á þessum áratug, hvorki meira né minna. Auk þess hafa þeir gefið út bestu bresku plötuna (Sigh no more árið 2011) og hlotið eins sex Grammy-verðlaun, meðal annars fyrir plötur ársins (Babel) og fyrir tónlistarmyndbandið við lagið Big Easy Express.

Mura Masa

Og það eru fleiri upprennandi unglingar að fara að mæta – Soundcloud stjarnan Mura Masa hefur verið að vinna með fólki eins og Stormzy og Charli XCX. Í sumar gaf hann út sína fyrstu plötu þannig að þetta er bara rétt að byrja hjá Mura Masa. Hann ætlar líka að halda til Akureyrar, algjör toppmaður.

AKUREYRINGAR FÁ AÐ TAKA ÞÁTT

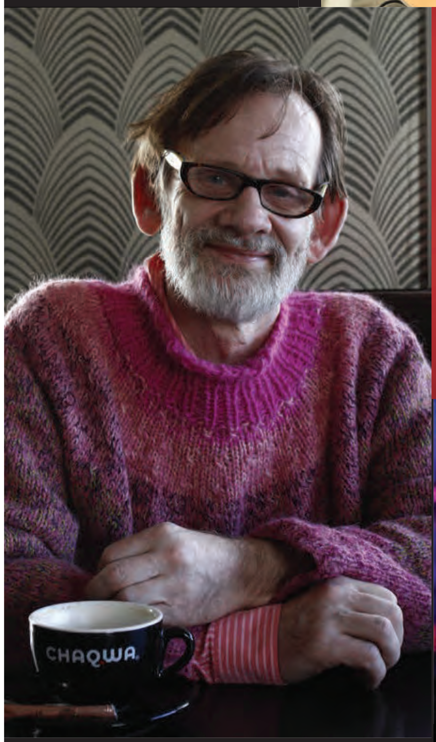
Tónlistarunnendur á Akureyri geta tryllst úr gleði vegna þess að í ár mun hátíðin teygja anga sína alla leið norður yfir heiðar. Þetta verður tveggja daga tónlistarveisla sem Norðanmenn fá og mun það eflaust vekja mikla gleði í hjörtum margra Akureyringa sem hafa hingað til þurft að leggja leið sína suður yfir heiðar til að njóta Airwaves-hátíðarinnar. Í ár verður sem sagt hægt að fá sér einn ískaldan Thule beint úr kúnni, skella sér á Mura Masa og klára svo kvöldið með einum McGretzky í Nætursölunni.

Michael Kiwanuka

Hinn „breski Marvin Gaye“ er af úgönskum ættum og hefur verið lengi í tónlistarbransanum – hann spilaði sem „session“ gítarleikari fyrir Chipmunk og Bashy áður en hann byrjaði sólóferil sinn. Michael hitaði upp fyrir Adele á tónleikaferðalagi hennar Adele Tour árið 2011. Aðdáendur þáttanna Big Little Lies ættu að kannast við kauða enda á hann upphafslag þáttanna, Cold Little Heart.

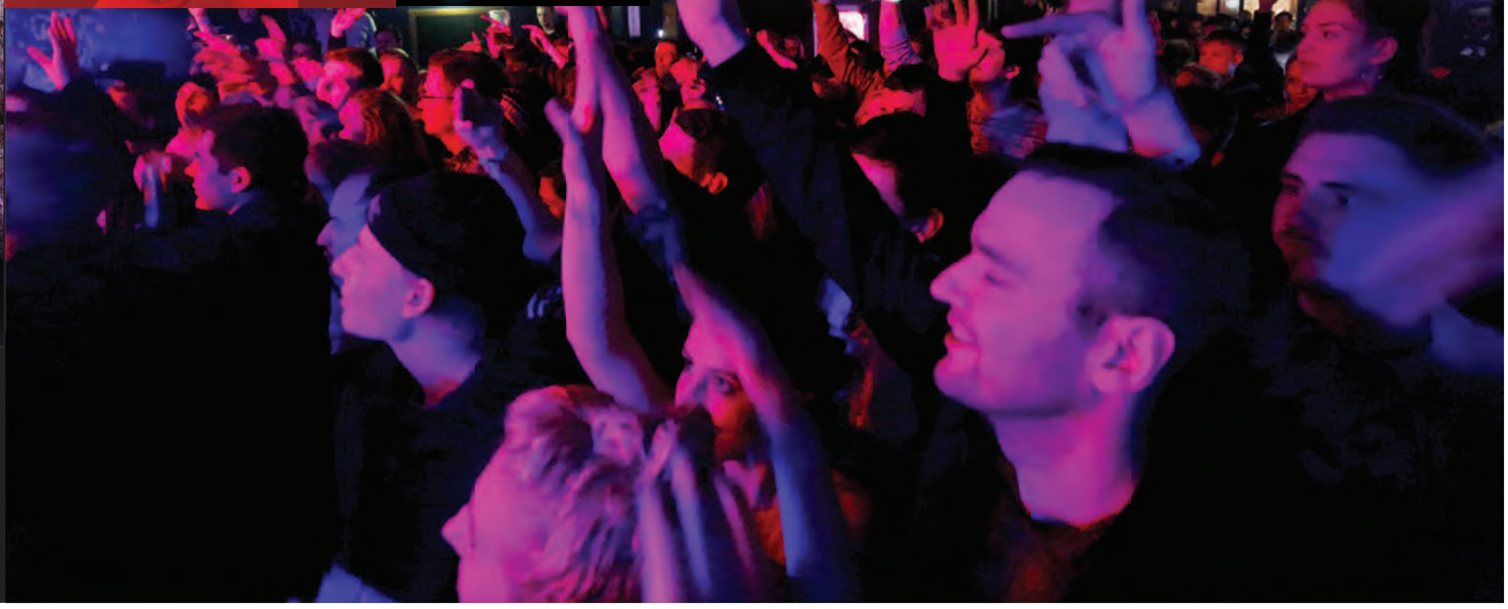
Fleet Foxes

Indie folk dúllurnar í Fleet Foxes koma frá Seattle í Bandaríkjunum, þeirri miklu tónlistarborg. Þessir skeggjuðu og flannelklæddu drengir gáfu út nýja plötu nú í byrjun sumars og munu líklega spila nokkur lög af henni í bland við eitthvað gamalt og gott. Sveitin ætlaði upphaflega að spila á tvennum tónleikum á hátíðinni en því miður urðu þeir að fresta öðrum þeirra.



Sigfrid

Hin kornunga, tvítuga (!) og norska Sigfrid hefur verið að gera allt brjálað með laginu sínu Don't kill my vibe. Það hefur tíðkast að á Airwaves komi fram listamenn sem síðar verða mjög stórir – það má alveg setja smá pening á að í þetta sinn verði það Sigfrid.



Megas og blásturshljómsveit í Þjóðleikhúsinu

Meistari Megas spilar í uppblásinni útgáfu, en hann mun koma fram ásamt blásturshljómsveit undir stjórn Hilmars Arnar Agnarssonar og má alls ekki missa af því enda einstakur viðburður.

2017/2018

SINFÓNÍUHLJÓMSVEIT ÍSLANDS

REGNBOGAKORT
20–50% AFSLÁTTUR

Með Regnbogakorti getur þú valið þá tónleika sem höfða helst til þín af öllum tónleikum starfsársins og tryggt þér gott sæti með 20% afslætti. Hægt er að kaupa Regnbogakort með fernum tónleikum eða fleiri, eftir því sem best hentar.

25 ára og yngri fá Regnbogakort með 50% afslætti á verðsvæðum 2 og 3. Tryggðu þér öruggt sæti á besta verðinu.

TRYGGÐU ÞÉR ÁSKRIFT
SINFONIA.IS

Miðasala í Hörpu
sinfonia.is
harpa.is
528 50 50

@icelandsymphony / #sinfó

Aðalstyrktaraðili :
GAMMA

R.E. Pressan.is

GRÍMAN
Leikrit ársins 2017
Leikkona ársins í aðalhlutverki

Sýningar
Sun. 17. sept. kl. 20.30
Lau. 23.sept. kl. 20.30
Lau. 30.sept. kl. 20.30
Fös. 6. okt. kl. 20.30

Miðasala á tix.is

TJARNARBÍÓ

Föstudags-playlisti Lífsins

Rósa Birgitta

PLÖTUSNÚÐUR

Plötusnúðurinn Rósa Birgitta Ísfeld setti saman föstudagsplaylista Lífsins að þessu sinni. Lagalistinn er dansvænn og hressandi með eindæmum.

Föstudagsplaylista Lífsins má einnig finna á Spotify undir notandanafninu Vísir.

PLAY FOLLOW

LAG	FLYTJANDI
Eyesdown	Bonobo, Andreya Triana
Life's Gone Down Low	Lijadu Sisters
Cumbia Sobre el Mar	Quantic, Flowering Inferno
Expensive Shit	Fela Kuti
Jimmy, Renda-Se	Tom Zé
Don´t You Know	Jan Hammer Group
Same Way I Feel	Midnight Magic
Following	The Phenomenal Handclap Band
Heaven	Nicolas Jaar remix –Kasper Bjorke
The Bargain Store	Dolly Parton

Pör með sameiginlega Facebook síðu

Stór hluti landsmanna er með Facebook síðu enda er það góð leið til að halda sambandi við fólk. Flestir skrá sig sem einstakling á Facebook en sumir kjósa að skrá sig með maka sínum. Pörin **Beggi og Pacas** og **Svala og Davíð** eru meðal þeirra.

Beggi og Pacas eru með þessa skemmtilegu mynd sem prófílmynd á sameiginlegu Facebook síðunni sinni.

Parið Beggi og Pacas deila Facebook síðu en þeir hafa svo einnig hvor sína síðuna. „Við erum sem sagt með þrjár síður. Ástæðan fyrir sameiginlegu síðunni er sú að saman viljum við deila kærleika og hlýju með fólki. Og við erum með 5.000 vini á þeirri síðu þannig að við þurftum að opna nýjar síður. Maður getur víst ekki átt fleiri en 5.000 vini á Facebook,“ segir Beggi

Begga og Pacasi finnst mikilvægt að nota Facebook til að tengjast vinum og fjölskyldu. „Það er líka gott að vera með einstaklingssíðu til að fylgjast með fjölskyldunni í hröðu samfélagi.“

„Þetta virkar mjög vel, það skiptir máli að hafa gott tengslanet. Svo erum við Pacas mjög samrýndir og viljum deila gleði og hamingju,“ segir Beggi.

SVO ERUM VIÐ PACAS MJÖG SAMRÝNDIR OG VILJUM DEILA GLEÐI OG HAMINGJU.

Beggi

Hentugasta fyrirkomulagið

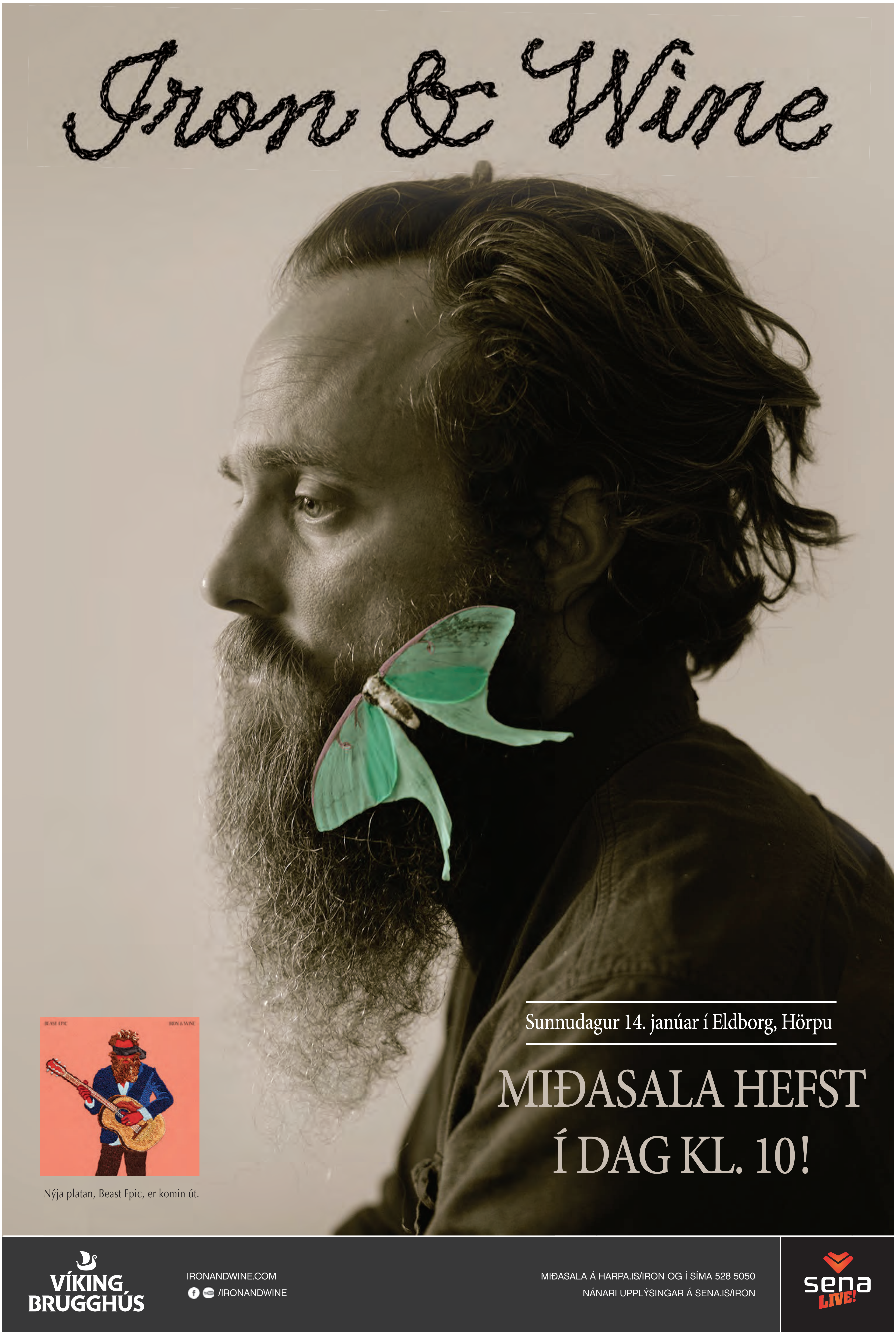
„Ástæðan fyrir því að við erum með sameiginlega Facebook síðu er sú að við eigum flest alla vini okkar sameiginlega,“ segja þau Svala og Davíð en þau halda úti sameiginlegri síðu á Facebook. Þeim þykir því hentugasta fyrirkomulagið að vera með sameiginlega síðu.

„Þetta þykir okkur hentugt þegar eitthvað er um að vera, það fer þá ekki fram hjá öðru hvoru okkar. Og til hvers að hafa hvort sína síðuna þegar við getum haft hana sameiginlega? Þá er hægt að ganga beint að henni frekar en að þurfa alltaf að skrá sig út til að hinn geti skráð sig inn. Facebook síður eru dægradvöl en ekki lífið. Ef fólki finnst skrítið að hafa sameiginlega síðu þá ætti það bara að prófa það til tilbreytingar.“

Hentugasta fyrirkomulagið fyrir Svölu og Davíð er að hafa sameiginlega Facebook síðu.

gudnyhronn@365.is

SÍMAR AUGLÝSINGADEILDIR – AUGLÝSINGASTJÓRI: Svanur Valgeirsson *svanur@365.is* **ALMENNAR AUGLÝSINGAR: SÍMI 512-5401:** Gústaf Bjarnason *gustaf@365.is*, Hafsteinn Hafsteinsson *hafsteinn@365.is*, Hjördís Zoëga *hjordis@365.is*, Sigfús Örn Einarsson *sigfus@365.is*, Örn Geirsson *orn.geirsson@365.is* **FÓLK/SÉRBLÖÐ SÍMI 512-5402:** Atli Bergmann atli.*bergmann@365.is*, Jóhann Waage *johannwaage@365.is*, Jón Ívar Vilhelmsson *jonivar@365.is*, Ólafur H. Hákonarson *olafurh@365.is*, **FÓLK OG SÉRBLÖÐ EFNI:** Sólveig Gísladóttir *solveig@365.is* og Vera Einarsdóttir *vera@365.is* **RAÐAUGLÝSINGAR /FASTEIGNIR SÍMI 512-5403:** Hrannar Helgason *hrannar@365.is*, Viðar Ingi Pétursson *vip@365.is* **ÞJÓNUSTUAUGLÝSINGAR SÍMI 512-5407:** Arna Rut Kristinsdóttir *arnarut@365.is*, Sigrún Helga Guðmundsdóttir *sigrunh@365.is*



Iron & Wine
Nýja platan, Beast Epic, er komin út.
Sunnudagur 14. janúar í Eldborg, Hörpu
MIÐASALA HEFST
Í DAG KL. 10!
VÍKING BRUGGHÚS
IRONANDWINE.COM
/IRONANDWINE
MIÐASALA Á HARPA.IS/IRON OG Í SÍMA 528 5050
NÁNARI UPPLÝSINGAR Á SENA.IS/IRON
sena LIVE!

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

ÞÚ GETUR NÁLGAST FRÍTT EINTAK AF FRÉTTABLAÐINU VÍÐSVEGAR UM LANDIÐ.
Óskir þú eftir því að fá blaðið í áskrift, hafðu samband við Póstdreifingu.
FRÉTTABLAÐIÐ mest lesna dagblað landsins.

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

BAKÞANKAR

Maríu Bjarnadóttur

Friðhelgistips

97 prósent Íslendinga nota internetið reglulega. Að sjálfsögðu Evrópumet. Húh!

Stór hluti notkunarinnar fer fram á samfélagsmiðlum. Níutíu prósent fullorðinna nota Facebook. Þar eru fjölmargir hópar ætlaðir umræðum um tiltekna hluti eða með tilteknum hætti. Hóparnir geta verið valdeflandi fyrir fólk og félagsskap, vettvangur fyrir mikilvæga samfélagslega og málefnatengda umræðu og uppspretta stuðnings og sjálfstyrkingar fyrir einstaklinga og hópa. Þeir geta líka magnað raddir sem boða misgáfuleg fagnaðarerindi, jafnvel ólögmæt. Tilvist þeirra hefur svo stutt við ranghugmyndir um að tjáning á lokuðu svæði á samfélagsmiðli eigi sér stað innan einhvers konar lagalegrar friðhelgi. Svo er ekki.

Vegna þess hversu miklu við deilum af einkalífi okkar í gegnum netið með fólki eða fylgjendum hafa mörkin milli einkalífs og almannarýmis orðið æ óskýrari. Það þarf samt að halda vöku sinni. Skrif á samfélagsmiðli, innan eða utan hóps, geta verið álíka prívat og að standa á Lækjartorgi og kalla í gjallarhorn.

Það er eitt að bera sín einkamál á torg í þessum skilningi, en börn eiga sjálfstæða friðhelgi sem þarf að huga að. Fólk sem aflar tekna með því að greina frá smáatriðum í afmæli barnanna sinna þarf þannig ekki bara að huga að skattamálum. Að birta mynd eða nákvæma lýsingu á útbrotum, hegðunarvanda eða vandræðum barna í lokuðum hópi á samfélagsmiðli þarf að gera þannig að friðhelgi barna sé ekki rofin.

Foreldrar eiga í þessu samhengi að vera gæslufólk réttinda barna sinna, hvort sem færslan er kostuð eða ekki.