FRÉTTABLAÐIÐ

FRÍTT

235. TÖLUBLAÐ 17. ÁRGANGUR — MEST LESNA DAGBLAÐ Á ÍSLANDI* — FÖSTUDAGUR 6. OKTÓBER 2017

Föstudagsviðtalið

Þurfum líka að geta leyst erfiðu málin

Þórdís Kolbrún, Sigmundur Davíð og Björt ræða nauðsynlegar breytingar á stjórnmálamenningu, ferðaþjónustu og umhverfið. Þau eru sammála um að ferðamaðurinn sé maðurinn sem bjargaði okkur úr hruninu.

SÍÐA 10, 12

Lést í bruna um helgina en fannst á mánudaginn

LÖGREGLUMÁL Maður á áttræðisaldri sem lést í eldsvoða í fjölbýli á Laugarnesvegi 60 í Reykjavík síðastliðinn laugardag fannst ekki fyrr en á mánudaginn. Lögreglan á höfuðborgarsvæðinu hefur málið nú til rannsóknar en samkvæmt heimildum fréttastofu hefur kennslanefnd ríkislögreglustjóra líkið nú til rannsóknar. Sömu heimildir herma að ekki sé talið að andlát mannsins hafi borið að með saknæmum hætti.

Eins og áður segir leið nokkur tími frá eldsupptökum og þangað til að maðurinn fannst látinn. Líkið hafði legið óhreyft í að minnsta kosti sólarhring áður en það uppgötvaðist. Talið er að eldurinn hafi blossað upp og síðan koðnað niður fljótlega. Af þeim sökum hafi engin tilkynning borist Slökkviliðinu á höfuðborgarsvæðinu. Fréttablaðið ræddi við íbúa í fjölbýlinu sem sagðist ekki hafa orðið neins var um helgina. Það var ekki fyrr en á mánudaginn, þegar lögregla var komin á staðinn, sem í ljós kom að nágranni hans væri látinn. Von er á yfirlýsingu frá lögreglunni á höfuðborgarsvæðinu vegna málsins í dag.

Samkvæmt upplýsingum frá Slökkviliðinu á höfuðborgarsvæðinu eru mál sem þessi, þar sem einstaklingur lætur lífið í eldi sem koðnar svo niður af sjálfum sér, afar sjaldgæf. Aðkoma slökkviliðsins að rannsókn málsins er takmörkuð og er hún nú á forræði lögreglunnar á höfuðborgarsvæðinu, eins og áður segir. – khn

Fréttablaðið í dag

Stjörnuspá Siggu Kling SÍÐA 30

SKOÐUN Hættum að vinna fyrir krónuna, skrifar Benedikt Jóhannesson. 16

SPORT Ísland mætir Tyrklandi í mikilvægum leik í kvöld. 18

LÍFIÐ Tónlistarkonan Cell7 er komin aftur fram á sjónarsviðið en margir muna eftir henni úr hljómsveitinni Subterranean. 38

PLÚS 2 SÉRBLÖÐ ● FÓLK ● JÓLAHLAÐBORÐ

*Samkvæmt prentmiðlakönnun Gallup apríl-júní 2015

SMÁRALIND

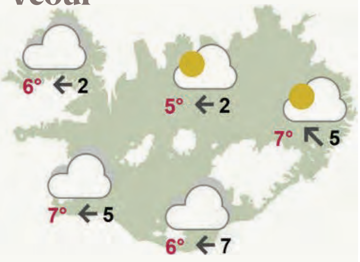
KAUPHLAUP

NÁÐU ÞÍNUM BESTA TÍMA

4.–9. OKTÓBER

ALLT AÐ 50% AFSLÁTTUR AF NÝJUM VÖRUM

Veður



Í dag verða austan 8 til 13 metrar á sekúndu, en 13 til 18 allra syðst á landinu. Það er útlit fyrir rigningu nokkuð víða, en þurrt norðanlands.

SJÁ SÍÐU 22

Björn Ingi kaupir Argentínu steikhús

VIÐSKIPTI Björn Ingi Hrafnsson er orðinn eigandi eins rótgrónasta veitingahúss miðborgarinnar, Argentínu steikhúss. Þetta staðfesti hann í samtali við Fréttablaðið. Argentína steikhús var fyrr á þessu ári flutt yfir á kennitölu félagsins Bos ehf. sem stofnað var í febrúar síðastliðnum. Steikhúsið var áður í eigu félagsins Potts ehf. sem Kristján Þór Sigfússon átti en hann hafði verið annar eigenda Argentínu nánast frá upphafi, eða frá árinu 1990.

Eftir að Bos ehf. var stofnað af KPMG undir nafninu AB596 ehf. tók hæstaréttarlögmaðurinn Sigurður G. Guðjónsson við félaginu nokkrum dögum síðar. Nafni þess var breytt í Bos ehf., Sigurður skráður stjórnarmaður og prókúruhafi þess og dóttir hans, Edda Sif Sigurðardóttir, ráðin framkvæmdastjóri samkvæmt tilkynningu til fyrirtækjaskrár. Sigurður þvertekur fyrir að hafa nokkra aðkomu að félaginu í dag en staðfestir að hafa komið að því að kaupa eignir Argentínu á sínum tíma. Engar tilkynningar um breytingar á stjórn félagsins hafa þó verið tilkynntar.

Félagið Pottur var svo úrskurðað gjaldþrota í mars en taprekstur hafði verið á Argentínu undanfarin ár og skuldabyrðin þung. Kristján Þór segir að aðkomu hans að Argentínu sé nú lokið. – smj

Björn Ingi Hrafnsson.

Minningartónleikar á Gauknum

Hljómsveitin Great Grief var á meðal þeirra sem spiluðu á Gauknum í gær á tónleikum sem báru heitið Stopp. Markmið tónleikanna var að stöðva fáfræði og fordóma gagnvart geðsjúkdómum og fólk sem mætti var hvatt til að sýna samhug, hlusta á hugvekju, njóta tónleikanna og minnast þeirra sem fallið hafa frá. Frítt var á tónleikana en frjálsum framlögum var safnað til styrktar sjálfsvígsforvarnarsamtökunum Pieta. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Hulunni svipt af áreitni Weinsteins

BANDARÍKIN Kvikmyndaframleiðandinn Harvey Weinstein hefur á þrjátíu ára skeiði margoft verið sakaður um kynferðislega áreitni. New York Times greindi frá þessu í gær. Fram kemur að á þessu tímabili hafi Harvey, sem framleiddi til dæmis Shakespeare in Love, samið við að minnsta kosti átta konur um skaðabótagreiðslur.

Í fréttinni kemur fram að tugir fyrrverandi og núverandi starfsmanna Weinsteins hafi vitað af gjörðum hans og að allir starfsmenn væru látnir skrifa undir samninga sem banna þeim að gagnrýna forsvarsmenn fyrirtækisins opinberlega.

Ein kvennanna sem saka Weinstein um kynferðislega áreitni er leikkonan Ashley Judd. „Konur hafa talað um Harvey sín á milli lengi. Nú er kominn tími til að eiga samtalið fyrir augum almennings,“ hefur blaðið eftir Judd. – þea

Vilja hinsegin fræðslu í skólum Fjallabyggðar

Þrír íbúar Siglufjarðar vonast til þess að unnt verði að bjóða upp á hinsegin fræðslu í bæjarfélaginu fyrir lok þessa skólaárs. Lítið hefur verið um slíka fræðslu undanfarin ár. Verkefnið er sem stendur í vinnsluferli með fræðslustjóra.

SAMFÉLAG Þrír Siglfirðingar ræða nú við yfirvöld í Fjallabyggð um að hefja hinsegin fræðslu í skólum bæjarfélagsins. Aðstandendur verkefnisins vonast til þess að hægt verði að hefja kennslu á þessu skólaári.

„Þetta byrjaði eiginlega með því að síðastliðin þrjú ár höfum við hringt niður á bæjarstjórnarskrifstofur til að biðja um að flagga hinsegin fánanum í tengslum við hinsegin daga. Þá komumst við að því að slíkir fánar eru ekki til í bæjarfélaginu,“ segir Hólmfríður Ósk Norðfjörð, einn aðstandenda verkefnisins.

Í vor gekk Hólmfríður að eiga Birgittu Þorsteinsdóttur en auk þeirra stendur Sunna Björk Valsdóttir að baki fræðslunni. Báðar eru þær uppaldir Siglfirðingar og hafa búið þar stærstan hluta ævi sinnar. Fyrir athöfnina fengu þær hinsegin fánann lánaðan frá menntaskólanema í bænum og var honum flaggað fyrir utan kirkjuna.

„Eftir þá athöfn komu ofboðslega margir til okkar og spurðu okkur um hitt og þetta og meðal annars hvort við værum ekki til í að vera með hinsegin fræðslu fyrir börn og unglinga,“ segir Hólmfríður. Ekkert slíkt hafi verið í boði í Fjallabyggð síðastliðin ár.

„Það eru allavega tveir transstrákar sem búa hérna og svo eru mjög margar lesbíur hérna einnig. Fræðslan hefur hins vegar ekki verið mikil,“ segir Hólmfríður. „Ég starfa sjálf í skólanum og fæ stundum spurningar á borð við hvers vegna önnur okkar sé ekki með bindi. Þá kemur í ljós að þetta er málefni sem er ekkert endilega rætt á öllum heimilum.“

Stefnt er á að hefja hinsegin fræðslu seinna á árinu. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

> **Það eru allavega tveir transstrákar sem búa hérna og svo eru mjög margar lesbíur hérna einnig. Fræðslan hefur hins vegar ekki verið mikil.**
>
> Hólmfríður Ósk Norðfjörð, einn aðstandenda verkefnisins

Hólmfríður telur að það væri gott að einhver úr byggðarlaginu stæði að fræðslunni. Það sé afar mikilvægt að börn og unglingar geti haft einhvern til að ræða við um það sem þau séu að upplifa. Meðal annars hafi verið rætt um, sé áhugi fyrir slíku, að þegar námsefnið og verkefnið er tilbúið að bjóða einnig upp á fræðslu í sveitarfélögum í nágrenninu. Hún viti þó til þess að einhver fræðsla hafi verið í Dalvíkurbyggð undanfarin ár.

Nýr deildarstjóri fræðslu-, frístunda- og menningarmála, Ríkey Sigurbjörnsdóttir, tók við á árinu og var verkefninu vísað til meðferðar hennar á fundi bæjarráðs í vikunni. „Við vonumst til þess að hægt verði að hefja fræðslu á þessu skólaári,“ segir Hólmfríður að lokum.

johannoli@frettabladid.is

HAUSTTILBOÐ

Stórlækkað verð á völdum bílum

500.000 kr. afsláttur

Fullt verð með afslætti
3.950.000 kr.
verð áður 4.450.000 kr.

Volkswagen Tiguan
Árgerð 2015, ekinn 65 þús. km, dísil, 140 hö., 1.968 cc, sjálfskiptur, fjórhjóladrif
Raðnúmer: 290851

32.011 kr. á mánuði*

700.000 kr. afsláttur

Fullt verð með afslætti
3.290.000 kr.
verð áður 3.990.000 kr.

Mercedes-Benz B200
Árgerð 2015, ekinn 47 þús. km, dísil, 136 hö., 2.143 cc, sjálfskiptur, fjórhjóladrif
Raðnúmer: 170206

26.668 kr. á mánuði*

*m.v. 50% útborgun og lán í 84 mánuði með 8,0% vöxtum og árlegri hlutfallstölu kostnaðar 9,68%

300.000 kr. afsláttur

Kia
Sorento EX Luxury
Árgerð 2014, ekinn 84 þús. km, dísil, 198 hö., 2.199 cc, sjálfskiptur, fjórhjóladrif
Raðnúmer: 320212
verð áður 4.890.000 kr.
4.590.000 kr.

600.000 kr. afsláttur

Mercedes-Benz
A180
Árgerð 2015, ekinn 34 þús. km, dísil, 109 hö., 1.461 cc, sjálfskiptur, framhjóladrif
Raðnúmer: 170204
verð áður 3.590.000 kr.
2.990.000 kr.

700.000 kr. afsláttur

Mercedes-Benz
Viano
Árgerð 2007, ekinn 251 þús. km, dísil, 205 hö., 2.987 cc, sjálfskiptur, afturhjóladrif
Raðnúmer: 991872
verð áður 2.690.000 kr.
1.990.000 kr.

200.000 kr. afsláttur

Kia
Soul
Árgerð 2015, ekinn 71 þús. km, dísil, 128 hö., 1.582 cc, sjálfskiptur, framhjóladrif
Raðnúmer: 992187
verð áður 2.390.000 kr.
2.190.000 kr.

160.000 kr. afsláttur

Ford
Mondeo
Árgerð 2011, ekinn 112 þús. km, dísil, 116 hö., 1.560 cc, beinskiptur, framhjóladrif
Raðnúmer: 992220
verð áður 1.750.000 kr.
1.590.000 kr.

200.000 kr. afsláttur

Honda
Jazz
Árgerð 2012, ekinn 79 þús. km, bensín, 100 hö., 1.339 cc, sjálfskiptur, framhjóladrif
Raðnúmer: 320433
verð áður 1.650.000 kr.
1.450.000 kr.

500.000 kr. afsláttur

Mercedes-Benz
GLC 220
Árgerð 2016, ekinn 23 þús. km, dísil, 170 hö., 2.143 cc, sjálfskiptur, fjórhjóladrif
Raðnúmer: 992221
verð áður 7.490.000 kr.
6.990.000 kr.

200.000 kr. afsláttur

Peugeot
307 SW
Árgerð 2007, ekinn 146 þús. km, bensín, 140 hö., 1.997 cc, sjálfskiptur, framhjóladrif
Raðnúmer: 992262
verð áður 690.000 kr.
490.000 kr.

300.000 kr. afsláttur

Volkswagen
Tiguan
Árgerð 2014, ekinn 80 þús. km, dísil, 140 hö., 1.968 cc, sjálfskiptur, fjórhjóladrif
Raðnúmer: 320564
verð áður 2.990.000 kr.
2.690.000 kr.

500.000 kr. afsláttur

Mercedes-Benz
CLA 180
Árgerð 2016, ekinn 7 þús. km, bensín, 123 hö., 1.595 cc, sjálfskiptur, framhjóladrif
Raðnúmer: 320528
verð áður 5.490.000 kr.
4.990.000 kr.

500.000 kr. afsláttur

Mercedes-Benz
GLA 220 CDI 4MATIC
Árgerð 2015, ekinn 55 þús. km, dísil, 170 hö., 2.143 cc, sjálfskiptur, fjórhjóladrif
Raðnúmer: 290512
verð áður 5.990.000 kr.
5.490.000 kr.

500.000 kr. afsláttur

Mercedes-Benz
GL500
Árgerð 2013, ekinn 64 þús. km bensín, 436 hö., 4.663 cc, sjálfskiptur, fjórhjóladrif
Raðnúmer: 991719
verð áður 9.490.000 kr.
8.990.000 kr.

ASKJA
NOTAÐIR BÍLAR
www.notadir.is

Kletthálsi 2
110 Reykjavík
590 2160

Opnunartímar:
Virka daga 10–18
Laugardaga 11–16

Lykill
fjármögnun

Lögmannafélagið krefst betri réttarverndar fyrir hælisleitendur

MANNRÉTTINDI Skiptar skoðanir eru meðal lögmanna um ályktun fundar Lögmannafélagsins í gær.

Í ályktuninni segir að málsmeðferð umsókna um alþjóðlega vernd hér á landi kunni að brjóta gegn grundvallarréttindum hælisleitenda og er skorað á dómsmálaráðherra að tryggja hælisleitendum raunhæf réttarúrræði, aðgang að sjálfstætt starfandi lögmanni frá upphafi málsmeðferðar sem verði greidd úr ríkissjóði. Ályktunin var samþykkt með yfirgnæfandi meirihluta fundarmanna.

Ekki eru þó allir lögmenn jafn sáttir. „Ég gerði athugasemd við að bera eigi upp tillögu um ákveðna lífsskoðun en Lögmannafélagið er félag með skylduaðild en ekki lífsskoðunarfélag,“ segir Jón Magnússon hæstaréttarlögmaður. Hann telur nærtækara að lögmenn sem vinna fyrir hælisleitendur láti reyna á þessi meintu grundvallarréttindi fyrir dómi.

Lögmaðurinn Einar Sveinn Hálfdánarson tekur í sama streng. „Þetta er plagg sem væri samið í stjórnmálaflokki,“ segir Einar og bendir á dóma Mannréttindadómstóls Evrópu um að skylduaðildarfélög megi ekki taka pólitíska afstöðu. Það brjóti gegn tjáningar- og skoðanafrelsi félagsmanna.

Reimar Pétursson, formaður Lögmannafélagsins, segir miður að einhverjir séu ósammála ályktuninni. „Ég hélt að lögmenn gætu verið sammála um að allir ættu að geta notið aðstoðar lögmanns. Ég hefði haldið að það væri málefni sem ætti ekki að gefa tilefni til mikilla innanfélagsdeilna.“ – **aá**

> **Fyrirkomulag hér á landi við meðferð umsókna um alþjóðlega vernd er á ystu nöf.**
>
> Reimar Pétursson, formaður Lögmannafélagsins

Willum Þór leiðir Framsóknarmenn í Kraganum. FRÉTTABLAÐIÐ/DANÍEL

Framboðslistar farnir að skýrast

KOSNINGAR Lilja Alfreðsdóttir þingmaður og Lárus Sigurðsson lögmaður leiða lista Framsóknarflokksins í höfuðborginni. Lilja syðra en Lárus nyrðra. Listinn var samþykktur á fundi í gærkvöldi. Jafnframt vekur athygli að Birgir Örn Guðjónsson, Biggi lögga, skipar þriðja sæti listans í Reykjavík suður.

Listi Framsóknarflokksins í Suðvesturkjördæmi var samþykktur á aukakjördæmisþingi og svo birtur í gær. Fyrsta sætið skipar fyrrverandi þingmaðurinn og knattspyrnuþjálfarinn Willum Þór Þórsson, en hann vermdi annað sæti listans í fyrra.

Gunnar Bragi Sveinsson, fyrrverandi ráðherra Framsóknarflokksins, ætlar einnig í framboð, þó fyrir Miðflokkinn. Það fullyrti Morgunblaðið í gær.

Ljóst er að Gunnar Bragi mun hins vegar ekki leiða lista Miðflokksins í Norðvesturkjördæmi en í því oddvitasæti sat hann fyrir Framsóknarflokkinn. Bergþór Ólason, sem var aðstoðarmaður Sturlu Böðvarssonar þegar hann var samgönguráðherra, mun taka oddvitasæti Miðflokksins í kjördæminu. – **þea**

LEIÐRÉTTING

Lögmaður breska félagsins Advanced Marine Services hér á Íslandi heitir Bragi Dór Hafþórsson og er því ekki Birgisson eins og ranglega sagði í blaðinu í gær. AMS er félagið sem hyggst ná verðmætum úr flaki þýska skipsins SS Minden.

Fyrrverandi embættismenn sameinast gegn hóteli á grafreit

Prófessor emerítus, fyrrverandi skrifstofustjóri Alþingis og fyrrverandi þjóðminjavörður eru meðal þeirra sem gagnrýna Reykjavíkurborg harðlega vegna áforma um að heimila hótelbyggingu á fornum grafreit við Landsímahúsið.

Rífa á viðbyggingu sem reist var 1967 og byggja nýtt hús sem nær dýpra ofan í grafreitinn. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

SKIPULAGSMÁL „Ég mótmæli harðlega þeim svívirðilegu gjörðum að ætla að fara að reisa hótel ofan á beinum forfeðra okkar í Víkurkirkjugarði,“ segir Steinunn Steinars í einu þeirra bréfa sem borist hafa Reykjavíkurborg vegna áforma um nýtt 160 herbergja hótel á Landsímareitnum.

Flestum sem senda inn athugasemdir rennur til rifja að heimila eigi að rífa viðbyggingu frá 1967 framan við Landsímahúsið og leyfa þar í staðinn nýbyggingu með kjallara ofan í grafreitinn í svokölluðum Víkurgarði þar sem fólk var grafið allt frá því skömmu eftir landnám og fram á nítjándu öld.

„Póstur og sími leitaðist eftir sambærilegri stækkun til suðurs 1966 með kjallara, en ríkisstjórnin bannaði þá framkvæmd. Ekki er vitað til þess að sú ákvörðun hafi verið afturkölluð. Ef Reykjavíkurborg tekst ekki að sýna fram á afturköllun ákvörðunarinnar stendur hún enn þann dag í dag,“ segir í bréfi Ragnars Aðalsteinssonar hæstaréttarlögmanns fyrir hönd fimm manna hóps.

Í þessum hópi eru Friðrik Ólafsson, fyrrverandi skrifstofustjóri Alþingis, séra Þórir Stephensen, fyrrverandi staðarhaldari í Viðey, Hjörleifur Stefánsson arkitekt, Þór Magnússon, fyrrverandi þjóðminjavörður, og Helgi Þorláksson, sagnfræðingur og prófessor emeritus við Háskóla Íslands. Í bréfi hópsins telur Ragnar Aðalsteinsson upp fjölmarga lagalega agnúa á því að af framkvæmdinni geti orðið.

„Við sjáum fyrst hver viðbrögðin verða við þessum athugasemdum og síðan verður metið hvort farið verður í mál,“ segir Helgi Þorláksson.

Slík málshöfðun yrði þá gerð af hálfu sóknarnefndar dómkirkjunnar sem einnig mótmælir hótelbyggingunni harðlega með yfirlýsingu. „Telji Reykjavíkurborg sig hafa heimildir til að ráðstafa landi kirkjugarðsins, þá skorar sóknarnefnd á hana að gera grein fyrir heimildum sínum,“ segir í yfirlýsingunni.

Fjölmargir aðrir sendu inn athugasemdir.

„Bein voru flutt burt úr garðinum í fyrra, bæði leifar af beinagrindum en líka um 20 heillegar beinagrindur í heillegum kistum til að rýma fyrir hinni nýju byggingu sem er ætluð fyrir hótel. Meðferð af þessu tagi á þekktum kirkjugarði frá seinni öldum stríðir gegn venjum, almennum viðhorfum, reglum og lögum,“ segir til dæmis í bréfi sjö manna hóps karla og kvenna sem Helgi Þorláksson tilheyrir reyndar einnig.

Eftir mótmæli frá Alþingi var fallið frá því að hafa inngang nýja hótelsins frá Kirkjustræti í suðri og hafa hann þess í stað til vesturs í gegn um Víkurgarð að Aðalstræti.

„Við mótmælum að Víkurgarður sé gerður að forgarði fyrirhugaðs hótels, það mun verða dauðadómur yfir garðinum sem almenningsrými,“ segir enn fremur í bréfi sjömenninganna sem kalla sig BIN hópinn – Björgum Ingólfstorgi og Nasa.

„Mér sýnist þetta vera ein hringavitleysa allt saman, þessar hugmyndir með þetta hótel og aðkomuna að því,“ segir Þór Magnússon, fyrrverandi þjóðminjavörður.

„Hér gefst kjörið tækifæri fyrir ráðamenn Reykjavíkurborgar að sýna fram á að þeir séu ekki jafn átakafælnir og þeim er oft núið um nasir þegar úrelt skipulag tekur af þeim völdin,“ segir í athugasemd frá Bolla Héðinssyni, hagfræðingi og háskólakennara, sem leggur áherslu á skipulagsleg rök eins og skuggavarp. „Ekki ætti að þurfa að fjölyrða um mikilvægi Austurvallar sem staðar fyrir almenning að koma saman á og njóta þeirrar sólar sem þar býðst.“

Athugasemdirnar sem bárust voru lagðar fram til kynningar á síðasta embættisfundi skipulagsfulltrúa Reykjavíkur ásamt tillögu hönnuða um byggingu hótelsins en málið á enn eftir að koma til ákvörðunar í hinu pólitíska umhverfis- og skipulagsráði borgarinnar. **gar@frettabladid.is**

> **Mér sýnist þetta vera ein hringavitleysa allt saman, þessar hugmyndir með þetta hótel og aðkomuna að því.**
>
> Þór Magnússon, fyrrverandi þjóðminjavörður

ÍSBAND
ÍSLENSK-BANDARÍSKA EHF. BÍLAUMBOÐ

Umboðsaðili Alfa Romeo, Chrysler, Dodge, Fiat, Fiat Professional, Jeep og Ram Trucks á Íslandi - Þverholti 6
270 Mosfellsbær - s. 534 4433 - www.isband.is - isband@isband.is - Opið virka daga 10-18 - Laugardaga 12-16

Nýr Tiguan
á ómótstæðilegu
haustverði.
Vetrarpakki með 50% afslætti
býðst með öllum Tiguan til áramóta:
• Vetrardekk 110.000 kr.
• Dráttarkrókur 165.000 kr.
• Gúmmímotta í farangursrými 25.000 kr.
Samtals 300.000 kr. með 50% afslætti
150.000 kr.
FN Z92
Betur búinn Tiguan með kaupauka fyrir veturinn.
Við bjóðum sérlega vel útbúna Volkswagen Tiguan á ótrúlega góðu verði. Skarpar línur, rúmgott innanrými og sniðugar tækninýjungar gera hann að spennandi kosti ef þú ert í bílahugleiðingum. Hann skartar ríkulegum staðalbúnaði og nú býðst einnig freistandi vetrarpakki með öllum nýjum Tiguan. Komdu og prófaðu, við tökum vel á móti þér.
FIMM ÁRA ÁBYRGÐ HJÁ HEKLU
5
BANDALAG ÍSLENSKRA
BÍLL ÁRSINS
2017
BÍLABLAÐAMANNA
Tiguan Offroad
• „Offroad" útlit, 20 cm veghæð
• Margmiðlunartæki með 8" glerskjá
• Mirror Link og Apple CarPlay
• Upplýsingaskjár í lit í mælaborði
• Loftkæling
• Akreinavari
• Nálgunarvarar að framan og aftan
• Hraðastillir
• Leðurklætt aðgerðastýri
• Þakbogar
• Bakkmyndavél
• Montana 17" álfelgur
4.990.000 kr.
Fjórhjóladrifinn TSI
Bensínmótor
Sjálfskiptur DSG7
150 hestöfl | 250 Nm tog
Meðaleyðsla 6.9 l/100 km
2.200 kg dráttargeta
5.490.000 kr.
Fjórhjóladrifinn TDI
Dísilmótor
Sjálfskiptur DSG7
150 hestöfl | 340 Nm Tog
Meðaleyðsla 5.7 l/100km
2.500 kg dráttargeta
Tiguan Comfortline +
• Margmiðlunartæki með 8" glerskjá
• Mirror Link og Apple CarPlay
• LED aðalljós
• Upplýsingaskjár í lit í mælaborði
• Þrískipt tölvustýrð loftkæling
• Akreinavari
• Nálgunarvarar að framan og aftan
• Hraðastillir
• Hiti í stýri
• Dökkar rúður að aftan og í afturhlera
• Þriggja svæða loftkæling
• Þakbogar
• Bakkmyndavél og bílastæðaaðstoð
• Montana 17" álfelgur
• Rafmagnshleri
• Lyklalaust aðgengi
• Aðfellanlegir speglar
5.990.000 kr.
Fjórhjóladrifinn TSI
Bensínmótor
Sjálfskiptur DSG7
150 hestöfl | 250 Nm tog
Meðaleyðsla 6.9 l/100 km
2.200 kg dráttargeta
6.390.000 kr.
Fjórhjóladrifinn TDI
Dísilmótor
Sjálfskiptur DSG7
150 hestöfl | 340 Nm Tog
Meðaleyðsla 5.7 l/100km
2.500 kg dráttargeta
Við látum framtíðina rætast.
Volkswagen
www.volkswagen.is
HEKLA · Laugavegi 170-174 · Reykjavík · Sími 590 5000 · hekla.is
Höldur Akureyri · Bílasala Selfoss · Bílás Akranesi · HEKLA Reykjanesbæ

SIKILEY

Stökktu

Frá kr. 109.995
m/morgunmat
Netverð á mann frá kr. 109.995 m.v. 2 í herbergi.
9. október í 10 nætur.

BENIDORM

Hotel Agua Azul

Frá kr. 92.645
m/fullt fæði innifalið
Netverð á mann frá kr. 92.645 m.v. 2 í herbergi.
10. október í 7 nætur.

BENIDORM

Marconfort Essence

Frá kr. 124.225
m/allt innifalið
Netverð á mann frá kr. 124.225 m.v. 2 í svítu.
13. október í 11 nætur.

BENIDORM

Hotel Melia Benidorm

Frá kr. 94.895
m/hálft fæði innifalið
Netverð á mann frá kr. 94.895m.v. 2 í herbergi.
20. október í 7 nætur.

TENERIFE

Hotel Best Jacaranda

Frá kr. 146.570
m/hálft fæði innifalið
Netverð á mann frá kr. 146.570 m.v. 2 í herbergi.
25. október í 12 nætur.

ENNEMM / SIA • NM84377 Birt með fyrirvara um prentvillur. Heimsferðir áskilja sér rétt til leiðréttinga á slíku. Ath. að verð getur breyst án fyrirvara.

Heimsferðir
– fáðu meira út úr fríinu

Klíníkin við Ármúla 9 er heilsumiðstöð í eigu þeirra lækna sem þar starfa. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Enn fjölgar komum til sjálfstætt starfandi lækna

Hálf milljón koma til sérgreinalækna utan opinbera kerfisins á síðasta ári. Greiðslur SÍ í málaflokkinn hafa hækkað um einn og hálfan milljarð.

HEILBRIGÐISMÁL Sjúklingar komu rúmlega fimm hundruð þúsund sinnum til sérgreinalækna á samningi við Sjúkratryggingar Íslands á síðasta ári og hefur komum til sérgreinalækna fjölgað jafnt og þétt síðustu ár. Birgir Jakobsson landlæknir segir þetta ekki vera til marks um heilbrigði íslenska kerfisins heldur þvert á móti.

Útgjöld Sjúkratrygginga Íslands til sérgreinalækna vegna komu sjúklinga hafa frá árinu 2014 aukist um einn og hálfan milljarð. Rúmlega tólf milljörðum var varið úr ríkissjóði til sérgreinalækna.

„Við erum ekki að fylgja íslenskum heilbrigðislögum þegar við segjum að heilsugæsla eigi að vera fyrsti viðkomustaður í heilbrigðiskerfinu. Líkast til er ástæða þess að aðgengi að heilsugæslu hefur verið slæmt en það hefur lagast allavega á höfuðborgarsvæðinu að undanförnu,“ segir Birgir.

> Þessi aukning til sérfræðilækna er mjög óæskileg.
>
> Birgir Jakobsson, landlæknir

Á sama tíma og aukið fjármagn rennur til sérgreinalækna bendir Birgir á að aðhaldskröfur eru hertar hjá Landspítala. „Þessi aukning til sérfræðilækna er mjög óæskileg. Bendir það til þess að við höfum verið að forgangsraða þessari grein heilbrigðismála á kostnað opinberrar þjónustu, það er bara þannig. Skýrsla Ríkisendurskoðunar bendir einmitt á það líka að fjármagn hefur stóraukist í þennan málaflokk á kostnað opinberu þjónustunnar.“

Að mati Birgis er verið að byggja upp heilbrigðisþjónustu sem er ekki skilvirk fyrir þá þjónustu sem sjúklingar þurfa á að halda og er óheppileg.

Sérgreinalæknar ættu ekki að vinna í hlutastarfi í opinberu þjónustunni og vinna á sama tíma sjálfstætt á eigin stofu.

„Ég vil meina að sérfræðingar ættu í auknum mæli að veita þjónustuna á göngudeildum sjúkrahúsa þar sem teymisvinna fleiri sérfræðinga á sér stað. Þeir eru betur í stakk búnir til að mæta þeim kröfum sem sjúklingar vilja í teymisvinnu með öðrum. Einn sérfræðingur er vanmáttugur þegar þarf að ræða flókin vandamál.“ **sveinn@frettabladid.is**

Helmingur vill spítala við Hringbraut

HEILBRIGÐISMÁL Helmingur, eða 51 prósent, þeirra sem afstöðu taka vill að nýr Landspítali verði á Hringbraut. Þá vill þriðjungur, eða 35 prósent, að hann verði á Vífilsstöðum en 14 prósent vilja að hann verði annars staðar. Þetta sýna niðurstöður skoðanakönnunar Fréttablaðsins, Stöðvar 2 og Vísis.

Þeir sem telja að hann eigi að vera annars staðar sögðu flestir að hann ætti að vera í Fossvogi, nokkrir sögðu að hann ætti að vera einhvers staðar annars staðar í Reykjavík en enn aðrir sögðu að hann ætti að vera í Garðabæ.

Áætlað er að framkvæmdir hefjist á vormánuðum 2018 við byggingu nýs spítala og er fullnaðarhönnun vel á veg komin. Útboð vegna hönnunar á nýju rannsóknahúsi stendur yfir. „Nú líður senn að því að grunnteikningar meðferðarkjarnans, sem er nýi spítalinn, verði sendar til skipulags- og byggingarsviðs Reykjavíkurborgar til umsagnar og samþykktar. Um er að ræða umfangsmikið verkefni, það stærsta á borði borgarinnar síðan Harpa var byggð,“ sagði Erling Ásgeirsson, stjórnarformaður Nýja Landspítalans, í blaði um Hringbrautarverkefnið sem dreift var í gær.

Lilja Alfreðsdóttir.

> **35%** vilja að nýr spítali verði á Vífilsstöðum.

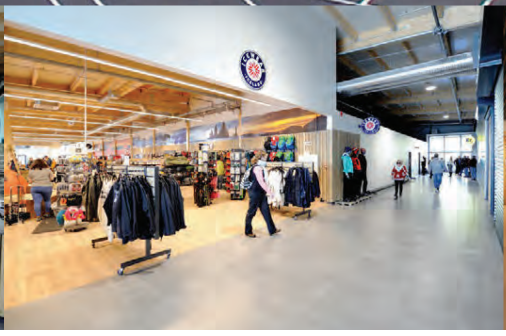
Stjórnmálamenn hafa haft ólíkar skoðanir á staðsetningu spítalans og hefur Framsóknarflokkurinn meðal annars gagnrýnt að reisa eigi spítalann við Hringbraut.

„Ég tel að þessi staðsetning sem stjórnvöld eru búin að velja, séu hreinlega mistök,“ sagði Lilja Alfreðsdóttir, varaformaður Framsóknarflokksins, í viðtali við Bylgjuna í fyrradag. Hún segir umferðaræðar miðsvæðis í borginni vera sprungnar.

Könnun Fréttablaðsins var gerð þannig að hringt var í 1.354 manns þar til náðist í 800 samkvæmt lagskiptu úrtaki 2. og 3. október. Svarhlutfallið var 59,1 prósent. Þátttakendur voru valdir með slembiúrtaki úr þjóðskrá.

Svarendur skiptust jafnt eftir kyni og hlutfallslega eftir búsetu og aldri. Spurt var: Hvar vilt þú að nýr Landspítali sé staðsettur? Alls tóku 80 prósent afstöðu til spurningarinnar, 18 prósent sögðust óákveðin en 1 prósent svaraði ekki.

– jhh



ÞB Verktakar óska

ICEWEAR MAGASÍN

ICEWEAR ICELAND · ICEWEAR WOOLHOUSE · icemart Souvenirs · ice cave RESTAURANT · Kr

og íbúum Víkur til hamingju með formlega opnun á 4000 fermetra þjónustu- og verslunarmiðstöð Icewear Magasín í Vík í Mýrdal í dag föstudaginn 6. október kl. 15:00.

Meðal starfsemi í Icewear Magasín er veitingahúsið Ice Cave, Lava kaffishús, KR matvöruverslun, Icewear útivistarverslun, IceMart gjafavöruverslun og prjónaverksmiðjan Víkurprjón.

Miðstöðin er hönnuð með það í huga að mæta þörfum ferðamanna á svæðinu.

ÞB Verktakar og samstarfsaðilar sáu um byggingarframkvæmdir.

LímtréVírnet

Akrýlmálun ehf

SI RAFLAGNIR VERSLUN
Alhliða raflagnir • heimilistæki
Sportvörur •

FLOTUN
GÓLFVERKTAKI • 660 6461

Kári Arnórsson ehf
BYGGINGAVERKTAKI
660 4060

RAF TEIKN

BYKO
GERUM ÞETTA SAMAN

TORUS
VERKFRÆÐISTOFA

BLIKK EHF
ÞEKKING - FÆRNI - ÞJÓNUSTA

Pro-Ark teiknistofa

Framrás ehf.
Smiðjuvegi 17 · 870 Vík
Sími 487 1330

Mikael ehf
Byggingaverktaki
Hornafirði

ÞB
VERKTAKAR
Nýsmíði - Breytingar - Viðhald

Utankjörfundaratkvæðagreiðsla

Utankjörfundaratkvæðagreiðsla við embætti Sýslumannsins á höfuðborgarsvæðinu vegna kosninga til Alþingis sem fram fara 28. október 2017 fer eingöngu fram í verslunarmiðstöðinni Smáralind í Kópavogi á 2. hæð vesturenda **frá og með laugardeginum 7. október 2017**. Þar verður opið alla daga milli **kl. 10:00 og 22:00**.

Á kjördag laugardaginn 28. október verður opið milli kl. 10:00 og 17:00 fyrir kjósendur sem eru á kjörskrá utan höfuðborgarsvæðisins.

Mikil óvissa um framtíð Katalóníu

Stjórnlagadómstóll Spánar bannar katalónska þinginu að funda. Til stóð að lýsa yfir sjálfstæði á mánudag. Úrskurðurinn kom í kjölfar kæru katalónskra sósíalista, ekki spænskra yfirvalda. Markaðir veðja á að Katalónía fái sjálfstæði.

SPÁNN Fyrirhuguð sjálfstæðisyfirlýsing Katalóna er í hættu. Stjórnlagadómstóll Spánverja setti í gær lögbann á fund katalónska þingsins sem fara átti fram á mánudag og sagði fundinn, og efni hans, brot á stjórnarskrá Spánar.

Úrskurðurinn kom í kjölfar þess að Sósíalistaflokkur Katalóníu kærði ákvörðunina, ekki stjórnvöld í Madríd. Flokkurinn er einkar andvígur aðskilnaði frá Spáni.

Í úrskurði stjórnlagadómstólsins kom fram að ef katalónska þingið fengi að lýsa yfir sjálfstæði myndi það brjóta á rétti þingmanna Sósíalistaflokksins. Dómstóllinn úrskurðaði kosningar síðasta sunnudags, sem ofbeldi af hálfu lögregluþjóna setti svartan blett á, einnig ólöglegar. Sú ákvörðun kom þó í kjölfar kæru frá spænsku ríkisstjórninni. Um níutíu prósent kusu með sjálfstæði á sunnudaginn en kjörsókn var rúmlega fjörutíu prósent.

Samkvæmt CNN er líklegt að spænsk stjórnvöld myndu bregðast við einhliða sjálfstæðisyfirlýsingu með því að svipta héraðið öllum sjálfsstjórnarrétti.

Óvissan um framtíð bæði Katalóníu og Spánar hefur þó áhrif víðar en á katalónska þinginu. Verð hlutabréfa í spænsku kauphöllinni hefur lækkað um nærri fimm prósent frá því á sunnudag og hafa fá ríki í heiminum átt jafnslæma viku þegar kemur að verði hlutabréfa.

Kenneth Rapoza, viðskiptablaðamaður Forbes, túlkar tíðindin sem svo að markaðsöflin séu að veðja á að Katalónía verði sjálfstætt ríki. Það kæmi sér illa fyrir Spán og spænsk fyrirtæki þar sem Katalónía er næstfjölmennasta og eitt auðugasta hérað Spánar.

Bankinn Sabadell, sem er með höfuðstöðvar í Katalóníu, greindi frá því í gær að verið væri að skoða hvort hentugast væri að flytja bankann til einhvers annars héraðs á Spáni vegna ástandsins. Var stjórn fyrirtækisins kölluð óvænt saman í gær til að ræða málið. Spænska dagblaðið El País greindi frá því eftir fundinn að ákveðið hefði verið að flytja höfuðstöðvarnar til Alicante.

Slíkt hið sama hugleiðir CaixaBank, sem er með höfuðstöðvar í Barcelona. Samkvæmt BBC er helsta ástæða þessarar vangaveltna bankanna sú að ef Katalónía klyfi sig frá Spáni myndu katalónsk fyrirtæki ekki starfa innan evrusvæðisins né undir yfirsjón Seðlabanka Evrópu.

Í samtali við CNN vildi talsmaður CaixaBank ekki tjá sig um mögulega flutninga en sagði að ráðist yrði í nauðsynlegar aðgerðir þegar þeirra væri þörf. Bankinn stefndi að því að vernda hagsmuni viðskiptavina sinna, hluthafa og starfsmanna.

Jafnframt segir í úttekt miðilsins að takist Katalónum að kljúfa sig frá Spáni sé líklegt að dyrnar að Evrópusambandinu lokist og öryggisnet sem eru til staðar fyrir banka innan Evrópusambandsins geti ekki verndað katalónska banka.
thorgnyr@frettabladid.is

Ekki eru allir Katalónar á því að sjálfstæði sé góð hugmynd. Mótmælendur veifuðu spænskum fánum í Barcelona í gær. NORDICPHOTOS/AFP

Opnir fyrir því að banna byssuaukahlut

BANDARÍKIN Repúblikanar í báðum deildum bandaríska þingsins vilja skoða hvort rétt væri að banna byssuaukahlut sem lætur sjálfvirk skotvopn skjóta hraðar. Slíkan aukahlut notaði Stephen Paddock sem myrti og særði á sjötta hundrað í Las Vegas síðustu helgi.

Paul Ryan, forseti fulltrúadeildar Bandaríkjaþings, sagði í viðtali í gær að það væri nauðsynlegt að skoða málið. „Ég vissi ekki einu sinni að þetta væri til fyrr en um síðustu helgi. Við erum að átta okkur á þessum búnaði,“ sagði Ryan.

John Cornyn, öldungadeildarþingmaður flokksins, kallaði eftir nefndarfundum um búnaðinn. „Mér finnst undarlegt að það sé ólöglegt að breyta hálfsjálfvirkum byssum í sjálfvirkar en að þessi búnaður sé ekki bannaður. Ég á fjölmargar byssur, ég nota þær á veiðum og í íþróttum og mér finnst það sjálfsögð réttindi mín sem Bandaríkjamanns. En ég skil ekki þennan búnað.“

Paul Ryan, forseti fulltrúadeildar bandaríska þingsins. FRÉTTABLAÐIÐ/EPA

Paddock festi búnaðinn á tólf riffla. Svo virðist sem árásin hafi verið skipulögð í þaula en í gær sagði lögreglustjóri Las Vegas að Paddock hafi líklega undirbúið flóttaleið frá vettvangi árásarinnar. Aðspurður hvort morðinginn hafi verið einn að verki svaraði lögreglustjórinn: „Maður verður að draga þá ályktun af sönnunargögnum í málinu að hann hafi fengið hjálp á einhverjum tímapunkti.“ – **þea**

Við ákærum!

9 ár frá efnahagshruni

Við ákærum alþingismenn*

fyrir að vinna gegn hagsmunum heimilanna.
fyrir að setja alltaf hagsmuni fjármálafyrirtækja í forgang.
fyrir að hafa fórnað heimilunum fyrir fjármálafyrirtækin.
fyrir að láta afskiptalaus stórfelld mannréttindabrot bankamanna gagnvart almenningi.
fyrir að gera ekki nauðsynlegar lagabreytingar vegna „Árna Páls laganna"
þrátt fyrir hræðilegar afleiðingar þeirra.

Við ákærum sérstaklega

Steingrím J. Sigfússon fv. fjármálaráðherra
fyrir að reisa skjaldborgina um fjármálafyrirtækin.
Gylfa Magnússon þv. viðskiptaráðherra
fyrir að koma ítrekað fram í fjölmiðlum á þessum tíma og tala gegn betri vitund.
Flutningsmenn og aðstandendur „Árna Páls laganna"
fyrir að hagræða sannleikanum og hreinlega ljúga að Alþingi við setningu þeirra.
Jóhönnu Sigurðardóttur fv. forsætisráðherra
fyrir að reisa „gjaldborg" í staðinn fyrir skjaldborg um heimili landsins.
Bjarna Benediktsson sem fjármálaráðherra og síðar forsætisráðherra
fyrir að leyfa mannréttindabrotum gegn lánþegum að viðgangast.

Við hjá Hagsmunasamtökunum erum tilbúin til að hitta allt þetta fólk
fyrir framan fjölmiðla hafi það eitthvað við þessar „ákærur" að athuga.
Þögn er sama og samþykki!

Við ákærum Hæstarétt Íslands

fyrir að dæma ítrekað gegn skýrum lögum um neytendavernd og samningsrétt.
fyrir að brjóta lög- og stjórnarskrárvarin réttindi almennings í dómum sínum.
fyrir að ganga augljóslega erinda sterkra hagsmunaaðila í dómum sínum.

Það eru 9 ár frá hruni

Þó þetta séu „gömul mál" eru bankamenn, í skjóli aðgerða alþingismanna og dóma Hæstaréttar eftir hrun, búnir að hirða þúsundir heimila af fólki og/eða dæma það saklaust í þrældóm bankanna.
Enn er verið að taka heimilin af fólki í skjóli þessara aðgerða.

Á bak við hverja „línu" í Excel skjölum bankanna búa ómældar þjáningar
sem aldrei verða metnar til fjár.

Almenningur er ekki „tölur í Excel skjali" – það er verið að spila með líf fólks!

*fyrrverandi og núverandi

Hagsmunasamtök Heimilanna

www.heimilin.is - heimilin@heimilin.is

Hagsmunasamtök heimilanna minna á fundinn í Háskólabíó á morgun kl. 14

Guð blessi heimilin - Okurvextir og verðtrygging, mesta böl þjóðarinnar!

Almenningur er ekki fóður fyrir bankana

FÖSTUDAGSVIÐTALIÐ

„Stjórnmál snúast líka um drulluerfið mál. Það þarft oft að standa í fæturna og tala saman, því þú ræður ekki öllu einn," segir Þórdís Kolbrún um stjórnarslitin. FRÉTTABLAÐIÐ/EYÞÓR

„Við erum bara svo andskoti leiðinleg"

Þórdís Kolbrún, Sigmundur og Björt ræða ólíka sýn á stjórnmálin, vaxandi ferðaþjónustu og sjálfkeyrandi bíla. Þau vilja ræða málefni frekar en persónur. Björt segir slaka kjörsókn undanfarinna ára að hluta skýrast af því hvað stjórnmálamenn eiga til að vera leiðinlegir.

2017

Við vitum að stjórnmálamenn hafa góðar hugmyndir. Við erum ekki alltaf sammála um þær en þegar allt kemur til alls snýst þetta um hvernig við gerum hlutina. Síðustu þrjár ríkisstjórnir hafa fallið því eitthvað hefur brugðist, það var bankahrunið, það voru Panamaskjölin og núna þessi trúnaðarbrestur sem við urðum fyrir," segir Björt Ólafsdóttir, umhverfisráðherra Bjartrar framtíðar.

„Það segir manni bara það, og ég er ekki að kenna Sjálfstæðisflokki eða einhverjum öðrum um það, að við verðum sem stjórnmálamenn að takast á við það og að við verðum að fara öðruvísi að til þess að þessi margfrægi stöðugleiki í stjórnmálum nái fram að ganga. Við verðum að reyna að finna út úr því hvernig við getum verið almennileg í vinnunni okkar til þess að öll þessi góðu stefnumál sem er að finna þvert á flokka geti náð fram að ganga."

Þórdís Kolbrún Reykfjörð Gylfadóttir, iðnaðarráðherra Sjálfstæðisflokksins, segir hægt að spegla þennan málflutning Bjartar á stjórnarslitin. „Ef við vildum öll sjá mörg góð mál ná fram að ganga þá hefði líka verið ágætt að vinna úr málum með öðrum hætti. Ég hef enga þörf fyrir að gera lítið úr upplifun hinna stjórnarflokkanna – ég er bara að segja að það á að gera meiri kröfur til stjórnmálamanna en það að ákveða um miðjar nætur að slíta stjórnarsamstarfi. Stjórnmál snúast líka um drulluerfið mál. Það þarft oft að standa í fæturna og tala saman, því þú ræður ekki öllu einn."

Björt er ósammála, segir tilganginn ekki helga meðalið. „Við getum ekki látið stór mál líða hjá af því að það sé eitthvað annað sem skipti meira máli. En það ber líka bara vott um að við sjáum hlutina ekki með sömu augum. Það er líka ágætt að almenningur viti það um flokkana."

Það er stundum sagt um málflutning Sjálfstæðismanna að þeir flytji mál sitt eins og lögmenn í réttarsal, að málin snúist um sekt eða sýknu og allt sé svart eða hvítt. Hefur Björt ekki nokkuð til síns máls? Eru flest mál ekki í eðli sínu grátóna?

Þórdís segir mál oftast vera grátóna. „Ég er sjálf menntaður lögfræðingur og er þeirrar skoðunar að mér finnst þingmenn flokksins stundum tala of mikið út frá lagatæknilegum atriðum. Hins vegar er það þannig að ef kjörnir fulltrúar standa ekki vörð um ákveðnar reglur, þá gerir það enginn." Hún segir stjórnmálamenn þurfa að gera meiri kröfur til sjálfra sín. „Fólk spyr mann, þið vinnið við að tala saman, af hverju getið þið ekki gert það? Ég er alveg sammála því. Ég ætla ekki að segja að það muni ekki ríkisstjórnir springa í framtíðinni, en við þurfum að geta tekist á við erfið mál og leyst þau."

Pólitíkusar gefið frá sér valdið

Ef við lítum til nágrannalandanna – ráðherrar segja af sér stundum af litlu tilefni, þeir eru ekki mikilvægari en heilar ríkisstjórnir. Af hverju getum við ekki búið til einhverja hefð þar sem ráðherrar einfaldlega víkja?

Sigmundur Davíð Gunnlaugsson, formaður hins nýstofnaða Miðflokks, tekur til máls. „Ég reyndi nú."

Björt tekur af honum orðið. „Það er það sem við Óttarr reyndum, við tókum skrefið til baka. Það var Sjálfstæðisflokkurinn sem ákvað að boða til kosninga en ekki við. Þau hefðu alveg getað gert breytingar inni hjá sér til að öðlast meira traust, ef menn hefðu viljað það. Og mig langar að segja, bæta við, þessi mantra um að fólk nenni ekki í kosningar, ég held að hún sé mest komin frá okkur stjórnmálamönnum sem kannski nennum ekki í aðra kosningabaráttu. Mér finnst bara gott að fólk komi að lýðræðinu."

En sýnir æ lakari kjörsókn ekki að fólk hefur ekki smekk fyrir endalausum kosningum?

Björt: „Kjörsóknin er líka út af því að við erum bara svo andskoti leiðinleg. Því miður."

Sigmundur segist hafa aðra kenningu. „Ég held að stór hluti af vanda stjórnmálanna og ekki bara á Íslandi, sé að stjórnmálamenn séu búnir að gefa frá sér alltof mikið vald. Ég er ekkert að tala um félaga mína hér, heldur almennt. Stjórnmálamenn hafa verið alltof hræddir við að taka ákvarðanir eða gera eitthvað eða segja eitthvað sem orkar tvímælis eða gæti orðið umdeilt. Menn eru alltaf fyrst og fremst að reyna að forðast það að segja eitthvað sem vekur deilur eða umræðu og þegar þróunin er orðin þessi, stjórnmálamenn forðast hið umdeilda en vilja helst komast í gegnum daginn án þess að segja eitthvað sem einhver verður brjálaður yfir á netinu eða í fjölmiðlum, færist valdið alltaf meira og meira til embættismanna, til einhverra nefnda, hagsmunaaðila, fjármálakerfisins í tilviki þess o.s.frv."

Fylgi flokka*

Sjálfstæðisflokkurinn fengi
22,3%

Miðflokkurinn fengi
8,9%

Björt framtíð fengi
2,6%

Samkvæmt nýjustu skoðanakönnun Fréttablaðsins, sem birt var þann 4. október.

Þurfum að þora

Sigmundur segir stjórnmálamenn þurfa að endurheimta valdið. „Fyrir almenning, til þess að lýðræðið virki. Þora að takast á um málefni. Ef menn takast ekki á um málefni, hvað er þá eftir? Þá fara menn að takast á um persónur, þá fer þetta ekki að snúast um að rökræða og hvers vegna þú ert með betri lausn en hinir, heldur að fara að níða niður persónulega andstæðinga."

Sumir myndu segja, að þú værir að stela athyglinni með að koma með eilífur bombur inn í umræðuna. Að þú lítir svo á að illt umtal sé betra en ekkert? „Ég held engu fram öðru en því sem ég hef farið í gegnum og trúi á og trúi að þurfi að gerast. Ég vildi bara að fleiri væru til í slíkt. Því ef við getum aftur fært stjórnmálin yfir á umræðu um ólíkar áherslur og ólíka stefnu, frá þessu persónulega. þá held ég að stjórnmálin og ásýnd þeirra myndu batna mjög mikið. Við Þórdís gætum til dæmis rifist hérna um vegtolla og haft mjög ólíkar skoðanir á því og fært rök fyrir því. Við yrðum ekkert óvinir fyrir vikið, færum héðan út jafn góðir vinir ➡

OPNUNARPARTÝIÐ Í KRINGLUNNI HELDUR ÁFRAM ÞESSA VIKU

KLIKKUÐ TILBOÐ Á LAUGARDAGINN FYRSTUR KEMUR, FYRSTUR FÆR

~~4.499,00~~
2.249,50
5 stk

108167001
STRETCH SCREAMERS

~~2.999,00~~
1.499,50
15 stk

101796001
HATCHIMALS COLLEGGTIBLES 4-PAK + BONUS

114960001
SHOPKINS GLITZI COLLECTOR CASE

~~4.499,00~~
2.249,50
15 stk

~~9.999,00~~
4.999,50
5 stk

106384001
NERF ZOMBIE STRIKE ZED SQUAD LONGSHOT CS-12 BLASTER

HELGARTILBOÐ FÖSTUDAG-SUNNUDAG

~~7.999,00~~
4.799,40

115481001
PLAY2LEARN R/C SPORTS CAR

115982001
SOY LUNA GUITAR 78 cm

~~8.999,00~~
3.599,60

~~1.100,00~~
660,00

108318001
THE GROSSERY GANG Figure 10-pack

117218001
PLAY2LEARN Activity table

~~7.999,00~~
4.799,40

Tilboðin gilda aðeins í Toys"R"Us í Kringlunni á meðan birgðir endast.
Birt með fyrirvara um prentvillur og uppseldar vörur.

OPNUNARTÍMI

Mánudagur - miðvikudagur:	10:00-18:30
Fimmtudagur:	10:00-21:00
Föstudagur:	10:00-19:00
Laugardagur:	10:00-18:00
Sunnudagur:	13:00-18:00

PRICEMATCH
VIÐ ÁBYRGJUMST BESTA VERÐIÐ Á MARKAÐNUM - LÍKA Á NETINU
NÁNARI UPPLÝSINGAR Á TOYS"R"US.IS/PRISMATCH

Kringlunni 4-12
103 Reykjavik

Toys"R"Us

Íslenskur ís með ítalskri hefð

Komdu og fáðu rjómaís og laktósafrían vegan ís

Bæjarhrauni 2 | Hafnarfirði | Sími: 4370000 | hafis@hafis.is

Frá yfirkjörstjórn Suðvesturkjördæmis.

Auglýsing um viðtöku framboða og fleira.

Framboðsfrestur til alþingiskosninga, sem fram eiga að fara þann 28. október 2017, rennur út kl. 12:00 á hádegi föstudaginn 13. október nk. Framboð í Suðvesturkjördæmi skal tilkynna skriflega til yfirkjörstjórnar Suðvesturkjördæmis, sem veitir þeim viðtöku í Íþróttahúsinu Kaplakrika í Hafnarfirði, föstudaginn 13. október 2017 milli kl. 10.00 og 12.00 fyrir hádegi.

Á framboðslista skulu vera nöfn 26 frambjóðenda, eða tvöfalt fleiri frambjóðenda en nemur þingsætum í kjördæminu, hvorki fleiri né færri.

Framboðslista skal og fylgja skriflegyfirlýsing frá kjósendum í Suðvesturkjördæmi um stuðning við listann og fyrir hvaða stjórnmálasamtök listinn er boðinn fram. Tilgreina skal nafn meðmælanda, kennitölu hans og heimili. Fjöldi meðmælenda skal vera 390 hið fæsta og eigi fleiri en 520. Sami kjósandi má ekki mæla með fleiri en einum framboðslista. Komi það fyrir, verður kjósandinn ekki talinn meðmælandi neins þeirra. Loks skal fylgja skrifleg tilkynning frá frambjóðendum listans um það hverjir tveir menn séu umboðsmenn listans.

Vakin er sérstök athygli á að afhenda skal yfirkjörstjórn frumrit meðmælendalista. Til að flýta fyrir yfirferð og vinnslu er mælst til þess að meðmælendalistar verði skráðir með rafrænum hætti á þar til gerðu vefstæði á www.island.is áður en þeim er skilað til yfirkjörstjórnar.

Fundur yfirkjörstjórnar til að úrskurða um gildi framboða, þar sem umboðsmönnum framboðslista gefst kostur á að vera viðstaddir, verður haldinn í Íþróttahúsinu Kaplakrika, laugardaginn 14. október 2017, kl. 12.00 á hádegi.

Meðan kosning fer fram, laugardaginn 28. október 2017, verður aðsetur yfirkjörstjórnar Suðvesturkjördæmis í Íþróttahúsinu Kaplakrika í Hafnarfirði, þar sem talning atkvæða fer fram að loknum kjörfundi kl. 22:00. Fyrstu kjörkassar verða opnaðir kl. 18:30 og hefst þá flokkun atkvæða.

3. október 2017.

Yfirkjörstjórn Suðvesturkjördæmis,
Ástríður Sólrún Grímsdóttir,
Huginn Freyr Þorsteinsson,
Helga Sigrún Harðardóttir,
Herdís Hallmarsdóttir,
Eysteinn Jónsson.

SAFT
Ábendingahnappinn má finna á www.barnaheill.is
TILKYNNA ÓVIÐEIGANDI EÐA ÓLÖGLEGT EFNI Á NETINU

Stjórnmálamenn hafa verið alltof hræddir við að taka ákvarðanir eða gera eitthvað eða segja eitthvað sem orkar tvímælis eða gæti orðið umdeilt.

Sigmundur Davíð Gunnlaugsson, formaður Miðflokksins

Það eru ekkert endilega mín mannréttindi, eða annarra, að búa á Grettisgötunni. Það eru frábær hverfi annars staðar í bænum, eins og bara í Breiðholti.

Björt Ólafsdóttir umhverfisráðherra

Ferðamenn eru ekki að koma hingað eins og þeir koma til Alicante til að fá ódýran bjór og liggja í sólinni.

Þórdís Kolbrún Reykfjörð Gylfadóttir iðnaðarráðherra

og fyrir. En ef við færum að rífast hérna um persónu hvort annars, þá skilar það í fyrsta lagi engu fyrir pólitíkina og náttúrulega yrðum við ekki sömu vinir á eftir," útskýrir Sigmundur.

Þórdís segist óska þess allra helst að fá að ræða málefnin og pólitík þessa daga fram að kosningum. „Málefni og stöðu Sjálfstæðisflokksins, hvað hefur hann gert, fyrir hvað stendur hann, hvernig sér hann samfélagið byggjast upp. Í hvað forgangsröðum við og hvernig sjáum við fram á að eiga fjármuni til þess að setja í mál sem ríkið ætlar að sjá til að séu almennilega unnin. Það er ekki bara gert með því að einblína á útgjöldin, það þarf líka að búa til verðmætin. Hver býr þau til? Hvað er sanngjarnt að þeir sem búa þau til haldi eftir fyrir sig? Þetta er oft spurning um hvernig þú talar. Og þá get ég alveg tekið undir með Sigmundi, ég held að fólk nenni miklu frekar að hlusta á hvaða afstöðu við tökum til ákveðinna mála, heldur en hvaða persónulegu skoðun ég hef á hinum eða þessum."

Einn maður bjargaði úr hruninu

Talið berst að ferðaþjónustu, en Þórdís segir mikla stefnumótunarvinnu hafa farið fram í ferðamálum en það þurfi að gera betur. „Við erum að taka á móti tveimur milljónum ferðamanna og við erum að gera það mjög vel, langflestir eru ánægðir. Það er hins vegar mikið verk að vinna og það sem skiptir máli í þessu er að við horfum til langs tíma og við byggjum upp framúrskarandi ferðaþjónustuland þar sem við verndum náttúruna og höldum uppi góðum gæðum. Það verður alltaf dýrt að koma til Íslands. Ferðamenn eru ekki að koma hingað eins og þeir koma til Alicante til að fá ódýran bjór og liggja í sólinni. Það er ekki mikil sól hérna og bjórinn verður aldrei ódýr. Við verðum bara að ganga út frá því," segir Þórdís.

Eitt af því sem verið er að vinna þessa dagana eru þolmarkarannsóknir, þar sem verið er að kanna efnahagsleg þolmörk, þolmörk á náttúruna, en líka samfélagsleg þolmörk. Þórdís segir að það muni reyna fyrst á samfélagslegu þolmörkin en hins vegar þurfi líka að ræða það hvað ferðaþjónustan hafi gefið okkur. „Það er sagt að einn maður hafi bjargað okkur upp úr hruninu og það er ferðamaðurinn," segir Þórdís.

Krónan setji strik í reikninginn

Fjárlagafrumvarp fyrir 2018 gerir ráð fyrir því að ferðaþjónustutengd starfsemi verði færð úr neðra þrepi virðisaukaskatts í hið almenna í upphafi árs 2019. Þau Sigmundur, Þórdís og Björt hafa ólíkar skoðanir á þessum fyrirætlununum.

„Ég er þeirrar skoðunar að það sé ekki rétt að hækka virðisaukaskattinn á ferðaþjónustuna núna," segir Sigmundur og bætir við að ferðaþjónustan búi núna við sterka krónu og hætta sé á því að sá fókus sem verið hefur á Íslandi færist annað.

Sigmundur leggur áherslu á að fjárfesta þurfi verulega í innviðum vegna þessa mikla vaxtar í ferðaþjónustunni. „Menn hafa eytt mörgum árum í að ræða um það hvernig eigi að taka gjald af ferðamönnum og þá er kannski verið að tala um milljarð hér og milljarð þar en líta á sama tíma fram hjá því að ferðamenn eru auðvitað að skila milljörðum og jafnvel tugum milljarða í ríkissjóð. Þetta er fjármagn sem ekki kæmi ef það væri ekki þessi mikli straumur ferðamanna. Þar af leiðandi væri eðlilegt að nýta eitthvað af því til að byggja upp innviði. En það þarf að gera meira en að laga salernisaðstöðu og göngustíga og slíkt," segir Sigmundur.

Hann segir að stjórnvöld þurfi að búa til hvata fyrir verkefni sem eru þess eðlis að þau bæti við upplifun ferðamanna. Þar verði skipulagsyfirvöld að koma að en líka ríkisstjórn og Alþingi varðandi skattaumhverfið. „Þessir aðilar verða að stuðla að því að ferðaþjónustan geti nýtt meðbyrinn núna til þess að byggja upp fjárfestingu til framtíðar og vonandi mun ferðaþjónustan þá halda áfram að skila okkur tekjum," segir Sigmundur og bætir við að það sé ekki sjálfgefið að ferðamannastraumurinn hingað til lands verði áfram eins og hann hefur verið.

Þórdís og Sigmundur eru sammála um að stór hluti í framtíðarstefnumótun sé að nýta landið allt betur. „Og ef það tækist betur að fylgja því eftir sem við unnum að, að koma beinu flugi inn á Akureyri og Egilsstaði þá myndi það náttúrlega strax hafa gríðarlega jákvæð áhrif," segir Sigmundur.

Þórdís segir að það sé ekki spurning hvort, heldur hvenær þetta gerist. Hingað til hafi verið unnið að þessu með Flugþróunarsjóði, en á endanum verði flugið að reka sig á markaðslegum forsendum.

Ekkert „Back to the future-dæmi"

Björt segir það skipta miklu máli að atvinnulífið starfi á jafnréttisgrundvelli. „Það finnst mér mjög skiljanleg krafa, og ég tek undir hana, að ferðaþjónustan sé í hinu almenna skattþrepi," segir Björt.

Kannanir hafa sýnt að allt upp undir 80 prósent ferðamanna koma hingað til þess að njóta náttúrunnar og Björt segir að við verðum að vanda okkur þegar kemur að ferðaþjónustunni. „Kolefnisfótsporið okkar er að stækka og það er meira álag á landið út af ferðaþjónustunni. en við getum fundið leiðir og erum að finna leiðir til þess að höndla með það. Ég vil tala um framtíðarsýn í þessu sem er ekki það löng framtíðarsýn; rafbílavæðingu samgangna. Bara það að túristarnir hætti að nýta sér þessa bílaleigubíla sem ganga fyrir jarðefnaeldsneyti myndi skila rosalegum árangri í loftslagsmálum fyrir Ísland og fyrir náttúruna og við værum ekki að kaupa endalaust af jarðefnaeldsneyti úti í heimi. Við eigum að vera sjálfum okkur næg með orku. Þetta er nálæg framtíð og gæti gerst á næstu tíu árum," segir Björt. Þessir hlutir skipti máli og sjálfkeyrandi bílar skipti líka máli. „Það er ekki eitthvert Back to the future-dæmi," segir Björt. Opinberar stofnanir verði að huga að þessum málum.

Þórdís segir mestu máli skipta að tekjur Íslendinga af ferðaþjónustunni séu þegar gríðarlega miklar. Hún segist þó ekki útiloka það að í framtíðinni geti virðisaukaskattur á ferðaþjónustu færst upp í almennt þrep. En það sé ekki forgangsverkefni í hennar huga.

„Þessi áform um að færa ferðaþjónustuna í hið almenna þrep voru ekki mín hugmynd. Þau urðu ekki til á mínu borði. Ég var upptekin í öðru og fyrir mér var þetta ekki stóra málið. Hins vegar er það þannig að þegar þú starfar í ríkisstjórn þá gengur það út á að finna málamiðlanir og þegar ráðherrar leggja fram mál fer betur á því að ráðherrar vinni mál saman en reyni ekki að rífa hver annan niður," segir hún. Hinn stóri veikleiki þessara áforma sé sá að hækkun virðisaukaskatts komi misjafnlega niður á mismunandi landsvæðum.

„Það er himinn og haf sem skilur landsvæðin að," segir Þórdís og að nýtingin sé miklu minni á Vestfjörðum, fyrir austan og fyrir norðan.

Sveitarfélögin komi að borðinu

Þau Þórdís, Sigmundur og Björt leggja öll áherslu á að sveitarfélögin taki virkan þátt í uppbyggingu ferðaþjónustunnar á sínum svæðum. Þórdís bendir á að Alþingi hafi heimilað sveitarfélögum að leggja á bílastæðagjöld í sínu landi. Þetta sé sjálfsagt mál í hennar huga.

„Ég get ekki séð sanngirni í því að útsvarsgreiðendur í litlum sveitarfélögum séu að kosta bílastæði við náttúruperlur. Markmiðið er að gera sem flesta staði sjálfbæra, ekki bara út frá umhverfissjónarmiðum heldur líka efnahagslega. Það gerir þú með sérgjöldum sem eru þjónustugjöld; bílastæðagjöld, salernisgjöld eða gjöld fyrir hvers konar uppbyggingu sem þarf að fara í," segir Þórdís.

„Þú gleypir ekkert fílinn í heilu lagi heldur tekurðu bita fyrir bita og sveitarfélögin verða að hafa mismunandi tól sem þau nota á sínum forsendum," bætir hún við. Sum sveitarfélögin séu stór og með mörg gistirými en ekki náttúruperlur. Önnur sveitarfélög séu með náttúruperlur en ekki gistingu og í slíkum tilfellum myndi gistináttagjaldið ekki nýtast þeim. Enn önnur sveitarfélög séu fámenn og þar sé erfitt að standa undir framkvæmdum og fjármagna þær.

Ekki réttindi að búa í miðbænum

Björt bendir á mikilvægi þess að ferðaþjónustan sé ný stoð í íslensku efnahagslífi og góð viðbót við sjávarútveg og orkusölu. „Ég held að Íslendingar átti sig á því að þetta var það sem bjargaði okkur upp úr hruninu. Hins vegar má sjá ruðningsáhrif af ferðaþjónustunni, meðal annars í því að leiga á íbúðum til ferðamanna dregur úr framboði á íbúðum fyrir unga kaupendur.

„Það vantar framboð á íbúðum. Verðið hækkar út af skorti," segir Björt. Hins vegar þurfi íbúðakaupendur á höfuðborgarsvæðinu að líta til fleiri staða en bara miðborgarinnar. Ég átti heima í miðbænum sem ung kona og vildi ekki eiga heima annars staðar," segir Björt. Þetta sé að breytast í stórborgum erlendis þar sem fólk leitar í úthverfi vegna mikilla verðhækkana í miðborgunum. „Ég myndi líka vilja sjá það gerast í Reykjavík. Og það er að gerast hægt og hægt. En við verðum eiginlega líka að segja að það eru ekkert endilega mín mannréttindi, eða annarra, að búa á Grettisgötunni. Það eru frábær hverfi annars staðar í bænum, eins og bara í Breiðholti."

MÚRBÚÐARVERÐ
wineo
EUROWOOD
DON FLOORING
Hágæða gólfefni
Harðparket: 8 mm verð frá 1.390 kr. m²
10 mm verð frá 2.480 kr. m²
12 mm verð frá 2.990 kr. m²
Vínilparket: 5 mm verð 4.490 kr. m²
Undirlag: Verð frá 120 kr. m²
Reykjavík Klettháls 7. Opið virka daga kl. 8-18, laugard. 10-16
Reykjanesbær Fuglavík 18. Opið virka daga kl. 8-18, laugard. 10-14
Sími 412 2500 - sala@murbudin.is - www.murbudin.is
Netgíró
Betri leið til að versla
MÚRBÚÐIN
Gott verð fyrir alla, alltaf!

SCRATCH & GRAIN KÖKUMIX

Nýtt í Hagkaup

Einfalt, þægilegt og bragðgott.

- Snicker Doodle Cookie
- Chocolate Chip Cookie
- Oatmeal Raisin Cookie
- Classic Sugar Cookie
- Chocolate Truffle Cookie
- Salted Caramel CupCake
- Chocolate CupCake
- Cheesecake Brownie

VEGAN

499 kr/stk

Lenny & Larry´s The Complete Cookie
6 bragðgóðar tegundir, hver annari betri.

649 kr/pk

Wonderful Pistachios
Yndislegar pistasíur frá Kaliforníu. 250 g.

TILBOÐ 30% afsláttur á kassa

Segafredo kaffi
Ítalskt hágæða kaffi fyrir öll tilefni.

Nýtt í Hagkaup

1.099 kr/pk

Emmessís ísbátar
Rjómaís með jarðarberjafyllingu og súkkulaðihjúp.
4 stk í kassa.

Green Mountain Gringo
Tortilla strips og salsa. Náttúruleg og sérvalin hráefni.

Nýtt í Hagkaup

499 kr/stk

Good Good Choco Hazel
Súkkulaði álegg án viðbætts sykurs,
sætt með stevíu.

Gildir til 8. október á meðan birgðir endast.

FRANSKIR OSTAR
Ný sending af Camembert og Brie.

OPIÐ
allan sólarhringinn
Garðabær, Skeifan,
Spöng & Eiðistorg

NAUTAAT

Að hætti Eyþórs
matgæðingur Hagkaups
og sjónvarpskokkur

TILBOÐ
40%
afsláttur á kassa

NAUTARIBEYE
2.999 kr/kg
verð áður 4.999

STEIKT NAUTARIBEYE MEÐ HRÁSKINKU- & OSTAKARTÖFLUKÖKU OG SÚRSÆTUM SVEPPUM & RAUÐLAUK

4 stk 200-250 g nauta ribeye steikur
70 g smjör
Ólífuolía
Sjávarsalt
Svartur pipar úr kvörn

Kryddið steikurnar vel báðum megin með salti og pipar. Hitið pönnu með ólífuolíu, setjið kjötið á heita pönnuna og steikið í 2 ½ mínútu. Snúið kjötinu, bætið smjörinu út á pönnuna og steikið í 2 ½ mínútu. Setjið steikurnar í eldfast form, hellið smjörinu yfir og setjið álpappír yfir formið, látið steikurnar hvíla þar undir í 10-15 mínútur.

Súrsætir sveppir & rauðlaukur
200 ml ólífuolía
1 box sveppir (gróft skornir)
1 box portóbellósveppir (gróft skornir)
1 stk rauðlaukur
1 tsk hvítlauksduft
3 msk balsamik edik
1 msk hunang
1 tsk oregano
½ bréf flöt steinselja

Hitið ólífuolíu á pönnu. Setjið alla sveppina út á pönnuna og steikið þá í u.þ.b. 5 mínútur, bætið svo lauknum út á ásamt oregano og steikið í 5 mínútur í viðbót. Hellið hunangi og balsamik ediki á pönnuna og kryddið með salti og pipar eftir smekk. Skerið í lokin steinselju og bætið út í þegar þið eruð búin að slökkva undir pönnunni. Þetta má bera fram kalt jafnt sem heitt.

Hráskinku- & ostakartöflukaka
4 stk bökunarkartöflur (eldaðar)
(Bakaðar við 200°C í 70-80 mín)
150 ml rjómi
2 egg
1 tsk oregano
100 g Prima Donna, rifinn (má vera Parmesan eða Grana Padano)
4 sneiðar hráskinka (gróft skorin)
ólífuolía

Skerið kartöflurnar í tvennt, skafið innan úr þeim og setjið í skál. Brjótið eggin í skálina og bætið svo öllu hinu hráefninu út í og hrærið saman. Penslið eldfast form með ólífuolíu, setjið blönduna í mótið og bakið við 190°C í 25-30 mínútur eða þar til kartöflurnar eru orðnar gylltar á litinn.

ÍSFUGL

TILBOÐ
30%
afsláttur á kassa

KALKÚNALUNDIR SESAM TERIYAKI
2.519 kr/kg
verð áður 3.599

Holta KJÚKLINGUR

TILBOÐ
10%
afsláttur á kassa

KJÚKLINGA-BRINGUR
1.798 kr/kg
verð áður 1.998

Holta KJÚKLINGUR

TILBOÐ
10%
afsláttur á kassa

KJÚKLINGUR FERSKUR
629 kr/kg
verð áður 699

TILBOÐ
30%
afsláttur á kassa

VSOP LAMBALÆRI
1.679 kr/kg
verð áður 2.398

ÍSLANDS NAUT

TILBOÐ
15%
afsláttur á kassa

UNGNAUTA-LUND
5.779 kr/kg
verð áður 6.799

HAK´S

Salatdressingar og BBQ sósur. Margverðlaunaðar sósur fyrir einstaklega gott bragð.

HAGKAUP
Skemmtilegast að versla

Hvaða bónusar?

Hörður Ægisson
hordur@frettabladid.is

Kerfislega mikilvægar bankastofnanir eru ekki eins og hver önnur fyrirtæki. Þetta þekkja Íslendingar af fenginni reynslu eftir fjármálahrunið 2008. Það er því ekki að ástæðulausu að mjög strangar reglur gilda um starfsemi þeirra, meðal annars verulegar takmarkanir á bónusum til starfsmanna. Óheftir kaupaukar, eins og tíðkuðust fyrir fjármálakreppuna, ýta enda undir óhóflega áhættusækni til skamms tíma sem getur endað með skelfingu, ekki aðeins fyrir bankakerfið heldur hagkerfið í heild sinni. Samkvæmt reglum Fjármálaeftirlitsins, sem eru mun meira íþyngjandi en innan ESB, þá mega bónusar að hámarki nema 25 prósentum af árslaunum starfsmanna.

Þótt þessi sjónarmið eigi tæpast við um starfsemi smærri fjármálafyrirtækja, sem sýsla ekki með innlán almennings, þá gilda engu að síður sömu reglur um kaupaukagreiðslur þeirra. Öllum má vera ljóst að þetta hefur þær óæskilegu afleiðingar að samkeppnisstaða stóru bankanna, sem í ofanálag njóta í reynd ókeypis ríkisábyrgðar, styrkist enn frekar enda er fastur rekstrarkostnaður þeirra hlutfallslega mun minni en hjá smærri fjármálafyrirtækjum. Í því skyni að halda aftur af launaskriði hafa því mörg slík fyrirtæki farið þá leið á undanförnum árum að gefa lykilstarfsmönnum sínum kost á að gerast B-hluthafar og umbuna þeim þannig í formi arðgreiðslna sem taka mið af hagnaði hvers árs. Sambærilegt fyrirkomulag er vel þekkt hjá flestum lögmannsstofum og endurskoðunarfyrirtækjum landsins.

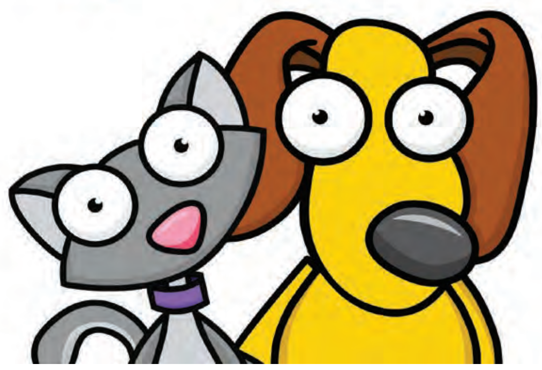
Núna hefur FME hins vegar komist að þeirri niðurstöðu gagnvart tveimur félögum – verðbréfafyrirtækinu Arctica Finance og Kviku banka – að þau hafi brotið gegn lögum um fjármálafyrirtæki þar sem slíkar greiðslur til starfsmanna þeirra hafi í reynd verið kaupaukar en ekki arðgreiðslur. Sú niðurstaða sætir talsverðri furðu, ekki hvað síst tímasetningin. Fyrir liggur í tilfelli Arctica, sem hefur verið sektað um 72 milljónir, að FME hefur verið vel kunnugt um arðgreiðslufyrirkomulag félagsins allt frá því að reglur um kaupaukagreiðslur tóku gildi fyrir sex árum.

FME er hér á nokkuð undarlegri vegferð. Varðar það almannahagsmuni með hvaða hætti lítil verðbréfafyrirtæki kjósa að umbuna starfsmönnum sínum – hvort sem það er í formi kaupauka eða arðgreiðslna? Erfitt er að sjá hverjir þeir gætu verið. Fari slík fyrirtæki á hliðina þá mun sá kostnaður lenda á herðum hluthafa og starfsmanna – ekki ríkissjóði. Ólíkt stóru bönkunum þá felst lítil sem engin kerfisáhætta í starfsemi smærri fjármálafyrirtækja. Það sjónarmið hlýtur að skipta sköpum þegar stjórnvöld telja ástæðu til að setja hömlur á einkaréttarlega samninga fyrirtækja.

Þótt stundum mætti halda annað þá eru kaupaukar í starfandi fjármálafyrirtækjum hverfandi. Það stoppar samt ekki stjórnmálamenn í að tala með öðrum hætti. Þannig boðar formaður VG aukna skattlagningu á bónusa enda þótt hún viti sjálfsagt vel að slíkar aðgerðir myndu nánast engu skila í ríkissjóð. Sá málflutningur kann að skila pólitískum ávinningi. Það sem meira máli skiptir – og ætti að vera stjórnmálamönnum umhugsunarefni – er hins vegar að hann er til þess fallinn að viðhalda vantrausti almennings gagnvart fjármálakerfinu.

Varðar það almannahagsmuni með hvaða hætti lítil verðbréfafyrirtæki kjósa að umbuna starfsmönnum sínum?

Við erum komin í Hafnarfjörðinn
við hliðina á Bónus
gæludýr.is



Halldór

Frá degi til dags

Hræðslubandalög
Tvisvar á tveimur árum hefur sitjandi ríkisstjórn Íslands farið veg allrar veraldar. Yfirleitt þegar slíkt gerist hefur efnahagsmálum verið um að kenna eða ósætti um þau. Undanfarin tvö skipti hafa það hins vegar verið mál sem varða siðferði sem stytta aldur stjórna. Margir spáðu því að kosningarnar nú myndu snúast um það hver yrði traustsins verður til að taka við keflinu. Þó að kosningabaráttan sé enn ung þá virðist taktíkin vera önnur. Stuðningsmenn framboða, og jafnvel frambjóðendur sjálfir, benda í allar áttir á galla hinna og reyna að hræða kjósendur frá þeim. Sagan kennir okkur hins vegar að hræðslubandalög skila litlu.

Reynslan
Landbúnaðarráðherra hefur tekið á móti fúkyrðum bænda og aðdáenda landbúnaðarkerfisins eftir að ný verðlagsnefnd búvara tók við. Hefur það meðal annars heyrst að hún hafi enga þekkingu í landbúnaðarmálum. Eflaust er hægt að setja eitthvað út á skipaðan hóp en ummæli þeirra sem tala um reynsluleysi hennar dæma sig sjálf. Ráðherrann hefur verið í stjórnmálum í aldarfjórðung og með þriðja lengsta þingaldurinn af sitjandi þingmönnum. Frekar mætti áætla að bölvarar væru nýfarnir að fylgjast með pólitík.
joli@365.is

Ertu til í að vinna sex vikur á ári fyrir krónuna?

2017

Benedikt Jóhannesson
fjármálaráðherra

Þjóðin og krónan hafa fylgst að í gegnum þykkt um þunnt. Krónuvinir telja hana öllum miðlum betri – sannkallaðan vin í raun. En hún er sjaldan vinur allra á sama tíma heldur sveiflast hún eins og strá í vindi. Allir gjaldmiðlar sveiflast innbyrðis, þó að víðast séu sveiflurnar miklu minni en hjá krónunni. Er hún þá verri en aðrar myntir? Svarið er já og skýringin felst í því að smæðarinnar vegna er vaxtakostnaður íslenskra heimila og fyrirtækja miklu hærri en í nágrannalöndum okkar. Það veldur því að ungt fólk á erfitt með að koma sér þaki yfir höfuðið.

Berum saman ástandið hér á landi og annars staðar á Norðurlöndum. Meðal Íslendingurinn gæti tekið sér frí tæplega 40 daga á ári og verið jafn vel settur og nú, ef hér væru svipaðir vextir og þar. Þetta eru 5-6 vikur sem við vinnum aukalega vegna vaxtabyrðarinnar af krónunni. Með öðrum orðum gætum við lengt orlofið um helming með sama vaxtaumhverfi og annars staðar á Norðurlöndum.

Skattafrídagurinn er haldinn hátíðlegur á vorin af þeim sem horfa á hve stóran hluta af launum við borgum til samfélagsins. Við getum líka horft á krónufrídaginn. Miðað við núverandi vexti gætum við tekið okkur frí frá áramótum til 8. febrúar. Eftir það vinnum við fyrir okkur sjálf.

Frá því að Viðreisn komst í ríkisstjórn hafa vextir lækkað um 0,5 prósentustig. Þetta þýðir að við höfum létt af almenningi heilli viku í vaxtaþjónkun og fært krónufrídaginn fram sem því nemur. Með áframhaldandi ábyrgri hagstjórn, myntráði og gengisfestu getum við lækkað vexti enn meira. Hættum að vinna fyrir krónuna og vinnum fyrir okkur sjálf.

Þetta eru 5-6 vikur sem við vinnum aukalega vegna vaxtabyrðarinnar af krónunni.

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, Ólöf Skaftadóttir olof@frettabladid.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

Í eigin heimi

Í DAG

Þórlindur Kjartansson

Fyrir um það bil fimmtán árum hringdi móðir vinar míns í son sinn með óvenjulegar áhyggjur. Hún hafði verið á rölti í miðbænum og orðið vitni að stórundarlegu háttalagi þjóðþekkts athafna- og listamanns, og varð svo um að hún varð að fá nánari skýringar.

– Veistu hvort það geti verið að hann Eyþór Arnalds sé orðinn eitthvað skrýtinn? spurði hún son sinn.

Vinur minn treysti sér auðvitað ekki til þess að fullyrða um það við móður sína.

– Af hverju heldurðu að það geti verið? spurði hann.

– Ég átti leið yfir Ingólfstorg í dag í sólinni og sá Eyþór Arnalds. Hann þrammaði yfir torgið eins og hann væri að flýta sér eitthvað ægilega mikið.

– Já, getur ekki bara verið að hann hafi verið að fara á fund?

– Það var ekki það sem var skrýtið, heldur talaði hann stanslaust út í loftið með alls konar handabendingum, eins og hann væri í svakalegum samræðum.

– Já?

– En hann var ekki að tala við neinn. Það var enginn með honum og enginn í kringum hann. Hann var bara að tala við sjálfan sig.

Blaðrandi út í loftið

Vinur minn var fljótur að átta sig á málinu og byrjaði að reyna að útskýra fyrir mömmu sinni hina svokölluðu „bluetooth“ tækni. Að Eyþór hafi sennilega verið búinn að tengja símann sinn við örlítið heyrnartæki sem hékk á eyranu. Það væri því engin sérstök áhersla að álykta út frá þessu að athafnamaðurinn væri að verða eitthvað skrýtinn, þótt hann væri örugglega að þessu leyti, eins og mörgu öðru, töluvert á undan sinni samtíð.

Nú til dags kippir sér enginn upp við það að sjá fólk blaðra eitthvað út í loftið. Þessi þróun er mjög jákvæð fyrir fólk sem sannarlega er skrýtið, því nú tekur enginn lengur eftir því þegar það á í hrókasamræðum við sjálft sig. En stærsta breytingin er vitaskuld snjallsímarnir sem við störum stanslaust ofan í. Það er eitthvað á reiki; en vísbendingar eru um að fólk notist að meðaltali við snjallsímana sína í þrjár til fjórar klukkustundir á dag, og handfjatli þá mörg hundruð sinnum.

Afþreyingartæki eða snjalltæki

Hún er því ekki skrýtin umræðan sem upp hefur sprottið í vikunni um hvort grípa þurfi í taumana og vernda blessuð börnin okkar fyrir snjalltækjavánni með því að setja bann við notkun tækjanna í skólum.

Grein Önnu Borgar Jónsdóttur í Vísi í vikunni hefur farið víða, en þar færir hún sannfærandi rök fyrir því að banna eigi snjallsíma í skólum og skólastofum. Hún hefur rétt fyrir sér—snjallsímar eiga ekkert erindi í skólastofuna—ekki frekar en önnur leikföng og afþreyingartæki. Engum dytti í hug að leyfa börnum að skoppa körfubolta, spila á ukulele eða leggja kapal á meðan á kennslustund stendur.

Snjallsímar eru öflug tæki og flest smáforritin, sem fólk hleður í þá, eru sérstaklega hönnuð til þess að ræna tíma og einbeitingu frá notendum. Þótt ýmislegt snjallt sé hægt að gera—eins og að hringja í fólk, senda skilaboð, lesa tölvupóst og stunda tungumálanám—þá er það líklega algjör sjálfsblekking að halda því fram að „snjalli“ hlutinn af snjallsímanum sé það sem heilli mest. Snjallsíminn er nefnilega fyrst og fremst afþreyingartæki sem fólk grípur til þegar það finnur til óþreyju.

Óþreyja er mjög leiðinleg tilfinning. Hún er meira að segja svo hvimleið að í „gamla daga“ greip ríkissjónvarpið til sérstakra úrræða til þess að draga úr óþreyju barna á stórhátíðum með því að sýna barnaefni að morgni dags á aðfangadag og gamlársdag. En þótt óþreyja sé leiðinleg þá er ekki þar með sagt að manninum sé alltaf hollast að „afþreyja sig“ þegar hann finnur til hennar.

Vandinn er heima

Þess vegna er býsna ólíklegt að snjallsímanotkun í grunnskólum sé stærsta vandamálið. Í grunnskólum eru börn í skipulögðu umhverfi, í góðum félagsskap og undir traustri handleiðslu. Raunverulegi vandinn er inni á heimilunum.

> **Heimurinn hefur breyst hratt frá því móðir vinar míns hafði áhyggjur af því að Eyþór Arnalds væri orðinn eitthvað skrýtinn þar sem hann gekk í sínum frumstæða sýndarveruleika í eigin heimi yfir Ingólfstorg. Annaðhvort er Eyþór Arnalds orðinn venjulegur—eða við erum flest öll orðin stórfurðuleg.**

Óþreyja gerir nefnilega helst vart við sig þegar maður telur sig ekki hafa neitt að gera, þegar maður þarf að bíða eftir einhverju eða þegar maður veit að maður ætti að vera að gera eitthvað leiðinlegt og enginn er til þess að halda manni almennilega við efnið. Við þessar aðstæður hafa allir—bæði börn og fullorðnir—ríka tilhneigingu til þess að grípa til einhvers konar afþreyingar. Og það er einmitt við þessar sömu aðstæður sem mikilvægt er að koma sér upp venjum til þess að forðast afþreyingar—eins og til dæmis þegar fólk þarf að vinna erfið eða leiðinleg verkefni, læra nýja hluti eða einbeita sér að flóknum viðfangsefnum.

Boð og bönn

Það eru ekki nema rétt rúmlega þrjátíu ár síðan bannað var að selja börnum undir sextán ára aldri sígarettur. Fullorðna fólkið hafði réttilega á tilfinningunni að líklegast væri rétt að reyna að forða börnum frá tóbakinu. Eitthvað svipað er kannski í gangi núna með snjalltækin. Fullorðið fólk finnur best á sjálfu sér hversu ávanabindandi þau geta verið. En rétt eins og með sígaretturnar þá er það sjálfsblekking að fullorðna fólkið ráði eitthvað betur en börnin við snjallsímafíknina. Þess vegna hlýtur að vera eðlilegt að velta fyrir sér hvort það sé yfirhöfuð vit í því að fullorðið fólk mæti til vinnu með afþreyingartæki meðferðis. Það yrði án vafa meira sannfærandi fyrir börnin að sjá foreldra sína skilja símana við sig heldur en að banna þeim hegðun sem það sjálft er niðursokkið í.

Heimurinn hefur breyst hratt frá því móðir vinar míns hafði áhyggjur af því að Eyþór Arnalds væri orðinn eitthvað skrýtinn þar sem hann gekk í sínum frumstæða sýndarveruleika í eigin heimi yfir Ingólfstorg. Annaðhvort er Eyþór Arnalds orðinn venjulegur—eða við erum flest öll orðin stórfurðuleg.

ÚT Í HEIM MEÐ OKKUR!

Bjarmaland
www.bjarmaland.is sími 770 50 60
bjarmaland@bjarmaland.is

Íbúðalánasjóður VELFERÐARRÁÐUNEYTIÐ

HÚSNÆÐISÞING
16.10.2017

Mánudaginn 16. október standa Íbúðalánasjóður og velferðarráðuneytið fyrir fyrsta árlega húsnæðisþinginu hér á landi. Þingið verður haldið á Hilton Nordica við Suðurlandsbraut frá kl. 10:00–16:30.

Vinnustofur Húsnæðisþings hefjast kl. 10:00
með erindum og pallborðsumræðum sem höfða sérstaklega til þeirra sem vinna að húsnæðismálum.

Húsnæðisþingið sjálft hefst svo klukkan 13:00
með opnunarávarpi félags- og jafnréttismálaráðherra. Hermann Jónasson, forstjóri Íbúðalánasjóðs, mun í kjölfarið fjalla um stöðu húsnæðismarkaðarins og fara yfir húsnæðisstuðning hins opinbera.

Nánari dagskrá verður kynnt á næstu dögum.
Skráning á ils.is/husnaedisthing

Brandenburg | SÍA

Nýjast

Domino's-deild karla í körfu

KR - Njarðvík 87-79

Stigahæstir: Jalen Jenkins 27/10 fráköst, Pavel Ermolinskij 18/6 stoðsendingar, Björn Kristjánsson 16/6 fráköst, Brynjar Þór Björnsson 11, Darri Hilmarsson 9, Sigurður Þorvaldsson 6 - Terrell Vinson 32/12 fráköst, Logi Gunnarsson 18, Ragnar Helgi Friðriksson 7/6 fráköst/6 stoðsendingar, Maciek Stanislav Baginski 7, Oddur Rúnar Kristjánsson 5.

Keflavík - Valur 117-86

Stigahæstir: Cameron Forte 25/10 fráköst/7 stoðsendingar, Magnús Már Traustason 18, Daði Lár Jónsson 17/7 stoðsendingar, Hilmar Pétursson 16, Ragnar Örn Bragason 12, Guðmundur Jónsson 10, Ágúst Orrason 7 - Austin Magnus Bracey 21, Urald King 18/20 fráköst/6 stoðsendingar, Sigurður Dagur Sturluson 14, Illugi Steingrímsson 11, Oddur Birnir Pétursson 8, Birgir Björn Pétursson 6/6 fráköst.

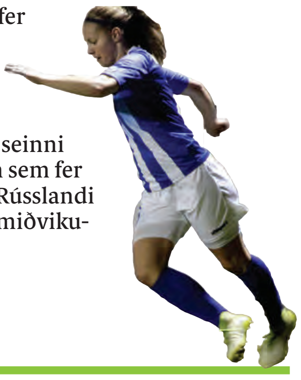
Tindastóll - ÍR 71-74

Stigahæstir: Pétur Rúnar Birgisson 22, Antonio Hester 17, Sigtryggur Arnar Björnsson 16/6 stolnir, Christopher Caird 8 - Ryan Taylor 20/10 fráköst, Danero Thomas 18/8 fráköst, Kristinn Marinósson 13, Matthías Orri Sigurðarson 11/6 fráköst/5 stoðsendingar, Trausti Eiríksson 6.

Höttur - Stjarnan 66-92

Stigahæstir: Taylor Stafford 33/9 fráköst/5 stoðsendingar, Ragnar Gerald Albertsson 16, Hreinn Gunnar Birgisson 7 - Hlynur Bæringsson 26/12 fráköst, Collin Pryor 20, Tómas Þórður Hilmarsson 18/9 fráköst/4 stoðsendingar, Marvin Valdimarsson 11, Arnþór Freyr Guðmundsson 9.

JAFNTEFLI Í GARÐABÆNUM
Stjarnan gerði 1-1 jafntefli við rússneska liðið Rossiyanka á Samsung-vellinum í fyrri leik liðanna í 32-liða úrslitum Meistaradeildar Evrópu. Katrín Ásbjörnsdóttir kom Stjörnukonum í 1-0 með marki úr vítaspyrnu á 22. mínútu og þannig var staðan í hálfleik. Liudmila Shadrina jafnaði metin í upphafi seinni hálfleiks og þar við sat. Rossiyanka fer því með útivallarmark í seinni leikinn sem fer fram í Rússlandi næsta miðvikudag.



Í dag

15.50	Georgía - Wales	Sport
18.35	Króatía - Finnland	Sport 3
18.35	Spánn - Albanía	Sport 2
18.35	Írland - Moldóva	Sport 4
19.45	Grindavík - Þór Þorl.	Sport
20.45	HM Markasyrpa	Sport 2
21.30	Safeway Open	Golfstöðin
22.00	Körfuboltakvöld	Sport
23.45	Tyrkland -Ísland (fs)	Sport
05.00	F1 Tímataka, Japan	Sport

Domino's-deild karla í körfubolta

19.15	Haukar - Þór Ak.
20.00	Grindavík - Þór Þorl.

Þarftu að ráða?
Iðnaðarmann
Bílstjóra
Bifvélavirkja
Þjónustufólk
Öryggisvörð
Lagerstarfsmann
Matreiðslumann
elja
Starfsmannaþjónusta
Láttu okkur ráða
Elja starfsmannaþjónusta 4 150 140 elja.is ELJA@ELJA.IS

Full búð af nýjum vörum!
Verið velkomin í Verslun Guðsteins, Laugavegi 34
VERSLUN Guðsteins Eyjólfssonar
Síðan 1918

Allir eru að vona að landsliðsfyrirliðinn Aron Einar Gunnarsson verði leikfær á móti Tyrkjum í kvöld. FRÉTTABLAÐIÐ/EPA

Vanir úrslitaleikjum

Strákarnir okkar hefja lokasprettinn í átt að HM 2018 í Rússlandi í kvöld er þeir mæta Tyrkjum í brjálaðri stemningu í Eskisahir. Góðar fréttir af fyrirliðanum.

Skrifar frá **Eskisehir**
Tómas Þór Þórðarson
tomas@365.is

FÓTBOLTI Endaspretturinn í átt að HM 2018 í Rússlandi hjá strákunum okkar hefst í kvöld þegar Ísland mætir Tyrklandi í undankeppninni klukkan 18.45 að íslenskum tíma í Eskisahir. Okkar menn eru búnir að koma sér í góða stöðu en þeir eru í öðru sæti riðilsins með 16 stig eins og Króatía, tveimur stigum á undan Úkraínu og Tyrklandi.

Tveir sigrar í næstu tveimur leikjum gulltryggir sæti Íslands í umspilinu að minnsta kosti en ef allt fer á besta veg í kvöld gæti annað sætið verið að minnsta kosti tryggt. Til þess að það gerist þarf Ísland að vinna Tyrki og Úkraína að misstíga sig á móti Kósóvó.

Verkefnið verður svakalega erfitt hér í Eskisahir enda Tyrkir með frábært lið og sérstaklega þegar það spilar á heimavelli. Í síðasta heimaleik vann liðið Króatíu eftir að hafa gert upp á bak á útivelli á móti Úkraínu nokkrum dögum áður.

Eru með plan B

Íslenski hópurinn fékk góðar fréttir í fyrradag þegar Aron Einar Gunnarsson landsliðsfyrirliði komst í gegnum æfingu og var hann jákvæður á að byrja leikinn annað kvöld. Ekki þarf að fjölyrða um mikilvægi hans fyrir íslenska liðið.

„Við ætlum að taka fulla æfingu á hann núna en svo þurfum við bara að meta það hvernig hann kemur út úr henni. Andinn er góður í honum og hann er klár. Ef hann er klár leggur hann sig fram fyrir land og þjóð. Við þurfum samt að vera skynsamir í okkar ákvörðunum. Það er annar leikur eftir þennan þannig að við munum taka faglega ákvörðun. Það er bara hann og læknarnir sem ákveða hvort hann er klár. Hann segist vera klár í allt,“ segir Heimir Hallgrímsson landsliðsþjálfari.

Heimir getur samt ekki beðið endalaust eftir Aroni og kom það endanlega í ljós í gær hvort fyrirliðinn byrjar þó enginn nema liðið fái að vita það fyrr en 75 mínútum fyrir leik.

„Við erum búnir að hugsa hvað við gerum ef hann er ekki þannig að við þurfum ekki tíma í það. Við erum vanir að tilkynna liðið seint kvöldið fyrir leik. Ég hugsa að við viljum halda því. Ef það verður einhver vafi, sem ég held að verði ekki, þá er það bara þessi æfing sem sker úr um það,“ segir Heimir.

Enginn að fara fram úr sér

Stemningin og lætin á vellinum í Eskisehir í kvöld verða svakaleg. Tyrkirnir hættu að spila heimaleikina fyrir framan stuðningsmenn í Istanbúl þar sem menn studdu bara við bakið á sínum mönnum í sínum félagsliðum. Fyrir utan höfuðborgina eru allir með Tyrkjunum og því myndast svakaleg stemning.

„Það finnst öllum gaman að spila leiki á völlum þar sem er brjáluð stemning. Við skiljum hvort sem er ekkert hvort þeir eru að öskra áfram Ísland eða áfram Tyrkland. Við bara hugsum þetta eins og það sé stemning á vellinum og við ætlum að taka þá orku og láta það hjálpa okkur en ekki öfugt,“ segir Heimir.

Á dagskránni er ekki bara þessi leikur á móti Tyrklandi heldur mætir liðið Kósóvó á mánudaginn sem verður ekki síður stór leikur. Heimir hefur engar áhyggjur af því að menn séu að fara fram úr sér.

„Þessir strákar eru vanir því að spila mikilvæga úrslitaleiki. Þeir vita allir hvað er í húfi. Það er miklu meira en bara að komast til Rússlands í þessari viku. Þeir vita hvað er í húfi og það er enginn að fara fram úr sér. Það er af og frá. Við þurfum bara helst að passa það að menn verði ekki of metnaðarfullir og reyni að gera of mikið,“ segir Heimir Hallgrímsson.

> **Þeir vita allir hvað er í húfi. Það er miklu meira en bara að komast til Rússlands í þessari viku.**
>
> Heimir Hallgríms

GE bílar
Reykjanesbæ
www.gebilar.is
420 0400

Bílasalan Bílás
Akranesi
www.bilas.is
431 2622

Bílasala Akureyrar
Akureyri
www.bilak.is
461 2533

Bílaverkstæði Austurlands
Egilsstöðum
www.bva.is
470 5070

IB ehf.
Selfossi
www.ib.is
480 8080

BL söluumboð
Vestmannaeyjum
481 1313
862 2516

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

B|L

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

Árni Kjartansson
Hlaðbæ 18, Reykjavík,

verður jarðsunginn frá Árbæjarkirkju, mánudaginn 9. október klukkan 15. Þeim sem vildu minnast hans er bent á Flugbjörgunarsveitina í Reykjavík.

Hulda Guðrún Filippusdóttir
Guðbjörg Árnadóttir **Þráinn Örn Ásmundsson**
Árni Þór Árnason **Agneta Lindberg**
Guðrún Björnsdóttir **Valdimar Samúelsson**
Kristín Björnsdóttir **Magni Jónsson**

Innilegar þakkir sendum við öllum fyrir auðsýnda samúð og hlýhug við andlát og útför ástkærrar eiginkonu minnar, móður okkar, tengdamóður, ömmu og langömmu,

Ingibjargar Einarsdóttur
Fjarðarbakka 9, Seyðisfirði.

Með bestu kveðju og þakklæti,

Jóhann Grétar Einarsson
og fjölskylda.

Ástkær eiginmaður, faðir, tengdafaðir og afi,

Bjarni Pálsson
fyrrverandi skólastjóri
á Núpi í Dýrafirði og
framhaldsskólakennari í Garðabæ,

lést á hjartadeild Landspítalans 3. október. Útförin fer fram frá Hallgrímskirkju miðvikudaginn 18. október kl. 13.

Valborg Þorleifsdóttir
Þorleifur Bjarnason **Hildur Ómarsdóttir**
Hrefna Bjarnadóttir **Bjarni Birgisson**
Anna Bjarnadóttir **Jón Emil Magnússon**
Páll Geir Bjarnason
og barnabörn.

Ástkær eiginmaður minn, faðir okkar, tengdafaðir og afi,

Ólafur Jónsson
Krókahrauni 6,
Hafnarfirði,

lést 30 september. Útförin fer fram frá Fríkirkjunni í Hafnarfirði mánudaginn 9. október kl. 15. Blóm og kransar vinsamlegast afþökkuð en þeim sem vildu minnast hans er bent á styrktarreikning dóttur hans, banki 0327-26-951611 kt. 300115-3060.

Phimthipha Kaeoka
Friðbergur Ólafsson
Jón Sölvi Ólafsson **Guðbjörg Stefánsdóttir**
Valgeir Ólafsson **Natalia Boyko**
Ólafur Helgi Ólafsson **Gísli Þór Ingólfsson**
Ingileif Airada Ólafsdóttir
og barnabörn.

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

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

Áratugur frá Facebook

Fyrir tíu árum birtist frétt í Fréttablaðinu þar sem fjallað var um Facebook og sagt að þar væri gaman að vera. Vefurinn væri að slá í gegn erlendis og Íslendingar tekið honum opnum örmum. Um sjö þúsund manns væru skráð og fræga fólkið væri að stofna til sambanda.

LAUGARDAGUR 6. október 2007 FRÉTTABLAÐIÐ 55

Frægir Íslendingar skrá sig á Facebook

Yfir sjö þúsund Íslendingar hafa skráð sig á vefsvæðinu Facebook en heildarfjöldi skráninga á heimsvísu er hátt í 40 milljónir. Þekktir Íslendingar sjá sér greinilega hag í þátttöku því þeir skipta tugum.

Facebook er eins og margir vita heimasíða þar sem hægt er að sanka að sér „vinum“ úr öllum áttum bæði með því að finna gamla félaga og stofna til nýrra vinasambanda. Aðeins eru liðin rúm þrjú ár frá stofnun síðunnar sem varð vinsæl á mettíma og fór á einu ári frá því að vera 60. vinsælasta síða Bandaríkjanna í 7. sætið.

Íslendingar hafa tekið Facebook opnum örmum. Meðal þekktra einstaklinga sem hafa ákveðið að taka þátt í Facebook ævintýrinu eru söng- og leikkonan Halla Vilhjálmsdóttir, Ruth Reginalds og umboðsmaður Íslands, sjálfur Einar Bárðarson.

Sá síðastnefndi virðist þó tiltölulega nýbúinn að skrá sig því hann á enn sem komið er aðeins átta vini, fáa en góða. Þeirra á meðal er að sjálfsögðu stórtenórinn Garðar Thór Cortes sem er eins og allir vita á mála hjá Einari og umboðsskrifstofu hans í London.

Fyrrum idol-dómarinn og söngkonan Sigríður Beinteinsdóttir á bæði Ruth Reginalds og sjónvarpskonuna Svanhildi Hólm Valsdóttur að vinkonum á Facebook. Sömuleiðis hafa leikkonurnar Anita Briem og Steinunn Ólína Þorsteinsdóttir tengst þar vinaböndum en þær eru báðar búsettar í Los Angeles í Kaliforníu. Aníta heldur þó einnig tengslum við leikkonur á Íslandi því Halla Vilhjálmsdóttir er á listanum hennar.

Af öðrum sem hafa skráð sig má nefna leikarann Guðmund Inga Þorvaldsson og fyrrverandi sjónvarpsmanninn Fjalar Sigurðsson. Síðan virðist almennt eiga upp á pallborðið hjá leikurum og leikkonum því þær María Heba Þorkelsdóttir og Tinna Lind Gunnarsdóttir, eiginkona Garðars Thórs, eru líka með sitt eigið svæði á Facebook. Af tónlistarfólki má auk þeirra Siggu og Ruthar nefna Vilhelm Anton Jónsson, Ágústu Evu Erlendsdóttir og Klöru Ósk Elíasdóttur en hún er sú eina af Nylonstúlkunum sem er skráð.

SKRÁÐAR Á FACEBOOK Steinunn Ólína Þorsteinsdóttir er meðal annars með Anitu Briem á sínum vinalista. Þær búa báðar í Los Angeles. Anita Briem er einnig vinkona Höllu Vilhjálmsdóttur. Nylonstúlkan Klara Ósk Elíasdóttir virðist vera enn nýrri á svæðinu en umboðsmaður hennar, Einar Bárðarson, því hún hefur ekki skráð einn einasta vin ennþá.

EINAR OG GARÐAR ERU VINIR Einar Bárðarson virðist vera nýr á Facebook því hann á bara átta vini enn sem komið er. Þeirra á meðal er Garðar Thór Cortes.

Ég datt inn á Facebook fyrst þar sem breskur plöggari sem var að vinna fyrir mig vildi sýna mér eitthvað sem einhver hafði póstað og til þess að ég gæti séð það þá greip hann tölvuna og stofnaði mig í raun og veru á Facebook vorið 2007 að mig minnir,“ segir Einar Bárðarson, einhver þekktasti umboðsmaður Íslands og núverandi eigandi ráðgjafafyrirtækisins Meðbyrs.

Einar var einn þeirra sem voru taldir upp og voru skráðir á hinn nýja vef Facebook í grein sem birtist í Fréttablaðinu þennan dag fyrir tíu árum. Þá átti hann átta vini. Þeim hefur eitthvað aðeins fjölgað síðan þá. Um sjö þúsund Íslendingar voru skráðir á vefinn þegar greinin var skrifuð. „Facebook er eins og margir vita heimasíða þar sem hægt er að sanka að sér „vinum“ úr öllum áttum bæði með því að finna gamla félaga og stofna til nýrra vinasambanda,“ sagði meðal annars í greininni.

„Fyrstu árin notaði ég Facebook eingöngu sem markaðstæki og PR tól og samþykkti allar vinabeiðnir en svo komst ég að því einhvern tíma 2009 eða 2010 að Zuckerberg vildi ekki leyfa manni að „eiga“ fleiri en 5.000 vini og þá breytti ég aðeins stefnunni,“ segir Einar en hann grisjaði smá af vinalistanum sínum og henti þeim út sem hann þekkti ekki. „Síðustu ár hef ég tekið þá stefnu að vera bara jákvæður og uppbyggilegur. Ég er meira að segja hættur að vera kaldhæðinn. Þetta er eiginlega of stór „kaffistofa“ fyrir mína kaldhæðni,“ segir hann kíminn.

Í greininni kemur fram að Facebook virðist almennt eiga upp á pallborðið hjá leikurum og leikkonum því þær María Heba Þorkelsdóttir og Tinna Lind Gunnarsdóttir, eiginkona Garðars Thórs, séu með sitt „eigið svæði“ eins og það er kallað. Þá telst það til tíðinda að Klara Ósk Elíasdóttir sé eina Nylon stúlkan sem sé skráð á vefinn.

Einar segist nú deila ýmsu úr prívatlífi sínu og jafnvel ef hann upplifi eitthvað skemmtilegt sem hann langar til að deila með öðrum. „En ég hef aldrei þegið greiðslur eða vörur eða neitt slíkt fyrir neitt svoleiðis. Ég deili bara þegar ég fæ góða tilfinningu fyrir einhverju og reyni að vera samkvæmur sjálfum mér í því.

Ég deili því sem ég er að gera eða fylgjast með í áhugamálunum, hjólum og tónlist og einstaka vinnutengdum verkefnum en það er sjaldnar. Svo kemur fyrir að ég monta mig af konunni eða börnunum og leita mér aðstoðar eða upplýsinga um allt frá uppskriftum í hvar sé hægt að fá viðgerð á fatnaði og varahluti í græjur.“ Einar segir að kaldhæðnisútrásin fái að rasa út á Twitter, það listræna á Instagram en hið dagsdaglega á Facebook. „Bullarinn er svo á Snapchat,“ segir hann. **benediktboas@365.is**

Facebook

- Fór í loftið 4. febrúar 2004
- Cristiano Ronaldo er vinsælasti maður Facebook.
- Yfir fjórar milljónir líkaði við Four more years prófílmynd Obama árið 2012.
- Það er enn hægt að breyta í English Pirate tungumálið

89
prósent Íslendinga notuðu Facebook árið 2015 samkvæmt könnun Gallup.

Innilegar þakkir til allra sem sýndu okkur hlýju og vináttu við andlát og útför

Ólafs Ágústssonar
frá Sólhóli, Djúpavogi.

Sérstakar þakkir fá starfsfólk Landspítala Háskólasjúkrahúss og Heimahlynning.

Fyrir hönd fjölskyldunnar,
Jón Ágúst Ólafsson

Ástkær frændi okkar,

Heimir Áskelsson
Lynghaga 4, Reykjavík,

lést á hjúkrunarheimilinu Grund þriðjudaginn 3. október. Útförin fer fram frá Neskirkju miðvikudaginn 11. október nk. kl. 13.00. Blóm og kransar eru vinsamlega afþökkuð, en þeir sem vilja minnast Heimis eru vinsamlega beðnir að láta hjúkrunarheimilið Grund njóta.

Hildigunnur, Ásrún og Kristín Davíðsdætur,
Oddrún Ásta og Guðrún Sverrisdætur,
Anna Wallis og makar.

Móðir okkar, tengdamóðir, amma, langamma, systir og stjúpmóðir,

María Sigríður Þórðardóttir
Mýrarvegi 115, Akureyri,

lést á heimili sínu sunnudaginn 1. október. Útför hennar fer fram frá Akureyrarkirkju mánudaginn 9. október kl. 13.30. Þeim sem vilja minnast hennar er bent á Krabbameinsfélag Akureyrar.

Þórður Gunnar Sigurjónsson **Birgitta Lúðvíksdóttir**
Steinn Oddgeir Sigurjónsson **Áslaug Ólöf Stefánsdóttir**
Sigmundur Sigurjónsson **Helga Steingrímsdóttir**
Ingi Rúnar Sigurjónsson **Hildur Salína Ævarsdóttir**
Guðmundur Sigurjónsson **Bryndís Ýr Viggósdóttir**
ömmu- og langömmubörn
Ármann Þórðarson, Svanberg J. Þórðarson
Guðný og Jóhannes Haukur Hauksbörn.

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

Guðrún Esther Magnúsdóttir
frá Fossi,

lést á hjúkrunarheimilinu Mörk þriðjudaginn 3. október. Útförin fer fram frá Staðarhólskirkju, Dalabyggð, miðvikudaginn 11. október klukkan 14.00.

Jón Ólafur Hjartarson **Björk Júlíusdóttir**
Steingrímur Hjartarson
Kristín Hjartardóttir **Richard Björgvinsson**
og fjölskyldur.

Fólk
Lífsstíll
FÖSTUDAGUR 6. OKTÓBER 2017

Með lífsgleðina að vopni

Sóley Kristjánsdóttir, plötusnúður og vörumerkjastjóri hjá Ölgerðinni, varð vör við hnút í brjósti í byrjun árs. Í lok apríl komst hún að því að um krabbamein var að ræða. Meinið var fjarlægt og vinnur hún nú að því að byggja sig upp með einstaka og eðlislæga lífsgleði að vopni. →2

MYND/EYÞÓR

Elín Mjöll Lárusdóttir, arkitekt hjá Yrki arkitektastofu, velur látlausa, rólega hönnun, hreinar línur og form. →8

Vera Einarsdóttir
vera@365.is

Framhald af forsíðu ➺

Ég fann lítinn harðan hnút í brjóstinu í byrjun árs. Mér datt ekki í hug að hann gæti verið illkynja og grunaði helst að þetta væri stíflaður fitukirtill. Mér var svo sparkað á Leitarstöðina einum og hálfum mánuði síðar. Þar voru menn nokkuð jákvæðir. Myndirnar komu vel út en það var þó ákveðið að taka sýni. Í því reyndust einhverjar frumubreytingar og þótti vissara að taka hnútinn. Mér var svo sagt að það yrði haft samband eftir páska,“ upplýsir Sóley.

Í lok apríl fékk hún svo þær fréttir að um brjóstakrabbamein væri að ræða. „Það reyndist hormónajákvætt og hægvaxandi sem hvort tveggja er jákvætt. Þá var ekki um HER2 jákvætt krabbamein að ræða sem er líka af hinu góða. Það reyndist aftur á móti þriðju gráðu sem er ekki eins æskilegt ásamt því hvað ég greinist ung,“ segir Sóley sem er 37 ára gömul. Hún segir þriðju gráðu krabbamein þó ekki það sama og þriðja stigs krabbamein en að það hafi að gera með hvernig frumurnar hegða sér. Það var því ákveðið að hún færi í fleygskurð, lyfjameðferð og geisla.

Í uppskurðinum kom í ljós að meinið var staðbundið og hafði ekki dreift sér í eitla. Lyfjameðferð er því aðallega beitt í fyrirbyggjandi tilgangi en geislameðferð fylgir alltaf fleygskurði. Þá verður Sóley á andhormónameðferð fram að breytingaskeiði. Hún segir hormónajákvætt krabbamein læsa sig utan á kvenhormónin en með því að slökkva á hormónum dregur það úr líkum á að það taki sig upp á ný. „Það eru slæmar fréttir fyrir konur sem eru í barneignahugleiðingum en ég og maðurinn minn vorum hætt að eignast börn,“ segir Sóley sem er gift Frey Frostasyni, arkitekt hjá THG arkitektum. Saman eiga þau tvær dætur; átta og ellefu ára og 25 ára son, sem Freyr átti fyrir.

Aðspurð segir hún greininguna hafa verið mikið áfall og þá ekki síst fyrir börnin. „Það er alltaf erfitt fyrir börn þegar mamma þeirra veikist en við lítum svo á að krabbameinið sé löngu farið og að nú sé ég í fyrirbyggjandi meðferð svo það komi ekki aftur. Það hefur reynst mjög hjálplegt.“

Sóley var að ljúka lyfjameðferð og fer í geisla í nóvember. Hún segir lyfjagjöfina hafa tekið töluvert á. „Lyfin eru gefin á þriggja vikna fresti og ég var vikuna á eftir að ná upp krafti. Það komu svo aftur á móti góðir dagar inn á milli sem ég reyndi að nýta til góðs.“

Nýtir tímann til upplyftingar

Sóley segist heppin að vera með góðan veikindarétt í vinnunni og snýr ekki aftur til starfa fyrr en eftir áramót. „Ég hef reynt að hafa það í huga að þegar ég lít baka verði þetta tímabil í lífi mínu ekki bara hræðilegt. Ég ætla því að nota tækifærið og gera eitthvað skemmtilegt og uppbyggilegt sem ég hefði annars ekki haft tök á að gera.“

Í því skyni lagði Sóley til dæmis leið sína í Þríhnúkagíg á dögunum sem hún segir hafa verið magnaða upplifun. „Ég hefði örugglega ekki gefið mér hálfan dag í það ef ég hefði verið í fullri vinnu.“ Hún fór líka í starfskynningu hjá Brauði og co. en hana hafði lengi langað til að ná almennilegum tökum á súrdeigsgerð. „Það var hrikalega skemmtilegt og mér var virkilega vel tekið.“

Sóley hefur svo verið að hekla og grynnka á stórum poka af fötum með saumsprettum sem hún hafði lengi ætlað að laga. „Eins hafði ég hugsað mér að sækja fyrirlestra sem oftar en ekki eru haldnir á vinnutíma og kafa ofan í íslenska hipphoppið svo dæmi séu nefnd.“

Sóley segist alltaf hafa haft þá hugmynd um sjálfa sig að hún væri heilbrigð og því hafi greiningin komið eins og þruma úr heiðskíru lofti. „Ég hef aldrei reykt sígarettur, var með dætur mínar lengi á brjósti, sem á að hafa verndandi áhrif, og hef hugsað frekar vel um mig. Ég er alin upp við hollan og góðan kost og hef alltaf borðað mikið grænmeti sem ég rækta að einhverju leyti sjálf,“ segir Sóley sem auk þess heldur hænur í garðinum. „Krabbamein er ekki í ættinni og ég fæ varla kvef svo þetta kemur mjög á óvart.“

Hún segir ríkt í fólki að leita skýringa og kenna sér um. „Kannski er þó enga skýringu að finna eða nokkuð sem ég hefði getað gert öðruvísi.“ Hún segist í það minnsta ekki hafa þörf fyrir að umturna lífsstílnum. „Sumir þurfa að hætta að reykja eða taka mataræðið í gegn en ég tel mig ekki þurfa þess þó ég finni vissulega þörf til að borða enn þá hollari mat og vel nú í auknum mæli fisk og grænmeti á móti minni sykri og mjólkurvörum.“

Sóley vinnur nú að því að byggja sig upp með því að gera skemmtilega hluti sem hafa setið á hakanum. MYND/EYÞÓR

Hjálpar að hugleiða

Sóley segist aftur á móti finna að hún þurfi að minnka streituna. „Ég hef alltaf unnið mikið og verið virk í öllu félagslífi ásamt því að sinna því sem viðkemur börnunum, heimili og stórum garði svo dæmi séu nefnd. Það er helst þar sem ég þyrfti að finna meira jafnvægi. Ég minnkaði reyndar plötusnúðavinnuna mikið eftir að stelpurnar fæddust og sinni henni á kristilegri tíma en áður en engu að síður eiga dagarnir það til að verða tætingslegir, eins og margir þekkja.“

Sóley segist vera farin að tileinka sér hugleiðslu og að hún geri henni gott. „Ég finn það til dæmis í umferðinni eða ef eitthvað er að pirra mig að ég á auðveldara með að leiða það hjá mér.“ Sóleyju langar líka til að fara að hreyfa sig meira og var að byrja í jóga. „Ég hef alltaf verið grönn og ekki þurft að fara í ræktina til að ná einhverju af mér. Ég mætti hins vegar alveg vera í betra formi og veit að ég þyrfti ekki mikið til að ná því upp.“

Spennt að prófa nýjar greiðslur

Sóley starfaði sem fyrirsæta á árum áður og er þekkt fyrir geislandi bros og ljósan makka. Hún segir tilhugsunina um að missa hárið hafa verið kvíðvænlega. „Ég hef alltaf verið með sítt hár. Einu sinni klippti ég það upp að öxlum en sá svo eftir því að ég bannaði vinkonum mínum að gera slíkt hið sama,“ segir hún og hlær. „Það varð hins vegar ekki hjá því komist núna. Mér var sagt að það myndi byrja að losna tveimur vikum eftir fyrstu lyfjameðferðina og það kom heim og saman upp á dag. Hárið fór að klessast og hárburstinn fylltist af hárum,“ lýsir Sóley.

Hún segir það yfirleitt reynast konum erfitt að missa hárið og að þá verði ástandið einhvern veginn áþreifanlegra, bæði fyrir sjúkling og aðstandendur. „Ég fékk hins vegar þá hugmynd hjá konu sem hefur verið í sömu sporum að vera með smá athöfn hjá Hugrúnu vinkonu minni á hárgreiðslustofunni Barbarellu. Ég bauð vinkonum mínum, mömmu og dætrum og leyfði þeim að umvefja mig á meðan hárið fékk að fjúka. Það var tilfinningarík en góð stund og við skáluðum á eftir.“

Sóley segir hárleysið ótrúlega fljótt að venjast og að nú muni dætur hennar varla eftir henni öðruvísi. „Núna finnst mér þetta bara svolítið spennandi og er búin að búa mér til albúm á Instagram með hugmyndum að flottum greiðslum í stutt hár sem ég hefði annars aldrei prófað. Ég bíð því bara eftir því að broddarnir láti sjá sig.“

Sóley viðurkennir þó að auðvitað komi dagar þar sem hún er blúsuð. „Mér finnst það hins vegar bæði gott og eðlilegt í þessum sporum að vera leið. Ráðið við því er í mínum huga að fara út, gera eitthvað skemmtilegt og umvefja mig góðu fólki.“

Aðspurð segist Sóley ekki hafa kynnst heilbrigðiskerfinu að neinu ráði fyrr en nú en er gífurlega ánægð með alla þá aðstoð og þjónustu sem hún hefur fengið. „Ég finn hins vegar að krabbameinslæknarnir eru þétt setnir og sjúklingar hafa lítinn aðgang að þeim utan fyrirfram ákveðins tíma, ef spurningar vakna. Þá hef ég svolitlar áhyggjur af eftirfylgninni en mér skilst að maður þurfi sjálfur að halda utan um að bóka tíma í blóðprufur og skoðanir þessi fimm ár sem mælt er með. Ég á þó eftir að kynna mér það betur og vil líka benda á að langflestar konur finna meinin sjálfar. Ég vil því hvetja þær til að vera duglegar að þreifa.“

Sóley segist svo hafa heyrt af því að starfsemi Krafts og Ljóssins sé framúrskarandi. „Ég hef þó ekki enn þá komið því í verk að hafa samband enda haft nóg fyrir stafni. Ég býst þó við að gera það þegar frá líður enda á ég allt eins von á því að fá síðbúið sjokk þegar meðferð lýkur.“

Var barnið sem týndi rusl

En hvernig sérðu framtíðina fyrir þér? „Persónulega sé ég fram á að nota næstu vikur og mánuði í að byggja mig upp andlega og líkamlega og hefja svo nýtt upphaf á nýju ári. Ég er mjög ánægð hjá Ölgerðinni þar sem ég hef starfað í fjórtán ár og veld starfi mínu vel. Ég hlakka því til að mæta til leiks á ný. Þá hafa umhverfismál alltaf verið mér hugleikin og ég myndi gjarnan vilja láta meira til mín taka á því sviði. Við Freyr deilum þeim áhuga og situr hann meðal annars í stjórn Icelandic Wildlife Fund sem berst gegn laxeldi í sjó.“

Sóley er að sögn alin upp við mikla sparsemi og nýtni og var barnið sem fór út að tína rusl „Lífseigasti brandarinn í vinahópnum er að ég tek alltaf eldhúsrúllubréf og ríf þau í tvennt. Sömuleiðis bómullarskífur sem ég nota til að þrífa af augunum en þannig duga þær helmingi lengur. Þá hef ég alltaf verið dugleg að flokka og var fyrsti Íslendingurinn til að festa kaup á Kia Soul rafmagnsbíl hér á landi svo dæmi séu nefnd.“

Sóley segir umhverfismálin sem betur fer alltaf fá betri hljómgrunn í samfélaginu en að víða megi auðvitað gera betur. „Það er líka ótrúlega margt sem ein fjölskylda getur gert og með því að kenna börnunum okkar að umgangast náttúruna af virðingu höfum við áhrif á næstu kynslóðir. Þá veit ég til þess að ég hef náð að smita vini mína og eru margir farnir að rífa eldhúspappírinn í tvennt,“ segir hún og skellir upp úr.

NÝ SENDING FRÁ MARINA RINALDI

Tískan
Skipholti 21, 105 Reykjavík
Sími 551 0770 | www.tiskan.is
BASLER MaxMara BRAX

Fólk er kynningarblað sem býður auglýsendum að kynna vörur og þjónustu í formi viðtala og umfjallana. Í blaðinu er einnig hefðbundið ritstjórnarefni. Blaðið fylgir fréttablaðinu daglega.

Umsjónarmenn efnis: Elín Albertsdóttir, elin@365.is, s. 512 5349 | Ragnheiður Tryggvadóttir, heida@365.is, s. 512 5367 | Sólveig Gísladóttir, solveig@365.is, s. 512 5351 Sigríður Inga Sigurðardóttir, sigriduringa@365.is, s. 512 5372 | Starri Freyr Jónsson, starri@365.is, s. 512 5358 | Vera Einarsdóttir, vera@365.is, s. 512 5357

Útgefandi: 365 miðlar

Ábyrgðarmaður: Svanur Valgeirsson

Sölumenn: Atli Bergmann, atlib@365.Is, s. 512 5457 | Jóhann Waage, johannwaage@365.Is, s. 512 5439 | Jón Ívar Vilhelmsson, jonivar@365.Is, s. 512 5429 | Ólafur H. Hákonarson, olafurh@365.Is, s. 512 5433

Bylting fyrir ferðaþjónustu í Vík

Icewear stendur á merkum tímamótum. Fjörutíu og fimm ár eru frá því að fyrirtækið var stofnað og í dag verður haldið upp á opnun á nýrri og glæsilegri verslun, Icewear Magasín, í Vík í Mýrdal.

Ný og glæsileg verslun, Icewear Magasín, hefur verið opnuð í Vík í Mýrdal.

Ullarvörur og alhliða útivistarfatnaður eru sérstaða Icewear.

Í þjónustumiðstöðunni er matvöruverslunin KR Supermarket.

Í dag verður haldið upp á opnun verslunarmiðstöðvarinnar með pompi og prakt.

Nýja þjónustumiðstöðin í Vík í Mýrdal gjörbreytir allri aðstöðu fyrir ferðamenn, leiðsögumenn og bílstjóra.

Ágúst Þór Eiríksson, eigandi Icewear, hóf feril sinn hjá fyrirtækinu eftir að hann lauk námi í viðskiptafræði á sínum tíma. „Tilviljun réð því að ég fór að vinna hjá Icewear og það vatt þannig upp á sig að ég eignaðist fyrirtækið. Þessi tími hefur verið heilmikill rússíbani og síðustu ár sérlega annasöm, því frá 2010 hafa tólf Icewear verslanir verið opnaðar vítt og breitt um landið. Flestar selja ýmist alhliða útivistarfatnað og ullarvörur eða minjagripi. Í fyrra voru tvær Icewear Magasín stórverslanir með enn breiðara vöruúrval opnaðar í Austurstræti og við Laugaveg 91 en sú verslun er í 2.200 fermetra húsnæði. Þessar verslanir hafa tvímælalaust átt sinn þátt í að auka líf og lit í miðbænum. Icewear hefur vaxið hratt, árið 2008 unnu átta manns hjá fyrirtækinu en í dag erum við með 190 manns á launaskrá,“ segir Ágúst glaður í bragði.

Ullarvaran sérstaða Icewear

Fyrirtækið var lengst af heildsala á ullarvörum en hefur frá árinu 2004 einnig framleitt og selt alhliða útivistarfatnað. „Ullarvaran er okkar sérstaða og Icewear á eina stærstu prjónastofu landsins sem er í Vík í Mýrdal. Þar eru ullarvörunar framleiddar og saumastofurnar eru á Ásbrú í Reykjanesbæ og á Hvolsvelli. Við erum með sex manna hönnunarteymi og allar vörur Icewear eru hannaðar á Íslandi. Við önnum því ekki að framleiða allt hérlendis svo hluti framleiðslunnar er í Asíu,“ upplýsir Ágúst en rekstur fyrirtækisins skiptist í raun í þrennt; sölu á alhliða útivistarfatnaði fyrir börn og fullorðna, ullarvörum á borð við teppi, peysur og fylgihluti og svo minjagripum fyrir ferðamenn.

Spurður hvort hann hafi átt von á því að fyrirtækið myndi stækka jafnmikið og raun ber vitni segir Ágúst svo ekki vera. „Árið 2012 urðu vatnaskil hjá Icewear þegar við keyptum Víkurprjón í Vík í Mýrdal. Síðan hefur eitt leitt af öðru og aldrei verið meira að gera en í dag.“

Fyrirmyndaraðstaða fyrir ferðamenn

Í júlí 2016 var tekin fyrsta skóflustungan að þjónustumiðstöð í Vík í Mýrdal og framkvæmdir gengu svo vel að hún var opnuð í sumar. „Við ákváðum að byggja við prjónastofuna. Heildarstærðin á húsnæðinu er rétt undir fjögur þúsund fermetrum. Verslun Icewear stækkaði úr 500 fermetrum í 1.500 fermetra. Auk Icewear Magasín rekum við kaffihús, Ice-café, sem tekur 240 manns í sæti, þarna er matvöruverslunin KR Supermarket og innan fárra daga verður opnað bakarí. Við erum með mikla og góða aðstoðu fyrir ferðamenn, leiðsögumenn og bílstjóra, næg bílastæði og hátt í 30 klósett,“ segir hann brosandi. „Öll aðstaða er til fyrirmyndar og í raun bylting fyrir ferðaþjónustuna á svæðinu. Ég leyfi mér að fullyrða að þetta er ein besta aðstaða fyrir ferðamenn á Íslandi í dag,“ segir Ágúst.

Icewear er þekkt fyrir gott verð

Icewear hefur notið mikilla vinsælda meðal ferðamanna sem kunna vel að meta vörur fyrirtækisins. „Við erum með öflugt vöruúrval og gott verð er okkar sérstaða. Ferðamenn hafa verið okkar helstu viðskiptavinir en Icewear er líka í mikilli sókn hjá Íslendingum. Við erum með okkar eigin netverslun, www.icewear.is, og seljum mikið af fatnaði til Vestur-Evrópu og Bandaríkjanna. Við seljum líka í gegnum www.amazon.com,“ segir Ágúst en Icewear er einn stærsti fataútflytjandi landsins.

En hvað finnst Ágústi spennandi við þennan geira? „Mér finnst gaman að vinna við sköpun og með góðu fólki. Við Íslendingar höfum verið svo lánsamir að Ísland hefur slegið í gegn sem ferðamannaland og við hjá Icewear höfum notið þess.“

Ágúst hlær þegar hann er spurður hvort hann fái nokkurn tímann frí. „Nei, ég er alltaf í vinnunni, en ég hef líka ástríðu fyrir því sem ég er að gera.“

Þegar Ágúst er spurður hvað sé fram undan segir hann markmiðið að gleðjast í dag og halda upp á opnun Icewear Magasín í Vík í Mýrdal. „Við höfum staðið í ströngu undanfarna mánuði en það er aldrei að vita nema það komi stórar fréttir frá okkur á næstunni.“

Í Vík er ein stærsta prjónastofa landsins.

Stórmerkilegt jarðfræðiundur

Ísland er náttúruundur í sífelldri mótun sem gaman er að fræðast um. Á morgun opnar Náttúrufræðistofa Kópavogs heillandi jarðfræðisýningu sem er spennandi upplifun fyrir alla fjölskylduna.

Þórdís Lilja Gunnarsdóttir
thordisg@365.is

Ísland er lifandi land, bæði jarðfræðilega og líffræðilega séð,“ segir Finnur Ingimarsson, forstöðumaður Náttúrufræðistofu Kópavogs. Hann þekkir vel til áhuga barna á jarðfræði landsins, sem hægt er að skoða og fræðast um í Náttúrufræðistofunni.

„Ísland er jarðfræðiundur og með mest spennandi löndum jarðar þegar kemur að jarðfræði. Sú vitneskja, að búa á svo sérstökum stað á jörðinni, kyndir undir áhuga barnanna að kynnast landinu sínu og jarðfræði þess. Landið er enda í sífelldri mótun og með því að koma í Náttúrufræðistofuna til að handfjatla gripi og skoða viðburði úr jarðsögu Íslands fá börnin nýja sýn á landið sitt,“ segir Finnur.

Á Náttúrufræðistofunni má sjá sýningar á fuglum, spendýrum, krabbadýrum, skeldýrum og fiskum, auk jarðfræði, og er ætlunin að koma þeim í nútímalegri búning á komandi misserum.

„Við byrjuðum á að endurgera grunnsýningu um jarðfræði Íslands sem segir frá myndun landsins og útskýrir bæði jarðfræði og sögu á myndrænan hátt.“

Finnur Ingimarsson, forstöðumaður Náttúrufræðistofunnar. MYND/STEFÁN

Opnun jarðfræðisýningarinnar verður klukkan 15 á morgun, laugardag, og stendur til klukkan 17.

„Meðal nýjunga eru kort sem segja frá landmótun og mismunandi bergtegundum, meðal annars hraun sem runnið hafa á nútíma. Þar skipa nýjustu hraunin á Fimmvörðuhálsi og Holuhraun sinn sess og hægt að snerta hraunmola úr þessum stóru gosum. Bæði þessi gos vöktu heimsathygli og flest börn muna eftir þeim úr fréttum, sem gerir allt enn áhugaverðara og skemmtilegra,“ segir Finnur.

Á komandi misserum munu bætast við fleiri möguleikar til að miðla fróðleik og upplýsingum með lifandi hætti.

„Sjálfum finnst mér merkilegast að atburðir jarðfræðinnar eru alltaf að gerast og kenna okkur meira. Við erum til dæmis að skilja betur að eldstöðvar eru eins og menn, hver með sinn karakter.“

Sýningarhönnun er í höndum Axels Hallkels Jóhannessonar og grafík í höndum margmiðlunarfyrirtækisins Gagaríns. Um smíðavinnu og prentun sáu Merking og Verkstæðið. Formleg opnun jarðfræðisýningarinnar verður klukkan 15 á morgun, laugardag, og mun Ármann Kr. Ólafsson opna hana.

Hús Náttúrufræðistofunnar, þar sem Bókasafn Kópavogs er einnig til húsa, verður opnað klukkan 11 en þessi viðburður er hluti af Fjölskyldustundum menningarhúsanna í Kópavogi.

„Það verður æ vinsælla meðal fjölskyldna að eiga notalegar stundir hér í menningarhúsunum okkar og njóta menningarviðburða af ýmsu tagi,“ segir Finnur.

Í Gerðarsafni munu listamennirnir Einar Garibaldi og Kristján Steingrímur Jónsson opna myndlistarsýningar sínar klukkan 16 sama dag.

„Báðir eru listamennirnir með tilvísun í jörðina í verkum sínum. Stutt er á milli húsa og huggulegt þegar kólna fer að koma inn úr kuldanum til að lesa, dunda sér og fræðast um bókmenntir, listir og jarðvísindi,“ segir Finnur.

Náttúrufræðistofa Kópavogs er í Hamraborg 6a. Sjá nánar á natkop.is

NAME IT Kringlunni og Smáralind
name it

NÝ NÁMSKEIÐ

ENGIN BINDING

AFTUR Á BEINU BRAUTINA

Snúðu við blaðinu og settu þér markmið.
Ný námskeið að hefjast – skráðu þig núna!

Sex stöðvar · Þrjár sundlaugar · reebokfitness.is

Reebok
FITNESS

Haustlauf til heimilisprýði

Haustið er uppáhaldsárstíð margra, ekki síst vegna litfegurðarinnar sem þá ræður ríkjum. Kjörið að efna til föndurstundar með fjölskyldunni í rökkrinu og leyfa haustlaufunum að njóta sín.

Brynhildur Björnsdóttir
brynhildur@365.is

Nú er haustið svo sannarlega farið að láta til sín taka með fallegustu litapallettu náttúrunnar og stórkostlega skemmtilegum efniviði í alls kyns handverk og föndur sem öll fjölskyldan getur dundað sér við saman. Hér er náttúrlega átt við haustlaufin sem hrynja nú af trjánum og bíða þess að einhver nýti þau til að gera eitthvað fallegt. Haustlaufin eru ólík að lit, lögun og áferð og svo er til nóg af þeim svo það er allt í lagi að gera tilraunir með efniviðinn. Þá er ekki verra að nýta aðrar afurðir haustlitanna eins og rauða og hvíta berjaklasa, greinar og sprek, köngla og fleira til að búa til hauststemmingar eða vetrarskraut.

Myndir: Það er bæði hægt að ramma laufin inn eins og þau eru en líka búa til myndir úr þeim, til dæmis af dýrum eða öðrum trjám. Um að gera að leyfa hugmyndafluginu að ráða. Til þess er best að hafa límstifti, hvít eða lituð blöð og fallega ramma.

Óróar: Saumið eða þræðið haustlauf upp á tvinna og hengið til skrauts. Bæði er hægt að nota prik til að gera óróann lagskiptari en líka bara hengja laufin á grein úr garðinum og hengja á vegginn. Bæði er hægt að velja saman ólík lauf og liti en svo er líka fallegt að velja svipuð lauf, eða lauf sem eru svipuð á litinn og ólík í laginu eða öfugt.

Það er hægt að leika sér með haustlaufin á ýmsan hátt.

Máluð lauf: Laufin má líka mála og skreyta með ýmsum hætti. Það má bæði mála laufin í alls konar litum og mála á þau mynstur. Þá finnst sumum gaman að þekja þau með glimmeri á meðan öðrum finnst nóg að láta rétt stirna á laufin í réttu ljósi.

Laufaföndur er skemmtilegt fyrir alla fjölskylduna.

Þrykk: Hin fullkomna jólagjöf handa afa og ömmu er innrömmuð mynd, borðdúkur, taupoki eða púði sem barnabörnin hafa handþrykkt á fallegt mynstur úr haustlaufum. Best er að kaupa téðan efnivið úr einlitu efni eða lérefti (nema náttúrlega þau sem geta líka saumað það sem þrykkja á). Hægt er að nota hvaða föndurmálningu sem er. Best er að mála laufið að neðan og passa að allur flöturinn sé þakinn. Ef þrykkja á á pappír er best að smyrja þunnt en efni dregur meira í sig svo þá má málningin vera þykkari. Setjið síðan máluðu hliðina á laufinu niður á efnið eða pappírinn, setjið blað yfir og þrýstið eða látið eitthvað þungt ofan á í smástund. Ef þið eigið þrykkrúllu eða eitthvað sem gæti virkað sem slík er það ennþá betra. Gott er að æfa sig nokkrum sinnum á pappír til að finna út hvernig best er að þrýsta og hversu mikla málningu er óhætt að nota.

Viltu kaupa fasteign á Spáni?

Kynning á fasteignum og skoðunarferð til Costa Blanca á Spáni, þar sem draumaeignina þína gæti verið að finna.

7. október nk. verður kynning á eignum á Costa Blanca ströndinni.
Kynningin er frá kl. 14 – 17 á Hotel Centrum, Aðalstræti 16, Reykjavík.

MASA International hefur starfað á fasteignamarkaði á Spáni frá árinu 1981 og hjálpað mörgum fjölskyldum að finna sína draumaeign í sólinni.

Kynningarfulltrúar MASA á Íslandi,
Jón Bjarni: 896 1067 - Jónas: 842 1520

MASA INTERNATIONAL

Masa International - masaiceland@gmail.com - www.masainternational.com

Jólahlaðborð

FÖSTUDAGUR 6. OKTÓBER 2017

Kynningar: Sumac, Grand Hótel, Jómfrúin, Hótel Saga

NORDICPHOTOS/GETTY

Skemmtilegur tími í skammdeginu

Jólahlaðborðin hafa verið við lýði hér á landi í mörg ár. Þrátt fyrir ýmsar breytingar á þessu tímabili eru þau alltaf vettvangur fyrir fjölskyldur, vini og vinnufélaga til að njóta góðra veitinga og skemmta sér fyrir jólin. Nokkrir klassískir réttir lifa enn góðu lífi á jólahlaðborðum í dag.

Starri Freyr Jónsson
starri@365.is

Hörður Sigurjónsson man tímana tvenna í hótel- og veitingabransanum og hefur um leið fylgst með þróun jólahlaðborða hér á landi undanfarna áratugi. Rúm hálf öld er síðan hann byrjaði að læra til þjóns en það var árið 1966 á Hótel Sögu. Þar starfaði hann til ársins 1980 en þá færði hann sig um set og hóf störf á Broadway í Mjóddinni þar sem Ólafur Laufdal réð ríkjum. Næst hóf hann störf á Hótel Íslandi, einnig undir stjórn Ólafs, sem seinna meir breyttist í Broadway. Hann sneri svo aftur til baka á byrjunarreit þegar hann hóf loks störf hjá Hótel Sögu fyrir sex árum.

Hann man vel eftir fyrstu árum jólahlaðborða en sá siður barst til landsins um 1980. „Ég man að það tók svolítinn tíma að kenna landanum að njóta þeirra með réttum hætti. Því þegar maður borðar af hlaðborði og vill virkilega njóta þess sem í boði er, á að fara nokkrar ferðir og setja minna á diskinn í einu til að njóta vel.“

Nýir og klassískir réttir

Á tæplega fjórum áratugum hafa jólahlaðborðin tekið ýmsum breytingum, ekki síst maturinn. „Það sem hefur alltaf verið vinsælt gegnum árin er t.d. síldin, en yfirleitt er boðið upp á tvær til þrjár tegundir. Einnig má nefna reyktan og grafinn lax og roastbeef. Af kjötmeti hafa purusteikin, lambalærið og hangikjötið alltaf notið vinsælda. Það sem helst hefur bæst við á undanförnum árum eru grænmetisréttir, t.d. hnetusteik, og úrval eftirrétta hefur breyst mikið. Í upphafi var bara boðið upp á Ris à l'amande og kokteilávexti. Í dag bjóða flestir stærri staðir upp á stórt og glæsilegt eftirréttaborð með t.d. ferskum ávöxtum, marengs, alls konar útfærslum af kökum og 2-3 tegundum af ís.“

Enn vinsæl

Þrátt fyrir að jólahlaðborðin hafi verið lengi við lýði finnst Herði staða þeirra sterk og fátt benda til annars en að þau haldi velli um ókomin ár. „Jólahlaðborðin, eins og þau eru í dag á stærri stöðunum með skemmtidagskrá, eru mjög vinsæl hjá stærri og minni fyrirtækjahópum, sem koma saman og skemmta sér, borða góðan mat og fá sér snúning á eftir. Það breytist ekki neitt. Síðan eru minni veitingahúsin farin að bjóða upp á sérstaka jólamatseðla sem eru ekki þessi eiginlegu jólahlaðborð heldur jólatengdir réttir í nýstárlegum útfærslum. Það hefur komið mjög vel út hjá mörgum stöðum.“

Honum hlýnar um hjartarætur þegar hann rifjar upp gömlu góðu árin. „Það sem stendur helst upp úr í minningunni er að tími jólahlaðborða var skemmtilegur tími ársins í skammdeginu. Þá komu fjölskyldur, vinir og vinnufélagar saman til að njóta góðra veitinga og skemmta sér.“

Tveir matreiðslumenn í Súlnasal á Hótel Sögu á sjöunda áratug síðustu aldar.

Hörður Sigurjónsson hefur starfað í hótel- og veitingabransanum í 51 ár.

Hljómsveit Ragnars Bjarnasonar lék undir á mörgum jólahlaðborðum áður fyrr.

Útgefandi: 365 miðlar | Ábyrgðarmaður: Svanur Valgeirsson | Sölumaður auglýsinga: Ólafur H. Hákonarson, olafurh@365.is, s. 512 5433 | Veffang: Visir.is

Jólaævintýri
á Kopar
KOPAR
Hefst 16. nóvember og
stendur til og með 23. desember.
Verð 9.900 kr. frá sunnudegi til fimmtudags.
10.900 kr. frá föstudegi til laugardags.
http://www.koparrestaurant.is/
Geirsgötu 3 | 101 Reykjavík | Tel: 567 2700

Öðruvísi upplifun fyrir jólin

Þráinn Freyr og félagar á veitingastaðnum Sumac bjóða upp á öðruvísi jólamatseðil með miðausturlenskum áhrifum fyrir þá sem vilja krydda upp á jólin og fara út fyrir þægindarammann.

Þráinn Freyr Vigfússon er eigandi veitingastaðarins Sumac á Laugavegi. Þráinn er fyrrverandi þjálfari og fyrirliði í kokkalandsliði Íslands og starfar með tveimur öðrum landsliðsmönnum, þeim Georg Arnari Halldórssyni og Hafsteini Ólafssyni, sem var nýlega valinn Kokkur ársins. Frá og með annarri helginni í nóvember ætla þeir að bjóða upp á sérstakan jólamatseðil með miðausturlensku ívafi.

Út fyrir þægindarammann

„Fólk ætti að koma og bragða jólamatseðilinn okkar til að kynnast einhverju öðru og fara aðeins út fyrir þægindarammann sem fólk er oft í í jólamánuðinum,“ segir Þráinn. „Við bjóðum upp á annað sjónarhorn á þetta og bragðlaukarnir munu leika við gesti á töluvert annan hátt en fólk er vant frá hefðbundnu jólahlaðborðunum,“ segir hann.

Jólamatseðillinn verður á föstu verði, 8.200 krónur á mann og hægt verður að skoða hann á heimasíðu staðarins, www.sumac.is.

Vildi gera eitthvað allt öðruvísi

Sumac var opnaður á Laugavegi í júlí. „Mig langaði til að opna veitingastað sem væri að gera eitthvað allt öðruvísi en allir aðrir veitingastaðir í bænum og koma með nýja strauma í veitingaflóruna,“ segir Þráinn. „Okkar innblástur kemur frá Líbanon og Marokkó og aðalmálið er að búa til hrjúfan en um leið bragðgóðan mat.“

Sumac notar eingöngu íslenskt hráefni, fyrir utan miðausturlensk krydd, en hluta þeirra flytur staðurinn inn sjálfur. Staðurinn hefur hlotið afar góðar viðtökur. „Það er eiginlega búið að vera fullt síðan við opnuðum,“ útskýrir Þráinn.

Líflegur staður og góð stemning

Sumac leggur mikla áherslu á góða stemningu. „Andrúmsloftið er líflegt og fjörugt,“ segir Þráinn. „Það er hress tónlist í gangi, eldhúsið er opið og það er stórt grill í miðju eldhúsinu sem allur salurinn sér. Við eldhúsið er líka stór og flottur bar sem hægt er að sitja við og þar verður boðið upp á sérstakan jólakokteil. Það er happy hour hjá okkur frá fjögur til sex alla daga, svo þetta er tilvalinn staður til að stoppa á þegar menn eru að rölta í bænum í jólaösinni.“

Þráinn Freyr Vigfússon, Georg Arnar Halldórsson og Hafsteinn Ólafsson, heilarnir á bak við Sumac. MYND/ANTON BRINK

Sumac er líka með spennandi kokteila. MYND/SUMAC

Sumac býður upp á alls kyns girnilega rétti. MYND/SUMAC

Á Sumac er hægt að fá bragðgóða rétti með miðausturlensku ívafi. MYND/SUMAC

Á Sumac er hægt að njóta þess að borða gómsætan mat í fallegu umhverfi. MYND/SUMAC

Sumac dregur aðallega innblástur frá Líbanon og Marokkó. MYND/SUMAC

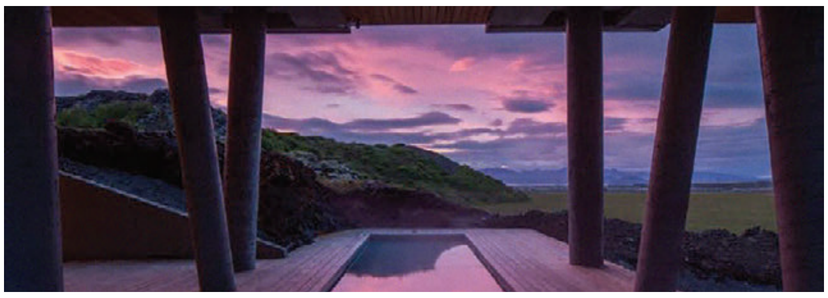
Fátt er betra en að láta stjana við sig í fallegu umhverfi. Á **Ion hótelinu**, við Nesjavelli, gefst þér og þínum tækifæri til að njóta einstakrar kvöldstundar í fallegu og kyrrlátu umhverfi. Hvort sem þig þyrstir í villibráð eða þráir jólin beint í æð sér starfsfólk Silfru til þess að þú fáir óskir þínar uppfylltar. Landsliðskokkurinn Sigurður Ágústsson stendur vaktina ásamt Þránni Frey Vigfússyni. Þetta er upplifun sem enginn ætti að láta framhjá sér fara.

Gisting og villibráðamatseðill
Dagana 27.–28. október og 3.–4. nóvember
Verð: 49.500 (fyrir tvo)*

Fyrir þá sem vilja aðeins njóta 5 rétta villibráðarkvöldverðar
Verð: 10.500kr.

Gisting og jólamatseðill
Alla föstudaga og laugardaga frá 10. nóvember til 30. desember
Verð: 49.500 (fyrir tvo)*

Fyrir þá sem vilja aðeins njóta margrétta jólakvöldverðar
Verð: 9.500kr.



ion ADVENTURE hotel

SILFRA RESTAURANT

*Innifalið í verðinu er gisting í standard herbergi, aðgangur að Lava spa, kvöldverður að hætti Silfru og morgunmatur fyrir tvo.

Nánar: sales@ioniceland.is og á ioniceland.is

Dýrðlega grand jólahlaðborð

Á Grand Hótel Reykjavík er matreiðslumeistarinn Úlfar Finnbjörnsson byrjaður að undirbúa hátíð í bæ með glæsilegu jólahlaðborði og víst að jólagleðin nær hámarki í fegurð og góðgæti á Grand.

Hér er ég heimalningur og kominn heim,“ segir Úlfar Finnbjörnsson og er strax farinn að leika sér í eldhúsinu. Hann er nýtekinn við sem yfirmatreiðslumeistari á Grand Hótel Reykjavík þar sem hann starfaði á árum áður sem matreiðslumaður og hefur undanfarin sjö ár staðið fyrir vinsælu villibráðarhlaðborði.

Glæsilegt jólahlaðborð Grand Hótel Reykjavík er margfrægt fyrir frábært úrval jólalegra sælkerarétta og nú þegar er uppbókað á nokkur kvöld.

„Þeim sem einu sinni hafa gætt sér á jólakrásum jólahlaðborðsins þykir engin jól nema að mæta á Grand. Það er því gott að panta sér borð tímanlega,“ segir Úlfar. „Reynslan tryggir dásamlega bragðupplifun, stemningin er hátíðleg og fjörug; og við náum að sameina reynslu og ungan anda,“ segir Úlfar, og víst er að salarkynni hótelsins eru skreytt hátt og lágt, sem skapar ævintýralega umgjörð utan um töfrandi samfundi fjölskyldna, vina og vinnufélaga yfir jólalegum mat og drykk.

Úlfar ætlar að slá um sig á jólahlaðborðinu á Grand og bæta við nýjum dýrindisréttum í bland við hefðbundna jólarétti.

„Borðin munu sem endranær svigna undan hangikjöti, rifjasteikum, jólaskinkum, síldar- og laxaréttum og ómótstæðilegum eftirréttum, sem öllum þykir ómissandi á jóladiskinn, en þó er hangikjöt og hangikjöt ekki það sama. Við verðum með grafið hangikjöt, þurrkað, tvíreykt og í alls kyns hátíðlegum búningi, og með bleikju, urriða og heitreyktan, íslenskan ál sem er herramannsmatur og nátengdur jólahaldi á Norðurlöndunum,“ segir Úlfar.

> **Hindberjamúsin var í fínu glasi og loks kom gullhringur upp með skeiðinni. Uppi varð fótur og fit og allir í salnum klöppuðu.**

Rammíslensk tilþrif

Úlfar er einn af fremstu kokkum Íslands og virtur á sínu sviði. Hann er margverðlaunaður, búinn að vera í kokkalandsliðinu og hefur skrifað fjölda matreiðslubóka. Hann segir áherslubreytinga að vænta með nýjum manni í brúnni.

„Ég er nú þekktur fyrir að vera rammíslenskur í matargerð og hafa íslenskt hráefni í öndvegi. Við komum til með að tína sveppi og jurtir úr náttúrunni og nota meira af villibráð á matseðli. Ég vil helst hafa matinn í sauðalitunum, nota íslenskt lambakjöt og íslenskan fisk, og er ekkert í kengúrum eða sebrahestum. Ég kæri mig ekki um að láta flytja mat yfir hálfan hnöttinn sem hægt er að kaupa hér, enda er íslenskt hráefni það albesta.“

Í eldhúsinu með Úlfari vinna ungir og frískir kokkar í bland við reyndari kokka sem leggja saman reynslu og hæfileika á vogarskálarnar. Útkoman er dásamlegir jólaréttir.

Úlfar Finnbjörnsson er nýr yfirmatreiðslumeistari á Grand Hótel Reykjavík.

„Jólahlaðborð Grand Hótel Reykjavík er staðurinn til að vera á. Hér vinnur framúrskarandi hæfileikafólk og fáir sem kunna betur þá list að gleðja munn og maga. Við lærum hvert af öðru og í eldhúsinu verður til einkar spennandi upplifun fyrir bragðlaukana.“

Úlfar rifjar upp skemmtilega sögu frá jólahlaðborði í eina tíð. „Það var hérna á Grand í gamla daga þegar þjóðþekktur maður, sem hafði komið í hlaðborðið með huggulegri dömu, kemur inn í eldhús. Herramaðurinn tók upp gullhring og bað mig að setja hann ofan í eftirrétt sem hann ætlaði að sækja til mín eftir matinn. Þegar þau eru búin í aðalréttunum blikkar hann mig og sækir hindberjamús í fínu glasi en fær sér ekkert sjálfur heldur horfir á konuna borða. Svo kom upp hringur með skeiðinni og uppi varð fótur og fit og mikið húllumhæ, og allir í salnum klöppuðu,“ segir Úlfar um þetta eina skipti sem hann hefur lent í bónorði í glasi. „Það var eftirminnilegt og óskaplega gaman.“

Stórglæsilegt jólahlaðborð Grand Hótel Reykjavík verður allar helgar frá og með 17. nóvember til 15. desember. Verð 10.900 krónur á mann.

Grand Hótel Reykjavík er í Sigtúni 38. Tryggðu þér borð á grand.is/jol eða á jolahladbord@grand.is – í síma 514 8000. Villibráðarhlaðborðið verður í boði helgarnar 21.-22 og 28.-29. október.

Gamaldags sjarmi og jólatöfrar

Söngkonan Jóhanna Guðrún syngur sígild og sjarmerandi jólalög yfir borðhaldi á jólahlaðborði Grand Hótel Reykjavík. Hennar eftirlætis jólalag er Hvít jól með systkinunum Elly og Vilhjálmi.

Þetta verður gamaldags sjarmi enda eru jólin tími hefða og fallegt að hafa hlutina gamaldags,“ segir söngkonan Jóhanna Guðrún sem ætlar að syngja jólalög sem allar kynslóðir geta tengt sig við á jólahlaðborði Grand Hótel Reykjavík.

„Þetta er í fyrsta sinn sem ég syng á svona stóru jólahlaðborði en mér finnst það spennandi. Það er allt svo smart á Grand og greinilega mikill hiti fyrir þessu hlaðborði,“ segir Jóhanna Guðrún og vísar til þess að nú þegar er uppselt á mörg jólakvöldanna á Grand Hótel Reykjavík.

„Við erum spennt að byrja og búin að fínpússa prógrammið sem verður í klassískum filing. Jólalögin koma úr öllum áttum og eiga sameiginlegt að hreyfa við manni og vera hlaðin töfrum. Sjálf ólst ég upp við jólalög systkinanna Ellyar og Vilhjálms, Mahaliu Jackson, Celine Dion og Frank Sinatra, en uppáhaldsjólalag mitt úr dagskránni er Hvít jól með Elly og Vilhjámi,“ segir jólabarnið Jóhanna Guðrún.

Jóhanna Guðrún er svo heilluð af jólunum að hún elskar meira að segja jólahreingerninguna.

„Ég elska jólin, og þegar jólin eru búin bíð ég spennt eftir næstu jólum. Aðdragandi jólanna er langur hjá mér því söngvertíðin byrjar í október, sem mér finnst sjarmerandi og notalegt. Ég hef yndi af jólabakstri og finnst meira að segja jólahreingerningin skemmtileg. Jólalög óma um heimilið og ég elska að skreyta jólatréð. Svo bíð ég auðvitað spennt eins og barn eftir aðfangadagskvöldi og samverunni með stórfjölskyldunni, sem mér finnst það yndislegasta við jólin; að fólk gefi sér tíma fyrir hvert annað.“

Jóhanna Guðrún er tónlistarkona í fullu starfi og fullbókuð í nóvember og desember. Þá er hún kórstjóri barna- og unglingakórs Vídalínskirkju ásamt unnusta sínum, Davíð Sigurgeirssyni, sem einnig er kórstjóri Gospel Jóns Vídalín sem keppir nú í sjónvarpsþættinum Kórar Íslands.

En þótt jólalögin verði í aðalhlutverki á Grand Hótel Reykjavík segist Jóhanna ekki svíkjast undan að syngja sín vinsælustu lög; Is it true og Mamma þarf að djamma.

> **Ég ætla sannarlega að taka til matar míns á jólahlaðborðinu, enda hef ég heyrt að besti jólamaturinn sé á Grand. Svo er ég týpan sem spara mig til að hafa nóg magamál fyrir eftirréttina. Fyrir mér eru þeir aðalréttirnir, svo ég verð örugglega dugleg þar.**

„Bæði eru sígild óskalög sem ég hef líka gaman af að syngja. Ég hlakka því mikið til þess að syngja á Grand og ætla sannarlega að taka til matar míns á jólahlaðborðinu, enda hef ég heyrt að besti jólamaturinn sé á Grand. Ég elska malt og appelsín, sem kemur mér alltaf í jólaskap, sem og rauðkál, brúnaðar kartöflur, og kalkún með góðri fyllingu og sósu. Svo er ég týpan sem spara mig til að hafa nóg magamál fyrir eftirréttina. Fyrir mér eru þeir aðalréttirnir, svo ég verð örugglega dugleg þar,“ segir hún brosmild.

HAUST
RESTAURANT
VINSÆLA AMERÍSKA JÓLAHLAÐBORÐIÐ SNÝR AFTUR
BIG AMERICAN
Christmas buffet
Njótið jólanna með fjölskyldu og vinum
á veitingastaðnum Haust.
Grasker í karamellu, sætkartöflukrem með
sykurpúðum, kleinuhringjabar, jólahús fyrir
börnin, heilgrillaður kalkúnn, nautafille,
hunangsgljáð jólaskinka og margt fleira.
Verð:
9.900 kr.*
föstudags- og laugardagskvöld
7.900 kr.*
sunnudags- til fimmtudagskvöld
*Frítt fyrir 5 ára og yngri
og hálft verð fyrir 6-12 ára
Öll kvöld frá
17. nóvember
til og með
6. janúar
Frá og með
18. nóvember:
Jólabrunch
um helgar 4.950 kr*.
Hádegisverðarhlaðborð
með jólaívafi
alla virka daga 3.950 kr.*
Bókaðu borð á haust@haustrestaurant.is
eða í síma 531 9020
Sjá nánar á haustrestaurant.is/jol
Haust Restaurant | Fosshótel Reykjavík | Þórunnartúni 1

Minningar við matarborð

Aðventan er tími samverustunda. Hún á líka að vera tími kósíheita og hvíldar og gestagangur og jólaboð með tilheyrandi umstangi geta tekið á taugarnar. Að drífa alla út að borða hefur kosti.

Fyrir utan hið augljósa hagræði að þurfa ekki að kaupa inn og elda hátíðamat fyrir 20 manns og vaska svo upp eftir allt saman hefur það marga aðra kosti að drífa stórfjölskylduna saman út að borða á aðventunni í stað þess að halda jólaboð heima.

Engin tiltekt og skúringar, hvorki fyrir eða á eftir.

Ef eitthvað sullast niður á drifhvíta dúkana, rauðvín, rauðkál og sósa, þarf ekki að hafa áhyggjur af því. Veitingastaðurinn er pottþétt með samning við þvottahús.

Á jólahlaðborði þar sem úrvalið er gott eru miklar líkur á að allir finni eitthvað sem þeim þykir sérstaklega gott að borða.

Þar má líka leyfa sér að leggjast á sortir án þess að hafa áhyggjur af því að klára frá öðrum. Þetta er sérstaklega heppilegt þegar krakkar eru með í för en þeir eiga það til að vera vandlátir á veitingar.

Aðventan snýst einnig um hefðir og flestum finnst okkur notalegt að ganga að einhverju vísu sem við getum rifjað upp milli ára. Það getur orðið falleg hefð að fjölskyldan komi saman fyrir hver jól, jafnvel á sama veitingastað, við sama borð og borði góðan mat sem enginn þarf að hafa fyrir.

Krakkar hafa ekki bara gaman heldur líka gott af því að fara út að borða með stórfjölskyldunni. Andrúmsloftið verður annað en við borðið heima og færra sem truflar. Hinir fullorðnu eru líka afslappaðir og hafa meiri tíma þegar þeir þurfa ekki að sjá sjálfir um boðið.

Minningar við matarborð með sínum nánustu eru dýrmætar og gaman að búa þær til í stresslausu umhverfi.

Engin tiltekt, matseld eða frágangur eru meðal kosta þess að drífa fjölskylduna út að borða. NORDICPHOTOS/GETTY

Danskur jólamatur slær alltaf í gegn á Jómfrúnni

Veitingahúsið Jómfrúin hefur fyrir löngu sett svip sinn á miðbæ Reykjavíkur enda staðurinn vinsæll frá því hann var opnaður, árið 1996. Jólin eru ávallt haldin hátíðleg á Jómfrúnni.

Dönsk áhrif hafa alltaf sett svip sinn á Jómfrúna í Lækjargötu. Fallegt og matarmikið smurbrauð er afar vinsælt ásamt bjór og snafsi. Strax frá upphafi, þegar Jakob Jakobsson opnaði staðinn eftir að hafa verið í námi hjá hinni frægu Idu Davidsen í Kaupmannahöfn, var áhersla lögð á að tengja íslenskt hráefni við danska smurbrauðshefð. Jakob var fyrsti karlmaðurinn í heiminum sem lauk námi sem „smørrebrødsjomfru“. Um miðjan nóvember eru teknir upp danskir jólasiðir þar sem meðal annars er boðið upp á jólaplatta, síld og purusteik.

Fyrir tveimur árum tók sonur Jakobs, Jakob E. Jakobsson, við staðnum af föður sínum.Og hefur hann, ásamt starfsfólki, haldið í siði og venjur frá Jakobi eldri enda hefur staðurinn fest rætur í miðbænum og á stóran hóp fastagesta. Margir þessara gesta vilja síður breytingar, enda jólin tími hefða að mörgu leyti. „Jólamatseðillinn byrjar núna 16. nóvember. Við erum með sjö rétti á jólaplattanum þar sem er meðal annars síld, andabringa, paté, graflax, purusteik og ris à l’amande. Allt er þetta borið fram með viðeigandi meðlæti,“ segir Jakob. „Fólk getur líka komið á Jómfrúna og fengið rauðsprettuna sína ef það er ekki í jólastuði. Það er ávallt mjög margt í boði. Jólaplattinn hefur samt alltaf verið vinsælastur hjá okkur í desember. Síldin er einnig ómissandi fyrir jólin á öllum dönskum veitingastöðum, við fylgjum þeirri hefð og erum með um tíu tegundir í boði,“ segir Jakob.

Ómissandi jólaforréttur á Jómfrúnni. Hinn eini sanni síldarplatti. MYND/EYÞÓR

Í fyrra komu um tólf þúsund gestir á Jómfrúna fyrir jólin. Nú þegar er mikið bókað enda koma sömu gestirnir ár eftir ár. „Við erum með marga í nokkurs konar áskrift og erum komnir með eitthvað um sjö þúsund bókanir fyrir jólin. Við bjóðum jólamat bæði í hádeginu og á kvöldin. Eftir talsverðar endurbætur sem gerðar voru á staðnum í janúar í fyrra höfum við nú alltaf opið frá kl. 11-22.“

Jakob og Hermann Guðmundsson yfirkokkur en þeir voru einmitt að velja rétta ákavítið með jólasíldinni þegar ljósmyndarinn kom. MYND/EYÞÓR

Nýlega opnaði Jómfrúin lítið útibú á Hlemmi mathöll sem gestir hafa tekið glimrandi vel. „Við ætlum að fara með jólin þangað í smækkaðri útgáfu. Ég legg til að fólk fái sér smörre, öl og snaps á Hlemmi fyrir jólin, gangi svo niður Laugaveginum og kíki í verslanir og endi svo hjá okkur í Lækjargötu í jólaplatta. Það yrði hin fullkomna jólastemming,“ segir Jakob léttur í bragði. „Við erum mjög ánægð með viðbrögðin við mathöllinni og verðum sannarlega í jólaskapi þar líka.“

Jakob segir að mikið mannlíf sé í miðbænum eftir að ferðamönnum fjölgaði. „Það er svo skemmtilegt hvað borgin okkar hefur vaknað og þróast á undanförnum árum. Við fáum fjölda erlendra ferðamanna til okkar en Íslendingar eru þó stærsti hópur viðskiptavinanna, sérstaklega fyrir jólin,“ segir Jakob og bendir á að lítil starfsmannavelta sé á Jómfrúnni. „Það er vandfundinn sá veitingastaður á Íslandi sem er með hærri meðalaldur eða meiri reynslu starfsfólks þori ég að fullyrða. Margir hafa starfað lengi hjá okkur, þeir þekkja kúnnana sem sömuleiðis þekkja þjónana. Án samheldni og góðs starfsanda værum við svo sannarlega ekki þar sem við erum í dag,“ segir Jakob sem ólst upp á Jómfrúnni og þekkir vel hverju viðskiptavinirnir sækjast eftir.

Hægt er að skoða jólamatseðil Jómfrúarinnar á heimasíðunni www.jomfruin.is og panta borð í síma 55 10 100.

Jólaupplifun í Súlnasal

Jólahlaðborðin í Súlnasal á Hótel Sögu hafa skipað stóran sess í jólahaldi landsmanna í langan tíma. Boðið verður upp á samspil af íslensku og dönsku jólahlaðborði auk spennandi nýjunga.

Hótel Saga verður í ár, eins og fyrri ár, með stórglæsilegt og sígilt jólahlaðborð í nýju og enn notalegra umhverfi í Súlnasal. „Boðið verður upp á samspil af íslensku og dönsku jólahlaðborði en á sama tíma verða spennandi nýjungar,“ segja þeir Ólafur Helgi Kristjánsson matreiðslumaður og Sigurður Helgason veitingastjóri.

Súlnasalurinn á Hótel Sögu er klassískur veislusalur þar sem margar af stærstu stjörnum landsins hafa stigið á svið og skemmt gestum í gegnum árin, listamenn á borð við Elly Vilhjálms, Ragga Bjarna, Magga Kjartans, Ómar Ragnarsson og Helenu Eyjólfsdóttur. „Nú er verið að endurnýja Súlnasal með allri þeirri nútímatækni sem nauðsynleg er til að halda veislur og viðburði en á sama tíma viðhalda hinum góða anda sem ríkt hefur í salnum í áratugi.“

Skemmtunin á jólahlaðborðinu hefur alltaf einkennst af húmor, tónlist og gleði og verður árið í ár engin undantekning að þeirra sögn. „Stórstjörnurnar Helgi Björnsson, Sigríður Thorlacius og Saga Garðarsdóttir hafa skapað fullkomna blöndu af góðu jólakvöldi og Siggi Hlö sér svo til þess að allir dansi inn jólin.“

Mikil aðsókn

Að sögn Harðar Sigurjónssonar, sölustjóra veitingadeildar Hótels Sögu, er aðsókn mikil og verður því bætt við jólahlaðborði án skemmtunar, en með lifandi tónlist, miðvikudaginn 6. desember. „Í ár munum við einnig bjóða upp á ljúffengan jólabröns í Súlnasal dagana 2., 3., 9. og 10. desember með lifandi tónlist og þar koma jólasveinar einnig við sögu.“

Meðal gómsætra rétta sem verða á boðstólum í ár er gljáður hamborgarhryggur, sítrus- og rósmarínkryddaður kalkúnn, purusteik, síldarréttir og upprunamerkt sérvalið hangikjöt frá bónda í Vopnafirði. Villibráðin verður á sínum stað en þar má nefna gæs, hreindýr og hinar ýmsu útfærslur af laxi. „Við erum sérstaklega stolt að segja frá því að í ár verðum við með grænmetishlaðborð þar sem veganréttir verða á boðstólum svo óhætt er að segja að boðið sé upp á eitthvað fyrir alla. Irish coffee og snafsavagninn er á sínum stað auk þess sem allir eftirréttirnir koma frá bakaríinu sem er á hótelinu.“

Humar og rauðrófur.

Jólahlaðborðin hefjast 17. nóvember og verða föstudaga og laugardaga til og með 16. desember. Nú þegar er orðið fullbókað á nokkur kvöld. MYND/VILHELM

Jólaupplifun í Grillinu

Grillið er nú opið alla daga vikunnar og býður einstaka heildarupplifun í mat og drykk í fallegu umhverfi. „Fram undan eru spennandi tímar en nýr yfirmatreiðslumaður, Sigurður Laufdal, var ráðinn til starfa 1. september. Hann hefur unnið að því að setja saman nýjan matseðil úr öllu því dásamlega hráefni sem einkennir haustið. Villibráðin tekur svo við um miðjan október og munu jólin svo mæta á Grillið í desember. Fjögurra rétta jólaseðill verður í aðalhlutverki þar sem m.a. verður boðið upp á okkar sívinsæla síldarrétt, hreindýr og svo er val um að bæta við humri sem aukarétti.“

Mikil áhersla er lögð á rekjanleika afurða á Grillinu, hráefni úr sveitinni er sérvalið og gestir fá að heyra allt um upprunann. „Við höfum t.d. keypt lambakjöt frá Austurlandi og getum tilgreint nákvæmlega frá hvaða bæjum kjötið kemur. Í haust fengum við hunang frá Álfsstöðum í uppsveitum Árnessýslu en það er notað í ísdesert með íslenskum aðalbláberjum. Þessi þekking á hráefnunum er okkar sérkenni.“

Aðalbláber og blóðberg.

Að hittast heima fyrir jólahlaðborðið

Í mörgum fyrirtækjum er það til siðs að starfsmenn taka sig saman og hittast í heimahúsi áður en haldið er á jólahlaðborðið. Það eflir andann og kætir hugann.

Elín Albertsdóttir
elin@365.is

Þegar starfsmenn hittast fyrir jólahlaðborð er tæpast ætlast til þess að þeir úði í sig einhverju góðgæti. Maginn má ekki vera saddur þegar kræsingar jólahlaðborðsins bíða. Hins vegar er hægt að bjóða upp á smávegis lystauka, það er örlitla rétti og góðan kokteil. Mojito er vinsæll drykkur sem hægt er að útbúa áður en gestirnir koma í mismunandi útfærslum. Ítalskur antipasti er kjörinn for-forréttur.

Trébretti hentar vel undir antipasti. Á það má raða mismunandi áleggi eins og parmaskinku, ítalskri salamipylsu og öðrum krydduðum pylsum, ostum, ávöxtum og ólífum. Í staðinn fyrir brauð sem er of þungt í magann fyrir jólahlaðborðið er sniðugt að baka tortilla-kökur í ofni og skera þær svo niður í litla þríhyrninga. Einnig má kljúfa pítubrauð í tvennt, baka í ofni og skera í litla bita. Osturinn og áleggið er síðan borðað eitt og sér eða með tortillabitum. Með þessu er hægt að hafa heimagert pestó eða eggaldinídýfu.

Eggaldinídýfa

Hér er uppskrift að mjög góðri ídýfu sem hentar vel með bökuðum tortillum. Ídýfan er svolítið sérstök en í henni eru eggaldin og hún er bragðsterk.

2 stór eggaldin
2 laukar
4 hvítlauksrif
1-2 chili-pipar, grænir
4 cm biti af ferskri engiferrót
4 vel þroskaðir tómatar
1 búnt ferskt kóríander
1 msk. grænmetisolía
2 msk. karrí

Hitið ofninn í 220°C. Stingið í eggaldin með gaffli á víð og dreif. Leggið á bökunarplötu og bakið í eina klukkustund. Látið kólna. Þegar eggaldinið er klárt er það skorið í helminga og kjötið skafið úr með matskeið.

Skerið lauk og hvítlauk smátt. Hreinsið chili-pipar og skerið smátt. Sama er gert við engifer og tómata. Hitið olíu á pönnu og steikið laukinn þar til hann verður mjúkur. Bætið þá við hvítlauk og chili og steikið áfram í 2 mínútur. Þá er tómötum og karríi bætt á pönnuna og allt látið malla í 12-15 mínútur. Nú er eggaldinið sett út í blönduna og áfram eldað í 3-4 mínútur. Hrærið reglulega á meðan. Kóríander fer út á pönnuna í lokin og hún tekin af hitanum. Berið fram með tortillakökunum.

Góð ídýfa sem gerð er úr eggaldini.

Það er skemmtilegt að bjóða upp á létta rétti á borð við osta, álegg og pestó þegar gesti ber að garði.

Rautt pestó

1 krukka sólþurrkaðir tómatar í olíu
rúmlega hálfur parmesan ostur
1-2 lúkur ristaðar furuhnetur
3 hvítlauksrif
1 ½ dl ólífuolía (sirka, bæta við eftir þörfum)
Salt og pipar

Setjið allt í matvinnsluvél og bætið ólífuolíunni smátt og smátt saman við.

Ferskur og góður mojito.

Fullkominn mojito

Mojito drykkurinn er afar vinsæll og var til dæmis eftirlæti Ernests Hemingway þegar hann heimsótti Kúbu á blómaskeiði Havana. Drykkurinn er frískandi og flestum þykir hann góður.

Í eitt glas þarf eftirfarandi, stækkið uppskrift eftir þörfum.

½ límóna, einungis safinn
1 tsk. sykur
3 mintulauf
2 únsur romm
Sódavatn

Fyrst þarf að hræra vel saman sykur og límónusafa. Þá er mintan sett saman við og henni þrýst ofan í glasið. Setjið ísmola og romm. Fyllið glasið með sódavatni, skreytið með meiri mintu og límónubáti.

Jólastemning á Eyrarbakka

Jólahlaðborð
Rauða Hússins
18. og 25. nóvember
2. og 9. desember
fleiri dagsetningar í boði fyrir hópa
lifandi tónlist og stemning fram eftir kvöldi
rauða húsið
aðeins 8.400 kr á mann
tilboð: jólahlaðborð og íbúðagisting 14.500 kr á mann

einnig bjóðum við upp á veisluþjónustu út úr húsi og á Hafinu Bláa
Búðarstíg 4 • 820 Eyrarbakka • **raudahusid.is**
borðapantanir: **483-3330** eða raudahusid@raudahusid.is

Njótið aðdraganda jólanna í fallegu og rólegu umhverfi

Jólahlaðborð, gisting og morgunverður í fögru umhverfi Suðurlands

Jólahlaðborð á Stracta 2017

Stracta hótel verður með jólahlaðborð í nóvember og desember eins og undanfarin ár.

Margrét Grétarsdóttir söngkona og Hrafnkell Óðinsson sjá um að koma gestum í jólastemningu með tónlist og söng meðan á borðhaldi stendur.
Laugardagur 18. nóvember
Laugardagur 25. nóvember
Laugardagur 2. desember
Laugardagur 9. desember

Verð á jólahlaðborði kr. 8.800,-

Allir ættu að finna eitthvað við sitt hæfi þar sem fjölbreytni er höfð í fyrirrúmi.
Hér til hliðar er það helsta talið upp sem verður á hlaðborðinu, en fleiri óvæntir réttir eiga eftir að læðast inn.

Forréttir
Villibráðarsúpa – þrjár tegundir af síld – Reyktur lax - Grafinn lax – Heitreyktur lax - Sjávarréttarsalat – Devild egg – Villibráðarpate – Nautatunga - Lifrarkæfa að dönskum hætti – Jólaskinka eins og svíar hafa hana.

Aðalréttir
Purusteik – Lambalæri - Kalkún – Villibráðarbollur – Hangikjöt, soðið og hrátt – Rauðspretta - Hamborgarhryggur.

Fjölbreytt úrval af meðlæti og sósum.

Eftirréttir
Ris a la mande – Trufflur – Skyrkaka – Ávaxtasalat – Smákökur

Við gerum tilboð fyrir hópa í gistingu og jólahlaðborð. Bjóðum einnig upp á aðrar dagsetningar fyrir stærri hópa.

Upplýsingar og bókanir á info@stractahotels.is
Sími 531-8010

STRACTA HÓTEL

RANGÁRFLÖTUM 4, HELLU – S. 531 8010 – STRACTAHOTELS.IS

Jólahlaðborð í sveitakyrrð

Nú er rétti tíminn til að panta okkar sígilda jólahlaðborð sem við bjóðum upp á síðustu tvær helgarnar í nóvember og tvær fyrstu helgarnar í desember.
Allar nánari upplýsingar á **hoteleldhestar.is**

Jólahlaðborð 8500 kr.

Tilboð á mat og gistingu 14.000 kr. á mann.
Innifalið er jólahlaðborð, gisting í 2ja manna herbergi ásamt morgunverðarhlaðborði.

HÓTEL Eldhestar

Eldhestar, Vellir, 816 Ölfus • 480 4800 • info@eldhestar.is • www.eldhestar.is

VILTU HALDA VEISLU?

JÓLAHLAÐBORÐ
FERMINGAR
BRÚÐKAUP
ÁRSHÁTÍÐIR
ERFIDRYKKJUR
FUNDIR
RÁÐSTEFNUR
AFMÆLI

EFRI SALURINN ER LAUS FYRIR ÞIG ...

SÓLON
BISTRO • BAR
BANKASTRÆTI 7A - 101 REYKJAVÍK - S. 562 3232

Skemmtilegur pakkaleikur

Víða er til siðs að fara í leiki á jólahlaðborðum, sérstaklega á smærri vinnustöðum, í fjölskyldum og vinahópum. Hér er einn sem vekur alltaf lukku og leiðir gjarnan af sér ærsl og skemmtileg læti:

Allir þátttakendur mæta með eina innpakkaða gjöf og stilla upp á miðju borði. Einn til tveir teningar eru látnir ganga manna á milli (fer eftir fjölda þátttakenda) og má sá sem fær sex velja pakka úr miðjunni. Þegar allir pakkarnir eru búnir er gert hlé á leiknum. Þá er skeiðklukka sett í gang og er valkvætt hve langur tími er gefinn. Gjarnan er þó miðað við fimm til tíu mínútur. Þátttakendur taka svo til við að kasta á ný og má sá sem fær sex velja álitlegan pakka úr höndum annars þátttakanda. Þegar tíminn er úti sitja því einhverjir eftir með marga pakka á meðan aðrir sitja með engan.

Oft er það svo að stærstu pakkarnir eru eftirsóttastir og færist gjarnan mikið fjör í leikinn þegar menn eltast við þá. Þeir þurfa þó ekki endilega að innihalda flottustu gjöfina og er auðvelt að villa um fyrir þátttakendum með því að hafa umbúðirnar sem allra girnilegastar.

Jólaeyrnalokkar bæta, hressa og kæta.

Jólafín á jólahlaðborði

Öll höfum við labbað út úr verslun með flík eða fylgihlut sem á aldrei nokkurn tíma við nema á aðfangadagskvöld. Á jólahlaðborði gefst fágætt tækifæri til að nýta þessar gersemar og skemmta sér og öðrum með klæðaburði og fylgihlutum. Kjólar með piparköku- og piparmyntustafamynstri, forljótar en samt svo dásamlegar jólapeysur, eyrnalokkar úr jólakúlum eða vanilluhringjum og batterísseríur alls staðar þar sem hægt er að koma þeim við, allt þetta mun létta lund þeirra sem sækja hlaðborðið með þér og þú verður mest töff, já mest töff af öllum. Og ekki gleyma bindinu með dónalega snjókallinum sem þú fékkst í skóinn.

Jólahlaðborð fyrst auglýst 1981

Jólahlaðborðin eru fremur ný af nálinni hér á landi en þau eiga rætur sínar að rekja til Danmerkur þar sem löng hefð er fyrir svokölluðum julefrokost. Jólahlaðborðin voru í fyrstu með nokkuð dönskum blæ en þau hafa þróast og breyst í tímans rás og sennilega hefur fjölbreytnin aldrei verið meiri en einmitt í ár. Sumt þykir þó ómissandi á jólahlaðborð og þar er síld og hangikjöt fremst í flokki. Samkvæmt vefnum www.timarit.is var jólahlaðborð auglýst í fyrsta sinn í desember árið 1981 og birtist sú auglýsing í Alþýðublaði Hafnarfjarðar. Þar auglýsir Gafl-inn girnilegt jólahlaðborð og kemur fram að leikin verði jólalög og von sé á jólasveinum í heimsókn að heilsa upp á gestina. Jólahlaðborðin hafa svo sannarlega fest sig í sessi og eru nú orðin ómissandi hluti af upplyftingu fyrir jólin.

Jólahlaðborðin þykja ómissandi hluti af desembermánuði.

BRYGGJAN BRUGGHÚS
bistro & brewery

AÐVENTAN 2017 MATSEÐILL
23.11–23.12.2017

FORRÉTTIR

MARINERUÐ SÍLD
í IPA bjór og bláberjum á rúgbrauði

GRAFINN LAX Í FAGNAÐARERINDI
sinnepssósa

BJÓRSÝRÐ SVÍNASÍÐA
rauðbeður

RÆKJUKOKTEILL BRYGGJUNNAR

AÐALRÉTTUR

ANDALÆRI
kartöflukrókettur, stökkt beikon, döðlumauk, sýrður perlulaukur, shiitake sveppir, appelsínu soðsósa

EFTIRRÉTTUR

KANIL ÍS
piparköku mulningur, þurrkuð trönuber & 66% omnom ganache

VERÐ .... 7.990.- kr

VEGAN AÐVENTUSEÐILL Í BOÐI

DRYKKJARPÖRUN

Fordrykkur
Jólabjór / FAGNAÐARERINDIÐ

Forréttavín
Rauðvín / LOUIS LATAOUR DOMAINE

Aðalréttavín
Rauðvín / RAMOM BILBAO LIMITED EDITION

VERÐ .... 4.990.- kr

Borðapantanir á www.bryggjanbrugghus.is
eða í síma 456 4040.
Hópabókanir 20 manns eða fleiri
booking@bryggjanbrugghus.is

Lifandi tónlist með hátíðarbrag öll fimmdudags- til sunnudagskvöld

BRYGGJAN BRUGGHÚS * GRANDAGARÐI 8 101 REYKJAVÍK * 00354 456 4040 * WWW.BRYGGJANBRUGGHUS.IS

HAUST ÚTSALA 30% AF VÖLDUM VÖRUM

Curvy.is býður upp á fjölbreyttan fatnaði í stærðum 14-28 eða 42-56

VERTU VELKOMIN Í VERSLUN OKKAR AÐ FÁKAFENI 9 EÐA PANTAÐU Á WWW.CURVY.IS

Afgreiðslutímar í verslun Curvy.is að Fákafeni 9 eru
Alla virka daga frá kl. 11-18 og Laugardaga frá kl. 11-16

SENDUM FRÍTT HVERT Á LAND SEM ER!

VERSLUNIN CURVY - Fákafeni 9, 108 RVK | Sími 581-1552 | www.curvy.is

Áhugamál frá barnsaldri

Elín Mjöll Lárusdóttir, arkitekt hjá Yrki arkitektastofu, velur látlausa, rólega hönnun, hreinar línur og form.

Sólveig Gísladóttir
solveig@365.is

Kannski er það skrítið áhugamál hjá ungu barni en þegar ég var lítil var ég alltaf að endurskipuleggja heimili foreldra minna. „Ef ég var ein heima þá gátu foreldrar mínir lent í því að koma heim og ég búin að endurraða öllum húsgögnum, færa heilt sófasett yfir í hinn endann á stofunni og endurskipuleggja eldhúsið,“ svarar Elín Mjöll glettin þegar hún er spurð út í upphafið að arkitektaáhuganum. „Pabbi studdi mig í þessu og þegar mamma fór að heiman skruppum við stundum í Húsasmiðjuna og keyptum málningu eða annað sem ég hafði valið og svo máluðum við heilu gangana. Mamma fékk svo smá áfall þegar hún kom heim í grænan gang.“

Innanhússarkitektúr var það sem hin barnunga Elín Mjöll ætlaði að verða, en það fór þó svo að hún lærði síðar hefðbundinn byggingaarkitektúr, fyrst í London South Bank University og tók svo meistaragráðu í greininni í Danmörku, í The Royal Danish Academy of Fine Arts, School of Architecture.

Hún starfar í dag við fjölbreytt verkefni hjá arkitektafyrirtækinu Yrki. „Ég er töluvert í innanhússtengdum verkefnum sem er mjög skemmtilegt en þar þarf ég að velta fyrir mér endurskipulagningu rýma, hönnun og húsgögnum sem passa inn í rýmið, bæði hvað varðar útlit og hagkvæmni.“

Elín Mjöll segist helst vilja látlausa og rólega hönnun, hreinar línur, form og liti. Hugmyndir segist hún fá víða að. „Ég skoða mikið í verslunum en er líka dugleg að fara á netið og sjá hvað framleiðendur eru að bjóða upp á og einnig er ég áskrifandi af nokkrum tímaritum sem tengjast arkitektúr og hönnun. Elín telur það mikilvægt að vera samkvæmur sjálfum sér þegar kemur að vali á húsgögnum eða framkvæmdum á heimilinu. „Mér finnst skemmtilegra að koma inn á heimili hjá fólki sem hefur eignast hluti sem hafa persónulega þýðingu fyrir eigandann. Að hluturinn hefur sögu að segja.“

Elín Mjöll sýnir hér hluti sem eru í uppáhaldi hjá henni, bæði hluti af heimilinu og þá sem hana langar gjarnan að eignast.

Elín Mjöll hefur haft arkitektúr að áhugamáli frá unga aldri. MYNDIR/EYÞÓR

Þennan hnött sem er einnig lampi keyptum við í Danmörku. Af honum stafar hlýrri og góðri birtu og börnin hafa gaman af því að skoða hann og fræðast um leið um heiminn.

Ég myndi gjarnan vilja eignast fallegt gólfteppi á stofuna. Ég hef verið að leita að gultóna og blátóna gólfteppi sem myndi falla vel inn í litapallettuna í stofunni okkar. Það eru til einstaklega falleg teppi frá Linie Design, til dæmis þetta sem mér finnst mjög fallegt.

Fyrstu ár okkar eiginmannsins míns bjuggum við saman í London og þar leigir maður oftast íbúð með húsögnum. Því keyptum við engin húsgögn fyrr en við fluttum til Danmerkur fyrir fimm árum. Þessi stóll er eitt af fyrstu húsgögnunum sem við keyptum okkur. Við fundum hann á danskri sölusíðu og hann hann kostaði um 250 krónur danskar. Síðar komumst við að því að þetta væri Kai Christiansen stóll.

Þetta eru myndir sem sonur minn gerði af Pókemonkúlu. Ég skannaði myndina inn, hreinsaði hana og lét prenta út tvö plaköt.

Þessa bolla erfði ég frá ömmu og afa. Þeir voru mest til skrauts hjá ömmu og afa en eftir að ég fékk þá í minn hlut drekk ég úr þeim kaffið mitt á hverjum degi.

Simaveski.is

Símaveski.is, S. 517 0150 – 2. hæð Smáralind

VIÐ SJÁUM UM

VIÐHALD OG VIÐGERÐIR Á KÆLI- OG FRYSTIKERFUM

Kælivirkni ehf

Rauðagerði 25 - 108 Reykjavík
Sími: 517 0900 / 777 1901
www.kaelivirkni.is

TJARNARBÍÓ
SÓLEY RÓS
RÆSTITÆKNIR
R.E. Pressan.is
S.J. Fréttablaðið
„Saga sem bætir heiminn."
J.S.J. Kvennablaðið
„Sólveig túlkar sársauka Sóleyjar Rósar af sterkri innlifun sem lætur engan ósnortinn."
S.B.H. MBL
„Bráðfyndið leikrit sem hittir beint í hjartastað, fullkomlega íslenskt en á sama tíma sammannlegt og líka skerandi sárt. ... Sterkur efniviður sem unnið er úr af virðingu, hnitmiðaður leiktexti, hárbeitt leikstjórn Maríu Reyndal og stjörnuleikur Sólveigar og Sveins Ólafs".
D.S. Starfugl
Sýningin sem sló í gegn á síðasta leikári snýr aftur!
GRÍMAN
ÍSLENSKU SVIÐSLISTAVERÐLAUNIN
Leikrit ársins 2017
Leikkona ársins í aðalhlutverki
Menningarverðlaun DV
Sýningar
Fös. 6. okt. kl. 20.30
Sun. 15. okt. kl 20.30
Fim. 19. okt. kl 20.30
Sun. 28. okt. kl .20.30
Mið. 8. nóv. kl.20.30
Miðasala á tix.is

Hægeldað lambalæri með gratíneruðum kartöflum

Þegar haustið gengur í garð er upplagt að gera sér dagamun og borða góðan mat. Þyngri matur er jafnan á borðum þegar kvöldin verða dimm og þá er sjálfsagt að kveikja á kertum.

Elín Albertsdóttir
elin@365.is

Er nokkuð skemmtilegra á laugardögum en að búa til góðan mat í eldhúsinu á meðan haustlægðirnar bylja á gluggum? Lambalæri er eðalmatur og nú er hægt að fá af nýslátruðu. Með því að hægelda lambalærið verður það mýkra og bragðmeira, sannkallaður veislumatur. Vel er hægt að slá upp fjölskyldumatarboði með þessum rétti eða kalla á góða vini í mat. Hægeldað lambalæri þarf að vera í ofninum í sex klukkustundir. Vel er hægt að gleyma sér yfir góðri bók á meðan eða ganga í venjuleg heimilisstörf.

Þessi uppskrift er miðuð við sex manns í mat.

1 lambalæri
6 hvítlauksrif
Salt og pipar
3 ferskir rósmarínstilkar
1 laukur
3 gulrætur
½ sellerírót
2 lárviðarlauf
6 dl vatn

Sósa með lærinu

Soð frá steikinni
6 dl rjómi
1 msk. ferskt rósmarín, mjög smátt skorið
1 dl sojasósa
3 msk. rifsberjahlaup
Salt og pipar
Maizena-mjöl

Gratíneraðar kartöflur með osti

12 kartöflur án hýðis
1 laukur
1½ fennel, smátt skorið
1½ msk. smjör
Salt og pipar
1½ dl rjómi
2 dl sýrður rjómi
200 g rifinn ostur

Grænmeti

1 krukka niðursoðinn smálaukur (borretan)
2 gulrætur
1 pakki strengjabaunir
1 poki grænkál
1 hvítlauksrif
2 msk. graslaukur
2 msk. olía
1 sítróna
1 msk. Dijon-sinnep
Salt og pipar

Aðferðin

Hitið ofninn fyrir lambalærið í 225°C. Kryddið lærið vel með salti, pipar og rósmaríni. Gerið göt í kjötið með hníf og stingið hvítlauksrifjum þar inn í.
Skrælið gulrætur, sellerírót og lauk. Skerið í grófa bita og brúnið létt á pönnu í smávegis olíu. Setjið allt í eldfast form ásamt lárviðarlaufum og lærinu. Hellið vatni yfir. Setjið steikarmæli í þykkasta hluta kjötsins ef hann er til staðar. Mælirinn má ekki koma við bein.
Setjið kjötið í ofninn og steikið þar til það fær á sig fallegan lit. Takið formið út og lækkið hitann í 65°C. Hafið ofnhurðina opna smá stund svo ofninn kólni fljótar. Setjið kjötið aftur inn og lokið ofninum.
Nú má kjötið vera í friði í sex klukkutíma. Þegar kjöthitamælir sýnir 65°C er lambið meðalsteikt. Ef óskað er eftir minna steiktu kjöti þarf mælirinn að sýna 60°C. Þegar kjötið hefur náð því hitastigi sem óskað er skal pakka því inn í álpappír og það látið standa á borði þar til maturinn er tilbúinn.
Krafturinn er notaður í sósuna. Setjið í pott og sjóðið niður þar til 2 dl verða eftir. Bætið þá við rjóma og rósmaríni og sjóðið upp aftur þar til soðið þykknar. Þá er sojasósu, rifsberjahlaupi, salti og pipar bætt út í. Bragðbætið eftir þörfum og smekk. Hrærið maizena-mjöli saman við ef sósan á að vera þykkari.
Til að gera gratíneraðar kartöflur eru þær skornar í þunnar sneiðar og raðað í eldfast mót. Steikið lauk, hvítlauk og fennel á pönnu og setjið síðan yfir kartöflurnar. Bragðbætið með salti og pipar. Hrærið saman sýrðum rjóma, rjóma og sinnepi. Hellið yfir kartöflurnar og bætið rifnum osti yfir. Þær eru síðan bakaðar í 200°C heitum ofni í 50 mínútur.
Grænmetið er allt sett á pönnu og hitað upp í olíu. Gulrótin er skorin í strimla. Setjið sinnep saman við ásamt sítrónusafa, smátt skornum graslauk og ólífuolíu. Bragðbætið með salti og pipar.

Hægeldað lambalæri með gratíneruðum kartöflum og rótargrænmeti er veislumatur og kjörið á kvöldverðarborðið þegar hauströkkrið leggst yfir.

Óhefðbundnir aukahlutir

Tískuhönnuðurinn Demna Gvaslaia fetaði ótroðnar slóðir á vorsýningu Balenciaga á nýafstaðinni tískuviku í París.

Sýningin á vorlínu Balenciaga-merkisins var ein áhugaverðasta sýningin í tískuvikunni í París, sem lauk síðasta mánudag. Þar mátti sjá ögrandi sköpun Georgíumannsins Demna Gvasalia, hönnunarstjóra Balenciaga og aðalhönnuðar Vetements-merkisins.
Gvasalia er sannarlega ófeiminn við að brjóta reglur og prófa nýja hluti, eins og sést meðal annars á endurhönnun hans á hinum alræmdu Crocs-skóm, sem hingað til hafa ekki verið taldir mikil tískuvara. Gvasalia býr til glænýjar samsetningar úr hlutum sem við þekkjum öll, en öðrum dettur ekki í hug að sameina.
Á sýningunni mátti sjá mjög þykkbotna Crocs í neonlitum, föt og aukahluti með dollara- og evrumunstri, stórar og miklar handtöskur úr plasti með stórum endurskinsmerkjum, litlar töskur í skærum felulitum, pinnahæla þar sem pinnarnir standa út í allar áttir og eyrnalokka sem vægast sagt fanga augað.

Neongulir þykkbotna Crocs. Siðmenningin hefur náð hápunkti. NORDICPHOTOS/GETTY

Er ekki kominn tími á stórar plasthandtöskur með endurskinsmerkjum? NORDICPHOTOS/GETTY

Ekki víst að þessir felulitir hjálpi manni að hverfa. NORDICPHOTOS/GETTY

Þessir eyrnalokkar eru ekki beint lágstemmdir. NORDICPHOTOS/GETTY

Pínulítið öðruvísi pinnahælar. NORDICPHOTOS/GETTY

Guerlain kynning í Lyfjum & heilsu, Kringlunni 5. – 8. október

Við kynnum til leiks tvo nýja farða úr Lingeri De Peau línunni, Aqua Nude og Cushion

Farðarnir eru léttir og rakagefandi.

20% afsláttur af öllum vörum frá Guerlain.

Guerlain sérfræðingur verður á staðnum og aðstoðar þig við að finna hinn fullkomna farða fyrir þig.

www.lyfogheilsa.is Lyf & heilsa Kringlunni

Smáauglýsingar

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

Bílar & Farartæki

BÍLA GALLERÍ

NÝR ! Á STAÐNUM
NÝR LAND ROVER DISCOVERY SPORT DÍSEL Árgerð 2017, Sjálfskiptur. 17" ÁLFELGUR, OFL. Verð 5.690 Þ Raðnr.111538.ER Á STAÐNUM !

NÝR ! Á STAÐNUM
NÝR LAND ROVER DISCOVERY SPORT DÍSEL Árgerð 2017, Sjálfskiptur. 20" ÁLFELGUR OG 17" ÁLFELGUR, OFL. Verð 5.940Þ. Rnr.102036. EINNIG TIL GRÁAR 20" ÁLF

Bílagallerí bílasala
Hlíðasmári 13, 201 Kópavogur
Sími: 554 6700
www.bílagalleri.is

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

VAKA

Öruggir Vinnuvéla-Lyftara og Bifreiðaflutningar á verði fyrir þig.

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

Vissir þú að...
börn eiga rétt á að leika sér
Barnaheill
Save the Children á Íslandi

Toyota Kauptúni

TOYOTA Land cruiser 150 gx 33". Árgerð 2013, ekinn 139 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur 5 gírar. Verð 6.890.000. Rnr.440850.

Toyota Kauptúni
Kauptúni 6, 210 Garðabær
Sími: 570 5070
www.toyotakauptuni.is

Bílar til sölu

Hyundai Santa Fe árg. 2004. Bensin. 5 gíra. V: 299 S. 6162597

Honda civic. Bensin. 115 km. 5 girar. V 199. S: 6162597

Góður bíll til sölu. VW Passat árg 03. Ek. 59 þús. Verð 290 þús. Dökkblár. Uppl. í s. 659 2099

TIL SÖLU
Loksins er Beauty Boxið til sölu. Piagglo Porter árg. 2001, ekinn 49.000km. já þú sérð rétt. Einn eigandi. Ný dekk s/v, ný smurður, ný tímareim, 6 manna bíll. Bíllinn vekur athygli, svo auglýsingagildið er mikið. Hafið samband og fáið sögustund. Uppl. í síma 895 7199, Ómar.

Vörubílar

Man 10.220,árg. 2016 ,sjálfskiptur,ek 24.500km.,er á grind,loftpúðar að aftan,verð 6,5+ vsk.uppl.í s. 894 3765.

Vinnuvélar

TIL LEIGU
BYGGINGARKRANI
25 METRA HÁR/35 METRA LANGUR SJÁLFREISANLEGUR OG ER Á DOLLY
892 5309

RÁÐNINGAR

Árangur fyrirtækja ræðst af þekkingu, getu og reynslu starfsmanna.

Hver einstök ráðning er mikilvæg fjárfesting og er hagur bæði fyrirtækis og viðkomandi einstaklings að vel takist til.

Intellecta er sjálfstætt þekkingarfyrirtæki stofnað árið 2000. Við vinnum með stjórnendum við að auka árangur, bæta rekstur og efla stjórnun. Ráðgjafar Intellecta hafa sterkan faglegan bakgrunn og víðtæka alþjóðlega reynslu. Þennan grunn notum við í samvinnu við viðskiptavini til að móta hugmyndir sem skipta máli og í innleiðingu lausna sem skila árangri.

intellecta

Intellecta ehf. Síðumúla 5 108 Reykjavík 511 1225 intellecta.is

Hjólbarðar

VAKA

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

Þjónusta

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

Bókhald

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

Málarar

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

Búslóðaflutningar

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

Húsaviðhald

Tek að mér smíðar, raflagnir og pípulagnir. Löggildur verktaki. Uppl. í s. 848 6904

Spádómar

SPÁSÍMI 908 7000
Spámiðlun, tarot, fyrirbænir, algjör trúnaður. Opið til 22.

Rafvirkjun

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

FERÐANUDD
Menntaður nuddsérfræðingur býður uppá nudd heim til þín eða hvar sem er. Nánari upplýsingar á heimasíðu: www.mobile-massages.com eða í síma: 7612295

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

Húsnæði

Geymsluhúsnæði

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

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

Hönnun

KG 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

WORKERS
I need workers for outside work. Good payment for good men. Potrzebni ludzie do pracy na zewnatrz przy ukladaniu kostki itp. Bardzo duzo pracy.
For more infomation call 696 6676
bjossi@bjossi.is

HOUSEKEEPERS
Apartment Hotel in 101 Reykjavik seeks full time and part time housekeepers.

Please send applications to: jobs@apartmentk.is

Námskeið

Létt og skemmtileg spænskunámskeið

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

Byrjendanámskeið:
Mánudaga og miðvikudaga 19:15-20:45
Mánudaga og miðvikudaga 13:30-15:00
Þriðjudaga og fimmtudaga 17:30-19:00
Þriðjudaga og fimmtudaga 19:15-20:45

Framhalsnámskeið spænska II:
Þriðjudaga og fimmtudaga 10:00-11:30

Framhaldsnámskeið spænska III:
Þriðjudaga og fimmtudaga 13:30 - 15:00

Námskeiðin hefjast 9 og 10. oktober.
Verð á mann er 29.000

Upplýsingar í síma 698 5033 eða spaenskuskolinnhablame@gmail.com

Facebook: Spænskuskólinn Háblame

Fasteignir

Til sölu eða leigu – Sóltún 24, Reykjavík (201-0050)

Húseignin Sóltún 24 (matshluti 2 -0201-0050) er til sölu eða leigu í heilu lagi. Um er að ræða 9 misstór herbergi á hæðinni og 5 ósamþykktar stúdíó-íbúðir í kjallara, allt búið húsgögnum, alls 345 m2. Einnig er 140 m2 bílakjallari/geymsla í kjallara undir bílastæði hússins austanvert. Húsnæðið er skráð í þjóðskrá sem gistiheimili. Eignin er nýlega tekin í gegn að utan og að innan er hún í góðu ástandi.

Nánari upplýsingar veitir Hannes Snorri,
hannessnorri@gmail.com

Skemmtanir

Cafe Catalina

Hamraborg 11 • 200 Kópavogur • Sími 554 2166 • www.catalina.is
"Best geymda leyndarmál Kópavogs"

LEIKIR HELGARINNAR:

Undankeppni HM 2018

Gullnáman

Rúnar Þór og ísfirska hljómsveitin TRAP
Spila föstudag frá 23:00 - 02:00 og laugardag frá 00:00 -03:00

Heitur matur í hádeginu alla virka daga • Boltatilboð • Happy hour • Lifandi tónlist allar helgar

Tilkynningar

Skipulagsstofnun

Mat á umhverfisáhrifum

Athugun Skipulagsstofnunar

Allt að 21.000 tonna framleiðsla á laxi í Berufirði og Fáskrúðsfirði

Fiskeldi Austfjarða hefur tilkynnt til athugunar Skipulagsstofnunar frummatsskýrslu um allt að 21.000 tonna framleiðslu á laxi í Berufirði og Fáskrúðsfirði.

Kynning á frummatsskýrslu: Tillaga að ofangreindri framkvæmd og skýrsla um mat á umhverfisáhrifum hennar liggur frammi til kynningar frá 6. október til 17. nóvember á eftirtöldum stöðum: Á Bókasafni Djúpavogs, Bókasafni Fjarðabyggðar á Fáskrúðsfirði, bæjarskrifstofu Djúpavogshrepps, bæjarskrifstofu Fjarðabyggðar, Í Þjóðarbókhlöðunni og hjá Skipulagsstofnun. Frummatsskýrslan er aðgengileg á vef Skipulagsstofnunar www.skipulag.is.

Athugasemdafrestur: Allir geta kynnt sér frummatsskýrsluna og lagt fram athugasemdir. Athugasemdir skulu vera skriflegar og berast eigi síðar en 17. nóvember 2017 til Skipulagsstofnunar, Borgartúni 7b, 105 Reykjavík eða með tölvupósti á skipulag@skipulag.is.

Kynningarfundur: Vakin er athygli á að Fiskeldi Austfjarða stendur fyrir kynningarfundi á frummatsskýrslu þann 19. október kl. 15 á Hótel Framtíð á Djúpavogi og eru allir velkomnir.

20-40% afsláttur af öllum vörum*

KRINGLUKAST 5.–9. OKTÓBER

20% afsláttur

30% afsláttur

30% afsláttur

40% afsláttur

30% afsláttur

ROSENDAHL COPENHAGEN

WÜSTHOF

ROYAL COPENHAGEN

KOSTA BODA SWEDEN 1742

KÚNÍGÚND

SÉRVERSLUN MEÐ VANDAÐAR GJAFAVÖRUR

Laugavegur - Kringlan - Glerártorg - kunigund.is

petit jour paris

Villeroy & Boch 1748

WMF

GEORG JENSEN

*Gildir ekki um KitchenAid vörur.

markhönnun ehf

netto

Barnadagar

-25%

NUK STRUMPA VÍKINGAPELI
1.049 KR STK
ÁÐUR: 1.398 KR/STK

-25%

MAM SNUÐ ORIGINAL
0-6M 2 STK
1.386 KR PK
ÁÐUR: 1.848 KR/PK

-25%

MAM PELI EASY START
260ML 2PK
2.174 KR PK
ÁÐUR: 2.848 KR/PK

NUK GJAFASETT
2 LITIR
1.274 KR PK
ÁÐUR: 1.698 KR/PK

-25%

Fyrir strympur og strumpa!

-25%

NUK STRUMPASNUÐ
0-6M / 1STK
397 KR STK
ÁÐUR: 529 KR/STK

NUK STRUMPASNUÐ
6-18M / 1STK
397 KR STK
ÁÐUR: 529 KR/STK

NUK STRUMPASNUÐ
18-36M / 1STK
397 KR STK
ÁÐUR: 529 KR/STK

NÝTT Í netto

Verð 898 kr.

Endurskinsvörur

Verð 398 kr.

Verð 898 kr.

Verð 398 kr.

Verð 1.798 kr.

Verð 798 kr.

Tilboðin gilda 5. - 8. október 2017

Tilboðin gilda meðan birgðir endast · Birt með fyrirvara um prentvillur og myndavíxl · Vöruúrval getur verið breytilegt milli verslana.

Anglamark barnavörur

Libero bleyjur á lækkuðu verði

Ella's barnavörur

Hipp organic skvísur

-15%

HIPP SPAGETTI
BOLOGNESE 230 GR.

HIPP ZOO PASTA
RJÓMA

HIPP LASAGNA
230 GR.

338 KR STK

ÁÐUR: ~~398 KR/STK~~

-15%

NESTLE MIN FRUKT
90 GR.

152 KR PK

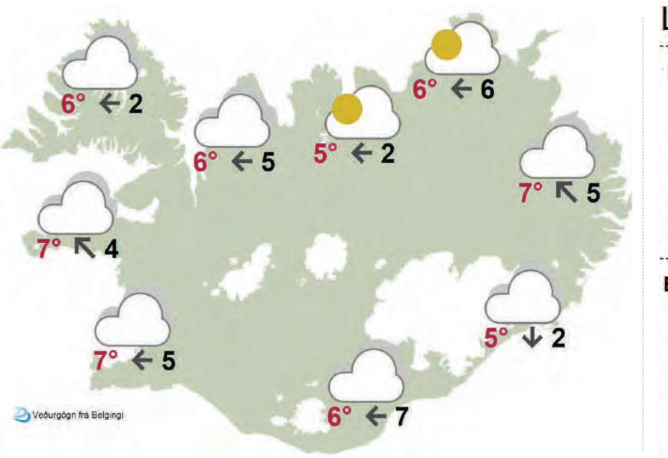
ÁÐUR: ~~179 KR/PK~~

HiPP organic

VEÐUR, MYNDASÖGUR & ÞRAUTIR

Föstudagur

Í dag verða austan 8 til 13 metrar á sekúndu, en 13 til 18 allra syðst á landinu. Það er útlit fyrir rigningu nokkuð víða, en þurrt norðanlands. Hiti 5 til 10 stig.



Laugardagur

Reykjavík	Ísafjörður	Akureyri
9°	7°	6°
↑ 11	↑ 9	↑ 4
Egilsstaðir	**Kirkjubæjarkl.**	**Hveravellir**
6°	7°	3°
↖ 7	← 6	↑ 9

Sunnudagur

Reykjavík	Ísafjörður	Akureyri
8°	5°	7°
↑ 4	↑ 8	↑ 4
Egilsstaðir	**Kirkjubæjarkl.**	**Hveravellir**
9°	8°	3°
↖ 4	↑ 2	↑ 10

LÉTT

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

MIÐLUNGS

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

ÞUNG

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

Krossgáta

LÁRÉTT
2. lás
6. úr hófi
8. amboð
9. umrót
11. á fæti
12. svölun
14. gáleysi
16. hvað
17. mjög
18. sprei
20. tvíhljóði
21. snepill

LÓÐRÉTT
1. íþrótt
3. tveir eins
4. skífa
5. styrkur
7. flúðir
10. eyða
13. kvk nafn
15. spírun
16. rökkur
19. sprikl

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

LÁRÉTT: 2. loka, **6.** of, **8.** orf, **9.** los, **11.** il, **12.** fróun, **14.** vangá, **16.** ha, **17.** all, **18.** úði, **20.** au, **21.** miði.
LÓÐRÉTT: 1. golf, **3.** oo, **4.** kringla, **5.** afl, **7.** forvaði, **10.** sóa, **13.** una, **15.** álun, **16.** húm, **19.** ið.

Skák Gunnar Björnsson

Aljekín átti leik gegn Fletcher í fjöltefli í London árið 1927.
Hvítur á leik
1. Dxe4!! fxe4 2. Bxe4+ Kh8
3. Rg6+ Kh7 4. Rxf8+ Kh8
5. Rg6+ Kh7 6. Re5+ Kh8
7. Rf7# 1-0. Meistaramóti Hugins lauk í gær með sigri Hjörvars Steins Grétarssonar. Björn Þorfinnsson varð annar.

www.skak.is: Íslandsmót ungmenna á morgun.

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

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

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

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.

FRÉTTABLAÐIÐ er Helgarblaðið

Hindranir vegna húðlitar
Hafsteinn, Tinna og **Jónmundur** eru íslenskir leikarar og takast á við fordóma. Á sviðinu og í lífinu

Engin skömm
Það er engin skömm að koma heim segir **Rúnar Kristinsson** sem er nýtekinn við sem þjálfari KR.

Tilvera fósturbarna
Sindri Sindrason skyggnist inn í heim fósturbarna í nýrri þáttaröð. Sindri þekkir Félagsþjónustuna af eigin raun, en sjálfur ættleiddi hann barn ásamt eiginmanni sínum fyrir fáum árum.

Leiðbeinir í sorg
Vilborg Davíðsdóttir rithöfundur leiðbeinir fólki í sorg og skrifar um sterkar konur.

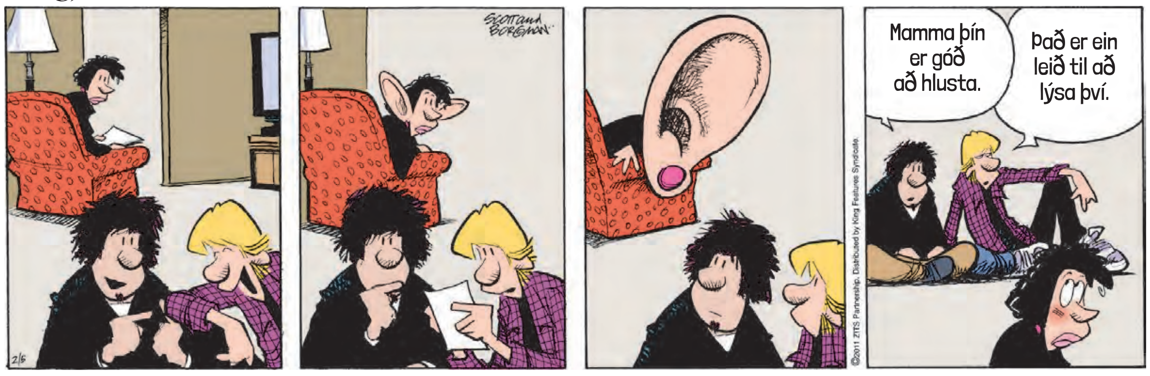
Fréttablaðið – ómissandi hluti af góðri helgi

Pondus

Eftir Frode Øverli

Gelgjan

Eftir Jerry Scott & Jim Borgman



Barnalán

Eftir Jerry Scott & Rick Kirkman

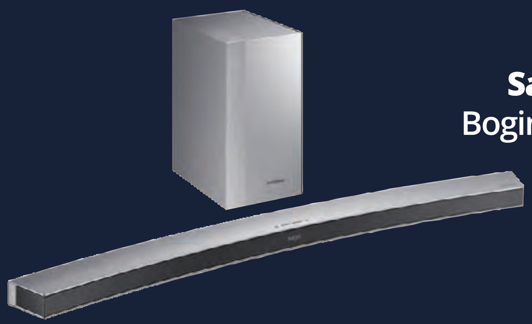
SAMSUNG

Haustið er rétti tíminn fyrir kósýkvöldin

55" Samsung MU6455 / Beint / 1600PQI / 4K / UHD: **Kr. 184.900,-**

55" Samsung MU6175
Beint / 1300PQI / 4K / UHD: **Kr. 149.900,-**

55" Samsung MU6275
Beint / 1400PQI / 4K / UHD: **Kr. 159.900,-**



Samsung M4511
Boginn Soundbar+Bassi
260W Silfur:
Kr. 59.900,-
Til í gráu og svörtu.

Samsung K661
Beinn Soundbar+Bassi
340W Silfur:
Kr. 79.900,-
Tilboð: 59.900,-
Til í gráu og svörtu.

FYRIR HEIMILIN Í LANDINU
ORMSSON
LÁGMÚLA 8 · SÍMI 530 2800
Opið laugardag kl. 11-15

samsungsetrid.is

SAMSUNG SETRIÐ
SÍÐUMÚLA 9 · SÍMI 530 2900
Opið laugardag kl. 12-16

ORMSSON	ORMSSON	KS	SR BYGG	ORMSSON	ORMSSON	ORMSSON	ORMSSON	ORMSSON	GEISLI	TÆKNIBORG	OMNIS	BLÓMSTURVELLIR
KEFLAVÍK	ÞRISTUR-ÍSAFIRÐI	SAUÐÁRKRÓKI	SIGLUFIRÐI	AKUREYRI	HÚSAVÍK	VÍK -EGILSSTÖÐUM	PAN-NESKAUPSSTAÐ	ÁRVIRKINN-SELFOSSI	VESTMANNAEYJUM	BORGARNESI	AKRANESI	HELLISSANDI
SÍMI 421 1535	SÍMI 456 4751	SÍMI 455 4500	SÍMI 467 1559	SÍMI 461 5000	SÍMI 464 1515	SÍMI 4712038	SÍMI 477 1900	SÍMI 480 1160	SÍMI 481 3333	SÍMI 422 2211	SÍMI 433 0300	SÍMI 436 6655

16.990.-
stærðir
38-54
12.990.-
stærðir
38-56
Möst.C
Tískuvöruverslun fyrir konur
Möst C
Tískufataverslun
Bláu húsin Faxafeni | S. 588 4499 | Opið mán.-fös. | 11-18 | lau. 11-16

ALLTAF VIÐ HÖNDINA
Þú getur lesið Fréttablaðið í heild sinni á Vísi og í Fréttablaðs-appinu

Þú færð appið á visir.is/fbl eða beint í gegnum
App Store | Google Play | Microsoft
FRÉTTABLAÐIÐ
... allt sem þú þarft

RISTORANTE
Caruso

Það er tilvalið að kíkja til okkar í hlýjuna og notalegheitin á Caruso og gleðja bragðlaukana
Við bjóðum upp á frábæran leikhúsmatseðil og girnilegan tilboðsseðil eftir leikhús

Fyrir Leikhús
Tilboð 1 kr. 6.590
Humarsúpa að hætti Caruso
Humar, rjómi
Glóðarsteikt nautalund
Ofnsteikt grænmeti, bökuð kartafla, grænpiparsósa
Tilboð 2 kr. 5.590
Nauta Carpaccio
Rucola, parmesan, sítrusolía
Ofnsteiktur Saltfiskur Toscana
Kartöflumús, rucola salat, Toscana sósa
Tilboð 2 kr. 5.390
Ofnsteiktur Portobello sveppur
Geitaostur, kirsuberjatómatar, basil, furuhnetur
Humarpasta
Tagliatelle, humar, hvítlaukur, blaðlaukur, sveppir, rjómi, hvítvín
Hægt er að panta eftirrétt aukalega með tilboði
Eftirréttur með tilboði - kr 990
Gildir frá kl 17.00 til 18.30

Eftir Leikhús
Einn réttur að eigin vali
og glas af víni eða lítill bjór
kr 3.190
Humarsúpa að hætti Caruso
Humar, rjómi
Nauta Carpaccio
Rucola, parmesan, sítrusolía
Sjávarrétta risotto
Smokkfiskur, humar, tígrisrækja, bláskel, sítróna, basil
Humarsalat
Pönnuristaður humar á fersku salati með Middle East sósu
Gambas al ajillo
Tígrisrækjur, chilli, hvítlaukur, steinselja, smjör, ólífuolía
Ofnsteiktur Portobello sveppur
Geitaostur, kirsuberjatómatar, basil, furuhnetur
Djúpsteiktur camembert
Gildir eftir kl 22.00

Við tökum vel á móti þér og þínum.

Caruso Austurstræti 22 101 Reykjavík
Borðapantanir í síma 5627335 og á caruso@caruso.is

Kartöfluæturnar í Borgarleikhúsinu eru vel heimsóknarinnar virði. MYND/GRÍMUR BJARNASON

Flett ofan af orsökum afleiðinga

LEIKHÚS

Kartöfluæturnar

★★★★☆

Borgarleikhúsið, Litla svið

Höfundur: Tyrfingur Tyrfingsson
Leikstjóri: Ólafur Egill Ólafsson
Leikarar: Sigrún Edda Björnsdóttir, Atli Rafn Sigurðarson, Edda Björg Eyjólfsdóttir, Vala Kristín Eiríksdóttir, Gunnar Hrafn Kristjánsson
Leikmynd og búningar: Brynja Björnsdóttir
Tónlist: Katrína Mogensen
Hljóð: Baldvin Þór Magnússon
Lýsing: Kjartan Þórisson
Leikgervi: Árdís Bjarnþórsdóttir
Myndband: Elmar Þórarinsson

Leikhús sem vill tala inn í samtíma sinn og samfélag þarf á leikskáldum að halda. Öðruvísi verður ekki boðað til þess samtals að fullu því þýðingar og leikgerðir fullnægja aldrei alveg þeim sér samfélagslegu eiginleikum sem frumsamið leikverk getur skilað í samtali og sviðssetningu. Kartöfluæturnar, nýtt leikverk eftir Tyrfing Tyrfingsson, er um margt þannig verk. Það tekst á við margt af því sem er samfélaginu hugleikið með djörfum og óvæntum hætti. Vald og meðvirkni, kynferði og kynáttun, hugrekki og ótta, sambönd og einsemd. Tyrfingur ætlar sér mikið og kemst ágætlega upp með það vegna þess að hann hefur sífellt betri tök á forminu.

Ef byssa hangir á vegg í fyrsta þætti verður að hleypa af henni í síðasta þætti. Leikskáldið Tyrfingur Tyrfingsson þekkir þessa reglu Tsjekhovs vel, það leynir sér ekki, og hann virkjar hana á skemmtilegan máta. Byssan, í þessu tilfelli exi, hangir á sínum stað á vegg strax í upphafi og fleiri hlutir sem lúta sama lögmáli eru þarna líka. Tyrfingur kann þetta og fer áreynslulaust í það leikhúsform sem hentar hverri sögu og hikar svo ekki við að sprengja það í óvæntar áttir.

Kartöfluæturnar segja frá hjúkrunarfræðingnum Lísu og fjölskyldu hennar. Lesbísku dótturinni Brúnu og unglingssyni hennar Höskuldi, fyrrverandi stjúpsyninum Mikael og Kristínu. fyrrverandi kærustu hans. Lísa er höfuð fjölskyldunnar og í raun fulltrúi valdsins og karlmennskunnar sem hefur með ýmsum hætti skaðað aðra meðlimi fjölskyldunnar með hvötum sínum og sjálfselsku. Það er í raun ekki ástæða til þess að fara út í söguþráð verksins því það sem skiptir meira máli er að Tyrfingur leysir upp hugmyndir okkar um þann hugmynda- og hlutverkaheim sem við þekkjum.

Sigrún Edda Björnsdóttir fer með hlutverk Lísu og gerir það ákaflega vel. Hún hefur sjaldan verið viðlíka kraftmikil og alltumlykjandi á sviðinu og meðleikarar hennar gera líka vel í að halda henni miðlægri og sterkri. Góð frammistaða Atla Rafns er ágætis dæmi um þetta þar sem styrkur Mikaels mótast af nálægð eða fjarlægð Lísu hverju sinni. Hið sama má í raun segja um leik Eddu Bjargar Eyjólfsdóttur sem leikur Brúnu af bæði karlmannlegu öryggi lesbíunnar og viðkvæmni litlu, sviknu mömmustelpunnar. Vala Kristín Eiríksdóttir stendur sig með ágætum í hlutverki kærustunnar Kristínar en það getur líka verið mikil list að láta lítið sem ekkert fyrir sér og persónu sinni fara. Gunnar Hrafn Kristjánsson fer með hlutverk unglingspiltsins Höskuldar og gerir það af stakri prýði. Mikið efni þar á ferð.

Í anda fjölskylduverka Tsjekhovs er dregin upp mynd af skemmdri fjölskyldu, auðvitað eru allar fjölskyldur meira og minna laskaðar, og síðan er farið í brestina. Veikleikarnir koma í ljós og flett er ofan af orsökum afleiðinga. Leikstjórn Ólafs Egils Egilssonar, sem er á heildina örugg, hefði mátt hafa þessa hæglátu afhjúpun aðeins meira í huga. Hægja aðeins á framan af og gera allt eðlilegra og kunnuglegra fyrir áhorfandann. Meiri stígandi hefði styrkt uppgjörið og heildaráhrifin. Að auki hefði verið gott að fá hvíld frá skjá og myndbandsvörpun á leikmyndina og treysta frekar á innileika (eða skort á honum) á milli persónanna. Bæði verkið og sýningin eru góð en hafa bæði þann galla að ætla sér mikið á kostnað einfaldleika, dýptar og innileika.

Allir eru hönnunarþættir sýningarinnar vel unnir og vandaðir. Leikmynd og búningar Brynju Björnsdóttur vinna með verkinu og leikurunum og eins er í raun með tónlist, hljóð, myndband og ljós, allt unnið af fagmennsku og öryggi.

Merkingarheimur verksins er flókinn, að minnsta kosti flóknari en svo að hann verði greindur með viðunandi hætti í þessum fáu orðum. Megininntakið er þó að við erum öll kartöfluætur, rekin áfram að nauðsyn, hvötum og frumþörfum sjálfsbjargarviðleitninnar og á stundum án tillits til umhverfis okkar og samferðafólks. Rekin áfram af óttanum við einsemd og dauða af taumlausri þrá eftir að elska og vera elskuð.

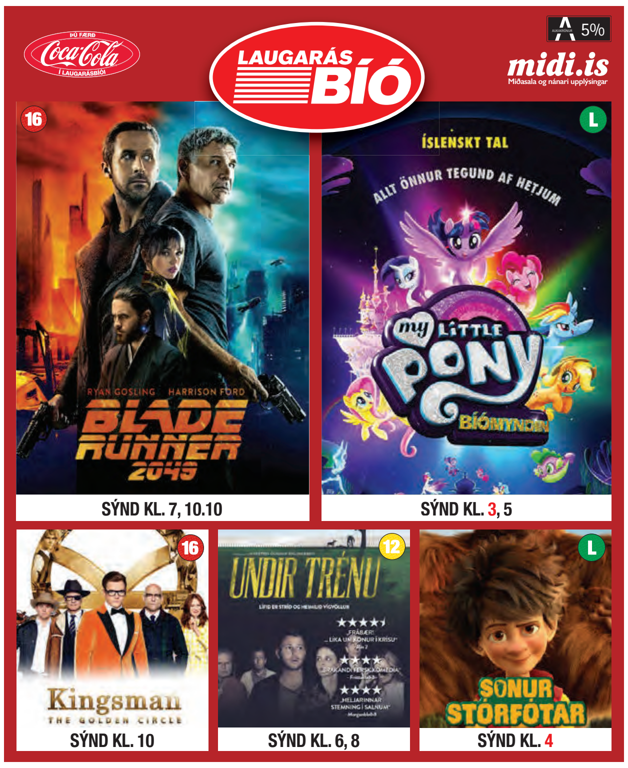
Magnús Guðmundsson

NIÐURSTAÐA: Kartöfluæturnar í Borgarleikhúsinu er vel skrifað íslenskt leikverk í kraftmikilli uppfærslu.

SLOGGI MAXI 3 Í PAKKA
Á TILBOÐI
á útsölustöðum Sloggi

TILBOÐ

þér líður betur í Sloggi



Góða skemmtun í bíó

Svavar Knútur spilar á pínulítinn gitar á Dillon.

Hvað? Hvenær? Hvar?
Föstudagur

hvar@frettabladid.is

Það verður ein allsherjar surfveisla á Kexi hosteli í kvöld.

6. OKTÓBER 2017

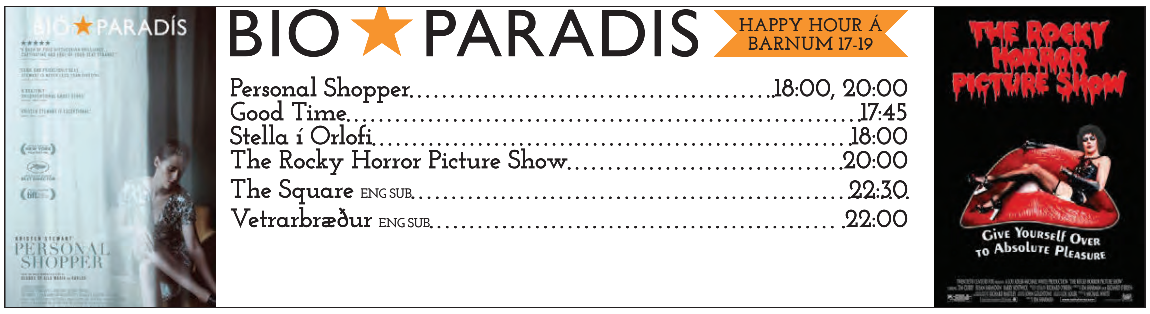
Tónlist

Hvað? Surfveisla
Hvenær? 20.00
Hvar? Kex hostel, Skúlagötu
Blásið verður til írsk-íslenskrar surfveislu á Kexi hosteli í kvöld. Þar koma fram þrjár hljómsveitir, tvær írskar og ein íslensk sem hver leikur sitt stílbragðið af brimbrettarokki. Fyrst ber að nefna þá Vamos Brothers, sem hefja leik um klukkan 20. Því næst stiga á svið flaggberar íslensks brimbrettarokks, Bárujárn. Það er svo hinn írski Eoin Dolan ásamt hljómsveit sinni, sem lokar kvöldinu. Aðgangur ókeypis og allir hjartanlega velkomnir.

Hvað? Norðlenskar konur í tónlist – Tónleikar í Flugsafni Íslands
Hvenær? 21.00
Hvar? Flugsafn Íslands, Akureyri
Norðlenskar konur í tónlist slógu í gegn í Flugsafni Íslands fyrir um ári, en þar flutt þær tónlist tengda stríðsárunum og hugljúfar ballöður undir yfirskriftinni Um loftin blá. Fullt var út úr dyrum á tónleikunum og viðtökur gesta frábærar.

Hvað? Special-K
Hvenær? 21.00
Hvar? Mengi, Óðinsgötu
Tónleikar og vídeófrumsýning með Special-K í Mengi klukkan 21. Miðaverð er 2.000 krónur. Pantið miða í gegnum booking@mengi.net eða kaupið miða við innganginn.

Hvað? Mighty Bear, KRÍA, Skaði og SEINT á Gauknum
Hvenær? 22.00
Hvar? Gaukurinn, Tryggvagötu
SEINT, Mighty Bear, Skaði Þórðardóttir og KRÍA muna koma fram. Þau hafa öll verið iðin við tónleikahald og útgáfu síðustu misseri. Það má með sanni segja að þau séu rísandi undiralda í hinni íslensku tónlistarsenu og



„Smástundamarkaður“ með As We Grow í Hönnunarsafninu

Fyrsta laugardag hvers mánaðar í vetur verða svokallaðir „pop up“ markaðir, eða eins og aðstandendur hafa kosið að kalla það, smástundamarkaðir, haldnir í safnbúð Hönnunarsafnsins. Handhafar Hönnunarverðlauna Íslands 2016, barnafatamerkið AS WE GROW, ríða á vaðið með sölu á sýnishornum laugardaginn 7. október frá klukkan tólf til fimm. Þarna verður hægt að kaupa glás af vörum fyrir lítinn pening og mögulega hægt að koma heim með nýtt sett af fötum handa barninu. Þarna verða til að mynda peysur og kjólar á 5.000 kr., kápur á 5.500, buxur og skyrtur á 3.000 kr.

Í umsögn dómnefndar um As We Grow segir:

„Með vörulínunni tvinna eigendur As We Grow saman fagurfræði, hefðir og nútíma í endingargóðan fatnað sem bæði vex með hverju barni og endist á milli kynslóða. As We Grow byggir á ábyrgum umhverfissjónarmiðum og afstöðu gagnvart líftíma og endingu framleiðsluvöru á tímum ofgnóttar. Tímalaus einfaldleiki hönnunar og einstök gæði vöru hafa ásamt samfélagslegri ábyrgð og metnaðarfullri stefnu í umhverfismálum skapað fyrirtækinu sérstöðu heima og heiman.“

AS WE GROW BYGGIR Á ÁBYRGUM UMHVERFISSJÓNARMIÐUM OG AFSTÖÐU GAGNVART LÍFTÍMA OG ENDINGU FRAMLEIÐSLUVÖRU Á TÍMUM OFGNÓTTAR.

Hönnunarsafn Íslands er á Garðatorgi í Garðabæ og þar er opið alla daga frá hádegi til klukkan fimm nema á mánudögum.

Barnamerkið As We Grow ríður á vaðið í mánaðarlegum fatamarkaði Hönnunarsafnsins.

listafólk sem vert er að fylgjast með. Tónleikar með þeim eru jafnt veisla fyrir augu og eyru þar sem áhorfandinn er hrifinn inn í djúpið, glimmerið, myrkrið, glamúrinn, óskilgetna hugaróra og taumlausan dans.

Hvað? Svavar Knútur
Hvenær? 22.00
Hvar? Dillon, Laugavegi
Svavar Knútur slær á létta strengi á Dillon.

Hvað? Agent Fresco
Hvenær? 22.00
Hvar? Græni hatturinn, Akureyri
Eftir vel heppnaða útgáfu á Destrier, annarri breiðskífu Agent Fresco, hélt sveitin í tónleikaferðalag um Evrópu. Hitaði hún upp fyrir sænsku hljómsveitina Katatonia sem er heimsfræg innan metalsenunnar. Síðasta árið hefur sveitin því haldið sárafáa tónleika hérlendis en nú er komið að tónleikum á Græna hattinum.

Viðburðir

Hvað? Vetrarstarfið hefst með kynningarfundi
Hvenær? 20.00
Hvar? Lífspekifélagið, Ingólfsstræti
Opið öllum áhugasömum.

Hvað? Sýningaropnun og blysför til heiðurs Benedikt Gröndal á fæðingardegi skáldsins
Hvenær? 16.30
Hvar? Gröndalshús, Fischersundi
Landsbókasafn Íslands-Háskólabókasafn og Reykjavík Bókmenntaborg UNESCO verða með sameiginlegan viðburð á fæðingardegi skáldsins í dag. Þá verður farin blysför frá húsi skáldsins í Fischersundi þar sem skáldið Þórarinn Eldjárn segir frá blysför sem farin var að húsi Gröndals á áttræðisafmæli hans árið 1906, en nemendur hans úr Lærða skólanum fóru þá blysför. Einnig mun Sigurður Skúlason leikari lesa ljóð eftir Gröndal.

Hvað? Stofublóm Inniblóm Pottablóm
Hvenær? 16.00
Hvar? Bryggjan Brugghús, Grandagarði
Kristín Dóra Ólafsdóttir (1992) útskrifaðist úr myndlistardeild Listaháskóla Íslands árið 2017 og er Stofublóm Inniblóm Pottablóm hennar fyrsta einkasýning að námi loknu en sú fjórða á ferlinum. Hún vinnur með tilfinningar og samfélagið í verkum sínum og á þessari sýningu fjallar hún um nýfengna ást sína á inniplöntum.

Hvað? Elastic Hours / Teygjanlegir tímar
Hvenær? 17.00
Hvar? Kling & Bang, Grandagarði
Listamenn sem sýna í Kling & Bang eru Anna K.E. & Florian Meisenberg, Ásgerður Birna Björnsdóttir, Rebecca Erin Moran, David Horvitz, Eduardo Navarro, Nancy Lupo, Sara Magenheimer, og Una Sigtryggsdóttir. Á opnuninni verður framin samhæfing við sólina eftir Eduardo Navarro, In collaboration with the Sun.

Gerum betur

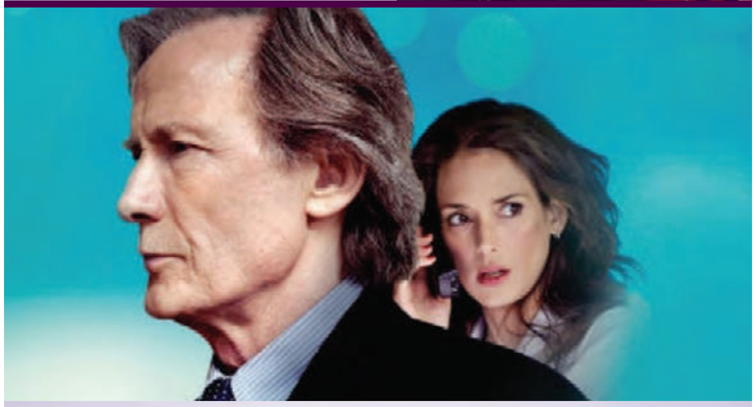
Landsfundur VG
Grand hótel 6.–8. október 2017

VINSTRI GRÆN

BOMBAN
KL.20:25
Stórskemmtilegur spurningaþáttur fyrir alla fjölskylduna í umsjón Loga Bergmann. Skipt er í tvö lið eins og vera ber og fær Logi til sín káta og fjöruga gesti sem þurfa að svara laufléttum og skemmtilegum spurningum um allt milli himins og jarðar.

Frábært
Föstudagskvöld
Fáðu þér áskrift á **365.is**

THE X -FACTOR UK
KL. 19:25
Bráðfjörug sería af einum vinsælasta skemmtiþætti veraldar þar sem efnilegir söngvarar fá tækifæri til að slá í gegn. Simon Cowell fer fyrir dómnefndinni ásamt fríðu föruneyti.



TURKS & CAICOS
KL. 21:10
Fyrrverandi leyniþjónustumaður hrökklast úr starfi eftir að hafa uppgötvað spillingu á hæstu stöðum. Hann reynir að fara huldu höfði en neyðist til að taka að sér hættulegt verkefni eftir að hann finnst á fjarlægri eyju. Aðalhlutverk leika Bill Nighy, Helena Bonham Carter og Wynona Ryder.

KNOCK KNOCK
KL. 22:50
Evan lifði hinu fullkomna lífi með fjölskyldu sinni þar til Genesis og Bel bönkuðu upp á og þá varð ekki aftur snúið. Spennutryllir af bestu gerð með Keanu Reeves í aðalhlutverki.

THE INTERPRETER
BÍÓ
KL. 22:00
Pólitískur spennutryllir um svikráð og samsæri innan Sameinuðu þjóðanna með Sean Penn og Nicole Kidman í aðalhlutverkum.

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

DAGSKRÁ

Föstudagur

STÖÐ 2

07.00 Simpson-fjölskyldan
07.25 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
11.10 Í eldhúsinu hennar Evu
11.40 Heimsókn
12.05 Falleg íslensk heimili
12.35 Nágrannar
13.00 The Pursuit of Happyness
14.55 Tom and Jerry: Back to Oz
16.15 Satt eða logið?
16.50 Friends
17.15 Friends
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 The X Factor 2017
20.20 Bomban Logi Bergmann stjórnar frábærum og stórskemmtilegum spurningaþætti þar sem hann etur saman tveimur liðum, skipuðum tveimur keppendum hvort, sem allir eiga það sameiginlegt að vera í senn orðheppnir, fyndnir og fjörugir og þurfa að svara lauflléttum og skemmtilegum spurningum um allt milli himins og jarðar.
21.10 Turks & Caicos
22.45 Knock Knock
00.25 The Lord of the Rings: The Fellowship of the Ring
03.20 In the Heart of the Sea
05.20 The Middle
05.40 Friends

STÖÐ 2 SPORT

07.00 KR - Njarðvík
08.45 Armenía - Pólland
10.25 Aserbaídsjan - Tékkland
12.05 Skotland - Slóvakía
13.45 Norður-Írland - Þýskaland
15.25 HM Markasyrpa
15.50 Georgía - Wales
Bein útsending frá
18.00 England - Slóvenía
19.45 Grindavík - Þór Þ.
Bein útsending.
22.00 Domino's-körfuboltakvöld 2017/2018
23.40 Tyrkland - Ísland
Útsending frá leik Tyrklands og Íslands í undankeppni HM 2018.
01.25 Bundesliga Weekly 2017/2018
01.55 HM Markasyrpa
02.20 Búrið
02.55 Formúla 1 2017 - Æfing
Bein útsending
05.50 Formúla 1 2017 - Tímataka

STÖÐ 2 SPORT 2

07.05 England - Slóvenía
08.45 Norður-Írland - Þýskaland
10.25 HM Markasyrpa
10.50 Miami Dolphins - New Orleans Saints
13.05 NFL Gameday 17/18
13.35 Meistarakeppni KKÍ kvenna
15.15 Meistarakeppni KKÍ karla
16.55 Domino's-deild karla 2017/2018
18.35 Spánn - Albanía
Bein útsending.
20.45 HM Markasyrpa
Farið yfir mörkin í Undankeppni HM 2018.
21.10 Georgía - Wales
22.50 Króatía - Finnland
00.30 Írland - Moldóva
02.10 Spánn - Albanía

STÖÐ 3

17.45 New Girl
18.10 The New Adventures of Old Christine
18.35 The League
19.00 Modern Family
19.25 Lip Sync Battle
19.50 First Dates
20.40 It's Always Sunny in Philadelphia
21.05 Six Feet Under
22.05 Eastbound & Down
22.35 Entourage
23.05 Significant Mother
23.30 Smallville
00.15 The League
00.40 Modern Family
01.05 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 Strumparnir
09.25 Hvellur keppnisbíll
09.37 Ævintýraferðin
09.49 Gulla og grænjaxlarnir
10.00 Óskastund með Skoppu og Skrítlu
10.14 Tindur
10.25 K3
10.38 Mæja býfluga
10.47 Stóri og Litli
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 Strumparnir
13.25 Hvellur keppnisbíll
13.37 Ævintýraferðin
13.49 Gulla og grænjaxlarnir
14.00 Óskastund með Skoppu og Skrítlu
14.14 Tindur
14.25 K3
14.38 Mæja býfluga
14.47 Stóri og Litli
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 Strumparnir
17.25 Hvellur keppnisbíll
17.37 Ævintýraferðin
17.49 Gulla og grænjaxlarnir
18.00 Óskastund með Skoppu og Skrítlu (7.10)
18.14 Tindur
18.25 K3
18.38 Mæja býfluga
18.47 Stóri og Litli
19.00 Fillinn Horton

GOLFSTÖÐIN

08.15 Inside the PGA Tour 2017
08.40 Safeway Open
11.40 Golfing World 2017
12.30 PGA Highlights 2017
13.25 Inside the PGA Tour 2017
13.50 Safeway Open
16.50 Solheim Cup Highlights
17.40 Golfing World 2017
18.30 Safeway Open
21.30 Safeway Open

STÖÐ 2 BÍÓ

12.00 An American Girl: Chrissa Stands Strong
13.30 Coat of Many Colors
14.55 A Quiet Passion
17.00 An American Girl: Chrissa Stands Strong
18.30 Coat of Many Colors
19.55 A Quiet Passion Dramatísk mynd frá 2016 sem byggð er á sönnum atburðum með Cynthiu Nixon, Jennifer Ehle og Keith Carradine. Bandaríska ljóðskáldið Emily Dickinson fæddist 1830 og þótt ljóð hennar sum næðu hylli var líf hennar mikil ráðgáta í augum samtíðarfólks hennar. Í þessari vönduðu mynd reynir leikstjórinn Terence Davies að varpa ljósi á líf Emily Dickinson sem mestan hluta ævi sinnar lifði í einrúmi og blandaði lítt geði við aðra nema með bréfaskriftum og að sumu leyti í gegnum ljóð sín.
22.00 The Interpreter
00.05 Raw Hrollvekja frá 2016 sem fjallar um unga grænmetisætu sem gengst undir blóðuga busavígslu í dýralæknaskóla, þá fer löngun eftir kjöti að vaxa innra með henni.
01.45 Knights of Badassdom
03.10 The Interpreter
06.05 Me and Earl and the Dying Girl

RÚV

17.15 Hásetar
17.40 KrakkaRÚV
17.41 Froskur og vinir hans
17.50 Táknmálsfréttir
18.00 Fréttir og veður
18.10 Tyrkland - Ísland
21.00 Fréttir
21.25 Veður
21.30 Undankeppni HM karla í fótbolta: Samantekt
21.50 Útsvar
23.10 What Dreams May Come
01.00 Útvarpsfréttir í dagskrárlok

SJÓNVARP SÍMANS

08.00 Everybody Loves Raymond
08.25 Dr. Phil
09.05 90210
09.50 Royal Pains
10.35 The Voice USA
11.20 Síminn + Spotify
13.00 Dr. Phil
13.40 America's Funniest Home Videos
14.05 The Biggest Loser – Ísland
15.05 Heartbeat
15.50 Glee
16.35 Everybody Loves Raymond
17.00 King of Queens
17.25 How I Met Your Mother
17.50 Dr. Phil
18.30 The Tonight Show Starring Jimmy Fallon
19.10 Family Guy
19.30 The Voice USA
21.00 The Bachelorette
22.30 The Game
00.40 The Tonight Show Starring Jimmy Fallon
01.20 Prison Break
02.05 Quantico
02.50 Shades of Blue
03.35 Mr. Robot
04.20 Intelligence
05.10 House of Lies
05.40 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

blómaval

ERIKA OG CALLUNA

NÝ SENDING, MARGIR LITIR

3 stk. veljið sjálf

990kr

Birt með fyrirvara um prentvillur og myndavíxl. Úrval getur verið misjafnt milli verslana.

-42%

Rósir
10 stk.

1.990kr

~~3.490kr~~

Liljur 3 stk.

1.490kr

Allir haustlaukar

30% afsláttur

ÚTSÖLUNNI LÝKUR UM HELGINA

Riverdale vörur

20% afsláttur

Pottaplöntur

30-50% afsláttur

Verð gildir til og með **8. október** eða meðan birgðir endast

BÓNUS BÓNUS BÓNUS BÓNUS BÓNUS

798 kr. stk.

Chicago Town Pepperonipizza
Frosin, 666 g

FULLELDAÐ
Aðeins að hita

300kr verðlækkun pr. kg

798 kr. kg

Ali Spareribs
Fulleldað - Verð áður 1.098 kr. kg

259 kr. 1 kg

ES Franskar Kartöflur
Rifflaðar, 1 kg

298 kr. stk.

ES Salamipizza
Frosin, 350 g

198 kr. stk.

ES Ostapizza
Frosin, 300 g

FLJÓTLEGT OG GOTT

149 kr. pk.

2 brauð í pakka

Hvítlauksbrauð
2 stk. í pakka

Matarmikil súpa
FULLELDUÐ
Aðeins að hita

1.598 kr. 1 kg

Mexíkósk Kjúklingasúpa
1 kg

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

Októberspá Siggu Kling

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

Hrúturinn
21. mars–19. apríl

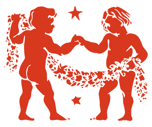
Ekki lofa upp í ermina

Elsku Hrúturinn minn. Það er viss ró í kringum þig, en svo ótalmargt í uppsiglingu. Þetta er algjörlega þinn mánuður vegna þess að fullt tungl í Hrútsmerkinu er á þessum mánuðum. Þú hefur brennandi þrá til að ná árangri en minni þrá eftir athygli, en mundu að svolítið samasemmerki er á milli árangurs og athygli. Að gefast upp er ekki til í þinni orðabók og þú hefur stundum sagt: „Ég er þreyttur, uppgefinn, búinn á því,“ en aldrei: „Ég gefst upp,“ hvort sem það er í veikindum, starfi, skóla eða ást. Næsti mánuður segir þér að vera staðfastur og trúa á það sem þú ert að framkvæma. Margir munu leita hjálpar hjá þér en ekki lofa einhverju sem þú veist að þú getur ekki staðið við. Aðstæður munu svo myndast sem hjálpa þér að losa þig við þær persónur sem gefa þér ekki leyfi að vera þessi litríki karakter sem þú ert. Þú hefur of mikla orku til að hanga eða hangsa.
Mottó: Ég mun sigra!

Nautið
20. apríl–20. maí

Passaðu að útkeyra þig ekki

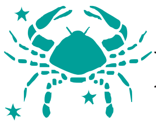
Elsku Nautið mitt. Þú hefur verið undir miklu álagi í dálítinn tíma, en ég er með nýtt orð fyrir þig yfir álag, það kallast bara lífið! Þér hafa fundist aðstæður í kringum þig hafa verið afskaplega erfiðar en ef þú hugsar til baka þá hefur þú gengið í gengum miklu meiri erfiðleika en núna. Fólk hefur það álit á þér að þú sért svo ofboðslega heppin persóna en sannleikurinn er sá að þú hefur unnið hörðum höndum og það hefur komið þér á þann stað sem þú ert á núna. Allt sem þú hefur gert er svo 100% gert, svo það er best fyrir þig að taka ekki allt of mikið að þér í einu. Ef þú gerir það klárar þú bara batteríin. Ef þú ert að taka stóra ákvörðun núna um breytingar, skoðaðu þá hvað innsæi þitt segir þér; ef þú færð kvíðahnút í solar plexus þýðir það: „Nei.“ Ef við ætlum að spjalla aðeins um ástina þá er staðreyndin sú að þú verður ekki oft ástfangið, en elskar af öllu hjarta og helst til eilífðar. Mottó: Hafðu trú, það er lykillinn.



Tvíburinn
21. maí–20. júní

Þetta reddast alltaf

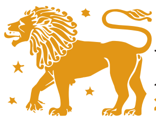
Elsku Tvíburinn minn, þú alheimsins miðpunktur! Þú ert miðpunktur þótt þú sért bara með sjálfum þér á rigningardegi. Þú elskar músík og lífgar alltaf upp á umhverfi þitt með skemmtilegum uppátækjum og kaldhæðnum húmor. Þú staldrar samt yfirleitt stutt við í partíum eða boðum því þér hættir til að leiðast og þótt þú sért mannfælinn og lokaður hefur þú samt þann einstaka hæfileika að veita öðrum andlega upplyftingu. Það býr í þér listamaður hvað svo sem þú gerir. Núna þegar veturinn gengur í garð þarftu að muna að hafa sumarið í hjarta þínu og finna út hvað tengir þig við þá tilfinninguna, því þá byrja hlutirnir að gerast. Þú vinnur svo vel undir stressi að það er magnað hversu mikið getur gerst á síðustu stundu hjá þér. Svo hafðu engar áhyggjur því að þetta reddast alltaf. Það er þér ómögulegt að vera með maka sem gerir allt sem þú segir eða óskar og þú stjórnar. Þá færðu leiða. Mottó: Þú ert krafturinn.



Krabbinn
21. júní–22. júlí

Ekki leika þér að ástinni

Elsku Krabbinn minn. Þú ert svo skemmtilega opinn og upplífgandi, en samt svo ofurviðkvæmur eins og lítill spörfugl. Þú getur verið svo rosalega harður og ákveðinn en í raun ertu eins og mjúkur koddi. Þú gerir allt til að tryggja ást og öryggi og í þeirri flóðbylgju þarftu að skoða að ef þú hefur ást á peningum þá hindrar það þig í hamingjunni og gerir þig hræddan. Þegar þú sérð að hamingjan er fólgin í manneskjum en ekki veraldlegum hlutum þá mun hamingjan flytja heim til þín! Þú ert mjög vinsæll og skemmtilegur en lendir eða setur þig of oft í dramatískar aðstæður sem þú getur ekki flúið úr. Ef þú ert að leita að ástinni, jafnvel nýbúinn að finna hana að þér finnst, þá er þín innsta þörf að hafa maka sem þekkir galla þína og elskar þá: sem sagt skilningsríkan maka. Ef hann er fundinn þá ertu hólpinn. Ef þú vilt sigra í ástinni þá máttu ekki leika þér að henni því að er ástin ekki sönn. Mottó: Brostu framan í lífið.



Ljónið
23. júlí–22. ágúst

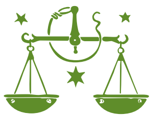
Hafðu meiri trú

Elsku Ljónið mitt. Þér finnst líf þitt stundum fara úr skorðum. En það er svolítið út af því að þú hefur svo mikið ímyndunarafl og þú átt það til að fyllast hugljómun sem þýðir að ef þú ert spennt fyrir einhverju leggurðu þig 1000% fram og talar stöðugt um það sem heillar þig. Það er gott fyrir þig að hinkra aðeins og slaka á huganum, taka svo ákvörðun um hvað er best fyrir þig. Þú hefur þennan skemmtilega keppnisanda og þolir alls ekki stöðnun svo hefðbundin vinna frá 8-4 er eitur í þínum beinum. Hafðu meiri trú á því að þú getir gert það sem þú vilt. Settu þér samt tímamörk svo þú frestir ekki og frestir því sem þú ætlar að gera. Því þá verðurðu enn þá meira pirrað út í sjálft þig og getur lent í vítahring. Næstu vikur munu sýna þér hvað í þér býr, því þegar þú þarft að vera sterkt þá er eins og þú fáir tvöfalt afl. Þú munt koma sjálfu þér á óvart og þessi atburðarás mun svo halda áfram næstu sex mánuði.
Mottó: Ég er ógleymanlegt.

Meyjan
23. ágúst–22. september

Mundu að segja „takk fyrir“

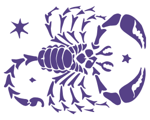
Elsku hjartans umhyggjusama Meyjan mín. Þú þarft að vita það að þú getur treyst á sjálfa þig skilyrðislaust og öðlast meiri trú á eigin verðleikum. Það eru alltaf einhver öfl í kringum þig sem vilja draga þig niður svo þú skínir ekki svona skært. Það er búin að vera mikil umbylting í kringum þig, og þú hefur kastað mörgum hugmyndum út í alheiminn. En í augnablikinu virðist allt standa kyrrt, það er ekki nógu mikið um svör þannig að þú átt það til að finnast þú vera svolítið dofin. Það mun bjarga þér gjörsamlega að vita að það er fullt tungl í Hrút núna í byrjun október og það gefur vinnusemi og kjark. Þú skalt nýta þér þennan kjark til að sparka áfram því sem þú vilt að breytist. Ég hef trú á að þú sért að fara inn í tíma sem munu breyta hamingju þinni og láta þér líða betur, þú átt eftir að sjá að í þér býr virkilega góð manneskja sem er annt um marga. Þú skalt svo halda þakklætisdag þar sem þú hringir í fólk og segir: „Takk fyrir.“
Mottó: Frelsaðu hugann.



Vogin
23. september–22. október

Hamingjan er í sjálfri þér

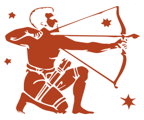
Elsku hjartans smarta Vog. Þú ert svo sannarlega að fara inn í spennandi upphaf í lífi þínu og mjög margt mun koma þér á óvart og hefur komið á óvart á síðustu dögum. Í þér býr svo gömul sál, sem vill að allt í kring sé með friði og spekt. En þú þráir að hafa spennu, en samt þennan dásamlega frið og það getur verið erfitt að ná jafnvægi í því. Í kringum þetta tímabil, sem þú ert að hlaupa inn í, muntu finna fyrir titringi í hjarta þínu og ástarskjálfta. Á þessu tímabili muntu finna nýjar leiðir sem gefa þér hamingju, en hamingjan er fólgin inni í sjálfri þér – ekki í peningum, veraldlegum hlutum eða háskólagráðum. Í öllum þessum hraða sem þú ert að fara í, þá þarftu að takmarka allt það vesen sem þú getur svo sannarlega lokað fyrir. Þú hefur það eðlisfar að vera bæði ströng og blíð og þar af leiðandi sveiflast tilfinningar þínar eins og veðurfarið á Íslandi, ekki dæma þig fyrir það. Við hin elskum svona fólk eins og þig. Mottó: Kveiktu elda.



Sporðdrekinn
23. október–21. nóvember

Haltu í draumana þína

Elsku hjartans merkilegi Sporðdrekinn minn. Þú ert ekki alveg viss allar stundir um hvort þú ert að koma eða fara, hvað þú vilt eða hvað þú vilt ekki. Það er svo sem í lagi en hafðu undirstöðurnar þó alveg á hreinu. Fyrsta setningin til þín er: „Passaðu upp á sjálfan þig og vertu viss um að þú sért sú manneskja sem þú heldur sjálfur mest upp á.“ Slepptu alls ekki taki á draumunum þínum, því það eru svo sannarlega margir draumar sem hafa ræst og það væri mjög gott fyrir þig að skrifa niður alla þá gleði og hamingju sem þú hefur fengið og verðskuldað á síðustu þremur árum, því annars kemur hin niðurdrepandi tilfinning að draga sig í hlé og festast í því að vorkenna sjálfum sér. Ef þér finnst ekkert vera að gerast í ástinni og enginn að láta hjarta þitt slá örar (eins og það á svo sannarlega skilið) þá ertu ekki á réttum stað í ástinni. Næstu þrír mánuðir gefa þér það að ef þú ert á jákvæðri tíðni, þá færðu ótrúlega möguleika til að skrifa skemmtilega kafla. Mottó: Þú ert litríkur eins og vindurinn.



Bogmaðurinn
22. nóvember–21. desember

Hafðu húmor

Elsku magnaði Bogmaðurinn minn. Opnaðu augun aðeins betur og þá sérðu að þú ert að fara hárrétta leið. En varastu að hafa of marga bolta á hendi og of marga möguleika opna því þá gefurðu sjálfan þig ekki allan í það sem þú tekur þér fyrir hendur. Hentu allri reiðinni sem þú hefur í hjartanu eins langt og þú mögulega getur, því reiði út í sjálfan þig eða aðra getur sett ský yfir höfuðið á þér og þar sem er ský kemur rigning og þar sem er rigning er lægð. Næstu fimm mánuðir eru mest hvetjandi mánuðir til afreka sem hafa komið í langan tíma. Útkoma þess sem þú hefur óskað þér nær samt ekki hámarki fyrr en á næsta ári, 2018. En þú ert að byggja svo sterkar undirstöður fyrir framtíðina að það er lágmark að klappa fyrir sjálfum þér. Þér finnst fjárskortur vera að stoppa þig, svo leitaðu annarra leiða því þær eru miklu nær þér en þú heldur. Þér mun reynast auðvelt að ná þeim frama sem þú vilt næstu mánuði. Mottó: Hafðu húmorinn með þér í liði, þú ert ekki fúll á móti.

Steingeitin
22. desember–19. janúar

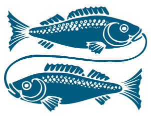
Orkustraumar í október

Elsku hjartans duglega Steingeitin mín. Þú hefur unnið svo mörg sigra og ert með sigurvegaramerkið um hálsinn, ekki breyta því merki í hengingaról og láta orku Steingeitarinnar draga þig niður í kassalaga Excel-pakka. Þær manneskjur sem hafa hjálpað mér að ná mestum árangri í lífinu hafa verið í þessu merki. Láttu ekki uppgjör, sama hvaða nöfnum það nefnist, þurfa að gerast til að þú breytir lífsstefnu þinni eða skorir sjálfa þig á hólm og gerir það sem byggir upp sál þína. Það er svo algengt að þú sleppir þér ekki lausri fyrr en liðið er á miðja ævina. Öryggi, öryggi, öryggi er þér of mikilvægt, en heftir þig í að gera það sem þú í raun og veru treystir þér til. Októbermánuður sendir þér mikla strauma af orku og hvatvísi og sérstaklega byrjun október getur gefið þér nægilegt hugrekki til að margfalda allt sem þú gerir fyrir. Ekki hugsa of langt fram í tímann vegna þess að þú heldur að þú neyðist til þess. Og þú þarft heldur ekki fimm háskólagráður til að vera fullkomin. Mottó: Ástin er allt.

Vatnsberinn
20. janúar–18. febrúar

Veröldin mun verðlauna þig

Elsku Vatnsberinn minn. Þú ert svo ólíkur fjöldanum en samt svo dásamlega þægilegur. Þú átt það til að vera dálítið stressaður og núna ertu bara búinn að vera með lokuð augun í einhvern tíma. Þú horfir fram hjá vandamálunum sem er samt góður hæfileiki. En þú þarft að kveikja á háu ljósunum á þessum tímapunkti og skoða vel í kringum þig. Horfast í augu við vandamálin því núna er hárréttur tími. Þú hefur svo frjálsan og ferskan anda og elskar rómantík. Svo skoðaðu aðeins í kringum heimili þitt eða þar sem þú býrð, hefur það rómantískan blæ? Ef það hefur það ekki þá ertu að villast. Þú átt eftir að sýna svo mörgum hvað þú ert rausnarlegur og gjafmildur og í hvert skipti sem þú gefur muntu fá tvöfalt til baka. Kannski ekki á þeim tíma eða frá þeirri persónu sem þú bjóst við, heldur mun veröldin verðlauna þig því þú ert að fara að ganga inn á verðlaunapallinn! Þú ert að fara inn í rómantískan tíma sem mun standa yfir í marga mánuði og jafnvel fram á vor. Mottó: Kveiktu á kertinu og lífinu.



Fiskarnir
19. febrúar–20. mars

Leitið og þér munuð finna

Elsku Fiskarnir mínir. Það er svo sannarlega hægt að segja að húmor og hugvit séu ykkar einkenni. En þið þurfið að tengja þetta tvennt saman, hafa húmor fyrir hugvitinu og hafa hugmyndir fyrir húmorinn, því þið sveiflist á skalanum 1-10 frá því að finnast allt alveg frábært og yfir í það að finnast enginn tilgangur í því sem er að gerast. Næstu mánuði þarftu bara að hafa eina setningu í hugfasta: „Slakaðu á eða slappaðu af.“ Það er engin manneskja eins afslöppuð týpa eins og fólk í Fiskamerkinu. Hindranirnar eru bara ímyndun og ef þú kemst ekki þangað sem þú vilt munu þér bjóðast betri möguleikar. Það eru góðar fréttir að berast af fólki sem er þér mjög nákomið og það mun efla kraft þinn. Ef þig langar í ástina og ert ekki búinn að ná miðjum aldri þá eru margir heitir reitir búnir að vera í kringum þig, þú hefur þessa dásamlega ástríðufullu útgeislun. Ekki bíða ef þú ert að leita. „Leitið og þér munuð finna“ eru skilaboðin fyrir næstu mánuði. Mottó: Slappaðu af!

Birt með fyrirvara um prentvillur og myndavíxl. Úrval getur verið misjafnt milli verslana.

HÚSASMIÐJAN
HLUTI AF BYGMA

PHILIPS

Fáðu ráðgjöf á laugardag í nýrri ljósa- og perudeild

Á laugardag veita sérfræðingar frá Philips ráðgjöf við val á perum og ljósum í Húsasmiðjunni Skútuvogi frá kl. 12-16.

Vinsælasta ljósið í Húsasmiðjunni

Ný sending væntanleg í Húsasmiðjuna í Skútuvogi í dag.

PHILIPS

Mohair loftljós
Mohair loftljós, hvítt eða svart, 60W.
6165882-3

15.795kr

Philips ljós og perur

í Húsasmiðjunni

Ný og glæsileg peru- og ljósadeild í Skútuvogi.

Stórlækkað verð á ljósum og LED perum í Húsasmiðjunni

Með HUE stjórnar þú lýsingunni á heimilinu með símanum.

895kr
LED-DIM Kerti
25W E14.
6187667

550kr
LED kertapera
40W mött E14.
6187656

580kr
LEDpera
60W E27.
6187486

19.895kr
HUE Start Kit
Með rofa, brú, 2xE27.
6167000

Byggjum á betra verði

husa.is

Settu upp ... alpahúfuna!

Rihanna kann að klæðast trendunum.

Veturinn nálgast óðfluga og með honum koma fylgihlutirnir sem eiga að halda á okkur hita yfir kaldasta tímann.Samkvæmt tískupöllunum og götutískunni er alpahúfan mætt aftur allri sinni dýrð.

Það er einhver klassi yfir alpahúfunni en klassíska týpan er úr ullarefni og gjarna í svörtum eða rauðum lit. Franska tískuhúsið Dior kynnti svo fyrir þennan vetur leðurútgáfu af alpahúfunni sem er heldur betur líkleg til vinsælda. Upp með alpahúfuna í vetur og hér færðu innblástur.

Það er ákveðinn klassi yfir leðurútgáfunni.

Rauð húfa er mjög frönsk.

Rykfrakki og alpahúfa – gott kombó.

GLAMOUR

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

Varmadælur & loftkæling

Kælitækni

- Kyndir húsið á veturna og kælir á sumrin
- Fyrir norðlægar slóðir
- Fjarstýring fylgir
- Hægt að fá WiFi

Verð frá aðeins kr. 155.000 m.vsk
Midea MOB12
Max 4,92 kW
2,19 kW við -7° úti og 20° inni hita (COP 2,44)
f. íbúð ca 60m2.

FÓTBOLTI
HOT WINGS

ÁFRAM ÍSLAND

IT'S FINGER LICKIN' GOOD

Verið tilbúin með Hot Wings fötuna þegar íslenska karlalandsliðið keppir við Tyrkland í undankeppni HM!

25 rjúkandi heitir vængir og Hot Wings sósa eru á sérstöku tilboði á leikdögum í undankeppni HM í fótbolta.

2.999 kr.

KFC®

Föstudags-playlisti Lífsins

Zakki og Ísak

TÓNLISTARMENN

Tónlistarmennirnir Zakarías Hermann Gunnarsson og Ísak Örn Guðmundsson úr hljómsveitinni Babies settu saman föstudagsplaylista Lífsins að þessu sinni.

Föstudagsplaylista Lífsins má einnig finna á Spotify undir notandanafninu Visir.

PLAY FOLLOW

LAG	FLYTJANDI
You never knew	HAIM
All I Do	Stevie Wonder
Pony	Ginuwine
It´s Tricky	Run DMC
Vera Ég	Geisha
Runnig up That Hill	Kate Bush
On The Level	Mac Demarco
Saw the Light	Todd Rundgren
Drive	The Cars
Rasperry Beret	Prince

Ragna gaf út plötuna Cellf árið 2013 og er núna að gíra sig aftur í gang. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Cell7 er komin aftur

Cell7, sem var meðal annars í hinni goðsagnakenndu rappsveit Subterranean, frumsýnir glænýtt lag og myndband af komandi plötu. Annað kvöld prufukeyrir hún svo nýtt efni í Stúdentakjallaranum.

Þetta er fyrsti singúllinn af plötunni sem ég er að vinna núna – síðan er ég að spila á Stúdentakjallaranum á laugardaginn og þar mun ég frumflytja það sem ég er komin með af plötunni,“ segir Ragna Kjartansdóttir, betur þekkt sem Cell7, en hún mun frumsýna glænýtt myndband við nýjasta lagið sitt City Lights í kvöld. Á laugardaginn verða svo upphitunartónleikar fyrir Airwaves en þar spilar Cell7 ásamt Auði og Two Toucans.

„Birgir Karl Auðunsson er maðurinn bak við þetta myndband – hann er búinn að sinna mikilli klippivinnu fyrir þetta myndband og hann er eiginlega að gera allt varðandi það.“

Cell7 gaf út plötuna Cellf árið 2013 svo það má tala um ákveðna endurkomu frá henni núna.

„Ég byrjaði að vinna að henni á síðasta ári – ég var ólétt þá og tók mér eiginlega svona fæðingarorlof. Það var svolítið strembið að vera með hálfan heila, ósofin og ólétt að vinna að rappplötu – þannig að ég var ekkert að drepa mig þá. Þetta kom nú bara svona mest á þessu ári, þá var aðeins meiri keyrsla. Þetta er komið hálfa leið hjá mér myndi ég segja.

ÞEGAR MAÐUR BYRJAR AÐ SPILA LÖGIN SÍN SÉR MAÐUR HVERNIG FÍLINGURINN ER OG HVORT MAÐUR ER AÐ FARA Í RÉTTA ÁTT MEÐ LÖGIN SÍN. MAÐUR GETUR ALDREI VITAÐ ÞAÐ FYRR EN MAÐUR SPILAR LIVE OG HVORT OG HVERNIG MAÐUR FÍLAR SIG Í ÞEIM AÐSTÆÐUM.

Ég er að vinna með nýjum pródúser sem heitir Helgi Lárusson og við erum búin að vera að gera allavega síðustu lög af plötunni, en svo er það hann Gnúsi Yones sem er að pródúsera þetta lag. Við gerðum auðvitað síðustu plötu saman, eða svona mestmegnis, þannig að þetta lag kemur eiginlega í beinu framhaldi af henni.“

Þannig að þetta verður svolítið í svipuðum gír og síðast? „Nei, samt ekki. Mér finnst jafnvel mjög skrítið að fara í fyrri lögin mín því að hugurinn er kominn á allt annan stað núna. Maður er að reyna að finna annað „sánd“, annan hljóðheim og pælingar. Þannig að mér finnst það persónulega aðeins öðruvísi. Það sem er enn þá meira öðruvísi er svo það sem ég er að gera með Helga – það er mjög frábrugðið fyrri plötunni.“

Hún segist vera komin með nokkrar gestasöngkonur á plötuna en ekki neina gestarappara enn sem komið er. Tónleikarnir á laugardaginn verða svo ákveðið próf fyrir þessi nýju lög sem hún ætlar að taka þar.

„Þegar maður byrjar að spila lögin sín sér maður hvernig fílingurinn er og hvort maður er að fara í rétta átt með lögin sín. Maður getur aldrei vitað það fyrr en maður spilar live og hvort og hvernig maður fílar sig í þeim aðstæðum.“

Myndbandið City Lights verður frumsýnt í kvöld klukkan tíu en síðan verða tónleikarnir í Stúdentakjallaranum klukkan níu á laugardagskvöld. **stefanthor@frettabladid.is**

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

gæði – þekking – þjónusta

PÖKKUNARVÉLAR - BRETTAVAFNINGSVÉLAR - BINDIVÉLAR
BAKKALOKUNARVÉLAR - FLÆÐIPÖKKUNARVÉLAR
FILMUPÖKKUNARVÉLAR - KASSALOKUNARVÉLAR

VAKÚMVÉLAR

Mikið úrval af vakúmvélum sem henta einstaklingum og fyrirtækjum

FÁÐU TILBOÐ

pmt PLAST, MIÐAR & TÆKI

Krókhálsi 1 | 110 Reykjavík | s. 567 8888 | www.pmt.is

Starfsmanna- og munaskápar

RMI OFNASMIÐJAN

www.rymi.is

Hágæða amerísk heilsurúm sem auðvelt er að elska

Sofðu rótt í alla nótt

rekkjan HEILSURÚM

Mundir þú eftir að bursta og skola í morgun?

GUM eru hágæða tannvörur

tannlæknar mæla með GUM tannvörum

... fæst í næsta apóteki og helstu stórmörkuðum

allar upplýsingar á www.icecare.is

KÆLIVARA 0-4°C
Floridana
100% SAFI
HEILSUSAFI
ÞÚ FINNUR
MIG Í KÆLINUM
Floridana í flösku er kælivara. Í kæli helst safinn ferskur, bragðgóður og í bestu
gæðum sem völ er á. Njótum safans eins og hann á að vera – ískaldur.
Floridana

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

Þórarins Þórarinssonar

Framsókn og ég

Ég hef verið með Framsóknarflokkinn á bakinu í 46 ár og er orðinn ansi þreyttur á honum. Ég er varla einn um þetta enda flokkurinn hundrað ára meinsemd og fólk streymir nú úr honum sem aldrei fyrr. Flóttafólkið mætti þó hafa í huga að hvert sem maður fer tekur maður sjálfan sig alltaf með.

Ég fæddist daginn sem Viðreisnarstjórnin féll. Við tóku „Framsóknaráratugirnir" og flokkurinn var í ríkisstjórnum frá 1971 til 1991. Öll mín mótunarár. Orsakasamhengið er augljóst og ég kenni flokknum, frekar en sjálfum mér, um að ég er þunglyndur alkóhólisti og útbrunninn blaðamaður.

Ég fæddist nefnilega inn í Framsóknarflokkinn. Hef aldrei verið skráður í hann og hef því ekki getað skráð mig úr honum. En hef eytt allri minni ævi í að sverja hann af mér.

Ég er skírður í höfuðið á afa mínum. Hann sat á þingi fyrir flokkinn í nítján ár og ritstýrði málgagni hans í rúma hálfa öld. Afi var Tíma-Tóti og vann náið með Hriflu-Jónasi, Hermanni, Eysteini, Óla Jó. og Steingrími.

Ég var ekki orðinn eins árs þegar tíu miðar frá happdrætti Félags ungra framsóknarmanna duttu óumbeðnir inn um bréfalúguna hjá ungum foreldrum mínum. Ég bara fæddist inn í flokkinn!

Mér var strítt í æsku og fyrsti tengdapabbi minn úrskurðaði mig ónýtan til undaneldis. Kærði sig ekki um barnabörn sem bæru hinn arfgenga og ólæknandi framsóknarvírus.

Nokkuð hefur dregið úr framsóknarofsóknunum á hendur mér í seinni tíð og sem betur fer deyja þeir nú hratt út sem tengja nafn mitt við flokkinn.

Mér finnst samt að við ættum að gefa Framsóknarflokknum frí og leyfa mér að eiga áhyggjulaust ævikvöld. Ég og þjóðin öll eigum eftir 100 ár skilið að fá að vera við sjálf. Í friði fyrir Framsókn.

OPIÐ ALLAN SÓLARHRINGINN Í ICELAND ENGIHJALLA, VESTURBERGI, ARNARBAKKA, GLÆSIBÆ OG STAÐARBERGI
OPIÐ 24 TÍMA
Iceland

NÝ VEFVERSLUN www.betrabak.is OPIN ALLAN SÓLARHRINGINN

TEMPUR-DAGAR
25%
AFSLÁTTUR
LOKAHELGIN

AÐ SOFA ER EITT – AÐ HVÍLAST ER ANNAÐ
ALLT ÞAÐ NÝJASTA FRÁ TEMPUR
MEÐ 25% AFSLÆTTI – LÝKUR Á MORGUN LAUGARDAG

TEMPUR® Hybrid
Hönnuð fyrir sneggra viðbragð

TEMPUR® Contour
Hönnuð fyrir meiri stuðning

TEMPUR® Cloud
Hönnuð fyrir meiri mýkt

MicroTech frá Tempur
Fyrir þá sem kjósa Tempur® á betra verði

QUICKREFRESH™ ÁKLÆÐI
Rennilás gerir það afar einfalt er að taka QuickRefresh áklæðið af TEMPUR dýnunni og þvo.

FAXAFENI 5
Reykjavík
588 8477

DALSBRAUT 1
Akureyri
588 1100

SKEIÐI 1
Ísafirði
456 4566

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

Betra BAK