FRÉTTABLAÐIÐ

264. TÖLUBLAÐ 18. ÁRGANGUR — MEST LESNA DAGBLAÐ Á ÍSLANDI* — FIMMTUDAGUR 8. NÓVEMBER 2018

Seðlabankinn í hækkunarfasa

VIÐSKIPTI Kristrún Mjöll Frostadóttir, aðalhagfræðingur Kviku banka, segir ekki ólíklegt að fleiri vaxtahækkanir fylgi í kjölfarið á stýrivaxtahækkun Seðlabanka Íslands í gær. Ef verðbólguvæntingar falla á næstu tveimur til þremur mánuðum geti það hægt á vaxtahækkunarferlinu „en mér finnst ansi líklegt að við séum komin í hækkunarfasann“, segir hún.

Kristrún Mjöll Frostadóttir.

Ásdís Kristjánsdóttir, forstöðumaður efnahagssviðs Samtaka atvinnulífsins, segir það hafa komið verulega á óvart að Seðlabankinn hafi ekki birt sviðsmyndagreiningu um hvaða áhrif niðurstaða komandi kjaraviðræðna gæti haft á verðbólgu og vaxtastig í landinu. „Það blasir við að meginóvissuþáttur næstu missera er hver niðurstaða komandi kjarasamninga verður,“ nefnir hún.

Ásdís segir vísbendingar um að kólnun sé hafin í efnahagslífinu. Nánast vikulega berist fréttir um að fyrirtæki séu að hagræða í rekstri og segja upp starfsfólki til þess að bregðast við erfiðu rekstrarumhverfi. Vaxtahækkun sé aðeins til þess fallin að hraða kólnun hagkerfisins.

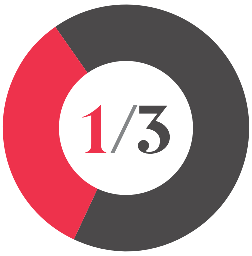
– kij /sjá síðu 10

Þarf að kynna iðnnám fyrr

SKOÐUN Efla þarf list- og verkgreinar í grunnskólum, segir í grein Katrínar Atladóttur, borgarfulltrúa Sjálfstæðisflokks sem á sæti í skóla- og frístundaráði, í blaðinu í dag. Katrín nefnir frumvarp Áslaugar Örnu Sigurbjörnsdóttur, að sveinspróf verði lagt að jöfnu við stúdentspróf og segir það opna dyr. „Grunnskólar í Reykjavík eru ekki að standa sig nægjanlega vel í að kynna aðrar námsleiðir fyrir börnunum.“

– þea / sjá síðu 24

Katrín Atladóttir.



1 af hverjum **3** jarðarbúum neytir áfengis eða um 2,4 milljarðar manna.

Ísland er í 10. sæti yfir þau lönd þar sem flestir neyta áfengis.

Falla undir skaðlegt neyslumynstur

árið 2017

27% kvenna — **33.000** konur

32% karla — **40.000** karlar

- Aukning um 2% frá 2016.
- Flestir í aldurshópnum 18-34 ára.
- Aukningu milli ára má helst sjá hjá konum á aldrinum 18-34 ára og hjá körlum 55 ára og eldri.
- Dró talsvert úr áhættudrykkju meðal kvenna 55 ára og eldri milli ára, eða um 6%.

Sala áfengis á Íslandi

árið 2017 í lítrum

■ **Létt vín:** 3.819 ■ **Sterkt áfengi:** 860 ■ **Bjór:** 17.188

Heildarsala áfengis 2010-2017

2010	18.942	2014	19.216
2011	18.438	2015	19.603
2012	18.537	2016	20.866
2013	18.653	2017	21.867

Þarf alltaf að vera vín?

Áfengi leikur stórt hlutverk í lífi margra og þar eru Íslendingar engin undantekning. Hvað er hófleg neysla áfengis? Þarf alltaf að vera vín? 12, 16, 18

Í lok sumars kom út ein umfangsmesta fjölþjóðlega rannsókn seinni tíma á áhrifum áfengis á heilsu fólks. Rannsóknin tók til 195 landa og áhrifa áfengis á heilsu tæplega 30 milljóna einstaklinga. Niðurstöður kollvörpuðu þeirri mýtu að einn eða tveir drykkir á dag teldust heilsubætandi. Þar kom einnig fram skýr fylgni milli drykkju og ótímabærs dauða, krabbameins og hjarta- og æðasjúkdóma. Það að neyta ekki áfengis dragi almennt úr líkum á því að verða fyrir heilsutapi.

Áfengi er stór hluti af menningu Íslendinga en þó ekki allra. Fréttablaðið ræddi við nokkra einstaklinga sem annaðhvort hafa aldrei smakkað vín eða ákveðið á einhverjum tíma að hætta að drekka.

Þeim sem greinast með skorpulifur fjölgar um 10 prósent á hverju ári á Íslandi. Þetta sýnir ný rannsókn sem kynnt verður á lyflæknadögum um næstu mánaðamót.

Breytingar á neyslumynstri Íslendinga hafa mikil áhrif á þessa þróun, en dagdrykkja hefur aukist mjög hér á landi. Skorpulifur var mun sjaldgæfari hér áður fyrr þegar Íslendingar duttu bara í það um helgar, en aukning í greiningum á skorpulifur helst í hendur við aukna dagdrykkju. Ekki er þó heldur mælt með helgarfylleríum sem hafa slæm áhrif á heila og miðtaugakerfi.

Skorpulifur spyr ekki um tegund og það er jafnslæmt fyrir lifrina að ofnota rauðvín, vodka og bjór.

> Við vorum bara að drekka um helgar en nú er fólk að dreifa drykkjunni á fleiri daga.

Trump sparkar Jeff Sessions

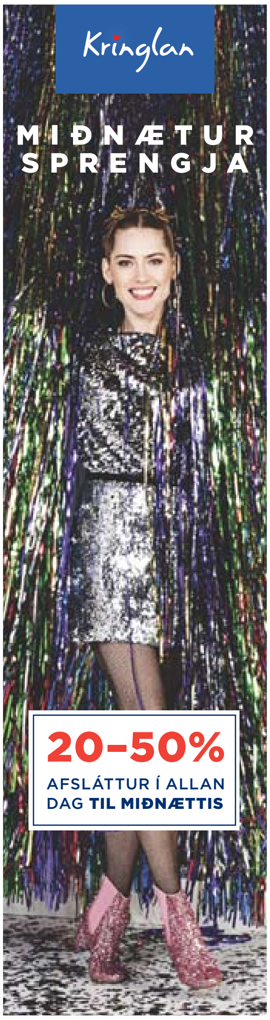
BANDARÍKIN Jeff Sessions, dómsmálaráðherra Bandaríkjanna, afhenti uppsagnarbréf í gær eftir að Donald Trump forseti fór fram á afsögn. Í tísti í gærkvöldi sagði forsetinn að Matthew Whitaker, starfsmannastjóri ráðuneytisins, yrði starfandi dómsmálaráðherra og þakkaði Sessions fyrir störf hans.

Óttast er að eftirmaður Sessions, hver svo sem það verður, gæti lagt niður rannsókn á meintu samsæri Trumps og Rússa.

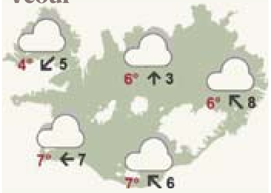
Trump hefur lengi deilt við ráðherrann fráfarandi og sagt að það sé í raun enginn dómsmálaráðherra í ríkisstjórninni.

Ástæðan er helst sú að Sessions sagði sig frá rannsókn á meintu samsæri forsetaframboðs Trumps við Rússa og eftirlét Rod Rosenstein, undirmanni sínum, yfirumsjón með rannsókninni. Trump getur nú skipað nýjan ráðherra sem myndi þá hafa umsjón með rannsókninni og störfum Roberts Mueller, sérstaks saksóknara í málinu.

Nýr ráðherra, hver sem það verður, gæti bundið enda á rannsóknina og Trump skýlt sér á bak við tölfræði sem birtist á þriðjudag og sýndi að meirihluta kjósenda þótti rannsóknin gerð á pólitískum forsendum. - þea



Veður



Austan 10-20 m/s og væta í flestum landshlutum. Hvassast S- og SV-lands seinnipartinn en hægari og úrkomulítið N-lands. Hiti 1-8 gráður, hlýjast S- og SV-lands. SJÁ SÍÐU 30

Fjordvik er strand við hafnargarðinn í Helguvík. FRÉTTABLAÐIÐ/EYÞÓR

Sjór blandast við sement

BJÖRGUN Sær hefur blandast hluta þess sements sem var um borð í skipinu Fjordvik sem strandaði við hafnargarð Helguvíkurhafnar á föstudag. Ekki liggur fyrir um hve stóran hluta farmsins er að ræða.

Þetta kemur fram í svari forsvarsmanna eigenda skipsins við fyrirspurn Fréttablaðsins. Búið er að dæla olíu að nær öllu leyti úr skipinu. Næstu aðgerðir miða að því að bjarga þeim verðmætum sem bjargað verður. Undirbúningsaðgerðir fyrir björgun fóru fram í gær og skoðuðu kafarar meðal annars skrokk skipsins. Óvíst er hvenær reynt verður að koma skipinu á flot á nýjan leik en að því er stefnt. **– jóe**

Vilja fjögurra vikna varðhald

LÖGREGLUMÁL Lögreglan á Suðurlandi fjögurra vikna gæsluvarðhalds yfir manni sem grunaður er um aðild að íkveikju á Selfossi í síðustu viku verði í gæsluvarðhaldi næstu fjórar vikur. Tveir létust í brunanum en málið var tekið fyrir í Héraðsdómi Suðurlands í gær.

Oddur Árnason yfirlögregluþjónn staðfestir þetta í samtali við Fréttablaðið. Hann sagði ekki útilokað að dómurinn tæki sér frest þar til í dag til að taka afstöðu til kröfunnar, þar sem fyrri gæsluvarðhaldsúrskurður rynni ekki út fyrr en þá. Hann sagðist því vera að bíða fregna úr dómssal en farið er fram á varðhaldið á grundvelli almannahagsmuna. **– bg**

Skagapiltsins draumur

Sá þriðji Arnór Sigurðsson, 19 ára Skagamaður, skoraði mark CSKA Moskvu í 1-2 tapi fyrir Roma í G-riðli Meistaradeildar Evrópu í gær. Hann er þriðji Íslendingurinn sem skorar í Meistaradeildinni á eftir Eiði Smára Guðjohnsen og Alfreð Finnbogasyni. Þetta var fyrsta mark Arnórs fyrir CSKA en hann gekk til liðs við félagið í sumar. Landi hans, Hörður Björgvin Magnússon, var rekinn út af skömmu eftir mark Arnórs. NORDICPHOTOS/AFP

Eimskip segir upp átján starfsmönnum

VINNUMÁL Átján manns var sagt upp störfum hjá Eimskipum í síðustu viku. Þetta staðfestir Ólafur William Hand, upplýsingafulltrúi fyrirtækisins, í samtali við Fréttablaðið og segir að um sé að ræða sextán starfsmenn fyrirtækisins hér á landi en tvo á erlendum skrifstofum þess.

Hann segir að ákvörðunin sé hluti af hagræðingarferli sem hefur verið í gangi undanfarið. Ólafur segist hins vegar búast við að uppsagnirnar verði ekki fleiri á árinu en erfitt sé að segja til um hvað komi til með að gerast á komandi mánuðum.

Eimskip gaf út uppfærða afkomuspá í síðasta mánuði þar sem afkoman var lækkuð um 15 prósent, úr 57 til 63 milljóna evra rekstrarhagnaði niður í 49 til 53 milljóna hagnað. **– dfb**

Íbúar á Vatnsenda lýsa óöld og ótta á svæðinu

Kópavogsbær hyggst gangast fyrir fundi vegna kvartana íbúa á Vatnsenda undan vanhirðu á yfirgefnum sumarbústöðum og ótta íbúanna við hústökumenn og spellvirki þeirra. Bærinn segir umgengni við marga bústaði verulega ábótavant.

FÓLK „Það má segja að á svæðinu ríki óöld sem þarf að uppræta án tafar,“ segir í samhljóða bréfum tveggja nágranna í Hólmaþingi til bæjaryfirvalda í Kópavogi. Fleiri kvarta undan ástandinu.

Í bréfum íbúanna segir að meðfram Elliðavatni sé á annan tug yfirgefinna sumarbústaða. Þeir hafi fram til þessa verið nýttir til partístands sem og leiksvæði barna.

„Nú á síðustu mánuðum virðist sem atferli hústökumanna hafi breyst til hins verra og skemmdir eru unnar á bústöðum á kerfisbundinn hátt. Gengið er á milli bústaða, eldur kveiktur, húsgögn og girðingar brotnar niður sem og rúður brotnar,“ segir í bréfunum.

Að sögn íbúanna hafa nágrannar þeirra kallað til lögreglu í nokkur skipti. Þeim ábendingum hafi verið sinnt seint og illa. „Það má segja að á svæðinu ríki óöld sem þarf að uppræta án tafar. Svæðið er Kópavogi til skammar, slysahætta er gríðarleg og útivistarfólk óttast öryggi sitt á síðkvöldum,“ segja íbúarnir.

Þriðji íbúinn tekur í sérstöku bréfi undir áhyggjurnar. Hann vonist til að „Kópavogur grípi nú í taumana og lagfæri ástandið við vatnið“.

Fjórða bréfið er frá manni sem kveður móður sína hafa átt sumarhús sem tekið hafi verið af henni með eignarnámi árið 2008. „Það var ósk móður minnar að garðurinn við sumarhúsið yrði gerður að almenningsgarði enda mjög vel gróinn með fallegum trjám sem plantað var frá 1942 til 1990,“ segir bréfritarinn. Húsið hafi ekki verið fjarlægt eins og til hafi staðið og það legið undir skemmdum.

Yfirgefnir bústaðir á Vatnsenda stinga í stúf við íbúabyggðina. FRÉTTABLAÐIÐ/EYÞÓR

> **Gengið er á milli bústaða, eldur kveiktur, húsgögn og girðingar brotnar niður sem og rúður brotnar.**
>
> Íbúar á Vatnsenda

„Núna í vor hafa ungmenni í hverfinu gengið berserksgang í húsinu og brotið allar rúður, brotið hurðir, veggi og hent því dóti sem var í húsinu út um allt,“ segir maðurinn.

Málið hefur verið tekið fyrir í tveimur nefndum Kópavogsbæjar sem telja ástandinu verulega ábótavant en benda á að umræddir bústaðir séu í umsjá ábúanda Vatnsendabýlisins.

Sigríður Björg Tómasdóttir, almannatengill hjá Kópavogsbæ, segir bæinn hafa leitast við að fá landeigandann og leigutaka til þess að hreinsa svæðið. Boðað verði til samráðsfundar landeiganda, byggingarfulltrúa og heilbrigðiseftirlitsins til að móta tillögur um úrbætur. „Kópavogsbær leggur áherslu á að málið verði leyst eins fljótt og auðið er enda ljóst að ráðast þarf í tiltekt á svæðinu,“ segir hún.

gar@frettabladid.is

LED RAKAÞÉTT LJÓS

Rafvirkjar

IP65 IK08 4000K 6500K

LEDVANCE OSRAM

533 1900 | olafsson.is

Jóhann Ólafsson & Co

HÚSASMIÐJAN
blómaval
HÚSASMIÐJAN
Jólagleði
Nýtt blað komið út
Seríur
Gaman að gera fínt
Birt með fyrirvara um prentvillur og myndavíxl. Úrval getur verið misjafnt milli verslana.
FROST
Samtengjanlegar útiseríur, 50 ljósa fyrir íslenskar aðstæður
Led seríur, margir litir, gæðavara sem þolir vel íslenskar aðstæður. Samtengjanlegar allt að 2.000 ljós á eina kló.
Sjáðu verðið!
4.990 kr
LED útiseríur 50 ljósa
Samtengjanlegar LED útiseríur, 50 ljósa.
14500290-293
Frí heimsending
á jólaljósum og seríum í vefverslun husa.is
Gildir í nóvember
FROST
3.990 kr
Ljósahringur Curly
40 cm 64 LED hlýr hvítur.
14500951
FROST
1.190 kr
40% afsláttur
1.990 kr
Aðventuljós, 7 ljósa
14500400-403
Sjáðu verðið!
FROST
1.990 kr
2.490 kr
Frostrós í glugga
Hvít, rauð eða marglit.
2703001/39-40
25% afsláttur
1.490 kr
1.990 kr
Jólastjarna
Stór og flott.
Sjáðu verðið!
20% afsláttur
FROST
LED inni- og útiseríur
LED 40-80-120 eða 200
Verð frá:
1.590 kr
1.990 kr
Pottaplöntur
25% afsláttur
LADY málning
25% afsláttur
Allt parket
25% afsláttur
Gerviljólatré
25% afsláttur
Húsasmiðjan og Blómaval
...það er gaman að gera fínt
SJÁÐU ALLT ÚRVALIÐ Í VEFVERSLUN HUSA.IS

Menn ruddust inn og skemmdu íbúðina en það taldist ekki innbrot

TRYGGINGAR Fasteignareigandi á Akureyri á ekki rétt á bótum úr tryggingu eftir að tveir menn ruddust inn í húseign hans og lögðu í rúst. Þetta er niðurstaða úrskurðarnefndar í vátryggingamálum (ÚRVá).

Eigandinn hafði leigt eign sína út um stundarsakir í byrjun febrúar 2018. Tveir menn töldu sig eiga vantalað við leigutakann og ruddust inn til hans. Eyðilögðu sjónvarpsskáp, skemmdu innréttingu á baði og eyðilögðu baðherbergishurð, svo fátt eitt sé nefnt.

Eigandinn krafðist bóta en félagið neitaði ábyrgð þar sem að ekki hafi verið um innbrot að ræða. Trygging mannsins tók til innbrota en þá ber vátryggðum að tryggja að hús sé alltaf læst og öllum gluggum lokað.

ÚRVá taldi að hugtakið innbrot yrði að túlka á þann veg að það tæki til athafnar þegar einhver bryti sér leið inn í húsnæði í stað þess að fara inn um venjulegar inngönguleiðir. Skemmdarvargarnir hefðu farið inn um dyr og því hefði ekki verið um innbrot að ræða. Niðurstaðan var sú að tryggingin næði ekki yfir tjón mannsins. **– jóe**

Atvikið átti sér stað á Akureyri í febrúar á þessu ári. FRÉTTABLAÐIÐ/AUÐUNN

Bregðast við hækkun fasteignamats milli ára. FRÉTTABLAÐIÐ/EYÞÓR

Boða lækkun fasteignaskatta

HAFNARFJÖRÐUR Fasteignaskattar verða lækkaðir í Hafnarfirði á næsta ári samkvæmt fjárhagsáætlun bæjarins. Er það gert til að bregðast við mikilli hækkun á reiknuðu fasteignamati milli ára.

» Bæjarstjórinn í Hafnarfirði segir mikilvægt að halda áfram á braut agaðrar fjármálastjórnunar.

Áætlunin gerir ráð fyrir að reksturinn verði jákvæður um 985 milljónir króna á næsta ári samanborið við 798 milljóna afgang á yfirstandandi ári. Skuldaviðmið lækkar áfram samkvæmt áætluninni og verður 120 prósent í lok næsta árs.

Rósa Guðbjartsdóttir bæjarstjóri segir að fjárhagsáætlunin staðfesti hve fjárhagurinn hafi styrkst undanfarin ár og mikilvægt sé að halda áfram á braut agaðrar fjármálastjórnunar. **– sar**

FRÉTTABLAÐIÐ
Vertu fyrst/ur að lesa blaðið
Fáðu blað dagsins í tölvupósti kl. 5.00 á morgnana.
Skráðu þig á póstlista Fréttablaðsins á **www.frettabladid.is/nyskraning**. Það kostar ekkert.

Aðalatriðið að fólk hugi betur að úrganginum og bílanotkun

Losun koltvísýrings á hvern íbúa er mest í íslenska hagkerfinu af ríkjum ESB og EFTA. Framkvæmdastjóri Orkuseturs segir að ekki megi draga of miklar ályktanir af þessum fréttum. Þrír stórir þættir skekki myndina mjög hlutfallslega. Mesta áherslan eigi að vera á skuldbindingunum sem snúa beint að stjórnvöldum.

UMHVERFISMÁL „Það má ekki túlka þetta þannig að við séum að gera allt svo rosalega rangt. Við erum með þrefalda hlutfallslega skekkju sem vegur gríðarlega þungt. Á öllum þessum sviðum erum við risastór hlutfallslega, í sjávarútvegi, orkufrekum iðnaði og fluginu,“ segir Sigurður Friðleifsson, framkvæmdastjóri Orkuseturs, um þær fréttir sem Hagstofan birti í gær að losun koltvísýrings frá hagkerfinu á hvern íbúa sé mest á Íslandi af ESB- og EFTA-ríkjunum.

Samkvæmt tölunum sem eru frá 2016 er losunin 16,9 tonn á hvern Íslending en Lúxemborg kemur næst með 15,2 tonn og Eistland er í þriðja sæti með 13,4 tonn. Langmest losunin á Íslandi er vegna flugs og framleiðslu málma en hvor þáttur telur um þriðjung.

Sigurður segir að þegar komi að þessum þremur stóru þáttum í losuninni séu Íslendingar í sumum tilfellum að gera góða hluti.

„Í málmframleiðslunni erum við að nota endurnýjanlega orkugjafa. Við erum heldur ekki að velja það að nota olíu í sjávarútvegi í staðinn fyrir eitthvað annað, því það er ekkert annað. Við höfum staðið okkur mjög vel í að reyna að draga úr notkuninni með hámarksnýtni. Flugfélögin eru heldur ekki að nota olíu í staðinn fyrir einhvern kost sem er í boði.“

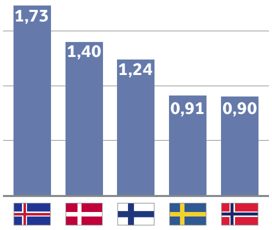
Mesta áherslan á að mati Sigurðar að vera á skuldbindingar Íslands sem snúa beint að stjórnvöldum. „Það snýst bara um einstaklingana. Þar verðum við að ná niður losun, bæði í samgöngum og úrgangi. Þegar við komum að heimilum þá erum við yfirleitt í betri stöðu en aðrar þjóðir af því að við höfum endurnýjanlega orkugjafa. Á móti erum við gríðarleg bílaþjóð. Bæði af því að við höfum greinilega áhuga á því og að sumu leyti þurfum við það.“

Lykilatriði að mati Sigurðar er að þar hafi fólk val. „Það er sem betur fer komin markaðslausn. Þú getur núna tekið ákvörðun um að hætta að nota bílinn og hjólað frekar eða farið í strætó eða keypt þér rafmagnsbíl eða metanbíl.“

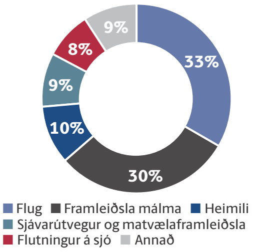
Þegar kemur að losun frá heimilum er Ísland í 9. sæti en losunin hér er mest af öllum Norðurlöndunum. **sighvatur@frettabladid.is**

Um þriðjungur losunar á koltvísýringi í íslenska hagkerfinu er vegna flugreksturs. FRÉTTABLAÐIÐ/EYÞÓR

Losun frá heimilum – Tonn af koltvísýringi á hvern íbúa 2016



Hlutfall losunar eftir atvinnugreinum



ÍSBAND
ÍSLENSK-BANDARÍSKA EHF. BÍLAUMBOÐ
UMBOÐSAÐILI FIAT Á ÍSLANDI • ÞVERHOLT 6 • 270 MOSFELLSBÆR • S. 534 4433
WWW.ISBAND.IS • ISBAND@ISBAND.IS • OPIÐ VIRKA DAGA 10-18 • LAUGARDAGA 12-16

IGNIS

MÍKRÓ JEPPI

SUZUKI

Way of Life!

LÁTTU EKKERT STOPPA ÞIG
SUZUKI IGNIS 4X4!

SUZUKI ER ÁREIÐANLEGASTI BÍLLINN SAMKVÆMT NIÐURSTÖÐUM ÁRLEGRAR KÖNNUNAR BRESKA BÍLARITSINS „WHAT CAR?“

VERÐ FRÁ KR.
2.590.000

Það er alltaf Suzuki veður!

ALLGRIP AUTO

- Allgrip auto fjórhjóladrifskerfi
- 18 cm undir lægsta punkt
- Sparneytin og öflug 1,2L Dualjet vél
- 4,7 m beygjuradíus
- Einnig fáanlegur með Mild Hybrid tvinnaflrásarvél

Suzuki Ignis er valkostur fyrir þá sem vilja sparneytinn smábíl með öryggi og notagildi jepplings. Ignis hefur fengið frábæra dóma fyrir aksturseiginleika og einstaklega skemmtilega hönnun, jafnt að utan sem innan.

FLUTT MEÐ EIMSKIP

SUZUKI

Fáðu nánari upplýsingar á suzuki.is

Suzuki bílar hf. I Skeifunni 17 I Sími 568 5100

Átökum milli gamalla félaga lýst sem skilnaðarrifrildi á þinginu

ALÞINGI Þingmenn Miðflokks sökuðu Framsóknarflokk um að stela frumvarpi á þingfundi í gær. Framsóknarmenn telja á móti að málið hafi upphaflega verið frá þeim.

Umrætt frumvarp er um breytingu á búvörulögum sem heimilar afurðastöðvum í kjötiðnaði að hafa með sér samráð til að halda niðri kostnaði við framleiðslu, geymslu og dreifingu kjötvara. Breytingin er nær samhljóða grein í frumvarpi sem Gunnar Bragi Sveinsson, Miðflokksmaður en þá Framsóknarmaður, lagði fram í fyrra.

„Í október sagði [Gunnar Bragi] að von væri á þessu máli aftur. Fáeinum dögum síðar birtist frá Framsóknarflokknum frumvarp sem er nánast orðrétt frumvarp [hans] nema nú er hann ekki skráður fyrir því,“ sagði Sigmundur Davíð Gunnlaugsson, formaður Miðflokksins.

„Allir vildu Lilju kveðið hafa. [...] Þó [Gunnar Bragi] hafi skipt um kápu þá er þetta Framsóknarmál og þó hann hafi nefnt það í ræðu þá gerði Þórarinn Ingi Pétursson, varaþingmaður Framsóknar, það líka,“ sagði Þórunn Egilsdóttir, þingflokksformaður Framsóknar.

> Það er spurning hvort forseti Alþingis beiti sér ekki fyrir því að komið verði á sáttaferli milli Framsóknarflokks eitt og Framsóknarflokks tvö svo við börnin þurfum ekki að fylgjast með foreldrunum rífast.
>
> Andrés Ingi Jónsson, þingmaður VG

Öðrum þingmönnum var nokkuð skemmt yfir þessu skilnaðarrifrildi og voru flokkarnir tveir ítrekað uppnefndir Framsóknarflokkur eitt og tvö. Þó bentu nokkrir á það að sú hefð væri á þingi að ef leggja ætti fram frumvarp sem annar hafði lagt fram áður þá væri haft samráð við fyrri flutningsmann og þess getið að áþekkt frumvarp hafi verið lagt fram á fyrra þingi.

„Það er spurning hvort forseti Alþingis beiti sér ekki fyrir því að komið verði á sáttaferli milli Framsóknarflokks eitt og Framsóknarflokks tvö svo við börnin þurfum ekki að fylgjast með foreldrunum rífast,“ sagði Andrés Ingi Jónsson, Vinstri grænum. **– jóe**

Ósátt við fyrirkomulag aksturs fatlaðra

Fulltrúar Sjálfstæðisflokks og Miðflokks í velferðarráði gera alvarlegar athugasemdir við ákvörðun stjórnar Strætó bs. að samþykkja framsal á rammasamningi hins gjaldþrota Prime Tours í ferðaþjónustu fatlaðra til Far-vel ehf. Félögin eru í eigu sama einstaklings.

SAMGÖNGUR „Því er sagan að endurtaka sig fyrir opnum tjöldum,“ segja fulltrúar Miðflokksins og Sjálfstæðisflokksins í bókun sinni í velferðarráði um að stjórn Strætó heimili félaginu Far-vel að taka við verkefnum hins gjaldþrota Prime Tours hjá Ferðaþjónustu fatlaðra. Líkt og Fréttablaðið greindi frá í gær eru sömu eigendur að félögunum. Hjörleifur Harðarson, eigandi félaganna, vísaði því á bug í blaðinu í gær að um kennitöluflakk væri að ræða. Far-vel er í dag skráð í eigu eiginkonu hans, en hann er þar stjórnandi.

Fulltrúar áðurnefndra flokka í velferðarráði gera í bókun sinni alvarlegar athugasemdir við ákvörðun stjórnar Strætó að samþykkja framsal rammasamnings Prime Tours til Far-vel.

Ákvörðun stjórnar Strætó byggir á minnisblaði innkaupadeildar Reykjavíkurborgar þar sem niðurstaðan er sú að forsvarsmenn Far-vel hafi sýnt með fullnægjandi hætti að félagið uppfylli allar ófrávíkjanlegar hæfiskröfur rammasamningsskilmála. Enn fremur að ekki væri uppfyllt skilyrði um að hafna umsókninni á grundvelli könnunar á viðskiptasögu eigenda og stjórnenda.

Síðarnefnda atriðið vekur athygli, en í minnisblaðinu er á það bent að Far-vel hafi verið stofnað árið 1999, en legið í dvala frá 2008 til loka september síðastliðins og því sé skilyrði greinar skilmála rammasamnings um „nýja kennitölu“ ekki uppfyllt. Þrátt fyrir að „báðir skráðir stjórnarmenn umsækjanda, og þar af einn núverandi eigandi, tengjast nýlegu greiðsluþroti tveggja fyrirtækja í sambærilegri atvinnustarfsemi.“

Vigdís Hauksdóttir, borgarfulltrúi Miðflokksins, lagði fram bókun í velferðarráði ásamt fulltrúa Sjálfstæðisflokks. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

Fulltrúar Sjálfstæðisflokksins og Miðflokksins segja í bókun sinni hins vegar engan vafa leika á um að umrætt ákvæði eigi við. Ljóst sé að ekki hafi verið tekið á málinu af festu og mikilvægt sé að sátt ríki um ferðaþjónustu fatlaðra og fagleg vinnubrögð höfð að leiðarljósi.

Guðmundur Siemsen, lögfræðingur Strætó bs., segir aðspurður að Strætó taki ekki afstöðu til efnisatriða samnings milli þrotabúsins og Far-vel. Samningssambandið þar á milli sé Strætó algjörlega óviðkomandi. Úrræði til að taka á því þegar rammasamningsaðili fer í þrot séu takmörkuð. Lögfræðilega geti til dæmis aðrir rammasamningshafar ekki stigið inn í verkefnin sem Prime Tours skildi eftir sig, líkt og aðrir undirverktakar hafa lýst sig reiðubúna að gera. Í minnisblaðinu segir að ekki verði séð að slíkar breytingar séu heimilar.

Far-vel ehf. og aðstandendur uppfylltu skilyrði til að taka við keflinu af Prime Tours. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

> Báðir skráðir stjórnarmenn umsækjanda, og þar af einn núverandi eigandi, tengjast nýlegu greiðsluþroti tveggja fyrirtækja í sambærilegri atvinnustarfsemi.

„Þegar þetta kemur upp liggur ekki annað fyrir Strætó en að meta hvort þessi aðili uppfylli ófrávíkjanlegar hæfniskröfur. Að fengnu mati innkaupadeildar Reykjavíkurborgar þá var sýnt fram á að svo var,“ segir Guðmundur. **mikael@frettabladid.is**

F&F
20%
AFSLÁTTUR
AF ÖLLUM F&F VÖRUM
DAGANA 8.- 11. NÓVEMBER
GILDIR EKKI MEÐ ÖÐRUM TILBOÐUM
MEIRI GÆÐI, BETRA VERÐ
FÆST EINGÖNGU Í
HAGKAUP

Vaxandi vandi Repúblikanaflokksins

Þótt Repúblikanar hafi unnið Hvíta húsið fyrir tveimur árum blasir alvarlegt lýðfræðilegt vandamál við flokknum. Helstu stuðningsmönnum hans mun fækka í hlutfalli við aðra samfélagshópa á næstu áratugum. Úthverfin fjarlægðust Repúblikana á þriðjudaginn.

BANDARÍKIN Kosningarnanar í Bandaríkjunum, þar sem Demókratar náðu meirihluta í fulltrúadeild þingsins, Repúblikanar héldu öldungadeildinni og flokkarnir fengu báðir stóra ríkisstjórastóla, sýna að Repúblikanaflokkurinn á við lýðfræðilegan vanda að stríða.

Repúblikanar töluðu sjálfir um þennan vanda á árunum sem liðu frá því Mitt Romney tapaði forsetakosningum gegn Obama 2012 og fram að sigri Donalds Trump árið 2016 að flokkurinn þyrfti að bregðast við fjölgun rómanskættaðra kjósenda. En það sem stóð einna helst upp úr á kosninganóttinni er að nú hafa Demókratar skapað sér sterka stöðu í úthverfum bandarískra borga.

Demókratar unnu fulltrúadeildarsæti í úthverfum víða um land. Ekki bara í kjördæmum sem Repúblikanar höfðu áhyggjur af og vissu trúlega að myndu tapast heldur meira að segja náði flokkurinn að sigra óvænt í erfiðari kjördæmum.

Eins og sjá má á meðfylgjandi töflum, sem byggðar eru á útgönguspám gerðum á þriðjudag, eru Repúblikanar bara með yfirhöndina í dreifbýli. Þaðan koma mun færri kjósendur en frá borgum og bilið fer breikkandi. Þá eru Repúblikanar einnig sterkir á meðal hvítra kjósenda.

Þótt sigur Trumps hafi létt á áhyggjum Repúblikana af þróun bandarísks samfélags mega þeir ekki við því að hundsa vandann. Konur eru að fjarlægjast Repúblikana. Í umfjöllun Cook Political Report frá því í vor segir að konum sem aðhyllast Demókrata hafi fjölgað um fjögur prósentustig frá árinu 2015.

Manntalsstofnun Bandaríkjanna birti greiningu á framtíðarhorfum í vor. Þar mátti sjá að miðað við þróun undanfarinna áratuga mun hlutfall hvítra af heildaríbúafjölda minnka úr 61,3 prósentum árið 2016 í 55,8 prósent árið 2030 og svo 44,3 prósent árið 2060. Rómönskum mun á móti fjölga úr 17,8 prósentum í 21,1 prósent árið 2030 og 27,5 prósent árið 2060. Svörtum Bandaríkjamönnum, asískættuðum og öðrum mun sömuleiðis fjölga.

Þótt útgönguspár séu ófullkomnar er vert að hafa í huga að miðað við þær, og greiningu manntalsstofnunarinnar, virðist nauðsynlegt fyrir Repúblikana að aðlaga sig breyttum tímum. **thorgnyr@frettabladid.is**

Á kosningavöku í New York mátti sjá þann fjölbreytta hóp fólks sem kýs síður Repúblikana. NORDICPHOTOS/AFP

FRÉTTABLAÐIÐ +PLÚS

Myndir frá kosninganóttinni má sjá á +Plús síðu Fréttablaðsins.

Fréttablaðið +Plús er eingöngu í Fréttablaðs-appinu eða í PDF-útgáfu blaðsins sem er aðgengileg á frettabladid.is.

Búseta

	Demókratar	Repúblikanar
Borg (32%)	65%	32%
Úthverfi (51%)	49%	49%
Dreifbýli (17%)	42%	56%

Kyn

	Demókratar	Repúblikanar
Karlar (48%)	47%	51%
Konur (52%)	59%	40%

Aldur

	Demókratar	Repúblikanar
18-29 (13%)	67%	32%
30-44 (22%)	58%	39%
45-64 (39%	49%	50%
65+ (26%)	48%	50%

Kynþáttur

	Demókratar	Repúblikanar
Hvít (72%)	44%	54%
Svört (11%)	90%	9%
Rómönsk (11%)	69%	29%
Asísk (3%)	77%	23%
Annað (3%)	54%	42%

Menntun

	Demókratar	Repúblikanar
Háskóla-menntun (41%)	59%	39%
Ekki háskóla-menntun (59%)	49%	49%

Skiptu yfir í vistvæna orku strax í dag!

Volkswagen e-Golf kemur þér á áfangastað á rafmagninu einu saman. Þú nýtir hreina innlenda orku, tekur aldrei eldsneyti, ert laus við olíuskipti og upplifir magnaðan akstur. Gríptu tækifærið núna og stökktu inn í framtíðina með Volkswagen e-Golf – 100% rafmagnsbíl.

Verð frá **4.490.000 kr.**

Við látum framtíðina rætast.

Til afhendingar strax!

Volkswagen

5 ára ábyrgð fylgir fólksbílum HEKLU að uppfylltum ákvæðum ábyrgðarskilmála. Þá er að finna á www.hekla.is/abyrgd

www.volkswagen.is

HEKLA · Laugavegi 170-174 · Reykjavík · Sími 590 5000 · hekla.is
Höldur Akureyri · Bílasala Selfoss · Bílás Akranesi · HEKLA Reykjanesbæ · BVA Egilsstöðum

KRÓNAN

Sjáðu úrvalið á kronan.is

Technic baðvöru jóladagatal

3390 kr. pk.

Revolution jóladagatal
Allt fyrir varirnar

6590 kr. pk.

Revolution snyrtivöru jóladagatal
Varalitir, augnskuggar og burstar fyrir jólin

6590 kr. pk.

Fæst í:

Bíldshöfða, Flatahrauni, Garðabæ, Grafarholti, Granda, Lindum og Vallakór

og ... Akranesi, Mosfellsbæ, Reyðarfirði, Reykjanesbæ, Selfossi og Vestmannaeyjum

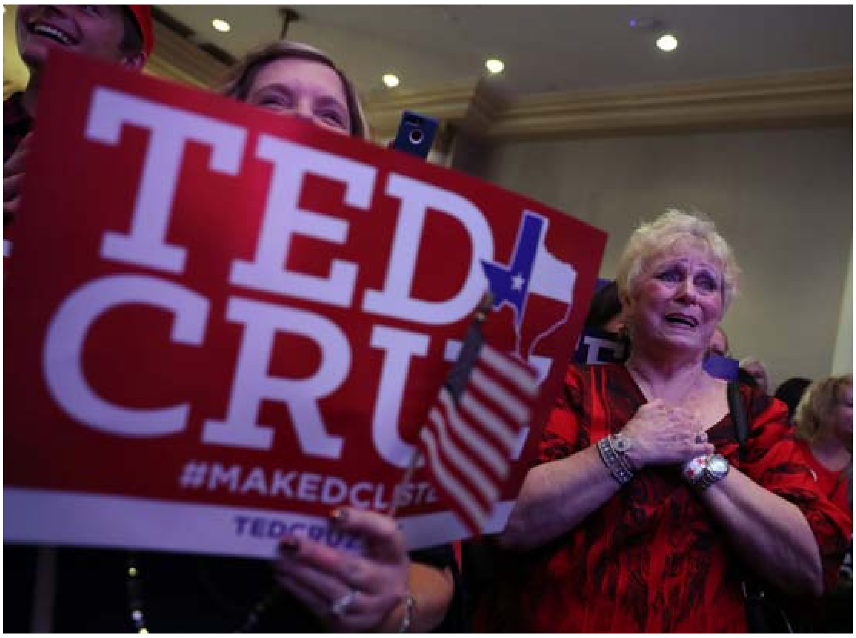
Jóladagatal með súkkulaði og lakkrískúlum

1999 kr. pk.

Osta jóladagatal

3999 kr. pk.

Ilhan Omar, sem hér sést, og Rashida Tlaib verða fyrstu múslimakonur á þingi.



Marie Rice var yfir sig glöð þegar ljóst var að Ted Cruz hefði náð endurkjöri til öldungadeildar.

Tilfinningarík nótt

Það var mikil spenna í loftinu þegar talið var upp úr kjörkössunum í Bandaríkjunum í fyrrinótt. Repúblikanar halda meirihluta sínum í öldungadeildinni en Demókratar náðu fulltrúadeildinni og geta því rannsakað meint afbrot Trumps.

Donald Trump forseti reifst heiftarlega við Jim Acosta, blaðamann CNN, á blaðamannafundi í Hvíta húsinu í gær.

Nancy Pelosi, fyrrverandi forseti fulltrúadeildar, snýr að öllum líkindum aftur í forsetastól fulltrúadeildarinnar nú þegar Demókratar hafa náð meirihluta.

Þær Karen Magnuson og Kay Shaw fagna kjöri Demókratans Jasons Crow í fulltrúadeildina í sjötta kjördæmi Colorado. MYNDIR/NORDICPHOTOS/AFP

Frekari vaxtahækkanir í kortunum

Aðalhagfræðingur Kviku segir ekki ólíklegt að fleiri vaxtahækkanir fylgi í kjölfarið á vaxtahækkun Seðlabankans í gær. Forstöðumaður hjá Samtökum atvinnulífsins segir hækkunina til þess fallna að hraða kólnun hagkerfisins.

Seðlabankinn segir aukna verðbólgu hafa lækkað raunvexti bankans umfram það sem æskilegt sé. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Kristrún Mjöll Frostadóttir, aðalhagfræðingur Kviku banka, segir það ef til vill hafa komið á óvart að peningastefnunefnd Seðlabanka Íslands skuli hafa hækkað stýrivexti bankans í stað þess að hinkra og sjá hvort verðbólguvæntingar færu að gefa sig. Bankinn hafi enda nýverið létt á innflæðishöftunum sem gæti stutt við krónuna og þar með ýtt væntingunum aðeins niður á við.

„Á móti kemur að bankinn er ef til vill að falla á tíma með vaxtahækkanir þar sem verðbólguhorfur fara nú hratt versnandi,“ segir hún.

Ásdís Kristjánsdóttir, forstöðumaður efnahagssviðs Samtaka atvinnulífsins, telur vaxtahækkunina hafa verið ótímabæra af þeirri einföldu ástæðu að staðan í efnahagslífinu sé mjög viðkvæm. Hækkunin sé aðeins til þess fallin að hraða kólnun hagkerfisins.

Peningastefnunefnd Seðlabankans ákvað að hækka vexti bankans um 0,25 prósentustig en í yfirlýsingu nefndarinnar sagði að aukin verðbólga og hærri verðbólguvæntingar hefðu lækkað raunvexti Seðlabankans umfram það sem æskilegt væri.

Kristrún segir vaxtahækkunina hafa komið nokkuð á óvart að því leyti að bankinn hafi verið nýbúinn að létta á innflæðishöftunum.

„Ein af forsendunum fyrir því var minnkandi vaxtamunur og því er áhugavert að bankinn stígi nú strax það skref að hækka vexti. Það mætti þó segja að bankinn sé að einhverju leyti á eftir kúrfunni þegar kemur að vaxtahækkunum.

Raunvaxtastig er orðið lágt og fer lækkandi með aukinni verðbólgu, auk þess sem spennan í hagkerfinu mælist meiri en þeir upprunalega héldu. Bankinn á að einhverju leyti að vera framsýnn og hafa þegar brugðist við því að verðbólgan sé að fara upp í rúmlega þrjú prósent í þessum mánuði,“ nefnir Kristrún.

Ásdís segir peningastefnunefnd hafa rökstutt hærri vexti með vísan til meðal annars veikingar krónunnar og hækkandi verðbólguvæntinga.

„Það þarf hins vegar að hafa í huga að gengisveikingu krónunnar síðustu vikurnar má meðal annars rekja til þeirrar óvissu sem er uppi á vinnumarkaði og áhyggna fjárfesta og annarra af efnahagshorfum,“ nefnir Ásdís og bætir einnig við að Seðlabankinn hafi sjálfur – með stífum innflæðishöftum – ýtt undir veikingu krónunnar.

Aðspurð segir Kristrún ekki ólíklegt að fleiri vaxtahækkanir fylgi í kjölfarið, hvort sem það gerist í næsta mánuði eða eftir áramót. „Markaðurinn er svartsýnn sem sýnir sig í því að hann hefur þegar verðlagt rúmlega hundrað punkta hækkun á vöxtum á næsta eina og hálfa árinu.“

kristinningi@frettabladid.is

Líklegt að slakað verði frekar á höftunum

Már Guðmundsson seðlabankastjóri segist telja það líklegt að stigin verði frekari skref til þess að slaka á höftum bankans á innflæði erlends fjármagns. Bankinn lækkaði sem kunnugt er bindiskyldu á innflæðið úr 40 prósentum í 20 prósent síðasta föstudag.

„Við höfum ætíð sagt það að við stefndum að því að þurfa ekki að vera með fjárstreymistækið virkt,“ sagði Már á fundi í Seðlabankanum í gærmorgun, „og að lækkunin á bindingunni yrði gerð í skrefum og tæki tillit til aðstæðna. Þar skipti máli hvernig vaxtamunurinn væri að þróast.“

Már benti á þó svo að vaxtamunur við útlönd hefði vissulega lækkað væri hann enn „þó nokkur“.

JAGUAR F-PACE

ÞAÐ VILJA EKKI ALLIR
VERA EINS OG ALLIR HINIR.

JAGUAR

ENNEMM / SÍA / NM90787 Búnaður bíls á mynd er frábrugðinn auglýstu verði

Búnaður í Jaguar F-Pace er m.a.: 18" álfelgur, halógen-aðalljós með dagljósum, framsæti með vönduðu áklæði og átta stefnu handvirkri stillingu, baksýnisspegill með sjálfvirkri deyfingu, gljásvart króm á skrautlista, 10" Touch Pro, upplýstar sílsahlífar úr málmi með Jaguar-áletrun.

Jaguar F-Pace.
VERÐ FRÁ: 8.190.000 KR.

JAGUAR
HESTHÁLSI 6-8, 110 REYKJAVÍK
SÍMI: 525 6500

VERIÐ VELKOMIN Í REYNSLUAKSTUR

RENAULT
Passion for life

Nýr Renault CAPTUR

Einn vinsælasti bíllinn í sínum flokki

KOMDU OG REYNSLUAKTU RENAULT CAPTUR Í DAG

Renault Captur er einn af vinsælustu bílum landsins í sínum stærðarflokki. Þessi sparneytni og snaggaralegi bíll hefur slegið í gegn hjá kaupendum sem vilja bíl sem þægilegt er að stíga inn í, þeir sitja hátt í og sjá vel út um alla glugga.

Renault Captur er fáanlegur beinskiptur eða sjálfskiptur með bensín eða dísilvélum sem nota einungis frá 3,7l/100 km* í blönduðum akstri.

Komdu og reynsluaktu nýjum Captur í dag.

RENAULT CAPTUR

Verð: 2.890.000 kr.

E F

„ÞÚ TANKAR SJALDNAR Á RENAULT"

*Miðað við uppgefnar tölur framleiðanda um eldsneytisnotkun í blönduðum akstri.

ENNEMM / SÍA / NM90794

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

TILVERAN

Gunnþórunn Jónsdóttir
gunnthorunn@frettabladid.is

Brynja Nordquist
fyrrverandi yfirflugfreyja

Fersk á morgnana og almennt hamingjusamari

Hver var ástæðan fyrir því að þú kaust að hætta að drekka?
Ég var einfaldlega búin að fá nóg. Mér fannst líf mitt vera farið að snúast um næsta tilefni til að fá mér áfengi. Mér fannst ég finna oftar fyrir kvíða og vanlíðan sem ég tengdi við áfengisneyslu. Þetta var lengi búið að gerjast með mér en ég var hrædd um að einangrast frá félagslífi ef ég hætti að drekka. Það var mikill misskilningur og vinir mínir hafa ekkert síður gaman af að vera með mér núna en áður.
Hvernig finnst þér að vera í kringum fólk sem drekkur?
Mér finnst þetta oftast lítið mál en vil helst ekki dvelja of lengi, en fer þó alltaf eftir félagsskapnum. Ég veit að ef mér er farið að finnast þetta óþægilegt þá get ég bara farið heim.
Er nokkurt mál að skemmta sér án áfengis?
Nei, í sjálfu sér ekki. Ég fer reyndar aldrei á skemmtistaði en við förum oft út að borða og komum yfirleitt snemma heim. Þetta er allt auðveldara ef maður hefur góðan stuðning og skilning frá þeim sem standa manni næst.
Hverjir eru kostir og gallar þess að vera edrú?
Það er enginn galli við að vera edrú, bara kostir. Minni vanlíðan og kvíði, fersk á morgnana og almennt miklu hamingjusamari. Nú er fullt svigrúm fyrir barnabarnið mitt sem býr á Íslandi og ég er alltaf til staðar fyrir hann.

Garpur I. Elísabetarson
kvikmyndagerðarmaður

Stóðu við tvo þriðju samningsins

Hvenær tókst þú ákvörðun um að byrja aldrei að drekka áfengi?
Ég og tvíburabróðir minn sömdum þegar við vorum 11 ára; aldrei drekka, aldrei reykja og aldrei vera með stelpum. Það var mikil alvara í þessum samningi hjá okkur og þegar hann eignaðist sína fyrstu kærustu 14 ára þá þorði hann ekki að segja mér frá því.
Hvernig finnst þér að vera í kringum fólk sem er að fá sér?
Það er bara jafn misjafnt og það er margt. Sumir eru leiðinlegir edrú og sumir eru leiðinlegir í glasi.
Hvernig finnst þér að skemmta þér með fólki sem er í glasi eða drukkið?
Ég á mjög auðvelt með að skemmta mér, hvar og hvenær sem er. Ef félagsskapurinn er góður, þá erum við í toppmálum.
Eru einhverjir sérstakir kostir sem þú sérð í því að drekka ekki, svona ef þú berð þig saman við þá sem drekka í kringum þig?
Það er auðvitað hægt að tala um að ég sleppi við þynnku og aðra fylgikvilla sem fylgja áfengisdrykkju. Svo er auðvelt að nefna peninga sem ég eyði ekki í áfengi. En það fer þá bara í aðra vitleysu.

Hákon Kjalar Hjördísarson
rekur ferðaþjónustu í miðri Þjórsá

Frelsið, tíminn og orkan er það sem stendur upp úr

Hvers vegna ákvaðst þú að hætta að drekka?
Ég hafði ekki nógu góða stjórn á drykkjunni sem hafði mikil áhrif á líf mitt. Ég var einfaldlega kominn með ógeð og tók ákvörðun fyrir fimm árum að hætta að drekka. Þannig breytti ég lífsstíl mínum og hef ekki séð eftir því.
Hvernig finnst þér að vera í kringum fólk sem drekkur?
Mér finnst það ekkert mál. Flestir mínir vinir drekka áfengi og ég fer mikið á vínveitingahús að hitta vini mína. En ég endist styttra. Það er munur á að vera með fólki sem er að fá sér í glas og fólki sem er drukkið. Maður hefur minni þolinmæði fyrir drukknu fólki heldur en maður hafði þegar maður var sjálfur að drekka. Í Traustholtshólma, þar sem ég fæ fólk í gistingu, afgreiði ég til dæmis áfengi en mér finnst það ekkert mál.
Er eitthvert mál að fara út að skemmta sér án áfengis?
Ég fer nú ekki mikið á skemmtistaði í bænum. En skemmtun fyrir mér er að fara út að borða og í leikhús og annað. Áfengisleysið, það er ekkert mál, og maður nýtur sín betur. Það sem mér finnst hins vegar vanta er meira úrval af 0% bjór inn á staði bæjarins. Slíkur bjór er oft vandfundinn í höfuðborginni á meðan hann er víða erlendis.
Hvaða kostir og gallar eru við það að drekka ekki áfengi í dag?
Stærsti kosturinn er tími. Maður fær svo mikið af tíma og orku sem maður annars eyðir í að vera undir áhrifum eða með timburmenn. Frelsið er líka kostur og það að geta keyrt. Það er kannski ákveðinn galli að félagslíf fólks á Íslandi er svolítið samtvinnað áfengi.

Brynja Nordquist.

Hamingjusöm án áfengis

Þrátt fyrir að áfengi sé samtvinnað flestum félagslegum athöfnum hafa margir ákveðið að lifa áfengislausum lífsstíl. Sumir tóku þá ákvörðun snemma að smakka aldrei á meðan hin ákváðu að setja tappann í flöskuna.

Garpur I. Elísabetarson.

Hildur Björnsdóttir.

Hákon Kjalar Hjördísarson.

Jónas Óli Jónasson.

Hildur Björnsdóttir
borgarfulltrúi

Fann fyrir miklum hópþrýstingi áður fyrr

Hefur þú aldrei fengið löngun til að prófa að smakka áfengi?
Margir vina minna byrjuðu að drekka sumarið eftir 7. bekk í grunnskóla, sem er átakanlega ungt. Ég varð því mjög ung fyrir miklum hópþrýstingi hvað áfengisneyslu varðar. Ég var ofboðslega ákveðinn en samviskusamur unglingur, ég stóð alltaf með sjálfri mér. Mig langaði aldrei að prófa svo ég lét aldrei undan þrýstingnum.
Enn þann dag í dag hef ég ekki fundið löngun til að drekka áfengi og hef því enn ekki smakkað. Þetta var allt alveg óttalegt vandamál í margra augum hér áður fyrr. Mjög reglulega vakti það mikla athygli að ég drykki ekki áfengi. Margir lögðu sitt á vogarskálarnar til að fá því breytt. Viðhorfin hafa þó breyst umtalsvert síðustu ár, þeim hefur fjölgað sem kjósa að drekka ekki áfengi og færri telja þessa ákvörðun mína sæta einhverri furðu.
Hvernig finnst þér að vera í kringum fólk sem er að fá sér?
Mér finnst það almennt í góðu lagi. Það hefur aldrei truflað mig. Fólk er þó auðvitað misskemmtilegt í glasi, eins og gengur.
Áttu auðvelt með að skemmta þér með fólki sem drekkur vín, þótt þú drekkir ekki sjálf?
Ég vandist því ung og hef alltaf átt auðvelt með það. Ég upplifi frekar að þeim sem drekka áfengi þyki óþægilegt að skemmta sér innan um allsgáða. Eins og þau verði fyrir fordæmingu. Sem er algjör misskilningur, að minnsta kosti hvað mig varðar. Áfengi getur verið skemmtilegt sé vel með það farið – en ég kýs að sleppa því og sú ákvörðun hefur reynst alveg ágæt.
Eru einhverjir sérstakir kostir sem þú sérð við það að drekka ekki, svona ef þú berð þig saman við þá sem drekka í kringum þig?
Það eru auðvitað fjölmargir kostir. Kannski helst þeir að geta skemmt mér án áfengis og vaknað svo daginn eftir án timburmanna og teljandi trafala. Eins hef ég sparað heilmikið fé í gegnum árin sem annars hefði farið í áfengi og leigubíla. Ég nota þá staðreynd reglulega sem réttlætingu á öðrum skemmtilegum innkaupum.

Jónas Óli Jónasson
Jay-O og frumkvöðull

Ekkert mál að skemmta sér án áfengis

Var einhver ástæða fyrir því að þú ákvaðst að smakka aldrei vín?
Í raun ekki, ég hef yfirleitt synt á móti straumnum og þegar allir vinir mínir voru að prófa að drekka fannst mér það vera of snemmt miðað við aldur, sem var um 15-16 ára. Ég hugsaði með mér að gera það ef mig langaði til þess, fyrir mig, þegar ég yrði eldri en ekki af því allir voru að gera það. Svo byrjaði ég í Verzló, fór á böll án þess að drekka og það var fáránlega gaman. Þetta „aðeins eldri“

CLARINS

Hátíðarnar nálgast.

Gleðjið með gjafasettum
frá Clarins.

CLARINS kynningardagar 8.–11. nóvember

20% afsláttur af öllum Clarins-vörum meðan á kynningu stendur.
Gjafasett frá Clarins í miklu úrvali – fullkomin jólagjöf til hennar.

HAGKAUP *Meira* svona *alla daga*

Kringlan

Af öllu hjarta

EKKI MISSA AF MIÐNÆTURSPRENGJU

**Verslanir og veitingastaðir bjóða glæsileg tilboð sem gilda allan daginn til miðnættis.
Veitingar og kynningar í boði víðsvegar um húsið.**

FYRIR BÖRNIN KL. 17–19 Í GÖNGUGÖTU

- Ís frá Emmessís
- Andlitsmálun
- Trúðar
- Málaðu jólakleinuhringinn þinn á vegum Krispy Kreme
- Teiknikeppni fyrir framan A4

DAGSKRÁ KL. 19–23

- Beggi og Pacas spá fyrir gestum
- Höfuð- og herðanudd í boði á 2. hæð
- Sigga Kling gefur góð ráð fyrir jólin á Bíógangi
- Car Pool með samfélagsmiðla-stjörnunni Eva Ruza kl. 19.00–22.00
- Jóhanna Guðrún og Davíð kl. 20.30
- Rapparinn Flóni kl. 22.00
- DJ Dóra Júlía

KAFFITÁR BÝÐUR UPP Á ILMANDI KAFFI MILLI KL. 17–19 Í GÖNGUGÖTU

OPIÐ Í BARNAGÆSLU Í ÆVINTÝRALANDI TIL KL. 20

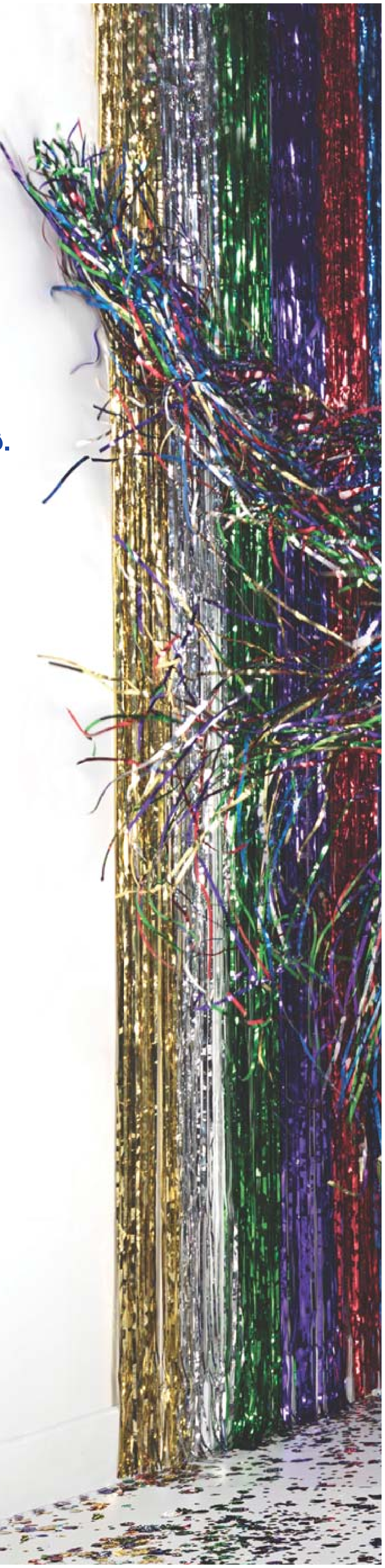
ÓVÆNTIR GLAÐNINGAR

FÆRÐ ÞÚ GJAFAPOKA?

---

kringlan.is | facebook.com/kringlan.is

PIPAR\TBWA • SÍA



FJÖRUGASTI DAGUR ÁRSINS Í KRINGLUNNI
MIÐNÆTUR
SPRENGJA
GLÆSILEG TILBOÐ TIL MIÐNÆTTIS
20–50%
KYNNTU ÞÉR AFSLÆTTINA
Á KRINGLAN.IS EÐA
SKANNAÐU QR-KÓÐANN
Þú getur skannað
QR-kóðann með
myndavélinni á
símanum þínum.
UPPLAGT TÆKIFÆRI
TIL AÐ GERA FRÁBÆR
KAUP FYRIR JÓLIN
OPIÐ Í DAG
10–24

TILVERAN

kom aldrei.

Hefur þig aldrei langað til að prófa?

Ekki á þeim forsendum sem flestir byrja, sem er oft „það eru allir að gera það“ eða að sleppa við sjálft sig. Ég væri mögulega til í að læra að njóta áfengis með mat en í raun er það ekki á planinu. Í flestum tilvikum held ég að þeir sem byrja að drekka viti ekki af hverju þeir byrjuðu heldur meira „af því bara“.

Hvernig finnst þér að vera í kringum fólk sem er að fá sér?

Ég er oft spurður að þessu og finnst fyndið hvað fólki sem drekkur finnst skrýtið að ég nenni að vera plötusnúður, hvort það sé ekki mikið áreiti. Það er ekkert mál að vera innan um fólk undir áhrifum og ég hef ekkert á móti því að fólk fái sér svo lengi sem það er meðvitað um það sem er í gangi í kringum sig. Það kemur fyrir að ég sé fólk fara yfir strikið og það ýtir bara undir það að sleppa þessu.

Áttu auðvelt með að skemmta þér með fólki sem er að fá sér?

Já, 100%. Fólk fattar ekki hvað það er auðvelt. Það eru allir fullir og þú bara djókar með. Ef einhverjum finnst það erfitt þá er um að gera að fá sér sódavatn með lime og þá fækkar spurningum um það hvers vegna maður sé ekki að drekka, eins og það sé normið að fá sér.

Hverjir heldur þú að séu kostir þess að drekka ekki?

Hellingur. Ég er alltaf alveg til staðar, man allt, alltaf á bíl og eyði minna á því að fá mér bara vatn og Coca-Cola.

Þóra Kristín Steinarsdóttir
skrifstofunni hjá Vogabæ
Daði Agnarsson
rekstrarstjóri Braggans bistro

Hættu sulli saman fyrir tólf árum

Þóra K. Steinarsdóttir og Daði Agnarsson.

Var ástæða fyrir því að þið ákváðuð að hætta að drekka?

Þóra: Ekki beint. En við hjónin vorum á tímamótum í okkar sambandi og að auki langaði okkur til þess að stækka fjölskylduna og hlúa að okkur sjálfum.

Daði: Sem barn fann maður hvað drykkja annarra gat haft slæm áhrif á mann, öryggisleysi og óvissa og að sjá ættingja og vini verða „skrýtna“. Það var ekki það sem mig langaði að mín börn upplifðu.

Hættuð þið á sama tíma?

Þóra: Já, í nóvember 2006.

Hvernig finnst ykkur að vera í kringum fólk sem drekkur vín eftir að þið hættuð?

Þóra: Mér finnst það ekkert mál og hef alltaf getað skemmt mér án áfengis. Eftir því sem árin líða verð ég æ þakklátari fyrir þessa ákvörðun. Þó hef ég gengið í gegnum tímabil þar sem ég hef haldið að ég sé að missa af einhverju. En alltaf þegar ég kem heim eftir að ég fer út á meðal fólks sem er að drekka þá fyllist ég þakklæti. Fólk er samt misjafnt með víni, það sést varla á sumum en svo er náttúrlega fullt af fólki sem ætti alls ekki að drekka vín.

Daði: Maður getur skemmt sér í kringum fólk í glasi og séð spaugilegu hliðina á því þegar það er komið í glas. Fólk fer að segja og gera hluti sem það mundi aldrei gera edrú.

Er eitthvert mál að fara út að skemmta sér án áfengis?

Þóra: Nei, og það er ótrúlegt hvað maður kemst í mikið stuð með því að vera innan um skemmtilegt fólk og þar sem er góð músík. Ég hef alltaf getað farið á ball og dansað og haft gaman án þess að drekka.

Daði: Ég er sammála. Áherslurnar breytast með aldrinum og að fara á „djammið“ þarf ekki að þýða að fá sér í glas. En maður endar þá frekar á því að skutla öllum heim.

Hverjir finnst ykkur vera kostir og gallar þess að vera edrú?

Þóra: Kostirnir eru miklu fleiri en gallarnir. Ég geri mig fína og er enn fín þegar ég kem heim, ég get alltaf keyrt, mér líður vel daginn eftir, börnin mín þurfa ekki að fá kvíða eða líða illa í kringum það þegar ég er að fara að hafa gaman, ég man allt sem ég gerði og sagði.

Gallarnir eru til dæmis að þurfa að skýra út af hverju maður sé ekki að drekka. Maður hefur ekki vínið til að hressa sig við þegar það liggur ekki vel á manni og mann langar að mingla. Maður einangrast svolítið ef má segja svo, maður er kannski ekki að falla inn í alla hópa eins og maður gerði þegar maður drakk. En við eigum valið sjálf með hverjum við viljum skemmta okkur og hverjum okkur líður vel með. Þannig að maður sækir í það fólk sem maður getur verið maður sjálfur með. Ég mæli 100 prósent með þessum lífsstíl!

Daði: Maður breytist ekki og man allt sem gerist. Hvað börnin varðar þá upplifa þau ekki einhvers konar breytingu sem fylgir oft neyslu áfengis. Í dag er úrval óáfengra drykkja mikið og ekkert mál að fara út að borða og fá sér pilsner eða óáfengan kokteil. Þeir drykkir eru nú bara betri!

En áfengisneysla tengist oft einhvers konar viðburðum, til dæmis að horfa á boltann með vinum og fara til útlanda en það er bara spurning um að sleppa því að drekka og njóta án áfengis. Maður fékk sér til dæmis alveg nokkra kalda fyrir flug til að deyfa sig gagnvart flughræðslu en í dag fær maður sér bara eina róandi í staðinn fyrir bjór.

Natalie G. Gunnarsdóttir.

Natalie G. Gunnarsdóttir
plötusnúður

Enginn bömmer

Hvað varð til þess að þú ákvaðst að hætta að drekka vín?

Það voru ýmsir hlutir sem spiluðu inn í þá ákvörðun að ég ákvað að hætta að drekka, en það sem gerði útslagið voru erfið veikindi og ég vissi að ég þyrfti að vera með skýran haus til að geta tekist á við þau.

Hvernig finnst þér að vera innan um fólk sem drekkur áfengi þó þú smakkir ekki sjálf?

Ég kippi mér ekkert upp við það að vera í kringum ölvað fólk. Vinnan mín felst í því þar sem ég spila tónlist um helgar og ég myndi segja að ég væri orðin frekar vön.

Finnst þér erfitt að fara út að skemmta þér án áfengis?

Nei, það er nákvæmlega ekkert mál. Ég elska að fara út og vita að ég hef stjórnina á kvöldinu, ekki öfugt.

Hverjir eru kostirnir og gallarnir við að vera edrú?

Ég hef ekki enn rekist á gallana en kostirnir eru margir. Það myndast mikið rými fyrir aðra hluti þegar maður tekur út áfengi. Hugurinn skýrist, svo ég tali nú ekki um andlegu hliðina. Ekkert djammviskubit og engir bömmerar alla daga vikunnar.

Bara einn í viðbót...

Þú ert í rólegheitunum, frí á morgun og engar áhyggjur af einu eða neinu, búinn að setja steik í ofninn og ætlar að njóta kvöldsins í botn með fjölskyldu og vinum. Þá er ekki úr vegi að opna einn bjór eða góða flösku af víni sem passar með matnum til að kóróna góða máltíð. Það er menningarlegt og meira að segja hollt að fá sér rauðvínsglas, segja fræðingarnir, og þér finnst þú eiga það inni eftir erfiða vinnuviku að slaka vel á.

Flestar þjóðir í hinum vestræna heimi nota áfengi á þennan hátt og hafa Íslendingar aðlagað sig hratt kúltúrnum ef svo mætti segja frá árinu 1989 þegar banni við sölu á áfengum bjór var aflétt. Neyslumynstrið hefur breyst úr sterkara áfengi yfir í léttvín og bjór, en lítrafjöldi af hreinum vínanda hefur engu að síður aukist jafnt og þétt á þessu árabili. Greina má af tölum Embættis landlæknis að í kjölfar hrunsins hafi dregið úr neyslu, en við stefnum hraðbyri aftur í sömu magntölur og við sáum árið 2007 og jafnvel meira. Þá var skráð mesta sala áfengis síðastliðin 26 ár, eða 7,5 lítrar á einstakling af hreinum vínanda að meðaltali.

Vínmenning er mikil í kringum okkur og er það í sjálfu sér af hinu góða og ekkert við það að athuga að fólk fái sér í aðra tána af og til, hvaða tilefni sem einstaklingurinn gefur sér fyrir slíkri neyslu. Íslendingar eru enn talsvert langt frá þeim neyslutölum sem næstu nágrannar okkur liggja í en til samanburðar má nefna að Danir og Bretar leggja sér til munns um 10 lítra, Frakkar og Þjóðverjar í kringum 11 lítra, á meðan Ítalir nota rúma sex lítra sem er æði sérstakt og minna en Norðmenn ef marka má tölur alþjóðaheilbrigðismálastofnunar frá árinu 2015.

En þetta er bara ein hliðin á peningnum því neysla áfengis í samanburði við nágrannaþjóðir segir okkur ekkert endilega til um það hversu margir glíma við vanda vegna þess sem í daglegu tali er kallað áfengissjúkdómur eða alkóhólismi. Hérlendis hefur stórkostlegt starf verið unnið á vegum SÁÁ um áratuga skeið í forvörnum og meðferð og hafa tugir þúsunda einstaklinga innritast vegna ýmiss konar vanda á umliðnum árum, meirihluti þeirra vegna áfengissýki. Ekki má gleyma Landspítalanum og starfsemi annarra aðila í þeirri viðleitni að greina og meðhöndla vandann. Mjög margir nota áfengi en ekki eru allir með vandamál vegna þessa, þó geta mörkin þarna á milli orðið ansi óskýr og á einstaklingurinn sjálfur oft í miklum vanda með að átta sig og getur jafnvel skort innsýn eða hreinlega verið í afneitun. Fjölskylda, vinir og samstarfsmenn eru oft þeir sem benda á vandann og getur skapast talsverð togstreita þegar slíkt ber á góma.

Vandamál sem þessi eiga þó ekki að vera neitt feimnismál né heldur eiga menn að þurfa að fara í felur með sinn vanda sem er alltof algengt, en það helgast af þeirri nálgun að þessi sjúkdómur sé óðruvísi en aðrir og viðkomandi eigi að skammast sín glími þeir við hann. Það er ekkert mikleg staðreynd að það er ekki sama hvaða sjúkdóm maður fær og að þeir sem tengjast hegðun fá oft minni samúð meðal almennings en aðrir.

Orsakir fyrir áfengisvanda eru margþættar og byggja á erfðum, sálfélagslegum og samfélagslegum þáttum og umhverfi viðkomandi. Sjúkdómurinn þróast með tímanum, en það eru ákveðnir áhættuþættir sem ýta sérstaklega undir vandann. Þeir sem byrja ungir að neyta áfengis eru líklegri til að þróa með sér ávana, reglubundin eða stöðug áfengisneysla, fjölskyldusaga um áfengisvanda, kvíði, þunglyndi og félagslegir þættir vega þungt. Ýmis greiningarskilmerki eru notuð sem hafa gagnast vel og eru víða notuð við uppvinnslu þeirra sem leita vegna áfengisvanda til heilbrigðisstarfsmanna. Vert er þó að hafa í huga að það að spyrja um áfengisneyslu á að vera jafn sjálfsagt og að vita hvaða lyf og í hvaða skömmtum viðkomandi neytir þeirra. Alltof oft er skautað af léttúð yfir þessar spurningar því grunnurinn að vanda einstaklingsins getur legið í neyslumynstri hans.

Ekki má gleyma því að áfengisneysla hefur áhrif á næstum öll líffæri okkar á einn eða annan hátt, alþekkt er að skoða slíka neyslu í tengslum við slys enda sennilega þekktasta virkni áfengis að slæva einstaklinginn og skerða dómgreind hans. Lifrarsjúkdómar eins og fitu- og skorpulifur eru algengir við mikla neyslu. Síður þekkt er að áfengi hækki blóðþrýsting og auki þannig á líkur á hjarta- og æðasjúkdómum, skemmi slímhúð meltingarvegarins og auki líkur á krabbameinum, ýti undir beinþynningu, dragi úr virkni ónæmiskerfisins og auki veikindatíðni, eyðileggi taugakerfið, valdi fósturskaða og síðast en ekki síst geti gert konur og karla getulausa.

Það er því afar mikilvægt að horfa á áfengisvanda sem sjúkdóm með margar birtingarmyndir. Það þarf að opna umræðuna enn frekar og afmá skömmina sem hefur verið fylgifiskur sjúkdóma eins og alkóhólisma. Þannig munum við ná betri tökum á vanda þeirra sem þjást, bæta meðferðina og auka lífslíkur sjúklinga.

Doktor.is

www.bilaland.is

NÝLEGIR BÍLAR ENN Í ÁBYRGÐ

NÚ ER RÉTTI TÍMINN TIL AÐ YNGJA UPP. BÍLALAND BÝÐUR NÝLEGA BÍLA Á FRÁBÆRUM KJÖRUM! KOMDU STRAX Í DAG OG TRYGGÐU ÞÉR EINN NÝLEGAN SEM ER ENN Í ÁBYRGÐ.

SUZUKI SX4 S-Cross
Nýskr. 07/16, ekinn 12 þ.km.
Bensín, sjálfskiptur.
VERÐ:
3.990 þús. kr.

HYUNDAI Santa Fe III Premium
Nýskr. 06/16, ekinn 36 þ.km.
Dísil, sjálfskiptur.
VERÐ:
6.390 þús. kr.

SUBARU Forester Premium
Nýskr. 05/17, ekinn 49 þ.km.
Bensín, sjálfskiptur.
VERÐ:
3.890 þús. kr.

RENAULT Kadjar Zen 4wd
Nýskr. 06/17, ekinn 32 þ.km.
Dísil, beinskiptur.
VERÐ:
2.990 þús. kr.

TOYOTA Rav4 Hybrid 2wd
Nýskr. 06/17, ekinn 15 þ.km.
Bensín, sjálfskiptur.
VERÐ:
5.290 þús. kr.

NISSAN Juke Acenta
Nýskr. 01/17, ekinn 48 þ.km.
Bensín, sjálfskiptur.
VERÐ:
2.590 þús. kr.

LAND ROVER Discovery Sport HSE
Nýskr. 03/17, ekinn 29 þ.km.
Dísil, sjálfskiptur.
VERÐ:
6.990 þús. kr.

NISSAN Qashqai Acenta 4wd
Nýskr. 06/17, ekinn 70 þ.km.
Dísil, beinskiptur.
VERÐ:
2.950 þús. kr.

HYUNDAI Tucson Comfort 2wd
Nýskr. 05/17, ekinn 15 þ.km.
Dísil, sjálfskiptur.
VERÐ:
3.990 þús. kr.

DACIA Duster Comfort 2wd
Nýskr. 05/18, ekinn 25 þ.km.
Dísil, sjálfskiptur.
VERÐ:
2.990 þús. kr.

HYUNDAI i30 Comfort Edition
Nýskr. 02/17, ekinn 36 þ.km.
Bensín, sjálfskiptur.
VERÐ:
3.390 þús. kr.

SUBARU Outback Lux
Nýskr. 06/14, ekinn 78 þ.km.
Bensín, sjálfskiptur.
VERÐ:
3.490 þús. kr.

Range Rover Evoque
Nýskr. 12/12, ekinn 98 þ.km.
Dísil, sjálfskiptur.
VERÐ:
4.290 þús. kr.

DACIA Logan
Nýskr. 10/16, ekinn 25 þ.km.
Dísil, beinskiptur.
VERÐ:
1.970 þús. kr.

ENNEMM / SÍA / NM90707

Birt með fyrirvara á verðbreytingum, innsláttarvillum og myndbrengli.

Kletthálsi 11 - 110 Reykjavík og Hyundai notaðir bílar - Kauptúni 1 - 210 Garðabæ
Sími 525 8000 - bilaland@bilaland.is
www.bilaland.is
www.facebook.com/bilaland.is

**Opið frá kl. 9–18 og
á laugardögum frá kl. 12–16.**

bílaland

Hvað á ég að drekka?

Þeir sem kjósa áfengislausan lífsstíl eiga gjarnan í erfiðleikum með að finna sér drykk við hæfi þegar í gleðskap er komið. Fréttablaðið spurði Ágúst Atla Atlason, kokteilmeistara á Bar MIAMI, um ráð fyrir þennan hóp og fékk hann til að setja saman góðan drykk fyrir þá sem vilja blanda sér drykk heima við.

Að gera drykki sem grípa augað þarf ekki að vera flókið en það veltur á hæfileika barþjónsins að uppfylla slíkar kröfur,“ segir Ágúst Atli Atlason, kokteilabarþjónn á bar MIAMI. Hann leggur mikið upp úr nákvæmni, gæðaþjónustu og því að láta drykkina líta sem best út enda þaulreyndur barþjónn og veit hvað skiptir máli.

„Þarna skiptir glasaúrval staðarins miklu máli og skrautið sem glasið er skreytt með ætti að vera eitthvað sem drykkurinn inniheldur eða eitthvað sem tónar við lit eða lykt innihaldsins.“

Allir barir eða veitingastaðir sem hafa þokkalegt úrval af drykkjum ættu að geta sett saman óáfengan drykk. „Með steik eða hvaða aðalrétti sem er ætti íste að henta flestum. Dökkt te sem hefur verið kælt niður til að losna við biturleika og tannín. Sítrónusafi, dass af sírópi og sódavatn út í ættu að gera gæfumuninn.“ – gj

Miami Fruitpunch: Tropical drykkur sem fær alla til að brosa

25 ml ferskur limesafi
25 ml trönuberjasíróp
35 ml ferskjusafi
35 ml ananassafi
Mynta, greip og ananas til skreytingar
Trönuberjasíróp: gerir um 1 lítra
1 kg hvítur sykur
400 gr trönuber
670 ml vatn

Blandið saman trönuberjum og sykri í skál og nuddið vel saman þar til sykurinn verður fallega rauður. Bætið svo við volgu vatni og hrærið þar til sykurinn er uppleystur. Sigtið trönuber frá og sírópið er klárt. Þessi drykkur er tilvalinn með steikinni eða hvaða kjöti sem er.

Skorpulifur verður æ algengari hér á landi

Ný rannsókn sýnir að nýgengi á skorpulifur eykst um 10 prósent á ári hér á landi. Erum að ná Norðurlöndunum. Fimmtungur þeirra sem ofnota áfengi fá skorpulifur. Dagneysla er verst fyrir lifrina en fylleríin eyðileggja heilann.

Nýgengi á skorpulifur vegna áfengisneyslu hefur aukist um 10 prósent á ári,“ segir Einar Stefán Björnsson, prófessor og yfirlæknir í lyflækningum við læknadeild Háskóla Íslands. Niðurstöður rannsóknar þessa efnis verða kynntar á íslenska lyflæknaþinginu sem fer fram í Hörpu um næstu mánaðamót.

„Við erum að nálgast mjög mikið tíðni skorpulifrar á Norðurlöndunum,“ segir Einar og bendir á að árið 1980 hafi Íslendingar drukkið að meðaltali 4 lítra af áfengi á ári en neyslan hafi aukist um helming síðan þá og sé komin upp í 8 lítra. Fjölgun í nýgengi á skorpulifur og bráðri brisbólgu hefur orðið samfara þessari auknu áfengisneyslu.

Lifrin bregst aðeins sumum

Áfengi virðist hins vegar ekki valda lifrarsjúkdómum hjá öllum sem ofnota áfengi. „Hjá þeim sem ofnota alkóhól eru 15 til 20 prósent sem fá skorpulifur og við vitum ekki af hverju sumir fá þetta og aðrir ekki,“ segir Einar.

Einar segir hins vegar að það sé þekkt að þegar neysla áfengis aukist í þjóðfélaginu þá aukist tíðni skorpulifrar.

Karlar eru í miklum meirihluta þeirra sem greinast, eða 70 prósent. Einar segir að þrátt fyrir að konur séu í minnihluta þeirra sem greinast hafi líka verið sýnt fram á að þær séu viðkvæmari. Þær þurfi minni neyslu til að veikjast í lifur.

Meðalaldur við greiningu á skorpulifur er 59 ár og þá eru margir þeirra sem greinast búnir að drekka mjög mikið mjög lengi.

Léttvínið ekkert betra en vodki

Einar segir að rannsóknum beri ekki saman um áhrif mismunandi tegunda áfengis á lifrina. Í danskri rannsókn var sýnt fram á að þeir sem drykkju frekar léttvín en bjór eða sterkt vín væru ekki eins líklegir til að fá skorpulifur. Í ítalskri rannsókn var ekki hægt að slá þessu föstu og niðurstöður þeirrar rannsóknar voru að skorpulifur væri jafnalgeng meðal þeirra sem drykkju frekar léttvín.

Einar segir eina rannsókn hafa verið gerða um þetta hér á landi.

Nú er fólk farið að drekka meira á virkum dögum og dreifa drykkjunni á fleiri daga. Það eykur mjög álagið á lifrina.

Einar Stefán Björnsson, prófessor og yfirlæknir

10

Nýgengi á skorpulifur vegna áfengisneyslu eykst um tíu prósent á ári samkvæmt nýrri rannsókn.

„Við bárum saman þá sem voru á Vogi og höfðu ekki fengið skorpulifur við þá sem greinst höfðu og fundum ið lítinn mun á áfengisdrykkjunni.“

Dagdrykkjan er verst

Það sem hins vegar skiptir sköpum, segir Einar, er mynstur drykkjunnar. Þeir sem dreifa drykkjunni á marga daga eða drekka daglega eru líklegri til að fá lifrarsjúkdóma.

„Skorpulifur og lifrarsjúkdómar voru mjög sjaldgæfir á Íslandi hér áður fyrr og meðal skýringa á því er að menn voru bara að drekka um helgar. Nú er fólk farið að drekka meira á virkum dögum og dreifa drykkjunni á fleiri daga og það eykur mjög álagið á lifrina.

Skaðar heilann að sturta í sig

Einar mælir þó ekki með því að við skiptum beint aftur í gamla gírinn og dettum frekar í það um helgar enda þurfi að huga að fleiri líffærum en bara lifrinni.

Áfengi hefur líka skaðleg áhrif á heilann og miðtaugakerfið sérstaklega ef mikið áfengi er innbyrt í einu lagi. Það hefur það líka eitrunaráhrif á önnur líffæri eins og bris og smágirni og beinmerg.

adalheidur@frettabladid.is

Fasteign vikunnar

úr Fasteignablaði Fréttablaðsins

Glæsileg útsýnisíbúð á 10. hæð við Vatnsstíg í Skuggahverfinu. Um er að ræða 3 herbergja eign sem er skráð 138 fm ásamt bílastæði í lokaðri bílageymslu. Um stærstan hluta af innanhússhönnun sáu Erla og Tryggvi arkitektar, allar innréttingar eru vandaðar og sérsmíðaðar, gólfsíðir gluggar með óhindruðu sjávarútsýni. Eldhús og aðalbaðherbergi voru endurnýjuð á glæsilegan hátt árið 2014, falleg sérhönnuð lýsing, arinn í stofu og vönduð gólfefni. Hurðir í yfirstærð og yfirbyggðar svalir eru meðal þess sem einkenna þessa fallegu íbúð. Sjón er sögu ríkari.

PIER

www.pier.is

ARVIKA kerta arinn
~~19.990,-~~ 12.990,-
einnig fáanlegur antik hvítur

30%
AFSLÁTTUR
AF VÖLDUM
SÓFUM

REGINA velúrsófi, 130x92x107
~~99.900,-~~ 69.930,-

REGINA velúrsófi, 130x92x107
~~99.900,-~~ 69.930,-

REGINA velúrsófi, 130x92x107
~~99.900,-~~ 69.930,-

Hnotubrjótar frá 1.990,-

www.pier.is

SMÁRATORG - KORPUTORG - SELFOSS

Gildir 8. nóvember - 14. nóvember. Gildir ekki með öðrum tilboðum.

TILVERAN

Icelandair keypti WOW

Greint var frá því á mánudaginn að Icelandair hefði gert samning um kaup á öllu hlutafé í flugfélaginu WOW air. Sem gagngjald fyrir hlutafé WOW air mun Skúli Mogensen, eini eigandi flugfélagsins, eignast alls 272.341.867 hluti eða sem samsvarar um 5,4 prósentum hlutafjár Icelandair Group eftir viðskiptin, að uppfylltum skilyrðum.

Flókin álitamál eru fyrirsjáanleg við úrlausn Samkeppniseftirlitsins á því hvort heimila skuli samrunann. Þórdís Kolbrún Reykfjörð Gylfadóttir ferðamálaráðherra sagði í samtali við Fréttablaðið á þriðjudag að ekki hefði verið rætt um hvort gripið verði til sérstakra aðgerða ef eftirlitið heimilar ekki samrunann. Þá var greint frá því í Markaðnum í gær að stjórnendur Icelandair muni ekki óska eftir undanþágu frá samkeppnislögum svo að kaupin komi til framkvæmda strax.

Flókin álitamál eru fyrirsjáanleg við úrlausn Samkeppniseftirlitsins á því hvort heimila skuli samrunann.

Kosningar í Bandaríkjunum

Bandaríkjamenn kusu nýtt þing, tugi ríkisstjóra, ýmsa embættismenn og um fjölbreytt mál á þriðjudaginn. Spár gerðu ráð fyrir því að Demókratar myndu taka fulltrúadeild þingsins og Repúblikanar öldungadeildina. Þessar spár rættust en í gær var enn útlit fyrir að staðan væri ögn betri fyrir Repúblikana en Demókratar vonuðust eftir. Þeir voru líklegir til að bæta við sig fimm sætum í öldungadeildinni og þótt þeir hafi tapað fulltrúadeildinni var tapið ekki jafnstórt og það hefði getað orðið.

Allnokkrir frambjóðendur skráðu sig á spjöld sögunnar. Demókratinn Jared Polis vann ríkisstjórakosningar í Colorado og varð fyrsti opinberlega samkynhneigði maðurinn til að vinna slíkar kosningar. Þá urðu Rashida Tlaib og Ilhan Omar, Demókratar, fyrstu múslimakonurnar til þess að verða kjörnar á þing svo fátt eitt sé nefnt.

Vikan

Miklar sviptingar urðu á markaði þegar Icelandair tilkynnti um kaup sín á WOW. Þá missti Stöð 2 sýningarréttinn á enska boltanum, Demókratar unnu fulltrúadeildina og Repúblikanar unnu öldungadeildina. Píratar á Íslandi eru hins vegar í brekku.

Rúmur milljarður dugði ekki fyrir enska boltanum

Síminn staðfesti á þriðjudag frásagnir um að fyrirtækið myndi eignast sýningarréttinn að ensku úrvalsdeildinni í knattspyrnu og halda honum frá árinu 2019 til 2022. Tilboð Stöðvar 2 í réttinn hljóðaði upp á 1,1 milljarð króna, en það dugði ekki til. „Við erum afskaplega stolt af að hafa náð þessu frábæra sjónvarpsefni til Símans. Enska úrvalsdeildin er eitt vinsælasta sjónvarpsefni landsins og við erum spennt að kynna nýjungar til leiks sem ekki hafa verið í boði áður eins og 4K útsendingar. Það ætti einnig að gleðja aðdáendur enskrar knattspyrnu að við munum sýna um 15 prósent fleiri leiki í beinni útsendingu en er gert í dag,“ var haft eftir Orra Haukssyni, forstjóra Símans.

Illdeilur Pírata

Samskipti innan Pírata voru í umræðunni í upphafi vikunnar en flokkurinn hefur logað í illdeilum undanfarnar vikur og fólk sagt sig úr honum vegna eineltis. Fyrrverandi formaður framkvæmdaráðs Pírata, Sindri Viborg, hefur sakað félaga sína um einelti í sinn garð og Atli Fanndal kosningastjóri segir flokkinn hafa formgert og styrkt einelti í flokknum.

„Það er fólk sem hefur liðið illa innan flokksins og það hefur ekki verið tekist á við það. Það er stórt vandamál sem þarf að takast á við,“ sagði Dóra Björt Guðjónsdóttir, oddviti Pírata í borgarstjórn Reykjavíkur, við Fréttablaðið á mánudaginn.

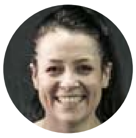
Það er fólk sem hefur liðið illa innan flokksins og það hefur ekki verið tekist á við það.

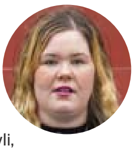
Dóra Björt Guðjónsdóttir, oddviti borgarstjórnarflokks Pírata

Björn Leví Gunnarsson, þingmaður Pírata, telur þetta klassískt dæmi um það þegar fólki lendi saman og sé ekki sammála um hlutina. Hann dregur í efa að um einelti sé að ræða. „Ég veit ekki hvort það sé innistæða fyrir svo stórum orðum,“ sagði Björn Leví.

Fólkið á götunni

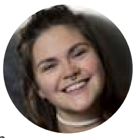
Notar þú strætó?

Sunna Ben

Nei! Ég notaði hann samt alla tíð þangað til fyrir tveimur árum, þá þurftum við að kaupa bíl sem við samnýtum, en eigum bæði hjól og ég bý nálægt vinnu svo ég geng mikið og er sjaldan á bíl – en enginn strætó lengur.

Viktoría Blöndal

Já! Tólfan er minn vagn og ég elska hann. Ég treysti honum og kíki aldrei á klukkuna heldur labba bara beint út í strætóskýli, hann mætir alltaf bara.

Hrafn Jónsson

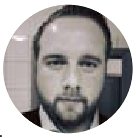
Ég tek strætó mjög reglulega. Ég varð reyndar elsti núlifandi Íslendingurinn til þess að fá bílpróf um daginn þannig að nú vil ég helst spæna upp eins mikið svifryk og ég get.

Tinna Sverrisdóttir

Nei, ekki mikið um þessar mundir. Var mikið í strætó á tímabili en keypti mér kagga fyrir sumarið til þess að ferðast um landið svo ég hef aðeins vanrækt strætó síðan.

Hvað finnst þér um kaup Icelandair á WOW air?

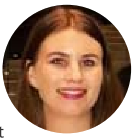
Magnús Már Einarsson

WOW, stór spurning. Ég fagna því að WOW verði áfram á markaði og tel þetta góða lendingu. Vonandi bjóða Icelandair og WOW áfram upp á góð verð í samkeppninni við erlendu flugfélögin. Áfram Ísland.

Daníel Rúnarsson

WOW air virðist hafa verið ansi illa statt og því var þetta líklega skásti kosturinn. Það virðist vera sem íslenskt hagkerfi beri ekki tvö flugfélög, því miður. Ég bý í Danmörku en starfa á Íslandi og ferðast því mikið á milli og óttast nú að Icelandair nýti sér tækifærið og hækki miðaverð enda búnir að gleypa stærsta samkeppnisaðilann.

Bríet Pálsdóttir

Stórfrétt vikunnar og spennandi tímar fram undan, vonandi tækifæri til að nýta flugpunktana mína á fleiri flugleiðum og ferðast meira. Flugverð fari ekki á of mikið flug og hægt sé að halda áfram að skjóta sér reglulega út fyrir landsteinana.

Auður Albertsdóttir

Þetta er vissulega betri lending en að missa WOW air alveg af markaðnum eins og virðist hafa stefnt í og heilt yfir líst mér ágætlega á þetta. Nú verður spennandi að sjá hvað Samkeppniseftirlitið segir og ef þetta fer í gegn hvernig samruninn muni hafa áhrif á félögin og hvernig WOW air muni virka undir Icelandair. Ég eins og aðrir býst við að þetta hafi í för með sér hækkandi fargjöld sem er smá leiðinlegt en það gæti svo sem margt verra komið fyrir okkur á þessu skeri.

Er líða fer að jólum...

úrvalið hefur aldrei verið meira

VELI LINE DENMARK

Gervijólatré með LED-perum

Hæð 120 cm. Með 60 antíkhvítum LED-perum. IP44-vottað til notkunar utanhúss.

9.495,-

Hæð 180 cm. Með 120 LED-perum........ 17.495,-
Hæð 210 cm. Með 180 LED-perum........ 23.995,-

9.495,-

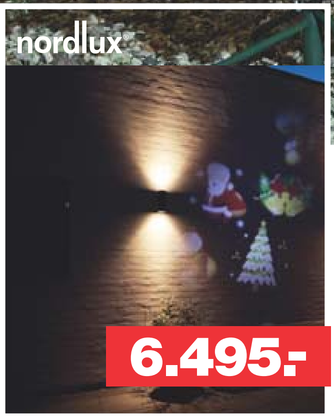
Hvítt LED-gervijólatré

Hæð 120 cm, með 60 hvítum LED-perum. IP44-vottað til notkunar utanhúss.

3.995,-

Akrýl LED mörgæsaungar

5 stk. Með 40 LED-perum. IP44-vottaðir til notkunar utanhúss.



6.495,-

LED-ljóskastari

Til notkunar allt árið. Með mismunandi stillingum, t.d. hrekkjavökumynstri, afmælismynstri , haust-mynstri, hjörtum, snjókornum ofl. Með tímastilli og getur verið hám. 8 klst í gangi í einu. IP44-vottaður til notkunar utanhúss.

5.495,-

Jólasveinn með lukt

Hægt að nota utanhúss. Polyresin. Hæð 43 cm.

2 STK.

595,-

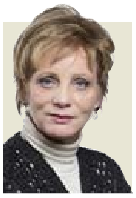
Jólaservíettur

20 stk. í pakka. Fást á ýmsum skemmtilegum jólamynstrum. 395,- kr stykkið.

BAUHAUS®

BAUHAUS REYKJAVÍK - Lambhagavegur 2–4 - 113 Reykjavík - 515-0800 - info@bauhaus.is - www.bauhaus.is

Enn of sterkur



Kolbrún Bergþórsdóttir
kolbrunb@frettabladid.is

Það er margt sem heimurinn hefur ekki þörf fyrir, þar á meðal eru ruddalegir og sjálfhverfir karlar í valdamiklum embættum sem stöðugt ala á hatri, tortryggni og hræðslu. Því miður finnast þeir of víða og vaða yfir allt og alla í krafti valds og auðs. Það gerir þeim óneitanlega auðveldara fyrir að þeir eiga sér sauðtrygga stuðningsmenn sem mæna upp á þá í aðdáun og sjá í þeim holdgervingu sterka mannsins. Öðrum er fullljóst að þarna er karl sem er fulltrúi alls þess sem ástæða er til að hafna. Ólán Bandaríkjamanna var að kjósa slíkan mann sem forseta sinn fyrir tveimur árum. Hvernig slíkt gat gerst er enn undrunarefni og mikill álitshnekkir fyrir Bandaríkin.

Umheimurinn hefur síðustu tvö árin fylgst með orðum og gjörðum þessa sérkennilega manns sem lifir í sínum einkaheimi og hefur nánast ekkert raunveruleikaskyn en er einstaklega laginn við að sjá óvini í hverju horni. Hann skortir sárlega þá eiginleika sem svo eftirsóknarvert væri að sjá í fólki sem hefur áhrif en sjást ekki hjá nógu mörgum: víðsýni, umburðarlyndi og samkennd með öðrum. Það er leiðinlegt að segja þetta um forseta Bandaríkjanna, en maðurinn hagar sér eins og ruddi og ekki bara stundum heldur yfirleitt.

Bandaríkjamenn geta ekki nú árið 2018 leiðrétt hin skelfilegu mistök sem þeim urðu á árið 2016. Þeir höfðu hins vegar tök á því að gefa forseta sínum einkunn í þingkosningum sem fóru fram síðastliðinn þriðjudag. Þær kosningar snerust fyrst og síðast um persónu forsetans, sem hvatti sitt fólk áfram með stórkarlalegum yfirlýsingum sem heimurinn er farinn að kannast of vel við. Demókratar brugðust við með því að sækja sinn hæfasta mann og fyrrverandi forseta, Barack Obama.

Það var sláandi munur á fréttamyndum sjónvarpsstöðva af kosningabaráttu þar sem hinn málsnjalli og sjarmerandi Obama hvatti fólk til að mæta á kjörstað og hafna hatursáróðri meðan Trump einbeitti sér ótrauður að því að tala um flóttamenn sem skelfilega ógn sem yrði að bregðast við. Það ber að þakka fyrir að Bandaríkjamenn báru gæfu til að kjósa Obama forseta sinn, en það er hrein harmsaga að eftirmaður hans sé maður sem hatast við flóttamenn, fyrirlítur konur og lætur sér á sama standa um alla minnihlutahópa.

Bandaríkjamenn höfðu tækifæri til að segja skoðun sína á Trump og flykktust á kjörstað. Trump-liðarnir mættu til að styðja sinn mann, en það var frjálslynda fólkið sem hafði enn meiri ástæðu til að mæta og hafna þeim mannfjandsamlegu áherslum sem forseti Bandaríkjanna stendur fyrir. Niðurstaðan varð sú að Repúblikanar töpuðu meirihluta sínum í fulltrúadeildinni en héldu meirihluta í öldungadeildinni. Úrslit sem fyrirfram var búist við. Þótt staða Trumps hafi greinilega veikst þá er hún þó enn of sterk. Fjölmennur hópur Bandaríkjamanna slær um hann skjaldborg og kinkar fagnandi kolli undir boðskap sem kyndir undir sundrungu og tortryggni. Það er áhyggjuefni fyrir heimsbyggðina að slíkar áherslur slái í gegn hjá stórum hópi kjósenda. Það ætti að vera öllum ljóst að í þessum heimi er þörf fyrir meiri mannúð, ekki aukna heift.

> Ólán Bandaríkjamanna var að kjósa slíkan mann sem forseta sinn fyrir tveimur árum.

Varmadælur & loftkæling

Kælitækni

Midea It's your Idea

- Kyndir húsið á veturna og kælir á sumrin
- Fyrir norðlægar slóðir
- Fjarstýring fylgir

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.

Uppsetningaaðilar og umboðsmenn um allt land

Halldór

Frá degi til dags

Fjölskyldukrísa
Ef marka má yfirlýsingar Pírata í fremstu víglínu er flokkurinn að ná áttum eftir tilfinningalegt uppnám sem virðist mega rekja til þess að á þeim bænum eru allir jafnir en sumir þó jafnari en aðrir þegar kemur að tuddaskap og eineltistilburðum. Sara Elísa Þórðardóttir varaþingmaður, hefur lýst því yfir á Facebook að „alhliða tiltekt“ sé í gangi. „Við Píratar erum í raun eins og stór fjölskylda sem er búin að ganga í gegnum mjög margt og erfitt saman.“ Hún sér fram á bjartari tíma þótt pólitískum áföllum fylgi álag og streita. En getur þess að á meðan skemmti skrattinn sér fyrir utan gluggann.

Hádegismóri hlær
Hvort Sara eigi þar við Hádegismóra liggur á milli línanna en í gær var staksteini kastað í glugga meðvirka kærleiksheimilisins. Grjótkastarinn, líklega Davíð Oddsson, bauð þar fram ókeypis ráðgjöf, sjálfsagt til þess að spara Pírötum frekari sálfræðikostnað, og benti á að óæskileg hegðun líkt og sú sem Píratar reyna nú að útrýma hverfi af sjálfu sér „þegar búið er að hrekja alla úr flokknum sem ekki vilja lúta þeirri kliku sem kvartað hefur verið undan“. Staksteinn veltir þó fyrir sér hvort flótti sé raunveruleg lausn en þá má hafa í huga að Sjálfstæðisflokkurinn er enn við völd. thorarinn@frettabladid.is

Valdafíkn og níð

Kolbrún Baldursdóttir
sálfræðingur og borgarfulltrúi

Ár hvert er 8. nóvember helgaður baráttunni gegn einelti. Margt hefur breyst til hins betra þegar kemur að eineltismálum, sérstaklega hjá börnum. Vitundarvakning hefur aukist og skilningur er víðtækari en fyrr. Vinna gegn einelti á vinnustöðum virðist þó vera skemmra á veg komin. Einelti á sér oft grunn í fordómum t.d. vegna skoðana, útlits, kynhneigðar, fötlunar eða annarra persónubundinna eða félagslegra aðstæðna. Almennt er viðurkennt að ef ekki tekst að stöðva einelti getur skaðinn orðið djúpstæður og langvinnur.

Sá sem beittur er einelti á vinnustað veit að hann þarf að upplýsa um það ef því á að linna. Einelti hættir sjaldnast af sjálfu sér. Þegar einelti eða áreitni er upplýst er það í höndum yfirmannsins hvort tekið verði á málinu af faglegum og sanngjörnum hætti. En það er ekki öllum gefið að vera góður yfirmaður þótt margir séu vissulega til fyrirmyndar.

Ef yfirmaðurinn sjálfur er gerandinn þarf vart að spyrja að leikslokum. Meðal þess sem einkennir yfirmann sem leggur starfsmann sinn í einelti er „valdafíkn“ og misnotar hann valdið í þeim tilgangi að stjórna líðan starfsmanna, valda ótta og óöryggi. Sá sem beitir valdníðslu býr oftast einnig yfir öðrum neikvæðum skapgerðareinkennum sem birtast í samskiptum við aðra. Hér má nefna skapsveiflur, pirring og reiðiköst sem viðbrögð við mótbyr og gagnrýni. Neikvæð framkoma og hegðun er oftast drifin áfram af minnimáttarkennd og slakri sjálfsmynd sem hvort tveggja má alla jafna rekja til flókins samspils persónueinkenna og félagslegra þátta.

Einelti og áreitni hafa tekið á sig nýjar víddir á netinu og samfélagsmiðlum. Þar er kjörinn vettvangur fyrir þann sem vill skaða og meiða aðra á grundvelli skoðana eða persónulegra þátta. Í athugasemdakerfum sem einstaka fjölmiðlar bjóða upp á er að finna dágóðan hóp fólks sem finnur hvötum sínum farveg við að níða skóinn af öðrum og jafnvel leggja í einelti.

> Sá sem beittur er einelti á vinnustað veit að hann þarf að upplýsa um það ef því á að linna. Einelti hættir sjaldnast af sjálfu sér.

FRÉTTABLAÐIÐ
ÚTGÁFUFÉLAG: Torg ehf. STJÓRNARFORMAÐUR: Einar Þór Sverrisson **FORSTJÓRI:** Ingibjörg Stefanía Pálmadóttir **ÚTGEFANDI:** Kristín Þorsteinsdóttir *kristin@frettabladid.is*
RITSTJÓRAR: Kjartan Hreinn Njálsson *kjartanh@frettabladid.is*, Ólöf Skaftadóttir *olof@frettabladid.is*, **MARKAÐURINN:** Hörður Ægisson *hordur@frettabladid.is* **FRÉTTABLAÐIÐ.IS:** Sunna Karen Sigurþórsdóttir *sunnak@frettabladid.is.*
Fréttablaðið kemur út í 85.000 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 5800,** *ritstjorn@frettabladid.is* **HELGARBLAÐ:** Kristjana Björg Guðbrandsdóttir *kristjanabjorg@frettabladid.is*
MENNING: Kolbrún Bergþórsdóttir *kolbrunb@frettabladid.is* **LJÓSMYNDIR:** Anton Brink *anton@frettabladid.is* **FRAMLEIÐSLUSTJÓRI:** Sæmundur Freyr Árnason *sfa@frettabladid.is*

Jöfnuður, líf og heilsa

Í DAG
Þorvaldur Gylfason

Reykjavík – Hvað skyldu Brussel, Hamborg, London, Stokkhólmur og Vín eiga sameiginlegt? Þessar fimm borgir eru á lista hagstofu Evrópusambandsins (Eurostat) yfir tíu ríkustu svæði Norður-Evrópu. London leiðir listann. Á hinn bóginn eru níu af tíu fátækustu svæðum Norður-Evrópu öll í Bretlandi, þó ekki Skotlandi. Hér er hún lifandi komin ein helzta skýringin á því hvers vegna 52% brezkra kjósenda kusu útgöngu úr ESB (Brexit) í þjóðaratkvæðagreiðslunni 2016. Kjósendur sem töldu sig hafa orðið undir í baráttunni um brauðið ákváðu að rísa upp gegn ríkisstjórn Íhaldsflokksins sem efndi til atkvæðagreiðslunnar til að reyna að friða óstýriláta ESB-andstæðinga í þingflokknum. Landlæg misskipting auðs og tekna í Bretlandi utan Skotlands hefur gert London að ríkasta bletti álfunnar meðan landsbyggðin hefur setið á hakanum. Þessa misvægis gjalda Bretar nú með pólitískri upplausn og óvissu um framhaldið sem enn sér ekki fyrir endann á. Í þessu ljósi er vert að skoða sjálfstæðisþrá margra Skota.

Heilbrigðistölur bera vitni. Langlífi í Bretlandi stóð í stað frá 2011 til 2016. Það hefur ekki gerzt þar áður.

Bandaríkin: Sama saga

Svipaða sögu er að segja um sigur Donalds Trump í forsetakosningunum í Bandaríkjunum 2016. Þar í landi stóð kaupmáttur launa í stað um langt árabil þótt forstjórar fyrirtækja skömmtuðu sér sífellt hærri laun. Forstjóralaun námu að jafnaði tuttuguföldum launum venjulegs verkafólks 1965 og 312-földum meðallaunum 2017.

Hvað gera menn þá? Þeir fleygja Mólótov-kokkteilum úr kjörklefanum, sagði kvikmyndagerðarmaðurinn Michael Moore sem spáði Trump sigri einn örfárra. Trump var þeirra Mólótov. Fylgi Trumps um landið var mest þar sem reiðin var mest og þar sem mest var um ótímabær dauðsföll í örvæntingu af völdum lyfjanotkunar, faraldurs sem kostaði 72.000 mannslíf í Bandaríkjunum í fyrra.

Enn bera heilbrigðistölur vitni. Langlífi í Bandaríkjunum dróst saman 2015 og 2016. Ef í ljós kemur að meðalævi Bandaríkjamanna hélt áfram að styttast 2017, þá verður það í fyrsta sinn síðan í fyrri heimsstyrjöldinni 1914-1918 að meðalævi Bandaríkjamanna styttist þrjú ár í röð. Við bætist að munurinn á langlífi ólíkra þjóðfélagshópa er mikill og vaxandi. Bandarískir hátekjumenn lifa nú að jafnaði 10 árum (konur) til 15 árum (karlar) lengur en fólk með lágar tekjur.

Ísland: Í humátt á eftir hinum

Margt bendir til að Ísland hafi látið berast á svipaðar slóðir og Bandaríkin og Bretland. Samtök atvinnulífsins verjast nú kaupkröfum launþega m.a. með því að benda á að jöfnuður í tekjuskiptingu á Íslandi mælist nú aftur meiri en annars staðar á OECD-svæðinu. Atburðir síðustu ára vekja þó tortryggni um opinberar tölur um tekjuskiptingu þar eð fjármagnstekjur aðrar en vaxtatekjur eru ekki enn teknar með í reikninginn. Við bætist að mikill fjöldi íslenzkra nafna (600!) sem fannst í Panama-skjölunum bendir til að miklar eignir margra Íslendinga séu faldar einhvers staðar í öðrum skattaskjólum, t.d. á Kýpur, auk þess sem fyrir liggur að enginn þykist vita hvað varð um hrunþýfið úr bönkunum og tekjurnar sem „eigendur“ þess hafa af því.

Laun alþingismanna hækkuðu um 111% frá 2011 til 2018 meðan verðlag hækkaði um 26%. Laun sumra bæjarstjóra í litlum sveitarfélögum eru hærri en laun borgarstjóranna í London, París og New York. Meðallaun forstjóra fyrirtækja sem eru skráð í Kauphöllinni nema 17-földum lágmarkslaunum sem er mun hærra hlutfall en áður. Allt bendir þetta til aukinnar tilætlunarsemi af hálfu sjálftökusveitanna sem telja sér ekki lengur fært að una við launahlutföll fyrri tíðar og segja líkt og John F. Kennedy sagði forðum til að vara við ójafnaðarmönnum: Mitt er mitt, við semjum um hitt.

Tvisvar áður

Og enn bera heilbrigðistölur vitni. Meðalævi Íslendinga stóð í stað frá 2012 til 2016 þótt barnadauði héldi áfram að minnka skv. upplýsingum Alþjóðaheilbrigðisstofnunarinnar. Það gerist sjaldan um okkar daga að ævilíkur haldist óbreyttar í fjögur ár. Slíkt hefur gerzt aðeins tvisvar áður á Íslandi. Hér lengdust ævir manna úr 30 árum 1860-1870 í 73,4 ár 1960 og síðan upp í 82,5 ár 2012 og 2016. Ævilíkurnar minnkuðu litillega eftir að síldin hvarf 1967-1968 eða úr 73,8 árum 1967 í 73,6 ár 1971. Ævilíkurnar drógust aftur saman eftir að verðbólgan var barin niður úr hæstu hæðum eftir 1983 eða úr 77,6 árum 1984 niður í 77,1 ár 1988. Í þessu ljósi virðist nærtækt að kenna eftirköstum hrunsins um óbreyttar ævilíkur 2012-2016. Hrunið virðist hafa spillt heilsu manna og langlífi og ekki bara efnahag.

Enn er lítið vitað um muninn á ævilíkum ólíkra þjóðfélags- og tekjuhópa á Íslandi. Þar er verk að vinna.

gæði – þekking – þjónusta

PRENTARAR

... og svo miklu meira

Prentaðu beint á vörurnar eða umbúðirnar

pmt PLAST, MIÐAR & TÆKI

Allt til merkinga

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

GRANDI MATHÖLL

VÆNN BITI FYRIR VEITINGAFÓLK

Grandi mathöll hóf starfsemi sína fyrr á þessu ári. Markmiðið er að búa til einstaka upplifun á Íslandi í anda götubitastaða sem starfræktir hafa verið um langt skeið erlendis. Viðtökur við Granda mathöll hafa verið afar góðar.

Ætlunin er að bæta við starfsemina og leitum við nú að skapandi veitingaaðila sem hefur áhuga á að starfrækja veitingasölu í Granda Mathöll.

Áhugasamir hafi samband við Bertu Daníelsdóttur á **info@grandimatholl.is** eigi síðar en 15. nóvember nk.

Jemen – Ákall um aðstoð

Kristín S. Hjálmtýsdóttir
framkvæmdastjóri Rauða krossins á Íslandi

Sveinn Kristinsson
formaður Rauða krossins á Íslandi

Rauði krossinn á Íslandi hefur hafið neyðarsöfnun vegna yfirvofandi hungursneyðar í Jemen sem er fyrst og fremst til komin vegna vopnaðra átaka í landinu. Með þessu tekur Rauði krossinn þátt í samræmdu átaki Rauða kross hreyfingarinnar vegna þess alvarlega ástands sem íbúar í landinu standa frammi fyrir og bregst um leið við ákalli alþjóðasamfélagsins vegna þeirrar neyðar sem nú þegar ríkir í Jemen.

Hafnbann og lyfjaskortur

Áætlað er að 60% jemensku þjóðarinnar skorti mat eða um 17,8 milljónir einstaklinga. Ástandið í landinu hefur einnig leitt til þess að heilbrigðiskerfi landsins hefur hrunið, bæði vegna árása á spítala og heilbrigðisstarfsfólk, en einnig er skortur á lyfjum og lækningatækjum sem er afleiðing hafnbanns og lokunar flugvallarins í Sanaa, höfuðborg Jemens.

Skortur á lyfjum og lækningatækjum veldur því að börn eru ekki bólusett, einnig er mikill fjöldi barna vannærður og eykst sá fjöldi enn! Þetta hefur í för með sér að útbreiðsla sjúkdóma meðal barna hefur stóraukist, oft með banvænum afleiðingum. Hreint vatn og lyf eru nú lúxusvara í Jemen sem aftur veldur því að sjúkdómar á borð við kóleru og mislinga leggjast á fleiri og fleiri Jemena. Rauði krossinn hefur gert allt sem í hans valdi stendur til að bregðast við þessu ófremdarástandi.

Lífshættulegar aðstæður

Alþjóðaráð Rauða krossins (ICRC) og Rauði hálfmáninn í Jemen reyna eftir megni að aðstoða bágstadda við afar erfiðar og oft lífshættulegar aðstæður. Á fyrri hluta ársins 2018 veitti Rauði krossinn um 500 þúsund manns mataraðstoð, hjálpaði yfir tveimur milljónum Jemena með aðgengi að vatni og auknu hreinlæti og hjúkraði um 14 þúsund manns sem höfðu særst í átökunum.

Áætlað er að 60% jemensku þjóðarinnar skorti mat eða um 17,8 milljónir einstaklinga. Ástandið í landinu hefur einnig leitt til þess að heilbrigðiskerfi landsins hefur hrunið.

Aðgengi Rauða krossins og annarra mannúðarsamtaka að þolendum átaka og hungurs er því miður takmarkað. Sömuleiðis eru miklar hindranir á innflutningi hjálpargagna og hefur þetta gert allt hjálparstarf mjög erfitt.

Það er ljóst að mannúðarsamtök á borð við Rauða krossinn og Rauða hálfmánann geta hvorki leyst átökin né fætt jemensku þjóðina til framtíðar. Rauði krossinn og önnur mannúðarsamtök geta hins vegar veitt lífsbjargandi aðstoð til barna og fullorðinna í aðstæðum sem þessum. Við minnum á að það er á ábyrgð stríðandi fylkinga og alþjóðasamfélagsins að tryggja varanlegan frið svo íbúar Jemens geti hafið endurreisn og byggt sér og komandi kynslóðum betri framtíð.

Verðum að bregðast við

Rauði krossinn á Íslandi kallar nú eftir auknum viðbrögðum og stuðningi íslenskra stjórnvalda vegna þess ástands sem nú blasir við íbúum Jemens. Íslensk stjórnvöld hafa nú þegar vakið athygli á ástandinu í Jemen á alþjóðavettvangi – því miður aðeins eitt fárra ríkja sem það hefur gert! En betur má ef duga skal. Rauði krossinn á Íslandi skorar á íslensk stjórnvöld að beita sér fyrir pólitískri lausn á átökunum samhliða því að tala fyrir öruggu aðgengi mannúðarsamtaka og hjálpargagna inn í landið. Opna þarf á ný flugvöllinn í Sanaa og tryggja að hafnbanni verði aflétt.

Ástandið í Jemen er með öllu óásættanlegt. Hungursneyð og ónýtt heilbrigðiskerfi, innviðir landsins og efnahagur eru í rúst. Milljónir eru á flótta og milljónir fara svangar að sofa. Þetta ástand er bein afleiðing af síendurteknum brotum á alþjóðlegum mannúðarlögum og virðingarleysi gegn mannlegri reisn. Af þessum sökum deyr mikill fjöldi saklausra borgara á degi hverjum, sumir úr næringarskorti og hungri, aðrir úr læknanlegum sjúkdómum og enn aðrir af völdum vopnaðra átaka.

Á meðan ástandið í Jemen lagast ekki eru það mannúðarsamtök á borð við Rauða krossinn og Rauða hálfmánann sem standa vaktina. Nauðsynlegt er að safna fjármagni svo hægt sé að senda mikið magn hjálpargagna til bágstaddra í Jemen og þannig bregðast við þeirri hungursneyð sem mikill meirihluti borgara landsins stendur frammi fyrir.

Tíminn skiptir máli, því líf milljóna Jemena er í húfi.

Þú getur stutt lífsbjargandi mannúðarstarf Rauða krossins í Jemen með 2.900 kr. framlagi með því að senda SMS-ið HJALP í númerið 1900.

Látum draumana rætast í menntakerfinu

Katrín Atladóttir
borgarfulltrúi

Látum draumana rætast er yfirskrift menntastefnu Reykjavíkurborgar til ársins 2030. Við munum ekki geta látið drauma alls ungs fólks rætast án þess að efla list- og verkgreinar í grunnskólum.

Samkvæmt rannsóknum hérlendis fer áhugasvið og námsval nemenda oft ekki saman. Þetta birtist í því að nemendur hefja ekki endilega nám sem hentar þeim og þeim er ekki beint í það. Í dag geta börn einungis nefnt fjórar til sex námsleiðir að meðaltali þegar spurt er um aðrar leiðir í námi en hefðbundið nám til stúdentsprófs. Í boði eru um eitt hundrað leiðir.

Það blasir við að börnum eru ekki kynntir nægilega vel þeir möguleikar sem eru í boði. Að einhverju leyti er orsökin sú að grunnskólum hefur reynst erfitt að uppfylla gildandi viðmið um list- og verkgreinar aðalnámskrár. Því er mikilvægt að tryggja skólastjórnendum allt sem til þarf til að uppfylla þessi viðmið; aðstöðu og hæft starfsfólk. Einnig kann að vera að forgangsraða þurfi fé betur til þessara mála.

Iðnaður skapar fjórðung landsframleiðslu Íslendinga og rúmlega þriðjung gjaldeyristekna. Iðn-, tækni- og verkmenntun er þó enn óæðri í löggjöf, hugsun og framkvæmd. Aðeins sextán prósent nýnema á framhaldsskólastigi skrá sig í iðngreinar á sama tíma og mikill skortur er á iðnmenntuðu vinnuafli. Þessi skekkja milli menntunar og eftirspurnar eftir vinnuafli er þegar mikil og mun trúlega verða enn meiri.

Við munum ekki geta látið drauma alls ungs fólks rætast án þess að efla list- og verkgreinar í grunnskólum.

Áslaug Arna Sigurbjörnsdóttir, þingmaður Sjálfstæðisflokksins, hefur lagt fram frumvarp á Alþingi sem leggur sveinspróf að jöfnu við stúdentspróf sem inntökuskilyrði í háskóla. Þannig opnast dyr iðnmenntaðra að háskólanámi og ímynd náms og starfa sem tengjast iðnmenntun styrkist.

Þá samþykkti skóla- og frístundaráð nýlega að auka vægi þessara greina í grunnskólum í Reykjavík. Samþykktin er ágætis byrjun en mikilvægt er að fylgja málinu vel eftir. Grunnskólar í Reykjavík eru ekki að standa sig nægjanlega vel í að kynna aðrar námsleiðir fyrir börnunum okkar. Við getum ekki aukið áhuga barna á einhverju sem þau þekkja ekki.

Efling list- og verkgreina er mikilvægt skref í átt að markmiðinu um að láta draumana rætast.

Við bætum
við bætum
Heima + = 10×GB
Heima færir þér tífalt gagnamagn þegar þú skráir þig
í farsímaáskrift hjá Vodafone. Fáðu allt í einum pakka
fyrir heimilið og bættu við þig bætum í leiðinni!
Nánari upplýsingar veitir Vodafone.is
Framtíðin er spennandi.
Ertu til?
vodafone

Stjarna Danielle skein skært í Ásgarði

Danielle Rodriguez átti góðan leik þegar Stjarnan lagði Breiðablik að velli, 78-74, í 7. umferð Domino's-deildar kvenna í gær. Danielle var með þrefalda tvennu í leiknum; skoraði 22 stig, tók 13 fráköst og gaf 14 stoðsendingar. Sú bandaríska hitti ekki vel en var dugleg að koma sér á vítalínuna. Hún skoraði 14 stig úr vítum. Með sigrinum komust Stjörnukonur upp í 2. sæti deildarinnar. Blikar eru sigurlausir á botninum. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Við þurfum að efla fræðslu

Margrét Lára Viðarsdóttir er ekki bara farsæl fótboltakona heldur einnig íþróttafræðingur og klínískur sálfræðingur. Undanfarið hefur hún látið sig líðan íþróttafólks varða og rannsakað kvíða og þunglyndi hjá því.

FÓTBOLTI Margrét Lára og Elísa Viðarsdætur héldu fyrirlestur í höfuðstöðvum KSÍ í hádeginu í gær. Elísa fjallaði þar um mikilvægi góðrar næringar hjá íþróttafólki. Margrét Lára ræddi þar hins vegar landlægt vandamál í íþróttum sem kvíði og þunglyndi eru og reifaði leiðir til þess að bregðast við andlegri vanlíðan hjá íþróttafólki.

„Kvíðaeinkenni má finna alls staðar í þjóðfélaginu og það á líka við um íþróttafólk. Ég rannsakaði árið 2015 atriði er varða kvíða og þunglyndi hjá þeim fótboltamönnum, handboltamönnum og körfuboltamönnum sem léku erlendis á þeim tíma. Þar kom í ljós að rúmlega 40% finna fyrir vægum eða meðalmiklum einkennum kvíða og um það bil 36% glíma við sams konar einkenni af þunglyndi. Það væri fróðlegt að gera sams konar rannsókn á einhverju mengi þeirra sem æfa hér á landi," segir Margrét Lára í samtali við Fréttablaðið.

Það er oft leitað til sálfræðinga þegar hlutirnir eru komir í óefni, en við þurfum að vera duglegri við fyrirbyggjandi aðgerðir.

Margrét Lára Viðarsdóttir

„Mér finnst helsta verkefni okkar sem höfum hug á því að bæta stöðuna í geðheilbrigðismálum að einfalda leið fólks að sálfræðingum og öðrum fagaðilum. Vísa þeim á skýrari hátt á einhvern sem getur aðstoðað á faglegan hátt. Þessi þjónusta er afar dýr eins og staðan er núna og mér finnst við þurfa að koma betur fjárhagslega til móts við þá sem þurfa á andlegri aðstoð að halda," segir hún um þær áskoranir sem blasa við.

„Félögin þurfa svo að vera vakandi fyrir því að koma félagsmönnum sínum til hjálpar. Fræðsla er lykilatriði þar og við systurnar erum boðnar og búnar til þess að koma að því ef félögin vilja. Það er oft leitað til sálfræðinga þegar hlutirnir eru komnir í óefni, en við þurfum að vera duglegri við fyrirbyggjandi aðgerðir. Þjálfarar gegna lykilhlutverki og með fyrirlestri eins og þeim sem ég var að halda getum við kennt þeim að taka eftir einkennum kvíða og þunglyndis. Hver fyrstu skrefin séu til þess að taka á slíkum málum og hvert sé mögulegt að vísa þeim sem glíma við slíkan vanda," segir Valsarinn um hlutverk íþróttafélaga í þessum málaflokki.

„Það hefur mikið breyst frá því að ég byrjaði í fótboltanum og umræðan um þessi mál er mikið opnari núna en áður. Leikmenn þora meira að tjá sig um andlega vanheilsu og leita meira til þjálfara sinna eða fagaðila ef eitthvað bjátar á. Þjálfarar eru líka betur í stakk búnir til þess að taka á svona málum, en ef þeir telja sig ekki geta leyst vandann þarf að kalla til sérfræðinga. Það má ekki bara setja vandamálin undir stól eins og vill gerast. Við höfum tekið skref fram á við í þessum efnum, en betur má ef duga skal," segir framherjinn um þróun mála hvað geðheilbrigðismál íþróttafólks varðar.

„Við systurnar viljum gera okkar til þess að koma sérfræðiþekkingu okkar þangað sem skiptir máli. Við höfum mikinn áhuga á því að láta gott af okkur leiða og breiða út þá sérfræðiþekkingu sem við höfum aflað okkur. Okkur finnst það okkar hlutverk að fræða íþróttafólk á því sviði sem við höfum menntað okkur í og erum reiðubúnar að halda fyrirlestra þar sem þess er óskað," segir þessi reynslumikli leikmaður.

hjorvaro@frettabladid.is

Nýjast

Domino's-deild kvenna

Skallagrímur - Haukar 67-53
Stigahæstar: Bryesha Blair 14/10 fráköst, Maja Michalska 13, Sigrún Sjöfn Ámundadóttir 11, Shequila Joseph 10/15 fráköst - Sigrún Björg Ólafsdóttir 16, LeLe Hardy 11/17 fráköst, Eva Margrét Kristjánsdóttir 9.

Snæfell - Valur 90-74
Stigahæstar: Kristen McCarthy 32/19 fráköst, Berglind Gunnarsdóttir 21, Angelika Kowalska 12, Katarina Matijevic 12 - Heather Butler 18, Bergþóra Holton Tómasdóttir 14, Dagbjört Dögg Karlsdóttir 9.

Stjarnan - Breiðablik 78-74
Stigahæstar: Danielle Rodriguez 22/13 fráköst/14 stoðs., Bríet Sif Hinriksdóttir 20, Maria Palacios 14 - Sanja Orazovic 28/10 fráköst, Kelly Faris 19/11 fráköst/8 stoðsendingar/8 stolnir, Sóllilja Bjarnadóttir 10.

Keflavík - KR 77-73
Stigahæstar: Brittany Dinkins 37/10 fráköst, Bryndís Guðmundsdóttir 11, Katla Rún Garðarsdóttir 11 - Kiana Johnson 36/17 fráköst, Perla Jóhannsdóttir 12, Unnur Tara Jónsdóttir 11/12 fráköst.

Efri		Neðri	
Snæfell	12	Skallagrímur	6
Stjarnan	10	Haukar	4
Keflavík	10	Valur	4
KR	10	Breiðablik	0

Coca-Cola-bikar karla

Fram - Akureyri 23-18

Grótta - Stjarnan 28-22

Meistaradeild Evrópu

E-riðill

B. München - AEK Aþena 2-0
1-0 Robert Lewandowski, víti (31.), 2-0 Lewandowski (71.).

Benfica - Ajax 1-1
1-0 Jonas (29.), 1-1 Dusan Tadic (61.).

Staðan: B. München 10, Ajax 8, Benfica 4, AEK Aþena 0.

F-riðill

Man. City - Shakhtar 6-0
1-0 David Silva (13.), 2-0 Gabriel Jesus, víti (24.), 3-0 Raheem Sterling (49.), 4-0 Jesus, víti (72.), 5-0 Riyad Mahrez (84.), 6-0 Jesus (90+2.).

Lyon - Hoffenheim 2-2
1-0 Nabil Fekir (19.), 2-0 Tanguy Ndombele (28.), 2-1 Andrej Kramaric (65.), 2-2 Pavel Kaderabek (90+2.).

Staðan: Man. City 9, Lyon 6, Hoffenheim 3, Shakhtar 2.

G-riðill

CKSA Moskva - Roma 1-2
0-1 Kostas Manolas (4.), 1-1 Arnór Sigurðsson (50.), 1-2 Lorenzo Pellegrini (59.).

Plzen - Real Madrid 0-5
0-1 Karim Benzema (21.), 0-2 Casemiro (23.), 0-3 Benzema (37.), 0-4 Gareth Bale (40.), 0-5 Toni Kroos (67.).

Staðan: Real Madrid 9, Roma 9, CSKA Moskva 4, Plzen 1.

H-riðill

Valencia - Young Boys 3-1
1-0 Santi Mina (14.), 1-1 Roger Assalé (37.), 2-1 Mina (42.), 3-1 Carlos Soler (56.).

Juventus - Man. Utd. 1-2
1-0 Cristiano Ronaldo (65.), 1-1 Juan Mata (86.), 1-2 Leonardo Bonucci, sjálfsm. (90.).

Staðan: Juventus 9, Man. Utd. 7, Valencia 5, Young Boys 1.

Fólk

FIMMTUDAGUR 8. NÓVEMBER 2018

Tíska

Sigríður Ásta Árnadóttir spilar á harmóníku með hljómsveit sinni Mandólín á súputónleikum á laugardagskvöldið.

→4

MYND/STEFÁN

Sjálfsöryggi er flottasti stíllinn

Tónlistarkonan Salka Valsdóttir fer eigin leiðir í klæðaburði og segir að flíkur geti alltaf litið vel út með sjálfsöryggi. Salka er í sveitinni Cyber, sem er að gefa út plötu á morgun og spilar á Airwaves hinn. →2

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: **Sólveig Gísladóttir,** solveig@frettabladid.is s. 512 5351 | **Elín Albertsdóttir,** elin@frettabladid.is, s. 512 5349 | **Oddur Freyr Þorsteinsson,** oddurfreyr@frettabladid.is, s. 512 5368 | **Brynhildur Björnsdóttir,** brynhildur@frettabladid.is, s. 512 5347 | **Sigríður Inga Sigurðardóttir,** sigriduringa@frettabladid.is, s. 512 5372 | **Starri Freyr Jónsson,** starri@frettabladid.is, s. 512 5358 | **Þórdís Lilja Gunnarsdóttir,** thordisg@frettabladid.is s. 512 5338

Útgefandi: Torg ehf

Ábyrgðarmaður: Kristín Þorsteinsdóttir

Sölumenn: **Arnar Magnússon,** arnarm@frettabladid.is, s. 512 5442, **Atli Bergmann,** atli@frettabladid.is, s. 512 5457, **Jón Ívar Vilhelmsson,** jonivar@frettabladid.is, s. 512 5429,

SMART FÖT,
FYRIR SMART KONUR

My Style tískuhús
Stærðir 38-52
my style
Holtasmára 1
201 Kópavogur
(Hjartaverndarhúsið)
Sími 571 5464

SIGURBOGINN
SNYRTI- OG TÍSKUVÖRUVERSLUN
LAUGAVEGI 80 ■ TEL: 561 1330 ■ WWW.SIGURBOGINN.IS

Þú finnur draumastarfið á
job.is

Hljómsveitin Cyber hefur sérstakt þema fyrir hverja plötu og sú nýjasta hefur skrifstofuþema. Hér má sjá Sölku Valsdóttur, meðlim sveitarinnar, í fötunum sem hún ætlar að nota á tónleikum Cyber á Airwaves. MYND/STEFÁN

Oddur Freyr Þorsteinsson
oddurfreyr@frettabladid.is

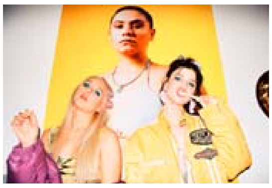
Salka Valsdóttir er meðlimur í sveitunum Cyber, Reykjavíkurdætrum og Special-K, en auk tónlistarinnar starfar hún í hljóðveri í Berlín og sem hljóðmaður í Borgarleikhúsinu. Hún er á fullu þessa vikuna að undirbúa útgáfu nýjustu plötu Cyber, Bizness, sem kemur út á morgun, og tónleika sveitarinnar á Airwaves á laugardag.

Sterka ímynd mikilvæg

„Cyber leggur mikla áherslu á stíl og útlit. Það er ótrúlega mikilvægt að hafa sterka sjónræna ímynd sem listamaður í dag til að grípa athygli,“ segir Salka. „Við höfum alltaf haft skýra fagurfræði og tökum upp nýtt fagurfræðilegt þema á hverju ári. Það smitast svo eiginlega alltaf út í hljóðheimana og verður hluti af heildarpælingum sveitarinnar. Það er gaman að endurnýja sig og leyfa sjónræna hlutanum að haf áhrif á hljóðið. Það dýpkar líka heildarmyndina að hafa spennandi sjónrænt efni.“

Goth fyrir tilviljun

„Kærastinn minn segir alltaf að ég sé „accidental goth legend“,“ segir Salka um sinn persónulega



Hljómsveitin Cyber leggur mikla áherslu á stíl, útlit og sjónræna ímynd. MYND/BERGLAUG PETRA

stíl. „Ég er mjög oft í leðurfrakka, snákaskinnsstígvélum og svörtum gallabuxum, með svart hár. Þannig að ég held að ég daðri við að vera goth af tilviljun. Ég elska leður, vínyl og latex, svona þykk efni sem eru alltaf flott, það skiptir næstum ekki máli hvernig sniðið er. Svo hef ég verið svo lengi í hæl að mér finnst ég fáránlega lítil þegar ég er ekki í hæl.

Ég er hrifnust af því þegar fólk er öruggt með fötin sín. Fólk getur verið í hverju sem er, en ef það er sjálfsöruggt líður mér eins það hafi flottan stíl,“ segir Salka. „Mér finnst stíll vera skilgreindur frekar af því hver er í fötunum en hvernig þau eru eða hvar þau voru keypt.

Uppáhaldsflíkin mín er síði leðurfrakkinn minn, sem er svona Matrix-jakki. Svo á ég líka bakpoka sem ég hef átt síðan í 1. bekk sem passar vel með jakkanum,“ segir Salka. „Þá lít ég út eins og aukapersóna í Matrix. Ég fíla það. Ég veit ekki hvort það sé flott, en mér finnst það gaman og ég er örugg með mig í þessu.“

Ný plata, hlustunarpartí og tónleikar

Cyber gefur út nýja plötu, sem heitir Bizness, á morgun. Platan segir frá atburðum eins dags á skrautlegri skrifstofu, þar sem vanhæfur sonur yfirmannsins er við stjórn,“ segir Salka. „Króli leikur soninn og rappar á ensku, líklega í fyrsta sinn, en megnið af plötunni er á ensku. Ég held að fólk eigi eftir að hafa gaman af þessari nýju hlið á honum.

Ég framleiddi plötuna og hljóðheimurinn er unninn mikið úr alls konar skrifstofuhljóðum, en ég fékk líka frábæra hljóðfæraleikara með mér,“ segir Salka. „Það verður hlustunarpartí frá kl. 17-20 á morgun á Bankastræti 0. Það verður freyðivín og hugguleg stemning og hægt að hlusta á plötuna og kaupa varning.

Svo spilum við á Listasafni Reykjavíkur á Airwaves á laugardagskvöld klukkan 20,“ segir Salka. „Þar verður mikil skrifstofugleði. Við ætlum að spila mikið af nýju efni, fikta í bókhaldinu og svara símum. Það verður brjálað að gera og það væri bara gaman ef fólk vildi kíkja til okkar á skrifstofuna.“

39.980 kr.
31.984 kr.
27.980 kr.
22.384 kr.
23.980 kr.
19.184 kr.
29.980 kr.
23.984 kr.
32.980 kr.
26.384 kr.
29.980 kr.
23.984 kr.
28.980 kr.
23.184 kr.
20%
AFSLÁTTUR
AF
ÖLLUM
SKÓM!
25.980 kr.
20.784 kr.
hjá Hrafnhildi
Engjateigi 5 // 581 2141 // hjahrafnhildi.is
48.980 kr.
39.184 kr.
25.980 kr.
20.784 kr.
29.980 kr.
23.984 kr.
39.980 kr.
31.984 kr.
25.980 kr.
20.784 kr.

KJÓLAR // TÚNIKUR

KR. 6.900.-
LITIR: SVART
RAUTT.

KR. 8.900.-
LITUR: SVARTUR

Ríta

Við erum á Facebook

Bæjarlind 6 • S. 554 7030

TILBOÐ

4 réttir + súpa dagsins aðeins 1.790 kr.*

NAUTAKJÖT Í OSTRUSÓSU
KJÚKLINGUR Í KARRÝSÓSU
DJÚPSTEIKTAR RÆKJUR MEÐ SÚR/SÆTRI SÓSU
NÚÐLUR MEÐ GRÆNMETI

*tekið með heim – 2.100 kr. ef borðað er á staðnum.

Frábær hóptilboð
Sjáðu öll tilboðin okkar á
www.kinahofid.is

Opið alla daga vikunnar frá kl. 11:00 - 22:00

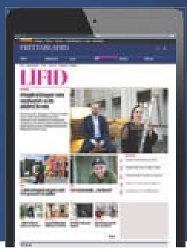
KÍNAHOFIÐ

Kínahofið veitingahús | Nýbýlavegi 20 | 200 Kópavogi
www.kinahofid.is | Sími 554 5022

LÍFIÐ ER Á FRETTABLADID.IS

Lífið á frettabladid.is fjallar um fólk, menningu, tísku, heilsu og margt fleira.

Ekki missa af neinu, fylgdu Fréttablaðinu á Facebook



Sigríður Ásta sækir í liti og mynstur og verður eflaust skrautlega klædd á tónleikum Mandólín á laugardag. MYND/STEFÁN

Er á litríku rófi

Sigríður Ásta Árnadóttir, tónlistarkona og ritstjóri hjá Forlaginu, er hrifin af litríkum, gamaldags fötum. Hún spilar á harmóniku með hljómsveit sinni Mandólín á súputónleikum á laugardagskvöldið.

Spáir þú mikið í tísku?

Ekki beinlínis. Ég læt yfirleitt ekki sjá mig í tískuverslunum eða tískuflíkum dagsins. En ég hef vissulega gaman af að raða saman fallegum flíkum. Annars hef ég aðeins áhyggjur af því hvað ég er að verða löt að hafa mig til með aldrinum. Með þessu áframhaldi endar þetta bara í jogginggalla.

Hvernig myndir þú lýsa þínum stíl?

Ég er gjarnan á einhverju litríku rófi mitt á milli Woodstock og Mad Men.

Hvar kaupir þú fötin þín?

Mest í Rauðakrossbúðum og í tveimur uppáhaldsverslunum á netinu sem eru með föt í gamaldags stíl og föt framleidd í sátt við menn og náttúru. Stöku sinnum sauma ég eða prjóna eitthvað og svo er ég dálítið skotin í versluninni 16a á Skólavörðustíg.

Eyðir þú miklu í föt?

Nei, ég held að mér sé að takast að venja mig af þeim ósið að kaupa miklu meira en ég þarf og ég tek helst ekki þátt í hraðtískunni með allri sinni sóun. En það er gott að kaupa notað fyrir fólk eins og mig sem er ekki við eina fjölina fellt í klæðaburði og vill geta breytt reglulega til.

Hver er uppáhaldsflíkin þín?

Eru uppáhaldsflíkur ekki þær sem maður gerir við þangað til þær detta í sundur? Ég á eitt pils frá sjötta áratugnum og eina írska kaðlaprjónspeysu sem eru þannig. Svo mætti nefna dásamlegt par af Fridu Kahlo sokkum sem ég keypti í Kaliforníu um síðustu jól.

Uppáhaldshönnuður?

Ég á sennilega ekki slíkan. En hún Gudrun Sjödén kann að búa til litfögur mynstur sem gleðja mig.

Hver er helsti veikleiki þinn þegar kemur að tísku og útliti?

Fallegir litir og mynstur. Ég á lítið af látlausum fötum, sem er oft ekkert mjög praktískt – nema þegar maður sullar niður á sig auðvitað. Það getur orðið flókið að raða saman í sómasamlegan og sjóveikilausan alklæðnað úr fataskápnum mínum.

Notar þú fylgihluti?

Ég er löt við það. Hálsfestar og armbönd þvælast fyrir mér, sérstaklega þegar ég er að spila á harmóníkuna. En þá má reyndar hengja ýmislegt í eyrun og ég geri það óspart.

Áttu þér tískufyrirmynd?

Nei, það á ég ekki. En ég hef oft sótt innblástur í þjóðbúninga, til dæmis Austur-Evrópu og Mið-Ameríku.

Hvað er fram undan?

Ég er að fara að halda tónleika með hljómsveitinni Mandólín á laugardagskvöldið og hlakka mikið til. Við erum sjö í bandinu og verðum sumsé með súputónleika í alveg sérstaklega notalegum sal tungumálaskólans Dósaverksmiðjunnar í Borgartúni 1. Þar spilum við heimstónlist; gyðingalög, tangóa og þjóðlagatónlist og bjóðum upp á heimagerða súpu og brauð á undan fyrir þá sem vilja. Þetta eru alltaf mjög skemmtileg kvöld.

BÓNUS
395
kr. kg
Blómkál og Spergilkál
Holland
359
kr. kg
Paprika
Rauð, Holland
NÝ UPPSKERA
frá Tyrklandi
279
kr. kg
Sítrónur
Tyrkland
259
kr. kg
Perur
Holland
398
kr. kg
Kaki
Spánn
200g
BABY SPINACH
NÝ UPPSKERA
frá Frakklandi
279
kr. kg
Gul, rauð eða græn Epli
Frakkland
298
kr. 200 g
Spínat
200 g, Ítalía

Verð gildir til og með **11. nóvember** eða meðan birgðir endast

BÓNUS BÓNUS BÓNUS BÓNUS BÓNUS

FLJÓTLEGT OG GOTT

1.298 kr. pk.

Bónus Réttir
6 tegundir

100% kalkúnakjöt

459 kr. 600 g

Ísfugl Kalkúnahakk
600 g, frosið

SAMA VERÐ
UM LAND ALLT

1kg

998 kr. 1 kg

Gríms Plokkfiskur
1 kg

STJÖRNU GRÍS

598 kr. kg

Stjörnugrís Grísabógur
Ferskur, af nýslátruðu

STJÖRNU GRÍS

ÚR LÆRI

Íslenskt grísakjöt
AF NÝSLÁTRUÐU

998 kr. kg

Stjörnugrís Bayonneskinka
Nýreykt af nýslátruðu, úr læri

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

BÓNUS BÓNUS BÓNUS BÓNUS BÓNUS

MAÍSPOKI
sem brotnar niður

179
kr. 10 stk.

Umhverfisvæni Ruslapokinn
19 lítra, 10 stk.

2.998
kr. stk.

Protis Kollagen
120 hylki

169
kr. 50 ml

Bónus Vanilludropar
50 ml

500kr
lægra verð

1.930
kr. stk.

Gestgjafinn Kökublaðið
Almennt verð 2.430 kr.

400g

295
kr. 400 g

Bónus Piparkökur
400 g

400g

295
kr. 400 g

KW Pipardropar
400 g

198
kr. 200 g

Kókostoppar
200 g

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

SPORT 24

Opnar verslun á Íslandi

24% opnunarafsláttur

og frábær opnunartilboð

Opnunartími
Virka daga 11-18
Laugardaga 11-16

Sundaborg 1 Sími 553 0700

NÆG BÍLASTÆÐI VIÐ VERSLUN

Fylgdu okkur á facebook

Praktísk tíska

Tíska tíunda áratugarins eða „nineties“ tískan er komin aftur af fullum krafti með tilheyrandi apaskinni, hlébarðamunstri og magaveskjum, eða „fanny packs“. Vinsældir magaveskjanna hafa reyndar aukist stöðugt síðan vorið 2014 þegar Karl Lagerfeld tók upp á því að senda þær út á tískupallana eftir langt hlé. Því lætur nærri að hver einasti merkjavöruframleiðandi hafi fylgt í kjölfarið enda fást magatöskur nú í miklu úrvali. Þær hafa eðli málsins samkvæmt tekið einhverjum breytingum síðan á tíunda áratugnum og eru ýmist bornar í beltisstað, yfir miðjuna eða aðra öxlina. Þær eru svo ekki síður notaðar af körlum en konum. Hvað sem fólki kann að finnast um þessar litlu töskur er ekki hægt að neita því að þær hafa óvenjumikið notagildi af tískuvarningi að vera og þá sérstaklega fyrir karla sem hafa hingað til þurft að troða buxnavasana út af símum, lyklum og veskjum. Hver veit nema það dragi stórlega úr farsímastuldi ef veskin halda vinsældum.

Fergie með magaveski frá Chanel.

„Fanny pack“-tískuna eða magaveskjatískuna í dag má rekja til Chanel. Veskin eru borin af bæði konum og körlum.

Vinsældir magatöskunnar hafa aukist statt og stöðugt síðan vorið 2014 þegar Karl Lagerfeld tók upp á því að senda þær út á tískupallana eftir langt hlé.

Því lætur nærri að hver einasti merkjavöruframleiðandi heims hafi framleitt sína útgáfu af magaveski sem stjörnurnar keppast við að skarta. Hér er Kim Kardashian með tösku sem minnir um margt á þær sem voru hvað vinsælastar á tíunda áratugnum.

NÝTT FRÁ GERRY WEBER

GLÆSILEGUR VETRAFATNAÐUR FYRIR ALLA VIÐBURÐI

Skoðið laxdal.is

BERNHARD LAXDAL

Skipholti 29b • Sími 551 4422 • www.laxdal.is

Smáauglýsingar

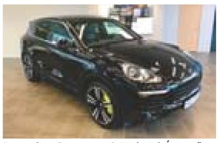
550 5055
Afgreiðsla smáauglýsinga og sími er opinn alla virka daga frá 9-16
Netfang: smaar@frettabladid.is

Bílar & Farartæki

Premium Cars

Toyota Yaris Active Hybrid Nýr bíll, Sjálfskiptur, bakkmyndavél, álfelgur ofl. Tilboðsverð kr. 2.690.000

Mercedes-Benz C350e Hybrid Árgerð 2017, ekinn 21 þkm. Loftp. fjöðrun, forhitun á miðstöð, 19” AMG Style ofl. Verð kr. 4.990.000



Porsche Cayenne S Hybrid Árgerð 2015, ekinn 85 þkm. Loftp.fjöðrun, 21” ofl. Verð kr. 8.900.000

Premium Cars
Kletthálsi 1, 110 Reykjavík
Sími 415 7000
premiumcars.is

Viðgerðir

VAKA
VIÐ ERUM GERÐIR FYRIR VIÐGERÐIR!
VERKSTÆÐI, ÞAR SEM HLUTIRNIR GERAST HRATT OG ÖRUGGLEGA!
Sími: 567 6700 | vakahf.is

Þjónusta

Pípulagnir

Pípulagningameistari getur bætt við sig verkefnum á viðhaldi og viðgerðum. Uppl. í s. 778 1604.

Hreingerningar

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

REGNBOGALITIR EHF
Alhliða málningarþjónusta löggiltra fagmanna. malarar@simnet.is Sími 891 9890

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

HÚSAVIÐGERÐIR
ENDURBÆTUR OG NÝSMÍÐI
- Smíðavinna
- Múrvinna
- Málningarvinna

☎ 788 8870
eind@eind.is
Eind ehf

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

Nudd

NUDD
Slökunarnudd í miðbæ Reykjarvíkur. Sími 694 7881, Janna.

Rafvirkjun

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

Önnur þjónusta

VALDÍS ÁRNADÓTTIR DÁLEIÐSLUTÆKNIR (CLINICAL HYPNOTHERAPIST) VEITIR DÁLEIÐSLUMEÐFERÐ.
Viltu léttast, takast á við kvíða, streytu, sjálfstraust, hætta að reykja o.fl. Dáleiðsla er gott verkfæri til betri heilsu.
Tímapantanir í síma 864-1273

Barnaheill
Save the Children á Íslandi

Til sölu

Vörubílastöðin Silfri ehf hefur 9 trukka, þar af einn ADR bíl og einn 4 öxla vörubíl og kranabíl.

Grunnar, malarkeyrsla, flatvagnar o.fl.

Góða þjónusta - vönduð vinna þaulvanir menn - Ávallt gott verð.

Silfri ehf | S. 894 9690 | silfriehf.is

Þarftu að ráða?

Ráðum sérhæfir sig í ráðningum og mannauðsráðgjöf. Við komum til móts við þarfir fyrirtækja og sérsníðum lausnir sem henta hverjum viðskiptavini.

ráðum
ráðningarstofa

WWW.RADUM.IS | 519 6770 | RADUM@RADUM.IS

Ótrúleg verð – komdu og kíktu við!

Sunlight T 58:
Árgerðir 2016-2017. Markísa, hjólagrind, silfurgráar hliðar, álfelgur, 6 gíra, cruise control, , snúningsstólar, loftkæling ofl.ofl.
Ótrúlegt verð, frá: 6.490.000.

Sunlight T 64
Árgerð 2016. Markísa, hjólagrind, silfurgráar hliðar, álfelgur, fellirúm í toppi, stór ísskápur, LED lýsing, 6 gíra, cruise control , snúningsstólar, loftkæling ofl. ofl.
Ótrúlegt verð, frá: 7.590.000.

Sunlight T 67
Árgerð 2016. Markísa, hjólagrind, álfelgur, lestarlúga báðum megin, útdrag á milli rúma, fellirúm í toppi, stór ísskápur, LED lýsing, 6 gíra, cruise control, snúningsstólar, loftkæling o.fl. o.fl. **Ótrúlegt verð: 7.790.000.**

Sunlight T 68
Árgerð 2016. Markísa, hjólagrind, lestarlúga báðum megin, útdrag á milli rúma, fellirúm í toppi, stór ísskápur, LED lýsing, 6 gíra, cruise control, snúningsstólar, loftkæling o.fl. o.fl. **Ótrúlegt verð: 7.990.000.**

Sunlight T 69 L
Árgerð 2016. Markísa, hjólagrind, álfelgur, lestarlúga báðum megin, hjónarúm aðgengilegt beggja vegna, fellirúm í toppi, stór ísskápur, LED lýsing, 6 gíra, cruise control, snúningsstólar, loftkæling o.fl. o.fl. **Ótrúlegt verð: 8.190.000.**

Sunlight Cliff 640
Árgerð 2018. FIAT Maxi grindin, 16“, markísa, gott geymslupláss aftur í, LED lýsing, 12V pressuísskápur, 6 gíra, cruise control, loftkæling, snúningsstólar, bakkskynjarar o.fl. ofl.
Ótrúlegt verð: 9.350.000.

LMC Breezer H 737 G
Árgerð 2017. Markísa, lestarlúga báðum megin, útdrag á milli rúma, fellirúm í toppi, stór ísskápur, LED lýsing, 6 gíra, cruise control, snúningsstólar, loftkæling, bakkmyndavél o.fl. o.fl. **Ótrúlegt verð: 9.980.000.**

Dethleffs Trend T 7057 DBM
Árgerð 2018. Markísa, hjólagrind, lestarlúga báðum megin, breið inngangshurð með samlæsingu, rafmagnsdrifið fellirúm í toppi, stór ísskápur, LED lýsing, 6 gíra, cruise control, snúningsstólar, loftkæling o.fl. o.fl. **Ótrúlegt verð: 10.890.000.**

OPIÐ UM HELGINA FRÁ 12-16

P. KARLSSON EHF.

P. Karlsson ehf | Smiðjuvöllum 5a, 230 Reykjanesbæ |517 5200
www.pkarlsson.is

Birt með fyrirvara um innsláttarvillur

Önnur þjónusta

REYKJAVÍK OG AKUREYRI

www.parketogmalun.is 25 ára reynsla. Parketslípun, sólpallaslípun, korkslípun, parketlagnir og djúphreinsun á öllum gólftegundum. S:7728100 Erum á facebook Parket og málun.

Til sölu 12 volta leiðiskrossar með rafgeymi, einnig 24 volta og 32 volta vandaðir díóðuljósakrossar á leiði. JS Ljósasmiðjan ehf Skemmuvegur 34 (brún gata) 200 kóp. S. 554 0661, 897 4996 & 699 2502. Opið virka daga 8-18 og á laugardögum í desember 10-16.

Keypt & Selt

Til sölu

mýranaut

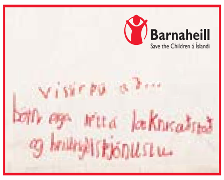
Ungnautakjöt beint frá býli. Minnst 1/8 úr skrokk. Hakk, gúllas, snitsel og steikur. www.myranaut.is s. 868 7204

Óskast keypt

KAUPUM GULL - JÓN & ÓSKAR

Alla virka daga í verslun okkar Laugavegi 61 Jón & Óskar

jonogoskar.is s.552-4910



Skólar & Námskeið

Ökukennsla

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

Húsnæði

Húsnæði í boði

TIL LEIGU NÝLEGT 165 - 570 FM ATVINNUHÚSNÆÐI Í 116 REYKJAVÍK VERÐ FRÁ KR 990 FM

165 og 285 fm bil með allt að 9 m lofthæð, stórar innkeyrsludyr, góð malbikuð lóð, og greið aðkoma.

Nánari upplýsingar veitir Sverrir í s. 661 7000

Geymsluhúsnæði

WWW.GEYMSLAEITT.IS

Sérgeymslur á mjög góðum verðum. Frá 2-17 m2. S: 564-6500

GEYMSLUR.IS
SÍMI 555-3464

Geymslur af öllum stærðum. Allt að 20% afsláttur. www.geymslur.is

Atvinna

Atvinna óskast

STARFSMENN
til fjölbreyttra starfa um lengri eða skemmri tíma

PROVENTUS
Starfsmannaþjónusta
551 5000
proventus@proventus.is
Ármúla 15, 108 Reykjavík
www.proventus.is

Verðdæmi:
2ja herb. 43,5 millj.
3ja herb. 45,6 millj.
4ra herb. 53,5 millj.

Vandað og vel byggt fimm hæða fjölbýlishús með tveimur stigagöngum og lyftu.
Í húsinu eru 36 íbúðir,
2ja til 4ra herbergja á bilinu 83-116 fm.
Húsið er viðhaldslétt, klætt að utan með álklæðningu og með gluggum úr áli.
Vandaðar innréttingar frá Sérverk og tæki frá AEG
Allar íbúðir ná í gegnum húsið með gluggum í vestur og austur
Stæði í bílageymslu með flestum íbúðum

SÖLUMENN MIKLUBORGAR Á STAÐNUM

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

LIND FASTEIGNASALA **510 7900**
Hlíðasmári 6 / 201 Kópavogur / www.FASTLIND.is

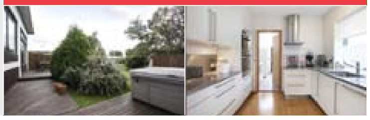
Glæsibær 16
110 REYKJAVÍK

STÆRÐ: 210 fm FJÖLDI HERBERGJA: 6

Mikið endurnýjað einbýlishús með bílskúr á einni hæð. Teiknað af Kjartani Sveinssyni. Mjög gott skipulag. Aukin lofthæð. Búið að endurnýja, gólfefni, hurðir, eldhús, baðherbergi. Skipt um rafmagnstöflu og dregið í. Skipt var um járn á þaki fyrir 11 árum.

84.900.000 kr

OPIÐ HÚS › 8. NÓV 17:30 – 18:00

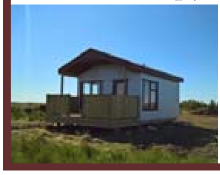


Heyrumst
Hannes Steindórsson
Löggiltur fasteignasali
Sölustjóri
› 699 5008
› hannes@fastlind.is

Þjónustuauglýsingar

Sími 550 5055

Ferðaþjónustuhús



Vönduð hús sem henta vel í ferðaþjónustuna, afhendast fullkláruð.

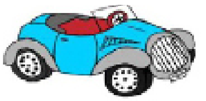
Nánari uppl. reisum@simnet.is eða í síma 899 0913 Fríða www.reisum.is

EYJALIND Startarar og Alternatorar

- Vinnuvélar
- Lyftarar
- Dráttarvélar
- Bátar

Vertu vinur okkar á Facebook
Sími: 517-8240 - Súðarvogur 20 - www.eyjalind.is

BIFREIÐAVERKSTÆÐI KÓPAVOGS



TOYOTA ÞJÓNUSTA
ALLAR ALMENNAR BÍLAVIÐGERÐIR

SMIÐJUVEGUR 2 • KÓPAVOGUR
WWW.BIFREIDAVERKSTAEDI.IS
S. 587 1350

Geymsluskúrar /gestahús til sölu

- Þrjár stærðir 7,5/9,5/14,9 fm.
- Veggjagrind út 45x95 timbri.
- Pappi og bárustál á þaki.
- Rofar og tenglar IP44 rakaheldnir.
- Skúrar sem þola veður og vinda.

Nánari uppls; reisum@simnet.is eða s. 899 0913 Fríða, www.reisum.is

viftur.is
Viftur • Blikkrör • Aukahlutir
íshúsið

S:566 6000 • Smiðjuvegur 4a, 200 Kópavogur

Við sérhæfum okkur við heimilisþrif, húsfélög og fyrirtækjaþrif.

Hægt að panta tíma á hofdabon.is

HÖFÐABÓN

Höfðabón ehf
Dugguvogi 10 (bakvið húsið)
S: 552 7772 eða sendu á okkur línu á bonhofda@gmail.com

Alla fimmtudaga og laugardaga

arnarut@frettabladid.is gudruninga@frettabladid.is

www.zikzakverslun.is   Tískuhús Zik Zak   Kringlan 551-1314   Glerártorg 559-1314

✝

Ástkær eiginmaður minn
og besti vinur, faðir okkar,
tengdafaðir, afi og langafi,

Gunnar Steinþórsson,

sjómaður,
Brekkugötu 36, Akureyri,

lést í faðmi ástvina 1. nóvember. Útförin fer fram frá Akureyrarkirkju fimmtudaginn 15. nóvember kl. 13.30.

Heiða Björk Pétursdóttir
Ívar Gunnarsson **Svanbjörg Jóhannsdóttir**
Pétur S. Gunnarsson **Dröfn Erlingsdóttir**
Hafdís Gunnarsdóttir **Kári Páll Jónasson**
Guðrún Bryndís Gunnarsd. **Guðmundur H. Steingrímsson**
Gunnar Gunnarsson **Guðbjörg Benónýsdóttir**
afa- og langafabörn.

✝

Ástkær eiginmaður minn,
faðir okkar, tengdafaðir og afi,

José Antonio Rodriguez Lora

Þorsteinsgötu 5, Borgarnesi,

lést á hjúkrunarheimilinu Brákarhlíð mánudaginn 5. nóvember.
Útför fer fram í kyrrþey að ósk hins látna.
Innilegar þakkir færum við starfsfólki Brákarhlíðar fyrir frábæra þjónustu, stuðning, hlýhug og samúð.

Hulda Karitas Harðardóttir
Victor P. Rodriguez
Sylvía Ósk Rodriguez **Þröstur Reynisson**
Jóhannes Diego Rodriguez **Helena Rós Helgadóttir**
Daníel Rodriguez **Unnur Eir Magnadóttir**
og barnabörn.

✝

Ástkær faðir okkar,
tengdafaðir, afi og langafi,

Guðbrandur Grétar Hannesson

bóndi,
Hækingsdal, Kjós,

sem lést fimmtudaginn 25. október, verður jarðsunginn frá Reynivallakirkju, Kjós, laugardaginn 10. nóvember klukkan 14.00. Blóm og kransar eru vinsamlegast afþakkaðir, en þeim sem vildu minnast hans er bent á Minningarsjóð Reynivallakirkju,
kt. 530269-4349 og bankanr. 0331-22-3517.

Hörður Guðbrandsson **María Benónýsdóttir**
Kolbrún Guðbrandsdóttir **Jón Jens Kristjánsson**
Hannes Guðbrandsson
Bragi Guðbrandsson
Helgi A. Guðbrandsson **Dóra S. Gunnarsdóttir**
Ása Guðbrandsdóttir
Anna Sigríður Guðbrandsdóttir **Sigursteinn Sigurðsson**
barnabörn og barnabarnabörn.

✝

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

Ingólfur Arason

kaupmaður, Patreksfirði,
Espigerði 4, Reykjavík,

lést á Landspítalanum í Fossvogi fimmtudaginn 1. nóvember.
Útför fer fram frá Bústaðakirkju mánudaginn 12. nóvember klukkan 13.

Sjöfn Ásgeirsdóttir
Fjóla Ingólfsdóttir **Björn Garðarsson**
Arnar Már Ingólfsson **Rannveig S. Þorvarðardóttir**
Eygló Ingólfsdóttir
Kristín E. Ingólfsdóttir **Guðlaugur V. Þórarinsson**

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

Auglýsingar á að senda á **auglysingar@frettabladid.is** eða hringja í síma 550 5055.

Viltu birta minningargrein á frettabladid.is?

Minningargreinar skal senda á timamot@frettabladid.is.
Birting er endurgjaldslaus og opin öllum á frettabladid.is/timamot

„Ég hef aðsetur í Breiðholtskirkju. Fékk þar skrifstofu nýlega, það er alveg ljómandi," segir séra Toshiki Toma. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

Fann strax þörf fyrir þjónustu við innflytjendur

Séra Toshiki Toma fagnar sextugsafmæli sínu í dag í góðum félagsskap en segist enginn partímaður vera. Hann flutti til Íslands frá Japan fyrir tuttugu og sex árum og hefur unnið gegn fordómum í garð innflytjenda. Nú með aðsetur í Breiðholtskirkju.

Fyrstu sex, sjö árin voru erfið, þegar ég var að komast inn í íslenskuna og fá vinnu, viðbrigðunum við að flytja til Reykjavíkur frá Tókíó. Það var árið 1992 sem hann kom, sem sagt fyrir daga internetsins og samskiptin við fólkið hans og gamla heimalandið var stopult í byrjun. „Ég man eftir að foreldrar mínir sendu mér blað með helstu tíðindum og það var orðið mánaðargamalt þegar það barst mér," rifjar hann upp og segir möguleikana til samskipta hafa gjörbreyst.

En hvað kom til að hann settist að á Íslandi?

„Ég varð prestur í Japan og eiginlega á sama tíma giftist ég íslenskri konu, Helgu Soffíu Konráðsdóttur. Við kynntumst í Jerúsalem, vorum þar á sama námskeiði sem kirkjan hélt. Vorum svo í Japan í tvö ár en henni þótti ekki skemmtilegt þar og við fluttum hingað. Síðar skildu okkar leiðir en ég hélt áfram að búa hér, fyrst og fremst vegna barnanna okkar tveggja. Ég var líka búinn að nota mikinn tíma og orku í að læra íslensku og uppfylla þær kröfur Háskólans sem þurfti til að starfa sem prestur hér og vildi ekki bara kasta því öllu á glæ."

Það var 1996 sem Toshiki kveðst hafa fengið leyfi til að starfa hér sem prestur og strax fundið þörf fyrir þjónustu kirkjunnar við þá sem voru langt að komnir að reyna að fóta sig hér.

„Ég sótti um að verða prestur innflytjenda og var vel tekið innan kirkjunnar. Svo hefur starfið vaxið og þróast á ýmsan hátt. Mér fannst mikilvægt að vinna gegn fordómum þegar fjölmenning fór vaxandi hér á landi og gerði það bæði í umræðum og greinaskrifum. Síðustu fjögur, fimm ár annast ég dálítið flóttamenn og hælisleitendur. Er meira að vinna núna inni í kirkjum sem venjulegur prestur, annast messur, bænastundir og skírnir og nýt þess."

Hefur þú sérstaka kirkju fyrir þínar athafnir í dag?

„Já, ég held til í Breiðholtskirkju. Er nýkominn með skrifstofu þar og það er alveg ljómandi. En ég vinn víðar."

Nú eru ekki allir flóttamenn kristnir. Koma þeir til þín samt?

„Hingað til lands koma margir flóttamenn og ákveðið hlutfall þeirra kemur í kirkju og lærir um kristni. Ég er ekkert á torgum að auglýsa en orðið berst frá manni til manns og síðustu þrjú ár hafa um fimmtíu skírst hjá mér."

Eitt í lokin. Ætlar þú að halda upp á afmælið?

„Ég ætla bara að fara út að borða með dóttur minni. Annað ekki. Ég er enginn partímaður."

gun@frettabladid.is

Hundrað milljónir til að bæta námsumhverfið

Rannsóknateymi við Menntavísindasvið Háskóla Íslands hefur hlotið um það bil 100 milljóna króna styrk frá Evrópusambandinu til að þróa námsefni og bæta námsumhverfi í grunnskólum.

„Meginmarkmið þessa samevrópska verkefnis er að stuðla að vellíðan unglinga með því að efla seiglu þeirra og getu til að takast á við krefjandi verkefni unglingsáranna, sem er það tímabil ævinnar sem einkennist af örum breytingum," segir Anna Sigríður Ólafsdóttir prófessor sem stýrir verkefninu hér á landi. Að því koma líka Embætti landlæknis og sex grunnskólar.

Dóra Guðrún Guðmundsdóttir, sálfræðingur hjá Embætti landlæknis, segir teikn um kvíða og vanlíðan í skóla og Anna Sigríður bendir á að augljós merki séu um aukið áreiti í íslensku samfélagi sem hafi veruleg áhrif á börn og unglinga. Því sé áríðandi að finna bjargráð handa ungu fólki sem þjálfi það í sjálfsstjórn og samskiptum. „Við töldum nauðsynlegt að innleiða verkfæri í skólunum sem gera börnunum betur kleift að takast á við áskoranir nútímasamfélags. UPRIGHT-verkefnið býður upp á slík verkfæri. „Verkefninu er ætlað að stuðla að vellíðan allra í skólasamfélaginu," segir hún. Kennarar og annað starfsfólk skólanna eru þar lykilpersónur ásamt foreldrum." **– gun**

Rannsóknarteymi við Menntavísindasvið Háskóla Íslands: Hrefna Pálsdóttir, Ingibjörg Vala Kaldalóns, Dóra Guðrún Guðmundsdóttir, Anna Sigríður Ólafsdóttir, Alda Ingibergsdóttir, Sólveig Karlsdóttir og Bryndís Jóna Jónsdóttir. MYND/RAFN RAFNSSON

-20%-

afsláttur af **öllum vörum í dag**
á miðnætursprengju Kringlunnar
og á www.brandtex.is

Afsláttur gildir til miðnættis

B.

BRANDTEX

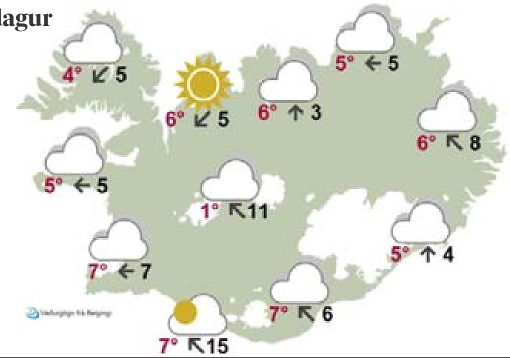
Kringlan | Sími: 5582800 | Brandtex Ísland | www.brandtex.is

CISO SIGNATURE B. BRANDTEX IMITZ JENSEN

VEÐUR, MYNDASÖGUR & ÞRAUTIR

Fimmtudagur

Austan 10-20 m/s og væta í flestum landshlutum. Hvassast S- og SV-lands seinnipartinn en hægari og úrkomulítið N-lands. Hiti 1-8 gráður, hlýjast S- og SV-lands.



Föstudagur

Reykjavík	Ísafjörður	Akureyri
7°	5°	4°
←9	↙2	↘3

Egilsstaðir	Kirkjubæjarkl.	Hveravellir
5°	8°	1°
←7	←13	↖4

Laugardagur

Reykjavík	Ísafjörður	Akureyri
7°	4°	4°
↙4	←6	↙5

Egilsstaðir	Kirkjubæjarkl.	Hveravellir
5°	7°	1°
↙8	↙13	↙12

LÉTT

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

MIÐLUNGS

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

ÞUNG

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

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

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

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

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

Krossgáta

LÁRÉTT
1. sníkill
5. óvild
6. íþróttafélag
8. dusta
10. ekki
11. sendibíll
12. spotti
13. sólselja
15. stofnæð
17. hneta

LÓÐRÉTT
1. afgreiða
2. fiskilína
3. vitfirring
4. að baki
7. handverk
9. drabba
12. íþrótt
14. svelgur
16. óð

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

LÁRÉTT: **1.** afæta, **5.** fæð, **6.** fh, **8.** hrista, **10.** ei, **11.** van, **12.** band, **13.** dill, **15.** aðalæð, **17.** akarn.
LÓÐRÉTT: **1.** afhenda, **2.** færi, **3.** æði, **4.** aftan, **7.** handiðn, **9.** svalla, **12.** blak, **14.** iða, **16.** ær.

Skák Gunnar Björnsson

Lenka Ptácníková (2.230) átti leik gegn Justin Sarkar (2.297) á Íslandsmótinu.

24.... Rcxb2! 25. Hxb2 Rxb2 26. Hxd6 Bxe2 27. Hxg6 hxg6 og Lenka vann síðan skákina. Fyrsta deild Íslandsmóts skákfélaga hefst í kvöld í Rimaskóla. Á morgun hefjast svo aðrar deildir. Á morgun hefst einnig heimsmeistaraeinvígið í skák í London svo það verður nóg að gera hjá skákáhugamönnum!
www.skak.is: Spá ritstjóra um Íslandsmót skákfélaga.

Svartur á leik

Pondus

Eftir Frode Øverli

Gelgjan

Eftir Jerry Scott & Jim Borgman

Barnalán

Eftir Jerry Scott & Rick Kirkman

HB
HÚSGAGNABANKINN
RÝMINGARSALA VEGNA FLUTNINGA
Skoðið úrvalið í vefverslun okkar - www.husgagnabankinn.is
CARRERA hægindastóll
Alklæddur ekta leðri
Tilboð kr. 72.000
RUBELLI hægindastóll
Alklæddur ekta leðri
Tilboð kr. 69.000
RUBELLI hægindastóll
Í sterku áklæði
Tilboð kr. 49.000
Victorian innskotsborð
Tilboð kr. 34.000
Regenzy blaðgrindarborð
Tilboð kr. 24.000
SJÓNVARPSSKÁPUR 121 x 46 x 66 sm
Tilboð kr. 68.000
SJÓNVARPSSKÁPUR 135 x 45 x 55 sm
Tilboð kr. 68.000
SJÓNVARPSSKÁPUR 150 x 50 x 60 sm
Tilboð kr. 89.000
CHIPPENDALE 180 x 55 x 225 sm
Tilboð kr. 199.000
SOFABORÐ 110 x 60 x 53 sm
Tilboð kr. 55.000
Bow Fronted 180 x 50 x 210 sm
Tilboð kr. 173.000
Victorian skrifborð
Tilboð kr. 139.000
Vanessa skenkur
Tilboð kr. 79.000
Chippendale skenkur
Tilboð kr. 148.000
Queen Anne skenkur
Tilboð kr. 79.000
CLASSICO Paloma leður
Tilboð kr. 294.000
ALTO Paloma leður
Tilboð kr. 311.000
GEORGE Belgískt áklæði
Tilboð kr. 269.000
Chippendale kommóða
Tilboð kr. 87.000
Nýkomin sending af glæsilegum harðviðarhúsgögnum - Opið 13 - 18 virka daga
www.husgagnabankinn.is - Faxafen 10, 108 Reykjavík - s. 511 0030

NÝJAR RADDIR

Við leitum að nýjum höfundum og efnum því til rafbókasamkeppni!

Allt að þrjú handrit verða valin og gefin út hjá Forlaginu

Vinningshafar fá samning við Forlagið, fyrirframgreiðslu upp á 100.000 kr., ritstjórn og kynningu

Skilafrestur er 10. desember

Frekari upplýsingar er að finna á www.forlagid.is

FORLAGIÐ

www.forlagid.is

Forlagið | Bræðraborgarstíg 7, 101 Reykjavík | Sími 575 5600

BÍLAR

Á næstunni verður kynnt 100% rafknúin útgáfa af borgarsportjepplingnum Kona og í kjölfarið Nexo, sem er önnur kynslóð Hyundai á 100% rafknúnum vetnisbíl. Hér sést Hyundai Kona en fyrstu eintök hans eru komin til landsins.

Hyundai sópar til sín Red Dot-verðlaunum

Red Dot er í dag umfangsmesta alþjóðlega samkeppni heims á sviði vöruhönnunar. Aðalverðlaun Red Dot sem Hyundai hlotnast í ár eru ekki síst tilkomin vegna farsællar hönnunarstefnu fyrirtækisins.

Hyundai Motor er farsælasta „merki ársins 2018“ (Brand of the Year 2018) að mati yfirdómnefndar Red Dot Design Award sem tilkynnt hefur fyrirtækinu um aðalverðlaunin í ár sem afhent verða við hátíðlega athöfn í Berlín þann 26. október. Þetta eru ein fjölmargra verðlauna sem Hyundai hafa hlotnast frá Red Dot í gegnum tíðina fyrir skapandi, spennandi og frumlega hönnun. Þeirra á meðal eru hönnunarverðlaun Red Dot fyrir i-fólksbílalínuna þar sem allar gerðir hafa hlotið verðlaun Red Dot, Ioniq-þrenninguna, borgarsportjeppann Kona, sem nú er einnig að koma sem 100% rafbíll, og loks nýja rafknúna vetnisbílinn Nexo sem margir bíða eftir í ofvæni að komi á markað.

Þetta eru ein fjölmargra verðlauna sem Hyundai hafa hlotnast frá Red Dot.

Umfangsmesta alþjóðlega samkeppnin

Red Dot veitir árlega mikinn fjölda verðlauna fyrir framúrskarandi hönnun ólíkra framleiðsluvara, en árlega leggja dómnefndir Red Dot mat á um fimm þúsund vörur frá um það bil tvö þúsund framleiðendum áður en í ljós kemur hvaða aðilar standa upp úr í hverjum flokki. Red Dot er í dag umfangsmesta alþjóðlega samkeppni heims á sviði vöruhönnunar. Aðalverðlaun Red Dot sem Hyundai hlotnast í ár eru ekki síst til komin vegna farsællar hönnunarstefnu fyrirtækisins, vel úthugsaðra og útfærðra tæknilausna, mikilla gæðakrafna í framleiðslu og loks framúrskarandi mannauðs á sviði vörustjórnunar fyrir merkið sem gert hefur fjölda samstarfssamninga við ólík fyrirtæki sem skara fram úr hvert á sínu sviði. Samstarfið gerir Hyundai kleift að bjóða viðskiptavinum sínum framúrskarandi gæðabíla sem búnir eru fyrsta flokks búnaði, hvort sem er á sviði öryggis eða afþreyingar.

Á farsælu flugi

Dr. Peter Zec, prófessor, stofnandi og framkvæmdastjóri Red Dot Design Award, segir að Hyundai takist ítrekað að kynna viðskiptavinum sínum frumlegar og skapandi lausnir og því sé áhugavert að fylgjast með mikilli velgengni fyrirtækisins á mjög mettuðum markaði þar sem erfitt sé að skara fram úr.

Heillandi sköpun

Þess má geta að í ágúst sló Hyundai met hvað varðar móttöku verðlauna frá Red Dot þegar fyrirtækið fékk nokkur Red Dot-verðlaun og „Red Dot: Best of the Best“ verðlaun vegna mismunandi verkefna og tæknilausna. Þeirra á meðal eru „Solati Moving Hotel“, „Hyundai Pavilion“ í Pyeongchang, „Genesis Gangnam“, „Genesis Sound Design“, „Pioneer Film and Safety Hologram“, „Retail Design“, „Sound Design“, „Spatial Communication“, „Film & Animation“ og „Interface & User Experience Design“. Það er því óhætt að segja að Hyundai sé á miklu og fallegu flugi um þessar mundir sem spennandi er að fylgjast með.

Kona EL á leið til BL

Nýlega kynnti Hyundai á Íslandi uppfærða útgáfu af sportjeppanum Tucson sem er einn vinsælasti bíllinn í sínum flokki í Evrópu og víðar. Á næstunni verður kynnt 100% rafknúin útgáfa af borgarsportjepplingnum Kona og fljótlega í kjölfarið Nexo, sem er önnur kynslóð Hyundai af 100% rafknúnum vetnisbíl.

MIÐNÆTURSPRENGJA Í KRINGLUNNI

20% afsláttur af öllum vörum*

Sérfræðingar frá okkar helstu merkjum verða á staðnum

*Gildir ekki með öðrum tilboðum.

Ungmenni í einangrun

Rotturnar er ný bók eftir verðlaunahöfundinn Ragnheiði Eyjólfsdóttur. Ráðfærði sig við sérfræðinga og vann mikla heimildavinnu um sjúkdóma og faraldra. Er þegar farin að huga að næstu bók.

Kolbrún Bergþórsdóttir
kolbrunb@frettabladid.is

„Það er lúxus að geta helgað sig skriftum í einhvern tíma,“ segir Ragnheiður. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

Rotturnar er þriðja bók Ragnheiðar Eyjólfsdóttur, en hún hefur áður sent frá sér bókina Skuggasaga – Arftakinn og framhald þeirrar sögu Skuggasaga – Undirheimar. Arftakinn hlaut Íslensku barnabókaverðlaunin árið 2015 og Bóksalaverðlaunin í flokki ungmennabóka. Undirheimar fékk Barnabókaverðlaun Reykjavíkurborgar 2017. Ragnheiður segir aðspurð að það hafi verið afskaplega góð tilfinning að hljóta þessar viðurkenningar. „Það að fá svona verðlaun er gríðarlega mikil hvatning en þá vill maður líka að næsta verk sé ekki síðra, vonandi bara betra.“

Eins konar tilraunarottur

Nýja bókin Rotturnar er sjálfstæð saga. „Hún fjallar um nokkur ungmenni, sem fara fyrir ákveðnar tilviljanir að því er þau halda, í vinnu út á land. Svo kemur að því að þau eru send í sérverkefni og eftir að hafa sinnt því í örfáa daga byrja þau að veikjast og enda á spítala þar sem þeim er haldið í einangrun,“ segir Ragnheiður.

Titillinn Rotturnar er nokkuð óhugglegur, eins og höfundurinn viðurkennir: „Ég var nokkuð á báðum áttum, hvort ég ætti að leyfa mér að hafa þennan titil, en mér fannst það mikilvægt því þarna er verið að fjalla um fólk sem verður eins konar tilraunarottur. Þetta er spennusaga og þar fléttast inn í alls konar sögulegar heimildir sem ég vinn mikið með. Vinnsla bókarinnar tók um það bil tvö ár og ég sökkti mér meðal annars ofan í lestur á fræðitextum um sjúkdóma og faraldra auk þess að heimsækja smitsjúkdómadeildina á Borgarspítalanum og ráðfæra mig við sérfræðinga.“

Keppt við sjónræna afþreyingu

Spurð af hverju hún hafi ákveðið að skrifa fyrir unglinga segir Ragnheiður: „Ég myndi nú ekki beint segja að ég sé að skrifa fyrir unglinga heldur frekar ungt fólk. Það er gaman að skrifa fyrir þennan markhóp, ekki síst vegna þess að maður þarf að temja sér ákveðinn stíl sem þarf að vera hraður. Maður þarf líka að vera á tánum og vita hvað er að gerast í þessum heimi. Það er líka spennandi að skrifa fyrir þennan hóp af því maður er að keppa við sjónræna afþreyingu. Mér finnst óskaplega mikilvægt að bjóða upp á eitthvað spennandi því það eru of margir sem lesa lítið sem ekkert og glata orðaforðanum. Þessi bók flokkast því ekki bara sem unglingabók, hún er allt eins fyrir fullorðna. Ég er oft spurð að því hvenær maður sé orðinn of gamall fyrir ungmennabækur og þá svara ég yfirleitt að það hljóti að vera um það leyti sem manni finnst maður sjálfur vera orðinn gamalmenni.“

> **ÉG ER OFT SPURÐ AÐ ÞVÍ HVENÆR MAÐUR SÉ ORÐINN OF GAMALL FYRIR UNGMENNABÆKUR OG ÞÁ SVARA ÉG YFIRLEITT AÐ ÞAÐ HLJÓTI AÐ VERA UM ÞAÐ LEYTI SEM MANNI FINNST MAÐUR SJÁLFUR VERA ORÐINN GAMALMENNI.**

Hugar að næstu bók

Ragnheiður hefur búið erlendis frá 2009 og býr nú í München. Hún er lærður arkitekt en hefur síðustu ár getað einbeitt sér að ritstörfum. „Það er lúxus að geta helgað sig skriftum í einhvern tíma og ég vonast til að geta leyft mér það eitthvað lengur,“ segir hún. „Ég er í áhugaverðum vinahóp þarna úti þar sem fólk er með doktorsgráður í alls kyns furðulegum fræðum og ég heyri margt skrýtið og skemmtilegt sem ég nýti mér. Ég veit til dæmis allt um það hvernig líf rotta á tilraunastofu er og hvað er gert við þær.“

Ragnheiður er þegar farin að leggja drög að næstu bók sem hún segir kalla, eins og Rotturnar, á töluverða heimildavinnu.

Lífsþorsti og lífsbruðl

BÆKUR

Listamannalaun

★★★★½

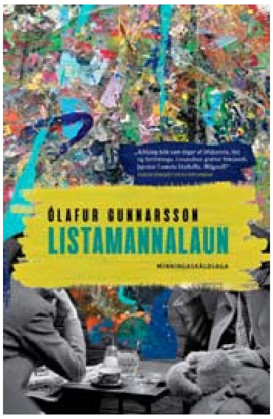
Ólafur Gunnarsson

Útgefandi: JPV/Forlagið
Fjöldi síðna: 221

Þrír ungir listamenn, hýrðir „víns af tári“, ráfa milli öldurhúsa Reykjavíkur þar sem þeir slökkva lífsþorstann, miklast af verkum sínum, slá hver öðrum á öxl með lof og lastmæli á vörum. Myndlistarmaðurinn Alfreð Flóki (1938-1987), skáldið Dagur Sigurðarson (1937-1994) og (þá verðandi) rithöfundurinn Ólafur Gunnarsson (f. 1948). Ungir menn, næmir, brothættir, uppivöðslusamir, stórir og litlir í senn. Alfreð Flóki og Dagur þegar komnir út á feigðarbrautina í fylgd Bakkusar. Ólafur, höfundur bókarinnar, áratug yngri og upp með sér af félagsskap stórsnillinga, reynir að halda í við þá í slarkinu og tekst býsna vel framan af. Seinna kemur fjórða séníið inn á sviðið, Steinar Sigurjónsson (1928-1992) – margbrotinn maður í ýmsum skilningi.

Í bók sinni Listamannalaun segir Ólafur frá kynnum sínum af þessum eftirminnilegu mönnum og fleirum sem settu mark sitt á Reykjavík á sjöunda og áttunda áratugnum: Sátu á Mokka fyrripart dags eða réttu sig af í Norræna húsinu, fengu sér „gúmsí-lúms“ á smurbrauðsstofunni á Rauðarárstíg síðdegis og helltu svo rækilega í sig á Naustinu á kvöldin. Slæptust milli húsa og hver til annars um nætur. Listamenn og hugsuðir með stóra drauma en báru hver sitt helsi um fætur – kvíða, drykkjuskap, verkfælni, andleg mein – og voru þar með ófærir um að láta draumana rætast.

Lesandinn fær hér innsýn í samskipti og vináttu, en einnig togstreitu og listamannaríg. Á afar mannlegan og eftirminnilegan hátt eru okkur sýndir lífshættir og persónur listamanna sem þjóðin



hefur haft á vörum lengi og þekkir af verkum og afspurn. Styrkleikar þeirra, brestir og veikleikar eru dregnir pensildráttum húmors og harmrænna lita. Úr verða myndir – ekki alls óþekktar – sem varpa ljósi á viðfangsefni, listsköpun og afdrif þeirra allra.

Listamannalaun er minningaskáldsaga. Laustengdir þættir sem saman mynda eina frásagnarheild. Sögusviðið er Reykjavík, en einnig Kaupmannahöfn sem enn var hálfgerð höfuðborg Íslendinga á þeim tíma sem til umfjöllunar er. Þetta er karlasaga – íslenska listamannalífið ennþá að verulegu leyti karlaheimur. Í gegnum ölvunarþoku grillir í konurnar baksviðs – Elsur, Tótur, Ingibjargir, Möggur, Sólur og Gullur – mæður, ástkonur og eiginkonur, sumar nefndar fullu nafni, aðrar ekki. Þeim er, eins og við má búast, lítill gaumur gefinn í straumi lífsnautnanna. Má segja að þar með sé höfundur trúr ölvunaralgleyminu sem setur svo sterkan svip á söguna, því hún byggist upp eins og fyllerí. Frá því eldur kviknar í æðum við fyrsta drykk, stigmagnast ölvunin þar til niðurtúrinn hefst og timburmennirnir taka við. Lesandinn sogast með slarklífinu, sér menn og atvik með augum ungs og stórhuga rithöfundar sem þroskast eftir því sem líður á. Í fyrstu er hann fullur lotningar fyrir listbræðrunum. Svo kemur að því að hans eigin þroski og lífsþarfir valda núningi við lifnað og framgöngu hinna. Óhjákvæmilegt uppgjör á sér stað. Loks sorgleg en fyrirsjáanleg lok.

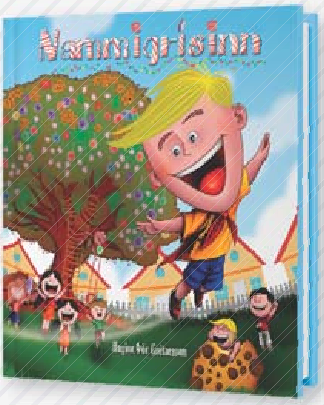
Ólafur Gunnarsson er löngu þjóðkunnur vegna mikilfenglegra ritverka á borð við Tröllakirkju, Málarann, Vetrarferðina, Syndarann og fleiri bóka. Þó að þessi saga sé frábrugðin flestum hans fyrri verkum mun hún verða í minnum höfð. Það er mikil list að setja saman minningaverk, svo geislandi af húmor og harmi, svo grípandi og eftirminnilega sem hér er gert.

Ólína Kjerúlf Þorvarðardóttir

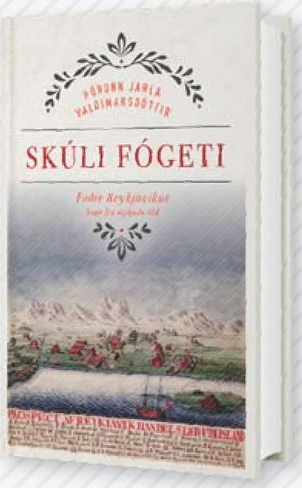
NIÐURSTAÐA: Frábærlega stíluð frásögn, ofin harmrænni glettni og lærdómi um menn sem mörkuðu spor í íslenskt menningarlíf.

ALLIR GETA FUNDIÐ SITT!

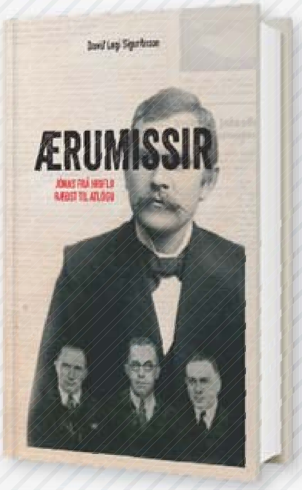
Jól í Litla bakaríinu við Strandgötu
VILDARVERÐ: 3.299.-
Verð: 3.999.-



Nammigrísinn
VILDARVERÐ: 2.399.-
Verð: 2.999.-

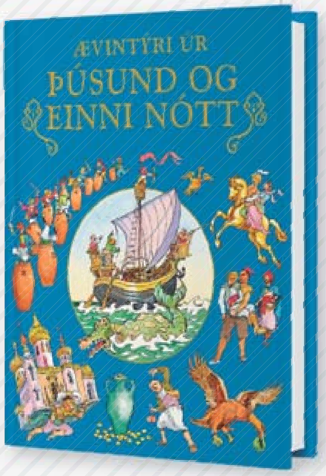


Skúli fógeti
VILDARVERÐ: 4.999.-
Verð: 6.999.-

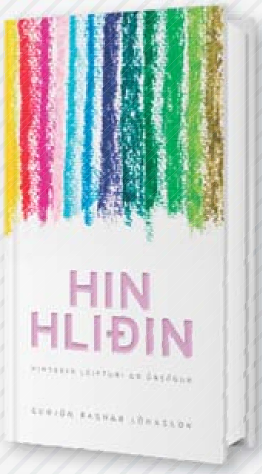


Ærumissir
VILDARVERÐ: 4.999.-
Verð: 6.999.-

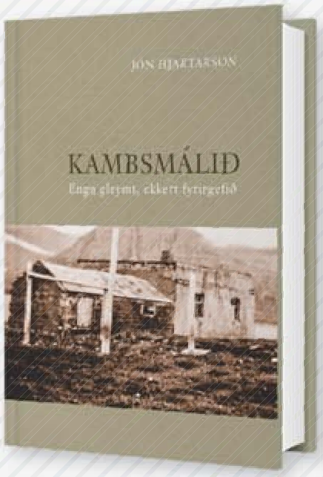
Drekinn innra með mér
VILDARVERÐ: 3.199.-
Verð: 3.999.-



Ævintýri úr Þúsund og einni nótt
VILDARVERÐ: 3.299.-
Verð: 4.199.-

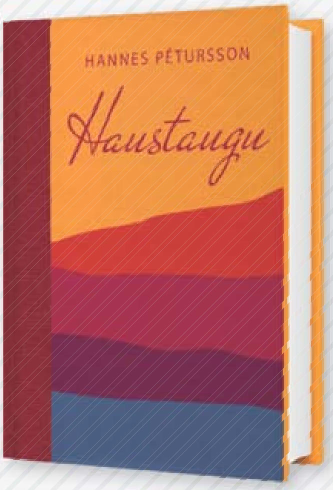


Hin hliðin
VILDARVERÐ: 3.599.-
Verð: 4.499.-

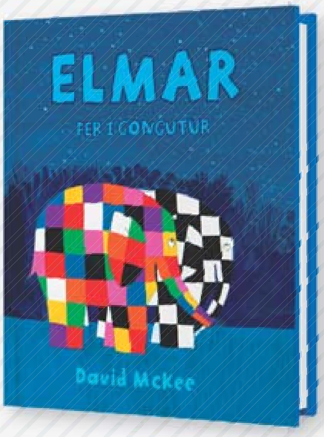


Kambsmálið
VILDARVERÐ: 3.899.-
Verð: 4.899.-

Gunnar í Hrútatungu
VILDARVERÐ: 5.499.-
Verð: 6.999.-



Haustaugu
VILDARVERÐ: 4.799.-
Verð: 5.999.-



Elmar fer í göngutúr
VILDARVERÐ: 1.999.-
Verð: 2.499.-

Fíasól gefst aldrei upp
VILDARVERÐ: 3.899.-
Verð: 4.999.-

Framúrskarandi fyrirtæki

Austurstræti 18
Skólavörðustíg 11
Laugavegi 77
Hallarmúla 4

Álfabakka 16, Mjódd
Kringlunni norður
Kringlunni suður
Smáralind

Hafnarfirði - Strandgötu 31
Keflavík - Sólvallagötu 2
Akureyri - Hafnarstræti 91-93
Akranesi - Dalbraut 1

Ísafirði - Hafnarstræti 2
Vestmannaeyjum - Bárustíg 2
Húsavík - Garðarsbraut 9

PENNINN Eymundsson

540 2000 | penninn@penninn.is | www.penninn.is | www.eymundsson.is

Vöruúrval mismunandi eftir verslunum. Gildistími vildarverða er til og með 12. október eða meðan birgðir endast. Upplýsingar eru birtar með fyrirvara um villur og myndabrengl.

STÓRVIRKI ÁRSINS

Við fögnum útgáfunni
í Bókabúð Forlagsins,
Fiskislóð 39

í dag kl. 17

Allir velkomnir!

LANDSINS MESTA ÚRVAL BÓKA

Ómissandi kjörgripur sem opnar lifandi heim íslenskrar náttúru

Allar 467 tegundir íslensku flórunnar

Á annað þúsund vatnslitamyndir sem eiga engan sinn líka

Flóra Íslands fæst á sérstöku kynningarverði til áramóta

Bókabúð Forlagsins | Fiskislóð 39 | Opið alla virka daga 10–18 | Laugardaga 11–16 | **www.forlagid.is**

Hann mun rokka ykkur!

KVIKMYNDIR
★★★★☆
Bohemian Rhapsody

Leikstjórn: Bryan Singer
Aðalhlutverk: Rami Malek, Lucy Boynton, Gwilym Lee, Ben Hardy, Joe Mazzello

Lee og Malek fara hamförum á sviðinu sem May og Mercury en myndin sækir ekki síst slagkraftinn í tónlist Queen. MYND/SKJÁSKOT

Árið 1970 gekk sá goðsagnakenndi söngvari Freddie Mercury til liðs við gítarleikarann Brian May og trommuleikarann Roger Taylor og þegar bassaleikarinn John Deacon bættist í hópinn varð hljómsveitin Queen til.

Og þarna byrjar líka kvikmyndin Bohemian Rhapsody sem rekur samþjappaða sögu hljómsveitarinnar hverfist vitaskuld um Mercury. Þótt ég sé ekkert átakanlega gamall maður þá gerðist þetta ári áður en ég fæddist í þennan heim. „And the rest is history“ eins og þar segir og vissulega er saga sveitarinnar og söngvarans fyrirtaks efniviður í bíómynd. Ekkert vantar upp á dramatíkina og í þeim efnum hefði mátt ganga enn lengra en hér er gert.

Ég var tíu ára gamall þegar ég eignaðist plötuna Queen Greatest Hits og í kjölfarið mína fyrstu uppáhaldshljómsveit. Platan var varla búin að fara nema eina umferð þegar ég áttaði mig á að tímabært væri að ég þróaði minn eigin tónlistarsmekk og hætti að elta pabba minn. Sem sagt út með Bítlana, inn með Queen.

Plötuna spilaði ég með vinum mínum og litlu systur þangað til hún varð nánast að engu og A- og B-hliðarnar runnu saman. Myndinni lýkur um það bil sextán árum eftir að hún hófst, á stórkostlegri frammistöðu Mercury og hinna þriggja á hinum sögulegu Live-Aid-tónleikum 1985. Þá var ég fjórtán ára gamall og man þann dag og beinu útsendinguna enn í smáatriðum.

Þá var ég búinn að skipta Queen út fyrir Duran Duran sem uppáhaldshljómsveit en Freddie var sem betur fer svo frábær að ég lifði af skömmina og bömmerinn sem rammfalskur Simon Le Bon kallaði yfir okkur Duran-krakkana.

Yfirlýsing um vanhæfi

Síðan liðu nokkur ár og AIDS dró Freddie, 45 ára, til dauða 1991. Ég man enn hvar ég var þegar ég heyrði andlátsfréttina. Ég var nýbúinn að leggja bílnum mínum við íþróttahúsið í Digranesi, var að reykja sígarettu út um gluggann og velta fyrir mér hvort ég ætti að nenna að mæta í leikfimitíma í MK.

Rami Malek er eiginlega ómótstæðilegur í túlkun sinni á stórstirninu Freddie Mercury, þeirri tættu sál og stórbrotna listamanni. MYND/SKJÁSKOT

Dánartilkynninguna kláraði hann svo með því að spila Who Wants to Live Forever, með Queen. Hver vill lifa að eilífu hvort eð er? Voða fyndið.

Ég felldi tár, kastaði sígarettunni út um gluggann og brunaði eitthvert út í buskann á meðan ég hugsaði með mér að ég ætlaði aldrei framar að niðurlægja mig með því að mæta í leikfimi. Stóð við það og eftir að hafa horft á Bohemian Rhapsody í bíó hef ég aldrei verið ánægðari með þessa ákvörðun þótt hún hafi kostað mig heljarinnar vesen og tafið útskrift.

Ef einhvern kjarna, boðskap, má finna í þessari mynd er það nefnilega móttó Mercurys; að láta aldrei neinn segja sér hver hann ætti að vera eða hvað hann ætti að gera.

Finnst bara rétt að taka þetta allt fram til þess að árétta að í raun er ég vanhæfur til þess að fjalla um þessa mynd. Ég tengist einfaldlega tónlistinni sem keyrir hana áfram, sögutímanum og viðfangsefninu allt of sterkum tilfinningaböndum.

Þá má einnig halda því til haga að þótt ég kunni flest lög Queen fram og til baka þá sökkti ég mér aldrei sérstaklega ofan í sögu sveitarinnar. Ég hafði ekki einu sinni hugmynd um að Mercury væri hommi fyrr en eftir að hann dó.

Enda var mér bara alveg sama. Hef aldrei séð ástæðu til þess að vega og meta fólk á grundvelli neins annars en það sem það gerir og hvernig það gerir það. Þar fyrir utan var bara ekkert athugavert við karlmann, beran að ofan, með yfirvaraskegg, í rauðum leðurbuxum og Adidas Universal-strigaskóm þegar ég var unglingur. Þannig að Mercury var bara drullusvalur.

Látið Queen rokka ykkur

Mögulega stuðlar þessi vanþekking mín á sögu Queen og Mercury að því að mér finnst þessi mynd jafn æðisleg og raun ber vitni. Fyrir liggur að mjög frjálslega er farið með staðreyndir, skautað fram hjá hyldjúpu sukki söngvarans og atburðum raðað í kolskakka tímaröð til þess að hámarka dramatíkina.

Og það er ekkert að því. Bohemian Rhapsody er ekki heimildarmynd og nýtir rafmagnaða sögu hljómsveitarinnar, magnaða hápunkta og frábæra tónlist Queen til þess að heilla og skemmta áhorfendum. Bara nákvæmlega það sama og Mercury gerði.

Myndin er síður en svo gallalaus en hún er fyrst og fremst ofboðslega skemmtileg, hart keyrð og rígheldur. Rami Malek er á köflum skuggalega líkur Mercury og er æðislegur í túlkun sinni á persónunni, sem þarf ekkert endilega að vera 100% Mercury. Sama má segja um þá sem leika restina af bandinu. Þeir eru glettilega líkir frummyndunum og skila sínu með sóma.

Framlag Queen á Live Aid er síðan einfaldlega eins og sérhannaður hápunktur á bíómynd og það atriði er gersamlega snarsturlað í öllum sínum mikilfengleika. Nákvæm endurgerð á yfirþyrmandi flottu mómenti í tónlistarsögunni og kjarnar tilgang myndarinnar. Þið eigið bara að fara og sjá hana og njóta þess að láta Queen rokka ykkur.

Ef ég væri heiðarlegur gagnrýnandi hefði ég eytt meira plássi í að finna að hinu og þessu og gæfi myndinni verðskuldaðar þrjár stjörnur en þar sem ég var með gæsahúð nánast alla myndina, fór í gegnum fjórar arkir af snýtibréfi og grét með ekkasogum þegar Malek tók We Are the Champions í restina finnst mér viðeigandi að hafa stjörnurnar jafn margar.

Þórarinn Þórarinsson

NIÐURSTAÐA: Hraðsoðin, einfölduð og sótthreinsuð mynd af einni stórkostlegustu rokkstjörnu síðari tíma. Fantavel leikin, áferðarfögur og fyrst og fremst frábær skemmtun sem keyrir tilfinningar þeirra sem fatta galdurinn alveg í botn.

NÝ ÞJÓNUSTUMIÐSTÖÐ

PORSCHE
OPEL
SSANGYONG
CHEVROLET

TILBÚIN FYRIR VETURINN?

Ástandsskoðun er nauðsynleg til að tryggja bílinn fyrir umhleypingum vetrarins

- Skoðun á undirvagni og hjólabúnaði
- Bremsuskoðun
- Ástand ljósabúnaðar og stilling ljósa
- Álagsmæling á rafgeymi
- Athugun á hjólbörðum og loftþrýstingi
- Ath. olíumagn vélar og smit
- Ástand þurrkublaða
- Bætum á rúðuvökva
- Smyrjum læsingar og hurðalamir
- Mælum frostþol kælikerfis
- Berum silicon á hurðaþéttingar
- Ástandsskýrsla að verki loknu

Allir sem koma í skoðun fá 15% afslátt af efni og vinnu
ef að eitthvað óvænt kemur í ljós.

Einnig er í boði 15% afsláttur af Pirelli, Toyo eða BFGoodrich dekkjum og 20% af umfelgun hjá Nesdekk Breiðhöfða 13.

Aðeins
18.900 kr.

Tímapantanir í síma 590 2000
Vetrarskoðun gildir til 10. desember 2018

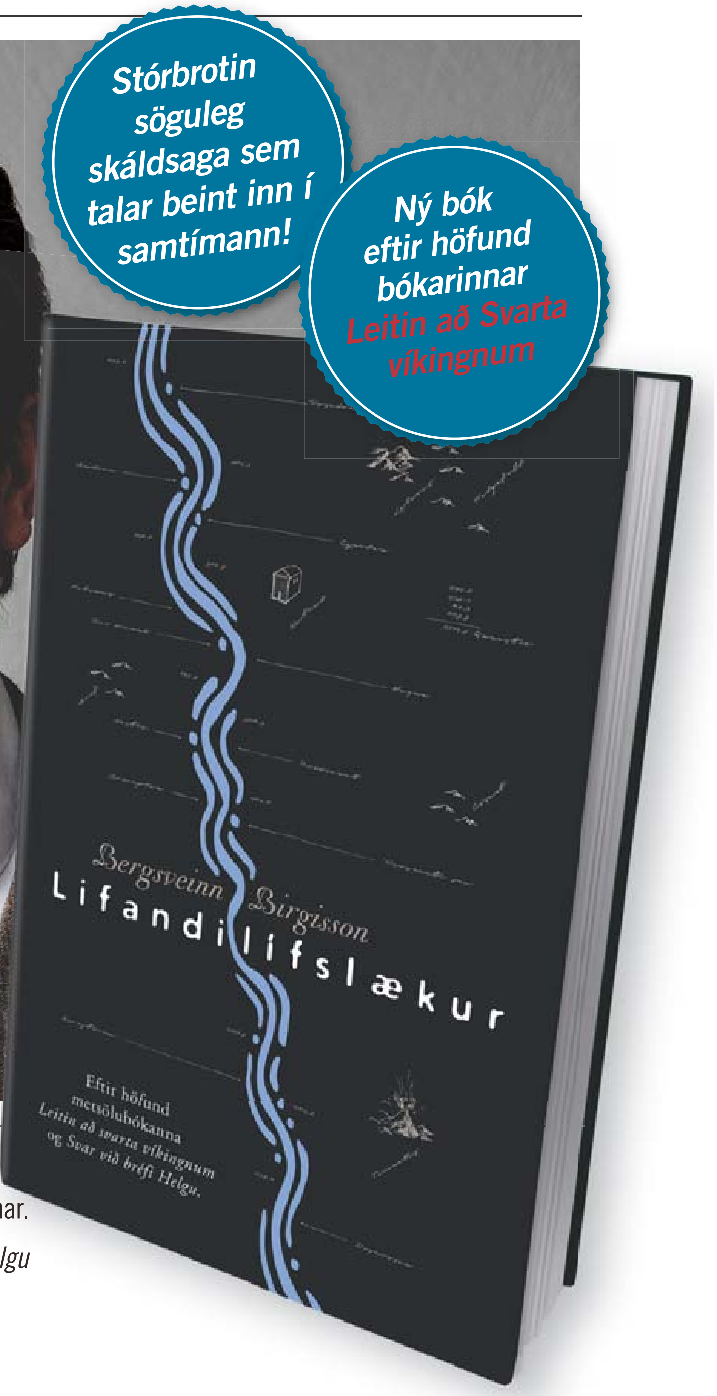
Verslun
Tangarhöfða 8-12
Opið: Mán.-fös. 8:00 til 17:00
Sími: 590 2070

Þjónustuverkstæði
Tangarhöfða 8-12
Opið: Mán.-fim. 7:45 til 17:00
Opið: Föstudaga 7:45 til 16:00
Sími: 590 2050

Bílabúð Benna
Sérfræðingar í bílum

LIFANDILÍFSLÆKUR EFTIR BERGSVEIN BIRGISSON

ÖRLÖG ÞJÓÐAR!



Í miðjum Skaftáreldum sendir fulltrúi Danakonungs fulltrúa sinn til Íslands í ferð sem ráða mun örlögum þjóðarinnar.

Bergsveinn Birgisson er hvað þekktastur fyrir *Svar við bréfi Helgu* og *Leitin að svarta víkingnum* sem tilnefnd var til Íslensku bókmenntaverðlaunanna.

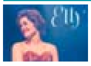
Bergsveinn kynnir bók sína *Lifandilífslækur* í Þjóðminjasafninu á morgun, föstudag kl. 12.00!

BJARTUR

BJARTUR-VEROLD.IS

Borgareikhúsið

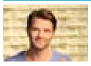
568 8000 • borgarleikhus.is



Elly

Stóra sviðið

Fim 8.11.	Kl. 20:00	U	Lau 17.11.	Kl. 20:00	U	Sun 25.11	Kl. 20:00	Ö	Fim 06.12	Kl. 20:00	Ö
Fös 9.11.	Kl. 20:00	U	Sun 18.11.	Kl. 20:00	Ö	Fim. 29.11	Kl. 20:00	Ö	Fös 07.12	Kl. 20:00	Ö
Sun 11.11.	Kl. 20:00	U	Fim 22.11.	Kl. 20:00	Ö	Lau 01.12	Kl. 20:00	Ö			
Fim 15.11.	Kl. 20:00	U	Fös 23.11.	Kl. 20:00	Ö	Sun 02.12	Kl. 20:00	Ö			



Allt sem er frábært

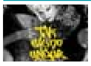
Litla sviðið

Lau 10.11.	Kl. 20:00	U	Lau 17.11.	Kl. 20:00	U	Fös 23.11.	Kl. 20:00	Ö	Fös 30.11.	Kl. 20:00	Ö

Kvenfólk

Nýja sviðið

Fim 22.11	Kl. 20:00	U	Lau 01.12	Kl. 20:00	U	Sun 16.12	Kl. 20:00	U	Sun 30.12	Kl. 20:00	Ö
Fös 23.11.	Kl. 20:00	U	Fös 07.12	Kl. 20:00	U	Fim 20.12	Kl. 20:00	Ö	Sun 06.01	Kl. 20:00	Ö
Lau 24. 11	Kl. 20:00	U	Lau 08.12	Kl. 20:00	U	Fös 21.12	Kl. 20:00	Ö	Fös 11.01	Kl. 20:00	Ö
Sun 25.11	Kl. 20:00	U	Fim 13.12	Kl. 20:00	U	Fös 28.12	Kl. 20:00	U			
Fös 30.11	Kl. 20:00	U	Fös 14.12	Kl. 20:00	U	Lau 29.12	Kl. 20:00	Ö			



Tvískinnungur

Litla sviðið

Fös 09.11	Kl. 20:00	U	Sun 18.11	Kl. 20:00	Ö	Sun 25.11	Kl. 20:00	Ö
Fim 15.11	Kl. 20:00	Ö	Fim 22.11	Kl. 20:00	U	Lau 01.12	Kl. 20:00	Ö

Jólaflækja

Litla sviðið

Lau 24.11	Kl. 13:00	Ö	Lau 01.12	Kl. 13:00	U	Lau 08.12	Kl. 13:00	U
Sun 25.11	Kl. 13:00	Ö	Sun 02.12	Kl. 13:00	Ö	Sun 09.12	Kl. 13:00	Ö

Rocky Horror

Stóra sviðið

Lau 10.11	Kl. 20:00	U	Fös 16.11	Kl. 20:00	U	Lau 24.11	Kl. 20:00	Ö	Fös 30.11	Kl. 20:00	Ö

Þjóðleikhúsið

551 1200 • leikhusid.is

Ronja Ræningjadóttir

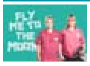
Stóra sviðið

Sun. 11.11	kl. 13:00	U	Lau. 01.12	Kl. 14.00	U	Sun. 30.12	kl. 16:00	U	Sun. 03.02	kl. 13:00	Ö
Sun. 11.11	kl. 16:00	U	Lau. 01.12	kl. 14:00	U	Sun.06.01	kl. 13:00	U	Sun. 03.02	kl. 16:00	U
Lau 17.11	kl. 14:00	U	Sun 02.12	kl. 14:00	U	Sun. 06.01	kl. 16:00	U	Sun. 10.02	kl. 13:00	Ö
Lau 17. 11	kl. 17:00	U	Sun 02.12	kl. 17:00	U	Sun.13 01	kl. 13:00	Ö	Sun.10.02	kl. 16:00	Ö
Sun. 18.11	Kl. 16:00	U	Sun 09.12	kl. 14:00	U	Sun 13.01	kl. 16:00	Ö	Sun. 17.02	kl. 13:00	Ö
Sun. 18.11	Kl. 13:00	U	Sun 09.12	kl. 17:00	U	Sun. 20.01	kl. 13:00	Ö	Sun. 17.02	kl. 16:00	Ö
Lau. 24.11	kl. 15.00	U	Lau 29.12	kl. 13:00	U	Sun. 20.01	kl. 16:00	U	Sun 24.02	kl. 13:00	Ö
Sun. 25.11	kl. 14:00	U	Lau. 29.12	kl. 16:00	U	Sun. 27.01	kl. 13:00	Ö	Sun. 24.02	kl. 16:00	Ö
Sun. 25.11	kl. 17:00	U	Sun. 30.12	kl. 13:00	U	Sun. 27.01	kl. 16:00	Ö	Sun. 03.03	kl. 16:00	

Samþykki

Stóra sviðið

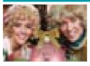
Fim 15.11	kl. 19:30	Ö	Fös 23.11	kl. 19:30	Ö	Fös 30.11	kl. 19:30	Ö
Fös 16.11	kl. 19:30	U	Fim 29.11	kl. 19:30	Ö	Fös 07.12	kl. 19:30	



Fly Me To The Moon

Kassinn

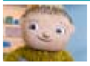
Sun 04.11	kl. 19:30	U	Fös 16.11	kl. 19:30	U	Fim 22.11	kl. 19:30	Ö
Sun. 11.11	kl. 19:30	U	Lau 17.11	kl. 19:30	U	Fös 23.11	kl. 19:30	Ö



Leitin að jólunum

Leikhúsloftið

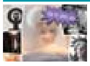
Lau 17.11	kl 11:00	U	Lau 01.12	kl. 12:30	U	Fös 14.12	kl. 17:30	Ö	Lau 22. 12	kl. 11:00	
Lau 17.11	kl. 12:30	U	Sun 02:12	kl. 11:00	U	Fös 14.12	kl. 19:00	Ö	Lau 22.12	kl. 13:00	
Lau 24.11	kl 11:00	U	Sun 02.12	kl. 12:30	U	Lau 15.12	kl. 11:00	U	Lau 22.12	kl. 14:30	
Lau 24.11	kl. 13:00	U	Lau 08.12	kl. 11:00	U	Lau 15.12	kl. 13:00	U	Sun 23.12	kl. 13:00	
Lau 24.11	kl. 14:30	U	Lau 08.12	kl. 13:00	U	Lau 15.12	kl. 14:30	Ö	Sun23.12	kl. 14:30	
Sun 25.11	kl. 11:00	U	Lau 08.12	kl. 14:00	U	Sun 16.12	kl. 11:00	U	Sun 23.12	kl. 14:07	
Sun 25.11	kl. 12:30	U	Sun 09.12	kl. 11:00	U	Sun 16.12	kl. 12:30	U			
Lau 01.12	kl. 11:00	U	Sun 09.12	kl. 12:30	U	Sun 16.12	kl. 14:00	U			



Klókur ertu Einar Áskell

Brúðuloftið

Lau 10.11	kl. 11:00	U	Lau 10.11	kl. 13:00	U



Fjallkonan fríð

Leikhúskjallarinn

Lau 10.11	kl. 20:00	Sun 11.11	kl. 17:00

Reykjavík Kabarett

Leikhúskjallarinn

Fös. 09.11	kl. 22:00

Insomnia

Kassinn

Mið 14.11	kl. 19:30	U	Lau 24.11	kl. 19:30		Fim 29.11	kl. 19:30		Sun 09.12	kl. 19:30
Fim 15.11	kl. 19:30	U	Sun 25.11	kl. 19:30	Ö	Fös 30.11	kl. 19:30			

Að veiða vindinn

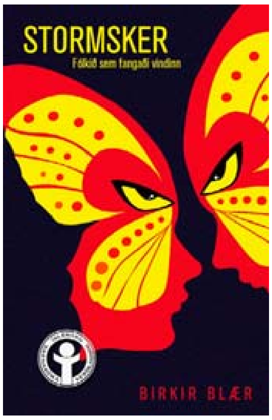
BÆKUR

Stormsker

★★★½☆

Birkir Blær Ingólfsson

Útgefandi: Vaka Helgafell
Fjöldi síðna: 257



Umhverfið og það sem við erum að gera jörðinni, þessari einu sem við eigum, er listamönnum hugleikið þessa dagana og fellur einnig vel í geð dómnefnda, samanber Kona fer í stríð sem fékk kvikmyndaverðlaun Norðurlandaráðs á dögunum. Þetta efni hefur reyndar verið lengi til umfjöllunar í bókum sem eru ætlaðar börnum og unglingum enda mikilvægt að þau sem eiga að erfa jörðina fari betur að ráði sínu en við, sem núna horfum ráðalítil yfir skaðann sem orðinn er og aðeins rétt mögulega verður hægt að bæta á einhvern hátt.

Í bókinni Stormsker, sem á dögunum hlaut íslensku barnabókaverðlaunin ganga yfirráð mannsins yfir náttúrunni út á að beisla vindinn og þannig tímann. Sagan gerist á eyju norður í höfum þar sem stórfyrirtækið Stormsker hefur framleitt fjölda risastórra segla sem stendur til að draga við þúsund húna og hægja þannig á snúningi jarðarinnar. Ópus er tólf ára strákur sem opnar gluggann eina vindasama nótt og fær furðulegt fiðrildi í fangið. Fiðrildið er sent af vindinum sem er að biðja um hjálp og smám saman dregst Ópus og dregur aðra með sér inn í æsilega atburðarás. Hann kynnist vindinum sem er örvæntingarfullur yfir því að láta fanga sig en nær ekki að sleppa þrátt fyrir sinn mikla kraft og vindurinn verður goðmagn í sögunni, náttúran/guð í sinni hráustu mynd og án nokkurra skrautklæða eða persónugervinga. Hann tjáir sig, þjáist og veldur usla sem náttúruafl en ekki persóna og nær þannig máttugu taki á lesandanum og framvindu bókarinnar.

Í persónusköpuninni má finna ýmis þekkt minni, gamla, (sér)vitra konan Súsanna er þar miðlæg og sem andsvar við henni miðaldra Forstjórinn sem hefur varla nafn lengur í fíkn sinni í auð og völd sem hann geldur svo dýru verði í lok bókar. Börnin eru svo í senn vitundarmiðja og birtingarmynd sakleysis, baráttuanda og vonar sem auðvitað sigrar að lokum. Ýmsir hafa bent á að brýningar til barna og unglinga í bókum eins og sagnabálkinum um Harry Potter og Hungurleikunum virðist hafa skilað sér í meðvituðum æskulýð sem telur sig geta tekið málin í sínar hendur og er það vel.

Umhverfis- og náttúruvernd er framarlega í táknkerfi bókarinnar en þar má einnig finna skemmtilegar og oft nístandi pælingar um tímann. Hvað gerum við við þær stundir sem við fáum úthlutaðar, er lausnin að reyna að þvinga tímann til okkar eða að nota þann tíma sem við eigum betur?

Stormsker er vel skrifuð og spennandi bók sem dregur lesandann til sín, marglaga og full af heimspekilegum hugleiðingum sem er fléttað vel við æsilega atburðarás.

Að líkja frumraun við verk rithöfunda eins og Michaels Ende, Andra Snæs og Isabel Allende er örugglega ekki fallega gert gagnvart ungum höfundi þar sem á herðar hans eða hennar verður þá óhjákvæmilega lögð sú byrði að gera ekki síður næst. En Birkir Blær Ingólfsson verður bara að bíta í það epli að axla þá byrði og ég vona að hann láti hana ekki koma í veg frekari afrek í náinni framtíð.

Brynhildur Björnsdóttir

NIÐURSTAÐA: Stormsker er mjög vel skrifuð og skemmtileg bók aflestrar sem skilur heilmikið eftir.

Hvað? Hvenær? Hvar? Fimmtudagur

hvar@frettabladid.is

Ragnheiður Gröndal og fleiri skemmta á Aðventupoppi. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

8. NÓVEMBER 2018

Tónlist

Hvað? Edda Borg
Hvenær? 17.15
Hvar? Listasafn Íslands
Edda syngur vel valið efni úr djassbiblíunni á næstu tónleikum Freyjujazz í Listasafni Íslands og rifjar upp gamla takta með tríói sínu sem skipað er Birni Thoroddsen á gítar og Bjarna Sveinbjörnssyni á bassa.

Hvað? Aðventupopp í Laugardal
Hvenær? 20.00
Hvar? Þróttaraheimilið
Það er eitthvað fyrir alla á þessum frábæru tónleikum. Miðar eru seldir við hurð og kosta 3.500 kr.

Viðburðir

Hvað? Fullveldi Íslands – Útgáfuhóf
Hvenær? 16.00
Hvar? Safnahúsið
Formaður afmælisnefndar, Einar K. Guðfinnsson, segir frá tilurð verkefnisins og afhendir forseta Íslands, Guðna Th. Jóhannessyni, fyrstu eintökin af bókunum sem gefnar eru út í tilefni fullveldisafmælisins. Brynhildur Ingvarsdóttir, útgáfustjóri og fulltrúi Sögufélagsins, kynnir bækurnar.

Hvað? Kötlukvöld
Hvenær? 20.00
Hvar? Breiðfirðingabúð, Faxafeni
Hundrað ár eru frá Kötlugosi 1918. Skaftfellingafélagið efnir af því tilefni efna til samkomu í Breiðfirðingabúð í kvöld. Aðgangur er ókeypis og öllum heimill. Kaffi og kleinur í hléi.

Hvað? Bókaræman – Myndir sýndar á verðlaunaafhendingu
Hvenær? 17.00
Hvar? Bíó Paradís, Hverfisgötu
Verðlaunaafhending Bókræmunnar fer fram í kvöld.

Hvað? Útgáfuteiti – Hefnd eftir Kára Valtýsson
Hvenær? 17.00
Hvar? Penninn Eymundsson, Skólavörðustíg
Um er að ræða æsispennandi vestra sem Sögur útgáfa gefur út. Útgáfu bókarinnar er fagnað í dag kl. 17 í Eymundsson við Skólavörðustíg. Höfundur les upp úr bókinni og í boði verða léttar veitingar.

Sýningar

Hvað? Opnun – Leyndarmál: Haustsýning Grósku 2018
Hvenær? 20.00
Hvar? Sýningarsalur Grósku, Garðatorgi
Um þessar mundir hvílir mikil leynd yfir listsköpun myndlistarmanna Grósku sem keppast við að undirbúa hina árlegu haustsýningu samtakanna. Haustsýning Grósku verður opnuð í kvöld klukkan 20 í sýningarsal Grósku á 2. hæð á Garðatorgi.

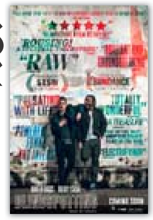
Hvað? Opnun – Spectrum
Hvenær? 17.00
Hvar? Gallerí Fold, Rauðarárstíg
Haraldur Bilson er þekktur fyrir að skapa litríka og heillandi töfraheima á strigann, töfraheima þar sem allt getur gerst og fólk og dýr taka þátt í rómantískum hátíðahöldum, dansa fram á rauðanótt eða leika sér undir berum himni.

Hvað? A! Gjörningahátíð
Hvenær? 18.00
Hvar? Listasafn Akureyrar
A! Gjörningahátíð er fjögurra daga hátíð sem hefst í dag og lýkur sunnudaginn 11. nóvember.

GOTT KVÖLD Í BÍÓ PARADÍS

HAPPY HOUR Á BARNUM 17-19 · NÁNAR Á BIOPARADIS.IS

Dywizjon 303 (ENG SUB)	17:45	Prump í Paradís: White Chicks	20:00
Kalt stríð // Cold War (ICE SUB)	18:00	Hinn seki // Den skyldige (ICE SUB)	20:00
Undir Halastjörnu (ENG SUB)	18:00	Blindspotting (ICE SUB)	22:00
Pólsk kvikmyndavika (FRÍTT/FREE*)		Mæri // Border (ICE SUB)	22:00
*A Strong Blow (ENG SUB)	20:00		



DANSKIR DAGAR HALDA ÁFRAM
BILLIGT TIL HJEMMET!

-15%

DANSKT SALAMI
TULIP
662 KR STK
~~ÁÐUR: 779 KR/STK~~

-15%

KALKÚNABRINGA
HAMBORGARHRYGGUR
SILKIREYKT SKINKA
TULIP
399 KR STK
~~ÁÐUR: 469 KR/STK~~

-20%

SMURBRAUÐ
MEÐ LAXI, RÆKJU,
HANGIKJÖTI EÐA ROAST BEEF
798 KR STK
~~ÁÐUR: 998 KR/STK~~

-50%

BAYONNESKINKA
KJÖTSEL
998 KR KG
~~ÁÐUR: 1.996 KR/KG~~

-40%

HAMBORGARHRYGGUR
KJÖTSEL
999 KR KG
~~ÁÐUR: 1.665 KR/KG~~

-31%

SVÍNALUNDIR
1.586 KR KG
~~ÁÐUR: 2.298 KR/KG~~

-20%

NAUTALUNDIR
DANISH CROWN
3.871 KR KG
~~ÁÐUR: 4.839 KR/KG~~

-15%

ARLA HALLOUMI
200G
705 KR STK
~~ÁÐUR: 829 KR/STK~~

ARLA HAVARTI
DILL EÐA HVÍTLAUKUR
227G
620 KR STK
~~ÁÐUR: 729 KR/STK~~

-15%

-15%

CASTELLO
TISTRUP OSTUR
MELLEM 650G EÐA
KRAFTFULD 600G
1.682 KR STK
~~ÁÐUR: 1.979 KR/STK~~

-15%

TULIP BRAUÐSALAT
254 KR STK
HØNSE
KYLLING & BACON
~~ÁÐUR: 299 KR/STK~~

30% AFSLÁTTUR AF BERJUM

JARÐARBER BLÁBER HINDBER RIFSBER BRÓMBER

Tilboðin gilda 8. – 11. nóvember 2018 www.netto.is

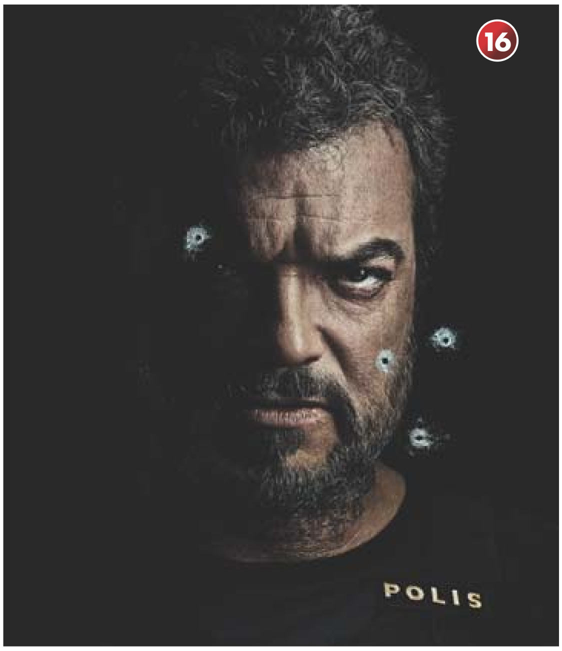
Tilboðin gilda meðan birgðir endast • Birt með fyrirvara um prentvillur og myndavíxl • Vöruúrval getur verið breytilegt milli verslana.

Búðakór • Grandi • Mjódd • Salavegur • Hafnarfjörður • Hrísalundur • Glerártorg • Húsavík • Höfn • Iðavellir • Grindavík • Krossmói • Borgarnes • Ísafjörður • Egilsstaðir • Selfoss

netto Á NETINU www.netto.is

DAGSKRÁ

Fimmtudagur



ALEX
KL. 22:10
Það er ekki hlaupið að því að snúa við blaðinu og gerast heiðarlegur lögregluþjónn eftir að þú ert búinn að flækjast í undirheimana og skjóta félaga þinn fyrir slysni. Hörkuspennandi sænsk þáttaröð af bestu gerð með frábærum leikurum sem margir kannast við úr þáttunum um Gåsmamman.

Frábær fimmtudagur
Fáðu þér áskrift á **stod2.is**

MASTERCHEF USA
KL. 19:45
Gordon Ramsay og félagar freista þess að finna nýjan meistarakokk Bandaríkjanna. Eins og áður reynir á hugmyndaflug og færni þátttakenda og að lokum stendur einn uppi sem sigurvegari.

LETHAL WEAPON
KL. 20:30
Þegar hér er komið sögu kynnumst við nýjum félaga Rogers Murthaugh en það er hinn djarflyndi Wesley Cole sem hefur getið sér gott orð í leyniþjónustu CIA.

COUNTERPART
KL. 21:15
Howard Silk er vansæll fulltrúi hjá Sameinuðu þjóðunum. Hann hefur unnið sama starfið í þrjátíu ár en líf hans tekur stakkaskiptum þegar hann hittir tvífara sinn.

HUMANS
KL. 22:55
Þættirnir gerast í heimi þar sem vélmenni eru notuð sem þjónar en erfitt getur verið að greina á milli hverjir eru mennskir og hverjir ekki.

BÍÓ
THE FACE OF AN ANGEL
KL. 22:00
Mynd, byggð á sannri sögu, um blaðamann og kvikmyndagerðarmann sem rannsaka alræmt morðmál.

3
SUPERGIRL
KL. 20:50
Skemmtilegir þættir um Köru sem býr yfir sömu ofurkröftum og frændi hennar Clark Kent.

Allt þetta og meira til á aðeins 9.990 kr.
stod2.is

STÖÐ 2

07.00 The Simpsons
07.20 Tommi og Jenni
07.45 Strákarnir
08.10 The Middle
08.30 Ellen
09.15 Bold and the Beautiful
09.35 Anger Management
10.00 Poppsvar
10.45 Planet's Got Talent
11.10 Grey's Anatomy
11.50 Sælkeraferðin Sjónvarpskonan Vala Matt ferðast í kringum Ísland og heimsækir sælkera, veitingahúsafólk og sveitamenn og -konur sem bjóða upp á það allra besta og skemmtilegasta af íslenskum sælkeramat. Farið er í alla landshluta og falin leyndarmál skoðuð. Í hverjum þætti fáum við að heyra sögu viðmælendanna og svo matreiða þeir fyrir okkur einfalda en um leið lygilega góða rétti úr hráefni sveitanna.
12.10 Lýðveldið
12.35 Nágrannar
13.00 The Big Sick
14.55 Goodbye Christopher Robin
16.40 Friends
17.00 Bold and the Beautiful
17.20 Nágrannar
17.45 Ellen
18.30 Fréttir Stöðvar 2
18.55 Ísland í dag
19.10 Sportpakkinn
19.20 Fréttayfirlit og veður
19.25 Kevin Can Wait
19.45 Masterchef USA Stórskemmtilegur matreiðsluþáttur með Gordon Ramsay í forgrunni ásamt þeim Aarón Sanchez og hinum eina sanna Joe Bastianich sem snýr aftur í dómarasæti eftir nokkurt hlé. Af gaumgæfni velja nú dómararnir sér átta manna hóp sem þeir svo munu fylgja eftir út þáttaröðina og vera innan handar í þeim þrautum sem eru lagðar fyrir í eldamennskunni. Að lokum er það svo einn sem stendur uppi sem Meistarakokkurinn.
20.30 Lethal Weapon
21.15 Counterpart
22.10 Alex
22.55 Humans
23.45 Real Time with Bill Maher
01.35 Mr. Mercedes
02.20 Queen Sugar
03.05 Keeping Faith
03.55 S.W.A.T.
04.40 Wyatt Cenac's Problem Areas
05.10 Goodbye Christopher Robin

STÖÐ 2 SPORT

07.10 Bayern - AEK
08.50 Plzen - Real Madrid
10.30 Spænsku mörkin
11.00 Football League Show
11.30 CSKA Moskva - Roma
13.10 Manchester City - Shakhtar Donetsk
14.50 Juventus - Manch.United
16.30 Meistaradeildarmörkin
17.00 Evrópudeildin - fréttaþáttur
17.50 Lazio - Marseille
19.55 Arsenal - Sporting
22.00 Premier League World
22.30 NFL Gameday
23.00 Þór Þ. - ÍR

STÖÐ 2 SPORT 2

08.50 Meistaradeildarmörkin
09.20 Skallagrímur - Haukar
11.00 Ensku deildabikarmörkin
11.30 Arsenal - Liverpool
13.10 ÍBV - Valur
14.40 Seinni bylgjan
16.10 Skallagrímur - Haukar
17.50 BATE - Chelsea
19.55 Real Betis - AC Milan
22.00 UFC 230: Cormier vs. Lewis

STÖÐ 3

19.10 Anger Management
19.35 Schitt's Creek
20.00 Seinfeld
20.25 Friends
20.50 The New Girl
21.15 Supergirl
22.00 Arrow
22.45 Boardwalk Empire
23.40 The Simpsons
00.30 American Dad
00.55 Anger Management
01.20 Schitt's Creek
01.45 Friends
02.10 Seinfeld
02.35 Tónlist

STÖÐ 2 KRAKKAR

07.13 Tindur
07.23 Mæja býfluga
07.35 K3
07.46 Grettir
08.00 Könnuðurinn Dóra
08.24 Mörgæsirnar frá Madagaskar
08.47 Doddi litli og Eyrnastór
09.00 Áfram Diego, áfram!
09.24 Svampur Sveinsson
09.49 Lalli
09.54 Pingu
10.00 Strumparnir
10.25 Ævintýraferðin
10.37 Gulla og grænjaxlarnir
10.48 Hvellur keppnisbíll
11.00 Stóri og litli
11.12 Tindur
11.22 Mæja býfluga
11.34 K3
11.45 Grettir
12.00 Könnuðurinn Dóra
12.24 Mörgæsirnar frá Madagaskar
12.47 Doddi litli og Eyrnastór
13.00 Áfram Diego, áfram!
13.24 Svampur Sveinsson
13.49 Lalli
13.54 Pingu
14.00 Strumparnir
14.25 Ævintýraferðin
14.37 Gulla og grænjaxlarnir
14.48 Hvellur keppnisbíll
15.00 Stóri og litli
15.12 Tindur
15.22 Mæja býfluga
15.34 K3
15.45 Grettir
16.00 Könnuðurinn Dóra
16.24 Mörgæsirnar frá Madagaskar
16.47 Doddi litli og Eyrnastór
17.00 Áfram Diego, áfram!
17.24 Svampur Sveinsson
17.49 Lalli
17.54 Pingu
18.00 Strumparnir
18.25 Ævintýraferðin
18.37 Gulla og grænjaxlarnir
18.48 Hvellur keppnisbíll
19.00 Storkar

Mörgæsirnar frá Madagaskar, 08.24, 12.24 og 16.24

GOLFSTÖÐIN

08.35 Golfing World
09.25 Blue Bay LPGA
14.25 Shriners Hospitals for Children Open
17.35 Inside the PGA Tour
18.00 OHL Classic at Mayakoba
21.10 PGA Tour 2018: The family of Golf
22.00 Blue Bay LPGA
03.00 Blue Bay LPGA

STÖÐ 2 BÍÓ

11.10 Never Been Kissed
12.55 Lea to the Rescue
14.30 The Space Between Us
16.30 Never Been Kissed
18.20 Lea to the Rescue
20.00 The Space Between Us Áhrifamikil mynd frá 2017 með Gary Oldman og Asa Butterfield í aðalhlutverkum. Myndin fjallar um fyrsta einstaklinginn sem fæðist á Mars og ferðast svo til Jarðar til að finna sinn stað í tilverunni.
22.00 The Face of an Angel
23.40 Love on the Run Gamanmynd frá 2016. Franny er ung kona sem finnst hún vera algjörlega stopp í lífinu. Hún er í yfirvigt vegna skyndibitafíknar og hefur nánast neyðst til að sjá um ruglaða móður sína og eldri systur sem hefur farið illa á ólifnaði og eiturlyfjaneyslu. Dag einn breytist líf hennar þegar bankaræningi tekur hana í gíslingu.
01.05 Skiptrace
02.50 The Face of an Angel

RÚV

13.00 Úr Gullkistu RÚV: Útsvar 2009-2010
13.55 Úr Gullkistu RÚV: 360 gráður
14.20 Úr Gullkistu RÚV: Flikk flakk
15.00 Úr Gullkistu RÚV: Popppunktur
16.00 Úr Gullkistu RÚV: Orðbragð
16.30 Úr Gullkistu RÚV: Steinsteypuöldin
17.00 Úr Gullkistu RÚV: Taka tvö
17.50 Táknmálsfréttir
18.00 KrakkaRÚV
18.50 Krakkafréttir
19.00 Fréttir
19.25 Íþróttir
19.30 Veður
19.35 Kastljós
19.50 Menningin
20.05 Ákall.is
21.30 Íþróttafólkið okkar
22.00 Tíufréttir
22.15 Veður
22.20 Glæpahneigð
23.05 Marteinn Lúther og siðbótin - Fyrri hluti
00.35 Kastljós
00.50 Menningin
01.00 Dagskrárlok

SJÓNVARP SÍMANS

08.00 Dr. Phil
08.45 The Tonight Show
09.30 The Late Late Show
10.15 Síminn + Spotify
12.00 Everybody Loves Raymond
12.20 King of Queens
12.40 How I Met Your Mother
13.05 Dr. Phil
13.50 America's Funniest Home Videos
14.15 The Voice
15.45 America's Funniest Home Videos
16.05 Everybody Loves Raymond
16.25 King of Queens
16.45 How I Met Your Mother
17.10 Dr. Phil
17.55 The Tonight Show
18.40 The Late Late Show
19.25 Ný sýn - Hannes Þór Halldórsson
20.00 Með Loga
21.00 9-1-1
21.50 Octopussy
00.00 The Tonight Show
00.45 The Late Late Show
01.30 Scandal
02.15 Marvel's Cloak & Dagger
03.00 Marvel's Agent Carter
03.45 Marvel's Inhumans
04.30 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

*GEYSIR KONUR: Skólavörðustígur 7. GEYSIR KARLMENN: Skólavörðustígur 16.

Stuðið í París var rafmagnað.

Margir aðdáendur ferðast fleiri hundruð kílómetra til að sjá hljómsveitina spila enda eru fá íslensk rokkbönd sem eru þéttari á tónleikum.

„Mér þykir það merkilegt og gríðarlega gaman hvað þetta hefur verið að ganga vel, uppselt á tónleikana og allir að taka verulega vel í nýja efnið," segir Óskar.

Stefán Ari Stefánsson, Óskar og Alexander í Vínarborg þar sem uppselt var á tónleika hljómsveitarinnar.

Nýjar borgir, nýtt fólk og nýtt efni

Hljómsveitin Vintage Caravan hefur verið á túr um Evrópu undanfarnar vikur. Drengirnir hafa fengið tvo daga í frí og sjá lítið af borgunum sem þeir spila í. Óskar hefur hitað upp með jógaæfingum og segir frá venjulegum degi.

Þetta er svakaleg keyrsla, fimm og hálf vika allt í allt. Við erum búnir með rúmlega þrjár vikur og í rauninni hafa bara verið tveir dagar í frí," segir Óskar Logi Ágústsson, söngvari Vintage Caravan, en hljómsveitin hefur verið á hljómleikaferðalagi um Evrópu undanfarnar vikur.

Hljómsveitin gaf út Gateways ekki alls fyrir löngu og segir Óskar að prógrammið sem þeir eru að spila sé ögn lengra en þeir eru vanir, rúmar 85 mínútur.

Hann segir að rokklífið á ferðalagi sé ekki eitt stórt partí þó það sé gaman. Það sé einnig hörkuvinna. „Ég hef séð voðalega lítið annað en bara staðina og götuna sem við spiluðum í. Reyndar í París gerði ég mér ferð í gítarbúðir sem selja gamla og verðmæta gítara, sem var gríðarlega gaman. Og í Porto sáum við Eiffelbrúna, gríðarlega falleg borg Porto."

Aðspurður segir hann að venjulegur dagur sé í svipuðum dúr þó það sé í nýrri borg með nýju fólki. „Maður vaknar í nýrri borg í rútunni, vanalega um hádegi og fer þá inn á tónleikastaðinn, maður fær sér að borða þar og svo berum við allar græjurnar inn og setjum upp. Svo er hljóðprufa, sem endist í allt að 40 mínútur.

Svo höfum við verið að bjóða upp á valmöguleikann að vinna svona „meet and greet", þá kemur aðdáandi eða tveir og við bjóðum þeim upp á drykk og spjöllum í svona hálftíma. Þá er klukkan að detta í 18.00 og við borðum kvöldmat, maturinn á þessu tónleikaferðalagi hefur verið sérstaklega góður. Við erum með alls kyns reglur, það verða til dæmis að líða að minnsta kosti tveir tímar frá því að við borðum og þangað til við spilum, svo erum við algjörlega edrú fyrir tónleika og á meðan á tónleikum stendur.

Svo fer maður bara í það að gera sig tilbúinn, hlusta á upphitunarböndin sem ferðuðust með okkur, komast í rétt hugarfar, ég gerði t.d. nokkrum sinnum jóga til að hita mig upp. Svo spilum við í 70-85 mínútur og er hvert einasta sjóv mismunandi spuni og mismunandi lagauppröðun. Engin tvö kvöld eins.

Eftir tónleikana förum við þangað sem varningurinn okkar er seldur og spjöllum við aðdáendur, gefum eiginhandaráritanir og skálum við þá. Svo pökkum við niður, setjum græjurnar í vagninn, förum upp í rútu og þá er haldið til næsta staðar. Oftast er svo fagnað í rútunni, hlustað á góða tónlist og tjúttað. Svo byrjar næsti dagur."

Fyrir utan Moulin Rouge, kabarettstaðinn þekkta í París, þar sem Óskar náði að skoða sig aðeins um en slíkt er ekki algengt á tónleikaferðalagi.

Hrekkjavakan var haldin hátíðleg í Madrid. Stefán Ari Stefánsson, lengst til hægri, fór alla leið.

Viðtökurnar hafa verið mjög góðar og uppselt á þrenna tónleika og segir Óskar að þeim hafi verið vel tekið. „Þetta er allt að stækka og erum við að skemmta okkur svo vel."

Þann þriðja nóvember kláraðist túr þeirra félaga um Íberíuskagann. Þeir spiluðu með hljómsveitunum Wucan frá Þýskalandi og Black Mirrors frá Belgíu sem Óskar mælir eindregið með fyrir rokkþyrsta. „Fólk á þessu svæði er gríðarlega hrifið af okkur, það eru mjög opið og maður finnur mikla orku frá því, sem er mikilvægt á tónleikum, finnst mér. Mætingin var mjög góð og mikið stuð. Margir að ferðast fleiri hundruð kílómetra til að sjá okkur, sem er fallegt."

VIÐ ERUM MEÐ ALLS KYNS REGLUR, ÞAÐ VERÐA TIL DÆMIS AÐ LÍÐA AÐ MINNSTA KOSTI TVEIR TÍMAR FRÁ ÞVÍ AÐ VIÐ BORÐUM OG ÞANGAÐ TIL VIÐ SPILUM, SVO ERUM VIÐ ALGJÖRLEGA EDRÚ FYRIR TÓNLEIKA OG Á MEÐAN Á TÓNLEIKUM STENDUR.

Næst er það Bretland og taka þeir sex gigg á sjö dögum. „Bretland er ekki auðveldasti staðurinn fyrir bönd til að spila á, ekki í uppáhaldi hjá mörgum, en við erum mjög spenntir og mér finnst mjög gaman að spila fyrir Breta."

Eftir svona törn taka strákarnir örlítið frí áður en þeir rífa allt upp aftur, stilla upp á Hard Rock Cafe í miðbænum og hækka í botn. „Það verða síðustu tónleikar okkar á árinu. Það er óhætt að segja að við verðum í góðu spilaformi þá eftir þessa keyrslu." Rokk og ról.

benediktboas@frettabladid.is

lyfja.is

LYFJA
– Lífið heil

VINNINGASKRÁ

11. flokkur 2018
Útdráttur 6. nóvember 2018

HAPPDRÆTTI SÍBS

Happadrætti SÍBS er hornsteinn framkvæmda á Reykjalundi

AÐALVINNINGUR kr. 5.000.000

5901

AUKAVINNINGAR kr. 100.000

5900 5902

PENINGAVINNINGAR kr. 500.000

318 1842 17286 18111 27096 29960 45776 52228 56575 77334

PENINGAVINNINGAR kr. 50.000

136	7892	14652	20352	27054	32788	41166	47503	53467	61024	64633	71820
458	8070	14822	20689	27143	32850	41319	47516	53861	61285	65061	71932
1429	8726	15260	20706	27179	33498	41423	47741	54195	61496	65066	72024
2241	8732	15518	21022	27362	34347	41525	48050	54752	62189	65097	73319
2300	9336	15927	21246	27715	34379	42139	48127	54926	62295	65147	73907
2687	9605	16034	21609	27851	34845	43138	48717	55464	62436	65390	74336
3002	10062	16701	22094	28383	35559	43272	48761	55481	62452	65720	74373
3114	10091	16876	22215	29437	36284	43609	48786	55588	62638	65766	74564
3284	10528	16923	22524	29603	37000	44276	49417	55974	62781	66000	74958
4304	10745	17348	22741	29613	37016	44780	49924	56203	62998	66968	75369
5399	11340	17741	23487	29760	37142	45319	50400	56361	63019	67206	76465
5447	11632	17805	23974	29860	37695	45835	50885	56776	63203	67233	77436
5903	11666	18292	24148	30027	38619	46120	51216	56833	63404	67827	77655
6014	12099	18390	24572	30177	38620	46319	51544	57170	63612	67903	78705
6026	12432	18734	24709	31050	38705	46345	51576	57825	63688	68882	79108
6217	12490	19215	25534	31097	39873	46352	52020	58427	63707	68895	79139
6372	12504	19304	25871	31153	40004	46485	52190	58725	63781	69070	79221
6385	13245	19527	25875	32054	40348	46522	52370	59934	63906	69200	79283
6511	13445	20166	26691	32269	40471	46624	52428	60242	63997	70543	79465
6646	13642	20203	26847	32281	40594	46791	52620	60559	64191	70635	
7461	14606	20309	26887	32560	40669	46911	52675	60730	64286	71615	

VÖRUÚTTEKT HJÁ HAGKAUPUM kr. 30.000

430	6098	13056	19330	24456	31545	37962	46357	53403	59811	67248	73632
454	6112	13411	19335	24573	31588	38078	46498	53444	60006	67267	73716
456	6120	13428	19385	24647	31608	38124	46829	53615	60133	67466	73774
883	6236	13492	19394	24795	31992	38177	47143	53774	60287	67681	73921
884	6552	13588	19513	25123	32275	38304	47157	53885	60310	67885	73969
926	6659	13589	19789	25333	32289	38435	47420	53916	60340	67933	74028
1014	6836	13640	19862	25526	32404	39236	47473	53951	60404	67974	74168
1125	6981	13665	19923	25588	32461	39434	47483	54084	60474	68011	74202
1177	7087	13941	19952	25732	32545	39536	47669	54233	60760	68289	74421
1224	7487	14074	19971	25736	32648	39612	47868	54323	60984	68360	74600
1318	7595	14130	19976	25845	32763	39637	48062	54650	60991	68386	74683
1428	7688	14204	20185	25888	32769	39643	48106	54664	61038	68409	74695
1488	7778	14219	20246	26032	32895	39754	48130	54680	61138	68432	75056
1505	7866	14480	20261	26129	32919	39818	48158	54791	61142	68441	75087
1615	7886	14495	20332	26176	33291	40264	48257	54823	61203	68563	75104
1735	7990	14680	20419	26245	33459	40422	48355	55017	61250	68740	75452
1899	8149	14683	20427	26393	33602	40475	48542	55030	61252	68808	75600
2032	8253	14724	20538	26673	33871	40644	48629	55145	61337	68911	75900
2033	8529	14806	20562	26833	33872	40744	48672	55294	61360	69106	75910
2092	8735	14835	20595	27423	33885	41069	48790	55326	61471	69141	75979
2287	8792	15046	20616	27647	33896	41141	48827	55503	61528	69363	76144
2734	8944	15052	20644	27756	33921	41299	48857	55813	61632	69609	76221
3210	9040	15155	20699	27791	33946	41361	48895	56013	62069	69620	76235
3285	9101	15454	20906	27847	34121	41650	48998	56117	62093	69762	76331
3360	9204	15626	20910	27867	34130	41960	49025	56253	62111	70090	76480
3404	9249	15815	20930	27990	34162	42062	49188	56398	62198	70095	76612
3738	9422	15837	20939	28291	34165	42516	49583	56643	62405	70336	76951
3854	9688	15867	21112	28414	34334	42518	49602	56937	62511	70416	76995
3877	9815	16072	21374	28737	34398	42968	49605	57116	62632	70446	77261
4010	9843	16278	21402	28898	34443	42990	49651	57165	62706	70566	77587
4131	9942	16343	21725	29054	34645	43089	49811	57288	63008	70568	77772
4213	10043	16643	21762	29134	34716	43164	50042	57293	63075	70586	77783
4215	10231	16702	22277	29148	34735	43233	50071	57604	63093	70692	77944
4432	10627	16737	22284	29202	34927	43579	50223	57614	63334	70858	77975
4436	10713	16742	22285	29615	35254	44076	50422	57752	63483	70972	78095
4450	10714	16818	22640	29642	35450	44177	50715	57759	63756	71222	78313
4544	11339	16831	22708	29653	35486	44299	50725	57830	63824	71238	78330
4658	11508	16857	22763	29762	35850	44308	50788	57958	63877	71267	78399
4724	11527	16932	23106	29839	35883	44549	50870	58031	64116	71270	78636
4726	11590	17001	23261	29995	36093	44600	51244	58248	64339	71374	78855
4875	11663	17351	23274	30114	36363	44638	51266	58461	64395	71406	78950
4908	11721	17581	23363	30411	36460	44691	51399	58500	64457	71423	79165
4941	11795	17810	23584	30470	36470	44825	51609	58663	65071	71452	79203
5051	11914	17912	23629	30525	36533	44865	51743	58700	65288	71547	79442
5074	12035	17983	23657	30646	36925	45133	51983	58899	65455	71563	79727
5346	12126	18031	23682	30670	37084	45332	52006	58902	65478	71684	
5405	12199	18090	23776	30708	37140	45367	52248	58927	65645	71843	
5448	12282	18273	23908	30710	37313	45456	52473	59163	66068	72086	
5500	12451	18297	23985	30908	37395	45642	52602	59184	66294	72188	
5522	12595	18315	24070	30915	37481	45652	53017	59332	66465	72248	
5569	12714	18345	24117	30949	37523	45678	53057	59467	66492	72320	
5650	12886	18417	24143	30988	37545	46000	53284	59479	66513	72735	
5720	12892	18540	24227	31134	37651	46116	53315	59533	66540	72772	
5830	12909	18769	24242	31330	37726	46161	53348	59696	66586	73283	
6090	12918	19311	24308	31352	37953	46271	53388	59705	67230	73444	

PENINGAVINNINGAR kr. 20.000

62	6528	13154	18753	25613	33372	40311	46704	53973	61660	67081	73286
124	6617	13262	19003	25621	33387	40402	46750	54009	61686	67204	73307
128	6756	13296	19135	25647	33817	40442	46755	54040	61740	67208	73462
173	6802	13371	19194	25687	33833	40504	46830	54212	61777	67243	73499
204	6903	13677	19234	25726	33841	40509	47136	54381	61906	67282	73591
297	7088	13707	19348	25792	33918	40563	47198	54669	61931	67321	73690
527	7111	13723	19676	25850	33955	40623	47264	54756	62176	67406	73792
609	7238	13807	19795	26092	33984	40724	47288	54949	62228	67489	73824
632	7261	14072	19828	26150	34052	40769	47356	54964	62236	67499	73848
644	7361	14235	19858	26188	34114	40813	47387	55267	62263	67608	73859
724	7366	14261	19935	26424	34212	40843	47423	55314	62297	67628	74268
816	7387	14274	20049	26588	34368	40928	47657	55387	62305	67949	74303
931	7705	14375	20108	26736	34425	41050	47681	55395	62421	68277	74410
1159	7732	14412	20222	26764	34552	41066	48078	55408	62424	68294	74426
1260	7869	14484	20341	26766	34556	41077	48213	55749	62472	68453	74434
1325	8018	14518	20360	26919	34636	41078	48256	55838	62475	68605	74436
1447	8034	14553	20444	27270	34669	41199	48265	55918	62520	68647	74509
1532	8246	14577	20522	27274	34872	41202	48416	56018	62576	68884	74543
1556	8290	14726	20532	27487	34936	41219	48562	56230	62629	69002	74622
1588	8300	14794	20565	27496	35360	41257	48590	56374	62829	69027	74641
1667	8425	14831	20637	27708	35374	41337	48631	56442	62933	69065	74785
1684	8748	14854	20692	27811	35616	41392	48652	56633	62958	69102	74929
1712	8761	14978	20842	27959	35774	41435	48813	56642	63031	69117	75590
1824	8769	15212	20867	28012	35825	41468	48815	56682	63256	69138	75606
1934	8830	15241	20942	28318	35833	41488	48985	56723	63282	69233	75828
1958	8832	15302	21134	28508	36161	41515	49068	56771	63296	69294	76177
1979	8910	15310	21137	28615	36219	41778	49212	56836	63316	69541	76240
2022	9021	15321	21300	28635	36220	41908	49291	56947	63347	69608	76741
2207	9165	15440	21334	28643	36295	41976	49557	57237	63436	69613	76765
2350	9180	15627	21789	28872	36308	42034	49885	57276	63444	69663	76864
2478	9244	15677	21966	28894	36358	42162	50074	57348	63467	69745	76908
2524	9276	15678	22104	28986	36400	42203	50088	57551	63520	69791	77118
2727	9357	15773	22110	29037	36433	42316	50135	57566	63816	69851	77353
2932	9364	15819	22159	29270	36839	42340	50194	57662	63829	69905	77461
2960	9519	15943	22160	29531	36913	42384	50255	57806	63878	69995	77468
3058	9548	15965	22240	29543	36966	42617	50375	57937	63925	70245	77525
3091	9559	15990	22318	29545	37510	42719	50405	57983	63926	70265	77566
3200	9595	16047	22525	29711	37513	42871	50451	58027	63957	70353	77593
3223	9662	16068	22575	29807	37553	42895	50610	58086	64017	70355	77630
3274	9698	16168	22599	29925	37632	42993	50708	58113	64045	70382	77813
3289	9760	16473	22693	29951	37765	43142	50809	58212	64063	70441	77837
3393	9892	16514	22695	30119	37814	43205	50878	58325	64076	70526	77885
3418	9977	16545	22699	30168	37872	43325	51116	58452	64137	70574	77886
3459	10007	16627	22772	30240	37879	43335	51289	58662	64149	70597	78104
3471	10216	16809	22825	30326	37893	43683	51334	58724	64267	70712	78152
3531	10223	16814	22943	30481	37999	43779	51394	58842	64296	71048	78272
3580	10287	16830	23008	30487	38091	43812	51462	59154	64390	71113	78306
3663	10457	16849	23086	30631	38107	43900	51662	59252	64409	71155	78381
3693	10558	16895	23214	30661	38113	43972	51667	59412	64578	71204	78412
3705	10567	16956	23289	30681	38248	43986	51668	59565	64673	71362	78541
3803	10610	17125	23680	30872	38366	44079	51680	59605	64804	71415	78673
3958	10651	17342	23741	30890	38396	44286	51684	59647	64933	71468	78676
3986	10677	17405	23837	30942	38434	44306	51855	59679	64944	71735	78970
4025	10863	17421	23862	31072	38459	44349	51883	59715	65011	71774	78993
4174	10949	17440	23950	31125	38618	44352	51897	59735	65109	71824	79099
4467	11026	17522	24017	31213	38781	44380	52238	60094	65684	71999	79105
4566	11095	17540	24029	31365	38834	44768	52290	60141	65696	72066	79151
4652	11149	17550	24267	31523	38864	44848	52514	60196	65735	72080	79157
4707	11266	17680	24399	31744	38911	44892	52561	60256	65761	72105	79226
4816	11462	17846	24409	31848	38923	45061	52639	60396	65813	72245	79366
4856	11901	17886	24543	31853	38961	45215	52645	60488	66182	72280	79434
5013	11935	17930	24550	31873	39046	45219	52724	60493	66220	72311	79591
5060	12185	18046	24551	31971	39214	45508	52781	60594	66260	72340	79625
5196	12234	18080	24784	32024	39337	45523	52827	60671	66280	72389	79791
5245	12269	18083	24833	32034	39349	45583	52955	60761	66291	72480	79899
5331	12319	18200	24849	32256	39515	45659	53053	60807	66362	72533	
5394	12385	18327	24860	32463	39519	46002	53224	60880	66554	72655	
5621	12386	18338	25334	32492	39651	46072	53270	61101	66647	72739	
5740	12507	18395	25377	32518	39943	46139	53310	61120	66666	72836	
5743	12544	18400	25382	32689	39953	46174	53370	61133	66670	72936	
5950	12608	18483	25384	32748	40045	46348	53412	61504	66710	72995	
6292	12782	18544	25414	33233	40150	46402	53459	61567	66801	72996	
6440	12791	18586	25438	33297	40158	46430	53532	61568	66802	73166	
6499	12941	18634	25444	33334	40263	46676	53577	61587	66990	73226	
6513	13051	18647	25513	33346	40281	46682	53723	61616	67031	73235	

H:N Markaðssamskipti / SÍA

Tryggðu þér miða á sibs.is eða í síma 560 4800

Afgreiðsla vinninga hefst þann 22. nóvember 2018
Birt án ábyrgðar um prentvillur

Guðni Th. var kampakátur þegar hann steig í pontu í gær. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Airwaves-hátíðin sett á Grund

Iceland Airwaves-hátíðin var ræst í gang á elliheimilinu Grund í morgun. Heimilisfólk fylgdist með Guðna Th. forseta segja nokkur orð auk Ísleifs Þórhallssonar, framkvæmdastjóra hátíðarinnar.

Heimilisfólkið var misspennt fyrir setningarathöfninni. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Sóley kynnti hljómsveitina til sögunnar. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Það var gífurlegt fjör á Grund. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Fólk á öllum aldri var mætt til að fylgjast með setningu hátíðarinnar. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

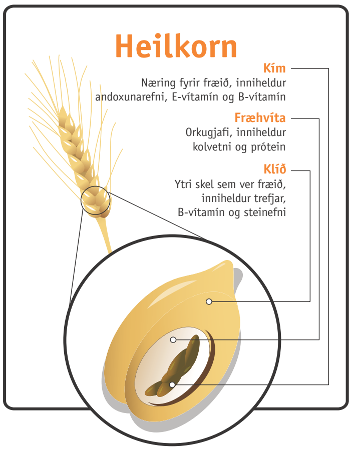
Myllu heilkornabrauð

LÍFSKORN

Lífskorn færir þér máltíð af akrinum

NÝTT LÍFSKORN FYRIR HEILSUNA

VEGAN



Lífskorn – Sjö tegundir af fræjum og kornum er nýjasti fjölskyldumeðlimurinn í Lífskornalínunni. Frábær kostur fyrir alla sem hugsa um heilsuna. Það inniheldur hafraflögur, sólblómafræ, hörfræ, sesamfræ, graskersfræ og rúg en ekkert hvítt hveiti og ekkert ger. Trefjaríkt og gómsætt brauðið er vegan og sérstaklega þétt og saðsamt.

Lífskorn er trefjagjafi þinn – fræsafn þitt og heilsurækt
– það hefur hátt hlutfall heilkorns, með gott hlutfall góðrar fitu.

Safnaðu góðri orku, fáðu þér Lífskorn í dag.
Lífskorn færir þér máltíð af akrinum.

Bragðaðu nýtt Lífskorn – strax í dag

Ræktaðu huga og líkama
– fáðu þér Lífskorn heilkornabrauð frá Myllunni

MYLLAN
ALLTAF NÝ BAKAÐ

▸ FÁNAR
▸ LÍMMIÐAR
▸ AUGLÝSINGASKILTI

Þú hannar og pantar á vefnum hjá okkur.

Við gefum hugmyndum þínum vængi sem sjást.

FjölPrent
Gefur hugmyndum vængi

Fjölprent
Norðlingabraut 14
fjolprent.is
S. 581 4141

Alma segist ætla að troða upp með neon-gula hárið sitt í Listasafninu í kvöld.

Neon-gul finnsk poppstjarna

Finnska söngkonan **Alma** spilar á Airwaves-hátíðinni í kvöld. Tónleikar hennar fara fram í Listasafninu en hún er þekkt fyrir bæði líflega framkomu sem og hárlit. Hún ræddi við Fréttablaðið.

Finnska poppsöngkonan Alma er í þann mund að springa út og verða að alþjóðlegri stórstjörnu. Hún hefur þennan sérstaka finnska sjarma sem við Íslendingar þekkjum ágætlega og er í ofanálag að gera bráðskemmtilega popptónlist eins og virðist bara koma á færibandi frá Norðurlöndunum þessi misserin. Þegar blaðamaður náði tali af söngkonunni var hún stödd í Los Angeles að vinna að sinni fyrstu plötu.

Nú er tónlistin þín poppaður hrærigrautur af alls konar – hvernig myndir þú lýsa henni með eigin orðum?

„Þetta er popptónlist sem spannar allt frá partíi til pönks.“

Hvaða listamenn hafa haft mest áhrif á þig og fengu þig til að byrja að semja og gefa út tónlist?

„Þær Amy Winehouse, Lykke Li og Charli XCX auk svo margra annarra fáránlega hæfileikaríkra listamanna.“

Elton John spilaði lagið Karma með Ölmu í þættinum sínum um daginn og hann er yfirlýstur aðdáandi söngkonunnar og því liggur beint við að spyrja: *Ertu búin að hitta Elton, Alma?*

„Nei, en við höfum talað saman í gegnum email! Ég er að vona að við getum kannski hist bráðlega. Það er svo fáránlega mikill heiður að sjálfur Elton John hlusti á tónlistina mína, það er algjörlega brjálað!“

VIÐ HÖFUM TALAÐ SAMAN Í GEGNUM EMAIL! ÉG ER AÐ VONA AÐ VIÐ GETUM KANNSKI HIST BRÁÐLEGA. ÞAÐ ER SVO FÁRÁNLEGA MIKILL HEIÐUR AÐ SJÁLFUR ELTON JOHN HLUSTI Á TÓNLISTINA MÍNA, ÞAÐ ER ALGJÖRLEGA BRJÁLAÐ!

Blaðamaður stingur upp á að þau eigi að gera eins og Elton og rapparinn Young Thug gerðu um daginn og unnu, reyndar óbeint, að lagi saman. Elton var einmitt yfirlýstur aðdáandi rapparans og þeir hittust og svo varð til lag síðar. Alma tekur að sjálfsögðu vel í það.

„Haha! Já, það væri algjör draumur! Ef þú hittir hann segðu honum þá að ég sé algjörlega til í það.“

Alma er þekkt fyrir að vera ávallt með hár í skærum litum – hún gerði meira að segja lagið Dye my hair þar sem impráð er á þessum vana hennar.

Verður þú með hárið í einhverjum sérstökum lit vegna Airwaves hátíðarinnar? Má búast við bláum kannski?

„Ég er mjög hrifin af neon-gulum um þessar mundir og sá litur er eiginlega orðinn að eins konar einkennismerki mínu þannig að ég held að ég verði með hann í hárinu á næstunni.“

Hverju ertu að vinna að núna, Alma?

„Ég er að vinna að plötunni minni, guð minn góður hvað ég elska hana mikið og ég bara get ekki beðið eftir því að deila henni með öllum,“ hrópar Alma háfstöfum. Að lokum biðlar hún svo til þeirra Airwaves-gesta sem eru eitthvað efins um hvort þeir eigi að kíkja á tónleika hennar að koma bara. Hún lofar bæði partíi og hinum ýmsu óvæntu atburðum.

Alma spilar í Listasafninu klukkan 21.40 í kvöld.

stefanthor@frettabladid.is

Amy Winehouse og Lykke Li eru meðal helstu áhrifavalda Ölmu.

Elton John hefur spilað lög eftir Ölmu í þættinum sínum og talað vel um okkar konu.

KEBE
Hvíldarstólar
Tegundir: Rest og Fox

Opið virka daga 11-18
laugardaga 11-15

Komið og skoðið úrvalið

NÝFORM
HÚSGAGNAVERSLUN

SÍMAR AUGLÝSINGADEILDIR – AUGLÝSINGASTJÓRI: Jóhanna Helga Viðardóttir *johannahelga@frettabladid.is* **ALMENNAR AUGLÝSINGAR: SÍMI 512-5401:** Gústaf Bjarnason *gustaf@frettabladid.is*, Hjördís Zoëga *hjordis@frettabladid.is*, Sigfús Örn Einarsson *sigfus@frettabladid.is*, Valdimar Birgisson *valdimar@frettabladid.is* Örn Geirsson *orn.geirsson@frettabladid.is* **FÓLK/SÉRBLÖÐ SÍMI 512-5402:** Atli Bergmann atli*@frettabladid.is*, Arnar Magnússon *arnarm@frettabladid.is*, Jón Ívar Vilhelmsson *jonivar@frettabladid.is*, Ruth Bergsdóttir *ruth@frettabladid.is*. **FÓLK OG SÉRBLÖÐ EFNI:** Elín Albertsdóttir *elin@frettabladid.is* og Ragnheiður Tryggvadóttir *heida@frettabladid.is* **RAÐAUGLÝSINGAR /FASTEIGNIR SÍMI 512-5403:** Hrannar Helgason *hrannar@frettabladid.is*, Viðar Ingi Pétursson *vip@frettabladid.is* **ÞJÓNUSTUAUGLÝSINGAR SÍMI 512-5407:** Arna Rut Kristinsdóttir *arnarut@frettabladid.is*, Guðrún Inga Grétarsdóttir gudruninga*@frettabladid.is*

25% afsláttur
af öllu parketi og flísum
Krono Original
High Quality
SCHEUCHER
25% afsláttur
af öllum hnífaparasettum
25% afsláttur
af sturtuklefum og baðkörum
Það er gott að byrja í BYKO
25% afsláttur
af Snickers vinnufatnaði
25% afsláttur
af útihurðum (lagerhurðir)
25% afsláttur
af öllum bílstólum
osann
20% afsláttur
af innimálningu (veggir og loft)
KÓPAL
PROFF
GJØCO
VEGG 10
INTERIØR
25% afsláttur
af öllum bílakerrum
25% afsláttur
af öllum leikföngum
Fishing Set
Birt með fyrirvara um prentvillur og/eða myndbrengl.
Komdu og skoðaðu
Ótrúlegt úrval af seríum
BYKO
GERUM ÞETTA SAMAN
Auðvelt að versla á byko.is • Sendum út um allt land

Notalegt í svefnherbergið

AFSLÁTTUR
2.090
KRÓNUR

MISTRAL HOME sængurföt

Ótrúlegt úrval af sægurfötum frá Mistral Home. Ný og spennandi mynstur og litir. Bómullarsatín með vönduðum rennilás. 300 gsm bómullarþráður sem tryggir frábæra endingu, viðkomu og mýkt. Fáanleg 140 x 200.

Fullt verð 140x200 cm frá kr. 8.990.

JÓLAVERÐ á Mistral Home 140x200 cm frá aðeins **6.900 kr.**

15%
AFSLÁTTUR

NORDICFORM sængurföt

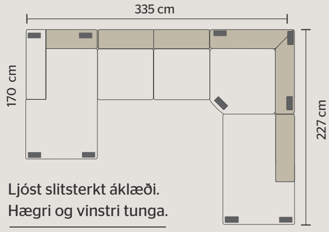
Ný sending af fallegum sængufötum frá Nordicform. Sængurfötin eru úr bómullarsatíni með vönduðum rennilás. 300 gsm bómullarþráður sem tryggir frábæra endingu, viðkomu og mýkt. Nordicform fáanleg 140 x 200, 140 x 220 og 200 x 220 cm.

Fullt verð 140x200 frá kr. 12.900

JÓLAVERÐ á Nordicform 140x200 cm frá aðeins **10.965 kr.**

15%
AFSLÁTTUR

OPUS
u-sófi



Ljóst slitsterkt áklæði.
Hægri og vinstri tunga.

Fullt verð: 279.900 kr.

Aðeins **237.915 kr.**

SCANDINAVIAN BEDDING

20%
AFSLÁTTUR

SB – DÚNSÆNG OG -KODDI

Sæng 135 x 200 cm. 85% smáfiður og 15% hvítur andadúnn. 100% bómullarver.

Fullt verð: 12.900 kr

Koddi 50 x 70 cm. 70% smáfiður og 30% hvítur andadúnn. 100% bómullarver.

Fullt verð: 6.900 kr

SB sængur fáanlegar í stærðunum:
135 x 200 cm
135 x 220 cm
200 x 220 cm

Sæng **10.320 kr.** Koddi **5.520 kr.**

Skemmtilegar Múmíngjafavörur

Múmín púði 50x30 cm

Fullt verð: 4.900 kr.

JÓLATILBOÐ: 4.165 kr.

Múmín snyrtitaska

Fullt verð: 3.900 kr.

JÓLATILBOÐ: 3.315 kr.

Múmín handklæði 50x70 cm

Fullt verð: 2.900 kr.

JÓLATILBOÐ: 2.465 kr.

15% JÓLAAFSLÁTTUR

Afgreiðslutími Rvk
Mán. til fös. kl. 10-18 (Holtagarðar)
Mán. til fös. kl. 11-18.30 (Smáratorg)
Laugardaga kl. 11-17
Sunnudaga kl. 13-17 (Smáratorg)

Holtagörðum, Reykjavík
512 6800
Smáratorgi, Kópavogi
512 6800

Dalsbraut 1, Akureyri
558 1100
Skeiði 1, Ísafirði
456 4566

Verð og vöruupplýsingar í auglýsingunni eru birtar með fyrirvara um prentvillur.

Tilboðin gilda til 31. október 2018 eða á meðan birgðir endast.

DORMA

Láttu drauminn rætast

Fyrir þínar bestu stundir

www.dorma.is
VEFVERSLUN
ALLTAF OPIN

JÓLAILMIRNIR FRÁ YANKEE CANDLE

JÓLA-TILBOÐ

Verðdæmi: Millistórt kerti í glerkrukku.

Fullt verð: 3.390 kr.

Jólatilboð aðeins **2.712 kr.**

Aukahlutur á mynd: Gafl

NATURE'S ELEGANCE
heilsurúm m/Classic botni

Nature's Bedding

20% AFSLÁTTUR
af 180 & 160 x 200 cm & 180 x 220 cm

- Svæðaskipt pokagormakerfi
- Latex hægindalag
- 100% bómullaráklæði
- Burstaðir stálfætur
- 320 gormar pr m²

Nature's Elegance 160 x 200 cm	Nature's Elegance 180 x 200 cm	Nature's Elegance 180 x 210 cm
Fullt verð: 169.900 kr.	Fullt verð: 189.900 kr.	Fullt verð: 219.900 kr.
Aðeins **135.920 kr.**	**151.920 kr.**	**175.920 kr.**

Val um svart eða hvítt PU leður eða grátt áklæði á Classic botni.

DORMA

Láttu drauminn rætast

FRÉTTABLAÐIÐ

Við segjum fréttir Smáauglýsingasíminn og skiptiborð **512 5800**

Ritstjórn 512 5801 ritstjorn@frettabladid.is **Auglýsingadeild** 512 5401 auglysingar@frettabladid.is **Prentun** Ísafoldarprentsmiðja

ÞÚ GETUR NÁLGAST FRÍTT EINTAK AF FRÉTTABLAÐINU VÍÐSVEGAR UM LANDIÐ.

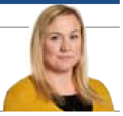
Óskir þú eftir því að fá blaðið í áskrift, hafðu samband við Póstdreifingu.

FRÉTTABLAÐIÐ mest lesna dagblað landsins.

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

BAKÞANKAR

Þorbjargar Gunnlaugsdóttur



Safnarinn

Ég fékk tölvupóst frá skóladóttur minnar um daginn. Erindið til foreldra 6 ára barna var vandræði vegna fótboltamynda og bangsa í skólastofunni og fullkomlega eðlileg ósk um að börnin skilji myndir af fótboltaköllunum eftir heima. Hugurinn flögraði strax af stað við að lesa um þetta nýmótaða safnarasamfélag í 6 ára bekk. Líf þeirra sem safnara er rétt að hefjast, hugsaði ég með mér, og mundi eftir Matchbox-bílunum sem ég safnaði einmitt 6 ára. Safn sem var nú kannski ekki síður safn pabba. Hans æskudraumur, en ágætis safn engu að síður. Mundi svo eftir því að hafa löturhægt safnað húsgögnum fyrir Lundbydúkkuhús, en verðlagning húsgagna var að teknu tilliti til stærðar í anda Epal, 5 cm langur sófi á 5.000 kr. Heimilið byggðist hægt upp.

Síðan komu glansmyndirnar, sem var fallega raðað í bók. Þær voru kannski eftir á að hyggja upptaktur fyrir glansmyndirnar á Facebook, þar sem við söfnum nú mörg minningum af því hvað kunningjar okkar borða í kvöldmat. Um tíma átti ég safn af litlum vínflöskum, miniature, sem raðað var í hillu. Safnið er fátæklegra í dag en flöskurnar stærri. Baileys lítil varð Baileys stór, enda þróast samfélag safnarans með aldrinum. Eftir hrun söfnuðum við vinkonurnar í frystinn. Í dag punktum fyrir ferðalög. Og ég á mér þann draum að safna kápum.

Servíettur, veggspjöld af átrúnaðargoðum, sápur, fingurbjargir og pennar. Þetta eru ólíkir skólar safnarasamfélagsins sem allir miða þó að því að við tileinkum okkur þolgæði og hægfara íslenska eignamyndun. Kannski mun safnarasamfélagið í 6 ára bekk seinna reyna við þrautina um hina íslensku eignamyndun. Sem stendur snýst þó heimur þeirra um fótboltamyndir og bangsa.