# FRÉTTABLAÐIÐ

210. TÖLUBLAÐ 19. ÁRGANGUR — MEST LESNA DAGBLAÐ Á ÍSLANDI* — ÞRIÐJUDAGUR 10. SEPTEMBER 2019

Leikmenn íslenska karlalandsliðsins í knattspyrnu voru einbeittir á lokaæfingunni fyrir leikinn gegn Albaníu sem fram fer í Elbasan klukkan 18.45 í kvöld að íslenskum tíma. Fyrir leikinn er Ísland í þriðja sæti riðilsins í undankeppni EM 2020 með jafnmörg stig og Frakkland og Tyrkland og leikurinn í kvöld því afar mikilvægur upp á framhaldið. MYND/HAFLIÐI BREIÐFJÖRÐ

## Slysahætta og mót afþökkuð

**ÍÞRÓTTIR** Frjálsíþróttasamband Íslands, FRÍ, hefur þurft að afþakka mótshald í Laugardalnum og nýlega hafa orðið slys í lendingu í stangarstökki vegna skorts á rými og frágangi við lendingarsvæði. Það er ekki aðeins KSÍ sem berst fyrir nýjum keppnisvelli.

Freyr Ólafsson, formaður FRÍ.

Í Laugardal er einnig að finna íþróttahöll sem stenst ekki alþjóðlega staðla og er á undanþágu og FRÍ vill fá nýjan keppnisvöll enda er frjálsíþróttaaðstaða í Laugardal óboðleg að mati Freys Ólafssonar, formanns sambandsins. „Okkar krafa er að hafa átta brauta völl í Laugardal. Ég á von á því að það sé betra fyrir báða aðila að vera með sitthvorn völlinn.“ Nánar er fjallað um aðstöðuleysið í íþróttum dagsins. – bb / sjá síðu 10

# Stóra myndin breytist ekki þrátt fyrir orkupakkann

**Framsóknarflokkurinn á undir högg að sækja samkvæmt nýrri könnun Zenter rannsókna og mælist nú með rétt rúmlega sex prósenta fylgi. Meðal annarra flokka stendur fylgið að mestu í stað. Ríkisstjórnin myndi falla yrðu þetta niðurstöður kosninga. Þing kemur saman í dag þegar kjörtímabilið er hálfnað.**

**STJÓRNMÁL** Samþykkt þriðja orkupakkans á Alþingi þann 2. september síðastliðinn virðist ekki hafa haft mikil áhrif á hið pólitíska landslag sem hefur verið að teikna sig upp síðustu mánuði.

Sjálfstæðisflokkurinn mælist stærstur og er eini flokkurinn með yfir 20 prósenta fylgi. Fimm flokkar fylgja í hnapp á eftir en Framsókn virðist eiga erfiðara uppdráttar.

Í nýrri könnun sem Zenter rannsóknir gerðu fyrir Fréttablaðið og fréttablaðið.is 5. til 9. september síðastliðinn, þremur til sjö dögum eftir að þingið samþykkti orkupakkann, kemur í ljós að aðeins kjósendur Miðflokksins, Sósíalistaflokksins og Flokks fólksins, telja orkupakkann skipta miklu máli um hvað þeir myndu kjósa.

**6,2%**

**prósenta fylgi mælist Framsóknarflokkurinn með í nýrri könnun sem gerð var fyrir Fréttablaðið**

Níu af hverjum tíu þeirra sem sögðust myndu kjósa Miðflokkinn segja orkupakkamálið í þinginu hafa haft mikil áhrif á hvaða flokk þeir myndu kjósa. Að sama skapi telja tveir af hverjum þremur fylgismanna Flokks fólksins hið sama, að atkvæðagreiðslan í þinginu hafi haft mikil áhrif á að þau velji þann flokk. Þessir flokkar eru hins vegar ekki að bæta stórkostlega við sig fylgi á milli kannana og því líklegt að málið breyti ekki landslaginu.

Framsóknarflokkurinn virðist vera að dragast aftur úr hinum flokkunum á þingi, utan Flokks fólksins sem hefur ekki mælst með þingmann í nokkuð langan tíma. Framsóknarflokkurinn mælist nú með 6,2 prósentustig og er það tveimur prósentustigum minna en í síðustu mælingu og fjórum prósentustigum minna en hann var með í síðustu kosningum þegar flokkurinn fékk 10,7 prósent atkvæða. Einnig virðist hann vera að hverfa af höfuðborgarsvæðinu, mælist þar aðeins með um tveggja prósenta fylgi þar sem flestir íbúar landsins búa.

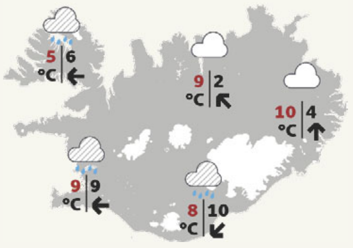
Verði niðurstöður næstu alþingiskosninga í samræmi við þessa könnun fækkar flokkum á þingi um einn og ríkisstjórnin fellur.

Því er líklegt að þingveturinn, sem hefst í dag, verði nokkuð harður og þingmenn takist mikið á um stóru málin áður en kosið verður, líklegast, vorið 2021. – sa / sjá síðu 4

Besta verðið með áskrift

Kynntu þér spennandi leikár á borgarleikhus.is

## Veður




Vaxandi austanátt í nótt, víða 8-13 á morgun, en 13-18 við suðurströndina fram yfir hádegi. Rigning á sunnanverðu landinu og einnig norðan heiða síðdegis. Hiti 8 til 14 stig, mildast S-lands. SJÁ SÍÐU 14

# Þingsetning undirbúin

Stóll forseta Íslands er kominn á sinn stað og allt tilbúið fyrir þingsetningu sem fer fram klukkan 14.30 í dag. Eftir guðsþjónustu í Dómkirkjunni setur Guðni Th. Jóhannesson 150. löggjafarþingið. Stefnuræða forsætisráðherra og umræður um hana fara fram annað kvöld. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON

Lögreglumaðurinn er ákærður fyrir að valda líkamstjóni af gáleysi.

# Neitar sök um brot í starfi

**DÓMSMÁL** Aðalmeðferð hófst í Héraðsdómi Reykjavíkur í gær í máli lögreglumanns sem ákærður er fyrir brot í starfi og líkamsmeiðingar af gáleysi en hann ók þrívegis aftan á jeppa sem tveir lögreglubílar veittu eftirför á Suðurlandi í fyrra. Atvikið varð þegar tveir lögreglubílar veittu ölvuðum ökumanni eftirför en þeir voru á leið í útkall á heimili mannsins þar sem óskað hafði verið eftir aðstoð lögreglu vegna heimilisofbeldis. Í tilkynningunni kom fram að maður gengi berserksgang á tveggja tonna gröfu fyrir utan húsið. Hann hélt á brott í jeppa og hófst eftirförin þegar lögreglan mætti honum á Þjórsárvegi. Meðan á eftirförinni stóð hélt maðurinn sig mest á miðlínu vegsins en sveigði í veg fyrir lögreglu í hvert sinn er hún hugðist komast fram fyrir bílinn. Þvingaði maðurinn annan lögreglubílinn út af veginum eitt sinn.

Á upptöku sem sýnd var í dómsal sést hvar annar lögreglubílanna ók þrívegis á vinstra horn jeppans í þeim tilgangi að stöðva för bílsins með þeim afleiðingum að ökumaðurinn missti stjórn á bifreiðinni sem valt tvær veltur. Hlaut ökumaðurinn brot á sjöunda hálslið og lamaðist tímabundið.

Lögreglumaðurinn neitar sök og segist hafa brugðist rétt við aðstæðum. Meðferð málsins fyrir dómi verður framhaldið síðar í mánuðinum. – **aá**

# Áfengi mælist dýrast á Íslandi

**NEYTENDUR** Í nýrri rannsókn Eurostat á áfengisverði í Evrópu kemur í ljós að Ísland er dýrasti staðurinn. Rannsóknin nær bæði til Evrópusambandsins og EFTA-landanna. Er áfengisverð á Íslandi meira en tvöfalt meðalverð í Evrópu. Meðaltalið er reiknað sem 100 prósent en verðið á Íslandi er 267,6.

Eina landið sem kemst nálægt Íslandi er Noregur, þar sem hlutfallið er 252,2. Líkt og í Noregi eru skattar á áfengi háir á Íslandi. Vel yfir helmingur á bjór og léttvíni og enn hærri á sterku víni. Samkvæmt nýju fjárlagafrumvarpi munu áfengisskattar hækkar um 2,5 prósent um áramót.

Til samanburðar má nefna að áfengisverð í Svíþjóð er 152 prósent af meðaltali, í Danmörku 124, í Bretlandi 129, Þýskalandi 88,5 og Spáni 84. Ódýrast er áfengi í Norður-Makedóníu og Bosníu, eða um 72 prósent. - **khg**

# Íslendingar bláeygðir þegar kemur að vændi

**Sex nemar í Háskólanum í Reykjavík unnu verkefnið „Vopn gegn vændi“ til að fræða starfsfólk gististaða um einkenni starfseminnar. Byggist á sænskri fyrirmynd. Að þeirra mati eru Íslendingar oft bláeygðir gagnvart vændi.**

**SAMFÉLAG** Framboð vændis hefur aukist mikið á Íslandi undanfarin ár. Lögreglan á höfuðborgarsvæðinu telur að hverju sinni séu um sextíu einstaklingar að selja sig en mikill meirihluti þeirra eru erlendir einstaklingar sem stoppa stutt við hér á landi. Til þess að sporna við þessu nöturlega samfélagsvandamáli hafa lögregluyfirvöld, Reykjavíkurborg og Samtök ferðaþjónustunnar ýtt úr vör verkefninu „Vopn gegn vændi“ með það fyrir augum að aðstoða hótel og gististaði við að berjast gegn þessum vágesti.

Meðal þeirra sem unnið hafa að verkefninu eru sex nemendur í meistaranámi í verkefnastjórnun í Háskólanum í Reykjavík (MPM), þær Stella Sif Jónsdóttir, Ísól Fanney Ómarsdóttir, Þórgunnur Jóhannsdóttir, Ágústa Ýr Sveinsdóttir, Ingunn Þorvarðardóttir og Bryndís Ósk Björnsdóttir.

Aðkoma hópsins að verkefninu hófst þegar sexmenningarnir sátu námskeiðið „Raunhæft verkefni“ sem er hluti af þeirra námi í HR en í því námskeiði vinna nemendur í hópum verkefni að eigin vali, eina krafan er að í því felist samfélagsleg skírskotun á einhvern hátt. Ein úr hópnum las umfjöllun í fjölmiðlum varðandi vinnustofu sem Ofbeldisvarnarnefnd Reykjavíkurborgar stóð fyrir í október 2018 en þar kynnti sænska baráttukonan Malin Roux leiðir sem sænsku samtökin, Real Stars, hafa farið í baráttunni gegn vændi og mansali og samstarfi samtakanna við hótel og aðra gististaði. Umfjöllunin vakti áhuga og ákveðið var að kanna möguleikann á því að koma að þessari vinnu. „Við settum okkur í samband við starfsmann Ofbeldisvarnarnefndar Reykjavíkurborgar og þar með fór boltinn að rúlla,“ segir Bryndís Ósk.

Þórgunnur Jóhannsdóttir, Bryndís Ósk Björnsdóttir, Ágústa Ýr Sveinsdóttir, Ísól Fanney Ómarsdóttir, Ingunn Þorvarðardóttir, Stella Sif Jónsdóttir.

Hópurinn vann verkefnið í nánu samstarfi við lögregluna á höfuðborgarsvæðinu sem opnaði augu þeirra fyrir umfangi vandamálsins. Bryndís Ósk segir að vinnan við verkefnið hafi tekið á. „Manni leið ekki vel í sálinni að vinna þetta verkefni. Aðstæður þeirra sem neyðast og/eða eru neyddir til þess að selja líkama sinn eru þyngri en tárum taki.“

Framlag hópsins til þessa mikilvæga verkefnisins er fræðsluefni sem ber heitið „Vopn gegn vændi“ fyrir stjórnendur og starfsfólk gististaða þar sem þeim í framlínunni er kennt að bera kennsl á ýmis einkenni vændissölu. Bryndís Ósk telur að mikil þörf sé á slíkri fræðslu.

„Markmiðið er að auka líkur á því að starfsfólk innan hótela og gististaða þekki einkenni vændis og mansals og komi því frekar auga á slíkt, ásamt því að þekkja þá ferla sem æskilegt er að fara eftir samkvæmt lögreglu. Þrátt fyrir fréttir um aukna vændissölu á Íslandi þá tel ég að við Íslendingar séum afar bláeygðir gagnvart slíkri starfsemi og kveikjum ekki endilega á perunni þó svo að slíkt sé í gangi í okkar nærumhverfi,“ segir Bryndís Ósk. Hægt er að nálgast efnið hjá Samtökum ferðaþjónustunnar.

bjornth@frettabladid.is

Opið virka daga frá 9 til 18
laugardaga lokað
Ármúla 31 - Sími 588 7332

i-t.is

INNRÉTTINGAR & TÆKI
- fyrir þitt heimili

# Framsókn er komin í erfiða stöðu

**Ríkisstjórn Sjálfstæðisflokks, Framsóknarflokks og Vinstri grænna er langt frá því að halda meirihluta sínum ef marka má skoðanakannanir. Framsóknarflokkurinn mælist með um sex prósenta fylgi og er langt frá kjörfylgi sínu.**

Umræðan um orkupakkann virðist ekki hafa áhrif á stóru myndina í íslenskum stjórnmálum. Viðreisn, Píratar og Samfylking hafa unnið með ágætum saman í stjórnarandstöðu og er líklegt að þessir flokkar reyni stjórnarsamstarf með öðrum flokkum eftir næstu kosningar. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

**STJÓRNMÁL** Sjálfstæðisflokkurinn mælist enn stærstur með rúmlega tuttugu prósenta fylgi og fimm flokkar koma svo í hnapp með um tíu til fimmtán prósenta fylgi. Athygli vekur að Framsóknarflokkurinn dregst aftur úr hinum flokkunum og mælist nú rétt ofan við fimm prósenta markið.

Níu af hverjum tíu þeirra sem sögðust myndu kjósa Miðflokkinn segja orkupakkamálið í þinginu hafa haft mikil áhrif á sig. Tveir af hverjum þremur fylgismönnum Flokks fólksins segja hið sama, að atkvæðagreiðslan í þinginu hafi haft mikil áhrif á að þau velji þann flokk. Því má segja að stuðningsmenn þessara flokka séu mun meira að velta fyrir sér orkupakkanum en aðrir kjósendur. Þetta mál virðist ekki hafa nein stór áhrif á aðra flokka.

Framsóknarflokkurinn virðist ekki vera að ná vopnum sínum eftir nokkuð erfiða tíma þegar flokkurinn klofnaði og Miðflokkurinn varð til. Framsókn mælist nú með 6,2 prósent fylgi og hefur ekki mælst svo lítill á landsvísu. Í síðustu könnun mældist flokkurinn með rúmlega átta prósenta fylgi og tapar því tveimur prósentum. Til samanburðar fékk Framsóknarflokkurinn fylgi 10,7 prósenta landsmanna í síðustu alþingiskosningum.

Sjálfstæðisflokkurinn mælist með 21,5 prósenta fylgi. Hefur hann nú mælst milli 22,5 og 20,5 í þremur könnunum í sumar. Aftur á móti fékk hann 25,3 prósenta fylgi í kosningunum árið 2017.

Samfylkingin mælist með um 14 prósenta fylgi og hefur það lítið hreyfst í síðustu þremur mælingum. Flokkurinn fékk 12 prósent í síðustu kosningum.

Raunar má segja um Samfylkingu, Vinstri græn, Miðflokk, Viðreisn og Pírata að flokkarnir raði sér í einn hnapp. Vikmörk flokkanna gefa til kynna að ekki sé marktækur munur á milli allra þessara fimm flokka. Viðreisn er sá flokkur sem hefur stækkað hvað mest. Nú mælist hann með 12,3 prósent fylgi og hefur tvöfaldað fylgi sitt á tveimur árum. Í síðustu kosningum fékk flokkurinn 6,7 prósent.

„Þessi mynd hefur verið að birtast upp á síðkastið þar sem fylgið dreifist mjög jafnt milli margra flokka. Nú er þing að hefjast og við munum halda áfram þeim málflutningi uppi sem við höfum verið kosin til,“ segir Logi Einarsson, formaður Samfylkingarinnar. „Það verður áhugavert að sjá hvernig þetta þing þróast þar sem við erum hálfnuð með kjörtímabilið. Því er ekki ólíklegt að flokkar horfi í kringum sig og máti hugmyndir sínar hver að öðrum.“

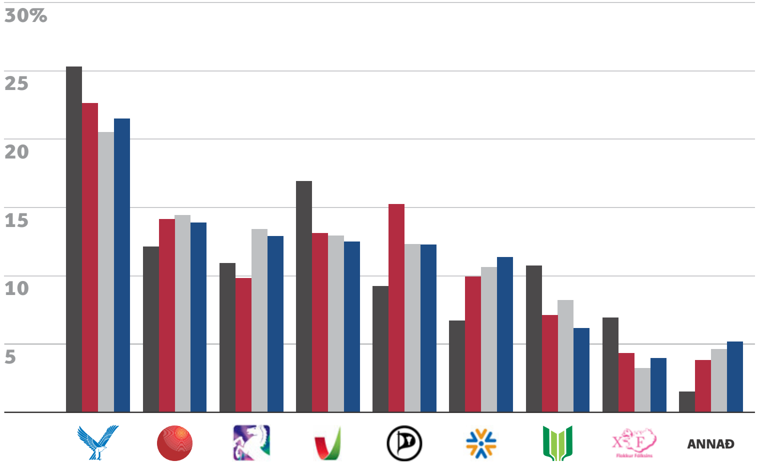
Ef fylgið á höfuðborgarsvæðinu er skoðað, þar sem búa um tveir af hverjum þremur íbúum landsins, kemur í ljós að Framsóknarflokkurinn á virkilega undir högg að sækja. Hann mælist nú með 2,2 prósenta fylgi á svæðinu og mælast til að mynda Flokkur fólksins og Sósíalistaflokkurinn með meira fylgi þar.

Einnig breytist fylgi Miðflokksins gríðarlega þegar aldur er skoðaður. Í hópnum 65 ára og eldri mælist Miðflokkurinn með 22 prósenta fylgi. Hins vegar mælist flokkurinn aðeins með 1,3 prósenta fylgi í yngsta aldurshópnum, átján til 24 ára.

Sigurður Ingi Jóhannsson, formaður Framsóknarflokksins, gaf ekki kost á viðtali í gær þegar eftir því var leitað.

sveinn@frettabladid.is

### Hvaða lista myndir þú kjósa ef kosið yrði nú?




| | 2017 | 27. jún | 26. júl | 26. sept |
|---|---|---|---|---|
| Sjálfstæðisflokkur | 25,3% | 22,6% | 20,5% | 21,5% |
| Samfylkingin | 12,1% | 14,1% | 14,4% | 13,9% |
| Miðflokkurinn | 10,9% | 9,8% | 13,4% | 12,9% |
| Vinstri græn | 16,9% | 13,1% | 12,9% | 12,5% |
| Píratar | 9,2% | 15,2% | 12,3% | 12,3% |
| Viðreisn | 6,7% | 9,9% | 10,6% | 11,4% |
| Framsóknarflokkur | 10,7% | 7,1% | 8,2% | 6,2% |
| Flokkur fólksins | 6,9% | 4,3% | 3,2% | 4,0% |
| Aðrir | 1,5% | 3,8% | 4,6% | 5,2% |

### Um könnunina:

Könnunin var gerð 5. - 9. september. Send var könnun á könnunarhóp Zenter rannsókna, 18 ára og eldri á Íslandi. Gögnin voru vigtuð eftir kyni, aldri og búsetu. Úrtaksstærð var 2.100 og var svarhlutfall könnunarinnar 52 prósent. Lagðar voru allt að tvær spurningar fyrir svarendur um stuðning þeirra við stjórnmálaflokka. Allir voru spurðir hvaða lista þeir myndu kjósa ef gengið yrði til þingkosninga í dag. Þeir sem svöruðu „Veit ekki,“ við þeirri spurningu voru næst spurðir hvaða flokk þeir væru líklegastir til að kjósa.

# Stefnir í mikla baráttu um embætti ritara hjá Sjálfstæðisflokknum

**STJÓRNMÁL** Jón Gunnarsson þingmaður og Áslaug Hulda Jónsdóttir, forseti bæjarstjórnar í Garðabæ, hafa þegar kynnt um framboð sitt til ritara Sjálfstæðisflokksins. Vala Pálsdóttir, formaður Landssambands Sjálfstæðiskvenna, kannar nú landið meðal flokksmanna og íhugar alvarlega að bjóða sig fram. Eyþór Arnalds, oddviti Sjálfstæðismanna í borginni, íhugar einnig að bjóða sig fram, samkvæmt öruggum heimildum blaðsins.

**»» Kosið verður um nýjan ritara á flokksráðsfundi sem haldinn verður næstu helgi**

Staða ritara í forystusveit Sjálfstæðisflokksins er laus eftir að Áslaug Arna Sigurbjörnsdóttir tók við embætti dómsmálaráðherra en samkvæmt reglum flokksins getur ritari ekki setið sem ráðherra.

Verður því kosið um nýjan ritara á flokksráðsfundi Sjálfstæðisflokksins sem hefur verið boðaður þann 14. september næstkomandi. – ósk

NISSAN

Innovation that excites

NISSAN INTELLIGENT MOBILITY

# TREYSTU Á REYNSLUNA

## VELDU MEST KEYPTU RAFBÍLA Í HEIMI

ENNEMM / SÍA / NM95592

**NISSAN e-NV200 – 100% RAFBÍLL**
Drægi 200 km. Rafhlaða 40 kWh, 109 hestöfl
**VERÐ FRÁ: 4.790.000 KR.**

**NISSAN LEAF – 100% RAFBÍLL**
Drægi 270 km. Rafhlaða 40 kWh, 150 hestöfl
**VERÐ FRÁ: 4.390.000 KR.**

**Nissan hefur verið leiðandi í framleiðslu rafbíla síðan árið 2010 þegar Nissan Leaf var kynntur til sögunnar. Enginn rafbíll hefur unnið til jafn margra umhverfisverðlauna og enginn framleiðandi hefur selt jafn marga rafbíla og Nissan.**

**Nissan Leaf** er ekki einungis valinn vegna reynslunnar heldur þeirrar staðreyndar að hann er einn skemmtilegasti rafbíll sem í boði er. Nissan Leaf er hlaðinn staðalbúnaði og nýjungum á borð við e-Pedal sem er sjálfvirk hemlun sem endurnýtir orku og auðveldar akstur í þéttbýli.

**Nissan e-NV200** er sendibíll sem byggir á þaulreyndri rafbílatækni Nissan Leaf. Fyrir fyrirtæki sem ætla að skipta yfir í rafbíl er gott að vita að e-NV200 hefur þegar verið valinn í þjónustu margra af stærstu og öflugustu fyrirtækjum landsins.

**3,95%**
**KJARAVEXTIR**

- **Fastir vextir**
- **Engin verðtrygging**
- **Ekkert lántökugjald**
- **Lægri mánaðargreiðsla**
- **Miklu lægri kostnaður**

Hagstæð leið til að fjármagna bílakaupin. Kynntu þér **3,95% Kjaravexti** hjá sölumönnum BL eða á www.bl.is

5 ÁRA ÁBYRGÐ 120.000 KM

**PRÓFAÐU FYRST RAFBÍLANA SEM FLESTIR VELJA**
**VERIÐ VELKOMIN Í REYNSLUAKSTUR**

* Drægi hverrar hleðslu miðast við uppgefnar tölur framleiðanda um drægi samkvæmt nýjum WLTP staðli.

**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

# Kópavogsbær birti í síðustu viku fundargerð inn í framtíðina

**KÓPAVOGUR** Föstudaginn 6. september var fundargerð um bæjarstjórnarfund Kópavogs þann 10. september birt á vefsíðu sveitarfélagsins.

Kom þar meðal annars fram hverjir hefðu mætt á fundinn, að allir ellefu fulltrúarnir hefðu samþykkt ákveðnar tillögur, hvenær fundinum var slitið og svo framvegis.

„Ég hef aldrei séð svona lagað gert áður. Þetta hljóta að vera mistök en það er eins og sé búið að skrifa fundargerðina og ákveða hvernig fólk greiðir atkvæði. Það skiptir greinilega engu máli að halda fundinn,“ segir Theódóra Þorsteinsdóttir, oddviti sameiginlegs lista Bjartrar framtíðar og Viðreisnar. En hún situr í minnihluta bæjarstjórnar. „Ég gerði verulegar athugasemdir við þetta og fékk þau svör frá bæjarstjóra að þetta væru mistök,“ segir hún.

Fundargerðin hefur nú verið fjarlægð af vefsíðu Kópavogs. En á umræddum fundi á að taka fyrir fjármál Sorpu, sem hafa verið mikið til umræðu á höfuðborgarsvæðinu.

**Almennt séð er umræðan mjög lítil í bæjarstjórn**

Theódóra Þorsteinsdóttir oddviti BF/Viðreisnar

„Við í BF/Viðreisn erum mjög gagnrýnin á þá leyndarhyggju sem hefur ríkt á meintum mistökum í áætlunum fyrir gas- og jarðgerðarstöðina,“ segir Theódóra. „Almennt séð er umræðan mjög lítil í bæjarstjórn en ég vona að meirihlutinn taki við sér og ræði málið ítarlega, sér í lagi þar sem Birkir Jón Jónsson er bæði formaður bæjarráðs og formaður stjórnar Sorpu.“

Sigríður Björg Tómasdóttir, almannatengill Kópavogsbæjar, segir að um mannleg mistök hafi verið að ræða.

„Forskrifuð fundargerð fór á netið fyrir mistök. Þessi forskrift auðveldar okkur vinnuna því bæjarstjórn hefur það hlutverk að staðfesta afgreiðslu ráða, sem er gert í yfir 90 prósent tilvika.“ Sigríður segir fundargerðunum breytt ef eitthvað annað gerist á fundinum, svo sem ekki allir kjósi með tillögu eða að fulltrúar komi með bókun.“ – **khg**

# Ógnin er farin að raungerast

**Sífellt verður algengara að íslensk fyrirtæki verði fyrir barðinu á þaulskipulögðum tilraunum til fjársvika. Mikið áfall fyrir starfsmenn sem láta glepjast segir lögfræðingur hjá Félagi atvinnurekenda.**

**Ógnin um netglæpi hefur lengi verið yfirvofandi en núna er hún farin að raungerast.** NORDICPHOTOS/GETTY

**LÖGREGLUMÁL** Árásin sem HS Orka varð fyrir á dögunum og Fréttablaðið greindi frá á mánudagsforsíðu sinni er ekkert einsdæmi í íslensku viðskiptalífi. Raunveruleikinn er sá að um viðvarandi ógn er að ræða fyrir íslensk fyrirtæki og starfsmenn þeirra. Forsvarsmenn HS Orku hafa ekki viljað staðfesta hver upphæðin var sem þjófarnir komust undan með en heimildir Fréttablaðsins herma að upphæðin hafi numið á fjórða hundrað milljóna króna.

„Þetta er gríðarlega viðkvæmt mál fyrir fyrirtæki og ekki síður starfsfólk. Fyrirtækin óttast að orðspor þeirra beri hnekki ef í ljós kemur að þau hafi fallið í slíka gildru. Þá getur maður rétt ímyndað sér hvernig það er fyrir starfsmenn sem láta glepjast af slíkum svikum að mæta til vinnu og horfast í augu við vinnuveitendur sína,“ segir Guðný Hjaltadóttir, lögfræðingur hjá Félagi atvinnurekenda (FA).

Í vor héldu samtökin morgunverðarfund með yfirskriftinni: „Hvernig geta fyrirtæki varist netglæpum?“ Í ljósi tíðindanna af HS Orku er ljóst að tilefni slíks fundar var ærið.

„Okkar tilfinning er að tíðni slíkra svikatilrauna færist sífellt í vöxt og margir aðilar sem hafa fallið í gryfjuna. Þetta eru ekki bara fyrirtæki heldur einnig stofnanir, samtök og íþróttafélög,“ segir Guðný.

Hún segist hafa heyrt af nokkrum mismunandi birtingarmyndum slíkra glæpa. „Ég veit um dæmi hjá íslensku fyrirtæki þar sem tölvuþrjótar komust inn í fyrri samskiptasögu við birgi. Síðan kom beiðni um að greiða umsamda upphæð inn á nýjan reikning og það var gert í góðri trú. Síðar kom þjófnaðurinn í ljós og það skapaði einnig alls konar vandamál í samskiptum við birginn sem fyrirtækið taldi sig hafa gert upp við,“ segir Guðný. Önnur tegund eru síðan greiðslufyrirmæli sem berast í tölvupósti frá þekktum aðila og fagmannlega unninn reikningur með, sem virðist algjörlega ósvikinn, En þegar betur er að gáð er búið að breyta einum staf í netfangi viðkomandi og því ekki allt sem sýnist.

Guðný segir að lausnin fyrir fyrirtæki sé að yfirfæra verkferla sína vandlega við útgreiðslu fjármuna.

**Okkar tilfinning er að tíðni slíkra svikatilrauna færist sífellt í vöxt og margir aðilar sem hafa fallið í gryfjuna.**

Guðný Hjaltadóttir, lögfræðingur hjá FA

„Mörg af þessum dæmum sem við hjá FA höfum heyrt af hefði verið hægt að koma í veg fyrir með skýrum verkferlum. Til dæmis að taka upp símann og hringja í viðskiptaaðilann til þess að staðfesta breytingar á reikningi,“ segir Guðný.

Undir þessi varnaðarorð tekur Kristján Hákonarson, öryggisstjóri hjá Advania.

„Þessi ógn hefur lengi verið yfirvofandi en núna eru árásir að raungerast. Við Íslendingar erum oft á tíðum bláeygðir þegar kemur að slíkum glæpum. En við finnum vel að það er mikil vakning hjá fyrirtækjum að hafa tæknimálin í lagi,“ segir Kristján.

Hann segir að árásir sem þessar séu ótrúlega vel skipulagðar. „Það virðist vera setið um stjórnendur fyrirtækja og reynt að lokka þá inn á síður þar sem þeir þurfa að skrá sig inn með notendanafni og lykilorði, til dæmis vinsælar póstþjónustur á netinu. Vefsíðan virðist í lagi en er í raun skálkaskjól þrjótanna. Ef starfsmaðurinn gengur í gildruna eru þeir komnir inn í tölvupóstinn þar sem þeir fylgjast með samskiptum og bíða færis. Þetta er erfitt viðureignar en lausnin felst meðal annars í því að tryggja reglulegar uppfærslur og virkar vírusvarnir. En fyrst og fremst með svokallaðri tvöfaldri auðkenningu á þjónustum á netinu og gæta þess að verkferlar séu í lagi,“ segir Kristján.

**Þetta er erfitt viðureignar en lausnin felst meðal annars í því að tryggja reglulegar uppfærslur og virkar vírusvarnir.**

Kristján Hákonarson, öryggisstjóri hjá Advania

**bjornth@frettabladid.is**

# Þingi frestað og þingforseti segir af sér

**BRETLAND** Í gærkvöldi var þess beðið að breska þinginu yrði formlega frestað í fimm vikur en þingmenn stjórnarandstöðunnar höfðu þá staðfest að þeir myndu ekki styðja tillögu Boris Johnson forsætisráðherra um kosningar 15. október næstkomandi. Er nú gert ráð fyrir að þing komi saman að nýju 14. október.

Johnson hefur sagst ekki ætla að sækja um útgöngufrest til Brussel þrátt fyrir að lagasetning þess efnis hafi verið samþykkt í síðustu viku. Um helgina var rætt um að ef Johnson fylgdi ekki lögunum gæti hann átt yfir höfði sér fangelsisdóm.

Þingmenn samþykktu í gær, með 311 atkvæðum gegn 302, tillögu um að stjórnvöld opinberuðu öll skjöl og samskipti sem tengist áætlunum stjórnvalda um útgöngu án samnings. Það var Dominic Grieve sem lagði tillöguna fram en hann er óháður þingmaður eftir að hafa í síðustu viku verið ásamt 20 öðrum þingmönnum rekinn úr þingflokki Íhaldsflokksins.

Í gær tilkynnti John Bercow þingforseti að hann hygðist segja af sér þann 31. október eða við þingkosningar, yrðu þær haldnar fyrr. Hefur hann gegnt stöðunni frá 2009. – **khg**

**Conte myndaði breiða stjórn með vinstri mönnum.** NORDICPHOTOS/AFP.

# Vill koma á ró í ítölskum stjórnmálum

**ÍTALÍA** Giuseppe Conte, forsætisráðherra Ítalíu, segist vona að breið stjórn Fimmstjörnu hreyfingarinnar og Lýðræðisflokksins komi á ró í þjóðfélaginu. Hin nýja ríkisstjórn nær frá hægri til vinstri og er mun jákvæðari í garð Evrópusambandsins en fráfarandi stjórn hreyfingarinnar og Norðurbandalags Matteo Salvini.

Þegar Conte hélt stefnuræðu sína í þinginu kölluðu þingmenn Norðurbandalagsins fram í og heimtuðu kosningar. Hin nýja stjórn þarf að vera samþykkt af báðum deildum þingsins og lýkur atkvæðagreiðslu þingmanna á þriðjudag.

Hin nýja ríkisstjórn mun vinda ofan af ýmsum aðgerðum fyrri stjórnar, þar á meðal hinni hörðu innflytjendastefnu sem Norðurbandalagið kom í gegn. „Við megum ekki eyða næstu mánuðum í deilur og árekstra,“ sagði Conte. Salvini hlustar ekki á það og hefur skipulagt mótmæli í október. –**khg**

# Lausnir á vanda og óvissu Landsréttar eru í skoðun

**DÓMSMÁL** Óvissa ríkir enn um stöðu fjögurra dómara við Landsrétt vegna dóms Mannréttindadómstóls Evrópu í Landsréttarmálinu en yfirdeild dómsins mun taka málið til endurskoðunar samkvæmt ákvörðun sem tekin var í Strassborg í gær.

„Dómstólasýslan hefur nú til skoðunar hvernig bregðast megi við áframaldandi óvissu og mun koma sínum tillögum til ráðuneytisins á næstunni,“ segir Benedikt Bogason, formaður stjórnar dómstólasýslunnar.

Hann vildi ekki tjá sig um málið að öðru leyti. Þegar dómur MDE féll í mars kallaði dómstólasýslan eftir tímabundinni fjölgun dómara við réttinn.

Dráttur á meðferð mála við Landsrétt er þegar farinn að gera vart við sig og hafa bæði dómstólasýslan og lögmannafélagið lýst yfir áhyggjum af stöðunni.

Fjórir landsréttardómarar, hafa ekki tekið þátt í dómstörfum frá því MDE komst að þeirri niðurstöðu með dómi að þeir hefðu ekki verið skipaðir í samræmi við lög og þar af leiðandi væru skilyrði réttlátrar málsmeðferðar fyrir dómi ekki uppfyllt þegar þeir sætu í dómi.

„Það er praktískt úrlausnarefni hvernig best má tryggja starfsemi Landsréttar og ég hef nú þegar óskað eftir nýjum og ítarlegri upplýsingum um fjölda mála og stöðu þeirra við réttinn, segir Áslaug Arna Sigurbjörnsdóttir, nýskipaður dómsmálaráðherra. – **aá**

Dásamleg litadýrð myndaðist við sólarupprás í New York á sunnudaginn. Myndin er tekin í New Jersey með útsýni yfir frelsisstyttuna og Brooklyn hverfið. NORDICPHOTOS/GETTY

Söngkonan, lagahöfundurinn, rapparinn og leikkonan Lizzo söng af mikilli innlifun á tónleikastaðnum The Fillmore í New Orleans á sunnudaginn. Lizzo hefur skotist hratt upp á stjörnuhimininn og hlotið mikið lof fyrir bæði tónlist sína og skemmtilega sviðsframkomu. NORDICPHOTOS/GETTY

Í New York um helgina var 3.758 bakpokum raðað upp svo að þeir líktust legsteinum í kirkjugarði. Bakpokarnir eru tákn um þau börn sem létu lífið á átakasvæðum árið 2018 og var uppátækið leið Unicef til þess að vekja heiminn til umhugsunar um börn á átakasvæðum. NORDICPHOTOS/GETTY

Risa flugdreki í líki hvals gnæfði yfir gestum á Hátíð vindsins í Sydney í Ástralíu á sunnudaginn. Hátíðin er stærsta flugdreka hátíð heims og þar má sjá flugdreka af öllum stærðum og gerðum. NORDICPHOTOS/GETTY

Þessir drengir fylgdust spenntir með ljónshvolpum í dýragarðinum í Rafha á Gaza-svæðinu í gær. NORDICPHOTOS/AFP

BERNHARD

**Bernhard - Honda á Íslandi**
Vatnagörðum 24
104 Reykjavík
Sími 520 1100
www.honda.is

Umboðsaðilar:

Bílver
Innesvegi 1
Akranesi
Sími 431 1985

Höldur
Þórsstíg 2
Akureyri
Sími 461 6020

Bragginn
Flötum 20
Vestmannaeyjum
Sími 481 1535

HONDA

# Áunnið traust

Sighvatur Arnmundsson
sighvatur@frettabladid.is

Illa hefur gengið að endurheimta traust á stjórnmálum og Alþingi á þeim tæpu ellefu árum sem liðin eru frá hruninu. Þetta ætti að vera alþingismönnum ofarlega í huga í dag þegar þeir koma til setningar 150. löggjafarþingsins.

Samkvæmt könnun Gallup sem gerð var í febrúar síðastliðnum bera aðeins rúm 18 prósent mikið traust til Alþingis. Á árunum fyrir hrun var traustið yfirleitt í kringum 40 prósent en féll að vísu niður í 29 prósent árið 2007. Svo virtist sem hlutirnir væru á réttri leið og var traustið komið á sama stað og 2007 í mælingu síðasta árs. Klaustursmálið og eftirmálar þess gerðu hins vegar út um þær vonir að hlutirnir væru að þróast í rétta átt.

Því þingi sem lauk formlega í byrjun síðustu viku verður minnst fyrir umræður um þriðja orkupakkann. Alls var rætt um málið í þingsal í rúmar 147 klukkustundir, en það eru tæp 17 prósent alls ræðutíma þingsins, og ekkert mál í allri þingsögunni hefur verið rætt lengur. Ekki skal gert lítið úr mikilvægi málsins en það er samt í engu samræmi við allan þann tíma sem fór í umræðurnar. Staðan var þannig um tíma að Alþingi var í raun óstarfhæft og lét þingforseti meðal annars þau orð falla að völdum hafi verið rænt af Miðflokksmönnum.

Ef takast á að endurvekja traust almennings á Alþingi sem stofnun væri ekki úr vegi að dusta rykið af rúmlega sex ára gamalli skýrslu sem þingið lét Félagsvísindastofnun gera. Þar var rýnt í ástæður lítils trausts til Alþingis. Helstu niðurstöðurnar fyrir vantraustinu reyndust vera samskiptamáti og framkoma þingmanna, vinnulag á þingi og ómálefnaleg umræða. Þessu er öllu hægt að breyta ef vilji er fyrir hendi en því miður hefur lítið áunnist á þeim árum sem liðin eru. Málþóf eru enn alltof tíð, virðing fyrir pólitískum andstæðingum er oft á tíðum lítil sem engin og það heyrir til algerra undantekninga að þingmenn taki ábyrgð á mistökum sínum eða viðurkenni þau. Þá þarf orðræðan, sem einkennist oft af miklum gífuryrðum, að breytast.

> **Það er hættulegt til lengri tíma í lýðræðisríki að almenningur treysti ekki grunnstofnunum lýðræðisins.**

Það er hættulegt til lengri tíma í lýðræðisríki að almenningur treysti ekki grunnstofnunum lýðræðisins. Alþingi fer ekki bara með löggjafar- og fjárveitingarvaldið heldur gegnir einnig mikilvægu eftirlitshlutverki gagnvart framkvæmdarvaldinu. Á Íslandi hefur verið þingræði frá árinu 1904 en það grundvallast á þeirri reglu að ríkisstjórn sitji í skjóli meirihluta þings. Veruleikinn er hins vegar sá að þingið stendur veikt gagnvart þeirri ríkisstjórn sem situr á hverjum tíma. Það er þess vegna jákvætt skref að í fjárlagafrumvarpinu sé gert ráð fyrir bættri aðstoð við þingmenn og þingflokka sem og eflingu sérfræðiaðstoðar við þingnefndir.

Þingmenn vita það jafn vel og aðrir að traust er áunnið. Traust á Alþingi verður ekki aukið á einum degi heldur þurfa þingmenn að sýna vilja í verki til lengri tíma. Einhvers staðar þarf að hefja þá vegferð. Dagurinn í dag er tilvalinn til þess.

## Halldór

## Frá degi til dags

**Gúndi á Bessastaði?**

**Forsetakosningar fara fram á næsta ári og erfitt er að sjá að nokkur eigi möguleika á að velta Guðna Th. Jóhannessyni úr sessi. Um áratuga skeið þótti það ekki við hæfi að bjóða sig fram gegn sitjandi forseta en breyting hefur orðið á. Á föstudag skoraði varaformaður Íslensku þjóðfylkingarinnar á Guðmund Franklín Jónsson, hótelstjóra í Danmörku og sérlegan utanríkismála gúru Útvarps Sögu, til að bjóða sig fram. Í kjölfarið stofnaði Guðmundur „læk-síðu" á Facebook sem vekur grunsemdir um að kallinu verði svarað enda áður sýnt embættinu áhuga.**

**Píratar í fortíðinni**

**Píratar eru flokkur sem státar sig af þekkingu á gangverki internetsins. Ungt fólk sem lifir og þrífst í hinum stafræna heimi. En þegar heimasíða flokksins er skoðuð mætti halda að maður hefði óvart rambað inn á vefsafn Háskóla Íslands. Þar er allt að finna um frambjóðendur og stefnumálin frá árinu 2017. Fyrir áhugamenn um stjórnmálasögu er þetta prýðileg upprifjun um löngu horfna þingmenn eins og Einar Brynjólfsson og Evu Pandóru Baldursdóttur. Einnig er skemmtilegt að rifja upp tveggja ára gömul skuggafjárlög. En fyrir tölvunördaflokkinn sjálfan er þetta í besta falli pínlegt.** kristinnhaukur@frettabladid.is

# Upphaf að vegferð

Hilmar Veigar Pétursson
forstjóri CCP

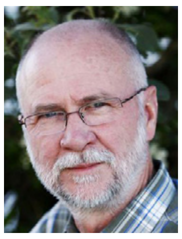
Guðbjörg Heiða Guðmundsdóttir
framkvæmdastjóri Marels á Íslandi

Ein áskorun hátækni- og hugverkafyrirtækja er að sækja hæfileikaríkt fólk með sérfræðiþekkingu á fjölbreyttum sviðum, og íslensk fyrirtæki eru þar ekki undanskilin. Það er ekki að ástæðulausu að fyrirtæki af ýmsum stærðum og í fjölbreyttum atvinnugreinum eigi rætur sínar að rekja til Íslands og að ný spretti upp hér á landi. En til þess að bæði sprotar og stærri fyrirtæki haldi áfram að vaxa og dafna, er öflugt hugvit og ríkur mannauður nauðsynlegt. Að sama skapi er fjölbreytileiki einstakur styrkleiki fyrir fyrirtæki, ekki síst þeirra sem hugsa stórt – hvort sem það er í markaðssókn eða uppfinningum. Samhliða því að efla enn frekar þekkingu og færni ungs fólks og þeirra sem eru nú þegar á atvinnumarkaði hér á landi, getur aðgangur að alþjóðlegum mannauðsmarkaði verið stökkbretti fyrir íslensk fyrirtæki að frekari vexti og verðmætasköpun.

Forsenda þess að laða að hæfileikaríka einstaklinga er að þessi markaður sjái Ísland sem ákjósanlegan stað til búsetu og vinnu. Nýr vefur, Work in Iceland, heildstæð upplýsingagátt á ensku er framfaraskref á þeirri vegferð að efla samkeppnishæfni hátækni- og hugverkaiðnaðar hér á landi. Á vefnum er hægt að nálgast allar upplýsingar um það ferli að flytja til Íslands vegna vinnu auk þess sem kostir þess að búa á Íslandi eru reifaðir. Vefurinn er liður í því mikilvæga verkefni að fá sérfræðinga til landsins sem stuðla að enn frekari uppbyggingu á innlendri þekkingu og getu, og áframhaldandi nýsköpun á ýmsum sviðum, enda stendur fjöldi íslenskra fyrirtækja frammi fyrir spennandi tækifærum til vaxtar og framfara í þágu samfélagsins. Opnun þessarar nýju upplýsingagáttar er upphafið að vegferð og samstarf atvinnulífsins og stjórnvalda er einkar mikilvægt til að ná enn meiri árangri á sviði hátækni- og hugverkaiðnaðar. Það mun skila sér í auknum útflutningi á þessu sviði, nýrri þekkingu í íslensku atvinnulífi, auknum fjölbreytileika og bættum lífskjörum.

FRÉTTABLAÐIÐ
**ÚTGÁFUFÉLAG: Torg ehf. STJÓRNARFORMAÐUR**: Ingibjörg Stefanía Pálmadóttir **FRAMKVÆMDASTJÓRI:** Jóhanna Helga Viðarsdóttir **ÚTGEFANDI:** Kristín Þorsteinsdóttir *kristin@frettabladid.is*
**RITSTJÓRAR:** Davíð Stefánsson *david@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 Kalkofnsvegur 2, 101 Reykjavík Sími: 550 5000,** *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*

# Tryggjum barninu öryggi og vellíðan



**Þorlákur Helgi Helgason**
framkvæmdastjóri Olweusaráætlunarinnar á Íslandi

Hvernig var tekið á móti þér þegar þú steigst þín fyrstu skref í skóla? Hvaða minningar eigum við úr skóla? Hverjir voru bestu vinirnir/bestu vinkonurnar í skólanum? Var komið fram við þig af virðingu og á þínum forsendum? Leið þér vel í skólanum?

Við höfum beitt okkur fyrir því að skólar geti stuðst við Olweusaráætlunina gegn einelti. Hún er byggð á áratuga reynslu á Íslandi allt frá því að við hófum innleiðingu hennar árið 2002. Mikil þekking hefur safnast fyrir í þeim skólum sem fylgja áætluninni. Og reyndar hefur þekkingin og færnin flust milli skóla með starfsfólki sem hefur verið þátttakendur í áætluninni. Frá byrjun hafa um eitt hundrað skólar innleitt Olweusaráætlunina að hluta eða í heild.

> **Barninu á að líða vel í skólanum og við viljum beita áhrifaríkustu aðferðum til að svo megi verða.**

Einelti teygir anga sína um allt samfélag okkar. Einnig til skólanna. Sérhver skóli á að styðjast við eineltisáætlun. Það er nauðsynlegt að rækta starfið gegn einelti alla daga með öllum ráðum sem eru talin bera árangur. Við vitum hvað það er sem skiptir mestu máli – ef verið er að tryggja nemendum öryggi og vellíðan. Langvarandi slæmt einelti hefur afgerandi áhrif á börn og unglinga. Það eltir viðkomandi um ókomin ár ef það tekur sér bólfestu í sálinni. Sá sem beitir sér fyrir því að barn sé lagt í einelti veit innst inni að það skaðar þann sem verður fyrir.

Olweusaráætlunin nær til allra þátta skólastarfs. Er hluti af heild þar sem þátttakendur eru börnin í skólanum, starfsfólks skólans, foreldrar – og teygir anga sína um allt skólasamfélagið. Við viljum nefnilega að sömu reglur gildi í félags- og tómstundastarfi og eru í skólanum. Olweusaráætlunin er eins konar umgjörð um nemandann. Barninu á að líða vel í skólanum og við viljum beita áhrifaríkustu aðferðum til að svo megi verða.

Í upphafi skólaárs er fyrir mestu að skólasamfélagið sameinist um að efla velferð nemandans. Við viljum vera með á þeirri velferð.

# „Í góðum farvegi“

**Eyþór Arnalds**
oddviti Sjálfstæðisflokksins í Reykjavík

Við sjálfstæðismenn lögðum til snjallvæðingu umferðarljósa eins og gert er í öðrum borgum Evrópu. Samtök iðnaðarins reiknuðu út að 15% minnkun ferðatíma sem er fyrirsjáanleg með kerfinu myndi spara 80 milljarða. En hvað var gert? Tillögunni var vísað frá. Meirihlutinn segir þessi mál vera í „góðum farvegi“. En hvernig er þessi farvegur? Jú, síðasta útboð fór af stað fyrir 15 árum, en þá voru snjallsímarnir ekki komnir fram. Ekkert frekar en sú tækni sem hér um ræðir. Aðrar borgir bjóða út svona kerfi á fjögurra ára fresti.

Búið er að skoða eitt og annað „í farveginum“ hjá borginni, en ekkert verið ákveðið. Á sama tíma hefur umferðin þyngst verulega og hlutfall einkabíla vaxið mikið. Það er rýr árangur. Svipað er að sjá með rekstur borgarinnar. Þar ætla menn að læra af mistökunum. Það gengur fremur hægt eins og sjá má af síendurteknum svipuðum mistökum. Bragginn, framúrkeyrslan í Félagsbústöðum og nú áætlanagerð Sorpu eru skýrt mynstur óstjórnar. Sífellt er talað um að læra af mistökunum en það virðist ganga hægt. Það er ekki góður farvegur. Stjórnkerfið skilar ekki svörum og íbúarnir verða að sætta sig við að málin séu „í farvegi“. En langur er sá farvegur.

Stundum er hollara að líta í spegil og játa það að „góði farvegurinn“ er kannski ekki svo góður eftir allt saman. Að minnsta kosti þarf góður árfarvegur að skila sínu en ekki vera stíflaður.

# Viðskipti og samvinna stuðla að framþróun ríkja

**Ásta Sigríður Fjeldsted**
framkvæmdastjóri Viðskiptaráðs Íslands

Fyrsta minning mín um mikilvægi þess að styðja við þá sem minna mega sín var þegar ég og vinkonur mínar, þá 7 ára, settum upp tombólu og gáfum ágóðann, heilar 3.640 kr. til Rauða krossins – í fullvissu um að það myndi bæta heiminn. Þótt þessar krónur hafi eflaust ekki skipt sköpum fyrir Rauða krossinn var þetta fyrsta skref okkar vinkvenna í því að gefa til hinna þurfandi úti í heimi – fólks sem við myndum aldrei hitta í eigin persónu. Það var langtum betri tilfinning en að hendast út í sjoppu og kaupa sælgæti fyrir ágóðann.

**Öll ríki eru í þróun**

Í einlægum tilraunum sem þessum hefur því miður nokkurs yfirlætis gætt í hugarfari og orðavali. Framlög til uppbyggingar í hinum svokölluðu „vanþróuðu“ ríkjum hafa oftar en ekki verið hugsuð og útfærð á forsendum þeirra sem kölluð eru „þróuð“ ríki. Þau vilja vel – en átta sig ekki endilega á því hvað samvinnuaðilinn þarf í raun eða hvað virkar í því samfélagi til lengri tíma. Stöldrum því aðeins við og gefum því gaum hve hrokafullt orðavalið er í raun um „vanþróuð“ og „þróuð“ ríki. Er ekki réttara og sanngjarnara að tala um há- og lágtekjuríki í þessu samhengi?

Sem betur fer hafa langflest samtök og fyrirtæki, einstaklingar og leiðtogar ríkja áttað sig á því að þróunarsamvinna snýst ekki um að gefa fjármagn í blindni eða þröngva eigin lausnum upp á önnur samfélög. Hún snýst um að huga að uppbyggingu þekkingar, kunnáttu og skipulags, sem til lengri tíma getur stuðlað að sjálfbærni og betri lífskjörum fyrir fólkið í viðkomandi landi og á þess forsendum.

> **Frá ungum tombóluhaldara til fyrirtækjafrömuða – við eigum það flest sammerkt að vilja bæta heiminn.**

Þróunarsamvinna er nefnilega ekki svo einföld að „þróuð ríki leiði vanþróuð ríki út úr fátækt“. Öll ríki eru í þróun og því hefur eitt mesta framfaraskrefið í þessum efnum verið í þeim nýmælum að hvetja fyrirtæki til þátttöku þar sem viðskipti eru notuð með beinum hætti til að stuðla að þróun. Með þessum hætti er samvinna milli ríkja nýtt með auknum tækifærum og velsæld fyrir alla sem að samstarfinu koma.

**Íslensk fyrirtæki hefja þróunarsamvinnu með beinum hætti**

Fyrstu íslensku fyrirtækin sem nú leggja í slíka vegferð, fyrir tilstilli samstarfssjóðs utanríkisráðuneytisins við atvinnulífið um heimsmarkmiðin, eru Marel og Thoregs. Bæði fyrirtækin munu stuðla að aukinni þekkingu á tækni og vinnslu í matvælaiðnaði með það að markmiði að hafa bein áhrif á verðmæti afurða, uppbyggingu atvinnumöguleika og sjálfbæran vöxt starfsemi í viðkomandi landi. Með sjóðnum fá fyrirtækin aukin tækifæri til að leggja lóð á vogarskálar þróunarsamvinnu með því að leggja til þekkingu, fjármagn og búnað sem stuðlar að bættum lífskjörum í lágtekjuríkjum til lengri tíma, en geta líka skapað gagnkvæm viðskiptasambönd til framtíðar.

Fjölmörg íslensk fyrirtæki geta miðlað þekkingu sinni og reynslu í nýju umhverfi þar sem dýrmæt samvinna verður til og sem ryður jafnvel brautir nýsköpunar svo að báðir aðilar verða reynslunni ríkari. Frá ungum tombóluhaldara til fyrirtækjafrömuða – við eigum það flest sammerkt að vilja bæta heiminn. Með beinni þátttöku í þróunarsamvinnu erum við nokkrum skrefum nær.

*Greinin er skrifuð í tilefni átaksins Þróunarsamvinna ber ávöxt sem er á vegum félagasamtaka er starfa í mannúðarstarfi og alþjóðlegri þróunarsamvinnu í samstarfi við utanríkisráðuneyti. Markmið átaksins er að hvetja fyrirtæki, stór sem smá, að taka þátt í þróunarsamvinnu og vinna þannig markvisst að framgangi heimsmarkmiða Sameinuðu þjóðanna um sjálfbæra þróun.*

brimborg
Öruggur staður til að vera á

Brimborg Reykjavík
Bíldshöfða 6
Sími 515 7000

Brimborg Akureyri
Tryggvabraut 5
Sími 515 7050

Nýir og notaðir bílar:
Söludeildir eru opnar alla virka daga kl. 9-17
og laugardaga kl. 12-16

ford.is

# Laugardalsvöllurinn er úr sér genginn

**Mannvirki sem hýsa íslensku landsliðin eru öll úr sér gengin. KSÍ er að berjast fyrir nýjum velli enda að spila á handónýtum og gömlum velli. HSÍ og KKÍ eru á undanþágum frá sínum alþjóðasamböndum vegna úreltrar Laugardalshallar og FRÍ sendi borgarráði bréf um aðstöðuna í fyrir rjálsar íþróttir. Þar er margt í ólagi og hefur sambandið þurft að vísa frá sér mótum.**

Nánast öll sérsamböndin í Laugardal þurfa ný mannvirki enda langt síðan hamar og naglar hafa verið teknir upp í Laugardal. Aðstæður fyrir frjálsíþróttafólk eru óboðlegar að mati formanns FRÍ. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

**FRJÁLSAR ÍÞRÓTTIR** Frjálsíþróttasamband Íslands, FRÍ, sendi borgarráði Reykjavíkur bréf um Laugardalsvöll í byrjun mánaðarins. Benti sambandið á þær aðstæður sem frjálsíþróttafólk býr nú við og ítrekar vilja FRÍ um að hefja umsóknarferli um viðurkenningu þjóðarleikvanga í íþróttum.

Þá fylgdi greinargerð mannvirkjanefndar FRÍ um ástand Laugardalsvallar. Telur FRÍ einsýnt að Reykjavíkurborg hefji nú þegar undirbúning að viðhaldsframkvæmdum á vellinum. Þá minnist FRÍ sérstaklega á að ekki fer saman það tónleikahald sem verið hefur með mjög löngu og miklu inngripi í starfsemi frjálsíþróttafélaganna í Reykjavík og óæskilegu álagi á keppnisbrautir vallarins.

Freyr Ólafsson, formaður FRÍ, segir að frjálsar íþróttir séu í raun heimilislausar enda sé búið að lýsa því yfir að það eigi að fjarlægja hlaupabrautirnar á Laugardalsvelli. „Ef það verður gert þá erum við á köldum klaka, eins og greinargerð okkar sýnir, völlurinn er ekki keppnishæfur. Við getum ekki lengur tekið við mótum og höfum þegar þurft að vísa frá okkur mótum svo sem Norðurlandamótum. Við erum strand og bíðum svara.“

Freyr segir að þjóðarleikvangur í frjálsum eigi heima í Laugardalnum. Búið sé að þjarma að aðstöðunni víða, meðal annars með því að skipta yfir í gervigras í Kópavoginum. Frjálsíþróttavellir í Hafnarfirði og sá sem er í byggingu í Breiðholti eru mikilvægir vellir, fyrir æfingar og smærri mót, en hæfa ekki fyrir alþjóðlega keppni. Núverandi staða er því ótæk fyrir frjálsar.

> **Sem getur byggt völl og við verðum að leyfa pólitíkinni að ákveða næstu skref, en það getur augljóslega ekki beðið lengur**
>
> Freyr Ólafsson, formaður FRÍ

„Það hefur gengið vel að undanförnu og unga kynslóðin okkar er öflug og hefur verið að ná góðum árangri í alþjóðlegum samanburði. Að sjálfsögðu viljum við geta boðið þeim að mæta jafningjum hér á landi við boðlegar aðstæður. En við erum auðvitað líka þakklát fyrir fyrri uppbyggingu. Margt af þessu unga fólki hefur náð árangri í skjóli frjálsíþróttahallanna tveggja í Reykjavík og Hafnarfirði. Það er ómetanleg aðstaða sem hefur breytt öllu fyrir frjálsar.“

**Heimavellirnir gamlir**

Laugardalurinn er heimavöllur landsliða Íslands en öll landsliðin eiga það sameiginlegt að spila nánast við óboðlegar aðstæður. Fræg er barátta KSÍ fyrir nýjum velli, KKÍ og HSÍ spila í Laugardalshöll á undanþágum enda höllin nánast orðin fornminjar. Aðspurður hvort frjálsar íþróttir geti nýtt nýjan Laugardalsvöll undir sína starfsemi segir Freyr að best væri að fá sérstakan völl fyrir frjálsar íþróttir. „Okkar krafa er að hafa átta brauta völl í Laugardal. Ég á von á því að það sé betra fyrir báða aðila að vera með sitthvorn völlinn. Það er ekkert samband sem getur byggt völl og við verðum að leyfa pólitíkinni að ákveða næstu skref, en það getur augljóslega ekki beðið lengur.“

Hann bendir á að aðgengi að frjálsíþróttavelli sé mjög gott. „Það sem frjálsíþróttavöllur býður upp á, ef hann verður byggður einungis fyrir frjálsar, er miklu meira aðgengi. Fjöldinn fær þá að æfa á vellinum, allt frá yngri börnum upp í afreksmenn. Völlurinn verður sannarlega opinn og þannig hluti af Laugardalnum, en ekki læstur, utan nokkurra leikja eða viðburða á ári.“

Þá gagnrýnir Freyr ríkisvaldið. Segir það verði að stíga stærri skref með sérsamböndunum. „Þetta er hnútur sem ég vona að verði leystur sem fyrst. Aðrir stallbræður mínir eru mér sammála þegar kemur að landsliðum og landskeppnum, þá hefur ríkisvaldið verið stikkfrí. Ég held því fram fullum fetum að ríkið græði einna mest á íþróttum með heilbrigðari þjóð. En við skulum vona að með þessari reglugerð um þjóðarleikvang að ríkið sé að koma aðeins meira inn.

Vissulega hefur afrekssjóður verið stækkaður af myndarskap, en nú þarf sama myndarskap til að höggva á hnútinn vegna aðstæðna sérsambandanna.“

benediktboas@frettabladid.is

### Ástand Laugardalsvallar

- Frjálsíþróttavöllurinn er ekki keppnishæfur í núverandi ástandi.
- Víða sér á yfirborði sem er rifið á nokkrum stöðum, væntanlega vegna snúnings bíldekkja í tengslum við ýmsa viðburði á vellinum.
- Á hlutasvæðum eru verulegar dældir í yfirborði.
- Merkingar á vellinum eru daufar og búið er að breyta merkingu skiptisvæða með yfirmálningu.
- Hlaupabrautayfirborðið sjálft er margbætt og ónýtt.
- Stökkgryfjur eru ólöglegar.
- Lendingarsvæði stangarstökks þarf að endurnýja svo öryggi stökkvara sé tryggt. Nýlega hafa orðið slys í lendingu vegna skorts á rými og frágangi við lendingarsvæði.
- Koma þarf upp kastbúri fyrir sleggju- og kringlukast.
- Lagfæra þarf núverandi kasthringi sem eru farnir að láta á sjá. Hreinsa þarf steypuyfirborð platta, yfirfara gjarðir og endurleggja yfirborðsefni.
- Byggingarnefnd FRÍ tók saman áætlaðan heildarkostnað við lágmarks endurbætur og nemur hann um 82 milljónum króna.

# Strákarnir okkar mega ekki misstíga sig í Elbasan

**FÓTBOLTI** Íslenska karlalandsliðið mætir Albaníu ytra í sjöttu umferð H-riðils í undankeppni Evrópumótsins 2020 í dag. Ísland á í harðri baráttu við ríkjandi heimsmeistara Frakklands og Tyrklands um eitt af efstu tveimur sætunum sem veita þátttökurétt á EM næsta sumar og mega strákarnir okkar því ekki við því að misstíga sig. Þetta verður í sjöunda skiptið sem þjóðirnar mætast, fjórum sinnum hefur Ísland unnið en Albanir hafa unnið tvo. Leikurinn fer fram í Elbasan, þriðju stærstu borg Albaníu, 45 mínútum frá höfuðborginni Tirana þar sem Ísland dvelur í aðdraganda leiksins.

Ísland hefur unnið síðustu þrjár viðureignir liðanna með núverandi gullkynslóð íslenska landsliðsins. Gera má ráð fyrir að átta leikmenn sem byrjuðu leikinn í 2-1 sigri Íslands árið 2012 byrji leikinn í kvöld en í þeim leik skoruðu Gylfi Þór Sigurðsson og Birkir Bjarnason mörk Íslands.

Stutt er síðan liðin mættust á Laugardalsvelli í sumar þar sem Jóhann Berg Guðmundsson skoraði eina mark leiksins í 1-0 sigri Íslands en í síðustu fimm leikjum liðanna hefur eitt mark skilið liðin að. Aron Einar Gunnarsson, fyrirliði Íslands, sagðist á blaðamannafundi íslenska liðsins eiga von á erfiðum leik í kvöld.

„Við munum bara að horfa á þennan leik og við eigum von á erfiðum leik gegn særðu liði Albaníu eftir skellinn sem þeir fengu í Frakklandi. Yfirleitt munar litlu á þessum liðum þegar þau mætast, mikið um baráttu og einvígi inn á vellinum. Við megum ekki missa einbeitinguna í leiknum því Albanir mæta klárir til leiks,“ sagði Aron Einar og tók Erik Hamrén, þjálfari landsliðsins í sama streng og fyrirliðinn.

> **Ragnar Sigurðsson verður í dag sá þriðji sem nær 90 leikjum fyrir karlalandsliðið á eftir Rúnari Kristinssyni og Birki Má Sævarssyni.**

„Við ætlum okkur á EM og þetta er mjög mikilvægur leikur í þeirri vegferð. Við berum mikla virðingu fyrir liði Albana en vitum þurfum að ná góðum úrslitum hérna gegn liði sem hefur verið sterkt undanfarin ár og voru óheppnir að fá ekkert úr leiknum gegn Tyrklandi á heimavelli. Þeir munu selja sig dýrt á heimavelli fyrir framan þjóð sína til að taka stigin þrjú.“ - kpt.

Ragnar Sigurðsson leikur í dag sinn 90. leik fyrir Ísland. NORDICPHOTOS/GETTY

SAMSUNG

QLED

# Þú kaupir QLED 2019 og Galaxy S10e fylgir með!*

*andvirði 109.900 kr. Gildir til 31.10.19 með Q60 og Q70, í 75"/82". Q85 í 82" og öllum stærðum með Q90,Q900. Einnig 55", 65" FRAME

Samsung QLED is Quantum dot based TV

**Opnunartímar:**
Virka daga kl. 10-18
Laugardaga kl. 11-15

ormsson

FYRIR HEIMILIN Í LANDINU

ORMSSON

LÁGMÚLA 8 · SÍMI 530 2800

Skoðaðu úrvalið okkar á ORMSSON.IS

*SENDUM UM LAND ALLT

ORMSSON Greiðslukjör
Vaxtalaust í allt að 12 mánuði

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

# Hann var afar fjölhæfur

**Yfirlitssýning á verkum Harðar Haraldssonar, kennara á Bifröst og frjálsíþróttamanns, verður opnuð á morgun í Herberginu, sýningarsal Kirsuberjatrésins á Vesturgötu 4.**

**Hörður var mikill listamaður, hann var afar fjölhæfur en aldrei að trana sér fram,“ segir Margrét Guðnadóttir þar sem hún er að hengja upp verk látins vinar síns, Harðar Haraldssonar kennara. Hann dó árið 2010 en hefði orðið níræður á morgun, 11. september. Af því tilefni verður sýning á myndverkum hans opnuð í Herberginu á Vesturgötu 4, milli klukkan 17 og 19. Hann var kennari í viðskipta-og hagfræði á Bifröst í 36 ár og teiknaði skopmyndir af nemendum skólans í árbók þerra Ecce homo. Þær eru til sýnis og líka teiknimyndaseríur af Trölla sem hann gerði fyrir sjónvarpið.**

Þá var Hörður margfaldur Íslandsmeistari í spretthlaupum og Ólympíufari 1952. Einnig liðtækur í tónlist, lærði á gítar hjá Oddgeiri Kristjánssyni og spilaði sér og öðrum til ánægju alla tíð, að sögn Margrétar. „Þó hann væri kominn með Alzheimer og gæti ekki tjáð sig spilaði hann fallega, þar hafði hann engu gleymt.“

**gun@frettabladid.is**

**Margrét heiðrar minningu Harðar með því að opna sýningu með verkum hans daginn sem hann hefði orðið níræður.** FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

---

✝

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

**Jón Magnús Magnússon**

fv. verkstjóri íþróttavalla Reykjavíkurborgar,

lést á Landspítalanum Hringbraut þriðjudaginn 20. ágúst í faðmi fjölskyldunnar. Útför hefur farið fram í kyrrþey að ósk hins látna. Sérstakar þakkir til Fjölnis Elvarssonar læknis og hjúkrunarfólks á skilunardeild Landspítalans.

**Kristrún Bjarney Hálfdanardóttir**
**Þórdís Jónsdóttir** — **Ólafur Helgi Kjartansson**
**Jón Magnús Jónsson** — **Gyða Viðarsdóttir**
**Sigríður Jóna Jónsdóttir** — **Magnús Ásgeirsson**
**Tómas Huldar Jónsson** — **Guðlaug Birna Kristmannsdóttir**
**barnabörn og barnabarnabörn.**

---

✝

Móðir mín,

**Kolbrún Þorláksdóttir**

frá Skálum á Langanesi,

sem lést þann 27. ágúst síðastliðinn, verður jarðsungin frá Fossvogskapellu föstudaginn 13. september kl. 13.00.

**Einar Þór Rafnsson**

---

✝

Elskulegur faðir minn, afi og langafi,

**Þorkell Zakariasson**

Brandagili, Hrútafirði,

lést á sjúkrahúsinu Hvammstanga 26. ágúst. Útförin hefur farið fram í kyrrþey að ósk hinst látna.

**Sigurður Þorkelsson**
**Irena Barinova**
**Jóhanna Íris Sigurðardóttir**
**Hinrik Frank Pétursson**
**Patrik Óli Pétursson**

---

*Nærgætni, hlýja og virðing* *Við andlát ástvinar*

ÚTFARARSTOFA REYKJAVÍKUR

**Ísleifur Jónsson** — Útfararstjóri — Farsími 821 5353
**Steinunn Magnúsdóttir** — Útfararþjónusta — Farsími 861 3441

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

---

ÚTFARARSTOFA KIRKJUGARÐANNA

*Útfararþjónusta & lögfræðiþjónusta*

Við önnumst alla þætti undirbúnings og framkvæmd útfarar ásamt vinnu við dánarbússkiptin. Við þjónum með virðingu og umhyggju að leiðarljósi og af faglegum metnaði.

*Með kærleik og virðingu*

**Útfararstofa Kirkjugarðanna**
**Klettaskóli, Suðurhlíð 9**, Fossvogi | Sími 551 1266 | **útför.is**

---

✝

Hjartans þakkir fyrir auðsýnda samúð og hlýhug við andlát elskulegs eiginmanns, föður, tengdaföður, afa og langafa,

**Guðmundar Snorra Ingimarssonar**

Innilegar þakkir fær starfsfólk blóðlækningadeildar 11 G á Landspítala fyrir góða umönnun.

**Kolbrún Finnsdóttir**
**Áslaug Snorradóttir**
**Ingimar Guðmundsson** — **Arna Björk Kristinsdóttir**
**barnabörn og barnabarnabörn.**

---

✝

Þökkum auðsýnda samúð og vinarhug við andlát móður okkar, tengdamóður, ömmu og langömmu,

**Kristrúnar Aðalbjargar Guðjónsdóttur**

frá Gröf, Grenivík.

Sérstakar þakkir fær starfsfólk dvalarheimilisins Grenilundar, Grenivík, LSH við Hringbraut og Hafblikssystur fá þakkir fyrir hjálp og stuðning.

**Guðjón Indriðason**
**Sigríður Indriðadóttir**
**og fjölskyldur.**

---

✝

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

**Símon Ólason**

lögfræðingur,
Bugðulæk 9, Reykjavík,

varð bráðkvaddur á Krít föstudaginn 23. ágúst 2019. Útförin fer fram frá Áskirkju fimmtudaginn 12. september kl. 15.00.

**Þorbjörg Jónsdóttir**
**Anna Karen Símonardóttir**
**Serena Björg Karenardóttir**
**Kristinn Nikulás** — **María Del Mar Minuesa**
**Anna Guðrún Edvardsdóttir** — **Kristján Arnarson**
**Ragnar Edvardsson** — **Guðbjörg Ásta Ólafsdóttir**
**og fjölskyldur.**

---

✝

Faðir minn og bróðir,

**Jón Sveinsson**

lést á hjúkrunarheimilinu Fellsenda, föstudaginn 30. ágúst. Útförin fer fram frá Akraneskirkju fimmtudaginn 12. september kl. 13. Blóm og kransar afþakkaðir, en þeim sem vilja minnast hans er bent á hjúkrunarheimilið Fellsenda, kt. 520169-6019, banki 0312-26-839.

**Halldór Páll Jónsson, Ásta Svanhvít Sindradóttir, Eiríkur Sveinsson**

---

✝

Ástkær faðir okkar og bróðir,

**Ómar Ármannsson**

sérkennari,
áður til heimilis að Hólalandi 12, Stöðvarfirði,

lést á Landspítalanum í Fossvogi fimmtudaginn 5. september. Útförin fer fram frá Stöðvarfjarðarkirkju laugardaginn 28. september klukkan 14.00.

**Freyja Yeatman Ómarsdóttir**
**Sunnefa Yeatman Ómarsdóttir**
**og systkini hins látna.**

---

✝

Innilegar þakkir til allra þeirra sem sýndu okkur samúð, vináttu og hlýju vegna andláts og útfarar móður okkar, tengdamóður, ömmu, langömmu og langalangömmu,

**Lilju Sigurðardóttur**

frá Hrísey.

Sérstakar þakkir færum við starfsfólki Hrafnistu í Reykjavík fyrir umönnun og hlýju í hennar og okkar garð.

**Sigurður Sigmannsson** — **Henný Pétursdóttir**
**Hanna Sigmannsdóttir** — **Jakob Þorsteinsson**
**Margrét Sigmannsdóttir** — **Guðmundur Skarphéðinsson**
**Tryggvi Sigmannsson**
**Gísli Sigmannsson**
**börn, barnabörn, barnabarnabörn og barnabarnabarnabörn og fjölskyldur.**

# Fólk

Heilsa

ÞRIÐJUDAGUR 10. SEPTEMBER 2019

Aðeiga gæludýr hefur ýmsa heilsufarslega kosti. Hundar og kettir geta veitt mikla andlega fyllingu þar sem eigandinn tengist þeim tilfinningaböndum. Fjöldi rannsókna styður það að gæludýr bæti líf fólks á öllum aldri. →4

Vantar þig járn?

Munnúði tryggir upptöku og magavandræði úr sögunni.

Elísabet Reynisdóttir, næringarfræðingur og fyrirlesari, er hér frískleg og sæl í útivist með hundinum sínum Pjakki. MYND/SIMON VAUGHAN

# Kollagen hægir á öldrun líkamans

Elísabet Reynisdóttir, fyrirlesari og næringarfræðingur hjá Heilsuvernd, fræðir fólk um heildræna nálgun þegar kemur að heilsu og auknum lífsgæðum. Hún mælir heilshugar með hreinu kollageni frá Feel Iceland fyrir þá sem þjást af liðverkjum, beinþynningu og til að styrkja húð, hár og neglur. →2

Hér má sjá Kristborgu Bóel Steindórsdóttur og Elísabetu á leið til veiða.

Elísabet segir kollagen hafa einkar góð áhrif á vöðvastyrkleika og beinþéttni. MYNDIR/KRISTBORG BÓEL STEINDÓRSDÓTTIR

**Framhald af forsíðu ➪**

Kollagen er fæðubótarefnið sem allir eru að tala um og það fæðubótarefni sem gæti mögulega hjálpað okkur og hægt á öldrun líkamans," segir Elísabet Reynisdóttir næringarfræðingur um byggingarprótínið kollagen sem nú er á allra vörum.

„Það hefur áhrif á hreysti okkar og þar með útlit ef við töpum kollagenbirgðum líkamans og fáum ekki nægilegt kollagen úr fæðunni. Það er talið að við byrjum að tapa kollageni um 1,5 prósent eftir 25 ára aldur. Það sem við merkjum einna helst er að húð og hár verður líflausara og neglurnar brothættari," útskýrir Elísabet.

Nýjar rannsóknir sýna að svo virðist vera að hægt sé að vinna gegn beinþynningu ásamt því að koma í veg fyrir ýmsa kvilla og verki með inntöku kollagens sem fæðubót.

„Kollagen er meðal annars talið gagnast einstaklingum með ristil- og þarmavandamál. Greint var frá því að ákveðnar amínósýrur sem eru í kollageni hafi jákvæð áhrif á taugaboðefni líkamans og geti þar með haft góð áhrif á svefninn," upplýsir Elísabet.

Hún segir fjölmörg bætiefni vera manninum nauðsynleg.

„C-vítamín er til dæmis lífsnauðsynlegt og fyrr á öldum olli C-vítamínskortur alvarlegum hörgulsjúkdómi. Við fáum C-vítamín úr grænmeti og ávöxtum, og sömuleiðis er C-vítamín nauðsynlegt til að mynda kollagen sem er eitt allra mikilvægasta byggingarprótín líkamans," segir Elísabet.

## Kollagen 1

Kollagen er talið skaðlaust fæðubótarefni sem eykur heilbrigði og bætir útlit.

„Hafa ber í huga að til eru mismunandi tegundir af kollageni. Hver og ein hefur mismunandi hlutverk og er númeruð frá einum upp í 28. Í fæðubótarefnum er kollagen frá einum upp í fimm talin mikilvægast, og kollagen sem unnið er úr sjávarafurðum, svo sem fiskroði, er af tegund 1 sem fyrirfinnst í 90 prósentum alls kollagens í líkamanum," útskýrir Elísabet.

Kollagen 1 er einkar mikilvægt fyrir heilbrigði tanna, beina, hárs, sina og liðbanda.

> **Til eru mismunandi tegundir af kollageni. Hver og ein hefur mismunandi hlutverk og er númeruð frá 1 upp í 28. Kollagen 1 er einkar mikilvægt fyrir heilbrigði tanna, beina, hárs, sina og liðbanda.**

„Kollagenskortur sést fljótt á húðinni en hann hefur einnig áhrif á bandvefi og beinvef líkamans. Skortur á kollageni getur því haft áhrif á beinþéttni en inntaka kollagens minnkað áhættu á beinþynningu. Bein okkar eru að mestu byggð úr kollageni og því gefur kollagen í fæðubótarefni aukna beinþéttni því það myndar nokkurs konar net í vefjum líkamans en oftast er talað um kollagen sem límið," segir Elísabet.

## Gott við beinþynningu

Samkvæmt nýjustu rannsóknum Healthline.com, þar sem skrifað er um heilsufarsmál út frá marktækum rannsóknum, er þeim sem greinst hafa með beinþynningu mikilvægt að taka inn kalk og bæta við fimm grömmum af kollageni sem fæðubót.

„Kollagen hefur einnig góð áhrif á vöðvastyrkleika og byggir upp vöðva eftir æfingar. Mataræði og lífsstíll er stór áhrifavaldur á heilsufar fólks og þess má geta að C-vítamín hjálpar til við framleiðslu kollagens í líkamanum. Þá er kollagen sem fæðubótarefnið vatnsleysanlegt og talið frásogast betur en kollagen sem við brjótum niður í fæðunni," upplýsir Elísabet.

Hún segir umdeilanlegt hvort bæta eigi við fæðubótarefnum við daglegt mataræði.

Kollagen-lína Feel Iceland er hrein náttúruafurð og laus við aukefni.

„Sem næringarfræðingur ráðlegg ég fólki að borða góðan og hollan mat, en mér finnst líka þess virði að prófa gott kollagen, sem er hreint og án aukefna, ef við þjáumst af liðverkjum, húðin er farin að slappast, hár og neglur eru orðið líflaust og aukin hætta er á hjarta- og æðasjúkdómum."

## Hvar finnum við kollagen?

„Kollagen er í vefjum dýra. Það finnst í kjúklingaskinni, svínaskinni, kjöti og fiski, en einnig í beinsoði og fæðu sem inniheldur gelatín," upplýsir Elísabet.

Hún vekur athygli á að flestar rannsóknir á kollageni innihaldi kollagen sem bætiefni en ekki kollagenríka fæðu.

„Þegar við borðum kollagenríka fæðu brjótum við niður amínósýrur með meltingarensímum. Kollagen sem fæðubótarefni hefur verið brotið niður fyrir okkur, með auknum líkum á að upptaka kollagens verði meiri en úr fæðunni," útskýrir Elísabet.

„Best er að taka inn kollagen sem fæðubót samhliða því að borða góða fæðu, nóg af grænmeti og ávöxtum, og hugsa vel um sig með því að hreyfa sig í minnst hálftíma á dag."

> **Kollagen finnst í vefjum dýra. Það finnst í kjúklingaskinni, svínaskinni, kjöti og fisk, en einnig í beinsoði og fæðu sem inniheldur gelatín.**

## Brjósk og liðir

Kollagen viðheldur heilbrigði brjósks og liða.

„Það hefur góð áhrif á slitgigt og liðverki og einstaklingar sem tekið hafa kollagen hafa upplifað minni liðverki og verki, almennt," segir Elísabet.

Sem dæmi var íþróttafólki gefið daglega 10 grömm kollgens í 24 vikur og fann það marktækan mun á liðverkjum í samanburði við samanburðarhóp sem ekki fékk kollagen.

„Kollagen styrkir brjósk með því að örva vefina í kring til að framleiða kollagen. Þar með geta bólgur minnkað og verkirnir sömuleiðis."

Sjá nánar á feeliceland.com og á Facebook.

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

**Útgefandi:** Torg ehf
**Ábyrgðarmaður:** Kristín Þorsteinsdóttir

**Umsjónarmenn efnis:** **Elín Albertsdóttir,** elin@frettabladid.is, s. 550 5761 | **Hjördís Erna Þorgeirsdóttir** | hjordiserna@frettabladid.is s. 550 5767 | **Oddur Freyr Þorsteinsson,** oddurfreyr@frettabladid.is s. 550 57686 | **Sandra Guðrún Guðmundsdóttir,** sandragudrun@frettabladid.is, s. 550 5762 | **Þórdís Lilja Gunnarsdóttir,** thordisg@frettabladid.is, s. 550 5768

**Sölumenn:** **Arnar Magnússon,** arnarm@frettabladid.is, s. 550 5652, **Atli Bergmann,** atli@frettabladid.is, s. 550 5657, **Jón Ívar Vilhelmsson,** jonivar@frettabladid.is, s. 550 5654, **Jóhann Waage**, johannwaage@frettabladid.is, s. 550 5656, **Ruth Bergsdóttir**, ruth@frettabladid.is, s. 550 5653,

# Finn ekki til lengur og golfsveiflan í góðu lagi

NUTRILENK GOLD, mest selda liðbætiefnið á Íslandi hefur hjálpað fjölda Íslendinga sem þjáðst hafa vegna eymsla í hnjám og annarra liðverkja og það fjölgar stöðugt í þessum hópi.

Nutrilenk Gold er unnið úr sérvöldum fiskibeinum (aðallega úr hákörlum) sem eru rík af virku, nýtanlegu og uppbyggilegu kondrótíni, kollageni og kalki og reynslan hefur sýnt að það er að hjálpa fjölmörgum sem finna fyrir eymslum í liðum, þá sérstaklega hnjám og mjöðmum. Einnig er hægt að fá Nutrilenk Active og Nutrilenk Gel en öll eiga þessi efni það sameiginlegt að geta hjálpað til við að draga úr stirðleika og verkjum í liðum og vöðvum.

## Byggir upp, smyr og mýkir

Nutrilenk Gold hentar vel ef brjósk hefur orðið fyrir hnjaski og með reglulegri inntöku er hægt að viðhalda árangrinum. Grundvallaratriði er þó að brjóskeyðing sé ekki alger. Nutrilenk Active inniheldur hýalúronsýru sem „smyr“ stirða liði og hjálpar fólki sem þjáist af minnkandi liðvökva. Sumir taka það inn eitt og sér eða með Nutrilenk Gold. Nutrilenk Gel inniheldur kondrótín ásamt eucalyptus og engifer og er því bæði kælandi og getur dregið úr bólgum en það hentar bæði á auma liði og vöðva.

Nutrilenk Gold er mest selda liðbætiefnið á Íslandi en það getur hjálpað gegn brjóskvefsrýrnun sem virðist hrjá ótrúlega marga, hvort sem er vegna aldurs, álags eða slyss. Það hefur sýnt sig að þetta bætiefni getur breytt allri líðan og lífi fólks og það bætist stöðugt í hóp þeirra sem hafa öðlast nýtt líf.

## Finn ekki til og golfsveiflan í fínu lagi

Stefán Steinsen náði góðum bata með inntöku á Nutrilenk Gold:

Ég var búinn að gutla í innahúsbolta í nokkur ár og var farinn að finna til í vinstra hnénu. Það endaði síðan á því að ég þurfti að hætta þar sem verkurinn var farinn að vera það slæmur að ég gat ekki lengur skokkað. Ég fann fyrir verkjum, bólgnaði upp og svo fór ég að finna fyrir sama verk í golfsveiflunni þannig að á tímabili var ég orðinn hræddur um að golfið væri líka úr sögunni. Fór í röntgen og segulómun og niðurstaðan var sú að ég var kominn með slitgigt og brjóskið orðið mjög lélegt. Þá ákvað ég að kaupa mér Nutrilenk Gold og byrjaði að taka 4 töflur á dag fyrstu 3 mánuðina, síðan 3 eftir það. Finn ekki lengur til í vinstra hnénu og hef ekki fengið verk í nokkra mánuði. Hef prufað að skokka og finn ekki til og eins er golfsveiflan í fínu lagi.

## Byggingarefni brjóskvefs

Helstu innihaldsefnin í Nutrilenk Gold er kondrótín, kollagen og kalk en til þess að gera þessi innihaldsefni eins virk og kostur er, þá er það meðhöndlað með ensími (hvata) sem smækkar stóru mólekúlin og gerir það frásogunarhæft og virkt sem frábært byggingarefni fyrir brjóskvef. Að auki inniheldur Nutrilenk Gold C-vítamín, D-vítamín og mangan til að auka virkni efnisins sem mest

Stefán Steinsen hefur góða reynslu af Nutrilenk Gold eftir að hann fékk slitgigt. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

> ” Finn ekki lengur til í vinstra hnénu og hef ekki fengið verk í nokkra mánuði. Hef prufað að skokka og finn ekki til og eins er golfsveiflan í fínu lagi“
>
> Stefán Steinsen

# Gæludýr gera lífið betra

**Að eiga gæludýr hefur ýmsa heilsufarslega kosti. Hundar og kettir geta veitt mikla andlega fyllingu þar sem eigandinn tengist þeim tilfinningaböndum. Fjöldi rannsókna styður það að gæludýr bæti líf fólks á öllum aldri.**

Sandra Guðrún Guðmundsdóttir
sandragudrun@frettabladid.is

Rannsóknir á skólabörnum hafa sýnt fram á að börn sem eiga gæludýr læra að sýna öðrum samkennd. NORDICPHOTOS/GETTY

Að eiga gæludýr hefur ýmsa heilsufarslega kosti. Hundar og kettir geta veitt mikla andlega fyllingu þar sem eigandinn tengist þeim tilfinningaböndum. Fjöldi rannsókna styður það að gæludýr bæti líf fólks á öllum aldri.

Dr. Greg Fricchione sálfræðingur við Harvard háskóla hefur skoðað hvernig tengsl manna og dýra geta bætt heilsu fólks. Hann segir að mannfólki líði best og fái síður sjúkdóma ef það upplifir öryggi og tengist öðrum tilfinningaböndum. Að tengjast gæludýri getur veitt fólki mikla lífsfyllingu. Að sögn Dr. Fricchioe finna hundaeigendur sérstaklega fyrir öryggi þar sem hundarnir veita eiganda sínum skilyrðislausa ást. Hann segir að það hugsa um kött eða hund gefi fólki tilgang í lífinu og fólk upplifi að það skipti einhvern máli. Nokkurra ára gömul rannsókn sýndi fram á að oxýtósín framleiðsla jókst bæði hjá hundum og eigendum þeirra ef eigandinn horfði beint í augu hundsins. Oxýtósín er hormón sem meðal annars tengist tengslamyndun.

## Bætir andlega og líkamlega heilsu

Að eiga gæludýr bætir ekki bara andlega heilsu fólks. Það getur líka bætt líkamlega heilsu. Þegar fólk upplifir tenginu við gæludýrið sitt sendir heilinn frá sér boð sem minnka streitu. Þessi boð hafa áhrif á öndun, blóðþrýsting, súrefnisinntöku og draga úr kvíða. Samkvæmt skýrslu sem Harvard háskóli gaf út um kosti þess að eiga hund, getur það eitt að klappa hundi lækkað blóðþrýsting fólks.

Annar líkamlegur ávinningur þess að eiga gæludýr, aðallega hunda í þessu tilviki, er að þau krefjast hreyfingar, það þarf að leika við dýrin og viðra þau. Að fara með hund í göngutúr hefur einnig félagslegan ávinning. Hundaeigendur hittast gjarnan og spjalla um hundana sína og slíkt getur haft mikið að segja fyrir fólk sem er ef til vill félagslega einangrað. Samkvæmt skýrslunni frá Harvard háskóla hjálpar hundaeign eigandanum að vera yfirvegaðri og meira í núinu. Að eiga hund gerir börn virkari, ábyrgari og öruggari og bætir líf eldra fólks.

## Börn og gæludýr

Rannsókn á skólabörnum sýndi að þau börn sem áttu gæludýr voru vinsælli meðal samnemenda sinna en önnur börn, auk þess virtust þau eiga auðveldara með að sýna samkennd með öðrum börnum. Samkennd með öðru fólki er eitt mikilvægasta einkenni góðrar andlegar heilsu. Börn sem þurfa að bera ábyrgð á gæludýri öðlast ábyrgð og skilning á hvað þarf að gera til að gæludýrinu líði vel. Þessi ábyrgð hjálpar börnunum að öðlast samkennd með öðrum.

Rannsóknir hafa einnig sýnt að sjálfstraust bæði barna og unglinga sem eiga gæludýr er betra. Stór rannsókn á þýskum unglingum leiddi í ljós að þeir unglingar sem áttu hund fundu síður fyrir eirðarleysi, einmanaleika, leiðindum, þunglyndi, örvæntingu og tilgangsleysi en þeir unglingar sem ekki áttu hund. Unglingunum sem áttu hund fannst lífið skemmtilegra og horfðu á það jákvæðari augum en samanburðarhópurinn.

Fjöldi rannsókna styður að umgengni við dýr bætir heilsu eldra fólks. NORDICPHOTOS/GETTY

Í stórri ástralskri rannsókn á börnum sem ólust upp með gæludýr á heimilinu kom í ljós að þau fóru frekar í gönguferðir með fjölskyldu sinni en önnur börn. Þeim fannst næst skemmtilegast af öllu að leika sér úti við gæludýrin sín, það var í öðru sæti á eftir því að leika sér við vini sína. Unglingsstúlkur í rannsókninni sögðu einnig að þær upplifðu sig öruggari einar á göngu ef hundurinn þeirra var með.

## Eldra fólk og gæludýr

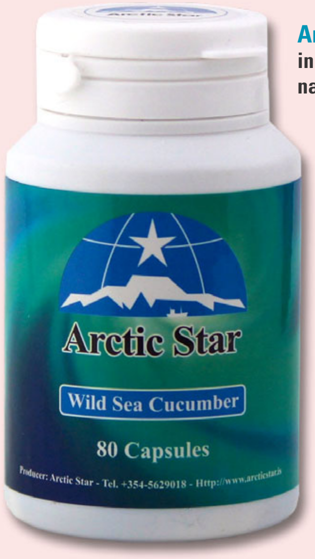
Fjöldi rannsókna hefur sýnt fram á kosti þess að gamalt fólki eigi eða umgangist gæludýr reglulega. Ástalir hafa verið duglegir að rannsaka tengsl fólks og gæludýra og önnur áströlsk rannsókn sýndi að einu og hálfu ári eftir að hundur var fenginn inn á hjúkrunarheimili þar í landi voru íbúarnir betur áttaðir, afslappaðri og kvörtuðu síður undan þreytu.

Hjúkrunarfræðingur við háskólann í Michigan hefur sýnt fram á að gæludýr geta framkallað félagslega svörun hjá fólki með Alzheimer sem bregst almennt ekki við öðru fólki. Kanadískar og japanskar rannsóknir á fólki 65 ára og eldra sýndu fram á að það að eiga gæludýr gerði það að verkum að fólki gekk betur að viðhalda virkni í daglegu lífi. Hundar reyndust sérlega gagnlegir við að hjálpa fólki að halda rútínu.

En þó að gæludýraeign geti verið góð heilsunni fylgja henni gallar líka. Gæludýr geta borið með sér bakteríur sem eru ekki góðar fyrir mannfólk. Þess vegna er mikilvægt fyrir gæludýraeigendur að gæta ávallt fyllsta hreinlætis. Það er mikilvægt að þvo sér alltaf um hendurnar eftir snertingu við gæludýr og eftir að hafa meðhöndlað eitthvað að af eigum dýrsins eins og búr, matardiska, leikföng og þess háttar. Auk þess er mikilvægt að tryggja heilsu gæludýrsins með því að fara með það reglulega til læknis og fylgja öllum reglum um bólusetningar og ormahreinsun. Auk þess skal hreinsa kattasandkassa daglega og hirða upp eftir hundinn í göngutúrum.

**SÆBJÚGNAHYLKI FYRIR HEILSUNA**

Arctic Star




**Arctic star sæbjúgnahylki**
innihalda yfir fimmtíu tegundir af næringarefnum, og eru þekkt fyrir:

- Hátt próteininnihald og lágt fituinnihald
- Að minnka verki í liðum og liðamótum
- Að byggja upp brjósk og draga úr tíðni liðskemmda
- Að bæta ónæmiskerfið
- Að auka blóðflæði
- Að koma í veg fyrir æðakölkun
- Að auka orku líkamans, stuðla að myndun húðpróteins og insúlins

ÍSLENSK FRAMLEIÐSLA, Framleiðandi er Arctic Star ehf. Allar nánari upplýsingar fást á www.arcticstar.is

Arctic Star sæbjúgnahylki
Varan fæst í flestum apótekum, heilsubúðum og hagkaupum.

info@arcticstar.is - www.arcticstar.is
Síðumúli 31 - 108 Reykjavík - S: 562-9018 / 898-5618

ALLT INNIFALIÐ
MEÐ ÖLLUM LEGSTEINUM
AÐ AUKI ER 25% AFSLÁTTUR AF ÖLLUM STEINUM
2042
214.900 KR.
161.175 KR.
2020
287.900 KR.
215.925 KR.
104
462.900 KR.
347.175 KR.
6080
477.900 KR.
358.425 KR.
115
451.900 KR.
338.925 KR.
113
343.900 KR.
257.925 KR.
117
367.900 KR.
275.925 KR.
106
355.900 KR.
266.925 KR.
2006
271.900 KR.
203.925 KR.
114-1
430.900 KR.
323.175 KR.
129
427.900 KR.
320.925 KR.
ÖLL VERÐ MIÐAST VIÐ
FULLBÚINN STEIN MEÐ UPPSETNINGU
AUKAHLUTIR S.S. LUKT OG VASI FYLGJA EKKI MEÐ Í TILBOÐI
ATH. GRANÍTHÖLLIN ER FLUTT
ÚR MÖRKINNI 4,
AÐ FOSSALEYNI 16, 112 REYKJAVÍK
*Frí uppsetning miðast við uppsetningu á höfuðborgarsvæðinu.
Með fyrirvara um prentvillur og uppseldar vörur.
FOSSALEYNI 16
112 REYKJAVÍK
Graníthöllin
Legsteinar
SÍMI 555 3888
GRANITHOLLIN.IS

# Heilnæmt og huggulegt haustnasl

Haustkvöldin eru töfrandi og rómantískur tími. Kvöldmyrkrið kallar á inniveru, nánd, huggulega birtu og notalegan mat sem veitir vellíðan og hamingju með tilveruna.


Þórdís Lilja Gunnarsdóttir
thordisg@frettabladid.is

Þegar skammdegið nálgast kallar hugurinn oft á mat sem huggar og umvefur sálina. Oftar en ekki eru þeir réttir orkumiklir, þungir og stundum hitaeiningaríkir en það er ekkert mál og alls ekki síðra að elda kósímat sem er hollur, bragðgóður og með beina tengingu í náttúru og uppskeru heimsins.

Hér gefast tveir heilnæmir og ljúffengir réttir sem kæta bæði munn og maga þeirra sem njóta. Þeir kalla á smávegis nostur yfir eldamennskunni en hvað er það á milli vina þegar ekkert er að gera annað en að hafa það huggulegt saman í haustvindum og kertaljósum? Það er svo upplagt að taka saman skrafl eða tafl eftir matinn, eða þá Ólsen, Ólsen og slönguspil við krakkana.

Sætar, fylltar kartöflur með girnilegum baunum, fetaosti, grillaðri papriku og gómsætum kryddjurtum gleðja bæði munn og maga. NORDIC PHOTOS/GETTY

## Fylltar sætar kartöflur

Sætar kartöflur eru einstaklega hollar og góðar. Þær eru trefjamiklar og innihalda nauðsynleg vítamín og steinefni, eins og A-vítamín, B6-vítamín og magnesíum.

**4 sætar kartöflur af miðlungsstærð**
**1 dós svartar baunir eða nýrnabaunir**
**¼ bolli maísbaunir**
**¼ bolli fetaostur**
**¼ bolli grilluð rauð paprika**
**3 msk. góð ólífuolía**
**3 msk. steinselja eða kóríander, smátt saxað**
**Salt og pipar**

### Aðferð:

Stingið nokkur göt á sætu kartöflurnar með litlum hnífi og bakið í ofni við 180°C þar til orðnar mjúkar. Blandið saman svörtum baunum, fetaosti, grillaðri papriku, ólífuolíu, steinselju, salti og pipar. Skerið því næst kartöflurnar í tvennt og skrapið kartöflukjötið úr hverjum helming. Setjið í pott og hrærið smjöri og púðursykri saman við. Fyllið þá kartöfluhýðin með svolitlu af kartöflumúsinni ásamt gómsætri baunablöndunni og bakið í ofni við 180°C í 10 mínútur. Toppið með sýrðum rjóma, til dæmis með graslauk eða habanero.

Hvað er heimilislegra en ilmur af bökuðum eplum með kanil og möndlum?

## Bökuð epli með kanilosti og möndlum

Þessi ljúfi og holli eftirréttur fyllir heimilið af unaðslegri angan og krónar notalegan málsverð á haustkvöldi.

**3 epli, skorin í tvennt og kjarnhreinsuð**
**½ bolli saxaðar möndlur**
**1 og ½ bolli vatn**
**1 og ½ msk. smjör, skorið í 6 þunna bita (kaldir)**
**Kanill**

**250 g mascarpone-ostur**
**1 og ½ msk. hlynsíróp**
**½ tsk. kanill**
**½ tsk. vanilludropar**
**¼ tsk. múskat**

### Aðferð:

Hitið ofn í 180°C. Raðið eplahelmingunum í eldfast mót með sárið upp, setjið smjör í kjarnaholuna og stráið svolitlum kanil og söxuðum möndlum yfir eplin. Hellið vatninu í mótið og breiðið yfir með álpappír. Bakið í 30 mínútur. Á meðan á bakstrinum stendur er góður tími að setja mascarpone-ost, hlynsíróp, kanilduft, vanilludropa og múskat í skál og hræra varlega saman. Takið eplin úr ofninum og berið fram volg með 1 til 2 matskeiðum af mascarpone-ostablöndunni.

## Bílar & Farartæki

SUZUKI

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

**SUZUKI**
**Skeifunni 17, 108 Reykjavík**
**Sími: 568 5100**
**suzukisport@suzuki.is**
**Suzuki.is**

KRÓKUR

**ÞARFTU AÐ KAUPA EÐA SELJA BÍL?**

Bilauppbod.is er uppboðsvefur þar sem þú getur keypt eða selt bíl á einfaldan og hagkvæman hátt. Kynntu þér málið. www. bilauppbod.is Sími 522-4610.

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

## Fjórhjól

## Hjólhýsi

**HJÓLHÝSI.COM**
Stórglæsilegt nýtt Hobby Landhaus til sölu

Einstakt hús með:
Aldi hitun
Tveimur rafgeymum
Sólarsellum
12V Rafgeymum
Sturta
Salerni
Ískápur
Útvarp
Sjónvarp

Húsið er til afgreiðslu strax.
**fsp á kriben@simnet.is eða í síma: 8634449**

## Þjónusta

### Hreingerningar

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

### Bókhald

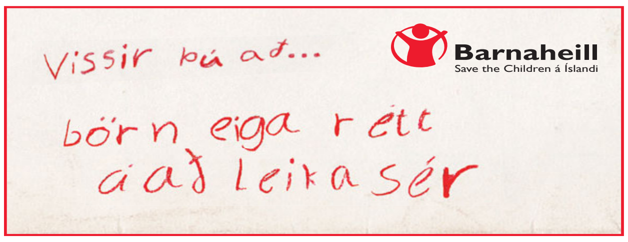
Bókhald, VSK, laun, skattskýrslur og stofnun fyrirtækja. Fagleg vinnubrögð á sanngjörnu verði. Bókhald og þjónusta ehf. Sími 511 2930.

### Málarar

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

### Búslóðaflutningar

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




## Húsaviðhald

FLÍSALAGNIR - MÚRVERK - FLOTUN - SANDSPARSL - MÁLUN - TRÉVERK
Ásamt öllu almennu viðhaldi fasteigna.

Áratuga reynsla og þekking skilar fagmennsku og gæðum.

Tímavinna eða tilboð.

Strúctor byggingaþjónusta ehf.

S. 893 6994

**Mazda CX-5 Vision**
Nýskráður 3/2015, ekinn 140 þús.km., bensín, sjálfskiptur.
Verð kr. 2.490.000
Afborgun kr. 31.386 á mánuði.*

**Mercedes-Benz B 180 CDi**
Nýskráður 6/2007, ekinn 116 þús.km., dísel, sjálfskiptur.
Verð kr. 1.290.000
Allt að 100% fjármögnun í boði

**Honda Civic Prestige**
Nýskráður 3/2018, ekinn 12 þús.km., bensín, beinskiptur.
Verð kr. 3.290.000
Afborgun kr. 41.419 á mánuði.*

**Honda CR-V Executive**
Nýskráður 11/2014, ekinn 51 þús.km., bensín, sjálfskiptur.
Verð kr. 3.390.000
Afborgun kr. 42.673 á mánuði.*

**Honda CR-V Lifestyle**
Nýskráður 5/2015, ekinn 63 þús.km., dísel, beinskiptur.
Verð kr. 3.190.000
Afborgun kr. 40.165 á mánuði.*

*Afborgun miðast við 80% lánshlutfall í 7 ár. Árleg hlutfallstala kostnaðar er 8,94%

BERNHARD
NOTAÐIR BÍLAR
Bílakjarnanum • Eirhöfða 11 • Sími 551 7171 • notadir.bernhard.is


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

Húsasmiðameistari. Alhliða smíðavinna, tilboð eða tímavinna. Sími 888-8300 eða á thorarinnscheving@live.com

## Spádómar

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

# Keypt & Selt

## Til sölu

mýranaut

Gæða ungnautakjöt í 10 ár beint frá býli. Minnst 1/8 úr skrokk. Hakk, gúllas, snitsel og steikur. www. myranaut.is s. 868 7204

## Óskast keypt

**STAÐGREIÐUM OG LÁNUM ÚT Á: GULL, DEMANTA, VÖNDUÐ ÚR OG MÁLVERK!**
Hringar, hálsmen, armbönd, Rolex, Cartier, Patek Philippe o.fl. Hringdu núna og fáðu tilboð þér að kostnaðarlausu!

www.kaupumgull.is

**Opið mán - fös 11-16, Skipholt 27, 105**

**Upplýsingar í síma 782 8800**

# 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**

Til leigu mjög góð 4 herb. 85 fm íbúð að Strandgötu í HFJ. Verð 265.000 Nánari upplýsingar í s. 663 5790

## Atvinnuhúsnæði

**VERSLUNAR- OG SKRIFSTOFUHÚSNÆÐI TIL LEIGU**
Til leigu í Bolholti 4, næsta húsi við Laugaveg 178
Verslunarhúsnæði á götuhæð 235 fm. Laust strax.
Skrifstofuhúsnæði á 2. hæð. 150 fm. Laust fljótlega.
Skrifstofuhúsnæði á 5. hæð. 180 fm. Laust strax.
**Uppl. í s: 893-8166 eða grensas@gmail.com.**
**Grensás ehf. / Ragnar**

## Geymsluhúsnæði

**WWW.GEYMSLAEITT.IS**
Sérgeymslur á mjög góðum verðum. Frá 2-17 m2. S: 564-6500

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

**UPPHITUÐ FERÐAVAGNAGEYMSLA Í BORGARFIRÐI**
Getum bætt við okkur tjaldvögnum og fellihýsum í vetur. S. 773-3376.

# Atvinna

## Atvinna í boði

Óska eftir eldri mönnum í húsaviðgerðir, helst með reynslu. Íslenskumælandi. Uppl. í síma 616 1569.

## Atvinna óskast

**VANTAR ÞIG SMIÐI, MÚRARA, MÁLARA EÐA AÐRA STARFSMENN?**
Höfum á skrá menn sem geta hafið störf með skömmum fyrirvara.
**Proventus starfsmannaþjónusta - proventus.is Sími 551-5000 Netfang proventus@proventus.is**

## Létt og skemmtileg spænskunámskeið

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

**Byrjendanámskeið:**
Mánudaga og miðvikudaga 10:00 - 11:30
Mánudaga og miðvikudaga 19:15 - 20:45
Þriðjudaga og fimmtudaga 13:30 - 15:00
Þriðjudaga og fimmtudaga 17:30 - 19:00

**Framhaldsnámskeið spænska II:**
Mánudaga og miðvikudaga 17:30 - 19:00
Þriðjudaga og fimmtudaga 10:00 - 11:30

**Framhaldsnámskeið spænska III:**
Mánudaga og miðvikudaga: 13:30 - 15:00

**Námskeiðin hefjast 16. og 17. september**
Verð á mann er 32.000 kr.
**Upplýsingar í síma 698 5033 eða**
spaenskuskolinnhablame@gmail.com
***Facebook:*** Spænskuskólinn Háblame
***Instagram:*** Spænskuskólinn Háblame

STRÁ

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

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

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

www.stra.is

## Til hvers að auglýsa ?

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

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

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

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

# Við ráðum

Ráðum býður upp á ráðgjöf og ráðningarþjónustu sniðna að þörfum viðskiptavinarins.

**Stjórnendaleit**
Reynsla og gott tengslanet sérfræðinga Ráðum skilar árangri þegar finna þarf æðstu stjórnendur eða fólk í stjórnir fyrirtækja.

**Ráðningar millistjórnenda og sérfræðinga**
Góður gagnagrunnur, gott tengslanet og áralöng reynsla á ráðningarmarkaði eykur líkurnar á því að finna hæfasta einstaklinginn í starfið.

**Almennar ráðningar á markaði**
Öflun umsækjenda í almenn störf er ein helsta áskorun fyrirtækja í dag. Þekking á markaðnum er því mikilvæg og þar skiptir reynslan miklu máli. Með leit í gagnagrunni eða auglýsingu í viðeigandi miðlum aðstoðar Ráðum fyrirtæki við að finna hæfasta einstaklinginn í starfið.

**Sveigjanleg nálgun**
Sérstaða Ráðum liggur í sveigjanlegri nálgun á ráðningarverkefnið. Fyrir utan að sjá um allt ráðningarferlið komum við til móts við þarfir fyrirtækja með því að sjá um hluta þess ef þörf krefur, t.d. bakgrunnskannanir, hæfnismat eða starfstengdar æfingar.

**Matstæki**
Ráðum notast við nýjustu aðferðir við að meta hæfni og persónuleikaþætti sem geta skipt sköpum í ráðningum. Ráðum er í samstarfi við bandaríska mannauðslausnafyrirtækið CEB sem er í fararbroddi í persónuleikaprófum og öðrum matstækjum sem eru sérstaklega hönnuð til að greina sérstöðu og hæfileika einstaklinga áður en ráðning fer fram.

Þannig er hægt að finna hæfasta einstaklinginn með talsverðri nákvæmni. Persónuleikamatið OPQ32 og DSI (Dependability & Safety Index) skimunarprófið hafa t.d. verið stöðluð og staðfærð að íslenskum markaði.

**Ráðgjöf við starfslok**
Viðskilnaður fyrirtækis við starfsmann skiptir höfuðmáli þegar fyrirtækið á frumkvæðið að starfslokum. Ráðum býður upp á viðtal við ráðgjafa sem felur m.a. í sér upplýsingar um atvinnumarkaðinn, ráðgjöf varðandi starfsferilskrá og kynningarbréf og hagnýt atriði varðandi starfsleit og atvinnuviðtöl.

ráðum
ráðningarstofa

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

Reykjavíkurborg
Umhverfis- og skipulagssvið

## Auglýsingar um breytingu á deiliskipulagi í Reykjavík

**Í samræmi við 1. mgr. 43. gr. skipulagslaga nr. 123/2010, eru hér með auglýstar tillögur að breytingu á deiliskipulagi í Reykjavík.**

### Gufunes, Skemmtigarður
Á fundi skipulags- og samgönguráðs þann 14. ágúst 2019 og borgarráði Reykjavíkur þann 22. ágúst 2019 var samþykkt að auglýsa tillögu að breytingu á deiliskipulagi Gufuness. Í breytingunni felst m.a. að byggingareitir eru stækkaðir innan afnotasvæðis, gólfkóti bygginga hækkaður um 2 m. Byggingarmagn aukið um 1650 fm. og bráðabirgðareitur sameinaður nýjum byggingareit og heimilt er að vera með allt að 25 smáhýsi á afnotasvæðinu, hámarksstærð að grunnfleti 45 fm. hvert hús. Nánar um tillöguna vísast til kynningargagna.

### Hamrahlíð 17
Á fundi skipulags- og samgönguráðs þann 14. ágúst 2019 og borgarráði Reykjavíkur þann 22. ágúst 2019 var samþykkt að auglýsa tillögu að breytingu á deiliskipulagi Stakkahlíð á lóðinni nr. 17 við Hamrahlíð. Í breytingunni felst að byggja inndregna hæð ofan á húsið.
Nánar um tillöguna vísast til kynningargagna.

### Hringbraut 116
Á fundi skipulags- og samgönguráðs þann 14. ágúst 2019 og borgarráði Reykjavíkur þann 22. ágúst 2019 var samþykkt að auglýsa tillögu að breytingu á deiliskipulagi Byko reits á lóðinni nr. 77 við Sólvallagötu og nr. 116 við Hringbraut. Í breytingunni felst að hámarksfjöldi íbúða er hækkaður úr 70 íbúðum í 84 íbúðir, inn- og útkeyrsla í bílakjallara heimiluð frá Hringbraut en engin útkeyrsla við Sólvallagötu og að svalir megi ná út fyrir lóðarmörk á byggingu sem stendur við Hringbraut. Nánar um tillöguna vísast til kynningargagna.

Tillögurnar má einnig fara yfir á skjá og tölvu í þjónustuveri Reykjavíkurborgar að **Borgartúni 12-14**, 1. hæð, virka daga kl. 8:20 – 16:15 **frá 10. september 2019 til og með 22. október 2019**. Einnig má sjá tillögurnar á vefsíðunni, ***www.reykjavik.is***, **skipulag í kynningu**. Eru þeir sem telja sig eiga hagsmuna að gæta hvattir til að kynna sér tillögurnar. **Ábendingum og athugasemdum við tillögurnar skal skila skriflega til skipulagsfulltrúa eða á netfangið *skipulag@reykjavik.is*, eigi síðar en 22. október 2019. Vinsamlegast notið uppgefið netfang fyrir innsendar athugasemdir með tölvupósti.**

Reykjavík 10. september 2019
Skipulagsfulltrúi Reykjavíkur

Borgartúni 12-14, 105 Reykjavík, sími: 411 1111, www.reykjavik.is

## SKIPULAGSMÁL Í GARÐABÆ

**Bæjarstjórn Garðabæjar auglýsir hér með tillögur að breytingum deiliskipulaga í samræmi við 1. mgr. 41 gr. skipulagslaga nr. 123/2010 sbr. 1 mgr. 43. gr. sömu laga.**

**Maríugata 1-3, tillaga að breytingu á deiliskipulagi austurhluta Urriðaholts 1. áfangi.**
Tillagan gerir ráð fyrir að íbúðum á lóð er að fjölgað um 8 íbúðir, úr 20 íbúðum í 24 íbúðir í hvoru húsi, samtals úr 40 íbúðum í 48 íbúðir á lóð.

**Bessastaðir á Álftanesi**
Tillagan gerir ráð fyrir breytingum á aðkomu og bílastæðum framan við Bessastaði. Gert er ráð fyrir að bílastæði sem sýnd eru í brekkunni norðan og vestan við kirkju verð flutt yfir á túnið norðan við núverandi heimreið og fjær forsetasetrinu. Gert verður ráð fyrir um 110 bílastæðum sem munu hafa grænt yfirbragð og ætlað að vera áfram hluti af túnum Bessastaða. Gert verður ráð fyrir stæðum fyrir hópferðabíla meðfram heimreið að norðanverðu. Öryggishlið færist til.
Markmið breytingartillögunnar er að að bæta öryggi og aðgengi ferðamanna og annara sem sækja Bessastaði heim.

Tillögurnar eru aðgengilegar á vef Garðabæjar, www.gardabaer.is og í þjónustuveri. Þeir sem telja sig eiga hagsmuni að gæta er gefinn kostur á að senda inn skriflegar athugasemdir til og með 22. október 2019, annað hvort á netfangið skipulag@gardabaer.is eða á bæjarskrifstofur Garðabæjar, Garðatorgi 7, 210 Garðabæ.

GARÐABÆR
GARÐATORGI 7 • SÍMI 525 8500 • GARDABAER.IS

job
Finnum draumastarfið saman

*Erum við að leita **að þér?***

# VEÐUR, MYNDASÖGUR & ÞRAUTIR

## Þriðjudagur

| Staður | Hiti (°C) | Vindur (m/s) |
|---|---|---|
| Reykjavík | 9 | 9 |
| Ísafjörður | 5 | 6 |
| Akureyri | 9 | 2 |
| Egilsstaðir | 10 | 4 |
| Kirkjubæjarkl | 8 | 10 |
| Hveravellir | 3 | 5 |

Norðlæg eða breytileg átt, 3-10 m/s og skúrir á víð og dreif. Vaxandi austanátt í nótt, víða 8-13 á morgun, en 13-18 við suðurströndina fram yfir hádegi. Rigning á sunnanverðu landinu og einnig norðan heiða síðdegis. Norðlægari vindar annað kvöld. Hiti 8 til 14 stig, mildast S-lands.

## Miðvikudagur

| Staður | Hiti (°C) | Vindur (m/s) |
|---|---|---|
| Reykjavík | 10 | 5 |
| Ísafjörður | 3 | 5 |
| Akureyri | 7 | 5 |
| Egilsstaðir | 10 | 9 |
| Kirkjubæjarkl | 12 | 7 |
| Hveravellir | 3 | 6 |

## Fimmtudagur

| Staður | Hiti (°C) | Vindur (m/s) |
|---|---|---|
| Reykjavík | 9 | 4 |
| Ísafjörður | 3 | 4 |
| Akureyri | 3 | 1 |
| Egilsstaðir | 2 | 2 |
| Kirkjubæjarkl | 9 | 2 |
| Hveravellir | 3 | 5 |

### LÉTT

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

### MIÐLUNGS

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

### ÞUNG

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

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

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

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

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 Skár
5 Pota
6 Samtök
8 Böðun
10 Í röð
11 Bál
12 Íþróttafélag
13 Andvari
15 Krydd
17 Guma

**LÓÐRÉTT**
1 AFL
2 Gas
3 Vefnaðarvara
4 Söngla
7 Þræta
9 Kvk. nafn
12 Pússa
14 Aldur
16 Tveir eins

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

**LÁRÉTT:** 1 betur, 5 ota, 6 aa, 8 laugun, 10 mn, 11 eld, 12 fram, 13 gráð, 15 negull, 17 karla.
**LÓÐRÉTT:** 1 bolmagn, 2 etan, 3 tau, 4 raula, 7 andmæla, 9 gerður, 12 fága, 14 rek, 16 íl.

## Skák Gunnar Björnsson

Andersson átti leik gegn Hagloff árið 1968.

Svartur á leik

**1...Hxe4! 2. Dd3 Df5! 3. Hg1 Hxe1! 0-1.** Hörðuvallaskóli varð um helgina Norðurlandameistari grunnskólasveita. Barnaskólasveitin varð í þriðja sæti. Hannes Hlífar Stefánsson sigraði á alþjóðlegu móti sem lauk í Túnis um helgina.
**www.skak.is:** Haustmót TR í fullum gangi.

## Pondus

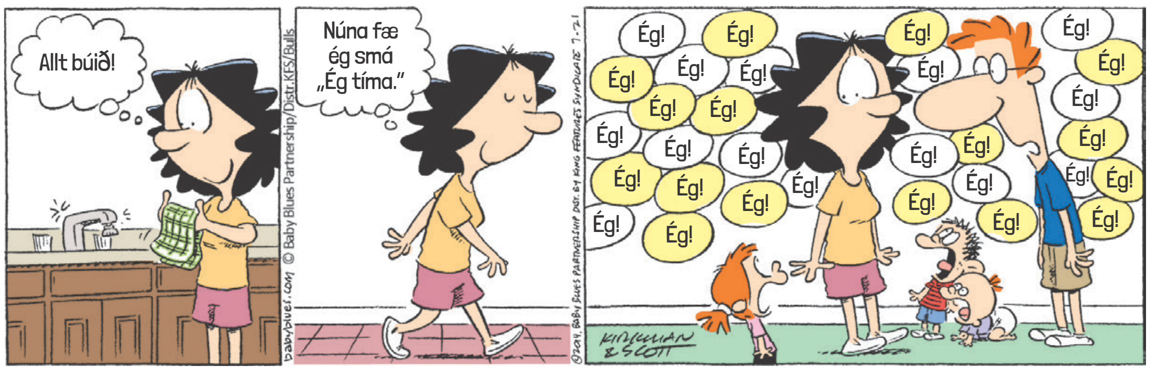
Eftir Frode Øverli

## Gelgjan

Eftir Jerry Scott & Jim Borgman

## Barnalán

Eftir Jerry Scott & Rick Kirkman



DIDRIKSONS

# REGNFATNAÐUR
## Í EINSTÖKU ÚRVALI

ELLINGSEN

FISKISLÓÐ 1 REYKJAVÍK / TRYGGVABRAUT 1–3 AKUREYRI / 580 8500 / SÍÐAN 1916 / WWW.ELLINGSEN.IS

# Í senn fyndin og mikilfengleg

**TÓNLIST**

**Brúðkaup Fígarós eftir Mozart í uppfærslu Íslensku óperunnar.**

★★★★★

**Óperusýning**

**Hljómsveitarstjóri:** Bjarni Frímann Bjarnason.

**Leikstjóri:** John Ramster.

**Lýsing:** Halldór Örn Óskarsson.

**Sviðshreyfingar:** Katrín Gunnarsdóttir.

**Helstu hlutverk:** Andrey Zhilikhovsky, Eyrún Unnarsdóttir, Andri Björn Róbertsson, Þóra Einarsdóttir, Karin Björg Torbjörnsdóttir, Davíð Ólafsson og Hanna Dóra Sturludóttir. Kór og hljómsveit Íslensku óperunnar.

**Kórstjóri:** Magnús Ragnarsson.

**Útkoman einkenndist af óheftu flæði, spennu og léttleika.**

Kvikmyndin The Shawshank Redemption er byggð á sögu eftir Stephen King og fjallar um mann ranglega dæmdan í fangelsi. Aðalpersónan, sem leikin er af Tim Robbins, fær það verkefni að setja upp bókasafn í fangelsinu. Hann þarf að fara í gegnum gnægð bóka og rekst á kassa með hljómplötum. Þar á meðal eru atriði úr óperum eftir Mozart. Hann læsir þá fangavörðinn inni á klósetti, tengir kallkerfi fangelsins við plötuspilarann og leyfir föngunum að njóta tónlistarinnar um stund. Þetta er ein áhrifamesta senan í myndinni, fegurð tónlistarinnar er svo háleit að fangarnir upplifa sig frjálsa í nokkur augnablik.

Tónlistin er úr Brúðkaupi Fígarós, sem var frumsýnd í Íslensku óperunni á laugardagskvöldið. Þetta er gamanópera, söguþráðurinn er farsi sem gengur út á misskilning á misskilning ofan. Fólk bregður sér í dulargervi, villir á sér heimildir og upplifir öfgakenndar tilfinningasveiflur. Sagan er óttaleg della, en tónlistin er ægifögur og meistaralega samsett, með ótal grípandi melódíum.

**Hringsviðið kom vel út**

Að þessu sinni er sýningin í Þjóðleikhúsinu, en ekki í Hörpu eins og undanfarin ár. Ég veit ekki hvort þetta er framtíðarstefna Íslensku óperunnar, en breytingin er ekki slæm. Eldborg Hörpu er vissulega góður tónleikasalur með voldugum hljómburði, og sem slíkur ber hann höfuð og herðar yfir sal Þjóðleikhússins. Hins vegar er sviðið í Eldborginni ekki leiksvið; þar er enginn turn til að geyma leikmynd á milli atriða, og svo er ekkert hringsvið. Það sem hér var notað var einstaklega skemmtilegt, sífellt var eitthvað að gerast.

Hin svokallaða kóreógrafía, sem var stýrt af Katrínu Gunnarsdóttur, byggðist á stöðugri hreyfingu á milli sviðsmynda. Meginþráðurinn var ávallt áhugaverður, þrunginn togstreitu sem þó leitaði alltaf jafnvægis, og smáatriðin í bakgrunninum vöktu kátínu. Hvort tveggja hélt manni föngnum, hvergi var dauður punktur.

**Fyndið og spennandi**

Leikstjórnin, sem var í höndunum á John Ramster, var sérlega lífleg og vel heppnuð. Leikurinn var eðlilegur og fyndinn. Söngvarar eru ekkert endilega trúverðugir leikararar, en þeir voru það svo sannarlega hér. Útkoman einkenndist af óheftu flæði, spennu og léttleika.

Tónlistarflutningurinn var frábær. Hljómsveitin var í banastuði undir öflugri stjórn Bjarna Frímanns Bjarnasonar. Samspil hljóðfæraleikara og söngvara var í góðu samræmi. Tónlistin byggir að hluta á flóknum samsöngsatriðum sem voru snilldarlega útfærð, skýr og fumlaus. Hver einasti söngvari skilaði þar hlutverki sínu af fagmennsku.

**Stórbrotinn söngur**

Einsöngvararnir voru hver öðrum betri. Andrey Zhilikhovsky og Andri Björn Róbertsson voru magnaðir, söngurinn lifandi og glæsilegur. Eyrún Unnarsdóttir var líka stórfengleg, sem og Þóra Einarsdóttir. Sérstaka aðdáun vakti frammistaða Karinar Bjargar Torbjörnsdóttur, sem lék unglinginn Cherubino. Söngur hennar var svo fönguleg og dillandi að einstakt var.

Í minni hlutverkum voru Davíð Ólafsson, Hanna Dóra Sturludóttir, Sveinn Dúa Hjörleifsson, Eyjólfur Eyjólfsson og fleiri. Leikur þeirra allra var kostulegur og hnyttinn.

Oft er valin sú leið að færa óperur til nútímans, með misjöfnum árangri. Að þessu sinni tilheyrðu búningarnir fornri tíð og komu prýðilega út. Búningarnir voru gerðir af Bridget Kimak, og voru smekklegir og sköpuðu flotta heildarmynd.

Almennt talað er þessi uppfærsla á Brúðkaupi Fígarós afar skemmtileg, full af húmor og mikilfengleik. Hér verður enginn svikinn.

**Jónas Sen**

**NIÐURSTAÐA:** Ákaflega vel heppnuð frumsýning sem einkenndist af gleði og fagmennsku. Svo sannarlega verður enginn svikinn.

## Hvað? Hvenær? Hvar? Þriðjudagur

hvar@frettabladid.is

**Strokkkvartettinn Sigga skipa þau Helga Þóra Björgvinsdóttir á fiðlu, Sigurður Bjarki Gunnarsson á selló, Una Sveinbjarnardóttir á fiðlu, og Þórunn Ósk Marínósdóttir á víólu. Kvartettinn verður í Salnum í kvöld.**

### 10. SEPTEMBER 2019

### Dans

**Hvað?** Milonga Tangófélagsins og Tangóævintýrafélagið
**Hvenær?** 20.30 - 22.30
**Hvar?** Iðnó, Vonarstræti 3
Argentínskur tangó dunar í Iðnó, Dj er Þórður, gestgjafi er Guðbjörg. Allir velkomnir og ekki þarf að mæta með dansfélaga. Aðgangseyrir er 1.000 krónur en frítt er fyrir 30 ára og yngri.

### Orðsins list

**Hvað?** Opin ráðstefna um samfélagslega þátttöku ungmenna á norðurslóðum
**Hvenær?** 12.-16
**Hvar?** Fyrirlestrasalur Þjóðminjasafnsins, Suðurgötu 41
Áhersla verður á forvarnir í geðheilbrigðismálum með áfallamiðaðri nálgun og virkri þátttöku ungmenna, virðingu fyrir menningarlegum fjölbreytileika og sjálfbærni.

**Hvað?** Óravíddir tungumálanna
**Hvenær?** 16.30
**Hvar?** Veröld, stofnun Vigdísar
Ragnar Karlsson flytur fyrirlestur sem nefnist Hnattvæðing, fjölmiðlun og menning: Ofsögum sagt af heimsþorpinu?

### Tónlist

**Hvað?** Tíbrártónleikar
**Hvenær?** 19.30
**Hvar?** Salurinn, Kópavogi
Strokkvartettinn Siggi flytur strengjakvartetta eftir fimm kventónskáld, þær Kaiju Saariaho, Fanny Mendelssohn, Karólínu Eiríksdóttur, Sofiu Gubaidulina og frumflytur verk eftir Arngerði Maríu Árnadóttur.

**Hvað?** Bjarni Sveinbjörnsson og hljómsveit
**Hvenær?** 20.30
**Hvar?** Kex hostel, Skúlagötu 28
Bassaleikarinn Bjarni Sveinbjörnsson er með eigið efni. Með honum leika Kjartan Valdemarsson á hljómborð, Snorri Sigurðarson á trompet og Gunnlaugur Briem á trommur. Tónlistin er fönkskotinn bræðingur ýmissa stíla.

# VAKNAÐU!

## Þú átt bara eitt líf

Neysla vímuefna og misnotkun lyfja færist sífellt í aukana meðal barna og ungmenna. Yngri börn en áður eru að fikta og aðgengi að hættulegum efnum er grátlega auðvelt. Við verðum að vakna! Vakna sem foreldrar, systkini, vinir, kennarar, ömmur og afar, frænkur og frændur. Vakna sem þjóð!

Styrkjum stórefldar forvarnir fyrir börn og ungmenni með því að kaupa **Á allra vörum** varasettið eða hringja í styrktarnúmer átaksins.

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| **907 1502** | **907 1504** | **907 1506** | **907 1508** | **907 1510** |
| 2.000 kr. | 4.000 kr. | 6.000 kr. | 8.000 kr. | 10.000 kr. |

á allra vörum

# DAGSKRÁ

# Þriðjudagur

## RÚV SJÓNVARP

**10.50 HM í körfubolta** Bein útsending frá leik Argentínu og Serbíu í 8-liða úrslitum á HM karla í körfubolta.
**12.50 Kastljós**
**13.05 Menningin**
**13.15 Augnablik - úr 50 ára sögu sjónvarps**
**13.30 Menningin - samantekt**
**14.00 Setning Alþingis** Bein útsending frá setningu Alþingis.
**15.00 Nautnir norðursins** Gísli Örn Garðarsson leikari ferðast um Grænland, Færeyjar, Ísland og Noreg og hittir kokka sem leiða hann í nýjan sannleik um hefðbundna matreiðslu og nýstárlega nálgun á þeim ótrúlega hafsjó af hráefni sem finna má við Norður-Atlantshafið. Framleitt af Sagafilm en leikstjóri er Hrafnhildur Gunnarsdóttir. e.
**15.30 Tónstofan**
**15.50 Íslendingar**
**16.50 Táknmálsfréttir**
**17.00 KrakkaRÚV**
**17.01 Ósagða sagan** Stórskemmtilegir þættir þar sem breskir grínistar sýna okkur þær hliðar á sögunni sem okkur er ekki kennt í skóla. e.
**17.27 Hönnunarstirnin** Stílistarnir Nico og Andrés leita að nýrri hönnunarstjörnu og leggja skemmtileg verkefni fyrir fjóra nýja keppendur. e.
**17.44 Bílskúrsbras** Tord rannsakar allt milli himins og jarðar og það kennir ýmissa grasa í bílskúrnum hans.
**17.50 Krakkafréttir** Fréttaþáttur fyrir börn á aldrinum 8-12 ára. Umsjón: Ísgerður Elfa Gunnarsdóttir og Sævar Helgi Bragason.
**18.00 Fréttayfirlit**
**18.05 Undankeppni EM karla í fótbolta 2020** Bein útsending frá leik Albaníu og Íslands í undankeppni EM karla í fótbolta.
**21.00 Attenborough: Furðudýr í náttúrunni** Vandaðir heimildarþættir frá BBC. David Attenborough fer með áhorfandann í ferðalag og sýnir furðuverur í náttúrunni.
**21.25 Ditte og Louise**
**22.00 Tíufréttir**
**22.25 Veður**
**22.30 Í leynum** Bresk spennuþáttaröð í sex hlutum um lögmanninn Mayu sem er skipuð yfirsaksóknari og hefst handa við að rannsaka gamalt mál sem hana grunar að ekki hafi verið rétt staðið að. Á sama tíma reynir eiginmaður hennar af öllum mætti að hylma yfir sína eigin fortíð. Atriði í þáttunum eru ekki við hæfi ungra barna.
**23.25 Haltu mér, slepptu mér** Sjötta þáttaröð af þessum rómantísku gamanþáttum um pör sem tengjast innbyrðis í Manchester á Bretlandi. Þáttaröðin gerist rúmum áratug eftir lok síðustu þáttaraðar og nú eru pörin komin á miðjan aldur og glíma við ný vandamál. Leikarar: Leikarar: James Nesbitt, John Thomson, Fay Ripley, Robert Bathurst og Hermione Norris.
**00.10 Dagskrárlok**

## GOLFSTÖÐIN

**08.00 Omega European Masters**
**12.30 Golfing World 2019**
**13.20 Omega European Masters**
**18.20 Golfing World 2019**
**19.10 Ryder Cup 2018**

## SJÓNVARP SÍMANS

**06.00 Síminn + Spotify**
**08.00 Dr. Phil**
**08.40 The Tonight Show**
**09.22 The Late Late Show**
**10.01 Síminn + Spotify**
**12.00 Everybody Loves Raymond**
**12.24 The King of Queens**
**12.44 How I Met Your Mother**
**13.06 Dr. Phil**
**13.47 American Housewife**
**14.08 George Clarke's Old House, New Home**
**14.54 90210**
**16.00 Malcolm in the Middle**
**16.20 Everybody Loves Raymond**
**16.45 The King of Queens**
**17.05 How I Met Your Mother**
**17.30 Dr. Phil**
**18.15 The Tonight Show**
**19.00 The Late Late Show**
**19.45 Jane the Virgin**
**20.30 Ný sýn**
**21.00 The Good Fight**
**21.50 Grand Hotel**
**22.35 Baskets**
**23.00 White Famous**
**23.35 The Tonight Show**
**00.20 The Late Late Show**
**01.05 NCIS**
**01.50 Chicago Med**
**02.35 The Fix**
**03.20 Queen of the South**
**04.05 Síminn + Spotify**

## RÚV RÁS EITT

**06.45 Morgunbæn og orð dagsins**
**06.50 Morgunvaktin**
**07.00 Fréttir**
**07.30 Fréttayfirlit**
**08.00 Morgunfréttir**
**08.30 Fréttayfirlit**
**09.00 Fréttir**
**09.05 Segðu mér**
**09.45 Morgunleikfimi**
**10.00 Fréttir**
**10.03 Veðurfregnir**
**10.13 Á reki með KK**
**11.00 Fréttir**
**11.03 Mannlegi þátturinn**
**12.00 Fréttir**
**12.02 Hádegisútvarp**
**12.20 Hádegisfréttir**
**12.40 Veðurfregnir**
**12.50 Dánarfregnir**
**12.55 Samfélagið**
**13.30 Setning Alþingis**
**15.00 Fréttir**
**15.03 Frjálsar hendur**
**16.00 Síðdegisfréttir**
**16.05 Víðsjá**
**17.00 Fréttir**
**17.03 Lestin**
**18.00 Spegillinn**
**18.30 Útvarp Krakka RÚV**
**18.50 Veðurfregnir**
**18.53 Dánarfregnir**
**19.00 Sumartónleikar evrópskra útvarpsstöðva**
**20.35 Mannlegi þátturinn**
**21.35 Kvöldsagan: Svipir dagsins og nótt**
**22.00 Fréttir**
**22.05 Veðurfregnir**
**22.10 Samfélagið**
**23.00 Lestin**
**00.00 Fréttir**
**00.05 Næturútvarp Rásar 1**

## STÖÐ 2 BÍÓ

**11.40 Surf's Up 2: WaveMania**
**13.05 Duplicity**
**15.10 The Little Rascals Save the Day**
**16.50 Surf's Up 2: WaveMania**
**18.15 Duplicity**
**20.20 The Little Rascals Save the Day**
**22.00 Den of Thieves**
**00.15 Lovelace**
**01.45 The Gift**
**03.30 Den of Thieves**

## STÖÐ 2

**07.00 The Simpsons**
**07.25 Friends**
**07.50 Gilmore Girls**
**08.30 Ellen**
**09.15 Bold and the Beautiful**
**09.35 First Dates**
**10.25 NCIS**
**11.05 Curb Your Enthusiasm**
**11.50 Um land allt**
**12.35 Nágrannar**
**13.00 American Idol**
**14.25 American Idol**
**15.55 The Village**
**16.40 The Goldbergs**
**17.00 Bold and the Beautiful**
**17.20 Nágrannar** Fylgjumst nú með lífinu í Ramsey-götu en þar þurfa íbúar að takast á við ýmis stór mál eins og ástina, nágranna- og fjölskylduerjur, unglingaveikina, gráa fiðringinn og mörg fleiri.
**17.45 Ellen**
**18.30 Fréttir Stöðvar 2**
**18.55 Ísland í dag**
**19.10 Sportpakkinn**
**19.20 Veður**
**19.25 Óminni** Magnaðir heimildarþættir sem veita okkur innsýn inn í íslenskan veruleika ungs fólks sem ánetjast hefur fíkniefnum.
**19.55 Planet Child** Stórgóð bresk þáttaröð þar sem fylgst er með rannsóknum á því hvernig börn upplifa lífið og tilveruna í Bretlandi og víðar um heiminn. Þættir eins og áhættutaka, sjálfstæði, siðferði og kynvitund eru skoðaðir með það að markmiði að auka skilning okkar á því hvernig börn þroskast. Yfir 2 milljarðar barna í heiminum lifa við afar ólíkar aðstæður og hér velta menn því fyrir sér hvort og þá hvernig uppeldið hafi áhrif á þær manneskjur við verðum með aldrinum.
**20.45 Succession**
**21.45 A Confession**
**22.35 The Deuce**
**23.40 Last Week Tonight with John Oliver**
**00.10 Veronica Mars**
**00.55 Wentworth**
**01.45 You're the Worst**
**02.15 Lucifer**
**02.55 Lucifer**
**03.40 Lucifer**
**04.20 S.W.A.T.**
**05.05 S.W.A.T.**

## STÖÐ 3

**19.10 Mom**
**19.35 The Big Bang Theory**
**20.00 Seinfeld**
**20.25 Friends**
**21.00 One Born Every Minute**
**21.50 Claws**
**22.35 The Knick**
**23.30 The Knick**
**00.25 Roswell, New Mexico**
**01.10 Westworld**
**02.10 Mom**
**02.35 The Big Bang Theory**
**02.55 Tónlist**

## STÖÐ 2 SPORT

**06.40 Frakkland - Albanía**
**08.20 Ísland - Moldóva**
**10.00 Meistaradeild Evrópu - fréttaþáttur**
**10.25 England - Búlgaría**
**12.05 Skotland - Belgía**
**13.45 Ísland - Armenía**
**15.25 Pepsi Max Mörk kvenna**
**16.30 Norður-Írland - Þýskaland**
**18.10 Undankeppni EM - Mörkin**
**18.35 England - Kósóvó**
**20.45 Undankeppni EM - Mörkin**
**21.10 UFC Now 2019**
**22.00 Albanía - Ísland**
**23.40 England - Kósóvó**

## 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

wagner

ÞÝSK HÖNNUN · EINSTÖK GÆÐI

EINU STÓLARNIR MEÐ

Dondola®

360°

VELTITÆKNI

# Einn besti skrifstofu-stóllinn fyrir bakveika

-36%

NÚ Á TILBOÐSVERÐI

**119.900 kr.**

ÁÐUR Á 189.900

Hirzlan Skrifstofuhúsgögn eru þessa dagana með sérstakt tilboðsverð á hinum rómuðu Wagner skrifstofustólum, þeir einu sem eru með Dondola® 360° veltihreyfingu á setu. Hreyfingin miðar að því að létta álag á bakið og styrkja það.

*ERGOMEDIC 100-3 skrifstofustól frá Wagner, þeir einu sem eru með Dondola® 360° veltihreyfingu á setu.*

**Skrifstofustólarnir frá Wagner hafa heldur betur slegið í gegn, enda hafa fjölmargir fagaðilar og einstaklingar mælt sérstaklega með þessum frábæru stólunum. Ólafur Gunnar Guðlaugsson barnabókahöfundur er einn þeirra.**

Ólafur Gunnar Guðlaugsson

„Ég hef unnið sem grafískur hönnuður, barnabókahöfundur og teiknari í nærri 30 ár. Eins og gefur að skilja er ekki mikil hreyfing við svona störf og ég sit nánast allan daginn við mína iðju. Það er auðvitað dauði og djöfull fyrir krónískt bakveikan mann. Í tugi ára hafði morgunrútína mín verið að liðka um klemmdu taugina í mjóbakinu, koma mér úr vinkilstöðu í lóðrétta. Sem sagt óþolandi og viðvarandi ástand sem var nóg til að æra óstöðugan.

Síðan kynntist ég Wagner stólunum með 360 gráðu Dondola veltitækninni. Málið er að ef þér tekst að halda hryggsúlunni á stöðugri hreyfingu þá stífnar hún síður og festist. Vinnuveitandi minn fjárfesti í Ergomedic 100-3, og viti menn, eftir eina viku voru öll mín bakvandamál algjörlega horfin!
Það hljómar eins og lygasaga en mér hefur aldrei liðið betur í bakinu."

FAGAÐILAR MÆLA MEÐ WAGNER

SJÚKRAÞJÁLFUN ÍSLANDS

Elís Þór Rafnsson
sjúkraþjálfari

KIRO PRAKTOR STOFA ÍSLANDS

MYNDFORM GRAFÍK

**Hirzlan**

SKRIFSTOFUHÚSGÖGN

Síðumúla 37, 108 Reykjavík · Sími: 564-5040 · hirzlan@hirzlan.is · www.hirzlan.is

# Íslendingarnir í akademíunni

Það vakti athygli á dögunum að tónskáldinu Hildi Guðnadóttur var boðið sæti í bandarísku kvikmyndaakademíunni. Hún er þó ekki fyrsti Íslendingurinn sem fær slíkt kostaboð heldur sá fimmti.

Meðlimir bandarísku kvikmyndaakademíunnar velja eins og frægt er orðið þá listamenn og verk sem fá tilnefningar til Óskarsverðlaunanna ár hvert. Á hverju ári er nýjum meðlimum boðin aðild að akademíunni og er fjölmiðlum tilkynnt um þá sem hlotið hafa þann heiður. Aðild rennur svo aldrei út, jafnvel þó að frægðarsól listamannsins kunni að dala síðar meir. Akademíuaðild er skipt í 17 flokka, eftir því á hvaða sviði viðkomandi starfar. Undanfarin ár hefur akademían legið undir ámæli fyrir að meðlimir hennar, sem eru hátt í sjö þúsund talsins, séu full einsleitur hópur. Mikill meirihluti hennar er hvítur á hörund, karlkyns og yfir fimmtugu. Frá árinu 2016 hafa verið stigin markviss skref til að jafna þennan hlut þar sem fleiri konum og hörundsdökkum hefur verið boðin aðild.

**32 prósent konur**

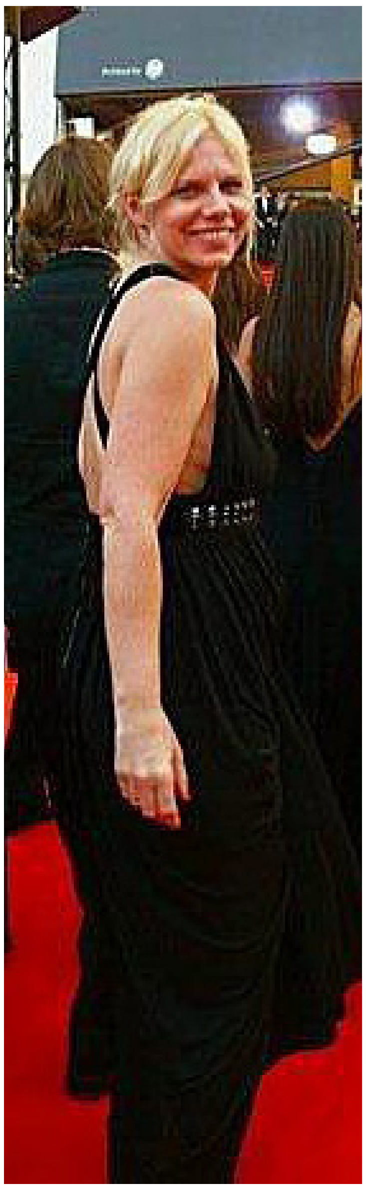
Nú þegar 842 nýjum einstaklingum var boðin aðild að akademíunni, þar á meðal Hildi okkar, hækkaði hlutfall kvenna upp í 32 prósent frá 25 prósentum árið 2015. Forsvarsmenn akademíunnar virðast hafa tekið gagnrýni undanfarinna ára alvarlega og var hlutfall kynjanna jafnt á meðal þeirra 842 sem nú fengu boð um aðild.

**Fimmta Íslendingnum boðið**

Ljóst er að það er mikill heiður að vera boðin aðild að akademíunni en á undan Hildi hefur, eins og fyrr segir, fjórum Íslendingum verið boðin aðild um leið og hróður íslenskra listamanna virðist fara vaxandi síðustu ár. Ísland er komið á kortið. Árið 2015 urðu þau Fríða S. Aradóttir förðunarfræðingur og Jóhann heitinn Jóhannsson tónskáld, meðlimir akademíunnar. Árið eftir, eða 2016 fékk Heba Þórisdóttir förðunarmeistari svo boð og á síðasta ári bættist Elísabet Ronaldsdóttir kvikmyndaklippari í hópinn. Hildur er því fimmti Íslendingurinn til að hljóta þennan heiður en allir þessir listamenn hafa getið sér gott orð ytra og unnið að stórum kvikmyndum við góðan orðstír um árabil. Óskarsverðlaunaathöfnin verður næst haldin þann 9. febrúar 2020 og þangað til þarf okkar fólk aldeilis að poppa og henda sér á sófann!

**bjork@frettabladid.is**

Elísabet Ronaldsdóttir kvikmyndaklippari hefur svo sannarlega getið sér gott orð á sínu sviði og klippt stórmyndir á við John Wick með Keanu Reeves í aðalhlutverki, Contraband og Deadpool 2. NORDIC PHOTOS/GETTY



Heba Þórisdóttir hefur starfað í Hollywood í fjölmörg ár og m.a. séð um förðunina í kvikmyndunum Bridesmaids, Spiderman, The Hateful Eight og Django Unchained.

Jóhann Jóhannsson var einn okkar virtustu tónlistarhöfunda og átti til að mynda heiðurinn af tónlistinni í kvikmyndunum Arrival, Sicario og The Theory of Everything. Jóhann lést aðeins 48 ára gamall í upphafi síðasta árs. NORDICPHOTOS/GETTY

Fríða S. Aradóttir hefur um árabil starfað við stórmyndir þar sem hún hefur bæði komið að hári leikara og förðun. Kvikmyndir sem hún hefur starfað að eru allt frá Dirty Dancing og Forrest Gump að Ocean's Thirtenn og sjónvarpsþáttaröðinni Big Little Lies. NORDICPHOTOS/GETTY

Hildur Guðnadóttir var nýverið tilnefnd til Emmy verðlaunanna fyrir tónlistina í þáttaröðinni Chernobyl sem vakið hefur heimsathygli en áður hafði hún til að mynda unnið að tónlist með Jóhanni Jóhannssyni, m.a að Sicario kvikmyndunum tveimur. FRÉTTABLAÐIÐ/VALGARÐUR GÍSLASON

SKÓLA- OG FRÍSTUNDASVIÐ
REYKJAVÍKURBORGAR

# HULDA ÆTLAR AÐ VERÐA ROKKARI

## LANGAR ÞIG AÐ VINNA MEÐ FRAMTÍÐ LANDSINS?

Skóla- og frístundasvið Reykjavíkurborgar óskar eftir fólki til starfa við fjölbreytt störf með börnum og unglingum. Undir skóla- og frístundasvið heyra:

- LEIKSKÓLAR
- GRUNNSKÓLAR
- FRÍSTUNDAMIÐSTÖÐVAR

Nánari upplýsingar á **www.reykjavik.is/laus-storf/sfs**

Reykjavíkurborg
Skóla- og frístundasvið

Varmadælur & loftkæling
Kælitækni

Wifi búnaður fylgir með öllum varmadælum meðan birgðir endast
• Kyndir húsið á veturna og kælir á sumrin
• Fyrir norðlægar slóðir
• Fjarstýring fylgir
• Virkar niður í -30°C
Verð frá aðeins kr. 145.000 m.vsk
Midea KMB-E09
Max 3,4 kW
2,65 kW við -7° úti og 20° inni hita (COP 2,85) f. íbúð ca 40m2.
Umhverfisvænn kælimiðill R32
Uppsetningaaðilar og umboðsmenn um allt land

Simaveski.is

Símaveski, heyrnartól, snúrur og allt fyrir símann.
Símaveski.is, S. 517 0150 – 2. hæð Smáralind

Oktoberfest
Gæða Lederhosen, kjólar og fylgihlutir beint frá Þýskalandi!

Hókus Pókus
www.hokuspokus.is
Verslun og vefverslun
Laugavegi 69 S. 551-7955

SUNSTAR G·U·M HEALTHY GUMS. HEALTHY LIFE.®
Tannlæknar mæla með GUM tannvörum
Mundir þú eftir að bursta og skola í morgun?
Fæst í næsta apóteki og helstu stórmörkuðum

ARTASAN
www.artasan.is

Þrátt fyrir góð viðbrögð bendir Davíð Þór á að Jesús hafi óttalaust ögrað í þágu sannleikans. „Ef manni er einhver alvara með því að hafa hann að leiðtoga lífs síns þá á maður ekki heldur að vera það sjálfur.“ FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

# Predikaði köngulær gegn guðfræði Pence

Heimsókn Mike Pence gaf séra **Davíð Þór Jónssyni** tilefni til að draga regnbogafánann að húni og predika með 48.200 köngulóategundum gegn hugmyndinni um Guð sem fer í manngreinarálit

Séra Davíð Þór Jónsson, sóknarprestur í Laugarneskirkju dró regnbogafánann að húni við kirkjuna á meðan Pence fundaði með helstu ráðamönnum þjóðarinnar „rétt utan við sóknarmörkin“, eins og hann orðaði það í sunnudagspredikun sem hverfðist um mannlega reisn.

„Kirkjan á þennan fána. Hann er bara geymdur á góðum stað inni á skrifstofu prestsins og dreginn fram þegar tilefni er til,“ segir Davíð Þór við Fréttablaðið um fánann sem hann tengdi í predikun sinni við guðspjallatexta um það þegar Jesús Kristur líknaði krepptri konu sem var alls ófær að rétta sig við.

## Á skjön við Krist

„Ég kaus að tengja þetta við þessa hugmynd um mannlega reisn og að allir eigi rétt á að fá að ganga uppréttir meðal meðbræðra sinna,“ segir Davíð Þór sem tengdi hugleiðingarnar við Pence sem „einn þeirra manna sem harðast hafa gengið fram gegn fólki sem lifir tilfinningalífi ólíku hans sjálfu, sem ógnar honum af einhverjum torskiljanlegum ástæðum.“

Hann bætti síðan við að þetta gerði Pence í nafni trúar sinnar en honum „er í mun að ljóst sé að hann sé kristinn maður. Þó er eins og hann telji Guð fara í manngreinarálit, að fyrir Guði skipti kynferði meira máli en kærleikurinn eða jafnvel bara yfir höfuð einhverju máli.“

## „Heyrirðu illa?“

Þegar Davíð Þór er spurður út í þá þversögn að Guð geri mannamun og virðist nokkuð algeng hjá þeim sem tala mest og hæst um kristin gildi nefnir hann skopmynd þar sem Jesús messar yfir hópi fólks að þau skuli elska náunga sinn eins og sig sjálf.

> ÞEGAR VIÐ VIRÐUM FYRIR OKKUR GUÐS GÓÐU SKÖPUN VERÐUR OKKUR EIN STAÐREYND UM GUÐ LJÓS OG HÚN ER SÚ AÐ HANN ELSKAR FJÖLBREYTILEIKA.

„Þá spyr einn úr hópnum: „Hvað með homma og útlendinga?“ og Jesús svarar. „Heyriðu illa?“ Maður hefur stundum á tilfinningunni að þeir heyri illa þessir blessuðu karlar sem reyna að útskúfa og kreppa og kúga og beygja náunga sinn í nafni kristindómsins.“

## Guð elskar fjölbreytileika

Davíð Þór sótti í predikuninni einnig rök fyrir því að Guð elskar fjölbreytileikann í sjálft sköpunarverkið og dró fram gríðarlega fjölda köngulóartegunda sem þar er að finna.

„Þegar við virðum fyrir okkur Guðs góðu sköpun verður okkur ein staðreynd um Guð ljós og hún er sú að hann elskar fjölbreytileika. Hann skapaði ekki bara könguló, hann skapaði 48.200 tegundir af köngulóm.“

Hann spann síðan út frá þessu og spurði: „Og hví skyldi hann ekki vilja hafa mannlífsflóruna fjölbreytta líka? Hvers vegna ætti hann að hafa skapað mannkynið þannig að stór hluti þess tengi tilfinningar sínar ekki kynferði eða tengi þær kynferði með öðrum hætti en flestir aðrir – ef hann síðan vill ekki hafa það þannig?“

Davíð Þór segist hafa flett fjölda köngulóartegunda upp á Wikipedia til þess að vera alveg viss. „En eins og ég segi, ef við horfum á sköpunarverkið og ætlum að draga einhverjar ályktanir um það fyrir hverju Guð hefur smekk þá hlýtur „fjölbreytni“ að vera fyrsta orðið sem kemur upp í hugann.

**toti@frettabladid.is**

Davíð Þór upplifir bókstafstrúarskilning eins og verður vart hjá Pence á skjön við meginþemað í lífi og starfi frelsarans, sem er kærleikur til allra manna.“

**SÍMAR AUGLÝSINGADEILDIR – AUGLÝSINGASTJÓRI:** Gústaf Bjarnason *gustaf@frettabladid.is* **ALMENNAR AUGLÝSINGAR: SÍMI 550 5050:** Hjördís Zoëga *hjordis@frettabladid.is*, Hlynur Þór Steingrímsson, *hlynur@frettabladid.is* , Sigfús Örn Einarsson *sigfus@frettabladid.is*, Svava O'Brien *svava@frettabladid.is*, Örn Geirsson *orn.geirsson@frettabladid.is* **FÓLK/SÉRBLÖÐ SÍMI 550 5077:** Atli Bergmann *atli@frettabladid.is*, Arnar Magnússon *arnarm@frettabladid.is*, Jóhann Waage *johannwaage@frettabladid.is*, Jón Ívar Vilhelmsson *jonivar@frettabladid.is*, Ruth Bergsdóttir *ruth@frettabladid.is*. **FÓLK OG SÉRBLÖÐ EFNI:** Elín Albertsdóttir *elin@frettabladid.is* **RAÐAUGLÝSINGAR /FASTEIGNIR SÍMI 550 5056:** Hrannar Helgason *hrannar@frettabladid.is*, Viðar Ingi Pétursson *vip@frettabladid.is* **ÞJÓNUSTUAUGLÝSINGAR SÍMI 550-5055:** Guðrún Inga Grétarsdóttir *gudruninga@frettabladid.is*

ENN HOLLARI OLÍA
það byrjar allt með fjórum fræjum
Lesieur
isio 4
OMEGA 3 & 6
+ D- & E-VÍTAMÍN
NAUÐSYNLEGAR FYRIR LÍKAMANN
ISIO 4 FÆRIR ÞÉR MIKILVÆG NÆRINGAREFNI
4 GRAINES
dont du LIN
Riche en Oméga 3
VITAMINES D & E
Lesieur
isio 4
ORIGINE FRANCE*

# FRÉTTABLAÐIÐ

**Við segjum fréttir** Smáauglýsingasíminn og skiptiborð **550 5000**
**Ritstjórn** 550 5070 ritstjorn@frettabladid.is **Auglýsingadeild** 550 5050 auglysingar@frettabladid.is **Prentun** Torg. ehf



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.



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


**BAKÞANKAR**


Jóns Sigurðar Eyjólfssonar

## Einsleitir stöndum vér

Eitt það besta við að vinna í Reykjavík er að þar finnst samtíningur af ýmsu sauðahúsi frá öllum fjórðungum. Eitt sinn vann ég með Ódysseifi einum að austan sem sagði mér sögur af sjóara sem sigldi inn fjörðinn löngu eftir að búið var að telja hann af. Þar var líka snilldar hestakona úr Borgarfirði, menningarlegur prakkari frá Patró, vinnstri sinnaður landshornaflakkari og svo auðvitað innan um innfæddir Reykvíkingar. Einn þeirra sleit barnsskónum í bardaga milli Írabakka og Jörfabakka.

Skemmtileg kreðsa, en hvernig verður þetta þegar allir eru aldir upp á sömu spildunni, endar þetta ekki með andlegum innvenslum?

Eflaust er mín skáldlega sýn skarpari en sú pólitíska svo mér sárnar jafnan undan sameiningu sveitarfélaga. Ekki eru það sárindi yfir því að yfirvöld skyldu leggja þau til heldur hitt að það er enginn eftir til að andmæla þeim. Ég hef svolitlar áhyggjur af því að Ísland verði einsleitt.

Á Vestfjörðum er leikfélag, Komedíuleikhúsið, en fyrir tilstuðlan þess hafa mörg þúsund manns fylgst með mörgum af fremstu listamönnum þjóðarinnar stíga á svið á Actalone hátíðinni sem haldin hefur verið í vel á annan áratug. Forkólfurinn, Elfar Logi Hannesson, hefur sýnt um fjörutíu leikverk sem er ómetanlegt fyrir fjórðung hvers íbúar rúmuðust á þremur kvöldum í Eldborg. Þannig hafa einleikir ýtt undir margbreytileika hjá þjóð sem gerir helst ráð fyrir því að menningin blómstri aðeins í borginni. Svona starf mætti að styrkja um land allt nema ef yfirvöld hafa svipaðan áhuga á fjölbreytni eins og ég á sameiningum.