FRÉTTABLAÐIÐ

234. TÖLUBLAÐ 19. ÁRGANGUR — MEST LESNA DAGBLAÐ Á ÍSLANDI* — ÞRIÐJUDAGUR 8. OKTÓBER 2019

Hannes Þór Halldórsson, markvörður íslenska karlalandsliðsins í knattspyrnu, áritar plakat fyrir aðdáanda á opinni æfingu fyrir árskortshafa KSÍ. Ungir jafnt sem aldnir lögðu leið sína í Laugardalinn til að fylgjast með strákunum sem spila brátt tvo þýðingarmikla leiki í undankeppni Evrópumeistaramótsins, gegn Frökkum og Andorramönnum. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Skýri köfunina í Silfru fyrir UNESCO

Forstjóri Heimsminjaskrifstofu UNESCO vill skýringar frá íslenskum yfirvöldum á starfsemi köfunarfyrirtækja í Silfru eftir kvörtun frá íslenskum lögmanni sem kveður umsvifin ekki samræmast stöðu Þingvalla á Heimsminjaskránni. Formaður Þingvallanefndar ósammála.

MENNING „Þetta er algjört hneyksli,“ segir Jónas Haraldsson lögmaður um stöðu mála við Silfru á Þingvöllum.

Jónas gagnrýnir harðlega umsvif og ágang köfunarfyrirtækja við gjána Silfru í miðjum Þingvallaþjóðgarði sem er á Heimsminjaskrá UNESCO. Eftir samskipti við formann Þingvallanefndar, fyrrverandi þjóðgarðsvörð, sendi Jónas kvörtun til Heimsminjaskrárinnar.

Mechtild Rössler, forstjóri Heimsminjaskrifstofunnar, sendi síðan í september íslenskum stjórnvöldum bréf með óskum um skýringar.

„Mig langar að biðja þau yfirvöld sem ábyrg eru í málinu að útvega Heimsminjaskrifstofunni upplýsingar um þetta mál við fyrsta tækifæri,“ segir í bréfi Rössler sem lagt var fram á fundi Þingvallanefndar 25. september síðastliðinn. Þar var ákveðið að fela þjóðgarðsverði að vinna drög að svörum til Heimsminjaskrifstofunnar.

Rakið er í kvörtun Jónasar hversu umfangsmikil starfsemi köfunarfyrirtækjanna sé með salernum, stálpalli, bílaflota og alls kyns búnaði sem skapi sjónmengun fyrir aðra gesti þjóðgarðsins og álag á lífríki Silfru sem hafi látið stórlega á sjá. Vísar hann í því sambandi til rannsóknar sem gerð hafi verið árin 2014 og 2015.

> **Mig langar að biðja þau yfirvöld sem ábyrg eru í málinu að útvega Heimsminjaskrifstofunni upplýsingar um þetta mál við fyrsta tækifæri.**
>
> Mechtild Rössler, forstjóri Heimsminjaskrifstofunnar

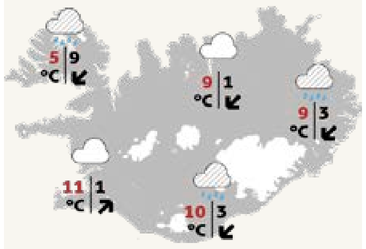
„Niðurstöður þessarar rannsóknar hafa algjörlega verið hunsaðar af stjórn þjóðgarðsins því þetta myndi þýða bann á alla köfun í gjánni Silfru sem valda myndi þjóðgarðinum tekjutapi,“ skrifar Jónas til Unesco.

Vegna anna hjá Ara Trausta Guðmundssyni, formanni Þingvallanefndar, náðist ekki tal af honum við vinnslu þessarar fréttar í gær. Ari útskýrði hins vegar afstöðu sína í tölvupósti til Jónasar um miðjan ágúst.

„Við erum ósammála um hvort leyfa skuli virknina við og í Silfru og þar með líka um hvort að hún ógni veru þjóðgarðsins á Heimsminjaskránni eður ei. Lít á hana sem nægilega örugga eftir úttekt og sérfræðivinnu EFLU, endurbætur (sem skila sér í skrefum) og þolmarkagreiningu plús eftirlit með framkvæmdum næstu ára og áhrifum virkninnar,“ skrifar Ari til Jónasar. Kveðst Ari líta á starfsemina í Silfru „sem einstæða náttúruupplifun sem megi leyfa á þennan hátt – ekki ósvipað og heimsóknir í Raufarhólshelli eftir aðgerðir þar, Þríhnúkahelli, Vatnshelli á Snæfellsnesi, ísgöngin í Langjökli og raunar margt fleira hér á landi – á friðuðum eða ófriðuðum landsvæðum. Allt svo lengi sem ákvörðuðum takmörkunum á ýmsum stigum aðgengis og framkvæmda er haldið innan sjálfbærra marka,“ segir í pósti Ara.

„Við Ari tölum bara í kross; ég tala um náttúruverndarsjónarmið og hann um bissness,“ segir Jónas við Fréttablaðið. – gar

Veður



Norðaustanátt í dag, víða 8-13. Rigning með köflum en þurrt að kalla sunnan- og vestanlands. Hiti 7 til 12 stig. SJÁ SÍÐU 14

Rifið niður og byggt upp

Miklar framkvæmdir standa nú yfir á hinum svokallaða Héðinsreit í Vesturbæ Reykjavíkur. Eigendur svæðisins eru félögin Laxamýri og Fasteignafélagið Festir sem hyggur þar á mikla uppbyggingu með hóteli og fjölbýlishúsum með hundruðum íbúða. Talsvert af mannvirkjum vestan við húsið þar sem starfsemi Loftkastalans, hins vinsæla leikhúss, var eitt sinn hefur þurft að víkja vegna áformanna. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

Barningur á Blikanesi

SAMFÉLAG Sýslumaðurinn á höfuðborgarsvæðinu auglýsti nauðungarsölu á glæsilegu einbýlishúsi á Arnarnesi í lok vikunnar. Húsið, Blikanes 22, er í eigu athafnamannsins Jóns Ragnarssonar í gegnum félag hans, Hótel Valhöll ehf. Kastljós fjölmiðla hefur reglulega beinst að Jóni, nú síðast fyrir nokkrum árum þegar hatrömm átök urðu í kjölfar þess að veitingastaðnum Caruso var úthýst úr fasteign í eigu Jóns.

Húsið hefur ítrekað verið auglýst á nauðungarsölu. Frá árinu 1999 hafa sex eigendur þurft að þola hamarshögg yfirvaldsins eða hótanir þar um.

Í sumar greindi Stundin frá því að annar athafnamaður, Sigurður Gísli Björnsson, fyrrverandi eigandi Sæmarks, hefði selt Blikanes 22 til Hótel Valhallar ehf. fyrir 185 milljónir króna. Salan gekk í gegn rúmum mánuði áður en eignir Sigurðar Gísla voru kyrrsettar vegna umfangsmikillar rannsóknar á meintum skattalagabrotum hans. Sú kyrrsetningargerð hvílir þó enn á húsinu.

Sé sagan skoðuð bendir ýmislegt til að einhvers konar fjárhagsleg bölvun hvíli á eigninni því húsið hefur ítrekað verið auglýst á nauðungarsölu undanfarna áratugi. Frá árinu 1999 hafa sex eigendur þurft að þola hamarshögg yfirvaldsins í húsakynnum sínum eða hótanir þar um. Síðustu ár hefur þó allt verið með nokkuð kyrrum kjörum en núna virðist friðurinn úti. **– bþ**

Býður fólki í siglingu

MENNING Kveikt verður á Friðarsúlunni í Viðey í þrettánda sinn klukkan átta annað kvöld.

„Eins og margir vita er 9. október fæðingardagur Johns Lennon og mun Friðarsúlan varpa ljósi upp í himininn til 8. desember sem er dánardægur hans,“ segir á vef Reykjavíkurborgar.

Yoko Ono býður að venju fríar siglingar yfir sundið og frítt verður í strætó frá Hlemmi að Skarfabakka. Listasafnið, Borgarsögusafnið og fleiri halda úti dagskrá sem hefst klukkan 17.45. **– gar**

Yoko Ono.

Heimaþjónusta veitt með skjáheimsóknum

Reykjavíkurborg undirbýr nú tilraunaverkefni þar sem hluti heimaþjónustu verður veittur í gegnum skjáheimsóknir. Verkefnisstjóri segir að enginn muni missa vinnuna. Markmiðið sé að veita notendum meiri og betri þjónustu.

VELFERÐARMÁL „Við stefnum á að fara að prófa svona skjáheimsóknir fljótlega upp úr áramótum. Við munum byrja smátt en eitt af því sem við höfum lært er að við þurfum að prófa okkur áfram og finna okkar takt í þessu,“ segir Sigþrúður Guðnadóttir, verkefnisstjóri Velferðartæknismiðju Reykjavíkurborgar.

Í síðustu viku heimsóttu tveir norskir sérfræðingar á sviði velferðartækni Reykjavíkurborg og kynntu reynslu Norðmanna af innleiðingu fjarheimaþjónustu. Sú leið sem borgin hyggst prófa sig áfram með felst í skjáheimsóknum til notenda heimaþjónustunnar. Þannig er til dæmis hægt að minna á lyfjatöku og mæla blóðþrýsting í gegnum spjaldtölvu en einnig veita félagslegan stuðning.

Noregur er leiðandi á Norðurlöndunum þegar kemur að innleiðingu velferðartækni. Þau Grete Kvernland-Berg og Christian Aubell, ráðgjafar hjá PA Consulting sem er eitt fremsta ráðgjafarfyrirtækið á sviði velferðartækni, hafa aðstoðað mörg norsk sveitarfélög við innleiðingu snjalllausna í velferðarþjónustu.

Þau segja að norsk stjórnvöld hafi frá árinu 2013 unnið eftir áætlun á landsvísu en í árslok 2020 eiga öll 420 sveitarfélög landsins að hafa tekið upp fjarheimaþjónustu sem hluta almennrar þjónustu sinnar.

„Innleiðing þjónustunnar snýst kannski ekki svo mikið um sjálfa tæknina, heldur um breytingar á því hvernig starfsfólkið sinnir vinnu sinni. Það hefur náðst mjög góður árangur, bæði í Noregi og í Danmörku, með þessum skjáheimsóknum. Þjónustan er sveigjanlegri og notendur þurfa ekki að bíða eftir þjónustunni,“ segir Grete.

Þau Christian Aubell og Grete Kvernland-Berg miðluðu reynslu sinni af innleiðingu fjarheimaþjónustu tli starfsmanna borgarinnar. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Við erum ekki að fara að draga úr neinni þjónustu, markmiðið er að auka hana.

Sigþrúður Guðnadóttir, verkefnisstjóri Velferðartæknismiðju

Markmiðið sé að sem flestir geti búið sem lengst heima en auk þess geti tæknilausnir gert sveitarfélögum kleift að veita sífellt stækkandi hópi aldraðra þjónustu. Þau Grete og Christian segja að þrátt fyrir góðan árangur skipti jákvæð viðbrögð notenda mestu máli.

„Fjölskyldur notendanna eru líka ánægðar því þetta veitir þeim öryggistilfinningu. Með þessu eru notendur í raun nær þjónustunni og það veitir ákveðið öryggi að geta náð í einhvern í gegnum skjáinn,“ segir Grete.

Hún leggur áherslu á að svona breytingar taki tíma enda sé verið að gera miklar breytingar á vinnuumhverfi starfsfólks í umönnunarstörfum. „Það er mjög sjaldan tæknin sjálf sem er vandamálið við svona breytingar. Þetta er verkefni sem snýst um fólk.“

Sigþrúður segir mikinn stuðning innan borgarinnar við það að koma á betri þjónustu með notkun tækninnar. „Við erum ekki að fara draga úr neinni þjónustu, markmiðið er að auka hana. Það er enginn að fara að missa vinnuna heldur erum við að gera störfin betri og sinna fleiri notendum.“ **sighvatur@frettabladid.is**

KYNNINGARFUNDIR

Laugardag 12.10. kl 11:00
Landsbókasafn Íslands
Arngrímsgötu 3, Reykjavík

Laugardag 12.10. kl 15:00
Bókasafn Kópavogs
Hamraborg 6a, Kópavogi

Aðgangur ókeypis
Frjáls framlög vel þegin

Tengiliðir: Síminn +354 898 7522

HEIMILDARKVIKMYNDIN

Sunnudaginn 13.10.
kl 11:00 – 16:30 (meðtalin 2 hlé)
Landsbókasafn Íslands
Arngrímsgötu 3, Reykjavik

Aðgangur ókeypis
Frjáls framlög vel þegin

Fundurinn er haldinn á vegum Vinahrings Bruno Gröning

www.bruno-groening-film.org

Tengiliðir: Síminn +354 898 7522

WWW.BILALAND.IS
Tilboðsbílar á góðu verði
ÁSTANDSSKOÐAÐIR BÍLAR
Við trúum á traust og áreiðanleika í bílaviðskiptum.
Bílarnir okkar eru yfirfarnir og ástandsskoðaðir.
Rnr. 145815
NISSAN X-Trail Tekna 4wd
Nýskr. 08/18, ekinn 15 þ.km, dísil, sjálfskiptur.
TILBOÐSVERÐ! 5.790.000 kr.
72.406 kr. á mán. m.v. 20% útborgun.*
Rnr. 145513
DACIA Duster Comfort
Nýskr. 05/18, ekinn 25 þ.km, dísil, sjálfskiptur.
TILBOÐSVERÐ! 2.590.000 kr.
32.597 kr. á mán. m.v. 20% útborgun.*
Rnr. 430297
RENAULT Clio Intens Sport Tourer
Nýskr. 01/18, ekinn 4 þ.km, dísil, sjálfskiptur.
TILBOÐSVERÐ! 2.390.000 kr.
30.109 kr. á mán. m.v. 20% útborgun.*
Rnr. 145549
HYUNDAI Santa Fe III Premium
Nýskr. 04/18, ekinn 49 þ.km, dísil, sjálfskiptur.
TILBOÐSVERÐ! 5.990.000 kr.
74.894 kr. á mán. m.v. 20% útborgun.*
Rnr. 332002
NISSAN Qashqai Acenta 4wd
Nýskr. 05/16, ekinn 44 þ.km, dísil, sjálfskiptur.
TILBOÐSVERÐ! 1.890.000 kr.
23.888 kr. á mán. m.v. 20% útborgun.*
Rnr. 430349
MINI Cooper
Nýskr. 12/17, ekinn 8 þ.km, bensín, sjálfskiptur.
TILBOÐSVERÐ! 3.290000 kr.
41.305 kr. á mán. m.v. 20% útborgun.*
Rnr. 145862
NISSAN X-Trail Acenta 4wd
Nýskr. 06/16, ekinn 103 þ.km, dísil, beinskiptur.
TILBOÐSVERÐ! 2.790.000 kr.
35.085 kr. á mán. m.v. 20% útborgun.*
Rnr. 391644
RENAULT Kadjar Zen 4wd
Nýskr. 04/18, ekinn 37 þ.km, dísil, beinskiptur.
TILBOÐSVERÐ! 2.890.000 kr.
36.329 kr. á mán. m.v. 20% útborgun.*
Rnr. 110106
NISSAN Qashqai Tekna
Nýskr. 03/17, ekinn 74 þ.km, dísil, sjálfskiptur.
TILBOÐSVERÐ! 3.390.000 kr.
42.549 kr. á mán. m.v. 20% útborgun.*
Rnr. 145885
DACIA Duster 4wd
Nýskr. 06/16, ekinn 97 þ.km, dísil, beinskiptur.
TILBOÐSVERÐ! 1.490.000 kr.
18.912 kr. á mán. m.v. 20% útborgun.*
Rnr. 391889
HYUNDAI i10 Comfort
Nýskr. 08/17, ekinn 21 þ.km, bensín, beinskiptur.
TILBOÐSVERÐ! 1.290.000 kr.
16.424 kr. á mán. m.v. 20% útborgun.*
Rnr. 391906
NISSAN Micra Tekna
Nýskr. 09/18, ekinn 5 þ.km, dísil, beinskiptur.
TILBOÐSVERÐ! 2.290.000 kr.
28.865 kr. á mán. m.v. 20% útborgun.*
Rnr. 146009
HYUNDAI i30 Classic
Nýskr. 05/14, ekinn 132 þ.km, bensín, beinskiptur.
TILBOÐSVERÐ! 990.000 kr.
12.692 kr. á mán. m.v. 20% útborgun.*
Rnr. 145909
RENAULT Captur Intens
Nýskr. 05/17, ekinn 35 þ.km, dísil, beinskiptur.
TILBOÐSVERÐ! 2.290.000 kr.
28.865 kr. á mán. m.v. 20% útborgun.*
Rnr. 121716
MAZDA CX-5 Optimum
Nýskr. 10/16, ekinn 67 þ.km, dísil, sjálfskiptur.
TILBOÐSVERÐ! 3.390.000 kr.
42.549 kr. á mán. m.v. 20% útborgun.*
ENNEMM / SÍA / NM96164
Lykill
Allt að 80% lán
Ástandsskoðun
Fjármögnun á staðnum
Opið frá kl. 9–18 alla virka daga og laugardaga frá kl. 12–16
*Mánaðargreiðsla er samkvæmt reiknivél á lykill.is og eru viðskiptavinir hvattir til að kynna sér lánaskilmálana á heimasíðunni lykill.is. Árlegur hlutfallslegur kostnaður bílalaána frá lykill.is er breytilegur og kjör lána miðast við vaxtatöflu og gjaldskrá félagsins á hverjum tíma.
Bílaland - Kletthálsi 11 - 110 Reykjavík
Hyundai notaðir bílar - Kauptúni 1 - 210 Garðabæ
Sími 525 8000 - bilaland@bilaland.is
www.facebook.com/bilaland.is
bílaland

Atvinnuveganefnd ræðir stöðu fiskvinnslunnar

STJÓRNMÁL Útflutningur á óunnum fiski í gámum og staða innlendrar fiskvinnslu verður rædd á fundi atvinnuveganefndar í dag. Samkvæmt tilkynningu á vef Alþingis er efni fundarins samkeppnisstaða innlendrar fiskvinnslu gagnvart ríkisstyrktri fiskvinnslu innan ESB.

Nefndin fær til sín gesti frá Samtökum sjávarútvegssveitarfélaga, Samtökum fyrirtækja í sjávarútvegi, Sjómannasambandinu og fleiri samtökum.

Á sjötta tug starfsmanna Ísfisks á Akranesi var sagt upp störfum í síðustu viku og í kjölfarið fordæmdi formaður Stéttarfélags Akraness að heimilt væri að flytja út mikið magn af óunnum fiski. Störfum í fiskvinnslu hefði fækkað úr 9.600 í 2.900 á 25 árum.

Fundur atvinnuveganefndar verður opinn fjölmiðlum. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON

Sjávarútvegsráðherra taldi viðfangsefnið ekki það stórt að það kallaði á sérstaka greiningu í svari við fyrirspurn Oddnýjar Harðardóttur, þingmanns Samfylkingarinnar, síðastliðinn vetur. Í fyrirspurn sinni lýsti Oddný áhyggjum af vaxandi útflutningi á óunnum fiski og yfirboðum stærri útgerða á fiski sem þær flyttu svo óunninn úr landi. Afleiðingin væri erfiður rekstur og hráefnisskortur hjá fiskvinnslum um allt land með tilheyrandi uppsögnum og rekstrarstöðvunum.

Fundur atvinnuveganefndar hefst klukkan níu og verður opinn fjölmiðlum. – **aá**

Mikil andstaða við þvinganir

Andstaða við sameiningaráform Sigurðar Inga Jóhannssonar er mikil innan lítilla sveitarfélaga á landsbyggðinni. Oddviti Skorradalshrepps segir stóru sveitarfélögin alls ekki betur rekin en þau minni.

BYGGÐAMÁL Mikillar óánægju gætir meðal lítilla sveitarfélaga á landsbyggðinni með hugmyndir sveitarstjórnarráðherra um lágmarksstærð sveitarfélaga. Vilja margir meina að lögþvingun sem þessi geti ekki talist góð og að frumkvæðið verði að koma frá íbúunum sjálfum. Líklegt þykir þó að málið nái fram að ganga á þingi áður en þingið fer í sumarfrí á næsta ári.

Þau sveitarfélög sem minnst eru og fá því hlutfallslega mest fyrir að sameinast öðrum sveitarfélögum samkvæmt tillögum Sigurðar Inga, eru hvað mest á móti þessum áformum. Telja mörg sveitarfélög það óskynsamlegt að þvinga sameiningu í gegn með þessum hætti. Benda mörg hver á að minni sveitarfélögin séu oftar en ekki betur rekin en þau stærri.

Árni Hjörleifsson, oddviti Skorradalshrepps, eins minnsta sveitarfélags landsins, segir þetta ótækt. Hann hefur einnig reynslu af sveitarstjórnarstörfum í stærri sveitarfélögum þar sem hann var bæjarfulltrúi Alþýðuflokksins í Hafnarfirði á 10. áratug síðustu aldar. „Við erum afar ósátt við að sameining verði þvinguð með þessum hætti. Það þarf að horfa á þessa þætti betur en að miða við einhverja íbúatölu því aðrir þættir skipta meira máli en það,“ segir Árni.

Svo virðist sem mikil andstaða sé innan Eyjafjarðar sem og vítt og breitt um Norðausturland. Þröstur Friðfinnsson, sveitarstjóri Grýtubakkahrepps, segir íbúatöluna einnig ekki rétt viðmið. „Við framtíðarskipulag sveitarfélaga verður að horfa til margra þátta og fráleitt að íbúatala ráði ein alfarið um þróun þeirra. Horfa ber til landfræðilegra þátta, sem og fjárhagslegrar getu til að veita íbúum þjónustu.“

Sigurður Ingi Jóhannsson aflaði sér ekki vinsælda hjá smæstu sveitarfélögunum. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

Innan Alþingis er hins vegar líklegt að frumvarpið nái fram að ganga með nægum meirihluta. Miðflokkurinn mun vera á móti málinu. Þingmaðurinn Karl Gauti Hjaltason sagði í vor að virða ætti sjálfsákvörðunarrétt sveitarfélaganna. Vilji þyrfti að vera fyrir hendi. Innan VG og Sjálfstæðisflokksins verða einhverjir mótfallnir frumvarpinu án þess þó að það hafi áhrif á framgang þess. Atkvæði Viðreisnar og Samfylkingar munu því að öllum líkindum koma frumvarpinu í gegn.

sveinn@frettabladid.is

> **Við erum afar ósátt við að sameining verði þvinguð með þessum hætti.**
>
> Árni Hjörleifsson, oddviti Skorradalshrepps

Telur að hækka eigi erfðafjárskatt

EFNAHAGSMÁL Jón Þór Ólafsson, þingmaður Pírata, leggst gegn tilvonandi frumvarpi um lækkun erfðafjárskatts. Hann segir að fjármagns- og eignaskattar séu skattheimtuform 21. aldarinnar því með aukinni sjálfvirknivæðingu muni ójöfnuður aukast.

Bjarni Benediktsson fjármálaráðherra hyggst leggja fram frumvarp um þrepaskiptingu og lækkun erfðafjárskatts. Í dag er 10 prósent skattur en í frumvarpinu er gert ráð fyrir að hann taki árlegum breytingum. BSRB hefur sent inn umsögn og varað við frumvarpinu, það veiki skattstofn ríkisins um 2 milljarða.

Jón Þór telur að hækka eigi erfðafjárskattinn en vill ekki nefna neina tölu í því samhengi. Í Bretlandi er erfðafjárskatturinn 40 prósent og í Danmörku er hann 15-36 prósent en makar undanþegnir. Jón telur að vegna sjálfvirknivæðingarinnar sé brýnt að stokka upp skattkerfið.

Jón Þór segir eignaskatta framtíðarskattheimtuna. FRÉTTABLAÐIÐ/EYÞÓR

„Sjálfvirknivæðingin ýtir undir misskiptingu því að skilvirkniaukningin skilar sér að mestu leyti til fjármagnsins,“ segir hann og vísar í greinar The Economist. „Þar segir að öll lönd ættu að hækka eignarskatta og erfðafjárskatta. Erfðafjárskattur er skilvirkur skattur og vinnur gegn því að ójöfnuður færist milli kynslóða.“

> **Erfðafjárskattur er skilvirkur skattur og vinnur gegn því að ójöfnuður færist milli kynslóða.**

Erfðafjárskattur hefur verið umdeildur á undanförnum árum og meðal annars kallaður „dauðaskattur“ af íhaldsmönnum í Bandaríkjunum. Sagt er að þegar sé búið að greiða skatta af eignunum. Jón Þór telur að skattheimtan sé viðkvæmari en ella vegna þess að andlát sé í spilinu.

„Þetta er ekkert öðruvísi en virðisaukaskattur. Annar einstaklingur er að þéna peningana,“ segir Jón Þór en telur réttlátt að persónuafsláttur sé hafður á skattheimtunni. – **khg**

FRÉTTABLAÐIÐ.IS

1 **Svíakonungur svipti barnabörnin titlum sínum** Fimm af sjö barnabörnum Svíakonungs munu héðan í frá ekki hljóta framfærslu frá sænska ríkinu.

2 **Fæðingarorlofssjóður segir sama upp á teningnum fyrir alla foreldra** Leó Örn Þorleifsson leiðréttir misskilning í umræðu um úthlutun.

3 **Viðurkennir að hafa eitrað fyrir sex fjölskyldumeðlimum** Morðin áttu sér stað á fjórtán ára tímabili á Indlandi.

Allar nýjustu fréttir og blað dagsins eru fáanleg á **www.frettabladid.is**

Katrín mun mæla fyrir frumvarpi um bætur í Geirfinnsmálinu.

Bótamáli rætt á Alþingi í dag

STJÓRNMÁL Forsætisráðherra mælir í dag fyrir frumvarpi um bætur til sýknaðra í Guðmundar- og Geirfinnsmálum. 1. umræða um málið fer fram klukkan 15.45 að loknum umræðum um velsældarhagkerfið og jarðamál og eignarhald þeirra.

Frumvarpið mælir fyrir um heimild til sanngirnisbóta til þeirra fimm sýknuðu og eftir atvikum fjölskyldna þeirra. Einnig að samhliða meðferð á Alþingi haldi samningaviðræður um bætur áfram undir handleiðslu forsætisráðherra. – **aá**

LEIÐRÉTTING

Tekið skal fram, vegna greinar á bls. 41 í helgarblaðinu, að Frú Ragnheiður er verkefni rekið af Rauða krossinum í Reykjavík, bíll með því nafni ekur ekki á laugardögum og að Marín Þórsdóttir er forstöðumaður Rauða krossins í Reykjavík.

ÚTSALA - ÚTSALA
50% Afsláttur af myndlistarvörum
Olíulitir, vatnslitir, akrýlitir, penslar, spaðar, pappír
o.fl o.fl. o.fl.

Opið 8 - 16
LISTALAGERINN JÁRN&GLER
Járn & Gler hf. - Skútuvogur 1h. Barkarvogsmegin. - 104 Reykjavík
S: 58 58 900. www.jarngler.is

Meira gaman

HAGKAUP 60 ÁRA

Tilboð gilda út 9. október eða meðan birgðir endast

OKKAR BESTA VERÐ

2 ltr Klaki lime og án bragðefna

95 kr/stk

verð áður 229 kr/stk

OKKAR BESTA VERÐ

Spareribs frá Stjörnugrís

899 kr/kg

verð áður 1.299 kr/kg

OKKAR BESTA VERÐ

Valdís 500 ml

360 kr/stk

verð áður 869 kr/stk

OKKAR BESTA VERÐ

Fulleldaðir grillleggir frá Stjörnugrís

719 kr/kg

verð áður 1.998 kr/kg

OKKAR BESTA VERÐ

Cocoa puffs 465 g

439 kr/pk

verð áður 599 kr/pk

OKKAR BESTA VERÐ

Oatly hafraís 500 ml

299 kr/stk

verð áður 499 kr/stk

OKKAR BESTA VERÐ

SS vínarpylsur 10 stk & pylsur fagmannsins í kaupbæti

849 kr/pk

verð áður 1.398 kr/pk

Aðeins 2 stk á mann

OKKAR BESTA VERÐ

Myllu heilhveitibrauð

179 kr/stk

verð áður 539 kr/stk

HAGKAUP *Meira* svona *alla daga*

Sósíalistar unnu kosningasigur

PORTÚGAL Sósíalistar unnu sigur í portúgölsku kosningunum á sunnudag en fengu ekki hreinan meirihluta þingmanna. Antonio Costa forsætisráðherra mun því þurfa að reiða sig aftur á róttæka vinstriflokka til þess að mynda ríkisstjórn eða minnihlutastjórn eins og hefur setið frá 2015.

Sósíalistar fengu 106 af 230 þingsætum, sem var fjölgun um 20 sæti frá kosningunum 2015 þegar Costa komst til valda. Hægriflokkur Rui Rio tapaði hins vegar 12 sætum og fékk 77 og hinn hægrisinnaði Flokkur fólksins tapaði 13 af 18 sætum sínum.

Antonio Costa, forsætisráðherra.

Talið er að stjórnarmyndunin gæti reynst flóknari í ár en árið 2015, þegar takmark allra vinstriflokkanna var að koma hægristjórn Passos Coelho frá. Í ljósi yfirburðastöðu Sósíalista gæti Costa falast eftir því að sitja áfram í minnihlutastjórn. Óvíst er hvort Kommúnistaflokkurinn, sem studdi minnihlutastjórnina, samþykki það en flokkurinn fór illa út úr kosningunum og tapaði 5 af 17 sætum.

Niðurstaða kosninganna rímar vel við þann aukna stuðning sem sósíaldemókratar í Evrópu hafa fengið á undanförnu ári. Meðal annars í kosningum í Svíþjóð, Danmörku, Finnlandi og á Ítalíu. – **khg**

Frumbyggjum Amazon stendur ógn af iðnvæðingu.. NORDICPHOTOS/GETTY

Þjóðarmorð á frumbyggjum Amasonskógar

BRASILÍA Stefna Jair Bolsonaro, forseta Brasilíu, í málefnum frumbyggja er talin geta leitt til „þjóðarmorðs“ síðustu óþekktu ættbálkanna. Nýlega var Bruno Pereira, sérfræðingi í samskiptum við frumbyggja, sagt upp fyrirvaralaust.

„Það er eins og ríkisstjórnin sé með þá stefnu að fjarlægja allt hæft fólk og koma óhæfu fólki að í staðinn,“ sagði José Carlos Meirelles, fyrrverandi starfsmaður hjá FUNAI, stofnuninni sem sér um málefni frumbyggja. Hann er einn af þeim sem skrifuðu undir bréf sem sent var ríkisstjórninni, þar sem alvara málsins var kynnt.

Frumbyggjum, sem hafa haft lítil eða engin samskipti við umheiminn, stafar mikil ógn af skógarhöggi, námagreftri og annarri starfsemi sem raskar heimkynnum þeirra. Margir sem starfa í þessum geirum gera það ólöglega. Á þessu ári hefur verið farið inn á 153 ættbálkasvæði, samanborið við 76 í fyrra. Bolsonaro hefur beitt sér fyrir stóraukinni nýtingu á öllu Amasonsvæðinu.

Pereira hefur verið ötull baráttumaður fyrir frumbyggja og meðal annars aðstoðað þá við deilur sín á milli. Hann vildi lítið tjá sig um uppsögnina, hún væri á ábyrgð FUNAI. „Einangraðir frumbyggjar eru mjög varnarlaus hópur,“ sagði hann. „Þeir hafa ekkert pólitískt bakland og tala hvorki við blaðamenn né aðra frumbyggja.“ – **khg**

Bandarískur hermaður í brynvörðum vagni í sýrlenska bænum Ras al-Ain sem liggur við tyrknesku landamærin. Ákvörðun Donalds Trump Bandaríkjaforseta um að verja ekki lengur dygga bandamenn hefur mætt mjög harðri andstöðu meðal annars dyggra flokksmanna hans.

FRÉTTABLAÐIÐ +PLÚS

Tyrkir ætla að ráðast gegn sveitum Kúrda í Sýrlandi

Tyrkir hyggjast ráðast inn í Sýrland norðanvert gegn hersveitum Kúrda sem börðust með Bandaríkjaher gegn Íslamska ríkinu í Sýrlandi. Trump Bandaríkjaforseti hyggst láta af stuðningi við Kúrda og flytja bandaríska herliðið frá norðausturhluta landsins. Samherjar Trumps gagnrýna ákvörðun hans.

TYRKLAND Ákvörðun Donalds Trump Bandaríkjaforseta um að draga um þúsund hermenn Bandaríkjanna út úr Sýrlandi var harðlega gagnrýnd í gær bæði af pólitískum andstæðingum sem og samherjum forsetans. Ákvörðunin gerir Tyrkjum kleift að herja á sýrlenska Kúrda.

Miklar líkur eru því á að Tyrkir ráðist inn í Sýrland norðanvert innan skamms. Hvíta húsið sagði þetta í tilkynningu eftir símtal á milli Trumps og Receps Tayyip Erdogan, forseta Tyrklands. Jafnframt var greint frá því að Bandaríkin muni hvorki taka þátt í innrás Tyrkja né styðja hana, en heldur ekki setja sig upp á móti slíkum aðgerðum. Bandarískar hersveitir í norðanverðu Sýrlandi muni á næstunni halda sig fjarri tyrknesku landamærunum.

> **Kúrdar í Sýrlandi og bandamenn þeirra í Sýrlenska lýðræðishernum gegndu lykilhlutverki í baráttunni gegn hryðjuverkasamtökunum Íslamska ríkinu.**

Þetta er grundvallarbreyting á afstöðu Bandaríkjastjórnar. Hugmyndir Tyrkja um innrás í Norður-Sýrland hafa lengi verið bitbein þessara bandalagsþjóða og Bandaríkjastjórn lagst alfarið gegn henni. Þangað til nú.

Kúrdar í Sýrlandi og bandamenn þeirra í Sýrlenska lýðræðishernum (SDF) gegndu lykilhlutverki í baráttu Bandaríkjamanna og annarra ríkja gegn hryðjuverkasamtökunum Íslamska ríkinu. Eftir að Íslamska ríkið virðist hafa verið yfirbugað hafa Tyrkir í auknum mæli talað um að ráðast gegn sveitum Kúrda sem þeir segja hryðjuverkasamtök.

Á undanförnum árum hafa Tyrkir tvisvar farið með her inn í Sýrland og meðal annars lögðu þeir undir sig Afrin, svæði Kúrda í norðvesturhluta landsins.

Fyrir lá samkomulag milli Bandaríkjanna og Tyrkja um hlutlaust svæði í norðurhluta Sýrlands en deilur hafa verið um stærð svæðisins eða hversu lengi það verði hlutlaust. Sýrlensk stjórnvöld hafa hins vegar hafnað öllum slíkum áformum því að þau gangi gegn fullveldi landsins.

Sú ákvörðun Trumps að flytja bandaríska herliðið frá norðausturhluta landsins og verja ekki lengur dygga bandamenn hefur mætt mjög harðri andstöðu. Þar á meðal hafa ýmsir helstu bandamenn forsetans á þingi fordæmt ákvörðunina. Tryggja verði velferð kúrdískra hersveita og halda Tyrkjum í skefjum.

Lyndsey Graham, formaður dómsmálanefndar öldungadeildar Bandaríkjaþings, dyggur bandamaður Trumps, segir ákvörðun forsetans bera vott um skammsýni og ábyrgðarleysi og sverta heiður Bandaríkjanna. Hún verði vatn á myllu öfgasinnaðra íslamista í Sýrlandi. Enn eigi eftir að ganga milli bols og höfuðs á vígasveitum Íslamska ríkisins. Graham ætlar að beita sér fyrir því á þingi að ákvörðun forsetans verði afturkölluð.

david@frettabladid.is

Þrír deila Nóbelsverðlaunum í læknisfræði

VÍSINDI Þrír vísindamenn fá Nóbelsverðlaunin í læknisfræði í ár fyrir uppgötvun á því hvernig frumur nema og laga sig að súrefnismagni. Nóbelsnefndin tilkynnti þetta í Stokkhólmi í gær.

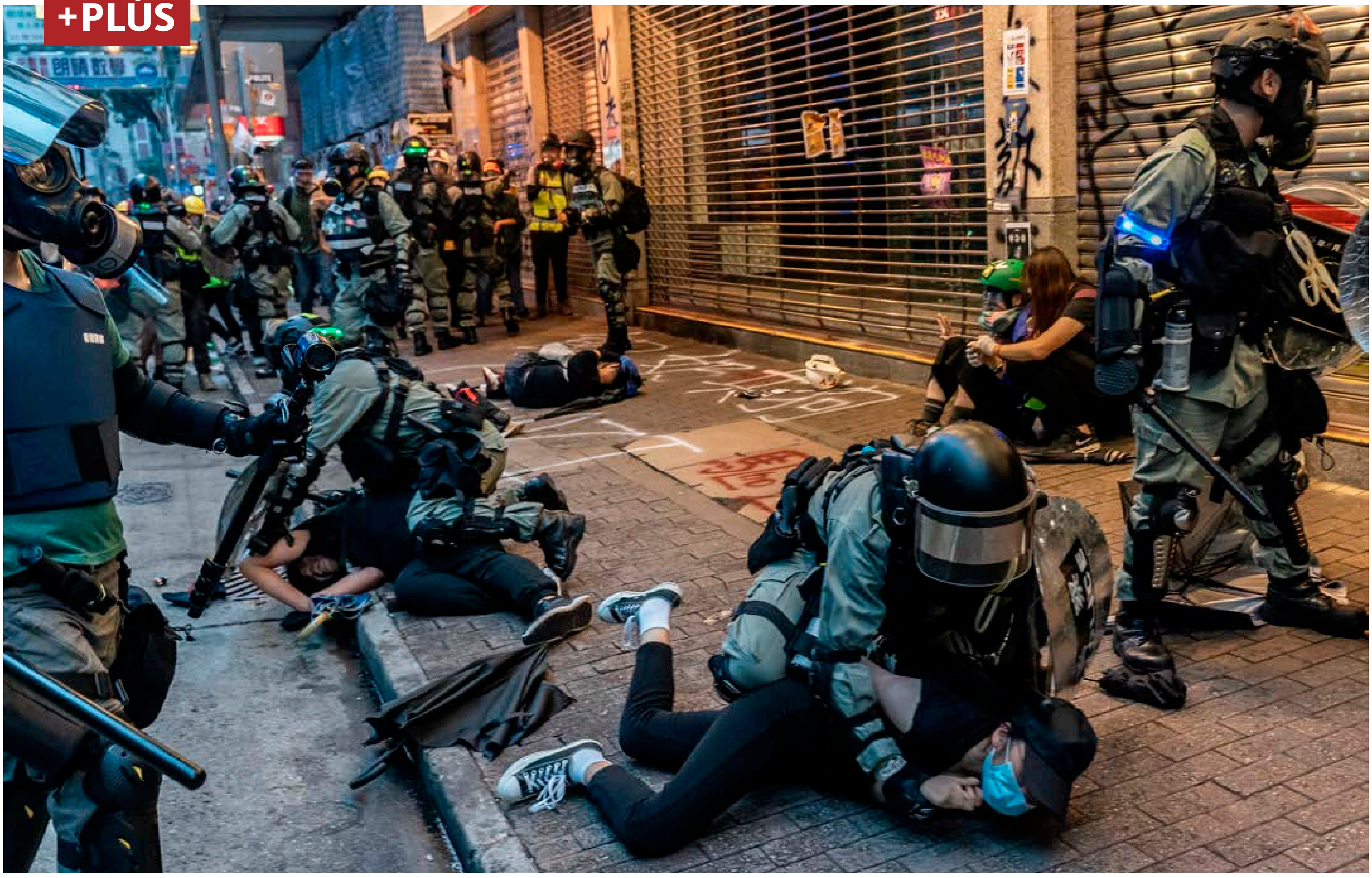
Þremenningarnir eru Bandaríkjamennirnir William G. Kaelin vísindamaður við Harvard-háskóla, Gregg L. Semenza frá Johns Hopkins-háskóla, og Bretinn Peter J. Ratcliffe frá Francis Crick-stofnuninni í London.

Dómnefndin segir að vísindamennirnir þrír hafi lagt grunn að auknum skilningi manna á því hvernig súrefnismagn hefur áhrif á efnaskipti og lífeðlisfræðilega starfsemi. Þetta muni leiða til nýrra aðferða í baráttunni gegn sjúkdómum á borð við krabbamein og háfjallaveiki, segir í frétt AP. Annað dæmi væri lyfjaframleiðsla til að koma í veg fyrir blóðskort sem kemur fram hjá fólki með þráláta nýrnaveiki.

Verðlaunahafarnir hafi sýnt hvernig virkni gena breytist eftir breytingum á súrefnisstyrk í umhverfi. Hæfileiki frumna til að aðlagast súrefnisstyrk er talinn lykillinn að því að dýrategundir hafi numið land á svo ólíkum búsvæðum.

Vísindamennirnir þrír, sem vinna að mestu hver í sínu lagi, munu deila á milli sín verðlaunafénu sem nemur níu milljónum sænskra króna, eða um 113 milljónum íslenskra króna. – **ds**

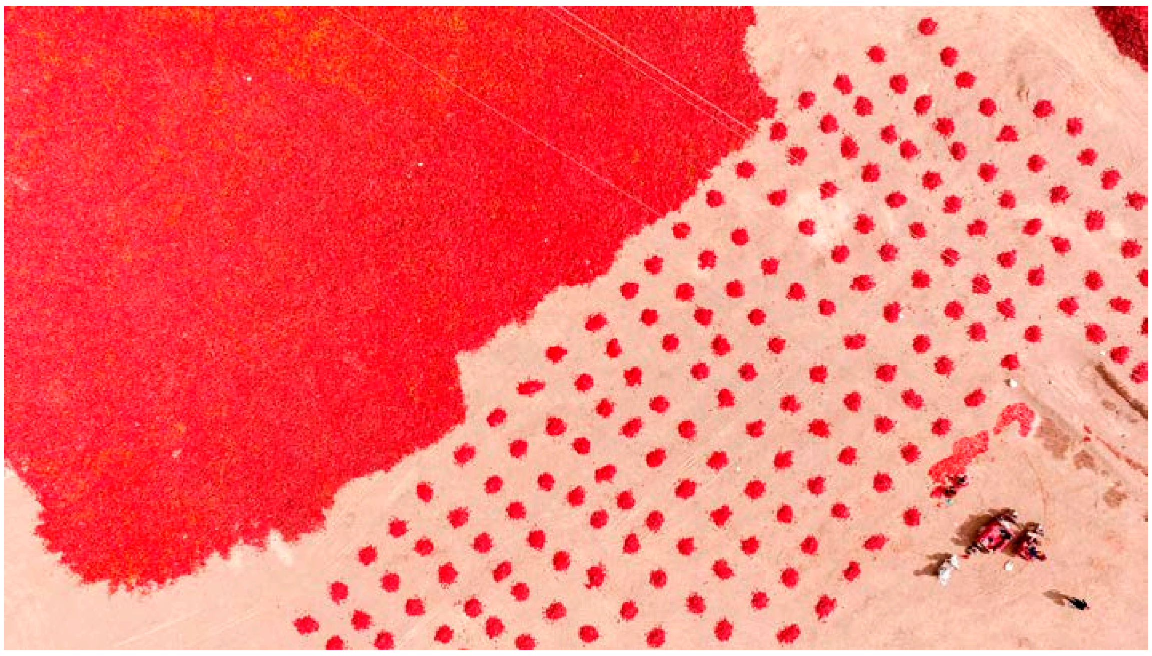
Nóbelsnefndin tilkynnir verðlaunahafana þrjá í Stokkhólmi í gær. Þeir hafa hver í sínu lagi unnið að rannsóknum í læknisfræði. NORDICPHOTOS/AFP



Lögreglu og mótmælendum lenti harkalega saman í Wan Chai-hverfi Hong Kong í gær. Mótmæli hafa nú staðið yfir í fjóra mánuði og færast sífellt í aukana. Á föstudag voru sett lög sem banna fólki að klæðast grímum á almannafæri. NORDICPHOTOS/GETTY

Umhverfismótmælendur létu í sér heyra í gær í borginni Amsterdam í Hollandi. Mótmælendurnir stöðvuðu meðal annars umferð yfir brú við hið þekkta safn Rijksmuseum. NORDICPHOTOS/GETTY

Rached Ghannouchi, leiðtogi hins íslamíska flokks Ennahda, bíður þess að flytja ávarp eftir sigur í þingkosningunum í Túnis. NORDICPHOTOS/GETTY



Litrík loftmynd af vinnslu á sólþurrkuðum rauðum chilli-pipar í Aksu-héraði í Xinjiang í Kína. NORDICPHOTOS/GETTY

Vladimír Pútín Rússlandsforseti tók ljósmyndara með sér í fjallgöngu í Tuva-héraði, í suðurhluta Síberíu, þar sem hann stillti sér upp af miklum myndugleik. Tilefnið var 67 ára afmæli forsetans. NORDICPHOTOS/GETTY

EURO SHOPPER

750ml

Aðeins

598 kr./750 ml

ES Jómfrúar Ólífuolía
750 ml

1 l

598 kr./1 l

ES Ólífuolía
1 lítri

1 l

259 kr./1 l

ES Sólblómaolía
ES Repjuolía
1 lítri

1kg

298 kr./1 kg

ES Grænmetisblanda
Frosið, 1 kg

1kg

298 kr./1 kg

ES Spergilkál
Frosið, 1 kg

1kg

298 kr./1 kg

Wok Grænmetisblanda
Frosið, 1 kg

BÓNUS

EKKERT BRUÐL

Skýr ávinningur

Sighvatur Arnmundsson
sighvatur@frettabladid.is

Mögulegur fjárhagslegur ávinningur af sameiningu sveitarfélaga, miðað við tillögur um að lágmarksíbúafjöldi verði eitt þúsund árið 2026, gæti orðið allt að fimm milljarðar króna á ári. Þetta sýnir ný úttekt sem unnin var fyrir samgöngu- og sveitarstjórnarráðuneytið og kynnt á Fjármálaráðstefnu sveitarfélaga fyrir helgi. Þessar tölur, sem eru auðvitað settar fram með fyrirvara um að mögulegur ávinningur skili sér, eru að mati skýrsluhöfunda varfærnismat. Það er ljóst að hér er eftir miklu að slægjast. En það er ekki bara fjárhagslegur ávinningur sem horfa þarf á, heldur einnig möguleikar og tækifæri sveitarfélaga til að eflast og dafna.

Eins og við var að búast hafa tillögur Sigurðar Inga Jóhannssonar mætt töluverðri andstöðu hjá mörgum af minnstu sveitarfélögunum. Hafa sum þeirra gengið svo langt að segja sig úr Sambandi íslenskra sveitarfélaga. Meðal þeirra raka sem heyrast eru að það sé andstætt lýðræðinu að ætla sér að þvinga sveitarfélög til sameiningar með löggjöf. Aldís Hafsteinsdóttir, formaður Sambands íslenskra sveitarfélaga, hefur bent á að það geti heldur varla talist lýðræðislegt að minnstu sveitarfélögin þurfi að útvista mörgum lögbundinna verkefna sinna.

Auðvitað væri æskilegt að sameiningar væru sjálfsprottnar en reynslan sýnir því miður að þannig gerast hlutirnir allt of hægt. Danir gáfust til að mynda upp á slíkri bið og settu lögbundinn lágmarksíbúafjölda. Það má ekki verða svo að minnstu sveitarfélögin komi í veg fyrir að fleiri verkefni verið færð yfir til sveitarfélaganna. Sterk og öflug sveitarfélög eru forsenda öflugrar landsbyggðar og þess vegna er málflutningur andstæðinga sameiningartillagnanna furðulegur. Hér er í mörgum tilfellum um viðkvæm svæði að ræða í byggðarlegu tilliti sem hafa átt undir högg að sækja.

Þótt hægt hafi gengið að sameina sveitarfélög á síðustu árum er fram undan síðar í mánuðinum mikilvæg íbúakosning í fjórum sveitarfélögum á Austurlandi. Þrjú sveitarfélaganna hafa í dag færri en þúsund íbúa og eitt þeirra færri en 250 sem gæti orðið lágmarkið frá 2022. Lykilatriði í vinnu samstarfsnefndar sveitarfélaganna er hugmyndin um svokallaða „heimastjórn“. Er þannig ætlunin að koma til móts við kröfur um áhrif heimamanna á þjónustu í nærumhverfi sínu. Sameining sveitarfélaga snýst nefnilega ekki endilega um sameiningu byggðanna sem slíkra, heldur sameiningu stjórnsýslunnar. Því fylgir auðvitað stóraukin samvinna byggðanna en einkennin þurfa ekki að tapast þótt breytt sé um nafn sveitarfélagsins.

Framtíð málsins mun ráðast á Alþingi í vetur. Í þeirri vinnu sem fram undan er þarf auðvitað að hlusta á öll sjónarmið og horfa til reynslu fyrri sameininga og læra af þeim mistökum sem gerð hafa verið. Margir hafa bent á að erfitt geti reynst að miða við einhverja eina tölu þegar kemur að lágmarksíbúafjölda í sveitarfélagi. Undir það má taka og þingmenn þurfa að skoða af fullri alvöru hvort þessar tillögur gangi of skammt. Það er hins vegar tæknilegt úrlausnarefni. Efling sveitarstjórnarstigsins hefst aftur á móti með pólitískri yfirlýsingu um stærri og öflugri sveitarfélög.

Það má ekki verða svo að minnstu sveitarfélögin komi í veg fyrir að fleiri verkefni verið færð yfir til sveitarfélaganna.

Halldór

Frá degi til dags

Hafnarfjörður logar

Hafnarfjörðurinn logar nú af reiði. Í kaffisamsætum er um lítið annað talað en vondu bæjarstjórnina sem ætlar að stúta höfninni. Setja stóra landfyllingu fyrir framan kirkjuna og planta þar skýjakljúfum. Eða álveri. Eða kjarnorkuveri. Rósa bæjarstjóri og Ágúst Bjarni, eini Framsóknarmaðurinn í bænum, hlaupa um allar koppagrundir með slökkvitækið á lofti. „Djók! Við ætluðum aldrei að gera þetta. Þið áttuð aldrei að sjá þetta!“ Hafnfirðingar eru efins, enda illa brenndir af stórframkvæmdum við hafnarsvæðið. Blokkalengjan við Norðurbakkann hefur gjörbreytt ásýnd svæðisins og á örskotsstundu hefur ferlíki Hafrannsóknastofnunar risið í hinum enda þess.

Gott djobb?

„Er það gott djobb?“ spurði Nóbelskáldið. Sennilega spyrja allir sig að þessu á einhverjum punkti á lífsleiðinni. Líka Kristín Linda Árnadóttir, nýráðinn aðstoðarforstjóri Landsvirkjunar, en hún hefur verið forstjóri Umhverfisstofnunar frá 2008. „Er aðstoðarforstjóri betra djobb en forstjóri?“ Þetta segir mest um stöðu umhverfismála á Íslandi því stofnanirnar tvær gætu ekki verið ólíkari. Umhverfismálin eru í neðri deildunum. Að vera aðstoðarknattspyrnustjóri Liverpool er betra en að vera knattspyrnustjóri Tranmere.

kristinnhaukur@frettabladid.is

Netógnir í nýjum heimi

Sigurður Ingi Jóhannsson
samgöngu- og sveitarstjórnarráðherra

Einstaklingar og fyrirtæki hér á landi hafa nú þegar orðið fyrir verulegu fjártjóni og ýmsu öðru tjóni þegar viðkvæmar upplýsingar komast í hendur óviðkomandi. Margt bendir til þess að atvikum af þessu tagi muni halda áfram að fjölga á næstu árum. Talið er að íslensk fyrirtæki hafi orðið fyrir tugmilljarða króna tapi, en aðeins lítið brot er tilkynnt til lögreglu og rannsakað. Fyrirtæki upplifa sig mörg nokkuð varnarlaus gagnvart vaxandi ógnum á netinu. Hið sama má segja um heimilin í landinu sem eru að taka í notkun margs konar snjalltæki, svo sem reykskynjara, hitastilla, öryggiskerfi, eftirlitsmyndavélar og læsingar, sem tengd eru Internetinu með tilheyrandi hættu á að óviðkomandi geti farið að stýra þeim sé ekki gætt fyllsta öryggis.

Októbermánuður er tileinkaður netöryggismálum og hefur samgöngu- og sveitarstjórnarráðuneytið birt hagnýtar leiðbeiningar fyrir almenning og fyrirtæki á stjornarradid.is/netoryggi til að auðvelda fólki og fyrirtækjum að verjast í netheimum. Einföld atriði geta stóraukið öryggi við notkun snjalltækja svo sem:

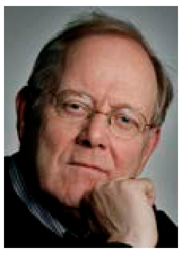
- Að nota ólík lykilorð fyrir mismunandi þjónustur.
- Að spyrja sölu- eða þjónustuaðila snjalltækja um hvaða öryggisráðstafanir séu mögulegar við uppsetningu og notkun tækjanna.
- Að breyta upphaflegu lykilorði WiFi-neta og snjalltækja þegar þau eru tekin í notkun.
- Að breyta persónuverndar- og öryggisstillingum tækis miðað við þarfir og gera þá eiginleika óvirka sem ekki á að nota.
- Að setja inn öryggisuppfærslur um leið og þær eru fáanlegar.

Nýsamþykkt lög um netöryggismál ásamt nýrri stefnu og aðgerðaáætlun leggja grunn að verkefnum stjórnvalda á þessu sviði. Net- og upplýsingaöryggismál varða samfélagið allt, einstaklinga, fyrirtæki og opinbera aðila.

Fyrirtæki upplifa sig mörg nokkuð varnarlaus gagnvart vaxandi ógnum á netinu.

FRÉTTABLAÐIÐ **ÚTGÁFUFÉLAG:** Torg ehf. **STJÓRNARFORMAÐUR:** Ingibjörg Stefanía Pálmadóttir **FRAMKVÆMDASTJÓRI:** Jóhanna Helga Viðarsdóttir **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*

Ríkisútvarpið haldi stöðu sinni



Kári Jónasson
formaður stjórnar Ríkisútvarpsins

Það hefur oft gustað hressilega um Ríkisútvarpið síðan það hóf starfsemi sína árið 1930. Ýmis upphlaup hafa orðið í gegnum árin og menn hafa haft ýmsar skoðanir uppi varðandi starfsemi þess. Umræðan undanfarið hefur einkum beinst að fjármögnun stofnunarinnar og þá einkum hlutdeild hennar í auglýsingamarkaðinum hér á landi . Auglýsingar hafa verið fastur liður í dagskrá Ríkisútvarpsins frá stofnun og eru þess vegna hluti af daglegu lífi landsmanna. Mörgum íbúum nágrannalanda okkar kemur það stundum spánskt fyrir sjónir að hér séu auglýsingar í ríkisfjölmiðlinum, en svona er það nú samt, líkt og í flestum eða öllum öðrum löndum á meginlandi Evrópu. Þar eru stöðvarnar líka fjármagnaðar í flestum tilfellum með blöndu af afnotagjöldum og auglýsingum líkt og hér.

Tryggur hópur að baki RÚV

Það verður ekki annað sagt en að landsmenn standi þétt að baki Ríkisútvarpinu, ef marka má fjölmargar kannanir á undanförnum árum. Þrátt fyrir tilkomu heimsmiðla sem hafa haft mikil áhrif á fjölmiðlun – ekki aðeins hér á landi heldur um allan heim – á Ríkisútvarpið sinn trygga hóp hlustenda og áhorfenda. Stofnunin hefur líka lagt sig fram um að fylgja þróun í miðlun efnis, og sinna öllum aldurshópum, ekki síst ungu kynslóðinni. Má þar bæði nefna KrakkaRÚV og Rúv Núll, sem segja má að hafi valdið byltingu í notkun þessara hópa á fjölmiðlum og haft veruleg áhrif á menningarlegt uppeldi þeirra.

> **Við í Ríkisútvarpinu erum ákaflega stolt af útvarpsrásunum okkar tveimur og Sjónvarpinu. Hin gamla og virðulega Rás 1 hefur haldið sínu striki og blómstrað, þrátt fyrir mikla samkeppni á ljósvakarásunum.**

Meiri og meiri samkeppni

Samkeppni við erlendar efnisveitur verður sífellt harðari, en til að keppa við þær hefur RÚV stóraukið áherslu á innlent efni. Á undanförnum um fimm árum hefur það aukist um 23% og á sama tíma hefur verið dregið úr framboði af bandarísku afþreyingarefni um 45%. Þetta eru tölur sem tala sínu máli og landinn hefur vel kunnað að meta. Sumt af því efni sem stofnunin hefur átt þátt í að framleiða hefur svo ratað í erlendar stöðvar og aukið hróður Íslands á sviði kvikmyndagerðar.

Við í Ríkisútvarpinu erum ákaflega stolt af útvarpsrásunum okkar tveimur og Sjónvarpinu. Hin gamla og virðulega Rás 1 hefur haldið sínu striki og blómstrað, þrátt fyrir mikla samkeppni á ljósvakarásunum.

Löggjafinn ákveður fjármögnun

En allt kostar þetta peninga, og til að standa undir hinni metnaðarfullu dagskrá eru auglýsingar og útvarpsgjaldið svokallað. Menn geta haft mismunandi skoðanir á því hvernig hlutfallið varðandi fjármögnunina á að vera, en það er löggjafans að ákveða það. Við vonum bara og treystum því að verði hlutfall auglýsinga minnkað, fáum við það bætt með útvarpsgjaldinu. Ef til vill verða hugsanlegar breytingar á þessu hlutfalli til þess að styrkja einkarekna fjölmiðla og það er ekki nema gott um það að segja, því sannleikurinn er sá að löggjafinn hefði átt fyrir löngu að vera búinn að búa þannig um hnútana að hér á landi geti þróast lýðræðisleg og menningarleg umræða um hvaðeina sem mönnum liggur á hjarta. Framtak mennta- og menningarmálaráðherra á þessu sviði lofar góðu.

Stöndum vörð um tunguna

Ríkisútvarpið vill hér eftir sem hingað til leggja sitt af mörkum til íslenskrar menningar og lýðræðislegrar umræðu. Það hefur kannski aldrei verið nauðsynlegra en nú á tímum, þegar við verðum að slá skjaldborg um tungumálið okkar íslenskuna, sem á í sífellt meiri vök að verjast vegna erlendra áhrifa.

Sigurhæðir og Matthías

Tryggvi Gíslason
fyrverandi skólameistari Menntaskólans á Akureyri

Í bréfi sem Matthías Jochumsson skrifaði í mars 1904 segir: „Ég lét byggja mér nýtt dáfallegt hús í fyrra til að deyja í.“ Þetta hús er Sigurhæðir sem hann lét reisa 1903 og þar sem Matthíasarfélagið stofnaði Matthíasarsafn 1962, minningarsafn um Matthías Jochumsson og opnað var árið 1965. Þar voru skrifstofuherbergi, ætluð skáldum og fræðimönnum til skapandi skrifa. Sigurhæðir standa sunnan undir núverandi Akureyrarkirkju, sem vígð var 1940, og nefnd hefur verið Matthíasarkirkja.

Mörg skáld hafa í tímans rás tengst Akureyri með einum eða öðrum hætti, þótt tengslin séu mismunandi. Sum eru fædd í „höfuðstað hins bjarta Norðurs“, önnur komu til bæjarins á fullorðinsárum og settust þar að, og enn önnur dvöldust þar aðeins skamma hríð, en skildu eftir sig ljóð, myndir og minningar. Í þessum hópi eru um fimmtíu skáld. Mætti því kalla bæinn „skáldabæinn Akureyri“. Eitt skáld kom iðulega til Akureyrar, en hafði þar aldrei fasta búsetu, listaskáldið góða, Jónas Hallgrímsson, sem fór um Akureyri á ferðum sínum til og frá æskuheimili sínu á Steinsstöðum í Öxnadal. Séra Matthías Jochumsson fluttist til Akureyrar árið 1886 og lifði þar til dauðadags 18. nóvember 1920 og skildi þar eftir sig spor, sem enn hefur ekki fennt í. Matthías átti oft erfitt, allt frá bernskudögum fram á elliár, barðist við þunglyndi og efasemdir í trúmálum, eins og víða kemur fram í kvæðum hans. Af sögu hans má margt læra. Meðal annars getur ungt fólk lært margt af sögu hans – einnig við sem eldri erum.

Stjórn Akureyrarstofu hefur nú ákveðið að óska eftir því við umhverfis- og mannvirkjasvið bæjarins, að húsið Sigurhæðir verði sett í sölu, þótt málið hafi hvorki verið rætt í bæjarstjórn né bæjarráði. Hins vegar verði sögu hússins og sögu Matthíasar Jochumssonar gerð skil með öðum hætti, „til dæmis með söguskilti“ – ég endurtek: „með söguskilti“. Þetta er ekki sæmandi. Formælandi Akureyrarstofu færir þau rök ein fyrir hugmyndinni, að stígur frá kirkjutröppunum sé ekki fær fyrir fatlaða eða fólk sem á erfitt með gang – „ekki síst á snjóþungum dögum“.

Furðulegt er að lesa þetta: selja Sigurhæðir, þótt málið hafi ekki verið rætt í bæjarstjórn eða bæjarráði, en sögu Matthíasar gerð skil með söguskilti. Forysta í skáldabænum, skóla- og menningarbænum Akureyri getur ekki verið þekkt fyrir slíkt og þvílíkt. Það finnast leiðir, ef ráðamenn vilja hugsa málið frá upphafi til enda og vilja standa sína plikt gagnvart sögu bæjarins og menningu. Svo kann líka að vera að leiðin að Sigurhæðum eigi ekki að vera auðgengin, hvorki ungum né öldnum, fötluðum né fólki sem á erfitt með gang. Leið Matthíasar Jochumssonar gegnum lífið var heldur ekki auðveld.

HAT-TRICK
HEIMSBÍLL ÁRSINS
HÖNNUN ÁRSINS
RAFBÍLL ÁRSINS
JAGUAR

*Uppgefnin tala um drægi samkvæmt samræmdum mælingum WTPL staðalsins
ENNEMM / SIA / NM95168

Rafbíllinn Jaguar I-Pace vann nývferið til þrennra gullverðlauna á hinni virtu uppskeruhátíð bílaframleiðenda World Car Of The Year. I-Pace varð þar með fyrsti bíllinn í heiminum til að vinna þrjá flokka á sama árinu. Vertu með þeim fyrstu sem upplifa nýjan fjórhjóladrifinn Jaguar I-PACE, 470 km drægi*, 400 hestöfl, 4,8 sek. í 100 km.

WINNER
WORLD CAR AWARDS
2019 WORLD CAR OF THE YEAR
2019 WORLD CAR DESIGN OF THE YEAR
2019 WORLD GREEN CAR

jaguarisland.is

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

Jaguar I-Pace
VERÐ FRÁ: 9.790.000 KR.

28. mars 2019
Norðmaðurinn **Ole Gunnar Solskjær** skrifar undir þriggja ára samning við Manchester United. Síðan þá hefur liðið litið verr út nánast með hverjum leik.

17 stig úr 17 leikjum hefur Ole Gunnar náð í síðan hann skrifaði undir langtímasamning. Aðeins **Southampton**, **Brighton** og **Watford** hafa **verri árangur**.

4 sigrar hafa komið í hús síðan **28. mars**.

16 mörk hafa leikmenn hans skorað en fengið á sig 22. **Dýrasti varnarmaður heims** stendur í vörninni og **launahæsti markvörðurinn**.

26 stig fékk **Jose Mourinho** í sínum síðustu 17 leikjum. Ole Gunnar hefur fengið 17.

15 af 18 leikmönnum sem töpuðu fyrir **Everton 4-0** í apríl eru enn hjá Manchester United.

14 af 19 leikjum unnust þegar Solskjær var ennþá **bráðabirgðastjóri**.

15 leiki í röð hefur **Liverpool** unnið síðan Solskjær skrifaði undir þriggja ára samning.

1 tap kom í fyrstu 13 leikjum hans sem **bráðabirgðastjóri**.

9 fyrstu **útileikirnir** unnust eftir að Solskjær birtist.

- Liðið tapaði gegn **Newcastle** 1-0 á sunnudag.

22 ár tók **Steve Bruce** að vinna Manchester United

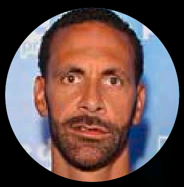
4 snertingar átti **Harry Maguire** inni í teig Newcastle, fleiri en aðrir samherjar hans. Hann er varnarmaður.

> Þegar þú horfir á þá spila er ljóst að þeir munu ekki berjast um enska meistaratitilinn.

Arsene Wenger

> Spilið fyrir nafnið sem er framan á treyjunni og þeir munu muna eftir nafninu aftan á treyjunni.

Rio Ferdinand



> Aldrei gleyma því að þetta er risafélag og á að notfæra sér það. Aldrei leyfa leikmönnum að ráða hvert félagið stefnir. Losið ykkur við þá!

Jamie Carragher

Sveimað fyrir ofan fallsvæðið

Manchester United, eitt stærsta félag fótboltans, er í skelfilegum málum með skelfilega leikmenn og er í frjálsu falli rétt fyrir ofan fallsvæðið. Fréttablaðið tók saman nokkra mola um hversu lélegt liðið er orðið.

3 tilraunir hittu markið hjá Newcastle í leiknum. **0** fóru á rammann gegn **AZ** í leiknum á undan.

68,1% var liðið með boltann.

0 fyrirgjafir frá kantmönnunum **Andreas Pereira** og **Daniel James** hittu á samherja á sunnudag.

21 sinni kom **Marcus Rashford** við boltann í leiknum á sunnudag. Fjórum sinnum oftar en **Marcos Rojo** sem kom ekki inn á fyrr en á 60. mínútu.

- Tímabilið í heild sinni þar sem það situr í **12. sæti**, tveimur stigum frá fallsæti.

33 sinnum hefur leikmaður liðsins hitt á markið, sem er **30%** nýting. Liverpool, sem er efst í deildinni, er með 49 skot á rammann og **37%** hittni.

8 mörk hefur liðið skorað, þar af fjögur í **fyrsta leik**.

8 leiki hefur Ole Gunnar spilað **4-2-3-1 kerfið** og alltaf tapað.

11 leiki á útivelli hefur liðið leikið **án þess að vinna**.

3 mörk hefur **Marcus Rashford** skorað úr opnum leik í síðustu 26 leikjum.

2/1 eru líkurnar á að Ole Gunnar verði rekinn samkvæmt **BetVictor** veðbankanum. Hann er í harðri baráttu við **Marco Silva** á toppnum þar á bæ.

20. október
Liverpool kemur í heimsókn á **Old Trafford**. Síðan spilar liðið fjóra útileiki í röð. Það hefur ekki unnið útileik síðan **6. mars** þegar það vann PSG eða í 11 tilraunum.

TILBOÐ!
FORD TRANSIT
350 L3H2 AMBIENTE VAN

Aukabúnaður umfram ríkulegan staðalbúnað: Rennihurð einnig á vinstri hlið, klæðning í gólfi og hliðum hleðslurýmis, hraðastillir, LED og aurhlífar.

VERÐ MEÐ AUKABÚNAÐI:
6.115.000 KR.
TILBOÐSVERÐ:
4.346.000 KR. ÁN VSK
5.390.000 KR. MEÐ VSK.

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

TAX FREE

SNYRTIVÖRU DAGUR

AÐEINS Í DAG

Taxfree* af öllum snyrtivörum

HAGKAUP 60 ÁRA

*Taxfree jafngildir 19,36% afslætti

Að sjálfsögðu fær ríkissjóður 24% virðisaukaskatt af þessari sölu.

HAGKAUP

Meira svona *alla daga*

80 ára afmæli

Guðmundur Haraldsson
fyrrverandi skólastjóri Brunamálaskólans

fagnar 80 ára afmæli sínu í dag. Hann er fyrrverandi skólastjóri Brunamálaskólans og starfaði við brunamál í yfir 40 ár. Hann hefur einnig verið virkur í ýmsum félagsmálum.

Hann ætlar að fagna afmæli sínu í Hannesarholti í dag milli 17-19 og þætti gaman að sjá sem flesta ættingja og vini á þessum tímamótum.

Maki: Guðfinna Sigurðardóttir f. 1943, fv. talsímavörður.

Börn: Sigríður f. 1971, Bryndís f. 1974, Ragnheiður f. 1982 og Íris Halla f. 1984.

Foreldrar: Ragnheiður S. Erlendsdóttir frá Hlíðarenda í Fljótshlíð, f. 1896, d. 1977, húsfreyja, og Haraldur Kristjánsson frá Miklaholtsseli í Hnappadalssýslu, f. 1905, d. 1980, skipstjóri.

✝

Ástkær móðir okkar, tengdamóðir, amma og langamma,

Sigríður Árnadóttir

lést á dvalarheimilinu Skjóli sunnudaginn 29. september. Útför fer fram frá Áskirkju miðvikudaginn 9. október kl. 13.00.

Börn, tengdabörn, barnabörn og barnabarnabörn.

✝

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

Kristinn Ólafur Jónsson
(Kiddó)
skipstjóri,
Hjallatanga 22,
Stykkishólmi,

lést á St. Fransiskussjúkrahúsinu Stykkishólmi 29. september. Útförin fer fram frá Stykkishólmskirkju, föstudaginn 11. október kl. 14. Blóm og kransar eru vinsamlegast afþakkaðir, en þeim sem vilja minnast hans er bent á Kraft, styrktarfélag ungs fólk með krabbamein. Reikningur 0327-26-112233, kt. 571199-3009. Starfsfólki legudeildar sjúkrahússins færum við bestu þakkir fyrir frábæra umönnun og hlýhug.

Þórhildur Magnúsdóttir
Egill Egilsson
Magnús Þór Kristinsson — **Wioleta Marzec**
Fanný Kristinsdóttir — **Patrick Welter**
Hjalti Kristinsson — **Anna Margrét Pálsdóttir**
barnabörn og langafabörn.

✝

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

Árný Margrét Agnars Jónsdóttir
Hásteinsvegi 15b,

lést á Heilbrigðisstofnun Suðurlands í Vestmannaeyjum þann 1. október. Útför hennar fer fram frá Landakirkju í Vestmannaeyjum 11. október kl. 13.00.

Helgi Gestsson
Torfhildur Helgadóttir — **Viktorija Salniska**
Agnar Helgason — **Kathleen Clifford**
Brynja Helgadóttir
Berglind Helgadóttir — **Jóhann Hjaltalín Stefánsson**
Helgi Helgason — **Dagrún Deirdre Georgsdóttir**
ömmubörn og langömmubörn.

Nærgætni, hlýja og virðing — *Við andlát ástvinar*

Ísleifur Jónsson
Útfararstjóri
Farsími 821 5353

Steinunn Magnúsdóttir
Útfararþjónusta
Farsími 861 3441

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

✝

Móðir okkar, tengdamóðir, amma og langamma,

Auður Helga Jónsdóttir
Kópavogsbraut 1a, Kópavogi,

verður jarðsungin í Kópavogskirkju mánudaginn 14. október kl. 15. Blóm og kransar afþakkaðir en þeim sem vilja minnast Auðar er bent á Barnaspítalasjóð Hringsins.

Geir Hauksson — **Jórunn Jörundsdóttir**
Auður Hauksdóttir
Haukur Hauksson — **Magnea Kristinsdóttir**
Leifur Hauksson — **Guðrún Bachmann**
barnabörn og barnabarnabörn.

✝

Móðir okkar, tengdamóðir, amma og langamma,

Anna Guðrún Bjarnardóttir
(Didda í Holti)

lést á Heilbrigðisstofnun Suðurlands 29. september. Útförin fer fram frá Stokkseyrarkirkju föstudaginn 11. október kl. 14.00.

Jóhanna Sigríður Harðardóttir — **Már Ólafsson**
Sigurður Jónsson
Björn Harðarson
Anna Harðardóttir — **Sigurður Kristinsson**
Sigurður Harðarson — **Manon Laméris**
barnabörn og barnabarnabörn.

✝

Elskuleg eiginkona mín,

Halldóra Kristjánsdóttir
Laugarnesvegi 90, Reykjavík,

lést á Landspítalanum Fossvogi að morgni 28. september 2019. Útförin hefur farið fram í kyrrþey að ósk hinnar látnu.

Hannes Clemens Pétursson

✝

Ástkær eiginkona mín,

Svala Eggertsdóttir
Bólstaðarhlíð 41,
Reykjavík,

lést á Borgarspítalanum 4. október. Jarðarför auglýst síðar.

Baldur Einarsson

✝

Ástkær faðir okkar, tengdafaðir og afi,

Steinar Guðmundsson
athafnamaður,
Kelduskógum 1,
Egilsstöðum,

sem lést fimmtudaginn 3. október sl., verður jarðsunginn frá Egilsstaðakirkju, laugardaginn 19. október, klukkan 14.

Valgeir Þór Steinarsson — **Gunnhildur Lilja Gísladóttir**
Rósa Guðný Steinarsdóttir — **Magnús Ástþór Jónasson**
Linda Jónína Steinarsdóttir — **Einar Ás Pétursson**
og fjölskyldur.

✝

Ástkær eiginmaður minn, faðir okkar, tengdafaðir og afi,

Valgarður Sigurðsson
hæstaréttarlögmaður,

lést á Skjóli mánudaginn 30. september í faðmi fjölskyldunnar. Útför hans fer fram frá Víðistaðakirkju, föstudaginn 11. október klukkan 13.

Elísabet Kristjánsdóttir
Hulda Björk Valgarðsdóttir
Kristján Valgarðsson
Pétur Valgarðsson
Sigurður Valgarðsson
tengdabörn og barnabörn.

✝

Ástkær faðir okkar, tengdafaðir, afi, langafi og langalangafi,

Árni Halldór Jónsson

lést 2. október. Innilegar þakkir til starfsfólks Heilbrigðisstofnunar Vestfjarða Patreksfirði fyrir góða umönnun. Útförin fer fram frá Patreksfjarðarkirkju laugardaginn 12. október kl. 17.00.

Hrönn Árnadóttir — **Guðmundur Ólafur Guðmundsson**
Þór Árnason — **Sigríður Einarsdóttir**
Dröfn Árnadóttir — **Gísli Már Gíslason**
Jón Bessi Árnason — **Guðrún Gísladóttir**
Sævar Árnason — **Elena Alda Árnason**
Stefanía Heiðrún Árnadóttir
Brynja Árnadóttir — **Guðmundur Aðalsteinsson**
afabörn, langafabörn og langalangafabörn.

✝

Eiginmaður minn, faðir okkar, tengdafaðir, afi, langafi og langalangafi,

Þrúðmar Sigurðsson
Miðfelli,
Hornafirði,

sem lést á heimili sínu 4. október síðastliðinn, verður jarðsunginn frá Hoffellskirkju mánudaginn 14. október kl. 11 f. hádegi.

Hólmfríður Leifsdóttir og fjölskylda.

✝

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

Sigurfinna Pálmarsdóttir
Unhól, Þykkvabæ,

lést þriðjudaginn 1. október á Dvalarheimilinu Lundi. Útför hennar fer fram í Þykkvabæjarkirkju föstudaginn 11. október kl. 13.00.

Pálína Svanhvít Guðbrandsdóttir — **Birgir Óskarsson**
Pálmar Hörður Guðbrandsson — **Jóna Sverrisdóttir**
Heiðrún Björk Guðbrandsdóttir — **Kristján Hilmarsson**
Sigríður Guðbrandsdóttir
barnabörn og barnabarnabörn.

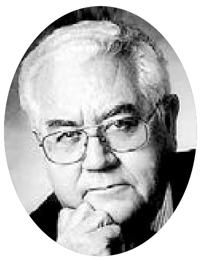
✝

Ástkær eiginkona mín, dóttir, móðir, tengdamóðir, amma og systir,

Alma Jónsdóttir
ritari,
Arnarsmára 24, Kópavogi,

lést laugardaginn 5. október á Líknardeild Landspítalans í Kópavogi. Útför hennar fer fram frá Fríkirkjunni í Reykjavík, föstudaginn 11. október, kl. 13.00.

Jón Friðhólm Friðriksson
Rósa Jónsdóttir
Jónas Guðbjörn Jónsson — **Helga Sigrún Þórsdóttir**
Eiríkur Jónsson — **Kristjana Árnadóttir**
Jón Grétar Jónasson — **María Sigrún Jónasdóttir**
Eva Natalie Eiríksdóttir — **Nadia Liv Eiríksdóttir**
systkini og fjölskyldur.



✝

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

Haraldur Sveinsson
Efstaleiti 12, Reykjavík,

verður jarðsunginn frá Dómkirkjunni í Reykjavík á morgun, miðvikudaginn 9. október, kl. 11.

Agnes Jóhannsdóttir
Soffía Haraldsdóttir
Ásdís Haraldsdóttir
Jóhann Haraldsson — **Gréta Pape**
Sveinn Haraldsson
Haraldur Agnes Civelek — **Edda Civelek**
Marta Eiríksdóttir — **Benoit Branger**
Agnes Jónasdóttir
Daníel Jóhannsson — **Amber Allen**
Alexander Jóhannsson
og barnabarnabörn.

Fólk

Heilsa

ÞRIÐJUDAGUR 8. OKTÓBER 2019

Alþjóðlegi geðheilbrigðisdagurinn er á fimmtudaginn en sama dag er sex ára afmæli Grófarinnar geðverndarmiðstöðvar á Akureyri. Grófin heldur tónleika á Græna hattinum af þessu tilefni.

4

Linda Bára Lýðsdóttir, sálfræðingur og sviðsstjóri hjá VIRK, segir að sem betur fer séu alvarleg tilvik kulnunar ekki algeng. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Kulnun í starfi er flókið og alvarlegt fyrirbæri

Mikið hefur verið rætt um kulnun í starfi á undanförnum mánuðum hér á landi. Að sögn Lindu Báru Lýðsdóttur, sálfræðings og sviðsstjóra hjá VIRK, þarf þó margt að koma til svo að fólk endi með alvarleg einkenni kulnunar. 2

Elín Albertsdóttir
elin@frettabladid.is

Framhald af forsíðu ➪

Sumir sem finna fyrir kulnun í starfi eru ranglega greindir með þunglyndi og kvíða. Aðrir eru taldir vera með kulnun þegar þeir eru í raun að kljást við annað, eins og áfallastreituröskun.

Linda Bára segir að í hruninu árið 2008 hafi verið bent á að afleiðingar þess gætu komið síðar, eða sjö til tíu árum. Gögn frá Finnlandi sýndu þá staðreynd. „Hugsanlega erum við enn að upplifa afleiðingar hrunsins,“ segir hún. „Auk þess er mikill hraði í samfélaginu og mikið álag fylgir því að sinna of mörgum verkefnum í einu. Þá þykir sjálfsagt að stunda nám meðfram vinnu auk þess að sjá um heimili. Ýmsar getgátur eru uppi en það getur verið erfitt að benda á einn áhrifaþátt álags, streitu og kulnunar í starfi,“ segir hún.

Misjöfn nálgun

Þegar Linda Bára er spurð af hverju umræðan hafi verið svona mikil undanfarið svarar hún: „Því er erfitt að svara. Er það út af raunverulegri aukningu í kulnun eða erum við bara duglegri að ræða um fyrirbærið kulnun? Þetta er ekki séríslenskt, í Evrópu hefur umræðan verið mikil síðastliðin ár þótt nálgun annarra landa á kulnun hafi verið misjöfn. Svíar hafa verið framarlega í umræðunni og hvað duglegastir að rannsaka kulnun. Árið 2006 ákváðu þeir að skilgreina kulnunarástand sem geðsjúkdóm sem einkenndist af mikilli örmögnun. Þessi nálgun á kulnun er ekki í samræmi við nálgun Alþjóða heilbrigðisstofnunarinnar (WHO) en samkvæmt hennar skilgreiningu er kulnun ekki talin vera sjúkdómur heldur ástand sem stafar af starfstengdum þáttum og þá sérstaklega langvarandi streitu í starfi sem starfsmaður nær ekki að hafa stjórn á. Hollendingar hafa einnig verið framarlega í umræðunni um kulnun en þeirra nálgun er í samræmi við WHO,“ útskýrir Linda Bára.

Röng greining

„Almennt byrjaði umræða um kulnun ekki að ráði fyrr en upp úr 1997 en þá kom út bók eftir Christina Maslach, The Truth About Burnout, þar sem fjallað var um þetta fyrirbæri. Það vill svo vel til að Christina Maslach mun halda fyrirlestur hér á landi á vegum VIRK, Embættis landlæknis og Vinnueftirlitsins næsta vor. Umræðan hefur því varað í talsvert langan tíma þótt hún sé nýrri hér á landi. Einhverjir fagaðilar hafa þó vissulega bent á skaðsemi langvarandi álags og fjallað um kulnun í töluverðan tíma. Hér hefur ekki verið mótuð ákveðin stefna í þessum málum en við sem störfum hjá VIRK höfum kallað eftir því. Það getur verið erfitt að meta hversu algeng kulnun í starfi er hér á landi vegna þess að rannsóknir vantar. Sumir sem finna fyrir kulnun í starfi eru ranglega greindir með þunglyndi og kvíða. Aðrir eru taldir vera með kulnun þegar þeir eru í raun að kljást við annað, eins og áfallastreituröskun. Þá á umræðan á Íslandi það til að vera töluvert öfgakennd, samanber að „allir“ séu að upplifa kulnun,“ bendir Linda Bára á.

Hún upplýsir að tiltölulega fáir upplifi alvarleg einkenni kulnunar þannig að þeir brotni algjörlega og séu frá vinnu í langan tíma. „Margir upplifa tímabundið einkenni álags, það er streitu en ná að vinna sig út úr henni með aðstoð vinnustaðarins eða annarra en þeir bugast ekki algjörlega eins og gerist við kulnun.“

Örmögnun og hamlandi þreyta

Linda segir að talið sé að kulnun einkennist af þremur þáttum. „Í fyrsta lagi örmögnun, óeðlileg, hamlandi þreyta og algjört úthaldsleysi. Í öðru lagi andleg fjarvera eða mjög neikvætt viðhorf gagnvart öllu sem tengist starfi, hvort sem það eru verkefni eða samstarfsfélagar. Að lokum dvínandi árangur í starfi. Eigið mat á getu til að sinna starfi verður neikvætt og árangur slakur. Hætt er við að örmögnun verði viðvarandi og að einstaklingur geti fundið fyrir depurð og orðið þunglyndur. Auk þess verða kvíðaeinkenni

> **Mikilvægt er að huga að því að starfsfólki líði vel í vinnu þann tíma sem það er á staðnum, að það kvíði ekki fyrir að mæta.**

stöðug og svefn slitróttur. Einbeiting verður slök og miklar minnisskerðingar geta komið fram. Þetta eru því mjög alvarleg einkenni og skaðinn mikill. Mikilvægt er þó að ítreka að fæstir finna fyrir þessum alvarlegu einkennum, flestir sem telja sig finna fyrir kulnun ná að grípa til fyrirbyggjandi aðgerða áður en í óefni er komið,“ segir hún.

Linda bendir á að flest þolum við vel tímabundið álag en þegar það verður viðvarandi í langan tíma geti það haft heilsuspillandi áhrif. „Skortur á viðurkenningu og umbun hefur líka áhrif, ef einstaklingur upplifir ekki sanngirni og réttlæti í starfsumhverfi sínu, eða ef skortur er á trausti og stuðningi og átök algeng þá aukast líkur á kulnun. Það getur verið flókið að finna út hvað í vinnuumhverfinu veldur álagi hjá starfsmanni og einföldun að vísa bara til stöðu verkefna. Sömuleiðis er það einföldun að halda að stytting vinnuvikunnar ein og sér geti dregið úr álagi og þar af leiðandi dregið úr líkum á kulnun. Það þarf að huga að verkefnastöðu á vinnutíma, hvort starfsmanni líði vel í vinnunni og hvort hann upplifi sig hafa stjórn á aðstæðum. Það er okkur lífsnauðsynlegt að hafa stjórn á eigin lífi hvort sem það er í starfi eða annars staðar. Að stytta vinnuvikuna á vinnustöðum þar sem verkefnastaðan breytist ekki, starfsandinn er lélegur og samskiptaörðugleikar algengir mun ekki draga úr álagi og árangur af því inngripi verður takmarkaður enda hafa erlendar rannsóknir bent á þá staðreynd. Ef stytting vinnuvikunnar er aftur á móti vel undirbúin á vinnustaðnum getur hún verið jákvæð.

Stjórnun hefur einnig mikil áhrif á hvort starfsmenn upplifa álag í starfi. Það er mikilvægt að hlúa að stjórnendum og gera þeim kleift að skapa umhverfi þar sem starfsmenn geta sinnt starfi sínu og liðið vel í vinnunni. Oft eru stjórnendur sjálfir undir miklu álagi og verkefnin of mörg.“

Einkalífið hefur áhrif

Linda Bára segir að erfiðleikar í einkalífi hafi líka mikið að segja. „Við getum brotnað undan álagi heima fyrir, bugast eða örmagnast, til dæmis vegna langvarandi veikinda náins ættingja, fjárhagsáhyggna, skilnaðar eða annarra áfalla. Ef við búum við langvarandi stöðuga streitu sem við náum ekki að hafa stjórn á, þrátt fyrir ýmsar aðgerðir, þá hefur það alvarleg neikvæð áhrif á okkur, bæði andlega og líkamlega,“ segir hún.

Aðspurð segir Linda að ekkert bendi til þess að líffræðilega séu konur líklegri til að kulna í starfi. „Allir sem eru undir langvarandi streituálagi geta bugast. Aftur á móti hefur verið bent á að á vinnustöðum þar sem konur eru í meirihluta starfsmanna eru aðstæður mjög oft ekki góðar. Undirmönnun, of þétt verkefnastaða og flókin og erfið samskipti við aðra. Við sjáum þetta sérstaklega í umönnunarstörfum, kennslu, hjúkrun og fleiru. Einnig eru konur líklegri til að bera ábyrgðina á aðstæðum heima fyrir og eru oftar í því hlutverki að þurfa að sinna öðrum fjölskyldumeðlimum þegar eitthvað kemur upp á, veikindi eða annað. Þannig að hugsanlega eru aðstæður sumra kvenna þannig að þeim finnist þær ekki ná tökum á stöðugu álagi þrátt fyrir ýmis inngrip. Ef karlmenn finna sig í svipuðum aðstæðum þá geta þeir vissulega fundið fyrir kulnun.“

Flókið ferli

Linda segir að það sé misjafnt hvort vinnuveitendur hafi skilning á því ef starfsmaður veikist. „Á meðan okkur hjá VIRK finnst að vinnustaðir séu almennt að sinna þessum málum og vanda sig þá heyrum við af öðrum þar sem staðan er slæm og takmarkaður áhugi til að hlúa að starfsfólkinu. Almennt tel ég að vakning sé að verða, að flestir stjórnendur vilji að starfsfólkinu líði vel í vinnunni og séu tilbúnir til að grípa til aðgerða. Það getur þó verið flókið ferli og oft þurfa vinnuveitendur að fá aðstoð. Við hjá VIRK höfum farið í gang með forvarnaverkefnið Velvirk og á heimasíðunni, velvirk.is geta bæði starfsmenn og vinnuveitendur lesið sér til um þessi mál. Einnig erum við í samstarfi við Embætti landlæknis og Vinnueftirlitið að vinna að heilsueflandi viðmiðum fyrir vinnustaði í anda viðmiða embættisins fyrir skóla og samfélög,“ segir hún.

Linda bætir við að öll umræða um kulnun í starfi sé af hinu góða svo framarlega sem hún sé vönduð. „Kulnun er flókið fyrirbæri. Það hefur mikil áhersla verið á einstaklinginn sjálfan, að hann eða hún þurfi að vinna í þessu, vera ákveðnari, setja sér mörk, vinna í sínum einkennum, fara í slökun, og þess háttar. Auðvitað er mikilvægt að hver og einn sinni sér en af því að þetta er vinnutengt ástand þá þurfa vinnustaðir að bregðast við, sérstaklega ef fjarvera vegna veikinda er mjög algeng og starfsmenn hverfa frá vegna álags. Það er ekki nóg að huga að stjórnun heldur þarf að skoða aðra þætti eins og hvort þurfi að bæta við stöðugildum eða skýra betur hlutverk hvers og eins. Aðbúnaður þarf að vera góður og sveigjanleiki til staðar. Mikilvægt er að huga að því að starfsfólki líði vel í vinnu þann tíma sem það er á staðnum, að það kvíði ekki fyrir að mæta. Þeir sem lenda í alvarlegri kulnun geta þurft töluverðan tíma til að ná sér. Í verstu tilfellunum geta þeir verið frá vinnu í allt að tvö ár. Nýlegar rannsóknir benda til þess að einkenni geti jafnvel varað lengur þótt einstaklingur treysti sér aftur í vinnu,“ segir hún.

Best að bregðast strax við

Eins og Linda bendir á eru fáir að kljást við alvarleg einkenni kulnunar. Frekar að fólk sé að finna fyrir streitutengdum einkennum. „Því fyrr sem brugðist er við, þeim mun líklegra er að hægt sé að koma í veg fyrir alvarlegt ástand kulnunar. Vissulega er gott að fólk geti snúið aftur á sinn gamla vinnustað en þá þarf vinnustaðurinn í sumum tilfellum að breytast eða starfsmaðurinn að fá annað hlutverk við aðrar aðstæður en voru þegar kulnun þróaðist. Stundum er það gerlegt en ef ekki þá er betra að einstaklingur leiti á ný mið og finni sér annan starfsvettvang. Í bókinni Þegar kona brotnar sem Sirrý Arnardóttir skrifaði í samstarfi við VIRK kemur einmitt fram hvernig konur sem meðal annars upplifðu kulnun náðu að fóta sig aftur. Í öllum tilfellum var um mikla uppbyggingu að ræða, bæði hjá konunum sjálfum en einnig í nærumhverfi þeirra.“

Birgir Þórðarson, leiðsögumaður, teblöndunarmeistari og afi með meiru, veit hvað það skiptir miklu máli að hafa meltinguna í lagi og huga að heilbrigði þarmaflórunnar fyrir heilsuna alla. Hann fann fljótt hvað **Probi Mage** gerði honum gott og tekur 1 hylki á dag.

abel heilsuvörur www.abelheilsuvorur.is

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

Umsjónarmenn efnis: Elín Albertsdóttir, elin@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

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

Þarmaflóra, geðheilsa og öflugt ónæmiskerfi

Öflug þarmaflóra er grunnurinn að öflugu ónæmiskerfi. Rannsóknir sýna að rekja megi ýmsa líkamlega sem og andlega kvilla til lélegrar þarmaflóru. Inntaka góðgerla getur skipt sköpum.

Í meltingarveginum lifa trilljónir baktería og eru flestar þeirra í ristlinum. Í daglegu tali köllum við þessar bakteríur þarmaflóru því þær samanstanda af meira en 1.000 tegundum og í ristlinum sinna þær ýmsum afar mikilvægum hlutverkum. Þær framleiða m.a. vítamín, amínósýrur, stuttar fitusýrur og ýmis boðefni og ensím. Við þurfum því að hugsa vel um þær og passa að jafnvægi sé til staðar svo þær hugsi vel um okkur. Þarmaflóran ver okkur líka gegn óæskilegum örverum og hefur margs konar áhrif á heila- og taugakerfið, þar með talið geðheilsu.

Veikindi vegna lífsstíls

Þarmaflóran í venjulegri manneskju inniheldur yfir þúsund mismunandi tegundir gerla og baktería. Jafnvægi þessara baktería getur auðveldlega raskast vegna veikinda, inntöku sýklalyfja, mikillar kaffidrykkju og ýmissa lífsstílstengdra þátta eins og mikils álags eða streitu, neyslu næringarsnauðrar fæðu og fæðu sem er mikið unnin. Fjölmargir eru líka að borða á hlaupum og á óreglulegum tímum sem er ekki síður slæmt. Við þessar aðstæður raskast jafnvægi þarmaflórunnar og getur fólk þá farið að finna fyrir ýmsum óþægindum og veikindi farið að gera vart við sig.

Sveppasýking og húðvandamál

Það er fjölmargt sem einkennir lélega þarmaflóru eða að hún sé í ójafnvægi. Rannsóknir síðari ára hafa svo rennt styrkum stoðum undir það hversu gríðarlega mikilvægt það sé að þarmaflóran okkar sé í góðu standi bæði hvað varðar líkamlega sem og andlega kvilla. Það kannast sennilega flestir við ýmiss konar ónot sem við tengjum beint við meltinguna. Það getur t.d. verið:

- Uppþemba eftir máltíðir
- Erfiðar hægðir
- Vindverkir
- Gyllinæð (tengist oft harðlífi)
- Sveppasýkingar
- Húðvandamál

Þetta er þó bara toppurinn á ísjakanum því nýlegar rannsóknir sýna að ástand þarmaflóru í veikum einstaklingum er mun verra en hjá heilbrigðum. Þá er verið að tala um bæði líkamlega sem og andlega sjúkdóma af ýmsu tagi.

Einhverfa, athyglisbrestur og síþreyta

Síðastliðin ár hafa menn verið að skoða þarmaflóru með tilliti til kvíða, þunglyndis, einhverfu og athyglisbrests og nú síþreytu. Í ljós hefur komið að þarmaflóra þessara hópa og síþreytuhópsins er ekki eins og hjá þeim sem eru hraustir. Rannsóknir hafa einnig sýnt að bæði forvörnum og meðhöndlun á geðrænum og taugatengdum sjúkdómum á að beina að ástandi þarmaflóru og meltingarvegar.

Trefjaríkt fæði, gerjaðar afurðir og inntaka á öflugum mjólkursýrugerlum getur örvað vöxt hagstæðra örvera í meltingarveginum og haft þannig jákvæð áhrif á líkamsþyngd okkar. Þannig hefur þarmaflóran áhrif á þyngdina.

Hefur þarmaflóran áhrif á þyngd?

Rannsóknir gefa til kynna að nokkuð sterk tengsl séu á milli ástands þarmaflóru og líkamsþyngdar. Í stuttu máli þá bendir allt til þess þarmaflóra fólks sem er grannvaxið sé önnur en í feitu fólki. Þetta gefur okkur vísbendingar um að fjöldi hitaeininga hafi ekki allt að segja um þyngd okkar, heldur hafi öflug og heilbrigð þarmaflóra einnig mikið um það að segja.

> **Trefjaríkt fæði, gerjaðar afurðir og inntaka á öflugum góðgerlum geta örvað vöxt hagstæðra örvera í meltingarveginum og bætt þannig heilsufar okkar.**
>
> Hrönn Hjálmarsdóttir

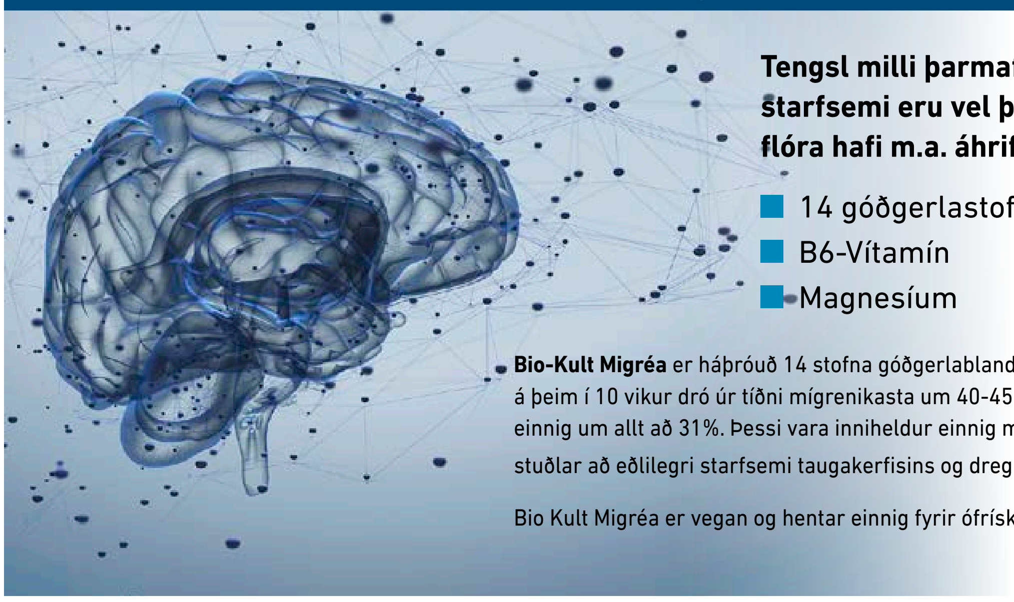
Trefjaríkt fæði, gerjaðar afurðir og inntaka á öflugum mjólkursýrugerlum geta örvað vöxt hagstæðra örvera í meltingarveginum og haft þannig jákvæð áhrif á líkamsþyngd okkar. Það er nefnilega ekki alltaf málið að telja hitaeiningarnar, móttaka og vinnsla á næringunni í þörmunum skiptir máli.

Góðgerlar sem margfalda sig í þörmunum

Prógastró Gull mjólkursýrugerlarnir eru afar öflugir en í hverju hylki eru 15 milljarðar af gall- og sýruþolnum gerlastofnum. Einn af þeim er L. acidophilus DDS®-1 en þetta er nafn á mjög áhrifaríkum gerlastofni sem margfaldar sig í þörmunum. L. acidophilus DDS®-1 er talinn gagnlegur fyrir alla aldurshópa.

Sölustaðir: Flest apótek, heilsubúðir og heilsuhillur verslana.

Bio-Kult Migréa



Tengsl milli þarmaflóru og annarar líkamsstarfsemi eru vel þekkt og er talið að léleg flóra hafi m.a. áhrif á höfuðverki og tíðni þeirra.

- 14 góðgerlastofnar
- B6-Vítamín
- Magnesíum

Bio-Kult Migréa er hápróuð 14 stofna góðgerlablanda og hafa rannsóknir sýnt að inntaka á þeim í 10 vikur dró úr tíðni mígrenikasta um 40-45% og styrkur kastanna minnkaði einnig um allt að 31%. Þessi vara inniheldur einnig magnesíum og B6 en það tvennt stuðlar að eðlilegri starfsemi taugakerfisins og dregur úr þreytu og lúa.

Bio Kult Migréa er vegan og hentar einnig fyrir ófrískar konur.

Fæst í apótekum, heilsuverslunum og heilsuhillum stórmarkaðanna.

Geggjað stuð á Akureyri

Alþjóðlegi geðheilbrigðisdagurinn er á fimmtudaginn en sama dag er sex ára afmæli Grófarinnar gerðverndarmiðstöðvar á Akureyri. Grófin heldur tónleika á Græna hattinum af þessu tilefni.

Sandra Guðrún Guðmundsdóttir
sandragudrun@frettabladid.is

Frá því við stofnuðum Grófina höfum við vakið fólk til umhugsunar um mikilvægi forvarna fyrir samfélagið. Það er nefnilega þannig að á minni stöðum þarf stundum að hafa meira fyrir því að opna á það sem hefur verið falið svo lengi eins og geðsjúkdómar. Sem betur fer hefur Grófin geðverndarmiðstöð haft mikil áhrif fyrir samfélagið þar sem margir hafa stutt vel við okkar starf á einn eða annan hátt," segir Eymundur Eymundsson, einn stofnenda Grófarinnar.

Á afmælisdaginn 10. október verður opið hús í Grófinni frá klukkan 14.00 til 16.00 og um kvöldið verða haldnir tónleikar á Græna hattinum þar sem fram koma fjölmargar hljómsveitir og tónlistarfólk auk tæknifólks sem allt ætlar að gefa vinnuna sína.

Á tónleikunum koma fram Helgi og hljóðfæraleikararnir, Lost, Bootlegs, Hvanndalsbræður, Magni Ásgeirsson, pönkhljómsveitin Kaktus hvítlaukur, DDT skordýraeitur, Rúnar Eff, Ívan og Garðar og Ingvi og félagar. Þetta verður því sannkölluð rokkhátíð.

„Allur ágóði af miðasölu rennur beint til styrktar því góða starfi sem fram fer í Grófinni, við erum mjög þakklát listamönnunum og tæknifólkinu sem kemur meðal annars alla leið frá Reykjavík og Norðfirði og gefur vinnuna sína í þágu málstaðarins," segir Eymundur.

Stjórn Grófarinnar 2019-2020. Grófin fagnar sex ára afmæli á alþjóðlega geðverndardeginum og verður með opið hús fyrir þá sem vilja kynnast starfinu.

Grófin gegnir mikilvægu hlutverki

Grófin er virknimiðstöð fyrir fólk sem glímir við geðrænan vanda eða félagslega einangrun og vill valdeflast og vinna í sínum bata. Grófin stendur fyrir ýmiss konar hópastarfi, félagsstarfi og fræðsluviðburðum fyrir almenning auk þess að bjóða upp á fræðslu í skólum fyrir ungmenni.

„Við höfum fengið sterk og jákvæð viðbrögð frá samfélaginu og margir hafa stutt við starfið á einn eða annan hátt. Við höfum sinnt ýmiss konar samfélagslegri fræðslu um allt það sem viðkemur geðröskun. Fengið fagaðila og fólk með reynslu af geðröskun í bata til að deila reynslu sinni og eins höfum við átt góða samvinnu við Háskólann á Akureyri," segir Eymundur sem sjálfur hefur farið í alla grunnskóla og framhaldsskóla á Norðurlandi og sagt frá reynslu sinni af félagsfælni sem hann hefur glímt við frá barnæsku og bataferlinu.

Vonast eftir meira fjármagni

„Það mætti segja að Grófin sé Geðhjálp, Hlutverkasetur og Hugarafl hér norðan heiða. Við höfum bara því miður ekki úr jafn miklum peningum að moða frá ríki eins og félagasamtök sunnan heiða miðað við þá starfsemi sem fer fram og við vonumst til að ríkið muni bæta úr því."

Eymundur segir að Grófin sé mjög mikilvæg fyrir samfélagið fyrir norðan og allir eru velkomnir þangað hvort sem þeir glíma við geðræn vandamál eða langar bara að koma og kynna sér starfsemina.

Í Grófinni eru ýmsir hópar starfræktir eins og líkamsræktarhópur.

> Við höfum fengið sterk og jákvæð viðbrögð frá samfélaginu og margir hafa stutt við starfið.

„Það hefur sýnt sig með öllum þeim stuðningi og jákvæðni sem við fáum. Tónleikarnir eru eitt af mörgum stórum púslum í því að vekja athygli á geðheilsu og öllu því góða sem hér er gert. Lífið er ekki sjálfgefið og geðheilsa skiptir alla máli. Með opnara samfélagi gefum við öðrum tækifæri til að koma út úr skápnum og byggja upp sitt líf."

ENDURHÆFING

Sérblað um endurhæfingu, líkamlega og andlega, og sjúkraþjálfun og hvað slíkt felur í sér. Einnig er fjallað um stoðtæki og hjálpartæki fyrir þá sem hafa lent í veikindum og áföllum.

Tryggðu þér gott auglýsingapláss í langmest lesna dagblaði landsins.

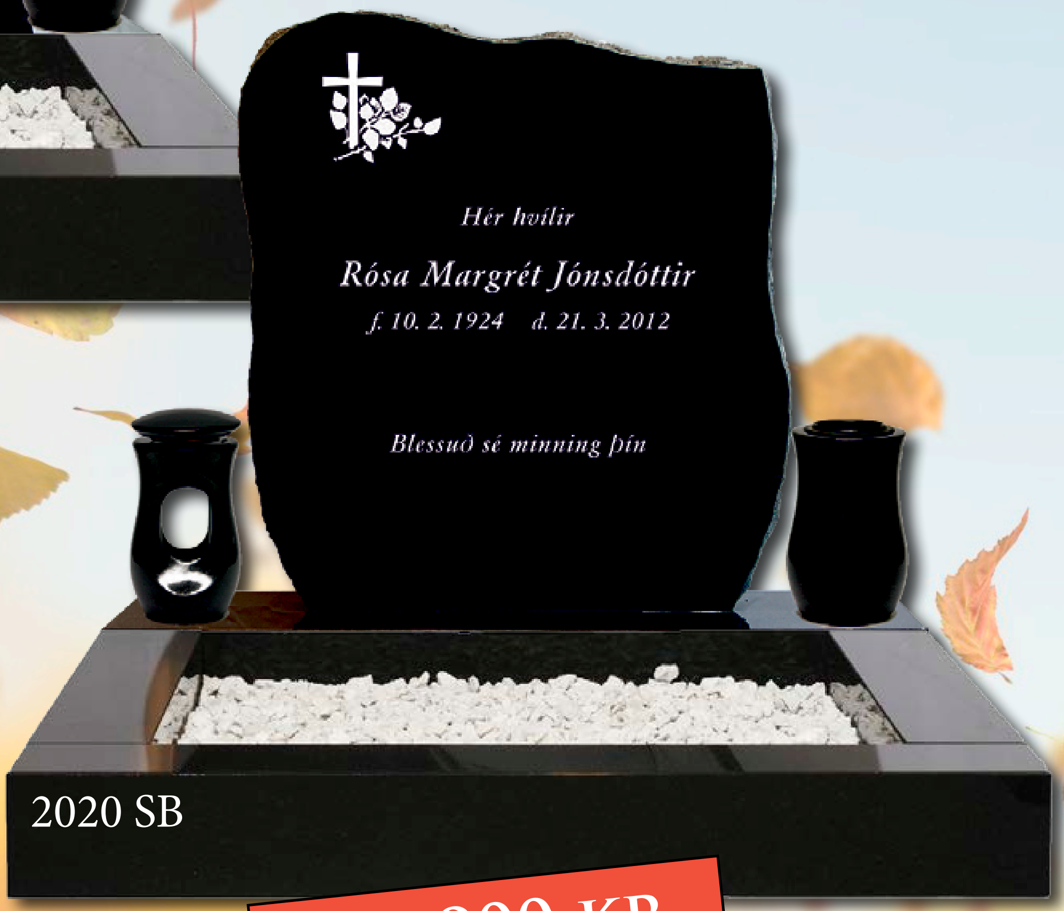
Vinsamlegast hafið samband við sölumann sérblaða

Jóhann Waage í síma 550 5656 eða á tölvupóstfang johannwaage@frettabladid.is

FRÉTTABLAÐIÐ SÉRBLÖÐ

FRÁBÆRT HAUST TILBOÐ
Á ÞESSUM LEGSTEINUM

299.900 KR.
MEÐ BEÐRAMMA
LUKT OG VASA
~~FULLT VERÐ: 544.250,-~~



139.900 KR.
MEÐ SPÖRFUGLI
~~FULLT VERÐ: 291.650,-~~

289.900 KR.
MEÐ BEÐRAMMA
LUKT OG VASA
~~FULLT VERÐ: 529.250,-~~

VERÐ MIÐAST VIÐ ÁLETRAÐAN* STEIN
MEÐ UPPSETNINGU Á HÖFUÐBORGARSVÆÐINU

ATH. GRANÍTHÖLLIN ER FLUTT AÐ FOSSALEYNI 16, 112 REYKJAVÍK

*Hefðbundin áletrun, 1 nafn
Með fyrirvara um prentvillur og uppseldar vörur.

FOSSALEYNI 16
112 REYKJAVÍK

Graníthöllin
Legsteinar

SÍMI 555 3888
GRANITHOLLIN.IS

Ertu í heilbrigðu sambandi?

Þótt ástin sé funheit í byrjun og tilveran virðist tindra í rósrauðum bjarma er gott að hafa í huga að ekkert samband er fullkomið. Í upphafi sambands er því mikilvægt að vera nákvæmur og skýr.

Þórdís Lilja Gunnarsdóttir
thordisg@frettabladid.is

Þegar ástin bankar upp á hjá unglingum og ungu fólki er heilbrigð skynsemi ekki endilega efst á lista. Það er bara gaman að vera til og njóta þess að vera elskaður, dýrkaður og dáður. Þó er gott veganesti að hafa hugfast að ekkert ástarsamband er fullkomið þótt það líti sannarlega út fyrir það út á við. Þegar fólk byrjar saman er því mikilvægt að velta fyrir sér hvað það vill fá út úr sambandi. Það þarf að gera kröfur um hvernig komið er fram við það og vera óhrætt að láta vita af þeim kröfum. Því getur verið gott að skrifa niður hvað maður vill fá út úr sambandi og velta fyrir sér hvað manni finnst mikilvægast.

Gott er að skoða þennan lista reglulega og velta fyrir sér hvort maður sé að fá það út úr sambandinu sem skiptir mann máli, ekki síst ef maður fer að efast um sambandið. Að sama skapi má snúa dæminu við og spyrja sjálfan sig hvernig maður vill koma fram við kærustu sína eða kærasta. Öll berum við ábyrgð á framkomu okkar við aðra og getum ekki gert kröfur á aðra ef við ætlum ekki sjálf að leggja okkur fram.

Góð samskipti eru límið sem heldur fólki saman í ástarsamböndum, sem og virðing, jafnrétti og heiðarleiki.

Heiðarleiki góður grunnur

Í heilbrigðu sambandi ríkir jafnrétti, heiðarleiki og virðing. Samskiptin þurfa að vera góð og í góðum samböndum eru góðu tímarnir fleiri en þeir slæmu. Heiðarleiki er grunnur að góðu sambandi hjá kærustupörum en heiðarleiki er líka mikilvægur í samböndum við fjölskyldu og vini. Í heiðarlegum samböndum geta báðir aðilar viðurkennt að hafa rangt fyrir sér, sagt sannleikann án þess að óttast og fyrirgefið mistök.

Í góðum samböndum ríkir virðing á báða bóga. Virðing er til dæmis að styðja við hinn í því sem hann eða hún hefur áhuga á. Það er mikilvægt að virða skoðanir annarra, vera næmur á tilfinningar og treysta hinum í sambandinu. Þegar virðing ríkir í sambandinu er annar ekki að reyna að stjórna hinum né breyta því hvernig hann er. Góð samskipti eru límið sem heldur fólki saman. Því er mikilvægt að geta rætt málin af heiðarleika, að hlusta á hinn aðilann og vera tilbúin að ræða vandamál og ósamkomulag, því stundum verða rifrildi hreinlega til vegna misskilnings.

Heimild: Embætti landlæknis

Til að efla góð samskipti er gott að hafa þetta í huga:

- Verum nákvæm og skýr
- Greinum frá tilfinningum okkar og spyrjum um tilfinningar hins aðilans
- Skoðum hvað það er sem skiptir ykkur máli og hvað skiptir máli fyrir hinn
- Veltið upp mögulegum lausnum þar sem báðir aðilar fá sem mest af því sem þeir vilja

Forðumst þetta:

- Kaldhæðni
- Uppnefningar
- Að grípa fram í
- Að setja afarkosti

Svona vil ég að komið sé fram við mig:

- Að mér sé treyst
- Að ég njóti hvatningar
- Að ég sé elskuð/elskaður
- Að komið sé fram við mig af hreinskilni
- Að það sé séð um mig
- Að það sé borin virðing fyrir mér
- Að það sé haldið utan um mig
- Að ég geti treysti honum/henni
- Að við leiðumst
- Annað sem skiptir máli

Bílar & Farartæki

BÍLA GALLERÍ

NÝR MMC OUTLANDER PHEV PLUG-IN HYBRID RAFMAGN OG BENSÍN, BETRA VERÐ OG FLEIRI AUKAHLUTIR !

400.000 undir listaverði og þú færð að auki : Sóllúgu, Rockford hljóðkerfi og hitakerfi á rafhlöðu. Bakkmyndavél og fjarlægðaskynjarar, ofl. 5 ára ábyrgð. Verð 5.090þ. Sjá www.mmc.is

Bílagalleri bílasala
Sími: 5546700
www.bilagalleri.is

Vissir þú að... börn eiga rétt á vernd og umönnun
Barnaheill Save the Children á Íslandi

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

SPARI bíll

Nýr Ford Transit Trend L3H3. Hátt þak. 2 x hliðarhurð. Fjarlægðar skynjarar. Dráttarkrókur. Um 1,7 milljón undir listaverði. Verð tilboð: 3.990.000 án vsk.

Sparibíll ehf
Hátún 6A, 105 Reykjavík
Sími: 577 3344
www.sparibill.is

Þjónusta

Hreingerningar

Hreingerningaþjónusta Þvegillinn 5 44 44 46

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

VY-ÞRIF EHF.

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

Bókhald

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

Búslóðaflutningar

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

Nudd

NUDD NUDD NUDD

Slökunarnudd í miðbæ Reykjarvíkur. Sími 694 7881, Janna.

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

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

Spádómar

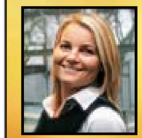
Nympha-dora
Tarot-lestur og Kristalkúla með leiðsögn að handan
562 8211
VISA EURO

Ábendingahnappinn má finna á www.barnaheill.is

SAFT

Sérfræðingar í ráðningum

Ánægðir viðskiptavinir eru okkar besta auglýsing



FAST Ráðningar

lind@fastradningar.is
mjoll@fastradningar.is
www.fastradningar.is

VATNSHITABLÁSARAR

Öflugir blásarar með þykkar kopar pípum og léttari hönnun.

VERÐ FRÁ 89.990 KR

Dreifðu varmanum -fáðu hitann niður

Loftviftur

Hljóðlátar baðviftur

Hljóðlátir blásarar 100 mm

Þurrktæki
Er rakastigið of hát

Verð frá kr 39.990

Þakblásarar
Mikið úrval af stærðum og gerðum.

Hitavír
Í þakrennur eða vatnsla
Selt í lausu eða í kittum

Verð frá kr/m 1.450

ÍSHÚSIÐ - LOFTRÆSTIBÚÐIN Á SMIÐJUVEGI 4A, GRÆN GATA

íshúsið viftur.is

S:566 6000 • Smiðjuvegur 4a, græn gata, 200 Kópavogur

Honda CR-V Elegance

Nýskráður 3/2013, ekinn 74 þús.km., bensín, sjálfskiptur.

Verð kr. 2.290.000

Afborgun kr. 30.583 á mánuði.*

Honda Civic Sedan Comfort

Nýskráður 10/2017, ekinn 14 þús.km., bensín, beinskiptur.

Verð kr. 2.990.000

Afborgun kr. 37.657 á mánuði.*

Honda Civic Station Lifestyle

Nýskráður 3/2017, ekinn 22 þús.km., dísel, beinskiptur.

Verð kr. 2.390.000

Afborgun kr. 30.132 á mánuði.*

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 dísil

Nýskráður 11/2017, ekinn 37 þús.km., dísel, sjálfskiptur 9 gírar.

Verð kr. 4.990.000

Afborgun kr. 62.740 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

Keypt & Selt

Óskast keypt

STAÐGREIÐUM OG LÁNUM ÚT Á: GULL, DEMANTA, VÖNDUÐ ÚR OG MÁLVERK!

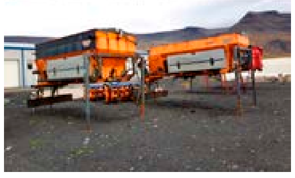
Hringar, hálsmen, armbönd, Rolex, Cartier, Patek Philippe o.fl. Hringdu núna og fáðu tilboð þér að kostnaðarlausu!

www.kaupumgull.is

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

Upplýsingar í síma 782 8800

Vélar og verkfæri



Til sölu 4 snjótennur og 2 saltkassar. Sími: 892 3102

Heilsa

Nudd

NUDD.

Nuddstofan, opið frá 10-20. Einnig um helgar S. 832 8863.

NUDD

Heilnudd, slökun, íþróttanudd og snyrting. Afslappandi og gott umhverfi í sv. 105 rvk. og einnig opið kvöld og helgar. S. 894-4817 eða 896-0082

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

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

GEYMSLUR.IS

SÍMI 555-3464

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

WWW.GEYMSLAEITT.IS

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

Tilkynningar

Tilkynningar

DIGRANESKIRKJA

Tilkynning frá Digraneskirkju. Þau, sem eiga hluti í geymslu í kjallara er vinsamlega beðin um að fjarlægja þá sem fyrst, í síðasta lagi 10. janúar 2010 Sóknarnefnd

GEFÐU HÆNU

gjofsemgefur.is

907 2003

GEFÐU VATN

gjofsemgefur.is

907 2003

FYRIR AÐSTOÐ INNANLANDS

gjofsemgefur.is

907 2002

Hjálparstarf kirkjunnar

Fasteignamiðlun Íbúðaeignir

Halldór Már Sverrisson

Viðskiptafræðingur

Löggiltur fasteignasali

Löggiltur leigumiðlari

898 5599

halldor@ibudaeignir.is

Kirkjusandur 1 - 105 Rvk

TIL SÖLU glæsileg 93, 6 fm 3ja herbergja íbúð á 2. hæð með stæði í lokaðri bílageymslu við Kirkjusand 1. Fallegt útsýni út á sundin. Eldhús, stofa, bað og tvö svefnherbergi. Verð 54,9 milljónir.

Íbúðaeignir - Síðumúla 13, 108 Reykjavík - s: 577 5500 - www.ibudaeignir. is

Við finnum rétta einstaklinginn í starfið

Ráðgjafar okkar búa yfir víðtækri þekkingu á atvinnulífinu og veita trausta og persónulega ráðgjöf.

Capacent_

capacent.is

Wizar

...fyrir lífsins ljúfu stundir

Hægindastóllinn sem slegið hefur í gegn.

360° snúningur | innbyggður fótaskemill
hallanlegt bak | stillanlegur höfuðpúði

Fáanlegir **Wizar** litir

Verð frá
199.900 kr.

Vogue
FYRIR HEIMILIÐ

VOGUE FYRIR HEIMILIÐ | SÍÐUMÚLI 30 - REYKJAVÍK | HOFSBÓT 4 - AKUREYRI | 533 3500 | VOGUE.IS

VEÐUR, MYNDASÖGUR & ÞRAUTIR

Þriðjudagur

Staður	Hiti (°C)	Vindur
Reykjavík	11	1
Ísafjörður	5	9
Akureyri	9	1
Egilsstaðir	9	3
Kirkjubæjarkl	10	3
Hveravellir	5	6

Norðaustanátt í dag, víða 8-13. Rigning með köflum en þurrt að kalla sunnan- og vestanlands. Hiti 7 til 12 stig.

Miðvikudagur

Staður	Hiti (°C)	Vindur
Reykjavík	9	3
Ísafjörður	3	9
Akureyri	5	3
Egilsstaðir	6	7
Kirkjubæjarkl	9	3
Hveravellir	2	7

Fimmtudagur

Staður	Hiti (°C)	Vindur
Reykjavík	7	5
Ísafjörður	3	6
Akureyri	1	2
Egilsstaðir	4	5
Kirkjubæjarkl	9	2
Hveravellir	1	9

LÉTT

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

MIÐLUNGS

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

ÞUNG

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

Krossgáta

LÁRÉTT
1 raup
5 lífshlaup
6 úr hófi
8 trossa
10 í röð
11 skordýr
12 eining
13 bás
15 merking
17 mildun

LÓÐRÉTT
1 girnast
2 fuglahljóð
3 reik
4 hitasvækja
7 margbrotinn
9 kvöld
12 skurður
14 blekking
16 tveir eins

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

LÁRÉTT: 1 skrum, 5 ævi, 6 of, 8 kaðall, 10 jk, 11 fló, 12 stak, 13 stía, 15 táknun, 17 línun.
LÓÐRÉTT: 1 sækjast, 2 kvak, 3 rið, 4 molla, 7 flókinn, 9 aftann, 12 síki, 14 tál, 16 uu.

Skák Gunnar Björnsson

Þorsteinn Þorsteinsson (Taflfélagi Vestmannaeyja) átti leik gegn Jóhanni H. Ragnarssyni (Taflfélagi Garðabæjar) í 2. deild Íslandsmóts skákfélaga.

13. ... Rb4! 14. Rc4 (14. cxb4 cxb4). **14. ...dxc4 15. dxc5 Rxa2+! 16. Kb1 Hxc5 17. Kxa2 Ha5+** og svartur vann nokkru síðar. Skákdeild KR er í forystu í 2. deild. B-sveit Skákfélags Akureyrar og Taflfélags Vestmannaeyja eru 2.-3. sæti.

www.skak.is: Þriðjudagsmót hjá TR í kvöld.

Svartur á leik

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

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

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

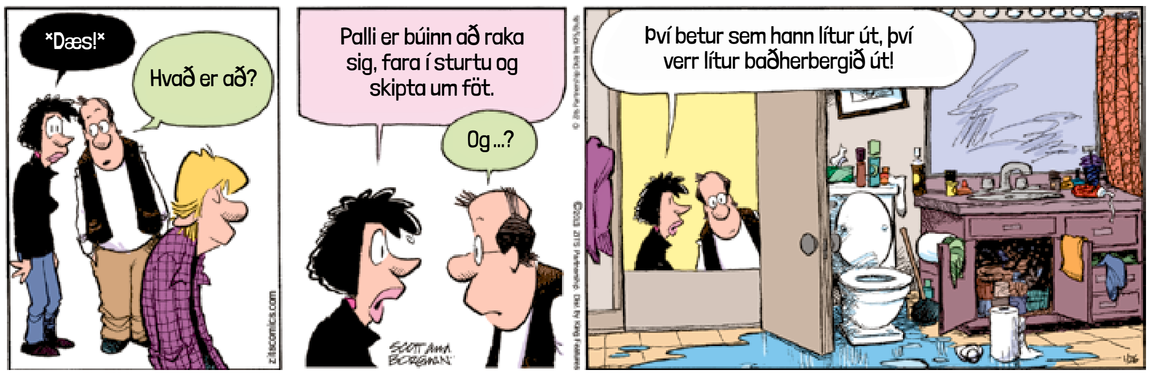
Þrautin felst í því að fylla út í reitina þannig að í hverjum 3x3 reit birtist tölurnar 1-9. Í hverri níu reita línu, bæði lárétt og lóðrétt, birtast einnig tölurnar 1-9 og aldrei má tvítaka neina tölu í röðinni. Lausnin verður birt í næsta tölublaði Fréttablaðsins.

Pondus

Eftir Frode Øverli

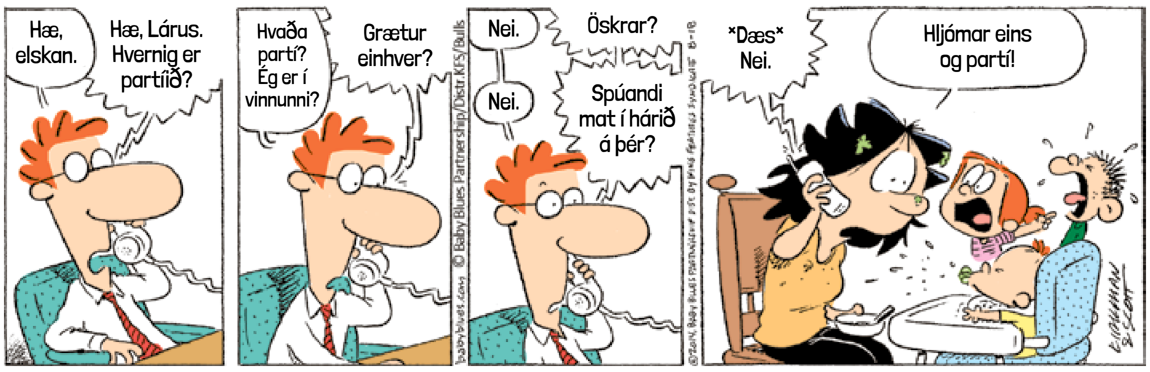
Gelgjan

Eftir Jerry Scott & Jim Borgman



Barnalán

Eftir Jerry Scott & Rick Kirkman



FRÉTTABLAÐIÐ.IS
Í SAMSTARFI VIÐ BÍLABÚÐ BENNA

VILTU VINNA AFNOT AF RAFMÖGNUÐUM OPEL AMPERA-E?

Opel Ampera-e er 100% rafmagnsbíll sem heldur ekki aftur af þér. Hann fer allt að 500 km* á einni hleðslu, er rúmgóður og þægilegur. Umhverfisvænni kostur sem kemur þér alla leið.

www.frettabladid.is

Skráðu þig á frettabladid.is og þú gætir unnið! Vinningshafi verður dreginn út þann 15. október.

*423 km á einni hleðslu skv. WLTP staðli.

FRETTABLADID.IS

Bílabúð Benna

FRÉTTABLAÐIÐ

MENNING

Greinilegt er að mikið hefur verið lagt í uppsetninguna, segir Sigríður Jónsdóttir, leiklistargagnrýnandi Fréttablaðsins. MYND/SAGA SIG

Shakespeare endurmetinn

LEIKHÚS

Shakespeare verður ástfanginn

★★★☆☆

Þjóðleikhúsið

Aðlagað að leiksviði af: Lee Hall
Leikstjóri: Selma Björnsdóttir
Leikarar: Aron Már Ólafsson, Lára Jóhanna Jónsdóttir, Stefán Hallur Stefánsson, Edda Björgvinsdóttir, Örn Árnason, Jóhanna Vigdís Arnardóttir, Jóhann G. Jóhannsson, Guðjón Davíð Karlsson, Þröstur Leó Gunnarsson, Atli Rafn Sigurðarson, Björn Ingi Hilmarsson, Sigurður Sigurjónsson, Hákon Jóhannesson, Bjarni Snæbjörnsson, Hilmir Jensson, Davíð Þór Katrínarson, Ágúst Örn B. Wigum, Ragnheiður Steindórsdóttir, Þórey Birgisdóttir, Eygló Hilmarsdóttir
Þýðing: Kristján Þórður Hrafnsson
Tónlist: Jón Jónsson og Friðrik Dór
Leikmynd: Finnur Arnar Arnarson
Búningar: María Th. Ólafsdóttir
Lýsing: Ólafur Ágúst Stefánsson
Tónlistarstjórn og útsetningar: Karl Olgeir Olgeirsson
Hljómsveit: Karl Olgeir Olgeirsson, GDRN (Guðrún Ýr Eyfjörð), Matthías Stefánsson, Friðrik Sturluson og Kristinn Snær Agnarsson
Grafík: Pálmi Jónsson
Hljóðhönnun: Kristinn Gauti Einarsson og Kristján Sigmundur Einarsson
Sviðshreyfingar: Þórey Birgisdóttir
Bardagalistir: Kevin McCurdy
Leikgervi: María Th. Ólafsdóttir og Tinna Ingimarsdóttir

Will Shakespeare er með ritstíflu. Illa gengur að skrifa Rómeó og Ethel sjóræningjadóttur. Röð atvika verður til þess að augu hans og yfirstéttarstúlkunnar Víólu de Lesseps mætast á grímudansleik, þau verða yfir sig ástfangin og líf þeirra verður aldrei samt. Shakespeare verður ástfanginn var frumsýnt síðastliðinn föstudag á Stóra sviði Þjóðleikhússins í leikstjórn Selmu Björnsdóttur.

Leikhandritið er byggt á frægri Óskarsverðlaunabíómynd með sama nafni eftir Marc Norman og Tom Stoppard. Kristján Þórður Hrafnsson þýddi nýlega Ríkharð III af mikilli færni en nær ekki að skapa sömu töfra hér. Ýmissa grasa kennir í handritinu sem er upp á sitt besta þegar víddir lífshlaups og skáldskapar Shakespeares flæða saman. Litlar leikhúsgjafir eru dreifðar um textann sem að öllum líkindum koma frá Stoppard sem er þekktur fyrir slík vinnubrögð. En þessar víddir opna líka fyrir endurmat á nýjum tímum, tuttugu árum eftir að kvikmyndin var frumsýnd.

Kynjapólitík verksins er óþægileg, ekki einungis vegna vofu Harveys Weinstein. Konurnar eru vændiskonur, fóstrur, fjarverandi eða fórna sér fyrir hinn listræna málstað karlkyns snillingsins. Eitthvert mótvægi er að finna í persónu Víólu og sérstaklega Elísabetar drottningar, sem kannast vel við að vera kona í karlmannsstarfi. Sömuleiðis kraumar sú hvimleiða kenning að Shakespeare hafi ekki skrifað leikritin sín sjálfur undir öllu saman.

Kitla hláturtaugar

Leikarahópurinn er af stærri gerðinni. Mikið mæðir á Aroni Má Ólafssyni sem leiðir sýninguna, nýútskrifaður frá Listaháskóla Íslands, í hlutverki Shakespeares. Hann ber þungann laglega og kemst langt á persónutöfrunum. En Aron er að stíga sín fyrstu skref á atvinnusviðinu og þarf tíma til að rækta sína hæfileika. Ástríðublossinn kviknar þó ekki á milli hans og Láru Jóhönnu Jónsdóttur, í hlutverki Víólu, sem dregur úr drifkrafti sýningarinnar. Sakleysi stjórnar túlkun Láru Jóhönnu framan af en hún nær ekki að koma þróun karaktersins til skila þegar líða tekur á.

Jóhann G. Jóhannsson og Björn Ingi Hilmarsson sýna lipran leik í sínum hlutverkum. Guðjón Davíð Karlsson kætir með orkumikilli frammistöðu. Annað mál er með þá Stefán Hall Stefánsson og Atla Rafn Sigurðarson, sem virðast báðir vera víðsfjarri. Jarlinn af Wessex, leikinn af Stefáni Halli, er samsuða af hrotta og aula, og situr illa í sýningunni. Atli Rafn skuldbindur sig ekki sýningunni og nýtir ekki tækifærin í textanum.

Lítil hlutverk geta nefnilega verið eftirminnileg. Þröstur Leó Gunnarsson leiðir áhorfendur í makalaust ferðalag með Fennyman, tilfinningasnauða ríkisbubbanum sem ætlar að fjármagna leikritið en verður fyrir uppljómun þegar hann fær smátt hlutverk í hinu nýja verki Shakespeares. Jóhanna Vigdís Arnardóttir spásserar tígulega í gegnum hlutverk Elísabetar I og japlar á sínum fáu línum af bestu list. Alltaf má treysta á Örn Árnason, Sigurð Sigurjónsson og Eddu Björgvinsdóttur til að kitla hláturtaugarnar með frábærum tímasetningum. Önnur smærri hlutverk eru í höndum ungra leikara og gott er að sjá þennan hóp fá tækifæri til að læra af þeim sem reynsluna hafa.

Skapleg skemmtun

Listræn stjórnun er sundurleit, Selma Björnsdóttir stjórnar framvindunni af fagmennsku, senuskiptingarnar eru flottar, en túlkuninni er ábótavant og sýningin flýtur áfram á yfirborðinu. Finnur Arnar Arnarson hannar leikmyndina af hugvitssemi en sumum hugmyndum hefði mátt sleppa eins og stönginni sem tengir svalirnar við gólfið. Litskrúðið fá áhorfendur svo sannarlega í gegnum búninga Maríu Th. Ólafsdóttur sem tjaldar öllu til, þá sérstaklega í búningum Elísabetar I, þó skortir skýra sýn á heildina. Gervin eru mörg vel unnin en hárgreiðslur karlanna hefði mátt endurhugsa. Ólafi Ágústi Stefánssyni hefur oft tekist betur upp í ljósavinnunni en skrýtinn drungi umlykur flest atriði. Bræðurnir Jón Jónsson og Friðrik Dór semja tónlistina sem er því miður afleit. Hún er samtímis óafgerandi og ofnotuð. Bæði tónlistin og söngatriðin virðast vera úr öðru leikriti.

Í heildina er Shakespere verður ástfanginn skapleg skemmtun en valið á þessu leikverki er undarlegt, bæði vegna innihalds og sögu kvikmyndarinnar. Leikararnir flestir standa sig ágætlega og greinilegt er að mikið hefur verið lagt í uppsetninguna. Sýningin gefur frekar beyglaða sýn á heim Williams Shakespeare en er að mestu meinlaus, og hittir stundum í mark, en of sjaldan. **Sigríður Jónsdóttir**

NIÐURSTAÐA: Á köflum ágætis skemmtun en sýningin skilur lítið eftir sig.

Hvað? Hvenær? Hvar?
Þriðjudagur

hvar@frettabladid.is

8. OKTÓBER 2019

Hvað? Trú og samfélag
Hvenær? 12.05
Hvar? Þjóðminjasafn Íslands, fundarsalur
Alt það, sem við ekkert hefir að keppa, dofnar og deyr, nefnist fyrirlestur á vegum Sagnfræðingafélagsins. Rakel Edda Guðmundsdóttir fjallar um blaðaskrif um aðskilnað ríkis og kirkju, guðfræði og trú í kringum aldamótin 1900.

Hvað? Bingó
Hvenær? 20.00-22.00
Hvar? Salur eldri borgara, Árskógum 4, Breiðholti
Kiwanisklúbburinn Dyngja stendur fyrir bingóinu. Öllum ágóða verður varið til styrktar Vinasetrinu, heimili sem veitir börnum sem á þurfa að halda stuðning og helgardvöl.

Hvað? Los Bomboneros
Hvenær? 20.30
Hvar? Kex hostel, Skúlagötu 28
Ásamt kvartettinum Los Bomboneros verður Matthías Hemstock sérstakur gestur.

Hvað? Kúnstpása
Hvenær? 12.15
Hvar? Norðurljós, Hörpu
Sópransöngkonan Hrafnhildur Björnsdóttir kemur fram ásamt píanóleikaranum Martyn Parkes. Enginn aðgangseyrir.

Hvað? Barna- og unglingahljómsveitin Regnbuen
Hvenær? 16.00 og 18.00
Hvar? Akranes
Fyrri tónleikarnir eru í Vitanum á Akranesi og þeir seinni í Tónbergi, Tónlistarskólanum á Akranesi. Nemendur úr tónlistarskólanum spila með. Tónleikarnir eru ókeypis.

Hvað? Ljóðaljóðin
Hvenær? kl 20
Hvar? Listasafn Sigurjóns 8.
Margrét Hrafnsdóttir söngkona og Guðrún Dalía Salómonsdóttir píanóleikari. Miðaverð: 2.900,- en 2.500,- fyrir nemendur og eldri borgara.

Hvað? Tíminn og vatnið
Hvenær? 20.30
Hvar? Borgarleikhúsið
Andri Snær með fyrirlestur.

Hvað? Eru peningarnir þínir loftslagsmál
Hvenær? 20
Hvar? KjarvalsstaðirFjallað verður á mannamáli um grænar fjárfestingar og skuldabréf í samhengi við hagsmuni almennings.

Hvað? Svítur og svör með selló og harmóníku
Hvenær? 19.30
Hvar? Salurinn

Stefnumót

Daði Guðbjörnsson og Lulu Yee sýna saman málverk og leirverk í Gallerii Fold.

Kolbrún Bergþórsdóttir
kolbrunb@frettabladid.is

Undur er sýning í Gallerii Fold og þar sýna saman verk sín hin bandaríska Lulu Yee og Daði Guðbjörnsson. „Forsvarsmenn gallerísins stungu upp á þessari sýningu,“ segir Daði. „Lulu hefur verið viðloðandi Ísland og er gift íslenskum manni. Hún er hluti af íslensku listasenunni, mjög yndisleg manneskja.“

Lulu, sem var horfin af landi brott þegar viðtalið var tekið, sýnir fígúrur úr leir og Daði sýnir vatnslitamyndir. „Leirinn er eitt það massaðasta sem hægt er að fást við og vatnslitir það léttasta en það er sannarlega ekki út í loftið að sýna þessi verk saman. Sýningargestir sjá samstundis að litapalletta okkar er skyld. Við vinnum þó mjög ólíkt og hugsunin á bak við verkin er ekki sú sama. Það er gaman að stefna saman ólíkum einstaklingum með ólíkan uppruna,“ segir Daði.

Hann segist hafa farið í smá samtal við verk Lulu. „Margar mynda minna á þessari sýningu eru eins og hús, landslag eða stemning sem hentar verum eins og hún skapar. Þetta sést í sjálfu sér ekki á verkunum en þegar ég var að vinna þau þá var ég að hugsa um hvernig umhverfi verur eins og hennar gætu hugsað sér að vera í.“

SÝNINGARGESTIR SJÁ SAMSTUNDIS AÐ LITAPALLETTA OKKAR ER SKYLD. VIÐ VINNUM ÞÓ MJÖG ÓLÍKT OG HUGSUNIN Á BAK VIÐ VERKIN ER EKKI SÚ SAMA.

Daði segist ekki hafa sýnt vatnslitamyndir í nokkurn tíma. „Öðru hvoru gríp ég í vatnslitina en í allt sumar gerði ég vatnslitamyndir og það var óskaplega gaman. Það er ákveðið hugarfar og lýrík í vatnslitunum, maður verður massaðri í olíunni. Vatnið tekur líka dálítið völdin af manni, myndirnar fara allt í einu að flæða í einhverja átt sem maður vissi ekki af.“

Nokkrar mynda hans á sýningunni er af höndum og fingrum. „Ég hef verið að velta fyrir mér þeim galdri sem felst í tengingu augans og fingranna. Fingragerðin hefur örugglega áhrif á það hvernig myndlist maður gerir.“

Sýningin í Gallerii Fold stendur til 14. október. Daði segist hafa fengið góð viðbrögð við henni. „Fólk er hrifið af þeirri heild sem hefur skapast á sýningunni og hefur orð á því að verkin passi vel saman.“

„Það er gaman að stefna saman ólíkum einstaklingum með ólíkan uppruna,“ segir Daði. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

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

DAGSKRÁ

Þriðjudagur

RÚV SJÓNVARP

12.00 Kastljós
12.15 Menningin
12.25 HM í fimleikum Bein útsending frá heimsmeistaramótinu í fimleikum í Þýskalandi. Allt fremsta fimleikafólk heims mætir til leiks og RÚV sýnir beint frá öllum keppnisdögunum.
15.20 Krónikan
16.20 Táknmálsfréttir
16.30 Lettland - Ísland Bein útsending frá leik Lettalands og Íslands í undankeppni EM kvenna í fótbolta.
19.00 Fréttir Helstu fréttir dagsins af innlendum og erlendum vettvangi. Alla daga, árið um kring.
19.25 Íþróttir
19.30 Veður
19.40 Kastljós
19.55 Menningin Fjallað er á snarpan og líflegan hátt um það sem efst er á baugi hverju sinni í menningar- og listalífinu, jafnt með innslögum, fréttaskýringum, gagnrýni, pistlum og umræðu. Umsjón: Bergsteinn Sigurðsson og Guðrún Sóley Gestsdóttir.
20.10 Kveikur Vikulegur fréttaskýringaþáttur sem tekur á málum bæði innan lands og utan. Þátturinn er í anda klassískra fréttaskýringaþátta með áherslu á rannsóknarblaðamennsku. Ritstjóri er Rakel Þorbergsdóttir en ritstjórnina skipa Ingólfur Bjarni Sigfússon, Sigríður Halldórsdóttir, Helgi Seljan, Aðalsteinn Kjartansson og Lára Ómarsdóttir. Dagskrárgerð: Arnar Þórisson, Stefán Aðalsteinn Drengsson, Ingvar Haukur Guðmundsson og Freyr Arnarson.
21.00 Ditte og Louise
21.30 Atlanta Gamanþáttaröð um tvo frændur sem reyna að stofna til betra lífs fyrir sig og fjölskyldur sínar. Earl hefur flosnað upp úr háskólanámi og býr inni á barnsmóður sinni sem hann á í stopulu sambandi við. Þegar hann kemst að því að frændi hans er við það að slá í gegn sem rapptónlistarmaður gerist hann umboðsmaður hans og saman reyna þeir að komast á toppinn í rappsenu Atlanta. Atriði í þáttunum eru ekki við hæfi ungra barna.
22.00 Tíufréttir
22.15 Veður
22.20 Baptiste Bresk spennuþáttaröð í sex hlutum um rannsóknarlögreglumanninn Julien Baptiste úr þáttaröðunum Horfinn, eða The Missing. Þegar vændiskona hverfur í Amsterdam aðstoðar Baptiste hollensku lögregluna við rannsókn málsins og dregst inn í undirheima Rauða hverfisins þar sem svik og lygar ráða ríkjum. Leikstjórn: Börkur Sigþórsson og Jan Matthys. Atriði í þáttunum eru ekki við hæfi barna.
23.20 Krónikan
00.20 Dagskrárlok

GOLFSTÖÐIN

08.00 Shriners Hospitals for Children Open Útsending frá Shriners Hospitals for Children Open á PGA mótaröðinni.
12.00 PGA Highlights Hápunktarnir á PGA mótunum.
12.55 Shriners Hospitals for Children Open
16.55 Shriners Hospitals for Children Open
19.55 Golfing World Skemmtilegur þáttur sem fjallar um allt sem við kemur golfheiminum.
20.45 Shriners Hospitals for Children Open
23.45 PGA Highlights

SJÓNVARP SÍMANS

06.00 Síminn + Spotify
08.00 Dr. Phil
08.45 The Late Late Show
09.30 Síminn + Spotify
12.00 Everybody Loves Raymond
12.20 The King of Queens
12.40 How I Met Your Mother
13.05 Dr. Phil
13.50 Survivor
15.05 Top Chef
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 Late Late Show
19.00 America's Funniest Home Videos
19.20 The Mick
19.45 The Neighborhood
20.10 Jane the Virgin
21.00 The Good Fight
21.50 Grand Hotel
22.35 Baskets
23.00 White Famous
23.35 The Late Late Show
00.20 NCIS
01.05 Chicago Med
01.50 The Fix
02.35 Charmed
03.20 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
14.00 Fréttir
14.03 Lofthelgin
15.00 Fréttir
15.03 Frjálsar hendur
16.00 Síðdegisfréttir
16.05 Víðsjá
17.00 Fréttir
17.03 Lestin
18.00 Spegillinn
18.30 Hljómboxið
18.50 Veðurfregnir
18.53 Dánarfregnir
19.00 Endurómur úr Evrópu
20.35 Mannlegi þátturinn
21.30 Kvöldsagan. Birtingur
22.00 Fréttir
22.05 Veðurfregnir
22.10 Samfélagið
23.00 Lestin
00.00 Fréttir
00.05 Næturútvarp Rásar 1

STÖÐ 2 BÍÓ

12.10 Sundays at Tiffanys
13.40 Love and Friendship
15.15 The Choice
17.05 Sundays at Tiffanys
18.35 Love and Friendship
20.10 The Choice
22.00 Mr. Right
23.35 Max Steel
01.05 Love on the Run
02.25 Mr. Right

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
11.10 Curb Your Enthusiasm
12.00 Um land allt
12.35 Nágrannar
13.00 Britain's Got Talent
14.05 Britain's Got Talent
15.10 Britain's Got Talent
16.15 The Village
17.00 Bold and the Beautiful
17.20 Nágrannar
17.45 Ellen
18.30 Fréttir Stöðvar 2
18.55 Ísland í dag Skemmtilegur og fjölbreyttur dægurmálaþáttur.
19.10 Sportpakkinn
19.20 Veður
19.25 The Goldbergs Gamanþáttaröð sem gerist á níunda áratugnum og fjallar um fjöruga fjölskyldu sem er ekki alveg eins og fólk er flest. Sögumaðurinn er ellefu ára pg tekur allt sem fram fer á heimilinu upp á myndbandsupptökuvél.
19.50 Modern Family
20.15 All Rise
21.00 Succession
22.00 A Confession
22.50 The Deuce
23.55 Last Week Tonight with John Oliver
00.25 Grey's Anatomy
01.10 Orange is the New Black
02.05 Keeping Faith
03.00 Keeping Faith
03.55 S.W.A.T.
04.35 S.W.A.T.

STÖÐ 3

19.15 Two and a Half Men
19.40 The Big Bang Theory
20.00 Friends
20.25 Seinfeld
20.50 One Born Every Minute
21.40 Claws
22.25 The Knick
23.20 The Knick
00.15 Roswell, New Mexico
01.00 Seinfeld
01.25 Two and a Half Men
01.50 The Big Bang Theory
02.15 Tónlist

STÖÐ 2 SPORT

06.45 Fulham - Charlton
08.25 Football League Show Sýndar svipmyndir úr leikjunum í ensku 1. deildinni, EFL.
08.55 Barcelona - Sevilla
10.35 Valencia - Deportivo
12.15 Spænsku mörkin Leikirnir í spænsku úrvalsdeildinni gerðir upp.
12.45 Inter - Juventus
14.25 Ítölsku mörkin Leikirnir í ítölsku úrvalsdeildinni gerðir upp.
14.55 Evrópudeildarmörkin
15.45 Meistaradeild Evrópu - fréttaþáttur
16.10 Bolton - Blackpool Útsending frá leik í ensku 1. deildinni.
17.50 ÍR - Stjarnan Útsending frá leik í Olís-deild karla.
19.20 Fjölnir - Fram Bein útsending frá leik í Olís-deild karla.
21.00 Fréttaþáttur Undankeppni EM 2020
21.25 UFC 243. Whittaker vs. Adesnaya Útsending frá UFC 243 í Ástralíu þar sem Robert Whittaker og Israel Adesanya eigast við í aðalbardaga kvöldsins.
00.15 Haukar - Þór Ak. Útsending frá leik í Domino's-deild karla.

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

ILVA

- VIÐ ERUM 11 ÁRA -

AFMÆLISTILBOÐ

DAGANA 8. - 14. OKTÓBER

20-40% AF VÖLDUM VÖRUM*

*Gildir ekki um vörur á áður niðursettu verði - Gildir á meðan birgðir endast

SCANDIA HÆGINDASTÓLL
með fallegu velúr áklæði. Ýmsir litir. Áður 49.900 kr.
Nú 36.900 kr. Sparaðu 13.000 kr.

CHISA HÆGINDASTÓLL
með fallegu velúr áklæði og svörtum málmfótum. Ýmsir litir. Áður 39.900 kr. **Nú 29.900 kr.** Sparaðu 10.000 kr.

STOOL KOLLUR
með brúnu suede áklæði. H42 cm.
Áður 9.900 kr. Nú 3.960 kr.
Sparaðu 5.940 kr.

SAVONA SVEFNSÓFI
með legubekk. Ljósgrátt eða dökkgrátt áklæði. Áður 99.900 kr.
Nú 79.920 kr. Sparaðu 19.980 kr.

ILVA Korputorgi, s: 522 4500 www.ILVA.is - ilva@ilva.is
Laugardaga og sunnudaga 12-18, mánudaga - föstudaga 11-18:30

netgíró
VALITOR

FACEBOOK.COM/ILVAISLAND
INSTAGRAM.COM/ILVAISLAND

Herra Karl Sigurbjörnsson, fyrrverandi biskup Íslands, og eiginkona hans, Kristín Þórdís Guðjónsdóttir, mættu á frumsýninguna enda sonur þeirra, Guðjón Davíð Karlsson eða Gói, á meðal leikara í sýningunni. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Kolbeinn Tumi Daðason, fréttastjóri Vísis og kærasti leikstjórans Selmu Björnsdóttur, lét sig auðvitað ekki vanta og mætti með vini sínum Jónasi Hallgrímssyni.

Leikarahjónin Ólafur Egilsson og Esther Talía Casey tóku börnin með á fjölskylduvænan Sjeikspírinn.

Leikarahjónin Gunnar Helgason og Björk Jakobsdóttir voru eins og ævinlega eldhress og brostu út að eyrum.

Leikarinn Jóhannes Haukur Jóhannesson og Rósa Björk Sveinsdóttir, eiginkona hans, létu sig ekki vanta.

Léttur og ljúfur Shakespeare

Þjóðleikhúsið frumsýndi Shakespeare verður ástfanginn á föstudaginn og gestir bæði hlógu og grétu yfir kómískri rómantíkinni.

Verkið sem Selma Björnsdóttir leikstýrir byggir á samnefndri Óskarsverðlaunamynd, Shakespeare in Love, frá 1999. Sagan fjallar um unga leikskáldið Will Shakespeare sem óttast að hafa tapað skáldgáfunni.

Þegar hann svo kynnist aðalsmeynni Víólu de Lesseps sem á sér draum um að verða leikari, nokkuð sem ekki var á færi kvenna á þeim tíma, snýr skáldgyðjan aftur til hans, kröftugri en áður og úr verður hið ódauðlega verk Rómeó og Júlía.

Tónlistarbræður í leikhúsi

Um er að ræða rómantískan gamanleik sem frumsýndur var á West End 2014 og hefur farið um víða veröld. Í uppfærslu Þjóðleikhússins eru það Aron Már Ólafsson, nýútskrifaður leikari, betur þekktur hjá yngri kynslóðinni sem samfélagsmiðlastjarnan Aron Mola, og Lára Jóhanna Jónsdóttir sem fara með aðalhlutverkin og túlka þau hina ungu elskendur á áhrifaríkan hátt.

Þeim til halds og trausts eru reyndari leikarar eins og Jóhanna Vigdís Arnardóttir, Örn Árnason, Edda Björgvinsdóttir, Þröstur Leó Gunnarsson, Guðjón Davíð Karlsson og fleiri.

Bræðurnir Jón Jónsson og Friðrik Dór sjá um tónlistina og stíga þannig sín fyrstu skref í leikhúsi landsmanna og flutningur Guðrúnar Ýrar Eyfjörð, GDRN á lögum þeirra lætur engan ósnortinn.

bjork@frettabladid.is

MARKAÐURINN
Vettvangur viðskiptafrétta

KEY nat ura

lykill náttúrunnar að góðri heilsu

-20%

í vefverslun

KÓÐI: september2019

*gildir út 17.okt

ÍSLENSKT gjörið svo vel

KeyNatura byggir á vísindum og **íslensku** hugviti. Vörurnar innihalda **hreinar** íslenskar afurðir, meðal annars andoxunarefnið **Astaxanthin** og lífræna **ætihvönn** úr Hrísey.

Veldu aðeins það **besta** fyrir líkamann þinn, fyrir bætta **heilsu**, **árangur** og almenna **vellíðan**.

Vörur frá KeyNatura fást í flestum apótekum, stórmörkuðum og vefverslun keynatura.is - Gefðu líkamanum gjöf!

Hefur göngu sín á ný

í kvöld kl 20.10

Hvað gerist þegar þú færð högg á höfuðið? Mörg hundruð íslenskar íþróttakonur glíma við alvarlegar afleiðingar höfuðhögga. Ný íslensk rannsókn varpar ljósi á umfangið, afleiðingarnar og skilningsleysið. Edduverðlaunaþátturinn Kveikur hefur göngu sína á ný í kvöld. Ritstjórn skipa: Helgi Seljan, Sigríður Halldórsdóttir, Ingólfur Bjarni Sigfússon, Lára Ómarsdóttir, Aðalsteinn Kjartansson og Rakel Þorbergsdóttir, ritstjóri.

RÚV okkar allra

Tónlistarmaðurinn Guðmundur Óskar Guðmundsson vann plötuna náið með Snorra. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Barnaplata spratt úr viðbjóðnum

Snorri Helgason tónlistarmaður hefur safnað einvalaliði tónlistarfólks til að gefa út barnaplötuna Bland í poka. Í dag kemur á allar helstu streymisveitur fyrsta lagið af henni, Kringlubarnið.

Hugmyndin að barnaplötunni kviknaði fyrir um hálfum áratug.

Úr þjóðsögum í barnalög

„Ég var að vinna í síðustu plötunni minni, Margt býr í þokunni, en hún byggir á íslenskum þjóðsögum. Þar er umfjöllunarefnið oft mjög þungt og hryllilegt. Þjóðsagnaarfurinn getur verið mjög drungalegur og það gat tekið á að sökkva sér í hann, allt fullt af sifjaspelli, morðum og viðbjóði,“ segir Snorri.

Hann hafi þurft að lesa sér til um efnið í nokkur ár til að byrja að vinna úr þessu.

„Ég vann þetta mikið í Galtarvita í mikilli einangrun, sökkti mér þar í þennan viðbjóð. Þá fór mig að langa til að gera eitthvað allt annað. Einhvers konar mótvægi, til koma hausnum á mér út úr þessu rugli og bjarga geðheilsunni.“

Snorra langaði því að gera eitthvað sem gæti ekki verið ólíkara og þá kviknaði hugmyndin um að gera barnaplötu.

„Ég vann svo plöturnar hægt saman og tók tarnir til skiptis. Við tókum mestan partinn af grunninum upp fyrir um ári. Ég er búinn að vera að vinna hægt og rólega út árið. Upphaflega ætlaði ég að klára þetta fyrir ári en ég misreiknaði gróflega hversu mikinn tíma það tekur að eiga barn,“ segir Snorri.

Bók með myndum og textum

Hann segir fæðingu dótturinnar vissulega hafa hægt aðeins á ferlinu en þetta sé allt að smella saman núna.

Myndirnar í bókinni eru teiknaðar af Elínu Elísabetu.

„Þegar ég fór að sjá fyrir endann á þessu hafði ég samband við Bobby Breiðholt og Elínu Elísabetu, því mig langaði að gera litla bók með. Hún teiknar myndirnar í bókinni og hann setur hana upp. Það er svo teikning sem fylgir hverju lagi. Okkur langaði að hafa þetta í svona gömlum skandinavískum teiknimyndastíl, eins og hjá Tove Jansson og Thorbjørn Egner.“

Í bókinni verða textarnir og gítarhljómarnir ásamt myndunum. Snorri stendur fyrir söfnun á Karolina Fund fyrir gerð plötunnar og bókarinnar, en þar getur fólk orðið fyrst til að næla sé í Bland í poka.

„Þá geta börn og foreldrar flett bókinni á meðan þau hlusta á plötuna. Það eru líka svo margir sem eiga ekki geislaspilara í dag en þau geta þá allavega haft bókina til að skoða meðan þau eru að streyma.“

Um Kringluferð mæðgna

Á morgun kemur út lagið Kringlubarnið, en í því syngja þær Saga Garðarsdóttir leikkona og eiginkona Snorra, og Halldóra Geirharðsdóttir leikkona.

> UPPHAFLEGA ÆTLAÐI ÉG AÐ KLÁRA ÞETTA FYRIR ÁRI EN ÉG MISREIKNAÐI GRÓFLEGA HVERSU MIKINN TÍMA ÞAÐ TEKUR AÐ EIGA BARN.

> ÞJÓÐSAGNAARFURINN GETUR VERIÐ MJÖG DRUNGALEGUR OG ÞAÐ GAT TEKIÐ Á AÐ SÖKKVA SÉR Í HANN, ALLT FULLT AF SIFJASPELLI, MORÐUM OG VIÐBJÓÐI.

„Lagið fjallar um mæðgur. Saga er litla stelpan sem vill ekki fara í Kringluna en Halldóra leikur mömmuna sem þarf nauðsynlega að komast þangað til að kaupa sér safapressu. Svo eru þær að þræta eitthvað um það, þannig það er bara stuð og stemning,“ segir Snorri.

Hugleikur Dagsson grínisti syngur eitt lag á plötunni en hann og Snorri sömdu í það sameiningu.

„Við sömdum það þegar við vorum saman í Galtarvita. Svo syngur Valdimar nokkur lög á plötunni líka og Teitur Magnússon syngur eitt lag. Svo syngur Steingrímur Teague úr Moses Hightower eitt lag og hún Katrín Halldóra leikog söngkona líka. Það eru mestmegnis aðrir sem syngja lögin, ég syng þó nokkur.“

Kringlubarnið er hægt að nálgast á öllum helst streymisveitum og hægt er að leggja Snorra lið og verða sér úti um Bland í poka á karolinafund.com.

steingerdur@frettabladid.is

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*

*Verulegar breytingar á bakteríuflóru sem stuðlar að heilbrigðara tannholdi samkvæmt 14 vikna klínískri rannsókn á 102 einstaklingum.

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.

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

BAKÞANKAR

Jóns Sigurðar Eyjólfssonar

Siðaskiptin 2.0

Af hverju eru allir að gera eitthvað meðan það er svo dæmalaust huggulegt að sitja og sötra sérrí eða bara gera ekki neitt? Þessu velti gríska skáldið Konstantinos Kavafis fyrir sér meðan hann gekk um ímyndað þorp þar sem allir unnu hörðum höndum. Ástæðan fyrir vinnuseminni var sú að von var á barbörunum og þá var víst betra að vera við öllu búinn. Barbararnir halda okkur jú við efnið. Þeir eru jafn nauðsynlegir fyrir samfélagið og ellin fyrir lífeyrissjóðina.

Værukærðin kom mér því mjög á óvart þegar ljóst var að dagur barbaranna var að renna upp þegar litið er til loftslagsmála. Af hverju er enginn að gera neitt nema Greta? Ég kveikti ekki á perunni fyrr en Juncker sagði eitthvað á þá leið að stjórnmálamenn vissu uppá hár hvað þyrfti að gera en hitt vissu þeir ekki hvernig ætti að gera það og verða svo kosnir á ný. Eitthvað svipað hlýtur að ganga á í viðskiptaheiminum. Þar vita menn sínu viti en það vit er kannski hlutföfum lítt að skapi.

Dæmið lítur því svona út: Hvernig getum við komið heilsufari fyllibyttunnar í lag án þess að það bitni á Bakkusi? Þeir sem þekkja gríska goðafræði vita vel að það reynist jafnan örlagaríkt að styggja guði sína.

Er ekki eins farið fyrir okkur og byttunni atarna? Það er ekki nóg að láta hana rýna í útreikninga og beita vísindalegum rökum heldur þarf hún nýjan andlegan styrk og jafnvel trú. Einsog við. Því ef við ætlum að standast þessa áskorun, þá er eflaust kominn tími til að tilbiðja nýja guði.

GERIÐ GÆÐA- OG VERÐSAMANBURÐ

Útsala

10–70%

afsláttur af völdum vörum í VERSLUN

skiptidýnur og eldri gerðir, sófar, hvíldarstólar, náttborð, lök, hótelhandklæði og baðmottur. Höfðagaflar, sængur, sængur í stærri stærðum, teppi, rúmföt, sloppar o.fl. o.fl.

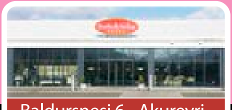
Komdu núna gerðu frábær kaup!

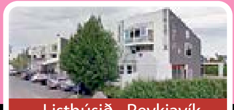
20% afsláttur af VanDyck mjúkvörum

50% afsláttur af völdum heilsukoddum

12 mán. VAXTALAUSAR GREIÐSLUR

Svefn & heilsa


Baldursnesi 6 - Akureyri


Listhúsið - Reykjavík

vefverslun svefnogheilsa.is

Listhúsinu Laugardal - Sími 581 2233
Baldursnesi 6, Akureyri - Sími 461 1150
Opið virka daga kl. 10:00 - 18:00
Laugardaga 12:00 - 16:00

Umboðsaðilar: I Húsgagnaval - Höfn í Hornafirði I Lúxus húsgögn - Egilsstöðum