

# KVÉÐ

FÖSTUDAGUR 13. OKTÓBER 2017

Lífsstíll



Krabbameinsgreining náins aðstandanda hefur djúp áhrif á barn. Nú þykir edlilegt að upplýsa í stað þess að hlífa börnum við erfiðum upplýsingum. ➔4



## Gamanið smitar frá sér

Særós Mist Hrannarsdóttir saumaði, sýndi og seldi fyrstu fatalínuna sína síðasta árið í grunnskóla. Nú býr hún, nemur og starfar í Kaupmannahöfn, meðal annars fyrir hið þekktu tiskufyrirtæki Monki. ➔2

Særós Mist Hrannarsdóttir í eigin hönnun sem hún segir kvenlega og listræna. MYND/STEFÁN FREDERIKSSON



EGSMARK  
Oliver&Lucas WeissKrogh  
kr. 179.800

# LÍNAN

Bæjarlind 14 - 16 | 201 Kópavogi  
Sími 553 7100 | linan.is f / linanehf t / linan.is  
Opíð mánudaga - föstudaga 11 - 18 / Laugard. 11 - 16

Brynhildur  
Björnsdóttir  
brynhildur@365.is



#### Framhald af forsiðu →

Það eru ekki allir fimmtán ára krakkar sem geta státað af því að hafa haldið heila tiskusýningu en það mun Særós Mist Hrannarsdóttir gera í dag. Sýningin fer fram í Hinu húsinu og opnar húsið klukkan tvö. Þannig hefst frétt á Visi frá 21. júlí 2007 af ungum tiskuhönnuði sem hafði nýlökio við að hanna 21 allklæðnað. Nú, tíu árum síðar, býr Særós og hannar í Kaupmannahöfn undir merkinu Pale Mist.

Hún segir að áhuginn á tiskuhönnun hafi vaknað gegnum sköpunargleðina sjálfa. „Ég hef alltaf teiknað, málað og almennt fönðrað mikið síðan ég var lítil. Seinna meir þróuðust myndirnar yfir í að vera skissur af flikum og ég fór hægt og rólega að fíkta við að breyta þessum hugmyndum í raunverulegar flikur.“ Hún viðurkennir að eiga í flóknu sambandi við tiskuheiminn. „Það er svo mikið í tiskuheiminum og textilbransanum í dag sem hefur slæm áhrif á umhverfi og fólk um allan heim. En það mun alltaf vera þörf fyrir fót og þá er bara spurning um að vinna með tisku á sem bestan hátt og eins siðlega og hægt er.“

Eins og áður sagði eru tíu ár síðan Særós tók fyrstu saumsporin, þá aðeins fimmtán ára. „Á þeim tíma hafði ég enga reynslu í saumskap eða hönnun, enda lærði ég virkilega mikið á því að prufa mig áfram með saumavélina. Eftir grunnskóla tók ég eitt ár á handverks- og hönnunarlinu við lýðháskóla í Danmörku og þar saumaði ég nýja fatalínu, Collection Fall, samhliða náminu og hélt tiskusýningu um vorið. Eftir að ég kláraði stúdentsprófið frá MH fór ég svo á fatateknibraut í Tækniskólanum og lærði þar tæknina sem mig hafði vantað. Ég nýtti aðstöðuna til fulls enda kom út úr því ný lína, Collection Ladies, sem var sýnd á Vetrarhátíð í Reykjavík 2014.“

#### Sendiherra Monki í Danmörku

Að stúdentsprófinu loknu flutti Særós aftur til Danmerkur þar sem hún hefur búið öðru hvoru frá barnæsku. „Nú hef ég verið búsett í Danmörku síðastliðin þrjú og hálf ár þar sem að ég hef unnið í litríku fatabúðinni Monki sem sjónrænn stílisti og er nú í hlutastarfi þar í sölueldinni samhliða því að stunda nám við Copenhagen Business School í rekstrarhagfræði og sálfræði. Reynsla mín í Monki kveikti áhuga minn á rekstri tiskumerkja og hefur veitt mér góða innsýn í hvernig tiskuheimurinn gengur fyrir sig í stærri fyrirtækjum.

Ég er hægt og rólega að byggja upp eigið merki og námið er akkúrat það sem mig vantar, til að geta tekið réttu ákvarðanirnar og beitt réttum verkfærum í þessu ævintýri.“ Þess má geta að Særós var á dögum kjörin sendiherra Monki í Danmörku af samstarfsfólki sínu sem þykir hún standa fyrir þau gildi sem Monki vill halda á lofti.

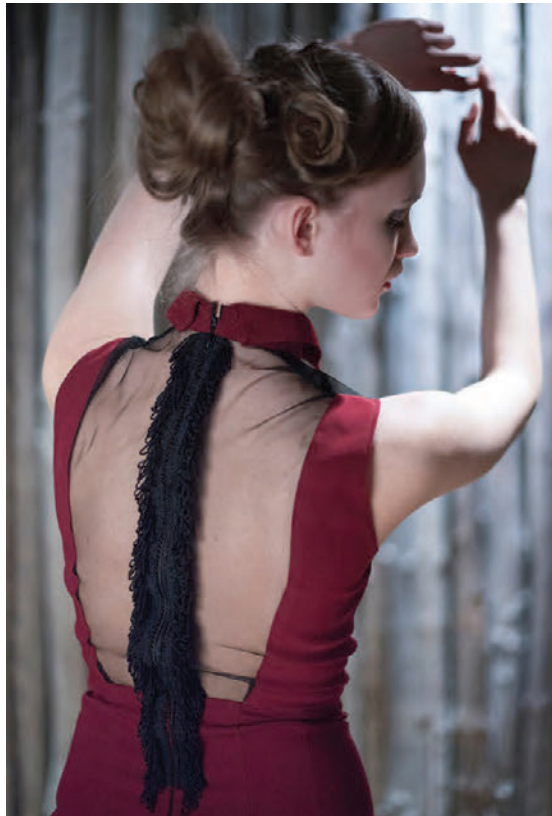
Hún segir innblásturinn að hönnuninni geta komið úr öllum áttum. „Mér finnst svo gaman að taka eftir og kunna að meta litlu fallegu hlutina í hversdagsleikanum. Fallega lituð haustlauf, skrautlegur, persónulegur still fólks á götum Kaupmannahafnar, ávextir í öllum stærðum og gerðum. Stundum getur diskurinn með kvöldmatnum meira að segja verið spennandi fagurfræðilega séð. Ég reyni að vera dugleg að taka myndir af öllu því sem veitir mér innblástur, maður veit aldrei hvert það gæti leitt! Fyrir mér er mikilvægt að flikurnar séu vel gerðar og klæðilegar en á sama tíma að þær miðli vissri listrænni túlkun, eða stemmingu. Litir og spennandi smáatriði eru líka mikilvægir þættir.“

#### Silfursamfestingur á mánudegi

Særós segir að hönnun hennar henti stelpum og konum sem þora að bera kvenlegar og einstakar flikur. „Ég hanna fyrir konur og stelpur sem vilja tjá persónuleika sinn með litríkum, skemmtilegum en jafnframt listrænum og faguðum fatnaði, sem sækjast eftir einstökum flikum sem eru handgerðar af mikilli gleði og ástríðu, sem hafa gaman af því að klæða sig eftir eigin stíl og styrkja litlu listaspírurnar í leiðinni.“ Sjálf er hún svo hrifnust af hönnuðum sem þora að ögra formi og nota mikið af litum. „Nicholas Nybro, Anne Sophie Cochevelou, L.O.M Fashion og Molly Goddard. Allt eru þetta hönnuðir sem túlka flikurnar á mjög listrænan hátt, en á sama tíma er svo mikil gleði og kraftur í hönnuninni.“ Hún lýsir eigin stíl á þennan hátt: „Eitt af mínum mikilvægustu gildum í lífinu og hversdagsleikanum er að hafa gaman – það gerir allt svo miklu auðveldara og skemmtilegra. Þó svo það sé mánudagur, þá ætti það ekki að hindra neinn í að hoppa í silfursamfesting og setja glimmer á augnlokin, og það besta er að fólk í kringum mann hefur ennþá meira gaman af því! Gamanið smitar frá sér.“

#### Draumurinn um Pale Mist

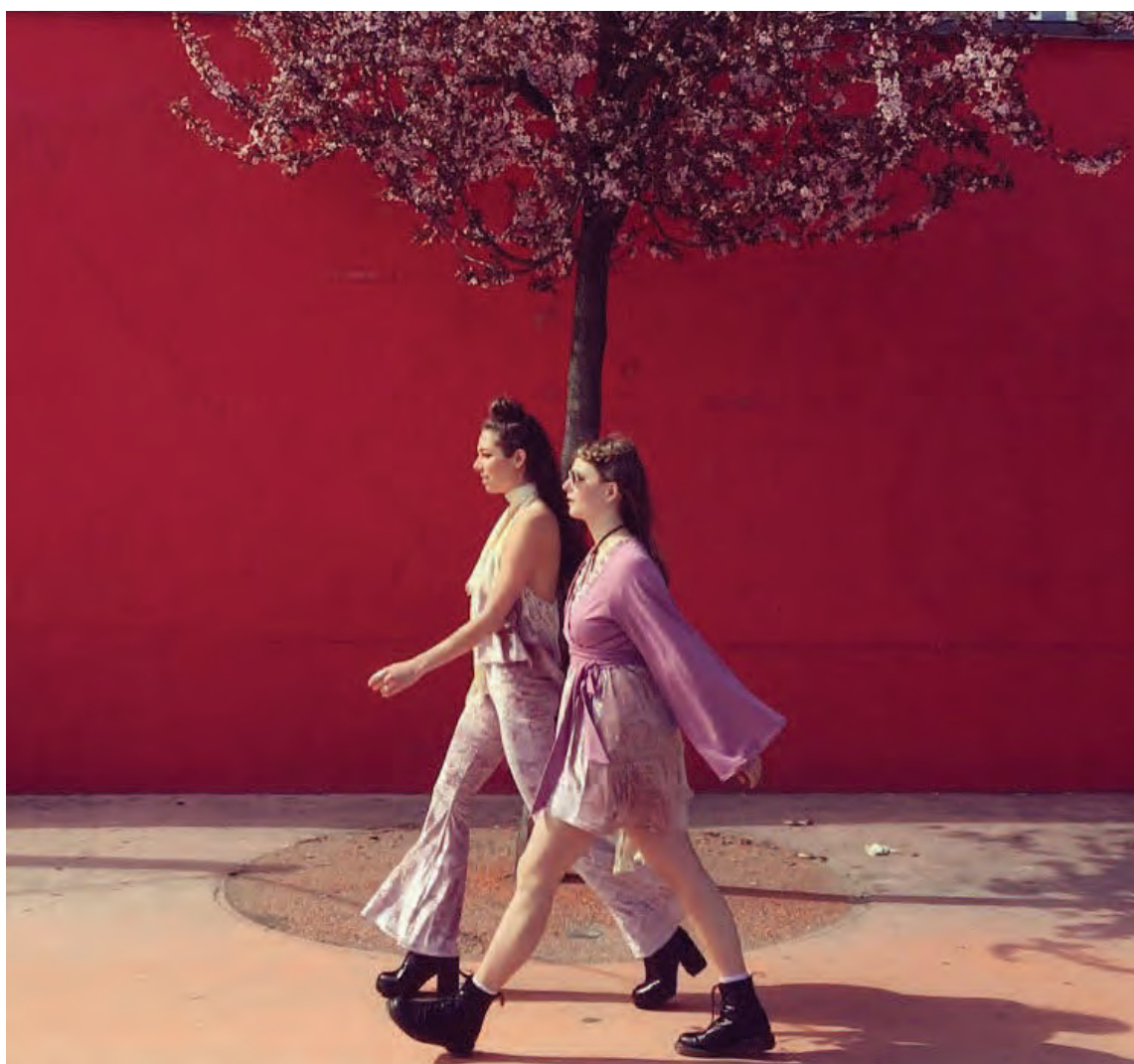
Særós er með mörg járn í eldinni. „Já, ég er hægt og rólega að skapa mér nafn sem Pale Mist. Ég opnaði nýlega blogg síðu þar sem ég greini frá þeim skapandi verkefnum sem ég er að vinna í, auk þess að deila ýmsum þælingum um stíl, tisku og tilveruna almennt. Nýlega hannaði



Övenjulegar áherslur og kvenlegur þokki einkenna Collection Ladies frá Pale Mist. MYND/ KRISTINA PETROSIUTÉ



Rómantik, kvenleiki, fallegir litir og áhersla á bakið og herðarnar er meðal þess sem einkennir hönnun Pale Mist.



Cherry Dreams-línan hönnuð af Pale Mist í samvinnu við vintage-merkið Rad Susie Clothing. MYND/STELLA SERSAM

## Ekki kvefast í haust



PreCold® getur komið í veg fyrir kvef og stýtt kveftíma um allt að helming.

PreCold® má nota fyrirbyggjandi eða þegar kvefeinkenna verður fyrst vart. PreCold® er auðvelt í notkun, hefur skjóta verkun og hentar fullorðnum og börnum frá 4 ára aldri.



ZYMETECH

Fæst í apótekum - [www.precold.is](http://www.precold.is)

Dreifingaraðili: Vistor hf. Hörgatúni 2 - 210 Garðabæ - S. 535 7000

ég línu í samvinnu við vintage-merkið Rad Susie Clothing, sem er jafnframt fyrsta línan sem ég hef framleitt og sett í sölu. Línan var í takmörkuðu upplagi en það er ennþá svolítið eftir á [www.rad-susie.com](http://www.rad-susie.com),” segir hún og bætir við að hún taki einnig að sér að hanna og sauma brúðarkjóra. „Síðasta hálf árið hef ég svo látið mig dreyma um að sauma takmarkað upplag af útvöldum flikum úr Collection Ladies og selja á vefverslun tengdri blogginu, ásamt því að blogga um allt það ferli. Það væri frábær lærdómur og stórt fyrsta skref í að láta drauminn um eigið merki rætast. Mín helsta áskorun er að taka ekki að mér of mikið í einu – því ég vil líka geta notið þess að vera í þessu frábæra námi og tileinka mér nýja kunnáttu! Það er bara svo erfitt, þegar þetta er allt svo spennandi og gefandi og maður er erfitt með að segja nei!“

Framtíðin er björt hjá Særós og verkefnið fjölbreytt. „Ég hlakka til að vera í skólanum næstu ár og stefni á skiptinám í Tókyó, Japanir



Særós er stöðugt að og hér má sjá nokkrar skissur sem biða eftir því að verða að fallegum kjólum.

eru framarlega bæði í viðskiptum og tisku, svo það væri fullkominn staður fyrir mig. Fram undan eru svo tveir brúðarkjolar fyrir næsta sumar og að vera opin fyrir þeim tæki-

færum sem verða á vegi mínum!“ Hægt er að fylgjast með ævintýrum Særósar á [palemisty.wordpress.com](http://palemisty.wordpress.com), @pale.mist á Instagram og Pale Misty á Facebook.

Velkomin!



CARL HANSEN & SØN  
PASSIONATE CRAFTSMANSHIP



Skeifan 6 / Harpa / Kringlan / Laugavegi 70 / 5687733 / epal.is

Vegna heimsóknar  
eiganda Carl Hansen,



Knud Erik Hansen

verður **15%** afsláttur

af öllum vörum

frá Carl Hansen



um næstu helgi

12.-14. okt.

# Purfa að heyra sannleikann

Krabbameinsgreining náins aðstandanda hefur mikil áhrif á barn. Stálpuð börn vita orðið töluvert um sjúkdóminn, ólíkt því sem áður var. Samskipti við börn hafa líka breyst og er sjaldgæfara að reynt sé að hlífa þeim við erfiðum upplýsingum. Ekki er heldur mælt með því.

Vera  
Einarsdóttir  
vera@365.is



Þorri Snæbjörnsson, sálfræðingur hjá Krafti og Ráðgjafarþjónustu Krabbameinsfélagsins, segir mikilvægt að hafa aldur barns í huga þegar því er sagt frá veikindum foreldris eða annars náins aðstandanda. Lykilatriði sé að segja barninu sannleikann á þann hátt sem það skilur.

„Ung börn, fram að um það bil átta ára aldri, þurfa ekki mjög ítarlegar upplýsingar á meðan eldri börn, átta til tólf ára og unglingar, þurfa að vita meira,“ segir Þorri. Hann segir öll börn þurfa eftirfarandi grunnupplýsingar:

- Nafnið á krabbameininu (t.d. brjóstakrabbamein eða eitla-krabbamein o.s.frv.)
- Hvar í líkamanum krabbameinið er.
- Hvernig það verður meðhöndlað; með lyfjameðferð, geislum, skurði.
- Hvaða áhrif veikindin munu hafa á lífið.

Þorri segir börn fljót að skynja ef eitthvað er að og því sé ekki mælt

með því að reyna að hlífa þeim um of. „Þá er líka hætt við því að þau fari að geta í eyðurnar. Þau fara jafnvel að lesa sér til á netinu eða heyra eitthvað frá skólafélögnum sem á alls ekki við í þeirra tilfelli og eykur bara vanlíðan og kvíða. Þá er mun betra að segja þeim skýrt og rétt frá.“ Þorri leggur í því sambandi áherslu á að talað sé um krabbamein ekki veikindi og að það sé líður í að vera skýr og forðast misskilning. Hann segir sum börn ekki hafa frekari spurningar til að byrja með en að mikilvægt sé að bjóða þeim að spyrja seinna ef þeim dettur eitthvað í hug.

## Ekki þeim að kenna

Þorri segir börn von því að heimurinn snúist svolítið í kringum þau og eigi þau það til að draga þá ályktun að þau hafi gert eitthvað rangt sem aftur hafi orsakað veikindin. Hann segir mikilvægt að leiðrétta það enda séu það erfiðar tilfinningar að burðast með. Hann segir börn ekki endilega bera þessar hugsanir á torg og því geti þurft að spyrja þau eða útskýra málin í óspurðum fréttum. Þorri segir meðal annars hægt að segja eitthvað á þessa leið: „Læknirinn sagði okkur að



Betra er að segja börnum skýrt og rétt frá. Annars er hætt við að þau fari að geta í eyðurnar.

enginn gæti látið einhvern annan fá krabbamein. Það er ekkert sem einhver okkar lét gerast.“

## Ekki smitandi

Hann segir líka algengan misskilning hjá börnum að krabbamein geti smitast manna á milli eins og kvef. „Það getur því þurft að útskýra að krabbamein sé öðruvísi en önnur veikindi og að ekki þurfi að hafa áhyggjur af því að einhver hafi smitað mömmu eða pabba eða að þau geti smitast sjálf. Það sé því alveg óhætt að kyssast og knúsast.“

## Rútina veitir öryggi

Þorri segir börn þurfa á rútínu að halda og að hún hjálpi þeim að finna til öryggis þegar lífið verður óútreiknanlegt. Hann segir það oft koma í hlut annarra í fjölskyldunni en þess veika að sjá til þess að líf barnanna haldist eins mikið óbreytt og kostur er. „Það er til að mynda talið mikilvægt að þau fari í skólann, fari að sofa á skikkannlegum tíma og að það sé ekki alltaf nammidagur svo dæmi séu nefnd.“ Hann segir hins vegar líka mikilvægt að leyfa börnunum að njóta samvista við þann sem glímur við meinið þegar þess gerist kostur. „Það þarf þó ekki að þýða stöðugar

“Ung börn, fram að um það bil átta ára aldri, þurfa ekki mjög ítarlegar upplýsingar á meðan eldri börn, átta til tólf ára og unglingar, þurfa að vita meira.“



Þorri Snæbjörnsson

uppákomur eða stuð heldur bara sjónvarpsgláp og rölegheit svo dæmi séu nefnd. Þá er mikilvægt að börnin séu knúsuð og kyssast og að þau fái að heyra að þau séu elskuð.“

## Þarf að eyða óvissu

Ef um ólæknandi krabbamein er að ræða á heldur ekki að hræðast það að tala við börn um dauðann. „Þau þurfa hins vegar að fá fullvissu um að það verði hugsað um þau og í hvers hlut það kemur. Verður það hitt foreldrið, amma og afi eða einhver annar?“ segir Þorri. Hann segir

gott að eyða allri óvissu um það.

Að sögn Þorra eiga svipuð lög-mál við þegar börn greinast sjálf og þegar aðstandendur greinast og er mikilvægt að gera þeim grein fyrir því að þau séu veik og nota orðið krabbamein. Hann segir börn sem veikjast auk þess gjarnan hafa áhyggjur af því að vera skilin eftir á spítalanum og er mikilvægt að fullvissa þau um að svo verði ekki. Eins óttast sum að heilbrigðisstarfsfólkið taki þau frá foreldrunum og er sömuleiðis mikilvægt að leiðrétta það. Þá segir hann nauðsynlegt að undirbúa þau fyrir allar aðgerðir og rannsóknir og tala um það sem þau eiga í vændum á þann hátt sem þau skilja, miðað við aldur.

Aðspurður segir Þorri ungt fólk sem greinist með krabbamein fá poka með alls kyns upplýsingum frá Krafti. Hann inniheldur meðal annars bókina Lífskraft en í henni er að finna upplýsingar um hvernig má ræða við börn um krabbamein. Á heimasíðu Krabbameinsfélagsins er líka að finna fræðsluefni og bækling um sama mál. Þorri segir líka hægt að leita ráða hjá sálfræðingi, hjúkrunarfræðingum og félagsráðgjafa Ráðgjafarþjónustunnar og Krafti.

## FYRIR ÞARMAFLÓRUNA!



Það eru ekki allir mjólkursýrugerlar eins.

Probi Mage LP299V® (*Lactobacillus plantarum* 299v) er söluhæsti mjólkursýrugerillinn í Svíþjóð og hefur fengið frábærar móttökur á Íslandi! 1 hylki á dag.

Finndu muninn með Probi Mage LP299V®.

Fæst í veflestum apótekum og heilsuverzlunum um land allt.

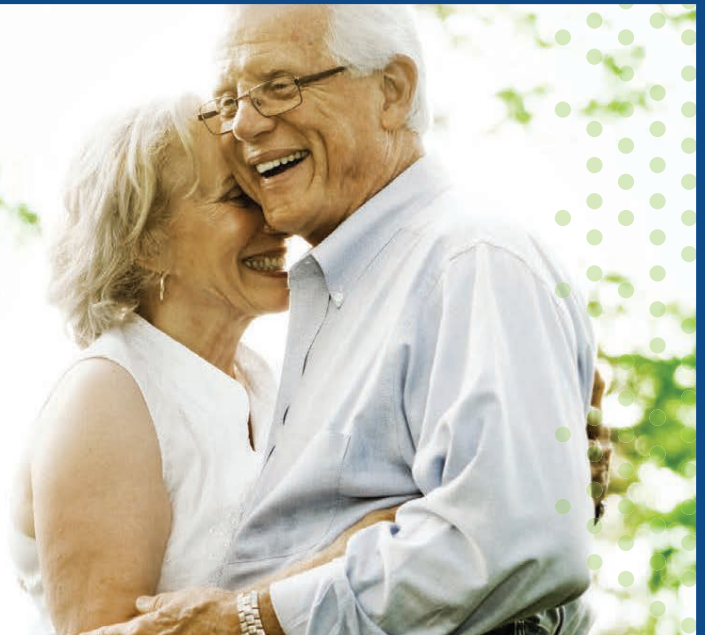
abel heilsuvörur

## Eiródag

KEMUR HEILSUNNI Í LAG



EIN TAFLA Á DAG : SYKURLAUSAR : ÍSLENSK FRAMLEIÐSLA



20% AFSLÁTTUR FYRIR ELDRI BORGARA 10. - 31. OKTÓBER

Apótekarinn<sup>+</sup>  
- lægra verð

Lyf & heilsa  
Við hlustum!



## Vönduð hjúkrunarrúm fyrir heimili og stofnanir



- Rafdrifin hjúkrunarrúm með fjórskiptum botni
- Stillanlegt höfða- og fótalag
- Stillanlegar hliðargrindur
- Úrval aukahluta

*Þjónusta er byggir á þekkingu, reynslu og gæðum*

**Verð frá 237.500 kr.**

### Fagmenntað fólk í þína þágu

Á heilbrigðisviði Eirbergs á Stórhöfða 25 starfar hópur fólks með sérþekkingu og mikla reynslu. Heilbrigðismenntað starfsfólk býr yfir viðtækri fagþekkingu á vörum og búnaði en metnaður er lagður í að greina þarfir viðskiptavina og koma til móts við óskir þeirra. Við veitum heilbrigðisstofnunum, fagfólki og einstaklingum faglega ráðgjöf og góða þjónustu.

Markmið okkar eru að efla heilsu og auka lífsgæði, auðvelda störf og daglegt líf.

Heilbrigðisvið Eirbergs er staðsett að Stórhöfða 25 og er fagþjónusta veitt alla virka daga frá kl. 9:00 til 16:30. Tímapantanir eru í síma 569 3100.



# Karlar með sterkari kynhvöt

Samkvæmt nýrri danskri rannsókn hafa karlar meiri kynlöngun en konur. Fjórða hver kona svaraði því til að kynlíf væri ekkert sérstaklega mikilvægt í lífi sínu. Nokkrar ástæður eru tilgreindar.

Elín  
Albertsdóttir  
elin@365.is



Samkvæmt könnuninni sem gerð var sem rannsóknarverkefni við háskólann í Álaborg í Danmörku í samstarfi við danska heilbrigðisráðuneytið hefur kynhegðun fólks breyst með tilkomu fémínískra áhrifa. Í könnuninni voru Danir beðnir um að flokka kynlíf sitt sem annaðhvort mikilvægt eða ekki mikilvægt. Aðeins einn af hverjum tíu körlum merkti við síðara svarið. Svo virðist vera sem kynlífið breytist þegar þör eignast barn og einnig þegar fólk eldist.

Áhugi á kynlífi minnkar þegar barn fæðist, sérstaklega hjá konum. Konan tekur barnið fram yfir eiginmanninn og hann lendir í öðru sæti. „Þegar þú eignast barn gerist eitthvað í tengslum karls og konu varðandi sýn þeirra á kynlífið. Barnið hefur forgang hjá konunni en hún hefur forgang hjá eiginmanninum. Ákveðin togstreita getur þá komið upp í sambandinu þegar kemur að mikilvægi kynlífs,“ segir danskur kynfræðingur, Christiane Meulengracht, í samtali við netútgáfu Jyllands Posten.

„Konan tekur ákveðna áhættu þegar hún neitar manni sínum um kynlíf. Það getur ýtt honum til

annarra kvenna,“ segir kynfræðingurinn. „Móðirin hefur nána snertingu við ungbarn, til dæmis meðan það er á brjósti. Barnið fyllir þar með upp í þá venjulegu nánd sem konan fékk áður hjá manni sínum. Vinkonufaðmög og góð vinátta geta sömuleiðis veitt konunni snertinánd sem flestir þurfa. Karlmennt faðma síður vini sína og vilja fremur eiga náð samband við konu sína.

Önnur ástæða fyrir því að konur hafa minni áhuga á kynlífi en karlar gæti verið sú þróun í samfélaginu að áhersla er á ýmis karllæg gildi, sjálfstæði, málfræsi, drifkraft og ákvörðunarrétt. Kvenleg gildi og mýkt þykja bera vott um veikleika, segir kynfræðingurinn og vill meina að þessi minnkandi munur á kynjunum geti dregið úr kynferðislegu aðdráttarafli. Kona sem tileinkar sér sterk karllæg gildi getur dregið kynhvötina.“

Rannsókn sem gerð var í Bretlandi sýnir að bæði karlar og konur hafa minnkandi kynlífslöngun með aldrinum, sérstaklega í langvarandi samböndum. Í bresku rannsókninni sem framkvæmd var við háskólann í Southampton og University College London kom fram að ekki hafi fundist nein tengsl á milli tíðahvarfa hjá konum og minni kynlífslöngunar. 5.000 karlar svöruðu spurningum sem lagðar



Körlum finnst þeir oft út undan hjá konunni þegar fyrsta barnið kemur í heiminn.

voru fram og 6.700 konur. Helstu ástæður þess að kynhvöt minnkar með aldrinum eru heilsuþrestur og skortur á snertingu eða tilfinningalegri nánd. Vísindamenn segja að innilegra og tilfinningaríkara samband milli hjóna sé mun ákjósanlegri lausn til betra kynlífs en lyf. Um 15% karla og 34% kvenna sem þátt tóku í rannsókninni viðurkenndu að hafa misst áhuga á kynlífi í þrjá mánuði eða

meira síðasta árið. Karlarnir voru á aldrinum 35-44 en konurnar voru eldri, eða 55-64 ára.

Þá kom fram í niðurstöðum rannsóknarinnar að hjón sem voru opinská og gátu rætt saman um kynlíf sitt væru líklegri til að hafa meiri kynhvöt. Jafnframt sýndi breska rannsóknin að karlar hafi sterkari kynhvöt en konur, líkt og sú danska.

Breski kynlífsráðgjafinn Amm-

anda Major tjáði sig um rannsóknina í viðtali við BBC. Hún sagði að það væri ekki óalgenget að fólk missti kynlöngun í lengri eða skemmri tíma. „Það geta verið margvíslegar ástæður fyrir því,“ segir hún. „Kynlíf er mjög persónulegt og margir geta ekki rætt um slíka hluti. Að ræða það við makann er samt það besta sem hægt er að gera til að eiga gott samlíf,“ segir hún.

## DEKKVERK

### SKEMMTILEGA ÓDÝR

# LÁGT VERÐ SÍÐAN 2009

EIGUM FLEST ALLAR STÆRÐIR Á LAGER HÉR ERU NOKKUR DÆMI

STÆRÐ	FJÖLDI	FULLT VERÐ	TILBOÐ
175/65R14	4 stk.	30.000.-	24.000.-
175/65R14	4 stk. Negld	48.000.-	40.000.-
195/65R15	4 stk.	39.000.-	31.000.-
195/65R15	4 stk. Negld	49.000.-	41.000.-

STÆRÐ	FJÖLDI	FULLT VERÐ	TILBOÐ
205/55R16	4 stk.	53.000.-	29.000.-
205/55R16	4 stk. Negld	54.000.-	45.000.-
225/45R17	4 stk.	60.000.-	48.000.-
225/45R17	4stk Loftbólur	95.000.-	76.000.-

STÆRÐ	FJÖLDI	FULLT VERÐ	TILBOÐ
245/70R16	4 stk	84.000.-	67.000.-
245/70R16	4 stk negld	92.000.-	75.000.-
265/70R16	4 stk	99.000.-	79.000.-
265/70R16	4 stk	139.000.-	111.000.-

STÆRÐ	FJÖLDI	FULLT VERÐ	TILBOÐ
235/65R17	4 stk	103.000.-	82.000.-
235/65R17	4 stk Negld	121.000.-	98.000.-
265/70R17	4 stk	100.000.-	80.000.-
265/70R17	4 stk	133.000.-	106.000.-



Afnemum verðtrygginguna!

**XB**

Kjósum

**Lárus á Alþingi**



Lárus Sigurður Lárusson lögmaður skipar 1. sætið  
á lista Framsóknarflokksins í Reykjavík norður.



Myndirnar á sýningunni sýna daglegt líf hælisleitenda, heimkynni þeirra og hvað þeir aðhafast dagsdaglega.

## Hælisleitendur sýna ljósmyndir

Ljósmyndasýningin Bið verður opnuð á morgun laugardag í Borgarbókasafninu Grófinni og stendur yfir til sunnudagsins 5. nóvember.

Sýningin er afrakstur samstarfsverkefnis Rauða krossins í Hafnarfirði og Garðabæ, Borgarbókasafns Reykjavíkur og Borgarsógusafns Reykjavíkur en tilgangur verkefnisins var að gefa fólki í leit að alþjóðlegri vernd tækifæri til að tjá sig með ljósmyndun. Á sýningunni munu nokkrir hælisleitendur sýna ljósmyndir úr daglegu lífi sínu á meðan þeir bíða eftir niðurstöðu umsóknar sinnar um alþjóðlega vernd.

Hópurinn hefur undanfarna þrjá mánuði sótt námskeið hjá

Ragnari Visage, ljósmyndara og sjálfboðaliða hjá Rauða krossinum, og m.a. sótt innblástur í vettvangsferðir í Ljósmyndasafn Reykjavíkur og Þjóðminjasafn Íslands. Tækjakostur var af skornum skammti og því notuðu þátttakendur síma með myndavél sem urðu þannig helstu verkfærin sem notuð voru við vinnslu verkefnisins. Ragnar sá auk þess um sýningarstjórn.

Þar sem búíð er að vísa nokkrum þátttakendanna úr landi eru myndir þeirra ekki hluti af þessari sýningu.

Nánari upplýsingar má finna á [www.borgarbokasafn.is](http://www.borgarbokasafn.is).



Agnes Wild leikkona hefur í nógu að snúast og það er margt að gerast hjá henni um helgina. MYND/ERNIR

# Gamanleikrit um kvíðakast

Agnes Wild á annasama helgi í vændum. Hún leikur í tveimur leiksýningum, fer á stórtónleika og heldur upp á afmælið sitt.

Brynhildur Björnsdóttir  
brynhildur@365.is



Agnes Wild, leikkona og leikstjóri, er með þéttskipaða dagskrá þessa helgina. „Ég byrja helgina á því að fara á tónleikana með Zöru Larsson í Laugardalshöllinni í kvöld. Verð að hryggja fólk með að það er löngu orðið uppselt en er að sama skapi ánægð með að hafa tryggt mér miða í tíma. Svo verður kökubod fyrir fjölskylduna á laugardaginn í tilefni af afmælinu mínu síðasta þriðjudag.“ Að afmælisveislunni lokinni hefst svo undirbúningur fyrir leiksýninguna Fyrirlestur um eitthvað fallett sem Agnes sýnir ásamt leikhópnum Smarti-Lab í Tjarnarbíói á laugardagskvöldið. „Þetta er gamanverk um kvíða sem hentar ótrúlega vel fyrir alla frá fjórtán ára aldri. Sara Martí leikstjóri fékk hugmyndina þegar hún fékk sitt fyrsta kvíðakast og fann að hún yrði að gera leiksýningu um þá upplifun. Hún fékk með sér fólk sem bæði hefur upplifað sjúklegan kvíða og þá sem ekki hafa gert það og úr varð þessi ótrúlega skemmtilega sýning sem hefur það að markmiði að vekja fólk til meðvitundar og opna umræðuna um geðheilbrigði á Íslandi enn frekar.“

Eftir sýningu á laugardagskvöldið á Agnes von á að fagna afmælinu sínu með félögum sínum en hún getur þó ekki trall að langt fram á nótt því daginn eftir er sýning á brúðuleikritinu Á eigin fótum sem leikhópurinn Miðnætti leikur í Tjarnarbíói. „Á eigin fótum er brúðusýning fyrir tveggja ára og eldri og er unnin



Frá sýningunni Á eigin fótum sem hefur fengið mjög góðar viðtökur hjá fólki á öllum aldri.

upp úr sögu ömmu minnar. Hún var send í sveit þegar hún var lítil og okkur langaði að kynna þann veruleika fyrir krökkum að í gamla daga voru krakkar sendir í sveit í langan, langan tíma frá mömmu sinni og pabba og þurftu að standa á eigin fótum. Ég ólst upp við þessar sögur hennar ömmu þar sem hún lýsti því að koma úr borginni og sjá tún í fyrsta sinn og fullt af dýrum og endalaus viðáttu.“

Á eigin fótum var frumsýnd á Barnamenningarhátíð og var meðal annars tilnefnd til Grimuverðlauna fyrir barnasýningu ársins og dans og sviðshreyfingar ársins. Leikhópurinn Miðnætti er skipaður þremur listakönnum sem koma hver úr sinni áttinni í listinni. „Ég er leikkona og leikstjóri, Sigrún Harðardóttir er tónlistarkona og fiðluleikari og Eva Björg Harðardóttir er leikmynda- og búningahönnuður. Svo allir

okkar sterkustu punktar hittast og búa til leikhús saman enda fá sýningarnar okkar hrós fyrir að vera fallegar og úthugsaðar og svo erum við alltaf með lifandi tónlist svo allt tvinnast saman í fallega heild.“

Hópurinn fór til Grænlands með Á eigin fótum í sumar og sýndi fyrir grænlandsk börn. „Það er mjög lítið talað í sýningunni svo það þarf ekki að kunna íslensku til að geta notið hennar. Við sýndum tvisvar og það var ótrúlega gaman að sjá að verkið virkar. Við vorum eitthvað hrædd um að krakkar í öðrum löndum tengdu ekki við íslensku dýrin en grænlandsku börnin voru mjög ánægð með sýninguna.“

Nánari upplýsingar um leiksýningarnar Fyrirlestur um eitthvað fallett og Á eigin fótum er að finna á [tjarnarbio.is](http://tjarnarbio.is).

## NÝ SENDING FRÁ MARINA RINALDI



# Tískan

Skipholti 21, 105 Reykjavík  
Sími 551 0770 | [www.tiskan.is](http://www.tiskan.is)

B/A/S/L/E/R MaxMara BRAX

Ábendingahnappinn má finna á [www.barnaheill.is](http://www.barnaheill.is)



S A F T



TILKYNNNA ÓVIÐEIGANDI  
EÐA ÓLÖGLEG TEFNI  
Á NETINU





# REYKJAVÍK SÍÐDEGIS

Þorgeir, Kristófer og Bragi fara  
yfir málefni líðandi stundar.

VIRKA DAGA MILLI 16:00 OG 18:30.



SIÓNVARP



BYLGJAN.IS



ÚTVAPPIÐ



FM 98.9

**BYLGJAN**  
989



ALLA VIRKA DAGA Á STÖÐ 3

3

## GAMLIR VINIR SNÚA AFTUR Á STÖÐ 3

Seinfeld og Friends verða á dagskrá alla virka daga á Stöð 3. Seinfeld byrjar á slaginu 19:00 og Friends klukkan 19:25. Ekki missa af vinsælustu þáttum allra tíma.



## Minning um haustdag

Það viðrar víða vel til útivistar um helgina og upplagt að fara með fjölskyldu og vinum í hressandi haustlitaferð. Setja kókó á brúsa og smyrja girnilegar samlokur til að maula á hlýju teppi í faðmi náttúrunnar. Tína lítrik haustlauf í körfu og eiga skemmtilega samverustund yfir listsköpun

þegar heim er komið. Heillandi hugmynd er að allir í fjölskyldunni máli sína eigin litlu haustlitadýrð eftir daginn, þar sem notuð eru lauf eða fuglabeir til skreytingar, og sem hægt er að hengja upp sem heimilisprýði í fallegu púsli og ramma sem minningu um fagan og góðan haustdag.

Weber Q3200 komið aftur í verslanir

weber 



Weber

gæði

ending

ánægja

[www.weber.is](http://www.weber.is)

## Bílar & Farartæki

### BÍLAHÖLLIN

S: 567-4949



SUZUKI Grand vitara. Árgerð 2004, ekinn 203 þ.KM, bensín, sjálfskiptur. Verð 490.000. Rnr.152033.



HONDA Cr-v lifestyle. Árgerð 2013, ekinn 50 þ.KM, bensín, sjálfskiptur. Dráttarkrókur. Verð 3.590.000. Rnr.151802.



TOYOTA Land cruiser 200 VX diesel 7 manna. Árgerð 2008, ekinn 192 þ.KM, diesel, sjálfskiptur 6 girar. Dráttarkrókur. Verð 6.290.000. Rnr.289270.

Bílahöllin  
Bíldshöfða 5, 112 Rvk  
Sími: 567 4949  
www.bilahollin.is

## bilfang.is

S. 567 2000



### GÓÐUR BÍLL!

Skoda Fabia 06/2008 1.2 bensín, ek aðeins 60 þ.km, TOP EINTAK, verð nú 790 þús!!!



### GOTT VERÐ!

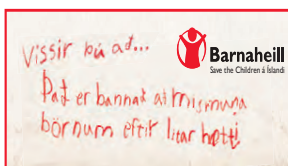
Ford Transit Connect (nyrra lag) 05/2014 ek. 94 þ.km verð nú 1440 + VSK!!!



### GÓÐUR BÍLL!

Skoda Fabia 06/2008 1.2 bensín, ek aðeins 60 þ.km, TOP EINTAK, verð nú 790 þús!!!

Bílasalan Bílfang  
Malarhöfða 2, 110 Rvk.  
Sími: 567 2000  
Seljum í dag!  
www.bilfang.is



## Hjólbarðar

### VAKA



### NÝJU SAILUN DEKKIN Á FRÁBÆRU VERÐI.

Einnig úrval notaðra dekkja. Tökum notuð uppi ný. Vaka s. 567 6700

## Þjónusta

### Hreingerningar



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

### VY-ÞRIF EHF.

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

### Bókhald

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

### Málarar

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

## Búslóðaflutningar

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

## Húsaviðhald

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

## Nudd

Unaðsnudd 105 Reykjavík. S. 781 2666 Natalia

## Skemmtanir



HAPPY HOUR  
ALLA DAGA!!  
kl. 16-19

# Cafe Catalina

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

"Best geymda leyndarmál Kópavogs"

## LEIKIR HELGARINNAR:

### Laugardagur

11:15 Liverpool - Man. United

13:50 Crystal Palace - Chelsea

16:20 Watford - Arsenal



## Rúnar Þór og hljómsveitin TRAP spila um helgina.

Föstudag frá 23:00 - 02:00  
Laugardag frá 00:00 - 03:00



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

# RÁÐNINGAR

Árangur fyrirtækja ræðst af þekkingu, getu og reynslu starfsmanna. Hver einstök ráðning er mikilvæg fjárfesting og er hagur bæði fyrirtækis og viðkomandi einstaklings að vel takist til.

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

# intellecta

## Rafvirkjun

**RAFLAGNIR, DYRASÍMAR. S. 663 0746.**

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

## Keypt &amp; Selt

## Til sölu



## TIL SÖLU

Gámahús sem samanstendur af 6 gámaeiningum, rýmið er í dag innréttað sem kennslusalur og fundaherbergi auk WC, eldhúskrókur, forstofa og geymsla.

Óskað er eftir tilboðum og selst húsið í núverandi ástandi.

Allar frekari upplýsingar í síma 690-8101 eða innkaup@riotinto.com

## Óskast keypt

## KAUPUM GULL - JÓN &amp; ÓSKAR

Alla virka daga í verslun okkar Laugavegi 61 Jón & Óskar jonogoskar.is s.552-4910

## Heilsa

## Nudd



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

Ábendingahnappinn má finna á [www.barnaheill.is](http://www.barnaheill.is)



## Tilkynningar



## Mat á umhverfisáhrifum

## Ákvörðun um matsskyldu

Skipulagsstofnun hefur tekið ákvörðun um að framkvæmdin

## Breytingar á efnistökusvæðum vegna stækkunar Búrfellsvirkjunar

skuli ekki háð mati á umhverfisáhrifum samkvæmt lögum nr. 106/2000. Ákvörðunin liggur frammi hjá Skipulagsstofnun, Borgartúni 7b, Reykjavík og á vef stofnunarinnar [www.skiplag.is](http://www.skiplag.is). Ákvörðunina má kæra til úrskurðarnefndar umhverfis- og auðlindamála til 13. nóvember 2017.

## Húsnæði

## Húsnæði í boði

Hús í Dalasel nr 7 í kjallara, 2 herb. eldhús m ísskáp. baðherb. Lítil geymsla. 72 fm. 2 fataskápar. Hægt er að koma að skoða e. kl. 17. Uppl. 775 1231. V. 150þ m hita og rafmagn. 2 mánuðir tryggingu. Laus 1. nív.

## Húsnæði óskast

Hjón á besta aldri óska eftir 2-3ja herb íbúð með baðkari til lengri eða skemmri tíma. Þarf að vera laus um mánaðmótin okt/nóv. Uppl. í S 869 1657

## Atvinnuhúsnæði

## HÚSNÆÐI TIL LEIGU:

Auðbrekka 4 160 fm með innkeyrsluhurð

Nýbýlavegur 4 430 fm með innkeyrsluhurð og vörulyftu

Nýbýlavegur 8 "Portið" 55 fm verslunarbíl

S: 690 3031 og hafsteinn@lundurfasteignir.is

## Geymsluhúsnæði

## GEYMSLUR.IS

SÍMI 555-3464

Suma hluti er betra að geyma. Geymslur fyrir dánarbúð, allt að 20% afsláttur. [www.geymslur.is](http://www.geymslur.is)

## WWW.GEYMSLAEITT.IS

## FYRSTI MÁNUÐUR FRÍR

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

## Hönnun

## icePatent

## RAFLAGNATEIKNINGAR

Önnumst gerð raflagnateikninga fyrir íbúðir og húseignir.

Upplýsingar í síma 852 2090,

[IcePatent@outlook.com](mailto:IcePatent@outlook.com)

[www.icepatent.is](http://www.icepatent.is)

## Atvinna

## Atvinna í boði

Mekléjam strádníeku (us) kam ir pieredze darbam ar formám un betonésanu. 7600732 +371 28346292

## Tilkynningar



## Reykjavíkurborg

Umhverfis- og skipulagssvið

## Auglýsing um breytingar á deiliskipulagi í Reykjavík

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

## Hlíðarendi

Á fundi umhverfis- og skipulagsráðs þann 27. september 2017 og borgarráði Reykjavíkur þann 5. október 2017 var samþykkt að auglýsa tillögu að breytingu á deiliskipulagi Hlíðarenda. Í breytingunni felst m.a. fjölgun íbúða á reitum C, D og F í samræmi við breyttan aðalskipulags-talnagrunn, breyting á skilmálum er varða svalaganga á íbúðareitum C, D og F, fyrir reit H, að gera ný gatnamót, Valshlíð tengist við Nauthólsvog og textabreytingu/viðbót í skilmálum er varðar heimild fyrir matvöruverslanir á skipulagssvæðinu. Nánar um tillöguna vísast til kynningargagna.

## Suðurlandsbraut 12

Á fundi umhverfis- og skipulagsráðs þann 27. september 2017 og borgarráði Reykjavíkur þann 5. október 2017 var samþykkt að auglýsa tillögu að breytingu á deiliskipulagi fyrir lóðina nr. 12 við Suðurlandsbraut. Í breytingunni felst stækkun hússins til suðurs þar sem stækkunin myndi hýsa hótélherbergi á efri hæðum og veitingastaði á neðstu hæðinni með beina tengingu út í aðliggjandi útisvæði. Nánar um tillöguna vísast til kynningargagna

Tillögurnar er einnig hægt að fara yfir á skjá og tölvu í þjónustuveri Reykjavíkurborgar að Borgartúni 12-14, 1. hæð, virka daga kl. 8:20 – 16:15 frá 13. október 2017 til og með 24. nóvember 2017. Einnig má sjá tillögurnar á vefsíðunni, [www.reykjavik.is](http://www.reykjavik.is), skipulag í kynningu. Eru þeir sem telja sig eiga hagsmuna að gæta hvattir til að kynna sér tillögurnar. **Ábendingum og athugasemdum við tillögurnar skal skila skriflega til skipulagsfulltrúa eða á netfangið [skiplag@reykjavik.is](mailto:skiplag@reykjavik.is), eigi síðar en 24. nóvember 2017. Vinsamlegast notið uppgefið netfang fyrir innsendar athugasemdir með tölvupósti.**

Reykjavík 13. október 2017  
Skipulagsfulltrúi Reykjavíkur

Borgartúni 12-14, 105 Reykjavík, sími: 411 1111, [www.reykjavik.is](http://www.reykjavik.is)

## Sérfræðingar í ráðningum

FAST ráðningar er öflug ráðninga- og ráðgjafapjónusta sem leggur metnað í að vinna faglega og veita persónulega og góða þjónustu. Vönduð úrvinnsla upplýsinga og góð samskipti við umsækjendur eru lykilatriði. Okkar metnaður er reynsla og menntun, öflugur gagnagrunnur og gott tengslanet.

Við bjóðum uppá:

- Áralanga reynslu
- Öflugan gagnagrunn
- Mjög gott tengslanet
- Þólinmæði og þrautseigju
- Auga fyrir hæfileikum



[lind@fastradningar.is](mailto:lind@fastradningar.is)  
[mjoll@fastradningar.is](mailto:mjoll@fastradningar.is)

**FAST**  
Ráðningar

[www.fastradningar.is](http://www.fastradningar.is)