SKOÐUN Pawel Bartoszek segir það hafa verið of ódýrt á leik Íslands og Króatíu. 21

MENNING Sigríður Heimisdóttir sýnir glerlíffæri sín í Designgalleriet í Stokkhólmi. 54

SPORT Kvennalandsliðið í fótbolta endaði eftirminnilegt ár á mikilvægum sigri í Serbíu í gær. 48

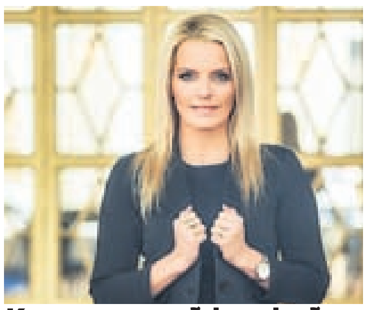
FRÉTTABLAÐIÐ

MEST LESNA DAGBLAÐ Á ÍSLANDI*

Föstudagur
1. nóvember 2013
257. tölublað 13. árgangur
Sími: 512 5000

*Samkvæmt prentmiðlakönnun Capacent Gallup janúar - mars 2012

LÍFIÐ



Konur eru með hundrað hlutverk í dag

Eva Dögg Sigurgeirsdóttir ræðir um barneignir á miðjum aldri, fjölskyldulífið og framann í viðtali við Lífið.

FRÉTTIR

Ekkert gert í málum Hrafns
Kvartað vegna aðgerðaleysis borgarinnar varðandi byggingar Hrafns Gunnlaugssonar í Laugarnesi. 2

Óviðunandi uppljóstrarafrumvarp
Frumvarp um vernd uppljóstrara er ekki viðunandi, segir Persónuvernd. 6

Segja fyrirvara of skamman
Olíufélög segja aðlögunartíma vegna laga um sölu á eldsneyti af endurnýjanlegum uppruna of stuttan. 8

20

Bolungarvík	1°		NA	17
Akureyri	3°		N	7
Egilsstaðir	3°		N	3
Kirkjubæjarkl.	2°		NA	3
Reykjavík	4°		NA	8

Snjór N-til NA 10-20 m/s NV- og V-til í dag. Snjókoma eða slydda á N-verðu landinu en þurrt að kalla S-til. Hiti 0-5 stig. 4

2 SÉRBLÖÐ

Fólk | Lífið

Halda fylgi Besta flokksins

Björt framtíð mælist með svipað fylgi og Besti flokkurinn fékk í síðustu kosningum samkvæmt nýrri könnun Fréttablaðsins og Stöðvar 2. Nær helmingur kjósenda hefur ekki gert upp við sig hvað hann ætlar að kjósa.

KÖNNUN Pólitíska landslagið í borginni hefur lítið breyst samkvæmt nýrri könnun Fréttablaðsins og Stöðvar 2 þótt Jón Gnarr borgarstjóri hafi tilkynnt að hann fari ekki fram að nýju í kosningunum næsta vor, og að Besti flokkurinn verði lagður niður.

Pólitískur arftaki Besta flokksins, Björt framtíð, fær samkvæmt könnuninni svipað fylgi og Besti flokkurinn fékk í síðustu kosningum, 36,1 prósent. Sjálfstæðisflokkurinn tapar einhverju fylgi frá síðustu kosningum og mælist með 27,6 prósent. Samfylkingin og Vinstri grænir standa því sem næst í stað með 19,1 prósents og 7,5 prósenta fylgi. Um 4,5 prósent styðja Framsóknarflokkinn og 4,9 prósent nefndu aðra flokka.

Yrðu þetta niðurstöður kosninga yrði skipting borgarfulltrúa óbreytt. Björt framtíð fengi sex borgarfulltrúa, Sjálfstæðisflokkurinn fimm, Samfylkingin þrjá og Vinstri græn einn.

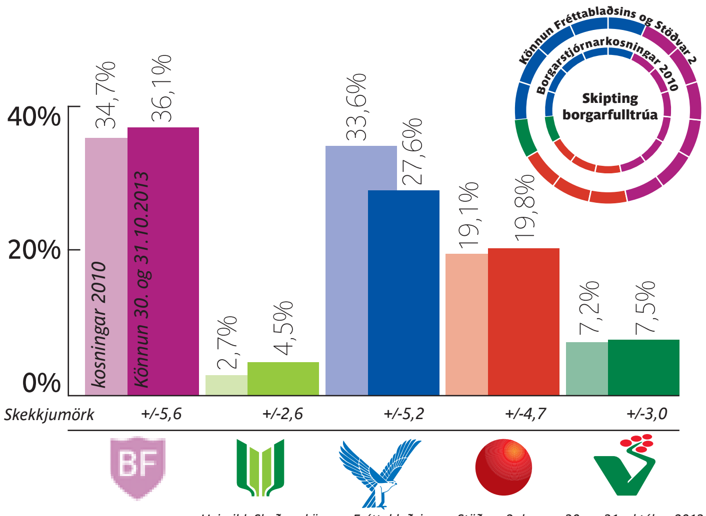
Talsverð óvissa er þó um stöðuna í borginni því nær helmingur þeirra sem tóku þátt í könnuninni hafði ekki gert upp við sig hvað hann gæti hugsað sér að kjósa. Þetta háa hlutfall óvissra gæti tengst því hversu stutt er síðan Jón Gnarr tilkynnti um ákvörðun sína.

Könnun Fréttablaðsins og Stöðvar 2 var gerð á landsvísu, en einungis Reykvíkingar voru spurðir um afstöðu sína til flokka í komandi sveitarstjórnarkosningum. Sökum þessa eru skekkjumörkin hærri en í hefðbundinni könnun Fréttablaðsins. Þeirra er getið á meðfylgjandi mynd.

Hringt var í 1.809 manns þar til náðist í 1.158, þar af 439 Reykvíkinga, samkvæmt lagskiptu úrtaki dagana 30. og 31. október. Svarhlutfallið var því 64 prósent. Þátttakendur voru valdir með slembiúrtaki úr þjóðskrá. Svarendur skiptust jafnt eftir kyni, og hlutfallslega eftir búsetu og aldri.

Spurt var: Hvaða lista myndir þú kjósa ef gengið yrði sveitarstjórnarkosninga í dag? Ef ekki fékkst svar var spurt: Hvaða flokk er líklegast að þú myndir kjósa? Ef ekki fékkst svar var að lokum spurt: Er líklegra að þú myndir kjósa Sjálfstæðisflokkinn, eða einhvern annan flokk? Alls tóku 51,3 prósent þeirra sem náðist í afstöðu til spurningarinnar. - bj

➜ Litlar breytingar eftir yfirlýsingu Jóns Gnarr



Heimild: Skoðanakönnun Fréttablaðsins og Stöðvar 2 dagana 30. og 31. október 2013

GLUGGAÚTSTILLING Íslenska hljómsveitin Casio Fatso, spilaði fyrir gangandi vegfarendur í glugga Cintamani í Bankastræti í gær. Tónleikarnir voru í tengslum við Airwaves-hátíðina sem sett var á miðvikudaginn og stendur yfir helgina. FRÉTTABLAÐIÐ/DANÍEL

Tilraunaverkefni Páls Óskars:

Sex eldri plötur gefnar út á ný

TÓNLIST Páll Óskar Hjálmtýsson mun í næsta mánuði gefa sex af plötum sínum út á nýjan leik. Margar þeirra hafa verið ófáanlegar á geisladiskum síðustu ár.

PÁLL ÓSKAR

„Ég veit ekkert hvað ég er að fara út í en þetta er tilraun sem er vel þess virði að gera," segir Páll Óskar. Plöturnar verða í tveimur boxum, sem kallast bláa og rauða boxið.

Plöturnar eru Palli, Stereo, Ef ég sofna ekki í nótt, Seif, Deep Inside og Allt fyrir ástina. Alls verða á þeim þrettán aukalög, mörg hver óútgefin. - fb / sjá síðu 54

Staða einstæðra foreldra í Reykjavík fer versnandi með hækkun gjalda:

Hver einasta króna skiptir máli

FÓLK Gjaldskrárhækkanir Reykjavíkurborgar munu koma illa niður á einstæðum foreldrum. Hlutfallslega hækka leikskólagjöld einstæðra meira en sambúðarfólks.

Embla Ragnheiðardóttir, einstæð móðir, segist ekki mega við meiri hækkunum. Hún reyni að leyfa börnunum að stunda tómstundir eins og hún getur. Fjölskylda og vinir hafi hlaupið undir bagga með henni.

„Þegar einstætt foreldri sendir barn í grunnskóla þá hækka útgjöldin en hjá hjónafólki lækka gjöldin," segir Laufey Ólafsdóttir, einstæð móðir. Hún segir tómstundaiðkun sérlega dýra fyrir einstæða foreldra.

Árni Guðmundsson, einstæður faðir, segist borga meðlag og taka stærstan þátt í öllum kostnaði, sem fari sívaxandi, þannig að hver einasta króna skipti máli. - ebg / sjá síðu 10

SPURNING DAGSINS

Heiða, er Björt framtíð þá ekki besti flokkurinn?

„Það er augljóst!“

Heiða Kristín Helgadóttir er framkvæmdastjóri Besta flokksins, en borgarfulltrúar flokksins gengu til liðs við Bjarta framtíð í vikunni.

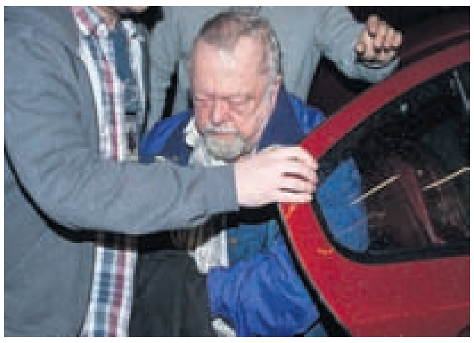
Kynferðisafbrotamaðurinn Karl Vignir Þorsteinsson greiði fórnarlömbum sínum hærri miskabætur:

Hæstiréttur staðfesti sjö ára fangelsisdóm

DÓMSMÁL Karl Vignir Þorsteinsson var í gær dæmdur í sjö ára fangelsi í Hæstarétti. Hæstiréttur staðfesti þannig dóm Héraðsdóms Reykjavíkur sem hafði áður dæmt Karl Vigni í sjö ára fangelsi. Dómurinn hækkaði einnig miskabætur til tveggja fórnarlamba Karls Vignis sem honum var gert að greiða.

Karl Vignir var sakfelldur fyrir að nauðga þremur mönnum og fyrir vændiskaup með því að greiða tveimur þeirra fyrir samræðið. Frá fangelsisvistinni dregst gæsluvarðhald sem Karl Vignir hefur sætt frá því í febrúar. Brot gegn fjórða manninum var talið fyrnt og þá var Karl sýknaður af kaupum á vændi af þriðja manninum þar sem það var ekki lögbrot á þeim tíma sem kaupin fóru fram.

Í dómi Hæstaréttar segir að brot Karls Vignis séu mjög alvarleg. Þau séu mörg og hafi staðið yfir um langt tímabil. Brotavilji hans hafi verið einbeittur og brotin beinst að andlega fötluðum mönnum sem treystu honum og litu á hann sem vin sinn. Í dómnum segir enn fremur að Karl Vignir eigi sér engar málsbætur. - fbj



DÓMURINN STAÐFESTUR Sjö ára fangelsisdómur yfir Karli Vigni var staðfestur af Hæstarétti í gær. MYND/ANTON

Á HVOLFI Wheelz lék listir sínar í Amsterdam í Hollandi í gær. MYND/AFP

Hópur manna á hjólum ferðast um Evrópu með sýningu:

Sýnir glæfrabrögð í hjólastól

FÓLK Aaron Fortheringham, einnig þekktur undir nafninu Wheelz, er hluti af hópnum Nitro Circus Live sem ferðast nú um þessar mundir um Evrópu til þess að leika listir sínar. Hópurinn vakti mikla athygli er hann ferðaðist um Bandaríkin í fyrra enda fá glæfrabrögðin, sem sýnd eru á hjólum, áhorfendur til þess að súpa hveljur. - nej

Líknardráp rætt í Belgíu:

Líknardráp nái einnig til barna

BELGÍA, AP Belgísk stjórnvöld íhuga nú hvort heimila eigi líknardráp á börnum, að fengnu samþykki foreldra, en líknardráp á fullorðnum hefur verið heimilt með lögum þar í landi í meira en áratug.

Þeir sem vilja útvíkka heimildina, svo hún nái einnig til barna, telja það geta hjálpað fjölskyldum að takast á við sársaukafullar aðstæður.

Málið er viðkvæmt og efasemdarmenn segja börn engan veginn fær um að taka ákvarðanir um að ljúka eigin lífi, jafnvel í erfiðustu aðstæðum. - gb

Var ekki vanheill á geði:

Nauðungarvistun ólögmæt

DÓMSMÁL Manni voru í Hæstarétti í gær dæmdar 150 þúsund króna miskabætur vegna nauðungarvistunar á geðdeild.

Lögreglan fór í íbúð mannsins og kallaði til lækni sem lét færa manninn á geðdeild til skoðunar gegn vilja hans þar sem óttast var um öryggi mannsins.

Hæstiréttur taldi að rétt hefði verið að kalla eftir aðstoð læknis en taldi tveggja klukkustunda vistun hans á geðdeild hafa verið ólögmæta frelsissviptingu þar sem læknar komust að því að maðurinn væri ekki andlega vanheill. - fbj

Klagar borgina fyrir linkind í Laugarnesi

Byggingarfulltrúinn í Reykjavík glímir enn og aftur við óleyfisbyggingar Hrafns Gunnlaugssonar í Laugarnesi. Umboðsmaður borgarbúa skoðar kvörtun vegna aðgerðarleysis borgarinnar sem skipaði Hrafni 2010 að rífa bátaskýli og steinkofa.

FRAMKVÆMDIR Skipulagssvið borgarinnar íhugar nú til hvaða ráða eigi að grípa vegna óleyfisframkvæmda Hrafns Gunnlaugssonar kvikmyndaleikstjóra í Laugarnesi.

Allt frá árinu 1997 hefur borgin glímt við Hrafn og umsvif hans innan og utan lóðar við Laugarnestanga 65. Í kjölfar þess að í ljós kom að Hrafn hafði í leyfisleysi komið upp eins konar bátaskýli í fjöruborðinu framan við lóð sína og húskofa inni á lóðinni samþykkti skipulagsráð vorið 2010 um að þau mannvirki yrðu að hverfa. Um þetta sama leyti var gæsatjörn og -hólar ofan við hús Hrafns jafnaðir út.

HRAFN GUNNLAUGSSON

Hrafni var gefinn frestur til andmæla og til þess að fjarlægja byggingarnar sjálfur. Að öðru kosti myndi borgin láta ryðja þeim burt og senda Hrafni síðan reikninginn.

Þrátt fyrir þessa ákvörðun og viðvaranir hefur ekkert gerst í málinu, þremur og hálfu ári síðar. Í fyrra barst borginni kvörtun undan aðgerðaleysinu frá einstaklingi sem ekki býr í Laugarnesi samkvæmt heimildum Fréttablaðsins. Sá hinn sami kvartaði síðan á þessu ári undan málsmeðferðinni til embættis umboðsmanns borgarbúa.

Í júlí í sumar tók byggingarfulltrúi saman greinargerð um „lausn fyrir umhverfi lóðarinnar og framkvæmdir sem þar eru án leyfis“, eins og sagði í fundargerð umhverfis- og skipulagsráðs þar sem greinargerðin var kynnt í síðustu viku. Engin ákvörðun var tekin í ráðinu um framhald málsins.

Afrit af greinargerðinni hefur ekki fengist afhent hjá borginni með þeirri skýringu að hún sé aðeins vinnuskjal. Samkvæmt heimildum Fréttablaðsins er þar reyndar enga sérstaka lausn á málinu að finna. Aðeins er undirstrikað að komast þurfi að niðurstöðu um það hvort fylgja eigi ákvörðuninni frá 2010 eða ekki. Sérstaklega mun vera litið til þess innan borgarkerfisins að margir telja lítinn skaða af framkvæmdum Hrafns sem þess utan dragi til sín fjölda áhugasamra gesta.

Hvorki náðist tal af Hrafni Gunnlaugssyni né Birni Stefáni Hallssyni byggingarfulltrúa.

gar@frettabladid.is

BÁTASKÝLIÐ Langt utan við mörk lóðar sinnar hefur Hrafn Gunnlaugsson reist bátaskýli í fjöruborðinu. FRÉTTABLAÐIÐ/DANÍEL

➜ Allt frá árinu 1997 hefur borgin glímt við Hrafn og umsvif hans innan og utan lóðar við Laugarnestanga 65.

60 ára og eldri

Þjálfarar eru Elva og Sigurlín íþróttakennarar

Aukinn styrkur, betra jafnvægi og frábær félagsskapur

- Hefst 4. nóvember (4 vikur)
- Mán. og mið. kl. 11:00 eða 15:00
- Þri. og fim. kl. 10:00
- Verð kr. 9.900

Einnig Zumba Gold á þriðjudögum kl. 11:00 – fyrir þá sem hafa gaman af að dansa.

HEILSUBORG

Heilsuborg ehf. • Faxafeni 14 • 108 Reykjavík
Sími 560 1010 • www.heilsuborg.is

Óljóst hvort enn logar í skipinu sem verður rannsakað í Hafnarfirði:

Þór dregur Fernöndu til hafnar

BJÖRGUN Varðskipið Þór hefur tekið flutningaskipið Fernöndu í tog og mun draga það til hafnar í Hafnarfirði.

Hrafnhildur Stefánsdóttir, upplýsingafulltrúi Landhelgisgæslunnar, segir í samtali við Fréttablaðið að búist sé við því að skipin komi til hafnar í dögun.

Varðskipsmenn og slökkviliðsmenn frá Slökkviliði höfuðborgarsvæðisins fóru um borð í skipið í gær til að tryggja aðstæður áður en hafist var handa við að draga skipið af vettvangi.

Fernöndu hafði rekið talsvert í norðvestur og var skipið statt um 25 sjómílum suður af Grindavík.

Hrafnhildur segir að ekki sé enn ljóst hvort eldur sé slokknaður í skipinu, varðskipsmenn og slökkviliðsmenn hafi farið um borð til að kanna aðstæður en ekki tekið neina áhættu og lokað öllu til að koma í veg fyrir að eldur breiddist út ef enn leyndust glæður í skipinu. Þór sigli á um fimm hnúta hraða enda sé ekki þorandi að fara hraðar af því að eldurinn geti magnast upp sé farið of hratt.

Rannsóknarnefnd sjóslysa mun skoða skipið í Hafnarfirði. - fbj

SLÖKKVISTARF Áhöfn Þórs slökkti eldinn um borð í Fernöndu. Rannsóknarnefnd sjóslysa mun rannsaka skipið í Hafnarfirði. MYND/LANDHELGISGÆSLAN

Neyðarkall til þín

Nú stendur yfir fjáröflunarátakið Neyðarkall björgunarsveita. Líkt og áður er um að ræða sölu á litlum neyðarkalli á lyklakippu en sjálfboðaliðar björgunarsveita bjóða hann til sölu á 1.500 krónur.

Mikil fjölgun verkefna kallar á meira fé til starfseminnar og reynslan hefur sýnt að Íslendingar vilja öflugar björgunarsveitir sem mynda þétt öryggisnet um allt land.

Almenningur er því hvattur til þess að stuðla að eigin öryggi með því að styðja þetta átak og taka vel á móti sjálfboðaliðum sveitanna.

Þetta er Neyðarkall til þín!

SLYSAVARNAFÉLAGIÐ LANDSBJÖRG

Aðalstyrktaraðilar Slysavarnafélagsins Landsbjargar eru: SJÓVÁ, vodafone, olís, Íslandsbanki

SVONA ERUM VIÐ

206.000 **reiðhjól voru flutt inn**

á árunum 2002 til 2011.

Á þessu sama tímabili voru fluttar inn um 99.000 bifreiðar.

Hæstiréttur snýr aftur dómi í Exeter-máli sérstaks saksóknara:

Styrmir dæmdur í árs fangelsi

DÓMSMÁL Hæstiréttur hefur dæmt Styrmi Þór Bragason, fyrrverandi forstjóra MP Banka, í eins árs fangelsi í svokölluðu Exeter-máli.

Styrmir er fundinn sekur um hlutdeild í umboðssvikum Jóns Þorsteins Jónssonar og Ragnars Z. Guðjónssonar, fyrrverandi stjórnarformanns og forstjóra Byrs sparisjóðs, sem áður höfðu hlotið fjögurra og hálfs árs fangelsisdóma fyrir sinn þátt. Fjölskipaður Héraðsdómur Reykjavíkur hafði áður sýknað Styrmi.

STYRMIR ÞÓR BRAGASON

Málið snerist um eins milljarðs lánveitingar Byrs til félagsins Exeter Holding til kaupa á stofnfjárbréfum í Byr, meðal annars af MP banka, Jóni Þorsteini og félagi í eigu Ragnars. Hæstiréttur kemst að því að Styrmir hafi ekki síður átt þátt í að skipuleggja brotin en Jón Þorsteinn og Ragnar og því sé rétt að sakfella hann.

Málið hefur velkst í kerfinu; héraðsdómur sýknaði fyrst alla þrjá, en tók ekki afstöðu til þáttar Styrmis, þar eð hann var ekki talinn hafa getað gerst sekur um hlutdeild í brotum sem ekki voru framin.

Hæstiréttur vísaði því þætti Stymis aftur í hérað og þar var hann sýknaður. **- sh**

Veitingamaður kærður:

Sígaunasúpa á matseðlinum

SVÍÞJÓÐ Gestur á veitingastað í Malmö í Svíþjóð kærði veitingamann fyrir fordóma eftir að hafa séð rétt með nafninu „sígaunasúpa“ á matseðlinum. Eigandi veitingastaðarins, Slavko Rasic, sagði í viðtali á fréttavef Metro að honum fyndist hann ekki hafa verið með fordóma og benti á að pastasósan hans héti Elvis.

Það að á matseðli komi fram að öll efnin í súpunni væru stolin var innanhússbrandari að hans sögn. **- ibs**

Verðlaunaður fyrir söfnun:

Nýr sendiherra BNA á Íslandi

UTANRÍKISMÁL Barack Obama Bandaríkjaforseti hefur útnefnt Robert Barber, lögfræðing frá Boston, til að taka við embætti sendiherra Bandaríkjanna á Íslandi.

Bandarískir fréttamiðlar segja hann hafa verið öflugan við að safna fé í kosningasjóði forsetans eins og annar sem fær sömu upphefð. Mark Gilbert, fyrrverandi hafnaboltaleikmaður Chicago White Sox, sem verður sendiherra á Nýja-Sjálandi, að óbreyttu.

Sendiherrar BNA í Suður-Afríku, Danmörku, á Spáni og í Þýskalandi unnu einnig allir að fjársöfnun fyrir framboð forsetans. **- shá**

Helgarútgáfa Fréttablaðsins:

María með lífið í höndunum

FÓLK Meðal efnis í helgarútgáfu Fréttablaðsins á laugardag er ítarlegt viðtal við Maríu Ellingsen. Hún ætlaði sér að verða læknir eða prestur en lét hjartað ráða för og gerðist leikari, leikstjóri og höfundur. María var að ljúka við sviðsverk um ástina og leikur í nýrri sjónvarpsseríu, auk þess að berjast með Hraunavinum og sinna krefjandi uppeldi.

MARÍA ELLINGSEN

Einnig verður rætt við Lilju Sigurðardóttur um hennar fyrsta leikverk, Stóru börnin, hjónin Sóleyju Kaldal og Jakob Jakobsson sem búa í mikilli snertingu við náttúruna á Grænlandi, staðan tekin á komandi leiktímabili í NBA-deildinni í körfuknattleik og margt fleira.

Á HOFSTAÐAVOGI Hér eru fimm bátar inni á voginum þar sem Lundey NS strandaði á dögunum. Hofstaðavogur er minni en Reykjavíkurtjörn. MYND/SÍMONSTURLUSON

Tvennar sögur af hættu við síldveiðar

Bæjaryfirvöld í Stykkishólmi hafa áhyggjur af síldveiðum á Breiðafirði, bæði vegna slysahættu, umhverfisslysa og áhrifa á lífríki. Formaður Sjómannasambandsins deilir ekki þessum áhyggjum og segir sjómönnum vel treystandi.

UMHVERFISMÁL „Nei, ég deili ekki áhyggjum fólks af því að síldarskipin veiði síldina þetta nálægt landi. Ég hef allan skilning á þessu. Þetta hefur verið gert eins lengi og menn hafa sótt síld úr sjó við Ísland,“ segir Sævar Gunnarsson, formaður Sjómannasambands Íslands, um síldveiðar á Breiðafirði. „Ég treysti einfaldlega skipstjórunum og þeim góðu skipum sem nýtt eru til veiðanna.“

Í Fréttablaðinu í gær greindu bæði heimamenn og skipstjóri á einum síldarbátanna frá því að veiðar svo nálægt landi væru umdeilanlegar, og jafnvel ástæða til að setja bann við því að bátarnir fari svo grunnt sem raun ber vitni. Bæði þyrfti að hafa í huga öryggi sjómannanna og þeirra miklu verðmæta sem í skipi og búnaði þess felst. Þá er einnig bent á hina augljósu hættu af mengun því samfara að skip strandi eða veiðarfæri rifni full af síld – Breiðafjörður sé viðkvæm náttúruperla og er fuglalífið í firðinum sérstaklega tiltekið.

Sævar hefur skilning á því að menn veiði síldina núna; aldrei í sögunni hafi verið á vísan að róa þegar kemur að því að veiða síld við Ísland. Eins sé von um betra hráefni snemma á vertíðinni þar sem síldin horast mikið eftir því sem líður á haustið. „Þess utan eru betri aðstæður á Breiðafirði til veiðanna en víða annars staðar. Ekki síst vegna þess að landvar er þarna úr nær öllum áttum.“

Gyða Steinsdóttir, bæjarstjóri í Stykkishólmi, segir að sveitarstjórnarfólk deili áhyggjum með heimamönnum. „Við höfum bókað ítrekað í bæjarstjórn varðandi þessar veiðar og höfum rætt áhyggjur okkar um hvað skipin eru nálægt við veiðarnar – hér allt í kring. Núna hafa þeir verið vestan megin við Hólminn, en á tímabili voru þeir að veiða mjög nálægt sjúkrahúsinu. Menn hafa alltaf áhyggjur af því að þetta fari í voða, það verður að segjast eins og er.“

Aðalsteinn Ingólfsson, framkvæmdastjóri Skinneyjar-Þinganess, segir erfitt að meta aðstæður úr fjarlægð, en skýrt sé að skipstjórarnir bera ábyrgð á skipum sínum og til þess hafi þeir fullt traust. Eins séu veiðarnar ekki stundaðar með þessum hætti nema tímabundið – bæði í haust og almennt séð. „Við erum ekki að segja til um það úr landi hvar menn eiga að kasta og hvar ekki. Það er bara ekki hægt að stjórna veiðum þannig,“ segir Aðalsteinn.

svavar@frettabladid.is

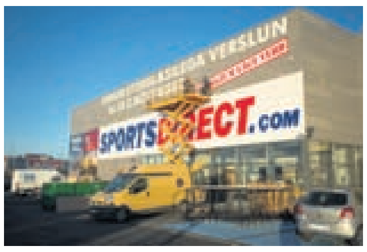
Fresturinn runninn út:

Sýrlendingar standa við sitt

SÝRLAND, AP Sýrlendingar hafa lokið við að eyða lykilbúnaði við efnavopnaframleiðslu og áfyllingu sprengihylkja. Þetta fullyrðir starfsmaður alþjóðlegu efnavopnastofnunarinnar, sem hefur fylgst með eyðingunni.

Í dag rennur út sá frestur, sem Sýrlendingum var gefinn til þess að eyða eða gera ónothæfan allan þann búnað, sem nauðsynlegur er til að framleiða efnavopn, þar á meðal efnablöndunarvélum og áfyllingarbúnaði.

Enn er þó eftir að eyða þeim vopnabirgðum, sem fyrir eru í landinu. Stefnt er að því að búið verði að eyða þeim öllum fyrir mitt næsta ár. **- gb**



SPORTS DIRECT Nýtt húsnæði í Lindum Kópavogi.

Skapar yfir tíu ný stöðugildi:

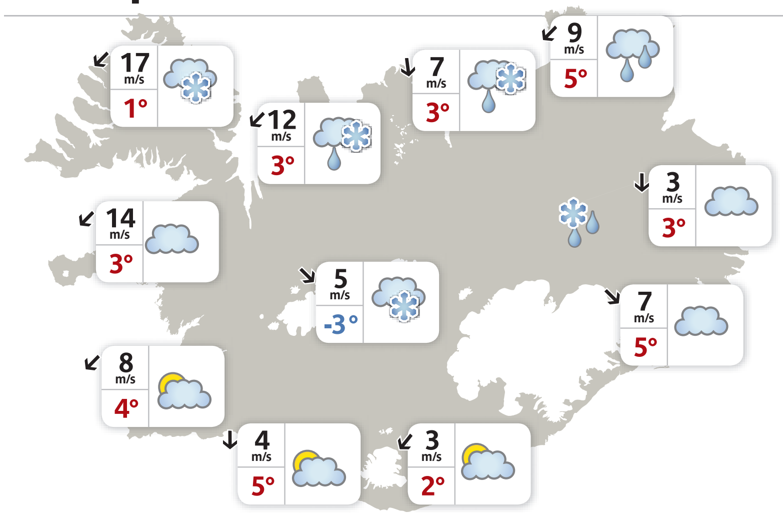
Sports Direct í nýtt húsnæði

VIÐSKIPTI Verslunin Sports Direct mun næstkomandi laugardag opna nýja tvö þúsund fermetra verslun í Lindum í Kópavogi. Verslun fyrirtækisins á Smáratorgi verður lokað deginum áður.

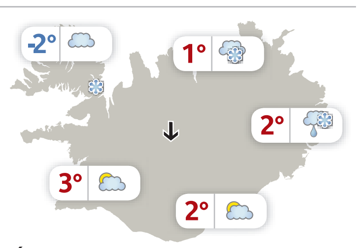
Í tilkynningu sem fyrirtækið sendi frá sér í gær segir að nýja verslunin verði stærsta íþróttaverslun landsins og að við opnun hennar verði til tíu ný stöðugildi. **- hag**

Veðurspá

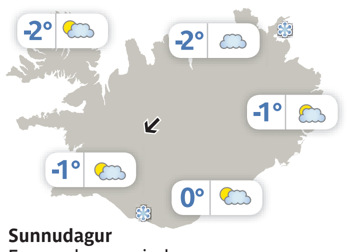
Gildistími korta er um hádegi



RÓLEGUR SUNNUDAGUR en strekkingur eða allhvass vindur víða á laugardaginn. Snjókoma eða slydda N-til og NA-til í dag og á morgun en úrkomulítið á sunnudag. Hiti víða um og yfir frostmarki á morgun en kólnar fram á sunnudag.



Á morgun
10-20 m/s, hvassast austan til.



Sunnudagur
Fremur hægur vindur

Alicante	23°	Billund	12°	Gautaborg	12°	London	15°	Orlando	30°	San Francisco	19°
Basel	16°	Frankfurt	11°	Kaupmannahöfn	12°	Mallorca	23°	Ósló	9°	Stokkhólmur	10°
Berlín	11°	Friedrichshafen	15°	Las Palmas	25°	New York	21°	París	11°		

Snjólaug Ólafsdóttir
veðurfréttamaður

AUGLÝSINGADEILDIR FRÉTTABLAÐSINS–AUGLÝSINGASTJÓRI: Jón Laufdal jonl@frettabladid.is **ALMENNAR SÍMI 512-5401:** Guðmundur Steinsson gudmundur@365.is, Hjördís Zoëga hjordis@frettabladid.is, Hlynur Þór Steingrímsson hlynur@365.is, Laila Awad laila@365.is, Sigríður Dagný Sigurbjörnsdóttir sigridurdagny@365.is, Örn Geirsson orn.geirsson@365.is **FÓLK/LÍFIÐ/SÉRBLÖÐ SÍMI 512-5402:** Atli Bergmann atli.bergmann@365.is, Bryndís Hauksdóttir bryndis@365.is, Ívar Örn Hansen ivarorn@365.is, Kolbeinn Kolbeinsson kolli@365.is, Sverrir Birgir Sverrisson sverrirbs@365.is **FÓLK OG SÉRBLÖÐ EFNI:** Sólveig Gísladóttir solveig@365.is og Vera Einarsdóttir vera@365.is **RAÐAUGLÝSINGAR /FASTEIGNIR SÍMI 512-5403:** Hrannar Helgason hrannar@365.is, Viðar Ingi Pétursson vip@365.is **ÞJÓNUSTUAUGLÝSINGAR SÍMI 512-5407:** Arna Rut Kristinsdóttir arnarut@365.is, Sigrún Helga Guðmundsdóttir sigrunh@365.is

Gildir til 3. nóvember á meðan birgðir endast.

VEISTU SVARIÐ?

1. Hvað kostaði prentun hvers tíu þúsund króna seðils?
2. Hver vill leiða nýjan lista Bjartrar framtíðar í Reykjavík?
3. Hver myndskreytir jólabók Góa?

SVÖR:

1. 29 krónur. **2.** S. Björn Blöndal, aðstoðarmaður Jóns Gnarr. **3.** Faðir hans, Karl Sigurbjörnsson.

Hafró leggur til að heimila rækjuveiðar í Arnarfirði og Ísafjarðardjúpi:

Ástand rækjustofna enn lélegt

HAFRANNSÓKNIR Árleg stofnmæling Hafrannsóknastofnunar á rækju á grunnslóð vestan- og norðanlands sýnir að rækjustofnar í Axarfirði, Húnaflóa og Skagafirði eru enn í mikilli lægð. Mælingin fór fram á Dröfn RE 35 á tímabilinu 23. september til 13. október.

Stofninn í Arnarfirði var undir meðallagi og mældist svipaður og haustið 2011. Hafró hefur lagt til að leyfðar verði veiðar á 200 tonnum af rækju á fiskveiðiárinu. Stofnvísitala rækju í Ísafjarðardjúpi mældist í meðallagi. Mikið var af þorski og ýsu á svæðinu en magn þorsks og ýsu hefur þó minnkað aðeins frá síðastliðnum árum. Lagðar eru til veiðar á 900 tonnum úr Djúpinu.

Í Skjálfanda hafði stofnvísitala rækju lækkað verulega frá fyrri árum og var nálægt sögulegu lágmarki, en síðastliðin tvö ár var vísitalan um meðallag og voru rækjuveiðar því heimilaðar í Skjálfanda í fyrra. Hafrannsóknastofnun hefur lagt til að engar rækjuveiðar verði heimilaðar í Skjálfanda að sinni. **- shá**

EFTIRSÓTT Enn og aftur slæmar fréttir af viðgangi innfjarðarækjunnar. NORDICPHOTOS/GETTYIMAGES

Óbreytt einkunn frá í júní:

Lánshæfismat Kópavogs í B+

VIÐSKIPTI Lánshæfismat Kópavogsbæjar er áfram B+ og horfur stöðugar, að mati íslenska lánshæfismatsfyrirtækisins Reitunar ehf. Einkunnin er óbreytt frá því í júní.

„Vel hefur gengið að greiða niður skuldir og hafa áætlanir staðist,“ segir í nýja matinu. Þar er þess líka getið að gengisáhætta Kópavogsbæjar sé nú hverfandi. „Aðeins um 1,5 prósent skulda eru nú í erlendum myntum,“ segir í tilkynningu bæjarins. **- óká**

Uppljóstrarafrumvarp andstætt stjórnarskrá

Frumvarp þingmanna Bjartrar framtíðar og Pírata um vernd uppljóstrara er ekki viðunandi, segir Persónuvernd. Í því sé litið fram hjá ákvæðum um friðhelgi einkalífs. Það þarf lagaskjól fyrir uppljóstrara, segir fyrsti flutningsmaður frumvarpsins.

LÖGGJÖF „Það þarf að fara mjög vandlega yfir þessar ábendingar,“ segir Róbert Marshall, þingmaður Bjartrar framtíðar, um harða gagnrýni Persónuverndar á frumvarp um miðlun upplýsinga og vernd uppljóstrara.

Róbert og aðrir þingmenn Bjartrar framtíðar auk þingmanna Pírata flytja frumvarpið um uppljóstrara. „Í frumvarpinu er gert ráð fyrir að uppljóstrurum, sem miðla upplýsingum um misgerð eða það sem þeir eru í góðri trú um að sé misgerð, verði veitt vernd gagnvart lögsóknum og annars konar aðgerðum,“ segir Persónuvernd um tilgang lagasetningarinnar.

Að sögn Persónuverndar skortir mjög á að í frumvarpinu sé fjallað um rétt þeirra sem bornir eru ávirðingum og hver eigi að rannsaka tilkynningar um meintar misgerðir. Athugasemd er gerð við refsileysi gagnvart trúnaðar- og þagnarskylduákvæðum laga.

„Ekki er unnt að skilja þetta ákvæði öðruvísi en svo að til dæmis læknar og heilbrigðisstarfsmenn mættu ávallt rjúfa skyldu sína til þagmælsku um hagi sjúklinga sé slíkt trúnaðarrof þáttur í uppljóstrun,“ segir Persónuvernd sem „varar sterklega“ við því að slík regla sé lögfest.

Þá sé litið fram hjá því að friðhelgi einkalífs manna njóti verndar samkvæmt sérstakri stjórnarskrá og mannréttindasáttmála Evrópu. Ákvæði frumvarpsins um að aflétta þagnarskyldu samræmist ekki sjónarmiðum um meðalhóf. Skýra þurfi betur samhengi frumvarpsins við aðra löggjöf sem veiti vernd vegna uppljóstrana, einkum ákvæði fjölmiðlalaga um vernd heimildarmanna.

Segir Persónuvernd að lokum að gera þurfi „umtalsverðar breytingar“ til þess að frumvarpið geti „talist fela í sér viðunandi og skýran lagaramma“.

RÓBERT MARSHALL Persónuvernd þyrfti að gera greinarmun á heimildarmanni og uppljóstrara, segir fyrsti flutningsmaður frumvarps um vernd uppljóstrara. FRÉTTABLAÐIÐ/HÖRÐUR

Uppljóstrarar – „whistle-blowers“

MARK FELT

„Fjöldamörg alþekkt dæmi má nefna erlendis frá, eins og Mark Felt sem gekk undir nafninu Deep Throat en hann upplýsti blaðamennina Woodward og Bernstein um misgerðir Richards Nixons á meðan hann gegndi embætti forseta Bandaríkjanna.

Þá má nefna Karen Silkwood sem ásakaði Kerr-McGee-orkuveituna um umhverfisafglöp og lést sviplega skömmu seinna.

Sherron Watkins gegndi lykilstöðu hjá bandaríska orkufyrirtækinu Enron. Þegar hún tilkynnti Kenneth Lay, stjórnarformanni fyrirtækisins, um stórfelldar bókhaldsmisfellur hjá fyrirtækinu var hún færð niður í starfi og hætti síðan störfum ári síðar.

Nýlegustu erlendu dæmin eru uppljóstranir sem farið hafa fram á vefsíðunni WikiLeaks.“

Úr greinargerð með frumvarpi um miðlun upplýsinga og vernd uppljóstrara.

Róbert Marshall segir Persónuvernd ekki gera greinarmun á heimildarmanni annars vegar og uppljóstrara hins vegar. Tekið sé á þætti heimildarmanna í nýlegum fjölmiðlalögum. Mikilvægt sé að uppljóstrurum verði ekki refsað, til dæmis með atvinnumissi.

„Það þarf sérstaka löggjöf til að búa til lagaskjól fyrir þá sem eru að upplýsa um athafnir sem samfélagið metur að sé nauðsynlegt að upplýsa,“ segir þingmaðurinn. **gar@frettabladid.is**

Bæjarstjórn Hafnarfjarðar samþykkti stækkun athafnasvæðis í Vallahverfi:

Icelandair skrefi nær nýrri lóð

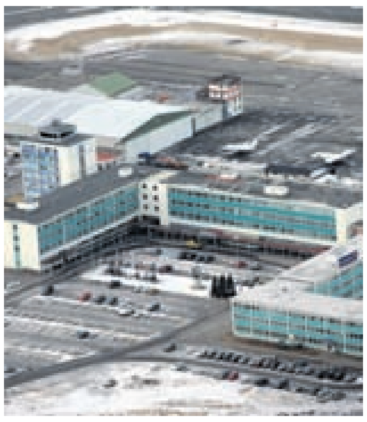
SKIPULAGSMÁL Bæjarstjórn Hafnarfjarðar samþykkti á miðvikudag breytingu á aðalskipulagi bæjarins sem gerir ráð fyrir stækkun athafnasvæðis í Selhrauni í Vallahverfi.

Icelandair sótti í septembermánuði um sextán þúsund fermetra lóð á sama svæði undir nýja byggingu fyrirtækisins.

Í umsókn Icelandair kemur fram að byggingin muni meðal annars hýsa skrifstofur, kennslusetur og flugherma. Þar óskaði fyrirtækið eftir því að aðalskipulagi bæjarins yrði breytt í samræmi við fyrirhugaða starfsemi.

Bæjarráð Hafnarfjarðar fjallaði um umsóknina 26. september síðastliðinn og vísaði þá til bæjarstjórnar tillögu um að hún samþykkti að veita fyrirtækinu vilyrði fyrir lóðinni. Bæjarstjórnin hefur ekki tekið formlega ákvörðun um málið.

Nýja athafnasvæðið verður 41.700 fermetrar og þar er gert ráð fyrir byggingum undir skrifstofur og léttan iðnað. Áður voru áform um að þar risi fjölbrautaskóli en fallið hefur verið frá þeirri hugmynd. **- hg**



LOFTLEIÐIR Icelandair hefur áður tilkynnt að fyrirtækið ætli ekki að flytja núverandi höfuðstöðvar fyrirtækisins. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

Ferð þú til Akureyrar?

Skelltu þér á Bosch kaffivél sem fékk bestu einkunnina* og þú gætir unnið ferð til Akureyrar.

Gildir í þrjá daga: Miðvikudag, fimmtudag og föstudag.
Vinningshafi dreginn út nú á laugardaginn kemur, 2. nóvember.

Flug fyrir tvo með Flugfélagi Íslands til Akureyrar.

Gisting fyrir tvo á Hótel KEA ásamt morgunverði og þriggja rétta kvöldverði.

Þrefaldaðu vinningslíkur þínar með því að kaupa allt morgunverðarsettið (brauðrist, kaffivél og hraðsuðukönnu).

Þú kemst einnig í pottinn ef þú kaupir einhverja aðra kaffivél í sömu línu: TKA 8013/TKA 8633/TKA 8631/TKA 8651. Verð frá 15.900 kr.

---

*TKA 8011 fékk hæstu einkunn hjá danska neytendablaðinu Tænk. Einnig umsögnina „Góð kaup“ hjá sænska neytendablaðinu Råd & Rön. Loks hefur hún hlotið hönnunarverðlaunin IF design award.

BOSCH

BÚÐIN

Hlíðasmára 3 · www.bosch.is · Sími 520 3090

SA segja gjaldskrárhækkanir Reykjavíkur ógna efnahagslegum stöðugleika:

Borgin kyndi undir verðbólgu

EFNAHAGSMÁL „Forsenda þess að hér náist einhver samstaða um kjarasamninga, sem hafa stöðugt gengi og lága verðbólgu að meginmarkmiði, er að opinberir aðilar taki þátt í þeirri vinnu með okkur og haldi aftur af verðlagsbreytingum hjá sér,“ segir Þorsteinn Víglundsson, framkvæmdastjóri Samtaka atvinnulífsins.

Samtökin telja áform Reykjavíkurborgar um gjaldskrárhækkanir slá tóninn fyrir önnur sveitarfélög og verði þau að veruleika gangi þau í berhögg við tilraunir til að koma á efnahagslegum stöðugleika í landinu.

„Þegar við horfum til baka yfir undangengin ár, þá hafa hækkanir á opinberri þjónustu leitt verðlagsþróun og verið talsvert meiri heldur en almenn verðbólga,“ segir Þorsteinn og kallar eftir endurskoðun á þessum áformum.

ÞORSTEINN VÍGLUNDSSON

Samtökin áætla að vísitala neysluverðs hækki um 0,15% vegna gjaldskrárhækkana Reykjavíkurborgar og annarra sveitarfélaga sem sigla í kjölfarið en það hækkar verðtryggðar skuldir heimilanna um 2,6 milljarða króna. - fbj

Olíufélög gagnrýna skamman fyrirvara

Stjórnendur tveggja olíufélaga segja aðlögunartíma vegna nýrra laga um sölu á eldsneyti af endurnýjanlegum uppruna of stuttan. Atvinnuvega- og nýsköpunarráðuneytið vísar í þverpólitíska sátt um málið innan atvinnuveganefndar Alþingis.

ORKUMÁL „Þetta er alltof stuttur fyrirvari og við getum í fyrsta lagi lokið breytingum á okkar búnaði næsta vor,“ segir Guðrún Ragna Garðarsdóttir, framkvæmdastjóri Atlantsolíu. Hún vísar þar til nýrra laga sem taka gildi um áramót og skylda olíufélögin til að tryggja að minnst 3,5 prósent af eldsneytissölu verði af endurnýjanlegum uppruna.

GUÐRÚN RAGNA GARÐARSDÓTTIR

Lögin um endurnýjanlegt eldsneyti í samgöngum á landi voru samþykkt á Alþingi í mars síðastliðnum og samkvæmt þeim á hlutfallið að hækka upp í fimm prósent við ársbyrjun 2015.

EINAR ÖRN ÓLAFSSON

„Þau áttu upphaflega að taka gildi í janúar 2015 en þessu var flýtt til næstu áramóta. Það þýðir að við þurfum að fara í töluverðar breytingar á birgðastöð okkar til að geta blandað etanóli í bensín og lífdísil í dísilolíu. Þetta eru miklar breytingar á stuttum tíma og það hlýtur að þjóna hagsmunum allra, sér í lagi neytenda, að það sé vandað til verka,“ segir Guðrún.

Einar Örn Ólafsson, forstjóri Skeljungs, tekur í sama streng og segir aðlögunartímann of stuttan.

„Okkur finnst óskynsamlegt hvað menn ætlast til að þetta sé gert hratt. Þessi efni eins og etanól og lífdísill geta verið hættuleg heilsu fólks og umhverfinu og þessi skammi aðlögunartími krefst þess að við þurfum fara í framkvæmdir á birgðastöðvum og bensínstöðvum hraðar en við teljum skynsamlegt með tilliti til öryggis og umhverfismála,“ segir Einar.

Hann segir Skeljung hafa óskað eftir heimild til að reisa etanóltank við olíubirgðastöðina í Örfirisey, svo fyrirtækið geti starfað innan ramma nýju laganna.

„Við höfum ekki fengið byggingarleyfi fyrir þeirri framkvæmd. Meðal annars vegna þess að opinberir aðilar eins og slökkviliðið vita ekki hvernig á að kljást við mögulega eldhættu. En það er eðlilegt að þeir þurfi sinn tíma til að kynna sér málin en á meðan þurfum við að útfæra leiðir til að geta starfað eftir lögunum,“ segir Einar.

Þórir Hrafnsson, upplýsingafulltrúi atvinnuvega- og nýsköpunarráðuneytisins, segir það rétt að aðlögunartíminn hafi upphaflega átt að vera tvö ár.

„Þegar lagafrumvarpið kom til umfjöllunar hjá atvinnuveganefnd Alþingis á sínum tíma ákvað nefndin hins vegar að miða við næstu áramót og innan hennar var þverpólitísk sátt um niðurstöðuna,“ segir Þórir. haraldur@frettabladid.is

OLÍUBIRGÐASTÖÐ Skeljungur hefur óskað eftir leyfi til að reisa etanóltank í Örfirisey. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

Hlutur endurnýjanlegrar orku nú 1%

Lögin sem olíufélögin segja að taki gildi með of skömmum fyrirvara eru lög nr. 40/2013 um endurnýjanlegt eldsneyti í samgöngum á landi. Þau miða að því að auka notkun á slíku eldsneyti og draga úr losun gróðurhúsalofttegunda.

Seljendum eldsneytis er samkvæmt þeim frjálst að velja hvort þeir selja endurnýjanlegt eldsneyti í hreinu formi, svo sem metan eða lífdísil, eða jarðefnaeldsneyti blandað við etanól eða metanól.

Lögin eru hluti af innleiðingu Evrópulöggjafar og tengjast markmiðum Evrópusambandsins um tíu prósenta hlut endurnýjanlegra orkugjafa í samgöngum fyrir árið 2020.

Hlutur endurnýjanlegrar orku í samgöngum á Íslandi er nú minna en eitt prósent en er um fimm prósent í flestum löndum Evrópu.

Stærsti hluti veiðigjalda á síðasta fiskveiðiári kom frá Reykjavík:

Minnstu svæðin borga meira

SJÁVARÚTVEGUR Heildarveiðigjöld, bæði almennt og sérstakt, voru á síðasta fiskveiðiári, 2012-2013, 12.643 milljónir króna samkvæmt svari sjávarútvegsráðherra við fyrirspurn Kristjáns L. Möller. Stærsti hluti þeirrar upphæðar kom frá Reykjavík, alls 3.265 milljónir. Næstmest kom frá Suðurlandi, eða 2.783 miljónir.

Frá Norðurlandi eystra komu 2.018 milljónir króna, frá Austurlandi 1.567 milljónir, 915 frá Reykjanesi, 723 frá Norðurlandi vestra, 573 frá Vesturlandi, 515 frá Vestfjörðum og 284 milljónir frá nágrenni Reykjavíkur.

Á síðasta fiskveiðiári var heildarupphæð lækkana á veiðigjaldi vegna vaxtakostnaðar við kaup á aflahlutdeildum 2.821 milljón króna. Mest var lækkunin á Reykjanesi og var hún 976 milljónir króna.

Áætluð veiðigjöld fyrir núverandi fiskveiðiár, með þeim fyrirvara að dreifing aflamarks í loðnu, makríl og fleiri stofnum verði sú sama, eru 9.929 milljónir. Þá verður hækkun á einungis þremur svæðum. Norðurlandi vestra, Vestfjörðum og Vesturlandi, þar sem mikið er um smáar útgerðir og lítið um stórar útgerðir. - skó

AFLI Á LAND Þau þrjú landsvæði, sem greiddu minnst veiðigjald á síðasta fiskveiðiári, greiða meira á yfirstandandi ári. FRÉTTABLAÐIÐ/EGILL AÐALSTEINSSON

netto
Kræsingar & kostakjör

HANGIFRAMPARTUR
SAGAÐUR
-32%
1.189
ÁÐUR 1.749 KR/KG

LAMBAHRYGGUR
FERSKT-FYLLTUR
-20%
2.479
ÁÐUR 3.099 KR/KG

KALKÚNN HEILL
FRANSKUR -FROSINN
-31%
1.098
ÁÐUR 1.592 KR/KG

ÖND - HEIL
BRESK 2,3 KG
-30%
2.734
ÁÐUR 3.905 KR/KG

KENGÚRA
FILLET
3.998
ÁÐUR 4.998 KR/KG

HVÍTT SÚKKULAÐI
200 G LINDU
299
ÁÐUR 329 KR/PK

SUÐUSÚKKULAÐI
200 G LINDU
198
ÁÐUR 239 KR/PK

GREIP
RAUTT
-50%
119
ÁÐUR 238 KR/KG

FÍKJURÚLLUR
THE CO-OPERATIVE 200G
-25%
149
ÁÐUR 198 KR/STK

Tilboðin gilda 31. okt - 3. nóv

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

Markhönnun ehf

Gjöld einstæðra í borginni hækka um tæp tíu prósent

Árlegar greiðslur einstæðra foreldra með tvö börn hækka um tæp fjörutíu þúsund árið 2014. Félagsráðgjafi segir að þrátt fyrir töluverða niðurgreiðslu borgarinnar nái fjölmargir einstæðir ekki endum saman.

REYKJAVÍK „Stjórn Félags einstæðra foreldra skorar á Reykjavíkurborg að endurskoða þessar aðgerðir tafarlaust með tilliti til einstæðra foreldra,“ segir í tilkynningu frá Félagi einstæðra foreldra, um gjaldskrárhækkanir Reykjavíkurborgar á næsta ári. Hækkanir bitna talsvert á barnafjölskyldum þar sem gjöld fyrir skólamáltíðir, frístundaheimili og leikskóla eru meðal annars hækkuð. Hlutfallslega hækka leikskólagjöld einstæðra foreldra, öryrkja og námsmanna meira en sambúðarfólks.

ODDNÝ STURLUDÓTTIR

OKTAVÍA GUÐMUNDSDÓTTIR

„Einstæðir foreldrar hafa komið hvað verst út úr þeim fjárhagslegu kröggum sem riðið hafa yfir íslenskt samfélag á undanförnum árum. Margar úttektir benda til þess að staða þeirra fari stöðugt versnandi og að minna tillit sé tekið til fjölskyldna með einu foreldri. Ákvarðanir um hækkun á leikskólagjöldum og fæðisgjöldum í grunnskólum eru enn eitt merki um slíkt. Félagi einstæðra foreldra hugnast þessar aðgerðir illa og telur þær koma gríðarlega illa niður á sínum hagsmunahópi,“ segir enn fremur í tilkynningu.

Oddný Sturludóttir, formaður skóla- og frístundaráðs, segir að þrátt fyrir hækkanir sé hvergi hagstæðara fyrir foreldra að búa en í Reykjavík og sérstaklega fyrir einstæða foreldra. „Reykvíkingar njóta góðs af stærðinni og hagkvæmni hennar. Við höfum alltaf lagt áherslu á sanngjarnar gjaldskrár og systkinaafslætti sem fjölskyldur munar verulega um.“

LEIKSKÓLI Leikskólagjöld einstæðra foreldra hækka um 1.675 krónur á mánuði á næsta ári miðað við átta tíma vistun. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

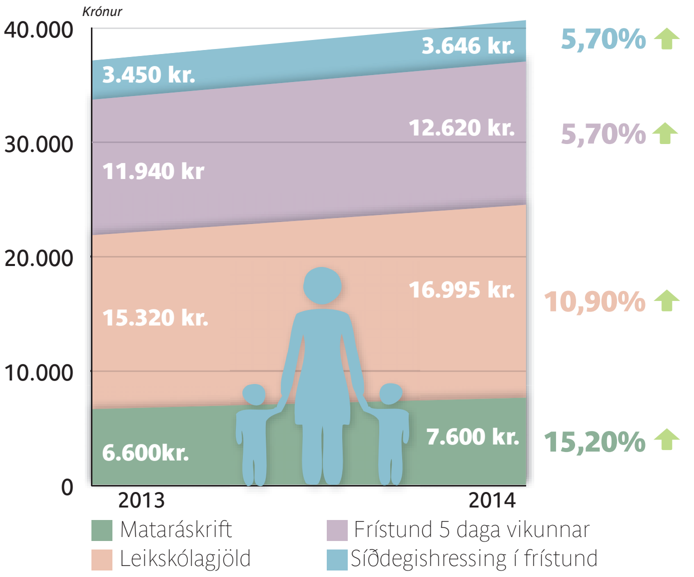
Oddný segir hækkanir ganga jafnt yfir foreldra. „Það er flöt hækkun á fæðisgjaldi hjá öllum foreldrum þannig að það hækkar hlutfallslega mest heildargjöld þeirra sem borga lægstu gjöldin,“ segir Oddný.

Oktavía Guðmundsdóttir, félagsráðgjafi Félags einstæðra foreldra, segir að stærsti hópur þeirra sem leiti til félagsins séu ungir einstæðir foreldrar á bótum eða í láglaunastörfum. „Þetta er fólk sem þarf að velta fyrir sér hverjum þúsundkalli því þegar fólk lifir á fátæktarmörkum skiptir hver einasta króna máli. Í Reykjavík er kannski mesta niðurgreiðslan en það er ekki þar með sagt að það sé ódýrt að búa þar og oft engin leið fyrir einstæða foreldra að ná endum saman,“ segir Oktavía.

Aðrar fyrirliggjandi gjaldskrárhækkanir munu einnig hafa einhver áhrif á barnafjölskyldur. Má þar nefna sumarnámskeið á vegum borgarinnar og aðgang í Fjölskyldu- og húsdýragarðinn. Barnafjölskyldur njóta þó góðs af auknu framlagi borgarinnar til dagforeldra sem og hærri greiðslum til stuðningsfjölskyldna.

erlabjorg@frettabladid.is

➜ Hækkun á mánaðargreiðslum einstæðs foreldris með eitt leikskólabarn og eitt grunnskólabarn



Hækkun á mánuði **3.551** Hækkun á ári* **35.309**

*Miðað við níu mánuði í grunnskóla og ellefu mánuði á leikskóla.

Má ekki við meiri hækkun

„Maður má ekki við meiri hækkunum,“ segir **Hildur Embla Ragnheiðardóttir** sem er einstæð fjögurra barna móðir. Hildur reynir að leyfa börnunum að stunda tómstundir eins og hún getur en hefur þurft að skera þar niður líka.

„Tvö elstu börnin þurftu að hætta í tónlistarnámi um síðustu áramót eftir margra ára nám en einstæðir foreldrar fá ekki afslátt af tómstundum umfram sambúðarfólk. Fjölskylda og vinir hafa bjargað mér reglulega með því að gefa börnunum gömul föt og aðrar nauðsynjar sem ég gæti aldrei keypt sjálf.“

Tómstundir eru dýrar

„Þegar einstætt foreldri sendir barn í grunnskóla þá hækka útgjöldin en hjá hjónafólki lækka gjöldin. Það falla niður allar niðurgreiðslur hjá einstæðum foreldrum eftir leikskóla og þeir njóta engra sérkjara,“ segir **Laufey Ólafsdóttir** sem er einstæð móðir með þrjú börn.

Laufey segir tómstundaiðkun sérlega dýra fyrir einstæða foreldra. „Tómstundakortið hjálpar til en 25 þúsund krónur duga skammt þar sem tómstundir kosta oft hundrað þúsund krónur fyrir önnina og jafnvel meira.“

Hver króna skiptir máli

„Bæði móðir og faðir eru einstæðir foreldrar enda þurfa báðir að búa barninu heimili,“ segir **Árni Guðmundur Guðmundsson** sem deilir forræði á dóttur sinni með barnsmóður sinni. „Langfæstir feður eru með lögheimili barnsins og hafa því engin réttindi, engar barnabætur, lægri leigubætur en borga samt meðlag og í mínu tilfelli tek ég stærstan þátt í öllum kostnaði sem fer sívaxandi þannig að hver einasta króna skiptir máli.“

Greiðslukortavelta ferðamanna jókst á milli ára:

Keyptu skyndibita fyrir tvo milljarða

VIÐSKIPTI Greiðslukortavelta erlendra ferðamanna í september jókst um 22,4 prósent frá sama mánuði í fyrra og nam 6,5 milljörðum króna. Þetta kemur fram í nýrri samantekt Rannsóknaseturs verslunarinnar.

Með því að miða við upplýsingar Ferðamálastofu um komur erlendra ferðamanna til landsins kemst Rannsóknasetur verslunarinnar að því að greiðslukortavelta á hvern erlendan ferðamann í september hafi verið um 89 þúsund krónur. „Útgjöld á hvern ferðamann jukust um 8,1 prósent í krónum talið,“ segir í samantekt Rannsóknasetursins.

Stærsti einstaki útgjaldaliðurinn er gistiþjónusta, en erlend kortavelta á gististöðum var um 1,6 milljarður króna í september, 26 prósentum meiri en á sama tíma í fyrra.

Þá er rýnt í einstaka liði erlendrar kortaveltu á síðasta ári. Til dæmis kemur í ljós að 1,8 milljarðar króna af kortaveltu erlendra ferðamanna í fyrra er vegna skyndibita. „Þá er vitaskuld ekki talið með það sem greitt hefur verið með reiðufé. Ef það er talið með má ætla að útlendingar hafi neytt skyndibita hér á landi fyrir meira en tvo milljarða króna.“ Fram kemur að heildarvelta erlendra greiðslukorta til veitingahúsa hafi verið 7,6 milljarðar í fyrra og því láti nærri að um fjórðungur af veitingahúsaveltunni hafi farið til skyndibitastaða. **- óká**

➜ Kortavelta ferðamanna eftir útgjöldum*

Útgjaldaliður	Sept. 2012	Sept. 2013	Breyting
Gistiþjónusta	1256,1	1584,2	26,1%
Verslun	1294,9	1410,1	8,9%
Veitingaþjónusta	744,5	857,8	15,2%
Ýmis ferðaþjónusta	527,6	807	53,0%
Ýmis önnur þjónusta	434,3	520,7	19,9%
Bensín, viðgerðir og viðhald bíla	353,9	428,1	21,0%
Þjónusta t. farþegaflutningum	307,2	425,6	38,5%
Farþegaflutningar	277,6	316,7	14,1%
Menning, afþreying og tómstundir	117,9	151,2	28,3%
Opinber gjöld o.fl.	8,6	11,1	28,7%
Alls	**5322,6**	**6512,6**	**22,4%**

*Allar tölur í milljónum króna. Heimild: Rannsóknasetur verslunarinnar.

Katla
DROPAR SEM LOFA GÓÐU
Í hvert sinn sem þú lætur bökunardropana frá Kötlu falla í deigið styrkir þú Sunnusjóð en markmið sjóðsins er að bæta aðstæður til kennslu og þjálfunar fjölfatlaðra barna á grunnskólaaldri.
KYNSLÓÐ EFTIR KYNSLÓÐ
Íslenskir sælkerar hafa ár eftir ár getað treyst því að bökunardroparnir frá Kötlu laði fram rétta bragðið.
H:N Markaðssamskipti / SIA
VANILLU DROPAR
KATLA STYRKIR SUNNUSJÓÐ
Sunnusjóður hefur í meira en 30 ár stutt við bakið á fjölfötluðum einstaklingum og fjölskyldum þeirra.

Aðilar vinnumarkaðarins bíða óþreyjufullir eftir svörum frá stjórnvöldum

Samflot félaganna í hættu

KJARAMÁL „Það er ljóst að kjaraviðræður munu ráðast að verulegu leyti af aðkomu stjórnvalda að þeim,“ segir Þorsteinn Víglundsson, framkvæmdastjóri Samtaka atvinnulífsins.

Aðilar vinnumarkaðarins vilja vita eigi síðar en í næstu viku hvernig stjórn efnahagsmála verði háttað næstu misseri. Þeir bíða eftir svörum um hvernig ríkisstjórnin ætlar að ná tökum á óstöðugu gengi krónunnar, þrálátri verðbólgu, hvernig afnámi gjaldeyrishafta verði háttað, aðgerðum í þágu skuldsettra heimila og svo framvegis.

GYLFI ARNBJÖRNSSON

ÞORSTEINN VÍGLUNDSSON

Gylfi Arnbjörnsson, forseti ASÍ, sagði í fréttum Bylgjunnar að stjórnvöld þyrftu að koma með sitt innlegg í samningagerðina.

Að þeirra mati er samflot hreyfinganna í kjaraviðræðum í hættu ef stjórnvöld sýna ekki á spilin á næstu dögum. „Ef félögin fara að semja hvert í sínu lagi er ljóst að það verður erfiðara um vik að ná sameiginlegri niðurstöðu um kjarasamninga sem hafa það að markmiði að vinna bug á verðbólgunni,“ segir Þorsteinn. - jme

Óska skýringa á veru Íslands á lista NSA

Íslensk stjórnvöld hafa komið á framfæri ósk til Bandaríkjanna um formleg svör vegna fregna af því að Ísland sé á lista yfir samstarfslönd öryggisstofnana vestra. Fyrrverandi utanríkisráðherra segir að ekki hafi verið unnið náið með NSA.

ÖRYGGISMÁL Íslensk stjórnvöld hafa innt Bandaríkin eftir formlegum svörum varðandi njósnastarfsemi hér á landi. Þetta sagði Sigmundur Davíð Gunnlaugsson forsætisráðherra á Alþingi í gær þegar rætt var um það sem fram kom í spænska dagblaðinu El Mundo. Þar kemur meðal annars fram að Ísland sé á meðal þeirra ríkja sem verið hafa í samstarfi við bandarísku Þjóðaröryggisstofnunina (NSA) um upplýsingaöflun.

Sendiherra Bandaríkjanna var kallaður á teppið hjá skrifstofustjóra í utanríkisráðuneytinu vegna málsins og hefur skilaboðum íslenskra stjórnvalda verið komið áfram til Washington.

Í kvöldfréttum Stöðvar 2 í gær sagði Össur Skarphéðinsson, fyrrverandi utanríkisráðherra, að íslensk stjórnvöld hefðu ekki átt í nánu samstarfi við NSA.

Frétt El Mundo er unnin af blaðamanninum Glenn Greenwald, upp úr gögnum uppljóstrarans Edwards Snowden. Þar er Ísland sett í hóp með ríkjum sem hafa átt í hnitmiðuðu samstarfi við stofnanirnar. Gunnar Bragi Sveinsson utanríkisráðherra sagði í samtali við fréttastofu RÚV að hann hygðist óska eftir svari um það af hverju Ísland væri yfirleitt á umræddum lista.

Fleiri ríki eru á þessum lista, þar á meðal Danmörk – en forsætisráðherra Danmerkur, Helle Thorning-Schmidt, sá í gær enga ástæðu til að afneita slíku samstarfi: „Að sjálfsögðu erum við í samstarfi við aðrar leyniþjónustur,“ var haft eftir henni á vefsíðu Jótlandspóstsins.

Netþjónustufyrirtækin Google og Yahoo brugðust hins vegar ókvæða við þegar fréttist af því – einnig upp úr gögnum frá þeim Snowden og Greenwald – að NSA hafi brotist inn í tölvukerfi þeirra og náð sér þar í upplýsingar um netnotkun milljóna manna.

„Við erum hneyksluð á því hve langt ríkisstjórnin virðist hafa gengið til að komast yfir gögn úr persónulegum ljósleiðaranetum okkar,“ segir í yfirlýsingu frá David Drummond, yfirmanni lögfræðisviðs Google.

Bandarísk stjórnvöld hafa brugðist við með því að boða endurskoðun á starfseminni.

gudsteinn@frettabladid.is, thorgils@frettabladid.is

Í HÖFUÐSTÖÐVUM NSA Gögnum safnað í stórum stíl. NORDICPHOTOS/AFP

Samstarfslönd NSA og CSS

■ Í skjali, sem spænska dagblaðið El Mundo birti, er listi yfir þau ríki sem Þjóðaröryggisstofnun (NSA) og Öryggisþjónusta Bandaríkjanna (CSS) segjast hafa verið í samstarfi við:

Víðtækt samstarf: Bretland, Ástralía, Kanada, Nýja-Sjáland

Hnitmiðað samstarf: Austurríki, Belgía, Danmörk, Grikkland, Ísland, Ítalía, Japan, Lúxemborg, Holland, Noregur, Portúgal, Pólland, Spánn, Suður-Kórea, Svíþjóð, Sviss, Tékkland, Tyrkland, Ungverjaland, Þýskaland

■ Bandaríski uppljóstrarinn Edward Snowden dvelur nú í Rússlandi á flótta undan bandarískum yfirvöldum. Hann er að sögn lögmanns hans, kominn með vinnu og hefur í dag störf hjá rússnesku fyrirtæki við að sinna og þróa vefsíðu.

Vegagerðin skal girða meðfram vegi sem fer í gegnum land í einkaeigu:

Milljarður í girðingar á 5 árum

SAMGÖNGUR Vegagerðin hefur á síðustu fimm árum varið tæpum milljarði í girðingar og viðhald þeirra við vegi landsins.

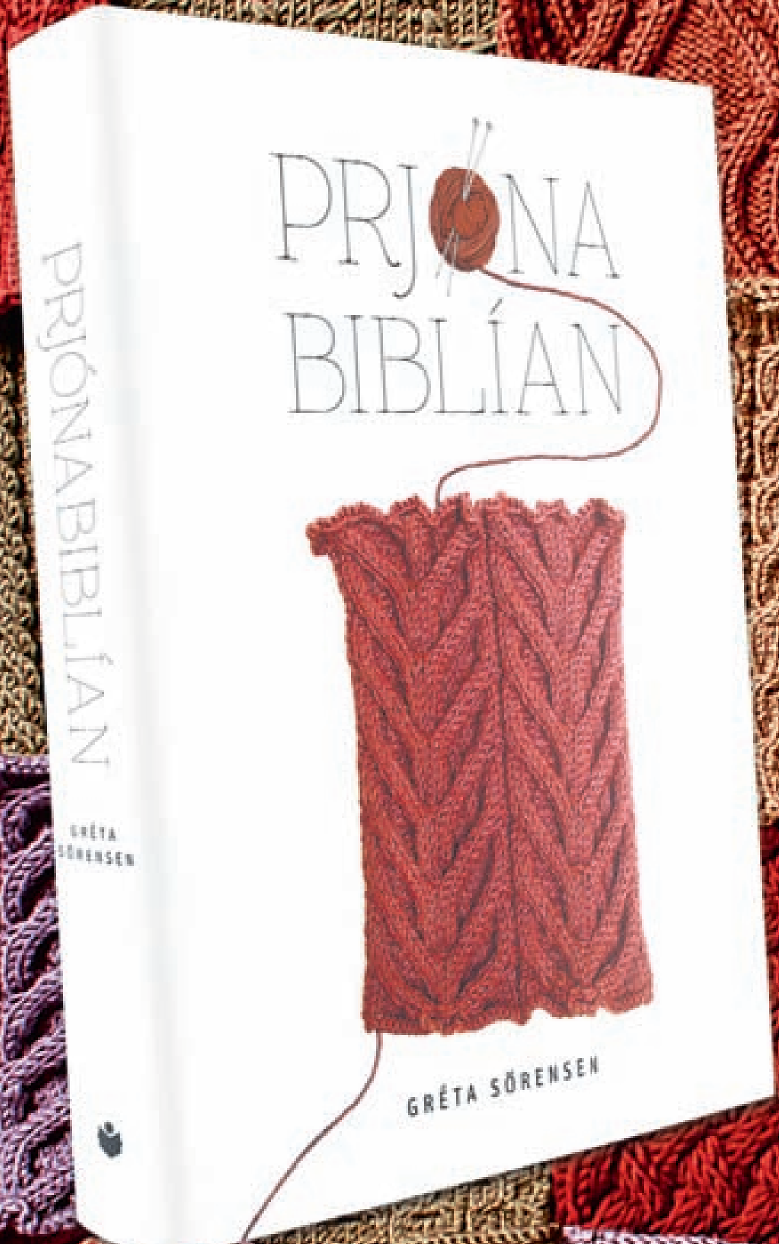
Þetta kemur fram í svari Hönnu Birnu Kristjánsdóttur innanríkisráðherra við fyrirspurn Svandísar Svavarsdóttur, þingmanns Vinstri grænna.

Í svari ráðherra kemur fram að á árunum 2008-2012 hefur Vegagerðin kostað 320 kílómetra af girðingum með eldri vegum og á sama tíma hafa komið fram óskir um 300 kílómetra af girðingum til viðbótar. Til þess að uppfylla fyrirliggjandi óskir um nýjar girðingar má áætla að þurfi um 350 milljónir króna.

Samkvæmt reglugerð um girðingar meðfram vegum ber Vegagerðinni að „girða báðum megin vegar sem lagður er gegnum tún, ræktarland, engjar eða girt beitiland“, enda er vegurinn lagður í gegnum land í einkaeigu. Viðhaldskostnaður girðinga meðfram stofn- og tengivegum greiðist að jöfnu af Vegagerðinni og landeiganda.

Í ályktun á Búnaðarþingi 2013 er bent á að víða sé misbrestur á að viðhaldi girðinga meðfram vegum sé sinnt. Nauðsynlegt sé að bæta úr því og leiðin til þess sé að landeigendur, sveitarfélög og Vegagerðin efli samstarf um veggirðingar. - shá

INNAN GIRÐINGAR Eins og gefur að skilja eiga girðingar að tryggja öryggi vegfarenda. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM



GRÉTA SÖRENSEN

PRJÓNTÆKNIKENNSLA | 100 PRJÓNAMUNSTUR

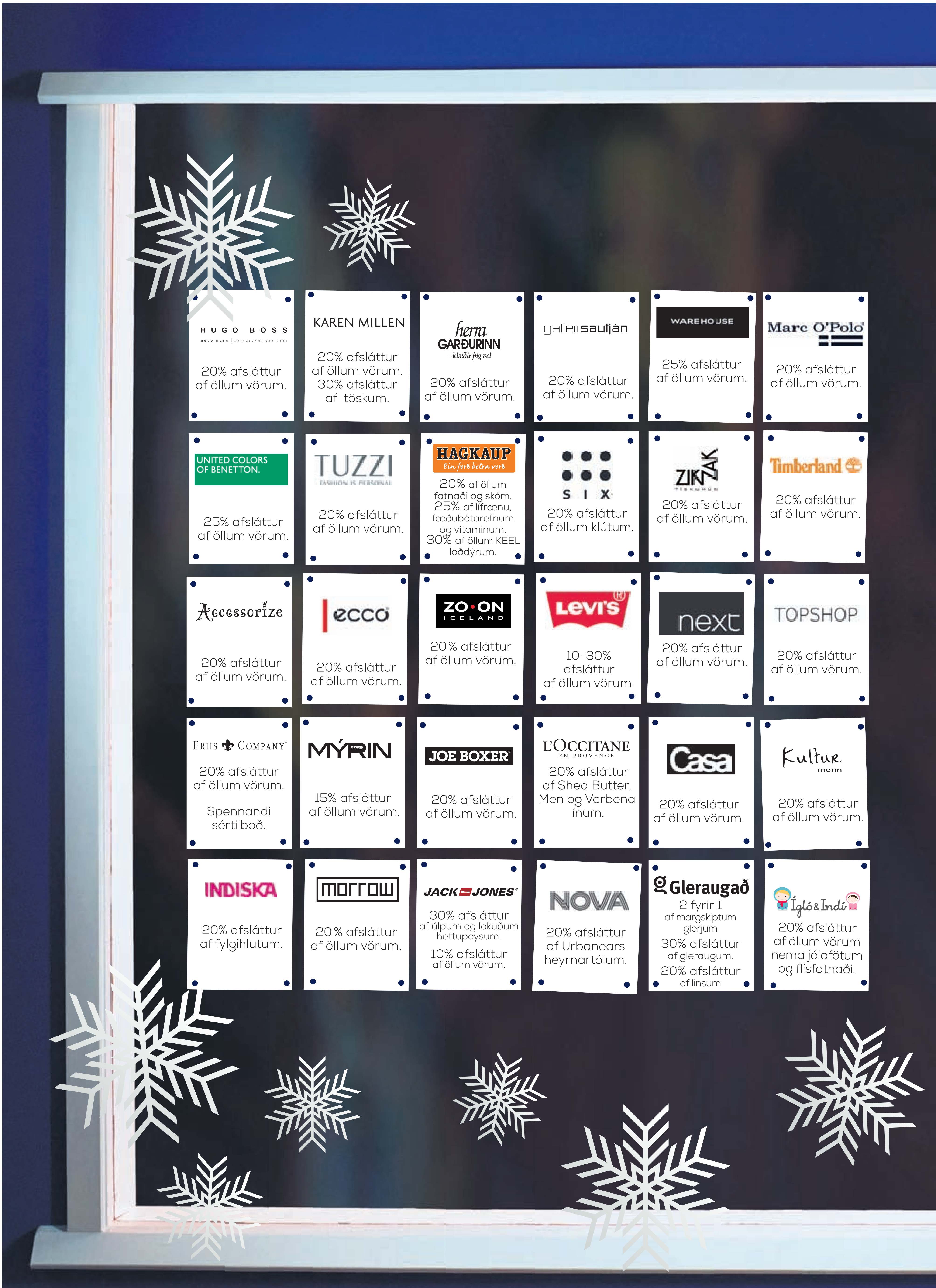
Ný íslensk handbók um prjón

Fræðandi rit fyrir allt prjónafólk, jafnt byrjendur sem lengra komna.

Farið er yfir öll grundvallaratriði í prjóni, allt frá fyrstu til síðustu lykkju.

VAKA-HELGAFELL

www.forlagid.is | Bókabúð Forlagsins | Fiskislóð 39



Birt með fyrirvara um prent- og myndvillur. Tilboð gilda meðan birgðir endast.

Kringlan

...til miðnættis

MIÐNÆTUR SPRENGJA

AÐEINS Í DAG
10–50% afsláttur
Kynntu þér frábær tilboð frá yfir 100 verslunum

SKEMMTIDAGSKRÁ

OFF VENUE

	TÓNLEIKAR Á BÍÓGANGI
12-12.30	Hljómsveitin Vök
17-18	Bingó á Blómatorgi
17-20	Blöðrugerðarmenn gleðja börnin
17-20	Kaffi frá Kaffitári og konfekt frá Nóa Síríus
17-24	Förðun og dekur í boði Fashion Academy Reykjavík
18-23	Mættu með vinum þínum í stjörnumyndatöku á Kringlusettinu
18-22	Listamenn á sveimi
18-20	Jazzband á Stjörnutorgi
20-22	Léttar veitingar frá Karli K. Karlssyni
	TÓNLEIKAR OG DJ André Á BLÓMATORGI
20.30	Lay Low
21.30	Kajak
22.30	Drangar
23.00	2 fyrir 1 í bíó: BAD GRANDPA
20-24	Sirkus Ísland gefur heppnum Kringlugestum 20.000 kr gjafabréf á klukkutíma fresti

Fríar sætaferðir til og frá Kringlu í miðbæinn frá kl 12 - 24. *Á heila tímanum frá upplýsingamiðstöð ferðamanna, Aðalstræti 2A og á hálfa tímanum frá Kringlu.*

Kringlan.is

AF ÖLLU HJARTA

MIÐNÆTURSPRENGJA

Verslanir opnar til miðnættis. Glæsileg tilboð og frábær skemmtiatriði.

Englabörnin – Falleg föt á stelpur og stráka... – 20 % afsláttur af öllum vörum.

Deres – 20% afsláttur af öllum vörum.

Dressmann – 30% afsláttur af öllum vörum.

Cintamani – 20% afsláttur af öllum vörum.

Sokkabúðin Cobra – 20% afsláttur af öllum sokkum.

Companys – 20% afsláttur af öllum vörum.

búsáhöld Kringlunni – 20% afsláttur af hnífapörum og kristalsglösum. Ýmis tilboð.

Selected – 20% afsláttur af öllum prjónapeysum. 10% afsláttur af öllum vörum.

café roma – 20% afsláttur af Cappucino og Café Latte.

I am – 20% afsláttur af öllum vörum.

skór.is – Kringlan • Smáralind – 20% afsláttur af öllum vörum.

Kello – 20% afsláttur af öllum vörum.

Game Stöðin – 20% afsláttur af öllum tölvu-leikjum.

heilsuhúsið – 20-25% afsláttur af völdum vörum.

Kaupfélagið – 20% afsláttur af öllum vörum.

Cosmo Kringlunni – 20% afsláttur af öllum vörum.

Skífan – 20% af öllum geisladiskum og vínilplötum.

Café Bleu – 20% afsláttur af pizzu og bjór.

Hygea – 20% afsláttur af öllum vörum.

Smash – 20% afsláttur af öllum vörum.

Dúka – 20% afsláttur af öllum vörum.

gs skór – 20% afsláttur af öllum skóm.

Dýrabær – 20% afsláttur af öllum vörum.

Subway – Bátur mánaðarins BMT 450 kr.

Mohawks – 20%-50% afsláttur af öllum vörum

Smárar – 20% afsláttur af öllum vörum.

Markaðstorgið – 25% afsláttur af öllum vörum.

All Over the World – 20% afsláttur af kertum og servíettum.

extra – 20% afsláttur af dúskahúfum.

MAC – 20% afsláttur af öllum vörum.

Boux Avenue – 20% afsláttur af öllum vörum.

iStore – 20-30% af hulstrum og töskum fyrir iphone/ipad.

20% afsláttur af klippikortum.

Vero Moda – 15% afsláttur af öllum vörum.

Birt með fyrirvara um prent- og myndvillur. Tilboð gilda meðan birgðir endast.

Kringlan
OPIÐ
STEINAR WAAGE SKÓVERSLUN
20% afsláttur af öllum vörum.
Kaffitár
20% afsláttur af mokkakönnum og húsblöndu.
POLARN O. PYRET
20% afsláttur af öllum vörum.
DOGMA
20% afsláttur af öllum vörum.
name it
20% afsláttur af öllum vörum, nema jólavörum.
byggtogbúið
20% afsláttur af flestum vörum.
Dúkkuhúsið
20% afsláttur af öllum vörum.
evans
20% afsláttur af öllum vörum.
Jón & Óskar
20-50% afsláttur af öllum úrum.
Lyf & heilsa Kringlunni
20% afsláttur af öllum vörum.
15% afsláttur af öllum lausasölulyfjum.
MOTOR & MIA
25-50% afsláttur af öllum vörum.
URBAN
20% afsláttur af öllum vörum.
prooptik gleraugu
2 fyrir 1 af öllum sjónglerjum.
Jens
20% afsláttur af Uppsteyt skartgripalínunni.
KÚNÍGÚND
20% afsláttur af öllum vörum.
SHARE
20% afsláttur af öllum vörum.
THE BODY SHOP
20% afsláttur af öllum vörum.
VILA CLOTHES
15% afsláttur af öllum vörum.
focus
20% afsláttur af öllum skóm.
Kultur
20% afsláttur af öllum vörum.
AVEDA
20% afsláttur af öllum vörum.
ÚTILÍF
20% afsláttur af öllum vörum.
BIANCO FOOTWEAR
20% afsláttur af öllum vörum.
TE & KAFFI
20% afsláttur af öllum vetrardrykkjum.
66° NORÐUR
20% afsláttur af öllum fatnaði.
OUTFITTERS NATION
20% afsláttur af öllum vörum.
Galla Buxnabúðin
20% afsláttur af öllum vörum.
augað
25% afsláttur af öllum vörum.
BEAUTY BAR
20% afsláttur af öllum vörum.
ZAYZAY
20% afsláttur af öllum vörum.
Kaffi Klassík
20% afsláttur af crepes.
Sparkz
20% afsláttur af öllum vörum.
NOLAND
20% afsláttur af öllum vörum.
Ice in a bucket
20% afsláttur af öllum vörum.
INGLOT
Frí augnförðun frá 18 til 24.
Sportmix
20% afsláttur af öllum vörum.
Kringlan.is
AF ÖLLU HJARTA

Spjaldtölvuvæðingin teygir anga sína inn í grunnskólana:

Mentor-kerfið tekur breytingum

Áætlað er að upplýsingakerfið Mentor, sem stór hluti nemenda, foreldra og kennara nota daglega, verði endurskrifað frá grunni og breytingarnar innleiddar í áföngum á þessu skólaári og því næsta.

Mentor hefur nú þegar kynnt nýtt viðmót kerfisins sem var þróað sérstaklega með spjaldtölvur og snjallsíma í huga.

„Spjaldtölvuvæðing í skólastarfi fer eins og eldur í sinu um allan heim. Bækur og verkefni eru að færast yfir á rafrænt form og samskipti kennara og heimila eru stöðugt að aukast,“ segir í frétt sem birtist á heimasíðu fyrirtækisins þegar nýja viðmótið var kynnt.

„Við byrjum á að opna nýja kerfið fyrir nemendur og foreldra núna í október og kennarar fylgja síðan í kjölfarið smátt og smátt,“ segir Vaka Óttarsdóttir, framkvæmdastjóri Mentors á Íslandi, í fréttinni.

- hg

BREYTT KERFI Hér má sjá skjáskot af nýju viðmóti Mentors.

Fjölskyldugarðurinn:

Gjaldtöku hætt vegna námskeiða

Leik- og grunnskólar borgarinnar, auk frístundaheimila, greiða ekki aðgangseyri í tengslum við skipulagt starf í Fjölskyldu- og húsdýragarðinum.

Gjaldtöku hefur einnig verið hætt vegna námskeiða fyrir leik- og grunnskóla sem boðið er upp á í garðinum.

Á vef Reykjavíkurborgar eru áhugasamir kennarar hvattir til að hafa samband við fræðsludeild garðsins.

Leita orsaka áhugaleysis:

Margir haldnir skólaleiða

Um fimmtungi grunnskólanemenda í 7.-10. bekk finnst ekki gaman í skólanum og hefur ekki áhuga á náminu. Þetta kemur fram í niðurstöðum rannsóknar á starfsháttum í grunnskólum en bók er væntanleg um rannsóknina í næsta mánuði.

25 prósentum stráka finnst ekki gaman í skólanum og 14 prósentum stúlkna. Þrjátíu prósent stráka hafa ekki áhuga á náminu og 14 prósent stúlkna.

EDDA KJARTANSDÓTTIR

Skólaleiði er því nokkuð algengur á meðal grunnskólanema en nýlega skrifaði Edda Kjartansdóttir grein á kritin.is um nauðsyn þess að leita orsaka skólaleiða til að bregðast við honum. „Ég vildi brýna fyrir kennurum að vera vakandi fyrir því að hugsanlega eru aðrar undirliggjandi orsakir en leti, þrjóska eða óþægð þegar nemendur virka ekki vinnusamir í tímum. Það er mikilvægt að vita orsökina áður en gripið er inn í málið. Því það þjónar litlum tilgangi að bregðast við kvíðnu barni með því að leggja fyrir það meira ögrandi verkefni. Á sama hátt er lítils virði fyrir nemanda að stimpla hann latan ef verkefnin sem lögð eru fyrir hann eru bæði óáhugaverð og hafa lítil tengsl við raunveruleika hans.“

Í grein Eddu kemur fram að kennarar upplifi stundum óskir foreldra um að barnið þeirra fái meira krefjandi verkefni sem ásakanir um að þeir standi sig ekki vel. Eins eru foreldrar oft viðkvæmir fyrir gagnrýni kennarans á hegðun barnsins. Því er svo mikilvægt að unnið sé með skólaleiða nemenda markvisst og faglega.

- ebg

Foreldrar vilja fæðingarorlof í að minnsta kosti eitt ár

Að fresta lengingu fæðingarorlofs vinnur gegn markmiðum þess um aukið jafnrétti á heimilum og á vinnumarkaði, segir Edda Sigurbjörg Ingólfsdóttir félagsfræðingur. Foreldrum finnst fjárhagslega erfitt að brúa bilið milli fæðingarorlofs og leikskóla. Sumir foreldrar safna skuldum en aðrir klára sparifé sitt.

LEIKSKÓLABÖRN Allir foreldrar vilja leikskólapláss eins fljótt og mögulegt er, samkvæmt könnun Eddu Ingólfsdóttur. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

„Umönnunargjáin sem foreldrar þurfa að brúa frá fæðingarorlofi þar til barn kemst á leikskóla vinnur gegn jafnréttismarkmiðum fæðingarorlofslaganna um aukið jafnrétti á heimilinu og aukið jafnrétti á vinnumarkaði. Að fresta lengingu fæðingarorlofsins er þess vegna slæmt.“ Þetta segir Edda Sigurbjörg Ingólfsdóttir félagsfræðingur sem skrifaði meistararitgerð um hvernig foreldrar brúa bilið. Hún flytur í dag erindið „Þetta reddast“ á Jafnréttisþingi.

„Ég bý í Svíþjóð þar sem börnum er tryggð umönnun um leið og fæðingarorlofi, sem er 480 dagar, er lokið. Þess vegna langaði mig til þess að rannsaka hvernig íslenskir foreldrar fara að. Á Íslandi þurfa foreldrar í raun að brúa tíu mánaða bil,“ greinir Edda frá.

Hún tók fimmtán viðtöl við pör og einstæðar mæður og segir að niðurstöðurnar hafi verið í samræmi við könnun sem hún gerði í gegnum Félagsvísindastofnun. „Það er yfirleitt móðirin sem aðlagar vinnuþátttöku sína til að brúa bilið og hún hverfur þess vegna mun lengur frá vinnumarkaðnum en faðirinn. Algengast er að mæður taki út sína þrjá mánuði og þá þrjá sameiginlegu sem foreldrarnir hafa og dreifi þeim síðan yfir lengri tíma. Dæmi eru um að þær taki 50 prósenta fæðingarorlof í eitt ár.“

EDDA INGÓLFSDÓTTIR

Flestir feður taka út sína þrjá mánuði, að sögn Eddu. „Þeim finnst þetta mikilvægur tími. Nokkrir nefndu þó að lækkun á hámarksgreiðslu fæðingarorlofsins hefði haft áhrif á möguleika þeirra til þess að taka út orlof.“

Algengast er að dagforeldrar taki við að loknu fæðingarorlofi. „Það hafa hins vegar ekki allir efni á því að senda börnin til dagforeldra og í sumum tilvikum borgaði það sig betur að móðirin væri heima þar til barnið komst inn á leikskóla. Umönnunargjáin er fjárhagslega erfitt tímabil fyrir foreldra en auðvitað miserfitt. Sumir foreldrar safna skuldum en aðrir klára sparifé sitt.“

Skoðanir foreldra á því hvað eigi að taka við að fæðingarorlofi loknu eru misjafnar, að sögn Eddu. „Sumir hefðu viljað að börnin gætu byrjað strax á leikskóla en aðrir sáu dagforeldra sem gott millistig þar sem umönnunin væri inni á heimili og barnahóparnir minni. Allir foreldrar vildu samt fá pláss á leikskóla eins fljótt og mögulegt væri. Helsta ástæðan var hár kostnaður vegna gæslu hjá dagforeldrum.“

Rannsóknin leiddi jafnframt í ljós að foreldrum fannst of snemmt að senda sex til níu mánaða barn til dagforeldris þótt þeir hefðu sjálfir gert það. Allir voru sammála um að fæðingarorlofið ætti að vera að minnsta kosti eitt ár. „Mikilvægt er að fæðingarorlofið verði lengt en líka að leikskólar taki fyrr á móti börnum svo að foreldrar standi ekki frammi fyrir því að þurfa að brúa þetta bil sjálfir,“ segir Edda. ibs@frettabladid.is

Hlutfall feðra sem ekki tóku orlof

2005	2008	2011	2013
Um **20%** feðra barna sem fædd eru árið 2005 tóku ekkert fæðingarorlof.	Hjá feðrum barna sem fædd voru 2008 var hlutfallið **16%**.	Um **29%** feðra barna sem fædd eru á árinu 2011 hafa ekkert orlof tekið.	Rúm **33%** feðra barna sem fæddust í fyrra hafa ekkert orlof tekið.

Líklegt er að hlutfallið breytist eitthvað hjá þeim þar sem frestur er ekki runninn út.

Ný lög – nýir lánaskilmálar

Kynntu þér breytingar á upplýsingagjöf til neytenda og nýja lánaskilmála Íbúðalánasjóðs vegna nýrra laga um neytendalán á www.ils.is

- Greiðslumat sniðið að ákveðinni eign
- Aukin upplýsingagjöf við lánveitingu
- Nýir lánaskilmálar

Borgartúni 21 | 105 Reykjavík | Sími : 569 6900, 800 6969 | www.ils.is

Íbúðalánasjóður

MIÐBORGIN OKKAR BÝÐUR ÞÉR HEIM

Náttfagur nóvember

MIÐBORGARVAKA – OPIÐ TIL KL. 22:00 Í KVÖLD

Airwaves hátíðin stendur nú sem hæst og miðborgin okkar iðar af lífi, takti og tónum.

Hundruð viðburða um alla borg, verslanir eru opnar til **kl. 22:00** í kvöld og til **kl. 17:00** á morgun, **á Löngum laugardegi.**

Tilvalið tækifæri til að bregða sér í miðborgina, versla, snæða og njóta góðrar tónlistar. Næg stæði í bílastæðahúsum og úrval kræsinga og varnings fyrir gesti og gangandi.

Verum og verslum þar sem hjartað slær.

WWW.MIDBORGIN.IS

GJAFAKORT MIÐBORGARINNAR

Fáanleg í öllum bókaverslunum miðborgar

MUNIÐ BÍLASTÆÐAHÚSIN

Brandenburg/Teikning: Sól Hrafnsdóttir

Fyrirsjáanlegur málarekstur ESA á hendur Íslandi:

Hráa ferska kjötið

Svona er tvöfeldnin, svona er hræsnin. Þær bakteríur lifa góðu lífi í pólitískum óróðri. Skínandi vitnisburð þess má finna í búnaðarmálaþrasinu íslenzka. Þar aka menn seglum eftir vindi; til dæmis er hrátt, innlent kjöt ævinlega kallað ferskt, en ferskt, erlent kjöt ævinlega hrátt.“ Þetta skrifaði Hannes Pétursson skáld í grein hér í blaðinu í marz síðastliðnum.

Hannes fjallaði þar um þá staðreynd að mörgum, sérstaklega stjórnmálamönnum og bændaforkólfum, finnst alveg sjálfsagt að banna innflutning á fersku kjöti frá ríkjum Evrópusambandsins til Íslands og jafnsjálfsagt að Ísland fái að flytja út ferskt kjöt til sömu landa. Eru þó sömu reglur um heilbrigðiseftirlit gildandi á báðum stöðum.

Ólafur Þ. Stephensen

olafur@frettabladid.is

Eftirlitsstofnun EFTA gaf í vikunni út formlega áminningu til Íslands vegna innflutningsbannsins. Alþingi samþykkti árið 2009 að innleiða breytta matvælalöggjöf Evrópusambandsins í íslenzk lög, í samræmi við EES-samninginn. Samkvæmt EES-reglunum á að leyfa innflutning á fersku kjöti. Alþingi ákvað hins vegar, undir miklum þrýstingi frá hagsmunaaðilum í landbúnaði, að svíkja það sem samið hafði verið um við ESB og viðhalda innflutningsbanninu.

Þetta gerðu þingmenn, vitandi vits að bannið stæðist ekki reglur EES. Einar K. Guðfinnsson hafði mælt fyrir málinu áður sem landbúnaðar- og sjávarútvegsráðherra og þá gert ráð fyrir að innflutningsbannið yrði afnumið. Það rökstuddi Einar annars vegar með því að það væru ríkir hagsmunir sjávarútvegsins vegna útflutnings sjávarafurða að sömu matvælalög giltu á Íslandi og í ESB. Hins vegar væri verið að taka upp reglur ESB um stóreflt eftirlit með heilbrigði landbúnaðarafurða þar sem hagsmunir neytenda væru settir í öndvegi.

Þegar Jón Bjarnason mælti fyrir innflutningsbanninu varaði Einar við því, sagði fullreynt að viðhalda því, frumvarpið byggðist á óskhyggju og von um gálgafrest sem ekki væri líklegt að fengist. Hann taldi Jón kominn á „hættulega braut“.

Svo fór reyndar að Einar samþykkti frumvarpið, sem er í fullu samræmi við sýn skáldsins á búnaðarmálaþrasið.

Nú hyggst sjávarútvegs- og landbúnaðarráðuneytið enn taka til varna og verjast atlögu ESA. Ráðinn hefur verið nýsjálenzkur sérfræðingur til að gera áhættumat vegna innflutnings á dýraafurðum til Íslands og á niðurstaða hans að liggja fyrir á næsta ári. Af hverju ætli sé ekki hægt að nota álitsgerð Ólafs Oddgeirssonar, dýralæknis hjá Food Control Consultants í Bretlandi, sem var unnin í apríl 2005 fyrir Guðna Ágústsson, sem þá var landbúnaðarráðherra? Í framhaldinu komst Guðni að þeirri niðurstöðu að semja ætti við ESB um afnám innflutningsbannsins. Seinna taldi hann að vísu að sú gjörð væri stórhættuleg, enda atvinnumaður í búnaðarmálaþrasinu.

Kjarni málsins er þessi: Innflutningur á ferskum kjötvörum er hagur neytenda, sem hafa þá úr meiru að velja. Íslenzkur landbúnaður fær meiri samkeppni og veitir ekkert af. Kjötið sem er flutt inn er háð ströngu heilbrigðiseftirliti í heimalandinu. Íslenzk stjórnvöld mega áfram taka stikkprufur til að fylgjast með heilbrigði innfluttra búvara. Innflutningsbannið er fyrst og fremst viðskiptahindrun, hugsað til að vernda landbúnaðinn fyrir samkeppni. Það verður ágætt þegar EFTA-dómstóllinn hnekkir því.

FRÉTTABLAÐIÐ

ÚTGÁFUFÉLAG: 365 miðlar ehf. **STJÓRNARFORMAÐUR:** Ingibjörg S. Pálmadóttir **FORSTJÓRI OG ÚTGÁFUSTJÓRI:** Ari Edwald **RITSTJÓRAR:** Ólafur Þ. Stephensen *olafur@frettabladid.is*, Mikael Torfason *mikael@frettabladid.is* Fréttablaðið kemur út í 90.000 eintökum og er dreift ókeypis á heimili á höfuðborgarsvæðinu og Akureyri. Einnig er hægt að fá blaðið í völdum verslunum á landsbyggðinni. Fréttablaðið áskilur sér rétt til að birta allt efni blaðsins í stafrænu formi og í gagnabönkum án endurgjalds.

ISSN 1670-3871

FRÁ DEGI TIL DAGS

Hatursfullu ákæruþrjótarnir

Lýður Guðmundsson skrifaði grein í Fréttablaðið í júlí 2011, sem fjallaði meðal annars um stöðutöku Existu gegn íslensku krónunni. Lýður sagði hana enga hafa verið. En greinin fjallaði ekki bara um það. Hún fjallaði líka um rannsóknir sérstaks saksóknara á honum og öðru, til dæmis Exeter-málinu sem héraðsdómur hafði nýdæmt í–og kveðið upp sýknudóm. Lýður hafði þetta um málið að segja: „Ég hef ekki kynnt mér Exeter-málið sérstaklega, en niðurstaðan í héraðsdómi nú í vikunni ætti að vera fjölmiðlamönnum sem og hatursfullum ákæruþrjótum áminning um að enginn er sekur fyrr en sekt hans er sönnuð.“ Þetta er hraustlega mælt hjá Lýði.

Næsta grein tímabær

Lýður hefði kannski betur kynnt sér Exeter-málið sérstaklega áður en hann fór að draga ályktanir af augljóslega hæpinni niðurstöðu héraðsdóms því að nú er komið í ljós að þessir hatursfullu ákæruþrjótar, eins og Lýður kallaði þá svo smekklega, voru ekki á meiri villigötum en svo að allir sem ákærðir voru í Exeter-málinu hafa verið dæmdir í fangelsi í Hæstarétti. Og Lýður hefur sjálfur í tvígang verið ákærður fyrir lögbrot–og dæmdur einu sinni. Fer ekki að verða kominn tími á aðra grein frá honum, þar sem hann gerir þessi mál upp á nýjan leik? Það er alltént rétt að kalla eftir henni hér.

Allt of margar rangfærslur

Og fyrst við erum að kalla eftir því að fólk standi fyrir máli sínu, þá er kannski rétt að gera þá kröfu til Sigmundar Davíðs Gunnlaugssonar forsætisráðherra að hann útskýri hvað hann átti við með þessum orðum sínum á þingi í gær, í umræðum um undanþágur sem hann veitti frá upplýsingalögum: „Það voru allt of margar rangfærslur í fréttum af þessum málum [...] til að ég geti rakið það allt hér,“ sagði forsætisráherrann. Hér væri upplýsandi fyrir fjölmiðlana sem sögðu fréttirnar að vita hvað þeir fóru rangt með.

stigur@frettabladid.is

HALLDÓR

Samfélag jafnréttis og lýðræðis

JAFNRÉTTI

Eygló Harðardóttir

félags- og húsnæðisráðherra

Í dag legg ég fyrir lögbundið jafnréttisþing skýrslu um stöðu og þróun jafnréttismála 2011-2013. Á þinginu verður fjallað um fjölmargar hliðar jafnréttismála en megináhersla lögð á jafnrétti á vinnumarkaði. Konur fylktu liði á sögufrægum baráttufundi árið 1975 sem aldrei gleymist. Æ síðan hefur 24. október verið helgaður baráttunni fyrir réttindum kvenna á vinnumarkaði. Enn er þó kynbundinn launamunur um 9%. Við getum ekki sætt okkur við slíkar afskriftir á launum dætra okkar, þessum hróplega mun verður að útrýma.

Öflug kvennahreyfing er nauðsynleg en ekki næg forsenda framfara í jafnréttismálum. Þekking byggð á rannsóknum er undirstaða þess að við getum haldið áfram að ryðja úr vegi hindrunum á leið okkar að réttlátara samfélagi. Skýrsla ráðherra er afrakstur slíkrar vinnu. Hún sýnir að margt hefur áunnist en dregur einnig fram stórar áskoranir. Þeim munum við mæta og halda áfram að byggja upp samfélag þar sem allir njóta jafnréttis í víðasta skilningi og engin mismunun fær þrifist. Liður í aðgerðum gegn mismunun af öllu tagi eru frumvörp til breytinga á jafnréttislögum sem ég legg fram á Alþingi á næstunni.

➜ Öflug kvennahreyfing er nauðsynleg en ekki næg forsenda framfara í jafnréttismálum.

Fram undan eru merk tímamót þegar 100 ár verða liðin frá því að íslenskar konur, 40 ára og eldri, fengu kosningarétt og kjörgengi. Við þessi tímamót ber að horfa um öxl. Við eigum að skrá helstu vörðurnar í jafnréttissögu landsins, styrkja fræðsluverkefni og rannsóknir sem miðla þekkingu um lýðræðisþróun og baráttu fyrir auknum borgara- og stjórnmálalegum réttindum. Við eigum að kortleggja þátttöku kvenna í stjórnmálum og greina hvað skýrt getur kynjaskekkjuna á vettvangi stjórnmálanna. Það felast sóknarfæri í því að standa myndarlega að verki þegar við höldum upp á 100 ára afmæli kosningaréttar kvenna. Við getum sótt fyrirmyndir og unnið með hinum Norðurlandaþjóðunum sem nú minnast sömu tímamóta.

Höfum að leiðarljósi orð Bríetar Bjarnhéðinsdóttur sem hún ritaði í fyrstu opinberu baráttugreinina fyrir réttindum kvenna – þekking er veldi.

FRÉTTABLAÐIÐ Skaftahlíð 24, 105 Reykjavík **Sími:** 512 5000, *ritstjorn@frettabladid.is* **FRÉTTASTJÓRI:** Andri Ólafsson *andri@frettabladid.is* **HELGAREFNI:** Kjartan Guðmundsson *kjartan@frettabladid.is* **MENNING:** Friðrika Benónýsdóttir *fridrikab@frettabladid.is* **DÆGURMÁL:** Sara McMahon *sara@frettabladid.is* **VÍSIR:** Kristján Hjálmarsson, *kristjan@visir.is* **LJÓSMYNDIR:** Pjetur Sigurðsson *pjetur@frettabladid.is* **FRAMLEIÐSLUSTJÓRI:** Sæmundur Freyr Árnason *sfa@frettabladid.is* **ÚTLITSHÖNNUN:** Silja Ástþórsdóttir *siljaa@frettabladid.is*

Guð blessi miðabraskarann

Í DAG
Pawel Bartoszek
stærðfræðingur

Ef þú ert með þrjá sleikjóa og fjóra krakka þá verður einhver ósáttur. Ef það eru færri pláss í skóla en umsækjendur þá verður einhver ósáttur. Ef það eru 15 þúsund manns sem vilja leggja í miðbænum en aðeins 10 þúsund bílastæði þá verður einhver ósáttur. Ef 40 þúsund manns langar á landsleik en aðeins 5.000 miðar eru til sölu þá verður einhver ósáttur.

Mér detta í hug fjórar leiðir til að dreifa takmörkuðum gæðum. 1) Það er hægt að láta fólk bíða í biðröð. 2) Það er hægt að halda samkeppni (t.d. inntökupróf). 3)Það er hægt að draga úr hatti og 4) það er hægt að hækka verðið. Ég veit ekki hvort fyrstu átta lífsárin í Alþýðulýðveldinu ráði hér skoðun minni en mér finnst betra að hækka verðið á kjötinu heldur en að láta fólk standa í fimm tíma biðröð. Sú leið að gefa misvísandi upplýsingar um hvenær kjötbúðin verður opnuð í von um að færri komist finnst mér síst.

Of ódýrt

Það var of ódýrt á landsleik Íslands og Króatíu. Það var raunar ranglátt að hafa miðaverðið svona lágt, sérstaklega gagnvart því fólki sem virkilega langaði að fara.

Af hverju? Tökum dæmi: Ímyndum okkur mann; köllum hann Pawel. Pawel horfir lítið á knattspyrnu, hann fylgist þó með HM og EM en fer venjulega ekki á landsleiki, þekkir raunar fáa íslenska leikmenn með nafni þegar liðinu gengur illa.

Nú þegar vel gengur er Pawel auðvitað talsvert spenntari og þótt hann myndi venjulega ekki eyða 5.000 krónum til að fara á landsleik gegnir nú öðru máli. Það eru auðvitað þúsundir Íslendinga eins og hann. Þeir sem virkilega, virkilega væru til í að mæta þurfa fyrir vikið að keppa um þessa fáu, allt of ódýru miða við menn eins og Pawel.

Það myndi margt ávinnast með því að hafa miða á svona atburði dýrari. Með því að hækka verðið um 5.000 kr. væri hægt að ná í nokkra tugi milljóna sem þyrftu þá vonandi ekki að koma úr vasa okkar hinna næst þegar reisa þarf stúku hjá einhverju fyrstudeildarliði eða styrkja annað fótboltastarf. En í ljósi alls þess fjár sem varið er til íþróttamannvirkja er örlæti þeirra sem kjósa að hækka ekki miðaverðið þegar þeir geta það einfaldlega örlæti á kostnað skattgreiðenda.

En það er fleira. Færri myndu kaupa „einn miða til öryggis fyrir Gunna og börnin hans“ ef miðinn kostaði 15 þúsund. Færri hefðu keypt miða til að selja þá aftur. Og bara til samanburðar: Ódýrustu miðar á leik Manchester United og Arsenal fimm dögum áður eru á 32 þúsund krónur. Og samt er alltaf nóg af fólki til í að fara.

Það er því mjög eðlilegt að sumir þeirra sem sváfu af sér miðasöluna séu fúlir. Þeir gátu ekki tekið ákvörðun um að taka þátt í samkeppni um miðana. Og samkeppnin var óþarflega hörð því miðarnir voru allt of ódýrir.

Brask ekki vont

Brask og hamstur. Það eru hötuð orð. Oft ranglega. Því um eitt getur maður verið viss: Þegar einhver framleiðandi eða viðburðarhaldari er farinn að kenna bröskurum um skortinn þá er nokkuð öruggt að hann sjálfur hafi klúðrað sölunni og verðlagningunni. Í raun er nákvæmlega ekkert að þessari endursölustarfsemi sem miðabraskið er. En eins og alltaf þegar einhverju er ýtt út úr dagsljósinu kann starfsemin að virka aðeins skuggalegri fyrir vikið.

> Það var of ódýrt á leik Íslands og Króatíu.

Grínlaust: Dreifing miða á leik Íslands og Króatíu hefði verið hagkvæmari og sanngjarnari ef miðabraskarar hefðu alfarið fengið að sjá um hana. Margir vilja taka fyrir braskið en til að bjarga því sem bjargað verður ætti í raun að leyfa fólki að braska með miðana að vild. Því miðabraskið gerir það sem gott miðasölukerfi ætti að gera. Það tryggir að miðarnir rati í hendur þeirra sem helst vilja yfir þá komast.

Ný hugsun í skipulagsmálum

SKIPULAGSMÁL

Halldór Halldórsson
formaður Sambands íslenskra sveitarfélaga og prófkjörsframbjóðandi

Í þættinum Vikulokin á Rás 1 sl. sunnudag var komið inn á skipulagsmál sem eru að mínu mati gríðarlega stór og mikilvægur málaflokkur í Reykjavík og á höfuðborgarsvæðinu öllu. Þar gerði ég grein fyrir þeirri skoðun minni að hugsa yrði hlutina upp á nýtt varðandi þéttingu byggðar en ég var þeirrar skoðunar áður en samkomulag um að fresta málum varðandi Reykjavíkurflugvöll til 2022 var undirritað í síðustu viku.

Það er nauðsynlegt vegna umferðarmála að sem best takist til við þéttingu byggðar. Miðað við þá íbúafjölgun sem fyrirsjáanleg er á næstu árum er ljóst að gatnakerfið tekur ekki við umferðaraukningu í samræmi við þá fjölgun ef allir eiga að vera á bílum. Þess vegna ganga hugmyndir um að 80% uppbyggingar verði vestan línu um Elliðaár ekki upp í mínum huga. Hugmyndir í drögum að nýju aðalskipulagi um eflingu hverfanna með flesta ef ekki alla þjónustu innan þeirra og aukna möguleika á að íbúar í hverfi geti sótt sína atvinnu í sínu hverfi tel ég vera jákvæðar. Ef vel tekst til getur það dregið nokkuð úr þörf fyrir enn frekari umferðarmannvirki sem lítið pláss er fyrir í borginni. Það gefur okkur möguleika til að úthluta enn fleiri lóðum í úthverfum fyrir fólk sem vill búa í einbýli frekar en fjölbýli. Það er mikilvægt að geta valið.

Í tengslum við endurskoðun svæðisskipulags höfuðborgarsvæðisins eru léttlestir til skoðunar og er það mjög áhugaverð nálgun. Erlendis eru sambærilegar borgir eða svæði hvað mannfjölda varðar að leysa sín samgöngumál með slíkum lestum. Í borgarsamfélagi þurfa almenningssamgöngur að vera skilvirkar, tíðar og áreiðanlegar. Þannig verður til raunverulegt val á móti bílnum.

> **➜ Miðað við þá íbúafjölgun sem fyrirsjáanleg er á næstu árum er ljóst að gatnakerfið tekur ekki við umferðaraukningu í samræmi við þá fjölgun ef allir eiga að vera á bílum.**

Ný lög um neytendalán

Ný lög um neytendalán hafa tekið gildi. Helstu atriði laganna snúa að aukinni upplýsingagjöf og einfaldari samanburði á lánum.

Viðskiptavinir

- Þurfa að standast lánshæfismat sem byggir á viðskiptasögu og vanskilaupplýsingum ef lán er veitt undir 2 milljónum kr. fyrir einstakling eða 4 milljónum kr. fyrir hjón eða sambúðarfólk.
- Þurfa að standast greiðslumat sem byggir meðal annars á ítarlegum upplýsingum um fjárhagsstöðu fari lánsfjárhæð yfir ofangreind mörk.
- Hafa rétt á að greiða upp lán að hluta eða í heild.
- Hafa rétt á að falla frá lánssamningi 14 dögum eftir undirskrift hans gegn því að greiða áfallinn kostnað t.d. vexti og verðbætur.

Fjármálafyrirtæki

- Veita staðlaðar upplýsingar sem er ætlað að auðvelda lántaka að bera saman ólík lánstilboð. Einnig fá lántakar upplýsingar um þróun verðlags og ráðstöfunartekna síðustu 10 ár og dæmi um breytingar á greiðslubyrði lána sem Neytendastofa birtir á vef sínum.
- Þurfa að setja fram árlega hlutfallstölu kostnaðar til að auðvelda lántaka samanburð á mismunandi lánstilboðum.
- Geta ekki krafist hærra uppgreiðslugjalds en 1% af þeirri fjárhæð sem greidd er upp.

Samtök fjármálafyrirtækja hvetja alla til kynna sér lög um neytendalán. Frekari upplýsingar eru aðgengilegar á neytendastofa.is, sff.is og hjá fjármálafyrirtækjum.

SFF SAMTÖK FJÁRMÁLAFYRIRTÆKJA
Icelandic Financial Services Association

SFF • Borgartúni 35 • 105 Reykjavík • Sími 591 0400 • Fax 591 0419 • sff@sff.is • sff.is

469 grömm | 28% léttari | 20% þynnri

iPad Air

Kraftmikill og léttur

Kominn í verslanir

Smáralind
Virka daga 11 - 19 | Fimmtudaga 11 - 21 | Laugardaga 11 - 18
Sunnudaga 13 - 18 | Sími 512 1330

epli.is

Laugavegi 182
Virka daga 10 - 18 | Laugardaga 12 - 16 | Sími 512 1300

Kynjajafnréttið og sveitarstjórnirnar

JAFNRÉTTI

Kristín Ástgeirsdóttir
jafnréttisstýra

Í síðustu viku var að venju haldið upp á kvennafrídaginn 24. október með fundum og afhendingu styrkja. Í þessari viku er boðað til jafnréttisþings í Reykjavík sem er öllum opið. Á fyrsta kvennafrídeginum árið 1975 var bent á hve lítils vinna kvenna væri metin sem sýndi sig í lægri launum fyrir sömu störf og karlar unnu, láglaunastörfum, skorti á félagslegri þjónustu og ýmsu fleiru. Nú 38 árum síðar glímum við enn við launamisréttið og láglaunastörfin sem og ýmis mál sem ekki voru komin á dagskrá fyrir alvöru á kvennaárinu 1975.

Þar má nefna efnahagsleg völd kvenna og áhrif í atvinnulífinu sem enn eru áberandi minni en áhrif karla, kynbundið ofbeldi og hlut kvenna sem kjörinna fulltrúa á Alþingi og í sveitarstjórnum, að ekki sé minnst á hefðbundnar staðalmyndir kynjanna sem hamra á eldgömlum og oft niðurlægjandi gildum sem birtast okkur nánast dag hvern í ummælum, auglýsingum, kvikmyndum og klámefni. Við stígum ekki bara skref fram heldur líka aftur á bak og það er margt sem þarf að ræða.

Konum fækkaði í ríkisstjórn og á þingi eftir síðustu alþingiskosningar. Eftir rúmlega hálft ár göngum við til sveitarstjórnarkosninga og það verður spennandi að sjá hvað þá gerist. Í kosningunum árið 2010 fjölgaði konum í sveitarstjórnum og urðu þær 40% kjörinna fulltrúa. Það kjörtímabil sem nú er að enda hefur verið gríðarlega erfitt. Mjög mörg sveitarfélög hafa glímt við mikla fjárhagslega erfiðleika í kjölfar hrunsins, minni tekjur, mikið álag á félagsþjónustu og sívaxandi fjárhagsaðstoð við þá sem höllum standa fæti. Álagið hefur verið mikið á sveitarstjórnarfólk í glímunni við efnahagsástandið og því verður mjög fróðlegt að sjá hverjir munu halda áfram og hverjir hætta.

Reynsla glatast

Sannleikurinn er sá að kjör flestra sveitarstjórnarmanna eru óviðunandi og taka ekkert mið af því álagi sem fylgir störfunum. Seta í sveitarstjórn er yfirleitt aukastarf eða hlutastarf með annarri vinnu, launin lág og mikið um fundi utan hefðbundins vinnutíma. Það er því þrautin þyngri að samræma fjölskyldulíf, atvinnu og þátttöku í stjórnmálum. Þar sem konur bera enn almennt meiri ábyrgð á heimili og börnum en karlar reynist stjórnmálaþátttaka þeim oft þung í skauti. Þar af leiðandi hefur endurnýjunin í sveitarstjórnunum verið óeðlilega mikil með þeim afleiðingum að þekking og reynsla glatast. Þessu þarf að breyta og gera störf í sveitarstjórnum eftirsóknarverð og auðsótt þannig að gott fólk, bæði konur og karlar, gefi kost á sér og geti sinnt þeim störfum með sóma.

Störfin og kjörin innan sveitarstjórna eru eitt, að ná kjöri er annað. Ein helsta skýringin á þeim mun sem enn er að finna á tölu karla og kvenna í sveitarstjórnum er sú staðreynd að karlar verma mun oftar en konur efsta sæti viðkomandi lista. Mjög víða fá framboðslistar aðeins einn fulltrúa og það er þá karl. Stjórnmálaflokkar og framboð af ýmsu tagi verða að bregðast við og setja sér reglur eða viðmið til að tryggja sem allra mest jafnrétti kynjanna. Það má gera með fléttulistum, kvótum og skiptum milli kjörtímabila þannig að konur og karlar skiptist á um að leiða lista.

Rannsóknir og reynslan hafa leitt í ljós að það skiptir máli að bæði konur og karlar komi að stjórn sveitarfélaga og það er ekkert annað en eðlilegt og lýðræðislegt. Áhugamál og áherslur kynjanna eru oft mismunandi og það skiptir máli að alls konar reynsla, þekking og skoðanir komi við sögu þegar stefna er mótuð og ákvarðanir teknar. Mestu skiptir þó að fólk sem hefur raunverulegan áhuga á stöðu kynjanna og aðgerðum til að jafna hana og bæta bjóði sig fram og nái kjöri. Kynjajafnrétti er mannréttindamál og ein af grunnforsendum þess að samfélag okkar þróist áfram í átt til aukins lýðræðis, almennrar þátttöku við mótun samfélagsins, sjálfbærni og verndunar móður jarðar. Sjáumst á jafnréttisþingi.

➜ Ein helsta skýringin á þeim mun sem enn er að finna á tölu karla og kvenna í sveitarstjórnum er sú staðreynd að karlar verma mun oftar en konur efsta sæti viðkomandi lista. Mjög víða fá framboðslistar aðeins einn fulltrúa og það er þá karl.

Verkin sýna merkin, Katrín

STJÓRNMÁL

Kristinn H. Gunnarsson
fv. alþingismaður

Síðasta ríkisstjórn glímdi við mikla erfiðleika en hún fékk líka betra tækifæri til þess en nokkur önnur ríkisstjórn að umbylta valdakerfi fámennrar yfirstéttar og að jafna byrðarnar á þegna landsins með sanngjörnum og réttlátum hætti. Vinstri grænir komust í lykilaðstöðu þar sem ráðherrar flokksins fóru með sjávarútvegsmál og fjármálaráðuneytið. Þótt margt hafi ágætlega verið gert skorti mikið á stefnufestu forystumanna flokksins. Formaður Vinstri grænna kveinkar sér undan gagnrýni, en verkin sýna merkin.

Vinstri grænir og Samfylkingin fengu skýrt umboð í þingkosningunum 2009. Stefna flokkanna í sjávarútvegsmálum var samhljóða í öllum meginatriðum. Þeir ætluðu að innkalla veiðiheimildirnar og endurúthluta þeim eftir almennum reglum þar sem jafnræðis væri gætt. Kjósendur studdu þessi áform heilshugar þá og ítrekuðu síðar með því að samþykkja í þjóðaratkvæðagreiðslu að leyfi til þess að nýta fiskimiðin skyldu verða veitt á jafnræðisgrundvelli til hóflegs tíma og gegn fullu gjaldi. Siðfræðistofnun Háskóla Íslands og Stofnun Vilhjálms Stefánssonar vöruðu við því í erindum til Alþingis að festa kvótakerfið með óbreyttu úthlutunarkerfi enn frekar í sessi. Bentu forsvarsmenn stofnananna á að kerfi framseljanlegra fiskveiðiheimilda hefðu það gjarnan í för með sér að þær söfnuðust á færra hendur og að með þeim verðmætu forréttindum sem felast í umráðarétti fiskstofnanna væru lagðar línur varðandi auð, völd, áhrif og ítök einstaklinga og þjóðfélagshópa.

Forysta Vinstri grænna komst í valdastólana og hafði allt með sér. Það var hægara sagt en gert að láta sér mistakast. En það gerðist samt. Katrín Jakobsdóttir og félagar hennar afneituðu eigin stefnu og vísuðu á bug úrslitum þjóðaratkvæðagreiðslunnar. Forystan sló skjaldborg um sama spillta úthlutunarkerfið. Kjarkinn brast til þess að sækja í metgróðann í sjávarútveginum fjárhæðirnar sem þurfti til að verja velferðarkerfið alvarlegum áföllum. Hækkun veiðigjaldsins á lokasprettinum eru spor í rétta átt en aðeins smámunir af metgróðanum frá 2008. Réttlát tekjuskipting er enn víðs fjarri. Það er einsdæmi að róttækur vinstri flokkur sem tekst á við valdaöfl þjóðfélagsins samsami sig þeim þegar á reynir og gefi almenningi langt nef. Formaður Vinstri grænna þarf að gefa skýringar á því.

➜ Katrín Jakobsdóttir og félagar hennar afneituðu eigin stefnu og vísuðu á bug úrslitum þjóðaratkvæðagreiðslunnar. Forystan sló skjaldborg um sama spillta úthlutunarkerfið.

Afskiptaleysi er einbeitt pólitísk stefna

HÚSNÆÐI

Pétur Ólafsson
bæjarfulltrúi Samfylkingarinnar í Kópavogi

Afskiptaleysi er alveg jafn afdráttarlaus stefna og aðgerðir. Afskiptaleysi ríkisstjórnarinnar í málefnum leigjenda er til dæmis mjög meðvituð ákvörðun. Í fjárlögum er ekki að sjá þess stað að boðað hafi verið til aðgerða á leigumarkaði. Á sama tíma hafa bæjaryfirvöld í Kópavogi ákveðið fyrir fyrri umræðu fjárhagsáætlunar að gera heldur ekkert í málefnum leigjenda á meðan Reykjavíkurborg hefur lagt fram áætlanir um fjölgun leiguíbúða um 3.000.

Frjáls markaður býr til vandann

Samfylkingin í Kópavogi hefur borið upp tillögur þess efnis að 250 milljónir verði notaðar til þess að reisa fjölbýlishús í samstarfi við leigufélög þar sem í væru íbúðir á almennum markaði og félagslegum. Þessi tillaga var felld í bæjarráði um miðjan október en atkvæði verða greidd um þá tillögu á fyrsta bæjarstjórnarfundi í nóvember. Þótt smíði þess mannvirkis myndi aldrei leysa þann mikla vanda sem hefur blasað við um nokkur misseri þá væri bæjarfélagið að leggja sitt lóð á vogarskálarnar til að fækka þeim sem þurfa að treysta á sína nánustu með húsaskjól.

Að fella slíkar tillögur og lýsa þannig yfir áhuga- og afskiptaleysi í málefnum leigjenda er grafalvarlegt. Leiguverð hefur hækkað gríðarlega að undanförnu, eða um 10% á árinu samkvæmt nýjustu tölum Hagstofunnar.

Réttindi og skyldur leigjenda eru alls ekki tryggð og framboð á frjálsum markaði á verði sem endurspeglar veruleikann ekki neitt. Trygging leigjenda fyrir því að vera ekki sagt upp með stuttum fyrirvara er heldur engin. Þá verður ríkið einfaldlega, í nánu samstarfi við stærstu sveitarfélögin, að bregðast við. Sem betur fer hefur Reykjavíkurborg gert það með metnaðarfullum áætlunum um leiguíbúðamarkaðinn á næstu árum. Það á eftir að skipta miklu máli.

Hækkanir meiri en í Bretlandi

Það sem er svo móðgandi við afskiptaleysið sem ég ræddi í upphafi greinarinnar er að bæði ríkisstjórn og meirihlutinn í Kópavogi eru að segja að þeim sé sama um þann fjölda íbúa sem þarfnast húsaskjóls eða þau líta ekki á það sem sitt hlutverk að gera viðfangsefni þeirra að sínum. Það má líka orða þetta svona. Við ætlum ekkert að aðhafast á leigumarkaðnum vegna þess að málið er ekki nógu merkilegt.

Í Bretlandi hefur verð á leiguíbúðum hækkað um 9,3% á árinu. Blöðin linna ekki látum yfir að þvílíkt aðgerðarleysi einkenni stjórnina í Downing Street enda er stöðugleiki eitthvað sem ríkisstjórnir allra landa verða að leitast við að tryggja. Þessi gríðarlega hækkun á leigumarkaði er viðfangsefni stjórnvalda og sveitarfélaga, hvort sem um ræðir Ísland, Bretland, Kópavog eða Liverpool.

Meðvitað afskiptaleysi

Samkvæmt könnun BSRB um miðjan septembermánuð geta nú um 20% íbúa sem eiga íbúðir hugsað sér að færa sig yfir á leigumarkaðinn – verði búseta þeirra tryggð. Ég væri, til tilbreytingar, alveg til í að sjá meirihlutann í Kópavogi reyna að horfa til framtíðar og bregðast við yfirvofandi fjölgun á leigumarkaði. Nú þegar er þörfin mikil og mun án efa aukast til muna. Afskiptaleysi er einbeitt pólitísk stefna sem endurspeglar viðhorf Sjálfstæðisflokks, Framsóknarflokks og Y-lista Kópavogsbúa. Hversu lengi þurfa leigjendur og aðstandendur þeirra að bíða eftir þessum stjórnmálaflokkum algers stefnuleysis?

➜ Afskiptaleysi ríkisstjórnarinnar í málefnum leigjenda er til dæmis mjög meðvituð ákvörðun. Í fjárlögum er ekki að sjá þess stað að boðað hafi verið til aðgerða á leigumarkaði.

- SKÓDAGAR -

ALLIR SKÓR MEÐ 30% AFSLÆTTI AF OUTLETVERÐUM!

SPARISKÓR - ÍÞRÓTTASKÓR - KULDASKÓR - GÚMMÍSTÍGVÉL
INNISKÓR - SUNDSKÓR ... ALLIR SKÓR!

ALLT AÐ

80%

AFSLÁTTUR

AF UPPHAFLEGU VERÐI VERSLANA!*

ATH!
NÝJAR VÖRUR Á ÚTSÖLU • ALLA DAGA •

STÆRSTA OUTLET LANDSINS!

KORPU OUTLET

Fylgstu með okkur á Facebook!

KORPUOUTLET, KORPUTORGI • Opið mánudag til laugardags frá 11 til 18 • Sunnudaga frá 12 til 18 • S. 578 9400

*AFSLÁTTURINN GILDIR AF OUTLETVERÐUM OG GETUR ÞVÍ VERIÐ ALLT AÐ 80% FRÁ UPPHAFLEGU VERÐI VERSLANA!

Ráðandi - auglýsingastofa ehf

AF NETINU

Hetjan Snowden

Það er algjörlega að koma í ljós að Edward Snowden ætti að fá að snúa aftur til Bandaríkjanna sem hetja.

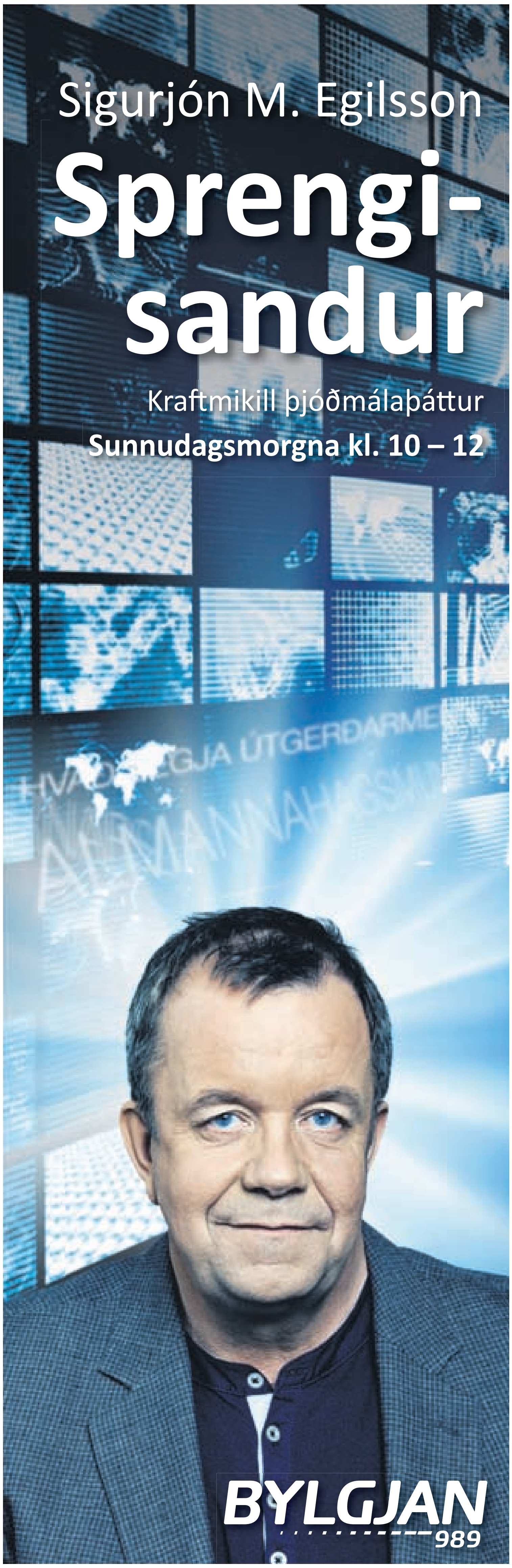
Gott ef hann er ekki verðugur þess að fá heiðursmerki – eða skrúðgöngu fyrir sig á Broadway. Uppljóstranir hans sýna að stjórnendur njósnaþjónusta hafa gjörsamlega gengið af göflunum. Þar er fremstur í flokki Keith Alexander, forstjóri NSA.

Þar á bæ voru menn að hlera allt og alla, nú kemur í ljós að páfinn var í þeim hópi. Uppljóstranir Snowdens birtast í virtum blöðum eins og Washington Post, það bendir ekki sérstaklega til þess að þær séu glæpsamlegar.

Það er alltaf varasamt þegar leyniþjónustur eru orðnar ríki í ríkinu – við þekkjum mörg dæmi þess.

http://eyjan.pressan.is/silfuregils/

Egill Helgason



Reykjalundur fyrir þig og mig

HEILBRIGÐISMÁL

Ragnheiður Ríkharðsdóttir
alþingismaður

Flestir Íslendingar vilja standa vörð um rétt allra landsmanna til að njóta góðrar og öflugrar heilbrigðisþjónustu, óháð búsetu og efnahag. Heilbrigðiskerfið er mikilvægasti hlekkur velferðar og við erum sammála um að ríkisvaldið beri ábyrgð á fjármögnun heilbrigðisþjónustunnar. En við erum kannski ekki öll talsmenn þess að kosti fjölbreyttra rekstrarforma eigi að nýta til þess að ná árangri jafnt í þjónustu við fólkið og hagkvæmni í rekstri.

Á Reykjalundi í Mosfellsbæ er rekin stærsta endurhæfingarmiðstöð Íslands, endurhæfingarmiðstöð í eigu SÍBS, og tók hún til starfa árið 1945 og hefur verið rekin allar götur síðan. Þjónustusamningur um starfsemina er gerður við Sjúkratryggingar Íslands en meginbakhjarl starfseminnar hefur verið í gegnum tíðina Happdrætti SÍBS. En annar dyggur bakhjarl Reykjalundar í gegnum árin er Styrktar- og sjúkrasjóður verslunarmanna og félagar þar eru hvatamenn að stofnun hollvinasamtakanna.

Á Reykjalundi er rekin afar merkileg starfsemi sem er kannski ekki mörgum kunn utan þeirra sem þar hafa notið margvíslegrar þjónustu. Þar vinna um 200 manns í 160 stöðugildum og árlega njóta um 1.200 sjúklingar endurhæfingar í fjórar til átta vikur í senn og á göngudeild Reykjalundar koma fjögur til fimm þúsund manns á hverju ári, alls staðar að af landinu.

Á Reykjalundi hafa þúsundir einstaklinga náð heilsu á ný eftir áföll af ýmsu tagi og er meðalaldur þeirra sem þangað sækja einungis um fimmtíu ár. Starfsemin á Reykjalundi er í raun þjónusta í þína þágu á hvaða aldri sem þú ert. Því er það ljóst að Reykjalundur gegnir gífurlega mikilvægu samfélagshlutverki í endurhæfingu sem gerir einstaklingum kleift að komast aftur út á vinnumarkaðinn og verða virkir í samfélaginu á nýjan leik.

➜ Á Reykjalundi hafa þúsundir einstaklinga náð heilsu á ný eftir áföll af ýmsu tagi og er meðalaldur þeirra sem þangað sækja einungis um fimmtíu ár.

Að undanförnu hefur komið saman hópur fólks, m.a. þeir sem notið hafa endurhæfingar á Reykjalundi og aðrir velunnarar með hlýjar taugar til starfseminnar undir Helgafelli í Mosfellsbæ, til að undirbúa stofnun hollvinasamtaka Reykjalundar sem verða stofnuð formlega á hátíðarfundi að Reykjalundi laugardaginn 2. nóvember.

Ég ætla að verða hollvinur Reykjalundar og vona að það viljir þú líka.

Sorgin tekur tíma

SAMFÉLAG

Halldór Reynisson
prestur og formaður Nýrrar dögunar

Allraheilagra- og allrasálnamessa hafa fengið nýtt líf í kirkju og samfélagi síðustu árin sem minningardagar látinna. Sá siður hefur breiðst út í kirkjustarfi hér á landi að gefa þeim sem hafa misst einhvern nákominn tækifæri til að koma og heiðra minningu þeirra með því að tendra ljós í kirkjunni. Slíkir siðir sem tengjast dauðanum hjálpa fólki að takast á við sorgina.

Það er í anda fagnaðarerindis kristinnar trúar að hlúa að syrgjendum. Jesús segir í fjallræðunni „sælir eru syrgjendur því þeir munu huggaðir verða“.

Þörf þeirra sem hafa misst er oft mikil. Eftir því sem missirinn er nær, eftir því sem hann er ótímabærari eða skyndilegri, þeim mun meira verður áfallið og sorgin í kjölfarið.

Sleit mar
bönd minnar ættar
snaran þátt
af sjálfum mér

Segir Egill Skallagrímsson í Sonartorreki þegar hann tekst á við dauða sonar síns Böðvars. Reynsla skáldsins kallast á við reynslu allra þeirra sem missa ótímabært einhvern sem stendur þeim nærri. Eftir slíkt andlát getur það tekið þau mörg ár að ná aftur jafnvægi á líf sitt og þó hverfur sorgin aldrei.

Þær stofnanir sem veita syrgjendum stuðning eru einkum heilbrigðiskerfi og þjóðkirkjan, einnig í nokkrum mæli skóli og félagsþjónusta. Í hugum alls þorra fólks er sá stuðningur sem prestar og djáknar veita syrgjendum mikils virði og fólk er oftast mjög þakklátt fyrir. Fagfólk sem kemur að stuðningi við syrgjendur hefur gert sér grein fyrir að fylgja þarf syrgjendum mikið lengur en áður var talið. Þegar um erfið, ótímabær andlát er að ræða, s.s. við barnsmissi, sjálfsvíg, andlát maka eða foreldris þá varir fylgdin stundum nokkur ár.

➜ Þær stofnanir sem veita syrgjendum stuðning eru einkum heilbrigðiskerfi og þjóðkirkjan, einnig í nokkrum mæli skóli og félagsþjónusta.

Kappkostum að sinna vel köllun okkar að ganga í fótspor Krists, sem fagfólk í stofnunum samfélagsins, sem aðstandendur og vinir og uppfylla þannig boð hans um að hugga syrgjendur.

Allir dagar eru öryggisdagar

UMFERÐ

Reynir Jónsson
framkvæmdastjóri Strætó bs.

Öryggisdagar Strætó og VÍS hefjast í dag. Þetta er í fjórða sinn sem dagarnir eru haldnir og reynslan sýnir, svo ekki verður um villst, að átak sem þetta skilar verulegum árangri. Árið 2010 voru skráð 157 aksturstjón hjá Strætó, en árið 2012 hafði þeim fækkað niður í 73, eða um rúmlega helming. Þetta sýnir okkur að þegar allir leggjast á eitt við að fækka slysum, þá fækkar þeim.

Árangurinn er enn eftirtektarverðari í ljósi þess að árið 2012 óku vagnar Strætó mun fleiri kílómetra á götum höfuðborgarsvæðisins en árið 2010, þjónustutími var lengri og farþegum hafði fjölgað mikið. Fækkun slysa á sama tíma ber því vott um þann góða árangur sem vagnstjórar hafa náð þegar kemur að öryggi í umferðinni.

En umferðaröryggi er ekki átaksverkefni. Við þurfum að sýna árvekni og vinna saman að því að fækka slysum alla daga ársins. Þar ganga atvinnubílstjórar á undan með góðu fordæmi og vagnstjórar Strætó hafa sýnt það á síðustu árum að hægt er að fækka slysum. Við getum verið stolt af þeim árangri sem náðst hefur, en um leið er möguleiki á að gera enn betur.

Það má þó ekki gleyma því að við berum öll ábyrgð í umferðinni. Fækkun slysa verður trauðla náð nema allir ökumenn leggist á eitt. Við munum gera okkar, en við biðlum til allra um að taka þátt í þessu verkefni með okkur. Við biðjum ykkur um að virða forgang Strætó og sýna því skilning þegar vagnar þurfa að komast út af biðstöðvum og inn í umferðina á ný. Aukinn skilningur okkar allra í umferðinni er forsenda þess að við getum fækkað slysum, ekki síst í ljósi þess að umferðin eykst ár frá ári.

➜ En umferðaröryggi er ekki átaksverkefni. Við þurfum að sýna árvekni og vinna saman að því að fækka slysum alla daga ársins.

Við erum öll hluti af þeirri umferð og sem samfélag þurfum við öll að taka ábyrgð. Strætó bs. og VÍS munu huga að öryggismálum næsta mánuðinn. Við munum gefa skilaboð til starfsfólks okkar, farþeganna, en einnig annarra í umferðinni. Vertu með okkur í átakinu og gerum alla daga að öryggisdögum.

NÝ BÓK

3.998 KR

netto bækur
Kræsingar & kostakjör

www.netto.is
Mjódd · Salavegur · Hverafold · Grandi
Höfn · Grindavík · Reykjanesbær
Borgarnes · Egilsstaðir
Selfoss · Akureyri

✝

Elskuleg móðir okkar,
tengdamóðir, amma og langamma,

HALLDÓRA KRISTJÁNSDÓTTIR
Hamraborg 30,

lést 28. október og verður jarðsungin frá Kópavogskirkju mánudaginn 4. nóvember kl. 13.00.

Alfons Hannesson
Bonita L. Hannesson
Valgerður Hannesdóttir
Haraldur Helgason
Svandís Hannesdóttir
Elías B. Árnason
Jóhanna Benný Hannesdóttir
Elfar Eiðsson

✝

Ástkær eiginkona mín, móðir,
tengdamóðir og amma,

KATRÍN HJARTARDÓTTIR
Laugarnesvegi 87,

lést á Hrafnistu í Reykjavík þriðjudaginn 29. október. Útförin fer fram frá Árbæjarkirkju fimmtudaginn 7. nóvember kl. 13.00.

Magnús Þorvaldsson
Hjörtur Þorgilsson
Erla Leósdóttir
Helga Katrín Hjartardóttir
Hlynur Pálsson
Magnús Rúnar Hjartarson

✝

Elsku konan mín, mamma okkar,
fósturmamma, dóttir, systir og mágkona,

NÍNA BJÖRK SIGURÐARDÓTTIR,

lést á sjúkrahúsi í Svíþjóð miðvikudaginn 30. október.

Flosi Eiríksson
Eyrún Flosadóttir, Kári Flosason, Eiríkur Flosason,
Júlíus Flosason
Sigurður Ó. Kjartansson
Eyrún Gunnarsdóttir
Kjartan Ó. Sigurðsson
María Dröfn Steingrímsdóttir
Inga Sigurðardóttir
Ingólfur E. Kjartansson

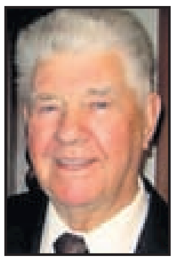
Ástkær eiginmaður minn og besti vinur,
faðir, stjúpfaðir, sonur, bróðir, tengdasonur
og mágur,

REGIN MOGENSEN

lést á líknardeild Landspítalans þriðjudaginn 29. október. Útför hans fer fram frá Hallgrímskirkju miðvikudaginn 6. nóvember kl. 13.00. Blóm og kransar vinsamlegast afþakkaðir en þeim sem vilja minnast hans er bent á Minningarsjóð líknardeildar LSH, sími 543 1000.

Sara Lind Þórðardóttir
Viktoría Nótt Mogensen
Þórunn Helga Mogensen
Gunnar Atli Snorrason
Diljá Gunnarsdóttir
Birta Mogensen
Þorsteinn Pétur Guðjónsson
Þórður Harðarson
Guðrún Kristjánsdóttir
Rakel Ósk, Eva Ösp og Marta Rún Þórðardætur

✝



Innilegar þakkir fyrir auðsýnda samúð,
vináttu og hlýju vegna fráfalls elskulegs
föður okkar, tengdaföður, afa og langafa,

ÞÓRMARS GUÐJÓNSSONAR
Vallarbraut 6, Njarðvík.

Sérstakar þakkir til starfsfólks D-deildar á Heilbrigðisstofnun Suðurnesja fyrir einstaklega góða umönnun og hlýtt viðmót.

Elías Þórmarsson
Anna Eyjólfsdóttir
Jóhanna Þórmarsdóttir
Björn Kristinsson
Árni Geir Þórmarsson
Linda Stefánsdóttir
Adda Þórunn Þórmarsdóttir
Frederick H. Plott
Gunnar Þór Þórmarsson
Jenný Olga Eggertsdóttir
barnabörn og barnabarnabörn.

✝

Innilegar þakkir fyrir auðsýnda samúð
og hlýhug við andlát og útför elskulegrar
móður okkar, tengdamömmu og ömmu,

ÞÓRUNNAR KRISTJÁNSDÓTTUR
EYLANDS.

Margrét Eylands
Frank Brandsås
Þóra Eylands
Elísa, Eirík og Þórunn

ÞETTA GERÐIST: 1. NÓVEMBER 1988

Fjórburar fæddust á landinu og lifðu

Fyrsta fjórburafæðing á Íslandi þar sem öll börnin lifðu átti sér stað þennan mánaðardag árið 1988 er fjögur stúlkubörn voru tekin með keisaraskurði á fæðingardeild Landspítalans. Aðgerðin tók rúman klukkutíma.

Í frétt Vísis er haft eftir Auðólfi Gunnarssyni, sérfræðingi í kvenlækningum, að systurnar hafi vegið á bilinu 1.707-1.826 grömm og fæðst sex vikum fyrir tímann. Til að byrja með voru þær settar í hitakassa og fylgst náið með heilsu þeirra og framförum.

Fæðing fjórburanna var önnur í röðinni á heimsvísu þar sem tæknifrjóvgun var beitt. Tvisvar áður var vitað til að konur hefðu gengið með fjórbura á Íslandi; í fyrsta sinn árið 1880 og í annað skiptið 1957. Þá lifðu þrjú barnanna eftir fæðingu.

Líkur á því að fjórburar komi undir eru 1 á móti 500.000.

VERKEFNASTJÓRINN Gunnhildur verður á ferðinni á morgun milli vinnustofa myndlistarmanna að taka myndir af því sem þar fer fram.

Síðasti gjörningur Rósku er meðal atriða

Dagur myndlistar er á morgun, laugardag. Hann verður haldinn hátíðlegur víða um land, listamenn fara í skóla og lýsa iðju sinni og hafa vinnustofur opnar fyrir gesti og gangandi.

„Þessi dagur hefur verið árviss um nokkurt skeið og er í sífelldri þróun. Hann er mjög kraftmikill og skemmtilegur viðburður,“ segir Gunnhildur Þórðardóttir, verkefnastjóri dags myndlistar. „Í Bíói Paradís verður forsýning á síðasta gjörningi Rósku úr safneign Nýló og á veggnum í Bókabúð Máls og menningar er sýning eftir ungan myndlistarmann, Arnar Ásgeirsson,“ nefnir hún sem dæmi um nýjungar í dagskránni. Gunnhildur telur að sjaldan eða aldrei hafi fleiri listamenn tekið þátt í degi myndlistar en að þessu sinni. „Það eru hundrað myndlistarmenn úti um allt land sem bjóða almenning velkominn á vinnustofur sínar þar sem gestum gefst kostur á að skoða vinnuaðstöðu þeirra og verk, spjalla beint við þá og fræðast um starfið,“ útskýrir Gunnhildur „Þannig gefum við listamönnum tækifæri til að kynna starf sitt fyrir almenningi og víkka sýn hans á myndlist og vinnuna sem fer fram bak við tjöldin.“

Nokkrir tugir skóla á öllu landinu hafa lýst yfir áhuga á að fá til sín listamenn í heimsókn í kjölfar dags myndlistar.

Á vefsíðu Dags myndlistar, www.dagurmyndlistar.is, er hægt að skoða stutt viðtöl við myndlistarmenn og aðra tengda starfsgreininni um starfið. Einnig er á síðunni gagnvirkt kort til að finna allar opnar vinnustofur, upplýsingar um myndlistarmennina sem taka þátt í verkefninu í ár og margt fleira.

gun@frettabladid.is

✝

Hjartans þakkir fyrir samúð og vinarhug við
andlát og útför mannsins míns, föður okkar,
bróður, tengdasonar og mágs,

ANDRÉSAR SVAVARSSONAR
Þingási 45, Reykjavík.

Þóra Stephensen
Örvar Andrésson
Dagbjört Andrésdóttir
Guðni B. Svavarsson
Kristín Ólafsdóttir
Þórir Stephensen
Dagbjört G. Stephensen
Elín Stephensen
Ólafur Þ. Stephensen
Halldóra Traustadóttir
Viðar Gíslason

✝

Faðir okkar, tengdafaðir og afi,

AGNAR INGÓLFSSON
prófessor,
Hlíðarvegi 62, Kópavogi,

lést á heimili sínu fimmtudaginn 10. október. Útförin hefur farið fram í kyrrþey að ósk hins látna.

Torfi Agnarsson, Ingi Agnarsson og fjölskyldur.

✝

Ástkær móðir okkar, tengdamóðir,
amma og langamma,

HELGA JÓNSDÓTTIR
áður til heimilis í Ljósheimum 2,

lést á Hrafnistu í Reykjavík föstudaginn 25. október. Útförin fer fram frá Dómkirkjunni í Reykjavík miðvikudaginn 6. nóvember kl. 15.00. Þeim sem vilja minnast hennar er bent á Blindrafélagið.

Fyrir hönd fjölskyldunnar,
Jensína S. Jóhannsdóttir
Guðmundur A. Jóhannsson

✝

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

GUÐBJÖRG BÁRÐARDÓTTIR
Hjallaseli 27,

lést á líknardeild Landspítalans í Kópavogi aðfaranótt mánudagsins 28. október sl. Útförin fer fram frá Seljakirkju mánudaginn 4. nóvember kl. 13.00.

Garðar Einarsson
Einar Már Garðarsson
Eimee Damasin
Garðar Már og Eythan Már
Ágústa Bárðardóttir
Þorsteinn Þorsteinsson
Elínborg Bárðardóttir
Ómar Sigfússon
Sigurbjörn Bárðarson
Fríða Steinarsdóttir
Bárður Bárðarson

FÓLK

KYNNINGARBLAÐ

LITLU JÓLIN Í TÚNGÖTU 7

Geðhjálp tekur forskot á litlu jólin með bílskúrssölu að Túngötu 7 á morgun, laugardag, frá klukkan 14 til 17. Hægt er að gera góð kaup á ýmsum varningi.

Gjöfin sem gefur til baka

Frí heimsending á höfuðborgarsvæðinu

Logy flytur inn nuddtæki frá þýska fyrirtækinu Casada.

Tækjunum kynntist eigandinn í Danmörku þar sem hún var við nám í Iðjuþjálfun og voru þau notuð í endurhæfinu þar.
Fagfólk mælir með vörunum.

Nýung hjá Logy er Miniwell nuddpúðinn
- Hann er einstaklega öflugur og léttur.
- 12 volt, hægt að nota í bíl.
- Notaður á allann líkamann.
- Nær einstaklega vel uppí hnakka.
- Hefur reynst gigtarsjúklingum vel.

Púðinn er einungis seldur á kynningum og heimssíðunni logy.is

Lögð er áhersla á persónulega sölu og kúnninn fái leiðbeiningar og fræðslu. Við komum með kynningar í fyrirtæki og á vinnustaði.

Þetta er sannarlega gjöf sem gefur tilbaka

Margrét Sæberg nuddari.

Logy.is
sími 588-2580
eða 661-2580.

OUTLET

SKÓR

Fullt af ódýrum skóm á alla á frábæru verði

Kulda skór
kr. 6.900
St. 22-26

Kulda skór
kr. 7.900
St. 27-35

Dömu skór
kr.9.900
St. 36-41

Herra skór
kr. 9.900
St. 39-48

Dömu skór
kr. 9.900
St. 35-40

OUTLET-SKÓR | FISKISLÓÐ 75 | 101 REYKJAVÍK

Opið: mán-fös 13-18 & lau 12-16 sími: 514 4407

ELDAÐ MEÐ HOLTA

HOLTA KYNNIR *Úlfar Finnbjörnsson er einn færasti kokkur landsins. Hann sér um sjónvarpsþáttinn Eldað með Holta á ÍNN. Þar fáum við að fylgjast með honum elda ljúffenga kjúklingarétti úr Holta-kjúklingi.*

Matreiðslumaðurinn Úlfar Finnbjörnsson sér um sjónvarpsþáttinn Eldað með Holta á ÍNN. Þar eldar hann ljúffenga rétti úr Holta-kjúklingi fyrir áhorfendur. Hér færir Úlfar okkur, ásamt Sævari Karli Kristinssyni yfirmatreiðslumanni á Borg Restaurant, uppskrift að marineruðum kjúklingalærum með wok-grænmeti og ljúffengri sósu. Hægt er að fylgjast með Úlfari elda þessa girnilegu máltíð í kvöld klukkan 21.30 á sjónvarpsstöðinni ÍNN. Þættirnir verða svo endursýndir yfir helgina. Einnig er hægt að horfa á þá á heimasíðu ÍNN, inntv.is.

BRAGÐGÓÐIR KJÚKLINGALEGGIR Wok-grænmeti og ljúffeng sósa koma við sögu í rétti dagsins frá Holta. MYND/DANÍEL

MARINERAÐIR KJÚKLINGALEGGIR
MEÐ WOK-GRÆNMETI OG LJÚFFENGRI SÓSU

KJÚKLINGUR
- 1 kg úrbeinuð kjúklingalæri

MARINERING Á KJÚKLING
- 1 bolli soyasósa
- 1 bolli appelsínusafi
- 1 bolli olía
- 1 stk. bird eye chili
- 25 g rifið engifer
- ½ hvítlauksgeiri, rifinn niður
- 2 msk. ristuð og mulin corianderfræ

Öllu blandað saman og sett á kjúklinginn. Hann er látinn marinerast í sólarhring og síðan grillaður.

SÓSA
- 500 ml jógúrt
- 30 g hunang
- 100 g salthnetu-paste
- börkur af einu lime
- 1 geiri hvítlaukur, rifinn niður
- 15 g engifer, rifið niður
- Kóríander, saxaður
- 1 sítrónugras, rifið niður
- 1 stk. bird eye chili, saxað smátt
- Salt
- Lime-safi

Öllu blandað saman og smakkað til.

DRESSING Á WOK-GRÆNMETI:
- 2 bollar appelsínusafi
- 2 bollar olía
- 1 bolli soyasósa
- 1 msk. chili-flögur
- Söxuð minta

Öllu blandað saman

RÓTARGRÆNMETISSALAT:
- 1 kínahreðka
- 1 sæt kartafla

Grænmetið skorið þunnt með skrælara og kryddað með grænmetisdressingunni, salti og pipar.

GRASKER
- 1 stk. butternut-grasker

Graskerið skorið í báta og grillað þangað til rendur eru komnar í graskerið. Klárað að elda á 160°C í 5 mín. eða þangað til eldað í gegn. Grænmetisdressing er hellt yfir og kryddað með salti og pipar.

www.nings.is

FYRIR PARTÝIÐ

Sushi-, spjót- og smáréttabakkar

Stórhöfða • Suðurlandsbraut • Hlíðasmára • S. 588 9899

Pantanir þurfa að berast með dags fyrirvara

ALLIR Á AIRWAVES

Fimmtánda Iceland Airwaves-tónlistarhátíðin hófst á miðvikudaginn. Langt er síðan uppselt var á hátíðina en þeir sem ekki eiga armband geta sótt fjölmarga atburði sem eru utan dagskrár (off venue) um helgina. Þar spila flestir þeirra listamanna sem troða upp á hátíðinni á kaffihúsum, í verslunum og á tónleikastöðum í miðborg Reykjavíkur. Þessir tónleikar byrja upp úr hádegi alla daga og standa yfir fram á kvöld á meðan hátíðin stendur yfir en ókeypis er inn á þá. Á vef hátíðarinnar, icelandairwaves.is, má finna lista yfir alla „off-venue“ tónleikana auk þess sem hægt er að hlaða niður appi Airwaves-hátíðarinnar. Með því er hægt að skipuleggja eigin dagskrá um helgina og kynna sér þá listamenn sem koma fram. Meðal tónleikastaða má nefna Hörpu, Hlemm, Lucky Records, Laundromat Café, 12 Tóna, Norræna húsið og Eymundsson Austurstræti. Meðal þeirra fjölmörgu listamanna sem koma fram á utan dagskrár um helgina eru Retro Stefson, John Grant, Lay Low, Dikta, Ásgeir Trausti, KK og Hjaltalín.

ALLTAF FJÖR Frítt er inn á atburði utan dagskrár á Airwaves.
MYND/MAGNÚS ELVAR JÓNSSON

FJALLIÐ SIGRAÐ Gengið upp á Helgafell í haust í fallegu veðri. MYND/ÚR EINKASAFNI

SYNGJANDI VINKONUR Á FJÖLLUM

SÖNGELSKIR GÖNGUGARPAR *Vinkonurnar Marta María og Anna Herdís hafa gengið á eitt fjall í viku síðan í sumar og ætla að halda áfram í vetur.*

Vinkonurnar Marta María Friðriksdóttir og Anna Herdís Pálsdóttir hafa gengið á eitt fjall í viku síðan í sumar. Ferðirnar eru orðnar alls sautján talsins upp á þrettán mismunandi fjöll en það fjórtánda bætist í hópinn í vikunni. Marta María segir hugmyndina hafa kviknað yfir sushi og hvítvíni í miðbæ Reykjavíkur í sumar. „Við ákváðum að skella okkur upp á Helgafell daginn eftir. Svo þróaðist þetta þannig að við fórum á annað fjall viku síðar og á endanum settum við okkur það markmið að ganga á eitt fjall í viku. Upphaflega var það ekki ætlunin þannig að segja má að þetta hafi byrjað fyrir algjöra tilviljun.“

Flest fjöllin sem þær hafa gengið á eru í nágrenni Reykjavíkur en einnig hafa þær farið á Vatnsdalsfjall í Fljótshlíð og Miðhraunshlíð á Snæfellsnesi. „Ein skemmtilegasta ferð okkar í sumar var einmitt á Vatnsdalsfjall. Þar réðust kríur á okkur og þar gengum við á sokkaleistunum í mjúkum mosa því skórnir þrengdu að. Við höfum alltaf gengið tvær þótt ýmsir vinir okkar hafi lýst yfir áhuga á að koma með okkur. Þar sem Anna Herdís vinnur vaktavinnu höfum við ekki fastan göngudag og förum í gönguferðir á virkum dögum sem og um helgar. Við ákveðum tímasetningu göngunnar með fyrirvara og förum, sama hvernig viðrar. Enda höfum við gengið í sólskini, þoku, rigningu og roki. Sumarið var í minningunni frekar svalt og blautt en þegar við skoðum myndir úr ferðum okkar sjáum við að sumarið var bara alveg ágætt.“

Vinkonurnar syngja saman í Söngsveitinni Fílharmóníu og segir Marta María þær syngja mikið á göngunni, bæði raddað og óraddað. „Nú er kórinn til dæmis að æfa fyrir klezmer-tónleika sem haldnir verða 8. og 9. nóvember þar sem Ragnheiður Gröndal mun syngja með okkur ásamt hljómsveit. Það má því búast við að nokkur lög verði tekin í vikunni, líklega á leiðinni upp á Blákoll.“

GÖNGUGARPUR Marta María á Móskarðshnjúkum í sumar.
MYND/ÚR EINKASAFNI

MINNA BREYTTIR Á FERÐALAGI

Litlanefnd ferðaklúbbsins 4x4 sinnir eigendum minna breyttra jeppa og fer mánaðarlega í ferðir. Næsta ferð Litlunefndar verður farin þann 9. nóvember. Að þessu sinni er stefnan sett á Kerlingarfjöll. Kominn er einhver snjór á þessum slóðum og frostspá fram undan. Opnað verður fyrir almenna skráningu í dag, 1. nóvember.

Ferðir eru auglýstar á vefsvæðinu f4x4.is og þátttakendur verða að skrá sig í hverja ferð. Kynningarkvöld Litlunefndar eru á miðvikudegi fyrir hverja ferð og myndakvöld í opnu húsi á fimmtudegi eftir ferð. Ferðir með Litlunefnd eru án endurgjalds og allir þátttakendur eru á eigin ábyrgð.

FÓLK ER KYNNINGARBLAÐ sem býður auglýsendum að kynna vörur og þjónustu í formi viðtala og umfjallana ásamt hefðbundnum auglýsingum. Blaðið fylgir Fréttablaðinu daglega.

Útgefandi: **365 miðlar** | Ábyrgðarmaður: **Jón Laufdal**
Sölumenn: **Bryndís Hauksdóttir,** bryndis@365.is, s. 512 5434 **Sverrir Birgir Sverrisson,** sverrirbs@365.is, s. 512 5432 **Kolbeinn Kolbeinsson,** kolli@365.is, s. 512-5447 | Hönnun: **Silja Ástþórsdóttir**

MUNDU EFTIR AÐ FINNA
BESTA VERÐIÐ
ÁÐUR EN ÞÚ KAUPIR DEKK!
Er bíllinn tilbúinn fyrir veturinn?
Fólksbíladekk
Bjóðum fjölda tegunda af vetrar og heilsársdekkjum fyrir fólksbíla á frábæru verði.
Jeppadekk
Bjóðum fjölda tegunda af vetrar og heilsársdekkjum fyrir jeppa á frábæru verði.
BÍLKÓ
SMURÞJÓNUSTA
TILBOÐ
olís
Havoline
Castrol
RAFGEYMAR
TILBOÐ
EXIDE
EXIDE
BREMSUKLOSSAR
TILBOÐ
mintex
BREMSUKLOSSAR
TOYO TIRES
driven to perform
ÖRYGGI ALLAN HRINGINN
TOYO TIRES
driven to perform
Harðskeljadekk á frábæru verði
Toyo harðskeljadekk hafa sannað sig við íslenskar aðstæður.
SAILUN TIRES
HERCULES TIRES
RIDE ON OUR STRENGTH.
TOYO TIRES
Harðskeljadekk
IRONMAN TIRES
BÍLKÓ
Þjónustumiðstöð bílsins
Smiðjuvegi 34 |Rauð gata | www.bilko.is | Sími 557-9110

Langur laugardagur

30% AFSLÁTTUR
AF ÖLLUM VÖRUM
FÖSTUDAG OG LAUGARDAG

FLASH
Laugaveg 54,
sími: 552 5201
Vertu vinur

Lagersala

Seljum nokkrar gerðir af ljósmyndavörum
með góðum afslætti í dag
og á morgun kl. 10-16

Myndavélar, töskur, þrífætur,
skannar, flöss, vatnsheld hús, filterar o.fl.

FOTO VAL
Myndavéla-
viðgerðir
Skipholti 50B
Sími 553 9200

www.fotoval.is • mail: fotoval@fotoval.is

EYKUR LOFTGÆÐI Rakatæki af gerðinni Oskar má sjá hér á myndinni. Á neðri myndinni er lofthreinsitæki af gerðinni Viktor.

VINNUR GEGN MYGLUSVEPP OG BÆTIR LOFT

BOSCH-BÚÐIN KYNNIR *Kjörrakastig á heimilum er milli 40 til 60% en algengt rakastig á íslenskum heimilum að vetrarlagi er undir 30%. Góð leið til að auka loftgæði er að hafa bæði raka- og lofthreinsitæki á heimilum.*

Loftgæði skipta fólk miklu máli. Við öndum inn og út um 20 þúsund sinnum á hverjum degi sem gerir um 12.000 lítra af lofti. Því er mikilvægt að loftgæði séu góð svo þau vinni ekki gegn heilsu fólks. „Við Íslendingar erum svo heppnir að búa við hreint og gott loft. En kannski er það þess vegna sem við hugum ekki nægilega vel að loftgæðum inni á heimilum okkar," segir Ólafur Óskarsson, verslunarstjóri Bosch-búðarinnar í Hlíðasmára 3. Mikil umræða hefur verið í íslensku samfélagi um myglusvepp, sem getur verið afar erfitt vandamál. Ólafur segir fólk hins vegar ekki gera sér grein fyrir að loftgæði versni til muna á veturna. „Rakastigið utandyra lækkar mikið yfir vetrartímann á norðurslóðum," útskýrir hann og bætir við að því hjálpi ekki að opna glugga. „Loft utandyra sem er við frostmark (0°C) getur aðeins innihaldið fjögur grömm af vatni á hvern rúmmetra en í innilofti við 20 gráður geta verið 20 grömm af vatni á rúmmetra," segir Ólafur. Mælt er með því að rakastig á heimilum sé á bilinu 40-60% en yfir vetrartímann er ekki óalgengt að rakastig á íslenskum heimilum falli niður undir 30%. „Rakaskort á heimilum á vetrartíma er til dæmis hægt að yfirvinna með hjálp rakatækis. Best er síðan að hafa bæði raka- og lofthreinsitæki á heimilum til þess að stemma stigu við m.a. myglusvepp, ryki, bakteríum og þurru lofti."

Bosch-búðin selur raka- og lofthreinsitæki frá svissneska fyrirtækinu Stadler Form. Fyrirtækið hefur fimmtán ára reynslu á þessum markaði og framleiðir breiða línu af rakatækjum sem eru seld út um allan heim. „Lofthreinsi- og rakatækin frá Stadler Form eru vönduð og fagurlega hönnuð eins og fjöldi verðlauna ber vitni um," segir Ólafur, en nánari upplýsingar um fyrirtækið má nálgast á www.stadlerform.ch. Þá má einnig nálgast upplýsingar um framboð og verð á www.bosch.is.

Rakatækin hafa öll silfurkubb sem eyðir bakteríum ef frá er talið minnsta tækið, sem er ferðarakatæki. Rakatækin eru af nokkrum gerðum, bæði tæki sem gefa frá sér gufu og hljóðbylgur og tæki sem gefa frá sér raka á náttúrulegan hátt í gegnum síu þar sem engin gufa er sjáanleg. Lofthreinsitækin draga að sér loft sem fer í gegnum öflugar síur sem hreinsa loftið. Einnig er hægt að fá sambyggt raka- og lofthreinsitæki.

ÓLAFUR ÓSKARSSON

KOSTIR ÞESS AÐ HAFA KJÖRRAKASTIG (Á MILLI 40 TIL 60%) ERU MEÐAL ANNARS:

- **Nef, augu og húð finna ekki fyrir þurrki.**
- **Hættan á að smitast af flensu minnkar: Veirur og bakteríur lifa í styttri tíma í lofti með hærra rakastigi.**
- **Minna álag á slímhúð sem minnkar líkur á veikindum.**
- **Betri svefn.**
- **Minni þreyta og betri einbeiting.**
- **Ryk minnkar: Þeir sem þjást af einhvers konar ofnæmi geta dregið andann djúpt því raki bindur ryk.**
- **Ver húsgögn, viðargólf og málverk gegn sprungum og aflögun.**
- **Stilling hljóðfæra breytist síður.**

LOFTHREINSITÆKI:

- **Hreinsar loftið og stuðlar að góðri heilsu.**
- **Eyðir ólykt, ryki, svifryki, bakteríum, veirum, frjókornum, rykmaurum og öðrum örverum í híbýlum okkar.**

Lífið

FÖSTUDAGUR
1. NÓVEMBER 2013

Árný Þórarinsdóttir og Helga Guðrún Vilmundardóttir
STÁSSHILLA FÆR ATHYGLI VÍÐA 2

Ásta S. Einarsdóttir framkvæmdastjóri Dr. Braga í London
ÍSLENSK VÍSINDI Í HÚÐVÖRUM 4

Ástrós Erla Benediktsdóttir og Nemita Margrét förðunarfræðingar
HREKKJAVÖKUFÖRÐUN 14

Eva Dögg Sigurgeirsdóttir

FRAMTÍÐ MÍN ER ÓSKRIFAÐ BLAÐ

FRÉTTABLAÐIÐ
visir.is/lifid

HVERJIR HVAR?

Fjöldi fólks sótti upphafskvöld tónlistarhátíðarinnar Iceland Airwaves á miðvikudag. Þeirra á meðal voru fótboltakappinn **Heiðar Helguson**, fjölmiðlamaðurinn **Gísli Marteinn Baldursson** ásamt Skarphéðni Guðmundssyni dagskrárstjóra hjá RÚV, **Unni Eggertsdóttur** og meðlim hljómsveitarinnar **Of Monsters and Men.**

Lífið
Hamingja, fólk og annað frábært

Umsjón blaðsins
Marín Manda Magnúsdóttir
marinmanda@frettabladid.is
Umsjón Lífsins á Vísir.is
Ellý Ármanns
elly@365.is
Útgáfufélag
365 miðlar ehf.
Forsíðumynd
Valgarður Gíslason
Auglýsingar
Atli Bergmann
atlib@365.is
Hönnun
Silja Ástþórsdóttir
siljaa@frettabladid.is
Lífið
Skaftahlíð 24,
105 Reykjavík,
sími 512 5000
www.visir.is/lifid

Hár Ásgeir Hjartarson
Makeup Bergþóra Þórsdóttir
Stílisti Marín Mandas

HÖNNUN HILLA FRÁ STÁSSI VEKUR ATHYGLI ERLENDIS

Árný Þórarinsdóttir og Helga Guðrún Vilmundardóttir reka hönnunarfyrirtækið Stáss. Hilla frá fyrirtækinu hefur fengið mikla umfjöllun í erlendum tímaritum og bloggi.

„Við vitum ekki nákvæmlega hvaðan þessi mikli áhugi er sprottinn, en hillan hefur greinilega vakið athygli einhverra og svo hefur það undið upp á sig. Þetta er frekar sérstakt húsgagn og því er gaman að sjá hversu góð viðbrögðin hafa verið,“ segir Árný Þórarinsdóttir sem rekur hönnunar- og teiknistofuna Stáss ásamt Helgu Guðrúnu Vilmundardóttur. Hilla frá fyrirtækinu hefur vakið töluverða athygli og fengið mikla umfjöllun í erlendum hönnunartímaritum og -bloggi.

Hillan var hönnuð í fyrra og sýnd á Stockholm Furniture and Light Fare í Svíþjóð. Að sögn Árnýjar er hugmyndin að hönnuninni sprottin út frá þörfum tvíeykisins.

„Flest sem við hönnum er sprottið út frá eigin þörfum, okkur vantaði húsgagn undir lykla, póst og annað smádót. Þótt hillan hafi upphaflega verið hugsuð í forstofuna er hún líka sniðugt náttborð,“ útskýrir Árný. Hönnunarritið Icon er á meðal þeirra erlendu miðla sem fjallað hafa um hilluna. Í umfjöllun þess segir að hillan sé hið fullkomna húsgagn undir smáhluti.

Árný og Helga Guðrún stofnuðu Stáss árið 2008 og sinna nú arkitektúr samhliða vöruhönnuninni. „Við erum báðar arkitektar og stofnuðum Stáss eftir að við misstum vinnuna. Þá voru að koma jól og við byrjuðum á að hanna jólaskraut úr plexígleri. Við erum týpískt hrunfyrirtæki,“ segir hún að lokum og hlær. **- sm**

Hönnunartvíeyki Helga Guðrún Vilmundardóttir og Árný Þórarinsdóttir mynda hönnunartvíeykið Stáss. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

FRÁBÆRT GEYMSLURÝMI

„Hillan Fold, hönnuð af Árnýju Þórarinsdóttur og Helgu Guðrúnu Vilmundardóttur sem reka íslenska hönnunarfyrirtækið Stáss, hentar vel inn á öll nútímaheimili. Hægt er að koma henni fyrir í forstofunni, svefnherberginu eða eldhúsinu og er hún tilvalin undir lykla, umslög, klink, bækur og farsíma.“
- Iconeye.com

„Óvanaleg en praktísk leið til að geyma lyklana, bréfin, klinkið, skartgripina, bækurnar og alla hina smáhlutina sem liggja vanalega á víð og dreif. Þessi pena hilla er úr smiðju íslensku arkitektanna Árnýjar Þórarinsdóttur og Helgu Guðrúnar Vilmundardóttur.
- Decorationstyle.net

„Íslenska hönnunarfyrirtækið Stáss var stofnað af arkitektunum Árnýju Þórarinsdóttur og Helgu Guðrúnu Vilmundardóttur. Fyrirtækið hefur hannað hilluna Fold, fjölnota geymslurými sem fæst í grænbláum eða gráum lit.
- Flodeau.com

Ágúst Guðmundsson, sölustjóri JBS, hjá heildversluninni Rún.

Ronaldo og Richard Chai hönnuðu línuna saman.

NÆRFATALÍNA RONALDO TIL ÍSLANDS

Ágúst Guðmundsson, sölustjóri JBS á Íslandi, segir mikla eftirvæntingu ríkja fyrir nærfatalínunni CR7.

„Metnaðurinn í nærfatalínunni liggur ekki eingöngu hjá JBS heldur einnig hjá Ronaldo sjálfum sem kom að allri hönnun og framleiðslu því hann þurfti að leggja blessun sína á vörurnar,“ segir Ágúst Guðmundsson, sölustjóri JBS, á Íslandi. Nýja nærfatalínan ber nafnið CR7 sem eru upphafsstafir nafns portúgölsku knattspyrnuhetjunnar Christianos Ronaldo. Línan er sprottin af samstarfi hans við bandaríska fatahönnuðinn Richard Chai sem áður hafði hannað fyrir Marc by Marc Jacobs. CR7-línan leggur ríka áherslu á yngri viðskiptavini en í línunni eru nærföt fyrir unga stráka, unglinga og fullorðna. Nærfötin eru væntanleg í verslanir í nóvember og munu fást í fjölmörgum litasamsetningum. „Danska fyrirtækið JBS hefur lagt mikið í þessa nærfataherferð en fyrirtækið er mjög rótgróið og þekkt fyrir mikil gæði,“ segir Ágúst að lokum.

Ronaldo er átrúnaðargoð margra fótboltastráka víða um heim.

CLINIQUE DAGAR Í LYFJU

1.–7. NÓVEMBER

20% afsláttur af CLINIQUE vörum

Glæsilegur kaupauki fylgir með ef verslað er fyrir 6.900 krónur eða meira af Clinique vörum*

* meðan birgðir endast

Kaupaukinn inniheldur:

Superdefense SPF 25 Age Defense Moisturizer, 15 ml.
Fyrir þurra/blandaða húð.

Liquid Facial Soap Mild, 30 ml
Fljótandi húðhreinsir, fyrir þurra/blandaða húð.

High Impact Maskari, 3.5 ml
Vinsælasti maskarinn okkar, svartur

All About Eyes, 7 ml
Næringarríkt augnkrem.

Bashful Blushing Blush kinnalitur

Long Last Glosswear SPF 15.
Litur: Air Kiss, 2.3 ml

Ég ferðast mikið á milli Íslands og Spánar og framan af einkenndist húðin á mér einnig af þessum ferðalögum. Sveiflurnar í bæði hita- og rakastiginu höfðu ruglandi áhrif á jafnvægi húðarinnar, sem í mínu tilfelli er í þurrari kantinum.

Mér var sagt að CC kremið frá Clinique væri lausnin á mínum vanda og það var hverju orði sannara. CC kremið gefur mér nauðsynlegan raka og virðist henta jafnt í hita og kulda. Það jafnar húðlitinn án þess að hylja of mikið og er þess vegna fullkomið hversdags.

Mér finnst áferðin á CC kreminu alltaf koma vel út en aldrei betur en þegar ég hef notað 3-þrepa hreinsilínuna frá Clinique á undan og jafnvel Laser Focus serumið líka.

Inga Lind Karlsdóttir sjónvarpskona

Superdefence CC Cream SPF 30
Litað dagkrem sem leiðréttir litamisfellur í húð ásamt því að vernda húðina fyrir fyrstu merkjum öldrunar vegna umhverfisins.

CLINIQUE

Ofnæmisprófað. 100% ilmefnalaust.

Kaupaukarnir eru fáanlegir Í Lyfju Nýbýlavegi, Smáratorgi, Smáralind, Lágmúla, Laugavegi, Reykjanesbæ, Ísafirði og Egilsstöðum

LYFJA
- Lifið heil

GÓMSÆTI FÓLK ELSKAR SÚKKULAÐI

Listakokkurinn Yesmine Olsson hefur nóg fyrir stafni en hún gefur út matreiðslubókina Í tilefni dagsins, heldur námskeið heima hjá sér og kemur með nýtt chili-súkkulaði á markað.

„Þetta er svolítið nýtt og spennandi fyrir mig en bókin var skrifuð í stíl við sjónvarpsþáttinn minn, Framandi og freistandi, sem sýndur var á RÚV, segir Yesmine Olsson og bætir við: „Ég hef ferðast víða um heiminn svo að matarþekking mín er mjög víðtæk. Ég ákvað að bókin myndi innihalda upplifanir mínir af gómsætum mat sem passar við ýmis tilefni,“ útskýrir hún. Bókin heitir Í tilefni dagsins og er væntanleg á næstunni. Hún er ætluð sem hvatning til fólks að skella sér í eldamennskuna og styðjast við uppskriftir í bókinni sem henta viðkomandi degi vikunnar. „Ég er búin að byggja þetta upp í tíu mismunandi kafla en er með sömu áherslu og áður á krydd-aða rétti.“ Yesmine segir bókina hafa verið stórt og mikið verkefni en hún slær hvergi slöku við því í nóvember mun hún vinna þétt með kokkunum í Hörpudisknum í Hörpu með uppskotsmatseðli af réttum úr bókinni. Jafnframt heldur hún áfram að bjóða upp á indversk matreiðslunámskeið heima hjá sér. Hægt er að panta námskeið á yesmine.is

Flest fólk elskar súkkulaði og segist hún því hafa fengið þá skemmtilegu hugmynd að koma með sitt eigið eftirréttasúkkulaði á markað sem mun vera stökkt hreint chili-súkkulaði. „Þetta verður fáanlegt í Hörpudisknum og á völdum kaffihúsum því ég verð jú að hafa tíma til að búa þetta til,“ segir hún að lokum.

Ég hef ferðast víða um heiminn svo að matarþekking mín er mjög víðtæk. Ég ákvað að bókin myndi innihalda upplifanir mínir af gómsætum mat sem passar við ýmis tilefni

MAKE UP FOR EVER
PROFESSIONAL – PARIS

FASHION ACADEMY
REYKJAVÍK

NÝJAR ANNIR HEFJAST Í NÓVEMBER - MARS - ÁGÚST
WWW.FASHIONACADEMY.IS - INFO@FASHIONACADEMY.IS - 571 5151

Nanna Ósk Jónsdóttir, eigandi Dance Center Reykjavík, og Kameron Bink dansari.

HREYFING
DANSAÐU Á TOPPNUM

Nanna Ósk Jónsdóttir rekur dansskólann Dance Center Reykjavík og hvetur dansara til að dansa með Kameron Bink.

„Við erum að bjóða upp á krefjandi danstíma fyrir þá sem eru í atvinnumennsku, að klára danslistarnám og þá sem eru lengra komnir. Kameron Bink kennir þessa tíma en hann á glæsilegan feril að baki og er hokinn af reynslu,“ segir Nanna Ósk Jónsdóttir eigandi Dance Center Reykjavík. Hann dansar með ballettflokknum Rock the ballet og hefur tekið þátt í fjölmörgum uppfærslum víða um heim. Árið 2007 komst hann á topp tíu-lista í alþjóðlega sjónvarpsþættinum So You Think You Can Dance en sú reynsla kom honum á kortið. Nanna segir Bink vera mjög fjölhæfan kennara þar sem hann kenni bæði nútímadans, hip hop og djassfunk. Hún telur Bink vera einn af fáum dönsurum sem geta dansað bæði klassískan dans og hipphopp. „Oft eru dansarar mjög sérhæfðir í einum stíl en svona menn opna náttúrulega dyrnar fyrir dansara sem vilja komast út í heim þar sem samkeppnin er gríðarlega mikil,“ útskýrir hún. Aðspurð segir hún þau vera að reyna að tengja íslenska dansara í atvinnumennsku við erlenda markaðinn og því ætti fólk að nýta sér þetta tækifæri. Nánari upplýsingar fást á dancecenterreykjavik.is

Iceland Airwaves dagskrá í IÐU Lækjargötu og IÐU Vesturgötu

IÐA

föstudagur IÐA Lækjargata 2a
16.00
Soffía Björg
17.15
Robert the Roommate
18.15
Saktmóðigur

föstudagur IÐA Zimsen Vesturgata 2a
14.00 Parker Ainsworth & Hanna Leess
14.30 Aragrúi
15.20 Kjurr
18.00 DJ Silja Glömmi

laugardagur IÐA Lækjargata 2a
14.30
Bjarki Karlsson flytur ljóð úr verðlaunabókinni
Árleysi alda við tóna Hilmars Arnar Hilmarssonar
15.15
Leaves
16.15
Parker Ainsworth & Hanna Leess
17.00
Biggi Hilmars

20% afsláttur af tónlist
út Airwaves hátíðina

Lækjargata 2a og Vesturgata 2a 101 Reykjavík opið 9 - 22 alla daga

HÚÐIN ÍSLENSK VÍSINDI Í HÁGÆÐAHÚÐVÖRUM FRÁ DR. BRAGA

Ásta S. Einarsdóttir framkvæmdastjóri snyrtivörulínunnar Dr. Bragi í London

Ásta S. Einarsdóttir segir vörurnar vera einstaklega hreinar en þær innihalda engin rotvarnarefni, ilmefni, litarefni, olíur eða paraben.

Ég kynntist þessum vörum fyrir rúmlega tveimur árum þegar vinkona mín og einn meðeigenda minna í dag spurði mig hvort ég hefði heyrt af þessum íslensku hágæðahúðvörum. Hvorug okkar hafði heyrt um Dr. Braga áður og forvitni okkar var vakin," segir Ásta S. Einarsdóttir sem nú er framkvæmdastjóri Dr. Braga í London. Hún segir hrifningu sína af vörunum hafa verið hvatann að því að auka hróður íslenskra vísinda og framleiðslu bæði á Íslandi og erlendis. „Mér þótti mjög spennandi að til væru íslenskar hágæðahúðvörur sem hafa einstaklega mikla virkni án þess að skaða húðina."

Maðurinn á bak við vísindin er Jón Bragi Bjarnason heitinn, doktor í lífefnafræði. Eftir að hafa rannsakað virkni sjávarensíma í þrjátíu ár þróaði hann vörurnar en prófanir sýndu fram á græðandi áhrif á húðina. „Ég kynntist dóttur Jóns Braga, Sigurrósu, þegar við vorum saman í Fegurðarsamkeppni Íslands á sínum tíma og ég vona að fjölskylda hans sé ánægð með að við séum að halda nafni hans og vísindum á loft," útskýrir Ásta. Vörulínan verður fljótlega fáanleg í Harrod´s og segir Ásta vörurnar vera einstaklega hreinar en þær innihalda engin rotvarnarefni, ilmefni, litarefni, olíur eða paraben. Jafnframt hafi fólki með húðvandamál eins og exem fundist vörurnar slá á einkennin. Viðtökurnar hafa verið glimrandi í Bretlandi og eru Beckham-hjónin og leikkonurnar Thandie Newton og Sienna Miller meðal annars viðskiptavinir Dr. Braga. „Annars eru ekki síðri meðmæli að mamma mín notar ekkert annað og er oft búin að fá verðskuldað hrós fyrir hversu vel hún líti út og falleg húð hennar sé. Vörurnar sem innihalda sjávarensímin virka eins og rakakrem, augnkrem og serum allt í senn," segir hún.
Ásta hefur búið erlendis síðustu 17 árin en hún stundaði MBA-nám í New York áður en hún flutti til London með fjölskyldu sína árið 2005. „Við vöndum okkur mikið við að tala góða og fallega íslensku á heimilinu og ég er mjög stolt af krökkunum fyrir það hve góða íslensku þau tala þrátt fyrir að hafa aldrei gengið í íslenskan skóla." Hægt er að fá nánari upplýsingar á drbragi.is.

Vörurnar hafa fengið talsverða umfjöllun í erlendum miðlum á borð við tískutímaritið Vogue.

AUGLÝSING: MIÐBORGIN OKKAR KYNNIR

MIÐBORGARVAKA TIL TÍU Í KVÖLD

Miðborgarvaka verður haldin í fyrsta sinn í kvöld. Þá verða verslanir í miðborginni opnar til klukkan 22 og bjóða auk þess upp á skemmtiatriði, veitingar og ýmis góð tilboð. Búast má við miklum mannfjölda í miðbænum enda stendur hin frábæra Airwaves-hátíð sem hæst.

„Þetta er þáttur í þeirri viðleitni að gera borgina glaðari, skemmtilegri og gestrisnari," segir Jakob Frímann Magnússon, framkvæmdastjóri Miðborgarinnar okkar, um Miðborgarvöku sem haldin verður í fyrsta sinn í kvöld. Af því tilefni verða verslanir opnar til klukkan 22 og bjóða upp á skemmtileg og góð tilboð, skemmtiatriði og jafnvel veitingar af ýmsu tagi. „Við stefnum á að halda slíka Miðborgarvöku tvisvar á ári, að hausti og vori, en í ár ber hátíðina upp á sama tíma og Airwaves-hátíðina og því ljóst að mikill fjöldi fólks verður í bænum í kvöld og skemmtanir á hverju götuhorni," segir Jakob Frímann.

Jakob Frímann Magnússon framkvæmdastjóri Miðborgarinnar okkar.

„Okkur langaði að búa til viðburð á tíma þegar annars er lítið að gerast, á haustin og vorin," segir Tinna Brá Baldvinsdóttir, eigandi verslunarinnar Hríms, en hún situr í stjórn Miðborgarinnar okkar. „Við vildum einnig tengja okkur betur við þá viðburði sem eru í bænum, líkt og Airwaves núna," segir hún.

Tinna Brá Baldvinsdóttir eigandi verslunarinnar Hríms.

Tinna segir bæinn stappaðan af fólki þessa stundina. „Gestir Airwaves voru farnir að streyma að strax á mánudaginn og það er allt annar bragur á bænum núna þegar hann er stútfullur af tónlistarunnendum og hipsterum," segir hún glaðlega og býst við miklum mannfjölda í bænum í kvöld og afar góðri stemningu enda veðurspáin mjög fín.

Fyrir utan fín tilboð bjóða sumir verslunareigendur í miðbænum upp á fjölbreytt skemmtiatriði. „Sumir verða með utandagskrárviðburði í tengslum við Airwaves, aðrir verða með plötusnúða," segir Tinna en auk þess verða margir með vín og konfekt sem þeir bjóða viðskiptavinum sínum upp á. Hún bendir á að Langur laugardagur verði einnig á sínum stað á morgun líkt og ávallt fyrsta laugardag hvers mánaðar.

Tinna segir góða samstöðu ríkja meðal verslunareigenda í miðborginni. „Hér er mikill uppgangur og samhugur og við reynum stöðugt að finna upp á einhverju nýju og skemmtilegu til að draga fólk að," segir hún og hlakkar til kvöldsins.

Fleiri upplýsingar um Miðborgina okkar má nálgast á www.midborgin.is.

Miðbærinn fyllist af fólki í kvöld bæði vegna Airwaves-hátíðarinnar og Miðborgarvöku sem haldin verður í fyrsta sinn. MYND/STEFÁN

CANADA GOOSE®
CANADA GOOSE® ARCTIC PROGRAM
TRILLIUM
MONTEBELLO
CITADEL
KENSINGTON
VICTORIA
CHILLIWACK
HYBRIDGE LITE
CHATEAU
GRÍPTU GÆSINA
MIKIÐ ÚRVAL AF CANADA GOOSE DÚNÚLPUM
SPORTÍS
MÖRKIN 6 | 108 REYKJAVÍK | S:520-1000 | SPORTIS.IS

NAFN: Eva Dögg Sigurgeirsdóttir.
ALDUR: 43 ára.
STARF: Ritstjóri og mamma
HJÚSKAPARSTAÐA: Í sambúð með Bjarna Ákasyni
BÖRN: 4 – Fannar Daníel 20 ára, Sara Ísabella 14 ára, Bjarni Gabríel 5 ára og Viktor Áki 2 ára. Svo á ég þrjár stjúpdætur

EVA DÖGG KONUR ERU MEÐ HUNDRAÐ HLUTVERK Í DAG

Eva Dögg Sigurgeirsdóttir er stórglæsileg fjögurra barna móðir. Hún rekur sinn eigin tískuvef og á næstunni kemur út fyrsta bókin hennar, Tískubókin – í stíl við þig. Lífið ræddi við Evu Dögg um stórbrotið fjölskyldulíf, barneignir á miðjum aldri, vonbrigði með skólakerfið og listina að lifa fyrir daginn í dag.

Eva Dögg er borgarbarn í húð og hár en hún ólst upp í Reykjavík hjá móður sinni, Eddu Björgvinsdóttur leikkonu, og Gísla Rúnari Jónssyni, stjúpföður sínum. Leiklistin heillaði ekki og sem barn þráði hún að ferðast um heiminn og verða flugmaður en fyrst og fremst vildi hún verða ofurskvísa, rétt eins og amma Gréta. Um nokkurra ára skeið bjó Eva Dögg í Santa Fe í Kaliforníu í Bandaríkjunum og lærði Fashion Merchandising og útskrifaðist árið 2011 með MBA-gráðu í viðskiptum og stjórnun frá Háskólanum í Reykjavík.

***Hefurðu verið eitthvað í leiklistinni?** Lékstu ekki örlítið í myndinni Hrafninn flýgur?* „Mín fyrsta reynsla í sjónvarpi var þegar ég var plötuð til að leika í sjónvarpsmynd sex ára gömul og foreldrar mínir lofuðu mér að fara í margar dótabúðir ef ég bara leiddi hermann yfir torg. Ef vel er að gáð þá sést hermaður leiða barn sem lítur út fyrir að vera eskimói sökum grátbólgins andlits. Það var ég. Svo var ég pínd í áramótaskaup og þjáðist fyrir það þegar mér var strítt í skólanum út af því. Mig langaði aldrei að verða leikkona því mér fannst þetta alveg hræðilegt enda alveg nóg af leiklist allt í kringum mig,“ segir hún brosandi.

Þú hef gjarnan nefnt að mamma þín, Edda Björgvinsdóttir, sé sú sem að þú lítur mest upp til. Er það ekki rétt? „Ég lít upp til allra jákvæðra dugnaðarforka og mamma tilheyrir þeim hópi. Mér finnst í raun íslenskar konur ótrúlega duglegar konur og í senn þær glæsilegustu í heiminum. Ef konur eru jákvæðar, sjálfum sér samkvæmar og góðar manneskjur þá lít ég upp til þeirra. Mamma er mjög skemmtileg og á það til að ráðleggja mér því hún veit alltaf betur. Það héldu allir að það væri bara áramótaskaup alla daga á mínu heimili þegar ég var barn en, ó nei, mamma mín var ábyggilega strangasta mamman á svæðinu.“

Fyrsta tískublogg landsins

Hefur þú ætíð verið meðvituð um tískustrauma? „Það má segja að ég hafi verið meðvituð um tískustrauma frá blautu barnsbeini. Ég man að foreldrar mínir, sem voru róttækir hippar, áttu ekki orð þegar ég fimm ára stóð uppi á steini á leiðinni yfir Kjöl og ímyndaði mér að ég væri á hælaskóm. Ég talaði stanslaust um skó sem ég hafði sé í glugga í verslun Steinars Waage á Laugavegi. Þeir voru úr gallaefni með gulu blómi og smáhæl. Vá hvað mig dreymdi um að eignast þá.“

Nú rekur þú tískuvefinn tíska.is. Hvað varð til þess? „Ég opnaði fyrst tiska.is árið 1999 en þá var þetta í raun fyrsta netverslunin á Íslandi sem seldi fatnað, fylgihluti og snyrtivörur. Þá var orðið blogg ekki til og því má segja að þetta hafi verið fyrsta tískubloggið á Íslandi því við vorum einnig með tískufréttir. Eftir að ég eignaðist litlu prinsana mína ákvað ég að vinna heima í stað þess að fá mér au-pair því ég uppgötvaði að ég gæti ekki unnið fullt starf sem útivinnandi framakona. Ég ákvað að opna vefinn á ný og í dag erum við sjö sem stöndum að honum. Það eru Dóra Lind, Sigga Kling, Edda

Skólinn og kennararnir eiga stóran þátt í að móta framtíð barnanna okkar og geta hreinlega lagt barn í einelti. Ég barðist fyrir syni mínum í skólakerfinu lengi

Björgvins, Ásgeir Hjartarson, Silla Make-up og Harpa Sif ásamt mér. Fram undan eru spennandi nýjungar sem verða komnar þegar vefurinn verður eins árs í desember.“

Finnur þú fyrir mikilli útlitsdýrkun hér á landi? „Já, að vissu leyti. Með tilkomu forrita á borð við Photoshop og þess háttar, þá birtir enginn ljóta mynd af sjálfum sér neins staðar. Ég upplifi útlitsdýrkun að hluta til hjá minni kynslóð þar sem fjöldinn allur fer og lætur lyfta, sprauta, græja og gera. Af hverju skyldu konur vilja láta sprauta í allar hrukkur? Vegna þess að umhverfið kallar á það. En ég er þeirrar skoðunar samt að maður eigi að fylgja innsæi sínu og ef fólki líður betur með slétt enni eða stórar varir, þá er það í fínu lagi.“

Nú ertu að fara gefa út Tískubókina – í stíl við þig á næstu vikum. Segðu örlítið frá frá henni. „Ég var búin að ganga lengi með þessa hugmynd í maganum enda hef ég skrifað um tískutengt efni fyrir fjölmiðla í mörg ár. Tíska er mér mikið hjartans mál. Svo elska ég fallega hluti og lykt af nýjum fatnaði. Þetta eru engin geimvísindi og ég vil alls ekki breyta konum en mig langar bara að hjálpa konum til að verða besta útgáfan af sjálfri sér. Bókin er byggð upp á skemmtilegum og góðum ráðum um útlit og klæðaburð og skemmtilega myndskreytt. Þetta er eins og ein stór skvísubók sem hentar breiðum aldurshópi. Bókin mun einnig hjálpa konum að spara peninga og vera smart í leiðinni. Það finnst mér vera mikilvægt.“

Framinn og fjölskyldan

Eva Dögg segist ætla að fylgja bókinni eftir og stefnir á að halda fyrirlestra og veita ýmsa ráðgjöf fyrir konur á öllum aldri. Hún segist hafa fengið mikinn stuðning við verkefnið frá góðu fólki. „Maðurinn minn er búinn að veita mér mjög mikinn stuðning og hvatti mig áfram til að skrifa þessa bók. Nú þarf ég hins vegar á „tölvuafeitrun“ að halda. Ég sit nefnilega oft fram eftir með tölvuna og læt fjölskylduna sitja á hakanum. Nú er ég sem sagt komin í tölvustraff á kvöldin.“

Hvernig hefur þér tekist að blanda saman vinnu og fjölskyldulífi? „Þegar ég hef gaman af því sem ég er að gera, þá get ég unnið nótt og dag. Það gerast töfrar þegar það er gaman í vinnunni. Stundum langar mig þó að fara úr ofurkonubúningunum því samfélagið gerir ákveðnar kröfur í dag. Konur eru með hundrað hlutverk og við berum svo mikla ábyrgð. Við eigum að hafa áhugamál, vera góðar vinkonur, kærustur, framakonur, elskhugar og þéna á við karlmennina. Mér fallast hendur við að hugsa til þess hvernig ég var að vinna áður en ég átti þessa litlu gæja mína. Mæður okkar voru að berjast fyrir rétti kvenna og því tel ég að gerðar hafi verið óraunhæfar kröfur til okkar kynslóðar. Því er ég oft að vernda börnin mín svo þau upplifi ekki þessa pressu.“

Eva Dögg á stóra fjölskyldu í dag en hún er í sambúð með Bjarna Ákasyni og saman eiga þau tvo drengi. Þegar þau kynnt-

Myndaalbúmið

Eva Dögg með móður sinni, Eddu Björgvins.

Eva Dögg og litli molinn.

Hér er hún komin í veiðigallann.

Eva Dögg ásamt Bjarna Ákasyni og sonum þeirra.

20-40%

afsláttur af öllum vörum

aðeins þessa helgi

Siffon mussurnar komnar
Áður kr 12.900
nú aðeins kr 6.990
Stærð medium til XXL

Háu aðhaldsbuxurnar komnar
Verð áður kr 9.900
nú aðeins kr 6.990
Stærð small til XXL

COSMO
Kringlunni

ust var hún tveggja barna móðir og hann átti þrjár dætur. Hún segir frá því hvernig samsettar fjölskyldur krefjast mikillar málamiðlunar og oft myndist togstreita. „Stundum hefði maður viljað læra áfangann „fjölskylda 101“,“ segir hún flissandi. „Það er svo margt sem gengur á þegar fjölskyldur tengjast en börnin velja ekki stjúpforeldrana og foreldra sína. Fólk verður að vinna saman með skilning á báða bóga, kurteisi og virðingu án þess að reyna að þóknast. Ég get því vel ímyndað mér að allar ráðgjafarskrifstofur séu fullar af svoleiðis fjölskyldum.“

Nýr kafli í lífinu

Hvernig er svo að eignast lítil börn þegar hin eru uppkomin? „Þessir litlu guttar tengja okkur öll betur saman og það er eins og ég sé bara byrjuð upp á nýtt. Það myndast betri vinskapur og tenging við eldri börnin. Í dag hugsa ég bara að ég vilji njóta barnanna og skítt með þvottinn. Það þarf bæði rigningu og sól til að gera regnboga. Maðurinn minn þarf að ferðast töluvert og ég þarf að standa vaktina 24/7. Þegar maður ákveður að eignast börn á miðjum aldri þá finnst manni nú helvíti skítt að þurfa að vera með þau í pössun allan daginn og líka á kvöldin. Það eru því forréttindi að vinna heima og skapa eitthvað skemmtilegt.“

Í stríði við skólakerfið

Þú hefur talað opinskátt um að skólakerfið hafi brugðist syni þínum á unglingsárunum fyrir að hafa verið með sérþarfir? „Ég hef átt margar andvökunætur út af þessu máli en stundum voru símtöl milli mín og skólastjórans fram á nótt. Skólinn og kennararnir eiga stóran þátt í að móta framtíð barnanna okkar og geta hreinlega lagt barn í einelti. Ég barðist fyrir syni mínum í skólakerfinu lengi. Hann fékk ADHD-greiningar en það uppgötvaðist mjög seint. Hann þurfti hjálp en hvatvísir krakkar stjórnast af aðstæðum og eru áhrifagjarnir. Það er hræðilegt að fá athygli fyrir að vera vandmál en hann var bara fyrir í skólanum og mér fannst þau útiloka málin. Það þarf aldeilis að taka til í þessu kerfi því þar er fullt af fólki sem er ekki starfi sínu vaxið. Menntasvið Reykjavíkurborgar stóð með mér en á endanum lét ég hann skipta um skóla rétt fyrir 10. bekk og setti hann á sjálfstyrkingarnámskeið hjá Dale Carnegie. Ég velti oft fyrir mér hvort ég hefði getað gert eitthvað öðru vísi og hvort ég hefði gert eitthvað vitlaust. Allar mæður vilja hjálpa börnunum sínum og vernda þau. Eftir þessa upplifun sína valdi hann að fara út af beinu brautinni en í dag er hann kominn aftur og stendur sig einstaklega vel og er flottur ungur maður.“

Hver eða hvað veitir þér innblástur í þínu daglega lífi? „Að lesa eitthvað jákvætt og uppbyggilegt og vera innan um skemmtilegt fólk. Maður velur ekki fjölskyldu sína en vinina á maður að velja vel. Að horfa á fallegt listaverk og skoða fallegan atkitektúr veitir mér einnig innblástur. Að hlæja nógu mikið að liðinni fortíð því nútíðin er gjöf og framtíðin er óskrifað blað.“

Uppáhalds

MATUR?
Humar og Pekingönd.

DRYKKUR?
Ég drekk mikið af vatni, gæti dottið í gamla góða kókistann en svo finnst mér kampavín ógeðslega gott og Cava.

VEITINGAHÚS?
Hótel Holt.

VEFSÍÐA?
www.tiska.is

VERSLUN?
Ég ótal margar uppáhalds verslanir sem eru Kúltúr, Eva, Zara, Lindex, Ted Baker jú, með dassi af H&M.

HÖNNUÐUR?
Coco Chanel, Lagerfeld, Balenciaga, Moschino og Malene Birger.

HREYFING?
Mér finnst frekar leiðinlegt að æfa en ofurþjálfarinn Arnar Grant þjálfar mig tvisvar í viku í World Class.

DEKUR?
Kertaljós heitur pottur, tónlist og góður andlitsmaski. Annars fer ég alltaf í Laugar spa sem er best geymda leyndarmálið í bænum.

Þetta eru engin geimvísindi og ég vil alls ekki breyta konum en mig langar bara að hjálpa konum að vera besta útgáfan af sjálfri sér

AUGLÝSING: FÖNDRA KYNNIR

Með Photo Transfer er auðvelt að færa myndir yfir á hvaða flöt sem er og búa þannig til persónulegar jólagjafir. MYND/VALLI

PERSÓNULEGRI GJAFIR

Verslunin Föndra á Dalvegi 18. býður úrval einfaldra lausna til að útbúa fallegar jólagjafir heima. Persónulegar myndir á lugtir og púða eru vinsælt til gjafa.

„Það er mjög vinsælt að setja mynd yfir á gömlu sultukrukkuna og búa þannig til fallegt ljósker eða setja mynd yfir á blindramma og jafnvel á púða. Þetta er gert með nýju efni, „Photo Transfer“, en með því er auðvelt að færa myndir yfir á mismunandi fleti, svo sem tau, gler, tré og fleira. Þannig verður ekkert mál að búa til persónulegar jólagjafir með myndum af fjölskyldunni eða heimilisdýrinu,“ segir Björg Benediktsdóttir, eigandi verslunarinnar Föndru á Dalvegi 18. Í Föndru er úrval sniðugra lausna í skemmtilegar og persónulegar jólagjafir gerðar í höndunum.

„Hér er hægt að fá endalausar hugmyndir og leiðbeiningar eru inni á vefnum okkar, www.fondra.is,“ segir Björg. „Það er til dæmis mjög vinsælt að gera kerti með myndum. Þá er notað sérstakt kertalím með eldvörn; „Kerzen Potch“. Límið er hitaþolið og því brennur pappírinn síður. Þegar kertið er brunnið til hálfs er sniðugt að setja sprittkerti ofan í hólkinn sem myndast og úr verður falleg lukt,“ útskýrir Björg en á kertin er hægt að setja persónulegar myndir eða finna fallega mynd í safni kertamynda á Facbook-síðu Föndru.

Skartgripir eru einnig vinsælir í jólapakkann og í Föndru eru haldin námskeið í skartgripagerð sem Björg segir afar vinsæl hjá vinkvennahópum.

„Oft koma mæðgur eða systur saman og búa til festar og armbönd.

Þá eigum við mikið úrval af garni og vefnaðarvöru, uppskriftir og sníðablöð og meðal annars dönsku sniðin frá Onion, sem passa okkur Íslendingum svo vel.“

Nánar má skoða úrvalið, námskeið og fylgjast með fréttum hjá Föndru á Facebook.

TÆLANDI KVENDJÖFULL OG STRIPPARI

Hvað ætlar þú að gera í tilefni hrekkjavökunnar?

„Ég ætla ekki að gera neitt sérstakt um helgina í tilefni hrekkjavökunnar og ég verð því miður ekki á landinu. Ég hef lítið haldið upp á hrekkjavökuna undanfarin ár en það er samt gaman að þessu.“

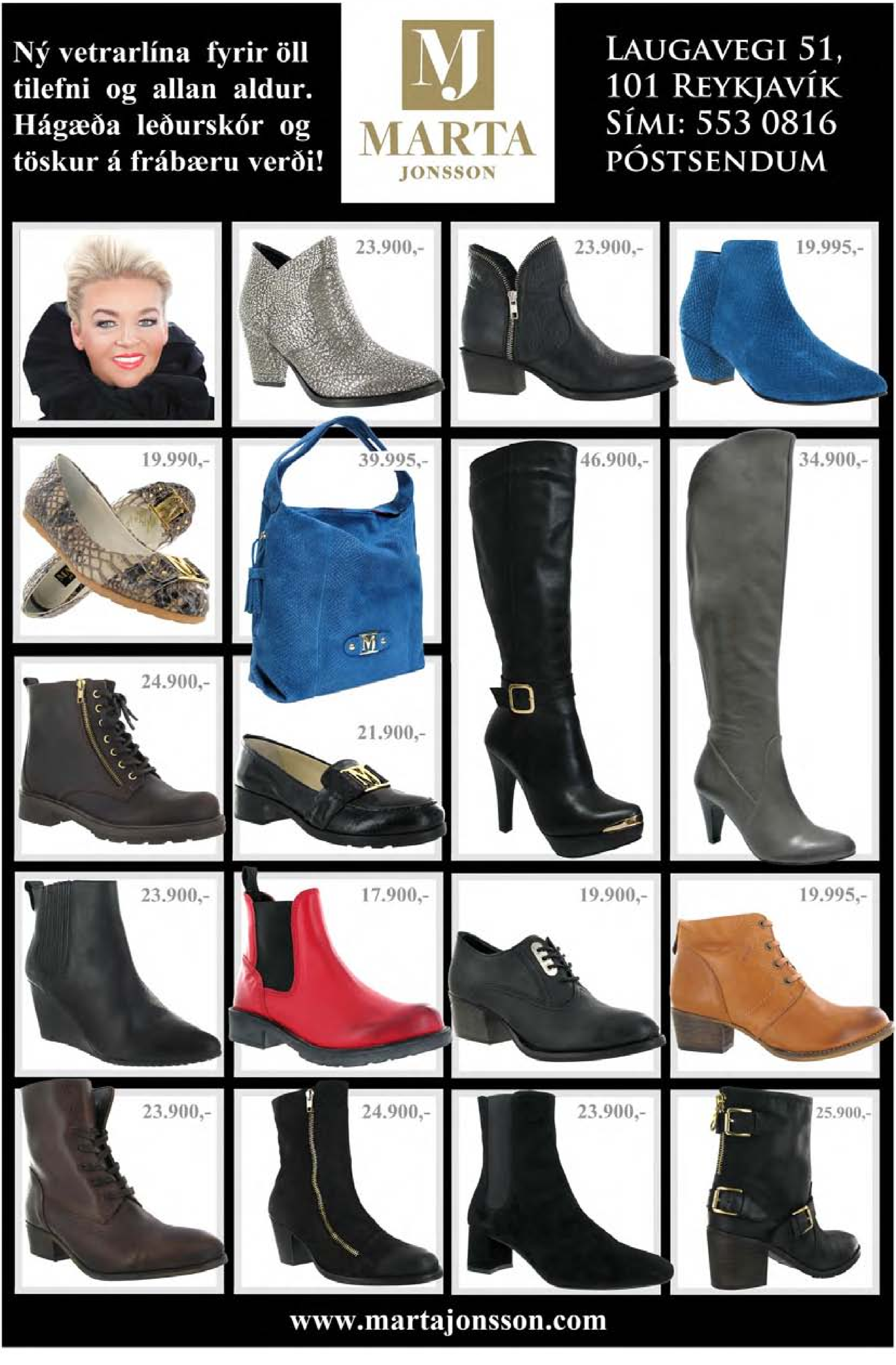
Jóhanna Guðrún Jónsdóttir söngkona

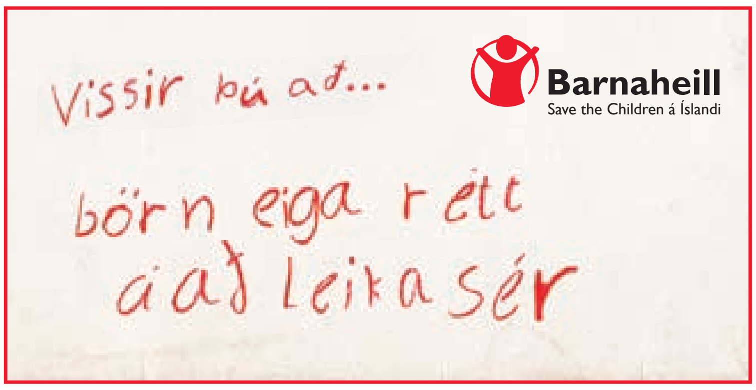
„Ég verð í bænum, á Airwaves um helgina í tilefni hrekkjavökunnar. Það er samt aldrei að vita nema maður skelli sér í einhvern flottan búning af því tilefni og jafnvel í stripparabúning.“

Bjarni Lárus Hall tónlistarmaður t

„Það er aldrei að vita. Ég var að koma til Reykjavíkur og þarf aðeins að kanna stemminguna áður en ég læt vaða í búning. Ég hef aldrei farið í búning á hrekkjavöku þannig að það kitlar mig svolítið. Ef ég færi í búning myndi ég líklega helst koma mér í gervi tælandi kvendjöfuls.“

Ásdís Rán Gunnarsdóttir fyrirsæta


Ný vetrarlína fyrir öll tilefni og allan aldur. Hágæða leðurskór og töskur á frábæru verði!
MJ
MARTA
JONSSON
LAUGAVEGI 51,
101 REYKJAVÍK
SÍMI: 553 0816
PÓSTSENDUM
23.900,-
23.900,-
19.995,-
19.990,-
39.995,-
46.900,-
34.900,-
24.900,-
21.900,-
23.900,-
17.900,-
19.900,-
19.995,-
23.900,-
24.900,-
23.900,-
25.900,-
www.martajonsson.com



KÖKUR HREKKJAVÖKUKÖKUR

Berglind Hreiðarsdóttir heldur glæsileg kökugerðarnámskeið og deilir frábærum hugmyndum á gotteri.is

Köngulóarvefur – bollakökur

Hvað þarf til?

- **Tilbúnar bollakökur**
- **Þykkan glassúr**
- **Matarliti**
- **Tannstöngla**

Aðferð

1 Bakið þær bollakökur sem ykkur þykja góðar. Á síðunni Gotterí og gersemar (gotteri.is) er að finna ýmsar uppskriftir í þeim efnum og að sjálfsögðu má líka notast við kökumix.

2 Útbúið þykkan glassúr með flórsykri og vatni, setjið bara nokkrar tsk. af vatni í einu og hrærið á milli. Þið viljið ekki að glassúrinn leki um of svo hafið hann nógu þykkan en þó þannig að hægt sé að dreifa úr honum með skeið yfir kökuna.

3 Skiptið glassúrnum niður í skálar eftir því hvernig þið viljið hafa köngulóarvefinn og botninn á litinn (athugið að minna magn þarf fyrir litinn á vefnum).

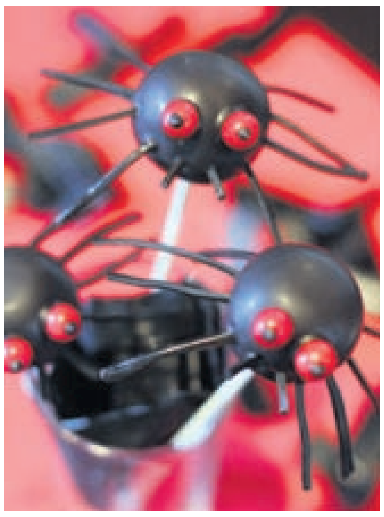
4 Setjið þann lit sem nota á fyrir vefinn sjálfan í zip-lock-poka eða sprautupoka með litlum stút og plastið endann á milli þess sem hann er notaður.

5 Smyrjið heillitnum á bolla-kökuna og teiknið því næst fjóra hringi með hinum litnum til að draga í vef.

6 Notið tannstöngul og dragið í gegnum báða litina (að ofan og niður) á 8 stöðum með jöfnu millibili.

Berglind Hreiðarsdóttir er dugleg að baka.

Margar sniðugar hugmyndir.



Glaðir og fúlir kökupinnar á hrekkjavökunni fyrir alla fjölskylduna.

RB
RÚM
70
ára
1943-2013
Allt fyrir svefnherbergið
Rúm | Sængurver | Springdýnur | Púðar og rúmteppi | Kistur og náttborð
Gaflar | Heilsukoddar | Dýnuhlífar og lök | Fylgihlutir
Íslensk hönnun
RB rúm | Dalshrauni 8 | Hafnarfirði | Sími: 555 0397
www.rbrum.is | rum@rbrum.is | erum á facebook
Opið alla virka daga frá kl. 09.00–18.00, laugardaga 10.00–14.00, sunnudaga lokað
Framúrskarandi fyrirtæki 2010
Framúrskarandi fyrirtæki 2011
Framúrskarandi fyrirtæki 2012

HREKKJAVÖKU FÖRÐUNARPARADÍS

Förðunardömurnar í NN makeupschool bjóða upp á opið hús og sýnikennslu í hrekkjavökuförðun á laugardag í stúdíóinu.

Það var verið að opna hjá okkur NN makeupstudio sem er opið alla daga frá 12-18 en fyrsta laugardag í hverjum mánuði ætlum við að vera með svokallaðan „workshopday“ þar sem við erum með opið hús og sýnikennslu,“ segir Ástrós Erla Benediktsdóttir skólastjóri NN makeupschool. Að þessu sinni er hrekkjavökuþema en kennd verður förðun sem hentar vel fyrir helgina. „Við munum sýna blöndu af fantasíu- og hrollvekjuförðun því mér finnst nauðsynlegt að förðun fyrir hrekkjavökuna sé örlítið ógnvekjandi.“ Það eru þær Ástrós Erla, Nemita Margrét og Kristín Stefánsdóttir sem sjá um sýnikennsluna á laugardaginn en Kristín gaf nýlega út bókina Förðun, skref fyrir skref. NN-förðunarstúdóið er opið frá 11-14 á laugardaginn og er öllum velkomið að líta inn, fá ráðgjöf og fylgjast með förðun. Jafnframt er hægt að panta förðun fyrir kvöldið. „Við erum að búa til förðunarstúdíó sem á að vera upplifun, eins konar förðunarparadís allra kvenna,“ segir Ástrós Erla að lokum.

Ástrós Erla og Nemida Margrét nota vörur frá Lit Cosmetics og Sugar Pill Cosmetics

Ógnvekjandi dúkka á halloween?

Zombieförðun ætti að vera mjög vinsæl um helgina.

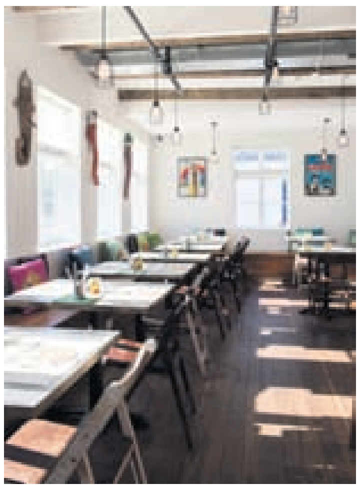
AUGLÝSING: HRAÐLESTIN KYNNIR

AFMÆLISLEIKUR UM BORÐ Í HRAÐLESTINNI

Hraðlestin er í uppáhaldi hjá unnendum austurlenskrar matargerðar. Um þessar mundir heldur staðurinn upp á tíu ára afmæli með ýmsum tilboðum og afmælisleik sem endar með Indlandsferð fyrir heppinn viðskiptavin.

Hraðlestin var fyrst opnuð á Hverfisgötu fyrir tíu árum og á mánudaginn hefst afmælisveislan. Tengsl Hraðlestarinnar við Indland eru mjög sterk eins og glögglega má sjá á stöðunum fjórum. Þar er lagt mikið upp úr því að gestirnir fái að upplifa ekta indverska stemningu. Fyrir utan staðinn á Hverfisgötunni er Hraðlestin í Hlíðasmára, Lækjargötu og nú í Kringlunni. „Okkur langar til að gera eitthvað alveg sérstakt vegna þessara tímamóta,“ segir Andrea Karlsdóttir hjá Hraðlestinni. „Því verður sannkölluð afmælishátíð sem hefst á mánudag, 4. nóvember, og stendur út mánuðinn.“ Allir viðskiptavinir Hraðlestarinnar setja nafn sitt í sérstakan afmælispott þegar þeir kaupa sér aðalrétt. Í hverri viku verða nöfn heppinna viðskiptavina dregin úr pottinum og fá þeir gjafakort hjá Hraðlestinni. Í lok mánaðarins verður síðan aðalvinningurinn dreginn út en það verður ævintýraferð til Indlands með öllu inniföldu, sérsniðin að þörfum þess sem hana hreppir.

Íslendingar hafa tekið Hraðlestinni ákaflega vel enda hefur staðurinn vaxið og eflst á þessum árum. Vandað hráefni er lykilatriði og eingöngu er notað sérinnflutt ekta indverskt krydd án allra aukefna. „Allur matur er unninn frá grunni og það hefur eflaust sitt að segja að matreiðslumenn hjá Hraðlestinni eru allir indverskir fagmenn með margra ára reynslu í matargerð.



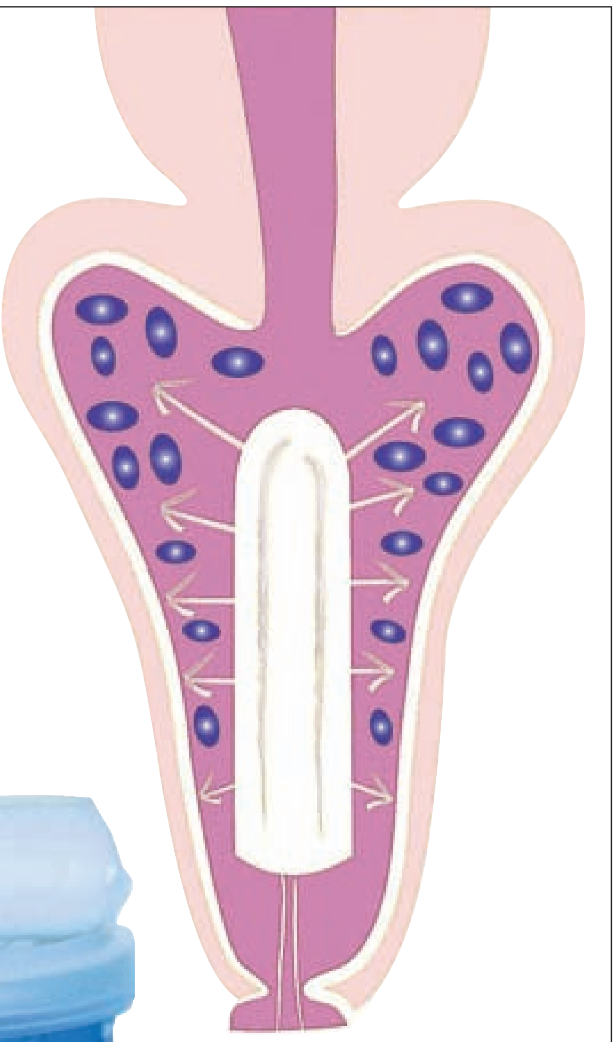
Mikið er lagt upp úr því að bjóða gæðamáltíð á hagstæðu verði,“ segir Andrea.

Þegar stöðunum fjölgaði jókst einnig fjölbreytnin á matseðlinum. Í Kringlunni og Lækjargötu er boðið upp á fjölbreytt úrval léttra rétta í hádeginu, svokallaða „Indian Street Food“ rétti. Að sögn Andreu er þetta ekki dæmigerður skyndibiti, heldur ljúffengir réttir sem fólk nýtur að borða. „Það er þó sífellt að aukast að fólk vilji njóta góðrar máltíðar á staðnum þótt margir kjósi að taka máltíðina með sér heim.“

Hraðlestin er dótturfyrirtæki Austur-Indíafjelagsins á Hverfisgötu sem hefur verið vinsælasti Asíustaður landsins í áratugi.

Skoða má matseðil og verð á heimasíðunni www.hradlestin.is. Hraðlestin er einnig á Facebook.

Hraðlestin var nýlega opnuð í Lækjargötu.



Kvensjúkdómalæknar um alla Evrópu mæla með notkun mjólkursýruvaranna frá Ellen. Í Ellen-tíðatöppum eru 100 milljón mjólkursýrugerlar sem stuðla að eðlilegu pH-gildi og bæta og styrkja eðlilega bakteríuflóru í leggöngum.

Einföld lausn

Mjólkursýrugerlar
Viðhalda eðlilegu pH-gildi

+

Tíðatappar
Þægilegir og halda vel

TÍÐATAPPAR OG KREM SEM KOMA JAFNVÆGI Á GERLAFLÓRUNA

Tíðatappar með mjólkursýrugerlum eru nýjung á íslenskum markaði. Þeir heita Ellen og koma jafnvægi á gerlaflóruna í leggöngum. Ellen-kremið er mýkjandi og ver kynfærasvæði kvenna gegn óæskilegum bakteríum.

Ellen-tíðatappar, sem eru framleiddir í Svíþjóð, henta öllum konum sem vilja vernda og viðhalda jafnvægi í leggöngum og stuðla að eðlilegu pH-gildi. Tíðatapparnir hafa reynst konum sem glíma við vandamál vegna kláða, ólyktar og ertingar sérstaklega vel. Þeir hafa einnig fyrirbyggjandi tilgang.

Hver tíðatappi inniheldur 100 milljónir mjólkursýrugerla en gerlarnir eru þekktir fyrir eiginleika sem bæta og styrkja eðlilega bakteríuflóru í leggöngunum. Níu af hverjum tíu konum finna fyrir óþægindum á kynfærasvæðinu einhvern tímann á lífsleiðinni og margar fá síendurteknar sveppasýkingar. Með notkun Ellen-tíðatappanna er eðlilegu pH-gildi haldið við, sem getur fyrirbyggt óþægindi.

Tapparnir eru ekki eingöngu hugsaðir fyrir konur með óþægindi heldur er mælt með því að allar konur noti þá til að stuðla að eðlilegri gerlaflóru og fyrirbyggja vandamál.

Frá sama framleiðanda fæst einnig krem sem mælt er með að nota samhliða töppunum og inniheldur einnig mjólkursýrugerla. Það er auk þess afar rakagefandi og hefur reynst vel eftir rakstur og vax á kynfærasvæði.

Kvensjúkdómalæknar um alla Evrópu mæla með notkun mjólkursýruvaranna frá Ellen. Þeir hafa einnig bent á að kremið innihaldi ekki vatn, sem þykir mikill kostur. Fáar vörur eru á markaði fyrir þetta svæði og hefur þeim verið tekið fegins hendi um allan heim. Krem og tíðatappar frá Ellen fást í öllum helstu apótekum.

Hvernig virkar varan? Raki sem myndast í Ellen-tíðatappa virkjar mjólkursýrugerla inni í honum en þeir vernda yfirborð slímhúðar gegn óæskilegum bakteríum. Mjólkursýrugerlar streyma frá tappanum í leggöngin og viðhalda pH-jafnvæginu.

Gerlarnir: Ellen-tappar- og krem innihalda mjólkursýrugerlana L. gasseri LN40, L. fermentum LN99 og L. rhamn_ osus LN113.

Notkun og stærðir: Tíðatapparnir fást í þremur stærðum. Þeir eru þægilegir og veita sömu vörn og venjulegir tíðatappar. Mikilvægt er að nægilegur raki komist í hvern tappa svo hann nái fullri virkni. Því getur verið gott að nota mismunandi stærðir af töppum eftir því hvort blæðingar eru litlar eða miklar. Mælt er með því að nota að minnsta kosti þrjá Ellen-tíðatappa á dag á meðan á blæðingum stendur í að minnsta kosti þrjá daga. Full virkni hefur átt sér stað eftir 90 mínútna notkun.

Ellen-krem

Ellen-krem er gott að nota samhliða töppum en einnig á öðrum tíma mánaðarins. Það inniheldur mjólkursýrugerla líkt og tapparnir, er rakagefandi og mýkir húðina. Kremið er upplagt á viðkvæma húð kynfærasvæðisins og gott að bera það á húðina eftir háreyðingu, vax og rakstur, sem getur verið afar ertandi fyrir húðina. Kremið er borið á útvortis en vegna þess að það inniheldur sömu mjólkursýrugerla og finna má á kynfærasvæði kvenna er í lagi að kremið berist í slímhúð. Við háreyðingu verður kynfærasvæðið berskjaldað fyrir bakteríum og er Ellen-krem hentugt sem öflug vörn gegn óæskilegum bakteríum. Kremið hentar konum á öllum æviskeiðum, líka þeim sem eru á breytingaskeiði.

...SPJÖRUNUM ÚR

Eik Gísladóttir

ALDUR: 38 ára
STARF: Sit í ritstjórn Kvennablaðsins. Menntuð grafískur hönnuður og hárgreiðslukona.

Hvern faðmaðir þú síðast? Strákana mína áður en þeir fóru í skólann.
En kysstir? Manninn minn áður en ég fór í vinnuna.

Hver kom þér síðast á óvart og hvernig? Þegar Heiðar bauð mér og vinkonu minni til NY á tónleika sem mig langaði rosalega til að fara á. Frábær ferð. (Takk fyrir mig, Heiðar minn.)

Hvaða galla í eigin fari ertu búin að umbera allt of lengi? Á erfitt með að treysta, vil helst gera allt sjálf svo að hlutirnir séu alveg eins og ég hugsaði þá.

Er óþolinmóð og vil að hlutirnir gerist strax!

Ertu hörundsár? Nei, það þekkist ekki á okkar heimili að fara í fýlu eða vera sár. Við bara ræðum hlutina.

Dansarðu þegar enginn sér til? Ég dansa alla daga, ein og þegar aðrir sjá til. Kemur manni í gírinn.

Hvenær gerðirðu þig síðast að fífli og hvernig? Mér finnst gaman að gera mig að fífli og fá aðra til að hlæja. En ætli það hafi ekki verið þegar ég var nýflutt heim og fór öfugan hring á hringtorginu í Kópavoginum og mætti bíl.

Hringirðu stundum í vælubílinn? Nei, það geri ég ekki. Það er minn stærsti kostur.

Tekurðu strætó? Nei, ég keyri bíl og hjóla mikið.

Hvað eyðirðu miklum tíma á Facebook á dag? Allt of miklum. Hætti á Facbook í byrjun árs og eyddi 70% vina og kolféll svo og byrjaði aftur. Facebook er ávanabindandi.

Ferðu hjá þér þegar þú hittir fræga eða heilsarðu þeim? Heilsaði þeim þar sem það var daglegt brauð að hitta þekktar manneskjur meðan við bjuggum úti en þegar ég hitti Gary Barlow þá titraði ég og hafði enga stjórn á taugunum.

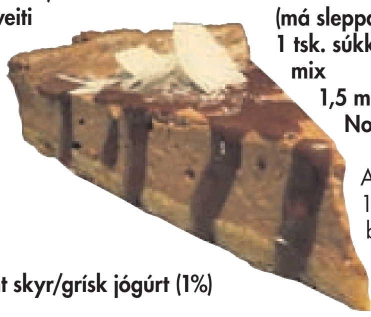
Lumarðu á einhverju sem fáir vinir þínir vita um þig? Nei, ég er eins og opin bók. Hef ekkert að fela.

Hvað ætlarðu alls ekki að gera um helgina? Ég ætla ekki að baka og alls ekki að taka til.

HELGARMATURINN SÚKKULAÐIKÓKOSOSTAKAKA

Ragnhildur Þórðardóttir einkaþjálfari

http://ragganagli.wordpress.com/



Botn:
80 g Now-möndlumjöl (Fjarðarkaup, Hagkaup, Lifandi markaður)
20 g kókoshnetuhveiti
12 g Fiber Sprinkle (má líka nota mulið hrökkbrauð)
1 eggjahvíta
1 dl möndlumjólk

Fylling:
450 g kotasæla
250 g kvark/hreint skyr/grísk jógúrt (1%)
2 msk. Now-erythriol (Fjarðarkaup, Hagkaup, Lifandi markaður)
1 msk. Walden Farms Marshmallow Dip (má sleppa)
1 tsk. súkkulaði, sykurlaust Jello-pudding-mix
1,5 msk. Hershey's ósætt kakó (Kostur)
Now-kókoshnetudropar

Aðferð
1. Hræra allt gumsið sem fer í botninn saman þar til það verður að deigi og hnoða í kúlu.
2. Setja kúluna á smjörpappírsklæddan botn úr smelluformi (20-25 cm í þvermál).
3. Setja annan smjörpappír yfir kúluna og fletja út með kökukefli þar til botninn hefur fyllt út í kantana.
4. Henda lummunni í 160°C heitan ofn í um 10 mínútur meðan fyllingin er gerð.
5. Hræra fyllinguna saman með töfrasprota.
6. Hella yfir botninn sem ætti nú að vera orðinn fallega gullinbrúnn.
7. Inn í ofn í 30-35 mínútur. Kakan á að vera aðeins „wobbly" þegar hún kemur úr sólbaðinu.

3
1. mánuðurinn ÓKEYPIS
Frábær dagskrá á Stöð 3
Laugardagsþátturinn með Frikka Dór*
Arrow
Graceland
Banshee
Game Tíví
The Mindy Project
Sleepy Hollow*
Einn vinsælasti nýi þátturinn í Bandaríkjunum.
Vampire Diaries
Super Fun Night
glee
Krakka stöðin
BARNAEFNI ALLA DAGA
Vandað talsett barnaefni og skemmtilegir þættir fyrir yngstu áhorfendurna alla daga.
Í eldhúsinu hennar Evu
Carrie Diaries
Nikita
Shameless
„Frábær sjónvarpsþáttur sem grípur mann frá fyrsta augnabliki.“
– The Hollywood Reporter
Verðlaunaleikarinn William H. Macy leikur aðalhlutverkið í þessum mögnuðu þáttum.
Dads*
X Factor USA
SkjárEinn 4.990 kr. á mánuði
Pretty Little Liars
Stöð 3 + Krakka stöðin + ♪ = 2.990 kr. á mánuði
Grimm*
*Hefst í nóvember
Tryggðu þér áskrift á www.stod3.is

BÍLAR & FARARTÆKI

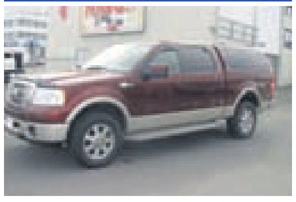
PLANIÐ bílasala 5170000

TOYOTA Hilux double cab sr d/c,. Árgerð 2005, ekinn 198 Þ.KM, dísel, 5 gírar. Verð 2.190.000. Rnr.300373. Gott verð.

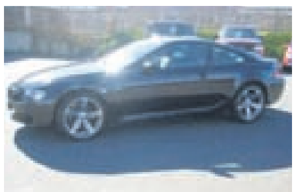
JEEP Grand cherokee limited 4x4. Árgerð 2006, ekinn 104 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur. Verð 3.150.000. Rnr.261260. Bíllinn er á staðnum

Bílasalan Planið
Korputorgi, Reykjavík
Sími: 517 0000
Opið mán - fös 10-18 og lau 12-16
www.planid.is

bilaborg.is
Sími 517-1111



FORD F150 Supercrew 4x4 king ranch . Árgerð 8/ 2007, ekinn 70 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur. Verð 3.390.000. Rnr.133219. Er staðnum uppl. síma 517-1111 eða 696-1001.



BMW M6. Árgerð 2007, ekinn 39 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur. Verð 13.900.000. Rnr.125316. Uppl. síma 517-1111 eða 696-1001 Glæsilegur bíll.

TOYOTA Land cruiser 200 vx. Árgerð 2008, ekinn 52 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur. Verð 8.900.000. Rnr.123660. DVD og fleira. er á staðnum.

Bílaborg
Stórhöfða 26, 112 Reykjavík
Sími: 517 1111
http://www.bilaborg.is

HEKLA REYKJANESBÆ

AUDI A1.S line Árgerð 2012, ekinn 9 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 4.490.000.Tilboðsverð 3.950.000 er með aukahluta pakka að upphæð kr 2.000.000 Rnr.110887.

Hekla Söluumboð
Njarðarbraut 13, 260 Reykjanesbæ
Sími: 420 3040
www.heklarnb.is

GEFÐU HÆNU
gjofsemgefur.is
907 2003
Hjálparstarf kirkjunnar

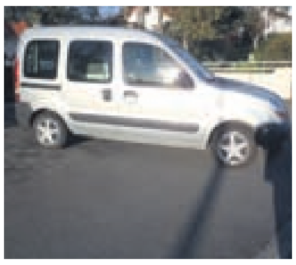
100bílar.is bílasala
Skráðu bílinn frítt hjá okkur

Skráðu bílinn frítt hjá okkur
100bílar.is bílasala

VANTAR ALLAR GERÐIR BÍLA Á SKRÁ OG Á STAÐINN!!, Komdu til okkar, sendu okkur mail á 100bilar@100bilar.is eða hringdu í síma 5179999, Skráðu bílinn frítt hjá okkur. Kíktu á www.100bilar.is

100 bílar ehf
Þverholt 6, 270 Mosfellsbær
Sími: 517 9999
Opið virka daga 10-18.00 og laugardögum 11-15.
www.100bilar.is

Bílar til sölu



RENAULT KANGOO

Til sölu Renault Kangoo árg. 2006 ekinn 94.000 km. sjálfskiptur í toppstandi og lítur mjög vel út. Verð 990.000-Uppl. S: 8936109.

Subaru impreza 4x4. 5. gíra. ,99 módel. skoðun ,14. Vetrardekk. Keyrður 136. km. s. 616 2597.

Rafmagn og Bensín. Nissan Leaf Rafbíll frá 2.995þ, Ford Focus Rafbíll frá 3.995þ, Chevrolet Volt Raf+Bensín frá 3.995þ Toyota Prius Plug-in Raf+Bensín frá 3.995þ, Toyota RAV4 Tesla rafbíll frá 4.995þ. Útsölutilboð á sýningabílum, eftirársbílum, rafbílum, metan/bensín/díselbílum. Íslensk ábyrgð og allt að 100% fjármögnun í boði. islandus.is - S.5522000.

HJÓLASTILLINGAR FYRIR FÓLKSBÍLA, JEPPA OG JEPPLINGA
VELDU ÖRYGGI
www.solning.is
SÓLNING
Smiðjuvegi • 544 5000
Hjallhrauni • 565 2121
Reundu við

0-250 þús.

SJÁLFSKIPTUR SPARIBAUKUR - 250 ÞÚS

RENAULT TWINGO 1,2 árg' 2000 ek.155 þús, ssk, eyðir mjög litlu og er ný kominn úr skoðun án athugasemda verð 250 þús möguleiki á 100% vis/ euro s.841 8955

250-499 þús.

VW golf árg. ,99, 16oo vél ek. skv mæli 160þkm. Tímareim tveggja ára. Beinsk 5g. sko 2014. Ágætur bíll sem lítur vel út. Fæst á 280.000 stgr s.893-5201.

500-999 þús.

FLOTTUR FORESTER TUBRO

SUBARU FORSTER 2.0 SXT 4WD TURBO 2003 ek.168 þús,ssk, leður, stór glerlúga, filmur, cruize, 17" álfelgur á heilsársdekkjum, mjög eigulegur og flottur bíll ásett verð 1190 þús TILBOÐ 950 ÞÚS möguleiki á allt að 100% visa/euro s.841 8955

SJÁLFSKIPTUR STATION Á GÓÐU TILBOÐ

FORD MONDEO 2.0 WAGON 2003 ek.148 þús, ssk, heilsársdekk, sk.14 mjög rúmgóður og þægilegur bíll sem lytur vel út, ásett verð 950 TILBOÐ 690 ÞÚS möguleiki á allt að 100% visa/euro láni s.841 8955

TYPE-R 200 HÖ

Honda Civic Type-R 200 hö árg.'02 ek.151 þús., 6 gíra, svartur lýtur vel út og virkar mjög vel, verð 1150 þús. miða við skipti eða 890 þús.stgr. og möguleiki á 100% lan vis/euro s.841 8955.

Bílar óskast

STAÐGREIÐI BÍLA 0-300 ÞÚS!

Óska eftir að kaupa bíla á allt að 300 þús. staðgreitt! Þeir mega þarfnast lagfæringa helst ekki eldri en ,01, skoða allt er með pening og pappíra klára og get gengið frá kaupum strax, ef mér lýst vel á. Uppl. s. 691 9374.

BÍLL ÓSKAST Á 25-250ÞÚS.
Má þarfnast lagfæringa.
Hringdu S. 615 1815 eða sendu sms.

Sendibílar

568 5000 NS NÝJA - SENDIBÍLASTÖÐIN

Allar stærðir sendibíla. Nýja Sendibílastöðin sími 568-5000.

Bátar

STRANDVEIÐIBÁTUR TIL SÖLU.
TILBOÐ ÓSKAST.

DNG rúllur Viking 700 - dekkaður. Nonni KE 151 / 7196 Yanmar 75 hp 24 V kerfi, lagt fyrir 3 vindum. VHF, radar, dýptarmælir, sjálfstýring, STK. Verð 7.9 millj. Ýmis Skipti koma til greina. Tilboð óskast Uppl. síma 696-1001.

til sölu

www.toyotaklettháls.is
Notaðir bílar Klettháls

Land Cruiser 150 VX des. 2011
Ekinn 17.000 km. dísil, sjálfsk.
Beisli, sóllúga, filmur ofl.
Verð: 10.990.000 kr.
Tilboð: 9.900.000 kr.

Toyota Klettháls
Kletthálsi 2
Sími: 570 5220
klettháls@toyota.is
TOYOTA

BMW M5 E60 Árg 2007, ek 66 Þ.KM, 507hö.
Flottasta eintakið á landinu.
Verð 9.950 þ. Rnr.126051.

TOYOTA LAND CRUISER 100 VX. Árg 2006, ekinn 98 Þ.KM,
ALGJÖR MOLI. bensín, sjálfskiptur. Með öllu! „Lítur út eins og nýr"
Verð 4.850 þ. Rnr.126180.

HÖFÐABÍLAR
... þar sem bílar seljast
Höfðabílar, Fosshals 27, 110 RVK s. **577 4747**
www.hofdabilar.is

Hjólbarðar

Lítið keyrð fjögur 13 tommu Cooper sumardekk. Stærð: 175/70R13. 82 T Lítið keyrð tvö 13 tommu Marshal nagladekk. Stærð: 155/80R13 79Q Verð 8.000 stk. Ef öll eru keypt 6.000 stk. Uppl. í s. 893-6530.

Varahlutir

VW - SKODA - VARAHLUTIR

Eigum varahluti í VW, Skoda og Audi og Pajero frá ,02 Kaupum bíla til niðurrifs og uppgerðar. Bílabúið, Kaplahrauni 11 220 hfj. S. 534 1045.

Viðgerðir - Varahlutir í VW Golf, Póló, Yaris, mmc carisma, kangoo. Renni diska og skálar. Óska eftir Toyotu Yaris til viðgerðar eða niðurrifs. S. 892 7852.

SMÁPARTAR.IS
Eigum orðið mikið úrval notaðra varahluta í Subaru, Skoda, Suzuki, Nissan, Opel, Wolkswagen, Kyron, Mitsubishi, Honda, Peugeot, Renault, Ford Escepe. Uppl. á Smápartar.is eða í s. 567 5040/ 7785040

Viðgerðir

AB BIFREIÐAVERKSTÆÐI
Get bætt á mig öllum teg. bíla til viðgerða. Þar á meðal pústviðgerðir, bremsur og allar viðgerðir. Uppl. s. 555 6020.

ÞJÓNUSTA

Pípulagnir

FAGLÆRÐIR PÍPARAR
Tökum að okkur viðhald og nýlagnir, vönduð vinnubrögð mikil reynsla. Pípulagnaþjónusta Reykjavíkur S: 770 4499.

PÍPULAGNIR
Faglærðir píparar geta bætt við sig verkefnum í bæði viðhaldi og nýlögnum. Vönduð vinnubrögð. Uppl. í s. 663 5315.

Hreingerningar

Hreingerningaþjónusta Þvegillinn 5 44 44 46

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

A-Ö PRIF&HREINLÆTI S. 662 0662
Hreingerningar, Flutningsþrif, Gólfbónun, Teppahreinsun og Húsgagnahreinsun.

Garðyrkja

Garðaþjónusta Íslands ehf
www.gardathjonustaislands.is
Vönduð vinnubrögð
Róbert S. 866 9767

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- og útiverkefnum. Vönduð vinnubrögð og góð umgengni. Tilboð eða tímavinna. Lítið Mál ehf. Sigurður 896-5758.

REGNBOGALITIR MÁLNINGARÞJÓNUSTA
Getum bætt við okkur verkefnum. Uppl. s. 891 9890. malarar@simnet.is

Búslóðaflutningar

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

Húsaviðhald

Jói Smiður. Viðhald og nýsmíði. Tilboð eða tímavinna. HEIMASÍÐA: joismidur.is. Jóhann 897 3006.

VIÐHALD fasteignaviðgerðir

Viðhald og viðgerðir fasteigna fyrir fyrirtæki, húsfélög og einstaklinga.

- múrviðgerðir
- pípulagnir
- þakviðgerðir
- raflagnir
- málningarvinnu
- flísalagnir
- trésmíðavinnu
- jarðvinna
- gluggaskipti
- hellulagnir
- glerskipti

Sími 567 6699
kristjan@vidhald.is

PARKETSLÍPUN REYKJAVÍKUR
Parketslípun um allt land. 20 ára reynsla. Aðeins hágæða efni. kr. 2500.- fm. www.parketslipunrvk.is S. 7728100. Geymið auglýsinguna. Alltaf besta verðið.

Spádómar

SPÁSÍMI 908-6116
Ástir, fjármál & heilsa.

Spái: í spil, bolla, lófa og rúnir. Kr. 5000. Tímapantanir í síma 845 8896.

Rafvirkjun

RAFLAGNIR, DYRASÍMAR. S. 663 0746.
Bjóðum hagstætt verð í töfluskipti. Straumblik ehf. Löggiltur Rafverktaki. straumblik@gmail.com

KEYPT & SELT

Til sölu

www.stolpiehf.is
Geymslugámar til sölu og leigu
Hafðu samband
Stólpi Gámar ehf
Klettagörðum 5 | Sími 568 0100

Þjóðlagagítarpakki kr:23.900,- Gítar, poki, ól, auka strengir stilliflauta og kennsluforrit. Gítarinn ehf,Stórhöfði 27 S:552-2125,www.gitarinn.is gitarinn@gitarinn.is

HITAVEITUSKELJAR OG LOK
Eigum til Hitaveituskeljar til afgreiðslu strax.Stærð 210x210cm. 1650 lítrar. Byggðar úr trefjagleri. Sterkustu og vönduðustu hitaveituskeljar á markaðnum í dag. Litir: Svört og Moonscape. 100% sjálfberandi skeljar. Eigum lok á lager fyrir rafmagnspotta og hitaveituskeljar. www.Heitirpottar.is Sími 777 2000, (Sogavegi 3, í verslun Fiskikóngsins)

24 2kg blýsökkur, Henderson þurrb. 5mm, lunga. Sortinn Ocaenc. Hnífur spiro vesti. Sjálfsk. Freelander árg.'07 ek. 77 þús. km. (bilaður). KK reiðhjól HUFFY 26'' s. 8686989.

ÓDÝR HEIMILSTÆKI
Þvottavélar, þurrkarar, ísskápar og fl. Ábyrgð fylgir. Sala og viðgerðir. S. 845 5976.

Óskast keypt

KAUPUM GULL
og aðra eðalmálma gegn framvísun persónuskilríkja.
Sigga & Timo Linnetsstíg 2, 220 Hafnarfjörður S. 565 4854 www.siggaogtimo.is

bílaland
- NOTAÐIR BÍLAR -
www.bilaland.is

HYUNDAI Getz. Nýskr. 06/06, ekinn 75 Þ.KM, bensín, 5 gírar. **Verð 890.000.** 100% VISA/EURO lán mögulegt. Rnr.120269.

OPEL Astra Wagon Enjoy. Nýskr. 02/06, ekinn 54 Þ.KM, bensín, 5 gírar. **Verð 1.190.000.** Rnr.270367.

RENAULT Trafic Minibus. Nýskr. 06/11, ekinn 145 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. **Verð 3.990.000.** Rnr.270371.

SUBARU Forester Plus. Nýskr. 01/07, ekinn 82 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur. **Verð 1.850.000.** Rnr.130808.

HYUNDAI Santa Fe II. Nýskr. 02/08, ekinn 84 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. **Verð 3.590.000.** Rnr.130633.

NISSAN Navara SE. Nýskr. 09/07, ekinn 103 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. **Verð 2.590.000.** Rnr.270450.

ISUZU Trooper. Nýskr. 02/99, ekinn 270 Þ.KM, dísel, 6 gírar. **Verð 620.000.** 100% VISA/EURO lán mögulegt. Rnr.130750.

Klettháls 11
525 8000
www.bilaland.is

BÍLL DAGSINS
HONDA CIVIC SPORT 1.4i
Nýskráður 8/2013, sýningarbíll, bensín, 6 gírar.
Verð kr. 3.360.000
Tilboð kr. **3.390.000**

HONDA
CR-V Elegance
Nýskráður 6/2007, ekinn 101 þús.km., bensín, sjálfskiptur.
Verð kr. 2.990.000

PEUGEOT
607 2.2i
Nýskráður 1/2004, ekinn 116 þús.km., bensín, sjálfskiptur.
Verð kr. 1.290.000

TOYOTA
Rav4
Nýskráður 8/2002, ekinn 135 þús.km., bensín, sjálfskiptur.
Verð kr. 900.000

HONDA
CR-V Lifestyle
Nýskráður 4/2012, ekinn 39 þús.km., bensín, sjálfskiptur.
Verð kr. 4.850.000

HONDA
Jazz Elegance
Nýskráður 5/2013, sýningarbíll, bensín, sjálfskiptur.
Verð kr. 3.240.000

HONDA
Accord Tourer Executive
Nýskráður 10/2013, sýningarbíll, bensín, sjálfskiptur.
Verð kr. 5.690.000

PEUGEOT
Partner L2
Nýskráður 10/2013, sýningarbíll, dísel, 5 gírar.
Verð kr. 3.490.000

HONDA
CR-V Comfort Plus
Nýskráður 10/2013, sýningarbíll, dísel, sjálfskiptur.
Verð kr. 6.620.000

Opnunartími
Mánudaga - föstudaga
milli kl. 10:00 og 18:00
Laugardaga milli
kl. 12:00 og 16:00

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

Óskast keypt

KAUPUM GULL - JÓN & ÓSKAR
Kaupum gull til að smíða úr. Spörum gjaldeyri. Heiðarleg viðskipti. Aðeins í verslun okkar Laugavegi 61.
Jón og Óskar - jonogoskar.is
s. 552-4910.

KAUPI GULL !
Ég, Magnús Steinþórsson gullsmíðameistari, kaupi gull, gull peninga og gull skartgripi. Kaupi allt gull, nýlegt, gamalt og illa farið. Leitið til fagmanns og fáið góð ráð.
Uppl. á demantar.is í s. 699 8000 eða í Pósthússtræti 13 (við Austurvöll), Verið velkomin

Hljóðfæri

Mjög vel með farinn Yamaha Flygill (190 cm) til sölu. Einnig til sölu lítið notað píanó. Uppl. í s. 899 3133.

Verslun

WE-VIBE II OG III
Unaðstæki ársins fyrir pör mörg ár í röð. Viamax fullnægingarkremið sem virkar, Fleshlight fyrir hann o.fl. Tökum millifærslu og greiðslukort. Sendum um allt land www.hush.is

Kynlíf er GOTT!
PENOMET.IS
ELSKENDUR.IS
FLESHLIGHT.IS
BATHMATE.IS
849-0698
ALLA DAGA 10-22

Sjónvarp

Sjónvarps/videoviðgerðir. Afsl. til elli/örykja. Sækjum. Litsýn - Síðumúli 35. - S. 552 7095.

HEILSA

Heilsuvörur

Árangur næst með Herbalife. Frítt lífstílsmat. Hringdu núna S. 896 4662 Edda Borg & www.lifsstill.is

Taktu þér tak! Með HERBALIFE nærðu árangri. Erla Bjartmarz S. 899 4183 www.eco.is Ný netverslun: www.betriheilsa.is/erla

Nudd

TANTRA NUDD
Ekta vígsla í leyndardóma Tantra með Tantra nuddi. Einstæð upplifun fyrir pör, konur og karla. 112 Reykjav. S. 698 8301 www.tantra-temple.com

Slökunarnudd/heilnudd, Nuddstofan svæði 112. Uppl. S: 823 5669 eða 693 0348.

Nudd Nudd Nudd tilboð í dag, tímapantanir. Uppl. í s. 616 6469. Nuddstofan Svæði 105 Holtin.

HEIMILIÐ

Dýrahald

ENGLISH SPRINGER SPANIEL Hvolpar til sölu. S. 776 6696 Sigurður

HÚSNÆÐI

Húsnæði í boði

GISTIHEIMILI - GUESTHOUSE WWW. LEIGUHERBERGI.IS
1-2 manna herb. á Funahöfða 17a og 19 og Dalhrauni 13. Rooms for 1-2 persons in Funahöfða 17a -19 Rvk and Dalshrauni 13.
Uppl/info í S. 824 4535. frá kl. 12-18. www.leiguherbergi.is

PENTHOUSE Í GRV
Penthouse til leigi í Grv. 160 fm. 2 svefnherbergi, möguleiki á 3. herberginu. Mikið útsýni. Svar berist fréttablaðinu hjá smaar@frettabladid.is

2ja herb.60 f.m íb. m. öllu. hiti,rafm,húsg,+ húsb. Á jarðh. Sér inng. Frá 3. nóv. til 1. maí. 100 þ. prm. S. 612 3993.

Húsnæði óskast

Par leitar eftir húsnæði í Reykjavík. Birgir R. J. s: 820-2223.

Atvinnuhúsnæði

Höfum til leigu í þessu húsi ca 1100 fermetra þjónustu og iðnaðarhúsnæði á efri hæð. Húsnæðið er snyrtilega innréttað með móttöku rými og og góðri aðstöðu fyrir starfsmenn Uppl. síma 696-1001.

Geymsluhúsnæði

WWW.BUSLODAGEYMSLA.IS
Búslóðageymsla Olivers 150 kr. á dag hvert bretti. Starfað í yfir 25 ár. S. 567 4046 & 892 0808.

GEYMSLUR.COM
Frá kr. 3990 hjá Ikea í Garðabæ og Fiskislóð í Reykjavík. S. 555 3464

GEYMSLUHÚS.IS
Hjólhýsi, fellihýsi, tjaldvagnar, bílar, upph. húsnæði. Uppl. í síma 770-5144.

WWW.GEYMSLAEITT.IS
Sér geymslur frá 3.900. 1 til 17m2. Aðgangur kl. 8-22 alla daga. Ný sérhönnuð geymsluhús, upphitað og vaktað. S: 564-6500.

GEYMSLUR TIL LEIGU.
3 stærðir í boði 11 til 20fm. Einnig leiga á brettum undir minni búslóðir. Nánari upplýsingar í síma 571 6005 og 898 8070. Aðalgeymslur Lynghálsi 10.110 Rvk

ATVINNA

Atvinna í boði

Hressingarskálinn óskar eftir matreiðsluumanni í fullt starf til þess reka eldhúsið. Góð vinnuaðstaða í boði og mjög góð laun í boði fyrir réttan aðila. Vinsamlega sendið CV á johanna@hresso.is

TÍMBUNDIÐ /HLUTASTARF

BARNAFATAVERSLUN.
Skemmtilegt afgreiðslu og sölustarf. Við óskum eftir góðum og glaðlegum starfskrafi, þarf að sýna frumkvæði í starfi á aldrinum 22-50 ára. Vinnutími frá 12-18, 2-4 daga í viku og annan hvern laugardag

Umsóknarfrestur er til 9 nóv 2013. Umsókn og starfsferilskrá sendist á iana@simnet.is

MOSFELLS BAKARÍ

FULLT STARF - REYKJAVÍK
Óskum eftir hressu og duglegu fólki til að starfa með okkur í bakríinu okkar á Háaleitisbraut 58-60, Rvk. Vinnutími frá kl. 13:00-18:30 virka daga einnig annanhvern laugardag eða sunnudag.

Áhugasamir geta sótt um á heimasíðu okkar og er slóðin www.mosfellsbakari.is/umsokn.asp

LITALÍNAN EHF
Óskar eftir lærðum málurum í málningarvinnu. Uppl. í S. 898 9591 & 896 5445.

Sexy Iceland leitar samstarfs við konur sem vilja blogga um kynlíf gegn greiðslu. Sjá nánar á SexyIceland.com (Atvinna).

fasteignir

◆ Ársalir - fasteignamiðlun ◆ Ársalir - fasteignamiðlun ◆

Til sölu sportbar við Ármúla

Höfum til sölu góðan rekstur miðsvæðis í Reykjavík,
Áhugasamir hafið samband:
Björgvin Björgvinsson
Löggiltur fasteignasali
533 4200 eða arsalir@arsalir.is

Björgvin Björgvinsson Löggiltur fasteignasali.

Ársalir FASTEIGNAMIÐLUN Engjateigi 5, 105 Rvk 533 4200

Ársalir ehf - fasteignamiðlun 533 4200 og 892 0667 Engjateig 5, 105- Reykjavík. arsalir@arsalir.is

Félag Fasteignasala

tilkynningar

Skipulagsstofnun

Mat á umhverfisáhrifum

Ákvörðun um matsskyldu

Skipulagsstofnun hefur tekið ákvörðun um að eftirtaldar framkvæmdir skuli ekki háðar mati á umhverfisáhrifum samkvæmt lögum nr. 106/2000 m.s.br.

- **Flóðvarnir við Litlu Dalsá, Patreksfirði.**
- **Selfoss-Þorlákshöfn. 66kV jarð-strengur og ljósleiðari.**

Ákvarðanirnar liggja frammi hjá Skipulagsstofnun, Laugavegi 166, Reykjavík og á **www.skipulagsstofnun.is**.

Ákvörðun má kæra til úrskurðarnefndar umhverfis- og auðlindamála til **2. desember 2013.**

skemmtanir

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

LEIKIR HELGARINNAR:
LAUGARDAGURINN 2. NÓV
12:35 NEWCASTLE - CHELSEA
14:50 FULHAM - MAN. UTD.
14:53 MAN. CITY - NORWICH
17:20 ARSENAL - LIVERPOOL
SUNNUDAGURINN 3. OKT
13:20 EVERTON - TOTTENHAM

HLJÓMSVEITIN UPPLYFTING SPILAR Í KVÖLD.

Allir velkomnir

http://www.facebook.com/cafecatalina
Snyrtilegur klæðnaður áskilin • Heimilismatur í hádeginu virka daga • Boltatilboð • Hamborgaratilboð • Veislusalur til útleigu

Ennþá **meira Fjölvarp**

Til hamingju! Við erum búin að **fjölga stöðvunum** í Fjölvarpspökkunum okkar svo um munar. Meiri fróðleikur, meiri spenna og meira fjör en nokkru sinni fyrr. **Njóttu þess með okkur!**

16 NÝJAR STÖÐVAR

Fáðu þér áskrift | 512 5100 | stod2.is

2 FJÖLVARP

KL. 21:05

HARRY POTTER AND THE PHILOSOPHER'S STONE

Harry Potter verður á hverju föstudagskvöldi í nóvember.

Skemmtilegt föstudagskvöld

KL. 19:45

LOGI Í BEINNI

Gestir Loga í kvöld verða þau Þóra Arnórsdóttir, Haukur Heiðar og Gunnar Helgason.

KL. 19:20

POPP OG KÓK

Unnur Eggertsdóttir fjallar um allt það nýjasta á sviði kvikmynda- og tónlistar.

BÍÓ STÖÐIN | KL. 22:00

SNOW WHITE AND THE HUNTSMAN

Mögnuð mynd með Kristen Stewart og Charlize Theron í aðalhlutverkum.

Krakka stöðin | KL. 07:00-20:30

BARNAEFNI ALLA DAGA

Vandað talsett barnaefni og skemmtilegir þættir fyrir yngstu áhorfendurna alla daga á Krakkastöðinni.

3 | KL. 20:25

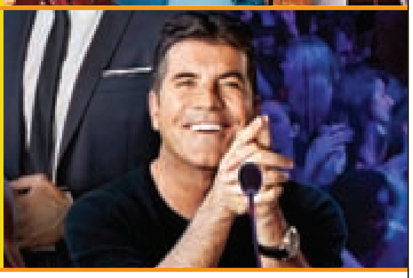
SUPER FUN NIGHT

Þrjár klaufalegar vinkonur eru staðráðnar í að láta ekkert stoppa sig í að leita að fjóri á föstudagskvöldum.

3 | KL. 20:50

X-FACTOR USA

Einn vinsælasti skemmtiþáttur veraldar þar sem efnilegir söngvarar fá tækifæri til að slá í gegn.



Fáðu þér áskrift | 512 5100 | stod2.is

6 stöðvar aðeins 7.990 kr.

2 3 Krakka stöðin Popp Tíví BÍÓ STÖÐIN GULL STÖÐIN Tónlist.is 2 VILD

SUDOKU

LÉTT

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

MIÐLUNGS

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

ÞUNG

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

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

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

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

LAUSN SÍÐUSTU SUDOKU

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.

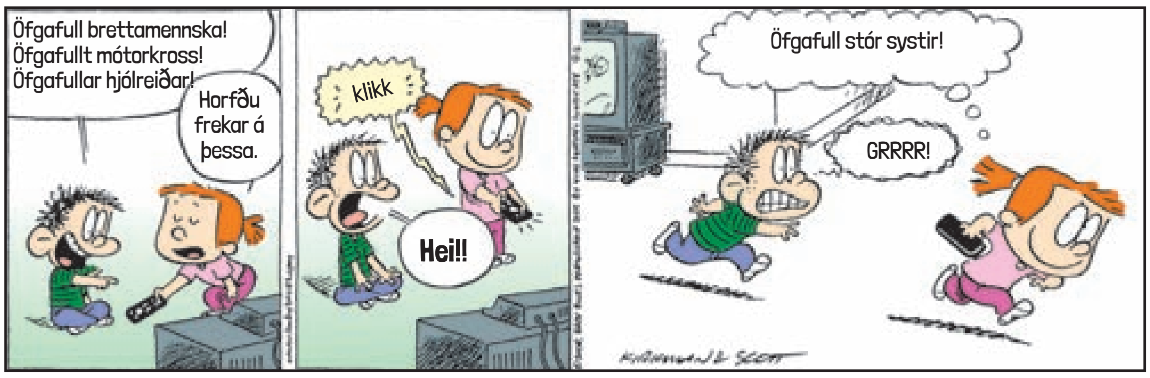
Lausnin verður birt í næsta tölublaði Fréttablaðsins.

Myndasögur

PONDUS Eftir Frode Øverli

HANDAN VIÐ HORNIÐ Eftir Tony Lopes

BARNALÁN Eftir Jerry Scott & Rick Kirkman



SPAKMÆLI DAGSINS

Svo lengi lærir sem lifir.

Íslenskur málsháttur.

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

KROSSGÁTA

LÁRÉTT

2. kyrr, **6.** í röð, **8.** sæ, **9.** skref, **11.** strit, **12.** sannfæringar, **14.** fuglshljóð, **16.** tveir eins, **17.** óvild, **18.** for, **20.** komast, **21.** könnun.

LÓÐRÉTT

1. fugl, **3.** þys, **4.** fúslega, **5.** net, **7.** auðkenndur, **10.** ferð, **13.** umfram, **15.** flink, **16.** ósigur, **19.** kyrrð.

LAUSN

LÁRÉTT: 2. lygn, **6.** ím, **8.** sjó, **9.** fet, **11.** at, **12.** trúar, **14.** krunk, **16.** tt, **17.** kal, **18.** aur, **20.** ná, **21.** próf.

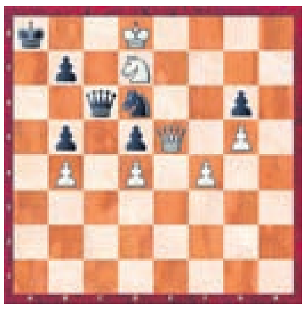
LÓÐRÉTT: 1. álft, **3.** ys, **4.** gjarnan, **5.** nót, **7.** merktur, **10.** túr, **13.** auk, **15.** klár, **16.** tap, **19.** ró.

SKÁK

Gunnar Björnsson

Nýjasti stórmeistari Íslendinga, Hjörvar Steinn Grétarsson (2511), Víkingaklúbbnum, vann laglegan sigur á kollega sínum, Presti Þórhallssyni (2445), GM Helli á Íslandsmóti skákfélaga.

Hvítur á leik



46. Dxd5! Dc8+ (46…Dxd5 47. Rb6+ Ka7 48. Rxd5 ásamt 49. Re7 er vonlaust). **47. Ke7 Rf5+ 48. Dxf5!** Endurtekið þema. Svartur gafst upp. Hjörvar verður á þriðja borði á EM-liði Íslands.

www.skak.is: Ný alþjóðleg skákstig komin.

FRÁ STEPHEN FREARS LEIKSTJÓRA THE QUEEN
JUDI DENCH
STEVE COOGAN
PHILOMENA
"FYNDIN, HJARTNÆM, MANNLEG OG HREINLEGAÓMÓTSTÆÐILEG Á ALLAN HÁTT"
T.V. - BÍÓVEFURINN/VIKAN
THE TIMES
EMPIRE
THE GUARDIAN
Frumsýnd í dag
LAUGARÁS BÍÓ
HÁSKÓLABÍÓ
BORGARBÍÓ

FERSKASTI **NAMMIBARINN**

229 kr/kg
Verð áður 289
TILBOÐ

Vatnsmelónur

190 kr/kg
Verð áður 379
TILBOÐ

TILBOÐ 50% afsláttur á kassa

Piel de sabo

150 kr/kg
Verð áður 299
TILBOÐ

TILBOÐ 50% afsláttur á kassa

Gular melónur

599 kr/kg
Verð áður 899
TILBOÐ

KAKI ER STÚTFULLT AF VÍTAMÍNUM, ANDOXUNAREFNUM OG STEINEFNUM!

Kaki

TILBOÐ 50% afsláttur á kassa

TILBOÐ
170 kr/kg
Verð áður 339

Ananas

- Ananas er stútfullur af C-vítamínum.
- Ananas inniheldur bromelain ensím sem er gott fyrir meltingu og hefur verið þekkt fyrir að bæla hósta og vera slímlosandi.
- Ein ananasplanta gefur af sér einn ananas á tveggja ára fresti. Ein planta getur lifað í u.þ.b. 50 ár.
- Ananas er hitaeiningalítill & trefjaríkur

199 kr/stk
Verð áður 269
TILBOÐ

Baguette
Nýbakað úr bakaríi Hagkaups.

France

Franskir ostar í úrvali
Franskir dagar í Smáralind.

NÝTT

Nóa
Þurrkuð jarðarber með jógúrthjúp.

TILBOÐ
399 kr/pk
Verð áður 599

Wagner Pizzur
Tilbúnar á 10 mínútum.

TILBOÐ 20% afsláttur á kassa

Úrval af Patak's sósum, paste og brauði
Einfalda verður inverska eldhúsið ekki.

Gildir til 3. nóvember á meðan birgðir endast.

sælkeraborð HAGKAUPS kringlunni

GEITAOSTADAGAR
NÝ SENDING FRÁ FRAKKLANDI
Í SÆLKERABORÐI KRINGLUNNI

NÝTT OG SPENNANDI UM HELGINA

TILBOÐ 25% afsláttur á kassa

KJÚKLINGALUNDIR
2249 kr/kg
Verð áður 2998

SESAM KJÚKLINGUR MEÐ HVÍTLAUK OG ENGIFER *fyrir 4 að hætti Rikku*

800 g kjúklingalundir
80 ml sojasósa
4 hvítlauksrif, pressuð
1 msk rifið engifer
2 tsk sesamolía
2 msk hrísgrjónaedik
1 tsk chiliflögur

GLJÁI
80 g hunang
3 msk hoisin sósa
2 msk púðursykur
2 msk sesamfræ

SÓSA
200 ml eplasafi
afgangurinn af maríneringunni
3 msk hoisin sósa
2 msk hunang

Hellið sojasósunni í skál og blandið hvítlauk, engifer, sesamolíu, ediki og chiliflögum saman við. Setjijð kjúklingalundirnar í skálina, leggið plastfilmu yfir skálina og kælið í a.m.k 2 klukkustundir. Hitið ofninn í 200°C. Raðið kjúklingalundunum í eldfast mót. Blandið hunangi, hoisin sósu og púðusykri saman. Smyrjið blöndunni ofan á lundirnar og bakið í 25 mínútur. Leggið álpappír yfir formið og látið standa í 10 mínútur. Á meðan kjúklingurinn er að kólna hellið þá afgangnum af maríneringunni í pottinn ásamt eplasafa, hoisin sósunni og hunanginu og hitið upp að suðu og látið malla í 7-8 mínútur. Skerið lundina niður, hellið sósunni yfir og stráið sesamfræum yfir. Gott er að bera réttinn fram með hrísgrjónum eða cous cous.

FRÁBÆRT VERÐ! TAKMARKAÐ MAGN

BAYONNE SKINKA
1099 kr/kg
Gott verð!

ÍSLANDS NAUT

TILBOÐ 25% afsláttur á kassa

HAMBORGARAR 2 X 120g
449 kr/pk
verð áður 599

LÚXUSHAKK AÐEINS 4% FITA

ÍSLANDS NAUT

TILBOÐ 20% afsláttur á kassa

UNGNAUTAHAKK 4% FITA
1759 kr/kg
verð áður 2199

TILBOÐ 15% afsláttur á kassa

NAUTALUNDIR INNFLUTTAR
3824 kr/kg
verð áður 4499

Holta

TILBOÐ 20% afsláttur á kassa

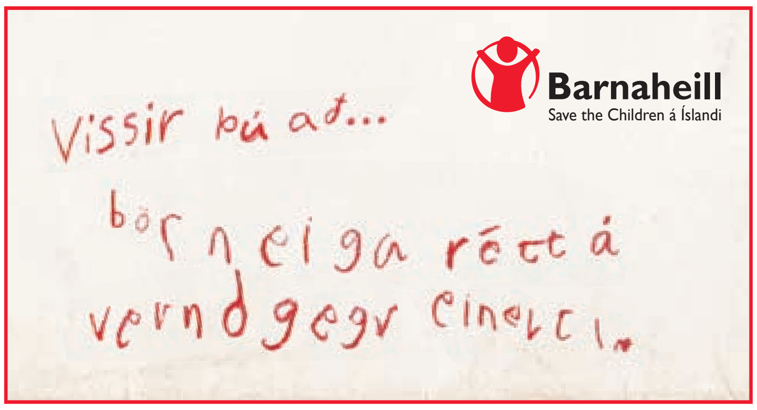
KJÚKLINGALEGGIR
679 kr/kg
verð áður 849

SÆTAR KARTÖFLUR

LOKSINS Á ÍSLANDI!

STÖKKAR OG BRAGÐGÓÐAR
FRANSKAR SEM HENTA
MEÐ ÖLLUM MAT.
AÐEINS 22 MÍNÚTUR Í OFNI.

HAGKAUP
Ein ferð betra verð



Á SIGURSTUNDU Kim Leine með verðlaunagripinn Norðurljós en auk hans hlýtur verðlaunahafinn vegleg peningaverðlaun.
MYND: MAGNUS FRODERBERG/NORDEN.ORG

Grænland var afgerandi áhrifavaldur

Kim Leine hlaut bókmenntaverðlaun Norðurlandaráðs í ár fyrir skáldsöguna Profeterne i Evighedsfjorden. Leine bjó á Grænlandi í 15 ár og segir þá vist hafa haft afgerandi áhrif á sig. Bókin er væntanlegu á íslensku í mars á næsta ári.

Ég var þunglyndur, misnotaði lyf og sat bara og glamraði á gítar allan daginn. Og svo las ég um Grænland,“ sagði bókmenntaverðlaunahafi Norðurlandaráðs, Kim Leine, í viðtali við Berlingske tidende fyrr á þessu ári um upphaf hugmyndarinnar að baki verðlaunabókinni. Tilefni viðtalsins var að bók hans Profeterne i Evighedsfjorden, eða Spámennirnir í Botnleysufirði eins og hún mun heita á íslensku, var tilnefnd til bókmenntaverðlauna Norðurlandaráðs sem hún svo hlaut á miðvikudaginn.

Leine, sem er hjúkrunarfræðingur að mennt, bjó á Grænlandi í 15 ár og lesningin sem hann vísar til í kvótinu hér á undan var grein eftir Mads Lidegaard sem fjallaði um sögu trúboðanna Maríu Magdalenu og Habakúks sem stofnuðu trúarsöfnuð í Botnleysufirði í lok átjándu aldar. „Ég vissi ekki hvers vegna þetta var svona mikilvægt, en sagan lá áfram í undirmeðvitundinni og mig langaði til að skrifa hana,“ segir Leine.

Lesturinn á greininni átti sér stað árið 2002, þegar Leine hafði enn ekki skrifað neina skáldsögu, og það var ekki fyrr en árið 2009, eftir að hann hafði gefið út þrjár bækur, sem hann fór fyrir alvöru að vinna í henni. Aðalpersónan er danskur prestur, Morten Falck, sem, út úr hálgerðri neyð, fer til starfa á Grænlandi og verður forvitinn um sögurnar af sértrúarsöfnuðinum í Botnleysufirði.

Leine fæddist í Noregi árið 1961 en flutti 17 ára gamall til Danmerkur í þeim tilgangi að kynnast föður sínum sem hann hafði aldrei þekkt. Faðirinn misnotaði hann kynferðislega og til að flýja fortíðina flutti Leine til Grænlands árið 1989 og bjó þar til 2004. „Grænland er afgerandi áhrifavaldur í því að ég náði frelsi en samtímis olli það krísu,“ segir Leine í viðtalinu í Berlingske og bætir við að þegar tveir menningarheimar mætist sé mikil hætta á vandamálum.

Í rökstuðningi valnefndar bókmenntaverðlauna Norðurlandaráðs fyrir því að veita Spámönnunum í Botnleysufirði verðlaunin segir að bókin sé grípandi söguleg skáldsaga um kúgun og uppreisn, margslungið verk þar sem fram komi andúð á nýlendustefnu og hugleiðingar um manneskjuna sem líkama og hugsun.

Íslenskir lesendur munu geta lesið bókina á móðurmálinu í mars á næsta ári því rithöfundurinn Jón Hallur Stefánsson vinnur nú af kappi við að þýða hana. Bókaútgáfan Draumsýn gefur bókina út á Íslandi og þar fengust þær upplýsingar að Leine væri væntanlegur til landsins í mars til að fagna útgáfunni og fylgja bókinni úr hlaði.

fridrikab@frettabladid.is

Veisla fyrir kammerunnendur

Ingibjörg Guðjónsdóttir verður gestasöngvari með Elektra Ensemble á tónleikum hópsins á Kjarvalsstöðum á sunnudagskvöldið.

Listasafn Reykjavíkur og tónlistarhópurinn Elektra Ensemble hafa um nokkurt skeið staðið fyrir tónleikahaldi á Kjarvalsstöðum. Á þessum fyrstu tónleikum vetrarins fær tónlistarhópurinn Ingibjörgu Guðjónsdóttur sópransöngkonu til liðs við sig. Dagskrá tónleikanna er fjölbreytt; þjóðlegur Beethoven og Bliss og amerískt hlaðborð.

„Þetta verður glæsileg veisla fyrir kammertónlistarunnendur,“ segir gestasöngkonan Ingibjörg. „Fjölbreytt dagskrá og mjög ólík verk.“ En hvernig kom það til að hún fór að syngja með hópnum? „Við Ástríður Alda höfum unnið dálítið saman og þegar hún bað mig um þetta hugsaði ég mig sko ekki um,“ segir Ingibjörg. „Það er ótrúlega gaman að fá að vinna með svona stórkostlegum konum og ég hlakka mikið til.“

Elektra Ensemble er skipaður fimm ungum tónlistarkonum, þeim Ástríði Öldu Sigurðardóttur píanóleikara, Emilíu Rós Sigfúsdóttur flautuleikara, Helgu Björgu Arnardóttur klarínettuleikara, Helgu Þóru Björgvinsdóttur fiðluleikara og Margréti Árnadóttur sellóleikara. Hópurinn var útnefndur Tónlistarhópur Reykjavíkurborgar 2009 og gekk í kjölfarið til samstarfs við Listasafn Reykjavíkur um tónleikaröð á Kjarvalsstöðum.

- fsb

GLÆSILEGUR HÓPUR Elektra Ensemble og Kjarvalsstaðir hafa í nokkur ár verið í samstarfi um tónleikahald.

GESTASÖNGKONA Ingibjörg Guðjónsdóttir hefur ekki áður sungið með hópnum og segist hlakka mikið til.
FRÉTTABLAÐIÐ/DANÍEL

HÚS
BERNHÖRÐU
ALBA
Ólgandi ástríður, þrá eftir frelsi og betra lífi
Upplifðu
ögrandi
sýningu
„Stórt og voldugt listaverk... þrælpólitískt leikhús sem jafnframt flýgur hátt á listrænum mælikvarða“
Hlín Agnarsdóttir, DV
„Glæsileg sýning, sterk og heit og verður lengi í minnum höfð.“
Silja Aðalsteinsdóttir, TMM
„Mjög feminísk sýning. Hún hvílir með manni og á að gera það. Alvarlegt verk um alvarleg mál.“
Lísa Pálsdóttir, RÚV
Jón Viðar Jónsson, Fréttablaðið
„...afskaplega ólistrænt, verður að segjast... “
Höfundur: Federico García Lorca | Leikstjórn: Kristín Jóhannesdóttir |
Kór: Vox feminae
Leikmynd: Brynja Björnsdóttir | Búningar: Þórunn María Jónsdóttir | Tónlist: Hildur Ingveldardóttir Guðnadóttir Kórstjórn: Margrét J. Pálmadóttir | Leikarar: Charlotte Bøving, Esther Thalía Casey, Hanna María Karlsdóttir Harpa Arnardóttir, Hildur Berglind Arndal Lovísa Ósk Gunnarsdóttir, Maríanna Clara Lúthersdóttir, Nína Dögg Filippusdóttir, Sigrún Edda Björnsdóttir Unnur Ösp Stefánsdóttir, Þröstur Leó Gunnarsson o.fl
Þýðandi: Jón Hallur Stefánsson
sun 3/11 kl. 20 örfá sæti
lau 9/11 kl. 20 örfá sæti
sun 10/11 kl. 20 örfá sæti
lau 16/11 kl. 20 örfá sæti
sun 17/11 kl. 20 örfá sæti
lau 23/11 kl. 20
sun 24/11 kl. 20
lau 30/11 kl. 20
SÝNT Í GAMLA BÍÓI
Miðasala | 568 8000 | borgarleikhus.is
Borgarleikhúsið
FÍTON / SÍA

Fæ að gera það sem ég hef gaman af

Sigrún Guðjónsdóttir, Rúna, opnar sýningu á morgun, laugardag í Hafnarborg, sem nefnist Dvalið hjá djúpu vatni. Þar eru verk frá fjölbreyttum listferli hennar sem nær allt aftur til ársins 1947, og enn er hún að, áttatíu og sjö ára að aldri.

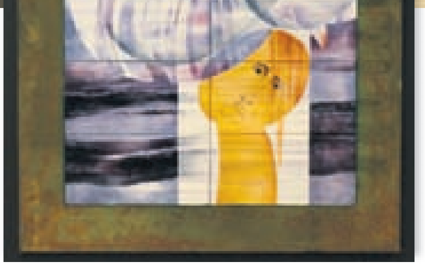
Vasar, veggplattar, mósaíkborð, myndverk og borðbúnaður er meðal þess sem getur að líta á sýningu listakonunnar Rúnu, Sigrúnar Guðjónsdóttur, Dvalið hjá djúpu vatni, sem verður opnuð á morgun í Hafnarborg í Hafnarfirði. Þar er fylgt 66 ára listferli hennar til dagsins í dag, því hún er hvergi nærri hætt þótt æviárin nálgist 90. Mjúkar línur eru áberandi í mynstrum hennar, kvenfígúrur, fiskar, fuglar og óræð form.

Rúna lauk prófi árið 1945 frá Handíða-og myndlistarskólanum og ári síðar hélt hún ásamt manni sínum, Gesti Þorgrímssyni, til Kaupmannahafnar þar sem bæði höfu nám við Konunglegu listaakademíuna, hún í málaralist og hann í myndmótun. Þau voru alla tíð samhent og höfu ferilinn á að stofna fyrirtækið Laugarnesleir. Rúna lýsir því ævintýri þar sem við röltum um sýninguna hennar og byrjum hjá litlum leirskúlptúrum og vösum. „Þegar við Gestur komum heim frá Kaupmannahöfn brutum við heilann um á hverju við ættum að lifa. Leirlist var mikið á uppleið þá, við fylltumst fítonskrafti og fórum að framleiða muni úr íslenskum rauðleir sem við grófum upp. Gestur byggði ofn þar sem við brenndum leirmuni og seldum í blómabúð og úra- og skartgripaverslun. Við héldum sýningu 1950 og seldum þar allt sem við höfðum gert. Svo breyttust tímarnir og farið var að flytja mikið inn af dóti. Þá versnuðu möguleikar okkar og við hvíldum leirinn en tókum aftur upp þráðinn sextán árum seinna.“

Eitt af því sem liggur eftir Rúnu eru þjóðhátíðarplattar sem seldir voru fyrir 1100 ára afmæli Íslandsbyggðar 1974. Þeir voru unnir í danska postulínsfyrirtækinu Bing og Gröndal. Því komst fólk þar á snoðir um hæfileika hennar og hún teiknaði fyrir Bing og Gröndal í nokkur ár. Í Hafnarborg eru bakkar, plattar og silkiprentaðar myndir úr þeirri framleiðslu.

Síðustu verk Rúnu gefa öðrum ekkert eftir. Þau eru að mestu unnin á japanskan pappír og enn er hún að gera tilraunir bæði með myndmál og aðferðir. Þegar undrast er hversu ungleg hún sé í útliti og hugsun stendur ekki á skýringunni: „Það er af því að ég hef alla ævi fengið að gera það sem ég hef gaman af.“

gun@frettabladid.is



LISTAKONAN Hér er Rúna við refilsaumsveggteppi sem Anna Höskuldsdóttir saumaði að beiðni Íslensks heimilisiðnaðar, eftir teikningu Rúnu. FRÉTTABLAÐIÐ/PJETUR

➜ Rúna hefur tekið þátt í fjölda sýninga allt frá árinu 1949 fram til þessa dags. Þau hjón, hún og Gestur Þorgrímsson, sýndu oft tvö saman, heima og erlendis allt þar til Gestur lést árið 2003. Árið 2005 varð Rúna fyrsti bæjarlistamaður Hafnarfjarðar.

FRÉTTABLAÐIÐ ER HELGARBLAÐIÐ

ER ALLTAF MEÐ LÍFIÐ SJÁLFT Í HÖNDUNUM

María Ellingsen ætlaði sér að verða læknir eða prestur en fylgdi hjartanu og gerðist leikari, leikstjóri og höfundur. Hún var að ljúka við sviðsverk um ástina og leikur í nýrri sjónvarpsseríu, auk þess að berjast með Hraunavinum og sinna krefjandi uppeldi.

Fallegt að leita í fortíðarsjálfið

Fyrsta leikverk Lilju Sigurðardóttur fjallar um infantílista; fólk sem þráir að haga sér og láta meðhöndla sig eins og barn.

Gerir Rose einhverjar rósir?

Allt stefnir í gríðalega spennandi tímabil í NBA-deildinni í körfuknattleik. Fréttablaðið tekur stöðuna vestanhafs.

Sækir innblástur til dætranna

Rætt við Tómas R. Einarsson um tónlistina, Kúbu og listrænu dótturina Ástríði sem lést af slysförum fyrir þremur árum.

HELGARBLAÐ FRÉTTABLAÐSINS

Ómissandi hluti af góðri helgi

FRÉTTABLAÐIÐ Skaftahlíð 24 | 105 Reykjavík | 512 5000 | Auglýsingar 512-5401 | visir.is

SINFÓNÍUHLJÓMSVEIT
ÍSLANDS

Ástarsögur af hvíta tjaldinu

Sinfóníuhljómsveit Íslands leikur kvikmyndatónlist úr ýmsum áttum

Fim. 7. nóv. » 19:30

Verð frá 2.300 kr.

Tryggið ykkur miða

Tónlist úr ýmsum kvikmyndum
Frank Strobel *hljómsveitarstjóri*

Kvikmyndatónlist eftir Henry Mancini, Bernard Herrmann, Jerry Goldsmith, John Williams, Ennio Morricone, Nino Rota, John Barry o.fl.

Á þessum tónleikum er rómantíkin í fyrirrúmi. Flutt verður kvikmyndatónlist úr mörgum frægum myndum á borð við Paradísarbíóið, Á hverfanda hveli, Doktor Zhivago og Brokeback Mountain. Þetta er tónlist frá ýmsum tímum kvikmyndasögunnar sem á það sameiginlegt að snerta streng í hjarta hlustandans. Þýski hljómsveitarstjórinn Frank Strobel stjórnar hljómsveitinni en hann hefur unnið með fjölda þekktra sinfóníuhljómsveita á þessu sviði. Tryggið ykkur sæti.

Aðalstyrktaraðili:

GAMMA

JÓNSSON & LE'MACKS • jl.is • SÍA

Miðasala » www.sinfonia.is » www.harpa.is » Miðasala í anddyri Hörpu » Sími: 528 5050 » Opið 10-18 virka daga og 12-18 um helgar

HVAÐ? HVENÆR? HVAR? FÖSTUDAGUR

Opnanir

16.00 Sýning á verkum Önnu G. Torfadóttur opnuð í Artóteki. Sýningin er á Reykjavíkurtorgi á 1. hæð Borgarbókasafns Reykjavíkur, Tryggvagötu 15. Sýningin stendur til 8. desember. Opið er mánudaga til fimmtudaga klukkan 10 til 19, föstudaga kl. 11 til 18 og um helgar kl. 13 til 17.

17.00 Sýning á verkum Steinunnar Þórarinsdóttur verður opnuð í Tveimur hröfnum listhúsi, Baldursgötu 12 (gegnt veitingastaðnum Þremur frökkum). Á sýningunni verða fígúratífir skúlptúrar og verk unnin í gler.

Tónlist

12.15 Tónleikaröðin Klassík í hádeginu fer fram í Gerðubergi í dag. Listrænn stjórnandi er Nína Margrét Grímsdóttir. Aðgangur er ókeypis.

22.00 Páll Rósinkranz og hljómsveit koma fram á Café Rosenberg.

23.00 Lifandi tónlist verður á Obladíoblada, Frakkastíg 8.

Fyrirlestrar

15.00 Fyrirlestrar á haustdögum fara fram á vegum Listnámsbrautar VMA og Sjónlistamiðstöðvarinnar. Skóhönnuðurinn Halldóra Eydís Jónsdóttir verður með fyrirlestur í stofu M01 í VMA.

20.00 Bergsteinn Jónsson heldur fyrirlestur um tenginguna huga og líkama í gegnum orkustöðvarnar í húsi Lífspekifélags Íslands, Ingólfsstræti 22.

Markaðir

12.00 Dreifingarfélagið Kongó stendur að tónlistarmarkaði á Kexi Hosteli í tengslum við Airwaves-hátíðina. Markaðurinn er opinn til 21 þá daga sem hátíðin stendur yfir.

Upplýsingar um viðburði sendist á hvar@frettabladid.is

EKKI MISSA AF

Anna á Artótek

Sýning opnar í dag.

Á sýningu Önnu G. Torfadóttur í Artóteki verða sýnd grafíkþrykk, dúkristur og ljósmyndagrafík.

Anna lærði myndlist í Myndlistaskóla Reykjavíkur og Myndlista- og handíðaskóla Íslands þaðan sem hún lauk námi frá grafíkdeild árið 1987. Hún hefur haldið einkasýningar og tekið þátt í fjölmörgum samsýningum bæði á Íslandi og erlendis.

TIL REYKJAVÍKUR Hugleikur Dagsson flytur uppistand sitt í Háskólabíói í nóvember. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON

Hugleikur Dagsson með uppistand í Háskólabíói:

Djókaín til Reykjavíkur

Hugleikur Dagsson flytur uppistand sitt, Djókaín, í Háskólabíói þann 29. nóvember. Miðasala á viðburðinn hefst í dag.

Hugleikur hóf uppistandstúr sinn á Höfn í Hornafirði í byrjun september. Hann hefur einnig komið fram á Egilsstöðum og Akureyri auk fleiri staða. Meðal umfjöllunarefnis Hugleiks á sýningunni er klámvæðingin, íslenska tungumálið, barneignir og hákarlar.

„Þetta er hálfgerð „best of" sýning. Ég fer með efni alveg frá því ég byrjaði í uppistandi. Sýningin er um sjötíu mínútur að lengd, nema ég sé æstur og tali hratt, þá gæti hún orðið styttri," sagði Hugleikur um sýninguna.

Djókaín er bannað börnum yngri en 13 ára.

ÖSSUR Á PARK Össur Hafþórsson á nýjasta skemmtistað sínum, Park. FRÉTTABLAÐIÐ/PJETUR

Fólk getur dansað af sér rassgatið á Park

Nýr skemmtistaður, Park, opnaður í kvöld. Elektrónísk tónlist verður í fyrirrúmi.

„Þessi staður er fínn fyrir fólk sem vill koma og dansa af sér rassgatið," segir Össur Hafþórsson.

Hann opnar í kvöld skemmtistaðinn Park á Hverfisgötu 20 þar sem Hverfisbarinn var eitt sinn til húsa. Þar verður elektrónísk danstónlist í boði og ætti fólk því að geta sleppt fram af sér beislinu í trylltum dansi. Auk Össurar eru kona hans Linda Mjöll Þorsteinsdóttir og Eyvindur Eggertsson eigendur staðarins.

„Faktorý var með hliðarsal helgaðan raftónlist og sinnti því mjög vel. Eftir að sá staður hætti vantaði góðan dansstað á þessu efra svæði með alvöru hljóðkerfi," segir Össur um Park, sem býður upp á kerfi af tegundinni Function One frá Óla ofur.

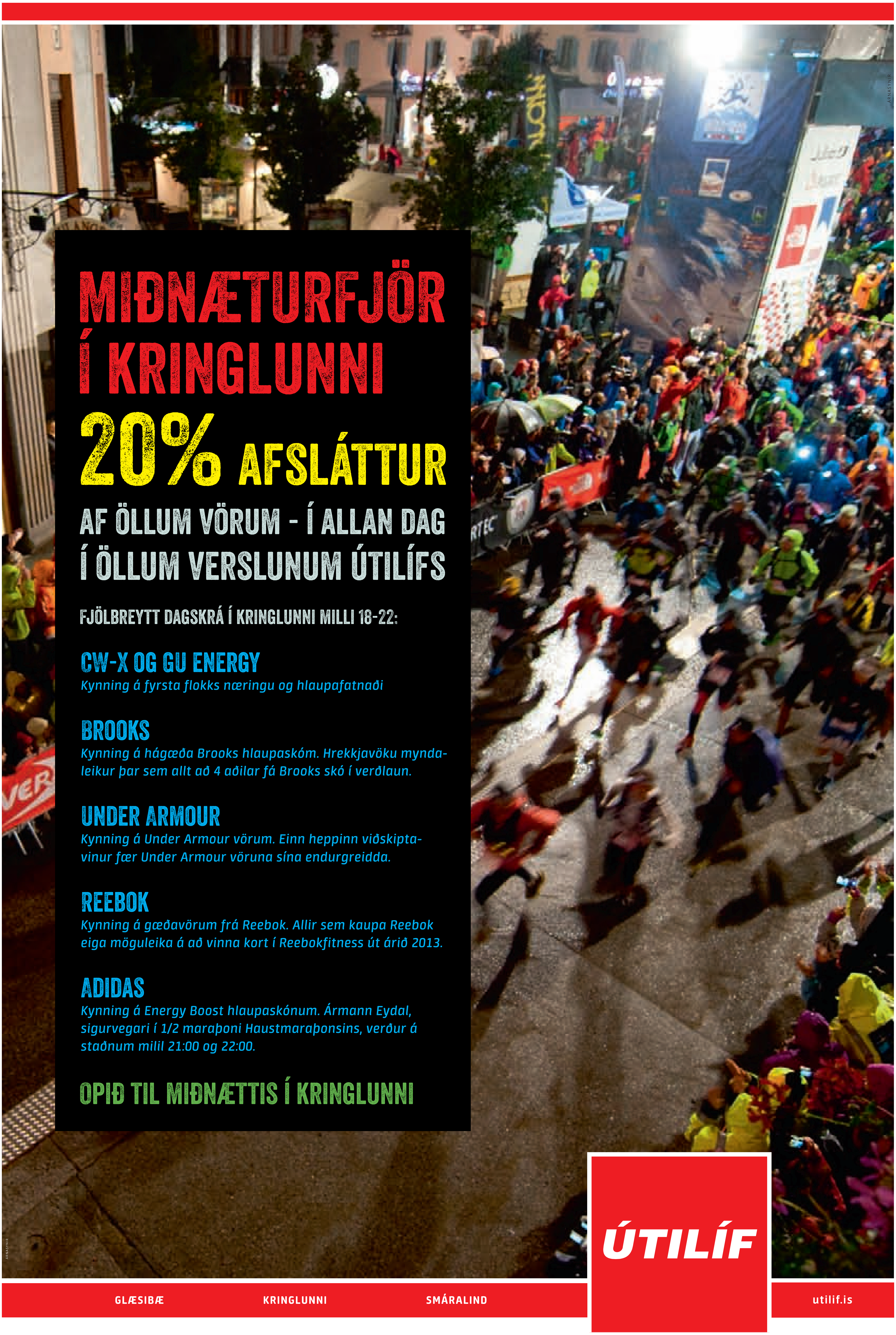
Össur átti áður skemmtistaðinn Sódómu en seldi hann árið 2010. Núna rekur hann Bar 11 á Hverfisgötu og Bar 7 á Frakkastígnum, auk húðflúrsstofunnar Reykjavík Ink á Frakkastíg ásamt Lindu Mjöll.

Fríar veitingar verða í boði á Park í kvöld milli kl. 21 og 23 og er öllum boðið. „Það eru allir velkomnir, ekkert VIP. Vonandi sjáum við sem flesta," segir Össur.

freyr@frettabladid.is

→ Arnar og Frímann spila í kvöld

Arnar og Frímann úr Hugarástandi koma fram í kvöld, auk BenSol. Á laugardaginn mætir Alex Session frá London. Hann hefur notið vinsælda síðustu tíu ár og kom lengi fram undir nafninu Noisses. Sama kvöld kemur plötusnúðurinn Margeir fram.


MIÐNÆTURFJÖR
Í KRINGLUNNI
20% AFSLÁTTUR
AF ÖLLUM VÖRUM - Í ALLAN DAG
Í ÖLLUM VERSLUNUM ÚTILÍFS
FJÖLBREYTT DAGSKRÁ Í KRINGLUNNI MILLI 18-22:
CW-X OG GU ENERGY
Kynning á fyrsta flokks næringu og hlaupafatnaði
BROOKS
Kynning á hágæða Brooks hlaupaskóm. Hrekkjavöku myndaleikur þar sem allt að 4 aðilar fá Brooks skó í verðlaun.
UNDER ARMOUR
Kynning á Under Armour vörum. Einn heppinn viðskiptavinur fær Under Armour vöruna sína endurgreidda.
REEBOK
Kynning á gæðavörum frá Reebok. Allir sem kaupa Reebok eiga möguleika á að vinna kort í Reebokfitness út árið 2013.
ADIDAS
Kynning á Energy Boost hlaupaskónum. Ármann Eydal, sigurvegari í 1/2 maraþoni Haustmaraþonsins, verður á staðnum milil 21:00 og 22:00.
OPIÐ TIL MIÐNÆTTIS Í KRINGLUNNI
ÚTILÍF
GLÆSIBÆ
KRINGLUNNI
SMÁRALIND
utilif.is

FRÁBÆRIR TÓNLEIKAR Emilíana Torrini kom fram í Silfurbergi á miðvikudag. Tónleikarnir þóttu vel heppnaðir.
FRÉTTABLAÐIÐ/ARNÞÓR BIRKISSON

Einlæg Emilíana

TÓNLIST ★★★★☆

Emilíana Torrini
Iceland Airwaves-hátíðin
HARPA–SILFURBERG

Tónleikar Emilíönu Torrini á Iceland Airwaves á miðvikudagskvöld mörkuðu tímamót. Tónleikarnir voru hennar fyrstu á hátíðinni frá árinu 1999 og var þetta einnig í fyrsta sinn sem Emilíana kemur fram í Hörpu. Löngu var orðið tímabært að ein af okkar bestu söngkonum endurnýjaði kynni sín við Iceland Airwaves.

Lög af nýrri plötu Emilíönu, Tookah, voru fyrirferðarmikil á efnisskránni og er ljóst að þar er um mjög vandaða plötu að ræða. Emilíana ákvað sjálf í upphafi tónleikanna að ávarpa gesti á móðurmálinu sem féll vel í kramið hjá Íslendingum í salnum. Hún hóf leik á laginu Tookah en það er grípandi og skemmtilegt lag sem greip viðstadda strax.

Tónleikarnir voru í einu orði sagt frábærir. Frammistaða Emilíönu var mögnuð og söngur hennar oft á tíðum dáleiðandi. Tónleikarnir voru fumlausir og ljóst að Emilíana er í fantaformi um þessar mundir.

Jón Júlíus Karlsson

NIÐURSTAÐA: Heillandi og einlæg frammistaða sem hitti beint í mark.

Vel smurð vél

TÓNLIST ★★★★☆

Mammút
Iceland Airwaves-hátíðin
HARPA NORÐURLJÓS

Fullt var út úr dyrum þegar Mammút steig á svið. Hljómsveitin hefur verið reglulegur gestur á hátíðinni allt frá því að hún sigraði í Músíktilraunum árið 2004. Hljómsveitin er orðin að einhverju miklu meira en vel smurðri vél en eflaust mætti líkja tengslum hljómsveitarmeðlima við óvenju hæfileikaríkan systkinahóp. Söngkona sveitarinnar, Kata Mogensen, fær sérstakt hrós, en sviðsframkoma hennar og söngur var í hæsta gæðaflokki.

Einungis var flutt nýtt efni á tónleikunum en nýju lögin eru gríðarsterk og virtust leggjast vel í áhorfendur og hafði kurteislegt golfklappið sem einkennt hafði salinn fyrr um kvöldið breyst í dynjandi lófatak, hróp og skræki.

Þekktustu lögin af nýju plötunni, Salt og Blóðberg, voru á meðal fyrstu laga sveitarinnar að þessu sinni og varð það mögulega til þess að ákveðinn stíganda vantaði í tónleikana en ljóst er að hljómsveitin er að prófa sig áfram með uppröðun laga á tónleikum.

Orri Freyr Rúnarsson

NIÐURSTAÐA: Frábærir tónleikar. Mammút er eins og vel smurð vél.

Kaflaskiptir tónleikar

TÓNLIST ★★★☆☆

Leaves
Iceland Airwaves-hátíðin
HARPA–SILFURBERG

Leaves hóf tónleikana á The Sensualist, sem er tekið af nýútkominni plötu, See You in the Afterglow.

Krafturinn hélt áfram og tóku áhorfendur vel í þessi upphafslög Leaves enda skilaði sveitin sínu afar vel. Eftir kraftmikla byrjun var hins vegar komið að kafla með ögn lágstemmdari lögum og varð þá vart við að reynt væri á athygli tónleikagesta.

Þegar einhverjir voru farnir að líta í kringum sig tilkynnti söngvari sveitarinnar að nú væri komið að smá rokki og voru Leaves-meðlimir því aftur komnir í þann gír sem þeir sóma sér hvað best í.

- ofr

NIÐURSTAÐA: Kraftmikil byrjun með slakari miðju.

Húsfyllir í Hörpu

MANNHAF Mikill fjöldi fólks sótti Iceland Airwaves-tónlistarhátíðina í Hörpu á miðvikudag. Hátíðin fer fram í fimmtánda sinn í ár og stendur fram á sunnudag.
FRÉTTABLAÐIÐ/ARNÞÓR BIRKISSON

Miklu meira en efnileg

TÓNLIST ★★★☆☆

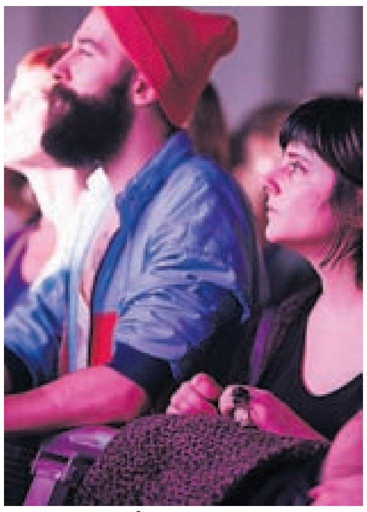
Vök
Iceland Airwaves-hátíðin
HARPA–NORÐURLJÓS

Það var orðið rúmlega hálffullt í salnum þegar Vök, sigursveit Músiktilrauna 2013, steig á svið klukkan átta. Um leið og fyrsta lagið byrjaði að hljóma kom í ljós að hljóðkerfið var langt frá því að vera í botni þannig að afar óáhugaverðar samræður parsins fyrir framan mig hálfyfirgnæfðu hljómsveitina. Þetta hvimleiða vandamál fylgdi Norðurljósasalnum eitthvað fram eftir kvöldinu en lagaðist þó smátt og smátt eftir því sem á leið.

Hljómsveitin hefur verið afar dugleg að spila að undanförnu og hefur það skilað sér í stórbættri sviðsframkomu sem var öll til fyrirmyndar. Að auki hefur það haft jákvæð áhrif að bæta þriðja meðlimnum við sveitina sem gaf öllum færi á að einbeita sér að eigin hlutverkum á sviðinu.

Heilt yfir voru tónleikar Vakar virkilega góðir. Spilamennskan var til fyrirmyndar og verður gaman að fylgjast með hljómsveitinni í framtíðinni. Orri Freyr Rúnarsson

NIÐURSTAÐA: Heilt yfir góðir tónleikar.

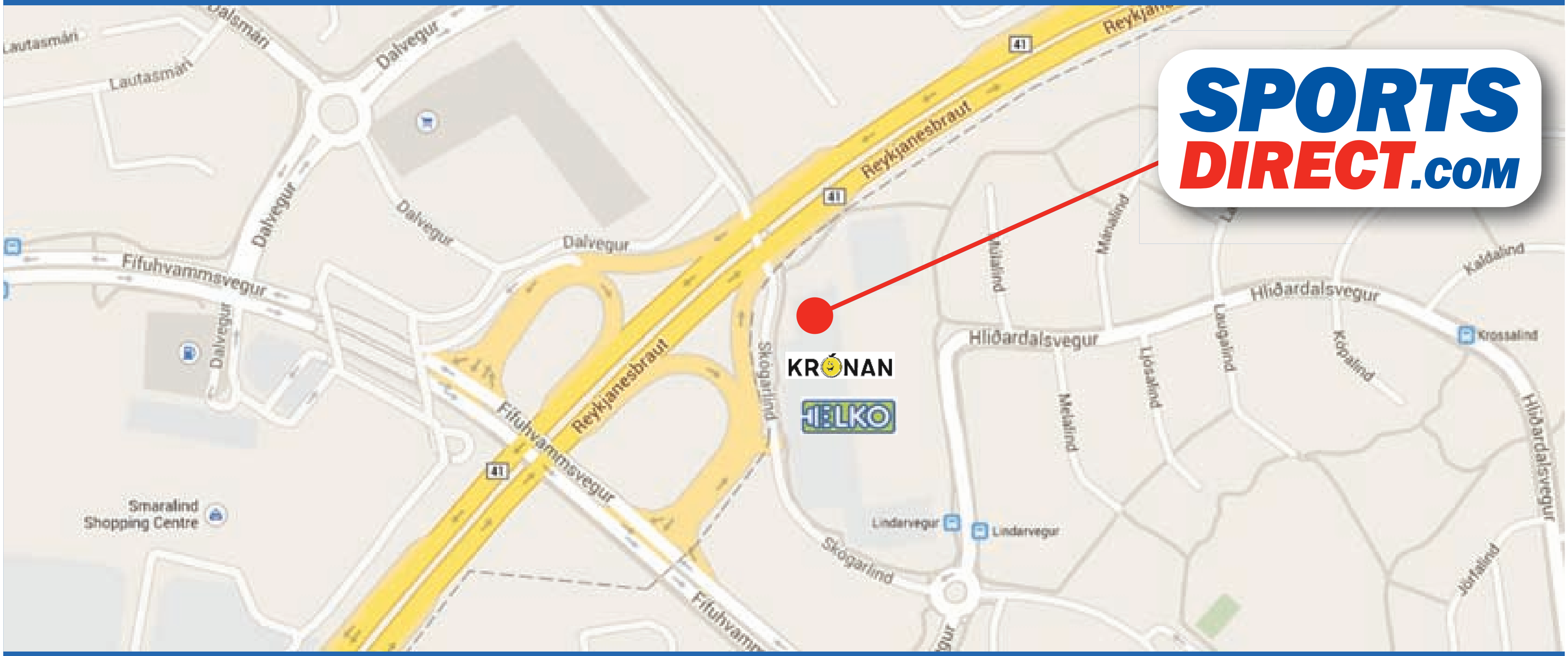


HLUSTAÐ AF ÁHUGA Tónleikagestir hlýddu á tónlistina af áhuga.
FRÉTTABLAÐIÐ/ARNÞÓR BIRKISSON

SPORTS DIRECT.COM

OPNUM NÝJA OG STÆRRI VERSLUN Í LINDUM KÓPAVOGI LAUGARDAG KL 10

LINDIR - SKÓGARLIND 2 - 201 KÓPAVOGI



VIÐ TRYGGJUM
LÁGT VERÐ

EUROPEAN GOLF | field & trek.com CAMPING · WALKING · SKIING | sherunsheruns Your Running Partner | SOCCER SCENE | BIGBIKECHAIN.COM

Útlitið er bjart hjá Ásgeiri á erlendri grundu

In The Silence með Ásgeiri Trausta hefur fengið frábæra dóma erlendis þar sem platan verður gefin út.

„Þetta er virkilega ánægjulegt því það var mikið óvissuverkefni að þýða plötuna á ensku þó svo það hafi alltaf verið planið að gera það,“ segir María Rut Reynisdóttir, umboðsmaður Ásgeirs Trausta, en plata hans In The Silence hefur fengið frábæra dóma í fjölmiðlum erlendis. Platan er komin út í Danmörku og Hollandi og kemur út í Bretlandi og víðar í Evrópu 27. janúar. Þá kemur hún út 4. febrúar í Bandaríkjunum.

„Tímarit á borð við The Line Of Best Fit, Uncut og dagblaðið The Independent hafa öll gefið plötunni prýðis dóma,“ útskýrir María Rut.

Tvær fyrstu smáskífur Ásgeirs af plötunni hafa hlotið góða dóma og hafa til dæmis náð inn á vinsældalista Hypem, og hafa einnig verið talsvert spilaðar í útvarpi víða í Evrópu og Bandaríkjunum.

Á miðvikudagskvöld kom Ásgeir fram á sínum fyrstu tónleikum í London sem aðalnúmer. „Hann hefur oft komið fram í London sem upphitunaratriði en nú var hann í fyrsta sinn aðalnúmerið.

„Þegar Ásgeir byrjar túrinn sinn sem byrjar í nóvember, í Köben, verða það aðrir tónleikarnir sem hann selur upp á, á skömmum tíma. Tónleikarnir eru í Koncerthuset sem er Harpa þeirra Dana,“ bætir María Rut við.

Ásgeir kemur fram á Airwaves off-venue á Kexi, á föstudagskvöld klukkan 20.30 en þeir verða í beinni á KEXP í Seattle í Bandaríkjunum. Þá kemur hann fram í Silfurbergi í Hörpu á laugardagskvöld klukkan 22.00. - glp

Dæmi um dóma í erlendum miðlum

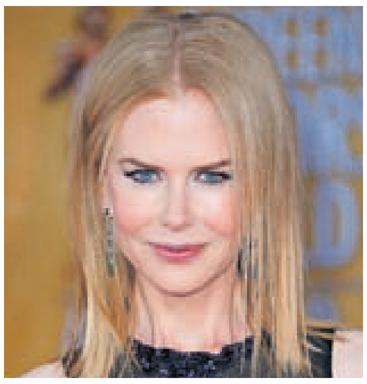
The Independent gaf plötunni fjórar stjörnur af fimm mögulegum

The Line Of Best Fit gaf plötunni 8,5 af 10

Uncut gaf plötunni 8 af 10

Bitcandy gaf plötunni 9,4 af 10

ÚTLITIÐ BJART Tónlistarmaðurinn Ásgeir Trausti fær prýðis dóma í erlendum miðlum. FRÉTTABLAÐIÐ/VILLI



NICOLE KIDMAN Leikkonan hefur núna hitt sína einu, sönnu ást. NORDICPHOTOS/GETTY

Ekki sönn ást með Cruise

Nicole Kidman, fyrrverandi eiginkona Toms Cruise, segist aldrei hafa verið almennilega ástfangin af leikaranum. Hún segir að aðeins Brad Pitt og Angelina Jolie séu í aðstöðu til að skilja Hollywood-hjónaband þeirra.

„Svona tilvera er sérstök. Þið einbeitið ykkur mjög hvort að öðru og eruð inni í sápukúlu,“ sagði leikkonan við Vanity Fair. „Með fullri virðingu fyrir því sem ég átti með Tom þá hef ég núna hitt mína einu, sönnu ást,“ sagði hún og átti við sveitasöngvarann Keith Urban. „Ég vissi ekki hvort ég myndi finna þessa ást. Mig langaði að finna hana en ekki á tímabili. Þá vildi ég ekki hoppa úr einu sambandi í annað.“

DAVID BOWIE Black Francis vill spila með David Bowie á tónleikaferð. NORDICPHOTOS/GETTY

Vill spila með David Bowie

Black Francis, forsprakki bandarísku rokksveitarinnar Pixies, vill fara í tónleikaferð með David Bowie.

Bowie gaf út plötuna The Next Day fyrr á árinu en hefur ekkert fylgt henni eftir með tónleikahaldi. „Við ættum að fara í tónleikaferð með David Bowie,“ sagði Francis við Radio.com. „Við getum verið hljómsveitin hans, það væri svalt. Við getum hitað upp með því að spila okkar lög og svo kemur hann á svið og þá myndum við spila undir hjá honum.“

Fyrr í mánuðinum sagði trommari Pixies, Dave Lovering, að Kim Deal bassaleikari væri velkomin aftur í bandið hvenær sem hún vildi.

Sálufélagarnir í Nite Jewel heillast af Íslandi

Dúettinn Nite Jewel frá Los Angeles kemur fram á Iceland Airwaves-hátíðinni í kvöld. Hljómsveitin vann ferðina til Íslands.

„Við erum sálufélagar og náum ótrúlega vel saman,“ segir tónlistarkonan Ramona Gonzales úr hljómsveitinni Nite Jewel sem kemur fram á Iceland Airwaves-hátíðinni í kvöld. Bandaríski dúettinn er skipaður kærustuparinu Ramonu, sem syngur og semur lögin, og upptökustjóranum og útsetjaranum Cole M. Greif-Neill.

Sveitin á rætur að rekja til Los Angeles en hún leikur elektróníska/tilraunakennda tónlist með indí-ívafi.

„Ísland er mjög fallegt land en það er samt pínukalt hérna. Við fórum Gullna hringinn og það var yndislegt,“ segir Ramona hæstánægð með Íslandsdvölina.

Nite Jewel er önnur tveggja sveita sem unnu samkeppni á vegum Reyka Vodka um að spila á tónlistarhátíðinni Iceland Airwaves. „Við sendum lag í keppnina og svo bara vorum við allt í einu á leiðinni til Íslands,“ segir Ramona um ferlið. Keppnin var haldin í samstarfi við Grooveshark-tónlistarveituna.

Hljómsveitir sendu inn prufuupptökur og svo valdi nefnd á vegum Iceland Airwaves sigursveitirnar tvær. Þær unnu vikuferð til Íslands þar sem allur kostnaður verður greiddur og fá að koma fram á hátíðinni.

„Við vorum á tónleikaferðalagi um Asíu en eftir Íslandsdvölina ætlum við aftur til Los Angeles að klára nýjustu plötuna okkar sem kemur vonandi út fljótlega,“ segir Ramona aðspurð um framhaldið.

Nite Jewel kemur fram á skemmtistaðnum Harlem í kvöld klukkan 23.20.

- glp

ALSÆL Á ÍSLANDI Dúettinn Nite Jewel kemur fram á Iceland Airwaves á Harlem í kvöld. MYND/ANGEL CEBALLOS

Ísland er mjög fallegt land en það er samt pínukalt hérna. Við fórum Gullna hringinn og það var yndislegt.

MERCURY-VERÐLAUNIN James Blake hlaut Mercury-verðlaunin fyrir plötuna Overgrown. NORDICPHOTOS/GETTY

Blake þakkaði foreldrunum

James Blake hlaut hin virtu Mercury-verðlaun í Bretlandi fyrir aðra plötu sína, Overgrown. Hann hafði betur í samkeppni við flytjendur á borð við Arctic Monkeys, David Bowie, Disclosure, Villagers, Rudimental og Laura Mvula, sem veðbankar töldu líklegasta til að hreppa verðlaunin.

„Ég vil þakka foreldrum mínum fyrir að sýna mér hversu mikilvægt er að vera sjálfstæður,“ sagði Blake í þakkarræðu sinni en verðlaunin voru afhent í London. Blake spilaði á Sónarhátíðinni í Reykjavík í febrúar við góðar undirtektir. Á meðal annarra sem hafa fengið verðlaunin eru Primal Scream, PJ Harvey, Badly Drawn Boy, Alt-J og Ms Dynamite.

SNÝR AFTUR Kings of Leon snýr aftur og hefur tónleikaferðalag í febrúar. NORDICPHOTOS/GETTY

Kings of Leon á leið í tónleikaferðalag

Bandaríska hljómsveitin Kings of Leon leggur af stað í tónleikaferð um Bandaríkin hinn 5. febrúar næstkomandi og hefst ferðalagið í Atlanta í Bandaríkjunum.

Sveitin er að fylgja eftir nýjustu plötu sinni sem heitir Mechanical Bull en hún kom út fyrir skömmu. Trommuleikari sveitarinnar, Nathan Followill, sagði í samtali við Rolling Stone tímaritið að hljómsveitin hefði aldrei hljómað betur en núna og sagði meðlimi hlakka mikið til að byrja að spila aftur saman.

Hljómsveitin hefur í nokkur ár verið ein sú vinsælasta í heiminum en platan Only By The Night kom sveitinni heldur betur á kortið árið 2008 með lögum eins og Sex On Fire og Use Somebody og seldist í rúmum sex milljónum eintaka í heiminum.

Heilög Francisca

BAKPANKAR
Kolbeins Tuma Daðasonar

Góðan daginn, Tumi," segir brosmild-asta og skemmtilegasta afgreiðslukona heimsins þegar ég legg leið mína í Bónus úti á Granda. Allar mínar pælingar um hvaða peningabatterí reki hvaða stórverslun hafa skipt litlu máli undanfarin ár. Ef það er virkur dagur og ég á ferðinni á milli 12 og 19 er bleika svínið sótt heim. Útrætt mál.

KRAKKARNIR elska að hitta Franciscu sem man nöfnin á þeim og okkur hjónunum jafnvel þótt margar vikur hafi liðið frá síðustu heimsókn. Ekki bara á okkur heldur oftar en ekki fólkinu á undan og eftir í röðinni. Brosið er alltaf á sínum stað og spurningar um líðan. Engin tilgerð. Bara góðmennska og kurteisi sem fólk lærir ekki á námskeiðum.

EKKI þekki ég kaup og kjör Franciscu hjá stórversluninni en ég vona svo sannarlega að þau séu vel yfir meðallagi miðað við hvað gengur og gerist í stéttinni. Fyrir mína parta væri ég líklegri til að fara í næstu verslun ef ekki væri fyrir hina yndislegu afgreiðslukonu. Sem er líklega svo yndisleg að henni kæmi ekki til hugar að biðja um launahækkun.

EN hvaðan kemur þessi gleði í hjarta Franciscu sem birtist í fallegu brosi og viðmóti hennar við alla? Öll fjölskyldan í 6.000 kílómetra fjarlægð í Sambíu. Hún í tveimur störfum og ferðast Íslands á enda í strætó til að komast til vinnu.

„GUÐ er eina leyndarmálið! Ef ég er eitthvað hnuggin hugsa ég bara til Hans og þá verð ég glöð í hvert skipti," sagði Francisca í viðtali í Fréttablaðinu fyrir fjórum árum. Þrátt fyrir að vera „gjafapakkafermdur" deili ég ekki trú á hið heilaga. Raunar hef ég verið afar gagnrýninn á flest það sem við kemur trúarbrögðum í gegnum tíðina. En þegar birtingarmynd staðfastrar trúar er hin heilaga Francisca á kassanum í Bónus, þá er guð ekkert annað en hið besta mál.

Tæknilegasta hljómsveit landsins

Tækni-hljómsveitin Þrýðjy Kossynn! skartar tæknimönnum Þjóðleikhússins.

„Ég held að við séum alveg örugglega tæknilegasta hljómsveit landsins," segir Viðar Jónsson, stofnandi hljómsveitarinnar Þrýðjy Kossynn! sem samanstendur af tæknimönnum Þjóðleikhússins.

Tæknimennirnir Axel Cortes, Halldór Snær Bjarnason og Kristinn Gauti Einarsson ásamt Viðari mynda hljómsveitina sem hefur verið starfandi í tvö ár en þeir leika og syngja fjölbreytta tónlist á fimm tungumálum. „Sveitin var stofnuð í einhverju flippi en við syngjum lög á íslensku, ensku, spænsku, þýsku og dönsku," bætir Viðar við.

Þessir lykilstarfsmenn Þjóðleikhússins njóta aðstoðar ýmissa gestasöngvara sem margir hverjir eru þjóðþekktir og jafnvel heimsþekktir. „Ólafía Hrönn er fastur gestasöngvari hjá okkur en hún er einnig umboðsmaður okkar. Það er öllum starfsmönnum Þjóðleikhússins boðið að ganga í hljómsveitina en við erum samt fjórir sem myndum þennan kjarna," útskýrir Viðar.

Þrýðjy Kossynn! kemur fram á hljómleikum á Café Rosenberg á laugardag og hefjast þeir klukkan 22. „Með okkur koma fram heimsþekktir einstaklingar sem ég get því miður ekki nafngreint," bætir Viðar við að lokum. **- glp**

MIKIL TÆKNISVEIT Hljómsveitin Þrýðjy Kossynn! er skipuð tæknimönnum Þjóðleikhússins. FRÉTTABLAÐIÐ/DANÍEL

Geirvarta meðal ljótustu orðanna

Tveir piltar standa fyrir keppni um val á ljótasta orði sem til er í íslensku máli.

„Það er auðvitað mjög huglægt hvað er ljótt orð, margir tengja það við merkingu orðsins. Oft eru orðin ljótari þegar þau lýsa einhverju ljótu," segir Viktor Orri Valgarðsson, sem stofnaði Facebook-síðu ásamt Garðari Þór Þorkelssyni þar sem leitað er að ljótasta íslenska orðinu. Þar er hægt að leggja fram tillögu að orði og þau orð sem fá flest læk keppa loks um titilinn.

„Þessi keppni er ágætt dæmi um mátt samfélagsmiðlanna og er afurð þess að við félagarnir vorum að ræða keppnina um fallegasta orðið sem fram fór fyrir stuttu. Okkur þótti enn áhugaverðara að halda keppni um ljótasta orðið," útskýrir Viktor Orri.

Síðan var stofnuð fyrir skömmu og hefur á stuttum tíma fengið tæp eitt þúsund læk og hafa hundruð orða verið tilnefnd.

Spurður um einkenni ljótra orða segir Garðar: „Óheppileg samsetning hljóða, eins og tvö L líkt og í orðinu fjall, hljómar ekkert of vel."

Aðstandendur síðunnar eiga þó í stökustu erfiðleikum með að velja ljótasta orðið sjálfir. „Orð sem erfitt er að segja og skrifa eru mér ofarlega í huga, eins og gengilbeina sem er mjög asnalegt orð, einnig eru orð eins og geirvarta og úlnliður ofarlega í huga," bætir Viktor við.

Ljótasta orðið verður valið á degi íslenskrar tungu, þann 16. nóvember. „Við gerum ráð fyrir fjölmennri samkomu," bætir Viktor við að lokum en frú Vigdísi Finnbogadóttur verður boðið sem heiðursgesti. **- glp**

LEITA AÐ LJÓTASTA ORÐINU Viktor Orri Valgarðsson og Garðar Þór Þorkelsson, aðstandendur síðunnar þar sem leitin fer fram. FRÉTTABLAÐIÐ/DANÍEL

➜ Skoðanakannanir vinsælt orð

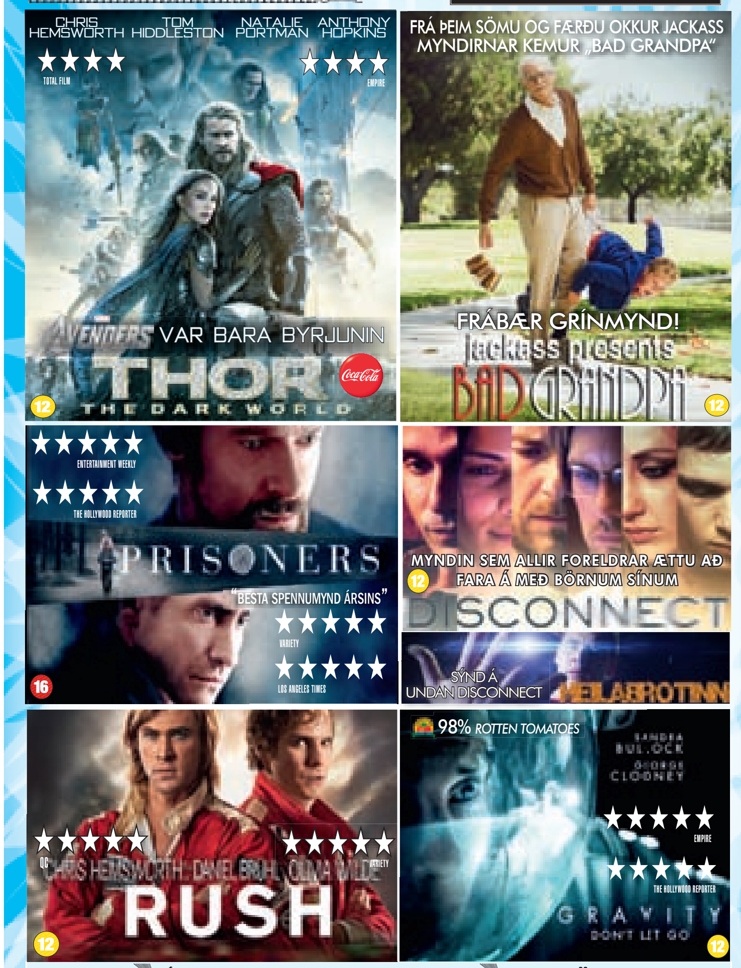
- Skoðanakannanir
- Túrtappi
- Geirvarta
- Úlnliður
- Trauðla
- Hné

midi.is Miðasala og nánari upplýsingar
LAUGARÁS BÍÓ www.laugarasbio.is -bara lúxus sími 553 2075 5%

Tilboð í bíó. Gildir á allar sýningar merktar með rauðu.

LAUGARÁSBÍÓ	Sýningartímar	
PHILOMENA	5:50, 8, 10:10	12
FURÐUFUGLAR	3:50, 6 3D	L
FURÐUFUGLAR	3:50 2D	L
CAPTAIN PHILLIPS	6, 9	14
ABOUT TIME	9	10
AULINN ÉG 2 - ÍSL TAL	3:50 2D	L

SAMBÍÓIN
KVIKMYNDAÚRVALIÐ ER Í SAMBÍÓUNUM
SAMBÍÓIN Á TOPPNUM Í 30 ÁR
KYNNTU ÞÉR MÁLIÐ Á SAMbio.is



SAMBÍÓIN ÁLFABAKKA		
THOR - DARK WORLD 3D	KL. 3 - 5:30 - 8 - 10:30	12
THOR - DARK WORLD VIP 2D	KL. 3 - 5:30 - 8 - 10:30	VIP
BAD GRANDPA	KL. 3:40 - 5:50 - 8 - 10:10	12
GRAVITY 2D	KL. 3:40 - 5:50 - 8 - 11	12
RUSH	KL. 3 - 5:30 - 10:10	12
PRISONERS	KL. 6 - 8 - 9	16
FLUGVÉLAR ÍSLTAL2D	KL. 4	L

SAMBÍÓIN KEFLAVÍK		
THOR - DARK WORLD 3D	KL. 5:40 - 8 - 10:20	12
BAD GRANDPA	KL. 8	12
DISCONNECT	KL. 10:10	16
TÚRBÓ ÍSLTAL2D	KL. 5:50	L

SPARBÍÓ
MERKTAR MEÐ GRÆNU OG APPELSÍNUGULU Í BÍÓAUGLÝSINGUM SAMBÍÓA KR. 1000 Á GRÆNT OG KR. 750 Á APPELSÍNUGULT

SAMBÍÓIN EGILSHÖLL		
THOR - DARK WORLD 3D	KL. 5:30 - 8 - 10:30	12
BAD GRANDPA	KL. 5:50 - 8 - 10:10	12
GRAVITY 2D	KL. 5:50 - 8	12
PRISONERS	KL. 8:30	16
RUSH	KL. 6 - 10:10	12

SAMBÍÓIN KRINGLUNNI NÚMERUÐ SÆTI		
THOR - DARK WORLD 2D	KL. 5:30 - 8 - 10:30	12
BAD GRANDPA	KL. 5:50 - 8 - 11	12
DISCONNECT/HEILABROTINN	KL. 5:20 - 10:10	12
PRISONERS	KL. 8	16

SAMBÍÓIN AKUREYRI		
THOR - DARK WORLD 3D	KL. 5:30 - 8 - 10:30	12
BAD GRANDPA	KL. 8	12
DISCONNECT/HEILABROTINN	KL. 5:20	12
GRAVITY 2D	KL. 10:10	12

SMÁRABÍÓ HÁSKÓLABÍÓ

SMÁRABÍÓ 5%		
THOR 2	KL. 5.30 - 8 - 10.30	12
THOR 2 LÚXUS	KL. 5.30 - 8 - 10.30	12
FURÐUFUGLAR 2D	KL. 3.20 - 5.40	L
FURÐUFUGLAR 3D	KL. 3.20	L
CAPTAIN PHILIPS	KL. 5 - 8 - 10.45	14
INSIDIUS CHAPTER 2	KL. 8 - 10.20	16
KONAN Í BÚRINU	KL. 8 - 10.15	16
MÁLMHAUS	KL. 5.45	12
TÚRBÓ 2D ÍSL.TAL	KL. 3.30	L

HÁSKÓLABÍÓ 5%		
PHILOMENA	KL. 5.45 - 8 - 10.15	12
CAPTAIN PHILIPS	KL. 10	14
FRANCES HA	KL. 6	7
KONAN Í BÚRINU	KL. 10.15	16
GRAVITY 3D	KL. 8 - 10.50	12
MÁLMHAUS	KL. 5.45 - 8	12
HROSS Í OSS	KL. 6 - 8	12

BORGARBÍÓ NÁNAR Á MIÐI.IS

PHILOMENA KL. 8 - 10 (12)
CAPTAIN PHILIPS KL. 8 (14) / FURÐUFUGLAR 3D KL. 6 (L)
KONAN Í BÚRINU KL. 6 (16) / INSIDIUS CHAPTER 2 KL. 10.30 (16)

Miðasala á: midi.is og eMiði

BÍÓ PARADÍS EUROPA CINEMAS

SJÁ SÝNINGARTÍMA Á WWW.BIOPARADIS.IS - Miðasala: 412 7711 - Hverfisgata 54 - bioparadis.is - Hluti af Europa Cinemas

VETRAR SPRENGJA
Í OUTLET 10

Merkjavörur frá: galleri sautján gs skór Sparkz Deres focus Kultur menn SMASH KARAKTER KONUR URBAN

Kögur jakki: 6.000.-
Skyrta: 3.000.-

Kögur kápa: 8.000.-
kjóll: 4.000.-

Jakki: 7.000.-
Peysa: 5.000.-

Maó jakkaföt:
21.995.-

Úlpa: 3.000.-
Bolir: 1.000 - 3.000.-

Skyrta:
6.000.-

Pils: 3.000.-
Sokkabuxur: 1.000.-
Hælaskór: 2.000.-

Sokkabuxur: 1.000.-
Hælaskór: 2.000.-

Buxur: 4.000.-
Ökklaskór: 4.000.-

Skyrta: 3.000.-
Leðurskór: 6.000.-

DRDENIM JEANSMAKERS
Buxur: 4.000.-
Strigaskór: 4.995.-

Uni-sex Buxur: 2.000.-
Skór: 5.000.-

Bomber jakki: 3.000.-
Bolur: 2.000.-

Úlpa:
3.000.-

Skyrta: 3.000.-
Peysa: 5.000.-

Úlpa:
5.000.-

ALLAR
CHEAP MONDAY
OG
5
BUXUR : 4.000.-

Fullt af flottum tilboðum, fyrstur kemur fyrstur fær !!!

Sendum í póstkröfu

OPIÐ: MÁN - FÖS 11 - 18, LAUGARDAG 11 - 18
SUNNUDAG 12 - 17 erum á facebook

OUTLET 10
+++ merki fyrir minna +++
FAXAFENI 10 - s. 578 7977

BÓNUS BÓNUS BÓNUS BÓNUS BÓNUS
GOTT VERÐ Í BÓNUS GOTT VERÐ Í BÓNUS GOTT VERÐ Í BÓNUS
LÁG KOLVETNA BRAUÐ
459 krónur 340g.
KRISTJÁNS LÁGKOLVETNA BRAUÐ 340gr
TILBÚNIR RÉTTIR FYRIR ÞRJÁ TIL FJÓRA
998 krónur stk.
BÓNUS NÚÐLURÉTTUR M/ KJÚKLINGI
998 krónur stk.
BÓNUS HEILSURÉTTUR M/ KJÚKLINGI
Feti
Feti
298 krónur 250g.
BÓNUS FETI Í KRYDDOLÍU
Í KRYDDOLÍU MEÐ ÓLÍFUM
VISTVÆN
ÍSLENSK FRAMLEIÐSLA
Ferskt íslenskt salat
Bónusblanda
Lambhagi
398 krónur 150g.
BÓNUS LAMBHAGASALAT 150gr
AKURSELS ÍSLENSKAR
LÍFRÆNAR GULRÆTUR
LÍFRÆNAR ÍSLENSKAR GULRÆTUR
359 krónur 500g
HEFUR ÞÚ SMAKKAÐ ?
BÓNUS
PIZZASÓSA
198 krónur 430 ml
PIZZASÓSA
ÍSLENSK FRAMLEIÐSLA
430 ML
Mjúkís
Mjúkís
698 krónur 2 ltr.
KJÖRÍS MJÚKÍS SÚKKULAÐI & VANILLA
Pizzadeig
259 krónur 400g.
BÓNUS PIZZADEIG 400gr
SPELT Pizzadeig
298 krónur 400g.
BÓNUS SPELT-PIZZADEIG 400gr
398 krónur150g.
BÓNUS PEPPERONI 150gr
BÓNUS KORNBRAUÐ 1 kg.
BÓNUS
229 krónur 1 kg.
198 krónur kg.
NÝJAR KARTÖFLUR Í LAUSU
GULLAUGA OG RAUÐAR
MÖNDLUR MEÐ HÝÐI
798 krónur 500g.
MÖNDLUR MEÐ HÝÐI 500g
AFGREIÐSLUTÍMI
FÖSTUDAGUR
10:00-19:30
BÓNUS EKKERT BRUÐL
VISA
AFGREIÐSLUTÍMI
FÖSTUDAGUR
10:00-19:30

BÓNUS BÓNUS BÓNUS BÓNUS
GOTT VERÐ Í BÓNUS GOTT VERÐ Í BÓNUS GOTT VERÐ Í BÓ
698 krónur kg.
BÓNUS GRÍSAHAKK
698 krónur kg.
ALI FERSKUR GRÍSABÓGUR
NÝ SLÁTRAÐ
FERSKUR HÁLFUR LAMBAHRYGGUR
LUNDAPARTURINN
1898 krónur kg
998 krónur kg.
BÓNUS ÚRBEINAÐUR GRÍSAHNAKKI
HAUST SLÁTRUN 2012
3598 krónur kg.
ÍSLANDSLAMB FERSKT LAMBAFILLET
NAUTA Veisla
FERSKT NAUTGRIPAHAKK
1298 krónur kg.
NAUTA Veisla
FERSKT NAUTGRIPASNITSEL
1998 krónur kg.
1598 krónur kg.
BÓNUS GRÍSALUNDIR SNYRTAR
1998 krónur kg.
HAUST SLÁTRUN 2012
ÍSLANDSLAMB FERSKT ÚRBEINAÐ LAMBALÆRI
NAUTA Veisla
FERSKT NAUTGRIPAGÚLLAS
1998 krónur kg.
KJARNAFÆÐI
398 krónur 120g
HANGIÁLEGG 120gr 398 kr.
198 krónur 105g
KJÚKLINGASKINKA 105gr 198 kr.
359 krónur 145g
STERKT PEPPERONI 145gr 359 kr.
HÁMARK
459 krónur 3 x 250ml
HÁMARK SÚKKULAÐI PRÓTEINDRYKKUR 3 x 250 ml
Pólskar PYLSUR
298 krónur 360g
FJÓRAR PÓLSKAR KJÖTPYLSUR
SUÐU SÚKKULAÐI
298 krónur 300g
HEIMA SUÐUSÚKKULAÐI 300g
EXTRA VIRGIN ÓLÍFUOLÍA
598 krónur 750ml
HEIMA ÓLÍFUOLÍA EXTRA VIRGIN 750ml
BÓNUS Tröllahafrar
298 krónur 1kg
BÓNUS 1 KG. TRÖLLAHAFRAR
Coca-Cola
pepsi
pepsi MAX
198 krónur 1.5 ltr
198 krónur 2 ltr
SENSODYNE
995 krónur 3 stk.
SENSODYNE WHITENING 3 x 75ml
ÞRJÁR TÚPUR Á VERÐI 2JA
BÓNUS EKKERT BRUÐL
VISA
AFGREIÐSLUTÍMI
FÖSTUDAGUR
10:00-19:30

Dæma í asísku Meistaradeildinni

Anton Gylfi Pálsson og Jónas Elíasson handknattleiksdómarar hafa fengið það verkefni að dæma í Asian Club League Championship en parið var valið af alþjóða dómarasambandinu IHF.

Mótið fer fram í Katar í nóvember og dvelja dómararnir þar frá 6. nóvember til 22. nóvember meðan á mótinu stendur.

Alls verða tíu dómarapör starfandi á mótinu en aðeins þrjú pör koma frá Evrópu og því er þetta mikill heiður fyrir Íslendingana.

Anton Gylfi dæmdi árum saman ásamt Hlyni Leifssyni og voru þeir eitt besta dómarapar á Íslandi í áraraðir en Hlynur lagði flautuna á hilluna í vor og tók því Anton saman við Jónas.

Sannfærandi hjá Valskonum í Safamýri

NÍU MÖRK Ragnheiður Júlíusdóttir hélt Fram á floti í gær. FRÉTTABLAÐIÐ/DANÍEL

HANDBOLTI Valskonur komust á toppinn í Olís-deild kvenna eftir öruggan fimm marka sigur á Íslandsmeisturum Fram, 24-19, í Safamýrinni í gærkvöldi. Valur hefur eins marks forskot á Stjörnuna sem á leik inni. Anna Úrsúla Guðmundsdóttir er kominn á fullt hjá Val eftir fæðingarorlof og munar mikið um það. Kristín Guðmundsdóttir var markahæst með sjö mörk. Hin 16 ára Ragnheiður Júlíusdóttir skoraði níu mörk fyrir Fram. - óój

visir.is

Frekari umfjöllun um leikinn í gærkvöldi

DOMINOS KARLA

VALUR - KEFLAVÍK **76-94 (39-50)**

Stigahæstir: Ragnar Gylfason 20, Chris Woods 14, Rúnar Ingi Erlingsson 12, Birgir Björn Pétursson 11 - Michael Craion 21/21 frák./3 varin, Arnar Freyr Jónsson 19/6 stoðs./5 stolnir, Darrel Lewis 16, Þröstur Leó Jóhannsson 9, Gunnar Ólafsson 9.

GRINDAVÍK - ÍR **98-73 (50-44)**

Stigahæstir: Jóhann Árni Ólafsson 29/8 frák./6 stoðs., Sigurður Gunnar Þorsteinsson 21/9 frák./6 stoðs., Þorleifur Ólafsson 15, Jón Axel Guðmundsson 9/7 frák./5 stoðs. - Sveinbjörn Claessen 19, Hjalti Friðriksson 15/10 frák., Terry Leake Jr. 14/12 frák., Björgvin Ríkharðsson 9.

OLÍS DEILD KVENNA

FRAM - VALUR **19-24 (11-12)**

Mörk Fram (skot): Ragnheiður Júlíusdóttir 9 (25), Sigurbjörg Jóhannsdóttir 4/2 (10/3), María Karlsdóttir 3 (3), Kristín Helgadóttir 1 (1), Hekla Rún Ámundadóttir 1 (2), Hafdís Shizuka Iura 1 (3),

Varin skot: Hildur Gunnarsdóttir 7 (21, 33%), Sunneva Einarsdóttir 4/1 (14/1, 29%),

Mörk Vals (skot): Kristín Guðmundsdóttir 7 (11/1), Anna Úrsúla Guðmundsdóttir 5 (6/1), Hrafnhildur Ósk Skúladóttir 5 (9), Karólína Bærhenz Lárudóttir 2 (4), Ragnhildur Rósa Guðmundsdóttir 2 (6), Rebekka Rut Skúladóttir 2 (6), Íris Ásta Pétursdóttir 1 (5).

Varin skot: Sigríður Arnfjörð Ólafsdóttir 11 (19, 58%), Guðný Jenný Ásmundsdóttir 4 (15/2, 27%).

HM KVENNA Í FÓTB.

SERBÍA - ÍSLAND **1-2**

0-1 Margrét Lára Viðarsdóttir (19.), 0-2 Katrín Ómarsdóttir (43.), 1-2 Marija Ilić (68.),

Lið Íslands: Þóra Björg Helgadóttir - Dóra María Lárusdóttir, Glódís Perla Viggósdóttir, Anna Björk Kristjánsdóttir, Hallbera Guðný Gísladóttir - Sara Björk Gunnarsdóttir og Sif Atladóttir - Katrín Ómarsdóttir (80. Fanndís Friðriksdóttir), Margrét Lára Viðarsdóttir, Hólmfríður Magnúsdóttir (64., Dagný Brynjarsdóttir) - Harpa Þorsteinsdóttir (80. Guðmunda Brynja Óladóttir).

DANMÖRK - SVISS **0-1**

0-1 Ramona Bachmann (26.)

Stigin: Sviss 9, Ísrael 3, Ísland 3, Danmörk 1, Serbía 1, Malta.

Við hlökkum til næsta árs

Íslenska kvennalandsliðið vann 2-1 útisigur á Serbíu í gær í lokaleiknum á eftirminnilegu ári. Þetta var fyrsti sigur liðsins undir stjórn Freys Alexanderssonar og fyrsti leikur Margrétar Láru Viðarsdóttur sem fyrirliða.

71. LANDSLIÐSMARKIÐ Margrét Lára Viðarsdóttir fagnar hér marki sínu ásamt liðsfélögum sínum en hún skoraði í fyrsta leik sínum sem fyrirliði liðsins. MYND/KSÍ/HILMAR ÞÓR GUÐMUNDSSON

FÓTBOLTI Freyr Alexandersson og stelpurnar hans í kvennalandsliðinu eru komin á blað í 3. riðli undankeppni HM 2015 eftir 2-1 sigur í kaflaskiptum leik í Serbíu í gær. Íslenska liðið skoraði bæði mörkin sín í fyrri hálfleik en gaf síðan færi á sér í seinni hálfleik þegar serbneska liðið var meira með boltann.

„Við áttum frábæran fyrri hálfleik og það er langt síðan liðið hefur spilað eins vel og í fyrri hálfleik. Við vorum mjög hreyfanlegar, sköpuðum fullt af flottum marktækifærum. og héldum boltanum mjög vel," sagði Margrét Lára Viðarsdóttir, fyrirliði íslenska landsliðsins, eftir leikinn. Margrét Lára skoraði fyrra mark Íslands á 19. mínútu en það síðara skoraði Katrín Ómarsdóttir tveimur mínútum fyrir hálfleik.

„Við beittum hápressu í fyrri hálfleiknum og það fór svolítið mikil orka í það. Við duttum niður í seinni hálfleiknum en við spiluðum mjög góða vörn allan leikinn og Þóra var frábær í markinu í seinni hálfleiknum og bjargaði okkur þá nokkrum sinnum. Sigurinn var mjög sanngjarn og kærkominn," sagði Margrét Lára.

Þetta var lokaleikur liðsins á árinu en átta af tíu leikjum liðsins í riðlinum fara fram á árinu 2014. „Við fáum góða æfingaleiki á Algarve í mars. Við erum lið á uppleið og munum bara vaxa. Þessi sigur gefur okkur aukið sjálfstraust og gefur okkur von um að halda draumnum á lífi að komast á HM. Þetta var gríðarlega mikilvægur sigur," segir Margrét.

Sviss vann 1-0 sigur á Danmörku í gær og er með fullt hús (9 stig) og sex stiga forskot á næstu lið í riðlinum. „Auðvitað stefnum við alltaf á fyrsta sætið í riðlinum en eins og staðan er í dag þá er raunhæfara fyrir okkur að setja stefnuna á að ná öðru sætinu. Danmörk verður okkar helsti andstæðingur í framhaldinu eins og þetta lítur út í dag," segir Margrét Lára.

Margrét Lára hefur verið í leiðtogahlutverki hjá landsliðinu í mörg ár en bar nú fyrirliðabandið í fyrsta sinn. „Ég fann það alveg að þetta gaf mér svolítið extra. Ég er búin að vera í þessu liði í ellefu ár og hafa sama hlutverkið nær allan tímann. Það er gaman fyrir mig að fá nýja áskorun og nýtt og stærra verkefni. Þetta er mikill heiður og vonandi á þetta bara eftir að þroska mig enn frekar sem leikmann," sagði Margrét Lára. En var hún búin að bíða eftir fyrirliðabandinu?

„Katrín er búin að vera fyrirliði þessa liðs og hefur sinnt því alveg einstaklega vel. Það er gríðarlegur heiður að fá að leiða besta lið Íslands í knattspyrnu út á völlinn. Það er einstakt og vonandi get ég sinnt því hlutverki vel," sagði Margrét Lára sem var að leika sinn 94. landsleik í Belgrad í gær.

Íslenska liðið hefur aldrei náð betri árangri en á árinu 2013 þegar liðið varð meðal átta bestu liðanna á Evrópumótinu í Svíþjóð.

„Þetta er búið að vera frábært ár. Við komust í átta liða úrslit á EM og svo erum við á lífi í undankeppni HM. Við erum lið á uppleið og hlökkum til næsta árs. Það er frábært að ná að vinna þennan mikilvæga lokaleik á árinu og það gefur okkur aukinn kraft fyrir framhaldið," sagði Margrét Lára að lokum.

ooj@frettabladid.is

PAVEL ERMOLINSKIJ Var með glæsilega í síðasta leik. FRÉTTABLAÐIÐ/DANÍEL

Stutt á milli stórleikjanna

KÖRFUBOLTI Njarðvík og KR mætast í Ljónagryfjunni kl. 18.00 í kvöld í 32 liða úrslitum Powerade-bikars karla í körfubolta.

Það er því stutt á milli stórleikja í Ljónagryfjunni því vikan þar byrjaði á frábærum leik Njarðvíkur og Keflavíkur í Domino's-deildinni á mánudag þar sem gestirnir úr Keflavík skoruðu sigurkörfuna í blálokin.

Njarðvíkingar eiga því á hættu að tapa fyrir tveimur erkifjendum á heimavelli á fimm dögum og það er öruggt að Logi Gunnarsson og Njarðvíkurhúnarnir ætla ekki að láta það gerast.

Mótherjarnir eru hins vegar ekki af lakari gerðinni því KR-liðið hefur unnið þrjá fyrstu leiki sína í Domino's-deildinni, þar af 15 stiga sigur í Hólminum í síðustu umferð þar sem Pavel Ermolinskij var með tröllaþrennu.

Augun verða á Pavel í kvöld því það má líta á leikinn sem einvígi í hans og Njarðvíkingsins Elvars Más Friðrikssonar sem uppgjör á milli tveggja af bestu en jafnframt ólíkustu leikstjórnendum. - óój

Verðum að horfa til framtíðar

Íslenska landsliðið í handknattleik mætir því austurríska í tveimur æfingaleikjum í kvöld og á morgun.

HANDBOLTI „Liðið hefur æft vel undanfarna daga," segir Aron Kristjánsson, landsliðsþjálfari Íslands, en liðið mætir því austurríska í tveimur vináttuleikjum ytra í kvöld og á morgun. Fyrri leikurinn fer fram í Linz í kvöld og hefst klukkan 19.20.

„Við erum klárir í leikina. Vissulega myndi maður vilja hafa fullskipaðan leikmannahóp en forföllin eru mikil að þessu sinni. Nú fá aðrir leikmenn tækifærið og vonandi nýta þeir það."

Alexander Petersson, Aron Pálmarsson, Arnór Þór Gunnarsson og Ingimundur Ingimundarson eru allir fjarri góðu gamni vegna meiðsla. Þá getur Rúnar Kárason ekki tekið þátt í verkefninu af persónulegum ástæðum. Þórir Ólafsson sneri sig á ökkla á æfingu í vikunni.

„Þórir gat tekið þátt í æfingu í morgun og mun líklega koma við sögu í leikjunum gegn Austurríki."

Hægri skyttustaðan er stórt spurningarmerki fyrir leikina gegn Austurríkismönnum en tvær örvhentar skyttur eru ekki með vegna meiðsla. Það mun því mikið mæða á Ásgeiri Erni Hallgrímssyni í leikjunum en hann hefur lítið fengið að spreyta sig með félagsliði sínu PSG á tímabilinu. Aron hefur því áhyggjur af litlum spilatíma hans.

„Við verðum að horfa til framtíðar og viljum sjá ákveðna leikmenn í þessum leikjum. Árni Steinn [Steinþórsson], leikmaður Hauka, hefur staðið sig frábærlega á æfingum síðastliðna daga og er greinilega mjög einbeittur fyrir þessu verkefni." Árni leikur í hægri skyttustöðu með Haukum.

Gunnar Steinn Jónsson, leikmaður Nantes í Frakklandi, og Fannar Þór Friðgeirsson, leikmaður Grosswallstadt í Þýskalandi, voru ekki valdir í landsliðshópinn fyrir leikina. Róbert Aron Hostert var aftur á móti valinn í hópinn en Róbert leikur með ÍBV í Olís-deildinni.

„Í dag erum við með frábæra leikstjórnendur sem allir geta leyst þessa stöðu vel. Snorri Steinn Guðjónsson er leikstjórnandi íslenska landsliðsins og hefur sinnt þeirri stöðu einstaklega vel undanfarin ár. Aron Pálmarsson, Arnór Atlason og Ólafur Bjarki [Ragnarsson] eru einnig allir mjög frambærilegir leikstjórnendur og því erum við ekki í flæðiskeri staddir þegar kemur að þeirri stöðu. Ég ákvað aftur á móti að velja Róbert Aron í hópinn til að gefa honum tækifæri til að sýna sig. Hann hefur spilað vel með ÍBV á tímabilinu. Við sjáum hann sem framtíðarleikmann en menn verða einhvers staðar að byrja og núna er tækifæri fyrir hann. Þessir leikmenn eru einfaldlega hættulegri en aðrir og því valdir í hópinn."

MIKIL FORFÖLL Aron Kristjánsson er nokkuð bjartsýnn fyrir leikina gegn Austurríki þrátt fyrir töluverð forföll leikmanna vegna meiðsla. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Patrekur Jóhannesson, þjálfari Hauka, er einnig landsliðsþjálfari Austurríkis.

„Ég þekki Patta vel og því verður gaman að mæta honum á morgun. Þetta austurríska lið er vel mannað og er til að mynda ekki með sömu forföll og við fyrir þessa leiki. Við munum líklega mæta þeirra sterkasta liði, sem verður góð prófraun fyrir okkar leikmenn."

stefanp@frettabladid.is

Icelandair er með "off-venue" bækistöð á Slippbarnum á Iceland Airwaves. Þar er hægt að upplifa allt það besta sem Iceland Airwaves býður upp á. Rétt eins og í flugvélum Icelandair flytjum við íslenska tónlist. Icelandair er aðalstyrktaraðili Iceland Airwaves frá upphafi.

+ icelandair.is

Vertu með okkur

ICELANDAIR

ÍSLENSKA SIA.IS ICE 64202 10/13

TUTTUGU ÁRA BIÐ Á ENDA Ísland mun eiga skíðagöngumann á Vetrarólympíuleikunum í Sochi. Hér er Sævar Birgisson með gönguskíðin sín þegar hann var við æfingar í Austurríki á dögunum. MYND/ÚR EINKASAFNI

Hryggiktin endaði ekki ÓL-drauminn

Skíðagöngukappinn Sævar Birgisson er á lokametrunum að takmarki sínu; að komast á Vetrarólymíuleikana í Sochi í Rússland sem haldnir verða í febrúar. Ekki er svo langt síðan leikarnir voru bara draumur en nú er lágmarkinu náð.

SKÍÐI „Það er búið að snjóa töluvert og þetta er það besta sem maður kemst í á Norðurlöndunum eins og staðan er núna," segir skíðagöngukappinn Sævar Birgisson. Sævar hefur verið við æfingar í Hlíðarfjalli á Akureyri í vikunni ásamt Brynjari Leó Kristinssyni.

Báðir stefna á þátttöku í Vetrarólympíuleikunum í Sochi í Rússlandi í febrúar. Þá verða tuttugu ár síðan Ísland átti síðast fulltrúa í skíðagöngukeppni leikanna. Síðan Daníel Jakobsson og Rögnvaldur Ingþórsson kepptu í Lillehammer 1994 hefur Ísland aðeins átt fulltrúa í alpagreinum.

Sævar hefur þegar náð lágmarkinu fyrir leikana í sprettgöngu (skaut) og 15 kílómetra göngu með hefðbundinni aðferð. Brynjar Leó vinnur að því hörðum höndum.

Sævar þekkir vel til í Lillehammer en þar gekk hann í skíðamenntaskóla á árunum 2005-2008. Sauðkrækingurinn uppaldi, sem varð 25 ára á árinu, ætlaði sér stóra hluti.

Rúmliggjandi um tíma

„Fljótlega eftir að ég kláraði skólann varð ég hálfónýtur í nokkur tímabil," segir Sævar sem greindist með hryggikt. Hann segist hafa íhugað að hætta keppni.

„Ég var eiginlega búinn að gefast upp á þessu. Á tímabili var ég rúmliggjandi," segir Sævar sem fékk lyf við gigtinni. Ekki tók betra við þegar hann fékk gat á magann í miðri keppni. Hann segir gigtina að einhverju leyti ættgenga en ekki hafi hjálpað til að hann gekk fram af sjálfum sér árin þrjú í Noregi.

„Ég fékk ýmis einkenni og var greindur með hitt og þetta," segir Sævar og lýsir stöðu sinni í dag þannig að hann sé 95% góður. Hann hefur verið á lyfjum við gigtinni í þrjú ár en kaflaskil urðu þegar hann landaði Íslandsmeistaratitlinum árið 2011 eftir þrjú erfið ár á undan. Þá kviknaði áhugi á að taka skíðagönguna föstum tökum á nýjan leik. Þrjú ár voru í Vetrarólympíuleikana.

Flutti til Noregs

„Það var kannski meira draumur en markmið í fyrstu. En þegar æfingar gengu vel og líkaminn svaraði vel tók ég hlé frá námi mínu og flutti til Noregs," segir Sævar sem var byrjaður í námi við Háskólann á Bifröst.

„Ég ákvað að gera þetta almennilega fyrst ég væri að þessu," segir Sævar og nú er hann á lokametrunum. Nú eru 98 dagar þar til eldurinn verður tendraður í Sochi og æfingar hafa verið stífar.

Sævar er tiltölulega nýkominn úr tveggja vikna æfingabúðum í Austurríki. Þar höfðu þeir Brynjar Leó bækistöðvar í um 1.800 metra hæð og æfðu í 2.600 metra hæð.

„Í Sochi verður keppt í 1.500 metrum svo að við þurfum að aðlagast því," segir Sævar sem heldur í næstu viku til Svíþjóðar og svo Noregs.

Þeir Brynjar Leó hafa æft með sænsku félagi undanfarið ár enda í sérflokki íslenskra skíðagöngumanna sem stendur. Þeir eru hins vegar í þeirri stöðu að þurfa að berjast um eitt laust sæti sem Íslandi stendur til boða í skíðagöngukeppninni í Sochi.

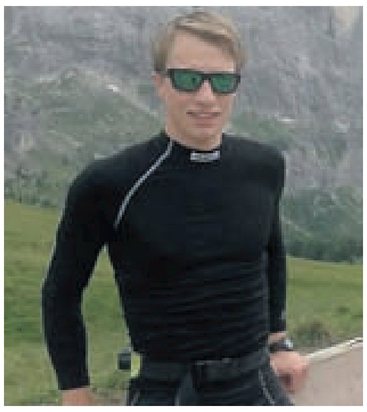
Enginn leiðindarígur

„Það er ekkert atriði hjá okkur. Við æfum mikið saman og njótum góðs af því. Það þýðir ekkert að vera með leiðindaríg," segir Sævar. Hann bendir á að þeir hafi ekki haft neina æfingafélaga á Íslandi í mörg ár og því treyst hvor á annan.

Sævar keppir á móti í Finnlandi um miðjan nóvember. Góður árangur gæti lyft honum upp á heimslistanum.

Kæmist Sævar ofar en í 300. sæti á heimslistanum yrði það til þess að Ólympíulágmark myndi duga þeim báðum. Ekki þyrfti að velja á milli þeirra tveggja varðandi eitt laust sæti.

„Við vonumst til þess að það verði svoleiðis." kolbeinntumi@frettabladid.is



Afi var stuðningsmaður númer eitt

Sævar á ekki langt að sækja skíðahæfileika sína. Afi hans heitinn, Gunnar Guðmundsson, var mikill skíðagöngukappi og sömuleiðis faðir hans, Birgir Gunnarsson.

„Afi var stuðningsmaður númer eitt," segir Sævar um afa sinn, sem varð bráðkvaddur fyrir þremur árum. Gunnar keppti fyrir Siglufjörð á sínum tíma en faðirinn með Tindastóli. Það gerði Sævar framan af en keppir í dag fyrir Fjallabyggð.

„Ef ekki hefði verið fyrir pabba þá væri maður löngu hættur í þessu," segir Sævar um aðkomu og stuðning föður síns. Sævar hefur ekki tekið ákvörðun um framhaldið að loknum leikunum í Sochi.

„Ef maður slær í gegn í vetur heldur maður auðvitað áfram. Þá verður auðveldara að ná í styrki," segir Sævar sem nýtur styrks frá Ólympíusamhjálpinni. Sá styrkur skiptir sköpum að hans sögn.

EA

DICE

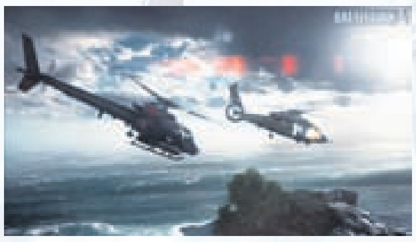
3JA DAGA TILBOÐ

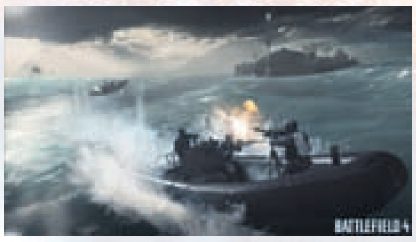
7.890

MYNDBAND ÚR LEIKNUM

Skannaðu QR kóðann og sjáðu sýnishorn úr þessum magnaða leik.

KOMINN Í TÖLVULISTANN !





SÁ ALLRA STÆRSTI

Þúsundir teiknara og tölvugrafíkera hafa unnið að Battlefield 4 í fjölda ára. Útkoman er stærsti fyrstu persónu skotleikur allra tíma.

FJÖLSPILUN

Fljúgðu flugvélum og þyrlum, keyrðu bíla og skriðdreka eða sigldu bátum í allt að 64 manna borðum með vinum þínum um allan heim.

EINSTÖK GRAFÍK

Eins raunverulegur og þeir gerast. Setur ný viðmið í grafík. Hröð atburðarás sem fær adrenalínið til að flæða.

BATTLEFIELD TILBOÐ

msi MSI-N770TF2GD5OC

OFURSKJÁKORT – GTX 770

Eitt það allra besta frá NVIDIA fyrir Battlefield. Uppfærðu kortið og upplifðu leikinn í bestu gæðum.

64.990

FULLT VERÐ 89.990

RAZER RAZ-BLACKWIDOW2013

MEKANÍSKT LEIKJALYKLABORÐ

Fullkomið fyrir Battlefield með endalausum stillanlegum prófílum og forritanlegum tökkum.

14.990

FULLT VERÐ 19.990

steelseries STE-5HV2A

LEIKJAHEYRNARTÓL

Hönnuð fyrir tölvuleiki. Útdraganlegur hljóðnemi. Frábær hljómgæði.

9.990

FULLT VERÐ 14.990

SÉRSMÍÐUÐ FYRIR BATTLEFIELD

2GB NVIDIA GTX 760 SKJÁKORT

Battlefield 4 gerir miklar kröfur til grafíkvinnslu leikjatölvunnar. Til þess að geta notið þess að spila leikinn í góðum gæðum er mikilvægt að vera með öflugt skjákort. Í þessari sérsmíðuðu Battlefield tölvu settum við GTX 760 skjákort. Spilaðu leikinn í flottum gæðum með alvöru skjákorti án erfiðleika. Einn af bestu örgjörvum fyrir Battlefield 4, Intel i5 Haswell örgjörva með 3.6GHz hámarks Turbó tíðni í samspili við 8GB Corsair DDR3 kubba með stórum hitadreifara. 180GB SSD diskur frá Intel ásamt 2TB hörðum diski fyrir gögnin. Kemur í flottum og sérstaklega hljóðeinangruðum Silencio 450 CoolerMaster turnkassa.

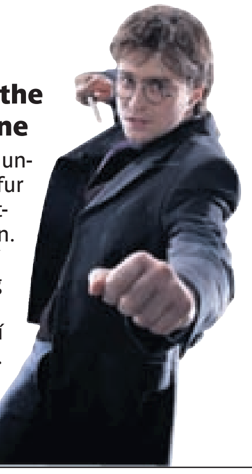
189.990

BATTLEFIELD VERÐ

tl.is

TÖLVU LISTINN

DAGSKRÁ

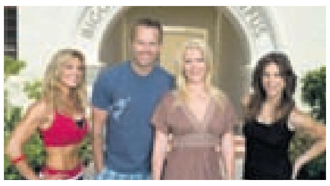


Stöð 2 kl. 21.00

Harry Potter and the philosopher's stone

Harry Potter er 11 ára munaðarlaus strákur sem hefur lengi vitað að það er eitthvað óvenjulegt við hann. Hann kemst brátt að því að hann er göldróttur og kynnist glænýjum heimi og fær einnig inngöngu í Hogwarts-galdraskólann.

Í KVÖLD



The Biggest Loser

SKJÁR EINN KL. 20.00 Lokaþáttur. Skemmtilegir þættir þar sem fólk sem er orðið hættulega þungt snýr við blaðinu og kemur sér í form á ný.

TV.COM 5,1 IMDb 7,7

Útsvar

SJÓNVARPIÐ KL 20.00 Spurningakeppni sveitarfélaga. Að þessu sinni eigast við lið Sandgerðis og Tálknafjarðarhrepps. Umsjónarmenn eru Sigmar Guðmundsson og Þóra Arnórsdóttir og spurningahöfundur og dómari er Stefán Pálsson.

It's Always Sunny In Philadelphia

STÖÐ 2 GULL KL. 21.10 Þriðja þáttaröð þessarar skemmtilegu gamanþáttaraðar sem fjallar um fjóra vini sem reka saman bar en eru alltof sjálfumglaðir til að geta unnið saman án þess að til árekstra komi, upp á hvern einasta dag.

TV.COM 8.8 IMDb 8.7

Rás 2 kl. 12.45

Poppland

Meðal fastra dagskrárliða eru Tónlistarfréttir, Plötur vikunnar, Nýjasta tækni og vísindi, Einu sinni var, Nýjustu fréttir af Elvis og tunglinu, Bíóumfjöllun á þriðjudögum o.fl. Umsjónarmenn eru Ólafur Páll Gunnarsson og Matthías Már Magnússon.

STÖÐ 2

06.15 **Sælkeraferðin**
07.00 **Barnatími Stöðvar 2**
08.10 **Ellen**
08 .55 **Malcolm in the middle**
09.15 **Bold and the beautiful**
09.35 **Doctors**
10.20 **Fairly egal**
11.05 **Drop Dead Diva**
11.50 **Dallas**
12.35 **Nágrannar**
13.00 **Cyrus**
14.30 **Ultimate Avengers**
15.40 **Waybuloo**
16.00 **Skógardýrið Húgó**
16.25 **Ellen**
17.10 **Bold and the Beautiful**
17.32 **Nágrannar**
17.57 **Simpson-fjölskyldan**
18.23 **Veður**
18.30 **Fréttir**
18.47 **Íþróttir**
18.54 **Ísland í dag**
19.11 **Veður**
19.20 **Popp og kók**
19.45 **Logi í beinni** Laufléttur og skemmtilegur þáttur í umsjá Loga Bergmann þar sem bráðskemmtilegir viðmælendur mæta í bland við tónlistaratriði ásamt öðrum óvæntum uppákomum.
20.30 **Hello ladies** *(5:8)* Frábærir gamanþættir með Steve Merchant í hlutverki fremur klaufalegs Breta sem flytur til Los Angeles með það að markmiði að finna draumakærustuna þar.
21.00 **Harry Potter and the philosopher's stone**
23.30 **The Box** Spennandi hrollvekja með Cameron Diaz og James Marsden. Parið Norma og Arthur Lewis býr í úthverfi ásamt ungu barni sínu, fær gefins einfaldan trékassa, sem á eftir að draga dilk á eftir sér.
01.20 **Brüno**
02.40 **Unthinkable**
04.15 **Red Factions. Origins**
05.45 **Fréttir og Ísland í dag**

SPORT *besta sætið*

09.00 **Abu Dhabi – Æfing # 1** Bein útsending
13.00 **Abu Dhabi – Æfing # 2** Bein útsending
15.50 **Man. Utd – Norwich** Útsending
17.30 **Þýski handboltinn 2013/2014** Útsending frá leik Göppingen og Kiel í þýska handboltanum.
18.55 **Liðið mitt 19.25 La Liga Report**
19.55 **Barcelona – Espanyol** Bein útsending
21.55 **Meistaradeild Evrópu – fréttaþáttur**
22.25 **Liðið mitt**
22.55 **Arsenal – Chelsea**
00.35 **Barcelona – Espanyol**
02.15 **Newcastle – Man. City**

SPORT 2 *enski boltinn*

16.40 **Liverpool – WBA**
18.20 **Man. Utd. – Stoke**
20.00 **Match Pack**
20.30 **Premier League World**
21.00 **Enska úrvalsd. – upphitun**
21.30 **Football League Show**
22.00 **Norwich – Cardiff**
23.40 **Enska úrvalsd. – upphitun**
00.10 **Messan**
01.20 **Crystal Palace - Arsenal**

ÍNN

20.00 Hrafnaþing **21.00** Kraftasport **21.30** Eldað með Holta

STÖÐ 3

16.25 **Jamie's Ministry of Food**
17.15 **Raising Hope**
17.40 **Don't Trust The B....in Ap**
18.05 **Cougar Town**
18.30 **Funny or Die**
19.00 **The Great Escape**
19.40 **Smash** *(8:17)*
20.25 **Super Fun Night** *(5:13)*
20.50 **The X-Factor US** *(12:26)*
21.35 **Hunted** *(7:10)*
22.35 **Strike back** *(8:10)*
23.20 **The Great Escape** *(8:10)* Skemmtileg þáttaröð þar sem venjulegt fólk freistar þess að sleppa úr ómögulegum aðstæðum, yfirvinna ýmsar hindranir og komast óhult á áfangastað.
00.00 **Smash**
00.45 **Super Fun Night**
01.10 **The X-Factor US**
01.55 **Hunted**
02.55 **Strike back**
03.45 **Tónlistarmyndbönd**

Krakkastöðin

07.00 Dóra könnuður **07.23** Mörgæsirnar frá Madagaskar **07.45** Doddi litli og Eyrnastór **07.55** Sumardalsmyllan **08.00** Áfram Diego, áfram! **08.24** Svampur Sveins **08.48** Latibær **09.00** Ævintýri Tinna **09.22** Skoppa og Skrítla **09.35** Strumparnir **10.00** Lukku-Láki **10.24** Ofurhundurinn Krypto **10.45** UKI **10.50** Hvellur keppnisbíll **11.00** Dóra könnuður **11.23** Mörgæsirnar frá Madagaskar **11.45** Doddi litli og Eyrnastór **11.55** Sumardalsmyllan **12.00** Áfram Diego, áfram! **12.24** Svampur Sveins **12.48** Latibær **13.00** Ævintýri Tinna **13.22** Skoppa og Skrítla **13.35** Strumparnir **14.00** Lukku-Láki **14.24** Ofurhundurinn Krypto **14.45** UKI **14.50** Hvellur keppnisbíll **15.00** Dóra könnuður **15.23** Mörgæsirnar frá Madagaskar **15.45** Doddi litli og Eyrnastór **15.55** Sumardalsmyllan **16.00** Áfram Diego, áfram! **16.24** Svampur Sveins **16.48** Latibær **17.00** Ævintýri Tinna **17.22** Skoppa og Skrítla **17.35** Strumparnir **18.00** Lukku-Láki **18.24** Ofurhundurinn Krypto **18.45** UKI **18.50** Hvellur keppnisbíll **19.00** Georg forvitni 2. **20.20** Sögur fyrir svefninn

GULL

17.55 **Strákarnir**
18.25 **Friends**
18.45 **Seinfeld**
19.10 **Modern Family**
19.35 **Two and a Half Men** *(3:22)*
20.00 **Það var lagið** Gestasöngvarar kvölsins eru systurnar Soffía og Guðrún Árný Karlsdætur sem syngja á móti þeim Spútnik-félögum Kristjáni Gíslasyni og Ingólfi Sigurðssyni.
21.10 **It's Always Sunny In Philadelphia** *(2:15)*
21.35 **Twenty Four** *(8:24)*
22.20 **A Touch of Frost**
00.05 **Hotel Babylon**
01.00 **Footballers Wives**
01.55 **Það var lagið**
03.00 **It's Always Sunny In Philadelphia**
03.25 **Twenty Four**
04.10 **A Touch of Frost**
05.55 **Tónlistarmyndbönd**

BÍÓ

11.40 **Skate or Die**
13.15 **Soul Surfer**
15.00 **Love Happens**
16.50 **Skate or Die**
18.25 **Soul Surfer**
20.10 **Love Happens**
22.00 **Snow White and the Huntsman**
00.10 **Your Highness**
01.55 **Gardener of Eden**
03.25 **Snow White and the Huntsman**

RÚV

14.50 **Íslenski boltinn**
15.30 **Ástareldur** *(Sturm der Liebe)*
17.10 **Litli prinsinn**
17.40 **Hið mikla Bé**
18.05 **Táknmálsfréttir**
18.15 **Villt og grænt**
18.45 **Íþróttir**
19.00 **Fréttir**
19.30 **Veðurfréttir**
19.35 **Kastljós**
20.00 **Útsvar** *(Sandgerði - Tálknafjarðarhreppur)* Spurningakeppni sveitarfélaga. Að þessu sinni eigast við lið Sandgerðis og Tálknafjarðarhrepps. Umsjónarmenn eru Sigmar Guðmundsson og Þóra Arnórsdóttir og spurningahöfundur og dómari er Stefán Pálsson.
21.10 **Endeavour – Fúga** *(Endeavour. Fugue)* Bresk sakamálamynd úr flokki um Morse lögreglufulltrúa í Oxford á yngri árum. Hér er hann á slóð raðmorðingja sem er vel að sér um óperutónlist.
22.45 **Betra líf** *(A Better Life)* Garðyrkjumaður í Los Angeles reynir að vernda son sinn fyrir klíkum og útsendurum innflytjendaeftirlitsins og veita honum þau tækifæri sem hann fór á mis við sjálfur. Leikstjóri er Chris Weitz og meðal leikenda eru Demian Bichir og José Julián.
00.20 **Banks yfirfulltrúi. – Köld er gröf** *(3:3) (DCI Banks. Cold Is the Grave)* Bresk sakamálamynd.
01.50 **Útvarpsfréttir í dagskrárlok**

SKJÁR EINN

06.00 **Pepsi MAX tónlist**
08.25 **Dr. Phil**
09.05 **Pepsi MAX tónlist**
15.35 **Once Upon A Time**
16.25 **Secret Street Crew**
17.15 **Borð fyrir fimm**
17.45 **Dr. Phil**
18.25 **Happy Endings**
18.50 **Minute To Win It**
19.35 **America's Funniest Home Videos** *(3:44)* Bráðskemmtilegur fjölskylduþáttur þar sem sýnd eru fyndin myndbrot sem venjulegar fjölskyldur hafa fest á filmu.
20.00 **The Biggest Loser – LOKAÞÁTTUR** *(19:19)* Skemmtilegir þættir þar sem fólk sem er orðið hættulega þungt snýr við blaðinu og kemur sér í form á ný.
21.30 **The Voice** *(6:13)* Spennandi söngþættir þar sem röddin ein sker úr um framtíð söngvarans. Heimsþekktar poppstjörnur skipa sem fyrr dómnefndina en Christina Aguilera og Cee Lo Green snúa nú aftur eftir hlé.
00.30 **Bachelor Pad** *(6:7)* Sjóðheitir þættir þar sem keppendur úr Bachelor og Bachelorette eigast við í þrautum sem stundum þarf sterk bein til að taka þátt í.
02.00 **Excused**
02.25 **Ringer**
03.15 **Pepsi MAX tónlist**

SKJÁRGOLF

06.00 Eurosport **08.10** Golfing World **09.00** World Golf Championship 2013 **13.00** World Golf Championship 2013 **17.00** Champions Tour - Highlights **17.55** Inside the PGA Tour **18.20** World Golf Championship 2013 **22.20** World Golf Championship 2013 **01.25** Eurosport

ÚTVARP

FM 88,5 XA-Radíó
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 Kaninn
FM 102,2 Útv. Latibær
FM 102,9 Lindin
FM 105,5 Útvarp Boðun

Ómissandi kjötsúpa

„Það langt síðan ég komst upp á bragðið með að taka 1944 kjötsúpu með mér til Grænlands. Þetta er nefnilega alveg ekta íslensk kjötsúpa, matarmikil og bragðgóð. Svona vinnuferðir eru nokkuð krefjandi, það er mikill búnaður sem fylgir ljósmyndun og þess vegna er 1944 kjötsúpan bæði þægileg og hentug. Síðan komst ég að því að grænlenskir ferðafélagar mínir eru sólgnir í hana, sem hefur kosti og galla: Við erum rétt lagðir af stað þegar birgðirnar af súpu eru búnar. Þá er bara að muna að birgja sig betur upp næst.“

RAX

HELGIN

ÞÓRUNN ÍVARSDÓTTIR BLOGGARI

„Ég held fatamarkað á laugardaginn á Austur kl. 12 til 16. til styrktar Rauða krossinum. Eftir það fer ég í sextugsafmæli hjá uppáhaldsfrænku minni. Á sunnudaginn fer ég líklega í göngutúr með hundinum mínum og verð í afslöppun.“

Páll Óskar gerir tilraun með endurútgáfu

Páll Óskar endurútgefur sex plötur sínar sem margar hafa verið ófáanlegar í langan tíma.

„Ég er forvitinn að sjá hvernig kúnninn tekur í þetta,“ segir Páll Óskar Hjálmtýsson.

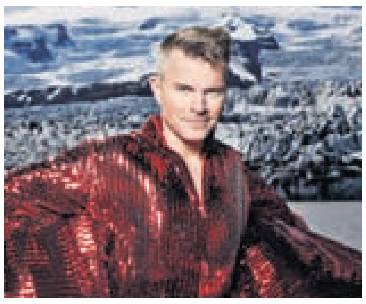
Ellefta nóvember ætlar að hann að endurútgefa sex plötur sínar sem margar hafa ekki verið fáanlegar lengi á geisladiskum. Þær verða í tveimur þriggja platna boxum, sem kallast Bláa- og Rauða boxið, og kostar hvort þeirra 2.490 krónur.

Plöturnar sem um ræðir eru Palli, Stereo með hljómsveitinni Casino, Ef ég sofna ekki í nótt með hörpuleikaranum Moniku, Seif, Deep Inside og Allt fyrir ástina. Alls verða á þeim þrettán aukalög, mörg hver óútgefin.

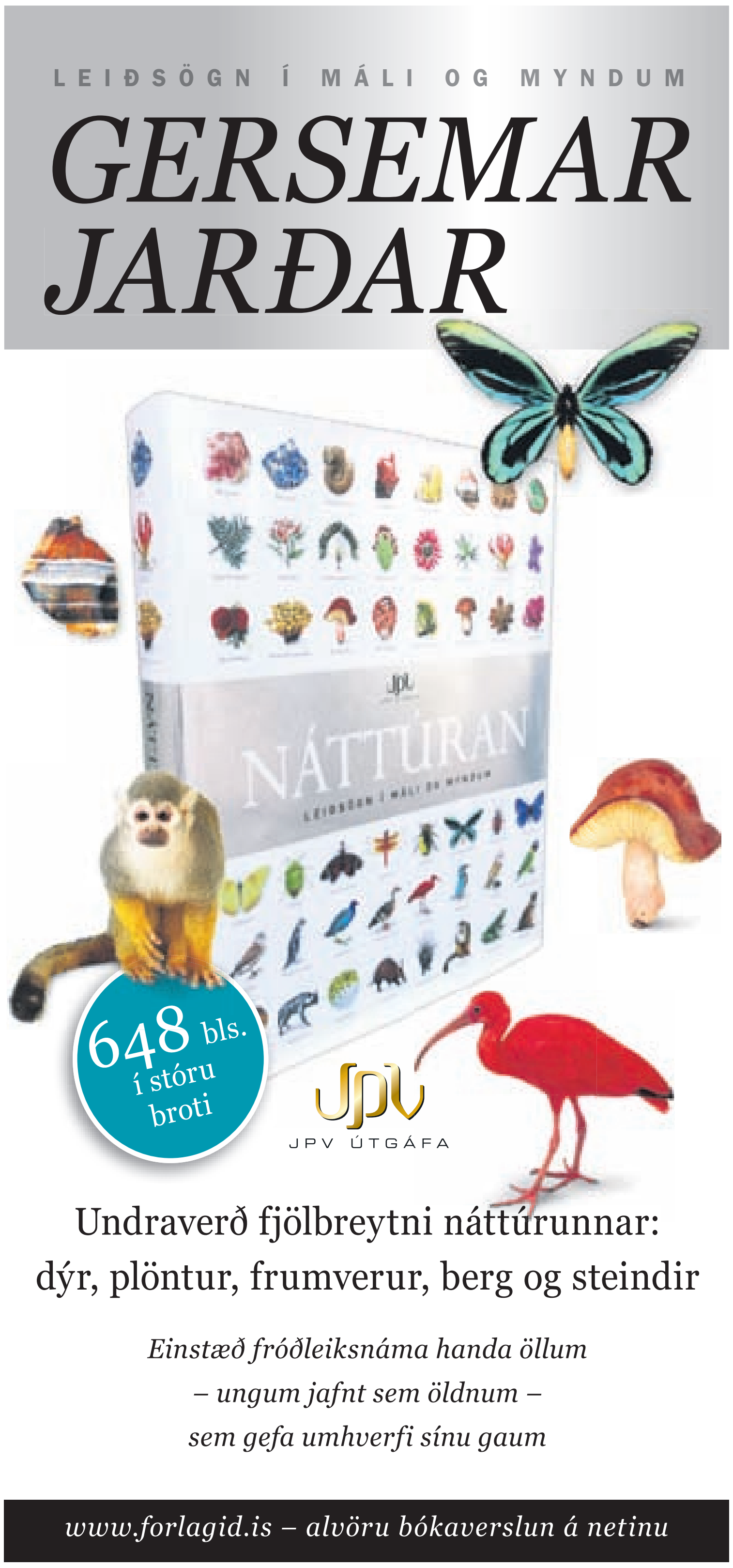
„Aðdáendur mínir eru búnir að hlaða inn hverju einasta lagi sem ég hef sungið í lífinu, bæði inn á YouTube og á skráaskiptasíður. Allar þessar plötur eru aðgengilegar á netinu. Tilraunin mín felst í því hvað kúnninn gerir þegar hann sér þessar gömlu plötur í föstu formi í svona boxum,“ segir Páll Óskar, sem náði góðum „díl“ hjá geisladiskaverksmiðju í Litháen og í gegnum Myndbandavinnsluna og tókst því að halda verðinu í lágmarki.

Sjálfur segist Palli vera sjálfstæður plötuútgefandi, sem þarf að ná inn kostnaðinum við hvert verkefni. „Ég veit ekkert hvað ég er að fara út í en þetta er tilraun sem er vel þess virði að gera.“ **- fb**

➜ Næsta sólóplata Palla kemur út fyrir jólin 2014. Fyrsta lagið er væntanlegt snemma á næsta ári.



PÁLL ÓSKAR Palli í góðu stuði í Fjallsárlóni. Hann ætlar að endurútgefa sex plötur sínar. MYND/LALLI SIG



SÝNIR Í SVÍÞJÓÐ Sigríður Heimisdóttir sýnir glerlíffæri sín í einu helsta hönnunargalleríinu í Svíþjóð. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Sýnir líffæri í Svíþjóð

Sigríður Heimisdóttir iðnhönnuður opnaði sína fyrstu einkasýningu í Svíþjóð í gær. Hún sýnir í Designgalleriet, einu fremsta hönnunargalleríi í Stokkhólmi.

„Ég hef tekið þátt í samsýningum bæði í Stokkhólmi og annars staðar í Svíþjóð, en þetta er fyrsta einkasýningin sem ég held hér. Um er að ræða sýningu í einu fremsta hönnunargalleríi í Svíþjóð, Designgalleriet heitir það. Stefan Nilsson á og rekur galleríið, en hann er einn helsti trendgúrú landsins,“ segir iðnhönnuðurinn Sigríður Heimisdóttir. Hún opnaði einkasýningu í Designgalleriet í Stokkhólmi í gær þar sem glerlíffæri hennar verða sýnd.

„Við Stefan kynntumst fyrir nokkrum árum og í fyrra ákváðum við að setja upp sýningu í kringum glerið sem ég hef verið að vinna fyrir CMOG, stærsta glerlistasafn heims.“ Sigga hefur framleitt líffærin frá árinu 2007 og í línunni eru meðal annars hjörtu, lungu, blóðkorn, risavaxið auga og tennur.

„Eitt verkið samanstendur af tveimur ljósbláum lungum og glæru hjarta, því fylgir hljóðverk þar sem hjarta heyrist slá. Þetta verk er innblásið af súrefninu og loftinu sem við öndum að okkur. Næsta mál á dagskrá er að gera manneskju úr glæru gleri, með líffæri í lit,“ útskýrir hún.

Sýningunni er ætlað að vekja athygli á nauðsyn líffæragjafa og var fjölmennt á opnun sýningarinnar í gær. „Helstu glerhönnuðir Svía mættu sem og menningarmálaráðherra Svíþjóðar og blaðamenn helstu hönnunartímaritanna.“

LÍFFÆRI Glerauga frá Siggu Heimis.

Sigga býr á Íslandi en starfar aðallega erlendis. Hún kveðst ekki ætla að halda frekari sýningar í nánustu framtíð enda sé dýrt að flytja líffærin á milli landa. „Það er fáránlega dýrt hobbí að blása gler og flytja það á milli heimsálfa. Það dugir mér að blása til glerveislu einu sinni á ári,“ segir hún að lokum. **- sm**

Sónar verði ein sú besta í Evrópu

Björn Steinbekk hefur háleit markmið varðandi hátíðina Sónar Reykjavík.

Björn Steinbekk, skipuleggjandi Sónar Reykjavík, stefnir á að gera hátíðina að einni af mest spennandi litlu tónlistarhátíðunum í Evrópu á næstu fimm árum.

„Þessi stefna mín er hluti af ástæðunni fyrir því að eigendur Sónar leggja sig jafn mikið fram og raun ber vitni við að fá hingað listamenn sem eru heitir hverju sinni,“ segir Björn.

Á næstu Sónar-hátíð, sem verður haldin er í annað sinn í Hörpu í febrúar, hafa verið bókaðir Major Lazer, Paul Kalkbrenner, Bonobo, Starwalker, Hjaltalín og fleiri. Fyrr á árinu voru Squarepusher og James Blake á meðal gesta.

Til að þessi áætlun Björns gangi upp er ljóst að hækka gæti þurft miðaverðið á næstu árum. Núna er það 17.900 krónur en gæti farið nálægt því verði sem er algengt á þriggja daga tónlistarhátíðum erlendis sem er rúmlega 20.000 kr. Þetta veltur mikið á vexti Sónar Stockholm sem fer fram í fyrsta skipti á sama tíma og Sónar Reykjavík. Ef sú hátíð vex í samræmi við væntingar gætu samlegðaráhrifin verið slík að miðaverð haldist svipað og í dag. „Það er ljóst að markaður fyrir þetta miðaverð á Íslandi er lítill og þess vegna er mikilvægt að við vinnum vel með aðilum í ferðaiðnaði og þeim sem markaðssetja Ísland erlendis til að ná þeim fjölda erlendra fjölda gesta sem til þarf,“ segir hann.

➜ Um 3.000 miðar seldust á Sónar Reykjavík í febrúar. Útlendingar voru þriðjungur gestanna.

BJÖRN STEINBEKK Hátíðin Sónar Reykjavík verður haldin í annað sinn í febrúar á næsta ári. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Einn liður í þessu markmiði er ráðstefnan Sónar Pro sem hefst í Hörpu 2015. Þar verður fjöldi erlendra áhrifamanna úr tónlistarbransanum á meðal gesta. **- fb**

ESJA
Dömu dúnúlpa
Dúnn 90/10. 100% Nylon Ripstop
Létt og hlý
Hentar vel í útiveru í
þurru og köldu veðri
Dúnúlpa sem er ómissandi
fyrir alla þá sem gera kröfur
Lifðu
ZO·ON
ICELAND
ZO-ON Iceland, Factory Store Nýbýlavegi 6
ZO-ON Iceland, Kringlan
ZO-ON Iceland, Bankastræti
www.zo-on.is

FRÉTTABLAÐIÐ
VIÐ SEGJUM FRÉTTIR • SMÁAUGLÝSINGASÍMINN OG SKIPTIBORÐ: 512 5000 VÍSIR
RITSTJÓRN 512 5313, Fax: 512 5301, ritstjorn@frettabladid.is AUGLÝSINGADEILD auglysingar@frettabladid.is PRENTUN Ísafoldarprentsmiðja
9 771670 387005
Póst dreifing
DREIFING: dreifing@postdreifing.is
EF BLAÐIÐ BERST EKKI: 512 5060

FRÉTTIR VIÐSKIPTI ÍÞRÓTTIR LÍFIÐ UMRÆÐAN
vísir
Meiri Vísir.

FRÉTTIR AF FÓLKI

Þjóðþekktir á Airwaves

Tónlistarhátíðin Iceland Airwaves hófst á miðvikudag, en uppselt var á hátíðina í byrjun september. Mikill fjöldi fólks sækir hátíðina ár hvert og á meðal þeirra má gjarnan sjá þjóðþekkt andlit. Á miðvikudag sást Friðrik Sophusson, fyrrverandi ráðherra og forstjóri Landsvirkjunar, í Hörpu að sækja miða á hátíðina. Einnig sást handboltakappinn **Ólafur Stefánsson** njóta tónleika hljómsveitarinnar Samaris sama kvöld. Iceland Airwaves lýkur á sunnudag, en þetta er í fimmtánda sinn sem hátíðin er haldin. **- sm**

Frægir í mat hjá Agga

Það voru engin smámenni sem heimsóttu Texture, veitingastað **Agnars Sverrissonar** og félaga í London, í fyrrakvöld. Þar snæddi leikkonan **Kate Hudson** og Matt Bellamy úr hljómsveitinni Muse. Frá þessu er greint á Facebook-síðu Agga sem lætur þess jafnframt getið að Bellamy sé uppáhaldssöngvarinn hans. Ekki fylgdi sögunni hvað fræga fólkið lagði sér til munns. Á matseðli Texture er meðal annars að finna söl, léttsaltaðan þorsk og skyr. **- jme**

Mest lesið vísir

1 Umfjöllun: Serbía – Ísland 1–2 | Sætt en tæpt í Serbíu
2 Líkamsleifar í kjötkælum Europris í Noregi á hrekkjavöku
3 Hún lét drauminn rætast – svona á að gera þetta
4 Til hamingju með nýju Vínbúðina, ráðherra
5 Sinfónían nauðsynleg fyrir andlega heilsu þjóðarinnar