

Tveggja mánaða tíð Helgu í OR hefst eftir helgi

STJÓRNSÝSLA Helga Jónsdóttir, fyrrverandi stjórnarmaður hjá Eftirlitsstofnun EFTA, hefur verið ráðin forstjóri Orkuveitu Reykjavíkur (OR) til tveggja mánaða. Helga tekur við störfum næstkomandi mánudag. Þetta var samþykkt samhljóða á stjórnarfundum OR í gærkvöldi.

Áreitni innanhúss hjá OR hefur verið í umræðunni undanfarna daga en tveir stjórnendur hjá fyrirtækinu hafa verið sakaðir um slíka háttsemi. Þá var einn sendur í leyfi á dögum vegna gruns um kynferðisbrot áður en hann hóf störf hjá Orku náttúrnum, dótturfyrirtæki OR. Stjórnin fellst á ósk Bjarna Bjarnasonar í gær um að láta af störfum meðan gerð væri úttekt á vanda OR. Bjarni heldur launum sínum, tæplega þremur milljónum á mánuði þegar allt er talið, í leyfinu.

„Við erum að glíma við vanda sem finnst víða – áreitni á vinnustöðum. Nú tel ég að forsendur hafi skapast fyrir því hér hjá Orkuveitu Reykjavíkur að trúverðug og óháð úttekt verði gerð. Þannig geti starfsmenn fyrirtækisins og eigendur þess treyst því að staða mála hjá OR verði skýr og öll tækifæri til úrbóta nýtt.“ segir Brynhildur Davíðsdóttir, stjórnarformaður OR. Hin óháða úttekt verður unnin af innri endurskoðun Reykjavíkurborgar í samstarfi við óháðan aðila.

Við erum að glíma við vanda sem finnst víða – áreitni á vinnustöðum.

Brynhildur Davíðsdóttir

Forstjóri OR á í krafti starfs síns sæti í stjórnum fjögurra dótturfélaga OR af fimm. Gylfi Magnússon, varaformaður stjórnar OR, segir að það komi til greina að endurskoða skipulag fyrirtækisins.

„Við erum fyrst og fremst að leita að forstjórastaðgengli. Eg þori ekki að lofa því að sá sem leysir af sem forstjóri muni stíga inn í allar þessar stjórnir því það eru auðvitað varamenn þar. Það er ákvörðun sem verður að taka í samráði stjórnar og þess sem kemur inn í staðinn.“ segir Gylfi.

– jõe, smj / sjá síðu 6



Helga Jónsdóttir

Verður heilabilun faraldur?

Ísland er mjög aftarlega á merinni þegar kemur að þjónustu við fólk með heilabilun, segja sérfræðingar. ➔ 22

200 einstaklingar með heilabilun eru á biðlista eftir að komast inn á hjúkrunarheimili.



Biðlistar eru álíka langir og fyrir 20 árum.

Heilabilun er gríðarlega algengt vandamál í eldri aldrushópum. Alzheimer er þar orsök 60 til 70 prósentu tilfella.

Sérfræðingar hafa miklar áhyggjur af fjölgun einstaklinga með heilabilun og horfa með órvæntingu til framtíðarinnar. Stjórnvöld virðast hafa sifið á verðinum undanfarin 20 ár.

Læknar með sérhæfða menntu á sviði heilabilunar kalla eftir meira samráði um stefnumótun.

Engin áætlun hefur verið mótuð í málaflökknum ólíkt því sem gert hefur verið hjá nágrannaþjóðum og það vekur undrun að ekki séu enn til tölur um fjölda einstaklinga sem greindir eru með heilabilun á Íslandi.

Talið er að málaflökkurinn velti um 50 milljónum árlega. „Það eitt og sér hlýtur að vera forgangsráði fyrir stjórnvöld að kortleggja betur.“ segir Steinunn Þórðardóttir, sérfræðingur í lyf- og öldrunarlækningum á Landspítala.

Alþjóðadagur Alzheimer er á morgun, 21. september.



1/3

Um það bil einn af hverjum þremur eldri borgurum deyr af völdum heilabilunar.

Sýni ráðdeild á toppi hagsveiflu

ALÞINGI Áform um þjóðarsjóð sem ætlað er að mæta efnahagslegum áföllum eru í kynningu á vef Stjórnarráðsins. Skiptar skoðanir eru meðal þingmanna stjórnarandstöðunnar. Frekar eigi að greiða niður skuldir, láta heimilin njóta sterkrar stöðu orkufyrirtækja og sjávarútvegsfyrirtæki eigi líka að leggja sitt af mörkum. – að / sjá síðu 4



Nafnalög opnuð upp á gátt

SAMFÉLAG Nýtt frumvarp galopnar lög um mannanöfn. Tákni, tölur, rúnir – allt kemur til greina. Upptaka ættarnafna verður gefin frjálst. Frumvarpið hlut góðar viðtökur. – jõe / sjá síðu 2



Hvað á Stöð 2 að gera næst?

LÍFIÐ Stöð 2 hefur hætt við að sýna aðra seríu af Kórum Íslands og þarf því að fylla í skarðið með nýjum þáttum. Lífið tok saman hugmyndir að þáttum sem geta komið í staðinn. – bb / sjá síðu 42



Fréttablaðið í dag

Halldór



SKOÐUN Tryggvi Ásmundsson skrifar um einkarekstur í heilbrigðisþjónustu og arð. 24

SPORT Huginn ákvað að standa með málstað sínum og mætti ekki á auglýstan leikvöll. 18

MENNING Nicolas Cage snýr aftur í hinn blóðugu Mandy. 26

LÍFIÐ Miðasala á tónlistarháttöina Sónar er hafin. 34

PLÚS 2 SÉRBLÖÐ • FÓLK • VIÐHALD BÍLSINS

*Samkvæmt prentmiðlökunum Gallup apríl-júní 2015

GLAMOUR KVÖLD
í Smáralind

Í KVÖLD KL. 17:00 - 21:00

GLAMOUR | SMÁRALIND

Veður



Norðan og norðvestan 10-18 m/s. Þurr og bjart veður sunnan- og vestanlands, annars rigning eða slydda og snjökoma norðan til á landinu ofan 100-200 metra yfir sjávarmáli. **SJÁ SÍÐU 30**

Margir vilja banna flugelda

UMHVERFISMÁL Meirihluti landsmanna er fylgjandi því að settar verði strangari reglur um notkun flugelda og fjórðungur vill banna almenna notkun þeirra með öllu. Þetta er meðal niðurstaða nýrrar rannsóknar vísindamanna við Háskóla Íslands á viðhorfi almennings til flugelda og notkunar þeirra.

Svifryksmengun á höfuðborgarsvæðinu var mæld síðustu tólf áramót. Niðurstöður sýna að dægurgildi svifryks, sem er minna en tíu mikrómetrar í þvermál, fór ítrekað yfir heilsuverndarmörk í Reykjavík og nágrenni.

Hæsta klukkustundargildi fins svifryks, sem er minna en 2,5 mikrómetrar í þvermál, mældist í Dal-smára í Kópavogi eða 3.000 mikrógrömm á rúmmetra. Er það talið Evrópumet í mengun. – sar

Flugtúr í boði bandaríska hersins



Föruneyti utanríkisráðherra, hluta utanríkisráðgjafar og þingmannafndar NATO leit í ger um borð í tvær Grumman G2 Grayhound vélar Bandaríkjahers. Vélar fluttu hópinn um borð í flugmóðurskipið USS Harry S. Truman. Ekki var greint frá ferðinni opinberlega fyrir fram. Vélin lenti á Reykjavíkflugvelli þrátt fyrir að borgin hafi bannað herflug um völinn. Hér sést önnur vélin koma til baka. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI



Nýjar höfuðstöðvar Torgs við Hafnartorg í Reykjavík. FRÉTTABLAÐIÐ/EYÞÓR

Kanna sölu blaðsins vegna skilyrða

FJÖLMÍÐLAR 365 miðlar hf., eigandi Torgs ehf., útgefanda Fréttablaðsins, hefur fengið Kvikú banka til að kanna áhuga mögulegra kaupenda á Torgi, vegna skilyrða sem Samkeppniseftirlitið (SKE) setti við sölu á eignum 365 til Sýnar. 365 á tæplega 11 prósent hlut í Sýn. SKE setti þau skilyrði að innan tiltekins tíma myndi 365 þurfa að selja hlut sinn í Torgi eða Sýn. 365 hagnaðist um 907

milljónir króna fyrir skatt 2017.

Í tilkynningu segir að engin ákvörðun hafi verið tekin um hvort selja eigi hlut 365 í Torgi eða í Sýn. Hins vegar liggja fyrir að lengri tíma taki að selja óskræða eign en skræða. Því séu þessi skref tekin nú. Engar breytingar verða á daglegum rekstri Torgs eða Fréttablaðsins með þessu. Torg standsetur nú nýjar höfuðstöðvar sínar í miðborginni. – khn

Nafnafrumvarp opnar á tákn, tölur og rúnir

Nýtt frumvarp til mannanafnalaga setur þau skilyrði ein að einstaklingur beri minnst eiginnaftitil og kenninaftitil. Uptaka ættarnafna verði gefin algjörlega frjals.

ALÞINGI Fyrsta umræða um frumvarp til nýrra mannanafnalaga fór fram á Alþingi í gær. Fari frumvarpið óbreytt í gegnum þingið opnar það heimildir til nafngiftar upp á gátt að því undanskildu að skylt er að bera að minnsta kosti eiginnaftitil og vera kennt til foreldris eða foreldra.

Frumvarpið er lagt fram af þingflokki Viðreisnar, Guðjóni S. Brjánsyni, Samfylkingu, og Piratanum Birmi Levi Gunnarssyni. Það stefnir að því að mannanafnanefnd skuli lögð niður, nafn þarf ekki að taka íslenska eignarfallsendingu og þá er það ekki lengur skylt að nafn sé í samræmi við íslenskt málkerfi. Þá verður hverjum sem er heimilt að taka upp það ættarnafn sem honum sýnist.

Nær sambærilegt frumvarp var flutt á síðasta þingi en náði ekki fram að ganga. Nokkrar breytingar voru gerðar á texta frumvarpsins milli framlagninga og tóku þær flestar mið af athugasemdum við hið eldra. Meðal þess sem bent var á þá var að það sé ekki skylt að samkvæmt því að nafn einstaklings sé ritað með latneska stafrofinu. Með öðrum orðum þá er óþað á þann möguleika að nafn samanstandi af grísku eða kyrillisku letri í heild eða að hluta og hið sama gildir um tölu-stafi, rúnir eða ýmis tákn.

„Í raun og veru leggur frumvarpið engar skorður við nafngiftinni sem slíki. Í sjálfu sér var það með ráðum gert að opna þetta upp á gátt en fela allsherjar- og menntamálanefnd að meta hvort ástæða væri til að nafn þyrfti að vera ritanlegt með latnesku letri,“ segir Þorsteinn Viglundsson, þingmaður Viðreisnar og fyrsti flutningsmaður málsins.

Í gegnum tíðina hefur verið rétt



Hér er nokkur myndabankabörn og möguleg nöfn samkvæmt frumvarpinu.

um hvort ættarnöfn skuli leyfð eður ei. Tillagan leyfir upptöku nýrra ættarnafna og gott betur. Samkvæmt frumvarpinu verður einstaklingi mögulegt að taka upp það ættarnafn er honum sýnist óháð því hvort það hafi verið eyrnamerkt annarri ætt hingað til.

„Ættarnöfn njóta engar sérstakrar verndar samkvæmt frumvarpinu. Það er samkvæmt erlendri

fyrirmynd en þar er fjöldinn allur af óskyldum einstaklingum með sama ættarnafni. Eg sé ekki ástæðu til þess að einhver eignarréttur sé á nöfnum,“ segir Þorsteinn.

Frumvarpið hlaut góðar undirtektir meðal þeirra þingmanna sem þátt tóku í umræðum að Sjálfstæðismanninum Brynjari Nielsyni undanskildum.

joli@frettabladid.is

NÝTT!

- 1 1 K R .

Nú eru allar 55 stöðvar Orkunnar þínar stöðvar.

Kynntu þér afsláttarþrep Orkunnar á orkan.is.





HÚSASMIÐJAN
HLUTI AF BYGMA

LADY litur mánaðarins: 1877 VALMUEFRØ

25%

afsláttur

Af allri LADY innimálningu



Maja Ben.

LADY ráðgjöf
á laugardaginn
Maja Ben hjá „Ég er
komin heim“ veitir
litaráðgjöf á laugar-
daginní Skútvogvi
kl. 11-16



Málningardagar

í Húsasmiðjunni

25% afsláttur af allri málningu og málningarverkfærum



25%
afsláttur

Öll málningarverkfæri



25%
afsláttur

Öll sprej



25%
afsláttur

Öll útimálning



25%
afsláttur

Öll viðarvörn



Byggjum á betra verði

husa.is

Ríkið krefst sýknu af bótakröfu hjúkrunarfræðings

DÓMSMÁL Mállutningur í máli Ástu Kristínar Andrésdóttur hjúkrunarfræðings, sem sýknuð var af ákæru um manndráp af gáleysi í starfi, gegn íslenska ríkinu fór fram í Landsrétti í gær. Ásta krefst fjögurra milljóna króna í miskabætur vegna brotalaða í meðferð sakamálsins. Héraðsdómur hefur áður sýknað ríkið af kröfu Ástu.

Árið 2014 var Ásta ákærð fyrir að

» Ásta krefst fjögurra milljóna króna í miskabætur

hafa í október 2012 láðst að tæma loft úr kruga barkaraufarrennu þegar hún tók sjúkling á gjörgæsludeild úr öndunarvél og setti talventil á umrædda rennu. Sjúklingurinn lést

skömmu síðar. Héraðsdómur sýknaði Ástu af ákærinni þar sem rannsókn hefði verið ábótavant og að ósannað hefði verið að henni hefði láðst að tæma loftið úr kraganum.

Daginn eftir dauðsfallið var Ásta kölluð á fund yfirmanna sinna og gaf hún þar skýrslu um atvik. Lögmaður hennar nú byggir á því að á þeim tímabundi hafi sakamálarannsókn í raun hafist enda hafi

aðrar hugsanlegar dánarorsakir ekki verið rannsakaðar vegna játningar hennar á fundinum. Ekki hafi verið gætt að réttindum sakbornings við þá skýrslutöku. Þá hafi málið ekki verið rannsakað til sektar eða sýknu heldur aðeins til sektar.

Lögmaður vísaði þessu á bug og sagði þetta sjálfstæða og lögmælt rannsókn Landspítalans. Þá hafi málið alla tíð verið rannsakað sem

játningarmál hjá lögreglu vegna skýrslugjafa Ástu en framburður hennar tók miklum breytingum fyrir dóm. Málið hefði farið í annan farveg hefði framburður hennar verið á annan veg. Þá hefði hún ekki sætt neinum þvingunarráðstöfunum meðan á rannsókni stóð. Því væru skilyrði sakamála til greiðslu bóta til þess sem borinn hefur verið sökum ekki uppfyllt. – jõe



ASÍ segir frumvarpið rýrt innlegg.

FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

Rýrt innlegg í kjaraviðræður

KJARAMÁL Miðstjórn ASÍ hefur sent frá sér ályktun þar sem fjárlagafrumvarp næsta árs er sagt rýrt innlegg í komandi kjaraviðræður. Frumvarpið gefi ekki tilefni til bjartsýni þrátt fyrir yfirlýsingar stjórnvalda um aukna áherslu á félagslegan stöðugleika.

Miðstjórnin bendir á að ASÍ hafi undanfarnin ár gagnrýnt stjórnvöld fyrir að þvingja skattbyrði þeirra lægst launuðu á meðan tekjuhærr einstaklingar hafi notið skattalækkana. Þá er það gagnrýnt að húsnæðis- og vaxtabætur séu áfram skertar þrátt fyrir alvarlega stöðu á húsnæðismarkaði. – sar

Bótaskerðingar ræddar í nefnd

ALÞINGI Stjórnskipunar- og eftirlitsnefnd fékk umboðsmann Alþingis og fulltrúa velferðarráðuneytisins á fund sinn í gær til að ræða skerðingar á lífeyrisgreiðslum öryrkja vegna fyrri búsetu erlendis.

Samkvæmt nýlegu áliti umboðsmanns hefur verklag Tryggingastofnunar við útreikning á bótarétti ekki verið í samræmi við lög og reglur.

„Ég hef áhyggjur af því, eins og umboðsmaður hefur verið að benda á í sínum ársskýrslum, að það sé tilhneiging í kerfinu að láta á hlutina reyna. Borgararnir þurfi þannig að leita réttar síns með tilheyrandi kostnaði.“ segir Helga Vala Helgadóttir, þingmaður Samfylkingar og formaður stjórnskipunar- og eftirlitsnefndar. – sar

Gagnrýnir að stjórnin gangi á varasjóð á toppi hagsveiflunnar

Áform um þjóðarsjóð sem ætlað er að mæta fátíðum efnahagslegum áföllum eru í kynningu á vef Stjórnarráðsins. Skiptar skoðanir meðal þingmanna stjórnarandstöðunnar. Frekar eigi að greiða niður skuldir, láta heimilin njóta sterkrar stöðu orkufyrirtækja og sjávarútvegsfyrirtæki eigi líka að leggja sitt af mörkum.

ALÞINGI Skiptar skoðanir eru meðal þingmanna í stjórnarandstöðu um fyrirhugaðan þjóðarsjóð sem kominn er til kynningar á vef Stjórnarráðsins. Hugmyndin er að komið verði á fót varúðarsjóði til að mæta fátíðum efnahagslegum skakkaföllum til dæmis vegna vistkerfisbrests og náttúruhamfara sem valdi ríkissjóði verulegum fjárhagslegum skaða. Sjóðurinn verði fjármagnaður með framlögum úr ríkissjóði, jafnháum nýjum tekjum orkuvinnslufyrirtækja í ríkiseigu. Samþykki Alþingis þurfi til að veita megi fé úr þjóðarsjóði til ríkissjóðs.

„Við hefðum talið að við núverandi aðstæður sé mikilvægast að greiða niður skuldir vegna þess að vextir af lánunum eru væntanlega hærrí en ávöxtun af svona sjóði.“ segir Logi Einarsson, formaður Samfylkingarinnar. Logi segir rétt að skoða hugmyndina með opnum huga en hugmyndafræðin að baki skipti máli og hvaða leið verði farið.

„Norðmenn eru að greiða í sjóð arð af auðind sem er takmörkuð



Þorsteinn Viglundsson gagnrýnir að ráðstafa eigi fjármunum fyrir þjóðarsjóð í önnur verkefni en stöfnun sjóðsins. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Markmið lagasetningar um þjóðarsjóð

- Að byggja upp áfallavörn fyrir þjóðina þegar ríkissjóður verður fyrir fjárhagslegri ágjöf í tengslum við meiri háttar ófyrirséð áföll á þjóðarhag.
- Að milda efnahagssamdrátt í kjölfar áfalls á þjóðarþúð.
- Að fjármunum sjóðsins verði einvörðungu varið til fjárfestinga erlendis, sem er til þess fallið að dreifa fjárhagsáhættu þjóðarbúsins.
- Að hafa með tíð og tíma jákvæð áhrif á mat á lánshæfi ríkissjóðs.
- Að tryggja sjálfstæði sjóðsins og armslengd frá stjórnsýslu og pólitískum mállefnum liðandi stundar.
- Að aðkoma Alþingis að úthlutunum úr sjóðnum til ríkissjóðs verði tryggð.
- Að fylgja eftir áformum um stjórnarsáttmála ríkisstjórnarinnar um stöfnun þjóðarsjóðs og um að hluta af umræddum fjármunum verði varið tímabundið til uppbyggingar á hjúkrunarrýmum og til að efla nýsköpunarstarf atvinnuveganna.

og mun klárast fyrr eða síðar. Ég er hins vegar þeirrar skoðunar að auðlindatekjur af raforku til dæmis, sem er endurnýjanleg, eigi að fara í niðurgreiðslu skulda og uppbyggingu á samfélagslegum innviðum.“

Hann segir einnig óljóst hvort um arðgreiðslur verði að ræða eða auðlindatekjur eins og í Noregi. „Ef svo er þá ættu einkafyrirtæki náttúrulega líka að leggja sitt af mörkum.“

Björn Lévi Gunnarsson, Pírötum, talar á svipuðum nótum. „Af hverju eru bara orkuvinnslufyrirtækin nefnd, af hverju er orkan eina auðlindin sem á að fjármagna þennan sjóð?“ spyr Björn Lévi og telur réttara að heimilin fari að fá einhvern ávinning af því að búið sé að greiða niður lán við uppbyggingu orkuvinnslu. „Af hverju ekki frekar að lækka aðeins orkugjöld heimilanna og fá eitthvað inn af auðlindagjöldum frá sjávarútveginum á móti til að tryggja fjármögnun sjóðsins?“

Í kynningunni um sjóðinn kemur fram að afmarkaðan hluta ráðstöfunarfjár sjóðsins eigi að nota til eflingar nýsköpunar og uppbyggingar hjúkrunarrýma. Þetta gagnrýnir Þorsteinn Viglundsson, þingmaður Viðreisnar. Hann segir þessi verkefni vissulega mikilvæg en þau eigi að fjármagna í fjárlögum hvers árs en ekki úr varasjóðum.

„Við erum í hápunkti hagsveiflunnar, tekjur ríkissjóðs að sama skapi í hápunkti, en engu að síður þarf ríkisstjórnin að ganga á varasjóð sem þennan. Það verður því ekki betur sé en að þegar sé búið að eyða stórum hluta þess fjármagns sem ætti að renna í sjóðinn.“

Þorsteinn segir Viðreisn engu að síður fylgjandi stofnun sjóðsins enda hugmyndin mjög í anda hugmynda síðustu ríkisstjórnar sem Viðreisn átti hluta að.

adalheidur@frettabladid.is

jeep.is

JEEP GRAND CHEROKEE TRAILHAWK
JEEP 7 DAGA VIKUNNAR. ALVÖRU JEPPI - ALVÖRU FJÓRHJÓLADRIF.
VERÐ FRÁ 9.990.000 KR. 33" BREYTTUR VERÐ FRÁ 10.590.000 KR.

DÍSEL 3.0L 250 HÖ, 8 GÍRA SJÁLFSKIPTING, HÁTT OG LÁGT DRIF, DRIFLÆSING AÐ AFTAN.
 STADALBÚNAÐUR MA: LOFTPÚÐAFJÓÐRUN, HITI OG KÆLING Í SÆTUM, HITI Í STYRI,
 RAFDRIFINN AFTURHLERI, ÍSLENSKT LEIÐSÖGUKERFI O.M.F.L. AUKAHLUTIR Á MYND DRÁTTARKRÓKAR AÐ FRAMAN.

ISABAND
 ISLENSK-BANDARÍSKA EHF. BÍLAUMBOD

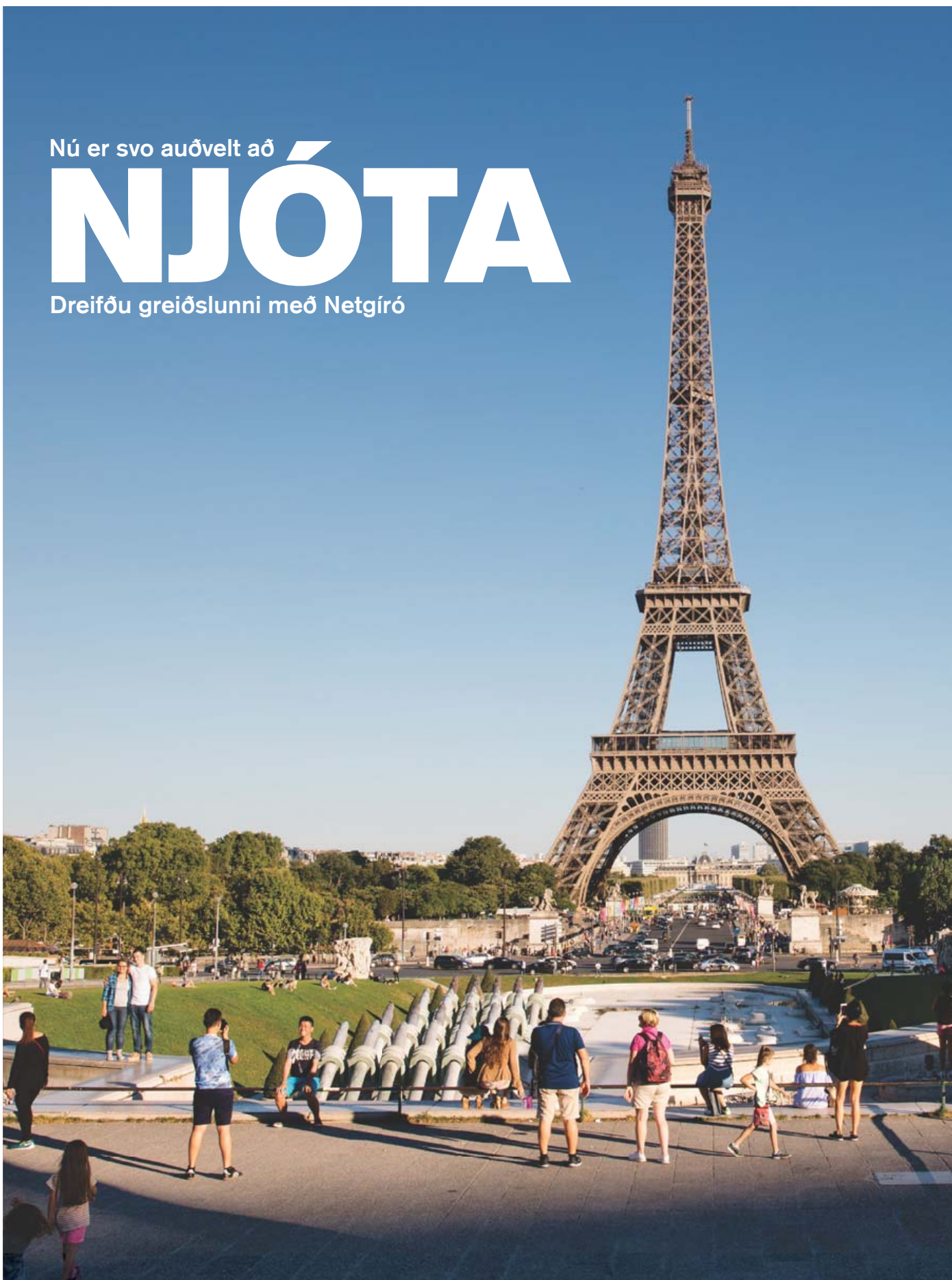
UMBODSADILI JEER Á ÍSLANDI • PVERHOLT 6 • 270 MOSFELLSBÆR • S. 534 4433
 WWW.ISBAND.IS • ISBAND@ISBAND.IS • OPÍÐ VIRKA DAGA 10-18 • LAUGARDAGA 12-16

Jeep
 THERE'S ONLY ONE

Nú er svo auðvelt að

NJÓTA

Dreifðu greiðslunni með Netgíró



Fislegt leið í frið

Langar þig að slaka á í sólinni með sand á milli tanna? Eða njóta spennandi matar og menningar í evrópskri stórborg? Nú auðveldum við þér að njóta lífsins með samstarfi við Netgíró. Skiptu greiðslunni eins og þér hentar og haltu af stað á vit ævintýrana.





Nawaz Sharif. NORDICPHOTOS/GETTY

Nawaz Sharif leystur úr haldi

PAKISTAN Hæstiréttur Pakistans komst í gær að þeirri niðurstöðu að sleppa ætti Nawaz Sharif, fyrrverandi forsætisráðherra ríkisins, úr fangelsi þar til búið væri að taka fyrir áfrýjun hans á dómi sem ráðherrann fyrrverandi hlaut í spillingarmáli í júlí. Þá var Sharif dæmdur í tíu ára fangelsi en hann hóf afplánun fyrir tveimur mánuðum.

Hið svokallaða Avenfield-mál tengist eign Sharif-fjölskyldunnar á fjórum lúxusíbúðum í miðborg Lundúna. Maryam Nawas Sharif, dóttir hans, hlaut sjö ára dóm og tengdasonurinn Iaw Safdar Awan eins árs dóm. Þeim verður sömu-leiðis sleppt úr haldi gegn tryggingu en þau hafa setið í Rawalpindi-fangelsinu frá 13. júlí.

Samkvæmt pakistanska miðlinum Geo TV voru háttsettir meðlimir Müslimabandalags Pakistans (PML-N), stjórnmalaflokksins sem Sharif-bræður fara fyrir, viðstaddir í dómsal og hafa setið í Rawalpindi-fangelsinu frá 13. júlí.

Samkvæmt pakistanska miðlinum Geo TV voru háttsettir meðlimir Müslimabandalags Pakistans (PML-N), stjórnmalaflokksins sem Sharif-bræður fara fyrir, viðstaddir í dómsal og hafa setið í Rawalpindi-fangelsinu frá 13. júlí.

BANDARÍKIN Öldungadeildarþingmenn Repúblikana setja Christine Blasey Ford, sálfræðiprófessornum sem sakar Brett Kavanaugh um að hafa reynt að nauðga sér, afarkosti. Annaðhvort mæti hún fyrir dómsmálanefnd þingsins á mánudag eða hún missi af tækifærinu til að tjá sig um málið og þingið gangi til atkvæðagreiðslu um tilnefningu Kavanaugh til hæstaréttar.

Lögmenn Ford sendu Charles Grassley, Repúblikana og formanni nefndarinnar, bréf á mánudag þar sem þeir sögðust vilja að Alríkislögreglan (FBI) rannsakaði málið áður en Ford kemur fyrir nefndina. Repúblikanar eru sagðir sýna þessari ósk lítinn áhuga.

Donald Trump Bandaríkjaforseti sagði í gær að sér þætti miður ef Ford mætti ekki fyrir nefndina. Hann sagðist að auki eiga erfitt með að trúa meintum glæp upp á Brett Kavanaugh. – þea

Segir Guðmund dylgja um blaðamenn

FJÖLMIDLAR Einar Þór Sverrisson, stjórnformaður Torgs sem er útgáfufélag Fréttablaðsins, segir það ekki fara Guðmundi Kristjánssyni, forstjóra HB Granda, vel að umgangast sannleikann í svari sínu við yfirlýsingu frá Guðmundi.

Fréttablaðið greindi frá því í gær að Samkeppniseftirlitið hefði gert fjórar alvarlegar athugasemdir við viðskiptahætti Guðmundar, aðaleiganda Brims og HB Granda. Guðmundur svaraði

fréttinni með þeim hætti að tvö af þeim fjórum atriðum sem voru nefnd væru enn til skoðunar hjá Samkeppniseftirlitinu.

Þá benti hann á að Einar Þór Sverrisson, stjórnformaður Fréttablaðsins, væri einnig lögmáður meirihlutaeigenda Vinnslustöðvarinnar í Vestmannaeyjum og varaformaður stjórnar VSV.

Í svari sem Einar Þór sendi á fjölmiðla segir hann að í yfirlýsingu Guðmundar hafi hann

ákvæðið að gera lítið úr öllum blaðamönnum og ritstjórum Fréttablaðsins. Hann hafi vegið að starfsheiðri þeirra og dylgjað um að þeir lúti boðvaldi stjórnar félagsins varðandi fréttatvöng.

„Samkvæmt fjölmiðlalögum eru ritstjórnir fjölmiðla sjálfstæðar og lúta ekki boðvaldi eigenda eða stjórnarmanna. Þær reglur eru áréttar í ritstjórnareglum Fréttablaðsins og er þeim fylgt í starfsemi Fréttablaðsins,“ segir Einar Þór. – þfh



Guðmundur Kristjánsson, forstjóri HB Granda. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

Stjórnin mætti endurskoða starf alltumlykjandi forstjóra

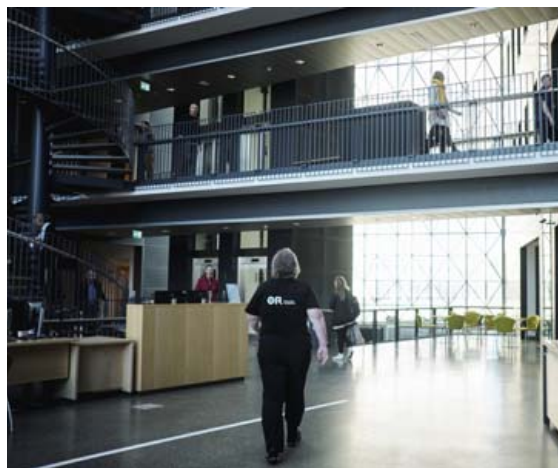
Þörf er á töluverðum hrókingum innan samstæðu Orkuveitu Reykjavíkur þegar Bjarni Bjarnason vikur tímabundið sem forstjóri. Hann hefur auk forstjórastarfsins aðkomu að stjórn fjögurra af fimm dótturfélögum OR. Varaformaður stjórnar OR segir að skoða megi að dreifa betur því valdi sem forstjóri hefur í dag.

REYKJAVÍK Sú ákvörðun Bjarna Bjarnasonar, forstjóra Orkuveitu Reykjavíkur, að vikja tímabundið úr starfi hefur varpað ljósi á umfangsmikið vald forstjóra í mörgum hlutverkum. Varaformaður stjórnar Orkuveitu Reykjavíkur segir að hugsanlega sé tilefni til að endurskoða hlutverk forstjórans innan samstæðunnar.

Stjórn OR samþykkti í gærkvöldi ósk Bjarna Bjarnasonar forstjóra um að vikja tímabundið úr starfi meðan úttekt fer fram á meðal annars vinnustaðamenningu fyrir-tækisins í ljósi hneykslismála sem komið hafa upp undanfarna daga og varða óviðeigandi hegðun og kynferðislega áreitni stjórnenda innan samstæðunnar.

Bjarni Bjarnason er auk þess að vera forstjóri OR stjórnformaður í dótturfélögunum Orku náttúrunnar (ON) og Gagnaveitu Reykjavíkur (GR). Hjá dótturfélaginu Vatns- og fráveitu sf. fer hann með ákvörðunarvald á félagsfundum ásamt framkvæmdastjóra Veitna. Þá er hann framkvæmdastjóri í dótturfélaginu OR Eignir ohf., sem hefur ekki sjálfstæðan rekstur. Af fimm dótturfélögum OR er aðeins eitt sem Bjarni hefur enga beina aðkomu að, Veitur ohf. Með leyfinu vikur Bjarni úr öllum þessum hlutverkum.

Líkt og Fréttablaðið hefur fjallað um fær Bjarni aðeins greitt fyrir stjórnarmennskuna í ON og GR. Alls fær hann tæpla hálfa milljón á mánuði aukalega vegna þessa, ofan á grunnlaun sín sem forstjóri upp á tæpla 2,4 milljónir á mánuði.



Höfuðstöðvar Orkuveitu Reykjavíkur við Bæjarháls. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

Hlutverk forstjórans innan OR-samstæðunnar

Orka náttúrunnar
Stjórnformaður

Gagnaveita Reykjavíkur
Stjórnformaður

Vatns- og fráveita sf.
Stjórnandi



Orkuveita Reykjavíkur
Forstjóri

Orkuveita Reykjavíkur Eignir ohf.
Framkvæmdastjóri



Gyfl Magnússon, varaformaður stjórnar OR.

Það að Bjarni viki sem forstjóri kallar því á frekari ráðstafanir í ljósi þess hversu víða hann situr við borð innan Orkuveitunnar og frekari hrókinga er þörf. Aðspurður hvort þörf sé á að endurskoða skipulit og draga úr því sem kalla mætti alltumlykjandi hlutverk forstjórans, segir Gyfl Magnússon, varaformaður stjórnar OR, að það komi til greina. „Þetta er tiltölulega valdreift fyrirtæki, rekið í dótturfyrirtækjum sem eru tiltölulega sjálfstæð. Daglegur rekstur er í höndum þeirra sem stýra dótturfélögunum. Í þeim skilningi er talsverð valdreifing en auðvitað er það eitthvað sem mætti skoða, við erum bara ekki komin á það stig.“

Gyfl segir óljóst hversu umfangsmikið hlutverk afleysingforstjórans verði.

„Við erum fyrst og fremst að leita að forstjórastaðgengli. Eg þori ekki að lofa því að sá sem leysir af sem forstjóri mun stiga inn í allar þessar stjórnir því það eru auðvitað varamenn þar. Það er ákvörðun sem verður að taka í samráði stjórnar og þess sem kemur inn í staðinn.“

Gyfl á ekki von á öðru en að Bjarni verði á fullum launum á meðan á leyfinu stendur.

mikael@frettabladid.is

25% AFSLÁTTUR
17.-21. SEPT.

Char-Broil TRU INFRARED

AF ÖLLUM GRILLUM



CHAR-BROIL BIG EASY
Steikaröfn, reyköfn og grill
41.175 KR.
VERÐ ÁÐUR 54.900 KR.



CHAR-BROIL GASGRILL
2 brennara
54.425 KR.
VERÐ ÁÐUR 69.900 KR.



GAS2COAL GAS- OG KOLAGRILL
3 brennara
59.925 KR.
VERÐ ÁÐUR 79.900 KR.



CHAR-BROIL PROFESSIONAL
3 brennara
66.675 KR.
VERÐ ÁÐUR 88.900 KR.

Öll Char-Broil grillin eru með TRU-infraréd tækninni sem kemur í veg fyrir eldtungur og tryggir jafnari steikingu.

Rekstrarland er opið alla virka daga kl. 8-17.



Rekstrarland verslun | Vatnagörðum 10 | 104 Reykjavík | Sími 515 1500 | rekstrarland.is



REKSTARLAND
Rekstrarland er hluti af Ölis



Shiseido fest ekki í Spang, Njarðvík, Borgarnesi og Salfoski



Krem fyrir stafrænu öldina

Vinnur á móti skjápreytni og gefur augunum endurnýjaða orku og ljóma.

NÝTT Essential Energy Eye Definer

SHISEIDO
GINZA TOKYO

SHISEIDO kynningardagar 20.–26. september

20% afsláttur af öllum vörum frá Shiseido á meðan á kynningu stendur.
Veglegur kaupauki fylgir þegar keyptar eru vörur frá Shiseido fyrir 7.800 kr. eða meira.*

*Gildir á meðan birgðir endast.

HAGKAUP

*Meira
svona
alla daga*

MARKAÐURINN

Innleysir 2,1 milljarðs tap við söluna

Brim seldi þriðjungshlut í Vinnslustöðinni til FISK-Seafood fyrir 9,5 milljarða króna. Það er 18 prósentum minna en sem nam bókfærðu virði í fyrra.

Brim, sem er í eigu Guðmundar Kristjánssonar, mun innleysa bókfært tap sem nemur 2,1 milljarði króna við sölu á þriðjungshlut í Vinnslustöðinni til FISK-Seafood. Fram hefur komið að FISK-Seafood keypti bréfin á 9,4 milljarða króna en þau voru bókfærð í ársreikningi Brims á 11,5 milljarða króna í fyrra. Markaðurinn hefur greint frá því að eignarhluturinn í Vinnslustöðinni hafi verið metinn á yfirverði í bókum Brims miðað við verðmat sem nýlega var gert á Vinnslustöð-



Brimmes er á meðal þriggja skipa í eigu Brims. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTONI BRINK



Guðmundur Kristjánsson, aðaleigandi Brims og forstjóri HB Granda.

inni. Í ársreikningi Brims segir að framkvæmt hafi verið virðismat á rekstrarvirði og upplausnarvirði Vinnslustöðvarinnar og að bókfært virði standi fyllilega undir því. Auk þess sé forsvarsmönnum Brims kunnugt um að meirihlutaeigendur Vinnslustöðvarinnar hafi keypt í félaginu á svipuðu gengi síðla árs 2016. Guðmundur og bróðir hans Hjalmar hófu að fjárfesta í útgerðinni árið 2005.

Brim keypti 37 prósentu hlut í HB Granda í vor og sumar fyrir 23,6 milljarða króna. Til að fjárfagna kaupin var hluturinn í Vinnslustöðinni seldur og Ögurvík seld

til HB Granda fyrir 12,3 milljarða króna. Brim mun hagnast um 900 milljónir við söluna. Hluthafafundur HB Granda á enn eftir að samþykka kaupin. Samanlagt nemur sala á eignum Brims 21,7 milljörðum króna. Það er sama fjárhæð og reidda þurfti fram fyrir 34,1 prósentu hlut sem Brim keypti af tveimur félögum sem Kristján Loftsson er í forsvari fyrir.

Guðmundur, sem tók nýverið við sem forstjóri HB Granda, sagði í viðtali við ViðskiptaMoggann, að hann vildi að aflaheimildir fyrirtækisins yrðu auknar í að minnsta kosti tólf prósent sem er hámarkseign lögum samkvæmt. Eftir kaupin á Ögurvík nemur aflahlutdeild HB Granda 11,2 prósentum. „Við munum án efa leita samstarfs við sjávarútvegsvirirtæki í nágrennalöndunum og víðar. Og þá viljum við líka fjárfesta í sölu- og markaðsvirirtæki erlendis.“ sagði hann þá. helgivyfill@frettabladid.is

Bólusetning gegn árlegri influensu hafin



Heilsugæsla höfuðborgarsvæðisins vill vekja athygli á því að skipulögð bólusetning gegn influensu hófst á heilsugæslustöðvum mánudaginn 17. september 2018. Bóluefnið myndar mótefni gegn þremur influensuveirustofnum. Bóluefnið verndar gegn svonefndri svinainfluensu.

Heilsugæslan hvetur alla í þeim forgangshópum sem Söttvarnalæknir ráðleggur að láta bólusetja sig, að gera það sem fyrst

Hverjum er einkum ráðlagt að láta bólusetja sig?

- Öllum sem orðnir eru 60 ára
- Öllum, bæði börnum og fullorðnum, sem þjást af langvinnum hjarta-, lungna-, nýrna- og lifrarsjúkdómum, sykursýki, illkynja sjúkdómum og öðrum ónæmisbælandi sjúkdómum
- Heilbrigðisstarfsmönnum sem daglega annast fólk með aukna áhættu, sbr. ofantalið
- Þunguðum konum

Þeir sem tilheyra ofangreindum hópum fá bóluefnið sér að kostnaðarlausu en greiða komugjald samkvæmt reglugerð nr. 225 / 2018. Fyrirkomulag bólusetningar getur verið mismunandi milli heilsugæslustöðva. Vinsamlegast leiðið upplýsinga á vef Heilsugæslunnar www.heilsugaeslan.is, eða hafið samband við hlutaðeigandi heilsugæslustöð.

Reykjavík, 18. september 2018
Heilsugæsla höfuðborgarsvæðisins
Álfabakka 16, 109 Reykjavík | sími 513 5000 | www.heilsugaeslan.is

Ný kortalög gætu sparad neytendum yfir milljarð

Fjármálaráðherra áformar að leggja fram frumvarp til laga um millgjöld fyrir kortatengdar greiðslur í samræmi við Evrópureglugerð þess efnis.

Frumvarpsdrögin kveða á um að hámark verði lagt á millgjöld vegna neytendagreiðslukorta sem nema 0,2 prósentum af fjárhæð greiðslu með debetkorti og 0,3 prósentum með kreditkorti. Auk þess er kveðið á um bann við svæðisbundnum takmörkunum í leyfissamningum.

Hámörkin á millgjöldum standa nú í 0,2 prósentum og 0,6 prósentum en þau komust á árið 2014 þegar stærstu greiðslukortafyrirtækin og bankarnir gerðu sátt við Samkeppnis- eftirlitið. Lögin hafa þannig meiri áhrif á kreditkortafærslur.

Lögin miða að því að lækka kostnað neytenda en í mati ráðuneytisins kemur fram að lækkun kostnaðar



Hámörkið er nú í 0,6 prósentum.

geti numið allt að 1,15 milljörðum króna eflækunin skilar sér að fullu til neytenda.

Hins vegar kunni lögin að draga úr hvata til útgáfu korta og jafnframt lækka tekjur kortaútgefenda og þar með draga úr virði hluta í þeim félögum. – ttf

FORD ECOSPORT HÁSETINN

Ford EcoSport býður upp á mikla veghæð sem kemur sér vel í snjó og við aðrar erfiðar aðstæður. Þú situr líka hærra og það er mun þægilegra að ganga um bílinn.

Ford EcoSport Titanium S er sérlega vel búinn m.a. leðuráklæði á sætum, 17" álfelgum, Xenon aðalljósum, 8" snertiskjá, tölvustýrðri loftkælingu, 7 hátölurum, bakkmyndavél, SYNC3 hljómtækjum með raddstýringu og neyðarhringingu, ESP stöðugleikakerfi með spólvörn, leðurklætt fjölstillanlegt stýri, Apple CarPlay og Android Auto.

FORD ECOSPORT VERÐ FRÁ: 2.750.000 KR.

FORD ECOSPORT TITANIUM S SJÁLFSKIPTUR:

3.490.000 KR.

Komdu, reynsluaktu og upplifðu Ford EcoSport



ford.is



Brimborg Reykjavík
Bíldshöfða 6
Sími 515 7000

Brimborg Akureyri
Tryggvabraut 5
Sími 515 7050

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

ÚRVAL

NOTAÐRA BÍLA



**BÍLALAND BÝÐUR
BÍLA Á FRÁBÆRUM
KJÖRUM! KOMDU
STRAX Í DAG OG
TRYGGÐU PÉR GÓÐAN
BÍL FRÁ BÍLALANDI**



Rnr. 121559

HYUNDAI Santa Fe III Style
Nýskr. 02/16, ekinn 97 þ.km,
dísil, sjálfskiptur.

VERÐ:
4.990 þús. kr.



Rnr. 145296

BMW 118d
Nýskr. 12/14, ekinn 33 þ.km,
dísil, sjálfskiptur.

VERÐ:
3.590 þús. kr.



Rnr. 145183

HYUNDAI IX35 Comfort
Nýskr. 06/15, ekinn 64 þ.km,
dísil, sjálfskiptur.

VERÐ:
3.390 þús. kr.



Rnr. 145250

VW Polo Trendline
Nýskr. 05/17, ekinn 67 þ.km,
bensín, sjálfskiptur.

VERÐ:
1.690 þús. kr.



Rnr. 391350

OPEL Mokka Enjoy
Nýskr. 09/16, ekinn 16 þ.km,
bensín, sjálfskiptur.

VERÐ:
2.790 þús. kr.



Rnr. 145269

DACIA Logan
Nýskr. 06/16, ekinn 41 þ.km,
dísil, beinskíptur.

VERÐ:
1.890 þús. kr.



Rnr. 391486

RENAULT Megane IV Bose
Nýskr. 09/17, ekinn 14 þ.km,
dísil, sjálfskiptur.

VERÐ:
3.390 þús. kr.



Rnr. 145392

NISSAN Qashqai Acenta 2wd
Nýskr. 07/17, ekinn 17 þ.km,
dísil, beinskíptur.

VERÐ:
3.190 þús. kr.



Rnr. 391466

RENAULT Captur Dynamic
Nýskr. 10/14 ekinn 61 þ.km,
dísil, beinskíptur.

VERÐ:
1.890 þús. kr.



Rnr. 430212

NISSAN Pulsar Acenta
Nýskr. 10/15, ekinn 35 þ.km,
bensín, sjálfskiptur.

VERÐ:
2.490 þús. kr.



Rnr. 145363

VW Golf Highline
Nýskr. 05/15, ekinn 47 þ.km,
bensín, sjálfskiptur.

VERÐ:
2.990 þús. kr.



Rnr. 145275

KIA Sportage EX
Nýskr. 03/15, ekinn 53 þ.km,
dísil, sjálfskiptur.

VERÐ:
3.590 þús. kr.



Rnr. 400273

HYUNDAI i10 Comfort
Nýskr. 10/15, ekinn 38 þ.km,
bensín, beinskíptur.

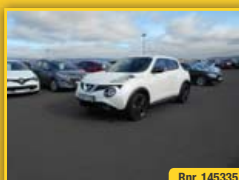
VERÐ:
1.390 þús. kr.



Rnr. 145227

HONDA Jazz
Nýskr. 06/16, ekinn 48 þ.km,
bensín, sjálfskiptur.

VERÐ:
1.990 þús. kr.



Rnr. 145335

NISSAN Juke Acenta + 4wd
Nýskr. 04/16, ekinn 10 þ.km,
bensín, sjálfskiptur.

VERÐ:
3.290 þús. kr.



Rnr. 145181

RENAULT Grand Scenic IV
Árgerð 2017, ekinn 15 þ.km,
dísil, 7 sæta, sjálfskiptur.

VERÐ:
3.790 þús. kr.



Rnr. 145261

SUBARU Outback Lux Eyesight
Nýskr. 08/16, ekinn 35 þ.km,
bensín, sjálfskiptur.

VERÐ:
4.690 þús. kr.



Rnr. 391366

BMW X5 Xdrive 30d
Nýskr. 01/17, ekinn 31 þ.km,
dísil, sjálfskiptur.

VERÐ:
10.990 þús. kr.



Rnr. 391457

MERCEDES-BENZ A200 4Matic
Nýskr. 12/16, ekinn 19 þ.km,
dísil, sjálfskiptur.

VERÐ:
3.990 þús. kr.



Rnr. 145350

BMW 520d Xdrive
Nýskr. 01/16, ekinn 54 þ.km,
dísil, sjálfskiptur.

VERÐ:
6.490 þús. kr.

Framtíðarhorfur afar slæmar

Steinunn hefur kortlagt framtíðarhorfur og kostnað vegna heilabilunar og litur til Bandaríkjanna þar sem engar tölur eru til um fjölda heilabilunarsjúklinga á Íslandi. Ekki hefur verið gerð úttekt á Íslandi um raunverulegan fjölda einstaklinga með heilabilun sem hún lýsir sem ákveðnu sinnuleysi enda um rándýran sjúklingahóp að ræða.

Heilabilunarsjúkdómur virðast vera álíka algengir í vestrænum ríkjum og Ísland ekki svo ólíkt Bandaríkjunum. Sigrún hefur því sínar tölur þaðan og yfirfærir á íslenskt samfélag.

Á **65 sekúndna** fresti þróar nýr einstaklingur með sér heilabilun í Bandaríkjunum.

Í Bandaríkjunum eru **5,7 milljónir** einstaklinga greindar með Alzheimer sjúkdóm sem gróflaga jafngildir **5.700 Íslendingum**.

Ef tölur frá Bandaríkjunum eru yfirfærðar á Ísland er beinn og óbeinn kostnaður við meðferð og umönnun einstaklinga með heilabilun í kringum

50 milljarðar íslenskra króna árlega.

Samkvæmt spám má áætla að 50 milljarðar verði **100 milljarðar** á næstu 20 árum.

Miklar vonir bundnar við lyf í þróun

Um miðjan maí síðastliðinn fjallaði Fréttablaðið um nýtt lyf sem nú þegar eru hafnar prófanir á. Lyfinu er ætlað að annaðhvort hreinsa út efnaprótín sem heitir amyloid eða koma í veg fyrir að það hlaðist upp í heila fólks með Alzheimer. Kenningin er sú að það sem veldur sjúkdómnum sé þessi upphleðsla, sem valdi skemmdum út frá sér. Ekki hefur verið hægt að sanna það með vissu en flestir ádhylast þessa kenningu.

Tvö hundruð Íslendingar á aldrinum 60 til 75 ára og með arfgerð sem veldur auknum líkum á Alzheimer munu á næstu fimm árum taka þátt í einni flóknustu lyfjarannsókn sem framkvæmd hefur verið hér á landi. Alls taka 2.000 manns þátt í rannsókninni í öllum byggðum heimsalfum en Ísland er stærsta rannsóknarsetrið með 10 prósent þátttakenda.

Það yrðu stórfréttir ef þessar prófanir reyndust áhrifaríkar en menn eru misbjartsýnir og hafa mismikla trú á kenningunni.

er sú að heilsugæslan ræður ekki við þessi verkefni vegna manneklu. Undir eðlilegum kringumstæðum ætti fólk sem er búð að fá greiningu hér að fara í eftirfylgd á heilsugæsluna. En í stað þess festist fólk gjarnan hjá okkur á minnismóttökunni þar til það fer í dagbjálfun eða jafnvel á hjúkrunarheimili.

Tíminn er núna

Úrræðaleysið er víða en af og til er ráðist í litlar aðgerðir, nokkurs konar plástra á sárin. Hrafnista opnar senn 30 ný dagbjálfunarpláss, sem er fagnaðaræfni, en eins og staðan er í dag eru 170 manns á biðlista. Ljóst er að plássin fyllast því strax.

„Mér finnst við vera á þeim stað að ástandið er orðið óþolandi og það fyrir löngu síðan. Við erum ekki að sjá nógu hröð viðbrögð. Það er ekki nógu vel búð að fólk með heilabilun og í rauninni eldra fólk almennt. Tengium við ekki öll við þennan hóp? Ættingja okkar? Okkur sjálf eftir örfá ár? Við þurfum að undirbúa okkur fyrir framtíðina. Tíminn til aðgerða er núna,“ segir Steinunn að lokum.

Mikil fjölgun yfirvofandi

Í dag er ekki nægjanlega mikið lagt í rannsóknir á orsökum og meðhöndlun heilabilunarsjúkdóma á Íslandi. Fólk lifir lengur með ýmsa sjúkdóma sem er vissulega gott og við tekur hár aldur. Aldur er stærsti áhættuþátturinn fyrir heilabilun en þegar þar er komið eru ekki næg úrræði fyrir hendi.

Gunnþórunn Jónsdóttir
gunnthorunn@frettabladid.is



Mikill árangur í læknavísindum á sviði m.a. krabbameina og hjarta- og æðasjúkdóma skilar sér í hærri lífaldri. Aukinn fjöldi einstaklinga með heilabilun kemur þar í staðinn. Grófir útreikningar sýna fram á að kostnaður við meðferð og umönnun einstaklinga með heilabilun hlendist nemur 50 milljörðum árlega og er talið að fjöldi einstaklinga með heilabilun muni í framtíðinni tvöfaldað á um 20 ára fresti. Enn hefur engin stefna verið mótuð í málaflokknum og erfitt er að sjá samfélagið standa undir þessari aukningu.

Steinunn Þórðardóttir, sérfræðingur í lyf- og öldrunarlækningum á Landspítala, lýsir gríðarlegum vanda í þessum málaflokk.

„Öldrunarlæknar hafa miklar áhyggjur af fjölgun einstaklinga með heilabilun. Það er holskeflla að fara að skella á okkur og við erum ekki að bregðast nógu hratt við. Hér á landi er staðreyndin oft á tíðum sú að það er verið að bregðast við krísum og mikið hugsað í skammtímalausnum en ekki lítið á heildarmyndina,“ segir Steinunn.

„Það er ekki verið að fjölgja dagbjálfunarplássum að neinu raunverulegu marki, ekki verið að auka þjónustu í heimahúsum að neinu marki né fjölgja hjúkrunarrýmum nógu hratt til að anna eftirspurn og þessi hópur er almennt ekki í nægilegum forgangi.“

Kalla á aukna samvinnu

En hvað þarf að gerast? Læknar sem eru sérhæfðir á sviði heilabilunar eru fáir hér á landi, aðeins fjórir eru starfandi á Landakoti. Steinunn segir öldrunarlækna kalla eftir meiri umræðu við stjórnvöld en erfitt sé að

Við upplifum að það mætti vera meira samráð við okkur um stefnumótun.

Steinunn Þórðardóttir, sérfræðingur í lyf- og öldrunarlækningum



koma að ákvarðanatöku í þessum málum. „Við upplifum að það mætti vera meira samráð við okkur um stefnumótun. Það blasir við að við sem vinnum með sjúklingum með heilabilun alla daga þekkjum þetta vel og við viljum sjá meiri samvinnu,“ segir Steinunn.

Hún segir að óvinsælt þyki að ræða auknið fjármagn inn í málaflokkinn en telur það óhjákvæmilegt.

„Það þarf að skoða heildarmyndina. Ef það eru settir meiri peningar í dagbjálfunarpláss og þjónustu í heimahúsum þá sparast pláss á hjúkrunarheimilum á móti. Þannig lengist tíminn heima við hjá viðkomandi sem er gott því að hjúkrunarheimili eru mun dýrara úrræði en dagbjálfun. Spítalinn er síðan rándýrt úrræði, en þar sitja margir fastir vegna skorts á öðrum úrræðum. Það er því ekkert vist að þetta reikningsdæmi sé óhagstætt. Það þarf að færa peningana til og þá þarf að vera einhver heildarsýn,“ segir Steinunn.

Kerfið allt stíflað

Sérhæfið deild fyrir einstaklinga með heilabilun er á Landakoti, en hún er hugsuð fyrir sjúklinga með erfðu

Skammtímalausnir í stað heildarsýnar

Heilabilun er regnhlífarhugtak sem lýsir einkennum. Heilabilun þýðir að viðkomandi einstaklingur getur ekki bjargað sér sjálfur að einhverju leyti út af vitrænni skerðingu.

„Á minnsmóttökunni á Landakoti er tekið á móti einstaklingum sem finna fyrir einkennum sem gætu bent til byrjandi heilabilunar. Þar er fólk skoðað og greint og svo er því fylgt eftir. Þegar greindir einstaklingar hætta að geta bjargað sér sjálfir í daglegu lífi er dagbjálfun venjulega góður kostur. Dagbjálfun er hugsuð fyrir sjúklinginn fyrst og fremst og fer þar fram andleg og líkamleg örvun. Á Íslandi eru átta sérhæfðar dagbjálfanir, sjö á höfuðborgarsvæðinu og ein á Selfossi.

„Þarna eru alls kyns úrræði til þess að hjálpa fólki að viðhalda sinni getu. Farið er í gönguferðir,

einkenni, m.a. til að greina orsakir einkennanna og stilla inn lyf, en í kjölfarið útskrifast einstaklingarnir í önnur úrræði.

„En það er allt fast hérna hjá okkur. Nánast öll deildin er að biða eftir hjúkrunarheimili eins og er og margir hafa beðið hér mánuðum saman. Þeir einstaklingar sem eru því úti í bæ, jafnvel með erfðu einkenni, ofskynjanir, svefnleysi og eru kannski að leita út á nóttunni með aðstandendur í þroti, þeir komast ekki að. Við getum ekki tekið á móti þessu fólki því að deildin okkar er yfirfull og þannig er þetta alls staðar í

í sund, á listsýningar, tónleika, leikhúsi, ferðir út úr bænum og auk þess er í boði ýmis handavinna, garðvinna og önnur störf sem henta áhuga hvers og eins. Starfsfólkið þarna er frábært, svo áhugasamt og hugmyndaríkt,“ segir Steinunn.

Í dagbjálfun er unnið markvisst að því að halda fólki sjálfstæðu lengur og hægja á versnun einkenna. Heilanum má líkja við vöðva sem þarf að þjálfa og örva. „Það versta sem hægt er að gera er að sitja allan daginn inni við og hafa ekki neitt fyrir stafni. Þannig missa einstaklingar færni sína hraðar og þörfin fyrir hjúkrunarheimili kemur þá jafnvel fram fyrir. Ég sé þetta alla daga. En fólk kemst ekki að, því það er allt yfirfullt. Í dag eru tæplega 200 manns á biðlista fyrir dagbjálfun og biðin getur verið lengri en ár.“

kerfinu og er bara að aukast. Örvæntingin er oft á tíðum gríðarleg,“ segir Steinunn.

Hún segir það óásættanlegt að þurfa að vísa fólki í miklum vanda frá. Stíflað kerfið gerir það að verkum að bráðamóttakan verður eini viðkomustaðurinn sem er í boði, önnur úrræði sem henta þessum sjúklingahópi betur eru yfirfull. „Ég hef þurft að vísa fjölskyldum með veikan aðstandanda á bráðamóttöku því ekkert annað úrræði er í boði,“ segir Steinunn.

„Heilbrigðisvæðing benda gjarnan á heilsugæsluna en raunin

FRÉTTABLAÐIÐ

+PLÚS

Fleiri áhugaverð viðtöl við sérfræðinga um málið má finna á +Plús síðu Fréttablaðsins.

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

Nýr Hyundai Tucson.



ENNEEM / SIA / NMB9649

Helstu nýjungar í nýjum Tucson.

Meðal helstu nýjunga í Hyundai Tucson eru nýjar sparneytnari og umhverfisvænni vélar og SmartSense öryggisbúnaðarkerfi sem inniheldur meðal annars skynvædda neyðarhemlun og hraðastilli með fjarlægðarskynjun. Innréttingin hefur verið endurhönnuð og ný LED aðalljós setja fallegan svip á nýjan Tucson.

Hyundai Tucson - 2wd, dísil, ssk. Verð frá 5.290.000 kr.



Hyundai býður viðskiptavinum sínum upp á eina viðtækustu ábyrgð sem völ er á. Öllum Hyundai bílum fylgir 5 ára verksmiðjuábyrgð og ótakmarkaður akstur.

Hyundai | Kaupþúni 1 | Sími 575 1200 | www.hyundai.is

Henti sér út í djúpu laugina

Sigrún Waage þekkir vel til Alzheimerssjúkdómsins en hún missti móður sína sem hafði barist við sjúkdóminn í fleiri ár. Sigrún flytur nú til landsins dansk verk sem hefur verið fært í íslenskan búning og fjallar um Alzheimer. Hún vill vekja athygli á sjúkdómnum og erfiðleikunum sem honum fylgja.

Gunnþórunn
Jónsdóttir
gunnthorunn@frettabladid.is



Eftir smástund datt hún aftur út og spurði mig hvaða blóm þetta væru út um allt og hvort einhver hefði verið að deyja.

Sigrún setti leiklistarferil sinn á hilluna eftir andlát dóttur sinnar. Hún hefur starfað sem flugfreyja hjá Ícelandair síðan en tekur sér nú leyfi frá háloftunum til að setja upp danskt leikrit um Alzheimer. Leikritið sem Sigrún flytur heim nefnist *Ég heiti Guðrún* og verður frumsýnt þann 5. október í Kúlunni í Þjóðleikhúsinu og fer hún með aðalhlutverk.

„Ég ætlaði aldrei að leika aftur. Ég tók þá ákvörðun árið 2002 eftir að Hafðís Hlíf mín dó. Það tók of mikið á,” segir Sigrún. „Ég ákvað bara að gera eitthvað annað.”

Sigrún var í ballett í Listdansskóla Þjóðleikhússins sem barn og var í mörgum leikritum frá 10 ára aldri. Hún útskrifaðist úr Listdansskóla Þjóðleikhússins 18 ára gömul og lærði síðan í New York University, School of the Arts þar sem hún kláraði BA í leiklist. Þá gekk hún með sitt fyrsta barn. „Stefnan var þá tekin á Flórída þar sem barnsfaðir minn ætlaði í mastersnámi. Ég sá fyrir mér að njóta sólarinnar með frumburðinn minn þar á meðan, en ég var svo kölluð heim í söngprufu fyrir Eponine í Vesalingunum árið 1987 og fékk hlutverk. Ég flutti þá heim með son minn, Sigurð, aðeins átta mánaða og það varð nú lítið úr þessu þægilega lífi sem ég ætlaði að eiga á Flórída,” segir Sigrún og hlær.

Eftir Vesalingana kom Sigrún víða við, ýmist í leikhúsi, sjónvarpi eða kvikmyndum, þangað til fjölskyldan varð fyrir gríðarlegu áfalli. „Hafðís Hlíf mín lést í Húsafelli árið 2001,” segir Sigrún. Ekkert foreldri verður samt eftir barnsmissi. Slík er sorgin. Fólk lærir hins vegar að lifa með henni. „Ég tók þetta á hörkunni. Ég var að leika í Sungið í rigninu og við áttum eftir að leika nokkrar sýningar, ég lék síoustu sýninguna og ég man ekkert eftir því. En ég var einstæð móðir og þurfti bara að fara að vinna. Það var ekkert annað í boði. Ég var farin að vinna mánuði eftir að hún lést.” Sigrún kláraði leikárið á eftir og tók svo þá ákvörðun að hætta að starfa sem leikkona.

Gleymdi andlátinu

Hún gaf sér þá smá tíma til að vinna úr sorginni en þetta er eilífðarverk efni. Hafðís Hlíf lést í annarri sýslu en Reykjavík sem þýddi að Sigrún fékk ekki þá áfallahjálp sem hún þurfti á að halda. „Ég hiti geðhjúkunarfræðing sem bjargaði lífi mínu,” segir Sigrún. Á sama tíma og Sigrún gekk í gegnum þetta mikla sorgarferli fór Alzheimerssjúkdómur móður hennar sífellt versnandi. „Ég var á mjög erfiðum staði í lífinu og þá var svo erfið að mæta mömmu og sjúkdómnum. Á þessum tíma var hún að detta inn og út og var orðin mjög erfið á þeim tíma sem Hafðís deyf.”

Sigrún rifjar upp dag þegar foreldrar hennar komu til hennar stuttu eftir andlát Hafðisar. „Ég veit að hún mundi eftir að ég hafði misst barnið mitt og það þabba um að keyra sig til mín því hún vildi standa við hlið dóttur sinnar sem

mest. En svo kemur hún inn og sér fullt af blómum úti um allt heima og spyr: „Hva, af hverju eru öll þessi blóm? Dó einhver?” Þá gleymdi hún þessu um leið og hún kom. Ég svara henni játandi og útskýri aðstæður fyrir henni en þá varð hún alveg öskureið og skildi ekkert í því hvers vegna enginn hafði sagt henni þetta. „Hvar dó hún? Í Húsafelli? Já, en við erum af Húsafellsætt! Það var enginn búinn að segja mér þetta.” Ég auðvitað sagði henni ekki að hún vissi þetta og ég væri búin að segja henni frá þessu oft og mörgum sinnum. Maður gerir það ekki við fólk með Alzheimer. Svo við fengum okkur bara kaffi og sátum saman. Eftir smástund datt hún aftur út og spurði mig hvaða blóm þetta væru úti um allt og hvort einhver hefði verið að deyja.”

Sigrún segir þetta erfiðasta tímabilið með móður sinni, enda stóð hún varla í fætunna sjálf.

„En þetta var náttúrulega ekki mamma, þetta var sjúkdómurinn.”

Sjúkdómurinn blekkti fólk

Foreldrar Sigrúnar ráku fyrirtæki saman og voru ákveðin frumkvöðlar á því sviði. Þau fluttu inn silkkblóm og voru með gjafavörverslun á Suðurlandsbraut í mörg ár.

„Þó að hún hafi verið byrjuð að veikjast var það öruggt að vinna með þabba. Það var ofboðslega erfið fyrir hann að láta mömmu frá sér, honum fannst hann vera að bregðast henni. Það kemur mikil sektarkennid. En þetta var ekki leggjandi á hann lengur,” segir Sigrún.

Móðir Sigrúnar var fyrst í dagvistun í Hlíðabæ og henni leið mjög vel þar. Hún var síðan á lokaðri deild á Eir í um átta ár. Hún var komin á það stig að ekkert annað var hægt að gera.

„En það eru margar sögur af mömmu. Hún strauk og var snjöll í að blekkja fólk í spjalli. Fólk hélt alltaf að mamma þekkti það því hún notaði alltaf sömu frasana. Hún spurði fólk hvað væri að frétt af börnunum og móður þeirra og svona. En svo kom að því í eitt skiptið að einhver svaraði að móðir þeirra hefði fallið frá fyrir mörgum árum. Þá sagði hún bara: „Já, hvernig let ég!” Ég hugsa að undirmeðvitundin hafi ekki að ætla að leyfa sjúkdómnum að sigra.”

Móðir Sigrúnar lést árið 2011.

Ákvað að rækta listapúkann

Tveimur árum síðar ákvað Sigrún að fara í eins árs söngnám í Complete Vocal Institute í Kaupmannahöfn. Námið bauð upp á að vera í vinnu samhliða því og annan hvern mánuð yfir vetrartímann dvaldi Sig-



Sigrún vill með leikritinu *Ég heiti Guðrún* fræða fólk og vekja til umhugsunar um Alzheimer. FRÉTTABLAÐIÐ/EYÞÓR



„Ég er rosalega ánægð með þetta frábæra teymi,” segir Sigrún um sitt fríða fóruneyti. Laglegur hópur sem stendur að baki sýningunni stillir sér upp.

rún í Kaupmannahöfn fjóra daga í senn. Síðan ákvað hún að bæta við sig þriggja ára kennaranámi í Complete Vocal tækni. „Þarna gerði ég mér grein fyrir því að ég var búin að svelta í mér listapúkann. Mig var farið að klæja í fingurna,” segir Sigrún.

Á þessum tíma kynntist Sigrún konu sem fór með hlutverk í *Jeg hedder Bente* sem heitir *Ég heiti Guðrún* í dag. „Jannie Fauruschou er dönsk leikkona og er svona 10 árum eldri en ég. Við fórum að ræða um þetta verk og þá kemur í ljós að verkið fjallar um snemmt Alzheimer. Ég sá verkið og varð bara heilluð.

Þetta verk sat virkilega í mér og hafði djúpstæð áhrif á mig. Ári síðar læt ég taka verkið frá og keypti svo réttinn á því fyrir tveimur árum.” Ég heiti Guðrún er samstarfsverkefni Sigrúnar með Þjóðleikhúsinu en Magnea Matthíasdóttir þýddi.

Tilgangurinn að fræða fólk

Sigrún segir tilganginn með verkinu ekki aðeins að leika í og framleiða leikritið. Hún vilji láta til sín taka og upplýsa þjóðina um Alzheimer. „Ég varð að fylgja innseinu og gera þetta að veruleika. Ég vil líka fræða fólk og vekja athygli á þessum sjúkdómi því það er lítið búið að tala

En þetta var náttúrulega ekki mamma, þetta var sjúkdómurinn.

um hann. Þetta er mjög erfiður ástvinasjúkdómur. Maður getur ekki ímyndað sér að vera á þeim stað að maður er að missa tókin, að missa sjálf. Það sem ég vil sjá breytast er að fólk með heilabilun fái meiri örvun. Það er það sem skiptir mestu máli.”

Með Sigrúnu er flott teymi kvenna sem stendur að sýningunni. Pálína Jónsdóttir leikstýrir verkinu, með aðalhlutverk fer Sigrún og aðrar leikkonur eru Vigdís Gunnarsdóttir, Lára Jóhanna Jónsdóttir og Elva Ósk Ólafsdóttir. Filippa Elísóttir sér um búninga og Anna Halldórsdóttir um tónlist en Filippa og Pálína hanna leikmynd. „Ég er rosalega ánægð með þetta frábæra teymi,” segir hún.

Sigrún stefnir á að halda lista- verkasýningu í anddyrinu. „Mér finnst svo skemmtilegt að blanda saman listformum,” segir hún að lokum. Ég heiti Guðrún hefur gengið vel í sölu og upphaflega var lagt upp með 10 sýningar. Nú þegar er búið að bæta við fjórum aukasýningum. Sýningar verða aðeins í október.

PIER

FEGRUM HEIMILIÐ



20%
AFSLÁTTUR AF
ÖLLUM
BORÐUM



MUNICH stækkanlegt borðstofuborð
260/180x90xH76cm
~~129.900,-~~ **103.920,-**



ALLT AÐ
40%
AFSLÁTTUR AF
BORÐSTOFU-
STÓLUM

20-30%

AFSLÁTTUR
AF VÖLDUM
SÓFUM



REGINA sófi
~~99.900,-~~ **69.930,-**



ROYALTON stóll
~~69.900,-~~ **55.920,-**



30%
AFSLÁTTUR
AF ÖLLUM
PÚÐUM



30%
AFSLÁTTUR
AF VÖSUM
OG STYTNUM



20-30%

AFSLÁTTUR
AF VÖLDUM
SÓFUM

HAAG tungusófi,
325x143x210cm
~~199.900,-~~ **159.920,-**



FRÁBÆR VIKUTILBOÐ!



LUNEVILLE blómastandur
~~15.990,-~~ **8.000,-**



MARIBO stóll
~~19.990,-~~ **10.000,-**



GROSIO stóll
~~24.900,-~~ **10.000,-**

www.pier.is

SMÁRATORG - KORPUTORG - SELFÖSS

Gildir 20. sept. - 26. sept. Gildir ekki með öðrum tilboðum.



Ísland er afar aftarlega á merinni

Norrænar þjóðir telja heilabilun vera stærstu áskorunina í öldrunarþjónustu næstu áratugina og er mikið lagt í aðgerðaáætlanir. Þetta segir Hanna Lára Steinsson félagsráðgjafi, sem skrifaði bækurnar Heilabilun á mannamáli og Í skugga Alzheimers – Ástvinir segja frá.

Gunnþórunn
Jónsdóttir
jgunnthorunn@frettabladid.is



Í síðustu viku kom út á vegum lönu bókin Heilabilun á mannamáli eftir Hönnu Lára Steinsson. Uppistaða bókarinnar eru fræðigreinar og kennsluefni sem hún hefur samið, auk niðurstaðna rannsókna sem hún hefur unnið. „Ég rakst á alls konar efni í fyrri á geymslu hjá mér og hugsaði mér að þetta væri gullmoli, sem þyrfti að deila með sem flestum. Það var enginn að lesa þetta geymda efni sem hefur þó alveg jafn mikið gildi í dag. Ég ákvað því að setja það saman í bók,“ segir Hanna Lára en bókin hefur vakið mikla athygli.

„Ég skrifaði aðra bók fyrir 12 árum sem heitir Í skugga Alzheimers – Ástvinir segja frá. Sú bók byggir á átta eigindlegum viðtölum við aðstandendur sjúklinga. Þar segja þeir sínar reynslusögur og gefa góð ráð fyrir aðstandendur í sömu sporum. Bókin virkar því eins og stuðningshópur fyrir aðra því fólk á það til að einangrast og finnast það vera eitt í heiminum. Það eru fáir utanaðkomandi sem geta sett sig í þessi spor nema að hafa reynt hið sama.“

Hanna Lára Steinsson starfaði m.a. á minnismóttöku öldrunarsviðs LSH í 9 ár. Hún er félagsráðgjafi með MA í eigindlegum/megindlegum rannsóknaaðferðum og MS í stjórnun heilbrigðisþjónustu. Hún hefur gert tvær veigamiklar rannsóknir tengdar heilabilun, önnur var um heimþjónustu fyrir fólk með heilabilun og hin um aðstæður fólks sem greinst hefur með Alzheimerssjúkdóm á aldrinum 45-65 ára.

„Ég gerði rannsókn á árunum 2002-2005 sem fjallaði um unga einstaklinga með heilabilun. Við vildum vita meira um yngri Alzheimerssjúklinga því okkur fannst þeim vera að fjölga sem komu til greiningar. En ástæðan getur hins vegar verið sú að minnismóttakan var ekki svo vel þekkt í heilsugæslunni framan af. En með tímanum fóru heimilislæknar æ meira að vísa sínum sjúklingum þangað eftirgrunur lú á heilabilun,“ segir Hanna Lára.

Litill áhugi hjá stjórnvöldum
Rannsóknin var gerð á 26 manna úrtaki, sem þykir stórt úrtak fyrir eigindlega rannsókn. Margir ein-

staklinganna bjuggu á landsbyggðinni. Allir 26 höfðu misst vinnuna vegna mistaka í starfi.

„Þá þurftu þau að sækja um almannatryggingar og rétt sinn í stéttarfélagi og annað en það getur sjúklingurinn ekki gert sjálfur, það þarf gott net til að standa í svoleiðis. Sumir voru hreinlega með unglinga inni á heimilinu.“

Skýrsla var gefin út í kjölfar rannsóknarinnar og var hún þýdd á ensku. Hún vakti þó litinn áhuga hjá stjórnvöldum hérlandis. „Ég ræddi við tvo heilbrigðisráðherra um skýrslu og fékk áheyrn og skilning en það er einhvern veginn þannig að um leið og dyrunum er lokað á

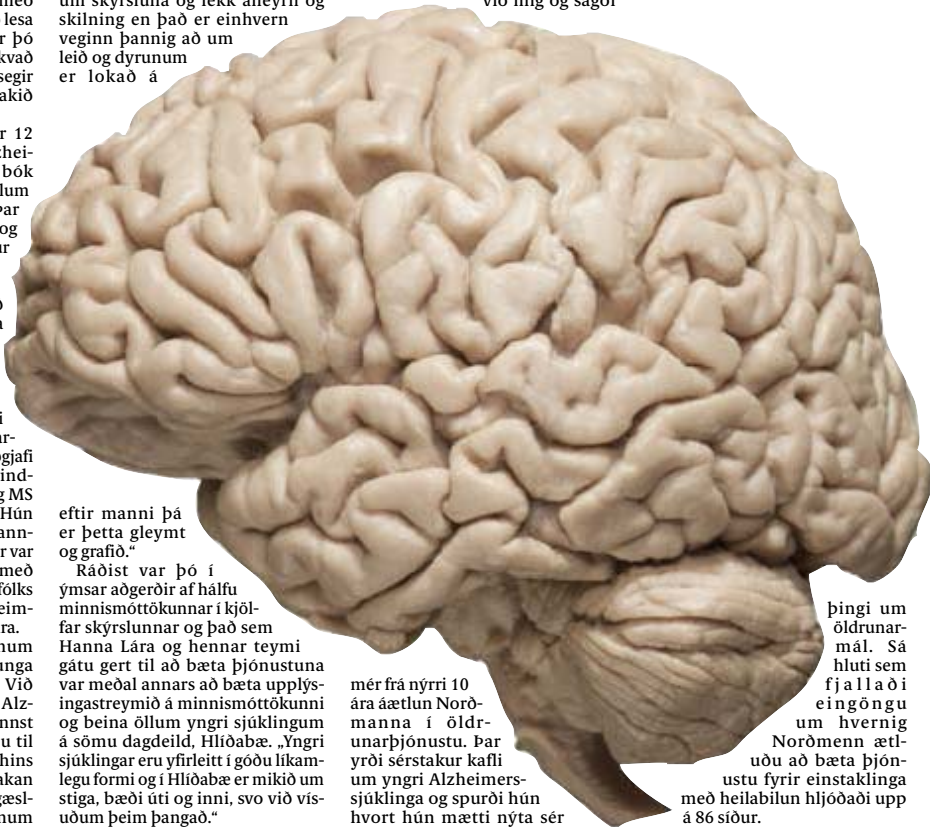
færri en nú svo það hefur ýmislegt verið gert, en við erum þó mjög aftarlega á merinni samanborið við t.d. hin Norðurlöndin. Hanna Lára hefur margsinnis sótt ráðstefnur á vegum norræna þjóða og þannig skoðað hvernig nágrannaþjóðir okkar fara að í þessum málaflokki.

„Mér var boðið til Danmerkur til að halda fyrirlestur á stóru málþingi og einnig í Finnlandi til að kynna rannsókn mína. Eftir fyrirlesturinn í Finnlandi kom háttsett kona í norska félags- og heilbrigðisráðuneytinu að máli við mig og sagði



Hanna Lára
Steinsson
félagsráðgjafi.

Það er einhvern veginn þannig að um leið og dyrunum er lokað á eftir manni þá er þetta gleymt og grafið.



eftir manni þá er þetta gleymt og grafið.“

Ráðist var þó í ýmsar aðgerðir af hálfu minnismóttökunnar í kjölfar skýrslunnar og það sem Hanna Lára og hennar teymi gátu gert til að bæta þjónustuna var meðal annars að bæta upplýsingastreymið á minnismóttökunni og beina öllum yngri sjúklingum á sömu dagdeild, Hlíðabæ. „Yngri sjúklingar eru yfirleitt í góðu líkamlegu formi og í Hlíðabæ er mikið um stiga, bæði úti og inni, svo við visuðum þeim þangað.“

Norrænar þjóðir til fyrirmyndar
Þegar Landakotspítali var gerður að öldrunarspítala á árunum 1996-1997 var mun minna um úrræði en núna. Þá voru aðeins starfandi tvær dagdeildir, Hlíðabær og Vitatorg, og hjúkrunarými voru margfalt

mér frá nýrri 10 ára áætlun Norðmanna í öldrunarþjónustu. Þar yrði sérstakur kaflinn um yngri Alzheimerssjúklinga og spurði hún hvort hún mætti nýta sér mína rannsókn. Það var sjálf-sagt mál. En Norðmenn hafa verið að gera svona áætlanir frá niunda áratugnum,“ segir Hanna Lára sem bauð konunni, Marit Gausel Blom, síðan að koma til Íslands og kynna skýrslu um 10 ára áætlun Noregs um öldrunarþjónustuna á mál-

þingi um öldrunarmál. Sá hluti sem fjallaði um einöngu um hvernig Norðmenn ætluðu að bæta þjónustu fyrir einstaklinga með heilabilun hljóðaði upp á 86 síður.

„Ég hugsaði bara hvað við værum eiginlega að hugsa hérna á Íslandi. Norrænu þjóðirnar telja heilabilun stærstu áskorunina í öldrunarþjónustu næstu áratugina.“

Í desember 2017 sótti Hanna Lára einnig ráðstefnu í Ósló,

Demensdagene, þar sem Bent Høie, heilbrigðisráðherra Noregs, kynnti nýja áætlun til næstu tveggja ára, eða 2020. Þar kom fram að Norðmenn hafa verið að undirbúa slíka áætlun síðustu þrjú árin. „Búið er að halda námskeið í hverju einasta sveitarfélagi fyrir alla starfsmenn sem koma að öldruðum til að undirbúa þetta. Um er að ræða tveir áætlanir. Annars vegar almennt um öldrunarþjónustu og hins vegar er sérstök áætlun varðandi fólk með heilabilun.“

Staðan eins síðan 1998

Hanna Lára ritaði grein í Morgunblaðið árið 1998 sem bar yfirskriftina: Hver vill vera á biðlista? Þar fjallaði hún um það að 98 manns biðu á Landspítala eftir plássi á hjúkrunarheimili. Í dag er staðan eins, eða rúmlega 100 manns. Litíð sem ekkert hefur því breyst hvað varðar biðlistana á þessum 20 árum. Skortur er á dagþjálfunarplassum, það vantar fleiri hjúkrunarheimili og það þarf að störefla þjónustuna í heimahúsum. Engin sérhæfð dagdeild er á Seltjarnarnesi eða í Mosfellsbæ.

„Í Garðabæ er pláss fyrir fjóra á hjúkrunarheimilinu Ísafold, en það er ekki þannig dagþjálfun sem við viljum sjá. Dagþjálfanir eiga að vera í heimilislögu umhverfi og kjörföldi hvern dag er 15-20 manns svo hægt sé að skipta höpnum upp eftir áhugamálum,“ segir Hanna Lára.

„En málið er að Reykjavík rekur aðeins eina dagdeild, Vitatorg, og Kópavogsbær eina, Róðasali. Allar hinar eru reknar af félagasamtökum og svo tvær af hjúkrunarheimilinu Eir. Alzheimersamtökin reka Fríóhúshús og Mariuhús í Reykjavík, auk þess að reka Drafnarhús í Hafnarfirði. Elsta dagdeildin, Hlíðabær, er rekin af Reykjavíkurdagdeild Rauða krossins og SÍBS. Hjúkrunarheimilið Eir rekur tvær dagdeildir.“

Lyf sem notuð eru fyrir fyrstu stig heilabilunar virka misjafnlega á fólk. Lyfin geta hjálpað sumum að draga úr þróun einkenna. „En það er ljóst að ef fólk kemist inn í dagþjálfun á réttum tíma og það kemst í þessa örvin þá virkar það jafnvel betur en lyfin og ýmisleg færni sem hefur tilfelli tapast kemur oft til baka. Það sem stjórnvöld áttu sig líklega ekki á er að eins og staðan er í dag þá er kerfið miklu dýrara en það þyrfti að vera og um leið óhagstætt fyrir alla.“

Sýnt hefur verið fram á góð áhrif tónlistar á heilabilunarsjúklinga

Magnea Tómasdóttir söngkona segir að tónlistarhlustun og tónlistariðkun hjá fólki með heilabilun sé mikilvægur liður í að auka lífsgæði þess. Tónlistin minnki þurpuð og aukir virkni og geti meðal annars leitt af sér betri svefn og aukna matarlyst.

„Foreldrar mínir fengu báðir heilabilunarsjúkdóma og snerist líf mitt að miklu leyti um þau í 20 ár. Ég er klassískt menntuð söngkona svo ég ákvað að sameina þetta í mikilvægt verkefni. Síðastliðin tvö ár hef ég verið að kenna um tónlist og heilabilun í Listaháskólanum. Námskeiðið heitir Music and dementia og er að erlendra fyrirmynd, Music for life frá Englandi sem búið er að þróa í 20 ár. Við kennum það ekki eins en nýttum okkur þessa nálgun,“ segir Magnea sem er með meistaraþróf í listkennslu frá Listaháskólanum.

„Með námskeiðinu erum við að



Magnea
Tómasdóttir
söngkona.

gefa fólki með heilabilunarsjúkdóma tækifæri til að taka virkan þátt í sköpunarferli án nokkurrar forkunnáttu en með leiðsögn tónlistarfólks. Kjarni námskeiðsins eru tónlistarsmíðjur sem byggjast upp á tónlistarspuna, en í gegnum virka þátttöku í tónlistarspuna er hægt að eiga samskipti og komast að kjarna manneskjunnar.“

Undanfarnir tvö ár hefur námskeiðið verið kennt á hjúkrunarheimilinu Sunnuhlíð og segir hún að tónlistin hafi klárlega áhrif á fólk með heilabilun. „Ég og starfsfólk Sunnuhlíðar



Heymartólin henta vel og útiloka umhverfisáhrif. NORDICPHOTOS/GETTY

höfum séð þetta hafa mikil áhrif á fólk í daglegri umönnun. Manneskja með heilabilunarsjúkdóm getur mjög lengi búið til eitthvað nýtt.“

Persónuleg hlustun áhrifamikil

Einnig hefur hugmyndafærni um persónulega hlustun haft mikið að segja hjá fólki með heilabilun. „Það er ekki hægt að setja fólk inn í sameiginlegt rými og setja einhverja tónlist í spilun, fólk hefur jú misjafnan smekk. Tónlistin þarf að vera sniðin að hverjum og einum út frá persónulegri nálgun. Það hefur sýnt sig að það sé árangursríkt að láta fólk vera með heyrnartól því önnur umhverfisáhrif geta truflað.“

Snemma á næsta ári verður Magnea með námskeiðið Music and dementia í Opna Listaháskólanum sem hentar vel fyrir allt tónlistarfólk sem hefur áhuga á að kynna sér þennan vettvang.

nettó

124
SÍÐUR AF
FRÖÐLEIK OG
TILBODUM!

KYNNTU ÞÉR ÖLL FRÁBÆRU TILBOÐIN Í HEILSUBÆKLINGI NETTÓ

Fylgstu með og nálgastu upplýsingar inn á netto.is og Facebook síðu Nettó varðandi kynningar í verslunum á heilsudögum.



OFURTILBOÐ - GILDIR ÞENNAN EINA DAG!

Fimmtudagur 20. sept.
Tilboð dagsins



43%
AFSLÁTTUR

Gullón Twins kex
210 G - Sykurlaust
159 KR/PK
ÁÐUR: 279 KR/PK



50%
AFSLÁTTUR

Vatnsmelónur (kg)
99 KR/KG
ÁÐUR: 198 KR/KG

Föstudagur 21. sept.
Tilboð dagsins



40%
AFSLÁTTUR

Fulfil
Hnetu & karamellubragð
179 KR/STK
ÁÐUR: 299 KR/STK



50%
AFSLÁTTUR

Spínat (140 G - baby)
229 KR/KG
ÁÐUR: 458 KR/KG

Laugardagur 22. sept.
Tilboð dagsins



40%
AFSLÁTTUR

55%
AFSLÁTTUR

NOW
D-2000
Softgel töflur
797 KR/PK
ÁÐUR: 1.329 KR/PK

NOW
Probiotic-10
25 Billion
100 Veg-hylki
1.575 KR/PK
ÁÐUR: 3.499 KR/PK



50%
AFSLÁTTUR

Engiferrót (200 G)
115 KR/PK
ÁÐUR: 229 KR/PK

VERIÐ VELKOMIN Á HEILSU- OG LÍFSSTÍLSDAGA

20. SEPTEMBER - 3. OKTÓBER 2018

Allar vörur frá Sólgaeti á 25% afslætti



25%
AFSLÁTTUR

Allar vörur frá Himneskri Hollustu á 25% afslætti



25%
AFSLÁTTUR

Mamma Chia - allar gerðir á 25% afslætti



25%
AFSLÁTTUR

Allar vörur frá Änglamark á 25% afslætti



25%
AFSLÁTTUR

Allar vörur frá Gula miðanum á 25% afslætti



25%
AFSLÁTTUR

Allar vörur frá Now á 25% afslætti



25%
AFSLÁTTUR

Öll Fulfil stykki á 25% afslætti



25%
AFSLÁTTUR

Allar vörur frá Biona á 25% afslætti



25%
AFSLÁTTUR

Tilboðin gilda 20. sept. - 3. október 2018 www.netto.is

Tilboðin gilda meðan birgðir endast • Birt með fyrirvara um prentvillur og myndavíxl • Vöruúrval getur verið breytilegt milli verslana.
Búðakór • Grandi • Mjódd • Salavegur • Hafnarfjörður • Hrísalundur • Glerártorg • Húsvík • Höfn • Íðavellir • Grindavík • Krossmói • Borgarnes • Ísafjörður • Egilsstaðir • Selfoss

nettó

NETTO

www.netto.is

TILVERAN

Hollur morgunverður allra meina bót

Fyrsta máltíð dagsins þarf alls ekki að vera einföld og leiðinleg. Hvers vegna ekki að gera morgunverðinn skemmtilegri? Rannsóknir hafa sýnt fram á það að morgunverður getur skerpt á skammtíma minni og einbeitingu. Drottningar hollustunnar, systurnar Guðrún og Jóhanna Kristjánsdætur hjá Systrasamlaginu, gefa lesendum æðislegar uppskriftir sem líkja má við eftirrétti.

Jóhanna og Guðrún eru sammála um að gott sé að temja sér að neyta lifandi fæðu og trefjaríks morgunverðar sem endist lengi dags.

„Við systur elskum báðar eftirrétti í morgunverð. Það er að segja, morgunverðurinn þarf að vera það góður að hann sé igildi góðs eftirréttar, eins og sagt er á góðri ensku, dessert for breakfast. Hann verður bara að vera fyrsta tilhökkunarefni dagsins,“ segir Guðrún. „Markmiðinu er náð ef maður finnur fyrir vatni í munni bara við tilhugsunina um morgunverð dagsins. Það breytir þó engu um það að morgunverður verður að vera næringarrikur, gefandi og mjög bragðgóður.“

Systurnar segja hafragraut ekki

það sama og hafragraut. Eftir að hafa verið í mikilli þróunavinnu og keppt á HM í grautargerð í Skotlandi í fyrra, Golden Spurtle, með góðum árangri segjast þær fullvissar um að hafragraut sé töfrandi morgunmat og óendanleg uppspretta áhugaverðra morgunverðarhugmynda.

„Þessi uppskrift að hafragrautnum sem við gefum hér kemur út í bók í haust í tilefni af 25 ára afmæli Golden Spurtle en keppnin er sögufræg. Það voru bara bestu uppskriftirnar úr 25 ára sögu keppinnar sem fengu að komast í bókina, svo að við erum mjög lukkulegar með það. Smakkið bara, þetta er æðislegur grautur,“ segir Jóhanna.



Guðrún og Jóhanna Kristjánsdætur í Systrasamlaginu. Þar má finna alls konar dýrindis fæðu. FRÉTTABLAÐIÐ/EYÞÓR

Hafragrautur með „tvísti“

Grunnur

250 g glútenlaus, spiraður og lifrænn hafragrautur (Rude Health, þessi bleiki er frábær)

½ lítri vatn

½ tsk. lifræn vanilla

½ tsk. lifrænn kanill

½ til 1 tsk. gott íslenskt salt

250 til 500 ml mündlu-

mjólk eða önnur jurta-
mjólk

Ferskur rifinn og lifrænn

engifer



Þessi uppskrift er ágæt fyrir fjögurra manna fjölskyldu sem vill fara vel nærð út í daginn. Minnkið hlutföllin ef þið kjósið að gera minna í einu. Annars er hann líka góður daginn eftir. Blandið öllu saman nema mündlumjólkinni og engiferinum. Gott er að láta blönduna standa í 15-20 mínútur, en það er alls ekki nauðsynlegt.

Sjóðið eins og stendur á pakkanum. Sumir kjósa að hafa grautinn „al dente“ á meðan aðrir vilja hann lungamjúkan. Eitt af því sem skosku hafragrautarfræðin hafa kennt okkur er að það er langbest að hræra oft í grautnum á meðan hann sýður við vægan hita með þvöru, ekki sleif heldur meira eins og þykku tréspjóti.

» Markmiðinu er náð ef maður finnur fyrir vatni í munni bara við tilhugsunina um morgunverð dagsins.

Hrærið oft því hafrar eru um margt eins og risottó. Því meira sem þið hrærið því meira drekka hafrarnir í sig af vökva og kryddum. Því meira gefa þeir af sér af góðri næringu. Þegar hafragrauturinn þykkar og þarfnast meiri vökva bætið þá við mündlumjólkinni eftir þörfum. Sumir kjósa

250 ml, aðrir meira. Raspið út í vænan bita af ferskum engifer. Það sem er svo gott að hafa í huga með lifræna engiferinn er að þegar maður notar vel af honum er minni þörf á salti. Þegar ykkur finnst hafragrauturinn tilbúinn (við viljum hann heldur mjúkan) er gott að setja lokið á og láta hann standa í smá tíma.

Toppur fyrir hvern grautardisk

1 msk. af blöndu af hunangi og rifnum engifer. Fint að rífa bita af engifer í smávegis af hunangi og eiga það tilbúið. Það er æðislega gott.

1 tsk. rósapipar

1 tsk. graskersfræ, ristud

3 msk. sýrð kókosgjúrt eða grísk

lifræn Bióbú jóгурt

Þetta er ein af okkar mjög skemmtilegu og bragðgóðu uppskriftum af hafragraut. Þessi útgáfa verður hafragrautur mánaðarins í Systrasamlaginu. Það er skemmtilegt bragð-„tvíst“ í honum og hann kemur á óvart. Við minnum á um leið að hafrar eru glútenlausir frá náttúrunnar hendi en hafa oft blandast hveiti og smitast af glúteni við ræktun og vinnslu.

Acai-skál fyrir tvo

150 g jarðarber

100 g sólber

1 avokadó

1 msk. hnetu-

smjör

1 til 2 msk.

lifrænt acai-duft

250 ml mündlu-

mjólk eða

önnur jurta-

mjólk



Allt unnið saman í góðum blandara þar til blandan verður silkimjúk.

Frábært að toppa með ristudú bókheitikorni, hampfræjum og svörtum sesamfræjum og jafnvel ristudum kókosflögum. Og fyrir þá sem vilja hafa acai-skálina aðeins sætari er afbragð að skera bananaseiðar yfir og borða svo.

Vardandi næringuna í acai-skálinni, þá eru berin mjög andoxunarrík, orkugefandi og góð næring. Þau hreyfa ekki mikið við blóðsýkrinum og standa því vel með manni inn í daginn.

Nauðsynlegt er að hafa prótein með, sem koma úr hnetusmjörinu og hampfræjunum. Það heldur líka blóðsýkrinum í góðu jafnvægi og við verðum mettari lengur.

Við systur elskum báðar eftirrétti í morgunverð. Það er að segja, morgunverðurinn þarf að vera það góður að hann sé igildi góðs eftirréttar.

Fasteign vikunnar

úr fasteignablaði Fréttablaðsins



Stilhreint og mjög mikið endurnýjað raðhús á tveimur hæðum á frábærum stað neðst í Fossvogi. Húsið er staðsett fyrir neðan götu innst í botnlanga og hefur einstaklega falllegt yfirbragð. Efri hæðin var öll endurnýjuð að innan árið 2017 og sá Hanna Stína innanhússarkitekt um þá hönnun. Sama ár var húsið einnig lagfært að utan, skipt um rafmagn, skólprör föðruð og fleira. Eignin hefur góða lofthæð og gólfíða glugga. Gólfhiti er á aðalrými og baðherbergi efri hæðar. Allar innréttingar á efri hæð eru sérsníðaðar. Stór aflokaður garður með stórri vernd til suðurs og heitum potti.

#keyrðueinsogkona

Aksturslag er mikilvægasti
öryggisþátturinn í umferðinni.
Síðan eru það **dekin**.

TILVERAN

13.9.2018 – 20.9.2018 Orka ónáttúrunnar

Flæra er rotíð í Orkuveitu Reykjavíkur (OR) en útveggirnir, svo mikið er vist. Í liðinni viku voru tveir stjórnendur hjá OR og dótturfyrirtækinu Orku náttúrunnar (ON) sakaðir um að áreita samstarfskonur sínar kynferðislega. Bjarni Már Júlíusson, framkvæmdastjóri ON, var látinn fjúka í sjöustu viku og í kjölfarið var Þórður Ásmundsson, forstöðumaður hjá ON sem taka átti við af Bjarna Má, sendur í leyfi eftir að stjórn OR komst að því að hann væri grunaður um kynferðisbrót. Annað dæmi um ósæmandi og niðrandi hegðun stjórnanda rataði í fréttir á mánudaginn þegar fjallað var um áminningu Ingvars Stefánssonar, fjármálastjóra OR, fyrir að hafa áreitt tvær samstarfskonur sínar kynferðislega á árs hátíð fyrirtækisins árið 2015.

Það er ekki nóg að virða jafnréttið, það þarf að fremja það.

Bjarni Bjarnason, forstjóri OR



Staðan er nú þannig að Bjarni Bjarnason, forstjóri og stjórnarmaður í fjórum af fimm dótturfyrirtækjum OR, hefur stigið til hlíðar á meðan úttekt verður gerð á samskiptum starfsmanna fyrirtækjanna og vinnustaðamenningu.

Starfsfólk OR situr eftir í óvissu um muninn á formlegri og óformlegri kvörtun vegna háttseminn Bjarna Má en Sólrún Kristjánsdóttir, starfsmannastjóri OR, sagði á fundi með starfsmönnum í vikunni að engin formleg kvörtun hefði borist.

Allt þetta átti sér stað innan veggja opinbers fyrirtækis sem hefur sett sér metnaðarfulla jafnréttisstefnu. Eins og Bjarni forstjóri orðaði það eitt sinn: „Það er ekki nóg að virða jafnréttið, það þarf að fremja það.“

19.9.2018

Í brimi og brotsjó

Samkeppnisefirlitið gerði fjórar alvarlegar athugasemdir við viðskiptahætti Guðmundar Kristjánssonar útgerðarmanns, sem oft er kenndur við Brim. Reynist frummat stofnunarinnar á rökum reist sé um að ræða „alvarleg brot“ á samkeppnislögum. Ábending eftirlitsins taka meðal annars til þess að Guðmundur skuli eiga Brim og stýra HB Granda á sama tíma.



Vikan

Hneykslismál innan Orkuveitu Reykjavíkur voru áberandi í fréttum vikunnar en meint bruðl Alþingis í tengslum við hátiðarfund þingsins á Þingvöllum í júlí vakti um leið reiði og furðu almennings. Á Alþingi deila þingmenn ríkisstjórnarinnar um einkarekstur í heilbrigðisgeiranum.



18.9.2018

Svandís og sérgreinalæknarnir

Hugmyndafræðileg gjá milli Sjálfstæðisflokks og Vinstri grænna opnaðist upp á gátt í vikunni vegna deilna um einkarekstur í heilbrigðisgeiranum. Þrjú þingmenn hafa áhyggjur af vegferð Svandísar gegn slíkum rekstri en á meðan hafa þingmenn VG lagt fram frumvarp sem gerir heilbrigðisráðherra aðeins heimilt að semja við fyrirtæki í heilbrigðisþjónustu sem ekki eru rekin í hagnaðarskyni. „Okkar kjósendur mega ekki halda að af því við þegjum, þá sé við sam-mála ráðherranum. Við verðum að láta vita að við erum ekki sammála honum,“ sagði Brynjar Nielsson.

Þrjú þingmenn Sjálfstæðisflokks hafa áhyggjur af vegferð heilbrigðisráðherra.

Á öðrum vettvangi urðu vendingar í heilbrigðismálum þegar héraðsdómur fellði úr gildi ákvörðun Sjúkratrygginga Íslands (SÍ) um að hafna umsókn sérgreinalæknis um aðild að ramma-samningi. Steingrímur Ari Arason, forstjóri SÍ, var kampakátur með niðurstöðuna. „Ég er ánægður með dóminn og tel hann byggja á mikilvægi þess að staðið sé við gerða samninga,“ segir Steingrímur Ari sem vill ekki áfrýja málinu. Sjó sambærileg mál til við-bótár biða dóms.

17.9.2018

Yfirlýst óhóf á Þingvöllum

Það þurfti 87 milljónir til að halda hátiðarfund Alþingis á Þingvöllum þann 18. júlí síðastliðinn. Tuttugu og tvær milljónir þurfti til að lýsa upp fundinn, sem stóð frá kl. 14 til 16 og fór fram undir berum himni á miðju sumri. Af þessum heildarkostnaði við þingfundinn fóru 9 milljónir króna í ráðgjöf og hönnun. Þessar rúmlega níu milljónir eru 20 prósent af þeim kostnaði sem upphaflega var stefnt að, eða 45 milljónum króna.

Í útskýringum Alþingis segir að kostnaður hafi farið nokkuð (lesist: 100 prósent) fram úr áætlun. Var það vegna þess að atburðinn átti að sýna í beinni útsendingu, en um leið væri hann söguleg heimild sem muni varðveita til framtíðar.

Þeir sem misstu af fundinum geta horft á upptöku af honum á vef RÚV til 16. október 2018.

Fólkið á götunni

Hvað finnst þér um atburðina í Orkuveitu Reykjavíkur undanfarna daga?

Sæunn Ingibjörg Marinósóttir

Það að vottað „jafnréttisfyrirtæki“ gerist sekt um að lita fram hjá alvarlegum áðókunum um kynbundið ofbeldi og refsa þöndum segir þó kannski minnst um fyrirtækið sjálft en meira um ástandið yfir heildina, eins og margar konur þekkja af eigin raun. Það er of auðvelt að feika jafnrétti með hagstæðu kynjahlutfalli en menningin situr á hakanum og stórkarlisminn lifir göðu lífi. Svo væri það náttúrulega drepyfndið – ef ekki væri fyrir hrollvekjandi alvarleikann – að Karl eftir Karl þurfi að snúa frá stórfum í þessu ævintýralega raðhneyksli.



Kolbrún S. Hjartardóttir

Ég tel að ekki séu öll kurl komin til grafar í því máli og spyr hvort einhvers konar költ typpakalla hafi aðsetur í OR? Það er til háborinnar skammar að þvilkur fjöldi stjórnenda hagi sér svona.



Sveinn Rúnar Einarsson

Orkuveitan hefur talað sem hæst um það hversu vel þeir eru að standa sig í þessari jafnaunavottun. Svo kemur bara í ljós að þeir eru að standa sig jafn vel í því að kafa á konum. Virkilega vandræðalegt allt saman.



Ég á oft erfitt með að setja mig inn í framkvæmdir sem kosta uppþæðir sem ég skil ekki.

Ólafur Ásgeirsson



Þetta er til háborinnar skammar að þvilkur fjöldi stjórnenda hagi sér svona.

Kolbrún Hjartardóttir

Ert þú fylgjandi uppbyggingu borgarlínu í höfuðborginni?

Ólafur Ásgeirsson

Mig langar að vera það en ég á oft erfitt með að setja mig inn í framkvæmdir sem kosta uppþæðir sem ég skil ekki.



Kristín I. Pálsdóttir

Ég er fylgjandi bættum almenningsgöngum og þó að ég sé ekki búin að kynna mér borgarlínuna ofan í kjölinn sýnist mér hún einmitt vera framtíðarplan um bættar almenningsgöngur. Ég held að það hljóti að vera öllum til hagsbóta.



Ólafur Kristjánsson

Stutta svarið er já. Það er af hinu góða að efla almennings-göngur. Þarf ekki að hafa í för með sér skerðingu á öðrum valkostum. Borgin er dreifð og almennings-göngur ekki raunhæfar valkostur fyrir marga í dag.



Lilja Katrín Gunnarsdóttir

Ég er hlynnt öllum þeim umhverfisvænu samgöngum-gönguleikum sem gera mér kleift að minnka notkun einkabilsins. Ef borgarlínan gerir það, sem ég held og vona að hún geri, þá styð ég hana af öllu hjarta.





SINFÓNÍUHLJÓMSVEIT
ÍSLANDS

27. SEP 19:30 AUKATÓNLEIKAR

28. SEP 19:30 ÖRFÁ SÆTI LAUS!

29. SEP 17:00 ÖRFÁ SÆTI LAUS!

UPPISTAND!

ARI ELDJÁRN OG SINFÓ

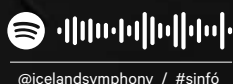
Á uppistandstónleikum Ara Eldjárns og Sinfóníuhljómsveitar Íslands fléttast saman óborganleg kímningáfa og meistaraverk tónlistarinnar svo að úr verður sannkölluð eðalskemmtun fyrir alla fjölskylduna. Hljómsveitarstjóri er Bernharður Wilkinson.

Tryggðu þér sæti!



TRYGGÐU ÞÉR SÆTI SINFONIA.IS

Miðasala í Hörpu
sinfonia.is
harpa.is
528 50 50



Aðalstyrktaraðili :
GAMMA



Útsýnið frá toppi Stóru-Jarlhettu er feikimagnað enda hafur landslagið verið notað í Hollywood-mynd. MYNDIR/ÓLAFUR MÁR BJÖRNSSON

Bíóleikmyndin Jarlhettur

Tómas Guðbjartsson læknir og náttúruunnandi og Sigtryggur Ari Jóhannsson ljósmyndari fjalla um sérstæðar perlu í íslenskri náttúru.

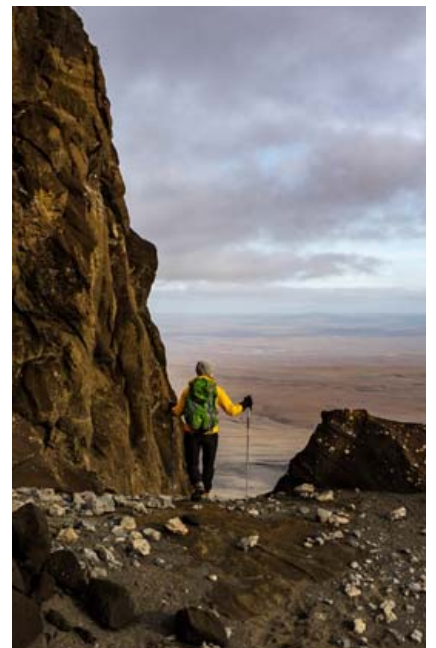
Jarlhettur eru tæplega 15 kílómetra röð um 20 móbergstinda við Eystri-Hagafellsjökul í Langjökli, sem teygja sig frá Hagavatni í suðri til Skálpaness í norðri. Tindarnir urðu til við sprengingis undir jökli og rísa flestir um 200 til 300 metra yfir nágrenni sitt. Þetta eru ósnortin viðrni eins og þau gerast best, en nánast línulega tindaröðina umlykja svartir og ljósbrúnir sandflákar með vötnum og jökultjörnum. Skammt undan er Langjökull og minnir umhverfið helst á atriði úr bíómynd um Hringadróttinsögu. Jarlhettur koma við sögu í stórmyndinni Oblivion þar sem Tom Cruise situr á toppi einnar Hettunnar og virðir fyrir sér fljúgandi geimskip yfir Kili.

Nafngift Jarlhettna hefur löngum valdið heilabrotum og sumir telja þær kenndar við eina jarl Íslandssögunnar, Gissur Þorvaldsson. Skemmtilegri er sú kenning fræðimanna að nafnið hafi upprunalega verið Járnhettur og síðar breyst í Jarlhettur, en hjálmur á síðmiðöldum voru kallaðir járnhettur. Óneitanlega líkjast margar af Hettunum hjálmum, ekki síst Stóra-Jarlhetta (943 metrar), sem er þeirra tilkomumest og sést best úr byggð. Flestir velja að ganga á hana og tekur gangan 5-6 klukkustundir fram og til baka. Ekki tekur nema tæpar þrjár stundir að aka frá Reykjavík að Hagavatni og því hægt að gera þetta að dagsferð. Austan við Hagavatn má leggja bílum og tekur þá við auðveld 5 kílómetra ganga að rótum Stóru-Hettu. Á leiðinni má toppa Stóku-Jarlhettu en af henni býðst frábært útsýni.

Í fyrstu eru lausar skriður upp Stóru-Jarlhettu en ofar taka við móbergsklappir sem eru mikið augnakonfekt. Efsti hluti þeirra er ókleifur en engu að síður er þarna frábært útsýni í góðu veðri til Heklu, Hlöðufells, Þórisjökuls, Hagavatns og syðri hluta Langjökuls. Fyrir sprækt göngufólk er litið mál að toppa fleiri Hettur í sömu göngu. Tilvalið er að ganga suður Jarlhettudal að skála Ferðafélags Íslands. Hann er skammt frá útfallinu á Hagavatni sem vert er að skoða.



Það er nauðsynlegt að nærast á göngunni.



Móbergi í hliðum Jarlhettna.



Göngufólk klungrast um klettabelti á leið sinni á tind Stóru-Jarlhettu.



FRÉTTABLAÐIÐ

+PLÚS

Fleiri myndir má nálgast á +Plús síðu Fréttablaðsins.

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

30% AFSLÁTTUR

30%
AFSLÁTTUR

TAKMARKAÐ
MAGN

Royal Alexa

ROYAL ALEXA Á 30% AFSLÆTTI

Frábært heilsurúm með tvöföldu pokagormakerfi, fimmsvæða skiptu, mjúkum topp ásamt botni og fótum.



Stærð 140X200 cm

139.955 kr.

12.476 kr.* á mánuði með kredkortaláni

Fullt verð 199.935 kr.



Stærð 160X200 cm

158.019 kr.

14.034 kr.* á mánuði með kredkortaláni

Fullt verð 225.741 kr.



Stærð 180X200 cm

188.336 kr.

16.649 kr.* á mánuði með kredkortaláni

Fullt verð 269.051 kr.

Langar þig í béttri svefn, vakna úthvöld/ur og tilbúin í daginn?



KING KOIL

FRAMÚRSKARANDI FULLKOMNUN

GÆÐI OG NÝSKÖPUN Í 120 ÁR 1898-2018

KING KOIL ALPINE PLUSH

Hágæða Amerískt heilsurúm með millistífu fimmcsvæða skiptu pokagorma kerfi, mjúkur toppurcog steypdir kantar, ásamt botni og fótum.

Stærð King (193x203 cm)

AFMÆLISVERÐ

213.459 kr.

18.816 kr.* á mánuði með kredkortaláni

Fullt verð 355.765 kr.

Stærð Queen (153x203 cm)

AFMÆLISVERÐ

154.070 kr.

13.693 kr.* á mánuði með kredkortaláni

Fullt verð 256.783 kr.

*12 mánaða vaxtalaus kreditkortalán**. Einnig hægt að greiða með Netgíró.

**Miðað við 12 mánaða vaxtalausán raðgreiðslusamning með 3,5% lántökugjaldi og 405 kr. greiðslugjald

+PLÚS



Jarlhetturnar eru móbergstindar sem urðu til við sprengigos undir jökli. Tindarnir rísa flestir tvö til þrjú hundruð metra upp úr umhverfi sínu.



Jarlhettur til norðurs. Umhverfið er umlukið svörtum og ljósbrúnum sandflákum. Til Langjökuls sést vinstra megin á myndinni.

Ekki tekur nema tæpar þrjár stundir að aka frá Reykjavík að Hagavatni og því hægt að gera þetta að dagsferð. Austan við Hagavatn má leggja bílum og tekur þá við auðveld 5 kílómetra ganga að rótum Stóru-Hettu. Á leiðinni má toppa Stöku-Jarlhettu en af henni býst frábært útsýni.



Göngufólk í góðu skyggni á toppi Stóru-Jarlhettu.



Landslagið við Jarlhettur er með miklum ólíkindum.

Engir tuddar



Kolbrún Bergþórsdóttir
kolbrun@frettabladid.is

Á dögunum skrifuðu þrjú þingmenn Sjálfstæðisflokksins grein, vitanlega í málgaug sitt Morgunblaðið, þar sem þeir vörðu við því að lagður yrði steinn í götu einkareksturs í heilbrigðiskerfinu. Tílefið er ærið því slíkt er einmitt kappsmál hjá heilbrigðisráðherra Svandisi Svavarsdóttur og ekki kemur á óvart að þar nýtur hún stuðnings samflokksmanna sinna. Ljóst er að þessi skrif gerðu enga lukku hjá Vinstri grænum, sérstaklega ekki hjá Rósu Björk Brynjólfssdóttur, sem sagði skrifin einkennast af tuddalegu orðalagi.

Tuddalegt orðlag er ekki áberandi í skrifum þingmannanna þriggja, þeirra Áslaugar Örnú Sigurbjörnsdóttur, Jóns Gunnarssonar og Brynjars Nielsónar. Reyndar er þetta hin kurteislegasta grein. Það má jafnvel segja að hún hafi einkennast af hövðæri í orðalagi, sérstaklega ef haft er í huga að einn greinarhöfundar hefur einstakt lag á að orða skoðanir sínar á svo kröftugan hátt að pólitískir andstæðingar komast í mikið uppnám og eru dagóðan tíma að jafna sig.

Ljóst er að innan Vinstri grænna er lítið á þessi skrif þingmannanna þriggja sem ögrun. Það verður ekki til að bæta stjórnarsamstarfið og það er svo sem allt í lagi. Þjóðin þarf ekkert sérstaklega á þessari ríkisstjórn að halda.

Það er ljóst að heilbrigðisráðherra hefur horn í síðu einkareksturs í heilbrigðiskerfinu. Ráðherrann er einfaldlega að framfylgja stefnu flokks sem hefur alltaf haft vissa andúð á einkaframtaki þar sem hætta er á að einstaklingar geti hagnast.

Það hefur aldrei verið falið til velþóknunar innan Vinstri grænna að menn hagnist á starfsemi sinni, hversu vel meinandi sem þeir annars eru. Það eru því ekki óvænt tíðindi að þingmenn Vinstri grænna ætla að leggja fram frumvarp sem tryggir að ríkið semji ekki við fyrirtæki í heilbrigðisþjónustu sem hafa hagnað í huga. Einhver kann að spyrja hvernig hægt sé að reka fyrirtæki eða vera í starfsemi án þess að huga að hagnaði, reksturinn hlýtur að verða að bera sig. Vinstri græn spyrja þó ekki slíkra spurninga, enda gamaldags vinstri flokkur þar sem hagnaður er litinn hornauga.

Vitanlega er það lykiltíðni í velferðarsamfélagi að tryggja trausta heilbrigðisþjónustu fyrir alla, óháð fjárhag þeirra. Þar þurfa opinberir geirinn og sá einkarekni að vinna saman með hag sjúklinga að leiðarljósi. Það er ekkert vit í öðru en að gott rými sé fyrir einkarekstur í heilbrigðisþjónustu og það á ekki að hindra hann, eins og víroist vera stefna Vinstri grænna, heldur búa honum ramma. Það er ólíkandi að sjúklingar þurfi að þola það að lenda á löngum biðlistum. Furðulegt er að sjúklingar fari í aðgerðir erlendis þegar vel mætti framkvæma þær á einkareknum stofum hér á landi.

Þingmenn Sjálfstæðisflokksins hafa ekki alltaf lög að mæla. Blessunarlega koma þó þær stundir að þeim ratast satt á munn. Þingmennirnir sem tjáðu sig í Morgunblaðinu eru á bándi skynseminnar þegar kemur að áherslum í heilbrigðiskerfinu. Það er gott. Verra er að vonlitnið er að Vinstri græn láti sér segiast.

Halldór



Frá degi til dags

Samfélag fornleifa
Bloggíð var forúðmál mállána. Metnaðarlausustu bloggarnir hösluðu sér völlu á Moggablogginu og þar leynast enn stöku steingervingar þótt Facebook og Twitter hafi fyrir löngu gert bloggíð úrelt. Þar lætur Halldór Jónsson vaða á stöðum og þegar honum tekst verst upp heiðar Morgunblaðið hann með endurbirtingu á prenti í öndvegisplássi Staksteina. Þar mátti í gær undir fyrirsögninni „Samfélag heilagra“ lesa málsvörn Halldórs fyrir karla sem stunda kynferðislega áreitni. Tiltækið vakti víða furðu, hneykslan og reiði. Eitthvað sem Staksteinar höfðu þó séð fyrir enda fylgdu þeir skrifum Halldórs úr hlaði með þessum varnagla: „EKKI ER VIST AÐ ÓHÆTT SÉ AÐ ENDURBIRTA PISTIL HALLDÓRS JÓNSSONAR.“

Óhætt?

Páll Vilhjálmsson bloggar enn, fremstur meðal jafningja, á Moggablogginu. Ekki er vist að óhætt sé að endurbirta pistil hans. „Vinstristríman flýkkjast að hægri höndum, segja þá hetjur og fyrirmyndir. Bush-feðgarnir eru komnir á stall hjá vinstri-mönnum, John McCain líka og meira að segja fyrrum skúrkar úr CIA og FBI eru í náðinni hjá vinstri-mönnum. Hvers vegna? Jú, sökum þess að ofantaldur eru meðal andstæðinga Trump. Það er nóg.“ Sjálfsgat alveg óhætt en er þetta skynsamleg notkun á prentsvortu?
thorarin@frettabladid.is

Stærsta baráttumálið



Gunnar Einarsson
bæjarstjóri
Garðabæjar,
byður sig fram
sem formann
Sambands
Íslenskra sveitarfélaga

Sveitarfélögin í landinu verða að vera nægjanlega burðug til að sinna lögbundnum verkefnum og stjórnsýslu en með stærri og öflugri sveitarfélögum skapast svigrúm til að lækka stjórnsýslukostnað á íbúa og auka skilvirki. Efling sveitarstjórnarstjigsins er því eitt stærsta byggðabaráttumál okkar tíma.

Þjónusta við íbúa þarf að vera góð og hagræðing í rekstri býr til aukin tækifæri til að veita hana. Þó þarf að forðast þvingaðar sameiningar sem þykja ekki ákjósanlegur kostur og skoða þarf vel með hvaða hætti hægt er að bæta regluverk fjöfnunarsjóðs svo hann verði hvatning til sameininga. Landshlutasamtökin þurfa líka að vera öflug, sinna hagsmunagæslu íbúa og vinna að auknu samstarfi sveitarfélaganna. Við þurfum að fá fleiri verkefni til sveitarfélaganna þar sem þau eru mun betur til þess fallin að veita þjónustu en ríkið. En fjárgagnið verður að fylgja þeim verkefnum því það dregur úr krafti sveitarfélaga að taka við verkefnum sem ekki fylgir nægt fjárgagn.

Efla þarf formlegt samstarf ríkis og sveitarfélaga og efla gagnkvæman skilning á viðfangsefnum. Hugsanlega er landsbyggðina og höfuðborgina sem eitt svæði en það veikir stöðu sveitarfélaga gegn ríkinu ef gjá myndast þá á milli. Réttur sveitarfélaga til sjálfstjórnar hefur verið verndaður allt frá 1874 þegar Íslendingar fengu sína fyrstu stjórnarskrá. Sveitarfélögin eru handhafar framkvæmdarvaldsins, gegna mikilvægu lýðræðislegu hlutverki og eru það stjórnvald sem er næst íbúum landsins.

Að efla sveitarfélögin í landinu hefur sjaldan verið eins mikilvægt og ef ég næ kjóri sem formaður Sambands íslenskra sveitarfélaga, mun ég leggja mig hart fram til að ná okkar sameiginlegu markmiðum. Mér þykir afar vænt um uppbyggilegu samtöl sem ég hef átt á síðustu dögum við flestalla fulltrúa landsþings sveitarfélaga sem fram fer á Akureyri 26.-28. september nk. Sambandið er sameiginlegur málsvari sveitarfélaga og á að vinna að hagsmunamálum þeirra allra. Ég vil leiða það starf og hlakka mikið til að takast á við komandi verkefni, fái ég tækifæri til.



Við þurfum að fá fleiri verkefni til sveitarfélaga þar sem þau eru mun betur til þess fallin að veita nærþjónustu en ríkið.

Fulltrúakjör

Samkvæmt lögum Einingar-löju fara kosningar fulltrúa félagsins á 43. þing Alþýðusambands Íslands fram að viðhafri allsherjaratkvæðagreiðslu í samræmi við reglugerð ASÍ um slíkar kosningar.

Félagið hefur rétt til að senda 9 fulltrúa á þing Alþýðusambands Íslands, sem haldið verður í Reykjavík dagana 24. til 26. október nk.

Framboðslistum eða tillögum til þings ASÍ, þar sem tilgreind eru nöfn aðalfulltrúa í samræmi við framanskráð og jafn margra til vara, ber að skila á skrifstofu félagsins Skipagötu 14 Akureyri eigi síðar en kl. 12.00 á hádegi fimmtudagsins 27. september nk.

Hverjum framboðslista skulu fylgja meðmáli 80 fullgildra félagsmanna.

Akureyri 18. september 2018
Stjórn Einingar-löju

Eining-löju er öflugt stéttarfélag á landsbyggðinni.
460 3600 / ein@ein.is / www.ein.is
Skipagötu 14 Akureyri / Hafnarbraut 5 Dalvík / Eyragötu 24b Fjallabyggð WWW.EIN.IS



Tíu ár frá hruni

Í DAG



Porvaldur Gylfason



Efnahagslífið hefur rétt úr kútnum með því að kaupmáttur heimilanna hefur náð sér á strik, en ævur Íslendinga eru hættar að lengjast. Mörg sár hrunsins eru ógróin enn. Stjórnmalalegt uppgjör hrunsins hefur ekki enn farið fram. Hæstiréttur hefur að visu dæmt 39 manns til næstum 100 ára fangelsisvistar samanlagt vegna lögbrota í tengslum við hrunið, en mestmegnis voru það millistjórnendur sem fengu dóma meðan stórlaxar sluppu.

New York – Á laugardaginn var, 15. september, var þess minnt um allan heim að tíu ár voru liðin frá falli Lehman Brothers bankans í New York, mesta gjaldþroti í sögu Bandaríkjanna. Þessi sögufraegi banki sem innflytjendur frá Bæjaralandi höfðu stofnað 1850 hafði grafið sér svo djúpa gróf að yfirvöldin treystu sér ekki til að toga bankann upp á bakkann. Öðrum bönum og fyrirtækjum var bjargað með ærnum tilkostaði.

Átta til níu milljónir bandarískra fjölskyldna misstu heimili sín. Margir misstu aleiguna og einnig vinnuna þar eð atvinnuleysi jókst úr tæpum 5% af mannafla 2007 upp í tæp 10% 2010. Það var ekki fyrr en 2016 að kaupmáttur meðaltekna bandarískra heimila varð aftur eins og hann hafði verið 2007 – og einnig 1999: sem sagt, 17 ár í súginn samanlagt.

Styttir ævur

Þetta er samt ekki allt. Meðalævi Bandaríkjamanna hefur stytzt. Nýfæddur Kani gat vænt þess að verða 79 ára 2014, 78,6 ára 2015 og 78,5 ára 2016. Ef ævilikurnar verða enn lægri 2017 eins og við er að búast m.a. vegna þess að 72.000 Bandaríkjamenn létust þá vegna of stórra lyfjaskammta, þá verður það í fyrsta sinn síðan í fyrri heimsstyrjöld að meðalævi Bandaríkjamanna styttest þrjú ár í röð, 2014-2017.

Aukin tíðni lifrarsjúkdóma af völdum drykkjuskapar og fjölgun sjálfsviga leggjast á sömu sveif. Rót vandans virðist mega rekja til misskiptingar tekna, auðs og menntunar. Fjöldi dauðsfalla í örvæntingu (vegna of stórra skammta, lifrarskemmda og sjálfsviga) stendur í öfugu hlutfalli við menntun og í beinu sambandi við kjörfylgi Trumps Bandaríkjaforseta 2016 sýslu fyrir sýslu. Þetta er vert að hugleiða frekar en að hælust um af verðbréfavísitölum vestra sem sigla nú með himin-skautum.

Frá Ameríku til Íslands

Hinn 6. október nk. verður þess

minnt að tíu ár verða þá liðin frá hruni bankanna hér heima. Próffessorarnir Gylfi Zoëga í Háskóla Íslands og Robert Aliber í Háskólanum í Chicago gengust fyrir ráðstefnu um bankahrunið og eftirrunur þess í Háskóla Íslands fyrir skömmu með sérfræðingum víðs vegar að og búast til að birta fyrirlestra þeirra á bók. Þar verður ýmsan fróðleik að finna.

Fróðlegt er að bera upprisu Íslands úr rústum hrunsins við upprisu Bandaríkjanna. Niu þúsund íslenzkar fjölskyldur misstu heimili sín eftir hrun. Það er svipuð tala og í Bandaríkjunum miðað við mannfjölda. Húsnæðismissirinn hefði orðið mun meiri hefðu stjórnmöld ekki greitt fyrir sértækri skuldaaðlögun (110% leiðin). Kaupmáttur ráðstöfunartekna íslenzkra heimila var lægri 2016 en 2007 og 2008 (Hagstofan á eftir að birta tölur fyrir 2017). Kaupmáttur launa var ivið fljótari að jafna sig og mældist fimmtungi meiri 2017 en 2007. Það tók heimilinn því að jafnaði upp undir áratug að rétta úr kútnum eftir hrun líkt og í Bandaríkjunum og í fjármálakreppum víðs vegar um heiminn langt aftur í tímanum. Atvinnuleysi á Íslandi jókst úr 2% af mannafla 2007 í tæp 8% 2010 líkt og í Bandaríkjunum.

Svo er eitt enn. Frá aldamótum til 2012 lengdist meðal-

ævi Íslendinga jafnt og þétt um tæpa 3 mánuði á ári. Nokkru eftir hrun hætti meðalævi Íslendinga að lengjast skv. upplýsingum Alþjóðaheilbrigðisstofnunarinnar. Nýfæddur Íslendingur gat vænt þess að verða 82,4 ára 2012 og einnig 2016.

Ekki er vítað hversu miklu dauðsföll í örvæntingu valda um þessa fordæmalausu stöðun. Vítað er þó að slíkum dauðsföllum hefur fjölgað hratt síðustu ár. Þau voru 30 í fyrra skv. upplýsingum landlækniseimbættisins eða röklega helmingi færri en í Bandaríkjunum miðað við mannfjölda.

Efnahags- og heilbrigðisafleiðingum hrunsins svipar því saman að ýmsu leyti í löndunum tveim.

Tvíþætt uppgjör hrunsins

Bandaríkjamenn finna margir sárlega til þess að uppgjóri þeirra við fjármálahreimingarnar sem

höfust þar 2007 hefur verið áfátt. New York Times birti um síðustu helgi aukablað með tíu tölusetum breiðsýðum um málið.

Lokasíðan, jafnstór og heil opna í Fréttablaðinu, bar yfirskriftina „Forstjórnarnir á Wall Street sem fengu fangelsisdóma“. Síðan er auð. Enginn bankastjóri var ákærdur fyrir meint lögbrot. Bankastjórnarnir virtust hafnir yfir lög þótt einn og einn lágt settur bankamaður fengi dóm.

Forsetar Bandaríkjanna eru þó ekki hafnir yfir lög eins og dæmi Nixons forseta 1969-1974 sýnir og dæmi Trumps forseta á e.t.v. eftir að staðfesta ef yfirstandandi rannsókn á meintum lögbrotum hans leiðir til ákæru og sakfellingar.

Bandaríkin hafa því rétt úr kútnum í efnahagslegu tilliti þótt mikið vanti upp á fullan bata eins og staðnaðar tekjur og styttri ævur sýna.

Svipaða sögu er að segja um Ísland. Efnahagslífið hefur rétt úr kútnum með því að kaupmáttur heimilanna hefur náð sér á strik, en ævur Íslendinga eru hættar að lengjast. Mörg sár hrunsins eru ógróin enn. Stjórnmalalegt uppgjör hrunsins hefur ekki enn farið fram.

Hæstiréttur hefur að visu dæmt 39 manns til næstum 100 ára fangelsisvistar samanlagt vegna lögbrota í tengslum við hrunið, en mestmegnis voru það millistjórnendur sem fengu dóma meðan stórlaxar sluppu.

Meint lögbrot í Seðlabankanum 6. október 2008 – Kaupþingslánið skv. birtu samtali bankastjórans og forsætisráðherrans – fyrnist eftir rökkan hálfan mánuð nema rannsókn málsins verði hafin fyrir þann tíma til að gróa fyrir fyrningu og gera dómstólum kleift að fjalla um málið.

Tækni færi

BOSCH
Ryksuga

Orkuflokkur C. Útblástur A. Parkett og flisar, flokkur A. Teppa, flokkur A. Hljóð: 69 dB.

Tækifærissverð: **26.900 kr.**
Fullt verð: 34.900 kr.

SIEMENS
Kæli- og frystiskápur

Stál (kámfrír). „hyperFresh“-skúffa: Tryggir lengur ferskleika grænmetis og ávaxta. „lowFrost“-tækni. H x b x d: 186 x 60 x 65 sm.

Tækifærissverð: **89.900 kr.**
Fullt verð: 114.900 kr.

SMITH & NORLAND
Noátúni 4 · Sími 520 3000
www.sminor.is

ÖFLUG LAUSN VIÐ HÁLSBÓLGU!

Strefen[®]

Bólgueyðandi og verkjastillandi munnúði við særindum í hálsi

Nýtt

Strefen 16,2 mg/ml munnhólsúði, lausn inniheldur flurbiprofen. Strefen er notað sem skammtímameðferð til að draga úr einkennum bráðra hálsárinna hjá fullorðnum. Einn skammtur (3 úðaskammtar) afkast í hálsinn á 3-6 klst. fresti eftir þörfum, upp að hámarki 5 skammtar á 24 klst. tímabili. Ráðlagt er að nota lyfið að hámarki í þrjú daga. Lesið vandlega upplýsingar á umbúðum og fylgiseðli fyrir notkun lyfsins. Leiðið til læknis eða lyfjafræðings sé þörf á frekari upplýsingum um áhættu og aukaverkanir. Sjá nánari upplýsingar um lyfið á www.serlyfjaska.is.

lyfja.is

LYFJA
- Lífið heil

Er rétt að banna heilbrigðisfyrirtækjum að skila arði?



Tryggvi Ásmundsson læknir á eftirlaunum

Fyrir Alþingi liggur nú frumvarp 8 þingmanna vinstri grænna, sem á að banna fyrirtækjum í heilbrigðisþjónustu rekstur í hagnaðarskyni. Óheimilt verður að reikna arð og arðgreiðslur inn í kostnaðarmat. Þó skulu þeir samningar sem eru í gildi við setningu laganna fá að halda sér allt að 5 árum. Ekki á þó að skylda heilbrigðisráðherra til að loka þessum fyrirtækjum, en hann á að fá algjört geðþóttavald til þess.

Verði þetta að lögum er lokið einkarekstri í heilbrigðisþjónustu á Íslandi. Ekkert fyrirtæki, hvorki einkafyrirtæki né sjálfséignarstofnanir, er hægt að reka á þessum forsendum. Þetta er ekki stjórnarfrumvarp, en máni virðist þó að stjórnarsamstarfið gæti verið í upp-námi verði það fellt.

Í Fréttablaðinu 23.1. 2004 birtist eftirfarandi viðtal við Birgi Jakobs-son, sem nú starfar sem aðstoðar- maður heilbrigðisráðherra:

Sparnaður fyrir ríkið. „Reynslan af einkarekstrinum er mjög góð og sjúkrahúsið hefur verið til fyrir- myndar hvað varðar þá hágæða- þjónustu sem er í boði á tiltölulega lágu verði. Þjónustan er að öllu leyti svipuð því sem önnur sambærileg sjúkrahús í borginni eru að bjóða og þar af leiðandi er verið að spara fé skattborgara,“ segir Birgi Jakobs-son, íslenskur framkvæmdastjóri St. Göran sjúkrahúsins í Stokkhólmi, en hann flytur erindi á Grand Hótel í dag á fundi Verslunarráðsins um einkarekstur á heilbrigðissviði. Reksturinn hefur frá árinu 1999 verið nokkurs konar blanda af einkareknu og ríkisreknu sjúkra-

húsi. Starfsmenn sjúkrahúsins eru um 1500 og sjúkrarúm um 300, en ársvelta sjúkrahúsins nemur um 15 milljörðum íslenskra króna. Birgir segir að samningur hafi verið gerður við hið opinbera um að vinna út frá sams konar kerfi og felst í rekstri ríkisreknu sjúkrahúsanna. „Við fáum greitt samkvæmt sama greiðslukerfi og ríkisreknu sjúkrahúsin, en greiðsl- an fyrir hvert sjúkratilfelli er um 10% lægri hjá okkur en hjá hinum sjúkra- húsunum. Það kemur til af því að við erum með hagkvæmari rekstur og minni kostnað. Ef okkur tækist ekki að tryggja ákveðinn rekstraráfang á hverju ári þá væri vitaskuld ekki hægt að reka sjúkrahúsið og það yrði lagt niður,“ segir Birgir.

Í þessu sérlega skýra viðtali eru 2 lykilatriði: Einkarekstur verður að hafa samkeppni og eðlilegast er að sú samkeppni sé við ríkið. Ríkið verður að vita nákvæmlega hvað hlutirnir kosta og gera þá kröfu að einkarekstrinum sé ódyrari. 10% krafa er eðlileg. Þetta girðir fyrir að gróði fari úr böndunum. Það mætti jafnvel gera þá kröfu að samningur komi til endurskoðunar fari hagna- aður fram úr umsömdum mörkum.

Hitt atriðið er að fyrirtæki verður að reka með hagnaði. Annars lifa þau ekki af. Það þarf fé í viðhald húsnæðis og tækja, ný og áður óþekkt tæki, nýjungar og fyrirtæki verður að geta mætt óvæntum áföllum. Seinast og ekki sist verður að vera hægt að umbuna góðu starfsfólki. Litill starfsmannavelti og góður starfsandi er akkeri hvers fyrirtækis. Mér finnst þetta atriði oft gleymast hjá opinberum fyrirtækjum.

Ég bið um rök sem mæla gegn svona einkarekstri. Sjálfur kem ég ekki auga á þau. Nú er það stað- reynd að öll tannlæknþjónusta og megnið af sjúkraþjálfun er einka- rekin og niðurgreidd af Sjúkratryg- gingum. Það er yfirleitt ekki minnst á þetta og öllum finnst það sjálfagt. Hver er munurinn á þessu og stofu- rekstri sérfreðilekna?

Um stöðu vefjagigtar á Íslandi



Sigrún Baldursdóttir sjúkraþjálfari og lýðheilsu- fræðingur



Eggert S. Birgisson sálfræðingur



Arnór Víkingsson gigtarlæknir



Íslenskt samfélag hefur alla burði til að taka af meiri krafti og fagmennsku á mál- efnunum vefjagigtarsjúklinga.

ad foreldrarinn og starfsfólk heil- brigðisþjónustunnar beini athygli sinni að þeim vanda. Sú vakning sem orðið hefur í samfélaginu um geð- heilbrigði er timabær og góð en má ekki verða til þess að unglingar og ung fólk með langvinna stoðkerfis- verk gleymist. Vefjagigt er alvör- umál sem mikilvægt er að takast á við á fyrri stigum sjúkdómsins. Vefjagigt er krónískur sjúkdómur, ekki tímabundið vandamál „sem lagast“, og rétt inngrip á fyrri stigum geta bæði skilað meiri árangri fyrir einstakling- inn og sparað honum og samfélaginu stórfé frekar en ef inngripum er frestað þar til vefjagigtareinkenning hafa varað lengi og markað dýpri spor í líðan og færni.

Nýlega aflýsti bandaríska tón- listargjöjan Lady Gaga sí- ustu tíu tónleikum sínum á tónleikaferðalagi um Evrópu vegna vefjagigtar. Þetta fannst okkur vera athyglisverð frétt því það hefur yfir- leitt þótt frekar niðurlægjandi að viðurkenna að maður hafi vefjagigt, hvað þá að vefjagigtin trufla vinnu- getuna. Á Íslandi eru á bilinu sex til þrettán þúsund einstaklingar með vefjagigt og þó vefjagigt sé mun algengari hjá kvenfólki er hátt á annað þúsund karla með vefjagigt. Þetta er ekki bara kvennasjúkdómur.

Vefjagigt hefur áhrif á færni og lífs- gæði fólks. Fyrstu einkenningin koma gjarnan fram á unglingsaldri, stund- um fyrr, stundum seinna. Framan af er kvörtunum einstaklinganna oft litill gaumur gefinn: Stoðkerfisverkir með nokkurri þreytu og misjöfnun svefni. „Þetta lagast“ er viðkvæðið, eða „smá verkir skaða engan“. Margir unglinganna eru jafnframt með mis- mikil einkenni depuðar eða kvíða, eins og algengt er orðið í íslensku nútímasamfélagi, og það er líklegra

mikil. Því til stuðnings má nefna að af þeim vefjagigtarsjúklingum sem er vísað í greiningu og meðferð til Þrautar ehf., sem er sérhæft með- ferðarúrræði fyrir vefjagigt, eru 60% einstaklinganna þá þeir með vefja- gigt á alvarlegu stigi en aðeins 4% með sjúkdóm á mildu stigi. Skoðun á atvinnustöðu vefjagigtarsjúklinga á fyrri hluta árs 2017 sýnir að við fyrstu komu í Þraut voru aðeins 54% þeirra með fulla vinnufærni, 24% voru með skerta vinnufærni, 15% voru lang- tíma sjúkraskráðir og 23% voru á 75% örorku. Þessi staða er að okkar mati óásættanleg. Stöðunni má líkja við að áætlanlegt þætti að beita ekki sérhæfnum inngripum við krabb- meini fyrr en meinið hefur dreift sér um líkamann.

Við skorum því á Alþingi, heil- brigðisfyrirvöld, forstöðumenn heilsgæslunnar, Virk endurhæf- ingarsjóð, Gigtarfélag Íslands og aðra hlutaðeigandi aðila til samræðu og aðgerða til stada. Við undirrituð forvarsmenn Þrautar erum reiðubú- in að taka virkan þátt á slíku skipu- lagstarfi sem þarf meðal annars að fela í sér:

- Almennari skimun en nú tíðkast fyrir vefjagigt innan heilsgæslu- unnar ásamt mati á alvarleikastigi sjúkdómsins, en matslistar þessu viðkomandi eru nú þegar til á heimasiðu Þrautar öllum frjálst til afnota.
- Markvissari nálgun innan heilsgæslunnar varðandi meðferð vefja- gigtar sem byggir á gagnreyndum niðurstöðum en ekki persónulegu mati heilbrigðisstarfsmanna á því hvað eigi að gera.
- Skilvirkari tengingu og samstarfi milli heilsgæslunnar og sérhæf- ari mats- og meðferðarstofnana.
- Virkara samstarf og samtál milli heilsgæslunnar, Virk starfsendur- hæfingarsjóðs og endurhæfing- arstofnana varðandi meðferðar- áætlan fyrir skjólstæðinga sem eru þegar komnir með slaka vinnu- færni eða eru óvinnufærir.

KAUPTU PEUGEOT SENDIBÍL Í SEPTEMBER MEÐ 300.000-500.000 KR. AFSLÆTTI!

ALLT AÐ: 300.000 KR. AFSLÁTTUR

ALLT AÐ: 500.000 KR. AFSLÁTTUR

PARTNER TILBOÐSVERÐ FRÁ: 1.999.999 KR. ÁN VSK. 2.480.000 KR. MEÐ VSK.

EXPERT MILLILANGUR TILBOÐSVERÐ FRÁ: 2.987.900 KR. ÁN VSK. 3.705.000 KR. MEÐ VSK.

EXPERT LANGUR TILBOÐSVERÐ FRÁ: 3.036.290 KR. ÁN VSK. 3.765.000 KR. MEÐ VSK.



PEUGEOT

peugeotisland.is

brimborg
Öruggur staður til að vera á

Brimborg Reykjavík
Bíldshefða 8
Sími 515 7040

Brimborg Akureyri
Tryggvabraut 5
Sími 515 7050

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

FEÐLIK

FIMTUDAGUR 20. SEPTEMBER 2018

Tíska



Getur verið að sumar konur þvoi brjóstahaldarann of sjaldan? Samkvæmt könnun sem gerð var í Bretlandi virðist það vera. ➔4



Ásdís Svava starfar sem fyrsta freyja hjá WOW air. Hún er á ferð og flugi flesta daga en einbeitt sér að því að borða hollan mat og hreyfa sig reglulega.

LÍFIÐ ER Á
FRÉTTABLAÐIÐ.IS

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



Hreyfingin hjálpar gegn tímaruglinu

Ásdís Svava Hallgrímsdóttir flugfreyja hugsar vel um heilsu sína og vellíðan. Hún notar vörurnar frá Feel Iceland enda búnar til úr íslensku gæðahráefni. ➔2

Framhald af forsiðu →

Ásdís hefur unnið sem flugfreyja í langan tíma, fyrst hjá Iceland Express og frá árinu 2016 hjá WOW air þar sem hún er fyrsta freyja. Starfinu fylgir töluvert álag, enda svefn hjá þessari starfsstétt afar óreglulegur, auk þess á hún tvö börn og unnstu, og útskrifaðist í vor með B.Sc.-gráðu í tölvunarfræði. Það er því nóg að gera en á sama tíma telur Ásdís mikilvægt að hugsa vel um bæði líkama og sál.

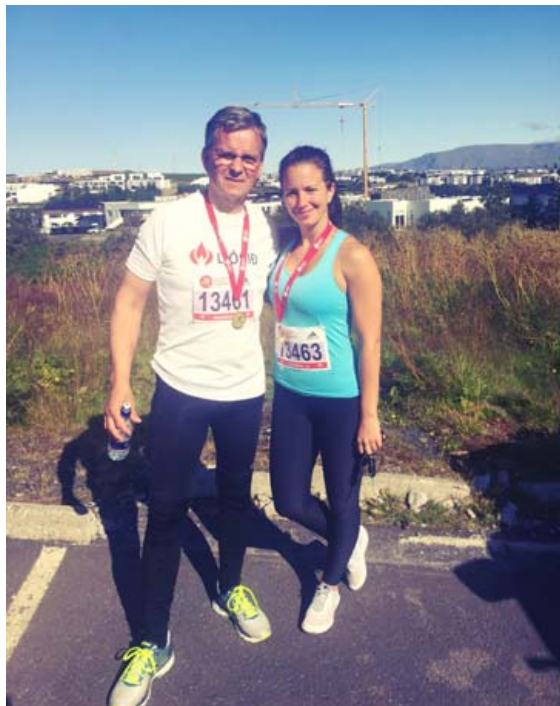
„Í minni starfi er mikilvægt að drekka mikið af vatni, hugsa vel um húðina og passa vel upp á svefninn. Þá finnst mér mikilvægt að huga vel að því hvað við látum ofan í okkur og að það sé sem hollast. Ég spái ómeðvitað í það að ég sé að fá næringu úr öllum fæðuhringnum yfir daginn, sérstaklega núna þar sem ég á von á barni.“ segir Ásdís en er þó ekki fyrir neinar ófgar. „Ég banna mér ekki neitt ef mig langar virkilega í það. Ég hugsa frekar um að allt sé gott í hófi.“

Finnur mikinn mun á húð og nögglum

Ásdís er hrifin af vörum frá Feel Iceland og notar til dæmis Amino Collagen duftið töluvert þegar hún er heima við. „Ég set það í boozt, djús, hafragraut og meira að segja í kaffibollann minn. Þegar ég er að fljúga nota ég hins vegar Age Rewind hylkin því það er einfaldlega auðveldara að stinga þeim í töskuna og minni fyrirhöfn í því.“ Fiskur er í miklu upphaldi hjá Ásdís enda eru hún frá Ísafirði þar sem fiskur var á boðstólum allt upp í fjórnum sinnum í viku. „Ég borða enn þann dag í dag mikinn fisk enda lifur mér alltaf vel þegar ég borða hann. Hann er svo léttur og góður í magann. Ein af ástæðum þess að ég er hrifin af vörum frá Feel Iceland er einmitt af því að þær eru unnar úr íslenskum þorski. Kollagen er eitt helsta uppbyggjngarprótein líkamans og hefur mjög góð áhrif á hár, húð, neglur og liði. Eftir að ég byrjaði að taka inn duftið fór ég að finna mikinn mun á húð og nögglum. Ég las grein fyrir nokkrum árum um kollagen og þar kom fram að það byrjar að draga verulega úr framleiðslu þess í líkamanum við 25 ára aldur. Eftir að ég las þessa grein langaði mig að byrja að taka þetta inn. Ég varð mjög ánægð þegar byrjaði var að bjóða upp á þessar íslensku hágaða vörur frá Feel Iceland.“

Æfir í stoppi í útlöndum

Ásdís reynir að stunda reglulega



Ásdís Svava Hallgrímsdóttir er hér með föður sínum, Hallgrími Magnúsi, en þau tóku bæði þátt í tíu kílómetra hlaupinu í Reykjavíkumaraþoninu í fyrra.

hreyfingu, þá einna helst hlaup og styrktaræfingar með og án lóða auk þess sem hún hefur gaman af því að synda. „Þetta kemur í tímabilum hjá mér. Stundum er ég mjög dugleg og mæti nánast á hverjum degi og á öðrum tímum fer ég kannski einu sinni til tvisvar í viku. Mér hefur alltaf fundist hreyfing hjálpa mér mikið við að yfirvinna þreytuna sem fylgir því að fljúga. Ég hef til dæmis haft það fyrir reglu þegar ég fer í stopp erlendis að fara alltaf í ræktina á hótelinu eða út að hlaupa. Ég verð mun orkumeiri fyrir viknið og það hjálpar mér í timaruglinu.“

Passar vel upp á húðina

„Þegar kemur að umhirdu húðarinnar finnst mér einna mikilvægast að hún sé þrífri bæði kvöld og morgna. Á kvöldin passa ég mig að fara aldrei að sofa með farða framan í mér. Sama hversu þreytt ég er, þá gef ég mér alltaf tíma í að taka farðann af. Þegar ég hef þrifið allt af finnst mér best að taka kaldan þvottapoka og strjúka vel yfir allt andlit, það er svo hressandi og opnar húðina svolitni. Ég get heldur ekki farið

á sofa áður en ég hef borið á mig eitthvert rakakrem. Undanfarið hef ég verið að nota serummið Be Kind Age Rewind frá Feel Iceland á kvöldin fyrir svefninn. Ég get stundum verið með svolitni þurra húð, sérstaklega ef ég hef verið að fljúga mikið, og finnst það virka vel á þurrkubletti. Ég hef meira að segja sett það á þurrkubletti á syni mínum og það virkaði vel.“ lýsir Ásdís.

Hún byrjar morgnana alltaf á því að taka kaldan þvottapoka og strjúka vel yfir andlit og setja svo á sig gott rakakrem.

Hún árettar að ekki sé nóg að bera bara á sig krem og spá svo ekkert í mataræðið enda hefur hún trú á því að það sem fari inn fyrir varirnar skipti miklu máli þegar kemur að fallegri húð.

Setur sér raunhæf markmið

„Ég reyni að vera dugleg að setja mér markmið, hvort sem það er í líkamsrækt, mataræði, uppeldinu, fjármálum eða hverju sem er. Það er alltaf gaman að hafa að einhverju að stefna. Það sem mér finnst virka best fyrir mig er að setja mér markmið fyrir hverja viku í senn, ekki að hafa þau of löng og geta einbeitt mér að stuttum tímabilum í einu. Þó er auðvitað fínt að setja sér langtíma-markmið líka.“ segir Ásdís en bætir við að mikilvægt sé að hafa markmiðin raunhæf en vera þó ekki að brjóta sig niður þó þau náist ekki.

Ásdís á sér mörg áhugamál. „Númer eitt er alltaf að verja sem mestum tíma með fjölskyldunni, sameina áhugamál mín með henni og gera eitthvað skemmtilegt saman. Einnig finnst mér fínt eins notalegt og að þrjóna og hef ég þrjónað frá því að ég var 10 ára gömul. Ég þrjónaði til dæmis skirnarjólinn á strákinn minn. Á sumrin erum við dugleg að fara í Leirufjörð í Jökulfjörðum, þar sem ekkert rafmagn eða símasamband er. Það er upphaldsstaðurinn minn í öllum heiminum, og næg ég aldrei að slaka jafn mikið á og þegar ég er þar. Þar er mikið þrjónað, spilað, borðaður góður matur, leikið sér í fallegri náttúrunni og síðast en ekki síst mikið hlegið.“



Fjölskyldan fór til Tenerife og naut veðurblíðunnar. Hér er Ásdís á góðri stundu með börnunum sínum, Sigfúsi þór 4 ára og Emilíu Önnu 10 ára.



Með ömmu sinni og afa, Addý og Dengsa, sem fengu góða þjónustu um borð.



Amino Marine Collagen og Age Rewind frá Feel Iceland. Ásdís notar það fyrra heima við en hylkin finnst henni gott að nota þegar hún er að fljúga.



Be Kind, Age Rewind er flott serum frá Feel Iceland sem Ásdís finnst gott að bera á sig.



Nýjung!
Sendum frítt
um allt land!



hjá
Hrafnhildi

Engjateigi 5 // 581 2141 // hjahrafnhildi.is



Einstakar vörur fyrir ungbörn með kveisu

Gripe Water frá Mommys Bliss er algerlega einstök vara og söluhæsta varan í Bandaríkjunum í sínum flokki. Vörurnar eru 100% náttúrulegar og úr lífrænu hráefni.

Mörg ungbörn kljást við kveisu og geta verið margar ástæður þar að baki. Gripe Water var hannað til að hjálpa. Gripe Water eru 100% náttúrulegir jurtadropar úr lífrænu hráefni en þeir eru notaðir til að lina meltingartruflanir hjá börnum sem lýsa sér sem kveisa, loft í þörmum, hiksti og eða óværð. Hér er um að ræða milda blöndu sem hefur verið vinsæl lengi og notuð með góðum árangri.

- Örug, náttúruleg og virk
- Inniheldur lífrænt engifer og fennel
- Virkar hratt og vel, yfirleitt á nokkrum mínútum
- 100% vegan
- Þarf ekki að geyma í kæli

Mommy's Bliss Constipation Ease

Mommy's Bliss Constipation Ease er einnig nýjung á Íslandi. Um er að ræða bragðgóða jurtadropa sem eru sérstak-



Margir kannast við ungbarna-kveisu en Mommy's Bliss hefur nú framleitt lífræna jurtadropa til að hjálpa börnum með meltingartruflanir.



lega hannaðir til að vinna gegn hægðatregðu á mildan en áhrifaríkan hátt. Blandan inniheldur bæði jurtr og trefjar sem stuðla að eðlilegum hægðum og reglulegum þarmahreyfingum án aukaverkana. Í blöndunni eru fennel, tünfífill, magnesíum og trefjar sem saman vinna gegn hægðatregðu, uppþembu og öðrum óþægindum sem geta fylgt.

- Mild blanda fyrir börn frá 6 mánaða
- Ekkert alkóhól eða paraben
- Ekkert glúten, soja eða mjólk
- Engin gervi-, litar- eða bragðefni
- 100% vegan

Einfalt er að gefa dropana.

mommy's
BLISS

Mommy's Bliss fæst í apótekum og heilsvörubúðum.

Hversu oft þværðu brjóstahaldarann?

Hvernig þværðu brjóstahaldarann þinn? Veistu að spöngin í haldaranum getur eyðilagt þvottavélina? Það eru til góð ráð um hvernig best er að bera sig að í þessum efnum.

Elin Albertsdóttir
elin@frettabladid.is



Best er að þvo brjóstahaldara með spöngum í höndunum. Þá endist hann best, segir í norska kvennatimaritínu KK. Ef þú setur hann í þvottavél má hittinn ekki vera meiri en 40°C og bannað að vinda. Notið þvottavefni fyrir litaðan fatnað þótt hann

sé hvítur, það kemur í veg fyrir að undirfötin verði grá. Lesið þvottaleiðbeiningar á brjóstahaldaranum. Vandaðir og góðir brjóstahaldarar eru dýrir. Það er alveg óþarfi að eyðileggja þá með röngum þvotti. Auk þess vill enginn að þvottavélin bili af því að spöngin er föst í tromlunni.

Ef brjóstahaldari er settur í þvottavélina þarf hann að fara í sérstakan þvottapoka. Slikir pokar eru eins og net og henta einnig vel fyrir sokka. Þegar þú þværð brjóstahaldarann í þvottavél í netpoka má ekki fylla vélin. Annað sem þarf að athuga er að það þarf að krækja brjóstahaldaranum saman áður en hann er þvegin til að koma í veg fyrir að krækjan festist í öðrum fötum.

Best er að þvo haldarann í bala með þvottaefni. Láta liggja í bleyti í smá stund og skola síðan. Ekki hafa undirföt of lengi í vatninu. Hengja síðan á snúru og leyfa að þorna. Alls ekki setja í þurrkara. Helstu ástæður þess að spöngin losnar í brjóstahaldaranum er sú að hann hefur verið þveginn vitlaust. Þegar slíkt gerist er hann ónýtur. Ekki er hægt að gera við spöngina þegar hún hefur losnað úr saumnum.



Samkvæmt könnun sem gerð var í Bretlandi þvo konur brjóstahaldarann of sjaldan.

Sérfræðingar í undirfataverslunum segja við KK að þvo eigi brjóstahaldarann eftir þriggja til fjögurra daga notkun og þá helst í höndunum. Sviti og dauðar húðfrumur setjast í haldarann og hann þarf að þrifa eins og önnur

undirföt. Bresk könnun sýnir að konur þvo brjóstahaldarann of sjaldan. Könnunin sem Daily Express birti sýndi að algengast var að konur þvægu brjóstahaldarann sex sinnum á ári. Þær eiga um það bil fimmtán brjóst-

haldara í skúffunni og nota hvern þeirra 7 daga í röð. Það voru 2.000 konur sem tóku þátt í könnuninni. Jafnframt sýndi könnunin að 55% kvennanna kunnu best við hvíta brjóstahaldara á meðan 27% vildu litada og 18% svarta.

HAUSTYFIRHAFNIRNAR KOMNAR

skoðið laxdal.is/yfirhafnir



NÝJAR HAUSTLÍNUR FRÁ GERRY WEBER OG TAIFUN



BERNHARD
LAXDAL 

Skoðið
laxdal.is

Fataskápur afa breytti öllu

Jón Geir Jóhannsson, trommuleikari Skálmaldar, kynntist bindum og jökkum gegnum fataskáp afa síns á menntaskólaárunum.

Starri Freyr
Jónsson
starri@frettabladid.is



Bindisáhugi Jóns Geirs Jóhannssonar, trommuleikara Skálmaldar, hófst í menntaskóla þegar hann komst í fataskápinn hjá afa sínum sem átti gott úrval af gömlum bindum og æðislegum Korona-jökkum sem hann passaði ekki lengur í. „Ég nota hvort tveggja ennþá í dag. Seinna meir vann ég í Dressmann um tíu ára skeið og þá stækkaði bindasafnið talsvert enda lærði ég þar hvað gott bindi getur breytt miklu. Þótt þú sért að fara í sömu skyrtuna við sömu fötin þá er hægt breyta öllu með nýju bindi.“

Sjálfur á hann þó ekkert uppáhaldsbindi heldur segir það bara fara eftir aðstæðum. „Ég átti eitt

sem að ég var búinn að bindast svona hjátrúarböndum því að það var alltaf gaman þegar ég klæddist því. Svo tynði ég því bindi og það breytti engu.“

Handahófskenndur stíll

Hann segir fatastíl sinn vera mjög handahófskenndan. „Frá leðurbuxum og stuttermabol yfir í „casual formal“ jakka, skyrtu og bindi og stundum rugla ég þessu saman. Með aldrinum hefur stíll minn einkennt meira af því að mér er meira og minna farið að vera sama hvað öðrum finnst. Því geng ég í því sem mér finnst vera flott og þægilegt og reyni bara að gera það þannig að ég verði mér og mínum ekki til skammar.“

Hann setur helst upp bindi þegar hann langar til að vera fin. „Þegar ég klæðist sparifötum er ég alltaf með bindi en annars er hversdagsstíllinn minn stilltur á slembival. Þá er ég ýmist í skyrtu með bindi eða bara í þungarokksbol.“

Frábær tónleikaröð

Stutt er frá því að Jón Geir og félagar hans í Skálmöld komu fram á fernum tónleikum með Sínfóníuhljómsveit Íslands en sveitirnar tvær spiluðu fyrst saman árið 2013. „Eins og árið 2013 gekk allt upp og stemningin og upplifunin var ólýsanleg. Að fá að spila með öllu þessu fólki fjögur kvöld í röð fyrir fullu húsi og áhorfendur frá 37 löndum eru algjör forréttindi.“

Fimmta breiðskífa Skálmaldar kemur út um miðjan október. „Hún ber titilinn Sorgir og er að mínu mati okkar allra besta verk. Við munum fylgja henni eftir með



Jón Geir Jóhannsson, trommuleikari Skálmaldar. MYNDIR/SIGTRYGGUR ARI



FLOTT FÖT,
FYRIR FLOTTAR KONUR

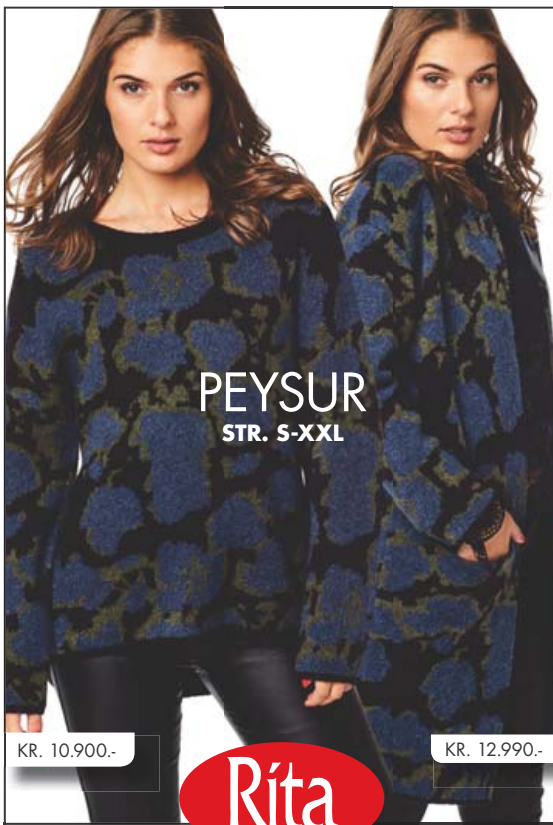
Stærðir 38-58

Verslunin Belladonna



belladonna

Skeifunni 8 • 108 Reykjavík • Sími: 517 6460 • www.belladonna.is



PEYSUR
STR. S-XXL

KR. 10.900.-

KR. 12.990.-

Rita



Við erum á Facebook

Bæjarlind 6 • S. 554 7030



Nokkur misbreið bindi frá ólíkum tímum úr safni trommuleikarans.

tónleikaferðalögum um Evrópu seinna í haust og í vetur. Stefnan er sett á veglega útgáfutónleika hér á landi eftir áramót en þeir eru enn í vinnslu.“

Hvar kaupir þú fötin þín?

Mikið á netinu. Það er útrás mín fyrir óvissuþörfina að panta flikur í stærðarkerfi sem ég þekki ekki og í óráðum lit og sjá hvort þær passa. Talandi um að lifa á brúninni!

Áttu þér tiskufyrirmynd?

Nei, ég get ekki sagt það en ég væri alveg til í að vera Jeff Goldblum.

Áttu minningar um gömul tiskuslys?

Þar sem ég gekk í fötum af afa minum í menntaskóla hefur mörgum vafalaust þótt fataskápurinn minn vera tiskuslys.

Hvaða flik hefur þú átt lengst og notar enn?

Stakan ullarjakka frá Korona sem afi keypti upp úr 1970 og ég hef notað frá árinu 1993.

Áttu þér uppáhaldsflik?

Það eru leðurbuxurnar mínar. Það er ekki til þægilegri flik til að klæðast og konan mín segir að þær geri mjög góða hluti fyrir rassinn

Með aldrinum hefur stíll minn einkennt meira af því að mér er meira og minna farið að vera sama hvað öðrum finnst. Því geng ég í því sem mér finnst vera flott og þægilegt og reyni bara að gera það þannig að ég verði mér og mínum ekki til skammar.



Einn af fjórum kössum Jóns Geirs en bindin hans eru á annað hundrad.

á mér. Einnig verð ég að nefna stuttermabol sem ég fékk í jólagjöf í fyrra sem er með áprentuðum fyrstu 40 þúsund orðunum úr uppáhaldsskaldsöggunni minni „The Name of the Wind“ eftir Patrick Rothfuss.

Bestu og verstu fatakaupin?

Bestu kaupin eru án efa risastór hvít heimskaustastigvel sem ég fékk

í Sölu varnarliðseigna fyrir tuttugu árum á 500 krónum. Þau eru enn bestu vetrarskór sem ég á. Mér detta engin verstu kaup í hug.

Notar þú fylgihluti?

Nei, en ég eignaðist í fyrra ofboðslega fallegt vasaur og keðju sem tengdapabbi minn heitinn átti. Mér þykir mjög vænt um þessa muni og langar að nota þá meira.

Viðhald bílsins

FIMMTUDAGUR 20. SEPTEMBER 2018

Kynningar: Arctic Trucks, Vikurvagnar



Þó að bílar séu að stórum hluta orðnir tölvustýrðir er ýmislegt sem þarf að huga að varðandi viðhald þeirra. Nú þegar veturinn bankar upp á þarf líka að undirbúa bílinn eins og hægt er. NORDICPHOTOS/GETTY

Best að kannna olíustöðuna á þúsund kílómetra fresti

Reglulegt og gott viðhald bíla eykur endingu þeirra og endursöluverð. Runólfur Ólafsson, framkvæmdastjóri Félags íslenskra bifreiðaeigenda, gefur nokkur góð ráð um hvað þurfi helst að gera. ➔2

Sólveig
Gísladóttir
solveig@frettabladid.is



Próun bíla síðastliðin ár hefur verið í þá átt að fólk getur gert æ minna við þá sjálft. Þó eru vissir hlutir sem alltaf þarf að huga að. Til dæmis þarf að kanna reglulega oliustöðu á vélinni og mælt með að gera það ekki sjáldnar en á þúsund kílómetra fresti. Ekki er nóg að gera það bara þegar farið er með bílinn í smur,“ segir Runólfur sem telur að of fáir velti þessum hlutum fyrir sér. „En það hefur komið fram í gögnum DEKRA, stærsta skoðunarfyrirtækis í Evrópu, að skemmdir á vélum sem rekja megi til ófullnægjandi oliustöðu sé vaxandi vandamál.“

Sumum hrýs kannski hugur við því að þurfa að kanna oliustöðu en það er ekki flókið verk. Á heimasiðu FIB er til dæmis að finna myndband þar sem fólk er leiðbeint með hvernig eigi að sinna slíku grunnviðhaldi. Þeir sem ekki treysta sér í verkið geta leitað til þjónustuaðila.

Réttur þrýstingur mikilvægur

Annað sem er vert að skoða um leið og oliustaðan er könnuð er loftþrýstingur í hjólbörðum. „Rangur loftþrýstingur getur haft slæm áhrif á akstursegginleikana og valdið missliti á dekkjum. Öryggið er ekki jafn gott og ef dekkjin eru með eðlilegan þrýsting. Þá getur rangur þrýstingur einnig haft áhrif á eldsneytiseyðslu.“



Runólfur Ólafsson, framkvæmdastjóri FIB, gefur góð ráð til bifreiðaeigenda um hvernig best sé að sinna viðhaldi og undirbúa bíla fyrir vetur. MYND/ANTON BRINK

Bíllinn búinn undir veturinn

Í aðdraganda vetrar er vert að huga að nokkrum atriðum. Runólfur nefnir hér nokkur þeirra:

- Príf skipta máli en bónið dregur úr viðloðun snjós og iss. Þá ver góð bónhúð gegn tæringu frá salti sem stráð er á götur á veturna.
- Að smyrja læsingar með lásaolíu dregur úr líkum þess að læsingarnar frjósi fastar. Einnig er gott að bera silíkon á þéttlista hurða svo þær festist ekki í frosti.
- Ekki hafa tankinn tóman eða hálfullan lengi. Fyllið bíllinn af bensini eða dísil því hætt er við að loftraki þéttist á veggjum tanks og safnist fyrir. Í frosti verður klakamyndun og íshrönglið getur stíflað bensinleiðslur.
- Setjið isvara í bensín á haustin. Almennt er talið nægjanlegt að nota 200 ml af isvara við þriðju hverja áfyllingu.
- Gangið úr skugga um að hjólbardar séu heilir með réttum þrýstingi og ætlaðir til vetraraksturs. Gúmmiblanda í sumardekkj-

um byrjar að harðna þegar hitinn er kominn niður fyrir sjö gráður og við 15 gráðu frost verða sumarhjólbardar álíka harðir og hart plastefni.

- Þrifið hjólbardar reglulega því tjara og önnur óhreinindi draga úr veggrípi.



- Athuga þarf frostþol kælivökvans á haustin. Frostþol ætti að vera a.m.k. -25°C. Einfeldast er að nota frostlagarmæli sem hægt er að fá að láni á flestum bensin- og smurstöðvum.
- Fyllið rúðuvökvakúttinn með frostþolnum vökva.
- Gott er að athuga virkni þurrknanna og hvort blöðin séu í lagi. Oft nægir að strjúka yfir blöðin með tusku vættri upp úr tjóruleysandi efni. Ef þurrkublöðin eru slitin þarf að skipta um þau strax enda mikilvægt öryggisatriði að hafa gott útsýni.
- Hafðið í huga að eldsneytiseyðsla eykst í kulda, stundum allt að 20 prósent. Bíllinn kemst því styttra á tankinum en að sumarlagi.

Runólfur segir réttan þrýsting mismunandi eftir bílum. Oftast komi upplýsingarnar fram í eigendahandbókinni og stundum standi það í hurðafalsi eða undir afturhlara. „Ef fólk er í einhverri óvissu getur það haft samband við viðeigandi bifreiðaumboð. Flestar þjónustustöðvar bensinstöðvanna eru með loftdælur og víða eru komnir rafrænir þrýstimælur sem eru auðveldir í notkun. Þar getur fólk strax séð hver þrýstingurinn er og stillt þann þrýsting sem á að fara á hjólbardana. Oft má fá lánaða loftmæla á bensinstöðvum eða hjólbardaverkstæðum og svo má einnig kaupa þá á bensinstöðvum, í bíla-varahlutaverslunum og hér í FIB.“

Rétt vélarolia skiptir máli

Runólfur segir reglulegt og gott viðhald afar mikilvægt. Það auki endingu bílsins og endursóluverð hans. Vel útfyllt smurbók hafi mikið að segja um endursölumöguleika og mikilvægt sé að fylgja tilmælum í þjónustuhandbók bílsins um að fara í þjónustuskóðanir.

En hvað gerist ef fólk trassar að fara með bílinn í smur? „Það getur

haft alvarleg vélavandræði í för með sér. Framleiðendur hafa farið í að breyta uppbyggingu véla til að ná fram betri eldsneytisnýtingu en það gerir vélmær viðkvæmari og enn mikilvægara að nota góða og ekki sist rétta smuroliu. Sumir framleiðendur ganga langt og mælast til þess að notað sé mjög þröngt úrval vélarolíu á þeirra ökutæki.“

Betra að skipta út en laga

Eitt og annað í vél bifreiða slitnar með tímanum. Best er að skipta slíku út áður en það eyðileggst. Dæmi um slíkt er tímareim sem er að finna í mörgum bílum. „Það þarf að fylgjast með leiðbeiningum bílaframleiðandans um á hvaða tímipunkti eigi að skipta um tímareim. Oftast er miðað við kílómetra, oft um 100 þúsund, eða að skipta einnig innan ákveðins tímaramma. Mikilvægt er að skipta um tímareim áður en hún fer yfir á tíma, því í verstu tilfellum er vélin ónytt ef hún gerir það. Eitt af því sem fólk þarf að hafa í huga þegar það er að kaupa ökutæki er að kanna hvenær var síðast skipt um tímareim ef slíkt er í bílnum.“

FAGMENN Í BÍLAVIÐGERÐUM

Frí skoðun í október

SKOÐUN INNIHELDUR: Stýrisgangur ath. • Bremsur ath. • olíumæling • frostþol og kælivökvi mældur • hurðar og skrár smurðar • perur ath. • loft jafnað í dekkjum • rafgeymir álagsmældur. - Ath! Efni ekki innifalið.



BÍLJÖFUR

VERKSTÆÐI • VARAHLUTIR • SMURÞJÓNUSTA

Smíðjuvegur 34, gul gata • Kópavogi • sími 544 5151
biljofur@biljofur.is • www.biljofur.is



VARAHLUTIR Í AMERÍSKA BÍLA



Jeep



BÍLJÖFUR VARAHLUTIR

Smíðjuvegur 72, gul gata • Kópavogi • sími 555 4151
varahlutir@biljofur.is • www.varahlutir.biljofur.is





Nýr og glæsilegur lfor Williams vélavagn er afar þægilegur í notkun og hentar fyrir flestar gerðir smærri véla.



Vel búin smiðja Vikurvagna þar sem ýmsar gerðir dráttarbeisla eru smíðaðar.



Nýinflutt bifreið komin í smiðju Vikurvagna þar sem hún fær dráttarbeisli.

Traustur bakhjarl í þrjá áratugi

Víkurvagnar hafa í þrjá áratugi þjónustað landsmenn og eru m.a. leiðandi hér á landi í framleiðslu á dráttarbeislum, kerrum og vögnum. Aukin hjólhýsa- og ferðamenning kallar á fleiri dráttarbeisli undir bílaflota landsmanna.

Víkurvagnar er rótgróin fyrirtæki sem hefur þjónustað landsmenn í rúmlega þrjá áratugi. Fyrirtækið er meðal annars leiðandi í framleiðslu á dráttarbeislum, kerrum og vögnum hér á landi auk þess sem það flytur inn vörulyftur til að nota aftan á sendiferðabíla og vörubíla. Að sögn Bjarna Benediktssonar, framkvæmdastjóra Vikurvagna, eru sífellt fleiri farnir að setja dráttarbeisli undir bíla sína en áður. „Aukin hjólhýsa- og ferðamenning kallar á fleiri dráttarbeisli undir bílaflota landsmanna. Síðan fjölga þeim stöðugt sem hjóla. Þá er tilvalið að setja festingar ofan á dráttarkúlurnar svo hægt sé að taka hjólin með, til dæmis í friði eða ef ætlunin er að hefja hjólatúrinn langt frá heimilinu.“

Leysa málin

Víkurvagnar flytja inn beisli frá tveimur fyrirtækjum, Westfalia og Steinhof, sem eru bæði virtir evrópskir framleiðendur, að sögn Bjarna. „Rafsettin fyrir dráttar-



„Aukin hjólhýsa- og ferðamenning kallar á fleiri dráttarbeisli,“ segir Bjarni Benediktsson, framkvæmdastjóri Vikurvagna. MYNDIR: SIGTRYGGUR ARI

beislin erum við að taka bæði frá Ryder í Bretlandi, Jaeger í Þýskalandi og ECS í Hollandi. Við smíðum einnig töluvert af beislum sjálfir, bæði undir t.d. ameríska bíla en einnig höfum við smíðað mikið af prófilbeislum undir jeppa og sendiferðabíla. Þannig getum við nánast alltaf leyst beislismálin með því að smíða þau því ef við eigum það ekki á lager er það einfaldlega smíðað undir viðkomandi bíl. Við eigum mikið af mótum fyrir beislin þannig að oft erum við búnir að smíða beislin áður en bíllinn kemur til okkar. Víkurvagnar eru langesta fyrirtækið hér á landi í dráttarbeislum og þjónustu við þau og búum við mjög að því.“

Hentugar vörulyftur

Vörulyftur, sem festar eru aftan á sendiferðabíla og vörubíla, spara mikinn tíma og fyrirhöfn. Víkurvagnar eru umboðsaðilar fyrir Zepro vörulyftur en þær eru sænskar og hluti af HIAB samsteypunni. „Við höfum aðallega þjónustað sendiferðabíla eins og MB Sprinter, Renault Master, Ford Transit og slíka bíla. Þar bjóðum við upp á mjög skemmtilegar lyftur með lyftublaði sem hægt er að leggja saman. Þá er hægt að ganga um aðrar afturdyrnar óháð lyftunni. Við setjum þær undir og þjónustum viðkomandi bíla. Einnig má nefna að við erum með mjög góða varahlutabjónustu fyrir

allar Zepro lyftur, bæði gamlar og nýjar. Þjónustustigið er mjög gott hjá okkur en við getum útvegað nánast alla varahluti á 24 tímum sem er nauðsynlegt í þessum bransa.“
Gott úrval varahluta
Víkurvagnar bjóða einnig upp á nánast alla varahluti sem þarf í kerrum, bæði bremsulausar og með evrópsku bremsuakerfi óháð tegund kerrunnar. „Þá erum við að tala um bremsuhluti, beislin sjálf og allan ljósabúnað ásamt ótal öðrum stýkkjum. Einnig bjóðum við upp á hjólabúnað fyrir þá sem að eru að smíða sér kerrur sjálfir. Víkurvagnar sjá um viðgerðir á

öllum kerrum, bæði reglubundið viðhald en einnig breytingar og slíkt sem stundum þarf að huga að.“
Fram undan er góður vetur að mati Bjarna en starfsmenn stefna alltaf á að gera hvert ár betra en fyrra ár. „Lífssýn okkar snýst um að sinna færri verkefnum en sinna þeim betur, í stað þess að vera með puttana í of mörgum verkefnum. Í vetur verður nokkuð um smíðar á sleðakerrum og síðan erum við líka að bjóða upp á skiðafestingar og -boga á flestar gerðir bíla.“
Nánari upplýsingar má finna á www.vikurvagnar.is.

Góðar stundir í bílskúrnum

Magnús Magnússon hefur í fjóra áratugi gert upp gamla bíla í bílskúrnum. Hann reynir að verja sem mestum tíma þar enda fær hann mikið út úr því að sjá gömlu bílana lifna við og öðlast nýtt líf.

Starri Freyr
Jónsson

starri@frettabladid.is



Stærstur hluti frítíma Magnúsar Magnússonar fer í að dunda sér í bílskúrnum heima í Keflavík þar sem hann gerir meðal annars upp gamlar bifreiðar. Magnús, sem er betur þekktur sem Maggi Hotrod, er lærður járnsmiður og hefur hann starfað við fagið og einnig blikksmiði meira og minna síðan árið 1978.

Áhuga sinn á bílum fékk hann eiginlega með móðurmjólkinni og segist hann hafa fæðst með bensin í blóðinu. „Í raun hef ég verið að fíka í bílum frá því að ég var smápolli. Þetta byrjaði með því að ég var að ryðbæta og slikt fyrir sjálfan mig og með tímanum hef ég farið að hjálpa öðrum með bílana þeirra.“

Byrjaði um 1980

Fyrsti bíllinn sem hann gerði upp var Studebaker 1955 en það var í kringum árið 1980. „Seinna gerði ég meðal annars upp einn Ford Popular 1953, nánast alveg frá grunni. Sá bíll er í mestu upphaldi hjá mér enda hef ég átt hann lengt.“

Meðal annarra bíla sem ég hef gert upp má nefna Oldsmobile Super 88 Holiday coupe 1965 og Chevrolet Bel Air 1954 en þeir eru



báðir staðsettir á höfuðborgarsvæðinu. Einnig má nefna Ford Zodiac 1960 en ég er ekki viss um ástandið á þeim bíl í dag. Svo gerði ég einnig upp tvær Benz-rútur sem var breytt í húsbíla en ég veit ekki hvar þær eru í dag.“

Ljúfsár tilfinning

Og stundirnar í skúrnum eru góðar, segir Magnús. „Ég hef átt þetta áhugamál lengi og festist bara í þessu eins og gerist þegar fólk dettur niður á skemmtileg áhugamál. Sjálfur reyni ég að eyða

sem mestum tíma þar enda veita þessar stundir mér svo mikið. Ég fæ líka mikið út úr því að sjá gömlu bílana lifna við og öðlast nýtt líf í skúrnum heima og það er ljúfsár tilfinning að sjá þá yfirgefa hann með nýjum eigendum.“

„Í skúrnum heima biður mín síðan einn Ford Coupe 1946 sem ég hef breytt töluvert og ætla ég mér að reyna að klára hann í vetur,“ segir Magnús Magnússon, sem gerir upp gamla bíla í skúrnum heima.

„Ég fæ líka mikið út úr því að sjá gömlu bílana lifna við og öðlast nýtt líf í skúrnum heima og það er ljúfsár tilfinning að sjá þá yfirgefa hann með nýjum eigendum.“

Spennandi verkefni biða

Ýmis spennandi verkefni biða hans í vetur að eigin sögn. „Í nóvember fer ég á stóra bílasýningu í Daytona í Bandaríkjunum en þá sýningu hef ég sótt á hverju ári í um 20 ár. Uppistaðan á sýningunni eru forn bílar og þar er svo sannarlega hægt að skoða margt og fá góðar hugmyndir. Svo er líka óhemju mikið af sölubásnum þar sem hægt er að finna alls konar dót og varahluti fyrir bílana. Í skúrnum heima biður mín síðan einn Ford Coupe 1946 sem ég hef breytt töluvert og ætla ég mér að reyna að klára hann í vetur. Svo finn ég mér eitthvað spennandi að gera, það er aldrei skortur á skemmtilegum verkefnum hjá mér.“

Sinna öllum viðgerðum

Arctic Trucks er viðurkennt þjónustuverkstæði fyrir Toyota. Nýtt og stærra verkstæði var opnað að Kletthálsi 3. Allt fagmenntaðir bifvélavirkjar. Ekki bara jeppar – þjónusta allar gerðir bíla.

Arctic Trucks er rótgróið fyrirtæki en við höfum sinnt jeppaviðgerðum og breytingum á jeppum um árabíl. Árið 2013 varð Arctic Trucks viðurkennt þjónustuverkstæði fyrir Toyota og þar með sinnum við öllum viðgerðum, framkvæmum þjónustuskóðanir og fleira,“ útskýrir Jóhannes Egilsson, sem stýrir verkstæðismóttöku Arctic Trucks.

Vel hefur gengið og segir Jóhannes þjónustuna fljótlega hafa sprengt utan af sér húsnæðið. Um síðustu áramót flutti svo þjónustuverkstæðið í nýtt og stærra húsnæði á sama stað, að Kletthálsi 3.

„Við höfum í gegnum tíðina eignast traustan hóp viðskiptavina sem við getum nú veitt betri þjónustu, því auðvitað eiga jeppamenn líka fólksbíla,“ bætir hann við. „Við viljum líka höfða til nágrenna okkar í efri byggðum höfuðborgarsvæðisins, sem nú þurfa ekki að leita jafn langt til að fá Toyota þjónustu.“

Faglært starfsfólk

„Á verkstæðinu starfa fimm manns á gólf með verkstjóra og hér hefur verið nóg að gera. Þó að við sérhæfum okkur í jeppum og jeppabreytingum, þá sinnum við viðgerðum á öllum bílum, stórum sem smáum. Allir okkar starfsmenn eru fagmenntaðir bifvélavirkjar og hjá okkur starfa einnig þrjú meistara. Allir starfsmenn sækja námskeið og uppfylla staða og kröfur Toyota varðandi þjálfun starfsmanna,“ segir Jóhannes.



Þjónustuverkstæði Arctic Trucks var opnað að Kletthálsi 3 um áramótin.

Olia frá Motul

„Arctic Trucks býður smurþjónustu fyrir allar gerðir bíla og geta viðskiptavinir fengið sér kaffisopa í biðstofunni meðan hún er framkvæmd. Einnig geta gestir þá skoðað úrval aukahluta sem er að finna í verslun okkar,“ bendir Jóhannes á. „Fyrirtækið gerði samning við Motul um notkun á þeirra olíum. Motul eru að koma sterkir inn á markaðinn hér á höfuðborgarsvæðinu en höfuðstöðvar þeirra eru á Akureyri. Motul bjóða gæðaoilur sem uppfylla staða Toyota.“

Fri bremsuskoðun

„Arctic Trucks tekur þátt í öllum herferðum Toyota. Nú stendur yfir herferð um bremsur og því bjóðum við fría skoðun á bremsum áður en veturinn gengur í garð.“

Þá erum með þjónustubíl sem skutlar fólk í vinnu eða heim þegar það kemur með bílinn í viðgerð til okkar. Það verður því enginn strandaglópur hér uppi á Kletthálsi,“ segir Jóhannes að lokum.

Nánar á www.arctictrucks.is



Arnór Ingólfsson verkstjóri og Jóhannes Egilsson, verkstæðismóttöku. „Við höfum í gegnum tíðina eignast traustan hóp viðskiptavina.“ MYND/ANTON BRINK



Fagmenntað fólk starfar á verkstæði Arctic Trucks og annast viðgerðir á öllum gerðum bíla.



Úpa
Verð 17.990,-
Stærðir 38-52



Kápa
Verð 29.990,-
Stærðir 34-52



Softshell jakki
Verð 17.990,-
Stærðir 36-52



Kápa
Verð 23.990,-
Stærðir 36-52



Síður jakki
Verð 27.990,-
Stærðir 38-54



Úpa
Verð 17.990,-
Stærðir 36-48



Jakkepeysa
Verð 17.990,-
Stærðir 36-48



Fóðrabur regnjakki
Verð 19.990,-
Stærðir 36-50



Úpa
Verð 15.990,-
Stærðir 38-52



Fóðrabur regnjakki
Verð 19.990,-
Stærðir 36-50



Síð úpa
Verð 15.990,-
Stærðir 36-52



Síð úpa
Verð 14.990,-
Stærðir S-3XL

Gott úrval
af yfirhöfnum
í góðum
stærðum!

B.

BRANDTEX

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

CISO SIGNATURE **B.** IMITZ JENSEN
BRANDTEX

Stjörnum prýddur dregill

Fögur fljóð í undur-samlegum klæðum prýddu rauða dregilinn á Emmy-verðlaunahátíðinni sem haldin var í vikunni. Að venju þóttu sumar leikkonurnar betur klæddar en aðrar.



Tracee Ellis Ross, leikkona í gamanþáttunum Black-ish og dóttir Diönu Ross, klæddist þessum íburðarmikla kjól úr hátískulínu Valentino.



Zazie Beetz var tilnefnd fyrir leik sinn í þáttunum Atlanta. Hún þótti töff í kjól frá Ralph Lauren. NORDICPHOTOS/GETTY



Penélope Cruz skryddist hvítum fjaðrakjól úr smíðu Chanel og bar við hann skart frá Atelier Swarovski.



Leikkonan Angela Sarafyan úr dramatisku þáttunum Westworld vakti verðskuldaða athygli í þessum prinsessukjól eftir Christian Siriano. Stjörnum prýddur kjóllinn þótti minna á gamla glamúrtime í Hollywood.



Þættirnir Game of Thrones voru sigursælir á hátíðinni. Emilia Clarke tók sig vel út í Dior.



Jessica Biel tekur sig ávallt vel út á rauða dreglinum. Hún steig ekki feilspor í ár í kjól frá Ralph & Russo.

Fyrirsætan og leikkonan Poppy Delevingne í sérstökum kjól frá Giambattista Valli.

Undirföt • sundföt • náttföt
30-60% afsl.

ÚTSALA
Selena

Bláu húsunum Faxafeni // www.selena.is // S: 5537355

**SMART FÖT,
FYRIR SMART KONUR**

Stærðir 38-52

My Style
tiskuhús

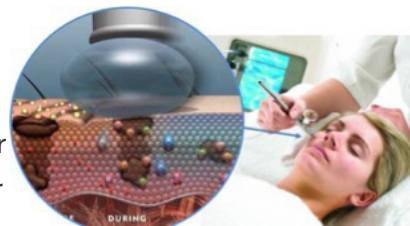
Holtasmára 1
201 Kópavogur
(Hjartaverndarhúsið)
Sími 571 5464

Sérmeðferðir fyrir þá sem gera kröfur um raunverulegan árangur !



Snyrtistofan Hafblik býður upp á hinn vinsæla Supreme Hollywood-meðferðarkúr sem gefur raunverulegan árangur. Þessi náttúrulega og kröftuga viðgerðarmeðferð á andliti er raunhæf leið til að eldast með fullri reisn. Staðreyndin er að það tekur okkur mörg ár að mynda djúpar hrukkur og aðrar skemmdir í húð. Þær hverfa ekki á einni nóttu. Það er engin skyndilausn til. Supreme Hollywood-meðferðarkúr er langtíma-

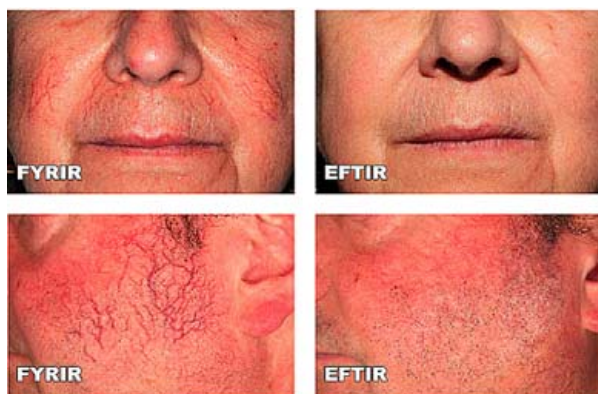
ferli og þ.a.l. raunveruleg viðgerð sem vinnur á ótímabærri öldrun húðar, vinnur á litabreytingum og öldrunarblettum og styrkir og stinnir húðvefinn. Starfsemi húðar verður sterkari, heilbrigðari og virkari.



Glæsilegir tilboðspakkar í boði og allt frá 55 þús. upp í 150 þús. kr. afsláttur !

Við bjóðum einnig: Háræðaslitsmeðferðir

HENDUR – ANDLIT – HÁLS – BRINGA



Hljóðbylgjumeðferð

Fjarlægir háræðaslit í andliti, háræðastjórnur, blóðblöðrur og skemmdir í húð eftir rósroða.

Hversu margar meðferðir þarf?

Algengt er 2-4 skipti, en misjafnt er hversu margar meðferðir þarf til að fjarlægja háræðaslit endanlega.



Fyrir þá sem gera kröfur um gæði og árangur

Bókið frían tíma í skoðun/viðtal

Snyrtistofan Hafblik

Bílar & Farartæki



TAMCO SPORT bensínvespa 50cc 25 km/h, 13 ára lámarksaldur, þrjú litir í boði. Ekkert próf, engar tryggingar, BARA GAMAN. Verð Kr. 209.000,-

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

Vissir þú að... Barnahéill
holl og góðfæra staund
að líkalegu heilbrigði
sem býrni elga reisa

0-250 þús.



RAFMAGNSHJÓL

Nýjar rafhlöður, ný kol í mótör, ný dekk að aftan, vel með farið hjól. Verð 250.000 sími: 895 2186 (Erlendur)

Viðgerðir

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

Þjónusta

Hreingerningar

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

Rafvirkjun

Gvendarbás.
Rafvirki - Aðhliða raflagnir
Sími 853-1199
gvendarbas@simnet.is

**RAFLAGNIR OG
DYRASIMAKERFI S. 896 6025**
Tilboð dyrasimakerfi,
mynddyrasimar, töfluskripti.
Löggiður rafvertaki. rafneisti@
simnet.is

Bókhald

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

Búslóðaflutningar

Ert þú að flytja? Búslóðafl.,
fyrirtækjafl., pianófl. o.fl. Extra
stór bill. Búslóðalyfta. Flutningabj.
Mikael's. S. 894 4560 www.flytja.is
flytja@flytja.is

Húsviðhald

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

Spádómar

ÖRLAGALÍNAN 908-1800
Spáum í spíl og ráðum drauma,
andleg hjálp og ráðgjöf. Opíó frá 20
-23 öll kvöld.

Hönnun



VERKFRÆÐITEIKNINGAR
Tek að mér að gera
verkfræðiteikningar af íbúðarhúsum
og sumarhúsum. Fast verð.
Upplýsingar í síma 783 4180 eða
kjarangardars@gmail.com

Ertu að leita að talent?

Við finnum starfsmanninn fyrir þig

Umsækjendur, skráið ykkur á

www.talentradning.is

TALENT
RÁÐNINGAR & RÁÐGGJÖF

talent@talentradning.is
bryndis@talentradning.is
Sími: 552-1600

Bryndis
GSM: 773 7400

Ráðningarþjónusta

Leitar þú að starfsmanni?

HH Ráðgjöf hefur vönduð vinnubrögð og fagmennsku að leiðarljósi. Við leggjum metnað okkar í að veita afburðarþjónustu og finna réttan einstakling fyrir þá aðila sem leita okkar aðstoðar við ráðningu starfsfólks.

» Kostir þess að nýta sér þjónustu HH Ráðgjafar eru m.a.:

■ Vinnusparnaður

Við vinnum úr umsóknum, leitum í gagnagrunni okkar, tökum forviðtöl og öflum umsagna.

■ Markviss leit

Sérskrifaður hugbúnaður gerir leit afar markvissa og tryggir að við finnum hæfasta einstaklinginn.

■ Þriggja mánaða ábyrgð

Ef starfsmaður hættir störfum innan þriggja mánaða er ráðningin í hans stað án endurgjalds.

■ Ekkert staðfestingargjald

Við leggjum áherslu á að rækta árangursríkt og ánægjulegt langtímasamband við viðskiptavini okkar og því greiðir þú ekkert ef ekki verður af ráðningu.

■ Fjöldi hæfra umsækjenda

Fjöldi umsækjenda er á skrá í almennum gagnagrunni okkar sem tryggir að við finnum rétta einstaklinginn fyrir starfið.

■ Fjölbreyttar þjónustuleiðir

Í boði eru fjölbreyttar þjónustuleiðir sniðnar að þörfum og væntingum viðskiptavina okkar. Þú finnur lausnina hjá okkur.

■ Reynsla og þekking

Hjá HH Ráðgjöf starfa sérfræðingar á sviði starfsmannamála sem búa m.a. yfir mikilli reynslu af ráðningum og hagnýtri menntun.

■ Sanngjarnt verð

Þjódum mjög hagstætt og samkeppnishæft verð á þjónustu okkar. Gerðu verðsamanburð!

HH Ráðgjöf er alhlíða ráðningarþjónusta og við státum okkur af því að veita framúrskarandi þjónustu hvort sem um ræðir ráðningu ófaglærðra, faglærðra eða sérfræðinga.

» Ráðgjafar okkar veita fúslega frekari upplýsingar í síma 561 5900 eða sendu okkur tölvupóst: hhr@hhr.is

stofus
agerstörf
Verslunarstörf
ldsstörf
ifstofust

HH
RÁÐGJÖF
RÁÐNINGARÞJÓNUSTA

Önnur þjónusta

Tækjaleiga



Allt hjá okkur
VERSLUNARTÆKNI
 www.verslunartekni.is
geiri
 Draughóli 4 - Sími: 535 1300
 verslun@verslunartekni.is

Keypt & Selt

Óskast keypt

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

Ábendingahnappinn má finna á www.barnaheill.is

S A F T I

Skólar & Námskeið

Ökukennsla

Ökukennsla, aðstoð við endurtökuþróf og aksturmat. S. 893 1560 og 587 0102, Páll Andrésson.

Húsnæði

Húsnæði óskast

Óska eftir 2-3ja herb. íbúð, stuðió íbúð eða stórum herb. til leigu á höfuðborgarsv. Uppl. í s. 783 6006

Geymsluhúsnæði

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

GEYMSLUR.IS
SÍMI 555-3464
 Geymslur af öllum stærðum. Allt að 20% afsláttur. www.geymslur.is

Atvinna

Atvinna í boði

Heimaas

VERKAMAÐUR / BYGGINGARVINNA
 Heimaas óskar eftir að ráða verkamann í byggingarvinnu.

Nánari uppl. í s. 8956820
 Guðmundur

heimaas@heimaas.is merkt "atvinna"

Atvinna óskast

VANTAR ÞIG SMIDI, MÚRARA, MÁLARA EÐA AÐRA STARFSMENN?
 Höfum á skrá menn sem geta hafið störf með skömum fyrirvara.

Proventus starfsmannaþjónusta - proventus.is Sími 551-5000
 Netfang proventus@proventus.is

Þjónusta



VANTAR ÞIG STARFSFÓLK

Handafl er traust og fagleg starfsmannaveita með margra ára reynslu á markaði þar sem við þjónustum jafnt stór sem smá fyrirtæki.

Við útvegum hæfa starfskrafta í flestar greinar atvinnulífsins

Markmið okkar er að spara viðskiptavinum tíma, fyrirhöfn og fjármuni.



Suðurlandsbraut 6, Rvk. | Sími 419 9000

info@handafl.is | handafl.is

Við gætum verið með næsta starfsmann mánaðarins á skrá

capacent

Ráðgjafar okkar búa yfir viðtækri þekkingu á atvinnulífnum og veita trausta og persónulega ráðgjöf.

www.capacent.is

Þjónustuauglýsingar Sími 512 5407

EYJALIND

Sæti og varahlutir í

- Lyftara
- Vinnuvélar
- Vörubíla
- Bátá

Vertu vitur okkar á Facebook

Sími: 517-8240 - Súðarvogur 20 - www.eyjalind.is

Bilvogur eh/f

Bifreiðaverkstæði
 Auðbrekka 17
 200 Kópavogi

Láttu okkur gera bílinn klárán fyrir veturinn.

Yfir 30 ára reynsla í öllum almennum bílavíðgerðum og smúrþjónustu.

Sími 564 1180 • bilvogurmot@simnet.is • www.bilvogur.is

Ferðaðþjónustuhús

Vönduð hús sem henta vel í ferðaðþjónustuna, afhendast fullkláruð.

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

viftur.is

Viftur • Blikkrör • Aukahlutir

ishúsið

S: 566 6000 • Smiðjuvegur 4a, 200 Kópavogur

Snyrti & nuddstofan Smart
 Kirkjulundi 19 • 210 Garðabæ

Alltaf frábær tilboð í gangi hjá okkur!
 Kíkjið á facebook síðu okkar:
[facebook.com/snyrti](https://www.facebook.com/snyrti) og nuddstofan smart

Verið hjartanlega velkomin.

Tímamantanir í s. 789 3031 & 897 3035 • helgasig2@gmail.com og á Facebook.com/snyrti og nuddstofan smart

Geymsluskúrar / gestahús til sölu

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

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

Atvinna

Húsvörður

Húsfélagið að Aflagranda 40 í Reykjavík vill ráða húsvörð í hlutastarf og miðað er við 50% starfshlutfall. Í húsinu eru 60 íbúðir.

Verkefni húsvörðar eru meðal annars: almenn þríf á sameign ásamt umsjón með sorpgeymslu, eftirlit með sameign og lóð auk minniháttar viðhalds og endurbóta.

Hæfniskröfur:

Kostur er iðn- eða tækni menntun, lágmarkskunnátta á tölvur, dugnaður og frumkvæði. Leitað er að snyrtilegum, laghentum og útsjónarsömum einstaklingi með frumkvæði til úrbóta. Lögð er áhersla á að umsækjandi sé jákvæður að eðlisfari og góður í samskiptum.

Skriflegar umsóknir berist:

Eignaumsjón hf. Suðurlandsbraut 30, 108 Reykjavík eða netfang starfsumsokn@eignaumsjon.is.

Umsóknarfrestur er til og með 30. september 2018.

Fasteignir



SALA FASTEIGNA SÍÐAN 1957



EFSTALEITI 27

Efstaleiti 27 & Lágaleiti 1-3

FRÁBÆRLEGA STAÐSETTAR

ÍBÚÐIR MIÐSVÆÐIS Í REYKJAVÍK

Í Efstaleitinu rís nútímalegt íbúðahverfi á einum besta stað í borginni. Efstaleitið er sannkallað miðborgarhverfi í göngufæri við helstu verslunar- og þjónustukjarna borgarinnar og falleg útivistarsvæði.

Stúdíóíbúð verð frá 37,2 m.

2ja herb. verð frá 37,9 m.

3ja herb. verð frá 58,9 m.

4ra herb. verð frá 64,9 m.

Einnig eru örfáar íbúðir óseldar í Jaðarleiti sem eru til afhendingar fljótlega.

KYNNING Í DAG, FIMMTUDAG

Á EIGNAMIÐLUN, GRENSÁSVEGI 11, MILLI KL. 14.00 OG 16.00

HÆGT VERÐUR AÐ SKOÐA SYNINGARÍBÚÐ Í JAÐARLEITI 6 Í FRAMHALDI AF KYNNINGUNNI

Brynjar Þór Sumarliðason

löggiltur fasteignasali
brynjar@eignamidlun.is
Sími 896 1168



Þórarinn M. Friðgeirsson

löggiltur fasteignasali
thorarinn@eignamidlun.is
Sími 899 1882



intellecta.is

RÁÐNINGAR

intellecta

Atvinnuauglýsingar | Job.is

Þjónustufulltrúi - Kennara-samband Íslands

capacent

Kennarasamband Íslands óskar eftir að ráða þjónustufulltrúa í 100% starf fyrir sjóði sambandsins. Aðaláhersla verður á starf fyrir Orlofssjóð eða allt að 50% af starfinu.

Við leitum að áhugasömum og úrræðagóðum einstaklingi sem er lipur í mannlegum samskiptum og þjónustulundaður.

Upplýsingar og umsókn á
capacent.is/s/7127

ÍBÚÐALÁNASJÓÐUR - MANN-AUÐS- OG FRÆÐSLUSTJÓRI



Íbúðalánasjóður óskar eftir að ráða mannaúðs- og fræðslustjóra. Hlutverk mannaúðs- og fræðslustjóra er að efla og þróa mannaúð íbúðalánasjóðs, samskipti og starfsumhverfi starfsmanna og að stuðla að traustri fyrirtækjamenningu sem byggir á gildum sjóðsins: frumkvæði – ábyrgð – samvinna.

Upplýsingar veitir:

Inga S. Arnardóttir, inga@hagvangur.is
Umsóknir óskast fylltar út á:
www.hagvangur.is.
Umsóknarfrestur er til og með
2. október 2018

SÝN - Kerfisstjóri / Microsoft sérfræðingur

intellecta

Sýn óskar eftir að ráða öflugan kerfisstjóra með góða þekkingu og reynslu af rekstri Microsoft kerfa.

Í starfinu felast uppsetningar og rekstur á miðlægum Microsoftþjónum Sýnar ásamt því að þjónusta Office 365, Active Directory, SQL, SCCM, VMware og fleira. Nánari upplýsingar veita Torfi Markússon (torfi@intellecta.is) og Thelma Kristín Kvaran (thelma@intellecta.is) í síma 511-1225.

Umsóknarfrestur er til og með

24. september 2018.

Umsókn óskast fyllt út á www.intellecta.is

Sjá nánar á job.is

GRAL KYNNIR

SVARTLYNG



SÓTSVARTUR GAMANLEIKUR
eftir Guðmund Brynjólfsson


TJARNARBIÓ

Framsýnt 21. september | Miðasala á tix.is

Akureyringar gerðu Valsmönnum stóran greiða



Yfir til ykkar, Valur KA náði einu stigi gegn nýkrýndum bikarmeisturum Stjörnum á Samsung-vellinum í gær í leik þar sem Garðabæingar máttu ekki við því að tapa stigi. Stjarnan sótti stift á lokamínútum í leit að sigurmarki sem hefði haldið lifi í draumum þeirra um að vinna tvöfalt í ár en án árangurs. Þegar tvær umferðir eru eftir er staðan afar vænleg fyrir Valsmenn og stefnir allt í að titillinn verði áfram á Hlíðarenda. FRÉTTAÐLADIÐ/SIGTRYGGUR ARI

Nýjast

Pepsi-deild karla



Stjarnan - KA

1-1

0-1 Elfar Árni Aðalsteinsson (62.), 1-1 Sólví Snær Guðbjargarson (79.).

Fylkir - Breiðablik

0-3

0-1 Thomas Mikkelsen (27., viti), 0-2 Jonathan Hendrickx (45.), 0-3 Aron Bjarnason (57.).

Raukt spjald: Gunnleifur Gunnleifsson, Breiðablik. (90+2.).

Efri	Neðri	
Valur	43	Grindavík 25
Stjarnan	40	ÍBV 23
Breiðablik	38	Víkingur R. 22
KR	33	Fylkir 22
FH	31	Fjölnir 19
KA	25	Keflavík 4

Blóðtaka fyrir norðankonur

FÓTBOLTI Þór/KA sendi frá sér tilkynningu í gærkvöld þar sem fram kom að liðið mun verða án þriggja lykilleikmanna í lokaleik Pepsi-deilda karla kvenna og gegn Wolfsburg.

Ariana Calderon, Bianca Sierra og Sandra Stephany Mayor þurfa að fara til móts við mexíkanska landsliðið tveimur vikum fyrir en áætlað var. Þór/KA reyndi með aðstoð KSÍ að semja við knattspyrnusamband Mexíkó sem var ekki tilbúið að koma til móts við Akureyringar. – kpt

Munum standa áfram með okkar málstað

Ekkert varð af leik Hugins og Völsungs í gær þar sem liðin mættu sitt á hvorn völinn. Seyðfirðingar telja að KSÍ hafi verið óheimilt að skipta um völl og standa með sínum málstað þrátt fyrir að þeir gætu misst stig og átt von á sekt.

FÓTBOLTI Eitt skrátnasta mál sumarsins varð enn skrátnara í gær þegar leikur Hugins og Völsungs í 2. deild karla átti að fara fram. Þegar flauta átti leikinn á voru liðin sitt í hvoru bæjarfélaginu. Seyðfirðingar höfðu fyrir um daginn lýst yfir áhyggjum við KSÍ af því að völlurinn væri ekki í góðu standi. Var leikurinn því færður á Fellavöll á Egilsstöðum en þegar átti að flauta hann á voru leikmenn Hugins tilbúnir í slaginn á Seyðisfirði. Á Egilsstöðum biðu leikmenn Völsungs og dómararþreykið þar til ljóst var að leikurinn færi ekki fram. „Við mættum á svæðið til að spila leikinn en þegar þeir voru ekki mættir hálf tíma fyrir leik fór okkur að gruna ýmislegt.“ sagði Jóhann Kristinn Gunnarsson, þjálfari Völsungs, er Fréttablaðið heyrði í honum. Hann átti von á því að þeim yrði dæmdur sigur.

„Þeir vissu alveg hvar leikurinn var og við vorum ekkert að keyra þetta til gamans, það voru allir klæddir og klárir í leik af okkar hálfu.“

Málið má rekja til leiks liðanna fyrir mánuði síðan þegar dómari leiksins vísaði leikmanni Völsungs ranglega af velli þegar skammt var til leiklokka. Manni fleiri nýtti Huginn sér það til að skora sigurmark en á leikskýrslunni var ekkert minnst á rauða spjaldið og voru mistök þvi leiðrétt þar.

Völsungur óskaði eftir því að leikið yrði á ný og fékk það í gegn hjá afþjýðunaráðstandi KSÍ, þvert á vilja Seyðfirðinga, eftir að aga- og úrskurðarnefnd sambandsins hafði hafnað því.

Ákvörðun um úrslit leiksins verður tekin í dag í samræmi við mótareglur KSÍ.

Klara Bjartmarz



Við erum reiðubúnir að taka því ef okkur verður refsað af KSÍ. Við munum standa með okkar málstað.

Brynjar Skúlason

Brynjar Skúlason, þjálfari Hugins, kannaðist við póstin en samkvæmt hans skilningi mátti ekki færa leikinn. „Við sendum vissulega póst með áhyggjum af leikvöllum en yfirleitt er það dómari sem ákveður þetta. Hins vegar kemur það fram að því verði ekki haggð sem kemur fram í dómsúrskurðinum og þar stóð að leikurinn ætti að fara fram á Seyðisfirði, ekki á Egilsstöðum og sá völlur var heldur ekki í boðlegu standi. KSÍ er einfaldlega að moka yfir drulluna sem þetta mál er.“ sagði Brynjar og hélt áfram.

„Starfsmenn KSÍ gera, ólíkt okkur, mistök í þessu máli. Við gerum hvernig mistök, við spiluðum fótbolta leik og

munum hann og okkur er refsað. Við sættum okkur ekki við það að vera ytt upp að vegg og þurfa að bera hitann og kostnaðinn af því.“ sagði Brynjar sem sagði að þeir óttuðust hvorki sektir né refsingar af hálfu KSÍ og að þeir hafi ætlað sér að sýna í verki óánægju sína með vinnubrögð sambandsins.

„Við sögðum við KSÍ að þeim væri ekki heimilt að flytja leikinn. Framkvæmdastjóri KSÍ sagði að úrskurðurinn um að það þyrfti að leika á ný væri óhagganlegur og þá ætti leikstaður að vera undir því líka. Við erum reiðubúnir að taka því ef okkur verður refsað af KSÍ. Við ætlum að standa með okkar málstað, ég sjálfur mun aðstoða við að greiða sektina því þetta er einfaldlega prinsippmál og það er að okkur vegið á margan hátt.“

Klara Bjartmarz, framkvæmdastjóri KSÍ, segir að málið verði skoðað á nánar og að ákvörðun verði tekin á fundi mótanefndar í dag.

„Það stendur vissulega Seyðisfjarðarvöllur en okkur var tilkynnt að hann væri ekki leikfær og þá tilkynntum við það strax að leikurinn yrði færður. Við fengum engar athugasemdir við því.“ sagði Klara og hélt áfram.

„Það verður skoðað í hvernig þetta fer í samræmi við mótareglur KSÍ, lið sem mæta ekki til leiks tapa leiknum sjálfkrafa 0-3.“ sagði Klara sem vildi ekki tjá sig að svo stöddu hvaða refsing gæti fylgt því fyrir lið að mæta ekki á keppnisstað.

kristinnpall@frettabladid.is



vfs.is

M12 BPRT

Alvöru hnoðbyssa frá Milwaukee

Tekur ál, stál og ryðfri hnoð upp að 4,8mm. LED ljós fyrir léleg birtuskilyrði. Sveigjanlegt rafhlöðu kerfi sem virkar með öllum Milwaukee® M12™ rafhlöðum.

Verð 59.900 kr. (með rafhlöðu)

VERKFÆRA
SALAN

Verkfæri í miklu úrvali



VIAir 12V loftdælur í miklu úrvali.

Jeppatjakkur 2.25t 52cm.

17.995

METABO Bütsög KS216

16.995

Verðmætaskápur frá 4.995

Verkfæralagerinn

Smáratorgi 1, 201 Kópavog, sími 588 6090, vl@verkfæralagerinn.is
Mán.-fim. kl. 9-18, fös. kl. 9-18:30, lau. kl. 10-18, sun. kl. 12-17

Sjá nánar á www.grillbudin.is

Lager hreinsun

á fjölda vara fyrir veturinn

Aðeins í dag,
föstudag, laugardag
og sunnudag

TAKMARKAÐ MAGNI!

LANDMANN. 2ja brennara
Your World of BBQ

4 KW



Verð áður 34.900
24.430

2 brennarar Grindur úr pottjárni

30% afsláttur

LANDMANN.
Your World of BBQ

TRITON
3ja brennara

38% afsláttur



Verð áður 79.900
49.900

Niðurfellanleg hlíðarborð

POWER PIS

Sole

Innrauður keramik stuttbylgju hitari



Verð áður 32.900
22.900

Fjarstýring fylgir

Hentar mjög vel til að hita upp sólpalla, lokaðar svalir og útsvæði veitingahúsa

afsláttur 30%

40% afsláttur

Verð áður 19.900
11.940



Sendum frítt með Flytjanda
Utan höfuðborgarsvæðis
Nánari upplýsingar á www.grillbudin.is

LANDMANN.
Your World of BBQ

TRITON
4ra brennara

30% afsláttur



Verð áður 99.900
69.900

Innbyggð gashella

POWER PIS

14,8 KW

Ryðfrítt stál



Útilljós
frá Svíþjóð

50% afsláttur

MODENA Item no. 7512-320



Garðhúsgögn
frá Þýskalandi

50% afsláttur

Opið virka daga 11-18
Laugardag 11-16
Sunnudag 12-16

Grillbúðin
SÉRVERSLUN MEÐ GRILL OG GARÐHÚSGÖGN

Smiðjuvegi 2, Kópavogi (við hliðina á Bónus)

Sími 554 0400

grillbudin.is

Merkisatburðir

1654 Tveir menn eru brenndir á báli fyrir galdur í Trékyllisvík á Ströndum.

1870 Ítalska konungsríkið hertekur Róm eftir stutt átök við hersveitir Páfaríkisins.

1900 Yfir þrjátíu manns farast í ofsaveðri, 18 menn úr Ketildólum drukknuðu í sjó, þar af 15 úr Selárdal. Veðrið veldur jafnframt slysum og tjóni á húsum víða, til dæmis brotna kirkjurnar á Urðum og Upsum í Svarfaðardal í spón.

1963 Í borgarstjórn Reykjavíkur er samþykkt að leyfa kvöldsölu um lúgur til klukkan 22 og borgarráði er heimilað að framlengja söluleyfi til klukkan 23.30 á kvöldin.

1979 Þrjátíu og fjórir flóttamenn frá Víetnam koma til Íslands.

2003 Lettar samþykkja inngöngu í Evrópusambandið í þjóðaratkvæðagreiðslu.

2004 Wikipedia nær milljón greinum á 100 tungumálum og er þá orðið stærsta alfræðirit veraldar.

Verkfall grunnskólakennara hefst.

2007 Lögregla og tollayfirvöld gera tugi kílóa af amfetamíni upptæk á Fáskrúðsfríði en reynt var að smygla fíkniefninu með seglskúttunni Pólstjórnunni.



Sigurjón hefur jafnan yfrið nóg að gera við kvikmynda og þáttagerð og nú á Ófærð hug hans allan. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

Að moka skítinum jafnóðum

Sigurjón Kjartansson kvikmyndagerðarmaður er fimmtugur í dag en er utan þjónustusvæðis. Rétt áður en hann sneri baki við amstri stórborgarinnar fékk hann upphringingu.

Er ég að eyðileggja fyrir þér matartímamann? spyr ég Sigurjón Kjartansson kvikmyndagerðarmann hikandi. „Þú ert að eyðileggja fyrir mér daginn.“

Nú er ég að falast eftir afmælisviðtali. „Mig grunaði það.“

Hvernig list þér á það? „Ágætlega sosome. Ég er hins vegar ... ef þú ætlar að fara að vesenast í að myndna mig ... á leiðinni úr bænum.“

Það var verst. En það hljóta að vera til myndir af þér hér í myndasafninu. „Já, já, gullfallegar myndir, ábyggilega.“

Ég hef fulla trú á því. Á að stinga af?

„Það á að stinga af – vera utan þjónustusvæðis á afmælinu. Setningin „hann er að heiman í dag“ verður í fullu gildi.“

Hvernig leggst í þig að verða hálfra aldar gamall? „Bara ágætlega. Ég kvíði þessu ekkert sérstaklega.“

Hefurðu búið þig eitthvað undir það andlega? „Það mætti kannski segja það. Ég hef trú á því að árin milli fimmtugs og sextugs, jafnvel fimmtugs og sjötugs, geti verið bara alveg ágætur tími.“

Ég get staðfest það – góður tími ef maður heldur lifi og heilsu. „Þetta hefur mér sko verið sagt. En svo er þetta líka spurning um að hafa náð að moka skítinum sínum jafnóðum, svona hinum

andlega skít. Þá held ég að þessi ár geti orðið ansi ljúf og ég er bara ágætlega í stakk búinn.“

Hvernig hefur þú ofan af fyrir þér dags daglega? „Ég hef ofan af fyrir mér með því að starfa hjá RVK stúdíó, hann Baltasar á það nú, við höfum verið að reka það og gera meðal annars Ófærðarseríurnar. Núna er það seria tvö sem heldur mér fönngum. Við erum að klippa hana og ætlum að setja hana í loftið fyrir áramót. Svo er ég svokallaður þróunarstjóri hjá RVK stúdíó og þar eru að kokaast ansi mikki skemmtileg verkefni sem ég get ekki mikið sagt frá – en lifi og hrærist í.“ gun@frettabladid.is



Elskuleg móðir okkar, tengdamóðir, amma og systir,

Hugrún Ósk Heiðalsdóttir

Smárahlið 12d, Akureyri, er látin. Útför hennar mun fara fram í kyrrþey.

Guðrún Ólaf Björnsdóttir
Ari Sigþór Heiðdal Björnsen
Jón Fannar Björnsen

Birga Björn Hjartarson
Ara Dan Pálmadóttir

Fanney Björg Björnsdóttir
Daði Guðvarðarson
ómmubörn og systkini.



Ástkær móðir okkar,
Edda Sigurðardóttir

lést 10. september.
Útförin fer fram frá Grafarvogskirkju föstudaginn 21. september kl. 13.

Anna Linnet Þorsteinsdóttir
Guðmundur Óskar Bjarnason
Guðrún Linnet Bjarnadóttir
Styrmir Árnason
og fjölskyldur þeirra.



Ástkær eiginkona, móðir, tengdamóðir, amma og langamma,
Guðlaug Sveinsdóttir

frá Ólafsvík,
Lækjabrún 17, Hveragerði,
lést á hjúkrunarheimilinu Ási í Hveragerði 15. september. Útförin fer fram frá Hveragerðiskirkju laugardaginn 22. september kl. 14.

Egill Guðmundsson

Elisabet Eygló Egilsdóttir
Sveinn Egilsson
Elin Puriður Egilsdóttir
Guðmundur Gísli Egilsson
Sigurður Egilsson
Guðbjörg Egilsdóttir
Gústaf Geir Egilsson
Hólmur Egilsson
Sigurlaug Egilsdóttir
Agla Egilsdóttir

Margrét Bjartmarsdóttir
Guðlög Kristinn Kristgeirsson
Guðlaug Jóhanna Steinsdóttir
Herdis Þórðardóttir
Guðbrandur Björgvinsson
Valda Visockaite
Halldóra Einarssdóttir
Ingólfur Gauti Ingvarsson
Arnljótur Arnarsson

Gaman að hafa eitthvað að hlakka til

Helena Eyjólfssdóttir kemur fram á fyrstu Tíbráttónleikum haustsins í Salnum í kvöld og syngur lög frá sínum langa og farsæla ferli, sum hver í öðrum og djassaðri útsetningum en við eigum að venjast. Með henni spila Jón Rafnsson, Stefán Már Magnússon og Karl Olgeirsson og einnig strengjakvartett og söngvarinn góðkunnni, Friðrik Ómar, verður sérstakur gestur

Helena kveðst fremur lítið hafa sungið að undanförmu. „Ég hélt ekki að ég mundi halda fleiri tónleika í Salnum en félagar minir yttu á mig og aðstandendur Salarins líka. Það er voða gaman að vera í þessu Tíbráddæmi, tónleikarnir hafa dálítið klassískt yfirbragð og það er alveg yndislegt. Það gerir gifurlega mikið fyrir lögin að vera með þessar flottu útsetningar hans Kalla Olgeirs og fiðlurnar. Við erum búin að æfa vel og allt er að smella.“

Helena er á áttæðisaldri og kveðst þakklát fyrir að geta enn sungið. „Ég er svo heppin með heilsuna,“ segir hún og er rúkkud um góð heilsueflingarráð. „Ég fer í göngu á hverjum degi og ráðlegg öllum að gera það sem geta. Það er dásamlegt að labba í þrjú korter, klukkutíma. Ekki bara til að viðhalda líðleika heldur er það líka svo gott andlega. Maður hugleiðir sitt-hvað á göngunni og liður svo vel á eftir.“

Góða gönguleiðir eru á Akureyri þar sem Helena býr. „Ég labba mikið í Kjama-



Yfirbragð tónleikanna verður röleg og rómantískt að sögn Helenu Eyjólfss og fullt af skemmtilegum sögum og minningum. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

skógi og á leirunum fyrir innan flugvöllinn, um gömlu brýrnar, þar er svo gott næði, meðal annars til að rífa upp texta. Suma texta man ég alla tíð, eins og þeir séu komnir á harða diskinn, en öðrum þarf ég að dusta rykið af ef tónleikar eru fram undan. Mér finnst svo mikilvægt að kunna textana vel þegar ég syng. Í barna-

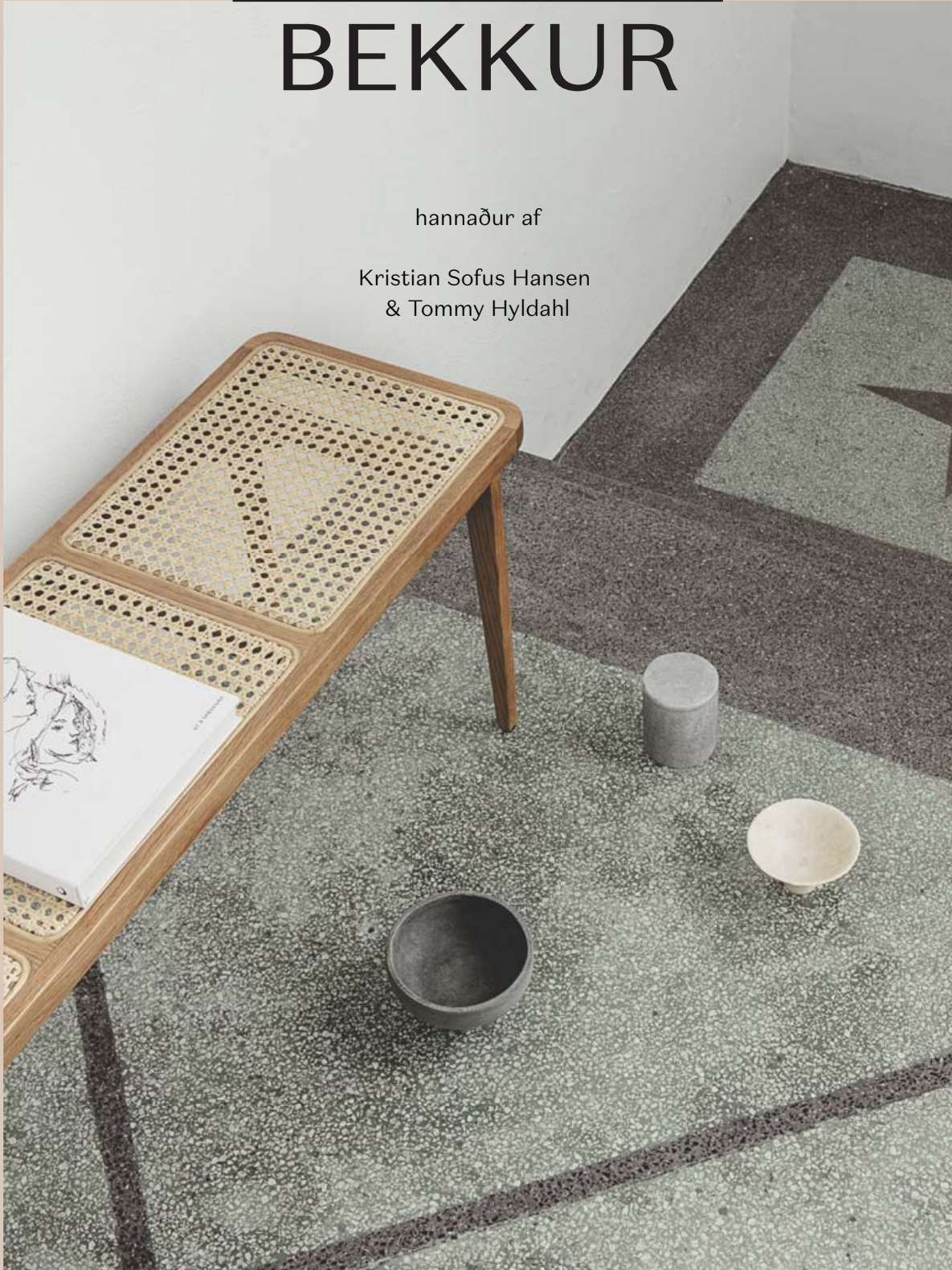
skóla var ég fljót að læra ljóð utan að og sem betur fer held ég þeim hæfileika enn að geta lært. Það er heilmikil áskorun að koma fram í Salnum, ég neita því ekki. En það er gaman að takast á við verkefni og hafa eitthvað að hlakka til.“

Tónleikarnir hefjast klukkan 20. gun@frettabladid.is

LE ROI BEKKUR

hannaður af

Kristian Sofus Hansen
& Tommy Hyldahl



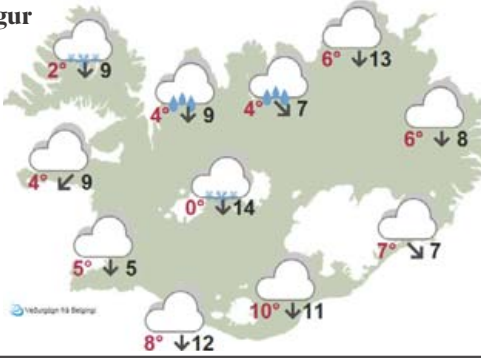
NORR11

HVERFISGATA 18A – 101 REYKJAVÍK

VEÐUR, MYNDASÖGUR & ÞRAUTIR

Fimmtudagur

Norðan og norðvestan 10-18 m/s. Þurr og bjart veður sunnan- og vestanlands, annars rigning eða slydda og snjökoma norðan til á landinu ofan 100-200 metra yfir sjávarmáli. Hiti 1 til 10 stig, mildast syðst.



Föstudagur

Reykjavík 5° ↓ 10	Ísafjörður 0° ↙ 7	Akureyri 2° ↘ 11
Egilsstaðir 4° ↓ 13	Kirkjubæjarkl. 6° ↓ 14	Hveravellir -1° ↓ 12

Laugardagur

Reykjavík 5° ↙ 7	Ísafjörður 2° ↑ 10	Akureyri -0° ↗ 3
Egilsstaðir 1° ↘ 8	Kirkjubæjarkl. 6° ↓ 3	Hveravellir -1° ↑ 3

LÉTT

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

MIDLUNGS

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

ÞUNG

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

Krossgáta

- LÁRÉTT**
- smala
 - flumbrugangur
 - íþróttafélag
 - jafnskipting
 - samtök
 - ekki nóg
 - geðþótti
 - óforsjálni
 - tungumál
 - högg
- LÓDRÉTT**
- syrpa
 - austurálfa
 - brugöningur
 - afhendning
 - handarvik
 - tvisýna
 - kast
 - umrót
 - gjaldmiðill

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

LÁRÉTT: 1. serna, 2. sís, 3. físa, 4. ársál, 5. sál, 6. th, 7. mót, 8. mót, 9. mót, 10. sál, 11. handtak, 12. verp, 13. verp, 14. los, 15. k, 16. k.

Skák Gunnar Björnsson

Kristiansen átti leik gegn Jacobsen í Danmörku árið 1976.

- Bxf7+! Kxf7 2. Rxe5+ Kg7
- De6! Hg8 4. Hxd7+ Rxd7
- Rxd7 1-0. Heimsbikarmótið í skák hefist á sunnudaginn í Tbilisi í Georgíu. Jóhann Hjartarson er meðal keppenda.

www.skak.is: Innlend skák-mót.



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

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

Pondus



Eftir Frode Øverli

Gelgjan



Eftir Jerry Scott & Jim Borgman

Barnalán



Eftir Jerry Scott & Rick Kirkman

X-LÍNA OPEL ER FULLKOMNUÐ

Nýr Grandland X fullkomnar flokk sportjeppinga frá Opel. Hver þeirra þriggja hentar þér best?

Opel Grandland X
Verð frá: 3.990.000 kr.
Frumsýningartilboð:
Verð frá: 3.790.000 kr.
UPPSELÐUR!
Nýsýnding vaxtarlag

Opel Mokka X
Verð: 4.990.000 kr.
Tilboðsverð:
4.490.000 kr.

Opel Crossland X
Verð frá: 3.090.000 kr.
Tilboðsverð frá:
2.890.000 kr.

Aðrir ótrúlegir bílar eru þessu tilboði tilboði

Reynsluaktu Opel fyrir 30. sept.
Þú ferð þú í pottinn og átt möguleika á að vinna Opel Karl til afnota í heilt ár.

THE FUTURE IS EVERYONES

GLAMOUR



SMÁRALIND

Láttu sjá þig á
GLAMOUR KVÖLDI
í *Smáralind* í kvöld

20. SEPTEMBER KL. 17:00 - 21:00

Fyrstu 150 gestirnir fá
veglega gjafapoka frá Glamour
og Smáralind!

**ALLT ÞAÐ NÝJASTA
Í TÍSKU, FÖRÐUN OG HEILSU
KYNNT Á GÖNGUGÖTUNNI**

• Ýmis tilboð í verslunum

- Sigga Kling, Halla himintungl og Elíndíva spá og lesa í stjörnurnar
- DJ Vala og Egill Spegill halda uppi fjörinu
- Helstu dragdrottningar og kóngar landsins mæta í allri sinni dýrð
- DanceCenter Reykjavík sýnir gestum réttu sporin
- Ljúffengar veigar í boði og margt fleira!

#GLAMOURxSMÁRALIND



Þú gætir unnið 30.000 kr. gjafakort frá Smáralind!
Taktu mynd af þér við glæsilegasta myndavegg landsins og merktu
á Instagram #glamourxsmáralind

Sjáumst í Smáralind!



Þessi sjón blasir við þeim sem kaupa nýja BMW-bíla og kerfi af þessu tagi munu vafalaust þróa margan lúxusbílinn á næstu misserum. Bílar framtíðarinnar verða sífellt tæknivæddari.

Talaðu við Bimmann

„Hæ, Bimmi, getur þú sagt mér hver er megintilgangur lífsins?“ Kannski of erfið spurning, en nýtt BIPA-samskiptakerfi BMW gerir ansi margt fyrir ökumann og t.d. er nóg að segja að manni sé kalt.

Væri ekki þægilegra að geta bara talað við bílinn og beðið hann um hitt og þetta, til dæmis að hækka hitann á miðstöðinni, setja afturrúðuhitarann á og rúðupurrkurnar og svo framvegis í stað þess að stýða á hina og þessa takka hér og þar eða á snertiskjánum?

Verkfræðingar BMW Group eru að leggja lokahönd á BIPA (BMW Intelligent Personal Assistant), háþróað samskiptakerfi sem fánlegt verður frá og með mars 2019 í vissum gerðum BMW á helstu lykilmörkuðum heims til að byrja með.

Kerfið lærir á þig

BIPA er svo þróað kerfi að það lærir

á venjur ökumanns. Þannig stillir BIPA sætisstöðuna fyrirfram, setur miðstöðina á þann hita og blástur sem ökumaðurinn er vanur að hafa og eykur hitann segi ökumaðurinn að sér sé kalt. Kerfið er ræst með því einu að segja „Hey, BMW“ sem má breyta og gefa kerfinu nýtt nafn, t.d. Bimmi eða Villi, Jóna eða hvað eina.

„Hæ, Bimmi!“

Bimmi er kunnugur öllum stjórn-tækjum bílsins. Þess vegna nærir að segja: „Hæ, Bimmi, mér er kalt!“ Þá hækkar hitastigið í bílnum. Kerfið lærir einnig á venjur, t.d. endurteknar skipanir, og raddbeitingu ökumannsins eða framburð og fleira til að öðlast aukna færni til að svara óskum hans rétt. BIPA

getur líka upplýst ökumanninn um stöðu motoroliunnar fai kerfið slíka spurningu, „Hey, BMW, is the oil level okay?“ Það má líka spyrja BIPA hvernig sjálfvirku háu ljósin virki með spurningunni „How does the High Beam Assistant work?“ Þá útskýrir BIPA það. Einnig verður hægt að biðja BIPA um að finna næstu bensinstöð á leiðinni, svo dæmi sé tekið.

Eykur velliðan og árvekni

Þar sem BIPA safnar upplýsingum um venjur ökumannsins getur BIPA líka gert ákveðnar stílfærslur til að auka þægindi ökumanns enn frekar, t.d. þegar hann er þreyttur. Segi hann t.d. „Hæ, BMW, ég er þreyttur“, dregur BIPA úr birtustigi í bílnum,

breytir um tónlist, aðlagar hitastigið og sætisstöðuna og fleira í því skyni að auka athygli ökumannsins við aksturinn. BIPA hressir, bætir og kætir svo ökumaðurinn haldi árvekni sinni við aksturinn en koðni ekki niður og sofnir undir stýri.

Góður leiðsögumaður

Veiti eigandinn BIPA aðgang að dagbók sinni, t.d. um bókaða fundi og fleira, getur kerfið skipulagt leiðina á næsta fundarstað með því að velja bestu leiðina með tilliti til umferðarþunga og fleira og síðan fundið hentugt bílastæði í nágrenninu. BIPA er líka afþreyingarkerfi og þess vegna má biðja BIPA um að spila ákveðnar tónlistartegundir („Play classical music, please“) eða spyrja hvaða lag það sé sem verði er að spila ákkurat núna í útvarpinu. BIPA þekkir eiginlega öll lögini!

Tekur stöðugum framförum

Kerfið fær nýjar uppfærslur um netið jafnóðum og þær eru tilbúnar hjá BMW. Á næstu árum verður því jafnvel hægt að eiga samræður við Bimma, jafnvel um megintilgang lífsins hér á jörð! Allar upplýsingar um samskiptin skráir BIPA í miðlægan gagnagrunn sem skráður er á ökumanninn og er hluti af „prófilmynd“ sem hægt er að færa yfir á

KERFIÐ LÆRIR EINNIG Á VENJUR, T.D. ENDURTEKNAR SKIPANIR, OG RADDBEITINGU ÖKUMANNSINS EÐA FRAMBURÐ OG FLEIRA TIL AÐ ÖÐLAST AUKNA FÆRNI TIL AÐ SVARA ÓSKUM HANS.

nýjan BMW þannig að næsti bíll þekki nýja eigandann og allar helstu venjur hans.

Á stærstu mörkuðum til að byrja með

Grunngerð BIPA – BMW Intelligent Personal Assistant – verður fánlegt með raddstjórn á 23 tungumálum og jafn mörugum mörkuðum frá og með mars 2019, en ekki hefur verið gert ljóst hvaða lönd nákvæmlega það verða. Þó er vitað að stærstu markaðir heims fá kerfið strax í byrjun með fleiri eiginleikum en grunngerðin býr yfir. Þeirra á meðal eru Bandaríkin, Þýskaland, Bretland, Ítalía, Frakkland, Spánn, Sviss, Austurríki, Brasilía, Japan og Kína.

Tesla Model S ekið 676.000 kílómetra

Sá eigandi Tesla Model S bíls sem ekið hefur bíl sínum lengst hefur nú þegar farið á honum 676.000 kílómetra og verður það að kallast ágæt ending og fágætt að bílar með brunavél endist til svo langs aksturs. Þessi Model S bíll er af S P85 gerð og eigandi hans segir að rafhlaða bílsins dugi enn með ríflega 80% hleðslugetu. Tesla heldur utan um lista yfir þá bíla sem mest hefur verið ekið og í öðru sæti á þessum lista er annar Tesla Model S bíll af S 90D gerð og hefur honum verið ekið 660.000 km. Tveir aðrir Tesla X 90D bílar hafa náð 500.000 km múrunum, svo það er ekki bara fólkabíllinn af S gerð sem aka má svona langt, heldur einnig X jeppinn.

Lítið viðhald

Rafmagnsbílar Tesla, sem og aðrir rafmagnsbílar, krefjast ekki mikils viðhalds og ekki þarf að skipta um smuroliu, olíu- og loftstyrki, kerti eða aðra þá viðhaldshlutu sem bílar með brunavél krefjast. Meira að segja þarf afar sjaldan að skipta um bremsu-



Líklega verður hægt að aka þessum Tesla Model S bíl yfir hálfra milljón kílómetra.

borða í Tesla-bílnum þar sem búnaðurinn sem endurhleður rafhloðurnar með bremsuafli sér að mestu um að stöðva bílana. Helsta viðhaldsvinnan sem rafmagnsbílaeigendur þurfa að sinna er að fylgjast með slitni dekkja, dekkjastillingu, skipta um rúðupurrkublið og að uppfæra nýjasta hugbúnað í tilfelli Tesla-bíla. Sumir af þeim Tesla-bílnum sem mest hefur verið ekið eru í eigu fyrirtækja og

þar eru þeir grimmt notaðir og er dæmi um slíkan Tesla Model X bíl sem ekið hefur verið hátt í 500.000 km á aðeins tveimur árum. Þegar rafhlaða þess bíls var mæld reyndist hún aðeins hafa tapað 12,6% af upphaflegri hleðslugetu. Eigendur rafmagnsbíla þurfa því ekki að óttast að ending þeirra sé minni en hefðbundinna brunahreyfilsbíla, heldur líklega þvert á móti.



Chevrolet Malibu verður ekki fórn að altari jeppa- og jeppingamennningar.

GM ekki gefist upp á fólkabílnum

Þó svo að Ford sé að selja hverjum fólkabíl sínum á fætur öðrum á altari jeppa- og jeppingamennningarinnar er General Motors ekki af baki dottið í þróun og framleiðslu fólkabíla af öllum stærðum. Svo rammt kveður reyndar að í dapurri sölu fólkabíla í Bandaríkjunum að Honda selur nú fleiri jeppa og jeppinga heldur en fólkabíla þar vestanhafs. General Motors hefur engu að síður lýst því yfir að fyrirtækið hafi enn mikla trú á framtíð fólkabílsins, það ætli að þróa áfram sínar fólkabílagæðir og kynnti fyrir skömmu nýjan Chevrolet Malibu.

GM segir að markaðurinn fyrir fólkabíla telji enn 4 milljónir í

Bandaríkjunum og það sé þess virði að taka þátt í slagnum um sölu þeirra, ekki sist með nánast brotthvarfi Ford í fólkabílnum og að einhverju leyti líka hjá Fiat Chrysler. Markaðsstjóri Chevrolet, Steve Majors, segir að fyrirtækið ætli að nýta sér þetta ástand og muni hvergi slaka á framboði sínu á fólkabílnum. Chevrolet ætlar að þróa nýja bíla í öllum stærðarflokkum fólkabíla og eyða til þess miklu þróunarfé. GM sér fyrir vaxandi hlutdeild í fólkabílnum á næstunni.

Sala fólkabíla var 46% allra seldra bíla árið 2014 en er aðeins 32% það sem af er þessu ári.

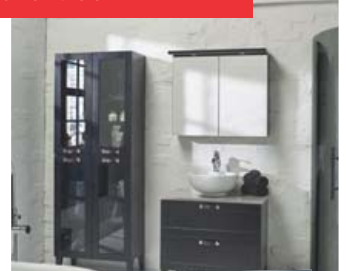
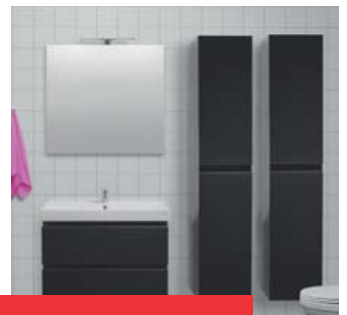
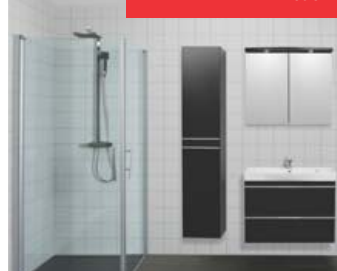
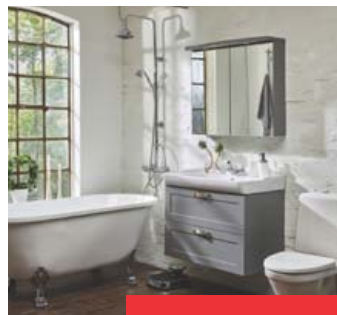


30%

afsláttur
af öllum sturtusetum og
blöndunartækjum frá
Camargue Samsø

miðað við almennt verð

Camargue®



30%

afsláttur
af Camargue Skögard
Baðinnréttingum og
sturtupíljum

miðað við almennt verð

Mikið úrval, gæði og gott verð

- ekki bara byggingavöruverslun



33.195.-

ifö
Cera salerni
Falinn S-lás og 2/4 l skol. Sethæð 40 cm. Salernisseta fylgir ekki.



10.995.-

Start handlaugartæki
Krómuð, með botnloka með lyftitappa,
3/8" sveigjanlegum slöngum og keramik-
stút. 5 ára lekaábyrgð.



25.995.-

Feel eldhústæki
Krómuð, með lágum sveiflukrana, PEX-
slöngum og keramikstút. 5 ára full ábyrgð.



99.995.-

Camargue®
Frístandandi baðkar
Hvitt. 180 x 80 cm. Stærð: 167 L.
Blöndunartæki fylgja ekki.



damixa®
Akita
sturtuset

Krómað sturtuset með blöndunartækjum, sturtuhaus og sturtuslöngu. Hægt að hæðarstillja.

35.995.-

BAUHAUS®



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

Hænuskréf í átt að hamingjunni

LEIKRIT

Allt sem er frábært

★★★★★

Borgarleikhúsið

Eftir Duncan Macmillan ásamt Jonny Donahoe

Leikari: Valur Freyr Einarsson
Leikstjórn: Ólafur Egill Egilsson
Leikmynd og búningar: Brynja BjörnsdóttirLýsing: Þórður Orri Pétursson
Hljóð: Baldvin Þór Magnússon
Þýðing og staðfærsla: Kristín Eiríksdóttir

Hamingjan er hverful. Hún getur brotist fram með ofsa og vírst óendanleg. Harmleikurinn er sá að ófsahamingja er ekki ákjósanleg til lengdar, hún dalar á endanum, fallið er hátt af toppi heimsins og hlydjupt niður á botninn. Hamingjunnin verður að huga að og vinna í stöðugt annars gleymist hún í amstri hversdagsins og áður en við vitum af er ekkert frábært lengur. En gleðina má finna í litlum hlutum eins og að fá sér ís með dýfu, eða hlusta á vinyllplötu, eða eiga samtalið við góðan vin.

Allt sem er frábært eftir Duncan Macmillan í samvinnu við Jonny Donahoe fjallar um þrjú skeið í lífi

ónefnds karlmanns sem kristallast af fjölskylduáföllum tengdum móður hans. Fyrsta áfallið dýnur á þegar hann er sjö ára og til að finna einhvern stöðugleika í lífinu byrjar drengurinn að skrifa lista yfir allt það sem er frábært við veröldina. Listinn fylgir manningum síðan í gegnum lífið og þróun hans speglast af hugarástandi aðalpersónunnar. Af þeim þremur verkum eftir Macmillan sem sýnd hafa verið hér á landi er þetta eftirminnilegast. Textinn er smíðaður af nákvæmni, skilningi og fagurfræðilega sterkum endurtekingum sem bergmála fállega í framvinduinni.

Valur Freyr Einarsson ber sýninguna algjörlega á herðum sér og kröfurnar til hans eru miklar. Ekki einungis þarf hann að koma áfallasögu aðalpersónunnar til skila heldur að lesa salinn og vera stöðugt á tánum þar sem hluti af sýningunni krefst þátttöku áhorfenda. Oftar en ekki er þátttaka áhorfenda í sýningum afar misjöfn en hér er hún vafin þétt inn í söguna, þróast með sýningunni og hnýtir áhorfendur saman við söguþráðinn á frumlegan hátt.

Orkustig Vals Freys var of hátt í byrjun sýningar, eins og hann væri að flýta sér að byggja upp samband við salinn, en fljótlega fann hann



„Nærvera hans er hlýleg í byrjun en hægt og rólega flysjar hann í burtu varnarmúra aðalpersónunnar,“ segir um Val Frey í dómmum. MYND/GRÍMUR BJARNASON

taktinn og tenginguna við áhorfendur. Nærvera hans er hlýleg í byrjun en hægt og rólega flysjar hann í burtu varnarmúra aðalpersónunnar. Slik vinna krefst tilfinningalegrar breiddar og mikilla hæfileika, af þeim hefur hann nóg. Ólafur Egill Egilsson leikstýrir hér af skynsemi en stundum freistast hann þó til að undirstrika textann aðeins um of, t.d. með því að láta Val Frey

hlaupa um salinn eins og óður væri þegar einföld frásögn hefði dugað.

Þýðing Kristínar Eiríksdóttur er í takt við sýninguna alla: næm, hnyttin og laus við allt þrjál. Staðfærslan og aðlögunin, sem Ólafur Egill og Valur Freyr komu einnig að, er hugvitsamlega utfærð. Yfirfærslan til Íslands er ekki yfirþyrmandi heldur rétt nægileg til að gefa sögunni íslenskan keim. Sömuleiðis

er hönnun Brynju Björnsdóttur á búningum og sviðsmynd látlaus en áhrifarík. Áhorfendur sitja í kringum lítinn flöt fyrir miðju sem þjónar sem svið og leikmunir eru fáir. Þórður Orri Pétursson fær það erfiða verkefni að lýsa rýmið en leysir það virkilega vel. Ljósin eru aldrei myrkvuð til fulls nema á einu gullfallegu augnabliki. Áhrifin eru þau að áhorfendur eru virkir þátttakendur í framvinduinni, stundum bókstaflega, og að auki sjá hverjir framan í aðra. Sömuleiðis er hljóðvinna Baldvins Þórs Magnússonar góð og ekki skemmir stórkostleg tónlistin. Allt er gert til að leikritið njóti sín.

Manneskjan berst við að finna sér stað í tilvistinni á hverjum einasta degi. Allt sem er frábært er forvitnileg tilraun til að skoða eftirköst áfalla og hvernig þau smita út frá sér á milli kynslóða. En þrátt fyrir endalausar hörmungar heimsins og persónulega harmleiki þá eru það litlu sigurnir, hænuskréfin að hamingjunnin og allt sem er frábært sem skiptir máli. **Sigríður Jónsdóttir**

NIÐURSTAÐA: Hugnæm sýning um grafalvarlegt málefni þar sem Valur Freyr sýnir krafta sína á sviðinu enn á ný.

Eins og langt rifrildi

TÓNLIST

Verk eftir Luciano Berio og Egil Gunnarsson

★★★★★

Norðurljós í Hörpu

Flutningur: Stími Ensemble
Sunnudaginn 9. september

Ég sá nýlega á YouTube viðtal við manninn sem getur talað hraðast í heimi. Hann fór með allan textann úr laginu Bad eftir Michael Jackson á nokkrum sekúndum en var samt skýrmæltur. Það var ótrúlegt að heyra. Ég varð fyrir svipaðri upplifun á tónleikum Stími Ensemble í Norðurljósum í Hörpu á sunnudaginn. Björk Nielsdóttir sópran flutti sekvensu nr. 3 eftir ítalska tónskáldið Luciano Berio sem lést fyrir fimmtán árum. Söngurinn var sérlega tilraunakenndur og oftar en ekki gifurlega hraður. Rétt eins og hraðmælti maðurinn á YouTube var Björk þó afar skýrmælt, svo mjög að addáunarvert var. Útkoman var áhugaverð og sköndin.

Þetta eru góðu fréttirnar. Þær slæmu eru að þrjár aðrar sekvensur eftir Berio voru fluttar á tónleikumunum, hver annarri leiðinlegru. Berio var á tímabili undir miklum áhrifum af serialismanum, sem hefur ávallt verið hatað tónlistarform meðal almennings. Hann fetaði síðar sínar eigin leiðir en andi serialismans var samt aldrei langt undan í tónsmíðum hans.

Sekvensur Berios (nafnið þýðir ruma eða ród) eru alls fjórtán og fyrir mismunandi hljóðfæri. Þær gera miklar tæknikröfur til flytjandans. Meðal annars þarf að láta tónlistina hljóma eins og hún sé fjölröðuð, þó slíkt sé í raun ekki mögulegt þegar einradda hljóðfæri er annars vegar. Dæmi um þetta er sekvensan fyrir klarinettu, þar sem sama lagið er á kafla endurtekin á lágværum nótum. Inn á milli kemur

hávær, hranalegur tónn eins og skrattninn úr sauðarleggnum. Þetta gerist aftur og aftur. Eftir nokkra stund deyr lága lagið út en frekjulegi tónninn nær yfirhöndinni. Hann verður að mörgum tónum sem hoppa upp og niður eftir ómstríðum tónbilum. Þetta virkar eins og tveir hljóðfæraleikarar séu að spila, hvor með sínu nefi. Engin harmónía er á milli þeirra, þvert á móti er andrúmsloftið einkar fráhrindandi, fullt af taugaveiklun og þráhyggi.

Svona var stemningin í þessum þremur verkum sem um ræðir, fyrir klarinettu, flautu og gítar. Skást var flautuverkið sem Hafdis Vigfúsdóttir lék, en það var tiltölulega stutt. Grímur Helgason flutti klarinettusekvensuna sem var mun langdregnari. Svanur Vilbergsson sá svo um gítarsekvensuna, einn hrærigraut af litt áheyrgilegum hljóðum sem nístu mann inn að beini. Það var eins og að hlusta á langt rifrildi sem engin niðurstaða fékkst í.

Stutt tónsmíð eftir Egil Gunnarsson, sem bar nafnið Bið, var til allrar hamingju líka á efnisskránni. Um frumflutning var að ræða. Andrúmsloftið var heillandi ljóðrænt, alls konar finleg blæbrigði drögu upp fagurlega mótaða hljóðmynd. Björk söng og hinir hljóðfæraleikarnir spiluðu. Betur hefði samt verið ef söngkonan hefði staðið aðeins framar, í stað þess að vera bara við hliðina á hinum, því maður heyrði ekki orðaskil; söngurinn drukknadi í hljóðfæraleikumunum. Textinn samanstóð af ljóði eftir Einar Braga og sennilega hefði átt að birta það í tónleikaskránni, sem var ansi snubbótt og með átakanlega litlum upplýsingum. **Jónas Sen**

NIÐURSTAÐA: Megnið af efnisskránni var ekki skemmtilegt, en frumflutningur á verki eftir Egil Gunnarsson heppnaðist vel.

MS-sjúkdómurinn - er áskorun

- fræðsla eykur skilning



Að meðaltali greinist ein manneskja á tveggja vikna fresti með MS á Íslandi.

Flestir sem greinast eru á aldrinum 20-40 ára.

MS er sjálfsonæmissjúkdómur þar sem taugaboð frá miðtaugakerfi truflast.

Einkenni MS eru mjög breytileg, verið varanleg eða komið í köstum

Líkamleg einkenni geta verið

- Erfiðleikar við gang
- Dofi
- Mikil þreyta
- Sjóntruflanir
- Breytingar á jafnvægissskyni
- Minni máttur
- Skynttruflanir
- Skerðing á samhæfðum hreyfingum
- Vöðvaspena
- Spasmi og verkir

Hugrænar breytingar geta verið

- Erfiðleikar með minni
- Erfiðleikar með tal
- Erfiðleikar með einbeitingu og athygli
- Breytingar á persónuleika og háttalagi, s.s. þunglyndi
- Tilfinningasveiflur og minna frumkvæði

Einkenni leggjast misþungt á einstaklinga en enginn fær þau öll.

MS er hvorki smitandi né arfgengt og alls enginn dauðadómur.

MS er enn ólæknandi en lyf geta tafið framgang sjúkdómsins hjá flestum.

Í dag lifa flestir nýgreindir tiltölulega óbreyttu lífi áfram eftir greiningu.

MS-félagið 50 ára

Ábendingahnappinn má finna á www.barnaheill.is

S A F T





ÞJÓÐLEIKHÚSIÐ

EFTIR HÖFUND
MEÐ FULLA VASA AF GRJÓTI
MARIE JONES



ÓBORGANLEGUR GAMANLEIKUR!



ANNA SVAVA OG ÓLAFÍA HRÖNN
ERU HRIIIIIIKALEGA SKEMMTILEGAR

FLY ME TO THE MOON



10

UPPELDAR SÝNINGAR
TRYGGÐU ÞÉR MIÐA Á
LEIKHUSID.IS

FRUMSÝNT 28. SEPTEMBER



Nicholas Cage vilar ekki fyrir sér að leika í lélegum blómyndum en sýnir nú loksins aftur sínar bestu hliðar þegar hann gengur með vélsög milli bols og höfuðs á brjáluðum illmennnum í hefndardramanu Mandy í Bíó Paradís í október.

Cage í hefndarhug

Nicholas Cage er um margt merkilegur leikari. Á löngum ferli hefur hann leikið í ótrúlegu rusli og frábærum, jafnvel sígildum, kvikmyndum. Eftir mögur ár hrekkur hann í gamla girinn í blóðuga hefndardramanu Mandy og virkjar sínar klikkuðustu hliðar með góðum árangri.

Leikarinn Nicolas Cage er skemmtilega skrytið krækiber í helviti Hollywoodsins. Ósmeykur, ef ekki beinlínis kærulaus, hefur hann flakkað á milli kvikmyndagreina. Leikið í hádrámatískum myndum og heiladauðum hasar. Myndum sem áttu ekkert erindi í kvikmyndahúsi og úrvalsmyndum sem margar hverjar eru fyrir löngu orðnar sigildar.

Mögulega er Cage einfaldlega meðvitaður um að það eru engin litil hlutverk til, bara litlir leikarar. Í það minnsta virðist ekkert hlutverk of ómerkilegt fyrir Cage og engin hárgreiðsla of hallærisleg. Stundum bjargar hann því sem bjargað verður og stundum gerir hann illt verra.

Burtséð frá öllu þessu, brokkengum ferlinum og sturlaðri ferilskránni, verður samt aldrei af honum tekið að hann er Nicolas Cage og engin hvern veginn er nú alltaf auðveldara að elska hann en hata þótt sumar myndir verði aldrei hægt að fyrirgefa: The Wicker Man, Ghost Rider og Captain Corelli's Mandolin svo einhverjar séu nefndar.

Cage hefur verið tilnefndur til Óskarsverðlauna í tvisgang, fyrir Adaptation 2003 og Leaving Las Vegas 1996 þegar hann stóð uppi sem sigurvegari. Ætli það segi síðan ekki allt sem segja þarf um hlutfall góðra mynda og vandra á ferli hans að hann hefur verið tilnefndur sjó sinnum til skammtarverðlaunanna, and-óskarsins, Golden Raspberry Awards, fyrir hvorki meira né minna en ellefu myndir.

The Wicker Man (2007), Ghost Rider, National Treasure: Book of Secrets, Next (2008), Drive Angry, Season of the Witch, Trespass (2012), Ghost Rider: Spirit of Vengeance, Seeking Justice (2013), Left Behind (2015) og Snowden (2017).

Misskilinn dagnaður

Sjálfur hefur Cage sagt í viðtölum að það fari í taugarnar á honum þegar því er haldið fram að hann samþykki að leika í hverju sem er og leiki í of mörgum myndum bara til þess að geta borgað skuldir sínar. Hann sé bara Banda-

5 bestu og 5 verstu að mati ritstjórnar Fréttablaðsins

Bestu
Con Air
Face/Off
The Rock
Wild at Heart
Kick-Ass

Verstu
The Wicker Man
8MM
Snake Eyes
Ghost Rider
Captain Corelli's Mandolin

rikkjamaður þeirrar gerðar að hann trúði á gildi vinnunnar. „En þegar kvikmyndaleikur er annars vegar er maður einhverra hluta vegna gagnrýndur fyrir að vinna.“

Nicholas Cage er 54 ára gamall og hefur leikið í rúmlega 90 kvikmyndum á þeim 37 árum sem ferill hans teygir sig yfir. Fyrsta kvikmyndahlutverk hans var í Fast Times at Ridgemont High og þá kallaði hann sig Nicholas Coppola, enda bróðursonur leikstjórans áhrifamikla Francis Ford Coppola.

Cage stimplaði sig síðan almennilega inn ári síðar í hlutverki pönkarans Randy í Valley Girl. Það sama ár fékk hann að spreyta sig undir stjórn Francis frænda í Rumble Fish, þar sem Matt Dillon og Mickey Rourke voru í aðalhlutverkum. Coppola tefldi litla frænda aftur fram 1984 og þá í stóru hlutverki á móti sjálfum

Richard Gere í The Cotton Club.

Þótt Cage léti illa að stjórn Coppola unnu þeir saman eina ferðina enn 1986 í gamanmyndinni Peggy Sue Got Married þar sem Cage var í öðru aðalhlutverkanna á móti einni vinsælustu leikkonu þess tíma, Kathleen Turner. Í kjölfarið fékk Cage hlutverk í Raising Arizona þeirra Coen-bræðra og hjá Norman Jewison í Moonstruck þar sem hann lék á móti Cher.

Ferillinn var þarna kominn á hvínandi siglingu og Cage orðinn einn áhugaverðasti ungi leikarinn í Hollywood.

Hefndin er blóðug

Leikstjóranum Panos Cosmatos virðist hafa tekist að kippa Cage í girinn með spennutryllinum Mandy. Myndin verður frumsýnd á sérstakri miðnætursýningu í Bíó Paradís 12. október en fyrstu dómur að utan eru lofsamlegir og þá er það ekki sist Cage sem er hrósað.

Myndin gerist 1983 og í henni leikur Cage skógarhöggsmanninn Red Miller og Andrea Riseborough leikur eiginkonu hans, Mandy. Þau búa ein, afskekkt og hamingjusöm úti í skógi þar sem þau eina hag sinum vel við lestur fantasíubókmennta.

Veröld þeirra hrynur þegar trúflaður trúarsöfnuður ræðst inn á heimilið og rænir Mandy. Við þetta gengur Red af göfnum, tekur tæki sín og tól (vélsög) og heldur í blóðugan hefndarleiðangur.

Cage er vitaskuld einkar lagð að bregða brjálaðisglampa í augu og þykir fara á kostum í hlutverki sínu þegar hann virkjar allar sínar klikkuðustu og ýktustu hliðar með miklum glæsibrag.

Tónlistin í Mandy hefur einnig fengið mikið lof en hún er hinna verk kvikmyndatónskáldsins Jóhanns Jóhannssonar sem lést fyrir skömmu. Kraftmiklir og dáleiðandi tónar Jóhanns eru sagðir falla fullkomlega að myndinni. Að þeir keyri upp stemninguna og ræði miklu um að myndin haldi áhorfendum í álögum frá upphafi til enda.

thorarin@frettabladid.is

Tónlist Jóhanns Jóhannssonar gefur Mandy bæði kraft og seiðmagn.

Hárgreiðslan á Cage er það versta við Con Air.



UEFA
EUROPA
LEAGUE

PAOK



CHELSEA

Í dag kl. 16:45

ARSENAL



VORSKLA

Í dag kl. 18:50

VILLARREAL



RANGERS

kl. 16:45

CELTIC FC



ROSENBORG

kl. 18:50



Trygðu þér áskrift á stod2.is

KAUPTU STAKAN LEIK:



Opnum
fimmtudaginn
20. september
2018



Við skoðum allar
gerðir af bifreiðum



Fólksbilar/jeppar



Felli -og hjólhýsi



Mótorhjól



Tjaldvagnar/kerrur



Vatnsvernd



Vörubílar



Eftirvagnar



Sendibílar



Hestakerrur



Höpbílar

Frumherji opnar nýja glæsilega skoðunarstöð að Hádegismóum 8

Við aukum enn á gæði þjónustu okkar í glæsilegum húsakynnum með fyrsta flokks tækjabúnaði. Í stöðinni munum við skoða allar gerðir og stærðir af ökutækjum.



Einar Þór Magnússon
Stöðvarstjóri
Við tökum vel á móti þér!

Við bjóðum góða
þjónustu og hagstæð
kjör á skoðunum

IS NV 19 309 ←

Ökutæki eiga að fara í bifreiðaskoðun í
þeim mánuði sem síðasti tölustafur á
skráningamerki vísar til.

Ef ekki hefur gefist kostur á að færa ökutækið til almennrar
skoðunar í skoðunarmánuði, skal það í síðasta lagi fært til
skoðunar fyrir lok annars mánaðar þaðan í frá.



Ný skoðunarstöð Frumherja er staðsett að Hádegismóum 8 - 110 Reykjavík - S. 570 9201



Frumherji
www.frumherji.is



**Hvað?
Hvenær?
Hvar?**
Fimmtudagur

hvar@frettladid.is

20. SEPTEMBER 2018

Tónlist

Hvað? Kvöldstund með Sibyl – stiklað á stóru
Hvenær? 20.00
Hvar? Hannesarholt, Grundarstig
Sibyl segir frá sjó stórum áhrifa-
völdum á lífsferli sínum. Auk
Sibylar koma fram Kristín E.
Mánytla söngkona, Hólmfríður
Sigurðardóttir pianóleikari og
Auður Hildur Hákonardóttir,
myndlistarmaður og höfundur.
Sibyl Urbancic er fædd í Graz,
Austurríki, uppalin og skólagengin
í Reykjavík, stúdent frá MR 1957,
hóf norrænunám við Háskóla
Íslands, en lagði stund á kirkjutón-

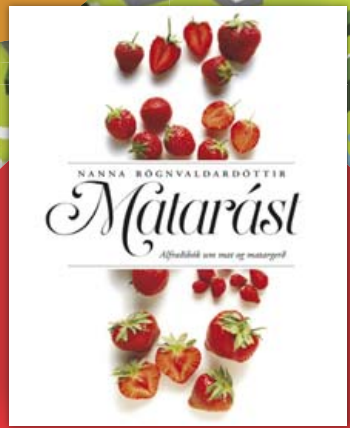


Kjartan Holm tónskáld spilar nokkur lög af komandi plötu á skemmti-
staðnum Húrra þetta ágæta kvöld.
FRETTLADID/STEFAN

**BÓKA
MARKAÐUR
Á FISKISLÓÐ 39
OPIÐ ALLA DAGA kl. 10-19**



ALLT AÐ
90%
AFSLÁTTUR



2.990 kr.



990 kr.



1.990 kr.



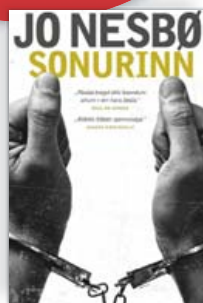
1.490 kr.



690 kr.



1.690 kr.



990 kr.



99 kr.



990 kr.



990 kr.

**YFIR
4.000
TITLAR**

list og orgel sem einleikshljóðfæri við Tónlistarháskóla Vínarborgar, sem hún varð síðar kennari við. Hún var blaðamaður við Timann á yngri árum, fréttaritari Morgunblaðsins frá Vin og þýðandi úr ýmsum málum á íslensku og úr íslensku á þýsku.

Hvað? Útgáfutónleikar – asdfhg – Örvæntið ekki
Hvenær? 20.00
Hvar? Húrra, Tryggvagötu
Þann 20. september gefur asdfhg út stuttstífkina „Örvæntið ekki!“ í samstarfi við post-dreifingu. Útgáfutónleikar verða haldnir á Húrra í kvöld. Ásamt asdfhg koma fram Sillus og Lisa. CD og bolli, hannaðir af Huga Ólafs, verða til sölu á staðnum.

Hvað? Tíbrá tónleikaröð – í rökkurró
Hvenær? 20.00
Hvar? Salurinn, Kópavogi
Helena Eyjólfsdóttir flytur uppáhaldslög sín úr dægurlaga- og djassdeildinni. Róleigr og rómantískir tónleikar með sögum og minningum við undirleik ljúfrar strengjasveitar.

Hvað? Kjartan Holm
Hvenær? 21.00
Hvar? Mengi, Óðinsgötu
Kjartan Holm mun spila lög af komandi plötu sinni auk eldra efnis fimmtudaginn 20. september í Mengi. Tónlistinni mun fylgja myndverk eftir kvikmyndagerðarmanninn Caleb Smith. Kjartan Holm er íslenskt tónskáld og tónlistarmaður með breiðum bakgrunn á hinum ýmsu sviðum tónlistarinnar. Hann hefur verið iðinn við tónlistarskópun frá unglingsaldri og meðal annars starfað með Sigur Rós, Jóhanni Jóhannssyni, Hildi Guðnadóttir, Paul Corley og Alex Somers.

Hvað? Magnús og Jóhann í Bæjarbíó
Hvenær? 20.30
Hvar? Bæjarbíó, Hafnarfirði
Vegna fjölda áskorana eftir fráþæra tónleika þeirra Magnúsar og Jóhanns í Bæjarbíó 21. október sl. hefur verið ákveðið að hafa tónleika á nýja árinu. Þakið ætlaði hreinlega af rifna af Bæjarbíó, svo mikil voru fagnaðarlætin eftir tónleikana. Margir höfðu á orði að þetta væru þeir mögnuðustu tónleikar sem þeir hefðu séð.

Hvað? Þóra syngur Strauss
Hvenær? 19.30
Hvar? Hörpu
Petri Sakari hefur verið einn helsti samstarfsmaður Sinfóníuhljómsveitar Íslands um langt árabil og framlag hans til vaxtar hljómsveitarinnar er ómetanlegt. Í nóvember 2018 fagnar Petri sextugsafmæli sínu og um sama leyti eru liðin 30 ár frá því að hann tók við stöðu aðalhljómsveitarstjóra Sinfóníunnar, sem sannarlega var gæfuspör. Í tilefni af þessu tvöfalda afmæli stjornar Sakari efniskrá helgaðri tveimur meisturum hljómsveitartónlistar: Þjotr Tsja-

kovskjog og Richard Strauss.

Viðburðir

Hvað? „Aumingja Al Franken“: Hugleiðingar um bakslagsviðbrögð við #MeToo
Hvenær? 12.00
Hvar? Þjóðminjasafn Íslands
 Dr. Eyja Margrét Brynjarsdóttir er annar fyrirlesari fyrirlestrar- aðar RIKK á haustmissi 2018 og nefnist fyrirlestur hennar „Aumingja Al Franken“: Hugleiðingar um bakslagsviðbrögð við #MeToo. Fyrirlesturinn er fluttur í dag, fimmtudaginn 20. september, frá kl. 12.00-13.00, í fyrirlestrasal Þjóðminjasafns Íslands.

Hvað? Climax - Sturluð Partísýning
Hvenær? 20.00
Hvar? Bió Paradís, Hverfisgötu
 Frá leikstjóranum sem færði okkur Enter the Void og Irreversible, kemur besta mynd Gaspar Noé í mörg ár – sem er djöfullegt dansparti, sýnurtripp og hryllingur sem þú verður að sjá! Ekki missa af geggjæri partísýningu fimmtudaginn 20. september kl. 20.00! P.S. Barinn verður galoppinn og veitingarnar má taka með sér inn í salinn.



Nú eru 100 ár liðin frá fæðingu Auðar Laxness og af því tilefni býður Gjúfrasteinn upp á leiðsögn um sýninguna „Frjáls í minu lífi“.

Sýningar

Hvað? Leiðsögn um sýninguna „Frjáls í minu lífi“
Hvenær? 13.30
Hvar? Gjúfrasteinn
 Nú eru 100 ár liðin frá fæðingu Auðar Laxness og af því tilefni býður Gjúfrasteinn upp á leiðsögn um sýninguna „Frjáls í minu lífi“ þar sem hönnun og handverk Auðar er í öndvegi. Bóka þarf leiðsögn fyrirfram í síma 586 8066 eða í gegnum netfangið gjufrasteinn@gljufrausteinn.is.

Hvað? Listamannspjall – Páll Haukur Björnsson
Hvenær? 20.00
Hvar? Kling og Bang, Grandagarði
 Páll Haukur Björnsson verður með listamannspjall um sýningu sína Dauði hlutarins í Kling & Bang í Marshallhúsinu þann 20. september klukkan 20.00. Allir eru velkomnir og er aðgangur ókeypis.

GOTT KVÖLD Í BIÓ PARADÍS

HAPPY HOUR Á BARNUM 17:19 NÁNAR Á BIOPARADÍS.IS

Whitney	17:45	PARTÍSÝNING! CLIMAX (ENG SUB)	20:00
Söngur Kanemu (ENG SUB)	18:00		
Kviðakast (Atak Paniki)	18:00	Whitney	22:00
Sorry to Bother You	20:00	Sorry to Bother You	22:10
Útey 22. júlí	20:00	Útey 22. júlí	22:10

AFMÆLISVEISLA

FJÖRIÐ HELDUR ÁFRAM • ÓTRÚLEG AFMÆLISVEISLA

NÝ KYNSLÓÐ
2018 HAUST LÍNAN
FRÁ ACER

5 LITIR

NÝ KYNSLÓÐ
2018 HAUST LÍNAN
FRÁ ACER

14" FHD IPS
Ultra-Narrow skjárammi
Intel N4000
2.6GHz Burst Dual Core
4GB minni
DDR4 2400MHz
128GB SSD
M.2 diskur

17+ tímar

14" FHD IPS
Ultra-Narrow skjárammi
Intel N5000
2.7GHz Pentium Quad Core
8GB minni
DDR4 2400MHz
256GB SSD
M.2 diskur

GTX 1050
4GB með 640 CUDA Cores
Intel i5 8300H
4.0GHz Turbo Quad Core örgjörvi
8GB minni
DDR4 2666 MHz
256GB SSD
NVMe diskur

SWIFT 1 2018 Ný kynslóð Ultra-thin lúxus fartölva með baklýstu lyklaborði og 17 tíma rafhlöðu 79.990 Byltingarkennd 2018 útgáfa í lúxus gulli	SWIFT 1 2018 Nýja lúxus línan með enn öflugri 4 kjarna örgjörva, fislett og örþúnn úr gegnheilu ál 119.990 Nýja öflugri lúxus línan kemur í 5 glitum litum	NITRO 5 Nýjasta kynslóð leikjafartölva með 144Hz IPS leikjaskjá og nýja kynslóð Intel H örgjörva 159.990 Glæsileg leikjafartölva úr 2018 hausti línu Acer
--	---	--

AFMÆLIS TILBOÐ
VERÐ AÐUR 154.990

GTX1060 SKJÁKORT
3GB GDDR5 8.0GHz 1152 Cores
Intel i5 8400
4.0GHz Turbo Hexa Core örgjörvi
8GB minni
DDR4 2666 MHz
256GB SSD
NVMe diskur

VATNSHILT
9.990

WONLEX

AFMÆLIS TILBOÐ
VERÐ AÐUR 3.990

BROTHER

NITRO GX50 600 Öflugur Acer leikjaturm með Sound Blaster X360° 139.990	GPS KRAKKAÚR GPS snjallur með 1,22" LED snertiskjá og SOS takka 6.990	BROTHER MERKIVÉL Merktivél sem allir voru að bíða eftir fæst í Tölvutek! 2.990
--	---	--

<p>PS4 PRO 1TB 64.990</p> <p>PS4 + FORTNITE 500GB Playstation 4 Slim með Fortnite 46.990</p>	<p>AFMÆLIS TILBOÐ VERÐ AÐUR 29.990</p> <p>24" IPS SKJÁR Glæsilegur skjár með örþunnum ramma 19.990</p>	<p>4TB ÚTGÁFA 22.990</p> <p>2TB ÚTGÁFA 10.990</p> <p>1TB FLAKKARI 2.5" Seagate Expansion flakkar 7.990</p>	<p>AFMÆLIS TILBOÐ VERÐ AÐUR 7.990</p> <p>FJÖLNOTATÆKI Canon PIXMA TS305 WIFI 5.990</p>
--	--	---	--

TÖLVUTEK

Reykjavík • Hallarmúla 2 • 563 6900 | Akureyri • Undirhlíð 2 • 430 6900

NÝR 4BLS BÆKLINGUR
Veislan heldur áfram með flötum nýjum tilboðum

FYRIR AÐSTOÐ INNANLANDS

gjofsemgefur.is
907 2002

Hjálparstarf kirkjunnar

DAGSKRÁ

Fimmtudagur

STÖÐ 2

07.00 The Simpsons
07.20 Tommi og Jenni
07.45 Strákarnir
08.10 The Middle
08.35 Ellen
09.15 Bold and the Beautiful
09.35 The Doctors
10.15 The Goldbergs
10.40 World of Dance
11.25 Grey's Anatomy
12.10 Landhelgisgæslan Glænýir heimildarþættir í umsjón Asgeirs Erlendssonar og Jóhanns K. Jóhannssonar sem fá einstakan aðgang að Landhelgisgæslunni og fá að fylgjast með störfum þeirra á Íslandi og erlendis. Í þáttunum verður farið í útköll og eftirlit með þyrusveit Gæslunnar og á varðskipinu Þór. Sömu leiðis verður fylgst með sprengjusveitinni sem og áhöfn flugvélarinnar TF-Sif sem er reglulega í eftirliti við Miðjarðarhafid þar sem þúsundir flóttamanna fara yfir hafid á ári hverju.
12.35 Nágrannar
13.00 Date Night
14.25 Skógarstrið 3
15.40 Brother vs. Brother
16.25 Enlightened
17.00 Bold and the Beautiful
17.20 Nágrannar
17.45 Ellen Skemmtilegur spjallþáttur með hinni einu og sönnu Ellen DeGeneres sem fær til sín góða gesti og slær á léttu strengi. Þættirnir eru með þeim vinælustu í sinni röð um allan heim enda hefur Ellen einstakt lag á gestum sínum nær að skapa einstakt andrúmsloft í salnum sem skilar sér beint til áhorfenda sem sitja heima í stofu.
18.30 Fréttir Stöðvar 2
18.55 Island í dag
19.10 Sportpakinn
19.20 Fréttayfirlit og veður
19.25 Kevin Can Wait
19.45 Masterchef USA
20.30 Lethal Weapon
21.15 Animal Kingdom
22.00 Ballers
22.30 StartUp
23.15 Real Time with Bill Maher
00.10 The Sinner
00.55 Shameless
01.50 Vice
02.20 S.W.A.T.
03.05 Drone
04.35 Date Night
06.00 Wyatt Cenac's Problem Areas

STÖÐ 2 SPORT

06.45 Ajax - AEK
08.25 Young Boys - Manchester United
10.05 Meistaradeildarmörkin
10.35 Stjarnan - KA
12.15 Pepsi-mörkin
12.45 Manchester City - Lyon
14.25 Real Madrid - Roma
16.05 Evrópudeildin - fréttapáttur
16.55 PAOK - Chelsea
18.55 Arsenal - Vorskla
21.00 Premier League World
21.30 Villarreal - Rangers
23.10 Celtic - Rosenborg

STÖÐ 2 SPORT 2

06.50 Valencia - Juventus
08.30 Breiðablik - Selfoss
10.15 Pepsi-mörk kvenna
11.15 Inter - Parma
12.55 Napoli - Fiorentina
14.35 Roma - Chievo
16.15 Ítölsku mörkin
16.45 Villarreal - Rangers
18.55 Celtic - Rosenborg
21.00 NFL Gameday
21.30 PAOK - Chelsea
23.10 Arsenal - Vorskla

ÚTVARP

FM 88,5 XA-Rádió
 FM 89,5 Retro
 FM 90,1 Rás 2

FM 90,9 Gullbylgjan
 FM 93,5 Rás 1
 FM 95,7 FM957

FM 96,3 FM Suðurland
 FM 96,7 Lítt Bylgjan
 FM 97,7 X-ið

FM 98,9 Bylgjan
 FM 99,4 Útvarp Saga
 FM 100,5 K100

FM 102,9 Lindin



STARTUP

KL. 22:35

Skemmtileg og ódúvísi þáttaröð með Martin Freeman og Adam Brody í aðalhlutverkum um bankastarfsmann, foringja skipulagðrar glæpastarfssemi og tölvurjót sem snúa bókum saman.



Frábær fimmtudagur

Fáðu þér áskrift á stod2.is

MASTERCHEF USA

KL. 19:50

Gordon Ramsay og félagar freista þess að finna nýjan meistarakokk Bandaríkjanna. Eins og áður reynir á hugmyndaflog og færni þátttakenda og að lokum stendur einn uppi sem sigurvegari.



LETHAL WEAPON

KL. 20:35

Skemmtilegir spennuþættir sem eru byggðir á hinum vinsælu Lethal Weapon myndum sem slógu rækilega í gegn á níunda og tíunda áratugnum og fjalla um þá Martin Riggs og Roger Murtaugh.



ANIMAL KINGDOM

KL. 21:20

Þau eru ekki öll þar sem þau eru séð og láta ekkert stoppa sig þegar gróðavonin er annars vegar. Meinfyndin þáttaröð með Ellen Barkin í aðalhlutverki.



BALLERS

KL. 22:10

Frábærir þættir með Dwayne Johnson í aðalhlutverki. Þættirnir fjalla um hóp leikmanna NFL deildarinnar og fjölskyldur þeirra en það er aldrei lognmolla í kringum þær.



HULK

KL. 22:00

Vísindamaðurinn Bruce Banner er núngi sem þú vilt ekki reita til reiði. Alltaf þegar Bruce missir stjórn á skapi sínu breytist hann í ógurlegt skrímsli.



LITTLE BRITAIN USA

KL. 22:00

Frábærir gamanþættir með fyndnasta tveyki Bretlands, Matt Lucas og David Walliams.



Allt þetta og meira til á áðeins 9.990 kr.

stod2.is

STÖÐ 3

19.10 Great News
19.35 The Big Bang Theory
20.00 Seinfeld
20.25 Friends
20.55 The New Girl
21.20 Boardwalk Empire
22.15 Little Britain USA
22.40 The Simpsons
23.05 American Dad
23.30 Bob's Burgers
23.55 Flash
01.25 Legends of Tomorrow
02.10 Arrow
02.55 Seinfeld
03.20 Friends
03.50 Tónlist

STÖÐ 2 KRAKKAR

07.13 Tindur
07.23 Mæja býfluga
07.35 K3
07.46 Grettir
08.00 Dóra könnuður
08.24 Mörgæsinar frá Madagaskar
08.47 Doddi lítli og Eyrnastór
09.00 Áfram Diego, áfram!
09.24 Svampur Sveins
09.49 Lalli
09.54 Rasmus Klumpur og félagar
10.00 Strumpanir
10.25 Ævintýraferðin
10.37 Gulla og grænjaxlarnir
10.48 Hvellur keppnisbill
11.00 Stóri og Lítli
11.13 Tindur
11.23 Mæja býfluga
11.35 K3
11.46 Grettir
12.00 Dóra könnuður
12.24 Mörgæsinar frá Madagaskar
12.47 Doddi lítli og Eyrnastór
13.00 Áfram Diego, áfram!
13.24 Svampur Sveins
13.49 Lalli
13.55 Rasmus Klumpur og félagar
14.00 Strumpanir
14.25 Ævintýraferðin
14.37 Gulla og grænjaxlarnir
14.48 Hvellur keppnisbill
15.00 Stóri og Lítli
15.13 Tindur
15.23 Mæja býfluga
15.35 K3
15.46 Grettir
16.00 Dóra könnuður
16.24 Mörgæsinar frá Madagaskar
16.47 Doddi lítli og Eyrnastór
17.00 Áfram Diego, áfram!
17.24 Svampur Sveins
17.49 Lalli
17.55 Rasmus Klumpur og félagar
18.00 Strumpanir
18.25 Ævintýraferðin
18.37 Gulla og grænjaxlarnir
18.48 Hvellur keppnisbill
19.00 Kalli á þakinu

Mörgæsinar frá Madagaskar, 08.12, 12.24 og 16.24



GOLFSTÖÐIN

08.00 Golfing World
08.50 Evian Championship
14.20 Omega European Masters
15.45 Golfing World
16.35 Inside the PGA Tour
17.00 Tour Championship
22.00 Evian Championship

STÖÐ 2 BIÓ

11.05 Emma's Chance
12.35 Tumbledown
14.15 Moneyball Mögnuð mynd sem byggð er á ótrúlegri sannri sögu og samnefndri metsölubók og fjallar um Billy Beane sem ákveður að synda á móti straumnum og fara gegn öllum hefðum varðandi það hvernig maður byggir upp óflugt íþróttalið.
16.25 Emma's Chance
18.00 Tumbledown
19.45 Moneyball
22.00 Hulk
00.20 The Interpreter
02.30 Rules Don't Apply
04.35 Hulk Frábær hasar- og ævintýramynd. Vísindamaðurinn Bruce Banner er núngi sem þú vilt ekki reita til reiði. Alltaf þegar Bruce missir stjórn á skapi sínu breytist hann í ógurlegt skrímsli. Betty Ross er sú eina sem fær tjonka við vísindamanninn enda er hann bálskotinn í henni. Myndin er byggð á heimsþekktri sögu.

RÚV

13.00 Úr Gullkistu RÚV: Útsvar 2008-2009
13.50 Úr Gullkistu RÚV: 360 gráður
14.15 Venjulegt brjálaði
14.55 Úr Gullkistu RÚV: Poppunkur
15.50 Úr Gullkistu RÚV: Orðbragð
16.20 Úr Gullkistu RÚV: Hæpið
16.50 Úr Gullkistu RÚV: Tíu fingur
17.50 Táknálsfréttir
18.00 KrakkaRÚV
18.01 Gullin hans Óðins
18.25 Hvergidrengir
18.50 Krakkafréttir
19.00 Fréttir
19.25 Íþróttir
19.30 Veður
19.35 Kastljós
19.50 Menningin
20.00 Til borðs með Nigellu
20.35 Máttur fegurðarinnar
21.10 Indversku sumrin
22.00 Tíufréttir
22.15 Veður
22.20 Lögregluvaktin
23.05 Ófærð
00.00 Síknauður
00.45 Kastljós
01.00 Menningin
01.10 Dagskrárlök

SJÓNVARP SÍMANS

08.00 Dr. Phil
08.45 The Tonight Show
09.30 The Late Late Show
10.15 Siminn + Spotify
11.50 Everybody Loves Raymond
12.10 King of Queens
12.30 How I Met Your Mother
12.55 Dr. Phil
13.40 American Housewife
14.05 Kevin (Probably) Saves the World
14.50 America's Funniest Home Videos
15.15 Royal Pains
16.00 Everybody Loves Raymond
16.25 King of Queens
16.45 How I Met Your Mother
17.10 Dr. Phil
17.55 The Tonight Show
18.40 The Late Late Show
19.25 Ný sýn - Karl Berendsen
20.00 Með Loga
21.05 Skyfall
23.25 You Only Live Twice
02.00 The Late Late Show
02.40 Scandal
03.25 Marvel's Cloak & Dagger
04.10 Marvel's Agent Carter
04.55 Marvel's Inhumans
05.40 Siminn + Spotify

ALLT Á AÐ
SELJAST

ÖLL HJÓL Á KOSTNAÐARVERÐI

ALLIR
HJÓLAFYLGIHLUTIR
50%
AFSLÁTTUR

47%
AFSLÁTTUR



CLASSIC HALLINDAL 7 LADY
VERÐ 99.990 KR.

TILBOÐ 52.995 KR.

45%
AFSLÁTTUR



HYBRID CROSSWAY 100 GENT
VERÐ 114.990 KR.

TILBOÐ 63.245 KR.

45%
AFSLÁTTUR



HYBRID CROSSWAY 100 LADY
VERÐ 114.990 KR.

TILBOÐ 63.245 KR.

38%
AFSLÁTTUR



ONE-TWENTY 7 600
VERÐ 299.990 KR.

TILBOÐ 185.994 KR.

35%
AFSLÁTTUR



CYCLO CROSS 600 2018
VERÐ 259.990 KR.

TILBOÐ 168.994 KR.

40%
AFSLÁTTUR



SILEX RACER 600 2018
VERÐ 289.990 KR.

TILBOÐ 173.994 KR.

47%
AFSLÁTTUR



HYBRID CROSSWAY 10-V LADY
VERÐ 69.990 KR.

TILBOÐ 37.095 KR.

47%
AFSLÁTTUR



HYBRID CROSSWAY 10-V GENT
VERÐ 69.990 KR.

TILBOÐ 37.095 KR.

31%
AFSLÁTTUR



ONE-TWENTY 7 800 2018
VERÐ 399.000 KR.

TILBOÐ 275.310 KR.

38%
AFSLÁTTUR



HJÓL DINO 20 6-SPD 2018
VERÐ 44.990 KR.

TILBOÐ 27.894 KR.

48%
AFSLÁTTUR



MATTS J24 2018
VERÐ 69.990 KR.

TILBOÐ 36.395 KR.

48%
AFSLÁTTUR



MATTS J24 2018
VERÐ 69.990 KR.

TILBOÐ 36.395 KR.

ELLINGSEN

FÍSKISLÓÐ 1 REYKJAVÍK / TRYGGVABRAUT 1-3 AKUREYRI / 500 8500 / SÍÐAN 1916 / WWW.ELLINGSEN.IS

WWW.ELLINGSEN.IS



Bros auglýsingavörur með þínu merki

Skoðaðu litríkt úrval og fáðu tilboð á **bros.is**

Bros auglýsingavörur
Norðlingabraut 14



PLUKKFIÐSKUR

HAFIÐ FISKVERSLUN

Hlíðasmára • Spönginni • Skipholti

HUMAR



Amadeus borðstofuhúsgögn

Komið og skoðið úrvalið

NÝFORM
HÚSGAGNAVERSLUN

Opíð virka daga
11-18
laugardaga
11-15

Strandgötu 24 | 220 Hafnarfjörður | Sími 565 4100 | **nyform.is**

GLAMOUR

Komið í allar helstu verslanir

Íslenskt
lískúlmárit



Þættirnir í staðinn fyrir Kóra Íslands

Stöð 2 hefur hætt við að sýna aðra seríu af Kórum Íslands en ekki fékkst nægileg þátttaka í þættina. Stöð 2 þarf því að hafa hraðar hendur til að fylla upp í gatið í dagskránni. Fréttablaðið tók því saman hugmyndir að þáttum sem geta komið í staðinn.



GESTGJAFI ÍSLANDS

Matriðslupættir eru alltaf gott sjónvarp og Bergþór Pálsson er besti gestgjafi landsins. Hann yrði dómari. Hver vill ekki sjá skemmtilegt brónsboð, fint kvöldverðarboð og sjá undirbúning og niðurstöðu? Fræga fólkíð á Íslandi væri líka pottþétt til.

Stjórnandi:
Sigrún Ósk



Stjórnandi:
Vilborg Arna

FJALLAGEIT ÍSLANDS

Það eru ótrúlega margir með æði fyrir að ganga á fjöll. Vissulega flókinn þáttur í framkvæmd og yrði trúlega ekki tekinn upp í sjónvarpsal. En fjallageitir eru víða og yrði lítið mál að fylla þáttinn.



LESTRARHESTUR ÍSLANDS

Íslenskan á undir högg að sækja. Og ungt fólk horfir á sjónvarp. Hvers vegna ekki að halda keppni í lestri? Upplæstri, hugarlestri, dramalestri og svo framvegis. Yrði frekar hægt sjónvarp og ekki mikið að gerast en það er nú sýnt bæði frá golfi og NFL.

Stjórnandi:
FM95BLÓ



PÚSUNDÞJALASMIÐUR ÍSLANDS

Hver vill ekki sjá handlagna Íslendinga, hina ótrúlegu þúsundþjalasmiði, leysa alvöru vandamál sem koma upp á íslenskum heimilum? Gera við þvottavél, bíla, laga pípuþagnir, mála, losa stíflur, bólstra sófa og setja upp gluggatjöld.



Stjórnandi: Steindi



RÚNINGSMÁÐUR ÍSLANDS

Það er töff að kunna rúningu. Nú eru flestar kindur komnar af fjalli og því þarf að rýja. Yrði auðvelt í framkvæmd og borgarbörnin á Stöð 2 þyrftu að óhreinka hendurnar í fjárhúsum. Væri meira að segja hægt að gera aukaefnisþátt um starfsfólkið. Kannski er betra að finna hrútaþuklara landsins. Það yrði gott sjónvarp.



Stjórnandi: Telma Tómasson



MILLISTJÓRNANDI ÍSLANDS

Ísland er uppfyllt af milli-stjórnendum sem virðast ekki hafa neina ábyrgð og þurfa ekki að bera neina ábyrgð. Það væri því forvitnilegt að fá að fylgjast með hvað þessir stjórnendur gera.



Stjórnandi: Sindri Sindra



HANNYRDAMANNESKJA ÍSLANDS

Allir þekjja einhvern sem kann að þrjúna og hekla og sauma og hvað þetta kallast allt saman. Hannyrðir eru á svipuðu róli og að vera í kór. Samofnar íslenskri menningu í þúsund ár.



Stjórnandi: Edda Andrésar

Jack Black vitnaði í Axl Rose og drullaði yfir Donald Trump

Gamanleikarinn Jack Black fékk sína eigin stjórnun í Hollywood í vikunni. Black fannst ekkert sérstaklega leiðinlegt að allir væru komnir til að heiðra hann og var í banastuði. Hann hélt nokkuð tilfinningaþrungna ræðu þar sem hann fór yfir ferilinn. Í lokin þakkaði hann kærlega fyrir sig og þakkaði fjölskyldu og vinum áður en hann gerði örlítið hlé. Þá hlóð hann í: „Ég elska ykkur öll. Nema Donald Trump. Hann er rasshaus.“ og gekk burt. Stjarna Blacks er númer 2.645

á hinni svokölluðu Walk of Fame gangbraut um Hollywood. Þar má finna allar helstu stjórnur kvikmyndanna í gegnum árin. „Mig hefur langað í svona stjórnun frá því ég var litill gutti. Þegar ég var litill hugsaði ég að ef ég fengi svona væri ég búinn að slá í gegn. Og svo ég vitni til ódauðlegra orða Axl Rose: Where do we go now?“ spurði Black í ræðu sinni.

Þar vitnaði hann í lag Guns N' Roses, Sweet Child of mine, sem varð þeirra fyrsta lag til að náð toppsæti Billboard-listans. –bb



Black kallaði Trump rasshaus en þess má geta að hans stjarna var eyðilögð fyrir á árinu. NORDICPHOTOS/GETTY

RISA LAGERSALA

NTC GLÆSIBÆR

TÖKUM UPP NÝJAR VÖRUR DAGLEGA!

OPIÐ ALLA DAGA 12 - 18

Kultúr galleri sautján eva

KARAKTER KONUR

gs skór

FLÓ & FRANSI

COMPANYS

GK REYKJAVÍK

SMASH

URBAN

Kultúr menn

60-80% AFSLÁTTUR

HERRA- OG DÖMUFATNAÐUR

JAKKAÐÖT - HERRASKYRTUR - STAKIR JAKKAR - KJÓLAR MIKIÐ ÚRVAL
GALLABUXUR - TOPPAR - ÚLPUR OG ULLARKÁPUR - FÍNNI BUXUR



LAGERSALA NTC ... í GLÆSIBÆ (áður Útilíf)



Honda CR-V Lifestyle Verð kr. 2.590.000

Nýskráður 6/2012, ekinn 93 þús.km., bensín, sjálfskiptur.

Afborgun kr. 34.673 á mánn.



Honda Jazz Trend Verð kr. 2.290.000

Nýskráður 5/2017, ekinn 26 þús.km., bensín, sjálfskiptur.

Afborgun kr. 29.572 á mánn.



Honda CR-V Executive Verð kr. 5.190.000

Nýskráður 2/2017, ekinn 29 þús.km., bensín, sjálfskiptur.

Afborgun kr. 66.829 á mánn.



Honda Accord Sport Verð kr. 790.000

Nýskráður 5/2007, ekinn 165 þús.km., bensín, sjálfskiptur.

Allt að 100% fjármögnun Visa/Euro/Pei



Opnunartími

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

BERNHARD
NOTAÐIR BÍLAR

Bilakjarnanum • Eirhófa 11 • Sími 551 7171 • notadir.bernhard.is



Erlendir gestir munu ekki eiga í vandræðum með að kaupa miða með tilkomu StubHub. FRÉTTABLAÐIÐ/ANDRI MARINÓ

Miðasöluverisí sér um Sónar-hátíðina

Erlendum gestum hefur fjölgað jafnt og þétt á tónlistarhátíðinni Sónar Reykjavík síðustu árin og hefur nú verið gerður samningur við StubHub til að mæta þessari þróun. Miðasala á hátíðina er hafin.

Hátíðin hefur verið í mikilli þróun undanfarnin ár – trendið hefur verið þannig að hlutfall erlendra gesta hefur aukist mikið. Á síðasta ári var það orðið 50/50. Markaðurinn hérna heima hefur verið mettaður og samkeppnin er mikil – það er ekki nóg með að það sé samkeppni á milli tónleika heldur finnst okkur að aðalsamkeppnin sé við viðburðahald erlendis: það eru Íslendingar að fara til Berlínar á Berghain, Óslóar á Kendrick Lamar, þeir fara til London á O2 stórtónleika og svo framvegis," segir Steinþór Helgi Arnsteinsson hjá Sónar Reykjavík en forsvarsmenn hátíðarinnar hafa gert samning við bandaríska miðasöluverisí StubHub um miðasölu fyrir næstu hátíð og er það tilraun þeirra til að auka hlutfall erlendra gesta en þar segir hann að helsti vaxtarbroddur hátíðarinnar liggir.

„Við eigum hér á Íslandi mjög dyggan kunnahóp sem við viljum allt gera fyrir en stærð markaðarins hér á landi er bara þannig að það er erfitt að stækka hann – við erum ekki rísa-festival sem er að elta allra stærstu popplístamennina, því þeir eru of dýrir og við komum þeim ekki fyrir. Tækifæri okkar til að stækka liggur í að fá fleiri erlenda gesti og við erum í raun bara að hlúa að þeirri þróun, en þeim hefur fjölgað jafnt og þétt. Þannig að við förum í það að finna erlendan aðila til að sjá um miðasölu.“

Steinþór segir nokkra aðila hafa komið til greina en á endanum var það StubHub sem varð fyrir valinu. Fyrirtækið, sem er í eigu eBay, er ásamt Ticketmaster stærsta miða-



VIÐ ERUM GRÍÐAR-LEGA SPENNTIR FYRIR SAMSTARFINU VIÐ STUBHUB OG ÞVI AÐ FÁ ERLENDAN AÐILA INN Á ÞENNA MARKAD – KANNSKI HRISTIR ÞAÐ EITTHVAÐ UPP Í HLUTUNUM.

söluvyrirtæki í heiminum. StubHub hóf nýlega samstarf við Sónar í Barcelona, en hátíðin átti metár í ár og seldust yfir 130 þúsund miðar. Að sögn Steinþórs voru þeir hjá StubHub gríðarlega spennir fyrir að komast inn á framandi markað eins og Ísland.

„Við erum að taka stórt skref í því að breyta því hvernig við markaðssetjum okkur og hvernig við nálgumst miðasölu. Ferlið verður miklu þægilegra, bæði fyrir Íslendinga og útlendinga – það hefur verið þröskuldur fyrir erlenda gesti að

þurfa að fara inn á íslensku síðurnar, breyta í ensku, sjá svo bara verð í íslensku krónum og vita ekkert hvernig þau virka, hvað er kennitala og svo kemur bara staðfestingarpóstur á íslensku sem segir þeim ekki neitt.“

Miðaverðið verður því í evrum hédan í frá og fylgir gengi gjaldmiðilsins. Bæði vegna þess og vegna mikillar samkeppni frá erlendum elektrónískum tónlistarhátíðum mun verðið lækka og er nú 130 evrur, eða um 16–17.000 íslenskar krónur.

„Við erum að vona að bæði íslenskir og erlendir neytendur taki vel í þetta. Við erum gríðarlega spennir fyrir samstarfinu við StubHub og því að fá erlendan aðila inn á þennan markað – kannski hristir það eitthvað upp í hlutunum.“

Þeir Íslendingar sem finnst mögulega óþægilegt að kaupa miða í gegnum erlenda aðila þurfa þó ekki að órvænta því að miða á hátíðina má finna á harpa.is. Hátíðin fer fram 25.–27. apríl á næsta ári og er miðasalan hafin en fyrstu listamenn á hátíðina verða kynntir eftir viku.

stefanthor@frettabladid.is

SÍMAR AUGLÝSINGAÐEILDIR – AUGLÝSINGASTJÓRI: Jóhanna Helga Viðardóttir johanna@frettabladid.is ALMENNAR AUGLÝSINGAR: SÍMI 512-5401; Guðaf Bjarnason gustaf@frettabladid.is, Hjördis Zoëga hjordis@frettabladid.is, Sigfus Örn Einarsson sigfus@frettabladid.is, Valdimar Birgisson valdimar@frettabladid.is Örn Geirsson orn.geirsson@frettabladid.is FÖLK/SÉRBLÓÐ SÍMI 512-5402; Atli Bergmann atli@frettabladid.is, Annar Magnússon annar@frettabladid.is, Jón Ivar Vilhelmsson jonivar@frettabladid.is, Ruth Bergsdóttir ruth@frettabladid.is FÖLK OG SÉRBLÓÐ EFNÍ: Elín Albertsdóttir elin@frettabladid.is og Ragnheiður Tryggvadóttir heid@frettabladid.is RÁÐAUGLÝSINGAR, FASTEIGNIR SÍMI 512-5403; Hannar Helgisson hannar@frettabladid.is, Víbar Ingi Pétursson vip@frettabladid.is ÞJÓNUSTAUGLÝSINGAR SÍMI 512-5407; Anna Rut Kristinsdóttir amanar@frettabladid.is, Guðrún Inga Crétarsdóttir gudruninga@frettabladid.is

Fjarðarkeup og Góa
kynna með stolti

Jólagestir

2018

Þjórgvins

Þökkum
ótrúlegar
viðtökur!

20. - 22. DESEMBER Í HÖRPU



AUKATÓNLEIKAR 20. DESEMBER KOMNIR Í SÖLU!

FERNIR TÓNLEIKAR SVO TIL UPPSELDIR

BJÖRGVIN HALDÓRSSON · DAÐI FREYR · DAGUR SIGURÐSSON · FRÍÐRIK DÓR
GISSUR PÁLL · GLOWIE · JÓHANNA GUÐRÚN · SELMA BJÖRNSDÓTTIR · SVALA

OG SÍÐAST EN EKKI SÍST JÓLASTJARNAN 2018

STÓRSVEITJÓLAGESTA UNDIR STIÖRN ÞÓRIS BALDURSSONAR · STRENGIASVEIT UNDIR STIÖRN GEIRPRÚÐAR ÁSU GUÐJÓNSDÓTTUR · REYKJAVÍK GOSPEL COMPANY UNDIR STIÖRN ÓSKARS EINARSSONAR
KARLAKÓRINN PRESTIR UNDIR STIÖRN ÁSTVALDS TRAUSTASONAR · BARNAKÓR KÁRSNESSKÓLA UNDIR STIÖRN ÁLFHEIÐAR BJÖRGVINDÓTTUR DANSSARAR ÚR DANSSKÓLA SIGURÐAR HÁKONARSSONAR

HANDIT BJÖRN G. BJÖRNSSON LEIKSTIÖRN GUNNAR HELGASON



FK
FJARÐARKAUP

Miðasala fer fram á harpa.is/jolagestir og í síma 528 5050
Nánar á senalive.is/jolagestir og jolagestir.is • Jólagestir

senalive
LIVE!



Pá finnur nýjasta blaðið okkar á www.dorma.is

OPUS
u-sófi

Dökkgrátt og ljóst slitsterkt áklæði.
Hægri eða vinstri tunga.
Fullt verð: 259.900 kr.

DORMA-haust
15%
AFSLÁTTUR

Aðeins **220.915 kr.**



Aukahlutur á mynd: Hnakkapöti

DORMA-haust
35%
AFSLÁTTUR

TAMPA

2ja & 3ja sæta

Ljós- eða dökkgrátt slitsterkt áklæði.

2ja sæta: 172 x 89 x 85 cm

Fullt verð: 89.900 kr.

3ja sæta: 242 x 89 x 85 cm.

Fullt verð: 99.900 kr.

Aðeins **58.435 kr.** **64.935 kr.**



DORMA-haust
25%
AFSLÁTTUR

ZERO
tungusófi

Grátt slitsterkt áklæði.

Stærð: 216 x 143 x 88 cm.

Fullt verð: 89.900 kr.

Aðeins **67.425 kr.**

DANKENBERG
vegghilla

Hvít eða svört málmgrind
og víðarhillur.

Þverm. 45 cm. Dýpt 11 cm.

Fullt verð: 5.900 kr.



DORMA-haust
16%
AFSLÁTTUR

Aðeins
4.956 kr.

BOLTON
vegghilla

Svört málmgrind og hillur.

Stærð: 64 x 40 x 9 cm.

Fullt verð: 15.900 kr.



DORMA-haust
25%
AFSLÁTTUR

Aðeins
12.792 kr.

**Stillanlegt
og þægilegt**

FRÁBÆRT
Dormaverð
á C&J stillanl.
botnum



Charlotte Julien
Dream your world™

Aukahlutir á mynd: Koddar



**STILLANLEGT
HEILSURÚM**
með Shape heilsudýnu



C&J stillanlegt rúm:

- Inndraganlegur botn
- 2x450 kg lyftimótorar
- Mótor þarfnast ekki viðhalds
- Tvíhert stál í burðargrind
- Hliða- og endastopparar
- Hljóðlátur mótór

C&J silver stillanlegt rúm
og **SHAPE** heilsudýna
Stærð 90 x 200 cm

Fullt verð 168.900 kr.

156.425 kr.

**DORMA VERÐ Á C&J STILLANLEGUM BOTNI
25% AFSLÁTTUR Á SHAPE HEILSUDÝNU**

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

Holtagarðum, Reykjavík
512 6800
Smáratorgi, Kópavogi
512 6800

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

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

Tilboðin gilda til 30. september 2018
eða á meðan birgðir endast.

ÓPIÐ Á
SUNNUDÖGUM Í
DORMA SMÁRATORGI

DORMA

Láttu drauminn ræstast

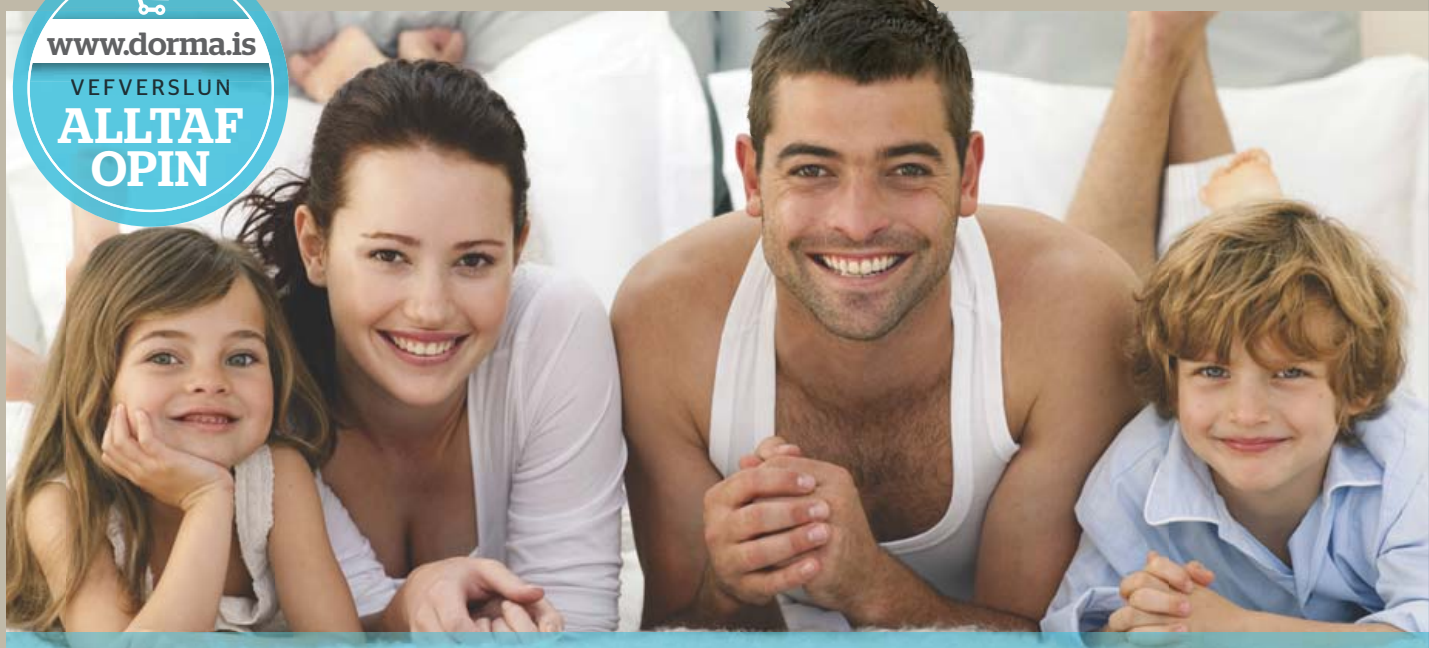
Haustið er komið í Dorma



www.dorma.is

VEFVERSLUN

**ALLTAF
OPIN**



September tilboðin { KOMDU NÚNA }

TVENNUTILBOÐ



QOD Stóri Björn dúnsæng
50% dúnn & 50% smáfiður
og **Stóri Björn kodd**
15% dúnn & 85% smáfiður

Fullt verð samtals:
25.800 kr.

DORMA-haust
23%
AFSLÁTTUR

Aðeins **19.900 kr.**

SPRING AIR EXCELLENT

heilsudýna



DORMA-haust
25%
AFSLÁTTUR



EXCELLENT heilsudýna
Stærð 120 x 200 cm
Fullt verð 89.900 kr.

EXCELLENT heilsudýna
Stærð 140 x 200 cm
Fullt verð 99.900 kr.

- Pokagormakerfi
- Hægingdalag í yfirdýnu
- Steyptur svampur í köntum
- Bómullaráklæði

Aukahlutir á mynd: Teppa, koddar, botn og fætur

Aðeins **67.425 kr.**

74.925 kr.

DORMA

Láttu drauminn ræstast

FRÉTTABLAÐIÐ

Við segjum fréttir Smáauglýsingasíminn og skiptiborð 512 5800

Ritstjórn 512 5801 ritstjorn@frettabladid.is Auglýsingadeild 512 5401 auglysingar@frettabladid.is

Prentun Ísafoldarprentsmiðja

ÞÚ GETUR NÁLGAST FRÍTT EINTAK AF FRÉTTABLAÐINU VIÐSVEGAR UM LANDIÐ.

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

FRÉTTABLAÐIÐ
Hetjur

FRÉTTABLAÐIÐ
mest lesna dagblað landsins.

Póst: dreifing

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

BAKÞANKAR

Guðrúnar
Vilmundardóttur



Póstnúmer heimsins

Börnin mín eru bæði flutt að heiman. Það væri kannski ekki í frásögur færandi, nema þau eru bara 18 og 21 – og flutt til Danmerkur og Japan.

Ég kys að lita svo á að tvö sjónarmið blasi við. Hjó fyrri: Ég hef verið svo agaleg móðir að þau fara eins langt og þau treysta sér til, við fyrsta tækifæri.

Hitt sjónarmiðið, sem mér finnst öllu líklegra, og óneitanlega skemmtilegra að halla mér að, er að upplendi hafi tekist svona vel. Ég hef talað fyrir því að skoða heiminn. Og að ein besta leiðin til þess sé að mennta sig erlendis. Ég hef talað fyrir fleiru. Einsog að setja í vélina, ganga frá skónum í þar til gerða skóhillu, láta vita með hæfilegum fyrirvara hvort maður verði í mat. Sumt víroft hafa náð betur í gegn en annað.

Kaupmannahöfn þekki ég þokkalega. Var lykilstarfsmaður hjá Postvæsenet sumari langt. Á háskólaárum í Frakklandi og Belgíu gerði ég það að leik minum að spyrja Dani sem ég hitti hvaðan þeir væru. Hvidovre? Póstnúmer 2560! Þeir vissu ekki betur en að ég hefði alla Evrópu póstinúmeraða á takteinum og vakti það ákveðna lukku.

Japan er mér ókannað land og bögglaðist það fyrir móðurhartanu. En í vikunni bar ég gæfu til að hitta Kyoto-farann á göngu í Garða-strætinu, með skólabróður sem var nýkominn heim frá Japan. „Og hér ert þú kominn aftur,“ kallaði ég glöð upp yfir mig og hef sjaldan orðið jafn fegin að sjá nokkurn mann, þó þetta væri í fyrsta sinni sem við hittumst. „Heill á húfi!“

„Ekki nóg með það,“ svaraði hann að bragði, „heldur miklu betri en þegar ég fór.“

Þess er óskandi að allir landkönnuðir okkar vilji koma heim aftur. Betri en þeir fóru. Og spásera eftir Garðastrætinu.



Opió allan sólarhringinn í öllum verslunum

Iceland

Fjölskyldu-tilboð

3799 kr.



SUBWAY

20% -50% afsláttur

VERKFAERADAGAR

Birt með fyrirvara um prentvillur og/eða myndabrengl.

Grill 25% afsláttur

*Gildir ekki af Weber grillum

Vinnur þú #bykohusoghibyli

Síðasti séns!

Taktu þátt!

Loka-dagur

100.000 kr.

inneign hjá Hólf & Gólf og 12 mánaða áskrift af Húsum og híbýlum?

Taktu mynd af rými sem þarfnast yfirhalingar, hvort sem um ræðir baðherbergi, stofu, eldhús eða annað. Settu myndina á Instagram og merktu #bykohusoghibyli og þú gætir unnið. Dregið 21. september.

MARKAÐS DAGAR

Síðasta helgin

BYKO

GERUM ÞETTA SAMAN

Komdu og gramsaðu!

AUKA 30% afsláttur*

*reiknast á kassa