skoðun 10

2 SÉRBLÖÐ
í Fréttablaðinu
Allt
Skólar og námskeið

Læra um Ísland á göngu

Ferðafélagið Förum er ætlað útlendingum sem vilja læra íslensku.

skólar og námskeið 2

FRÉTTABLAÐIÐ

ÞITT

ÞRIÐJUDAGUR

10. ágúst 2010 — 185. tölublað — 10. árgangur

MEST LESNA DAGBLAÐ Á ÍSLANDI

Sími: 512 5000

Yfir 30 sinnum til Kína

Unnur Guðjónsdóttir, ferðastýra og ballettdansari, er sjötug í dag.

tímamót 12

Skemmtileg hetjusaga

Jón Ólafsson skrifar ævisögu Rafns Jónssonar trommara sem lést árið 2004.

fólk 22

Ekkert að gera í Eyjum

Suður-Afríkumaðurinn Danien Justin Warlem gerir það gott á Hásteinsvelli.

sport 15

veðrið í dag

BJARTVIÐRI VÍÐA um land en bjart með köflum norðvestanlands. Vindur hægur af vestri og hiti á bilinu 10 til 20 stig, hlýjast inn til landsins.

VEÐUR 4

Þjónusta aukin í niðurskurði

Kostnaður samgönguráðuneytis af samgöngum til Eyja hefur aukist við tilkomu Landeyjahafnar. Fjöldi ferða hefur nær tvöfaldast en miðaverð lækkað úr um 3.000 krónum í 1.000. Verkið fer aftur í útboð 2011.

SAMGÖNGUR Miðaverð venjulegrar ferðar með Herjólfi lækkaði úr um 3.000 krónum í 1.000 þegar farið var að sigla frá Landeyjahöfn. Það var gert samkvæmt ákvörðun samgönguráðuneytis, en ekki af því að kostnaðurinn hefði lækkað svo mjög, að sögn Guðmundar Nikulássonar hjá Eimskip. Þessi „rosalega mikla lækkun“, hafi ekkert með Eimskip að gera.

„Ríkisstyrkirnir eru ekki að minnka með þessum breytingum, frekar aðeins að vaxa,“ segir hann. Þótt siglingatími styttist verulega lækki heildarkostnaður af siglingum til Eyja ekki nema lítils háttar, enda er nú siglt nærri tvöfalt oftar. Þá þurfi að hafa starfsfólk í afgreiðslu allan daginn, fastur kostnaður af Herjólfi sé óbreyttur en viðhaldskostnaður meiri.

Samgönguráðherra segir rétt að kostnaður ríkisins aukist. Það sé vegna lægri fargjalda og fleiri ferða. Á móti komi vonandi hagræðing í rekstri. Lægri fargjöld séu aðallega vegna styttri siglingar en einnig til að koma til móts við aukinn aksturskostnað Vestmannaeyinga til og frá Reykjavík. Siglingarnar séu hugsaðar sem hluti af þjóðveginum.

„Kostnaðurinn mun aukast, það er hárrétt og það vissum við alveg,“ segir Kristján L. Möller samgönguráðherra. Hversu mikið hann aukist sé ekki eins víst. Ráðuneytið vinni með Eimskip í „opinni bók“ sem þýði að rekstrargögn skipafélagsins vegna siglinganna verði opin ríkinu til upplýsingar fyrir næsta útboð, 2011. Markmiðið sé að ná fram hagkvæmari rekstri.

Samgönguráðherra segir ráðuneyti sitt skera niður um tíu prósent í samgöngumálum í ár og jafnvel níu á næsta ári: „Við erum alls staðar að taka til.“ Hugsanlegt sé að samgöngur til Eyja lendi í niðurskurði líka. Þó sé þúsund króna fargjald ákveðið viðmið.

Kristján minnir á að ríkisstyrkir vegna flugs til Eyja hafi verið aflagðir í ár og að Vestmanneyingar telji ferðir Herjólfs enn ekki nógu tíðar. Fargjöld eigi ekki að borga upp byggingu Landeyjahafnar sem hafi kostað tæpa fjóra milljarða.

Kristján mun brátt skipa stýrihóp til að skoða hvernig ferja henti best á nýrri leið til Eyja. Hugsanlega megi nota sparneytnara skip.

Hvorki Guðmundur né Kristján vilja nefna nákvæmar kostnaðartölur um siglingar til Eyja en nefna báðir að farþegafjöldi þangað hafi aukist eftir breytingarnar. Fólk fari í dagsferðir, sem áður var óþekkt. „Aukningin er talsvert meiri en fólk átti von á,“ segir Guðmundur.

klemens@frettabladid.is

TOMBÓLUSTELPUR Oft má sjá börn sem sett hafa upp litla tombólu eða smáhlutaverslun fyrir utan hefðbundnari verslanir þessa lands, gjarnan til styrktar góðu málefni. Í gær höfðu verið settar upp tvær slíkar sölur fyrir utan Pétursbúð í Vesturbæ Reykjavíkur. Í baksýn má sjá þær Garance og Ölmu safna fyrir tannréttingu, en í forgrunni eru þær Lilja og Lára að safna fyrir Reykjadal, en það er heimili fyrir fötluð börn. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

Yvonne Kristín Fulbright:

Kynlífsfræðsla í gegnum iPod

FÓLK „Foreldrar þurfa á stuðningi að halda við að fræða börnin sín um kynlíf og kynferðismál,“ segir kynlífsfræðingurinn Yvonne Kristín Fulbright, sem er hálfíslensk og búsett í Bandaríkjunum. Hún hefur gefið út hljóðbók þar sem hún kennir foreldrum að ræða við börnin sín um kynlíf. „Foreldrar geta hlustað á þetta í gegnum iPod eða MP3-spilara og þannig viðað að sér upplýsingum á þægilegan hátt, hvort sem þeir eru úti að skokka eða að keyra til vinnu,“ segir Fulbright. Bókin nefnist Who Better Than You? og er tæplega þriggja klukkustunda löng.

YVONNE KRISTÍN FULBRIGHT

- fb / sjá síðu 22.

Framkvæmdastjóri Eldingar taldi hvalaskoðun á hvalveiðibátum vera grín:

Vilja ekki sjá hvalveiðarnar

FERÐAMENNSKA „Ég hélt að þetta væri grín,“ segir Rannveig Grétarsdóttir, framkvæmdastjóri Eldingar, sem býður upp á hvalaskoðun á Faxaflóa. Fréttablaðið greindi frá því í gær að hvalveiðimenn í Kópavogi ætli að bjóða upp á hvalaskoðun á hvalveiðibátum samhliða hvalveiðum.

Ekki er ætlunin að stunda hvalveiðar á bátnum heldur sýna gestum hvernig veiðarnar fara fram.

Rannveig á sæti í Hvalaskoðunarsamtökum Íslands, sem gagnrýndu fyrir rétt rúmu ári hvalveiðar nálægt hvalaskoðunarsvæðum. Hún segir marga um hituna í hvalaskoðun, fimm fyrirtæki geri út frá Reykjavík. Erlendir ferðamenn hafi almennt ekki sýnt áhuga á hvalveiðum, hvað þá hvernig þær fari fram. „Ég fæ nokkrar fyrirspurnir á ári um hvalveiðiskoðun. Þær eru allar frá Íslendingum,“ segir hún. „En það er gaman að þeir vilji prófa eitthvað nýtt. Ég fagna allri nýsköpun.“ - jab

SPURNING DAGSINS

„Sveinn, er verið að blása málið upp?“

„Nei, þetta er vissulega þörf umræða enda misjafn sauður í mörgu fé.“

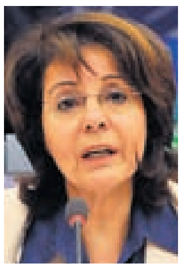
Sveinn Runólfsson er landgræðslustjóri. Í samtali við Fréttablaðið í gær sagði hann að lausagangur sauðfjár hefði dregist mikið saman. Yfirvöld hafa verið gagnrýnd fyrir að taka ekki á lausaganginum sem hefur verið nefnd sem ein ástæðan fyrir uppblæstri á landinu.

Sjávarútvegsstjóri ESB óttast hrun makrílstofnsins vegna aukinna veiða:

Refsiaðgerðir ekki útilokaðar

SJÁVARÚTVEGUR Ekki er hægt að ganga að áframhaldandi gagnkvæmum veiðiréttindum ESB, Íslands og Færeyja sem vísum, endurskoði eyþjóðirnar ekki einhliða áform sín um stórauknar makrílveiðar. Þetta segir Maria Damanaki, sem fer með sjávarútvegsmál í framkvæmdastjórn Evrópusambandsins.

Framkvæmdastjórnin lýsti í gær yfir miklum áhyggjum af þessum veiðum, í ljósi þess að Færeyingar hyggjast nú þrefalda þær, miðað við veiðar þeirra á árunum 1999 til 2009.



MARIA DAMANAKI

Í fréttatilkynningu frá framkvæmdastjórninni segir að þessi ákvörðun Færeyinga sé í mótsögn við uppbyggilegt framlag þeirra til endurreisnar makrílstofnsins hingað til, en stofninn sé afar mikilvægur sjávarútvegi Evrópusambandslanda.

Fyrirhugaðar veiðar Íslendinga og Færeyinga vinni gegn markmiðum um sjálfbærar veiðar og ógni makrílstofninum.

Í tilkynningunni segir einnig að ESB muni á næstunni senda Færeyingum „skýr skilaboð“ og leitast við að koma á samráði þjóðanna um að gera veiðarnar sjálfbærar að nýju.

Verði „núverandi stjórnleysisástandi“ viðhaldið af ósanngirni muni framkvæmdastjórnin „íhuga allar nauðsynlegar aðgerðir“ til að vernda hagsmuni sambandsins. - kóþ

Seðlabankinn birtir álit Lex:

Lán lögleg ekki verðtryggingin

EFNAHAGSMÁL **Seðlabankinn birti í gær á vef sínum álit lögmannsstofunnar Lex, síðan í maí í fyrra um heimildir til gengistryggingar lána. Seðlabankinn hefur verið sakaður um að hafa þagað yfir vitneskju um að lán í erlendri mynt væru ólögleg.**

Álitið segir þau lögleg, en ólöglegt sé að verðtryggja á grundvelli gengis erlenda mynta. Aðallögfræðingur bankans tekur undir álitið í meðfylgjandi minnisblaði, en bendir á að dómstólar þurfi að skera úr um þetta. - kóþ

Ólympíuleikar ungmenna:

Sex Íslendingar fóru utan í gær

HEILSA **Sex íþróttamenn héldu utan í gær til að taka þátt í Ólympíuleikum ungmenna sem haldnir eru í fyrsta skipti í Singapúr og hefjast um helgina.**

ANDRI STEFÁNSSON

„Þetta eru nýir leikar þar sem verið er að höfða til aldursflokksins fjórtán til átján ára,“ útskýrir Andri Stefánsson aðalfararstjóri, sem segir leikana ekki eingöngu snúast um íþróttir heldur eflingu vinskapar milli þjóða og fræðslu ungmenna. Ákveðið var að efna til Ólympíuleikanna fyrir um tveimur árum. „Þessir leikar eru greinilega hugsaðir sem alvöru leikar og mikið lagt upp úr því að þeir takist vel.“ - mmf / sjá Allt

Vill fund í menntamálanefnd:

Aukið samstarf skóla verði rætt

ALÞINGI Óli Björn Kárason, þingmaður Sjálfstæðisflokks, hefur kallað eftir fundi í menntamálanefnd Alþingis. Þar vill hann að farið verði yfir áætlaðan niðurskurð til háskóla og áhrif lægri framlaga ríkisins. Hann kallar einnig eftir umræðu um hvort og þá hvernig háskólar geti aukið samvinnu sín á milli.

ÓLI BJÖRN KÁRASON

„Ég lagði sérstaka áherslu á nauðsyn þess að allir forráðamenn háskóla verði á þessum fundi, sem verði eins konar vinnufundur, sem þýðir að fundurinn verður að vera utan boðaðs fundartíma menntamálanefndar,“ segir Óli Björn. - óká

Krossárhetjan lífgaði mann við á bensínstöð

Ásmundur Þór Kristmundsson, sem lagði líf sitt í hættu þegar hann óð út í Krossá og bjargaði tveimur ferðamönnum í sjálfheldu, hefur áður komið manni til bjargar. Hann er brákaður á öxl en lét það ekki stoppa sig á sunnudaginn.

FÓLK Hinn tvítugi björgunarsveitarmaður, Ásmundur Þór Kristmundsson, sem óð út í Krossá á sunnudag og bjargaði tveimur frönskum ferðamönnum sem þar sátu fastir, hefur áður komið manni til bjargar. Að sögn ömmu hans má hann ekkert aumt sjá og finnst sjálfsagt að hjálpa fólki í neyð.

„Ég er mjög stolt af honum og það er sko alls ekki í fyrsta skipti,“ segir Kolbrún Skarphéðinsdóttir, amma Ásmundar. „Hann er bara svona, finnst það vera sjálfsagt að koma fólki til hjálpar. Hann er í björgunarsveitinni og hefur notið sín vel þar og finnst þetta bara vera skylda sín,“ segir Kolbrún.

Ásmundur hefur verið frá vinnu undanfarnar vikur þar sem hann er brákaður á vinstri öxl. Að sögn Kolbrúnar hefur hann varla getað lyft upp handleggnum en hann lét það ekki stoppa sig þegar hann óð út í ána í gær.

„Ég er allur að koma til eftir þetta og það er ánægjulegt að gríðarlega mikið af fólki er búið að hafa samband,“ sagði Ásmundur við Fréttablaðið í gær.

Spurður hvort hann hefði ekki betur hlíft öxlinni á sunnudag sagði Ásmundur: „Ég gat ekki látið það stöðva mig, maður getur ekki grenjað yfir einhverju svona.“

Ásmundur er að vinna sem öryggisvörður í 10-11 í Austurstræti og lenti um miðjan síðasta mánuð í átökum við viðskiptavin sem endaði með brákaðri öxl. Þetta er ekki það eina sem komið hefur fyrir Ásmund í starfi sínu því í vor lífgaði hann mann við á bensínstöð í Kópavogi.

„Fyrir einhverjum mánuðum var ég á vakt á Select við Smáralindina og starfsmaður þar kemur til mín og segir mér að það sé maður liggjandi á klósettinu. Ég fer þá að manninum þar sem hann liggur á gólfinu og finn að hann hefur engan púls. Ég byrja því bara að hnoða hann og tókst að vekja hann aftur,“ segir Ásmundur og bætir því við að þetta sé það eina sem hann hafi lent í einn í störfum sínum.

Í ÖMMUGARÐI Særós Sigþórsdóttir, unnusta Ásmundar, Ásmundur Þór Kristmundsson björgunarsveitarmaður og Kolbrún Skarphéðinsdóttir, amma Ásmundar, gáfu sér í gær tíma til að stilla sér upp á mynd. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON

> Ég er allur að koma til eftir þetta og það er ánægjulegt að gríðarlega mikið af fólki er búið að hafa samband.
>
> ÁSMUNDUR ÞÓR KRISTMUNDSSON BJÖRGUNARSVEITARMAÐUR

Ásmundur hefur áhuga á því að verða slökkviliðsmaður og hefur lokið sjúkraflutninganámi. Lesblinda hefur hins vegar háð honum að sögn Kolbrúnar sem segir hann aldrei hafa fengið nauðsynlegan stuðning á skólagöngu sinni.

„Þessi strákur er virkileg hetja. Hann er ofboðslega hægur og ljúfur og góður í sér. Hann vill öllum hjálpa og má ekkert aumt sjá. Svo er hann duglegur að kíkja í kaffi til ömmu sinnar því annars skammar afi hann,“ segir Kolbrún að lokum um Ásmund.

magnusl@frettabladid.is

EINN EINBEITTUR Hafna- og mjúkboltafélag Reykjavíkur fór með sigur í fyrsta leik Íslandsmótsins í hafnabolta í gær. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON

Íslandsmót í hafnabolta:

Tvö hundruð iðka íþróttina

ÍÞRÓTTIR Íslandsmótið í hafnabolta hófst í gær og lýkur á föstudag. Tvö lið keppa sín á milli, Hafna- og mjúkboltafélag Reykjavíkur og lið áhugamanna. Fyrra liðið fór með sigur af hólmi á fyrsta degi, 1-0.

Hafnaboltaiðkun hófst hér á landi fyrir þremur árum og hefur íþróttin heyrt undir Íþrótta- og tómstundasvið Reykjavíkur síðastliðin tvö ár. Raj Bonifacious, formaður Hafna- og mjúkboltafélags Reykjavíkur, segir tæplega tvö hundruð manns frá skólaaldri og upp úr stunda íþróttina. - jab

Konu leitað við Hrafnagil:

Lagðist og svaf eftir svimakast

LÖGREGLA **Kona sem björgunarsveitir leituðu að við Hrafnagil fannst heil á húfi síðdegis í gær.**

Lögreglan á Akureyri kallaði til aðstoð um miðjan dag, en þá hafði ekkert spurst til konu á fimmtugsaldri sem farið hafði í göngutúr snemma morguns. Hjálparsveitin Dalbjörg og Súlur björgunarsveit höfu leit, en klukkan hálffimm fannst konan í fjallendi ofan Hrafnagils. Þá voru yfir 30 björgunarsveitarmenn við leit.

„Konan fann til slappleika og svima og hafði sofnað, henni var fylgt niður og þar hlúðu björgunarsveitarmenn að henni,“ segir í tilkynningu Dalbjargar. - óká

kostur
Spörum og njótum lífsins
Opið alla daga 10-20
Mjólk
á tilboði alla þriðjudaga
Nýmjólk & léttmjólk 1L
75 kr/stk

Mikið úrval af frábærum tilboðum - líttu við
Dalvegur 10-14 | 201 Kópavogur | Sími 560 2500 | www.kostur.is
Opið alla daga frá 10.00 til 20.00 | Sjáðu Kost á Facebook

Seðlabankastjóri segir hugsanlegt að afnema hluta gjaldeyrishafta í haust:

Veltur á vægi Icesave-málsins

EFNAHAGSMÁL Flækist Icesave-málið ekki fyrir þriðju endurskoðun efnahagsáætlunar Alþjóðagjaldeyrissjóðsins (AGS) og íslenskra stjórnvalda er hugsanlegt að stíga einhver skref í afnámi gjaldeyrishafta. Þetta er mat Más Guðmundssonar seðlabankastjóra.

„Þetta er háð því að þriðja endurskoðunin fari fram og að við fáum þann aðgang að erlendu lánsfé sem hún mun hafa í för með sér. Ef Icesave-málið flækist ekki fyrir þriðju endurskoðuninni, þá er alveg hugsanlegt að stíga einhver skref í afnámi gjaldeyrishafta án þess að málið hafi áður verið leyst,“ segir Már og bendir á að önnur staða hafi verið uppi í efnahagsmálum fyrir aðra endurskoðun áætlunar AGS og stjórnvalda.

Í kjölfar samþykkis annarrar endurskoðunar áætlunarinnar í apríl opnaðist stjórnvöldum aðgangur að rúmum hundrað milljörðum króna frá AGS, Norðurlöndunum og Póllandi. Í kjölfarið voru erlendar skuldir ríkissjóðs keyptar til baka.

Áformað er að leggja þriðju endurskoðun efnahagsáætlunarinnar fyrir framkvæmdastjórn AGS í byrjun næsta mánaðar. - jab

SEÐLABANKASTJÓRI Flækist Icesave-málið ekki fyrir þriðju endurskoðun efnahagsáætlunar AGS má hugsanlega stíga skref í afnámi gjaldeyrishafta, segir Már Guðmundsson. FRÉTTABLAÐIÐ/PJETUR

ÞRJÁLUÐ ÚTSALA

FÁRÁNLEG VERÐ

EKKI UNDIR 30% AFSLÁTTUR*

FULLT AF ALVÖRU MONGOOSE HJÓLUM Á FÁRÁNLEGUM VERÐUM

GAP

WWW.GAP.IS

FJALLAHJÓLABÚÐIN FAXAFENI 7

S: 5200 200• MÁN - FÖS. KL. 9-18.• LAU. KL. 11-16

mongoose®
alvöru hjól

*AF FULLORÐINS HJÓLUM Á ÚTSÖLU

GENGIÐ 09.08.2010

GJALDMIÐLAR	KAUP	SALA
Bandaríkjadalur	116,97	117,53
Sterlingspund	186,66	187,56
Evra	155,13	155,99
Dönsk króna	20,818	20,940
Norsk króna	19,646	19,762
Sænsk króna	16,504	16,600
Japanskt jen	1,3663	1,3743
SDR	179,46	180,52

GENGISVÍSITALA KRÓNUNNAR 209,1935

HEIMILD: Seðlabanki Íslands

Mannréttindasamtökin Amnesty International mótmæla réttarhöldum:

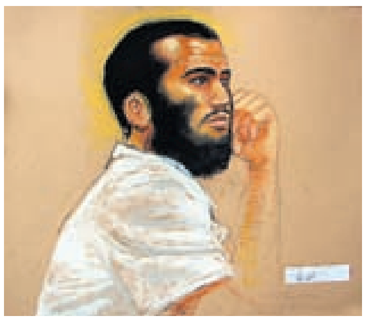
Yngsti fangi Gvantanamó fyrir rétt

MANNRÉTTINDAMÁL Omar Khadr, yngsti fangi Gvantanamó-fangabúðanna, sem Bandaríkin hafa starfrækt frá árinu 2002 í baráttunni gegn hryðjuverkum, verður leiddur fyrir dóm í þessari viku.

Khadr, sem er fæddur í Toronto í Kanada, var tekinn til fanga í Afganistan árið 2002, þá 15 ára gamall. Í dag er Khadr 23 ára og verður leiddur fyrir dóm vegna ásakana um að hafa unnið fyrir al-Kaída og verið valdur að dauða bandarísks hermanns.

Samtökin Amnesty International hafa allt frá fangelsun Khadr barist fyrir rétti hans og jafnframt því að yfir honum verði réttað á grundvelli kanadískra laga eða innan venjulegs bandarísks dómstóls. Kanadísk yfirvöld hafa þó verið rög við að tala gegn stefnu Bandaríkjanna og því virðist sem Khadr verði leiddur fyrir dómstól Gvantanamó-fangelsis.

Réttarhöldin gætu varað í allt að fjórar vikur og vonast talsmaður Amnesty International að Khadr mæti í réttarsalinn og segi frá slæmri meðferð innan fangelsisins og sýni þar með fram á hversu óréttlát réttarhöldin eru. **-jbá**



OMAR KHADR Yngsti fanginn í Gvantanamó-fangabúðunum er á leiðinni fyrir dómara. NORDICPHOTOS/AFP

Árekstur í Skagafirði:

Sex á sjúkrahús eftir árekstur

LÖGREGLUMÁL Þriggja bíla árekstur varð í Blönduhlíð í Skagafirði við bæinn Bólu rétt fyrir klukkan tvö í fyrradag. Þjóðvegurinn lokaðist af þeim sökum í nokkurn tíma.

Enginn slasaðist alvarlega en sex manns voru fluttir á sjúkrahúsið á Sauðárkróki. Slysið bar að með þeim hætti að ökumaður bíls ætlaði að beygja út af þjóðvegi eitt en svo virðist sem bílstjórar sem á eftir komu hafi ekki áttað sig á því með þeim afleiðingum að þeir lentu aftan á bílnum. Talið er að of stutt hafi verið milli bíla.

Tvær þýskar konur:

Amfetamínkonur áfram í gæsluvarðhaldi

DÓMSMÁL Hæstiréttur staðfesti í gær áframhaldandi gæsluvarðhaldsúrskurð Héraðsdóms Reykjavíkur yfir tveimur konum sem voru handteknar 17. júní síðastliðinn á Seyðisfirði.

Konurnar, sem eru þýskir ríkisborgarar en fæddar í Rússlandi og Kasakstan, voru handteknar þegar þær komu með Norrænu á Seyðisfjörð á þjóðhátíðardaginn. Í bensíntanki bíls þeirra voru tuttugu lítrar af amfetamínbasa en með vökvanum er hægt að framleiða allt upp í 264 kíló af amfetamíni.

Konurnar verða í varðhaldi til föstudagsins 27. ágúst næstkomandi.

Norskir ferðamenn eyða mestu á Íslandi

Ferðamenn eyða nú lægri upphæðum að meðaltali en síðustu ár. Fækkun ferðamanna og styrking krónu hefur áhrif. Tímabilið fram að eldgosi var mjög gott. Norðmenn versla mest og auka við sig, en Danir versla næstmest.

VERSLUN Ferðamenn sem komið hafa til Íslands í ár eyða minna en þeir sem komu síðastliðin tvö ár. Þetta segir Helgi Hrannar Jónsson, framkvæmdastjóri Global Blue, sem annast Tax Free á Íslandi.

HELGI HRANNAR JÓNSSON

Samkvæmt tölum Global Blue eru það Norðmenn sem versla mest ferðamanna hér á landi, en þeir hafa verslað fyrir rúmlega tuttugu prósent meira í ár en í fyrra. Danir eru í öðru sæti en þeir hafa minnkað verslun, og hafa verslað fyrir rúmlega tuttugu prósent lægri upphæðir nú en í fyrra. Athygli vekur að Kanadabúar hafa verslað tíu prósentum meira í ár en í fyrra og segir Helgi að aukin tíðni flugs til og frá Kanada geti verið ástæða þess.

Eldgosið í Eyjafjallajökli hefur sett strik í reikninginn. „Sé fyrri hluti þessa árs tekinn saman þá er tímabilið fram að gosi ótrúlega gott, og á þeim tíma var töluverð aukning í sölu til erlendra ferðamanna að teknu tilliti til verðbólgu." Helgi segir þetta hafa gefið góð fyrirheit um sumarið en það hafi ekki gengið eftir þegar eldgosið varð. „Reyndar má segja sem svo að sú aukning sem hafði átt sér stað hefur jafnast út."

Árið 2009 var metár í ferðamennsku á Íslandi og eyddu ferðamenn að meðaltali 90 prósentum meira fyrri hluta ársins en á sama tíma árið áður. Ferðamenn virðast nú vera að fara aftur í gamalkunnugt munstur, að skoða náttúruna meira og kaupa minna. Þá virðist ferðamönnum sem koma í styttri ferðir vera að fækka. „Ferðamenn eyða lægri upphæðum að meðaltali í hvert skipti. Styrking krónunnar hefur líka töluvert að segja enda hefur hún styrkst um meira en tíu prósent samanborið við sama tíma í fyrra," segir Helgi. Hann segist telja að þegar árið verði tekið saman muni fækkun ferðamanna og styrking krónunnar sýna lítilsháttar samdrátt á markaði. Það sé ágætis niðurstaða sé tillit tekið til þessara þátta.

Helgi segir íslenska kaupmenn hafa staðið sig gríðarlega vel undanfarin ár og þeir stuðli að góðu framboði, háu þjónustustigi og sanngjörnu verðlagi miðað við nágrannalöndin. Vöxtur í íslenskri hönnun hafi einnig verið mikill. „Íslensk kaupmannastétt hefur allt frá hruni unnið þrekvirki í að bjóða gott úrval og gott verð."

thorunn@frettabladid.is

FERÐAMENN Í REYKJAVÍK Ferðamenn versla fyrir lægri upphæðir en í fyrra, sem var metár. Tímabilið fram að eldgosi var mjög gott en verslun hefur dottið niður í kjölfar þess. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

REYKT AF KAPPI Þeim sem reykja hefur fækkað síðustu ár. Núna reykja tæp 37 þúsund, en fyrir 20 árum reykti nær þriðjungur þjóðarinnar. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON

14 milljarðar reyktir á ári:

Mánaðarlaun fara í sígarettur

HEILBRIGÐISMÁL Íslenskir reykingamenn eyða nálægt fjórtán milljörðum króna í sígarettur á ári. Venjulegur launamaður, sem reykir pakka á dag, eyðir heilum mánuði í að vinna fyrir sígarettum.

Pakki af sígarettum kostar nálægt níu hundruð krónum, en samkvæmt gögnum ÁTVR seldust 16 milljón pakkar árið 2008.

Sá sem reykir pakka á dag eyðir um 330 þúsund krónum í sígarettur á ári. **- hvj**

Brugðist við lyfjamisnotkun:

Skoða rítalín fyrir fullorðna

HEILBRIGÐISMÁL Geir Gunnlaugsson landlæknir hyggst kanna sérstaklega ávísanir lækna á rítalín til fullorðinna. Í fréttum Stöðvar 2 í gær sagðist hann vilja skoða hvort forsendur væru fyrir því að takmarka ávísanir á lyfið. Mikið framboð er sagt vera af rítalíni í undirheimum.

GEIR GUNNLAUGSSON

Geir segist þó fullviss um að í flestum tilvikum sé lyfinu ávísað í því skyni að það gagnist sjúklingnum best, en í einhverjum tilvikum fái einstaklingar rítalín sem ekki þurfi á því að halda. **- óká**

Oddur V. kallaður út:

Báti bjargað við Herdísarvík

BJÖRGUN Leki komst að lest, vélarrými og framskipi 70 tonna eikarbáts sem staddur var um átta sjómílur utan við Herdísarvík um fjögurleytið á sunnudag.

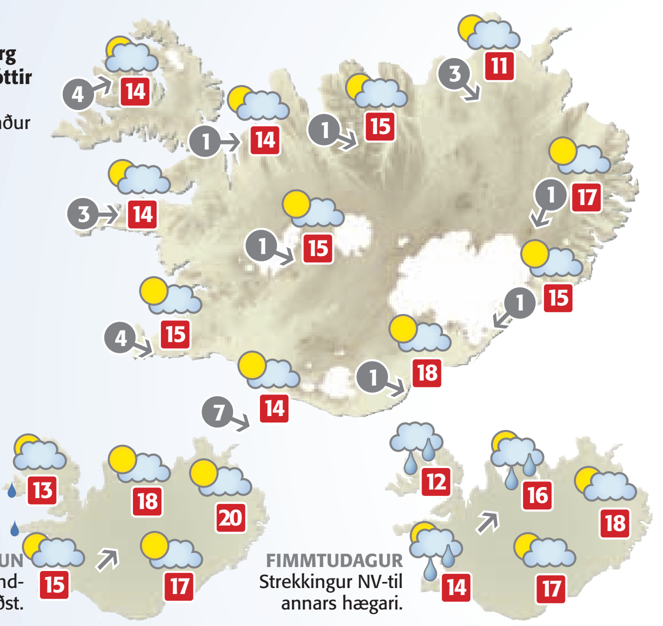
Oddur V. Gíslason, björgunarskip Landsbjargar, var kallaður til aðstoðar en um borð voru björgunarsveitarmenn úr Þorbirni í Grindavík, kafarar og slökkviliðsmenn með dælur meðferðis. Þá var þyrla Landhelgisgæslunnar einnig kölluð út og seig maður úr henni með dælu.

Sjó var dælt úr bátnum og honum fylgt til hafnar í Þorlákshöfn. **- kh**

VEÐURSPÁ

Ingibjörg Karlsdóttir veðurfréttamaður

SUMARBLÍÐA
Það er sumarblíða í kortunum næstu tvo daga og á það við um mest allt land. Á fimmtudag fer svo að rigna vestanlands en austanlands má búast við björtu veðri fram á föstudag. Gott veður fyrir ferðalanga.



Á MORGUN
Víða fremur hægur vindur en strekkingur syðst.

FIMMTUDAGUR
Strekkingur NV-til annars hægari.

HEIMURINN

Alicante	32°
Basel	30°
Berlín	26°
Billund	23°
Frankfurt	28°
Friedrichshafen	27°
Gautaborg	22°
Kaupmannahöfn	22°
Las Palmas	23°
London	22°
Mallorca	31°
New York	34°
Orlando	33°
Ósló	21°
París	27°
San Francisco	15°
Stokkhólmur	22°

Vindhraði er í m/s.
Hitastig eru í °C.
Gildistími korta er um hádegi.

AUGLÝSINGADEILDIR FRÉTTABLAÐSINS – AUGLÝSINGASTJÓRI: Jón Laufdal *jonl@frettabladid.is* ALMENNAR SÍMI 512-5401: Hendrik Sigurðsson *hendrik@frettabladid.is*, Guðmundur Steinsson *gudmundurs@365.is*, Laila Awad *laila@365.is*, Örn Geirsson *orn.geirsson@365.is*, Hjördís Zoëga *hjordis@frettabladid.is*
ALLT SÍMI 512-5402: Jóna María Hafsteinsdóttir *jmh@365.is*, Henný Árnadóttir *henny@365.is*, Þórdís Hermannsdóttir *thordish@365.is* SÉRBLÖÐ SÍMI 512-5016: Sigríður Sigurbjörnsdóttir *sigridurdagny@365.is*, Hlynur Þór Steingrímsson *hlynurs@365.is*, Bjarni Þór Sigurðsson *bthor@365.is*, Benedikt Freyr Jónsson *benediktj@365.is*
RAÐAUGLÝSINGAR /FASTEIGNIR SÍMI 512-5403: Hrannar Helgason *hrannar@365.is*, Viðar Ingi Pétursson *vip@365.is* ÞJÓNUSTUAUGLÝSINGAR SÍMI 512-5407: Sigrún Helga Guðmundsdóttir *sigrunh@365.is*, Arna Rut Kristinsdóttir *arnarut@365.is*

Sparidagar Ormsson í 10 ár

SPARI DAGAR 2·0·1·0

ENN BETRI VERÐ! ENN BETRI TILBOÐ!

AEG FAVORIT 60871U-M

AEG UPPÞVOTTAVÉL

6 þvottakerfi · Rúmar12 manna stell

LISTAVERÐ: 179.900,-

SPARIDAGAVERÐ: 143.920,-

Kaupið á óbreyttum 2001 verðum:

OLYMPUS · MYNDAVÉL: (HELMINGUR AF 2001 VERÐI)	15.900,- kr.
AEG · BRAUÐRIST:	4.490,- kr.
AEG · KAFFIVÉL:	4.990,- kr.
PIONEER · DVD-SPILARI: (HELMINGUR AF 2001 VERÐI)	14.450,- kr.

Solis

15% afsláttur

SAFAPRESSUR o.m.fl.

Tefal

20% afsláttur

Margar stærðir og gerðir

POTTAR OG PÖNNUR

DRAUMARYKSUGAN ER FRÁ AEG

ÞÆR GERAST EKKI BETRI!

NÝ SENDING

FJÖLBREYTT ÚRVAL

20% afsláttur

20% afsláttur af AEG þvottatækjum, kæliskápum, ofnum, helluborðum, gufugleypum og ryksugum ...

AEG FULLKOMIN LÖGUN OG LEIKNI

50% afsláttur

AEG vegghᴀ́far

90 cm

AEG LAVAMAT 52840

AEG þvottavél

1200 snúninga · Tekur 6 kg · Öll hugsanleg þvottakerfi

ÍSLENSKT STJÓRNBORÐ

LISTAVERÐ: 129.900,-

SPARIDAGAVERÐ: 99.900,-

OBH NORDICA

20% afsláttur

PIZZAOFN

SPARIDAGA VERÐ: 17.990,-

POPPVÉL

SPARIDAGA VERÐ: 9.990,-

Nintendo

STÓRKOSTLEGT LEIKJAÚRVAL

DS Lite

DS Lite leikjatölva

LISTAVERÐ: 29.900,-

SPARIDAGAVERÐ: 24.900,-

40% afsláttur

AF ÖLLUM AEG GASHELLUBORÐUM

...og 20% afsláttur af AEG

kaffivélum, brauðristum, straujárnum, handþeyturum, hraðsuðukönnum, matvinnsluvélum, hárblásurum, sléttujárnum, espressovélum

SCOTT

RX19

Scott útvarp

LISTAVERÐ: 11.900,-

SPARIDAGAVERÐ: 8.900,-

Pioneer DCS-FS30

MÖGNUÐ STÆÐA

Pioneer heimabíóstæða

LISTAVERÐ: 135.900,-

SPARIDAGAVERÐ: 109.900,-

SAMSUNG UE40B7050WW

40" LED SJÓNVARP

Upplausn: 1920 x 1080 • 100 Hz Motion Plus • Mega Contrast

LISTAVERÐ: 389.900

SPARIDAGAVERÐ: 299.900,-

SAMSUNG

DVD spilari

LISTAVERÐ: 16.900,- kr.

SPARIDAGAVERÐ: 14.900,-

SHARP-LC40LE600

SHARP

40" LED SJÓNVARP

FULL HD · 1920x1080 WXGA upplausn (16:9) · 4 ms svartími · DVB-T móttakari

LISTAVERÐ: 40": 339.900,- kr.

SPARIDAGAVERÐ 229.900,-

LC40LE700 LISTAVERÐ: 40": 389.900,- kr.

SPARIDAGAVERÐ: 259.900,-

LAVATHERM-T55460

AEG þurrkari

Barkalaus með rakaskynjara · Taumagn: 6 kg

LISTAVERÐ: 119.900,-

SPARIDAGAVERÐ: 89.900,-

CASIO EX-FC100

9,1 milljón pxl

5x aðdráttarlinsa (37-185mm)

Stafræn myndavél

LISTAVERÐ: 57.900,-

SPARIDAGAVERÐ: 39.900,-

Verbatim

VE47512

Flakkari

1TB

LISTAVERÐ: 23.500,-

SPARIDAGAVERÐ: 18.900,-

SHARP Skólareiknivélar

25% afsláttur

KVIKA

GÆÐI OG GOTT VERÐ FARA ALLTAF SAMAN HJÁ ORMSSON

ORMSSON KEFLAVÍK SÍMI 421 1535	ORMSSON AKRANESI SÍMI 431 3333	ORMSSON ÍSAFIRÐI SÍMI 456 4751	ORMSSON AKUREYRI SÍMI 461 5000	ORMSSON HÚSAVÍK SÍMI 464 1515	ORMSSON EGILSSTÖÐUM SÍMI 471 2038	ORMSSON NESKAUPSTAÐ SÍMI 477 1900	ORMSSON SELFOSSI SÍMI 4801160

Sparidagar Ormsson í 10 ár

Umboðsmenn um land allt! LÁGMÚLA 8 [HEIMILISTÆKI] · SÍÐUMÚLA 9 [HLJÓMTÆKI] · SÍMI 530 2800 · WWW.ORMSSON.IS

KJÖRKASSINN

Tókst þú þátt í hátíðarhöldum Hinsegin daga?

JÁ	12,9%
NEI	87,1%

SPURNING DAGSINS Í DAG:

Ætti að skikka bændur til að girða sauðfé sitt af?

Segðu skoðun þína á Vísi.is

vísir

Mikið lagt í undirbúning skólastarfs í Reykjavík sem hefst í lok mánaðarins:

Nýjar skólabyggingar teknar í notkun

MENNTUN Þrjár nýjar skólabyggingar verða teknar í notkun í Reykjavík í haust. Byggingarnar eru fyrir Dalskóla í Úlfarsárdal, Sæmundarskóla í Grafarholti og Norðlingaskóla í Norðlingaholti.

Skólastarf hefur verið í bráðabirgðahúsnæði í Norðlingaskóla undanfarin ár, en skólinn tók til starfa í ágúst 2005.

Kennsla hófst í hluta nýrrar byggingar Sæmundarskóla í fyrra, en skólastarf beggja skóla verður að hluta til í nýju húsunum í vetur. Stefnt er að því að fullgera húsin fyrir árslok 2012. Skólinn varð sjálfstæður árið 2006, en skólastarfið hafði áður verið í tengslum við Ingunnarskóla.

Dalskóli tekur til starfa sem leikskóli, grunnskóli og frístundaheimili í haust. Tilkynnt var um nafn skólans undir lok maí á þessu ári. Á þriðja tug grunnskólabarna og 50 leikskólabörn hafa verið innrituð í skólann, að því er fram kemur í tilkynningu Reykjavíkurborgar.

Skólar verða settir í Reykjavík 23. ágúst. **- þeb**

SÆMUNDARSKÓLI Í fyrra hófst kennsla í fyrsta hluta nýrrar byggingar í Sæmundarskóla. Kennsla hefst í þremur nýjum skólabyggingum í haust, þar á meðal í Sæmundarskóla. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

Grunnskólarnir að byrja:

14.000 nemendur í 37 skólum

MENNTMÁL Um fjórtán þúsund nemendur hefja nám í 37 almennum grunnskólum í Reykjavík 23. ágúst, þar af eru 1.460 börn að hefja nám í 1. bekk.

Rúmlega 400 nemendur eru skráðir í sex sjálfstætt starfandi skóla í borginni og á annað hundrað grunnskólanemendur stunda nám í þremur sérskólum.

Samkvæmt tilkynningu frá Reykjavíkurborg er undirbúningsstarf fyrir skólabyrjun í fullum gangi enda rétt um tvær vikur í skólasetningu. **-kh**

Ók undir áhrifum vímuefna:

Kviknaði í bíl eftir útafakstur

LÖGREGLUMÁL Lögreglumenn á eftirlitsför sáu í nótt hvar ökumaður missti stjórn á bíl sínum og ók út af Hafnarfjarðarvegi á móts við Fífuhvammsveg.

Þar kastaðist bíllinn yfir torfærur uns hann nam staðar en þá gaus upp eldur í honum.

Lögreglumenn náðu að slökkva eldinn með handslökkvitækjum og voru ökumaður og farþegi fluttir á slysadeild til aðhlynningar. Að því loknu var ökumaður fluttur til gistingar í fangageymslum, enda grunaður um fíkniefnaakstur.

GOSIÐ Myndin um gosið er sýnd á hverjum degi við gömlu höfnina. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

Café Haítí við höfnina:

Mynd um gosið sýnd daglega

FÓLK Stuttmynd um eldgosið í Eyjafjallajökli er nú sýnd daglega í verbúð við gömlu höfnina í Reykjavík.

Myndin er eftir Valdimar Leifsson kvikmyndagerðarmann sem fór fjölmargar ferðir að gosstöðvunum í vor. Hann myndaði gosið frá jörðu og úr lofti. Enginn texti er í myndinni heldur aðeins tónlist og myndir af gosinu.

Myndin er sýnd á lofti kaffihússins Café Haítí í verbúð númer tvö. Aðrar íslenskar stuttmyndir eru einnig sýndar þar daglega. **- þeb**

Í ÁLVERINU Í STRAUMSVÍK Hafnfirðingar felldu í kosningum 2007 tillögu sem gert hefði kleift að ríflega tvöfalda áframleiðsluna í Straumsvík. Í sextán mánuði hefur legið fyrir nægur fjöldi undirskrifta til að endurtaka kosninguna en hún er þó ekki enn á dagskrá. FRÉTTABLAÐIÐ/HARI

Íbúar kjósi um það sama og í mars 2007

Rio Tinto telur að ef Hafnfirðingar kjósi aftur um stækkun álvers eigi það að vera á sömu forsendum og 2007. Bæjaryfirvöld eru enn að ákveða viðbrögð við því að nægilega margar undirskriftir fyrir nýjum kosningum liggja fyrir.

SKIPULAGSMÁL Álfyrirtækið Rio Tinto Alcan segist vilja auka við starfsemi sína hér á landi. Þetta kemur fram í svarbréfi félagsins til bæjaryfirvalda í Hafnarfirði.

„Rio Tinto Alcan hefur sannarlega áhuga á að auka umsvif sín á Íslandi," segir í bréfi Alcan sem er að svara fyrirspurn frá bæjaryfirvöldum. Tilefni bréfaskiptanna er að frá því í mars í fyrra hefur legið fyrir tilskilinn fjöldi undirskrifta frá Hafnfirðingum til þess að endurtaka eigi íbúakosningu frá árinu 2007 um nýtt deiliskipulag vegna stækkunar álversins í Straumsvík.

„Þar sem áformum fyrirtækisins um stækkun var hafnað í atkvæðagreiðslu í Hafnarfirði er bæði eðlilegt og rétt að frumkvæði að því að setja þau áform aftur á dagskrá komi frá bæjarfélaginu, það er íbúum þess eða eftir atvikum fulltrúum þess," segir í svari Alcan.

Málið hefur velkst milli bæjaryfirvalda og Alcan eftir að undirskriftirnar lágu fyrir. Bæjaryfirvöld hafa talið að Alcan hafi ekki gefið fullnægjandi svör um sína afstöðu en fyrirtækið segir ekkert því til fyrirstöðu að endurtaka kosninguna. Hins vegar liggi engar ákvarðanir fyrir um það hvort eða hvernig yrði af stækkun eins og þeirri sem kosið var um í mars 2007. Ef til stækkunar kæmi myndi fyrirtækið líklega sækja um losunarheimildir til Evrópusambandsins. Eins sé það tilbúið að minnka svokallað þynningarsvæði umhverfis verksmiðjuna eins og bæjaryfirvöld spyrji um.

„Fyrirtækið hefur að svo stöddu engar aðrar óskir uppi en þær að vilji bæjarfélagsins komi fram," er undirstrikað í bréfi álfyrirtækisins. Sagt er að mjög hafi dregist að senda svarbréfið við spurningunum sem bærinn setti fram í lok mars síðastliðinn. „Stjórnendur fyrirtækisins hafa undanfarna mánuði lagt höfuðáherslu á að ljúka endurnýjun á raforkusamningi álversins til að tryggja núverandi rekstur þess, en þeirri vinnu lauk á farsælan hátt í liðnum mánuði," er töfin útskýrð.

Svarbréf Rio Tinto Alcan var lagt fram í bæjarráði á fimmtudag en engin ákvörðun tekin um íbúakosninguna. Hins vegar fól bæjarráðið oddvitum þeirra flokka sem eiga fulltrúa í bæjarstjórn, auk sviðstjóra og skrifstofustjóra skipulags- og byggingarsviðs, „að yfirfara framlögð svör". **gar@frettabladid.is**

HÚS Í BYGGINGU Íbúðalánasjóður hefur í kjölfar útboðs tekið ákvörðun um að halda vöxtum sjóðsins óbreyttum. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

Útboð íbúðabréfa:

Óbreyttir vextir Íbúðalánasjóðs

VIÐSKIPTI Íbúðalánasjóður hefur í kjölfar útboðs á íbúðabréfum og í samræmi við breytingu á vaxtaálagi ákveðið að útlánavextir sjóðsins verði óbreyttir.

Útlánavextir íbúðalána með uppgreiðsluákvæði eru 4,50 prósent og 5,00 prósent á íbúðalánum án uppgreiðsluákvæðis.

Í tilkynningu segir að vaxtaákvörðun Íbúðalánasjóðs byggi á ávöxtunarkröfu í útboði íbúðabréfa sem haldið var 6. ágúst ásamt vegnum fjármagnskostnaði uppgreiðslna ÍLS-veðbréfa.

Lögreglumenn í Laugardal:

Stóðu innbrotsþjófa að verki

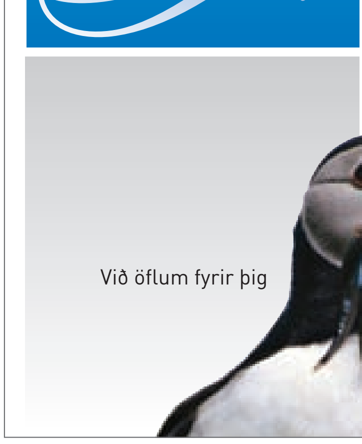
LÖGREGLUMÁL Lögreglumenn á höfuðborgarsvæðinu handtóku þrjá karlmenn sem gerðu tilraun til að brjótast inn í fyrirtæki í Laugardalnum í Reykjavík í fyrrinótt.

Mennirnir voru búnir að brjóta rúðu og voru um það bil að fara inn í húsið þegar lögreglumennina bar að og handtók þá alla á staðnum.

Mennirnir fengu að gista fangageymslur og voru síðan yfirheyrðir.

Áskriftarsjóður ríkisverðbréfa

Góður ávöxtunarkostur – einnig í áskrift



10,36%

ÁRLEG NAFNÁVÖXTUN*

100% RÍKISTRYGGING

Hafðu samband við ráðgjafa okkar í síma 460 4700 eða kynntu þér málið á www.iv.is

50% afsláttur af söluþóknun til 31. ágúst 2010

ÍSLENSK VERÐBRÉF

Þar sem þínir hagsmunir ráða ferðinni

Strandgata 3 600 Akureyri | Sigtún 42 105 Reykjavík
Sími: 460 4700 | www.iv.is | iv@iv.is

*Árleg nafnávöxtun frá 15.01.2001 til 31.07.2010. Ávöxtun í fortíð er ekki ávísun á ávöxtun í framtíð.

Áskriftarsjóður ríkisverðbréfa er verðbréfasjóður skv. lögum nr. 30/2003 um verðbréfasjóði og fjárfestingarsjóði. Rekstrarfélag verðbréfasjóða ÍV hf. er rekstrarfélag sjóðsins. Útboðslýsingu og nánari upplýsingar er hægt að nálgast á heimasíðu www.iv.is. Fjárfestar eru hvattir til að kynna sér útboðslýsingu sjóðsins og þá sérstaklega umfjöllun um áhættuþætti.

SUMAR ÚTSALA

6 mánaða vaxtalausar greiðslur

Gerið gæða- og verðsamanburð

20-50%

AFSLÁTTUR

Lök, hlífðardýnur, sængurverasett, heilsukoddar, viðhaldskoddar, íslenskir PU leðurgaflar, náttborð, útlitsgallaðar dýnur og fleira.

SVEFNSÓFAR

Hágæða svefnsófi. Íslensk framleiðsla.
Heilsudýna úr þrýstijöfnunarefni.
Svefnflötur 140x200.
Nú aðeins kr. **264.900**

Ný sending

SAGA OG ÞÓR
Hágæða heilsudýnur

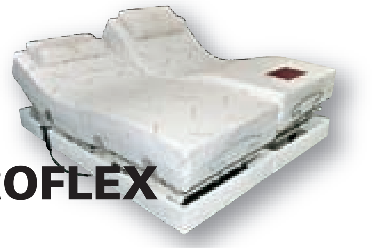
SAGA Queen rúm, nú aðeins **129.900**
ÞÓR Queen rúm, nú aðeins **149.900**

VALHÖLL/FREYJA
Góð rúm á frábæru verði

Ný sending

Queen rúm, nú aðeins kr. **99.900**

ÚRVAL STILLANLEGRA HEILSURÚMA



2x90x200 og 2x90x210
Nú aðeins **349.900** með okkar bestu IQ-CARE heilsudýnum

GERUM TILBOÐ FYRIR HÓTEL OG GISTIHEIMILI

Íslenskir PU leðurbotnar og gaflar. Íslensk framleiðsla.

Gerið gæða- og verðsamanburð

Svefn & heilsa
★★★★★

www.svefn.is

Listhúsinu Laugardal, 581 2233 • Baldursnesi 6, Akureyri, 461 1150
Opið virka daga kl. 10.00 - 18.00 – laugardaga 12.00 - 16.00

VEISTU SVARIÐ?

1 *Hvaða hvalveiðifyrirtæki ætlar að bjóða upp á hvalaskoðun á næstunni?*

2 *Hvaða breski knattspyrnumaður er sakaður um að hafa keypt kynlíf á Spáni?*

3 *Með hvaða bandarísku sveit átti hljómsveitin Endless Dark að fara í tónleikaferðalag?*

SVÖRIN ERU Á SÍÐU 22

Formaður Landssambands útvegsmanna vill ná góðum samningi við ESB:

Breytir engu fyrir Bjarna Ben

EVRÓPUMÁL Formaður Sjálfstæðisflokks, Bjarni Benediktsson, segir að orð Adolfs Guðmundssonar, formanns LÍÚ, um að Íslendingar eigi að reyna að ná sem bestum samningi við Evrópusambandið, breyti engu fyrir flokkinn, sem hafi komist að annarri niðurstöðu.

Adolf, sem er andsnúinn ESB-aðild, sagði á Rás 2 í síðustu viku að hann teldi ekki að umsókn Íslands yrði dregin til baka. Því væri „algjört lykilatriði“ að ná ítrustu kröfum fram fyrir Íslands hönd. Fólk þurfi að geta tekið afstöðu og fylgi við aðild gæti aukist þannig að ákveðið yrði að ganga inn í ESB. Þá þyrfti að hafa besta mögulega samning í höndunum.

ADOLF GUÐMUNDSSON

Landsfundur Sjálfstæðisflokks samþykkti í lok júní að krefjast þess að ESB-umsóknin verði dregin til baka.

„Hann [Adolf] getur bara haft þá skoðun,“ segir Bjarni: „Við teljum að ekki sé stuðningur við málið og að það sé glapræði að standa í þessu þegar við þurfum að vera í öðrum björgunaraðgerðum.“

Adolf sagði einnig að hann teldi „mjög lítil líkindi á að menn nái ásættanlegri lausn fyrir íslenskan sjávarútveg. En það sem ég vonast til þess að komi fram er að það verði upplýst umræða og öfgalaus um það sem er að gerast.“

Evrópusamtökin íslensku fagna yfirlýsingu Adolfs, hún sýni að LÍÚ „vill virða lýðræðislegan rétt þjóðarinnar til að vega og meta kosti og galla aðildar“. **- kóþ**

Skemmtiferðaskip á Ísafirði:

Skipinu snúið við vegna þoku

ÍSAFJÖRÐUR Skemmtiferðaskipinu Artemis var snúið frá Ísafirði í gærmorgun vegna þoku.

Veðurskilyrði í Skutulsfirði uppfylltu ekki öryggiskröfur skipsins, en ekki sást á milli skipsins og hafnar. Því var ákveðið að snúa skipinu við.

Skipið átti að liggja við ankeri í firðinum og flytja átti farþega í land á léttabátum. Farþegarnir eru um 1.200 talsins. Hafði ferðaskrifstofan Vesturferðir bókað tæplega 400 farþega úr skipinu í ferðir. - þeb

Danskir bankar tapa miklu:

Yfir tvö þúsund milljarða tap

VIÐSKIPTI Danskir bankar hafa tapað 105 milljörðum danskra króna, eða um 2.200 milljörðum króna, í kreppunni frá því hún skall á árið 2008. Ef ekki hefði komið til aðstoð frá dönskum stjórnvöldum væri tap þessara banka þrefalt meira.

Í umfjöllun um málið í dönskum fjölmiðlum segir að taprekstur bankanna í heild haldi áfram en að það versta sé yfirstaðið. Tap bankanna samsvara byggingu á fimm brúm yfir Stórabelti.

LÖGREGLUFRÉTTIR

Hraðakstur í Reykjavík

Hraðakstursbrot 117 ökumanna voru mynduð í Reykjavík fyrir helgina, að því er fram kemur í tilkynningu lögreglu. 75 voru myndaðir á Suðurgötu á föstudag og 42 á Korpúlfsstaðavegi á miðvikudag. Eftirlit á báðum stöðum kom til vegna ábendinga um hraðakstur.

SLYS

Útskrifuð af slysadeild

Kona sem datt af hestbaki í Þjórsárdal í fyrradag hefur verið útskrifuð af slysadeild. Hún var þar yfir nótt. Konan er ekki sögð hafa verið alvarlega slösuð og við ágæta líðan. Þyrla Landhelgisgæslunnar sótti hana á slysstað.

Sendiherra vinni að lokun Wikileaks

Bandarískur öldungadeildarþingmaður átti fund með nýjum sendiherra Bandaríkjanna á Íslandi áður en skipan sendiherrans var samþykkt. Það var til að tryggja að hann myndi setja málefni Wikileaks í forgang á Íslandi.

BANDARÍKIN Bandarískur öldungadeildarþingmaður, John Ensign, stöðvaði för nýs sendiherra til Íslands tímabundið í síðustu viku. Ástæðan var tengsl Íslands við síðuna Wikileaks.

Ensign vildi funda með nýjum sendiherra, Luis Arreaga, um málefni Wikileaks áður en öldungadeildin samþykkti skipun hans í embættið. Hann vildi vera viss um að sendiherrann væri á sömu skoðun og hann sjálfur um málið, en Ensign hefur sagst vilja að íslensk stjórnvöld beiti sér fyrir því að síðunni verði lokað. Hann óttast að Ísland sé skjól fyrir síðuna og stjórnanda hennar, Julian Assange. Öldungadeildarþingmaðurinn sagði við fjölmiðla að loknum fundi að nýi sendiherrann og stjórn Obama deili áhyggjum hans af málinu og hann ætli að beita sér fyrir því strax við komuna til Reykjavíkur. Eftir fundinn samþykkti Ensign skipunina og öldungadeildin samþykkti hana nokkrum klukkustundum síðar.

„Við þurfum samstarf við Íslendinga,“ sagði Ensign. Hann sagði ekki ganga að samstarfsþjóð Bandaríkjanna í gegnum Nató ýti undir það að leyndarmál sem varði þjóðaröryggi séu gerð opinber. Þá sagði hann íslensk stjórnvöld í lið undan meðan Wikileaks starfi í gegnum landið. Wikileakssíðunni er haldið úti í gegnum netþjóna í mörgum löndum til þess að lágmarka hættuna á því að henni verði lokað.

BANDARÍSKA SENDIRÁÐIÐ Sendiráðið hefur verið án sendiherra í meira en ár. Væntanlegur sendiherra segist ætla að beita sér fyrir lokun Wikileaks í störfum sínum hér á landi. FRÉTTABLAÐIÐ/HARI

Ensign segir að stjórnendur Wikileaks hafi ógnað þjóðaröryggi og öryggi bandaríska hersins. Fyrir það ætti að sækja þá til saka, og alla þá sem tengjast honum og Wikileaks einnig.

Obama Bandaríkjaforseti skipaði Arreaga sendiherra í apríl á þessu ári. Enginn bandarískur sendiherra hefur verið starfandi hér síðan Carol van Voorst lét af störfum fyrir rúmu ári. Obama skipaði svo Robert S. Connan í embættið en hann ákvað að þiggja ekki embættið. Arreaga er væntanlegur til landsins á næstunni. Hann er doktor í hagfræði og hefur víðtæka reynslu úr utanríkisþjónustunni. Hann hefur meðal annars starfað í sendiráðum í Panama, Kanada og Spáni. Þá hefur hann starfað í Perú, El Salvador og Hondúras auk þess sem hann starfaði í sendinefnd Bandaríkjanna hjá Sameinuðu þjóðunum í Genf. **thorunn@frettabladid.is**

STÖRF HJÁ GARÐABÆ

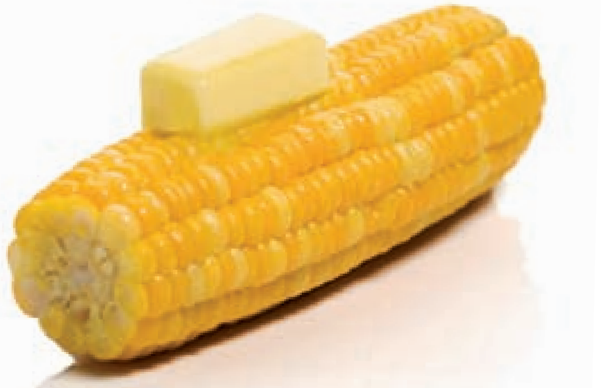
Laus störf í Lundabóli

Laust starf í Ásgarði

Sjá nánar á vef Garðabæjar
www.gardabaer.is

GARÐABÆR
www.gardabaer.is

Fræðslu- og menningarsvið



Ómissandi

Hrein íslensk náttúruafurð

ENNEMM / SÍA / NM41850

ms.is

Íslömsk hreyfing frá Úsbekistan grunuð um aðild að hryðjuverkaárásum:

Taiba-moskunni í Hamborg lokað

ÞÝSKALAND, AP Þýska lögreglan hefur lokað moskunni Taiba í Hamborg þar sem talið er að flugvélaræningjar hafi skipulagt sjálfsmorðsárásirnar í Bandaríkjunum árið 2001. Þá var fjórum farþegaflugvélum beint á Tvíburaturnana í New York og Pentagon-bygginguna í Washington, en ein brotlenti á akri í Pennsylvaníu.

Samkvæmt þýskum fjölmiðlum voru það félagar í Al Kaída, staðsettir í Hamborg, sem skipulögðu árásirnar í Bandaríkjunum hinn 11. september árið 2001. Tæplega þrjú þúsund manns létu lífið í árásunum.

Rannsóknarmenn þýsku lögreglunnar grunar að meðlimir úr hópi íslamskrar hreyfingar Al Kaída frá Úsbekistan hafi hist í Taiba-moskunni áður en þeir hófu þjálfun sem stríðsmenn Heilags stríðs.

Um tuttugu lögreglumenn leituðu sönnunargagna í Taiba-moskunni fyrr í vikunni, en moskan gegndi því hlutverki að vera miðstöð menningarsamtaka.

VIÐ TAIBA-MOSKUNA Lögreglumenn standa vörð við inngang Taiba-moskunnar í Hamborg í Þýskalandi. Moskuna er að finna á annarri hæð hússins. Borgarstjórnin ákvað að loka moskunni eftir að sýnt hafði verið fram á tengsl hennar við þekkta hryðjuverkamenn. NORDICPHOTOS/AFP

Moskan hefur verið undir eftirliti lögreglu allt frá árinu 2001, en tenging moskunnar við hin ýmsu menningarsamtök vöktu grun um að samtökin hjálpuðu öfgasinnum. Eftirlit lögreglu leiddi svo til þess að moskunni hefur nú verið lokað. **- jbá**

N1
LANDS LEIKURINN
SUMARIÐ 2010
LEIKNUM LÝKUR 15. ÁGÚST!
Landsleiknum lýkur **15. ágúst**. Skilaðu **fullstimpluðu** Vegabréfi, ekki síðar en á sunnudag, á næstu þjónustustöð. Dregið verður úr innsendum Vegabréfum og eru 340 glæsilegir vinningar í boði!
340 VINNINGAR
VINNINGAR
1x FERÐ INNANLANDS FYRIR FJÖLSKYLDUNA
Ferð fyrir fjóra: Flug, gisting, miðar í leikhús, gjafabréf út að borða, afnot af bílaleigubíl frá Bílaleigu Akureyrar og skotsilfur.
FLUGFÉLAG ÍSLANDS
LEIKHÚS
3x BROIL KING GEM
3x GARMIN
3x iPOD NANO
10x DVD FERÐASPILARI
10x iPOD SHUFFLE
10x N1 INNKORT
20x FERÐASPIL
20x SUBWAY PARTÍPLATTAR
20x ÍSLENSKA HAMBORGARAFABRIKKAN MÁLTÍÐ FYRIR TVO
20x FJÖLSKYLDU- OG HÚSDÝRAGARÐURINN ÁRSKORT FYRIR FJÖLSKYLDUNA
20x serrano MÁLTÍÐ FYRIR FJÖLSKYLDUNA
200x LAUGARÁS BÍÓ BÍÓMIÐAR FYRIR TVO
SÍÐASTI SKILADAGUR 15. ÁGÚST
N1 LANDS LEIKURINN SUMARIÐ 2010
VEGABRÉF
WWW.N1.IS / SÍMI 440 1000
Meira í leiðinni

skoðun

greinar@frettabladid.is

Hagsmunasamtök og pólitíkusar taka höndum saman um að kæfa samkeppni í landbúnaði.

Kerfið drepur

SKOÐUN

Ólafur Þ. Stephensen
olafur@frettabladid.is

Lýsing Samkeppniseftirlitsins á íslenzkum mjólkurmarkaði sem samansúrruðum samráðshring er raunsönn. Landbúnaðarkerfið gerir nú enn eina atlöguna að mönnum, sem vilja reyna að standa á eigin fótum og framleiða mjólkurvörur handa neytendum án ríkisstyrkja.

Fara verður aftur til ársins 2005 til að finna rætur frumvarpsins sem Jón Bjarnason landbúnaðarráðherra hefur nú lagt fram, um að refsa beri afurðastöðvum sem framleiði mjólk sem framleidd sé utan kvótakerfisins, þ.e. án ríkisstyrkja. Þá stofnuðu framtakssamir bændur í Kjósinni mjólkursamlagið Mjólku og kepptu við hinn ríkisstyrkta samráðshring. Forsvarsmenn Bændasamtaka Íslands og Landssambands kúabænda reyndu þá allt hvað þeir gátu til að bregða fæti fyrir hið nýja fyrirtæki og héldu því m.a. fram að það væri ólöglegt að framleiða mjólk án ríkisstyrks.

Strax á þeim tíma var á það bent að slík lagatúlkun stæðist hvorki stjórnarskrána né mannréttindasáttmála. Að ætla að banna mönnum að framleiða vöru án ríkisstyrkja væri gróf aðför að atvinnufrelsi. Sjálfur Guðni Ágústsson, þáverandi landbúnaðarráðherra, sem kallaði nú ekki allt ömmu sína, treysti sér ekki til að taka þátt í að drepa Mjólku.

Bændasamtökin voru ekki af baki dottin og með nýjum ráðherrum komu ný tækifæri til að reyna að kæfa samkeppnina. Frumvarp, svipað því sem Jón Bjarnason vill nú koma í gegnum Alþingi, var lagt fram fyrir hálfu öðru ári en svæft í landbúnaðarnefnd. Kannski var það af því að þá hillti undir að samráðshringurinn gleypti Mjólku og hættan liði hjá.

Nú hefur landbúnaðarkerfið á ný talið ástæðu til að sýna tennurnar enda nýr keppinautur, Vesturmjólk, kominn fram á sjónarsviðið og sér tækifæri í því að framleiða mjólkurvörur án ríkisstyrkja og bjóða neytendum lægra verð – eins og Mjólku tókst á tímabili.

Samkeppniseftirlitið hefur gert alvarlegar athugasemdir við frumvarpið. Í umsögn þess var rifjað upp að undanfarin ár hefur stofnunin í sífellu lagt til við mismunandi landbúnaðarráðherra að auka samkeppni í framleiðslu og sölu á mjólkurvörum, neytendum til hagsbóta. Enginn þeirra hefur hlustað, enda hefur aldrei komið fram á sjónarsviðið landbúnaðarráðherra, sem telur sig talsmann neytenda eða almannahagsmuna. Allir með tölu hafa þeir gengið í björg þröngrar hagsmunagæzlu fyrir núverandi ríkiseinokunarkerfi.

Jón Bjarnason er engin undantekning, sem sést kannski bezt á því að við samningu frumvarps hans var eingöngu haft samráð við þá, sem eiga hagsmuni af því að viðhalda einokuninni. Ekki var talað við hugsanlega keppinauta, hvað þá talsmenn neytenda eða annarra atvinnugreina (sem einhverra hluta vegna lifa þótt þar gildi almennar samkeppnisreglur).

Engum þarf að koma á óvart að Jón Bjarnason og hinir framsóknarmennirnir vilji drepa samkeppni og vega að atvinnufrelsi. En ætlar til dæmis Samfylkingarfólkið í stjórnarliðinu, sem oft talar um hagsmuni neytenda, að sitja aðgerðalaust hjá? Og hvað með sjálfstæðismenn, sem að minnsta kosti í orði kveðnu styðja frjáls viðskipti og samkeppni? Geta þeir kannski kreist upp lítið, hugrakkt píst í þágu neytenda?

FRÉTTABLAÐIÐ

ÚTGÁFUFÉLAG: 365 miðlar ehf. **STJÓRNARFORMAÐUR:** Ingibjörg S. Pálmadóttir **FORSTJÓRI OG ÚTGÁFUSTJÓRI:** Ari Edwald **RITSTJÓRI:** Ólafur Þ. Stephensen *olafur@frettabladid.is* **AÐSTOÐARRITSTJÓRI:** Steinunn Stefánsdóttir *steinunn@frettabladid.is* Fréttablaðið kemur út í 90.000 eintökum og er dreift ókeypis á heimili á höfuðborgarsvæðinu og Akureyri. Einnig er hægt að fá blaðið í völdum verslunum á landsbyggðinni. Fréttablaðið áskilur sér rétt til að birta allt efni blaðsins í stafrænu formi og í gagnabönkum án endurgjalds. Issn 1670-3871

FRÁ DEGI TIL DAGS

ESB og krafan um lífsrými

Ögmundur Jónasson birti nýverið grein í Morgunblaðinu um ESB. Í greininni segir hann að það eina sem vanti í stórveldisóra forseta framkvæmdastjórnar ESB sé krafan um lífsrými. Sú krafa var lykilatriði í hugmyndafræði nasismans og er hugtakið í dag nær eingöngu notað sem tilvísun til hans. Í kjölfarið var Ögmundur gagnrýndur fyrir að vera ómálefnalegur en í Fréttablaðinu í gær birti hann svargrein við gagnrýninni.

Ögmundur sagnfræðingur

Þar segir Ögmundur að sagan kenni að alla tíð hafi staðið átök um auðlindir heimsins og þann veruleika hafi hann varið starfsævinni í að skoða sem sagnfræðingur, frétta- og stjórnmálamaður. Seinna segir hann það út í hött að ætla að með orðum sínum hafi hann verið að tengja ESB við nasisma. Veltu menn fyrir sér í kjölfarið hvor væri höfundur þessarar greinar; stjórnmálamaðurinn Ögmundur eða sagnfræðingurinn með glænýtt innlegg í sagnfræðilega umræðu á þá leið að í hugtakinu lífsrými felist bara alls engin nasismavísun?

Samkeppnishamlandi?

Sigurður Ingi Jóhannssson, þingmaður Framsóknar, hefur varið frumvarp til búvörulaga sem sætt hefur gagnrýni að undanförnu. Samkeppniseftirlitið gerði alvarlegar athugasemdir við frumvarpið og Samtök verslunar og þjónustu sögðu það eitt alvarlegasta afturhvarf frá frjálsri samkeppni sem sést hefði um árabil. Spurður út í gagnrýnina svaraði Sigurður að reglur þyrftu að gilda um markaðinn en var þó tilbúinn til þess að fallast á það að lokum að frumvarpið *gæti* verið samkeppnishamlandi. Það er ánægjulegt að sjá hve mikillar virðingar Samkeppniseftirlitið nýtur meðal þingmanna.

magnusl@frettabladid.is

HALLDÓR

Eldri borgarar taki þátt

Málefni eldri borgara

Ragnar Sverrisson
kaupmaður á Akureyri

Forystumönnum Akureyrarbæjar voru afhentar undirskriftir 120 starfsmanna öldrunarheimila bæjarins á dögunum þar sem mótmælt var staðsetningu nýs öldrunarheimilis í Naustahverfi. Þetta ágæta fólk taldi betra fyrir skjólstæðinga sína að þessi starfsemi væri þar sem auðvelt er að vera í sambandi við annað fólk og njóta samvista við það; vera beinir þátttakendur hins daglega lífs bæjarbúa eftir því sem heilsa og aðstæður leyfa. Það verði ekki gert með því að búa um eldra fólkið í útjaðri bæjarins eins og talsmenn undirskriftasöfnunarinnar bentu á. Þá er meiri hætta á einangrun með þeim afleiðingum sem því fylgir fyrir gamla fólkið og okkur hin sem fylgjum í kjölfarið fyrr en varir.

Í niðurstöðum íbúaþings árið 2004 um nýskipan miðbæjarins var áhersla lögð á að hann verði líflegur vettvangur mannlífs og skemmtunar. Margir þingfulltrúar vöktu einmitt athygli á því að fjölga þyrfti íbúðum í miðbænum eða næsta nágrenni hans til þess að ná þessu markmiði. Þeir sáu fyrir sér íbúðir þar sem hófleg ganga frá þeim inn í kjarna miðbæjarins yrði hluti daglegs lífs. Þar hittist fólk og nýtir sér þjónustu af ýmsum toga í skjólgóðu og hlýlegu umhverfi. Því lagði íbúaþingið til að í útjaðri miðbæjarins yrðu íbúðir og hljóðlát byggð en öll þjónustustarfssemi og skemmtanir á miðsvæðinu sjálfu sem truflaði þó ekki þá sem heima sitja.

Þessi sýn opnar möguleika á að byggja öldrunarheimili til dæmis á svæðinu frá Bautanum og suður að Samkomuhúsinu, á gamla íþróttavellinum og á svæðinu niður eftir Oddeyri norðan Strandgötu. Þarna eru margir áhugaverðir valkostir til að byggja slík heimili fyrir aldraða og falla vel að því deiliskipulagi sem nú liggur fyrir til afgreiðslu í bæjarstjórn. Að vísu eru þær ekki í takt við þær hugmyndir sem uppi eru um að fjölga bensínstöðvum og efla veitingarekstur með viðeigandi bílaumferð í útjaðri miðbæjarins. En vonandi stuðla ofangreindar undirskriftir að því að rétta af þann óheilla kúrs sem þau mál hafa ratað í og fundinn verður staður fyrir gamla fólkið sem tengir það mannlífi og þjónustu sem það, eins og aðrir, vilja nýta sér.

FRÉTTABLAÐIÐ Skaftahlíð 24, 105 Reykjavík **SÍMI:** 512 5000, *ritstjorn@frettabladid.is* **FRÉTTASTJÓRAR:** Arndís Þorgeirsdóttir *arndis@frettabladid.is*, Kristján Hjálmarsson, *kristjan@frettabladid.is* Trausti Hafliðason *trausti@frettabladid.is* og Höskuldur Daði Magnússon (dægurmál) *hdm@frettabladid.is* **HELGAREFNI:** Anna Margrét Björnsson *amb@frettabladid.is* og Sigríður Björg Tómasdóttir *sigridur@frettabladid.is* **ALLT OG SÉRBLÖÐ:** Roald Eyvindsson *roald@frettabladid.is* og Sólveig Gísladóttir *solveig@frettabladid.is* **ÍÞRÓTTIR:** Henry Birgir Gunnarsson *henry@frettabladid.is* **LJÓSMYNDIR:** Pjetur Sigurðsson *pjetur@frettabladid.is* **FRAMLEIÐSLUSTJÓRI:** Kolbrún Ingibergsdóttir *kolbrun@frettabladid.is*

Við erum sammála

Í DAG

Jón Steindór Valdimarsson
lögfræðingur

Landssamband íslenskra útvegsmanna, LÍÚ, hefur tekið skynsama og raunsæja afstöðu til samningaviðræðna Íslands um aðild að Evrópusambandinu. Adolf Guðmundsson, formaður LÍÚ, sagði í umræðum í ríkisútvarpinu 4. ágúst sl. að LÍÚ hefði tekið þátt í sjávarútvegshópi vegna samninganna og að þeirra markmið væri að tryggja eins góðan samning og kostur væri.

„Nú held ég að það sé ekki raunhæft að tala um það að þetta aðildarferli verði dregið til baka. Ég held að menn verði að ganga leiðina alla leið. Það er náttúrlega það mikilvægasta fyrir okkur er það að reyna að gera eins góðan samning eins og við mögulega getum fyrir Íslands hönd um sjávarútvegsmál, landbúnaðarmál og önnur þau ágreiningsefni sem eru þar fyrir, til þess að menn geti tekið afstöðu, vegna þess að ef að á einhverjum tímapunkti menn taka þá ákvörðun um að fara þar inn, við vitum náttúrlega að eins og staðan er núna, þá eru menn á móti, það getur sveiflast og þar af leiðandi er það algjört lykilatriði að menn reyni að ná ítrustu kröfum sínum fram í þeim samningaviðræðum sem eru fram undan,“ sagði formaður LÍÚ í viðtalinu.

Beitum okkur af alefli

Þetta viðhorf Adolfs er í fullu samræmi við það sem Bjarni Benediktsson, formaður Sjálfstæðisflokksins, sagði á 39. landsfundi flokksins 25. júní sl.:

„En ég vil jafnframt að eitt sé alveg skýrt hvað mögulegt framhald þessa máls varðar. Ef viðræður við Evrópusambandið halda áfram þá er það skylda okkar að beita okkur af alefli fyrir því að hagsmuna Íslands verði gætt í hvívetna í viðræðuferlinu. Þá mun Sjálfstæðisflokkurinn gera allt sem í hans valdi stendur til að sá samningur sem kann að verða gerður við Evrópusambandið verji hagsmuni okkar Íslendinga sem allra best. Þjóðin tekur svo afstöðu til samningsins. Um þetta hljótum við öll að vera sammála,“ sagði formaður Sjálfstæðisflokksins.

Alveg eins og LÍÚ lítur á málið er það hættuspil fyrir Sjálfstæðisflokkinn að freista þess að loka á umræðu og vera staðinn að því að spilla fyrir að besti hugsanlegi samningur verði lagður fyrir þjóðina. Þá er ferlið í raun ómarktækt og málið ekki til lykta leitt á réttum forsendum. Málið yrði því enn útkljáð og héldi áfram að vera fleinn í þjóðmálaumræðunni.

Lýðræðisins vegna

Vinstri hreyfingin – grænt framboð tók raunsæja afstöðu til aðildarumsóknar við myndun núverandi ríkisstjórnar. Samfylkingin setti ESB umsókn á oddinn í alþingiskosningum sem þá voru nýafstaðnar og skýr þingmeirihluti var fyrir því að láta reyna á umsókn. Líklega hefur þorri Vinstri grænna metið það svo að Borgarahreyfingin og Framsóknarflokkurinn yrðu staðfastari í kosningaafstöðu sinni en raunin hefur orðið. Fyrir afstöðu meirihluta þingmanna VG voru full rök eins og kom fram hjá Ögmundi Jónassyni í grein í Morgunblaðinu 22. júní 2009:

„Ég skal játa að sjálfur þarf ég að taka mér tak til að samþykkja umsóknarbeiðni að Evrópusambandinu. Það ætla ég hins vegar að gera lýðræðisins vegna. Ég vil að þjóðin taki sjálf ákvörðun milliliðalaust og til þess að geta tekið ákvörðun telur drjúgur hluti hennar sig þurfa að fá í hendur samningsdrög. Við þeim óskum tel ég að eigi að verða,“ sagði Ögmundur Jónasson, þáverandi ráðherra.“

Ögmundur hvikar ekki frá afstöðu sinni þrátt fyrir að andstaða hans við aðild hafi ekki breyst. Hann sagði þann 17. febrúar 2010 á Alþingi:

„Ég vil fá úr því skorið hver vilji þjóðarinnar er í lýðræðislegum kosningum. Þetta er skýringin á stuðningi mínum við þessa aðildarumsókn. Hitt hefur ekkert breyst að ég er sjálfur mjög andvígur því að Ísland gangi í Evrópusambandið.“ Orð þessi féllu í umræðu um fyrirspurn frá Einari K. Guðfinnssyni alþingismanni um Evrópumálin.

Teningunum er kastað

Samningaviðræður eru hafnar og við hljótum öll að taka undir með Bjarna Benediktssyni, Ögmundi Jónassyni og Adolf Guðmundssyni. Við hljótum öll að vera sammála um að leggjast á eitt um að ná fram sem bestum aðildarsamningi til þess að leggja fyrir þjóðina.

Sannfærðum andstæðingum aðildar ætti að vera það fagnaðarefni að samningar skuli hafnir enda hafa þeir náð hörmulegum árangri í aðildarsamningum við sjálfa sig í fjölmiðlum á liðnum mánuðum. Verði niðurstaðan eitthvað í líkingu við þeirra spár munu þeir varla þurfa að óttast að hann verði samþykktur. Náist á hinn bóginn fram góður samningur, sem tekur mið af íslenskum grundvallarhagsmunum eins og Alþingi hefur lýst þeim, og stuðningsmenn aðildar hafa fulla trú á að sé hægt, þá er staðan gjörbreytt. Þá fyrst er hægt að hefja alvöru umræðu um kosti og galla aðildar, á grundvelli besta mögulega samnings þar sem allir hafa lagt hönd á plóg. Þjóðaratkvæðagreiðsla sker síðan úr um það hvort besti mögulegi samningur dugi til þess að Íslendingar vilji ganga í Evrópusambandið.

Um þetta getum við verið sammála.

> Þjóðaratkvæðagreiðsla sker síðan úr um það hvort besti mögulegi samningur dugi til þess að Íslendingar vilji ganga í Evrópusambandið.

AF NETINU

Undarleg uppgjafarlógík Björgvins Vals

Ég er sammála því að borgararnir eigi að hafa áhyggjur af þeirri þróun í átt að stöðugt víðfeðmara eftirlits og lögregluríki sem hefur gert vart við sig um öll vesturlönd. Persónulega hefur mér þótt framganga lögreglunnar og annarra yfirvalda gagnvart mótmælendum á Íslandi með þeim hætti að það sé full ástæða til að óttast. Málaferlin gegn nímenningunum sýna að íslensk stjórnvöld eru jafnvel fullfær um að beita dómskerfinu í pólitískum tilgangi. Þetta er þó auðvitað ekkert nýtt, og á tímum kalda stríðsins stóð ríkið í umfangsmiklum símhlerunum. Það er því full ástæða til að hafa áhyggjur.

Á sama tíma má ekki gleyma því að lögreglan hefur mikilvægu hlutverki að gegna, þ.e. að hafa hendur í hári glæpamanna, og að það þarf að hafa lög til að stöðva og uppræta glæpastarfsemi. Hvað þá skipulagða glæpastarfsemi. Auðvitað er alltaf hægt að sjá fyrir sér eitthvað „slippery slope“ þar sem ríkisvaldið seilist ævinlega örlítið lengra og áður en við vitum af er búið að hneppa allt samfélagið í fjötra: Steingrímur orðinn allsherjar ritskoðunar- og netlögga og Ragna búin að banna öll samtök sem ekki hafa fengið sérstakan stimpil félagasamtakaskrifstofu ríkislögreglustjóra.

En þýðir það að við þurfum að standa í vegi fyrir allri löggjöf, bara vegna þess að það sé kannski hægt að misnota hana eða að hún sé fyrsta skrefið á einhverju slippery slope?

blog.eyjan.is/freedomfries
Magnús Sveinn Helgason

40 ára reynsla auðveldar þér að finna rétta varahlutinn

Þú getur treyst því að okkar fólk veit um hvað það er að tala

Hjá HEKLU hefur þú val milli þess að fá upprunalega varahluti bílaframleiðenda eða ódýrari hluti annars staðar frá. Jón Magnússon og félagar hafa meira en 40 ára reynslu af því að finna réttu vara- og aukahlutina fyrir þig á svipstundu. Láttu okkur gera betur við bílinn þinn.

100% þjónustulán án vaxta | Val um upprunalega eða ódýrari varahluti | Einstök vöruþekking | 200.000 vörunúmer | Reynslan er góð!

HEKLA

Þjónustuver og þjónustumóttökur: Opið frá 8-17 alla virka daga · Pantanasími 590 5030 · thjonusta@hekla.is. Netspjall á www.hekla.is.

Laugavegi 172-174 · 590 5000 · hekla.is · hekla@hekla.is

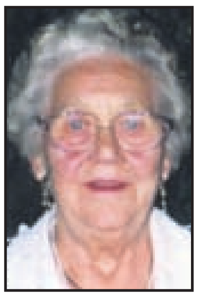
Elskulegur eiginmaður minn, faðir okkar, tengdafaðir, afi og langafi,

Sigurður Magnús Guðmundsson,

Sólvangsvegi 1, Hafnarfirði,

lést á St. Jósefsspítala í Hafnarfirði 8. ágúst sl.
Jarðarförin fer fram frá Fríkirkjunni í Hafnarfirði mánudaginn 16. ágúst kl. 15.00.
Blóm og kransar afþakkaðir, en þeim sem vilja minnast hans er bent á Minningarkort Blindrafélagsins, Hamrahlíð 17, sími 525-0000.

Jóna Gísladóttir
Guðmundur Friðrik Sigurðsson **Kristín Pálsdóttir**
Axel Jónsson **Þórunn María Halldórsdóttir**
Valgerður Sigurðardóttir **Óskar Jóhannsson**
Ragnheiður Sigurðardóttir **Guðmundur Jóhannesson**
Björg Sigurðardóttir **Gunnar Haukur Gunnarsson**
Aðalheiður Dóra Sigurðardóttir **Þröstur Óskarsson**
barnabörn og barnabarnabörn.



Elskuleg móðir okkar og tengdamóðir,

Sigurlaug Jónsdóttir,

lést þann 6. ágúst á deild H-1 á Hrafnistu í Reykjavík.
Jarðarför verður auglýst síðar.

Ásdís Hannesdóttir **Gunnar Waage**
Baldur Hannesson **Sangian Phanomkul**

Þökkum af alhug auðsýnda samúð og vinarhug við andlát og útför elskulegrar eiginkonu minnar, móður, tengdamóður og ömmu,

Hönnu Ármann,

sem lést mánudaginn 28. júní 2010.

Finnur Björnsson
Valdís Ella Finnsdóttir **Jónas Ólafsson**
og barnabörn.

Hjartkær móðir okkar,

Auður Jónasdóttir,

áður til heimilis á Ljósvallagötu 8, Reykjavík,

lést á Hjúkrunarheimilinu Grund föstudaginn 6. ágúst.

Fyrir hönd fjölskyldunnar,
Sigurður Steinþórsson
Gerður Steinþórsdóttir

Ástkær eiginmaður minn,

Sebastian Zappulla,

lést að heimili okkar, Rocklin California, þann 4. ágúst.

Sigrún Ólafsdóttir Zappulla

JÓN ÓTTAR RAGNARSSON ER 65 ÁRA Í DAG

„Uppeldi er spurning um ögun og sköpun."

Jón Óttar er doktor í næringarfræði og fyrrverandi sjónvarpsstjóri Stöðvar 2.

tímamót

timamot@frettabladid.is

ÞETTA GERÐIST: 10 ÁGÚST ÁRIÐ 2003

Fyrsta geimbrúðkaupið

Þennan dag árið 2003 fór fyrsta brúðkaupið fram úti í geimnum en þá voru rússneski geimfarinn Yuri Malenchenko og hin bandaríska Ekaterina „Kat" Dmitriev gefin saman. Malenchenko var staddur í geimnum, 240 mílum fyrir ofan Nýja-Sjáland, á meðan brúðurin var í geimstöðinni í Houston í Texas.

Athöfnin fór þannig fram að bandaríski geimfarinn, Edward Lu, annar meðlimur áhafnarinnar, var svaramaður. Hann spilaði einnig brúðarmarsinn á rafmagnshljómborð. Á jörðu niðri stóð fjölskylduvinurinn, Harry Noe, í sporum brúðgumans og drógu Kat og Yuri hringa á fingur sér. Í veislunni á jörðu niðri voru pappamyndir í réttum hlutföllum af Malenchenko og Lu sem klæddir voru í geimbúningana með slaufur um hálsinn.

AFMÆLI

ÓLAFUR LAUFDAL veitingamaður er 66 ára.

SIV FRIÐLEIFSDÓTTIR alþingismaður er 48 ára.

Elskulegur faðir okkar, tengdafaðir, afi og langafi,

Svavar Jóhannsson,

fv. skipulagsstjóri Búnaðarbankans, Brúnavegi 9, Reykjavík,

lést á Landakoti sunnudaginn 8. ágúst.
Útförin verður auglýst síðar.

Edda Svavarsdóttir **Birgir Hólm Björgvinsson**
Jóhannes Svavarsson **Unnur Guðjónsdóttir**
Gunnar Svavarsson **Anna Þorsteinsdóttir**
Bragi Svavarsson **Áslaug Þórðardóttir**
barnabörn og barnabarnabörn.

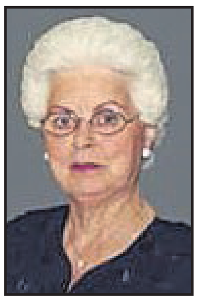
Ástkær faðir okkar, tengdafaðir, afi og langafi,

Gunnar Már Pétursson

Bauganesi 27, Skerjafirði,

lést á líknardeild Landspítalans fimmtudaginn 5. ágúst. Útförin fer fram frá Neskirkju miðvikudaginn 11. ágúst kl. 15.00.

Lára Gunnarsdóttir **Ólafur Kristófer Ólafsson**
Kjartan Georg Gunnarsson **Ólína Ágústa Jóhannesdóttir**
Gunnar Már Gunnarsson **Aldís Bára Einarsdóttir**
Pétur Gunnarsson **Dóra Eydís Pálsdóttir**
Margrét Gunnarsdóttir **Eyjólfur Gunnarsson**
barnabörn og barnabarnabörn.



Ástrík eiginkona, móðir, stjúpmóðir, tengdamóðir, amma og langamma,

Ástríður Sveinsdóttir,

Hjallabraut 33, Hafnarfirði,

lést föstudaginn 6. ágúst á Landspítala í Fossvogi.

Magnús Ingi Sigurðsson
Helga Jóna Ólafsdóttir **Ásgeir Friðsteinsson**
Edda Ólafsdóttir
Þóra Ólafsdóttir **Aad Groeneweg**
Sigríður Margrét Magnúsdóttir **Björn Jónsson**
Kristín María Magnúsdóttir **Jón Magnús Sveinsson**
Herta Maríanna Magnúsdóttir **Arthur Pétursson**
barnabörn og barnabarnabörn.

OPNAR EF EINHVER BANKAR Unnur hefur farið ótal ferðir til Kína og ber heimili hennar þess augljóst merki. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

UNNUR GUÐJÓNSDÓTTIR: ER SJÖTUG

Ætlar að ferðast um ókomin ár

Ferðastýran og ballettdansarinn Unnur Guðjónsdóttir er sjötug í dag. Hún var tekin tali og spurð að því hvað hún hygðist gera í tilefni dagsins. „Ég býð engum en opna dyrnar ef einhver bankar. Ég verð bæði með fast og fljótandi á boðstólum og hefði náttúrulega mjög gaman af því ef einhverjum dytti það í hug að líta inn."

Þegar Unnur er beðin um að líta um öxl kemur tvennt upp í huga hennar, ballett og Kína. „Ég hef verið svo lánsöm að geta framfleytt mér á því sem ég hef mesta ánægju af. Það var gæfa mín að kynnast sænskum manni og flytja til Svíþjóðar þar sem ég gat unnið sem atvinnudansari en á þeim tíma var það ómögulegt hér heima, segir Unnur, sem bjó og starfaði í Svíþjóð í fjörutíu ár.

Unnur hefur dansað við Þjóðleikhúsið og Dramaten í Svíþjóð auk þess að dansa með fjölda ballettflokka. Þá stofnaði hún ballettflokkinn Fönix sem var fyrsti sjálfstætt starfandi atvinnudansflokkurinn í Svíþjóð og rak hann í tuttugu ár. En hvenær fæddist Kínaáhuginn?

„Það var árið 1989. Þá var ég við nám í Listdansháskólanum í Stokkhólmi en þangað kom gestakennari frá Kína til að kenna thi chi. Ég heillaðist af því og vildi iðka það í upprunalandinu." Síðan hefur Unnur farið ótal ferðir til Kína. Hún stofnaði Kínaklúbb Unnar árið 1992 og fór að bjóða skipulagðar ferðir fyrir Íslendinga til Kína, þær fyrstu sinnar tegundar. „Ég var að koma úr 31. ferðinni og er á leið með nýjan hóp í þá næstu í maí." Unnur hyggst halda ferðunum áfram um ókomin ár enda segir hún þær ekkert nema sælu. „Ég er algerlega laus við að trúa á líf eftir þetta og reyni því að njóta hverrar stundar til hins ítrasta. Fyrir mér er það bara hér og nú sem gildir og eiginlega hvorki í gær eða á morgun."

Fram að næstu Kínaferð hefur Unnur ýmislegt annað fyrir stafni. Heimili hennar er skreytt kínverskum munum og á menningarnótt opnar hún dyrnar og verður með atriði sem hún nefnir Tehús Unnar. „Ég ætla að setja pínulitla óperusýningu á svið og sýna listform sem var útbreitt í Kína áður en Pekingóperan varð til fyrir rúmlega tvö hundruð árum. Í október verður Unnur svo viðriðin ráðstefnu í Norræna húsinu um kínverska ljóðlist enda segist hún alltaf vera þar sem eitthvað kínverskt er á ferð.

vera@frettabladid.is

HÆLSÆRI GETUR EYÐILAGT GÓÐA GÖNGUFERÐ

Aldrei skal leggja af stað nema hafa gengið nýja skó til og gott er að setja íþróttaplástra á hæla og tær til að fyrirbyggja særindi.

;ALLT

Sölufulltrúar Henný Árnadóttir henny@365.is 512 5427 Jóna María Hafsteinsdóttir jmh@365.is 512 5473 Þórdís Hermannsdóttir thordish@365.is 512 5447

Fyrir útivistarfólk

Compeed plásturinn

- Hindrar blöðrumyndun – verndar fætur
- Vatnsheldur – vörn gegn bakteríum
- Dregur úr óþægindum og sársauka
- Gervihúð sem andar

Fæst í apótekum

Feðginin Hans Rúnar Snorrason og Helga Hansdóttir ætla að gera góða hluti í júdó í vetur. Hans er með svarta beltið og Helga, sem hefur æft með landsliðinu í júdó, ætlar að ná því innan skamms. FRÉTTABLAÐIÐ/HEIDA.IS

Keppnisskapið hefur aldrei skyggt á gleðina

Fjölskylda Hans Rúnars Snorrasonar er öll á kafi í íþróttum. Hann og elsta dóttirin, Helga, hafa æft júdó af kappi um nokkurt skeið og eiga hvorki meira né minna en átján Íslandsmeistaratitla að baki.

Feðginin Hans Rúnar Snorrason og Helga dóttir hans, 17 ára, hafa náð umtalsverðum árangri með júdódeild KA á síðustu árum, hvort um sig með níu Íslandsmeistaratitla að baki. Bæði eru mikið keppnisfólk að upplagi og ætla sér stóra hluti á næsta keppnistímabili að sögn Hans.

„Við ætlum að taka þetta alveg með trompi núna í vetur. Mig langar til að vera með þeim bestu í mínum þyngdarflokki, að minnsta kosti svona næstu árin og Helga er farin að keppa í fullorðinsflokki. Ætli hún fari ekki bráðlega að landa tíunda Íslandsmeistaratitlinum og slái þeim gamla þar með alveg við,“ segir hann og hlær góðlátlega.

Hans hefur æft júdó hjá KA með hléum frá ellefu ára aldri og gerði það ágætt á unglingsárunum að eigin sögn, eins og Íslandsmeistaratitlarnir eru meðal annars til vitnis um. Nú lifi hann kannski svolítið á fornri frægð. Helgu segir hann svo hafa smitast af áhuganum þegar hann fór sjálfur að æfa aftur af kappi 2002. Aðrir meðlimir fjölskyldunnar eru líka á kafi í íþróttum, eiginkonan Málfríður St. Þórðardóttir er í líkamsrækt og nýbyrjuð í fótbolta og tvö yngri barnanna, Heiða 13 ára og Jón Smári 10 ára, eru í fimleikum. Hans segir stoltur frá því að yngsta dóttirin Sigrún Margrét, 6 ára, sé farin að kíkja á fimleikaæfingar.

Spurður hvernig gangi alla jafna að æfa með dótturinni, segir Hans það vera í alla staði skemmtilegt. „Það er aldrei rígur á milli okkar. Við höfum auðvitað ekki keppt á móti hvort öðru, enda í öðrum aldurs- og þyngdarflokki auk þess sem keppt er í karla- og kvennaflokki. Hins vegar hef ég glímt við Helgu og get með sanni sagt að hún er ótrúlega öflug júdókona. Maður þarf nú alveg að passa sig á henni.“

Þannig að keppnisskapið skyggir aldrei á gleðina? „Ég held að Helga vilji ná betri árangri en karlinn og fer örugglega að gera það. Sjálfum finnst mér gaman að sjá hvað hún er að ná góðum árangri. Og ef það er einhver metingur, þá göntumst við bara með það.“

roald@frettabladid.is

Patti.is

Landsins mesta úrval af sófasettum

FJÖLDI NÝRRA MÓDELA - ENDALAUSIR MÖGULEIKAR

Dugguvogi 2 / s: 557 9510 / www.patti.is

Opið : Mánud. - Föstud. frá 9 til 18

Tilboð gildir til 13. ágúst

friendtex

ÚTSALA

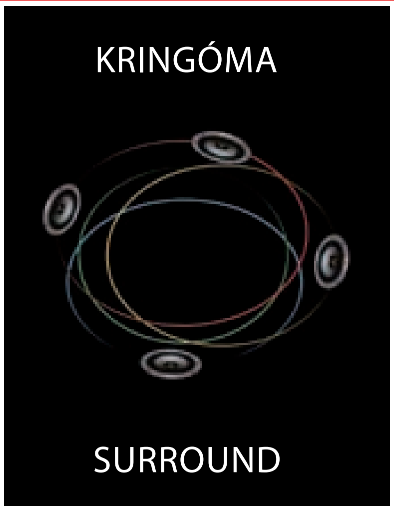
Þú kaupir 2 flíkur og færð þriðju flíkina FRÍTT með

Sú ódýrasta fylgir frítt með

Viljum bæta við duglegum og glaðlegum sölufulltrúum fyrir næsta sölutímabil
Hafið samband fyrir 25. ágúst í síma 568 2870 milli kl 11.00 og 17:00 eða sendið til okkar línu á sala@friendtex.is

50% Opið mánud. – föstud. frá kl 11 – 18 40%
Lokað á laugardögum

Bonito ehf. Friendtex,
Faxafen 10, 108 Reykjavík, sími: 568 2870 - www.friendtex.is



Ný tækni . Betra verð . Fagleg þjónusta

SURROUND SOUND by ReSound

Nýju ReSound heyrnartækin endurvekja tilfinningu fyrir hljóðum sem berast úr hvaða átt sem er á svipaðan hátt og þegar skipt er úr einföldum steríótækjum með tveimur hátölurum í kringóma (surround) heimabíó með hátalara til allra átta.

ReSound heyrnartækin setja mann í miðpunkt hljóðheimsins sem maður hrærist í. Þegar maður getur fylgst betur með hljóðum sem berast úr öllum áttum nýtur maður góðs hljóms mun betur. Auðveldara er að átta sig á hvaðan hljóðið berst og maður getur notið þess að tala við fólk þó hávaði sé í umhverfinu.

dot by ReSound

HEYRN

HEYRNARÞJÓNUSTA

Hlíðasmári 11, 201 Kópavogur -www.heyrn.is

Tímapantanir
534 9600

ReSound
rediscover hearing

BLÁVATN er besti svaladrykkurinn á heitum degi. Ávaxtasafi inniheldur nánast jafnmargar hitaeiningar og sætt gos en í honum eru þó fleiri bætiefni en í gosi.

Ísland á fyrstu Ólympíuleikum ungmenna

Sex íþróttamenn frá Íslandi héldu utan í gær til að taka þátt í Ólympíuleikum ungmenna sem haldnir eru í fyrsta skipti og hefjast um helgina. Góð umgjörð er um leikana að sögn Andra Stefánssonar fararstjóra.

„Þetta eru nýir leikar þar sem verið er að höfða til aldursflokksins fjórtán til átján ára," segir Andri Stefánsson sem fer fyrir íslenskum sex manna sundhópi sem hélt utan á Ólympíuleika ungmenna í Singapúr í gær. Leikarnir eru haldnir nú í fyrsta sinn og er ætlunin að halda þá fjórða hvert ár. Þeir hefjast næstkomandi laugardag 14. ágúst og lýkur 26. ágúst.

Ísland sendir sex keppendur á leikana sem allir keppa í sundi. „Það kom fyrst í ljós á vormánuðum í hvaða greinum Íslendingarnir voru að tryggja sér þátttöku. Í rauninni var það sundið þar sem sex einstaklingar náðu lágmörkum," segir Andri og bætir við að keppendur í fleiri greinum hafi reynt við lágmörkin en ekki náð þeim. „Við áttum reyndar líka að vera með keppanda í skylmingum en hún veiktist um síðustu helgi."

„Þessir leikar eru greinilega hugsaðir sem alvöru leikar og mikið lagt upp úr því að þeir takist vel." FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

Ákveðið var að efna til Ólympíuleika ungmenna fyrir um tveimur árum að sögn Andra. Síðan þá hefur verið unnið að skipulagningu þeirra. „Margt í umgjörðinni er eins og á alvöru Ólympíuleikunum en það er bara búið að gera þetta örlítið minna. Það lá fyrir í byrjun að ætlunin var að hafa allar íþróttagreinar sem eru á Ólympíuleikunum en hafa í mesta lagi 3.500 íþróttamenn. Þar af leiðandi eru miklar takmarkanir á því hversu margir keppa í hverri íþrótt."

Í upphafi gerðu áætlanir ráð fyrir tveimur sundmönnum frá Íslandi. „Fyrstu svör sem við fengum frá Alþjóðasundsambandinu gerðu ráð fyrir því en síðan kom í ljós að Evrópa nýtti færri sæti," útskýrir Andri sem segir árangurinn góðan fyrir Ísland en mest keppa átta sundmenn frá einni þjóð á leikunum. Hann segir leikana góða fyrir reynslubanka sundmannanna.

Andri var staddur í Singapúr þegar haft var samband við hann og segir umgjörðina í kringum leikana mjög góða. Hann hefur góðan samanburð því hann fór sem aðalfararstjóri meðal annars til Vancouver og Peking. „Þessir leikar eru greinilega hugsaðir sem alvöru leikar og mikið lagt upp úr því að þeir takist vel."

martaf@frettabladid.is

Íslendingar senda sex keppendur á leikana, allir keppa þeir í sundi. MYND/ÚR EINKASAFNI

Fallegir sumarskór úr leðri
Teg: 3345
Stærðir: 36 - 40
Verð: 14.785.-
Sími 551 2070.
Opið mán.-fös. 10-18.
Lokað á laugardögum í sumar
Góð þjónusta - fagleg ráðgjöf.
www.misty.is
Misty skor Laugavegi 178
Vertu vinur

FLOTT Í SUMAR...
Áratuga reynsla og rannsóknir sýna að Slendertone virkar
Nýtt og enn öflugra
System +
fyrir dömu og herra
kr. 34.995,-
NÝTT
Sama verð um land allt - frí heimsending fyrir utan höfuðborgarsvæðið
allt fyrir kroppinn
HREYSTI
Skeifunni 19 - S. 568 1717
www.hreysti.is

LAGERSALA
no1 st. 36-41 verð kr. 8995.-
no2 st. 36-41 verð kr. 8995.-
no3 st. 36-41 verð kr. 8995.-
no4 st. 36-46 verð kr. 8995.-
Mikið úrval af skóm á alla fjölskylduna
Frábær verð
Opið virka daga 12-18
laugardag 12-16
www.xena.is
xena
Grensásvegi 8 - 108 Reykjavík - 517-2040

30 DAGA
hreinsun á mataræði
DAVÍÐ KRISTINSSON næringar- og lífsstílsþjálfari heldur fyrirlestur um 30 daga hreinsun á mataræði. Gott tækifæri til að byrja núna að axla ábyrgð á eigin heilsu!
Fimmtud. 19. ágúst
Heilsuhúsinu Lágmúla kl.19:30 -21:30
Davíð tekur að sér einstaklingsráðgjöf, mælingar og aðhald á fimmtudögum og föstudögum í vetur
Glæsileg handbók fylgir með öllum upplýsingum sem þarf.
Skráning og nánari upplýsingar á www.30.is og í síma 864 9155.
Námskeiðsgjald kr. 6.900 kr.
Ný og uppfærð bók með 30 daga framhaldsmatseðli!
www.heilsuhusid.is
heilsuhúsið

Hringdu í síma
512 50 60
ef blaðið berst ekki

ÚTSALAN Í FULLUM GANGI

Allt að 50% afsláttur
Kíktu á útsöluna í vefverslun
www.lindesign.is
Lín DESIGN
Lín Design - gamla sjónvarpshúsið - Laugavegi 176 - Sími 533 2220 - www.lindesign.is

skólar og námskeið

ÞRIÐJUDAGUR 10. ÁGÚST 2010

NORDICPHOTOS/GETTY

FRÉTTABLAÐIÐ

● **ÞUNG BYRÐI Á BAKINU** Við val á skólatösku fyrir yngstu nemendurna ber að hafa nokkur atriði í huga. Þyngd töskunnar á ekki að fara yfir 15 prósent af þyngd barnsins. Því skal 30 kílóa barn ekki bera þyngri skólatösku en 4,5 kíló. Bak skólatöskunnar þarf að liggja vel að baki barnsins og má hvorki vera of stíft né of lint. Það þarf þó að halda lögun sinni þegar taskan er lögð til hliðar. Of stíft bak eða ófóðraðar linar töskur skekkja álagið á bak og axlir barnsins. Axlarólarnar þurfa að vera breiðar og vel fóðraðar og auðvelt að stilla þær. Gott er ef taskan er með mittisól en þá hvílir mestur þungi töskunnar á mjöðmum en ekki öxlum. Svo skal fylgjast með því að barnið taki einungis með sér þær bækur sem þarf þann daginn og burðist ekki með óþarfa þunga í töskunni.

Heimild:www.doktor.is

● **LÆRÐU AÐ PRJÓNA ÞÍNA EIGIN LOPAPEYSU** Íslenska lopapeysan hefur sannarlega fengið uppreisn æru á undanförnum misserum og æ fleiri dreymir um að prjóna sína eigin og handa öðrum til gjafa. Nú gefst þeim dýrmætt tækifæri til að læra að prjóna flíkur úr lopa, hvort sem það er lopapeysa, lopaskokkur, lopavesti eða annað sem hugur og hönd þeirra girnist.

Námskeiðin eru á vegum Tækniskólans, þar sem þátttakendum er kennt að fara eftir prjónauppskrift, breyta henni ef óskað er, og hanna mynstur að eigin óskum.

Námskeiðið er alls 25 klukkustundir og kennt á þriðjudagskvöldum í Tækniskólanum á Skólavörðuholti frá 14. september til 12. október. Kennari er Bryndís Bragadóttir, textílhönnuður og kennari.

Nánari upplýsingar fást í Endurmenntunarskólanum í 514 9601 eða á endurmenntun@tskoli.is.

N1
FLOTTAR SKÓLATÖSKUR
Skólatöskur fyrir stelpur og stráka. Íþróttataska, nestisbox og brúsi fylgja.
x4 Punktar gilda fjórfalt
Safnkortshafar borga aðeins
3.990 kr.
auk 1000 punkta
Fullt verð: 7.990 kr.
WWW.N1.IS / SÍMI 440 1000
Skólatöskurnar fást í verslunum og á þjónustustöðvum N1
Meira í leiðinni

SOVÍ
NÁM HEFST 15. SEPTEMBER 2010, AKUREYRI OG REYKJAVÍK
NUDDNÁM
NÁM Í SVÆÐA- OG VIÐBRAGÐSMEÐFERÐ
Veturinn 2010–2011
Kennsla utan almenns vinnutíma
Upplýsingar á www.nudd.is og í símum 696-0970 // 895-7333
Svæða- og viðbragðsmeðferðaskóli Íslands

Stjórn Ferðafélagsins Förum ásamt Gígju Svavarsdóttur, skólastjóra tungumálaskólans skoli.eu, Frá vinstri Birgit Fork, Katherine Brenner, Rauan Meirbekova, Dominiqve M. Dieime og Gígja. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

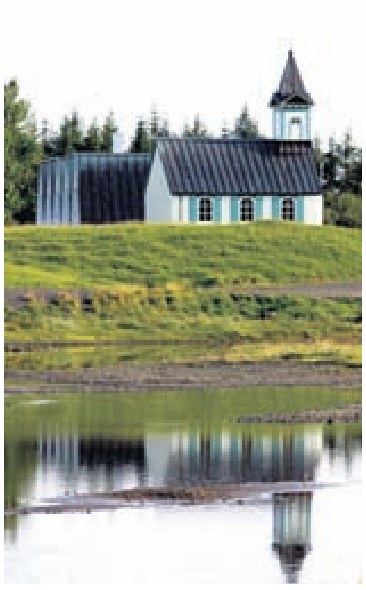
Ferðast og læra íslensku

Ferðafélagið Förum var stofnað hinn 29. júlí síðastliðinn en það er ætlað útlendu fólki sem vill læra íslensku. Að því standa fjórir nemendur í íslensku við tungumálaskólann skoli.eu og er fyrsta skipulagða ferðin áætluð á Þingvelli á laugardag.

„Hugmyndin er að fara í dagsferðir bæði innanbæjar og utan en svo kannski eina lengri ferð á ári,“ segir Gígja Svavarsdóttir skólastjóri. „Við höfum verið að fara í vettvangsferðir á höfuðborgarsvæðinu á vegum skólans og spratt hugmyndin í raun upp frá því. Í þeim höfum við fræðst um sögu Reykjavíkur og álfabyggðina í Hellisgerði svo dæmi séu nefnd og er markmiðið að bjóða fleirum að vera með.“

Fyrirkomulagið verður með þeim hætti að fólk skráir sig í auglýstar ferðir. Þar skráir það líka hvort það sé á bíl eða þurfi far með öðrum. Fólk sameinast svo um að borga bensín. Gígja segir þetta leysa vanda þeirra útlendinga sem ekki eiga bíl og gera þeim kleift að skoða landið með nýjum hætti auk þess sem ferðakostnaður helst í lágmarki. „Ferðafélagið er opið öllum, bæði túristum og þeim sem eru búsettir hér á landi og er velkomið að taka ættingja og vini með. Fólk mun fræðast um land og þjóð um leið og það lærir íslensku og kynnist fólki í svipuðum sporum en öll fræðsla fer fram á íslensku og verður leitast við að tala hana hægt og skilmerkilega.“

Félagið hefur opnað síðu á Facebook undir nafninu Ferðafélagið Förum. Þar er hægt að fylgjast með ferðum og skrá sig til leiks. Auk þess er hægt að senda póst á forum@skoli.eu og fá að vera á póstlista. Gígja segir hugmynd um að vera með berjatínslu- og jafnvel sveppaferð með haustinu og vonast til að úr verði hinn besti félagsskapur. *-ve*



Hópurinn ætlar að fara á Þingvelli á laugardaginn.

Möguleikar í myndrænni tjáningu

Frásagnarteikning og myndskreytingar bóka nefnist mánaðarlangt námskeið sem Iðan – fræðslusetur efnir til og hefst 20. september. Kristín Ragna Gunnarsdóttir teiknari er leiðbeinandi. „Námskeiðið hjálpar fólki að leika sér með myndmál og kanna alla möguleika þess til hlítar,“ segir hún og tekur fram að það sé ætlað þátttakendum með bakgrunn í teikningu, grafískri miðlun, hönnun eða myndskreytingum, ýmist úr starfi eða námi.

„Þetta er 36 stunda námskeið og við náum að komast yfir þó nokkuð mikið,“ segir Kristín Ragna. „Ég legg áherslu á að fólk vinni með skissubók meðfram námskeiðinu þannig að það tekur með sér verkefni heim og æfir sig í að sjá umhverfið í nærmynd.“

Spurð hvort hún ætli að láta fólk búa til teiknimyndasögur svarar Kristín Ragna. „Ekki beint. Bara æfa sig í að koma skilaboðum, sögu eða einhverju öðru á framfæri í myndmáli. Slíkt er hægt að gera á margan hátt meðal annars í teiknimyndasögum.“

Hún kveðst sleppa tölvunum. „Við notum pappír og liti og klippum og límum,“ lýsir hún. „Það er gott að standa upp frá tölvunni og hugsa aðeins á öðrum nótum. Hlutirnir gerast hægar þegar maður er ekki við hana og þá sér maður þá aðeins öðruvísi. En svo sest maður aftur við tölvuna með þessa æfingu og nýtir hana þar.“ *- gun*

Kristín Ragna með púða sem hún er að fara með á sýningu í Gerðubergi. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

Grand Spa

heilsulind | líkamsræktarstöð

Grand Spa er ein fullkomnasta og glæsilegasta heilsulind landsins. Þar starfar einstaklega hæft fólk sem veitir þér faglega hjálp í að ná þínum markmiðum.

Vilt þú:

- Léttast og koma þér í sundfataform?
- Komast upp á Esjuna á klukkutíma?
- Hlaupa 10 kílómetra?
- Komast í topp skíðaform?
- Hætta að reykja?

Við getum hjálpað hvert sem markmiðið er. Hafðu samband við okkur strax!

Hjá okkur færðu persónulega þjónustu fyrir þig eina(nn). Það er alltaf þjálfari í salnum okkar til að aðstoða þig.

Frítt herðanudd í pottum eftir allar æfingar.

Þinn lykill:

Þegar þú byrjar að æfa hjá okkur færðu afhentan Technogym lykil sem fylgir þér í gegnum æfingarnar og hefur að geyma þínar stillingar fyrir hvert og eitt tæki og safnar upplýsingum um árangur þinn og elju.

Viltu æfa í alvöru? Viltu sjá alvöru árangur? Þú gerir ekkert ein(n). Þú gerir það sem við segjum þér að gera og nærð 100% árangri!

GrandSpa

Grand Spa | Sigtúni 38 | 105 Reykjavík | Sími 578 8200 | www.grandspa.is

Fræðst um villta sveppi

Ása Margrét Ásgrímsdóttir, hjúkrunarfræðingur og áhugakona um nýtingu villtra sveppa, heldur námskeið um íslenska matarsveppi hjá Fræðsluneti Suðurlands á Selfossi í lok mánaðarins. Á námskeiðinu verður farið yfir helstu sveppategundir sem hægt er að nýta í matargerð og finnast í íslenskum skógum.

Námskeiðinu er skipt í tvennt og verður haldið fimmtudagskvöldið 26. ágúst og laugardegi 28. ágúst. Á fimmtudagskvöld verður fjallað um helstu tegundir íslenskra matarsveppa og hvernig hægt er að þekkja þá og nýta. Á laugardag verður farið í sveppaferð í skóginn þar sem verkleg kennsla fer fram, tínsla, greining, hreinsun og meðhöndlun. Þátttakendum er frjálst að koma með gesti með sér í skógargönguna. Nánari upplýsingar má finna á www.fraedslunet.is

- mmf

Ása Margrét Ásgrímsdóttir kennir á námskeiði um nýtingu íslenskra sveppa á Selfossi. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON

Handtökin kennd við sushi-gerð.

Sambland af kennslu og stemningunni við að fara út að borða.

Kátir þátttakendur í Kokkapartíi sem er fyrir vinnustaði eða aðra hópa.

Allir njóta kræsinganna

Matreiðsla er áhugamál margra og Veisluturninn í Kópavogi kemur til móts við þá með kvöldnámskeiðum. Kokkapartý er það nýjasta. Það er hugsað sem hópefli, þátttakendur klæða sig í kokkaföt, keppa í eldamennsku og snæða svo afraksturinn.

„Námskeiðin hjá okkur eru sambland af fræðslu og upplifun af að fara út að borða því boðið er upp á veglegt smakk á þeim öllum," segir Þórey Ólafsdóttir, markaðsstjóri í Veisluturninum, þegar forvitnast er um matreiðslunámskeiðin þar á bæ. Hún segir fyrstu viku hvers mánaðar vera námskeiðsviku í Veisluturninum. Öll hefjist þau klukkan átta á kvöldin þannig að þau henti fólki sem vinnur úti að deginum.

„Á þriðjudögum eru sushi-námskeið þar sem Sigurður Karl Guðgeirsson fer yfir sögu og menningu á bak við sushi-gerð og matreiðir hinar ýmsu gerðir. Á miðvikudögum hafa verið grillnámskeið í samstarfi við Argentínu steikhús og á fimmtudögum eru námskeið í indverskri matreiðslu með Jasmine Olsen.

Þetta er allt byggt svipað upp. Fólk horfir á stóran skjá og sér í nærmynd hvað verið er að gera og spyr spurninga, auk þess að smakka á öllu. Við höfum verið með frá tuttugu upp í eitt hundrað manns í einu en með haustinu ætlum við að fjölga námskeiðum þar sem þátttakendur verða færri og virkari," segir Þórey.

Hún segir einnig námskeið vera sniðin fyrir hópa eftir þörfum þeirra, eitt af þeim er Kokkapartý sem hugsað er sem hópefli fyrir fyrirtæki eða hvers kyns hópa og lýsir þeim svo. „Kokkapartý byrja á bar þar sem yfirþjónninn leiðbeinir fólki í kokkteilagerð og hver blandar fyrir sig. Á 19. hæð er búið að stilla upp langborði og allir klæðast kokkafötum. Síðan fara allir í eldhúsið að taka þátt í matreiðslunni. Þar er skipt í lið sem keppa sín í milli. Menn fá fullt af ráðleggingum hvað varðar matreiðslu og meistararnir dæma útlit og bragð en að lokum njóta allir kræsinganna saman í sátt og samlyndi."

- gun

Svífandi um í salsadansi

Salsadanskvöld með prufutímum fyrir byrjendur eru haldin af félaginu SalsaIceland í hverri viku í miðborg Reykjavíkur, ýmist á Thorvaldsen eða Sólon. Það sem meira er, þar er aðgangur ókeypis. SalsaIceland er salsadansskóli og félag áhugafólks um salsadans á Íslandi. Skólinn var stofnaður árið 2003 og er starfræktur allt árið um kring. Kennslustundir eru að Engjateigi 11 og Brautarholti 22.

Í haust býður SalsaIceland upp á tvö byrjendanámskeið. Fyrsta námskeið haustsins hefst 15. ágúst og tímarnir eru tvisvar í viku, í eina og hálfa klukkustund í senn, á miðvikudögum og sunnudögum. Búið er að loka fyrir skráningar fyrir stakar dömur á námskeiðið en enn er opið fyrir pör og staka herra. Allir herrar sem lokið hafa byrjendanámskeiði geta líka mætt á annað byrjendanámskeið frítt. Hitt byrjendanámskeiðið er einu sinni í viku og hefst 29. ágúst. Síðan er einnig boðið upp á framhaldsnámskeið á fjórum getustigum.

Eftir námskeiðin eiga þátttakendur að vera tilbúnir á dansgólfið á salsakvöldum félagsins þar sem allir dansa við alla. Ef einhverjir óska að halda sig við einn dansfélaga er það líka tekið til greina.

Nánari upplýsingar eru á www.salsaiceland.is *- gun*

Sveiflan er allsráðandi hjá SalsaIceland. MYND/SALSAICELAND

Myndlistarskóli Grafarvogs

býður upp á skemmtilegt listnám fyrir alla aldurshópa

» 10 vikna barnanámskeið
» 8 vikna fullorðinsnámskeið
NÝTT » „Út frá þér", 10 vikna unglinganámskeið
NÝTT » „Skapandi samvera", listræn upplifunarnámskeið fyrir foreldra og börn (4–9 ára)
NÝTT » „Þrívíð myndlist" fyrir börn (+10) og fullorðna

Frístundakort
10% afsláttur fyrir eldri borgara
10% systkinaafsláttur

Kennt er í Engjaskóla v/Vallengi (neðan við Borgarholtsskóla)
Námskeið hefjast 15. september.
Innritun í síma 698-1998 og 567-6550 (Ingibjörg): Frekari uppl. á myndlistarskoligrafarvogs.is og myndlistarskoligrafarvogs@gmail.com

Stofnaður 1952

Listdansskóli Íslands

Það er gaman og þroskandi að læra ballett

Inntökupróf fyrir börn fædd 2001 (9 ára) fara fram laugardaginn 28. ágúst kl. 10.00.

Rafræn skráning er hafin á listdans.is

Skólasetning framhaldsdeildar fer fram 20. ágúst kl. 14.00.

Fyrsti kennsludagur samkvæmt stundartöflu í grunnskóla og framhaldsdeild verður mánudaginn 23. ágúst.

Prufutími fyrir 9 ára gamla stráka og stelpur fram til 18.september. sjá tímasetningar á listdans.is

Skólinn heldur tvær glæsilegar og vandaðar sýningar á ári hverju, jólasýningu og vorsýningu.

Nemendur skólans hafa sýnt feikigóðan árangur undanfarin ár í „Stora Daldansen“ alþjóðlegri danskeppni sem haldin er árlega í Svíþjóð.

Munið frístundarkortin.

Skólaárið 2010–2011

Inntökupróf

Þekking
Reynsla

Fagmennska
Gæði

Úrvalskennarar í klassískum og nútíma listdansi

Myndirnar eru teknar á vorsýningu skólans 2010.
Ljósmyndari Valgarður Gíslason.

Staður:
Engjateigur 1
105 Reykjavík

Nánari upplýsingar:
www.listdans.is
588 91 88

WWW.DALE.IS

DALE CARNEGIE©
ÞJÁLFUN

ÞÚ SKAPAR ÞÍNA VELGENGNI

KOMDU Í ÓKEYPIS KYNNINGARTÍMA Í KVÖLD.

Allt í kringum þig eru einstaklingar sem skara fram úr, í viðskiptalífinu, íþróttum, fjölmiðlum eða á sviði menningar og lista. Fjölmargir þeirra hafa sótt þjálfun Dale Carnegie. Þú getur slegist í hóp þeirra sem eru stöðugt að auka velgengni sína.

555-7080 HRINGDU NÚNA!

// SKRÁÐU ÞIG! - NÝ NÁMSKEIÐ AÐ HEFJAST

// FYRIRTÆKI

Stjórnun viðskiptatengsla

Fyrir hverja Alla þá sem sjá um að stýra endurteknum viðskiptum við fyrirtæki sitt.
Ávinningur Koma auga á sölutækifæri, viðhalda viðskiptum og sjá fyrir þarfir viðskiptavina. Samninga- og kynningartækni og þjálfun í áhrifaríkri tjáningu. Stjórna væntingum viðskiptavina.
Fyrirkomulag 6 skipti, 3½ klst. í senn kl. 8.30 til 12.00.
Hefst 06. okt.
Verð 95.000 kr

Sölustjórnun

Fyrir hverja Sölustjóra, framkvæmdastjóra og aðra sem bera ábyrgð á uppbyggingu, árangri og hvatningu söluteyma.
Ávinningur Markviss og árangursrík vinnubrögð allt frá ráðningum til sölufunda. Markþjálfun og hæfni leiða til aukinnar hvatningar, frumkvæðis og bættrar samvinnu.
Fyrirkomulag 3 skipti, 3½ klst. í senn. kl. 13:00 - 16:30.
Hefst 22. sept.
Verð 75.000 kr.

Leiðtogaþjálfun fyrir stjórnendur

Fyrir hverja Alla stjórnendur með mannaforráð og þá sem eiga samskipti við innri eða ytri viðskiptavini. Verkefnastjóra, starfsmenn sem leiða vinnuhópa og stjórnendur sem vilja ná hámarksárangri.
Ávinningur Skapa sameiginlega sýn, þróa áætlanir og hrinda þeim í framkvæmd, fylkja fólki í lið með þér, efla samvinnu, hvetja aðra, hrósa og ná fram því besta í öðrum.
Fyrirkomulag 7 skipti í 3½ klst. í senn, kl. 8:30 - 12:00.
Hefst 21. sept.
Verð 144.000 kr.

Áhrifarík sala

Fyrir hverja Alla sem fást við sölu og eiga samskipti við viðskiptavini á einhverju stigi söluferlisins. Bæði nýliðar og reyndir fagmenn læra tækni sem hámarkar árangur þeirra í sölu.
Ávinningur Þaulreynt söluferli sem nýtist þér til að byggja upp árangursrík sambönd, ná fundum með lykilfólki, auka trúverðugleika þinn, spyrja réttu spurninganna, ná fram skuldbindingu og loka sölunni o.fl.
Fyrirkomulag 8 skipti 3½ klst. í senn kl. 8.30 - 12.00.
Hefst 05. okt.
Verð 144.000 kr.

Þjónusta á heimsmælikvarða

Fyrir hverja Alla þá sem eru í beinu sambandi við viðskiptavini og geta haft áhrif á kaup þeirra á vöru eða þjónustu.
Ávinningur Sjá fyrir þarfir viðskiptavina, beina viðskiptavinum í átt til frekari kaupa, meta viðhorf til þjónustulundar og setja sér markmið til úrbóta.
Fyrirkomulag 8 skipti í 2 klst. í senn. Kl. 8:30 - 10:30.
Hefst 28. sept.
Verð 85.000 kr.

Áhrifaríkar kynningar

Fyrir hverja Þá sem koma fram fyrir hönd fyrirtækis eða aðra sem þurfa að hafa áhrif með tjáningu.
Ávinningur Sannfæra áheyrendur, skapa jákvæða ímynd, hvetja og sannfæra ólíka áheyrendahópa, undirbúa viðtöl, koma fram á afslappaðan og eðlilegan hátt.
Fyrirkomulag 2 dagar í röð kl. 8.30 - 17.00.
Hefst 21. okt.
Verð 125.000 kr.

Þjálfun fyrir þjálfara

Fyrir hverja Fræðslustjóra, mannauðsstjóra, liðsstjóra, íþróttaþjálfara og aðra sem koma að því að leiðbeina og þjálfa hæfni. Sérstök áhersla á aðferðir í fullorðinsfræðslu. Á námskeiðinu deilum við með þátttakendum hluta þeirra einstöku aðferða sem hafa skilið Dale Carnegie þjálfara frá öðrum s.l. 100 ár.
Ávinningur Aukin meðvitund þjálfarans, betri skilningur á fjölbreyttum aðferðum sem í boði eru og bætt hæfni í að koma frá sér efni og kenna öðrum svo árangur hljótist af.
Fyrirkomulag 5 skipti, 3½ klst. í senn. Kl. 8:30 - 12:00.
Hefst 03. okt.
Verð 95.000 kr.

Fylgstu með okkur á facebook

// EINSTAKLINGAR

Dale Carnegie kvöld- og morgunnámskeið

Fyrir hverja	Fyrir alla þá sem vilja ná fram því besta í fari sínu, verða sterkari leiðtogar og verðmætari starfsmenn.
Ávinningur	Byggja upp traust sambönd, takast á við áskoranir, geta tjáð sig á skýran og ákveðinn hátt, efla sjálfstraust o.fl.
Fyrirkomulag	Hægt er að sækja Dale Carnegie námskeið kvölds eða morgna og ljúka þeim á 12 vikum, 8 vikum eða 3 dögum. Á 8 og 12 vikna námskeiðunum er þjálfunin einu sinni í viku, 4 tíma í senn.
Hefst	12 vikna kvöldnámskeið hefst 13. sept. kl. 18:00 - 22:00.
Verð	139.900 kr.
Hefst	12 vikna morgunnámskeið hefst 29. sept. kl. 8:30 -12:30.
Verð	139.900 kr.
Hefst	8 vikna námskeið hefjast miðv. 29. sept. kl. 18 - 21:30 og lau. 02 okt. kl. 8:30 - 12:00.
Verð	120.000 kr.
Hefst	3ja daga námskeið hefst 15. okt. á Akureyri kl. 8:30 - 16:00 og 19. nóv í Reykjavík kl. 8:30 - 16:00.
Verð	117.000 kr.

// UNGT FÓLK

Dale Carnegie fyrir ungt fólk

Fyrir hverja	Fyrir ungt fólk sem vill ná árangri í lífinu.
Ávinningur	Meira sjálfstraust, sterkari sjálfsmynd, geta tjáð sig á skýran hátt og jákvætt viðhorf.
Fyrirkomulag	Einu sinni í viku, í 10 vikur, 4 klst. í senn.
Hefst	Námskeið fyrir 13 til 15 ára hefst 13. sept. Kl 17:00 - 21:00. Námskeið fyrir 16 til 20 ára hefst 14. sept. Kl 18:00 - 22:00. Námskeið fyrir 21 til 25 ára hefst 15. sept. Kl. 18:00 - 22:00.
Verð	89.900 kr.

„Eftir að hafa verið við hliðina á mér um nokkurt skeið stimplaði ég mig inn í lífið að nýju með því að fara á Dale námskeið. Mér fannst ég vera búin að vera gangandi ísskápur í fæðingarorlofi en strax í fyrsta Dale tímanum fann ég að þetta yrði mín stund; tími til að eiga samskipti við sjálfa mig, kafa inn á við og setja mér krefjandi markmið. Dale varð svo sannarlega minn tími og á útskriftadaginn fann ég einnig að ég var komin með enn fleiri tól fyrir lífið í verkfærabeltið."

Andrea Róberts
Forstöðumaður þjónustu- og sölusviðs Tals.

// KYNNINGARTÍMAR

Komdu í Ármúla 11 og upplifðu Dale Carnegie.

Dale Carnegie kynningartími fullorðnir	**10/08/10**	**Kl. 20:00**	**Ókeypis**
Dale Carnegie kynningartími Ungt fólk 13 - 15 ára.	**10/08/10**	**Kl. 19:00**	**Ókeypis**
Dale Carnegie kynningartími Ungt fólk 16 - 25 ára.	**10/08/10**	**Kl. 20:00**	**Ókeypis**

ÓKEYPIS KYNNINGAR-TÍMAR Í KVÖLD!

DALE CARNEGIE© ÞJÁLFUN

// SÍMI 555-7080 // Ármúli 11

Beinum athyglinni að einstaklingnum á ný með Dale Carnegie þjálfun – upprunalegu og enn bestu leiðinni til að þróa mannlegu hliðina í viðskiptum.

Allir næmir en misopnir

Hrönn Friðriksdóttir spámiðill stendur fyrir námskeiðum þar sem hægt er að læra um orkusteina, að lesa í spil og hvernig auka megi næmi sitt.

„Við erum öll næm en misopin, og getum lært að auka næmni okkar,“ segir Hrönn Friðriksdóttir spámiðill þegar hún er innt eftir því hvort ekki þurfi sérstaka náðargáfu til að geta lesið í spil. „Vitanlega hafa þó ekki allir hæfileika til að verða spámiðlar,“ bætir hún við.

Hrönn hefur verið skyggn frá fæðingu. Þó fór hún ekki að nota hæfileika sína fyrr en 35 ára gömul en hafði alla tíð hlustað á drauma sína og notað þá til að leiðbeina sér. Hún hefur lesið sér til í bókum og sótt námskeið hjá innlendum og erlendum aðilum. Fyrir fjórum árum byrjaði hún að bjóða sjálf upp á námskeið í fræðunum.

Námskeiðin eru allt frá því að vera ein kvöldstund og upp í vikulega fundi í allan vetur. Síðla í september fer hún af stað með námskeiðið: Að lesa úr spáspilum – grunnnámskeið. Þar eru kennd undirstöðuatriði í að leggja spil og lesa úr þeim fyrir aðra. Orkusteinanámskeið fer fram í október, en steinarnir eiga að búa yfir sérstökum eiginleikum sem róa okkur og byggja upp tilfinningar, gleði og kærleik. Þá býður Hrönn upp á englaspilanámskeið þar sem mismunandi spil eru kynnt og lært hvernig nota megi þau til leiðbeiningar fyrir nemendur.

Englanámskeið fyrir börn vekja sérstaka athygli blaðamanns. Um hvað ræðir þar? „Þar er verið að kenna börnunum að tengja sig við verndarengilinn sinn. Við látum þau teikna í gegnum hugleiðslu og kynnum þau fyrir steinum. Einnig kennum við þeim að skynja sjálf sig og umhverfið,“ útskýrir Hrönn sem segir algengt að foreldrar komi með börn sín þar sem þau finni fyrir mikilli næmni hjá þeim. Til dæmis sjái þau og tali við fólk sem ekki sé lengur meðal lifenda.

Hrönn segir mikinn áhuga vera á námskeiðunum. „Konur eru í meirihluta þeirra sem sækja námskeiðin er karlar eru þó í auknum mæli að koma inn,“ segir hún og bætir við að í þróunarhópum sem hún kenni vikulega yfir veturinn sé fólk allt frá tvítugu og upp úr.

Og hvað gerist í þessum þróunarhópum? „Við fjöllum um drauma, vinnum með orkustöðvarnar og ég kenni þeim hugleiðslu og við veltum fyrir okkur lífinu. Það er svo margt sem við þurfum að takast á við í lífinu til að auka næmi og líða betur. Það getur til dæmis enginn orðið næmur ef hann er reiður, því reiðin er mesta eyðileggingaraflið,“ segir Hrönn með áherslu.

Þeim sem vilja kynna sér námskeiðin til hlítar er bent á vefsíðu Hrannar www.spamidill.com

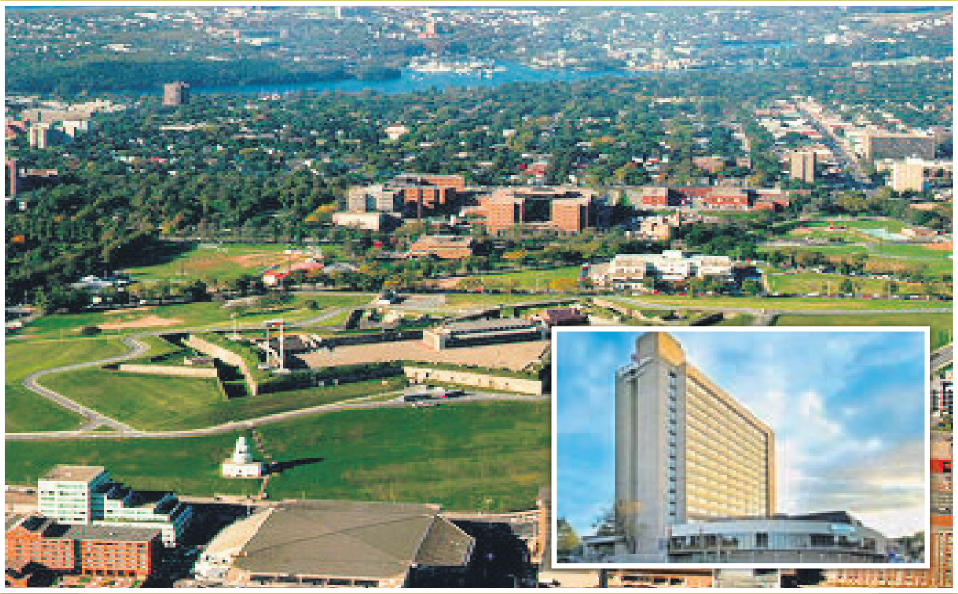
-sg

Hrönn kennir fólki að lesa úr spáspilum, hvernig nota megi orkusteina og heldur einnig námskeið fyrir börn. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

KANADAFERÐ - ELDRI BORGARAR

HAUST Í NÝJA SKOTLANDI

9. – 16. SEPTEMBER, 2010



GIST Á SAMA HÓTELI Í HALIFAX í SJÖ NÆTUR
Atlantica Hotel

INNIFALIÐ: Flug, gisting, morgunverður, allur akstur, skoðunarferðir, aðgangur að söfnum og þjóðgörðum, hádegisverður í skoðunarferðum og fararstjórn

VERÐ: **187.000**

Upplýsingar hjá Jónasi Þór á jonas.thor1@gmail.com og 861 1046
www.vesturheimur.com

Örfá sæti laus.

Ferðamálastofa
Icelandic Tourist Board

● MEÐ GLEÐINA Í GLÍMUM VIÐ LEIKLISTARGYÐJUNA

Leynileikhúsið býður börnum í 2. til 10. bekk um allt höfuðborgarsvæðið upp á leiklistarnámskeið í haust, en námskeiðin hefjast um miðjan september eins og síðustu ár. Vetrarnámskeiðin eru tólf vikna löng og kennd- ur einn tími á viku í skólum sem Leynileikhúsið á í samstarfi við. Í lok annar er afrakstur vinnunnar sýndur í atvinnuleikhúsi og lokasýningin alfarið byggð á spuna og sköpunarkrafti nemendanna.

Leiklistarnámskeið Leynileikhússins byggjast upp á mottóinu „Gleði“ og öll kennsla fer fram á uppbyggilegan og jákvæðan hátt. Með gleðina að leiðarljósi fara nemendur í helstu grunnatriði leiklistar með hjálp leikja og þá er farið í mikilvæg atriði eins og einbeitingu, hlustun, samvinnu og leiklistarsköpun.

Meira um námskeið og skráningu á www.leynileikhusid.is

● SVO SKÓLAFÖTIN SKILI SÉR

Föt eru merkilega gjörn á að týnast og körfurnar undir óskilafatnað í skólum eru yfirfullar þegar kemur að fyrstu vetrarfríum. Því er ráð að merkja allan fatnað skólabarna í bak og fyrir áður en skólastarfið hefst. Handlögnum verður ekki skotaskuld úr því að sauma nafn barnsins í hálsmál en einnig er hægt að nota þar til gerða fatamerkipenna til að skrifa, til dæmis inn í stígvél. Mörg fyrirtæki gera einnig út á fatamerkingar og hægt er að fá sérprentaða eða ofna merkimiða til að sauma eða líma innan í föt.

SPORT 2
enski boltinn

Síminn ICELANDAIR 1011 ...þegar þér hentar OPIN KERFI 25 ára

PREMIER LEAGUE

VEISLAN HEFST Á LAUGARDAGINN

Enska deildin hefst með látum og fyrsti stórleikur tímabilsins er á sunnudaginn. Er Liverpool hrokkið í gang eða tekst Arsenal að stela sigrinum á Anfield. **Fylgstu með frá byrjun!**

LAUGARDAG

Tottenham – Man.City .... kl. 11:35
Blackburn Everton .... kl. 14:00
Bolton – Fulham kl.16:00
Sunderland – Birmingham .... kl. 16:00
Blackpool – Wigan .... kl. 16:00

SUNNUDAGUR

Liverpool – Arsenal .... kl. 14:30

MÁNUDAG

Man. Utd. – Newcastle .... kl. 18:50

VILDARÁSKRIFT AÐ STÖÐ 2 SPORT 2 INNIHELDUR SPORT 2 SPORT 3 SPORT 4 SPORT 5

512 5100 | STOD2.IS | VERSLANIR VODAFONE | VERSLANIR OG ÞJÓNUSTUVER SÍMANS 800 7000

Skotfélag Reykjavíkur er elsta íþróttafélag landsins og snýst starf þess að mestu um íþróttaskotfimi. Félagið heldur að auki úti námskeiðum í skotfimi. FRÉTTABLAÐIÐ/ARNÞÓR

Kenna meðferð skotvopna

Hjá Skotfélagi Reykjavíkur gefst áhugamönnum færi á að læra allt um skotfimi og hreindýraveiðar að auki.

Skotfélag Reykjavíkur er með tvenns konar skotnámskeið í boði, annars vegar kennslu í skotfimi með haglabyssu til fuglaveiða og hins vegar á riffil fyrir hreindýraveiðar. „Á fyrra námskeiðinu gefst byrjendum og unglingum niður í fimmtán ára aldur, sem eru með heimild frá forráðamanni, færi á að kynnast betur þessu sporti og taka í framhaldi ákvörðun um hvort þetta sé eitthvað fyrir þá," segir Guðmundur Kr. Gíslason, framkvæmdastjóri félagsins.

Kennslan fer að hans sögn fram á skotsvæði Skotfélagsins á Álfsnesi og í aðstöðu þess í Egilshöll, þar sem meðal annars eru átján þrjátíu metra langar brautir. Þátttakendur læra þar allt sem viðvíkur undirbúningi, stöðu, miðun, upphitun, meðhöndlun og umgengni við skotvopn, teygjum og frágangi og geta fengið byssu leigða sé þess óskað. „Þetta er náttúrulega bara í grunninn sömu reglur og gilda í öðrum íþróttum," bendir Guðmundur á og bætir við að eiginleg námskeið hefjist í október en þangað til sé mönnum velkomið að mæta á kynningu í Egilshöll öll fimmtudagskvöld klukkan 19. „Fyrsta skiptið er frítt en borga þarf fyrir framhaldið."

Guðmundur Kr. Gíslason, framkvæmdastjóri Skotfélags Reykjavíkur, segir vel tekið á móti unglingum og nýliðum sem vilja kynna sér allt um skotfimi.

Þótt vel sé tekið á móti unglingum hjá félaginu öðlast menn þó ekki byssuleyfi fyrr en um tvítugt í samræmi við lög um skotvopn og skotfæri. „Menn geta þá eignast 22 kalibera riffil eða einhleypta eða tvíhleypta haglabyssu og geta þá sótt hjá Umhverfisstofnun um veiðipróf og veiðikort, sem veitir rétt til fuglaveiða. Ári síðar má fara á hreindýraveiðar með riffla og hálfsjálfvirkar haglabyssur," segir Guðmundur.

Að hans sögn ættu þeir sem hafa áhuga á slíku að kíkja á námskeið hjá félaginu. „Hreindýratímabilið hófst um miðjan júlí og síðan þá höfum við staðið fyrir veiðinámskeiðum öll miðvikudagskvöld þar sem farið er í grunnatriði í veiði og meðferð skotvopna er tekin fyrir, sérstaklega með tilliti til hreindýraveiða."

Ársæfingagjald Skotfélags Reykjavíkur er 15.000 krónur fyrir félagsmenn, að viðbættu árgjaldi sem er 12.000 krónur fyrir fullorðna eða hjón, en það veitir báðum rétt á þátttöku. Unglingar upp að tvítugu þurfa að greiða sama æfingagjald og hálft árgjald. *- rve*

Þorgeir Óðinsson leiðbeinir á námskeiði í stenslagerð hjá Skóla fólksins sem hefst á fimmtudaginn.

Stenslagerð kennd í Skóla fólksins

Námskeið í stenslagerð hjá Skóla fólksins eru að hefjast en næsta námskeið hefst fimmtudaginn 12. ágúst. Farið verður í grunninn á gerð stensla og kenndar útfærslur þar sem notaðir eru fleiri en einn stensill og litir. Leiðbeinandi á námskeiðinu er Þorgeir F. Óðinsson, grafískur hönnuður, og er námskeiðið átta stundir. Kennsla fer fram í húsnæði skólans að Fiskislóð 31 í Reykjavík.

Skóli fólksins tók til starfa snemmsumars að frumkvæði Þorgeirs Óðinssonar og Sigrúnar Lýðsdóttur, með það að markmiði að fá fólk til að kenna skemmtileg og fjölbreytt námskeið en meðal námskeiða á dagskrá skólans eru hlutateikning, saumanámskeið og námskeið í ljósmyndun svo eitthvað sé nefnt. Skráning fer fram á netfanginu skolifolksins@gmail.com en allar upplýsingar er að finna á Facebook-síðu Skóla fólksins.

● SKYNDIHJÁLP OG FLEIRA

Rauði kross Íslands gengst fyrir fjölda námskeiða á ári hverju ári. Námskeiðin taka fyrir allt frá grunnupplýsingum um skyndihjálp til þess að undirbúa tilvonandi sendifulltrúa til dvalar á fjarlægum slóðum.

Skyndihjálparnámskeið Rauða krossins eru mismunandi og sniðin að þörfum einstaklinga, hópa og fyrirtækja. Víða um landið halda deildir Rauða krossins skyndihjálparnámskeið fyrir almenning.

Meðal annarra námskeiða má nefna: Endurlífgun, börn og umhverfi, slys og veikindi barna, sálrænn stuðningur og margt fleira.

Fleiri upplýsingar má nálgast á www.redcross.is

Hildur er myndlistarkona sem hefur ritað bækur um jurtir og sögu ræktunar. Þetta eru Ætigarðurinn og Blálandsdrottningin.

Afrakstri sumars komið í hús

Margir rækta grænmeti í görðum sínum. Hildur Hákonardóttir heldur í september tveggja kvölda námskeið hjá Endurmenntun Háskóla Íslands um hvernig best megi nýta afrakstur sumarsins.

Námskeiðið Að nýta afrakstur sumarsins tekur tvö kvöld. Fyrra kvöldið grípur Hildur Hákonardóttir niður í sögu lækninga- og nytjajurta og stiklar á ýmsu úr sögu vestrænnar matarhefðar. Síðara kvöldið fer í hagnýtar ráðleggingar, hvaða jurtir má þurrka, sulta, sýra, salta, frysta, leggja í olíur eða vínanda.

„Á haustin fáum við uppskeru rótarávaxta og káls sem þarf að sinna og koma í hús, því ekki ætlum við að rækta grænmeti til að missa það svo úr höndunum á okkur,“ segir Hildur og nefnir að aðal geymsluaðferðirnar séu fjórar. Það eru frysting, kalda geymslan, þurrkun og súrsun. Hún nefnir sem dæmi að ber megi frysta en einnig brokkolí og blómkál. Hvítkálið sé hins vegar best fallið til súrsunar.

Einnig má láta grænmeti standa úti fram á veturinn að sögn Hildar. Þá verður þó að velja tegundir sem ekki er hætta á að tréni. Hildur nefnir sem dæmi að grænkál og rósakál geti staðið lengur enda megi það frjósa. „Þá geta gulrætur verið í garðinum alveg fram að jólum,“ bætir hún við. Hún segir meginstefnu sína í ræktun vera að hafa ferskt grænmeti níu til tíu mánuði ársins, og vinna það því sem minnst. „Ég vil komast sem léttast frá þessu,“ segir hún og hlær.

Á námskeiðinu mun hún fara yfir flóruna af plöntum sem má rækta og hvaða geymsluaðferð er heppilegust fyrir hverja. Hún segir þó ekki hægt að kenna frágang á grænmeti eins og stærðfræðiformúlu því það fari eftir aðstæðum hvers og eins, hvaða geymsluaðferð henti best.

Námskeiðið fer fram á vegum Endurmenntunar Háskóla Íslands dagana 13. og 15. september en skráningarfrestur er til 6. september.

● PRJÓNAVÉLANÁMSKEIÐ Í NÁLINNI Nálin hannyrðaverslun hefur fært sig af Laugaveginum og verður opnuð í dag á nýjum stað, að Fákafeni 9. Þar eru mörg spennandi námskeið fram undan, meðal annars prjónavélanámskeið þar sem þátttakendur koma með sínar eigin vélar. Bæði er um byrjendanámskeið að ræða og önnur fyrir lengra komna.
En eiga margir prjónavélar? „Það er mikið um að verið sé að dusta rykið af prjónavélum sem hafa dagað uppi í geymslum og enginn kann á. Við höfum haldið nokkur prjónavélanámskeið og þau hafa verið vel sótt,“ segir Helga Jóna Þórunnardóttir í Nálinni, sem bendir á heimasíðuna www.nalin.is

www.meiraprof.is

Farðu ekki án **réttinda** á vinnuvélar til **Evrópu**, vertu klár í allt, heima sem erlendis

Skjót leið
til **starfs**menntunar

Réttindanámskeið fyrir stjórnendur vinnuvéla, kláraðu þetta á móðurmálinu ef þú hefur hug á starfi í Evrópu. Hægt er að byrja alla föstudaga kl. 17.30, námið tekur 3 helgar, sjá nánar á heimasíðunni **meiraprof.is** eða hringdu í síma 588 45 00

NÁMSKEIÐ SEM GEFA RÉTTINDI UM GJÖRVALLA EVRÓPU

ÖLL ÖKURÉTTINDI - ÖLL VINNUVÉLARÉTTINDI

Skapaðu þér þitt eigið góðæri

Námskeið til aukinna ökuréttinda og vinnuvélanámskeiðið gefur aðgang að þúsundum áhugaverðra starfa. Fyrir þá sem ekki eru með umtalsverða framhaldsmenntun er það ekki spurning að afla sér þeirra réttinda sem þessi námskeið veita. Fjöldi fólks með mikla sérmenntun sækir þó þessi námskeið til að eiga möguleika á að komast út frá pappír og tölvum og láta til sín taka á sverum trukkum og öflugum vinnuvélum, þó ekki sé nema í sumarfríum.
Starfsmenn skólans eru með áralanga reynslu í kennslu á þessu sviði og þjálfaðir í að kenna fólki sem að öllu jöfnu hefur skóla ekki efst á vinsældarlistanum. Við starfsmenn skólans kappkostum að flytja hagnýtan fróðleik sem kemur nemendum og vinnuveitendum þeirra (og öllum vegfarendum) að gagni alla daga. Við kennararnir trúum líka á líf **fyrir** dauðann og leggjum okkur fram um að námið sé ekki bara hagnýtt, heldur einnig skemmtilegt.
Ekki bíða eftir tíma til að framkvæma þetta sem þú hefur hugsað lengi um, það er annað orð yfir aldrei. Búðu tímann til, stattu með sjálfum þér og byrjaðu strax. Við fögnum því að fá að hitta þig og að fá þannig tækifæri á að auka árangur þinn í lífinu.

NÝI ÖKUSKÓLINN
KLETTAGÖRÐUM 11 (et-húsinu) REYKJAVÍK
ALLAR FREKARI UPPLÝSINGAR Í SÍMA 588 45 00

Veiðiportið • Grandagarði 3 • Sími 552 9940

SHIMANO
25% afsláttur í ágúst

Shimano tvíhendupakkar með 25% afsl. út ágúst
Shimano er einn allra stærsti stangarframleiðandi í heiminum í dag og hafa tvíhendurnar og hjólin borið af hvað varðar gæði og hönnun. (Ath. hægt er að prufa stangirnar á grasbletti við verslunina).

Veiðiportið • Grandagarði 3 • Sími 552 9940

ALLTAF BETRA VERÐ

Gríðarlegt úrval af fartölvutöskum og aukahlutum fyrir fartölvur

ÖRGJÖRVI

Ati HD4570 SKJÁKORT

FARTÖLVA

MSI CX620
2.13GHz Intel Core i3-330M örgjörvi • 4GB DDR3 minni • 500GB SATA diskur • 15.6" WXGA LED breiðskjár • ATI HD5470 skjákort • Vefmyndavél • Windows 7 Home Premium 64-bit

149.990

FARTÖLVA

Toshiba Satellite Pro U400-24H
2.0GHz Intel Core 2 Duo T5870 örgjörvi • 2GB DDR2 minni • 250GB SATA diskur • DVD og CD-RW skrifari • 13,3" TFT WXGA breiðskjár • Intel GMA 4500MHD skjákort • Vefmyndavél • Windows Vista Business ásamt XP Pro möguleika

89.990

FARTÖLVA

Toshiba Satellite C650D-11R
2.2GHz Mobile AMD V Series V120 örgjörvi • 2GB DDR3 1066MHz minni • 250GB SATA diskur • DVD og CD-RW skrifari • 15.6" WXGA LED breiðskjár • ATI Radeon HD 4250 PCI-Express skjákort • VGA vefmyndavél • Windows 7 Home Premium 64-BIT

89.990

FARTÖLVA

Toshiba Satellite L500D-16N
2.2Ghz AMD Turion II Dual Core Mobile M500 örgjörvi • 4GB DDR2 minni • 500GB diskur • DVD og CD skrifari • 15.6" WXGA LED breiðskjár • VGA myndavél • 512MB ATI Radeon HD4570 PCI-Express skjákort • Windows 7 Home Premium

129.990

FARTÖLVA

MSI CX605
2.2GHz Intel Pentium T4500 örgjörvi • 4GB DDR2 minni • 320GB SATA diskur • 15.6" WXGA breiðskjár • ATI HD5470 skjákort • Vefmyndavél • Windows 7 Home Premium

139.990

FARTÖLVA

Acer Aspire 7540G-504G64MN
2.2Ghz AMD Turion II Dual Core Mobile M500 örgjörvi • 4GB DDR2 minni • 640GB SATA diskur • 17.3" WXGA LED breiðskjár • 512MB ATI Mobility Radeon HD 4570 PCI-Express skjákort • Windows 7 Home Premium

149.990

FARTÖLVA

Toshiba Satellite T130-17E
1.3GHz Intel ULV Pentium Dual Core SU4100 örgjörvi • 4GB DDR3 minni • 500GB SATA harðdiskur • 13,3" TFT WXGA LED skjár • Intel GMA 4500 skjákort • VGA vefmyndavél • Windows 7 Home Premium 64-BIT

159.990

VAXTALAUS TÖLVULISTALÁN

Bjóðum allar fartölvur með sex mánaða vaxtalausum greiðslum

BORGUN
AUÐVELDAR VIÐSKIPTI

KASKÓTRYGGING FRÁ VERÐI

Kynntu þér fartölvukaskó sem tryggir fartölvuna þína í leik og starfi

F-Prot Antivirus - Lykla-Pétur - Fimm leyfi

VELJUM ÍSLENSKT

SKÓLA TILBOÐ

TÖLVULISTINN

TL.IS

REYKJAVÍK • AKUREYRI • EGILSSTAÐIR • KEFLAVÍK • SELFOSS • HAFNARFJÖRÐUR

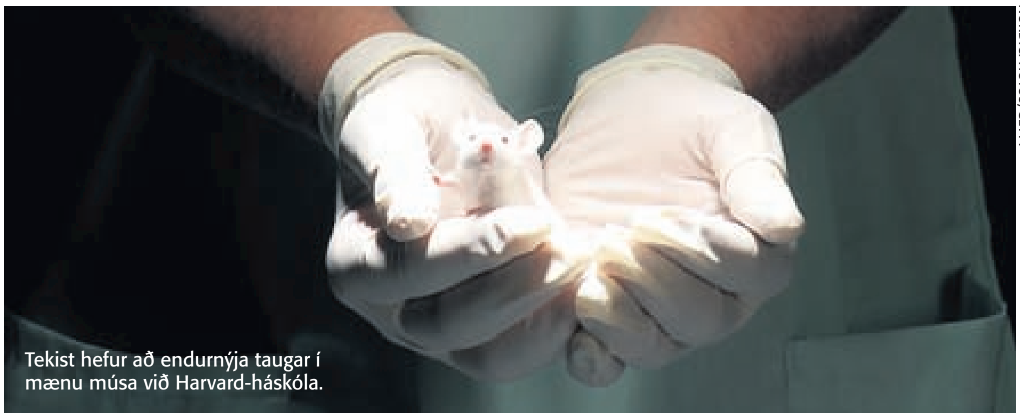
NÓATÚNI 17 S: 414 1700	GLERÁRGÖTU 30 S: 414 1730	MIÐVANGI 2-4 S: 414 1735	HAFNARGÖTU 90 S: 414 1740	AUSTURVEGI 34 S: 414 1745	REYKJAVÍKURVEGI 66 S: 414 1750

Tekst að endurnýja mænu í músum

Bandarískum vísindamönnum hefur tekist í fyrsta sinn að örva endurnýjun í taugum, sem stjórna viljastýrðri hreyfingu eftir mænuskaða.

Með stjórnun ensíma sem hafa með vöxt frumna að gera tókst rannsóknarmönnum við Harvard-háskóla í Kaliforníu að endurnýja taugar í mænu músa en aðferðinni svipar til þess þegar taugar í auga eru endurnýjaðar til að laga sjón. Næsta skrefið segja rannsakendur vera að útfæra niðurstöðurnar í meðferð á fólki. Það verði þó ekki í nánustu framtíð en niðurstöðurnar séu spennandi og lofi góðu.

- rat


Tekist hefur að endurnýja taugar í mænu músa við Harvard-háskóla.
NORDICPHOTOS/GETTY

Gengið verður um Elliðaárdalinn á laugardaginn og fræðst um nágrennið.
FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Gengið til fróðleiks

Orkuveita Reykjavíkur stendur fyrir svokölluðum fræðslugöngum á sumrin þar sem almenningi er boðið upp á leiðsögn um útivistarsvæði sem Orkuveitan starfar á.

Laugardaginn 7. ágúst næstkomandi verður gengið á vegum Orkuveitu Reykjavíkur frá Minjasafninu í Elliðaárdal, upp dalinn að Gvendarbrunnum, um 12 kílómetra leið. Á göngunni verður farið yfir örnefni á leiðinni, jarðfræði og fræðst um gróður og fuglalíf. Brottför er klukkan 10 frá Minjasafninu en boðið verður upp á akstur til baka um kl. 16.

Fræðslugöngurnar má rekja til ársins 2000 en nánari dagskrá má finna á heimasíðu Orkuveitunnar, www.or.is *- rat*

Pinnar valda skaða

PINNAR Í TUNGU GETA ORSAKAÐ SÝNINGAR. ÞETTA ER NIÐURSTAÐA RANNSÓKNAR BANDARÍSKS HÁSKÓLA.

Pinnar í tungu geta orsakað tannskemmdir og bil milli tanna auk sýkinga. Þetta er niðurstaða rannsóknar bandarísks háskóla.
Rannsóknarteymi við Háskólann í Buffaló rakti í skýrslu sögu 26 ára einstaklings sem þurfti á tannréttingum að halda eftir sjö ár með pinna í tungunni en ekkert bil var milli tannanna áður en pinninn var settur í tunguna.
Prófessor við háskólann segir fólk freistast til að ýta pinnanum stöðugt milli framtannanna og þannig gliðni tennurnar með tímanum. Eins geti leikur með pinnann í munninum orðið til þess að það kvarnast upp úr tönnum og hættara er við sýkingum í gómum og tungu. *- rat*

Fólk með pinna í tungunni ýtir honum gjarnan á framtennurnar svo skarð myndast með tímanum á milli þeirra. MYND/NORDICPHOTOS/GETTY

Gisele biðst afsökunar

OFURFYRIRSÆTAN DREGUR TIL BAKA UMMÆLI UM AÐ SETJA ÞYRFTI ALÞJÓÐLEG LÖG UM BRJÓSTAGJÖF.

Ofurfyrirsætan Gisele Bundchen vakti talsverða úlfúð meðal nýbakaðra mæðra með ummælum sem hún lét falla í viðtali í Harper's Bazaar fyrir nokkru. Þar sagði hún að henni þætti sjálfsagt að setja alþjóðleg lög um að mæður skyldu hafa börn sín á brjósti í minnst sex mánuði.

Gisele eignaðist son sinn Benjamin með bandarísku fótboltastjörnunni Tom Brady í desember á síðasta ári. Hún hefur mikinn áhuga á náttúrulegum leiðum og eignaðist barn sitt heima á eðlilegan máta og stundaði hugleiðslu þá átta klukkutíma sem fæðingin tók.

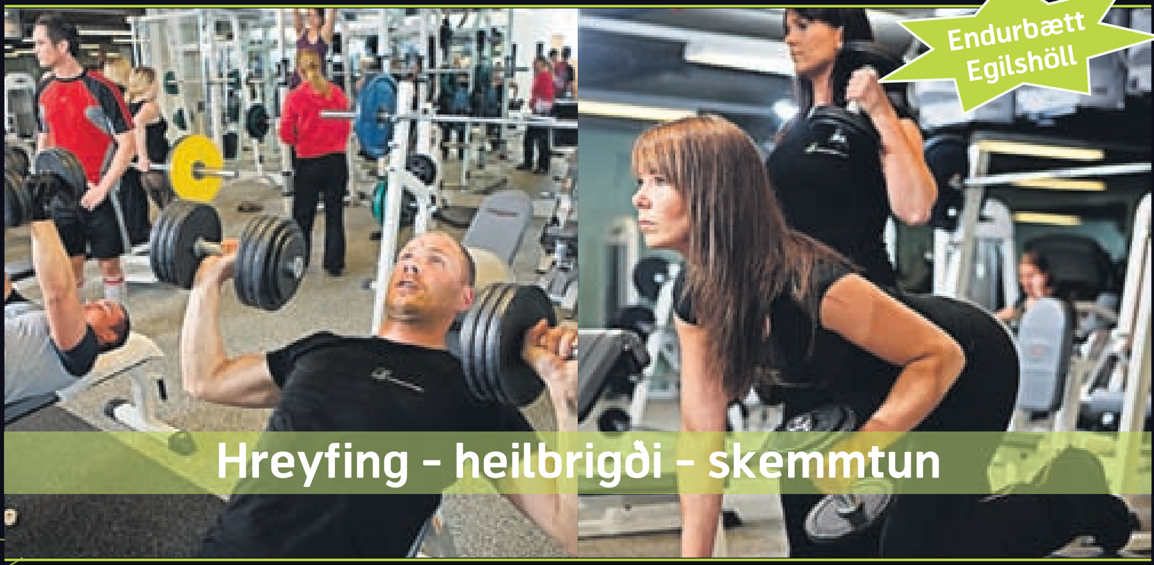
Gisele hefur hins vegar dregið til baka ummæli sín um lagasetninguna á bloggsíðu sinni og beðist afsökunar. Segir hún að það sé ekki hennar að dæma aðra fyrir þeirra ákvarðanir.

Gisele er mjög hlynnt brjóstagjöf og vill að konur reyni að gefa börnum sínum brjóst til minnst sex mánaða aldurs.

heilsuakademían

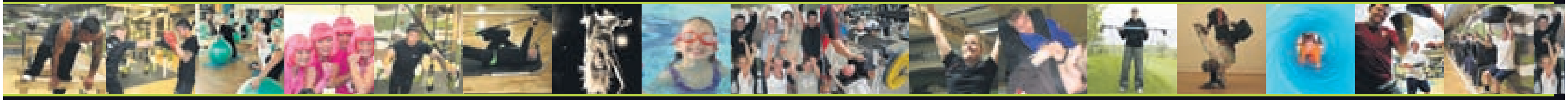
Landsins mesta úrval námskeiða:

Herþjálfun
Lífsstílsnámskeið
Karlapúl
Fit-Pilates
Box brennsla
TRX
Rope Yoga
Pole Freestyle
Sci-Fi
Opnir tímar



Gymstick Nordic Walking
Herþjálfun Unglíða
Eitt L.Í.F.
Betra L.Í.F.
Tarzan námskeið
Breakdans
Dans
Sundskóli
Gæsanir/Steggjanir

Frábært haust tilboð
Árskort í tækjasal aðeins 35.990 kr.



Heilsuakademían Egilshöll - 594 9666 - ha.is - ha@ha.is

BÍLAR & FARATÆKI

BÍLALIND.is S. 580-8900

HOBBY 560 EXCELLENT EASY. 05/2005, sólarsella, 180w geymir, aukavatnstankur, markísa ofl. aukahlutir! Verð 2.740.000. #192212 - Hjólhýsið er á staðnum, kíktu í heimsókn!

SUBARU LEGACY SEDAN. 10/2005, ekinn 67 þ.km, sjálfskiptur. Verð 1.990.000. #320047 - Bíllinn er á staðnum og er þrælfínn!

TOYOTA RAV4 LANGUR 4WD. 04/2005, ekinn 76 þ.km, sjálfskiptur, dráttarkúla. Verð 1.980.000. #281036 - Bíllinn er á staðnum og er eðalfínn!

TOYOTA AURIS TERRA. 01/2008, ekinn 22 þ.km, 5 gíra. Verð 2.290.000. #281984 Bíllinn er á staðnum og er eins og nýr!

TOYOTA LAND CRUISER 120 VX. Árgerð 2007, ekinn 48 þ.km, diesel, sjálfskiptur, 33" dekk, krómfelgur, mikið af aukahlutum! Verð 6.980.000. #320189 Bíllinn er á staðnum og er geysilega fallegur!

Bílalind
Funahöfði 1, 110 Reykjavík
Sími: 5808900
Hlökkum til að sjá þig :)
www.bilalind.is

NISSAN TERRANO 6-2000 DISEL SJÁLFSKIPTUR EK 95Þ V-1190 RAÐNÚMER.192742

NISSAN PATROL 38" 2-1998 EK 230Þ 120ÞÚS Á VÉL NÝ DEKK MJÖG GOTT EINTAK V-1990Þ RAÐNÚMER.192749

VANTAR BÍLA MEÐ MIKLUM STGR AFSLÆTTI VANTAR EINNIG BÍLA Á STAÐINN OG Á SKRÁ MIKIÐ ÚRVAL AF GÓÐUM BÍLUM Á MJÖG GÓÐUM VERÐUM EINNIG ER MEÐ MIKIÐ AF BÍLUM SEM ERU TIL Í ALLSKONAR SKIPTI D/Ó TVO Í EINN OG FLEIRA OG FLEIRA

Bifreiðasalan
Stórhöfði 15, 112 Reykjavík
Sími: 577 4400
www.bifreidasalan.is

STÓRA BÍLASALAN

Renault Megane Berline
Árgerð 08/2007, ekinn 28þ.km, sjálfskiptur, einn eigandi. Verð 1.990.000kr. Raðnúmer 130785. Sjá nánar á www.stora.is. Vegna góðrar sölu undanfarið bráðvantar okkur allar gerðir bíla á skrá og á svæðið til okkar. ATH það er frítt að skrá bílinn hjá okkur.

Stóra bílasalan
Kletthálsi 2, 110 Reykjavík
Sími: 5861414
Myndeftirlit á plani
http://www.stora.is

Bílar til sölu

Til sölu Rav4 árg'03, ek. 130þús. Skoða skipti. Uppl í s. 777 8377

Bíláútsölur framleiðenda í USA. Nú færðu nýjan eða nýlegan bíl á lækkuðu verði. Fáðu verðtilboð á netinu eða símleiðis. Eigum einnig heimkomna sýningarbíla með allt að 3ja milljón króna afslætti. Útvegum á betri verðum fólksbíla, jeppa og pallbíla frá Toyota, Ford, Dodge og öðrum helstu framleiðendum. Hundruð ánægðra viðskiptavina. www.islandus.com - Sími 5522000

Honda CRV 2000 sjálfskiptur árg. ,05 . Topplúga, Geislasp. Dráttark.,Hiti í sætum - Hraðastillir - Höfuðpúðar aftan - Kastarar - Leðuráklæði - Þakbogar- Stigbretti-Loftkæling-og fl. Uppl í s.692-2665.

VW Golf 1,6 árg'05 ek. 94 þús. km. Highline-ABS-Álfelgur - Fjarstýrðar samlæsingar - Geislaspilari - Glertopplúga - Höfuðpúðar aftan - Innspýting - Kastarar - 5 gíra .þjófavörn. Uppl. s. 692- 2665

7 MANNA KIA CARENS Til sölu ár 07 dísel ssk ek 146 000 tilboð óskast. s 893 9039

Golf 1400 GL, árg. ,95, 5gíra, sk. ,11. Fallegur og góður. V. 195 stgr. Uppl. í S. 896 8568

Til sölu Renault Kangoo árg.'04 , ek. c.a 90 þús km. Ný tímareim. Bíll í góðu standi. Verð 700 þús. Uppl. í s. 896 4947

0-250 þús.

165 ÞÚS!!!
Toyota Corolla XLI 1.3 árg.'95, 4 dyra sedan. Sk. 2011, dráttarkrókur, er mikið keyrður en góður. Fæst á 165.þ stgr. með öllum gjöldum. S: 841 8955

250-499 þús.

7 Manna á TILBOÐI
Dodge Grand Caravan (Plymouth Grand Voyager) árg 97 ekinn 258 þ km 7 manna, sjálfsskiptur, cruse control airbag heilsársdekk ný tímareim og margt margt fleira skoðaður 2011 verð 790.000 TILBOÐ 490.000 uppl síma 861-7600

Fiet Multebla árg'99, ek. 167þús. Einn eigandi. Sk.'11 Bíll í topplagi.Ný heilsársdekk. Ekkert áhvílandi. Uppl í S. 894 1748 & 570 9900

500-999 þús.

Fiat Panda árg'04, ek.80þús. Sk.'11. Ekkert áhvílandi. Uppl í S. 894 1748 & 570 9900

1-2 milljónir

Nissan Terrano 2.7 tdi árg.'99 dekk 33" sjálfsk. leður. loftk. V.1.150 kr. S. 865 2269

2 milljónir +

Citroen C4 árg'07. Sk.'11, góð dekk. Ekkert áhvílandi. Skoða skipti. Uppl í S. 894 1748 & 570 9900

Bílar óskast

Óska eftir að kaupa bíl á verðbilinu 25-250þús, má þarfnast lagfæringa. Uppl. s. 615 1810

Vill kaupa bíl á ca. 30-150 þús. Má þarfnast viðgerðar. S. 896 6744.

ÓSKA EFTIR BÍL Á 0-150 ÞÚS STGR!
óska eftir bíl á 0-150 þús stgr má þarfnast lagfæringa s.691 9374

Jeppar

Hobby 460Ufe 2008 m sólarsellu til sölu. Verð 2.990þ Geymsla í vetur gegur fylgt. 8980164.

Sendibílar

Allar stærðir sendibíla. Nýja Sendibílastöðin sími 568-5000.

Húsbílar

Álbox fyrir ferðabíla KE Málmsmiði, Axarhöfða 18. S. 587 0626 & 696 3522. www.ke.is

Óska eftir 4-5 manna húsbíl til kaups. Disel. Uppl. í s. 822 3650.

Hjólhýsi

Til sölu er Hobby prestige 560 KMFE hjólhýsi. Fyrsti skráningardagur er: 04.05.2007. Hjólhýsið er með bökunarofni, heitu vatni, vandaðri markisu og tveimur rafgeymum. Til afhendingar strax. Verð: 3.500.000. Áhugasamir vinsamlegast hafið samband í síma: 699-7601 eða 893-4130.

Mótorhjól

Til sölu Kawasaki vulcan classik1500 árg 05.ek 22þús mikið af aukahl. verð1350þús. ATH. skipti. gsm 892 7852

Suzuki Boulevard 1800 M109R ár 06 ek 9500 míl ný dekk og fl ástv 1,7 engin skipti S:8694787

Óska eftir að kaupa Hondu SLR 650 uppl í s: 849 5205.

Fjórhjól

Til sölu nýtt Polaris 850 touring 2010, vökvastýri og fjaðrandi aftursæti eru tvennt af fjölmörgum nýjungum í hjólinu. Verð 2.740 þús. Mögul. á 50% láni. Er á hvítum númerum. Sjá myndir á www.motorhjol.net. uppl. 824 6600.

Can-Am Outlander 800 MAX XT 2008 til sölu. Ekið 3.400 km. Hiti í handföngum, spil og fl. Verð 2.450.þús. tilboð 2.150. þús.kr. Sími 894 4708.

Reiðhjól

Kría Hjól
Eina sérhæfða hjólasmíðastofa landsins!
Alhliða hjólaviðgerðir-Sérsmíðum hjólinu. Gerum upp hjól Fagþjónusta á góðu verði Kría Hjól-Hólmaslóð 2 og Ármúla 42 kriacycles.comS: 534 9164 / 659 1595.

Kerrur

Opnanlegur framgafl. Innanmál: 250x142x35cm - heildarþyngd: 750kg - burðargeta: 600kg - Dekk: 13" - Verð kr. 285.000 m/VSK Lyfta.is Njarðarbraut 3a Reykjanesbæ 421 4037 www.lyfta.is

Vinnuvélar

Lyftarar

Körfubílaleigan.
Ódýr og góð þjónusta. Vinnuhæð 32 metrar. Sala og leiga. S. 893 3573.

Bátar

Fyrirdráttanet
Fyrirdráttanet fyrir veiðirétthafa. Heimavik ehf. S. 892 8655. www.heimavik.is

Hjólbarðar

4 stk. 175/70 13" á Golf álfelgum á 20 þ. 2 stk. 195/65 15" á álf. á 10 þ. 2 stk. 195/65 16" á 10 þ.4.stk ný dekk 5.30 12" á 5gata felgum á 25þ. Uppl. í s. 896 8568.

Varahlutir

Kaupum Toyota bíla. Opið virka daga 9-18. Við erum þjónustuaðilar fyrir Úrvinnslusjóð. Eigum bíla til sölu. Bílapartar, Grænamýri 3, Mosfellsbær.

Bílapartasala
Höfum opnað varahlutasölu með notaða varahluti í nýlega bíla www.netpartar.is

partabílar.is 770-6400
Er að rífa bmw 525d 02, daewoo lanos 98-03, dodge carvan 97, dodge neon 01, fiesta 97, civic 97, getz 04-09, jeep grand 99, kia sport 99, m.benz 230 80, terrano 00, peugot 306 98, kangoo 99-01, twingo 99, felisa 99, swift 05-09, xl7 05, yaris 05, vn lt 98, almera 00, primera 99. Kaupum bíla í niðurrif.

VW, Skoda, Audi, varahlutir og viðgerðir
S: 534 1045
Varahlutir í VW, Skoda og Audi bíla. Kaupum bíla til niðurrifs. Sérhæfum okkur einnig í viðgerðum á sömu tegundum. Bílabúið, Suðurhella 10, Hfj.

Varahlutir í MMC Space Wagon ,97, Kia Sephia ,99, Yaris ,00, Hatcback ,96, ,97 1600, Xli 1300 ,94, Escord ,98. Accent ,95 & ,97. Impreza ,99. Legacy ,96. Almera ,98. Carina ,97, Vento ,97, Lanos ,99, Elantra Wagon ,97, Civic ,99. Golf ,95. Kaupi bíla til niðurrifs. S. 896 8568.

Varahlutir í VW Golf, Polo,Yaris, Kangoo & Skoda Oktavia ,02. Viðgerðir. Gírkassar. Bremsuviðgerðir, renni diska og skálar. Kaupi bíla. Óska eftir trampólíni. Uppl. í s. 892 7852.

Japanskar Vélar Varahlutasala
Erum að rífa MMC Pajero/Montero ,00-'05. L200/Izuzu pick up ,00-'07. Susuki Vitara/Liana/Swift ,00-'08. Hyundai Santa Fe/Tucson/Starex. ,00-'06. Nissan pickup/Almera/X-Trail ,02-'08. VW/skoda ,00-'05. Mazda/Ford ,00-'05. Kia, flestar gerðir. Chevrolet ,05-'06. Citroen C2/C3 ,02-'06. og fl. Kaupum bíla. Opið 08-18. S. 565 3400 & 893 2284. www.carparts.is

Bílhlutir, Kaplahrauni 14, S. 555 4940.
Sérhæfum okkur í Volkswagen, Skoda og Daihatsu. Eigum einnig varahluti í fleiri tegundir bíla. Kaupum bíla til niðurrifs.

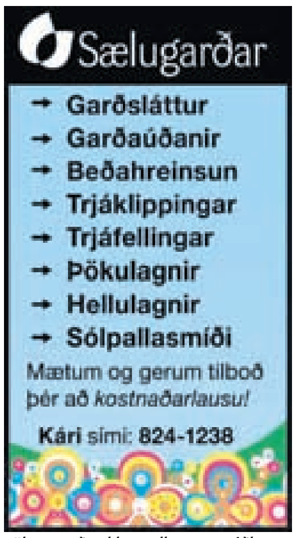
ÞJÓNUSTA

Hreingerningar

Glans-Þrif
Hreingerningar Flutningarþrif Fyrirtækjaþrif Heimilisþrif S. 659 6118

Vy-þrif ehf.
Öll almenn þrif regluleg ræsting sameigna verðtilboð. Sími 512 4010 www.vy.is

Garðyrkja



Tökum að okkur allt sem viðkemur garðinum, auk allrar almennrar smíðavinnu - lögg. húsasmíðameistari. Vanir menn, snör handtök. Sælugarðar s. 824 1238.

Trjáklippingar - garðyrkja - hellulagnir.
Klippi tré og runna og felli tré, fræsi stubba.
Fljót og góð þjónusta.
Látið fagmann vinna verkin.
Garðaþjónustan Björk
Jóhannes garðyrkjumeistari
s. 846 8643, 899 7679

Er öspin til ama ?
Fellum og fjarlægum tré. Vönduð vinnubrögð. Uppl. í s. 773 0317.

SÓLPALLAR, skjólveggir, öll almenn smíða og garðvinna, vanir menn og góð verð. Brynjar s: 862 8621.

Trjáklippingar
Trjáfellingar og öll almenn garðavinna. Eiríkur Sæland garðyrkjufræðingur s. 848 1723.

GARÐAÞJÓNUSTA
Trjáklippingar og fellingar, pallasmíði, alm garðvinna. Ágúst garðyrkjumeistari s.848 9600

HELLULAGNIR - LÓÐAGERÐ
Láttu fagmann vinna verkið, yfir 20 ára reynsla, þekking, ráðgjöf og vönduð vinna. Uppl. 771 3030, Trausti.

Bókhald

Gleymdist framtalið? Fékkstu áætlun? Framtalsgerð - skjót og góð þjónusta. s. 517-3977. framtal@visir.is

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

Málarar

Málun
25% afsláttur fyrir húsfélög, eldriborgara og öryrkja
Innan sem utan. Fagleg vinnubrögð. Margra ára reynsla. Fáðu tilboð strax í dag. Haukur, S. 777 3374.

Búslóðaflutningar

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

Húsaviðhald

VIÐHALD
fasteignaviðgerðir
Allt viðhald ehf. annast viðhald og viðgerðir fasteigna fyrir fyrirtæki, húsfélög og einstaklinga.
Við önnumst m.a.:
• múrviðgerðir • þakviðgerðir • málningarvinnu • trésmíðavinnu • pípulagnir • raflagnir • flísalagnir.
Hringdu og við gerum þér tilboð, þér að kostnaðarlausu. • Sími 567 6699. Sendu okkur email og við gerum þér tilboð. • kristjan@vidhald.is

Tökum að okkur parketslípun
um allt land. 15 ára reynsla í parketlögnum, parketslípun,sólpallasmíði og sólpallaslípun. Alltaf besta verðið. Sjáið myndir á www.parketsliparinn.is Uppl í s. 772 8100

www.smidaland.is
Nýsmíði - viðhald - gluggar -sólpallar - öll smíði. S. 772 0040.

Húsasmíðameistari. Alhliða smíðavinna, tilboð eða tímavinna. Sími 777 8450 eða á thorars@hi.is.

N & V Verktakar ehf
Flísar - parket - mála - múrarar - smíðir - setjum upp eldhúsinnréttingar og margt fleira sem viðkemur húsaviðhaldi að utan sem innan. Frábært verð! Uppl. í s. 661 3149.

Pípulagnir
Faglærðir píparar geta bætt við sig verkefnum í bæði viðhaldi og nýlögnum. Vönduð vinnubrögð. Upplýsingar í síma 699 6069 og 663 5315.

Tölvur

tölvuhjálp!
Yfirhalning á tölvu aðeins 2.000 kr. án VSK
Ókeypis vírusvörn
Nánar á www.tolvuhjalp.is
Sími 588-9590
Vesturvör 32a, Kópavogi

ÓDÝRAR TÖLVUVIÐGERÐIR
start TÖLVUVERSLUN
Sími 544-2350 - Bæjarlind 1, Kópavogi
www.start.is

Tölvuviðgerðir, gagnabjörgun. Kem á staðinn. Gott verð. S. 699 6735 Baldvin.

Nudd

NUDD NUDD NUDD. Exclusive whole body massage. S.6922126

Gott nudd - good massage. S. 857 0850 & 844 0329.

Whole body massage. Frábært nudd, fullkomin þjónusta. Uppl. í s: 857 5015.

Gott nudd. Uppl. í s. 616 7919 & 867 3264.

LUXURY.TANTRIC WHOLE BODY MASSAGE IN DOWN TOWN ANY TIME!!! 8698602

Spádómar

908 1888
Spásími Daddýar alla daga.
250 kr. mínótan.

Önnur þjónusta

Sjóstöng, Sjóstöng.
Bjóðum uppá sjóstangveiði frá Reykjavíkurhöfn. Sérferðir ehf S:892-0099.

KEYPT & SELT

Til sölu

Ísskápur á 15þ. Þvottavélar á 20-30þ. Stór amerískur þurrkari á 30þ. Þurrkari á 20þ. 26" nýlegt reiðhjól á 20 þ. borðuppþvottavél á 20 þ. Brauðrist á 2þ. Teppi á 5þ. Stál bakaraofn á 25þ. Glerborð á 5þ. Uppþvottavél á 20þ. Helluborð á 10þ. Rúm á 5þ.Gasgrill á 10þ. Reikningarprentari á 5þ.Fartalva á 30þ. Iðnaðaruppþvottavél á 50þ. 14" tv með dvd á 10þ. Ryksuga á 10þ. Ýmsar gerðir af borðum á 5þ. Golf ,95 sk. ,11 v. 195þ. S. 896 8568.

Tveir nýjir GSM símar Samsung og Nokia. S. 841 0155.

Gefins

4 kassavanir kettlingar fást gefins. S. 820 4701.

Óskast keypt

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

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

Verslun

Stærri limur betri limur
Loksins er komin á markað vara sem gefur þér varanlega stækkun bæði í lengd og þykkt. Kannaðu málið á bathmate.is
bathmate.is

FULL BÚÐ AF NÝJUM VÖRUM!! Emilía Bláu húsin Faxafeni s: 588-9925 emilia.is

HEILSA

Heilsuvörur

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

Árangur með Herbalife í 30 ár. Kaupauki með öllum pöntunum í ágúst. Edda Borg S. 896 4662 www.lifsstill.is

Fæðubótarefni

Viltu léttast? Eða þyngjast? Prófaðu Herbalife! Ólöf 861 5356, osa@ismennt.is

Nudd

TANTRA MASSAGE
An exclusive gift for men, women and couples. Tel. 698 8301 www.tantra-temple.com

Whole body massage 841-8529

NUDD - Tilboð - NUDD
Nudd kr. 3500,-
Skrúbb, heitur pottur, nudd f. 2 kr. 9900,-. Detox - f. 2 kr. 9900.-. Margar teg. nudds, alhliða snyrting, slökun, veitingar, heilsu, vítamín, næringarráðgjöf. Ekkert sex nudd. No sex massage. Uppl. - pantanir s. 823 8280. JB Heilsulind Skúlagötu 40. Opið 12-18 mán-lau.

Nudd nudd nudd heilnudd. Tilboð í dag. Uppl. í s. 616 6469.

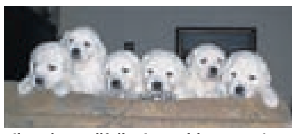
BodyNudd,Unaður og Slökun,láttu dekra við þig,áttu það ekki skilið? ÍSL. Uppl í 8486255

Þjónusta

Reykstopp með árangri s:694 5494
Viðar Aðalsteinsson dáleiðslufræðingur og sérfræðingur í EFT www.theta.is

HEIMILIÐ

Dýrahald



Til sölu gullfallegir Golden Retriever hvolpar. Ættbókafærðir hjá HRFÍ. Til afhendingar í september. Nánari uppl í S. 896 6640

Schafer hvolpar til sölu. Ættbókarfærðir frá HRFÍ, örmerktir og heilsufarsskoðaðir. Foreldrar myndaðir. Tilbúnir til afhendingar. s. 777 6969.

Íslenski fjárhundurinn
2 yndislegir 12 vikna hvolpar (tíkur) vantar heimili. Ættbók HRFÍ. Uppl. í síma 864 5853.

TÓMSTUNDIR & FERÐIR

Fyrir veiðimenn

Laxa- og silungamaðkar til sölu að Holtsgötu 5 í Vesturbænum. Upplýsingar í símum 857 1389 og 551 5839.

Laxa- og silungamaðkar til sölu að Holtsgötu 5 í Vesturbænum. Upplýsingar í símum 857 1389 og 551 5839.

HÚSNÆÐI

Húsnæði í boði

www.leiguherbergi.is
1-2 manna herb.Funahöfða 17a -19 Rvk og Dalshraun 13 Hfj aðganur að internet, baði. eldh., þurrkara og þvottavél. 824 4535.

Room for rent 1-2 person,. Funahöfða 17a -19 Rvk og Dalshraun 13 Hfj Internet, bath, kitch, washing room incl. Uppl/info í S. 824 4535. www.leiguherbergi.is

Falleg, björt 3ja herb efri sérh. í vbæ Kópav. Allt sér. Laus. Leigist m. smá húsbúnaði.V: 120, utan. rafm/hita. Reglus. skilyrði. S. 6963349

Herbergi í 101 Rvk. til leigu. 30þús./ mán. Aðg. að sturtu + eldh., sér wc, frítt net, engin gjöld. S. 661 5154.

Leigjendur, takið eftir!
Þið eruð skrefi á undan í leit að réttu íbúðinni með hjálp Leigulistans. Kíktu inn á www.leigulistinn.is eða hafðu samb. við okkur í s. 511 1600.

ROOM f/RENT w/FURNITURE IN 108 RVK. NEAR KRINGLA AND 109 AND 111 BREIÐHOLT 897 3611

101 Tryggvag Stúdíó 30fm Fráb útsýni yfir höfnina. Parket, laus 70þ S. 892 2934.

Húsnæði óskast

Vantar íbúð til skammtímaleigu helst með húsgögnum til 31.október 2010 , 80-200 fermetrar og á Reykjavíkursvæðinu. Vinsamlegast hafið samband í síma 865 6304, Sigurður.

Bráðvantar 3 herb íbúð í göngufæri frá HÍ. Erum tveir stúlkur utan af landi, reglusamar og skilvísar. Helga 8492423, Birna 8478423.

Systkini utan af landi leita að íbúð miðsvæðis í Reykjavík sem er laus sem fyrst. S: 867-2840

Geymsluhúsnæði

www.geymslaeitt.is
Sér geymslur frá 5 til 17 m2. Lágt verð. Opið 8-22. Búslóðir, lagerar, bókhald, iðnaðarmenn. Upphitað og vaktað. S: 564-6500

geymslur.com
Geymslur frá 3990.- kr á mán. Í Garðabæ (hjá Ikea) og Reykjavík (Fiskislóð) Upphitað, vaktað & öryggismyndavélar. S. 555 3464.

www.buslodageymsla.is
Búslóðageymsla Olivers 100 kr. á dag hvert bretti. Starfað í yfir 20 ár. S. 567 4046 & 892 0808.

Gisting

Hvidovre/København Íbúð til leigu, laus nú ef ykkur vantar gistingu eða langtímaleigu. halldora_jona@hotmail.com 0045-24609552

ATVINNA

Atvinna í boði

Villtu ganga til liðs við okkur?
Bakarameistarinn Smáratorgi, Mjóddinni, Húsgagnahöllinni, Suðurveri, Austurveri og Glæsibæ leitar eftir hressum og skemmtilegum einstaklingum til starfa. Í boði eru mismunandi vinnutími s.s 7 -15, 11 - 19 og 12 - 19. Skemmtilegur vinnustaður og góð laun í boði fyrir rétt fólk. Íslenskukunnátta skilyrði. Umsóknareyðublöð á netinu www.bakarameistarinn.is

Póst húsið

Pósthúsið ehf óskar eftir starfskrafti í útburð á næturnar,íhlaupavinnu um að ræða. Aðilinn þarf að vera með bílpróf og bíl til umráða. Áhugasamir hafa samband í s. 585 8330 eða sendið tölvupóst á dreifing@posthusid.is.

AMERICAN STYLE

American Style í Skipholti
erum með 100% starf í vaktavinnu út desember 2010 í afgreiðslu. Mjög góð íslenskukunnátta og 19 ára aldurstakmark skilyrði til þess að vinna á þessum frábæra vinnustað. Nánari upplýsingar á: http://umsokn.foodco.is Hlökkum til að heyra frá þér! Tekið skal fram að starfið hentar bæði konum sem körlum.

Óskum eftir að ráða vana lyftaramenn og menn vana löndun. Í boði eru bæði framtíðar og hlutastörf á stór Reykjavíkursvæðinu. Áhugasamir sendi umsókn á kjartan@kletturskip.is Skrifstofa : 564-6900

Vanur/traustur starfskraftur óskast á bar hér í borg, einnig er leitað að snyrtilegum dyravörðum. Uppl. S. 863 5090. Kvöld og næturv.

100% starf, frí eftir hádegi á föstudögum. Vantar fjölhæfa sjálfstæða jákvæða manneskju í vinnu við að aðstoða tannlækni í Hafnarfirði, svara í síma, þrífa og helst kunnáttu til að bóka tölvubókhald í DK. Ef einhver getur þetta allt þá vinsamlegst sendið starfsumsókn og starfsferilskrá á jaxlinn@jaxlinn.is.

Ridingguide/trainer/help for the Danish island Rømø. As fast as possible we need help with our 12o Icelandic horses. Riding, training and taking care of them, maintaining the buidlings, shooing etc. Possibility for job for your partner as we also have a hotel and camp site. Possibility for accommodation. English is it a must. Therese Thøgersen 004523458649

Max1, Bíldshöfða 5,óskar eftir að ráða bílaumsjónarmann til starfa. Max1 sérhæfir sig í hjólbarðaþjónustu, smurþjónustu, demparaþjónustu, bremsuþjónustu, rafgeymaþjónustu og annarri smáþjónustu. Æskilegt er að viðkomandi hafi reynslu eða þekkingu af sambærilegu starfi en það er þó ekki skilyrði. Gilt bílpróf er skilyrði. Við ráðningu þarf að skila inn sakavottorði og punktastöðu. Áhugasamir sæki um á www.max1.is

Vantar duglega verkamenn eða smiði. Uppmæling. Upplýsingar á www.smidaland.is

TILKYNNINGAR

Einkamál

SÍMAÞJÓNUSTUR

Stefnumót
905 2000 (símatorg)
535 9920 (kreditkort)
535 9923 (frítt karlar)
555 4321 (frítt konur)
Spjall
904 5454 (símatorg, karlar)
535 9940 (kreditkort karlar)
555 4321 (frítt, konur)
Gay spjall
535 9988 (kreditkort)
Sögur
905 2002 (símatorg)
535 9930 (kreditkort)
Spjalldömur
908 6000 (símatorg)
535 9999 (kreditkort)

Karlmaður á góðum aldri óskar eftir góðum símavini. 100%trúnaður. S. 857 4360

Til sölu

25% afsláttur af viðarolíu og viðarvörn
Meðan byrgðir endast
Ásborg vélar verkfæri
Smiðjuvegi 11• S. 5641212

Forboðnu dyrnar

BAKÞANKAR
Hólmfríður Helga Sigurðardóttir

EITT af því sem ég hafði alltaf hlakkað til að upplifa þegar að því kæmi að ég gengi með barn var þessi víðfræga óstjórnlega löngun í eitthvað óvenjulegt.

VINKONA mín þurfti að beita sig hörðu til þess að ráðast ekki á næsta steypuvegg og sleikja hann af áfergju þegar hún var ófrísk. Önnur, sem alla jafna er grænmetisæta, borðar kjötbollur í öll mál á sínum meðgöngum, jafnvel í morgunmat, og verður rasandi í skapinu ef eiginmaðurinn dirfist að bera eitthvað annað á borð. Sú þriðja fyllist svo óstjórnlegri frygð að hún verður að gæta þess vel að rekast ekki óvart í brjóst sín, til að æsa sjálfa sig ekki upp, svo maðurinn hennar fái í það minnsta frið frá ástarleikjum þangað til fer að rökkva.

ÞAÐ skal tekið fram að ég er langt gengin með mitt annað barn. Myndin sem fylgir þessum pistli ber þess reyndar ekki merki, sem skrifast á framtaksleysi í bland við andúð mína á myndavélalinsum. Lesendur með ofgnótt frítíma geta dundað sér við að teikna á mig fimm kílóa bumbu, bætt í það minnsta einu kílói á afturendann, teiknað á mig vænan barm og myndarlega bingóvöðva. Restinni af þyngdaraukningu meðgöngu minnar má svo dreifa jafnt yfir andlitið (hafið þið tekið eftir því hvað óléttar konur virðast oft vera með stóran haus?).

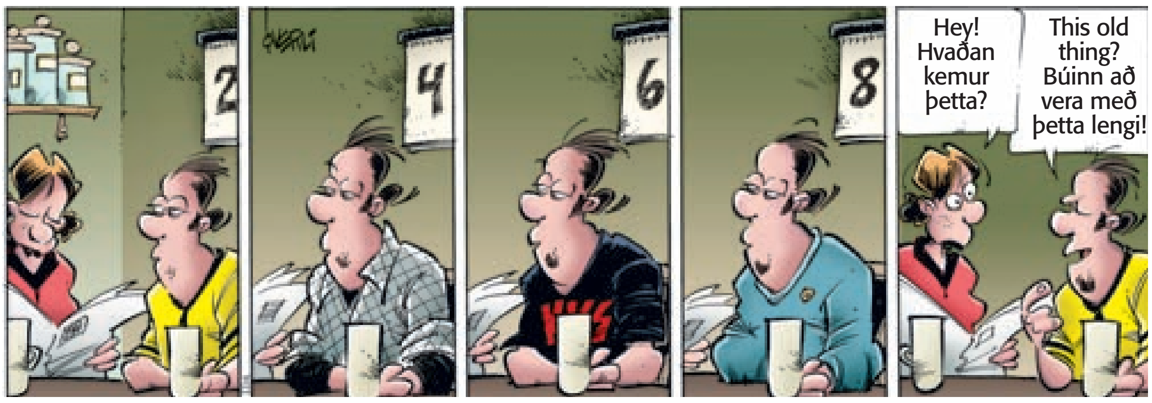
ÞETTA var útúrdúr. Aftur að geðveikislegum löngunum. Það voru sem sagt töluverð vonbrigði, þegar ég varð fyrst ófrísk, að mig langaði ekki í neitt undarlegt. Frosin vínber voru það flippaðasta sem ég gat nefnt þegar hinar bollurnar reyttu af sér meðgönguþráhyggjusögurnar, hverja annarri sjúkari.

SAMA hefur verið að segja með þessa meðgöngu. Að þessari sístækkandi vömb undanskilinni hef ég verið frekar eðlileg. Þar til ég opnaði dverggeymsluna frammi á gangi hjá mér um daginn. Mætti mér þá ilmur, svo himneskur að hann lyfti mér upp í hæstu hæðir, mig fór að dreyma dagdrauma, sá liti sem ég vissi ekki að væru til og fann framandi kenndir. Ég skellti aftur hurðinni að geymslunni, með dúndrandi hjartslátt, og vissi að ég hafði fundið forboðnu hurð minnar meðgöngu. Eitthvað sem lætur mér líða svona vel getur ekki verið hollt. Svo mikið lærði ég í fíkniefnafræðslunni í barnaskóla.

SÍÐAN leitar hugur minn stöðugt út í geymslu. Óvenjulega oft þarf ég að bregða mér þangað. Sækja mér nagla, hreinsiefni, málningardollu, spýtukubb eða sandpappír. Þetta þykir manni mínum grunsamlegt. Sjálf skrifa ég geymsluheimsóknirnar á hreiðurgerðina. Annan undarlegan og illviðráðanlegan fylgikvilla meðgöngunnar.

myndasögur

Pondus — Eftir Frode Øverli



Gelgjan — Eftir Jerry Scott & Jim Borgman

Handan við hornið — Eftir Tony Lopes

Barnalán — Eftir Jerry Scott & Rick Kirkman

> Óvissa með Hurst

Heyrst hefur að enski bakvörðurinn James Hurst sé á förum frá ÍBV. Trausti Hjaltason, framkvæmdastjóri ÍBV, segir ekkert staðfest í þeim efnum en viðurkennir þó að Hurst gæti horfið með skömmum fyrirvara kalli Portsmouth á hann. Hurst er á lánssamningi hjá ÍBV til 30. ágúst og hann mun alltaf missa af lokaspretti deildarinnar. Fari hann ekki til Englands fyrir þann tíma mun hann ekki geta spilað í heimalandinu.

sport

sport@frettabladid.is

SARA BJÖRK GUNNARSDÓTTIR OG FÉLAGAR Í BREIÐABLIK: SPILA ALGJÖRAN ÚRSLITALEIK VIÐ JUVISY ESSONNE Í DAG

Við þurfum að hlaupa af okkur rassinn

Kvennalið Breiðabliks spilar algjöran úrslitaleik í dag um sæti í 32 liða úrslitum Meistaradeildar Evrópu þegar liðið mætir franska liðinu Juvisy Essonne á Kópavogsvellinum. Bæði lið hafa unnið fyrstu tvo leiki sína í riðlinum af miklu öryggi.

„Okkur er búið að ganga vel í þessum tveimur síðustu leikjum en það er allt annar leikur á morgun (í dag) því Frakkarnir eru miklu sterkari en þetta rúmenska og eistneska lið,“ segir Sara Björk Gunnarsdóttir, sem hefur skorað þrjú mörk í leikjunum tveimur. Markatala Blika út úr fyrstu tveimur leikjunum er 15-1 en markatala FCF Juvisy Essonne er tveimur mörkum betri eða 17-1. „Við höfum verið að spila vel og hópurinn er mjög góður. Ég held að við eigum alveg jafnmikla möguleika og þær og þetta verður bara hörkuleikur. Það væri frábær árangur að komast í 32 liða úrslitin og við ætlum okkur þangað,“ segir Sara og hún segir Evrópukeppnina

hafa gefið Blikaliðinu mikið. „Við erum að smella saman í þessari Evrópukeppni og hún á örugglega eftir að hjálpa okkur líka það sem eftir er af Íslandsmótinu,“ sagði Sara. Blikastúlkur hafa hins vegar eytt miklum tíma saman alveg eins og þær væru staddar saman erlendis. „Við vorum á æfingu í morgun klukkan ellefu og fórum síðan í hádegismat upp í Smára. Svo hittumst við í kvöld í félagslegu verkefni og borðum síðan kvöldmat á eftir. Við höldum hópinn nánast allan daginn,“ segir Sara og bætir við:

„Það er búið að vera mikið álag á leikmönnum. Frakkarnir verða kannski aðeins þreyttari en við þurfum að hlaupa af okkur rassinn. Við erum búnar að taka kæliböð og pottinn og hugsa mjög vel um að ná góðri endurheimt og borða vel. Það skiptir miklu máli þegar það er spilað svona þétt,“ segir Sara og hún sjálf segist vera í góðu standi þrátt fyrir mikil hlaup í síðustu tveimur leikjum. Leikur Breiðabliks og Juvisy Essonne hefst klukkan 16.00 í dag.

SJÓÐHEITUR Danien Justin Warlem hefur reynst ÍBV drjúgur í síðustu leikjum. Liðsfélagar hans, sem í fyrstu töluðu ekki við hann, fagna honum hér eftir að hann skoraði gegn Haukum. MYND/ÓMAR GARÐARSSON

Strákarnir töluðu ekki við mig

Suður-Afríkumaðurinn Danien Justin Warlem er kominn í gang með ÍBV eftir afar erfiða byrjun. Hann er maður 15. umferðar hjá Fréttablaðinu.

FÓTBOLTI Þegar Danien Justin Warlem byrjaði að æfa með ÍBV fyrir tímabilið höfðu ekki margir trú á þessum strák. Þar á meðal liðsfélagar hans. Honum gekk svo illa að aðlagast boltanum á Íslandi að hann komst ekki í leikmannahóp félagsins framan af móti.

Hann hefur fengið langþráð tækifæri í síðustu leikjum og það tækifæri hefur hann nýtt til fullnustu með fjórum mörkum í fimm leikjum. Hann skoraði eina mark leiksins gegn Fram, jafnaði gegn Val og ÍBV vann síðan þann leik og kom svo af bekknum gegn Haukum og kláraði þann leik með tveimur mörkum.

Warlem skoraði mikið í næstefstu deildinni í Suður-Afríku og varð markahæsti leikmaður deildarinnar þó svo hann hefði verið í liði sem féll úr deildinni. Það var því vitað að hann gæti skorað þó svo hann sýndi lítið á æfingum framan af.

„Ég var farinn að íhuga að fá að fara frá félaginu. Mér gekk illa að aðlagast veðrinu og svo sest sólin aldrei. Það var margt sem ég þurfti að takast á við og gekk það misvel. Smám saman kom þetta hjá mér og strákarnir í liðinu fóru að tala við mig.

Þeir töluðu ekki við mig áður og skildu ekkert hvað ég væri að gera hérna fyrst ég væri ekki að spila. Héldu örugglega að ég væri að drepa tímann. Eftir að það kom þá fór mér að líða betur og mér finnst ég vera hluti af hópnum núna,“ sagði Warlem.

Framherjinn kemur frá Höfðaborg og viðbrigðin að koma til Eyja voru því afar mikil.

„Þar gera fáir sömu hlutina en hér gera allir allt á sama tíma. Borða sama matinn og á sama tíma. Það hefur vanist en erfiðasti hlutinn er að það er nákvæmlega ekkert að gera hérna í Eyjum. Við bíðum eftir æfingu allan daginn en það er hápunktur hvers dags. Drjúgur hluti dagsins fer því í að hanga uppi í rúmi og við erum margoft búnir að horfa á sömu myndirnar,“ sagði Warlem en hann býr í einbýlishúsi ásamt félögum sínum í liðinu, þeim James Hurst og Rasmus Christiansen. „Dagarnir geta því verið mjög langir.“

Warlem segir að fjölskylda hans hafi stutt hann er hann ákvað að fara til Íslands og segir að foreldrar sínir séu stoltir af honum.

„Þau vildu að ég kæmist úr landi því það er mikil spilling í boltanum heima og þar ráða svörtu leikmennirnir ferðinni. Það er erfitt að komast langt þar sem svarta fólkið ræður öllu í boltanum heima. Þau gleðjast því með mér og ég sé ekki eftir því að hafa verið áfram í Eyjum þó svo fyrstu tveir mánuðirnir hafi verið erfiðir.“ henry@frettabladid.is

Lið umferðarinnar

- Ingvar Þór Kale, Breiðablik
- Valur F. Gíslason, Fylkir
- Ólafur Örn Bjarnason, Grindavík
- Elfar Freyr Helgason, Breiðablik
- Halldór Orri Björnsson, Stjarnan
- Jökull Elísabetarson, Breiðablik
- Matthías Vilhjálmsson, FH
- Óskar Örn Hauksson, KR
- Scott Ramsay, Grindavík
- Ellert Hreinsson, Stjarnan
- Danien Justin Warlem, ÍBV

Íslendingaslagur í úrslitum sænsku bikarkeppninnar:

Edda og Ólína í úrslit

FÓTBOLTI Það verður Íslendingaslagur í úrslitum sænsku bikarkeppninnar í ár en Örebro, lið Eddu Garðarsdóttur og Ólínu Guðbjargar Viðarsdóttur, tryggði sér í kvöld sæti í úrslitaleiknum með 2-1 sigri á Linköping eftir framlengingu.

Örebro mætir Djurgarden í úrslitum en í marki þess liðs stendur Guðbjörg Gunnarsdóttir.

Örebro náði forystunni í leiknum með marki Sanna Talonen á 38. mínútu en Edda lagði upp markið fyrir hana.

Louise Fors jafnaði leikinn fyrir Linköping á 56. mínútu og meira var ekki skorað í venjulegum leiktíma.

Marie Hammarström tryggði Örebro svo sigurinn þegar aðeins tvær mínútur voru eftir af framlengingunni.

STERK Edda lagði upp mark fyrir Örebro í gær. MYND/OSSI AHOLA

Þær Edda og Ólína munu því spila sinn fimmta bikarúrslitaleik á aðeins sex árum.

Þær spiluðu með Blikum 2005 og unnu, fóru með KR í úrslit 2006, 2007 og 2008 og unnu árin 2007 og 2008. - hbg / óój

TIL FRAKKLANDS Sigrún Ámundadóttir í leik með Hamri. FRÉTTABLAÐIÐ/DANÍEL

Sigrún Sjöfn Ámundadóttir:

Til Frakklands

KÖRFUBOLTI Landsliðskonan Sigrún Ámundadóttir hefur gert samning við franska liðið Olympique Sannois Saint-Gratien og mun spila í frönsku NF2-deildinni í vetur.

Sigrún er 21 árs og spilaði með Hamri á síðustu leiktíð þar sem hún var með 11,9 stig og 8,2 fráköst að meðaltali í leik. Hún hefur einnig spilað með KR og Haukum en hún er frá Borgarnesi. - óój

TAX FREE FRAMKVÆ

Komdu og fáðu tilboð í verkið hjá okkur að upphæð 300 þúsund eða meira, og þú færð TAX FREE af öllum vörum, allt frá eldavél til þakefnis!

*Tax free tilboð gilda ekki af pallaefni og sérpöntunum.

HÚSASMIÐJAN

Þú færð vöruna í verkið Tax free í Húsasmiðjunni.

FRAMKVÆMDALÁN

Landsbanki Íslands · Arion banki · Íslandsbanki · Íbúðalánasjóður

Ef þú þarft fjármögnun þá færð þú hagstæð framkvæmdalán hjá bankanum þínum.

ALLIR VINNA

ALLIRVINNA.IS

Þú færð 100% endurgreiðslu virðisaukaskatts af allri vinnu fagmanna auk skattaívilnunar allt að 300 þús.

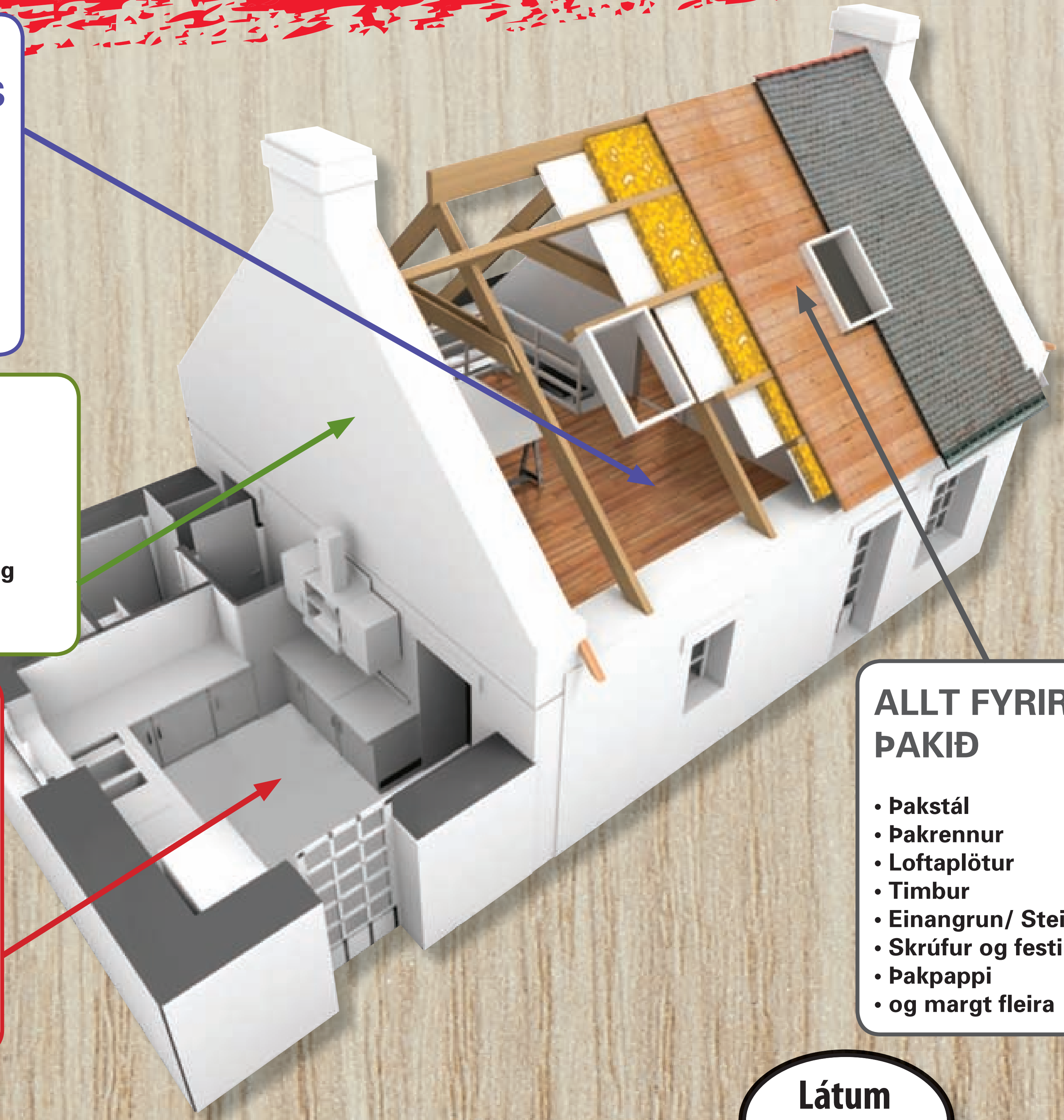
Timburmiðstöð Grafarholti: opið til 18:00 alla daga
Verslun Skútuvogi: opið til 21:00 alla daga
Gildir til 31.ágúst

Allar upplýsingar eru birtar með fyrirvara um prentvillur og myndavíxl.
Að sjálfsögðu greiðir Húsasmiðjan virðisaukaskatt til ríkissjóðs. Taxfree tilboð jafngildir 20.32% verðlækkun og er alfarið á kostnað Húsasmiðjunnar

MDATILBOÐ

ALLAR VÖRUR TAX FREE*

VÖRUR AÐ EIGIN VALI AÐ UPPHÆÐ 300 ÞÚSUND EÐA MEIRA



ALLT INNANHÚSS

- Parket
- Flísar
- Ljós
- Hreinlætistæki
- Miðstöðvarofnar
- Blöndunartæki
- og margt fleira

ALLT UTANHÚSS

- Málning
- Múrefni
- Utanhússklæðning
- Útiljós
- og margt fleira

ALLT FYRIR HEIMILIÐ

- Eldavélar
- Þvottavélar
- Uppþvottavélar
- Ofnar
- Búsáhöld
- Borðbúnaður
- Ljós
- og margt fleira

ALLT FYRIR ÞAKIÐ

- Þakstál
- Þakrennur
- Loftaplötur
- Timbur
- Einangrun/ Steinull
- Skrúfur og festingar
- Þakpappi
- og margt fleira

Látum verkin tala!

HÚSASMIÐJAN

*Tax free tilboð gilda ekki af pallaefni og sérpöntunum.

Sakar Campbell um lygar

ÓMYRK Í MÁLI Leikkonan Mia Farrow segir að Naomi Campbell hafi vitað hver gaf henni demantinn. FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY

OFURFYRIRSÆTAN Tók á móti blóðdemöntum frá stríðsherra.

Leikkonan Mia Farrow sakaði Naomi Campbell um að segja ekki rétt frá þegar Farrow bar vitni fyrir stríðsdómstólnum í Haag í gær. Farrow vill meina að Campbell hafi vitað að demantarnir, sem hún tók við eftir velgjörðarkvöldverð, væru frá Charles Taylor og að fyrirsætan hafi átt í innilegum samtölum við hann um kvöldið.

Farrow bar vitni í málinu gegn Charles Taylor, en hann er sakaður um að bera höfuðábyrgð á stríðinu í Síerra Leóne á árunum 1997-2001. Farrow vill meina að þetta hafi verið einn stór demantur sem Campbell hafi sýnt sér morguninn eftir og að fyrirsætan hafi ætlað að gefa demantinn til góðgerðarmála.

Þessi frásögn Farrow stangast á við vitnisburð Campbell. Í honum segist Campbell hafa tekið við poka með litlum skítugum demöntum án þess að vita frá hverjum þeir voru. Fjölmiðlar vestanhafs segja að Farrow hafi verið alvörugefin og hörð á sínu þegar hún bar vitni. Það var leikkonan sem sagði ákærendum í málinu frá tengingu Campbell við stríðsherrann.

Charles Taylor er sakaður um að hafa fjármagnað stríðsreksturinn með sölu á blóðdemöntum og þessi gjöf hans til ofurfyrirsætunnar talin tengja hann við demantana.

ILMUR KRISTJÁNSDÓTTIR Ilmur fer með aðalhlutverkið í leikritinu Fólkið í kjallaranum í leikstjórn Kristínar Eysteinsdóttur. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON

Fólkið í kjallaranum á fjalirnar í haust

Leikritið Fólkið í kjallaranum, sem er byggt á vinsælli skáldsögu Auðar Jónsdóttur, verður frumsýnt í Borgarleikhúsinu í byrjun október.

„Ég er einn af þeim sem hreifst af bókinni eins og svo margir aðrir," segir Magnús Geir Þórðarson leikhússtjóri, sem hlakkar til að sjá sýninguna. „Þetta er frábær leikgerð og með svona sterkum leikhópi getur maður ekki annað en iðað í skinninu yfir að sjá þetta fara á svið."

Aðalsöguhetja verksins, Klara, verður leikin af Ilmi Kristjánsdóttur. Með önnur hlutverk fara Guðjón Davíð Karlsson, Jóhann Sigurðsson, Sigrún Edda Björnsdóttir, Þröstur Leó Gunnarsson, Elma Lísa Gunnarsdóttir, Hallgrímur Ólafsson, Birgitta Birgisdóttir og Kristín Þóra Haraldsdóttir. Leikstjóri verður Kristín Eysteinsdóttir og leikgerðina annast Ólafur Egill Egilsson.

Bókin Fólkið í kjallaranum kom út árið 2004. Hún hlaut Íslensku bókmenntaverðlaunin og var tilnefnd til Bókmenntaverðlauna Norðurlandaráðs. Bókin hefur selst í um þrettán þúsund eintökum hérlendis og verið þýdd á fjölda tungumála. Fólkið í kjallaranum fjallar um kvöldstund í lífi ungs pars sem býr í Hlíðunum. Þetta er ljúfsár saga en um leið uppgjör við '68 kynslóðina og venjubundnar hugmyndir um lífið og tilveruna.

Nýtt leikár Borgarleikhússins verður kynnt í lok ágúst og bíða margir spenntir eftir komandi vetri. „Þetta verður fjölbreytt og kraftmikið en á sömu línu og verið hefur. Það ættu allir að finna eitthvað við sitt hæfi," segir Magnús Geir. **- fb**

Barn númer sjö á leiðinni

Eilífðarrokkarinn Rod Stewart og eiginkona hans, Penny Lancaster, eiga von á öðru barni sínu. Stewart hefur verið iðinn við kolann og á fyrir sex börn á aldrinum 30 og niður í fjögurra ára.

„Penny og Rod voru að fagna þriðja brúðkaupsafmælinu í júní þegar þau komust að því að hún er barnshafandi," segir í yfirlýsingu frá hjónunum, sem upplýstu í fyrra að þau væru að reyna að eignast annað barn.

WYCLEF Pras styður ekki við bakið á fyrrverandi félaga sínum í Fugees.

Hefur ekki trú á Wyclef

Pras, fyrrverandi félagi Wyclefs Jean í hljómsveitinni Fugees, segir að Wyclef sé ekki hæfur til að verða næsti forseti Haítí. Kosningar verða haldnar 28. nóvember og hefur Pras ákveðið að styðja við bakið á öðrum frambjóðanda, Michel Martelly. „Ég vil taka það fram að mér þykir vænt um Wyclef en hann er ekki hæfur til að stjórna hinni nýju Haítí. Föðurlandsást Wyclefs er óumdeild en hann passar samt ekki sem næsti forseti," sagði Pras. Wyclef ætlar sér sigur í kosningunum: „Ég kem frá Haítí og allt mitt líf hef ég sungið um þær breytingar sem ég vil að verði gerðar í landinu."

NÝTT Í BÍÓ!

SMÁRABÍÓ
SÍMI 564 0000

LJÓTI ANDARUNGINN OG ÉG	kl. 4 - 6 (650 kr.)	L
KARATE KID	kl. 5.10 - 8 - 10.50	L
KARATE KID LÚXUS	kl. 5.10 - 8 - 10.50	L
PREDATORS	kl. 8 - 10.20	16
SHREK 4 3D 3D ÍSL TAL	kl. 3.30 - 5.45	L
SHREK 4 2D ÍSL TAL	kl. 3.30	L
KNIGHT AND DAY	kl. 8 - 10.30	12
GROWN UPS	kl. 5.40 - 10.20	L

facebook.com/smarabio

HÁSKÓLABÍÓ
SÍMI 530 1919

LJÓTI ANDARUNGINN OG ÉG	kl. 6 (650 kr.)	L
THE KARATE KID	kl. 6.30 - 8 - 9.30	L
BABIES	kl. 6 - 8	L
PREDATORS	kl. 10	16
KILLERS	kl. 5.45 - 8 - 10.15	12

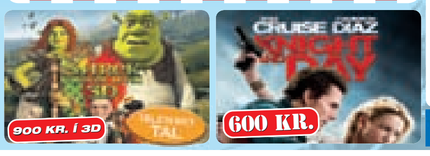
BORGARBÍÓ
SÍMI 462 3500

LJÓTI ANDARUNGINN OG ÉG	kl. 5.30 (650 kr.)	L
THE KARATE KID	kl. 5.30 - 8 - 10.30	L
PREDATORS	kl. 10	16
KNIGHT AND DAY	kl. 8	12

ATH: Tilboðin gilda ekki í Borgarbíói

NÝTT Í BÍÓ
LAUGARÁSBÍÓ Sími: 553 2075 - bara lúxus

TILBOÐ í bíó. Gildir á allar sýningar dagsins.



LAUGARÁSBÍÓ SÝNINGARTÍMAR

22 BULLETS	5.45, 8 og 10.15	16
LJÓTI ANDARUNGINN OG ÉG	4 - ISLENSKT TAL	L
THE KARATE KID	5 og 8	L
SHREK 4 SÆLL ALLA DAGA 3D	4 og 6 - ÍSLENSKT TAL	L
KNIGHT AND DAY	8 og 10.15	12

SAMBÍÓIN

SAMBÍÓIN ÁLFABAKKA

SORCERER´S APPRENTICE	kl. 1- 3:20 -5:40 -8 -10:20	7
THE SORCERER´S APPRENTICE	kl. 8 - 10:20	VIP
INCEPTION	kl. 4 - 7 - 8 - 10 - 11	12
INCEPTION	kl. 2 - 5	VIP
SHREK 3D M/ ísl. Tali	kl. 1:30 - 3:40 - 5:50	L
SHREK ísl. Tali	kl. 1:30 - 3:40 - 5:50	L
SHREK FOREVER AFTER M/ ensku Tali	kl. 10:50	L
LEIKFANGASAGA 3 ísl. Tali	kl. 1:30 - 1:50 - 3:40 -5:50	L
SEX AND THE CITY 2	kl. 8	12

SAMBÍÓIN SELFOSSI

THE SORCERER´S APPRENTICE	kl. 8 - 10:20	7
PREDATORS	kl. 8 - 10:20	16
SHREK SÆLL ALLA DAGA M/ ísl. Tali	kl. 5:50	
LEIKFANGASAGA 3 M/ ísl. Tali	kl. 5:50	

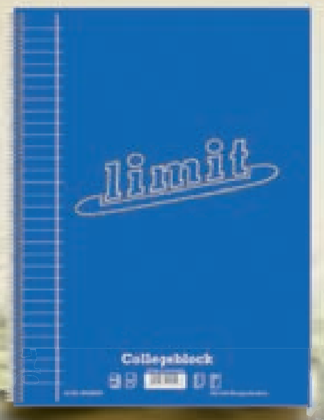
SAMBÍÓIN KRINGLUNNI

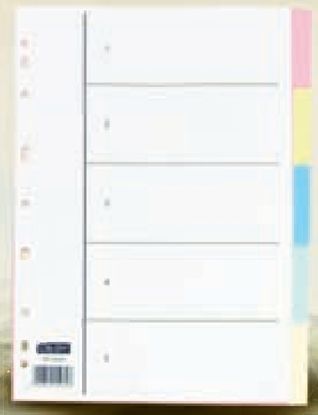
SORCERER´S APPRENTICE	3:20 - 5:40 -8 -10:30	7
INCEPTION	kl. 8 - 10:20 - 11	12
SHREK SÆLL ALLA DAGA 3D M/ ísl. Tali	kl. 3:40	L
SHREK FOREVER AFTER 3D M/ ensku Tali	kl. 5:50	L
LEIKFANGASAGA 3 3D M/ ísl. Tali	kl. 3:20	L
TOY STORY 3 M/ ensku Tali	kl. 5:40	L
TWILIGHT SAGA : ECLIPSE	kl. 8	12

SAMBÍÓIN AKUREYRI

THE SORCERER'S APPRENTICE	kl. 8 - 10:20	7
SHREK SÆLL ALLA DAGA 3D ísl tal	kl. 6	L
LEIKFANGASAGA 3 ísl tal	kl. 6	L
INCEPTION	kl. 8 - 11	12

ÞRIÐJUDAGSBÍÓ Í DAG KR. 650*
*GILDIR EKKI Í VIP, Á ÍSLENSKAR MYNDIR, Á MYNDIR Í 3D OG BEINAR ÚTSENDINGAR





VINNUBÓK
Limit, 5 stk. í pakka, A4, 80 línublöð
Ótrúlegt verð: **990 kr.**
Verð áður: 1.490

MILLISPJÖLD
5 lita pappi
Ótrúlegt verð: **139 kr.**
Verð áður: 199 kr.

TEYGJUMAPPA
A4 pappi
Ótrúlegt verð: **198 kr.**
Verð áður: 379 kr.

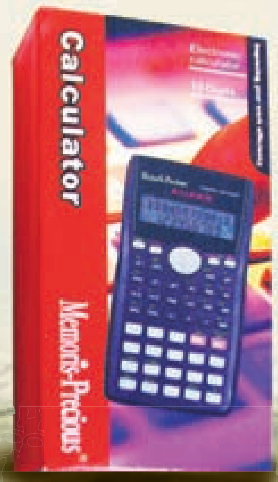
ÓTRÚLEGT!

Komdu í Eymundsson og sjáðu ótrúlegt verð og úrval af skólavörum.

TÚSSLITIR
6 Litir
Ótrúlegt verð: **98 kr.**
Verð áður: 220 kr.

HLIÐARTÖSKUR
Fyrir skólann frá Eastpak
Ótrúlegt verð: **3.995 kr.**
Verð áður: 9.995

PENNAVESKI
Fyllt, 4 tegundir
Ótrúlegt verð: **1.995 kr.**
Verð áður: 2.495



VASAREIKNIR
Yngstu kynslóðarinnar
Ótrúlegt verð: **480 kr.**
Verð áður: 665 kr.

VASAREIKNIR
Grunnskólar & framhaldsskólar
Ótrúlegt verð: **1.990 kr.**
Verð áður: 2.490 kr.

BAKPOKAR
Fyrir skólann frá Eastpak
Ótrúlegt verð: **4.995 kr.**
Verð áður: 9.995

JÓNSSON & LE'MACKS · JL.is

Gildir til og með 12.08.10 – meðan birgðir endast.

Eymundsson.is

Eymundsson
Bóksali frá 1872

> **Eddie Murphy**

„Málið með börn er að þau sýna tilfinningar sínar. Þau halda ekki aftur af sér. Ef þau langar til þess að gráta, þá gráta þau, og ef þau er í góðu skapi, þá eru þau í góðu skapi.“

Eddie Murphy fer með aðalhlutverk í klassíkinni Beverly Hills Cop á Stöð 2 Bíó í kvöld kl. 20.00.

dagskrá

VIÐ TÆKIÐ ROALD VIÐAR EYVINDSSON KVARTAR EKKI Á VEITINGASTÖÐUM

Þjónn, það er fluga í súpunni minni

Við vinirnir ákváðum að gera okkur dagamun fyrir skemmstu með því að fara út að borða á eitt af fínni veitingahúsum borgarinnar. Gott orðspor og tilboð á spennandi matseðli varð til þess að þessi tiltekni staður varð fyrir valinu og við vinirnir urðum því heldur betur fyrir vonbrigðum þegar þjónustan reyndist ekki vera upp á marga fiska og maturinn í meðallagi góður þegar hann var loks borinn fram.

Sumir í hópnum fóru ekki dult með hneykslun sína og þótt ég deildi heilshugar þeirri skoðun gætti ég þess að hafa ekki hátt um það, eftir að hafa horft á sjónvarpsþátt þar sem skyggnst var á bak við tjöldin í eldhúsum erlendra veitingastaða.

Þar kom nefnilega fram að kvörtunum á veitingahúsum er ekki alltaf vel tekið, eins og þegar síðhærður kokkur sást á upptöku úr eftirlitsmyndavél hefna sín á leiðinlegum kúnnum með því að dýfa taglinu á sér ofan í súpu sem þeir höfðu pantað. Eða þegar barþjónn, sem var orðinn mátulega pirraður á frekum viðskiptavinum, renndi niður buxnaklaufinni svo lítið bar á, dró vininn út og notaði til að hræra sem snöggvast í bjórglösunum áður en hann afgreiddi dónana.

Nú er ég ekki að halda því fram að langlundargeð og rætni starfsfólks íslenskra veitingastaða sé slíkt að það geti gripið til hefndaraðgerða af þessu tagi. Því fer fjarri. Hins vegar vil ég ráða lesendum það heilt að gæta alltaf sanngirni ætli þeir á annað borð að kvarta. Annars eru líkur á að rottuhalinn eða flugan hafi ekki ratað fyrir slysni í frönsku lauksúpuna.

ÞRIÐJUDAGUR

▶ **20.00** Beverly Hills Cop STÖÐ 2 BÍÓ

▶ **20.10** Að duga eða drepast SJÓNVARPIÐ

▶ **20.15** Ally McBeal STÖÐ 2 EXTRA

▶ **21.00** Eureka SKJÁR EINN

▶ **21.20** White Collar STÖÐ 2

SJÓNVARPIÐ

16.00 Landið í lifandi myndum - Snjóvorið langa 2 (5:5)
16.45 Friðlýst svæði og náttúruminjar - Hofgarðstjörn á Snæfellsnesi (9:24)
17.00 Íslenski boltinn (e)
17.50 Táknmálsfréttir
18.00 Múmínálfarnir
18.30 Jimmy Tvískór (17:26)
19.00 Fréttir
19.30 Veðurfréttir
19.35 Kastljós
▶**20.10 Að duga eða drepast** (13:20) (Make It or Break It) Bandarísk þáttaröð um ungar fimleikadömur sem dreymir um að komast í fremstu röð og keppa á Ólympíuleikum.
20.55 Ljósmæðurnar (3:8) (Barnmorskorna) Sænsk þáttaröð um erilsamt starf ljósmæðra á Karolinska háskólasjúkrahúsinu í Huddinge.
21.25 Doktor Ása (3:8) (Dr. Åsa) Sænsk þáttaröð um heilsu og heilbrigðan lífsstíl.
22.00 Tíufréttir
22.10 Veðurfréttir
22.20 Miðnæturmaðurinn (2:3) (Midnight Man) Breskur myndaflokkur í þremur þáttum um blaðamanninn Max Raban sem kemst á snoðir um svikamyllu. Atriði í þáttunum eru ekki við hæfi ungra barna.
23.10 Popppunktur (Bjartmar og bergrisarnir - Lights on the Highway) (e)
00.10 Kastljós (e)
00.45 Fréttir (e)
00.55 Dagskrárlok

BÍÓ

08.00 Journey to the Center of the Earth
10.00 White Men Can't Jump
12.00 High School Musical 3: Senior Year
14.00 Journey to the Center of the Earth
16.00 White Men Can't Jump
18.00 High School Musical 3: Senior Year
▶**20.00 Beverly Hills Cop**
22.00 The River King
00.00 The Kite Runner
02.05 Fracture
04.00 The River King
06.00 Elizabeth: The Golden Age

STÖÐ 2

07.00 Barnatími Stöðvar 2 Strumparnir, Bratz
08.15 Oprah
08.55 Í fínu formi
09.10 Bold and the Beautiful
09.30 The Doctors
10.15 Matarást með Rikku (2:10)
10.55 Wipeout USA
11.45 Tískulöggurnar
12.35 Nágrannar
13.00 Frasier (2:24)
13.30 Hoodwinked
15.00 Sjáðu
15.30 Barnatími Stöðvar 2 Ben 10, Háheimar, Strumparnir
17.08 Bold and the Beautiful
17.33 Nágrannar
17.58 The Simpsons (10:21)
18.23 Veður Markaðurinn.
18.30 Fréttir Stöðvar 2
18.47 Íþróttir
18.54 Ísland í dag
19.06 Veður
19.15 Two and a Half Men (14:24)
19.40 How I Met Your Mother (12:22)
20.05 The Middle (1:24) Nýir gamanþættir í anda Malcholm in the Middle.
20.30 The New Adventures of Old Christine (4:22) Fjórða þáttaröðin um Christine sem er fráskilin og einstæð móðir sem lætur samviskusemi og óþrjótandi umhyggju í garð sinna nánustu koma sér í eilíf vandræði.
20.55 Cougar Town (9:24) Gamanþáttur í anda Sex and the City með Courtney Cox.
▶**21.20 White Collar** Spennu- og gamanþáttur um sjarmörinn og svikahrappinn Neil Caffrey.
22.05 Gavin and Stacy (4:7)
22.35 Daily Show: Global Edition
23.00 Gossip Girl (19:22)
23.45 Mercy (15:22)
00.30 The Big White Gráglettin spennumynd með Robin Williams og Holly Hunter.
02.10 Cathouse Djarfur heimildarþáttur frá HBO. Þátturinn er stranglega bannaður börnum og ekki fyrir viðkvæma.
02.40 Three Extremes
04.40 The Middle (1:24)
05.05 Cougar Town (9:24)
05.30 Fréttir og Ísland í dag (e)

SPORT *besta sætið*

17.35 Augusta Masters Official Film Þáttur um Masters mótið í golfi árið 2006 þar sem Phil Mickelson bar sigur úr býtum. Var það í annað skiptið á þremur árum sem hann klæddist græna jakkanum.
18.30 Rey Cup Sýnt frá Rey Cup mótinu en mótið er alþjóðlegt og öttu kappi framtíðar knattspyrnumenn og konur á íþróttasvæði Þróttar í Laugardal.
19.25 Einvígið á Nesinu Sýnt frá Einvíginu á Nesinu í þessum frábæra þætti. Flestir af bestu kylfingum landsins í karla og kvennaflokki öttu kappi á þessu skemmtilega móti.
20.15 Enski deildabikarinn. Aston Villa - Man. Utd. Útsending frá leik Aston Villa og Man. Utd í úrslitum enska deildabikarsins.
22.00 Turning Stone Resort Championship Skyggnst á bak við tjöldin í PGA mótaröðinni í golfi.
22.55 London 2 Sýnt frá evrópsku mótaröðinni í póker en að þessu sinni fer mótið fram í London en til leiks mæta margir af snjöllustu pókerspilurum heims.
23.45 Poker After Dark Margir af snjöllustu pókerspilurum heims mæta til leiks í Texas Holdem.

SPORT 2 *enski boltinn*

17.10 Premier League World 2010/11 Áhugaverður þáttur þar sem enska úrvalsdeildin er skoðuð frá hinum ýmsu óvæntu og skemmtilegum hliðum.
17.40 Chelsea - Man. Utd. Útsending frá leik Chelsea og Man. Utd í baráttunni um Góðgerðarskjöldinn.
19.30 Football Legends - Pep Guardiola Magnaðir þættir um fremstu knattspyrnumenn sögunnar en að þessu sinni verður fjallað um nuverandi þjalfara Barcelona, Pep Guardiola
20.00 Ensku mörkin 2010/11 Sýnt frá öllum leikjunum í ensku úrvalsdeildinni. Öll mörkin, allir leikirnir og öll helstu tilþrifin krufin til mergjar.
20.30 Aston Villa - Burnley Útsending frá leik Aston Villa og Burnley í ensku úrvalsdeildinni.
22.15 Everton - Hull Útsending frá leik Everton og Hull í ensku úrvalsdeildinni.

SKJÁREINN

06.00 Pepsi MAX tónlist
08.00 Rachael Ray (e)
08.45 Dynasty (8:30) (e)
09.30 Pepsi MAX tónlist
17.05 Dynasty (9:30)
17.50 Rachael Ray
18.35 Girlfriends (19:22) (e)
18.55 H2O (24:26) Skemmtileg unglingaþáttaröð um þrjár sextán ára stelpur sem hugsa um fátt annað en föt, ströndina og stráka. En dag einn festast þær í dularfullum helli og líf þeirra breytist að eilífu.
19.20 America's Funniest Home Videos (11:46) (e)
19.45 King of Queens (2:13)
20.10 Survivor (12:16) Bandarísk raunveruleikasería þar sem venjulegt fólk þarf að þrauka í óblíðri náttúru og keppa innbyrðis þar til aðeins einn stendur eftir sem sigurvegari.
▶**21.00 Eureka** (13:18) Bandarísk þáttaröð sem gerist í litlum bæ þar sem helstu snillingum heims verið safnað saman og allt getur gerst. Carter kemst að því að unglingarnir í Eureka ganga í svefni og byggja undarlega hluti.
21.50 In Plain Sight (8:15) Sakamálasería um hörkukvendi sem vinnur fyrir bandaríska vitnaverndina.
22.35 Jay Leno Spjallþáttur á léttum nótum þar sem háðfuglinn Jay Leno fær til sín góða gesti og slær á létta strengi.
23.20 CSI New York (1:23) (e) Bandarísk sakamálasería um Mac Taylor og félaga hans í rannsóknardeild lögreglunnar í New York.
00.10 Leverage (1:13) (e)
00.55 King of Queens (2:13) (e)
01.20 Pepsi MAX tónlist

ÍNN

20.00 Hrafnaþing Guðmundur Kristjánsson útgerðarmaður í Brimi
21.00 Græðlingur Gurrý skoðar lífræna ræktun
21.30 Mannamál Sigmundur Ernir ekki sáttur við allt

OMEGA

Dagskrá allan sólarhringinn.

THE MIDDLE

FRÁBÆRIR GAMANÞÆTTIR Í ANDA MALCOLM IN THE MIDDLE

FYRSTI ÞÁTTUR HEFST Í KVÖLD KL. 20:05

skemmtilegri

VILDARÁSKRIFT AÐ STÖÐ 2 INNIHELDUR: AUK STIGVAXANDI AFSLÁTTAR. 512 5100 | STOD2.IS | VERSLANIR VODAFONE | VERSLANIR OG ÞJÓNUSTUVER SÍMANS 800 7000

Í KVÖLD

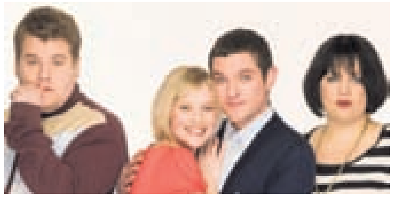
STÖÐ 2 KL. 20.05

The Middle
Nýir gamanþættir í anda Malcolm in the Middle. Þeir fjalla um dæmigerða vísitölufjölskyldu þar sem allt lendir á ofurhúsmóðurinni, sem leikin er af Patriciu Heaton úr Everybody Loves Raymond. Ekki nóg með það heldur er húsmóðirin líka bílasali og það frekar lélegur því hún hefur engan tíma til að sinna starfinu.

▶ VIÐ MÆLUM MEÐ

Gavin and Stacey
Stöð 2 kl. 22,05

Önnur þáttaröðin af þessari bresku gamanþáttaröð og sem áður er rómantíkin allsráðandi. Í fyrstu þáttaröðinni kynntumst við þeim Gavin og Stacey, sem ákváðu að gifta sig eftir að hafa verið saman í mjög stuttan tíma. Nú eru hveitibrauðsdagarnir senn á enda og alvaran tekin við.



RÁS 1 FM 92,4/93,5

06.39 Morgunútvarp hefst
06.50 Bæn
07.03 Vítt og breitt
07.30 Fréttayfirlit
08.00 Morgunfréttir
08.05 Morgunstund með KK
08.30 Fréttayfirlit
09.05 Okkar á milli
09.45 Morgunleikfimi
10.13 Tónlist fólksins
11.03 Samfélagið í nærmynd
12.00 Hádegisútvarpið
12.20 Hádegisfréttir
12.50 Dánarfregnir og auglýsingar
13.00 Flakk
14.03 Tónar að nóni
15.03 Útvarpssagan: Eldfórnin
15.25 Þriðjudagsdjass
16.00 Síðdegisfréttir
16.05 Á sumarvegi
17.03 Víðsjá
18.00 Kvöldfréttir
18.20 Auglýsingar
18.22 Syrpan
18.50 Veðurfregnir
18.53 Dánarfregnir
19.00 Stefnumót
20.00 Leynifélagið
20.30 Í heyranda hljóði
21.27 Kvöldsagan: Gatsby hinn mikli
22.10 Orð kvöldsins
22.20 Fimm fjórðu
23.10 Sumar raddir
00.05 Næturtónar

FM 88,5 XA-Radíó
FM 90,1 Rás 2
FM 90,9 Gullbylgjan
FM 91,9 Kaninn
FM 93,5 Rás 1
FM 95,7 FM957
FM 96,3 FM Suðurland
FM 96,7 Létt Bylgjan
FM 97,7 X-ið
FM 98,9 Bylgjan
FM 99,4 Útvarp Saga
FM 102,2 Útvarp Latibær
FM 102,9 Lindin
FM 105,5 Útvarp Boðun

2 EXTRA

19.30 The Doctors Spjallþættir framleiddir af Opruh Winfrey þar sem fjórir framúrskarandi læknar - sérfræðingar á fjórum ólíkum sviðum - veita aðgengilegar og gagnlegar upplýsingar um þau heilsufarsmál sem hvað helst brenna á okkur.

▶**20.15 Ally McBeal** (19:22) Sígildir gamanþættir um lögfræðinginn Ally McBeal og samstarfsfólk hennar en einkalíf þeirra og ástarmál eru drepfyndin og oft á tíðum stórfurðuleg.

21.00 Fréttir Stöðvar 2

21.25 Ísland í dag

21.45 So You Think You Can Dance (14:23) Úrslitaslagurinn heldur áfram og aðeins 7 bestu dansararnir eru eftir í keppninni. Keppendur þurfa því að leggja enn harðar af sér til að eiga möguleika á að halda áfram.

23.10 So You Think You Can Dance (15:23) Nú kemur í ljós hvaða keppendur halda áfram og eiga áfram von um að sigra þessa stærstu danskeppni Bandaríkjanna.

23.55 Torchwood (6:13) Ævintýralegur spennuþáttur í anda Men in Black og X-Files um sérsveit sem tekur að sér mál sem eru svo undarleg að ómögulegt er fyrir óbreytta laganna verði að upplýsa. Liðsmenn sveitarinnar eru gæddir sérstökum hæfileikum sem nýtast þeim vel í baráttu við ill öfl sem vilja mannkyninu mein.

00.45 Ally McBeal (19:22)

01.30 The Doctors

02.15 Sjáðu Ásgeir Kolbeins kynnir allt það heitasta í bíóheiminum, hvaða myndir eru að koma út og hverjar aðalstjörnurnar eru. Ómissandi þáttur fyrir alla kvikmyndaáhugamenn.

02.45 Fréttir Stöðvar 2

03.35 Tónlistarmyndbönd frá Nova TV

BBC entertainment

12.10 ,Allo ,Allo! **12.40** Fawlty Towers **13.10** Fawlty Towers **13.40** My Family **14.10** My Family **14.40** Last of the Summer Wine **15.10** Dalziel and Pascoe **15.55** The Weakest Link **16.40** Monarch of the Glen **17.30** ,Allo ,Allo! **18.00** QI **18.30** The Visitor **19.00** Saxondale **19.30** The Fixer **20.20** ,Allo ,Allo! **20.50** QI **21.20** Come Dine With Me **21.45** The Jonathan Ross Show **22.35** EastEnders **23.05** Primeval **23.55** ,Allo ,Allo!

DR 1

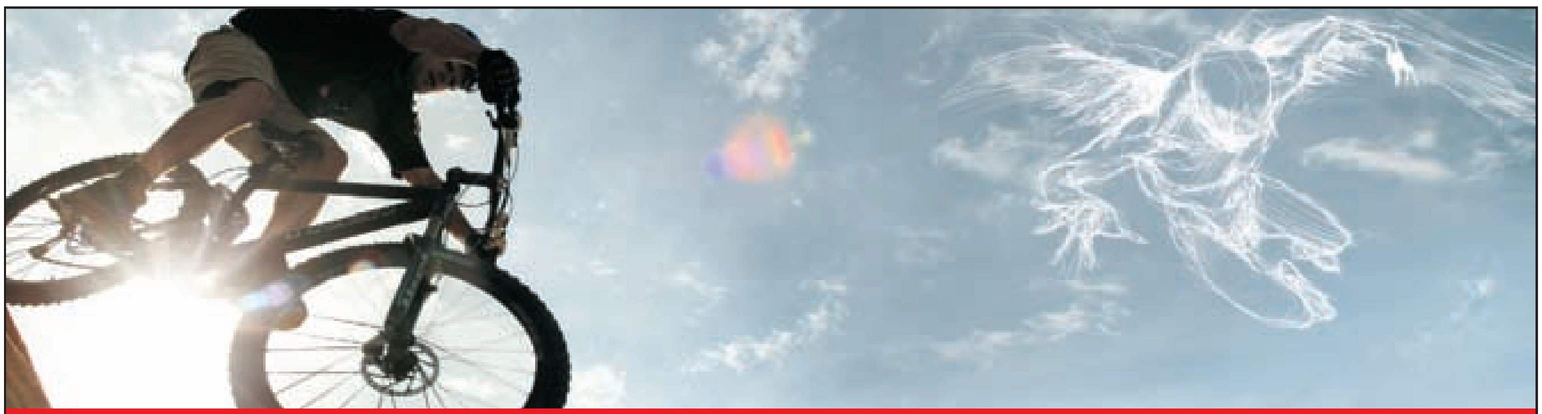
14.00 DR Update - nyheder og vejr **14.05** Radiserne **14.30** Juniper Lee **14.50** Alfred **15.00** Mad i kassen **15.15** Klassen 2.b **15.30** Lille Nørd **16.00** Den lille forskel **16.30** TV Avisen med Sport **17.00** Aftenshowet med Vejret **17.30** Flådens historie **18.05** Fest for Flåden - 500 år i Danmarks tjeneste. Sammendrag **18.30** Det Søde Sommerliv **19.00** TV Avisen **19.25** SportNyt **19.30** Vilde roser **20.15** Et barn er forsvundet **21.40** Redningstjenesten på vej **22.10** Naruto Uncut

NRK 1

12.20 Fredag i hagen **12.50** Landgang **13.20** Ut i naturen **13.45** Sommeråpent **14.35** Moderne avhengighet **15.05** 30 Rock **15.30** Tingenes tilstand **16.00** Oddasat - nyheter på samisk **16.05** Nyheter på tegnspråk **16.10** Tinas mat **16.40** Norge i dag **17.00** Dagsrevyen **17.30** Sykkel **19.00** Dagsrevyen 21 **19.30** Sommeråpent **20.20** Pinlige sykdommer **21.05** Kveldsnytt **21.20** Extra-trekning **21.30** Hva skjedde med Mark Randle? **22.15** Garrows lov **23.15** Ei reise over Island **23.45** Svisj gull

SVT 1

12.25 Det stora äventyret **14.00** Rapport **14.05** Gomorron Sverige **14.55** Pusselbitar **15.55** Sportnytt **16.00** Rapport **16.10** Regionala nyheter **16.15** Engelska Antikrundan **17.15** K-märkt form **17.20** Regionala nyheter **17.30** Rapport **18.00** Allsång på Skansen **19.00** En passion för Mr. Lester **20.25** Önskedokumentären. **22.10** Cleo **22.40** Minnenas television **00.00** Ta mina ögon



Útsala
10-30% afsláttur
af hjólum, hjólafatnaði o.fl.
Allir reiðhjólahjálmar
4.190.-
Komdu núna...
KORTER.IS
ÖRNINN
STOFNAÐ 1925
Skeifunni 11d, Sími 588 9890
Verkstæði Sími 588 9891
www.orninn.is

FRÉTTABLAÐIÐ Á NETINU
Þú getur alltaf lesið Fréttablaðið frítt á Vísi eða fengið sendan daglegan tölvupóst
með blaði dagsins. Nánari upplýsingar á: visir.is/dreifing

Allt sem þú þarft...

GOTT Á GRILLIÐ

„Sjávarréttagrillteinn að hætti mömmu. Á teinana set ég skötusel, papriku, risahörpuskel og þykka brauðbita. Svo er ómissandi að hafa grillaða gráðostafyllta banana í eftirrétt.“

Edda Sif Pálsdóttir, aðstoðarfréttamaður á RÚV og blaðamaður Nude Magazine.

Kynlífsfræðsla í gegnum iPod

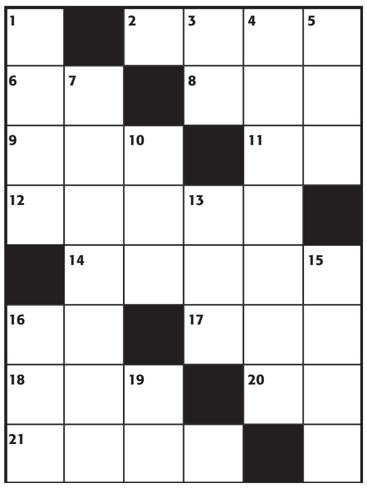
„Foreldrar þurfa á stuðningi að halda við að fræða börnin sín um kynlíf og kynferðismál,“ segir kynlífsfræðingurinn Yvonne Kristín Fulbright.

Fulbright, sem er hálfíslensk og búsett í Bandaríkjunum, hefur gefið út hljóðbók þar sem hún kennir foreldrum að ræða við börnin sín um kynlíf. „Foreldrar geta hlustað á þetta í gegnum iPod eða MP3-spilara og þannig viðað að sér upplýsingum á þægilegan hátt, hvort sem þeir eru úti að skokka eða að keyra til vinnu,“ segir Fulbright.

Bókin, sem er tæplega þriggja klukkustunda löng, hefur verið nokkuð lengi í undirbúningi en Fréttablaðið sagði fyrst frá gerð hennar fyrir tæpum þremur árum. Frændi Fulbright, tónlistarmaðurinn Sveinbjörn Thorarensen, eða Hermigervill, sá um upptökustjórn og bakgrunnstónlist hljóðbókarinnar. Hún nefnist Who Better Than You? eða Hver er betri en þú? og er byggð á rannsóknum sem Fulbright og fleiri aðilar hafa gert víðs vegar um heiminn en aðallega í Bandaríkjunum og Ástralíu. Rannsóknir hafa sýnt að flestir foreldrar vilja veita börnum sínum upplýsingar um kynlíf og flest börn vilja að fyrst og fremst foreldrarnir sjái um þessa fræðslu. Í bókinni, sem er fáanleg á síðunni Audible.co.uk, er meðal annars fjallað um öryggi í kynlífi, kynlíf í fjölmiðlum, unglingsárin, að læra inn á líkamsparta og kynferðislegt heilbrigði.

Fulbright er virtur kynlífsfræðingur í Bandaríkjunum. Hún er fastur dálkahöfundur í tímaritinu Cosmopolitan og hefur verið álitsgjafi hjá tímaritinu Elle. Nánari upplýsingar um verk hennar má finna á síðunni Sexualitysource.com. - fb

YVONNE KRISTÍN FULBRIGHT Yvonne Kristín hefur gefið út hljóðbókina Who Better Than You? þar sem foreldrar fá góð ráð varðandi kynlífsfræðslu barna sinna.



LÁRÉTT
2. hæð, **6.** eftir hádegi, **8.** mánuður, **9.** fálm, **11.** karlkyn, **12.** gerviefni, **14.** óskýr, **16.** skóli, **17.** þrá, **18.** lærir, **20.** tveir eins, **21.** truflun.

LÓÐRÉTT
1. tusku, **3.** hljóm, **4.** mjólkursykur, **5.** nár, **7.** frumefni, **10.** mál, **13.** sæ, **15.** birta, **16.** skordýr, **19.** þessi.

LAUSN
LÁRÉTT: 2. höll, **6.** eh, **8.** maí, **9.** pat, **11.** kk, **12.** plast, **14.** óljós, **16.** fg, **17.** ósk, **18.** les, **20.** ii, **21.** ónáð.
LÓÐRÉTT: 1. lepp, **3.** óm, **4.** laktósi, **5.** lík, **7.** halógen, **10.** tal, **13.** sjó, **15.** skin, **16.** fló, **19.** sá.

VEISTU SVARIÐ

Svör við spurningum á síðu 8.

1. Hrefnuveiðimenn ehf.
2. Peter Crouch.
3. Madina Lake.

ATC- 7,5t
Malbikskassi
-tilboðsverð

- sala
- varahlutir
- þjónusta
- á lager

AFLVÉLAR
Vesturhrauni 3 · 210 Garðabæ.
Sími 480-0000 · www.aflvelar.is

JÓN ÓLAFSSON: ÞETTA VERÐUR FALLEG OG SKEMMTILEG HETJUSAGA

Skrifar bók um ævi og baráttu Rafns Jónssonar

„Ég er búinn að vera með þessa hugmynd í kollinum mjög lengi og það má eiginlega segja að ég sé í startholunum,“ segir Jón Ólafsson tónlistarmaður en hann er með ævisögu trommarans Rafns Jónssonar í bígerð.

„Ég er búinn að fá grænt ljós á verkefnið hjá ættingjum hans og er því að bíða eftir að það hægist um hjá mér svo ég geti byrjað í heimildarvinnunni,“ segir Jón en hann er þessa dagana að vinna að söngleiknum um Buddy Holly. „Ég sé fyrir mér að þetta verði svona falleg og skemmtileg hetjusaga um frábæran karakter sem setti stóran svip á íslenska tónlistarsögu.“

Rafn Jónsson, eða Rabbi eins og hann var gjarnan kallaður, lést þann 27. júní árið 2004 eftir langvinna baráttu við sjúkdóminn MND. Hann gerði meðal annars garðinn frægan í hljómsveitum eins og Grafík, Bítlavinafélaginu og Sálinni hans Jóns míns, ásamt því að vera iðinn við trommuleik með hinum ýmsu tónlistarmönnum. Hann lagði kjuðana á hilluna árið 1993.

„Við Rabbi vorum alltaf góðir félagar og eftir að hann veiktist var ég hluti af hans stuðningsteymi sem létti undir með fjölskyldunni,“ segir Jón en þeir Rafn spiluðu saman í Bítlavinafélaginu. „Við vorum góðir félagar og ég þekkti hann vel fyrir veikindin. Svo fylgdist ég vel með honum í veikindunum og alveg til endaloka,“ segir Jón en meðan á veikindunum stóð hugsaði hann alltaf að einhver yrði að skrifa sögu Rafns. „Þá ætlaði ég í rauninni ekki að vera rithöfundurinn en núna er ég tilbúinn í það og finnst það í rauninni bara sjálfsagt mál,“ segir Jón. Jón hefur áður skrifað ævisögu íslensk tónlistarmanns, bókina Söknuður, ævisögu Vilhjálms Vilhjálmssonar sem kom út í fyrra.

FRÉTTABLAÐIÐ/BG

SKRIFAR ÆVISÖGU RABBA

Jón Ólafsson vinnur að ævisögu um **Rafn Jónsson** trommara sem lést árið 2004 eftir að hafa barist við veikindi um árabil. Hann var meðal annars í hljómsveitunum Grafík, Bítlavinafélaginu og Sálinni hans Jóns míns. Þessi mynd var tekin af trommaranum í byrjun tíunda áratugarins þegar hann var nýbúinn að greinast með hreyfitaugahrörnunarsjúkdóminn, MND.

„Það er margt mjög áhugavert sem gerðist í lífinu hans Rabba. Tengingin við Vestfirði er mikilvæg en mikið af íslensku poppi og rokki er einmitt ættað þaðan,“ segir Jón. Rafn fæddist á Suðureyri við Súgandafjörð og var hann stór partur af tónlistarlífinu fyrir vestan á sínum tíma.

Jón ætlar einnig að fara ýtarlega yfir hvernig sjúkdómurinn breytti lífi trommarans og hvernig Rafn barðist hetjulega gegn honum. „Lífið hans Rabba tók náttúrulega algjöra u-beygju þegar hann greindist með MND en mjög fáir vissu eitthvað um sjúkdóminn þá,“ segir Jón. MND er eins konar hreyfitaugahrörnunarsjúkdómur og ekki er almennilega vitað hvað veldur því að fólk fær sjúkdóminn. Rafn var meðal þeirra sem stofnuðu MND-félagið, sem er fyrir þá sem greinast með þennan erfiða sjúkdóm.

„Það hafa allir gott af því að lesa um ævi og baráttu Rabba. Ekki bara út af tónlistinni heldur líka til að minna sig á hvað maður sjálfur hefur það gott,“ segir Jón að lokum.

alfrun@frettabladid.is

FRÉTTIR AF FÓLKI

Milljarðamæringurinn Paul Allen, sem hefur dvalið hér á landi að undanförnu, fór í bátsferð til Surtseyjar á föstudaginn. Þar skoðaði hann þessa frægu eldfjallaeyju sem myndaðist á sjöunda áratugnum. Microsoft-eigandinn sigldi til eyjarinnar á lúxusbát sem hefur að geyma glæsilegt, sérhannað leðursófasett sem hreyfist aldrei þrátt fyrir mikinn öldugang. Daginn eftir flaug Allen síðan til Ítalíu þar sem hann skellti sér á U2-tónleika í borginni Turin, sem voru þeir fyrstu í nokkra mánuði eftir bakmeiðsli söngvarans **Bono**.

Á meðan **Paul Allen** skoðaði Surtsey fóru tveir vinir hans í laxveiði í Eystri-Rangá. Þeir flugu að Hótel Rangá í glæsilegri þyrlu sem er knúin áfram af þotuhreyflum og með þeim í för var hópur aðstoðarmanna sem passaði upp á að fyllsta öryggis væri gætt. Veiðin stóð yfir í tvær klukkustundir og á þeim tíma krækti hvor í sinn laxinn.

Og enn berast fréttir af gerð þáttanna Makalaus, sem eru byggðir á samnefndri bók eftir Þorbjörgu Marinósdóttur. Handritaskrif fyrir þættina eru nýhafin og eru það Anna Svava Knútsdóttir, Ottó Geir Borg og **Gunnar Björn Guðmundsson** sem skrifa það. Þau voru öll meðal þeirra sem skrifuðu handritið að síðasta áramótaskaupi og vinna einnig öll að kvikmyndinni Gauragangur, en tökur á henni hófust í sumar. - fb/afb

Hjólum stolið af sjónvarpskokki

„Þetta er svo mikill missir. Hér er um að ræða uppáhaldshjólið mitt sem ég er búin að hjóla á út um allt. Maður myndi aldrei halda að þetta væri svona mikill missir en þetta er ekki hvaða hjól sem er,“ segir Áslaug Snorradóttir, kokkur og sjónvarpskona í þættinum Fagur fiskur í sjó, sem sýndur er í Sjónvarpinu.

Áslaug varð fyrir því leiðinlega atviki að hjólinu hennar var stolið ásamt öðru hjóli fyrir utan glímufélagið Ármann í síðasta mánuði. Sonur Áslaugar fékk hjól móður sinnar lánað til vinnu en fékk síðan far heim eftir vinnudaginn. Daginn eftir fór hann til vinnu á sínu hjóli og læsti við hjól móður sinnar, sem stóð fyrir utan. Þar hefur einhver komist í feitt því hjólunum var báðum stolið. Hjól Áslaugar er eldrautt Puma Design hjól sem hægt er að brjóta saman og ferðast með. Hitt hjólið, sem sonur Áslaugar á, er grænt Kona Downhill-fjallahjól.

„Ég eyði dögunum í að hjóla á hjólinu í huganum því nautnin við að hjóla á því er svo mikil. Ég hef hjólað á því alla Vestfirði og í raun út um allt. Þetta er lífsstíll, að skella rauða hjólinu mínu og rauðu jógamottunni minni í skottið og stunda það sem ég elska hvar sem er,“ segir Áslaug sorgmædd.

Áslaug kallar eftir upplýsingum um hjólin og eru væn fundarlaun í boði. - ls

FUNDARLAUN Í BOÐI Stolið var tveimur hjólum í eigu Áslaugar Snorradóttur í júlí. Fundarlaun eru í boði fyrir þau.

FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

vísir.is
„...ég sá það á vísi“

Óendanleg uppspretta skemmtunar!

Úrval Útsýn býður upp á nýjung í haust og flýgur til Orlando í Bandaríkjunum! Orlando er fjölbreytt borg og einn af vinsælustu áfangastöðum heims fyrir fjölskyldur. Orlando hefur upp á að bjóða þekktustu skemmtigarðar heims, Disney World, Sea World, Universal Studios ásamt mörgum öðrum. Hægt væri að heimsækja nýjan skemmtigarð hvern dag vikunnar og þegar fólk hefur fengið fylli sína af þeim hefur Orlando upp á margt annað að bjóða og má segja að borgin bjóði upp á óendanlega möguleika til skemmtunar! Úrval af frábærum golfvöllum, söfnum og veitingastöðum. Þeir sem njóta þess að versla munu einnig geta svalað þorsta sínum í öllum þeim glæsilegu verslunarmiðstöðvum sem Orlando hefur uppá að bjóða, og ber þá helst að nefna Florida Mall, Premium Outlet og margar fleiri. Í boði verður fjölbreytt úrval gistinga á mjög hagkvæmu verði og staðsetning þeirra flestra gerir bílaleigubílinn óþarfan. Bókaðu núna á urvalutsyn.is og tryggðu þér þitt sæti!

ÚRVAL·ÚTSÝN

Sími 585 4000

Alamo Vacation Homes
Íbúð með 3 svefnherbergjum.

VERÐ FRÁ:
88.500 kr.*
m.v. 4 fullorðna og 2 börn
Brottför: 9. október – 8 nætur

Staybridge Suites
Íbúð með 2 svefnherbergjum og morgunverði.

VERÐ FRÁ:
97.600 kr.*
m.v. 4 fullorðna og 2 börn
Brottför: 9. október – 8 nætur

Baymont Inn
Herbergi með morgunverði.

VERÐ FRÁ:
86.800 kr.*
m.v. 2 fullorðna og 2 börn
Brottför: 9. október – 8 nætur

* Innifalið: Flug, flugvallarskattar og gisting. Verð miðast við að bókað sé á netinu.

MEIRA Á
urvalutsyn.is

FRÉTTABLAÐIÐ
VIÐ SEGJUM FRÉTTIR SMÁAUGLÝSINGASÍMINN OG SKIPTIBORÐ: 512 5000 VISIR.IS
Ritstjórn: 512 5313, Fax: 512 5301, ritstjorn@frettabladid.is Auglýsingadeild: auglysingar@frettabladid.is PRENTUN: Ísafoldarprentsmiðja
DREIFING: dreifing@posthusid.is
EF BLAÐIÐ BERST EKKI: 512 5060

FRÉTTIR AF FÓLKI

Bók um Guðrúnu Ögmunds

Blaðamaðurinn **Halla Gunnarsdóttir** vinnur nú að samtalsbók við **Guðrúnu Ögmundsdóttur**, fyrrverandi alþingismann. Bókin á að koma út fyrir jól. Guðrún sat á Alþingi fyrir Samfylkinguna tvö kjörtímabil frá árinu 1999. Þar á undan var hún borgarfulltrúi frá 1992. Halla starfaði eitt sinn sem þingfréttaritari Morgunblaðsins og ætti því að vera öllum hnútum kunn um störf Guðrúnar.

Hættur í Sjónvarpinu

Fréttablaðið greindi frá því á dögunum að óvíst væri um framtíð fótboltasérfræðingsins **Hjörvars Hafliðasonar** í þættinum Íslenski boltinn á RÚV eftir að hann gekk til liðs við keppinautinn Stöð 2 Sport 2. Þar stjórnar hann þætti um enska boltann sem hefst um næstu helgi og með honum verður Guðmundur Benediktsson. Engin svör fengust á RÚV fyrir helgi um framtíð Hjörvars en eftir að fréttin birtist í Fréttablaðinu var honum tjáð að krafta hans væri ekki lengur óskað á stöðinni. **- afb/fb**

Mest lesið VISIR.IS

1. Óð út í beljandi Krossá og bjargaði ferðamönnum
2. Magnað myndband af öflugum hvirfilbyl
3. Fjögur barnslík í ferðatöskum
4. Fugl olli bifhjólaslysi
5. Mikil leit að þremur Norðmönnum á Grænlandi
6. Húðstrýkt og skotin fyrir kynmök