skoðun 14

2 SÉRBLÖÐ
í Fréttablaðinu
Allt
Heilsa

{bæklingur Baðhússins}
fylgir Fréttablaðinu í dag
www.badhusid.is
BAÐHÚSIÐ

FRÉTTABLAÐIÐ

Þriðjudagur
30. ágúst 2011
201. tölublað 11. árgangur
Sími: 512 5000

MEST LESNA DAGBLAÐ Á ÍSLANDI*
10 ÁRA
2001 - 2011
*Samkvæmt prentmiðlakönnun Capacent Gallup apríl - júní 2011

Það stærsta til þessa
Óli Geir heldur risaball á Ljósanótt í Reykjanesbæ.
fólk 26

Á rónaslóðum
Guðjón Friðriksson sagnfræðingur leiðir rónagöngu.
tímamót 18

FH-ingarnir skildir eftir
Topplið KR og ÍBV unnu í gær en FH steinlá gegn frábæru Stjörnuliði.
sport 30

veðrið í dag

GOTT NA-TIL Í dag verður S-átt 5-10 m/s V-til en annars hægari. Skýjað að mestu V-til og úrkoma með köflum SV-lands. Nokkuð bjart A-lands. Hiti 10-20 stig hlýjast NA-til.
VEÐUR 4

Kvarta undan kjötskorti

Dýrara er að leysa út kíló af kjúklingi á úthlutuðum WTO-kvóta úr tolli en ef kjötið væri afgreitt með almennum tolli utan kvóta. Veitingamenn kvarta undan kjötskorti og hafa þurft að taka rétti af matseðli.

MATVÆLI Dýrara er að leysa út kíló af kjúklingi á úthlutuðum WTO-kvóta úr tolli en ef kjötið væri afgreitt með almennum tolli án kvóta. Þetta gengur þvert á markmið samnings Íslands og Alþjóðaviðskiptastofnunarinnar (WTO) um innflutning á matvælum.

Veitingamenn kvarta undan skorti á kjúklinga- og nautakjöti, til dæmis veitingahúsakeðjan Subway, sem getur ekki lengur haft staðlaðar kjúklingabringur á matseðlinum. Innlendir framleiðendur geta ekki framleitt bringurnar og því þarf að flytja þær inn. Það er hins vegar of dýrt sökum hárra tolla, að sögn Gunnars Skúla Guðjónssonar, framkvæmdastjóra Subway. Hann segir jafnframt óhagstæðara að flytja inn kjúklingabringur á úthlutuðum kvóta heldur en ef kjúklingabringurnar væru tollafgreiddar með almennum tolli utan kvóta.

„Þetta reiknuðu tollayfirvöld út fyrir okkur,“ segir Gunnar. „Við tókum út sex kíló úr 1.500 kílóa sendingu sem við getum ekki leyst út til þess að láta reyna á útreikninginn, sem sýnir svart á hvítu hvers konar rugl þetta er. Tollafgreiðsla á þessum sex kílóum samkvæmt almennum tolli, sem er í raun ofurtollur, kostar 10.109 krónur. Samkvæmt WTO-tollkvótanum, sem við fengum úthlutað í júní, kostar tollafgreiðsla þessara 6 kílóa 12.504 krónur. Menn flytja ekkert inn á þessum tolli,“ segir Gunnar og bætir því við að íslenskt kjúklingakjöt sé notað í aðra kjúklingarétti Subway.

Veitingahúsið Argentína steikhús hefur líka þurft hafa að taka rétti af matseðli vegna skorts á grillsteikum. „Við fórum að finna fyrir skorti á fitusprengdu kjöti fyrir um ári og þetta hefur versnað jafnt og þétt. Þetta hefur verið sérlega erfitt í sumar,“ segir Kristján Sigfússon, eigandi Argentínu.

Hann kveðst vera í viðskiptum við kjötverkanda sem eigi í basli með að uppfylla kröfur veitingastaðarins. „Hann fær ekki nógu marga gripi því að það er ekki framleitt nóg. Hann vantar í hverri viku þrjátíu til fjörutíu prósentum fleiri gripi en hann fær. Þetta virðist ganga í hæðum og lægðum hjá nautgripabændum. Þessar sveiflur eru allt of miklar og við óskum eftir að fá að flytja inn þær steikur sem vantar upp á.“

Kristján getur þess að verðið hækki þegar framboðið sé lítið. „Maður fær lakara kjöt á hærra verði en því sem maður keypti góða kjötið á fyrir tveimur árum.“

- ibs / **sjá síðu 8**

WTO-kvótar

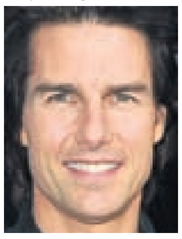
WTO-tollkvótar komu til þegar Ísland gerðist aðili að samningi Alþjóðaviðskiptastofnunarinnar (World Trade Organization) árið 1995. Samkvæmt samningnum skuldbatt Ísland sig til að hleypa litlu magni af erlendri matvöru inn á markað á kvótum sem áttu að vera hagstæðir, en eru það ekki lengur. Tollurinn er ákvarðaður af landbúnaðarráðherra.

Á EFTIR BOLTA ... Þótt sumri sé tekið að halla hafa krakkarnir í Garði ekki sagt alfarið skilið við útileikina. Félagarnir Björn Bogi, Friðrik Smári og Ármann Þór sýndu flotta takta á fótboltavellinum í gær og baráttan var býsna hörð, án þess þó að nokkrum yrði meint af. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON

Tom Cruise boðar komu sína:

Geimverumynd tekin á Íslandi

FÓLK Leikstjórinn Joseph Kosinski heimsótti Ísland í sumar til að skoða tökustaði fyrir geimverumyndina Oblivion. Tom Cruise leikur aðalhlutverkið í myndinni og unnið er að því að stór hluti hennar verði tekinn upp hér á landi á næsta ári.



TOM CRUISE

„Þetta hefur verið til skoðunar í dágóðan tíma. Það stóð til að myndin yrði gerð hér nú í sumar,“ segir Leifur B. Dagfinnsson, einn aðaleigenda framleiðslufyrirtækisins True North.

Leifur segir að enn geti brugðið til beggja vona með þetta verkefni en ef af verður má búast við því að það skili þjóðarbúinu hundruðum milljóna króna.

- fgg / **sjá síðu 34**

Barnaníðingar taldir beita áður óþekktum aðferðum til að tæla til sín börn:

Reyna að lokka börn með lygum

LÖGREGLUMÁL Hafnarfjarðarbær varaði í gær foreldra í bænum við ókunnugum manni sem reyndi að lokka unga stúlku við grunnskóla í bænum upp í bláan bíl. Fyrir helgi bárust fregnir af tveimur mönnum á gömlum bláum bíl sem einnig voru taldir hafa reynt að tæla til sín grunnskólastúlku í Setbergshverfi í Hafnarfirði á miðvikudagskvöld. Mennirnir stöðvuðu bílinn, skrúfuðu eina af rúðum bílsins niður og sögðu stúlkunni að móðir hennar hefði slasast og verið færð á sjúkrahús. Þeir ættu að aka henni þangað. Sama bragði var beitt í gær.

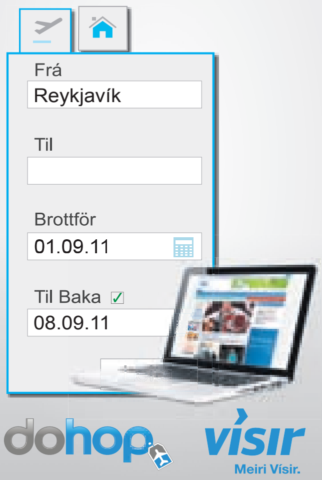
Stúlkan fyrir helgi trúði ekki mönnunum, heldur hljóp heim til sín og tjáði móður sinni hvað gerst hafði. Móðir hennar hafði samband við Hrönn Bergþórsdóttur, aðstoðarskólastjóra Setbergsskóla. Hún sendi foreldrum barna í skólanum og skólastjórnendum í Hafnarfirði aðvörun.

SETBERGSHVERFI Menn eru taldir hafa reynt að tæla unga stúlku upp í gamlan bláan bíl. FRÉTTABLAÐIÐ/HÖRÐUR

Áður hefur það gerst í Hafnarfirði að karlmenn hafa reynt að tæla börn upp í bíl með sælgæti. Að minnsta kosti einu sinni voru unglingspiltar á ferð sem gerðu sér að leik að hræða börn. Ekki hefur áður heyrst af því að börnum hafi verið tjáð að foreldrar eða einhver þeim nákominn hafi slasast. „Þetta er nýtt og ljótt bragð. Börnum gæti brugðið við þetta og þau farið upp í bíl hjá ókunnugum. Þess vegna sendum við út aðvörun til foreldra,“ segir Hrönn.

- jab, sh

PRÓFAÐU DOHOP LEITARVÉLINA Á VÍSI
Flug og gisting, öll hagstæðustu tilboðin á einum stað.



dohop vísir
Meiri Vísir.

Muu
betri hugmynd!

SPURNING DAGSINS

Sigurður, fórstu í háttinn eftir átta?

„Ég kláraði nú leikinn, en fór snemma í háttinn."

Sigurður Enoksson, formaður Arsenalklúbbsins á Íslandi, þurfti að horfa upp á sína menn niðurlægða á Old Trafford, heimavelli Manchester United, á sunnudag. Leikurinn fór 8-2 fyrir United.

Heilbrigðisnefnd Alþingis fundaði um staðgöngumæðrun:

Ræddu um mögulegt frumvarp

HEILBRIGÐISMÁL „Þetta er mjög spennandi svið sem við erum komin á," segir Þuríður Backman, formaður heilbrigðisnefndar Alþingis.

Heilbrigðisnefnd kom saman í gær til að ræða staðgöngumæðrun. Hún segir að verið sé að ræða hvernig standa ætti að mögulegu frumvarpi um staðgöngumæðrun ef ákveðið yrði að semja slíkt frumvarp.

„Það eru svo fjölmargir þættir sem þarf að huga að. Það eru réttindi barnsins og réttindi foreldranna og svo auðvitað fjölmörg siðferðileg álitaefni," segir Þuríður. Hún segir að í ljósi þess að tæknin sé komin það langt að mögulegt sé að framkvæma staðgöngumæðrun sé nauðsynlegt að ræða hvort rétt sé að leyfa hana.

Fólk sé þegar farið að nýta sér þessa tækni og fari til útlanda, Indlands eða annað, í þeim erindagjörðum. Vegna þessarar þróunar sé nauðsynlegt að kanna hvort staðgöngumæðrun komi til greina hér á landi.

„Við verðum að vita hvað við viljum í gera í þessu sambandi," segir Þuríður. **- jhh**

ÞURÍÐUR BACKMAN Formaður heilbrigðisnefndar segir fjölmörg siðferðileg tengjast umræðunni um staðgöngumæðrun.

Dánarorsök stúlku staðfest:

Lést af völdum PMMA-neyslu

LÖGREGLUMÁL Lyfjagreining hefur leitt í ljós að meðal dánarorsaka ungrar konu, sem fannst látin í íbúð í Reykjavík í apríl, var alvarleg eitrun af völdum fíkniefnisins PMMA. Grunur beindist strax að efninu þegar stúlkan fannst. Það er mjög eitrað og hafði fyrst fundist á Íslandi fyrr í mánuðinum.

Andlát hennar hefur nú verið rakið til neyslu áfengis, kannabisefna og amfetamíns, auk alvarlegrar PMMA-eitrunar. Lyfið virðist ekki hafa hlotið frekari útbreiðslu síðan. **- sh**

Færri á námskeið eftir hrun:

Færri fara í endurmenntun

HEILSA Starfsemi Sjúkraflutningaskólans hefur dregist töluvert saman undanfarin þrjú ár. Þátttakendum á endurmenntunarnámskeiðum hefur fækkað um helming að sögn Hildigunnar Svavarsdóttur skólastjóra.

HILDIGUNNUR SVAVARSDÓTTIR

Hún segir að mikil þörf sé á endurmenntun sjúkraflutningamanna því grunnmenntun þeirra sé þrjár vikur og það sé of lítið. Hún segir einnig að nauðsynlegt sé að þjálfa sjúkraflutningamenn í dreifðari byggðum landsins og halda þekkingu þeirra við, því tilfelli sjúkraflutninga þar séu oft fátíð. **- mmf / sjá Allt**

Íslenskt æfingakerfi til Dana:

Boot Camp flyst til Köben

HEILSA Útibú íslensku æfingastöðvarinnar Boot Camp verður opnað í Kaupmannahöfn 12. september næstkomandi, en þá fá Danir að upplifa alíslenskt æfingakerfi sem byggir á krefjandi líkamsæfingum í góðum félagsskap.

„Nú þegar er mikið um skráningar úti og allt lofar þetta góðu. Við ætlum okkur seinna í stærri hluti en stígum varlega til jarðar," segir Arnaldur Birgir Konráðsson, framkvæmdastjóri Boot Camp í Reykjavík.

Stöðin ytra fær nafnið Budz Boot Camp, með vísun í enska orðið Buddies, eða félagar. „Í Boot Camp eru talsverðar líkur á að finna ástina og Boot Camp-brúðkaup eru orðin mörg."

- þlg / sjá Allt í miðju blaðsins

Ákærður Júlli hyggst opna Drauminn á ný

Eigandi Draumsins við Rauðarárstíg hefur verið ákærður fyrir að selja lyf í söluturninum og peningaþvætti. Lögregla hefur hins vegar ákveðið að aflétta lokun verslunarinnar og eigandinn býst við að opna að nýju með haustinu.

DÓMSMÁL Lögreglan á höfuðborgarsvæðinu hefur gefið út ákæru á á hendur Júlíusi Þorbergssyni, betur þekktum sem Júlla í Draumnum, fyrir ólöglega lyfja- og tóbakssölu og peningaþvætti. Júlíus segist ætla að lýsa sig saklausan af öllum ákæruatriðum og opna söluturninn Drauminn aftur með haustinu.

Júlíus var handtekinn og Draumurinn á Rauðarárstíg innsiglaður í júní í fyrra vegna gruns um að þar væru seld lyfseðilsskyld lyf og fíkniefni. Leitað var víðar í borginni og hald lagt á lyf og fjármuni. Júlíus sat í gæsluvarðhaldi í tæpa viku og Draumurinn hefur verið lokaður síðan, á grundvelli úrskurðar frá dómsmálaráðuneytinu.

Ákæra var síðan gefin út réttu ári eftir að málið upp, hinn 14. júní síðastliðinn. Í henni er Júlíusi gefið að sök að hafa selt tveimur konum lyfseðilsskyld lyf án heimildar og átt í fórum sínum samtals 1.051 skammt af slíkum lyfjum, ætluðum til sölu. Þá fannst á heimili hans tæpt 21 gramm af kókaíni sem hann er talinn hafa ætlað að selja.

Jafnframt er hann ákærður fyrir brot á tóbaksvarnarlögum fyrir að hafa átt og ætlað að selja tæpar tvö þúsund dósir af munn- og neftóbaki.

Enn fremur er hann ákærður fyrir peningaþvætti, en í fórum hans fundust jafnvirði samtals tæplega ellefu milljónir íslenskra króna sem lögreglan telur að sé ávinningur hinnar ólöglegu starfsemi. Gerð er krafa um upptöku alls fjárins.

Geir Jón Þórisson yfirlögregluþjónn sagði í samtali við Fréttablaðið í fyrra að lokun Draumsins væri ótímabundin og hann yrði ekki opnaður aftur nema úrskurði ráðuneytisins yrði hnekkt fyrir dómstólum.

Í SUMARFRÍI Í FYRSTA SINN Júlli hefur rekið Drauminn í 23 ár og hefur áður fengið yfirvöld í heimsókn. Þessi mynd er tekin á góðri stundu árið 2004. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

Þetta fannst við húsleitirnar

Lyf:
- 418 töflur af mogadon
- 19 töflur af rítalíni
- 10 töflur af starklox
- 29 belgir af NVR
- 192 töflur af sobril
- 18 töflur af rivotril
- 19 töflur af levitra
- 12 töflur af cialis
- 267 amfetamíntöflur
- 66 töflur af cencerta
- 1 tafla af imovane

Tóbak:
- 222 dósir af neftóbaki
- 1.729 dósir af munntóbaki

Fíkniefni:
- 20,74 grömm af kókaíni

Peningar:
- 10.182.000 íslenskar krónur
- 2.310 evrur
- 400 danskar krónur
- 764 bandarískir dollarar
- 250 bresk pund
- 30 kanadískir dollarar

Nú er hins vegar komið annað hljóð í strokkinn. „Við þorum ekki að túlka þetta ákvæði í lögreglulögum, um heimild til að stöðva starfsemi, öðruvísi en að það sé bara tímabundið," segir Sigurður Freyr Sigurðsson, fulltrúinn sem sækir málið fyrir hönd lögreglu. „Hann fær að minnsta kosti að njóta vafans." Menn séu að feta sig áfram með heimildina og ákveðið hafi verið að miða við að lokuninni yrði aflétt við útgáfu ákæru.

Júlíus kveðst lítið vilja tjá sig um málið á þessu stigi. Hann muni þó lýsa sig saklausan og ætli tvímælalaust að opna Drauminn að nýju einhvern tíma með haustinu. „Þetta er í fyrsta skipti á ævinni sem ég tek mér sumarfrí og það hefur verið mjög spennandi," segir Júlíus um liðið sumar. „Það eru margir sem sakna þess að geta litið við hjá mér og síminn hefur hringt látlaust síðan í fyrra," bætir hann við.

stigur@frettabladid.is

Nauðgun kærð til lögreglu:

Karlmaður í gæslu vegna nauðgunar

LÖGREGLUMÁL Karlmaður hefur verið úrskurðaður í gæsluvarðhald í viku vegna rannsóknar lögreglu á nauðgun. Hann skal sæta gæslu fram á föstudaginn næstkomandi vegna rannsóknarhagsmuna.

Kona á fimmtugsaldri kærði manninn, sem er á fertugsaldri, fyrir nauðgun í fyrradag. Fólkið þekkist og hefur búið saman af og til samkvæmt upplýsingum Fréttablaðsins. Konan fór á neyðarmóttöku fyrir þolendur kynferðisofbeldis. Grunur leikur á að um hótanir og misþyrmingar hafi verið að ræða. Lögreglan á höfuðborgarsvæðinu fer með rannsókn málsins. **- jss**

Mamman vildi í þátt dr. Phils:

Ákærð fyrir misþyrmingu

BANDARÍKIN Bandarísk móðir hellti sterkri kryddsósu upp í sjö ára kjörson sinn og þvingaði hann til að standa undir ískaldri sturtu til þess að komast í sjónvarpsþáttinn Dr. Phil. Hún hefur nú verið dæmd fyrir misþyrmingu og á yfir höfði sér eins árs fangelsi.

DR. PHIL

Málið hefur vakið mikla athygli í Rússlandi þar sem konan hafði ættleitt drenginn þaðan.

Fyrr á þessu ári greindi umboðsmaður barna í Rússlandi frá því að 17 rússnesk börn hefðu á undanförnum fimmtán árum látist eftir misþyrmingar bandarískra foreldra. Ættleiðingum til Bandaríkjanna var hætt í fyrra eftir að bandarísk kona sendi kjörson sinn til Moskvu. Hann er nú á munaðarleysingjahæli. **- ibs**

HÓPKAUP.IS Í DAG

KAFFIDRYKKUR, SMURT RÚNNSTYKKI OG „CUPCAKE"

490 kr.
GILDIR 24 TÍMA

Verð ~~1.075~~ kr. | Afsláttur 54% | Afsláttur í kr. 585 kr.

30 viðskiptavini þarf til að virkja tilboðið

Þú getur valið þér ilmandi kaffidrykk (eða hálfan lítra af Egils Kristal), nýbakað rúnnstykki sem er smurt fyrir þig með smjöri, osti og skinku og til að kóróna máltíðina velurðu þér eina af okkar **ómótstæðilegu „cupcakes"**.

HÓPKAUP
í krafti fjöldans
hópkaup.is

PIPAR\TBWA • SÍA

Fellibylurinn Írena gerði minni usla vestra en óttast var og stefnir nú til Íslands:

Kemur með meiri rigningu

VEÐUR Fellibylurinn fyrrverandi, Írena, kemur upp að ströndum landsins á fimmtudag, en líkast til verður hún ekki frábrugðin þeim 300 lægðum sem koma upp að landinu á hverju ári.

Írena olli miklum skemmdum á meðan hún var í hámarki og æddi yfir Karíbahafið og ríkin á norðausturströnd Bandaríkjanna. Henni þvarr þó kraftur eftir því sem norðar dró og var stödd yfir Kanada í gær.

Hátt á þriðja tug manna létu lífið í Bandaríkjunum, milljónir manna þurftu að búa við rafmagnsleysi og víða ollu flóð miklum skemmdum. Mesta tjónið varð reyndar af vatnsflóðinu sem streymdi úr skýjunum frekar en af völdum þess ofsaroks sem fylgdi Írenu, enda varð það rok ekki jafn öflugt og óttast var fyrir fram.

Lestarkerfið í New York var tekið úr notkun áður en stormurinn skall á um helgina og óttuðust íbúar borgarinnar öngþveiti þegar það færi af stað aftur. Þá þurfti að fella niður meira en 9.000 flugferðir.

Samkvæmt upplýsingum frá Veðurstofu Íslands mun Írena renna upp að suðurströnd landsins á fimmtudag.

FLÓÐ Í RÉNUN Svona var umhorfs í bænum Waterbury í Vermont í gær þegar Írena var farin hjá. FRÉTTABLAÐIÐ/AP

„Það á ekki að verða neinn stormur af því. Það verður suðaustanátt og rigning á sunnanverðu landinu. Lægðin mun svo staldra við suður af landinu þar sem hún eyðist svo um helgina." **- þj, gb**

6,7 LÍTRAR Á HUNDRAÐIÐ
7,6 SEKÚNDUR Í HUNDRAÐ

Enginn annar bílaframleiðandi hefur jafn staðfastlega og jafn lengi leitað nýrra leiða til að draga úr eldsneytiseyðslu og BMW. Þessi vinna hefur margborgað sig fyrir ökumenn og umhverfið. EfficientDynamics er markaðsheiti eins skilvirkasta tæknipakka sem völ er á. Um er að ræða stórar og smáar tækninýjungar sem BMW hefur þróað frá árinu 1999 og innleitt með það að leiðarljósi að minnka eldsneytiseyðslu og útblástur koltvísýrings.

BMW xDrive 30d
6,7 l/100 km* – CO_2 195 g – 7,6 sek. í hundrað

BMW EfficientDynamics
Less emissions. More driving pleasure.

NÝR BMW X3
Kynntu þér líka nýjan X3. Tækni framtíðarinnar tryggir þér hagkvæmni, afl og þægindi. Jafnvel verðið kemur á óvart!

ENNEMM / SÍA / NM48720

*Miðað við langkeyrslu

INGVAR HELGASON og B&L • Sævarhöfða 2, sími 525 8000

GENGIÐ 29.08.2001

GJALDMIÐLAR	KAUP	SALA
Bandaríkjadalur	113,01	113,55
Sterlingspund	185,24	186,14
Evra	163,95	164,87
Dönsk króna	22,003	22,131
Norsk króna	21,097	21,221
Sænsk króna	17,994	18,1
Japanskt jen	1,4741	1,4827
SDR	182,27	183,35

GENGISVÍSITALA KRÓNUNNAR

219,1155

HEIMILD: Seðlabanki Íslands

Tillögur stjórnlagaráðs lagðar fyrir Alþingi í formi skýrslu í októberbyrjun:

Hömlulaus umræða um stjórnarskrá

ALÞINGI Frumvarpsdrög stjórnlagaráðs að nýrri stjórnarskrá verða tekin til umræðu á Alþingi eins fljótt og kostur er í október. Engar hömlur verða á umræðunni af hálfu þingforseta. Þetta var ákveðið á árlegum fundi forsætisnefndar Alþingis til undirbúnings fyrir þinghald vetrarins sem haldinn var í gær.

Ákveðið var að tillögur stjórnlagaráðs yrðu lagðar fyrir þingið í formi skýrslu frá forsætisnefndinni, vegna þess að í því formi felst engin efnisleg afstaða málflytjendanna til tillagnanna.

Í tilkynningu um fundinn frá Ástu Ragnheiði Jóhannesdóttur þingforseta segir að hún hafi ekki talið heppilegt að leggja tillögur ráðsins fram á fundadögum þingsins í september því að þeir séu aðeins níu og þá yrði tíminn til umræðnanna mjög knappur.

Þegar umræðu um málið lýkur gengur það til stjórnskipunar- og eftirlitsnefndar Alþingis, sem fjallar um stjórnarskrármál.

Í minnisblaði forseta af fundinum er hvatt til þess að umfjöllun nefndarinnar verði ítarleg og opin. Nefndin kalli til fundar við sig fólk sem unnið hafi að málinu á fyrri stigum og gefi almenningi kost á að senda inn umsagnir. **- sh**

ÁSTA RAGNHEIÐUR JÓHANNESDÓTTIR

Húsnæðishallæri í Ósló:

Stúdentaíbúðir í skemmtiskip?

ÓSLÓ Þrír norskir frumkvöðlar hafa kynnt borgaryfirvöldum í Ósló hugmyndir um að koma upp stúdentagarði í skemmtiferðaskipi sem komið verði fyrir við höfnina.

Á vef Aftenposten segir að fjárfestarnir hafi ákveðið skip í huga og þar verði íbúðir fyrir um 200 námsmenn, en stúdentaíbúðir skortir í borginni.

Borgaryfirvöld munu nú meta möguleika verkefnisins, meðal annars hvort það muni trufla umferð annarra skemmtiskipa. - þj

VÆGT FÍKNIEFNI Menn sem fluttu tugi kílóa af khat til Íslands hlutu fyrr á árinu nokkurra mánaða fangelsisdóma fyrir smyglið. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Íslendingur gripinn í Ósló:

Með sautján kíló af khat á Gardermoen

LÖGREGLUMÁL Íslenskur maður var handtekinn á Gardermoen-flugvelli í Ósló í síðustu viku með sautján kíló af fíkniefninu khat í fórum sínum. Hann var að koma frá Amsterdam. Lögregla yfirheyrði manninn og sleppti honum síðan úr haldi, að því er fram kemur í norskum miðlum.

Khat er planta sem vex aðallega í norðausturhluta Afríku. Lauf hennar eru tuggin eða þau soðin í te til að ná fram örvunaráhrifum. Efnið er ekki ólöglegt alls staðar í Evrópu.

Smygl á khat til Noregs hefur aukist gríðarlega undanfarin ár. Í fyrra var lagt hald á 3,7 tonn af því þar ytra. Nokkur slík mál hafa komið upp á Íslandi síðustu misseri. Dómar fyrir þau hafa verið vægir. **- sh**

LEIÐRÉTTING

Í frétt blaðsins í gær víxluðust nöfn þyrla Landhelgisgæslunnar. TF-LÍF bilaði á meðan TF-GNÁ var í reglubundinni skoðun hérlendis.

Annar tveggja Black Pistons-manna tók á sig meginsök

Annar tveggja meðlima vélhjólagengisins Black Pistons tók á sig meginsök í hrottalegu ofbeldismáli við aðalmeðferð í Héraðsdómi Reykjavíkur í gær. Hinn maðurinn, meintur forsprakki Black Pistons, sagði þó að fórnarlambið væri „rosalega lygasjúkt kvikindi“ sem skuldaði sér tvær milljónir.

DÓMSMÁL Annar tveggja manna sem ákærðir eru fyrir að svipta rúmlega tvítugan mann frelsi sínu í maí 2011, misþyrma honum hrottalega og reyna að kúga út úr honum fé tók á sig meginsök við aðalmeðferð málsins í Héraðsdómi Reykjavíkur í gær.

Mennirnir eru báðir sagðir félagar í mótorhjólagenginu Black Pistons. Annar þeirra, Davíð Freyr Rúnarsson, játaði að hafa ráðist á fórnarlambið. Hann neitaði að hafa svipt manninn frelsi og sagði hinn manninn, Ríkharð Júlíus Ríkharðsson, sem talinn er forsprakki Black Pistons, lítið sem ekkert hafa tekið þátt í misþyrmingunum.

Davíð Freyr kvaðst hafa sótt fórnarlambið í iðnaðarhverfi í Hafnarfirði og farið með hann heim til Ríkharðs.

„Hann var að bulla hitt og þetta um allan bæ um mig, meðal annars að hann væri að rukka og selja eiturlyf með mér,“ sagði Davíð um fórnarlambið. Hann kvað engum hótunum né bareflum hafa verið beitt. Þegar saksóknari spurði Davíð Frey hvort hann væri að vernda Ríkharð eða láta undan hótunum hans með því að breyta framburði sínum og taka á sig sök kvað Davíð Freyr svo alls ekki vera.

Hann rakti síðan ferðir sínar með fórnarlambinu eftir dvölina heima hjá Ríkharði. Hann kvaðst meðal annars hafa komið við á Bústaðaveginum til að kaupa sér amfetamín. Aftur hefði verið haldið heim til Ríkharðs og þaðan í iðnaðarhúsnæði í Dugguvogi, þar sem dvalið hefði verið um hríð en síðan aftur heim til Ríkharðs.

Ríkharð gerði lítið úr sínum þætti málsins, en kvað fórnarlambið þó „rosalega lygasjúkt kvikindi“ sem skuldaði sér persónulega tvær milljónir fyrir að koma honum út úr vandræðum.

Fyrir dómi lýsti fórnarlambið hvernig sér hefði verið haldið nauðugum, hann barinn með rafmagnssnúrum og moppuskafti, honum hótað að úr honum yrðu dregnar tennur, skorið á sinar hans og neglur fjarlægðar afhenti hann ekki ferðatölvu, tvö sjónvarpstæki, fasteign, mótorhjól og bíla, auk tíu milljóna.

„Þeir sögðu að ég hefði svikið þá og lömdu mig í bak og fyrir,“ sagði fórnarlambið og bætti við að þeir hefðu svo látið stelpu farða sig, en í gögnum málsins eru myndir af unga manninum sem sýna mikla áverka í andliti.

Eftir þetta lá leiðin í Borgartún, þar sem Davíð Freyr lét klippa sig. Fórnarlambið bað þá um að fá að fara á salernið, en hljóp þaðan beint á lögreglustöðina á Hverfisgötu.

jss@frettabladid.is

Í DÓMSAL Davíð Freyr Rúnarsson og Ríkharð Júlíus Ríkharðsson mættu í lögreglufylgd í dómsal í gær.

Foreldrarnir táruðust í dómsal

Foreldrar fórnarlambsins táruðust þegar þeir báru vitni fyrir dómi í gær. Þeim bar saman um að sonur þeirra hefði verið viti sínu fjær af hræðslu þegar hann hefði talað við þau frá lögreglustöðinni á Hverfisgötu. Skömmu eftir að hann hefði sloppið frá árásarmönnunum hefðu þau orðið vör við að tveir menn hefðu verið að ræða við fólk í hverfinu og leita að heimili þeirra.

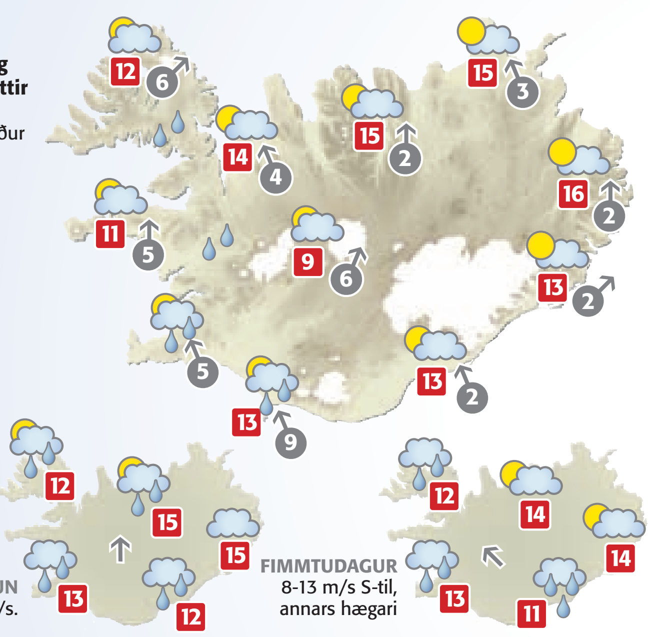
„Maður er orðinn fangi á sínu eigin heimili,“ sagði móðirin og faðirinn bætti við að fjölskyldan væri stöðugt á varðbergi. „Við erum ekki sama fólkið eftir þetta,“ sagði hann. „Okkur hefur dottið í hug að yfirgefa landið. Við höfum aldrei kynnst þessum heimi.“

VEÐURSPÁ

Snjólaug Ólafsdóttir veðurfréttamaður

SUMAR OG HAUST

Sumarið er ekki alveg úti enn. Hlýtt og bjart norðaustan til í dag en væta vestan til. Dregur þó fyrir til morguns og verður víða úrkoma með köflum þó síst austanlands. Á fimmtudag hvessir af suðaustri sunnanlands með úrkomu suðvestan og vestan til.



HEIMURINN

Alicante	30°
Basel	22°
Berlín	18°
Billund	17°
Frankfurt	20°
Friedrichshafen	20°
Gautaborg	17°
Kaupmannahöfn	18°
Las Palmas	27°
London	20°
Mallorca	30°
New York	27°
Orlando	33°
Ósló	18°
París	22°
San Francisco	21°
Stokkhólmur	18°

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:** Guðmundur Steinsson *gudmundurs@365.is,* Hjördís Zoëga *hjordis@frettabladid.is,* Hlynur Þór Steingrímsson *hlynurs@365.is,* Laila Awad *laila@365.is,* Örn Geirsson *orn.geirsson@365.is* **ALLT SÍMI 512-5402:** Jóna María Hafsteinsdóttir *jmh@365.is* **SÉRBLÖÐ SÍMI 512-5016**: Sigríður Dagný Sigurbjörnsdóttir *sigridurdagny@365.is,* Sigríður Hallgrímsdóttir *sigridurh@frettabladid.is,* Þórdís Hermannsdóttir *thordish@365.is,* Ívar Örn Hansen *ivarorn@365.is* **RAÐAUGLÝSINGAR/FASTEIGNIR SÍMI 512-5403**: Hrannar Helgason *hrannar@365.is,* Viðar Ingi Pétursson *vip@365.is* **ÞJÓNUSTUAUGLÝSINGAR SÍMI 512-5407:** Sigurlaug Aðalsteinsdóttir *sigurlaug@365.is,* Arna Rut Kristinsdóttir *arnarut@365.is,* Guðný Gunnlaugsdóttir *gunny@365.is,* **KYNNINGARSTJÓRI:** Einar Skúlason *einar.skulason@365.is*

halló!

TASKA FYLGIR 10.000KR. VIRÐI

BOLTI 21:00

Frábær vél í skólann!
Talnaborð fyrir alla
Excel vinnsluna.
Burstuð álumgjörð og
vökvavarið lyklaborð.

HP Probook 4520s

119.900 kr.

QC 766EA

Örgjörvi: Intel Core i3
Harður diskur: 320GB
Vinnsluminni: 3 GB
Skjár: 15,6" LED BrightView

EINNIG TIL SEM 13"

Skannaðu mig

6 MÁNAÐA VAXTALAUST LÁN

VERTU KLÁR

Nýja haustlínan frá OK búðinni á skólatilboði.

Skannaðu mig

6 MÁNAÐA VAXTALAUST LÁN

HP Compaq CQ62
69.900 kr.
WY950EA

Örgjörvi: Intel Celeron 900
Harður diskur: 250 GB
Vinnsluminni: 2 GB
Skjár: 15.6" LED BrightView

6 MÁNAÐA VAXTALAUST LÁN

HP Pavilion dv6 i5
169.900 kr.
QC766EA

Örgjörvi: Intel Core i5
Harður diskur: 640 GB
Vinnsluminni: 6 GB
Skjár: 15,6" LED BrightView

6 MÁNAÐA VAXTALAUST LÁN

HP Pavilion dv6 i7
219.900 kr.
QA954EA

Örgjörvi: Intel Core i7
Harður diskur: 750GB
Vinnsluminni: 8 GB
Skjár: 15,6" HD LED BrightView

- MEST SELDU TÖLVUR Í HEIMI*

muna!

Office Starter 2010

Office Starter 2010 fylgir
HP Probook og HP Pavilion tölvum.

FILMA.IS

2.000 kr. inneign á **filma.is**
fylgir hverri tölvu!

Opin kerfi eru dreifingar- og þjónustuaðili HP á Íslandi.
HP tölvubúnaður fæst hjá samstarfsaðilum um land allt.

start omnis MYNDSMIÐJAN

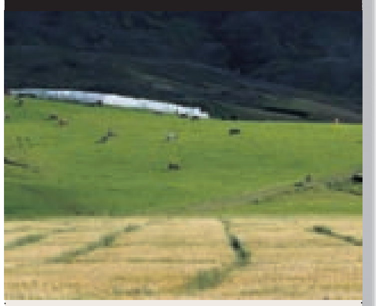
* Skv. Gartner, júlí 2011.

OPNUNARTÍMI: mánud. - föstud. kl. 09 - 18 og laugard. kl. 11 - 15.

OK búðin

Ok búðin / Höfðabakka 9 / 110 Reykjavik / Sími 570 1140 / www.okbudin.is

KJÖRKASSINN



Óttast þú kaup erlendra fjárfesta á íslenskum jörðum?

JÁ	36%
NEI	64%

SPURNING DAGSINS Í DAG:

Hefur þú tínt ber í sumar?

Segðu skoðun þína á visir.is

Alþjóðagjaldeyrissjóðurinn segir vaxtahækkun Seðlabankans viðeigandi:

AGS segir lykilmarkmið hafa náðst

EFNAHAGSMÁL Stjórn Alþjóðagjaldeyrissjóðsins (AGS) samþykkti á föstudag sjöttu og síðustu endurskoðun sína á samstarfsáætlun íslenskra stjórnvalda og AGS. Þar með er formlegu samstarfi Íslands og sjóðsins lokið.

Í fréttatilkynningu sem AGS sendi frá sér af þessu tilefni kemur fram að lykilmarkmið með samstarfinu hafi náðst og að efnahagsbatinn sé hafinn á Íslandi.

„Ísland hefur farsællega lokið við samstarfsáætlunina. Lykilmarkmið hafa náðst: ríkisfjármálin nálgast það að vera sjálfbær, gengi krónunnar hefur náð stöðugleika og fjármálakerfið hefur verið endurreist,“ segir Nemat Shafik, aðstoðarframkvæmdastjóri hjá AGS.

HÖFUÐSTÖÐVAR AGS Alþjóðagjaldeyrissjóðurinn segir efnahagsbatann hafinn á Íslandi.

Shafik segir þó óvissu og ákveðna áhættuþætti hamla efnahagsbatanum. Þá geti frekari seinkanir á fjárfestingarverkefnum og versnandi verðbólguhorfur veikt stöðu hagkerfisins.

Í tilkynningu sinni segir AGS að nýleg vaxtahækkun Seðlabankans hafi verið viðeigandi. Vaxtahækkunin endurspegli versnandi verðbólguhorfur og lækkun sem orðið hafi á raunvöxtum auk þess að búa í haginn fyrir losun gjaldeyrishafta. - mþl

Búist við eldvirkni næstu ár:

Meta hættu vegna eldgosa

STJÓRNSÝSLA Hafin verður á næstunni vinna við hættumat fyrir eldgos á Íslandi. Ríkisstjórnin hefur samþykkt tillögu þess efnis frá Svandísi Svavarsdóttur umhverfisráðherra.

Í tilkynningu frá umhverfisráðuneytinu segir að það taki 15 til 20 ár að klára vinnuna. Fyrsti áfangi sé hins vegar til þriggja ára. Þá segir að eldgosin í Grímsvötnum og Eyjafjallajökli hafi undirstrikað nauðsyn þess að vinna slíkt hættumat enda búist við áframhaldandi eldvirkni. - mþl

Rannsóknarnefnd skipuð:

Þrír rannsaka kaþólskt ofbeldi

TRÚMÁL Þrennt hefur verið skipað í rannsóknarnefnd um kynferðisbrot og annað ofbeldi innan kaþólsku kirkjunnar á Íslandi og Landakotsskóla. Þau eru Hjördís Hákonardóttir, fyrrverandi hæstaréttardómari, sem verður formaður, Hrefna Friðriksdóttir, dósent í fjölskyldurétti, og Jón Friðrik Sigurðsson, prófessor og yfirsálfræðingur á geðsviði Landspítalans.

Róbert R. Spanó lagaprófessor skipaði í nefndina samkvæmt ákvörðun kirkjunnar.

Nefndin á að rannsaka hvort vígðir þjónar eða aðrir starfsmenn hafi gerst sekir um mistök, vanrækslu eða þöggun, leggja til úrbætur og vísa málum til lögreglu. Hún mun hafa óheftan aðgang að gögnum kirkjunnar og taka viðtöl við meint fórnarlömb og aðra sem málum tengjast.

Niðurstöðum skal skilað eigi síðar en 1. september 2012. - sh

LÖGREGLUFRÉTTIR

Með hass í tölvutösku

Íslensk kona á sextugsaldri var handekin við komu Norrænu til Færeyja í gærmorgun. Við leit fundust 1,5 kíló af hassi í fórum hennar. Fréttastofa Ríkisútvarpsins greindi frá þessu. Efnin faldi hún í fölsku hólfi í tölvutösku.

Ráðherra segir allt Líbíumálið vera uppi á borðum

Flokksráð VG vill að Alþingi stofni rannsóknarnefnd um aðdraganda þess að Ísland studdi aðgerðir NATO í Líbíu. Utanríkisráðherra segir að allt sé uppi á borðum. Meirihluti Alþingis hafi stutt aðgerðirnar.

UTANRÍKISMÁL Össur Skarphéðinsson utanríkisráðherra segir að allt sé uppi á borðum varðandi stuðning Íslands í mars síðastliðnum við aðgerðir Atlantshafsbandalagsins (NATO) gegn hersveitum Gaddafís í Líbíu. Flokksráðsfundur Vinstrihreyfingarinnar - græns framboðs (VG) ályktaði um málið um helgina og beindi því til Alþingis að skipuð yrði rannsóknarnefnd „til að rannsaka aðdraganda þess að Ísland samþykkti þessar aðgerðir“.

ÖSSUR SKARPHÉÐINSSON

„Þetta eru allavega óvenjuleg vinnubrögð,“ sagði Össur í samtali við Fréttablaðið, spurður hvort í þessari ályktun fælist ádeila á ríkisstjórnina.

Hann bætti því við að öll afgreiðsla á málinu hefði verið uppi á borðum og meðal annars rædd á þingi, í utanríkisnefnd og í ríkisstjórn.

„Það er því ljóst að þegar ákvörðunin var tekin upphaflega voru engar upplýsingar um það að VG hefði aðrar skoðanir en ég á þessu máli. Það lá fyrir yfirlýsing Gaddafís um að fara með eldi og eimyrju gegn íbúum Bengasí og hann stóð bókstaflega í borgarhliðunum. Þegar ákvörðunin var svo framlengd [hinn 1. júní] var hún líka rædd á Alþingi og það var alveg skýrt að það væri yfirgnæfandi meirihluti á þingi með aðgerðinni. Það var sömuleiðis rætt í utanríkisnefnd og þar bókuðu VG andstöðu sína. En það er alveg skýrt að ég var ekki viðskila við vilja Alþingis í þessu máli.“

NUTU GÓÐS AF AÐGERÐUM NATO Uppreisnarmenn ráða nú nær öllu í Líbíu, en þeir hefðu trauðla náð því án hjálpar NATO. Utanríkisráðherra segist ekkert hafa að fela vegna stuðnings Íslands við aðgerðir NATO. Flokksráð VG kallaði um helgina eftir því að rannsóknarnefnd tæki þá atburðarás til skoðunar. NORDICPHOTOS/AFP

Össur bætir því við að ráðherrar VG hefði bókað andstöðu sína við aðgerðir NATO, en hann hefði sem utanríkisráðherra haft heimild til að taka ákvörðun um stuðning.

En er hann mótfallinn stofnun rannsóknarnefndar um þessa rás atburða?

„Það eru aðrir en ég sem hafa eitthvað að fela í þessu máli. Ég er síður en svo hræddur um að minn þáttur eða Samfylkingarinnar í þessu máli verði skoðaður. Ég segi þinginu aldrei fyrir verkum og ef þingið vill samþykkja svona ályktun stend ég ekki í vegi fyrir því. Það er hins vegar algjör óþarfi því að öll gögn málsins liggja fyrir og allt hefur verið uppi á borðum.“

> Ég er síður en svo hræddur um að minn þáttur eða Samfylkingarinnar í þessu máli verði skoðaður.
>
> ÖSSUR SKARPHÉÐINSSON UTANRÍKISRÁÐHERRA

Mun þetta mál hafa afleiðingar í samskiptum stjórnarflokkanna?

„Ég mun halda áfram að stíga minn ástleitna dans við VG þrátt fyrir þetta.“ thorgils@frettabladid.is

Uppreisnarmenn vilja NATO áfram í Líbíu eftir að átökum lýkur:

Fjölskylda Gaddafís fór til Alsírs

LÍBÍA, AP Eiginkona og þrjú börn Múammars Gaddafí eru farin til Alsírs. Utanríkisráðuneyti Alsírs staðfesti þetta í gær og tilkynnti bæði Sameinuðu þjóðunum og uppreisnarstjórninni í Líbíu um það. Uppreisnarstjórnin í Líbíu hefur beðið NATO um að vera til staðar í landinu eitthvað áfram eftir að átökum lýkur. „Gaddafí er enn fær um að gera eitthvað skelfilegt á síðustu stundu,“ sagði Mustafa Abdul-Jalil, yfirmaður bráðabirgðastjórnar uppreisnarmanna.

Uppreisnarmenn hafa fundið ýmsa muni sem Gaddafí skildi eftir sig þegar hann flúði úr aðsetri sínu í höfuðborginni Trípolí, meðal annars ljósmyndir og skjöl af ýmsu tagi.

Einnig hefur komið í ljós að Abdel Baset al-Megrahi, sem var dæmdur í Lockerbie-málinu í Skotlandi árið 2001, liggur fyrir dauðanum á heimili fjölskyldu sinnar í Trípolí.

Hann var látinn laus úr fangelsi árið 2009 af mannúðarástæðum, þegar læknar töldu hann aðeins eiga þrjá mánuði ólifaða vegna krabbameins. Þegar fréttir af láti hans létu bíða eftir sér fóru af stað sögusagnir um að í raun væri hann við hestaheilsu. Þær sögusagnir virðast ekki hafa átt við rök að styðjast. - gb

LÚXUS Í EINKAÞOTU GADDAFÍS Uppreisnarmenn skoða herlegheitin. NORDICPHOTOS/AFP

Verðtryggð skuldabréf Lánasjóðs sveitarfélaga ohf. LSS150224

Lánasjóður sveitarfélaga ohf. (LSS), kt. 580407-1100, hefur birt viðauka við grunnlýsingu dagsett 28. mars 2011 vegna töku skuldabréfa til viðskipta á NASDAQ OMX Iceland hf. Viðaukann og gögn sem vitnað er til í honum er hægt að nálgast hjá Lánasjóði sveitarfélaga ohf., Borgartúni 30, 105 Reykjavík og á heimasíðu Lánasjóðs sveitarfélaga ohf. www.lanasjodur.is fram til lokagjalddaga skuldabréfanna.

Nafnverð útgáfu: Heildarnafnverð skuldabréfanna sem óskað hefur verið að tekin verði til viðskipta 31. ágúst 2011 er 300.000.000 kr., heildarnafnverð flokksins eftir þá stækkun er þá 26.684.000.000 kr. Nafnverð hverrar einingar er 1 kr.

Skilmálar bréfanna: Skuldabréfin eru verðtryggð jafngreiðslubréf. Bréfin bera fasta 3,75% ársvexti sem greiddir eru hálfsárslega, 15. febrúar og 15. ágúst ár hvert, í fyrsta sinn 15. febrúar 2009 og í síðasta sinn 15. febrúar 2024. Auðkenni flokksins á NASDAQ OMX Iceland hf. er LSS150224 og ISIN númer IS0000018869.

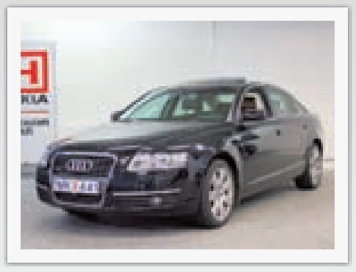
Reykjavík, 30. ágúst 2011.
Lánasjóður sveitarfélaga ohf.

Audi Q7 3,0 TDi
Árgerð 2010, dísel
Ekinn 17.000 km, sjálfskiptur
Ásett verð
12.590.000,-

NÝLEGIR GÆÐABÍLAR Á GÓÐU VERÐI

Komdu til okkar á **Laugaveg 174** og prófaðu einn af gæðingunum í notuðum bílum. Sölumenn taka vel á móti þér!

Audi A4 Avant 1.8 TFSI
Árgerð 2011, bensín
Ekinn 3.900 km, sjálfsk.
Ásett verð
7.840.000,-



Audi A6 4.2 Quattro
Árgerð 2005, bensín
Ekinn 57.000 km, sjálfsk.
Ásett verð
4.990.000,-

VW Passat Comfort
Árgerð 2007, bensín
Ekinn 73.000 km, sjálfsk.
Ásett verð
2.690.000,-

MM Pajero Instyle
Árgerð 2008, dísel
Ekinn 74.000 km, sjálfsk.
Ásett verð
6.980.000,-

VW Polo 1.2 Trendl. 5 gíra
Árgerð 2010, bensín, 70 Hö.
Ekinn 49.000 km, beinsk.
Ásett verð
1.790.000,-

VW Golf GTi
Árgerð 2006, bensín
Ekinn 55.000 km, sjálfsk.
Ásett verð
2.490.000,-

VW Jetta
Árgerð 2009, bensín
Ekinn 55.000 km, beinsk.
Ásett verð
2.390.000,-

Toyota Land Cruiser
Árgerð 2004, bensín
Ekinn 147.000 km, sjálfsk.
Ásett verð
4.090.000,-

VW Bjalla
Árgerð 2007, bensín
Ekinn 33.400 km, sjálfsk.
Ásett verð
2.390.000,-

Skoda Superb 1.8T
Árgerð 2007, bensín
Ekinn 73.000 km, sjálfsk.
Ásett verð
2.390.000,-

VW Passat Comfortline
Árgerð 2007, bensín
Ekinn 74.000 km, beinsk.
Ásett verð
2.550.000,-

MM Lancer
Árgerð 2009, bensín
Ekinn 41.000 km, beinsk.
Ásett verð
2.690.000,-

HEKLA **NOTAÐIR BÍLAR**

Komdu og skoðaðu úrvalið!
Laugavegi 174 | Sími 590 5040
Opið virka daga frá kl. 10-18 og laugardaga kl. 12-16

Kíkið inná:
heklanotadirbilar.is

VEISTU SVARIÐ?

1. *Hversu mörgum aðstoðarbeiðnum sinntu björgunarsveitir á hálendinu í sumar?*
2. *Hversu mikið hefur heildarraforkukostnaður viðskiptavina OR hækkað frá því í júní í fyrra?*
3. *Hversu lengi hefur Svali á FM 957 starfað sem útvarpsmaður?*

SVÖR

1. Um 250. 2. 26 prósent. 3. Tuttugu ár.

Framkvæmdastjóri Ferskra kjötvara gagnrýnir reglur um kjötinnflutning:

Naumur tími er hindrun

MATVÆLI „Þegar loksins var búið að framlengja opna tollkvótann í nautakjöti var búið að selja öðrum aðila nautakjötið sem ég ætlaði að kaupa erlendis. Ég þurfti þess vegna að byrja að því að leita að kjöti aftur. Og það er ekki eins og menn úti í heimi bíði eftir þessum viðskiptum.“

LEIFUR ÞÓRSSON

Þetta segir Leifur Þórsson, framkvæmdastjóri Ferskra kjötvara, vegna fréttatilkynningar frá sjávarútvegs- og landbúnaðarráðuneytinu um að opið sé fyrir innflutning nautakjöts á lækkuðum tollum. Þar segir að upphaflega hafi átt að vera opið fyrir innflutninginn frá 10. júní til 30. júlí. Heimild til innflutnings hafi hins vegar verið framlengd til 30. september.

„Það er alveg rétt að opið er fyrir innflutning ennþá en hann getur verið erfiðleikum háður þegar hann er mjög tímabundinn. Í fyrsta lagi þarf að sækja um leyfi fyrir hvern einasta framleiðanda ef maður hefur ekki flutt inn frá honum áður. Þegar slíkt samþykki hefur fengist, sem getur tekið tvær til þrjár vikur, þarf kjötið svo að vera í frysti í 30 daga áður en það er flutt inn. Ég benti strax á, hinn 9. júní, að þegar heimildin væri veitt í svona stuttan tíma, eins og gert var þegar tollkvótinn átti bara að vera opinn í rúman mánuð, væri ekki hægt að flytja kjötið inn. Það var hins vegar ekki tekin ákvörðun um framlenginguna fyrr en 14. júlí. Þá byrjaði leit að kjöti á ný.“ **- ibs**

SÞ varar við fuglaflensu:

Lítil hætta á flensunni hér

HEILSA Sameinuðu þjóðirnar vöruðu í gær við því fuglaflensan gæti dreift sér upp á nýtt. Haraldur Briem sóttvarnalæknir telur ekki mikla hættu á að fuglaflensan berist hingað.

Hann segir ekki um nýtt tilbrigði flensunnar að ræða heldur sé þetta H5N1-tilbrigðið sem hafi verið þekkt lengi. Hann segir Íslendinga ekki þurfa að hafa áhyggjur í bili. Það séu helst þeir sem vinni við fuglarækt eða umgangist veika fugla í Asíu sem þurfi að hafa áhyggjur.

Tunglið kortlagt með meiri nákvæmni en nokkru sinni

NASA undirbýr spennandi verkefni þar sem segulsvið tunglsins verður kortlagt með áður óþekktri nákvæmni. Gæti gefið vísbendingar um innri gerð tunglsins og uppruna jarðar og annarra bergreikistjarna.

GEIMVÍSINDI Nýtt verkefni Geimferðastofnunar Bandaríkjanna, NASA, gæti markað kaflaskil í skilningi mannkyns á eðli, gerð og upphafi tunglsins og bergreikistjarna í sólkerfi okkar.

GRAIL-verkefnið svokallaða felst í því að tveimur könnunarförum verður komið á braut um tunglið, þaðan sem þau munu senda nákvæmar upplýsingar um segulsvið tunglsins.

Meðal þess sem fram mun koma, gangi verkefnið að óskum, er uppbygging tunglsins allt frá kjarna að skorpu.

Fyrir utan það sem læra má um þróun og uppbyggingu annarra reikistjarna verður þetta verkefni ómetanleg fróðleiksnáma fyrir tunglferðir framtíðarinnar.

Könnunarförunum tveimur, Grail-A og Grail-B, verður að öllum líkindum skotið á loft hinn 8. september og er gert ráð fyrir því að þau verði komin á braut um áramót. Eftir það taka við 82 dagar af rannsóknum, en að því loknu munu tækin lækka flugið og lenda á yfirborði tungsins.

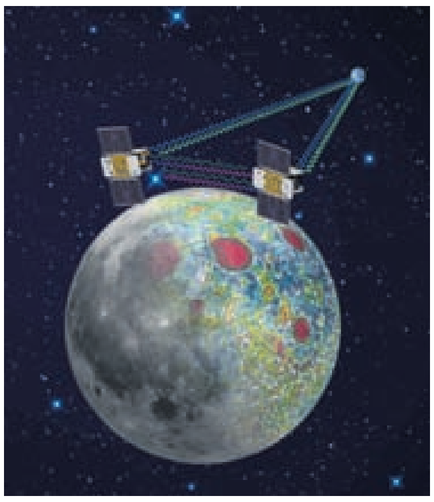
thorgils@frettabladid.is

SPENNIÐ BELTIN Könnunarförin eru komin um borð í eldflaugina sem mun koma þeim út í geim í átt að tunglinu. MYND/NASA

Fróðleiksmolar um tunglið

- Tunglið er í 360.000 til 405.000 kílómetra fjarlægð frá jörðu.
- Tunglið er 1.737 kílómetrar í þvermál og 2.159 kílómetrar í ummál.
- Þyngdaraflið á tunglinu er 1/6 af því sem er á jörðu þannig að 90 kílóa maður á jörðu yrði 15 kíló á tunglinu.
- Tunglið fjarlægist jörðina um 3,8 sentimetra á ári.
- Tunglið snýr alltaf sömu hlið að jörðu.
- Sólarhringurinn á tunglinu jafngildir um 30 sólarhringum á jörðu.

Heimild: NASA



KORTLEGGJA TUNGLIÐ Könnunargeimförin tengjast á sporbaug um tunglið og senda gögn til jarðar. MYND/NASA

Formannskjör hjá SUS:

Davíð kjörinn nýr formaður

STJÓRNMÁL Davíð Þorláksson héraðsdómslögmaður var á sunnudag kjörinn formaður Sambands ungra sjálfstæðismanna næstu tvö árin.

DAVÍÐ ÞORLÁKSSON

Davíð er fæddur og uppalinn á Akureyri en búsettur í Reykjavík. Hann er með embættispróf í lögfræði frá Háskóla Íslands og hlaut héraðsdómslögmannsréttindi árið 2009.

Davíð sat í stjórn SUS frá 2003 til 2005 og svo aftur frá árinu 2009. Hann hefur verið formaður Félags sjálfstæðismanna í Vesturbæ og Miðbæ og í stjórn fulltrúaráðs sjálfstæðisfélaganna í Reykjavík. **- mþl**

Slæmar hagtölur að birtast:

Hagvöxtur víða að minnka

EFNAHAGSMÁL Hagvöxtur í Bandaríkjunum var einungis 1% á ársgrundvelli á öðrum ársfjórðungi. Búist hafði verið við 1,3% hagvexti.

Þá voru hagvaxtartölur fyrir annan ársfjórðung í Bretlandi endurskoðaðar niður. Hagvöxtur þar mældist 0,7% á ársgrundvelli á tímabilinu en var 2,5% á sama tímabili í fyrra. Svipuð þróun er víða að eiga sér stað í Evrópu og hefur til að mynda hægt á hagvexti í Þýskalandi, Frakklandi og á Ítalíu. Nokkur lönd standa þó vel og mælist hagvöxtur 3,7% í Finnlandi og 5,3% í Svíþjóð. **- mþl**

Samstöðuhópur gegn misrétti v/kynferðisafbrotamála!

Gagnasöfnun hafin!

„Hefur barnið þitt fengið að njóta vafans?“

1. **Hefur Rannsóknarlögregla fellt niður þitt mál?**
2. **Hefur Ríkissaksóknari fellt niður þitt mál?**
3. **Hefur þú orðið fyrir vonbrigðum með rannsókn málsins?**
4. **Hefur þú orðið fyrir vonbrigðum gagnvart þeim lögum er lúta að kynferðisafbrotamálum?**
5. **Hefur þú orðið fyrir vonbrigðum með dóminn.**
6. **Hefur þú orðið var/vör við að eitthvað eftirlit sé með manni sem lokið hefur afplánun?**

Hafir þú/þið svör við ofantöldum spurningum, endilega hafið samband!
Facebook síða „Samstöðuhópur gegn misrétti..“ í skilaboð.
Skrifið mér á netfangið: kristinsn@simnet.is og/eða
Pósthólf 8915 - 108 Reykjavík - merkt: **„Samstöðuhópur“**
Heimasíða: www.kristinsnaefells.com

Kær kveðja, Kristín Snæfells Arnþórsdóttir

FULLUM TRÚNAÐI HEITIÐ!

Telja árangur stjórnar minni en af hefur verið látið:

Tækifærum glutrað

EFNAHAGSMÁL Bjarni Benediktsson, formaður Sjálfstæðisflokksins, og Sigmundur Davíð Gunnlaugsson, formaður Framsóknarflokksins, eru gagnrýnir á málflutning ríkisstjórnarinnar í tengslum við lok formlegs samstarfs Íslands og Alþjóðagjaldeyrissjóðsins (AGS). Þeir segja ríkisstjórnina hafa brugðist í endurreisn efnahagslífsins.

„Þegar menn fara yfir það lið fyrir lið hverju átti að áorka í upphafi komast menn að annarri niðurstöðu en ríkisstjórnin,“ segir Bjarni og bætir við að upphafleg markmið um afnám gjaldeyrishafta, lága verðbólgu og hagvöxt hafi ekki náðst fram.

Þá segir Bjarni fyrirheit um að kjarasamningar endurspegluðu ástandið í efnahagslífinu hafa verið brotin. Loks hafi verið gengið mun lengra í skattahækkunum en AGS hafi lagt til og of lítið gert til að koma nýrri fjárfestingu af stað.

„Mér finnst því miður fátt benda til þess að efnahagslífið sé farið af stað, að minnsta kosti ekkert í líkingu við það sem ætti

BJARNI BENEDIKTSSON

SIGMUNDUR D. GUNNLAUGSSON

að vera,“ segir Sigmundur Davíð og bætir við: „Við förum á mis við þá uppsveiflu sem kom víðast hvar fram í kjölfar fyrri hluta fjármálakrísunnar. Jafnvel þótt aðstæður hafi að mínu mati verið á margan hátt heppilegar fyrir nýja fjárfestingu með lágt gengi krónunnar og nægt vinnuafl til reiðu.“

Þá segir Sigmundur ríkisstjórninni hafa mistekist að nýta þau tækifæri sem voru til staðar og raunar gert illt verra með því að viðhalda stöðugri pólitískri óvissu og með því að flækja skattkerfið og hækka skatta ítrekað. **- mþl**

STRÆTÓ Um hríð hefur verið hægt að kaupa strætókort og -miða á vefsíðu Strætó. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

Tilboðinu lýkur á morgun:

Strætókort á tilboðsverði

SAMGÖNGUR Sölu á strætókortum á sérstöku tilboði fyrir veturinn sem nálgast lýkur á morgun. Eins mánaðar, þriggja mánaða og níu mánaða strætókort sem keypt eru fyrir miðnætti á morgun hafa þriðjungi lengri gildistíma en hefðbundið er.

Mánaðarkort gildir því í fimm vikur, þriggja mánaða kort í fjóra mánuði og níu mánaða kort í tólf mánuði.

Hægt er að kaupa strætókort eða strætómiða á vefsíðu Strætó, straeto.is, og fást þá kortin send heim í pósti svo ekki þarf að gera sér ferð á sölustað. **- mþl**

SUMARTILBOÐ SÍÐUSTU DAGAR

20-50%
AFSLÁTTUR AF ÖLLUM HEILSURÚMUM

Smíðum rafmagnsrúm í öllum stærðum!

ROYAL OG CLASSIC

Hágæða fjölstillanleg rafmagnsrúm á 20% afslætti.

12 mánaða vaxtalaus VISA / EURO greiðsludreifingu

SUMARTILBOÐ SÍÐUSTU DAGAR

Frí heimsending á hjónarúmum! / Tökum gamla rúmið upp í nýtt!

FAGLEG RÁÐGJÖF OG FRÍ LEGUGREINING

Komdu í heimsókn, prófaðu legugreininguna, og fáðu faglega ráðgjöf um val á heilsudýnum, án skuldbindinga!

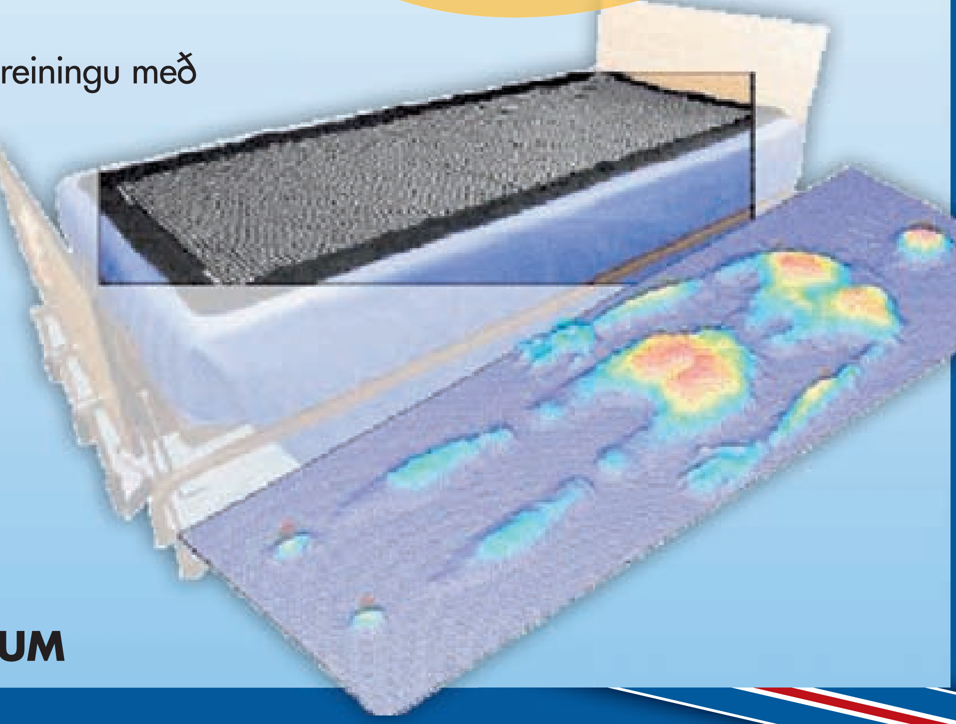
Vertu örugg/ur. Komdu í greiningu

RúmGott býður öllum viðskiptavinum upp á fría legugreiningu með hinum byltingarkennda Xsensor Medical Pro búnaði.

HVENÆR ER ÞÖRF Á LEGUGREININGU?

Finnurðu fyrir eymslum í mjóbaki?
Vaknarðu oft með verki í mjöðm?
Finnurðu fyrir eymslum eða dofa í öxlunum?
Sefurðu illa vegna annara óþæginda?
- hryggskekkju
- brjósklos
- samföllnum hryggjaliðum
- spengdum hryggjaliðum
- gigt, til dæmis:
- slitgigt, vefjagigt eða liðagigt.

FREMSTIR Í FRAMLEIÐSLU Á HEILSUDÝNUM



VIÐ FRAMLEIÐUM ÞITT RÚM EFTIR ÞÍNUM ÞÖRFUM
SÉRSMÍÐUM RÚM OG DÝNUR Í SUMARHÚS FELLIHÝSI OG TJALDVAGNA

Löggiltir dýnuframleiðendur, starfandi í 60 ár

RúmGott · Smiðjuvegi 2 (við hliðina á Bónus) · Kópavogi · Sími 544 2121
Opið virka daga frá kl. 10-18 og laugardaga kl. 11-16 · www.rumgott.is

VERSLUNIN Rúm Gott ÍSLENSK HEILSURÚM

GERIR GUÐ ÚR PAPPÍRSMÁLUM Indverski listamaðurinn K. Surya Prakash leggur lokahönd á styttu af hindúaguðinum Ganesh, sem hann hefur búið til úr pappírsmálum. NORDICPHOTOS/AFP

Rúmar tvær vikur eru þar til þingkosningar fara fram í Danmörku:

Útlendingastefna mætir aukinni andstöðu

DANMÖRK Bandalag Íhaldsflokksins og Róttæka flokksins, tveggja danskra stjórnmálaflokka af sitthvorum væng stjórnmálanna, hefur haft óvænt áhrif á kosningabaráttuna þar í landi.

Lars Barfoed, leiðtogi Íhaldsflokksins, og Margrethe Vestager, leiðtogi Róttækra, hafa lofað hvort öðru því að ganga ekki til stjórnarsamstarfs nema báðir flokkarnir verði með í stjórn.

Þar með hafa þau í reynd útilokað að Danski þjóðarflokkurinn, sem leggur alla áherslu á að takmarka möguleika útlendinga í Danmörku, geti haft áhrif á stjórnarstefnuna, eins og hann hefur gert undanfarin ár með því að styðja minnihlutastjórn Íhaldsflokksins og frjálslynda Venstre-flokksins.

Nú strax eru áhrifamiklir einstaklingar innan Venstre byrjaðir að hvetja til þess að Venstre gangi til liðs við bandalag Íhaldsflokksins og Róttækra.

Vinstriblokkin í Danmörku, sem inniheldur Róttæka flokkinn, er þó enn með gott forskot á hægriblokkina samkvæmt skoðanakönnunum.

Lars Løkke Rasmussen forsætisráðherra, sem er leiðtogi Venstre, ákvað fyrir helgi að boða til þingkosninga 15. september næstkomandi þrátt fyrir slæma stöðu hægriflokkanna. - gb

LEIÐTOGAR STÆRSTU FYLKINGANNA Helle Thorning-Schmidt, leiðtogi sósíaldemókrata, og Lars Løkke Rasmussen forsætisráðherra að loknum sjónvarpsumræðum um helgina. NORDICPHOTOS/AFP

Costa del Sol

Allra síðustu sætin 10. september
í 10 nætur

Frá kr. 88.400

Heimsferðir bjóða frábæra 10 nátta ferð til Costa del Sol þann 10. september. Í boði er einstakt sértilboð á Aguamarina íbúðahótelinu.

Gríptu þetta tækifæri og skelltu þér í frábæra ferð til Costa del Sol og njóttu lífsins á hreint ótrúlegum kjörum.
Einnig önnur sértilboð í boði.

Ath. mjög takmarkaður fjöldi íbúða - verð getur hækkað án fyrirvara.

Aguamarina ★★★
Kr. 88.400

Netverð á mann, m.v. 2 fullorðna og 2 börn, 2-11 ára, í íbúð 10 nætur. Verð m.v. gistingu í tvíbýli kr. 99.900.

Heimsferðir
Skógarhlíð 18 • sími 595 1000
Akureyri • sími 461 1099
www.heimsferdir.is

Birt með fyrirvara um prentvillur. Heimsferðir áskilja sér rétt til leiðréttinga á slíku. Ath. að verð getur breyst án fyrirvara.

Þú færð Fréttablaðið
á kostnaðarverði á 120 stöðum
um land allt. Nánari upplýsingar
á visir.is/dreifing

FRÉTTABLAÐIÐ 10 ÁRA 2001-2011

Allt sem þú þarft

Tekur við ógrynni vandamála af Kan

Yoshihiko Noda verður sjötti forsætisráðherra Japans á sex árum. Hann er flokksbróðir og fyrrverandi fjármálaráðherra í ríkisstjórn forvera síns, Naoto Kan. Fáir spá honum langlífi í embætti, enda helstu verkefnin illviðráðanleg.

JAPAN, AP Japanska þingið samþykkti í gær að Yoshihiko Noda, fjármálaráðherra í ríkisstjórn Naoto Kan, tæki við af Kan sem forsætisráðherra. Kan sagði af sér á föstudaginn eftir að hafa sætt harðri gagnrýni fyrir að hafa ekki tekið nógu vel á afleiðingum náttúruhamfaranna í vor.

Vandamálin sem Noda tekur í arf frá Kan eru ekki af smærra taginu. Fyrir utan eyðilegginguna sem jarðskjálftinn í mars og flóðið mikla skildu eftir sig sliga miklar og vaxandi ríkisskuldir efnahag landsins. Mikil óánægja er meðal almennings með stjórn landsins og stjórnmálamenn almennt.

Lýðræðisflokkurinn, sem fer með stjórn landsins, hefur átt erfitt með að koma málum í gegnum þingið þrátt fyrir meirihluta í neðri deild, því stjórnarandstaðan er með meirihluta í efri deildinni þar sem hún getur stöðvað eða torveldað framgang mála. Þar á ofan eru harðvítugar innbyrðis deilur í Lýðræðisflokknum, sem hefur þar af leiðandi átt erfitt með að ná einingu um stefnu í mikilvægum málum.

Enn er gríðarmikið verk óunnið við hreinsun og uppbyggingu á flóðasvæðunum í norðvestanverðu landinu. Um hundrað þúsund manns hafa ekki komist heim til sín vegna geislamengunar frá kjarnorkuverinu í Fukushima, auk þess sem orkuframleiðsla í landinu er illa löskuð eftir að kjarnorkuverið þar var tekið úr notkun.

Sem fjármálaráðherra hefur Noda reynslu af því að glíma við fjárhagsvanda ríkisins en þarf nú að takast á við innanflokksvanda Lýðræðisflokksins og reyna að efla trú almennings á stjórnmálin, sem hefur komist í nýjar lægðir eftir að almenningur hefur horft upp á ráðleysi stjórnvalda gagnvart náttúruhamförunum í vor.

Noda aðhyllist aðhaldssemi í ríkisfjármálum og nýtur vinsælda meðal stórlaxa í viðskiptalífinu en þykir skorta persónutöfra og ákveðni. Hann verður sjötti forsætisráðherra landsins á fimm árum, enda áttu stjórnvöld í mestu erfiðleikum með langvarandi stöðnun í efnahagsmálum áður en áfallið reið yfir í vor.

Noda var í gær kosinn leiðtogi Lýðræðisflokksins með 215 atkvæðum eftir að Naoto Kan sagði af sér fyrir helgina. Noda tekur því formlega við sem forsætisráðherra á næstu dögum.

gudsteinn@frettabladid.is

YOSHIHIKO NODA Nýr leiðtogi Lýðræðisflokksins og verðandi forsætisráðherra hneigir sig á flokksþingi. FRÉTTABLAÐIÐ/AP

Danir hyggjast sigla með gamla verksmiðjutogara á miðin úti af Sómalíu:

Ætla að fá sjóræningja til að veiða

DANMÖRK Hópur Dana vonast til þess að geta hjálpað sjóræningjum í Sómalíu að segja skilið við glæpastarfið og leggja fyrir sig fiskveiðar á ný, en margir þeirra eru sjómenn sem enga atvinnu hafa og stunda því sjórán.

Danirnir ætla, í samvinnu við stjórnvöld og hjálparstofnanir, að kaupa eða leigja færeyska eða grænlenska togara til að veiða á miðum úti af strönd Sómalíu. Frá þessu er skýrt á vefsíðum danska dagblaðsins Politiken.

Undanfarin ár, meðan sjórán hafa fælt fiskiskip annarra þjóða frá miðunum úti af Sómalíu, hafa fiskistofnarnir fengið frið til að stækka. Hugmyndin er sú að fara með stóra verksmiðjutogara á þessar slóðir og fara þar að dæmi Grænlendinga og bjóða heimamönnum að sigla upp að togurunum og kaupa þar af þeim fisk sem þeir hafa veitt á eigin bátum.

Það er danskur blaðamaður, Jakob Johannsen, sem er frumkvöðull þessarar tilraunar. Hann hefur áður starfað með hjálparstofnunum á borð við Barnaheill og Lækna án landamæra.

„Hugmyndin er sú að sjómenn á staðnum, sem taka þátt í verkefninu, fái borgað svo mikið reiðufé fyrir útflutninginn að þeir kjósi að vera sjómenn frekar en sjóræningjar,“ segir Johannsen. - gb

SÓMALSKIR SJÓRÆNINGJAR Fiskistofnar úti af ströndum Sómalíu hafa dafnað í skjóli sjórána síðustu árin. NORDICPHOTOS/AFP

HONDA
The Power of Dreams

Raðaðu þínum þörfum saman
Honda CR-V passar fyrir þær allar
á verði frá kr. **CR-V 5.490.000** (á mán. kr. 63.315*)

Sannreyndu hvernig hagkvæmnin á Honda CR-V smellpassar

Rýmið passar fyrir fjöll af hamingju,
fjölstjörnuöryggið fyrir alla fjölskylduna,
sparneytnin fyrir skutlið,
búnaðurinn passar upp á stemmninguna
og allt á Honda-góðu verði.
Passar algjörlega.

BERNHARD

Vatnagörðum 24 - 26 • Sími 520 1100 • www.bernhard.is
Umboðsaðilar: Reykjanesbær, Bernhard, sími 421 7800 • Akranes, Bílver, sími 431 1985
Akureyri, Höldur, sími 461 6020 • Vestmannaeyjar, Bragginn, sími 481 1535

www.honda.is

* Miðað við óverðtryggðan bílasamning til 84 mánaða í íslenskum krónum, 70% lánshlutfall og 8,8% vöxtum. Hlutfallstala kostnaðar er 10,12%. Bíll á mynd: CR-V Executive 2.0i með samlitaða stuðara, sílsa, hjólboga og aurhlífar.

FRÉTTASKÝRING: Einkarekin velferðarþjónusta

Fólkið sem fellur milli skips og bryggju

Hvort sem vitnað er í lög eða sáttmála sem Ísland gengst undir hafa aldraðir og fatlað fólk jafnan rétt til þess að taka þátt í samfélaginu. Tæknin, hugvitið og viljinn er til staðar svo að þetta gæti gengið eftir. Enn virðast þó slíkir hnökrar finnast á kerfinu að þeir sem gætu með aðstoð tekið þátt í samfélaginu fá ekki að gera það, jafnvel þó að þrjú fyrirtæki gætu leitt þá til mannsæmandi lífs.

Þjóðin er að eldast og þær hendur sem halda uppi velferðarkerfinu verða sífellt færri, í hlutfalli við þá sem þurfa að nýta sér kerfið. Með hjálp tækninnar og með nútímalegum vinnuaðferðum er hægt að tryggja að aldraðir dvelji mun lengur heima. Eins er hægt að tryggja að fatlað fólk geti í lengstu lög tekið þátt í atvinnulífinu og lagt sitt af mörkum til samfélagsins í stað þess að íþyngja því. Það eykur ekki aðeins lífsgæði heldur sparar samfélaginu háar fjárhæðir. Reynslan frá Svíþjóð sýnir til dæmis að það er 43 prósentum ódýrara að aðstoða fólk í heimahúsi en að vista það á þar til gerðum heimilum.

Viðskiptatækifæri og samfélagslegur hagur

Íslensk fyrirtæki hafa nú þegar komið auga á tækifærin sem þarna eru fyrir hendi. Öryggismiðstöðin, Vinun og Sinnum hafa þegar haslað sér völl í þessum geira, en forsvarsmenn þessara fyrirtækja voru allir sammála um að stjórnvöld þyrftu að búa betur um hnútana svo hægt væri að nýta þetta tækifæri. Nú þegar hafa Svíar komið velferðarþjónustunni í þann farveg að þeir sem ekki hafa fulla færni við að feta sig í lífinu geta valið hvaðan þeir þiggja þá þjónustu sem gerir þeim kleift að lifa sem eðlilegustu lífi; frá hinu opinbera, frá einkafyrirtækjum eða þá hjá báðum í bland. Hér á landi falla enn of margir milli skips og bryggju þannig að þó að tæknin, viljinn og þekkingin sé til sem getur fleytt þeim áfram fara þeir á mis við það og verða utanveltu í samfélaginu.

Málefni í fjötrum forræðishyggju

Gunnhildur Heiða Axelsdóttir, fjölskyldu- og fötlunarráðgjafi og framkvæmdastjóri Vinunar, er ómyrk í máli þegar staða aldraðra og fatlaðra er rædd. Auk þess að vinna fyrir Vinun er hún að leggja lokahönd á meistararitgerð sem fjallar um líf og aðstæður fólks sem fatlast í kjölfar sjúkdóma og slysa þegar það er komið á fullorðinsár.

„Í dag er of mikil félagsleg forræðishyggja í gangi. Þeir sem leita til okkar eru hópur sem er yfirleitt mjög illa staddur og/eða aðstandendur sem eru fastir í umönnun og ná ekki að sjá um alla hluti. En það er að reynast fólki mjög erfitt að fá þjónustusamninga, sem þýðir fjármagn til að kaupa þjónustu eftir þörfum. Forræðishyggjan hjá Reykjavíkurborg, til dæmis, er það mikil að það er bara sagt: „Þú verður að prófa okkar þjónustu fyrst." Síðan bíður fólk í marga mánuði án þess að fá nokkra þjónustu, þar sem borgin getur ekki annað eftirspurn.

Við vitum líka til þess að fólk er að fara fyrr inn á stofnanir eða komast ekki af sjúkrahúsi þar sem ekki er leitað annarra úrræða en sveitarfélögin hafa upp á að bjóða, sem er góð þjónusta fyrir ákveðinn hóp en ekki fyrir alla. Það koma alltaf tímabil þegar félagsráðgjafar hringja í okkur með það

FREYJA HARALDSDÓTTIR

GUNNHILDUR HEIÐA AXELSDÓTTIR

fyrir augum að leita úrræða fyrir fólk sem er tilbúið að útskrifast af sjúkrastofnun. Þá útskýrum við ferlið, það er að segja að það sé mögulegt að sækja um þjónustusamning hjá sveitarfélaginu ef það geti ekki mætt viðkomandi með þjónustu. Þá er eins og komi babb í bátinn og félagsráðgjafarnir segjast fá þau skilaboð frá þjónustumiðstöðvunum að slíkt sé ekki í boði. Þetta sé einfaldlega ekki hægt. Fólk dvelur þá lengur en ella í dýrum hjúkrunarrýmum með tilheyrandi auknum kostnaði fyrir skattgreiðendur eða er útskrifað í hendur aðstandenda og þeir látnir taka umönnun í sínar hendur."

Um þetta getur einn viðmælandi Fréttablaðsins vitnað um, en saga hans er rakin hér til hliðar.

Málefnum margra aldraðra og langveikra sópað undir teppi

Hún nefnir síðan dæmi þar sem erfiðlega hefur gengið að fá tilhlýðilegan þjónustusamning frá sveitarfélögum. „Það er handhægt fyrir sveitarfélögin að fara þá leið sem þau fara í dag, það er að segja að skilgreina langveika ekki sem fatlaða. Þannig geta þau neitað þeim um félagslega þjónustu eins og fatlaðir eiga rétt á samkvæmt lögum frá 1992. Það má til dæmis benda á að sveitarfélögin hafa ekki viljað viðurkenna það að parkinson-sjúkdómurinn leiði til fötlunar og að það sé eðlilegt að skilgreina einstakling sem er með parkinson sem fatlaðan. Við þekkjum nýleg dæmi þar sem fullorðin kona með parkinson óskaði eftir aðstoð við daglegar athafnir vegna fötlunar sem hún býr við vegna parkinson-sjúkdómsins en var hafnað á þeim forsendum að hún væri með sjúkdóm og að borgin skilgreindi ekki langvinna sjúkdóma sem fötlun. Þetta brýtur í bága við öll lög, meðal annars lög um málefni fatlaðra frá 1992, og skilgreiningar Alþjóðaheilbrigðismálastofnunarinnar WHO og skilgreiningar Mannréttindastofu, en þar kemur fram að fötlun sé afleiðing langvarandi veikinda.

Í dag er notuð sú aðferð að hvorki sjá né heyra. Það sem við tökum ekki á móti er ekki til, þannig mundi ég lýsa stöðunni eins og ég kynnist henni hjá borginni. Á meðan eru eldri borgarar, sem búnir eru að leggja sitt af mörkum til samfélagsins, sveltir hvað félagsleg réttindi varðar."

Fatlað fólk tekur málin í sínar hendur í NPA-miðstöðinni

Þrátt fyrir bágt efnahagsástand er tilefni til bjartsýni, því í raun vantar frekar útfærslu en fjármuni. Og þar virðist vera kominn vísir að betri tímum. Guðbjartur Hannesson velferðarráðherra skipaði verkefnastjórn um NPA, notendastýrða persónulega aðstoð, í apríl síðastliðnum. Hlutverk hennar er að móta ramma um fyrirkomulag notendastýrðrar persónulegrar aðstoðar og mun hún starfa til ársloka 2014.

Aðalsteinn Sigfússon, félagsmálastjóri Kópavogsbæjar, bindur miklar vonir við þá vinnu og vonar að þar verði einnig tónninn sleginn í málefnum aldraðra. „Ég geri ráð fyrir að sú vinna og þær verklagsreglur sem verða til í lok starfstíma nefndarinnar verði leiðbeinandi um aðra þjónustu að einhverju leyti, til dæmis við aldraða," segir hann.

Á FLÓAMARKAÐI VIÐ GRUND Vel er hlúð að öldruðum en samt þykir mörgum ótrúlegt hversu margir fara á mis við þá þjónustu sem þeir eiga í raun rétt á þótt hún sé vissulega til staðar á Íslandi í dag, annaðhvort hjá hinu opinbera eða í einkageiranum.

FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

Saga manns sem vill leggja sitt af mörkum

Maður sem ekki vill láta nafns síns getið sagði Fréttablaðinu sögu sína, sem er gott dæmi um það hvernig fólk getur fallið milli skips og bryggju við núverandi aðstæður.

Hann er 75 prósenta öryrki og hafði móðir hans hjálpað honum við daglegt amstur. Síðan fellur hún frá og um svipað leyti fer maðurinn í nýrnaaðgerð á spítala. Dvaldi hann á spítalanum í heilt ár og segist hann ekki hafa haft nokkra þörf fyrir aðhlynningu á spítala nema þrjá mánuði en hina níu mánuðina hefði hann hæglega getað verið heima, hefði hann fengið þjónustu þar. Hann segir að honum hafi verið farið að líða verulega illa yfir því að halda spítalaplássi sem aðrir hafi haft þörf fyrir frekar en hann. Hann segir líta út fyrir að enginn hafi vitað hvernig taka ætti á hans málum og á meðan hafi hann verið látinn bíða á spítalanum.

Eftir þessa vist fær hann svo heimilisþjónustu og í framhaldinu fær hann vinnu við þjónustustörf. Eftir aðgerðina þarf hann að hafa þvagpoka. Tvívegis missir hann pokann frammi fyrir viðskiptavinum og þá biður hann Reykjavíkurborg um aðstoðarmann sem geti komið til hans í vinnuna tvisvar á dag. Hann er spurður á móti hvort hann geti ekki fengið aðstoð frá samstarfsmönnum. Eðlilega býður blygðunarkennd hans ekki upp á að biðja um slíka hálp frá kollega. Hann missir vinnuna og er nú atvinnulaus og sér ekki fram á að geta framfleytt sér. Hann hefur nú beðið Reykjavíkurborg um að þarfir hans og réttindi verði metin svo hann geti gert þjónustusamning við hvern þann sem geti veitt honum þá þjónustu sem geri honum kleift að vera virkur í þjóðfélaginu. Eftir þrjá mánuði er erindið enn í afgreiðslu. Hann segist þurfa mjög einfalda aðstoð, aðstoðarmann sem kæmi til hans í fimm mínútur, nokkrum sinnum á dag, allt eftir þörfum. Honum gremst að vita til þess að þessa þjónustu sé mjög einfalt að veita en samt sé hún utan hans seilingar.

NPA-verkefnastjórnin nýtur þess að árið 2010 var svokallaðri NPA-miðstöð ýtt úr vör, en það er samvinnufélag og þar hafa þjónustunotendur sjálfir lagt línurnar. Freyja Haraldsdóttir, framkvæmdastjóri NPA-miðstöðvarinnar, segir markmiðið með henni vera það að gera fötluðu fólk kleift að hafa fulla stjórn á allri aðstoð sem það telji sig þurfa, meðal annars með því að ákveða hver, hvar, hvernig og hvenær aðstoðin sé veitt, og að fatlað fólk njóti jafnréttis og taki þátt í samfélaginu. Í því felst að þjónustunotandinn ræður sjálfur starfsfólk sér til aðstoðar.

Þörf fyrir nýjar leikreglur

Þetta gefur tilefni til að álíta sem svo að verið sé að fikra sig í rétta átt. Ef rætt er við fræðimenn, fyrirtæki í velferðarþjónustu, aðstandanda aldraðrar manneskju, öryrkja og spurt um viðhorf frá sveitarfélögum virðist ekkert skorta á viljann hjá þeim sem að þessari þjónustu koma. Hins vegar þarf að uppfæra þær leikreglur sem farið er eftir svo að fjöldinn allur af höltum leikmönnum og aðstandendum þeirra sé ekki látinn fylgjast með sjálfum leiknum af hliðarlínunni meðan hægt væri með réttri aðstoð að kalla þennan hóp til leiks.

Jón Sigurður Eyjólfsson
jse@frettabladid.is

Hagurinn af því að vera heima

Öryggismiðstöðin gerði úttekt á þörfinni fyrir einkarekna velferðarþjónustu og hver hagur samfélagsins yrði með slíkri þjónustu áður en fyrirtækið einhenti sér í þann rekstur. Ómar Örn Jónsson markaðsstjóri kynnti Fréttablaðinu niðurstöðurnar, en þær sýna meðal annars að hagnaðurinn yrði talsverður fyrir samfélagið. Hann segir að sá kostnaður sem hið opinbera hafi greitt fyrir hverja manneskju á hjúkrunarheimili árið 2007 að meðaltali hafi verið um tuttugu þúsund krónur á sólarhring, rúmar sjö milljónir á ári fyrir hverja manneskju. Heildarkostnaður var 23 milljarðar.

Það ár voru rúm 24 prósent Íslendinga áttatíu ára og eldri vistmenn á hjúkrunarheimilum og tæplega níu prósent Íslendinga 65 ára og eldri. Ef sama hlutfall eldri borgara verður á stofnunum næstu árin segir hann að árið 2020 verði þessi kostnaður um 31 milljarður og árið 2050 verði hann um 72 milljarðar.

Hann segir að reynslan frá Svíþjóð, þar sem heimamiðuð velferðarþjónusta hafi verið þróuð, sýni að hægt sé að spara 43 prósent með því að aðstoða fólk við að vera heima í stað þess að það flytji á hjúkrunarheimili. Fyrir hverja manneskju sem fær aðstoð heima og losnar þannig við að fara á hjúkrunarheimili sparar sveitarfélagið þá um þrjár milljónir á ári.

ÓMAR ÖRN JÓNSSON

Hverjir þiggja aðstoð frá einkageiranum?

Í mörgum tilfellum hafa sveitarfélög samvinnu við fyrirtækin Öryggismiðstöðin, Sinnum og Vinun, um þjónustu sem sveitarfélagið sér sér ekki fært að veita. Stundum kaupa aldraðir eða fatlaðir þjónustu frá þeim beint og fá þá jafnvel fjárhagslega aðstoð frá ættingjum.

Ásta Þórarinsdóttir, framkvæmdastjóri Sinnum, segir að umfangið geti verið mjög misjafnt. „Það er allt frá því að vera með þrif hálfsmánaðarlega og upp í það að hafa þrjá starfsmenn á heimilinu allan sólarhringinn."

Öryggismiðstöðin er með þjónustu á ríflega 2.000 heimilum, Sinnum á um það bil 200 og Vinun á bilinu 50 til 60.

ÚTILÍF
ÚTSÖLUMARKAÐUR
Í SMÁRALIND
50-70% AFSLÁTTUR
SPORTFATNAÐUR, SPORTSKÓR, ÚTIVISTARFATNAÐUR OG KULDAFATNAÐUR
NÁÐU ÁRANGRI. ÚTILÍF – HOLTAGÖRÐUM. GLÆSIBÆ. KRINGLUNNI. SMÁRALIND. WWW.UTILIF.IS

skoðun

greinar@frettabladid.is

Líffræðilegur fjölbreytileiki er lykill að framtíð.

Fegurð einfaldleikans

Þegar indverski hugsuðurinn og baráttukonan Vandana Shiva kynnir sig segir hún frá veganestinu sem foreldrar hennar sendu hana með út í lífið og felst í að vera meðvituð um fegurð einfaldleikans. Þannig leggur baráttukonan áherslu á að verkefni nútímamannsins sé að tengja að nýju það sem í samfélagi nútímans hefur verið slitið í sundur og þar með glatað merkingu sinni. Sem dæmi um þetta nefnir hún fjármálakerfi sem öðlast hefur sjálfstætt líf óháð þeim fjölmörgu þáttum sem eru því þó nauðsynlegir til að viðhalda sér. Mikilvægast er að mati Vandönu að tengja að nýju mann og náttúru því milli manns og náttúru hafi alvarlegast aðskilnaðurinn átt sér stað.

SKOÐUN

Steinunn Stefánsdóttir
steinunn@frettabladid.is

Baráttan fyrir sjálfbærri þróun og líffræðilegum fjölbreytileika, lýðræði, mannréttindum, réttindum kvenna og síðast en ekki síst gegn framgangi erfðabreyttra matvæla hefur orðið ævistarf Vandönu Shiva. Hún vill hverfa frá verksmiðjubúskap þar sem bændurnir sjálfir missa völd og verða háðir alþjóðlegum stórfyrirtækjum. Hún vill hverfa frá einhæfri framleiðslu með áherslu á magn, búskap sem byggir á eiturefnanotkun og margfalt meiri vatnsnotkun en þarf þegar unnið er í anda hefðbundinna fjölbreytilegra búskaparhátta. Hún leggur þannig áherslu á að rækta og viðhalda fjölbreytileikanum í landbúnaði og matvælaframleiðslu og lítur ekki á það sem munað heldur beinlínis forsendu þess að maðurinn lifi af.

Stærsta verkefnið í heiminum á næstu árum og áratugum er að fæða sífellt fleira fólk. Til þess að svo megi verða er nauðsynlegt að mennirnir fari betur með gæði náttúrunnar en þeir hafa gert á umliðnum árum með því að auka fjölbreytileikann og efla lífrænan landbúnað.

Vandana bendir á að vegna þess hversu óspillt Ísland sé þá eigi landið möguleika á að vera í fararbroddi í lífrænni framleiðslu. Henni finnst því að íslensk stjórnvöld ættu að leggja áherslu á lífræna framleiðslu og styðja við hana. Hún bendir á að með því að hefja góðan og hollan mat til vegs og virðingar og með því að sýna fram á að matur sem framleiddur er samkvæmt gildum líffræðilegs fjölbreytileika er betri matur en sá sem er framleiddur úr erfðabreyttum hráefnum þá ætti leiðin í átt til sjálfbærni og fjölbreytileika að verða greið.

Hvernig sem litið er á málin og hversu þróuð sem ríki teljast þá er málið í raun svo einfalt að maðurinn lifir á jörðinni. Forsenda þess að svo megi verða áfram hlýtur að vera friðsamleg sambúð manns og náttúru; að þeir milljarðar manna sem nú eru á dögum skili ekki jörðinni verr búinni til að sjá fyrir enn fleira fólki eftir 100 ár eða 1.000 ár. Til þess að svo megi verða liggur í augum uppi að sú umgengni við gæði jarðar sem nú tíðkast verður að breytast. Mennirnir geta ekki haldið áfram að menga jörð, vatn og loft eins og þeir hafa gert síðustu áratugina. Einfaldleikinn er þannig ekki bara fagur heldur beinlínis lykillinn að því að líf þrífist áfram á jörðinni.

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

Tilboðsvörur

Kattamatur 1,5kg. Aðeins 290kr.
Hundanammi margar teg. Aðeins 290kr.
Klór 1l. Aðeins 190kr.
Bodylotion 500ml. Aðeins 190kr.
Sjampó 500ml. Aðeins 190kr.
Sturtusápa 650ml. Aðeins 190kr.

DOMTI
Þín innkaup á einstöku verði.
Smáratorgi

Opnunartími
Mán. - fös. 11 - 18
Lau. 10 - 18
Sun. 13 - 18

FRÁ DEGI TIL DAGS

Velferðin varin

Þorleifur Gunnlaugsson, varaborgarfulltrúi VG, sagðist í samtali við mbl. is á sunnudag vilja hækka fjármagnstekjuskatt úr tuttugu í þrjátíu prósent. Þorleifur sagði að nú þegar fjöldi fólks ætti ekki í sig og á þyrfti að auka jöfnuð í samfélaginu. Ein leið til þess væri að skattleggja þá sem ættu meira en aðrir, til að standa undir velferðinni. Þá vísaði hann sérstaklega til þeirra sem ekki hefðu efni á húsnæði á leigumarkaði í þessu samhengi.

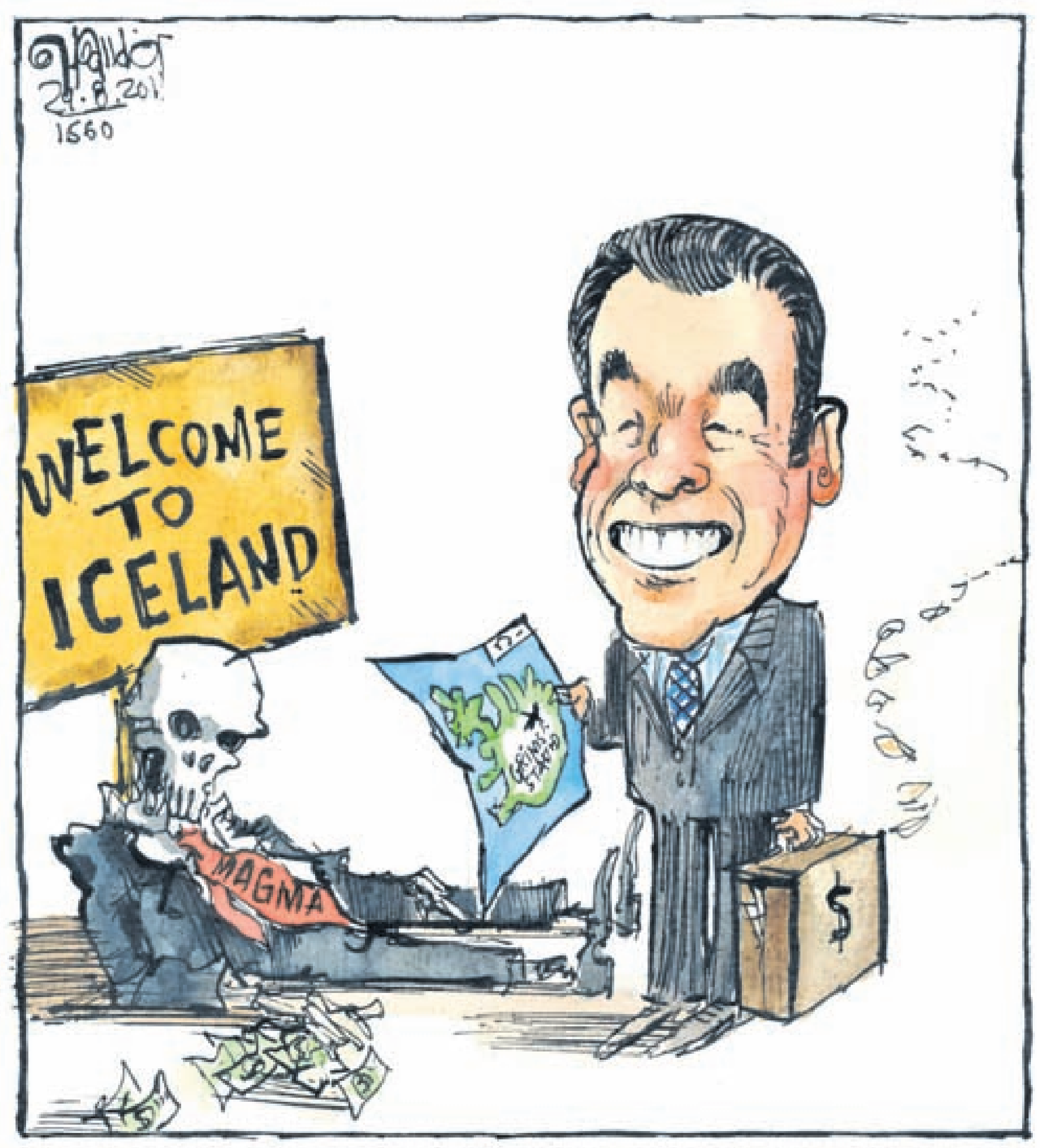
Bjarnargreiði

Leið Þorleifs er þó varla heppileg fyrir leigjendur. Tekjur af leiguhúsnæði teljast nefnilega til fjármagnstekna en sjötíu prósent leigutekna eru skattskyld. Því þyrfti eigandi leiguhúsnæðis sem leigði það út á 150 þúsund krónur á mánuði að hækka leiguna um 13.291 krónu til að fá það sama í sinn hlut eftir skattahækkun. Einhver hluti skattbyrðinnar myndi leggjast á eiganda húsnæðisins en eins og leigumarkaðurinn er um þessar mundir myndi lunginn af byrðinni leggjast á leigjandann. Í þessu dæmi þyrfti hann því að greiða allt að 159.492 krónum meira á ári.

Erlent eignarhald

Ögmundur Jónasson innanríkisráðherra skrifaði á vefsíðu sinni á sunnudag um fjárfestingaráform kínverska auðjöfursins Huang Nobu hér á landi. Ögmundur benti á að sala á íslenskri jörð til erlends ríkisborgara væri óheimil nema að veittri undanþágu frá innanríkisráðuneytinu. Síðan bætti Ögmundur því við að honum fyndist þessi fyrirvari í lögunum ekki úreltur. Sjálfsagt er að hafa skýran ramma um kaup og sölu á íslenskum jörðum og vitaskuld á að fara eftir lögum. Sú spurning stendur hins vegar eftir hvað þjóðerni kemur viðskiptum með séreignir við. magnusl@frettabladid.is

HALLDÓR



Tilgangsleysi skólastarfs – óvænt tíðindi í skólabyrjun

Menntamál

Guðbjörg Vilhjálmsdóttir
prófessor í náms- og starfsráðgjöf við HÍ

Upphaf skólaársins er alltaf fréttaefni í fjölmiðlum hvar sem er í heiminum. Ég horfði t.d. á fréttir frá Frakklandi um styrki vegna upphafs skólaársins. Hver fjölskylda fékk um 50 þúsund krónur og í fréttinni var fylgst með því hvernig þetta létti þeim lífið. Svona stendur franska velferðarkerfið sig í stykkinu.

En hér á Fróni urðu nokkuð óvænt tíðindi í skólabyrjun þegar borgarstjórinn lýsti því yfir að leggja ætti niður skólaskyldu og hvetja fólk til að kenna börnum sínum heima, ef svo bæri undir. Mér finnst þessi hugmynd allrar umræðu verð og hvet fólk til að ræða hana í þaula, s.s. út frá hugmyndum um frelsi og mannréttindi. Sá vinkill á þessa skoðun borgarstjórans sem mér er nú hugleikinn er að hugmyndin um að leggja niður skólaskylduna er býsna náin hugmyndinni um tilgang skólagöngu. Hvers vegna fer fólk í skóla? Ég á ekki við því eitt svar, en vek athygli á að það skortir verulega á það í íslensku skólakerfi að bent sé á það með kerfisbundnum hætti

> Sá vinkill á þessa skoðun borgarstjórans sem mér er nú hugleikinn er að hugmyndin um að leggja niður skólaskylduna er býsna náin hugmyndinni um tilgang skólagöngu.

að nemendur eru í skóla til að búa sig undir starf. Kannanir sýna að einungis um 30% skóla fræða börn og ungmenni skipulega um nám og störf og hvernig þau sjálf geta fundið sig í námi eða starfi eftir grunnskóla og framhaldsskóla. Þessi tengsl á milli þess sem hver og einn hefur fram að færa og svo þess veruleika sem blasir við í atvinnulífinu verður að styrkja.

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:** Sigríður Björg Tómasdóttir *sigridur@frettabladid.is* **MENNING:** Bergsteinn Sigurðsson *bergsteinn@frettabladid.is* **ALLT OG SÉRBLÖÐ:** Roald Eyvindsson *roald@frettabladid.is* og Sólveig Gísladóttir *solveig@frettabladid.is* **ÍÞRÓTTIR:** Sigurður Elvar Þórólfsson *seth@frettabladid.is* **LJÓSMYNDIR:** Pjetur Sigurðsson *pjetur@frettabladid.is* **FRAMLEIÐSLUSTJÓRI:** Kolbrún Ingibergsdóttir *kolbrun@frettabladid.is*

Frelsi er ekki sjálfsagður hlutur

Í DAG

Jónína Michaelsdóttir
blaðamaður

Manneskjan almennt metur ekki að verðleikum það sem hún hefur fyrr en hún er svipt því. Þá fer hún að trega það. Hún tekur gott heilsufar fyrir sjálfsagðan hlut þar til hún veikist. Hún gengur að því sem vísu að fá þrjár máltíðir á dag, þangað til hún kynnist hungri, vegna aðstæðna sem hún sá ekki fyrir. Frelsi er aðeins orð þar til hún missir það, og þá fyrst fer hún að skilja hvað það er dýrmætt að hafa frelsi til athafna og frelsi til að velja.“

Með þessum orðum hefst bók lögmannsins og sakamálahöfundarins Erle Stanley Gardner, The Court of Last Resort, sem kom fyrst út í nóvember 1952, og síðan í endurbættri útgáfu 1954. Sjálfur kveðst hann reyndar hafa lært að meta frelsið með því að njóta þeirra stórkostlegu forréttinda að fá að lifa lífinu eins og honum hentaði best, og þá farið að hugsa um hvað það hlyti að vera ömurlegt að vera sviptur þessu frelsi.

Þegar athygli hans er vakin á manni sem hefur verið dæmdur til dauða á hæpnum forsendum kynnir hann sér málið og tekst með aðstoð sérfræðinga að finna rök sem bjarga þessum manni frá þeim örlögum. Í framhaldi af því fer hann að skoða mál einstaklinga sem hafa verið dæmdir á veikum forsendum, og stofnar með sex öðrum sérfræðingum í sakamálum þetta fyrirbæri: The Court of Last Resort, sem á næstu árum leggur gífurlega mikla vinnu í að rannsaka mál einstaklinga sem hafa verið kærðir án saka og fengið harða dóma. Gardner nýtir sér tengsl við virt tímarit sem segir sögu þessara manna og síðar eru gerðir leiknir sjónvarpsþættir um líf þeirra og lausn. Sem og þeirra sem vinna að málinu, sem komu svo gjarnan fram í eigin persónu í lokin. Þessir þættir munu hafa verið sýndir Bandaríkjunum árin 1957-1958 og aftur 1959-1960.

Býsna langt síðan, en samt áhugavert. Earl Stanley Gardner var þekktastur fyrir þættina um lögfræðinginn Perry Mason. Hann lést í mars 1970, áttatíu og eins árs. Tveimur árum áður kvæntist hann Agnesi Jean, ritara sínum til margra ára, sem var hin raunverulega Della Street.

Holl áminning

Upphaf bókarinnar er umhugsunarefni. Holl áminning. Hér á landi er þetta orðað í einni setningu:

> Silkiklæddi kúgunarhanskinn er að herða tökin og forræðishyggjan verður æ sýnilegri.

Enginn veit hvað átt hefur, fyrr en misst hefur. Það er margt verra en að rifja upp öðru hvoru það sem maður á og hefur. Líka að láta eftir sér að njóta þess.

Svo er líka hitt sem er okkur ekki að skapi. Við eigum að takast á við það án þess að láta það koma okkur úr jafnvægi. Það er til dæmis eitt af því sem er gott og gagnlegt að halda upp á. Jafnvægið. Það er ekki alltaf auðvelt, en það borgar sig.

Svo er líka mannbætandi að gera eins og Gardner, standa með þeim sem eru ranglega dæmdir, ekki vera of fljótur að trúa því versta um náungann. Eitt er að vera raunsær og glöggur, annað að vera tortrygginn. Ætla öðrum allt hið versta að tilefnislausu. Að ekki sé talað um þann ræfildóm að búa beinlínis til sögur um aðra, og breiða þær út. Hvernig sem allt sveiflast til að byrja með, þá endar aurinn alltaf hjá þeim sem ber hann í sér, þótt hann reyni að klína honum á aðra. Svo er hitt svo miklu skemmtilegra! Bæði fyrir viðkomandi og aðra.

Allt og sumt

Ég held að Gardner hafi rétt fyrir sér þegar hann mærir frelsið. Og líka hvað það getur verið sárt þegar það er skert. En stundum er það gert á löngum tíma, þannig að viðkomandi áttar sig ekki á því fyrr en það er orðið of seint. Það á bæði við um persónulegt frelsi og samfélagslegt frelsi. Það þarf hvorki að vera skarpur né skyggn til að finna hvernig smám saman er þrengt að frelsi einstaklingsins á Íslandi í dag. Silkiklæddi kúgunarhanskinn er að herða tökin og forræðishyggjan verður æ sýnilegri. Samt er allt í spekt og huggulegheitum. Smá nöldur öðru hvoru. Skroppið milli flokka. Það er allt og sumt.

AF NETINU

Bönkunum bjargað

Tvenns konar rekstur virðist búa við bakstuðning stjórnvalda og skattgreiðenda, með öðrum orðum ríkisábyrgð. Annar er opinber rekstur, hinn er fjármálastarfsemi. Munurinn er samt sá, að annar líður fyrir það að verið sé að bjarga hinum.

Út um allan heim er verið að draga saman í opinberum rekstri. Hér á landi hefur verið skorið niður í öllum opinberum rekstri og þá sérstaklega í velferðarkerfinu. Á sama tíma hefur ekkert fækkað að ráði í fjármálageiranum og það sem meira er, að meðan opinberir starfsmenn hafa búið við launaskerðingu og mikla rýrnun kaupmáttar, þá hafa laun í fjármálageiranum hækkað.

http://marinogn.blog.is/blog/

Marínó G. Njálsson

Lagarde og kontóristarnir

Christine Lagarde er nýr forstjóri Alþjóða gjaldeyrissjóðsins. Hún sagði fyrir helgina, að veikburða bankar í Evrópu þyrftu að efla eiginfjárstöðu sína. Fór fyrir brjóstið á kontóristum Evrópusambandsins, sem sögðu þetta rangt. Bankarnir þyrftu hins vegar betri endurfjármögnun. Ágreiningurinn lýsir grundvallarmisskilningi kontóristanna.

jonas.is

Jónas Kristjánsson

Myndin logna af Líbíu

Hernaður

Þórarinn Hjartarson
formaður Samtaka hernaðarandstæðinga á Norðurlandi

Það blasir við að myndin af „frelsun“ Trípólí var fölsk, að borgin hafi fallið í hendur „uppreisnarmanna“ sem þroskaður ávöxtur strax á fyrsta degi stórárásar á borgina. Íslenskir fjölmiðlar sögðu þá að 95% borgarinnar væru „frelsuð“ en þær hreinu línur hafa orðið óskýrari síðan.

Það er rannsóknarefni hvað her Gaddafís stenst lengi ofureflið. Áður en innrásin í Trípólí hófst höfðu sprengjuflugvélar NATO farið 20.000 flugferðir yfir Líbíu og skotið sprengjum í 8.000 ferðum. Og þetta eru nútímaleg eldflaugaskot, ekki dettandi dínamít eða napalm eins og í Víetnam. Þetta hefði dugað til að koma flestum ríkisstjórnum á hnén, þó að svonefndir uppreisnarmenn séu veikir og hefðu engu getað áorkað án eldflauga og sprengjuregnhlífar NATO.

Hinn grimmi harðstjóri á því greinilega mikinn virkan stuðning meðal þegnanna. Að hann skuli vopna lýðinn í Trípólí bendir ekki til að hann hafi vænt sér ills úr þeirri átt. Á þeim fáu fréttastofum sem gagnrýna stríðsreksturinn má sjá miklar fjöldasamkomur til stuðnings stjórnvöldum. Það fær þó almenningur á Vesturlöndum ekki að sjá.

Stríðið sem hófst í mars var frá byrjun stríð til að steypa ríkisstjórn sem ekki nýtur velþóknunar vesturveldanna, þ.e. USA og nýlenduvelda ESB.

Gaddafí lagaði sig að breyttum heimi eftir 1990, samdi frið við Bandaríkin og hóf samstarf við olíuauðhringa. Samt sleppti hann aldrei eigin ríkisyfirráðum yfir hinum auðugu olíulindum lands síns. Þetta reyndist með tímanum ólíðandi fyrir vestræna auðhringa svo Gaddafí lenti á dauðalistanum. Á þeim lista eru þau ríki sem ekki fylgja reglum Vestursins upp á punkt og prik.

Í bók sinni Winning Modern Wars: Iraq, Terrorism, and the American Empire frá 2003 skrifaði Wesley Clark, fyrrverandi yfirmaður NATO-herjanna í Kosovostríðinu, hvað hann hefði heyrt í Pentagon í nóvember 2001 þegar rædd var væntanleg innrás í Írak: „Hún var rædd sem hluti af fimm ára hernaðaráætlun og löndin voru alls sjö, fyrst Írak, síðan Sýrland, Líbanon, Líbía, Íran, Sómalía og Súdan.“

Þessum áætlunum hefur síðan verið fylgt með sífellt virkari þátttöku vestrænna ríkja. Að baki Bandaríkjunum stendur breiðfylking, allt frá hægri haukum eins og Sarkozy og Cameron til vinstristjórnanna í Noregi og á Íslandi.

Hlutverk vestrænna fjölmiðla í Líbíustríðinu er ógnvekjandi. Það takmarkast ekki við litaða og einhliða lýsingu mála heldur er ákveðin atburðarás beinlínis framkölluð með hjálp fjölmiðlanna – í viðbót við undirróður útsendara frá leyniþjónustum. Sjálft tilefni stríðsins var búið til í fjölmiðlum. Dæmi: Herferðin gegn Líbíu hófst í febrúar sl. þegar dreift var á netinu aragrúa Twitter- og Youtube-myndbanda sem sýndu hersveitir Gaddafís berja niður mótmæli, gera loftárásir á eigin borgara, sýndu afríska leiguhermenn Gaddafís o.s.frv. Þessu var svo dreift á CNN, BBC, al Jazeera og víðar sem sannleik sem kallaði á afskipti „alþjóðasamfélagsins“. Margt af því hefur verið hrakið sem hreinn tilbúningur enda er mála sannast að þegnar Líbíu hafa hvorki haft aðgang að Twitter né Youtube undanfarið svo fréttamyndirnar voru hannaðar annars staðar.

Öllu er nú snúið á haus. Árásarstríð NATO gegn smáþjóð í Afríku nefnist „skylda til að vernda líf óbreyttra borgara“ (ályktun Öryggisráðsins 17. mars). Loftárásir eru friðargæsla. Óleiðitamur þjóðarleiðtogi er úthrópaður sem glæpamaður gegn þjóð sinni meðan mestu stríðsglæpamenn okkar daga eru frelsarar. Nú fer líku fram gagnvart Sýrlandi sem er næst í röðinni.

Hinar ráðandi fréttastofur eru kirfilega tengdar NATO-herveldunum og raunar hluti af innrásarliðinu. Á bak við innrásina stendur hnattveldið eina með miðstýrð heimsyfirráð – og stýrir líka sannleikanum. Hvernig eigum við vesælar mannskepnur þá að draga hann í efa?

Ísland á betra skilið

Efnahagsmál

Össur Skarphéðinsson
utanríkisráðherra

Þó að atvinnuleysi minnki, kaupmáttur aukist, auknum hagvexti sé spáð, útflutningsgreinar séu í bullandi stuði, fjárlagahalli minnki samkvæmt áætlun, skuldir Íslands séu á niðurleið, og ríkisstjórninni hafi með fyrirhyggju tekist að tryggja allar greiðslur landsins fram til ársins 2016, þá sjá hinir neikvæðu ungu menn sem leiða stjórnarandstöðuna aldrei til sólar. Bjarni Benediktsson og Sigmundur Davíð eru njörvaðir í vítahring bölsýni og neikvæðni sem rímar ekki lengur við veruleikann. Átakanlegt dæmi um það birtist þjóðinni þegar AGS útskrifaði Ísland með hæstu einkunn, og bar lof og prís á þann einstaka árangur sem náðst hefur í efnahagsmálum. Bjarni dró árangurinn í efa. Sigmundur Davíð talaði á þeim nótum að erfitt var að skilja annað en hann teldi að starfsmenn sjóðsins hefðu falsað myndina.

Sjálfstætt efnahagsböl

Á síðasta ári settu þessir vonarpeningar stjórnmálanna Íslandsmet í upphrópunum um að Íslendinga biði ekkert nema eymd og volæði. Mantra þeirra um „Ísland á leið til glötunar“ dró kjark úr íslensku þjóðinni. Hún hafði lamandi áhrif á frumkvæði einstaklinga sem alltaf þarf til að vinna þjóð hratt upp úr kreppu. Málflutningur þeirra um sérstaka skattaáþján á Íslandi – á sama tíma og við sitjum á neðri hluta skattastiga OECD – á örugglega þátt í að íslensk fyrirtæki hafa dregið við sig fjárfestingar. Neikvæðni leiðtoga stjórnarandstöðunnar er orðin að sjálfstæðu efnahagsböli.

Hlutverk stjórnarandstöðu er ekki bara að gagnrýna, heldur líka að bera fram hugmyndir til mótvægis við stefnu sitjandi ríkisstjórnar. Alvöruleiðtogar verða að hafa pólitíska dýpt til að móta valkosti sem byggja á öðru en svartagallsrausi. En eftir tvö ár í stjórnarandstöðu við erfiðustu aðstæður á lýðveldistímanum hefur þeim félögum ekki tekist að koma fram með aðra efnahagsstefnu en að leika stöðugt kallinn sem Bjartmar Guðlaugsson gerði frægan í „Fúll á móti“.

Þessir djúpu veikleikar eru að verða öllum ljósir. Ríkisstjórnin hefur fram að þessu þurft að taka sársaukafullar og óvinsælar ákvarðanir. Einmitt núna ættu að vera kjöraðstæður fyrir stjórnarandstöðu til að skapa sér sess trúverðugs valkosts. Það hefur henni fráleitt tekist. Ástæðan er sú að innmúruð neikvæðni er orðin að vörumerki hennar. Venjulegir Íslendingar eru orðnir dauðleiðir á úrtölum og svartagalli. Þetta kom skýrt fram í nýlegri könnun MMR. Þar vildu 43% þjóðarinnar fremur að Jóhanna og Steingrímur héldu áfram um stjórnartaumana en aðeins 33% vildu Bjarna og Sigmund Davíð til valda. Stöðug neikvæðni skapar nefnilega vantraust.

Gjörbreytt efnahagsstaða

Í síðustu viku komu fram upplýsingar um að kaupmáttur almennings væri að aukast. Hagvöxtur, sem stjórnarandstaðan spáði að yrði lítill sem enginn á þessu ári, verður næstum 3% samkvæmt nýjum spám bæði Seðlabankans og AGS. Atvinnuleysi fer minnkandi, og er miklu minna en í mörgum ríkjum sem Íslendingar bera sig saman við. Skuldir íslenska ríkisins eru sjálfbærar og fara minnkandi. Athyglisvert er að þær eru nú hlutfallslega miklu minni en margra sterkra þjóða á borð við Japan og Belgíu, að ógleymdum Bandaríkjunum. Ríkið stefnir nú hraðbyri að því að skila afgangi á fjárlögum eigi síðar en 2014, þó hugsanlegt sé að jöfnuður náist fyrr. Ríkisstjórninni hefur þar að auki einni allra ríkisstjórna á Vesturlöndum tekist að skýla verst settu þjóðfélagshópunum þannig að ok þeirra vegna kreppunnar varð hlutfallslega minnst. Þar birtist vörumerki jafnaðarmanna.

Gríðarsterk gjaldeyrisstaða

Í síðustu viku sigldu Íslendingar svo fljúgandi byr gegnum sjöttu og síðustu endurskoðun efnahagsáætlunar okkar og AGS – sem þeir Bjarni og Sigmundur Davíð virtust telja tómt plat. Í gegnum sex endurskoðanir stóðumst við öll próf. Íslandi er nú hampað í erlendum fjármálaritum sem dæmi um hvernig hægt er að snúa kolsvartri stöðu upp í jákvæða sókn. Á köflum hefur hins vegar partur af stjórnarandstöðunni farið hamförum gegn efnahagsáætluninni.

Ríkisstjórn Íslands hefur sömuleiðis sýnt mikla framsýni og varúð. Mat ríkisstjórnarinnar var að önnur fjármálalægð gæti leitt til erfiðleika við að afla fjármagns til afborgana af erlendum skuldum á næstu árum. Við unnum því hörðum höndum að því að tryggja nægilegan gjaldeyrisforða til að mæta slíkri stöðu – og á það reyndi. Snilld Steingríms birtist í því að hann náði síðasta skipi á erlenda fjármagnsmarkaði áður en heimurinn tók nýja dýfu og gulltryggði stöðu okkar með því að selja íslensk skuldabréf fyrir milljarð Bandaríkjadala – á betri kjörum en stærri þjóðir voru þá að fá.

Greiðslur Íslands erlendis eru því tryggðar framundir lok ársins 2016. Það er leitun að ríkisstjórn sem hefur tryggt stöðu síns lands svo tryggilega.

> Við þurfum að byggja upp nýtt Ísland. Stjórnarandstaðan þarf að taka þátt í því…

Innistæða uppsveiflu

Ríkisstjórnin stóðst þá freistingu sem kom fram í frýjunarorðum stjórnarandstöðunnar um að taka meira út úr innistæðu okkar í fiskistofnum í hafinu. Árangurinn er sá að næstum allar tegundir eru nú á uppleið. Varanleg aukning í þorskkvóta svo nemur þúsundum tonna mun koma fram á næsta fiskveiðiári, og fyrirsjáanlegt að aukningin mun halda áfram á næstu árum. Þegar er búið að slá undir 10 þúsund tonna kvóta í karfa og auka strandveiðar. Viðbót sem nemur heilli loðnuvertíð virðist í sjónmáli. Samhliða hefur umtalsverð hækkun orðið á útflutningsvörum eins og fiskafurðum og áli. Ferðaþjónusta er í sögulegu hámarki. Bókanir fram eftir hausti hafa aldrei verið jafn miklar, og allt útlit fyrir að sameiginlegt átak ríkisstjórnar og ferðaþjónustunnar um vetrarferðamennsku muni skila góðum árangri. Á sama tíma bylgjast skapandi greinar af þrótti eins og stórsókn á mörgum sviðum þeirra sannar.

Stórframkvæmdir og orkuöflun

Stórframkvæmdir eru í bullandi gangi við Búðarháls. Hundruð manna vinna þar sleitulaust. Búið er að selja orkuna til stækkaðs Straumsvíkurvers þar sem hundruð ársverka verða til við endurbætur á álverinu. Góðar líkur eru á að Hverahlíðarvirkjun fari af stað, og að með samvinnu orkufyrirtækja takist að afla orku til að Helguvík geti þróast. Landsvirkjun er búin að bjóða út framkvæmdir vegna virkjunar fyrir norðan, og hefur áform um frekari orkuöflun bæði í Bjarnarflagi, Þeistareykjum og Kröflu. Áætlanir um orkustreng til Evrópu, og hugsanleg tengsl hans við vatnsafl frá Grænlandi, skapa algjörlega nýja möguleika um hærra orkuverð, betri nýtingu framleiddrar orku og aukið orkuöryggi fyrir Ísland – fyrir utan þá innspýtingu sem lagning slíks strengs gæti orðið fyrir íslenskan vinnumarkað.

Rammaáætlun, sem við Þórunn Sveinbjarnardóttir hleyptum af stokkum 2007, liggur nú fyrir og er lykill að sátt milli nýtingar og verndunar. Þó deilt sé um einstaka kosti er ljóst að á grunni hennar verður hægt að ráðast í stórfellda orkuöflun á næstu árum. Það rímar við þá staðreynd, að aldrei hafa jafnmargir erlendir aðilar sýnt áhuga á hreinni, endurnýjanlegri orku og nú.

Öflun nýrrar orku mun sömuleiðis skapa möguleika á því að flytja áherslu úr frumframleiðslu yfir í þjónustustarfsemi, sem skapar meiri verðmæti fyrir Ísland og fleiri hátæknistörf. Ákvörðun um nýjan fjarskiptastreng milli Evrópu og Ameríku, sem liggur um Ísland, er líkleg til að gjörbreyta möguleikum okkar á þessu sviði, og gera Ísland að leiðandi landi á sviði gagnavera.

Tölum ekki niður Ísland

Staðreyndin er sú, að Ísland er á góðri uppleið. Vissulega eru enn erfið verkefni framundan. Sumt hefði sannarlega mátt vinna betur. En um það verður ekki deilt að mikill árangur hefur náðst. Við erum á leið út úr kreppunni. Vandamálið í dag er vantrúin á okkur sjálf. Svartagallið hefur deyft bragðskyn okkar á tækifærin. Við þurfum sameinað átak allra, bjartsýni og góða blöndu af liðsinni stjórnvalda og framtaki einstaklingsins til að ýta leifum efnahagshrunsins aftur fyrir okkur. Við þurfum að byggja upp nýtt Ísland. Stjórnarandstaðan þarf að taka þátt í því, og leyfa sér þann munað að sjá öðru hvoru til sólar. Sérstaklega þeir Bjarni og Sigmundur Davíð. Tölum ekki niður Ísland.

Hugræn atferlismeðferð

Heilbrigðismál

Eiríkur Örn Arnarson
forseti Evrópuráðstefnunnar um hugræna atferlismeðferð

Félag um Hugræna atferlismeðferð (FHAM) var stofnað árið 1987 af sjö sálfræðingum. Varla datt nokkru okkar í hug að tuttugu og fjórum árum síðar yrði tala félaga orðin 260 og komið yrði á skipulegt eins og tveggja ára nám í Hugrænni atferlismeðferð (HAM) í samvinnu við Endurmenntunarstofnun Háskóla Íslands og The Cognitive Therapy Centre í Oxford í Englandi.

Þegar hafa 79 HAM-sérfræðingar útskrifast úr tveggja ára námi auk 12 handleiðara með viðbótarmenntun. Einnig hefur verið boðið upp á eins árs þverfaglegt(u) hagnýtt(u) grunnnám(i) í HAM og 80 lokið námi eða samtals hátt í tvö hundruð einstaklingar. Í náminu er áhersla lögð á hagnýta þekkingu á sviði hugrænnar atferlismeðferðar. Lagt hefur verið upp úr hagnýtum, reynslumiðuðum kennsluaðferðum og að meta hugsanir, líðan og atferli. Einnig er lögð áhersla á hugræna atferlismeðferð klíniskra vandkvæða byggða á rannsóknarniðurstöðum og klíniskar rannsóknaraðferðir. Handleiðsla er veitt af sérfræðingum í HAM. Mat á árangri er byggt á þátttöku, hópvinnu, einstaklingsverkefnum og meðferð. Klínísk meðferðarvinna er metin og þátttakendur hljóta skírteini í lok formlegrar þjálfunar, en námið uppfyllir kröfur Evrópusamtaka um hugræna atferlismeðferð (EABCT) og er metið til eininga hjá EHÍ.

FHAM hefur tekið þátt í starfi Evrópsku samtakanna um hugræna atferlismeðferð (EABCT) í meira en 20 ár og hefur einn félaganna verið formaður þeirra. Félagið hefur verið ötult við að kynna HAM á Íslandi með því að bjóða upp á námskeið og fyrirlestra þekktra fræðimanna.

FHAM hélt vel heppnað Norrænt þing um hugræna atferlismeðferð á árinu 1992 og tóku 150 manns þátt. Vinsældir HAM á Íslandi og vaxandi styrkur FHAM varð félaginu hvatning til að taka þeirri áskorun að halda 41. EABCT ráðstefnuna á Íslandi dagana 31. ágúst - 3. September n.k. og hafa 1.200 þátttakendur frá 38 löndum og öllum heimsálfum skráð sig á ráðstefnuna .

HAM sækir aðferðarfræði sína til atferlisfræði og atferlisgreiningar. Þannig eru hugsanir litnar svipuðum augum og atferli. Það má fylgjast með hugsunum og skrá hvenær þær skjóta upp kolli, við hvaða aðstæður, stiga ágengni þeirra og hve oft þær láta á sér bæra. Þannig má greina hvernig þær tengjast atferli. Með því að skrá einnig líðan má sjá hvernig hugsanir tengjast henni.

Frá upphafi hefur verið lögð áhersla á að meta árangur HAM eftir megindlegri aðferðarfræði. Á þann hátt hefur verið unnt að setja fram kenningar, skrá og vinna úr upplýsingum, sjá hvernig fram vindur og marka leið fram á við. Þannig þróaðist meðferðin úr því að vera einungis ætluð þunglyndum í að vera kjörmeðferð fyrir mörg geðræn vandamál.

HAM einkennist af samvinnu byggðri á reynslu og er meðferðin aðgengileg því skjólstæðingur tekur virkan þátt í meðferð. Reynslusamvinnan býður upp á sameiginlega nálgun í meðferð þar sem skjólstæðingur safnar gögnum, sem hann fer yfir með þerapista. Þeir vinna saman, skilgreina vanda, gera tilraunir, prófa tilgátur og bera saman leiðir til að greiða úr vanda. Þerapisti er alltaf virkur og beitir s.n. Sókratískri samtalsaðferð og leiðbeinir. Virðing fyrir skjólstæðingi er hluti af ferlinu. Samvinna einstaklinga við að fá hugræna mynd af vandamálum skjólstæðings er miðlæg, hún gerir ferlið og stefnuna skýra og leiðir til markmiða, sem eru í stöðugri mótun og leiðarvísir fyrir meðferð.

Stjórnvöld og heilbrigðistryggingakerfið gera kröfu um að meðferð sé markviss, skilvirk, byggð á lausnum og vísindalega sannreynd. Þegar fólk hefur meðferð, tekur frá tíma, leggur fram peninga og tilfinningalega orku vill það vera visst um að líkur á árangri séu góðar. Niðurstöður vísindalegra rannsókna á HAM hafa leitt í ljós að hún er árangursrík aðferð til að draga úr einkennum og tíðni bakslaga geðraskana með eða án lyfjagjafar og m.t.t. tíma og kostnaðar telst meðferðin hagkvæm .

Þegar útgjöld heilbrigðismála takmarka svigrúm til að veita sálfræðilega meðferð er mikilvægt að horft sé til gagnreyndrar sálfræðimeðferðar, en vinna þarf að því að bæta aðgengi að sálfræðilegri meðferð.

Talið er að HAM muni vaxa fiskur um hrygg eftir því sem kröfur um góða geðheilsu almennings eykst. Enn er ónefnt að aðferðir byggðar HAM gætu komið að góðu gagni í heilbrigðis-, félags- og skólakerfinu við það að fyrirbyggja þróun ýmissa sálrænna vandkvæða. Þar er óplægður akur og verk að vinna.

nicorette®

auðveldar þér að hætta að reykja

Mjúkt nikótínlyfjatyggigúmmí
með piparmintu- og ávaxtabragði

Taktu prófið
og leggðu saman stigin

1. **Hve langur tími líður frá því þú vaknar og þar til þú reykir fyrstu sígarettuna?**
   ○ Minna en 5 mín. (3) ○ 6-30 mín. (2)
   ○ 31-60 mín. (1) ○ Meira en 60 mín. (0)
   STIG ○

2. **Átt þú erfitt með að reykja ekki þar sem reykingar eru bannaðar?**
   ○ Já (1) ○ Nei (0)
   STIG ○

3. **Hvaða sígarettu finnst þér verst að vera án?**
   ○ Fyrstu sígarettunnar að morgni (1)
   ○ Einhverrar annarrar (0)
   STIG ○

4. **Hve margar sígarettur reykir þú daglega?**
   ○ 1-10 (0) ○ 11-20 (1)
   ○ 21-30 (2) ○ 31 eða fleiri (3)
   STIG ○

5. **Reykir þú meira fyrri hluta dags en seinni hluta?**
   ○ Já (1) ○ Nei (0)
   STIG ○

6. **Reykir þú þegar þú ert veik/veikur eða rúmliggjandi?**
   ○ Já (1) ○ Nei (0)
   STIG ○

Samanlagður fjöldi stiga ○

Viðmiðunartafla
1 pípa = 3 sígarettur
1 vindill = 4-5 sígarettur
1 smávindill = 3 sígarettur

Val á Nicorette lyfjaformi

1-2	3-5	6-7	8-10
Tyggigúmmí 2 mg	Tyggigúmmí 2 mg	Plástur 25 mg + Tyggigúmmí 2 mg	Plástur 25 mg + Tyggigúmmí 2 mg
Innsogslyf	Innsogslyf	Plástur 25 mg + Innsogslyf	Plástur 25 mg + Innsogslyf
Tungurótartafla /Munnsogstafla 1 stk	Tungurótartafla /Munnsogstafla 1 stk	Tungurótartafla 2 stk	Tungurótartafla 2 stk
	Plástur 15 mg	Tyggigúmmí 4 mg	Tyggigúmmí 4 mg
			Nefúðalyf

nicorette®

Munnsogstöflur Nikótínlyfjatyggigúmmí Nefúðalyf Dagplástur Innsogslyf Tungurótartöflur

Nicorette nikótínlyf eru fáanleg án lyfseðils og eru notuð til meðferðar á nikótínfíkn og til að draga úr fráhvarfseinkennum þegar reykingum er hætt eða þegar dregið er úr þeim. Skammtar eru einstaklingsbundnir eftir því hve mikið er reykt en hámarksdagskammtar eru: Lyfjatyggigúmmí 24 stk, Innsogslyf 12 hylki, Nefúði 80 úðar, Forðaplástur 1 stk. Tungurótartöflur 40 stk. Munnsogstöflur 15 stk. Leitið til læknis eða lyfjafræðings ef þörf er á frekari upplýsingum um lyfin. Þeir sem fengið hafa ofnæmi fyrir nikótíni eða öðrum innihaldsefnum lyfsins, nýlegt hjartaáfall, óstöðuga versnandi hjartaöng, alvarlegar hjartsláttartruflanir, ómeðhöndlaðan háþrýsting eða nýlegt heilablóðfall eiga ekki að nota Nicorette. Börn yngri en 15 ára mega ekki nota Nicorette, og munnsogstöflurnar eru ekki ætlaðar yngri en 18 ára nema í samráði við lækni. Þungaðar konur og konur með barn á brjósti skulu eingöngu nota Nicorette í samráði við lækni. Lesið allan fylgiseðilinn vandlega áður en byrjað er að nota lyfið. Markaðsleyfishafi: McNeil Denmark ApS. Umboð á Íslandi: Vistor hf., Hörgatún 2, 210 Garðabæ.

tímamót

timamot@frettabladid.is

39 **CAMERON DIAZ** leikkona er 39 ára.

„Fita er eina meðalið við timburmönnum. Löðrandi ostborgari og franskar, eins og ég fæ mér daglega. Sumir eru fyrir súkkulaði og sætindi. Ég elska franskar kartöflur. Þær og kavíar.“

Merkisatburðir

1720 Jón Vídalín Skálholtsbiskup lætur lífið á leið norður Kaldadal. Staðurinn var nefndur Biskupsbrekka og þar reistur kross til minningar um atburðinn.

1779 Hið íslenska lærdómslistafélag stofnað í Kaupmannahöfn til að fræða Íslendinga í bústjórnarefnum og bæta vísindakunnáttu þeirra og bókmenntasmekk.

1874 Efnt er aftur til þjóðhátíðar í Reykjavík í blíðskaparveðri, eftir að bæjarbúum hafði þótt þjóðhátíðarhald í Öskjuhlíð í byrjun mánaðarins misheppnast.

1967 Borgarskálabruninn. Tvær stórar vöruskemmur Eimskipafélagsins við Borgartún brenna.

ÞETTA GERÐIST 30. ÁGÚST 1963

Kennedy fær beina línu til Moskvu

Á þessum degi árið 1963 varð John F. Kennedy fyrstur Bandaríkjaforseta til að fá beint símasamband við Kreml í Moskvuborg.

Símasambandinu var komið á laggirnar til að auðvelda samskipti milli forsetans og sovéska forsætisráðherrans í kjölfar stirðra samskipta þjóðanna þegar minnstu munaði að kjarnorkustríð skylli á eftir að ríkisstjórn Kennedys komst á snoðir um að Sovétmenn hefðu komið kjarnaoddum fyrir á Kúbu.

Í deilunni spannst upp mikið taugastríð sem dróst á langinn vegna tafsamra tjáskipta þegar dulkóðuð skilaboð þurfti að senda yfir hafið með símskeytum milli Kremlin og Pentagon. En jafnvel þótt Kennedy og Krústsjov hafi á endanum náð sáttum í Kúbudeilunni leiddi ótti við framtíðar misskilning til uppsetningar á bættri samskiptaleið þar sem ráðamennirnir gátu verið í sambandi allan sólarhringinn, allan ársins hring, en aðeins í neyðartilvikum.

Á RÓNASLÓÐUM Hér stendur Guðjón Friðriksson við Grjótið á horni Hafnarstrætis og Pósthússtrætis, þar sem í kjallaranum voru áður fangageymslur lögreglunnar þegar Hafnarstrætisrónarnir voru og hétu. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

GUÐJÓN FRIÐRIKSSON SAGNFRÆÐINGUR: LEIÐIR RÓNAGÖNGU Á LAUGARDAG

Rónar með dónum í Svínastíu

„Ég er nú enginn sérfræðingur í rónum, en af nógu er að taka þegar kemur að áhugaverðum heimildum um alræmdar drykkjubúllur höfuðstaðarins,“ segir Guðjón Friðriksson sagnfræðingur, sem næstkomandi laugardag býður áhugasömum í rónagöngu um miðbæ Reykjavíkur. Gangan er ókeypis og allir velkomnir, en það eru samtökin SÁÁ sem standa fyrir göngunni í þeim tilgangi að kynna löndum sínum söguna.

„Stoppað verður við þekktar krár og við byrjum í Aðalstræti þar sem Svínastían stóð. Þar drukku dónarnir, en svo voru þeir lægst settu í þjóðfélaginu kallaðir. Oft var sagt um skáldið Benedikt Gröndal, sem stundum fór á drykkjutúr, að hann vildi frekar drekka með dónum en höfðingjum, og fór þá beint í Svínastíuna, sem var í raun stéttaskipt því þar var líka Káetan þar sem sátu að sumbli skipstjórar og stýrimenn.“

Guðjón mun einnig rölta rónaslóð um Hafnarstræti, sem var fram undir 1960 aðalrónagata bæjarins, samanber uppnefnið Hafnarstrætisróni.

„Á þeim árum stóð lögreglustöðin við Hafnarstræti, en þegar hún fluttist upp á Hlemm fór óreglufólkið með. Þetta tvennt virðist því fylgjast að, en lögreglan hefur jú oft skotið skjólshúsi yfir rónana og þeir sjálfir leitað þar skjóls,“ segir Guðjón og staldrar við veitingastaðinn Hornið í Hafnarstræti, þar sem áður var Bar Reykjavíkur, sá alræmdasti á kreppuárunum.

„Þar drukku menn sem kallaðir voru barónar. Sumir halda því fram að þaðan sé orðið róni komið, sem stytting á baróni. Til eru ófrýnilegar lýsingar á því hversu sóðalegur og svæsinn Bar Reykjavíkur var, en þar voru slagsmál og læti daglegt brauð og í eitt hornið pissuðu menn þar sem þeir stóðu,“ upplýsir Guðjón.

„Rónar virðast fylgja borgarsamfélögum, en misjafnt hvernig þeir hafa það. Í gamla daga sváfu þeir margir mót suðri undir bárujárnsgirðingu sem lá þvert yfir Arnarhól og gárungarnir kölluðu Grand hótel. Þá áttu margir næturstað í yfirgefnum skipum, eins og einu sem lá talsvert lengi úti við Örfirisey. Á árum áður áttu líka margir rónar vini í kaupmannastétt, sem oft viku að þeim bita, en eftir að eiturlyf urðu algengari í neyslu hafa menn orðið óútreiknanlegri, á meðan gömlu rónarnir voru meinleysisgrey og auðreiknanlegir,“ segir Guðjón og tekur fram að hann fari ekki á slóðir núverandi bæjarróna í göngunni á laugardag, því það þyki honum varða friðhelgi einkalífsins.

„En gangan er á vegum SÁÁ og aldrei að vita nema fyrrverandi og núverandi rónar sláist með í för, enda allir velkomnir. Ég mun hins vegar ekki verða með brjóstbirtu á pela, en hlakka til og á von á skemmtilegri göngu.“

thordis@frettabladid.is

---

†

Elskuleg móðir okkar, tengdamóðir, amma og langamma,

Ruth Guðmundsson

Seljahlíð, Hjallaseli 55,

lést á heimili sínu miðvikudaginn 17. ágúst. Jarðarförin fer fram frá Fossvogskirkju miðvikudaginn 31. ágúst klukkan 13. Þeim sem vilja minnast hinnar látnu er bent á minningarsjóð Seljahlíðar, sími: 540-2400.

Guðmundur J. Axelsson — **Arndís Axelsson**
Dóra Axelsdóttir — **Guðmundur R. Jónsson**
barnabörn og langömmubörn.

---

†

Okkar ástkæra,

Hrund Helgadóttir

hjúkrunarfræðingur

lést á líknardeild Landspítalans að kvöldi 27. ágúst.

Hörður V. Sigmarsson
Eva Bjarnadóttir — **Snorri Örn Arnarson**
Hervör Hólmjárn
og systkini hinnar látnu.

---

†

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

Hjálmar Haraldsson

skipstjóri,

lést í faðmi fjölskyldu sinnar á Heilbrigðisstofnun Suðurnesja, fimmtudaginn 25. ágúst.
Hjálmar verður jarðsunginn frá Grindavíkurkirkju, föstudaginn 2. september kl. 14.00.
Sérstakar þakkir til starfsfólks D-deildar Heilbrigðisstofnunar Suðurnesja fyrir einstaka umönnun og hjartahlýju.

Ragnheiður Guðmundsdóttir
Haraldur Harðar Hjálmarsson — **Linda Rós Sveinbjörnsdóttir**
Kristín Guðrún Hjálmarsdóttir — **Kjell Ove Aarö**
Eva Margrét Hjálmarsdóttir — **Arnar Daníelsson**
Sigríður Helga Hjálmarsdóttir — **Davíð Árnason**
Anna Kristín Hjálmarsdóttir — **Magnús Kristján Guðjónsson**
Laufey Unnur Hjálmarsdóttir — **Bjarki Þór Sveinsson**
Rósey Rán Hjálmarsdóttir — **Indriði Kristinn Guðjónsson**
barnabörn, barnabarnabarn, systkini og mágar hins látna.

Tilkynningar um merkisatburði, stórafmæli og útfarir má senda á netfangið
timamot@frettabladid.is.

---

†

Faðir okkar og tengdafaðir,

Lúðvík Ingvarsson

fyrrum sýslumaður og síðar prófessor,

er látinn.
Útförin hefur farið fram í kyrrþey að ósk hins látna.

Karl Lúðvíksson — **Borghildur Brynjarsdóttir**
Margrét Lúðvíksdóttir — **Ingimundur Friðriksson**
Ari Már Lúðvíksson — **Helga Guðrún Helgadóttir**
Ágúst Lúðvíksson — **Amei Hoffmann**
Ingiríður Lúðvíksdóttir

---

†

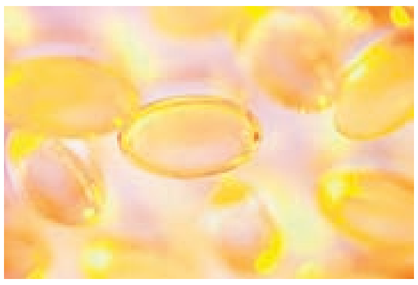
Innilegar þakkir til allra þeirra sem heiðruðu minningu, sýndu samúð og hlýhug við andlát og útför eiginmanns míns, föður, tengdaföður, afa og langafa,

Páls Eiríkssonar

fyrrverandi yfirlögregluþjóns.

Sérstakar þakkir viljum við færa Lögreglukórnum og félögum úr Oddfellowstúkunni Ingólfi.

Svanfríður Gísladóttir
Sigrún Pálsdóttir — **Ingjaldur Eiðsson**
Gísli Pálsson — **Kolbrún Gísladóttir**
Eiríkur Örn Pálsson — **Arnheiður Ingimundardóttir**
barnabörn og barnabarnabörn.



Fitusýrur eru manninum lífsnauðsynlegar. Jafnvægi þarf að ríkja á milli neyslu omega-3 og omega-6 fitusýra en mun meira er af omega-6 í mataræði Vesturlandabúa. Of mikið af omega-6 getur dregið úr upptöku á omega-3 en mikil neysla omega-3 dregur ekki úr upptöku á omega-6. Því er gott að taka inn omega-3.

;ALLT

FRÉTTABLAÐIÐ **Sölufulltrúar:** **Jóna María Hafsteinsdóttir** jmh@365.is 512 5473 **Brynja Dan Gunnarsdóttir** brynjadan@365.is 512-5465 **Snorri Snorrason** snorris@365.is 512

NÝKOMINN - FLOTTUR

Misty - fyrir allar konur
Laugavegi 178 - Sími: 551 3366
Opið mán.-fös. 10-18.
Lokað á laugardögum í sumar.
Góð þjónusta - fagleg ráðgjöf.
www.misty.is
Vertu vinur

Teg 810857 - léttur og mjúkur í CD skálum á kr. 4.600,- buxur í stíl á kr. 1.995,-

Full búð af nýjum vörum fjölbreytt úrval

Lífstykkjabúðin
Stofnuð 1916
Laugavegi 82 (á horni Barónsstígs) Sími 551 4473

GÆÐAFISKUR
ÍSLENSK FÆÐUBÓT
BITAFISKUR
-næring fyrir líkama og sál

Sölustaðir:
10 -11, Inspired í Flugstöðinni, Samkaup, Nettó, Kaskó, Fjarðarkaup, Skeljungsbúðirnar, Olís, N1, Kaupfélag V- Húnvetninga, Kaupfélag Skagfirðinga, Verslunin Vísir, Bláa lónið, Hreyfing, Krambúðin, Fiskbúðin Freyja, Melabúðin.

Eirberg

Rafskutlur
-frelsi og nýir möguleikar

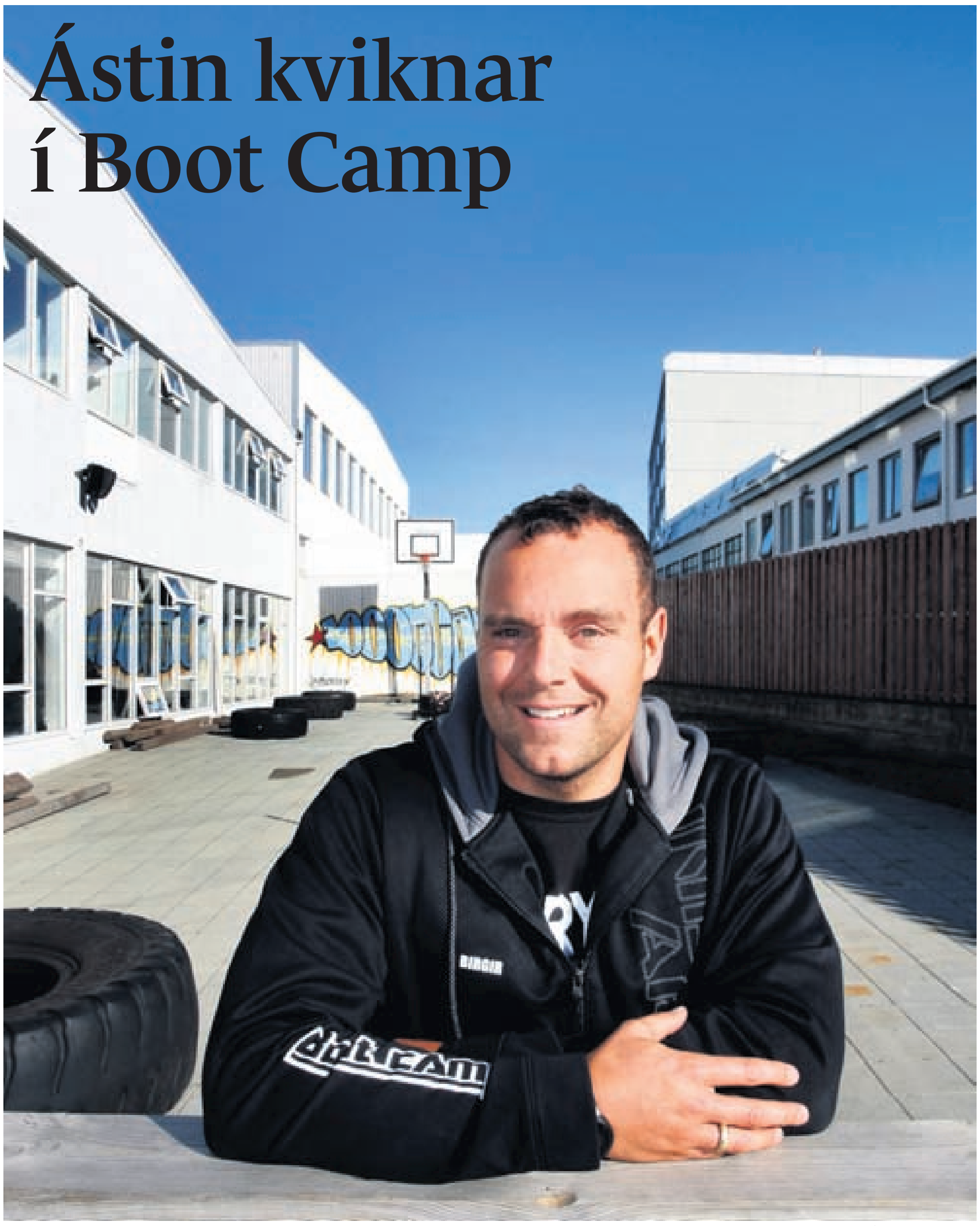
Einfaldar í notkun og hagkvæmar í rekstri

Ný kynslóð

Í sumar er opið virka daga frá kl. 9 -18
Stórhöfða 25 • Sími 569 3100 • eirberg.is

Arnaldur Birgir Konráðsson, þjálfari og framkvæmdastjóri, opnar útibú Boot Camp í Kaupmannahöfn.

Ástin kviknar í Boot Camp



FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON

Í gegnum tíðina hef ég fengið ótal óskir um að opna Boot Camp-stöð utan landsteinanna, en akkúrat núna er hárréttur tími því konseptið er heilsteypt og fullreynt til árangurs,“ segir Arnaldur sem fyrir sjö árum fékk hugmyndina að Boot Camp-æfingakerfinu ásamt Róberti Traustasyni.

Nú er Boot Camp á leið í víking, því útibú verður opnað í Kaupmannahöfn 12. september.

„Þegar Íslendingur og Dani, búsettir í áratylft ytra, vildu opna Boot Camp í Köben töldum við hugmyndina og æfingakerfið eiga fullt erindi út,“ segir Arnaldur um nýju stöðina, sem hlotið hefur nafnið Budz Boot Camp.

„Budz er komið af enska orðinu buddies, sem á íslensku þýðir félagar og er einkar viðeigandi fyrir Boot Camp, sem gengur út á samstarf og hópefli yfir krefjandi verkefnum í skemmtilegum félagsskap,“ útskýrir Arnaldur, sem hefur horft upp á ótal félaga bindast traustum vinaböndum.

„Í Boot Camp eru talsverðar líkur á að finna ástina. Ég hef ekki lengur tölu á ástarsamböndum sem hér hafa kviknað og Boot Camp-brúðkaup orðin allmörg. Ástin kviknar yfir sameiginlegu áhugamáli og jákvætt að báðir aðilar eru heilbrigðir á sál og líkama,“ segir Arnaldur broshýr.

Hérlendis stunda á annað þúsund manns Boot Camp og mikill spenningur úti að fá Boot Camp til höfuðborgar Danaveldis.

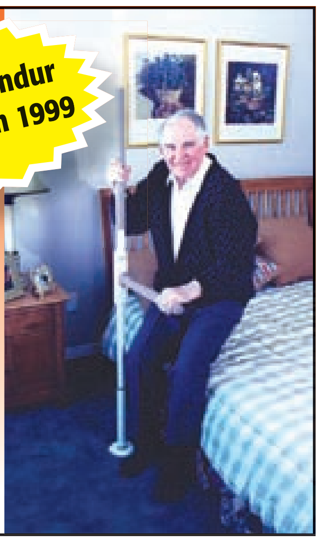
„Þetta lofar allt mjög góðu og seinna meir ætlum við í stærri hluti, en stígum jafnframt varlega til jarðar,“ segir Arnaldur.

Sjá nánar á bootcamp.dk og budzbootcamp.dk. *thordis@frettabladid.is*

Stuðnings stöngin

LÉTTU ÞÉR LÍFIÐ

Yfir 4000 notendur á Íslandi síðan 1999



Stuðningsstöngin er hjálpar- og öryggistæki sem auðveldar fólki að vera virkt og athafnasamt við daglegt líf án þess að þurfa að reiða sig á aðra. Margir Iðjuþjálfara, sjúkraþjálfarar og læknar hafa mælt með stuðningsstöngunum fyrir sína skjólstæðinga.

- Auðveld í uppsetningu.
- Engar skrúfur eða boltar.
- Tjakkast milli lofts og gólfs.
- Hægt að nota við hallandi loft, timbur/gifsloft og mikla lofthæð.

Vilji
vilji.is
...léttir þér lífið
Sími 856 3451 • www.vilji.is

- Margir aukahlutir í boði.
- Falleg og nútímanleg hönnun.
- Passar allstaðar og tekur lítið pláss.
- Viðurkennd af Sjúkratryggingum Íslands, hjálpartækjamiðstöð.

Stuðningsstangirnar hafa fengið verðlaun fyrir notagildi, öryggi og hönnun á alþjóðlegum hjálpartækjasýningum í USA.

Kynning - auglýsing

Komst á beinu brautina á Heilsuhótelinu

Sigrún Eðvaldsdóttir fiðluleikari hóf nýtt líf á Heilsuhótelinu og hefur misst þrettán kíló.

Fiðluleikarinn Sigrún Eðvaldsdóttir hafði lengi barist við að ná jafnvægi í mataræði sínu þegar hún ákvað að skella sér á Heilsuhótelið og dvelja þar í tvær vikur og fara í gegnum hreinsunarprógramm. Hún missti sjö kíló á þeim tíma og hefur viðhaldið þeim lífsstíl sem hún tileinkaði sér á hótelinu. Sex kíló í viðbót hafa farið síðan þá. „Jónína Benediktsdóttir hefur alltaf verið afar sæt við mig í gegnum árin, en ég kynntist henni árið 1998 og hún hefur fylgst með mér og sá hvert stefndi með mína heilsu. Ég hef alltaf átt í veseni í sambandi við mat og var orðin of þung," segir Sigrún.

Fiðluleikarinn hafði fylgst með starfi Jónínu og hitti hana einu sinni þegar hún var að auglýsa heilsunámskeið og hafði þá hrifist af. „Það urðu fagnaðarfundir og hún hvatti mig til að fara á Heilsuhótelið í tveggja vikna hreinsunarprógramm. „Þetta er það besta sem þú getur gert fyrir þig," sagði Jónína og þar sem ég var búin að reyna mikið sjálf að koma mínum málum í lag, án árangurs, ákvað ég að slá til."

Sigrún segist hafa upplifað einhverja töfra í líkamanum þegar hún fór á Heilsuhótelið. „Matseðillinn samanstóð af miklu grænmeti og öll kolvetni voru alfarið tekin út í þessar tvær vikur ásamt sykri og áfengi. Fyrst fóru sjö kílóin og þá var mér sagt að ef ég héldi mínu striki væru þetta kíló sem kæmu aldrei aftur, sem var mikil hvatning til að halda áfram. Þá fór ég í sex mánaða áfengisbindindi eftir dvölina, því mikill sykur er í áfengi, og í dag er ég þrettán kílóum léttari en ég var. Nú passa ég mig á venjulegu brauði og borða bara súrdeigsbrauð frá Grímsbæ."

Sigrún segir stemninguna á Heilsuhótelinu vera afar góða, bæði séu þar frábært starfsfólk og fyrirlesarar og svo hafi verið gaman að vera í hópi með fólki sem allt hafi verið að keppa að því sama. „Ég uppskar mjög mikið, hvíldist vel og naut dvalarinnar. Tónlistarmenn eiga það til að keyra sig út og hugsa ekki nóg vel um sjálfa sig. Þeir gleyma sér bara, lenda gjarnan í meiðslum og alls konar kvillar geta hrjáð atvinnutónlistarfólk. Þeir ranka stundum við sér of seint og ég var nálægt því, en nýja lífið mitt gerir það að verkum að ég hef miklu meira úthald, sem skiptir öllu máli," segir Sigrún og bætir við að æfingar í ketilbjöllum hafi líka hjálpað mikið.

„Ég kynntist yndislegu fólki og ef ég þyrfti að velja milli tveggja vikna á fimm stjörnu lúxushóteli á Taílandi eða tveggja vikna á Heilsuhótelinu myndi ég velja Heilsuhótelið, þetta var svo mikill lúxus og mikill styrkur sem maður öðlaðist," segir Sigrún, sem segist hafa komið út úr meðferðinni með hlaðin batterí og tilbúin að halda sig á beinu brautinni.

„Tónlistarmenn eiga það til að keyra sig út og hugsa ekki nóg vel um sjálfa sig. Þeir gleyma sér bara, lenda gjarnan í meiðslum og alls konar kvillar geta hrjáð atvinnutónlistarfólk. Þeir ranka stundum við sér of seint, og ég var nálægt því," segir Sigrún Eðvaldsdóttir fiðluleikari. MYND/GVA

heilsuhótel íslands

Reykleysisnámskeið

Helgina 2. – 4. september 2011 verður haldið námskeið fyrir þá sem vilja hætta að reykja. Námskeiðið er sérhannað af þekktum einstaklingum sem oft hafa aðstoðað reykingarfólk.

Aðferðin sem beitt er hefur skilað gríðarlegum árangri og flestir hætt fyrir lífstíð án þess að nýta nikótíntyggjó eða annað eftir námskeiðið.

Leiðbeinendur
Valgeir Skagfjörð, leikari og tónlistarmaður
Dr. Ásgeir Helgason dósent í sálfræði og lýðheilsufræðum

Fyrirtæki og einstaklingar geta staðfest þátttöku með því að senda tölvupóst á netfangið heilsa@heilsuhótel.is með helstu upplýsingum. Takmarkaður fjöldi og því nau ðsynlegt að panta strax.

Verð 49.500 með gistingu, fæði og námskeiðsgjaldi. Flest stéttarfélög og fyrirtæki styrkja reykleysisnámskeið. Nánari upplýsingar á **www.heilsuhotel.is**

NÆSTU HEILSUNÁMSKEIÐ

Fjöldi spennandi námskeiða er hjá Heilsuhóteli Íslands á næstunni.

Næstu heilsunámskeið hótelsins eru:

Árið 2011
9.-23. september
14.-28. október

Árið 2012
6.-20. janúar
2.-16. mars

Nánari upplýsingar í síma 512-8040 eða heilsa@heilsuhotel.is

Heilsuhótel Íslands,
Ásbrú, Reykjanesbæ.
www.heilsuhotel.is

Starfsfólk Heilsuhótels Íslands tekur vel á móti gestum.

CITROSEPT BIOFLAVINOID LOKSINS Á ÍSLANDI

Efnið Bioflavinoid skortir í nútímafæði mannsins en er nauðsynlegt mannslíkamanum, meðal annars til þess að vinna á og útrýma candida-sveppnum og sveppasýkingum í líkamanum. Bioflavinoid er unnið úr hvítu himnunni sem umlykur greipaldinávöxtinn.

- Citrosept dregur úr sykurlöngun
- Gott fyrir alla sem sækja í sætindi
- Citrosept er ríkt af andoxunarefnum og forvörn gegn krabbameini
- Citrosept er frábært eftir sýklalyfjanotkun

Pöntunarsími: 512-8040
www.heilsuhótel.is

ENDURNÝJUÐ ORKA

Afeitrun eða hreinsun er eitt það besta sem hægt að að bjóða sjálfum sér upp á í önnum dagslegs lífs.

Rannsóknir sýna að fólk er orkuminna en áður og því er skiljanlegt að nokkur hundruð manns leiti árlega í að endurnýja orku sína á Heilsuhóteli Íslands. Rannsóknir sýna líka að veikindadögum fækkar, gæði svefns aukast og þreyta minnkar eða hverfur í kjölfar dvalarinnar.

Það skiptir öllu hvaða við borðum og hvernig við nýtum tíma okkar við að auka lífsgæði daglegs lífs. Þessi atriði eru einnig kynnt á milli þess að gestir njóta þeirrar þjónustu sem stendur þeim til boða.

Færri í endurmenntun

Færri sjúkraflutningamenn ganga í gegnum endurmenntunarnámskeið hjá Sjúkraflutningaskólanum en fyrir hrun. Skólastjóri skólans segir námskeiðin nauðsynleg þar sem fræðin breytist hratt.

Starfsemi Sjúkraflutningaskólans hefur dregist töluvert saman undanfarin þrjú ár og hefur námskeiðum og fjölda þátttakenda fækkað um helming. Mest hefur fækkað í endurmenntunarnámskeiðum sjúkraflutningamanna en hins vegar hefur fjöldi þátttakenda í grunn- og neyðarflutninganámskeiðum staðið í stað. Skólaárið 2008 til 2009 voru haldin 45 námskeið og þátttakendur voru 650, þar af voru 29 endurmenntunarnámskeið. Skólaárið 2010 til 2011 var haldið 21 námskeið og nemendafjöldi var um 280 en þar af voru einungis níu endurmenntunarnámskeið.

„Rekstraraðilar sjúkraflutninga drógu saman í endurmenntun haustið eftir hrun. Fjárhagslegar ástæður eru því greinilega stór þáttur í þessu,“ segir Hildigunnur Svavarsdóttir, skólastjóri Sjúkraflutningaskólans. „Rekstraraðilar sjúkraflutninga fá fjármagn til að reka sjúkraflutninga og inni í því ætti endurmenntunin að vera, en það er auðvelt að skera hana niður.“ Hildigunnur tekur fram að einhverjir rekstraraðilar hafi þó ákveðið að sjá um þjálfun og endurmenntun sjúkraflutningamanna sinna og fara ekki í gegnum Sjúkraflutningaskólann.

Hildigunnur segir að mikil þörf sé á endurmenntun sjúkraflutningamanna því grunnmenntun þeirra sé þrjár vikur, eða 128 klukkustundir. „Það er bara allt of lítið,“ segir Hildigunnur og tekur fram að ofan á grunnnámið sé möguleiki á tveggja mánaða framhaldsnámskeiði sem ljúki með neyðarflutningaréttindum.

Í námskrá Landlæknisembættisins varðandi menntun sjúkraflutningamanna eru tilmæli um endurmenntun. „Þau eru í raun og veru mjög góð og meiri en við sjáum hjá mörgum öðrum fagstéttum. Sjúkraflutningamenn með grunnmenntun eiga til dæmis að taka 24 stundir í endurmenntun á tveggja ára tímabili, samkvæmt tilmælunum,“ útskýrir Hildigunnur og bætir við að þó sé ekki fylgst nógu vel með því. „Sjúkraflutningaskólinn kemur hins vegar með tilmæli um að tími sé kominn á endurmenntun.“

Hildigunnur segir að endurmenntun sé nauðsynleg vegna þess að fræðin breytist hratt. „Svo á það sérstaklega við þá sem starfa úti á landi að tilfelli eru fátíð. Til þess að þeir sjúkraflutningamenn séu tilbúnir að takast á við öll hugsanleg tilfelli verða þeir að fá meiri þjálfun sem fá færri raunveruleg tilfelli,“ segir Hildigunnur og tekur fram að þegar á hólminn sé komið sé ekki tími til að fletta upp í bókunum.

martaf@frettabladid.is

Hildigunnur Svavarsdóttir, skólastjóri Sjúkraflutningaskólans, segir fjárhagslegar ástæður liggja að baki fækkun þátttakenda á sjúkraflutninganámskeiðum.

Æthihvönn er ein merkasta lækningajurt Íslandssögunnar, en hvönnin var notuð á Íslandi allt frá landnámi. Ætihvönnin var vel þekkt meðal fyrstu landnema á Íslandi. Auk þess að vera mikilvæg matjurt á Norðurlöndum og Bretlandseyjum var lækningamáttur hvannarinnar vel þekktur meðal norrænna manna.

www.visindavefur.is

Við erum danskennarar Kramhússins

SKRÁNING STENDUR YFIR

KRAM HÚSIÐ

Danspotturinn opnast 12. september

Kíktu á kramhusid.is

Símar: 551·5103 & 551·7860

SADDUR ÁN SAMVISKUBITS

Burrito 1.190

Tacos 1.340

SantaFe salat m.kjúkling 1.390

Culiacan MEXICAN GRILL

Suðurlandsbraut 4a

533 1033 www.culiacan.is

ICELANDIC FOR FOREIGNERS

10 weeks courses – 60 class hours

Courses start on 13th of Sept.

ICELANDIC I
ICELANDIC II
ICELANDIC III
ICELANDIC IV

Tuesday and Thursday 19:00 – 21:10

Price: 23.000 kr.
Registrations and information:
http://kvoldskoli.kopavogur.is

Tel: 564 1507

KVÖLDSKÓLI KÓPAVOGS

ÍSLENSKA FYRIR ÚTLENDINGA

10 vikna námskeið – 60 kennslustundir

Kennslan hefst 13. september.

ÍSLENSKA I
ÍSLENSKA II
ÍSLENSKA III
ÍSLENSKA IV

þriðjudag og fimmtudag 19:00 – 21:10
Verð: 23.000 kr.
Innritun og upplýsingar á vef skólans
http://kvoldskoli.kopavogur.is

KURS JEZYKA ISLANDZKIEGO DLA OBCOKRAJOWCOW

Kurs 10-tygodniowy-60 godzin lekcyjnych

Zajecia rozpoczynaja sie13. Wrzesnia

ISLANDZKI I
ISLANDZKI II
ISLANDZKI III
ISLANDZKI IV

wtorki i czwartki 19:00 – 21:10

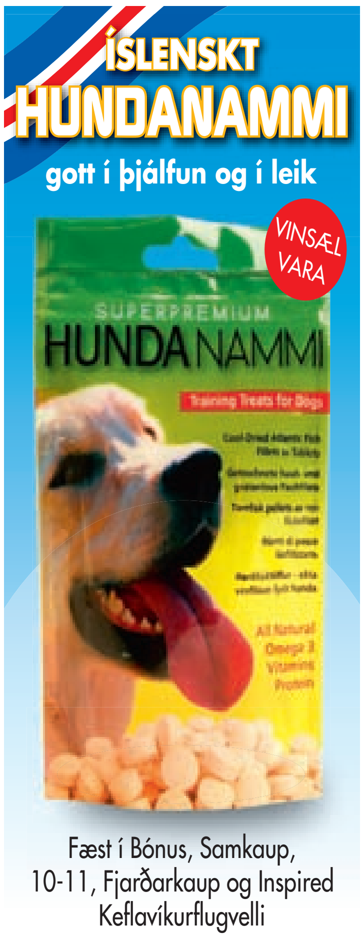
Cena: 23.000 kr.
Zapisy i informacje na stronie szkoly:
http://kvoldskoli.kopavogur.is

pod nr telefonu: 564 1507

Ath. Starfsmenntunarsjóðir ýmissa stéttarfélaga styrkja félagsmenn sína til náms í Kvöldskóla Kópavogs.

http:// kvoldskoli.kopavogur.is

Ekki gleyma að teygja Við mikið álag styttast vöðvarnir og þarf að gera teygjur til að lengja í þeim. Ef vöðvarnir styttast um meira en helming missa þeir allan kraft, sem gefur til kynna mikilvægi þess að gefa sér tíma til að teygja eftir æfingar.



Vala óttast ekki kuldann í vetur enda hitnar fólki við að gera æfingarnar auk þess sem skjólsælt er á ströndinni. Þá er aðstaða innandyra ef þannig viðrar. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

Æfa utandyra í vetur

Kettlebells Iceland hafa verið með ketilbjölluæfingar á Ylströndinni í sumar og ætla að halda því áfram í vetur. „Það er ávanabindandi að fá súrefni í lungun samhliða æfingunum," segir yfirþjálfarinn Vala Mörk.

Þau Vala Mörk og Guðjón Svansson hjá Kettlebells Iceland hafa verið með aðstöðu á Ylströndinni í Nauthólsvík frá því í byrjun sumars og boðið upp á ketilbjölluæfingar undir berum himni. Þau hafa nú ákveðið að halda því áfram í vetur.

„Þetta hefur verið ofboðslega skemmtilegt og þegar forsvarsmenn Ylstrandarinnar buðu okkur að vera lengur ákváðum við að slá til. Við getum fengið aðstöðu innandyra ef veðrið er að stríða okkur en vonumst þó til að geta verið sem mest úti, enda verður það hálf ávanabindandi að fá súrefni í lungun samhliða æfingunum í stað þess að anda að sér þungu innilofti," segir Vala. „Þá er oftast frekar skjólsælt á svæðinu í kringum heita pottinn en á góðviðrisdögum þegar ströndin er full af fólki höfum við fært okkur upp á grasið þar sem við höfum reist æfingatæki," bætir hún við.

En er fólk ekkert feimið við að æfa utandyra fyrir allra augum? „Að öllu jöfnu er nú ekki mikið af fólki á þeim tímum sem við æfum en iðkendur gleyma því oftast um leið og þeir byrja að púla. Þeir sem eiga leið hjá eru síðan mjög áhugasamir um það sem við erum að gera," segir Vala. Hún og Guðjón stofnuðu Kettlebells Iceland árið 2006 og byrjuðu fyrst allra á Íslandi með reglulega ketilbjöllutíma fyrir íþróttamenn og almenning. Þau voru með aðstöðu í Mjölni þar til í vor. Vala segir æfingarnar svipaðar og áður. „Við gerum þrek- og þolæfingar og erum með bjöllur af öllum þyngdum. Þá tökum við spretti, upphífingar og æfingar með eigin líkamsþyngd. Fólk af báðum kynjum og öllum stærðum og gerðum hefur gott af þessu og hver og einn lagar þyngdir og æfingar að sér."

Á góðviðrisdögum í sumar fóru æfingarnar stundum fram í sjónum. „Stundum þurftum við einfaldlega að kæla okkur niður," segir Vala Mörk. MYND/KETTLEBELLS ICELAND

Vala segir svæðið bjóða upp á skemmtilega möguleika og að ýmist sé hægt að kæla sig í sjónum eða fara í pottinn eftir púlið. „Í sumar þegar hitinn var mikill gerðum við jafnvel æfingarnar í sjónum, sem var skemmtileg tilbreyting."

vera@frettabladid.is

HEILSA

ÞRIÐJUDAGUR **30. ÁGÚST 2011**

Kynningarblað
Hlaup
Vítamín
Líkamsrækt
Leikfimi
Þjálfun
Markmið

Crossfit-þjálfarar í Crossfit Iceland. Mark Johnson, Guðrún Selma Steinarsdóttir, Fanney Sigurgeirsdóttir og Steinar Þór Ólafsson kenna öll í World Class. MYND/BENT MARINÓSSON

Keppnisþörf liggur í loftinu

Eitt vinsælasta æfingaform í World Class í dag er Crossfit, sem samanstendur af mörgum greinum og er því bæði fjölbreytt og skemmtilegt. Framhaldsskólatímar eru nýjung hér á landi, þeir eru í World Class í Kringlunni.

Crossfit er það heitasta núna og er vonandi ekki bara tískubóla heldur komið til að vera þannig að fólk temji sér það sem lífsstíl," segir Steinar Þór Ólafsson, íþróttafræðinemi og þjálfari hjá Crossfit Iceland. Hann segir Crossfit ekki bara ákjósanlegt æfingaform til að byggja upp vöðva heldur til að styrkja líkamann á allan hátt. „Þetta er ekkert átaksnámskeið sem stendur í smá tíma heldur er Crossfit fyrir venjulegt fólk sem vill ástunda alhliða hreyfingu og læra rétta líkamsbeitingu. Allir geta lent í að þurfa að færa til þungan sófa í stofunni heima."

Steinar Þór er einn þeirra sex sem þjálfa hjá Crossfit Iceland í vetur. Öll eru þau með Crossfit-þjálfararéttindi. Hin eru Guðrún Selma Steinarsdóttir, Mark Johnson, Geir Gunnar Markússon, Arndís Ágústsdóttir og Fanney Sigurgeirsdóttir. Sú síðastnefnda er kærasta Steinars. „Við erum á sömu bylgjulengd," segir hún brosandi. Fanney er í Lögregluskólanum og hefur verið í starfsþjálfun í sumar. Þar er mikil áhersla á líkamlegt þrek svo henni kemur vel að vera í góðu formi. „Ég var í Boot Camp og byrjaði svo í Crossfit, sem mér finnst mjög skemmtilegt," segir Fanney og heldur áfram. „Það er ekki kvöð að mæta í ræktina heldur er það ánægjulegur partur af deginum. Æfingarnar eru svo fjölbreyttar."

Steinar tekur undir þetta. „Crossfit er samansett úr mörgum greinum. Þar eru fimleikar, ketilbjöllur, ólympískar lyftingar, atriði úr frjálsum íþróttum og klifur í köðlum. Svo er hlaupið, hjólað, róið og synt."

Þau Steinar og Fanney segja mikla eftirspurn eftir Crossfit hér á landi. „Íslendingar eru mjög móttækilegir fyrir þessu formi og eftir að Annie Mist varð heimsmeistari hefur orðið sprenging í vinsældunum," segir Steinar. „Ég held það séu hlutfallslega fleiri hér á landi sem aðhyllast Crossfit en nokkurs staðar annars staðar. Það eru til dæmis bara örfáar stöðvar í London og samt búa milljónir þar."

Sérstakur Crossfit-salur er í World Class-stöðinni í Kringlunni. Þar verða grunnnámskeið og framhaldsnámskeið í vetur og einnig framhaldsskólatímar sem er nýjung. „Það eru svo margir framhaldsskólar hér í kring, svo sem Verzlunarskólinn, Menntaskólinn við Hamrahlíð og Fjölbraut í Ármúla, og það er gaman fyrir nemendur að koma hingað saman eftir skólann." Fanney grípur það á lofti. „Já, við viljum skapa hér jákvætt félagslegt umhverfi þar sem smá keppnisþörf liggur í loftinu en þó einkum samstaða og góður andi. Það ætti að vera fínt fyrir unglingana að koma hér við áður en þeir fara heim."

Annie Mist Þórisdóttir CrossFit-meistari

FRÓÐLEIKSMOLAR

CrossFit Iceland er í CrossFit-sal í World Class Kringlunni. Þar eru fjölbreyttir tímar og allir kennarar eru með CrossFit-kennararéttindi.

CrossFit Grunnámskeið
Farið er í undirstöðuæfingar í CrossFit og grunnurinn lagður. Lögð er áhersla á að þátttakendur geri æfingarnar rétt.

CrossFit Framhaldsnámskeið
Fyrir þá sem vilja meira. Byggt er ofan á góðan grunn úr grunnnámskeiðunum með fjölbreyttum og skemmtilegum æfingum.

CrossFit Framhaldsskólar
Sérstakir tímar fyrir framhaldsskólanemendur. Fjölbreyttar æfingar sem henta sérstaklega vel fyrir þennan aldurshóp.

CrossFit byggir á fjölbreyttum, hnitmiðuðum og kraftmiklum æfingum. Hver æfing er ný áskorun.

CrossFit blandar saman ólympískum lyftingum, fimleikaæfingum og gömlu góðu leikfimiæfingunum. Það er hlaupið, hjólað, róið og synt.

CrossFit er lykillinn að alhliða hreysti og kemur í veg fyrir stöðnun.

Kennarar okkar eru allir með CrossFit-kennararéttindi.

Opið hús hjá World Class

Laugardaginn 3. september kl. 10:00-14:00

Frítt inn á allar World Class stöðvar milli kl. 10:00 og 14:00
Glæsileg dagskrá á öllum World Class stöðvum:
Frí heilsufarsskoðun, lukkuleikur, tilboð, kynningar o.fl.
Sjá nánar á worldclass.is

Vertu með okkur í vetur!

Ný námskeið hefjast 5. september
Nýjar tímatöflur hefjast 1. september - yfir 400 tímar í viku hverri

World Class er heilsuræktin okkar

World Class Laugum Reykjavík • Kringlunni Reykjavík • Spönginni Grafarvogi • Lágafellslaug Mosfellsbæ
Ögurhvarfi Kópavogi • Turninum Kópavogi • Sundlaug Seltjarnarness • Dalshrauni Hafnarfirði • HR Reykjavík
Korthafar fá aðgang að Laugardalslaug, Lágafellslaug og Sundlaug Seltjarnarness

World Class ICELAND
- HEILSURÆKT FYRIR ÞIG -

Hafsteinn Daníelsson og Hilmar Gunnarsson blanda saman æfingum og búa til fjölbreyttari tíma í Veggsporti. MYND/GVA

Bjóða fjölbreyttari tíma

„Cross Bells er ein af þeim nýjungum sem við bjóðum upp á núna en það er blanda af CrossFit og ketilbjöllum,“ segir Hafsteinn Daníelsson, annar eigenda Veggsports. Cross Bells-tímarnir verða kenndir í hádeginu og aftur seinnipartinn þriðjudaga og fimmtudaga og klukkan 10 á laugardögum.

„Ketilbjöllur eru upprunalega rússneskt æfingaform þar sem notaðar eru þungar bjöllur og allir stærstu vöðvar líkamans þjálfaðir samtímis, en CrossFit er alhliða hreyfing. Það er skemmtileg tilbreyting að blanda þessu saman,“ segir Hafsteinn, sem einnig hefur blandað styrktaræfingum inn í spinning-tímana í Veggsport til að auka fjölbreytni.

„Þetta eru mjög vinsælir tímar því þótt það sé gaman að hjóla er tilbreyting að hafa æfingar með. Hjólað er í fjörutíu mínútur áður en hópurinn færir sig inn í sal og gerir styrktaræfingar fyrir maga, rass, læri og bak og armbeygjur. Við blöndum þannig saman styrk og brennslu. Skvassið er þó alltaf vinsælast hjá okkur, en við erum stærstir í því.

Fólk kemur beint inn og spilar en við lánum fólki spaða og bolta. Skvass geta allir spilað, konur og karlar, unglingar og hjón,“ segir Hafsteinn og vill að lokum benda á heimasíðu stöðvarinnar, www.veggsport.is, þar sem nánari upplýsingar er að finna um tíma og æfingakerfi.

Út að hlaupa

Útihlaup eru ódýr leið til betri heilsu. Áður en farið er af stað er gott að undirbúa sig vel. Eftirfarandi tíu ráð er að finna á www.runaddicts.net

1. Ráðfærðu þig við lækni
Áður en rokið er af stað er ekki vitlaust að heimsækja heimilislækninn. Sérstaklega ef þú ert of þung(ur), ert hjartveik(ur), komin(n) yfir fertugt eða hefur aldrei hlaupið neitt áður.

2. Farðu rólega af stað
Ef þú ætlar ekki að gefast upp vegna meiðsla eða þreytu strax á fyrstu vikunum skaltu byrja á rólegri göngu.

3. Fylgstu með hjartsláttinum
Ekki horfa bara á vigtina. Mældu púlsinn áður en þú ferð fram úr á morgnana og fylgstu með hvernig hlaupin styrkja hjartað.

4. Haltu hlaupadagbók
Skrifaðu niður hverja æfingu, hversu langt var hlaupið, hve langan tíma það tók og hversu hratt var hlaupið. Það virkar hvetjandi.

5. Hlustaðu á líkamann
Harðsperrur og þreyta eru eðlilegir fylgifiskar hlaupa. Ef þig fer að svima eftir æfingar eða finnur verki í brjósti, baki eða fótleggjum á æfingum skaltu staldra við og jafnvel leita læknis.

6. Hlauptu hægt
Ef þú getur sagt „ég hefði nú komist lengra“ í lok æfingarinnar hefurðu hlaupið á réttum hraða.

Farðu hægt af stað og settu þér raunhæf markmið. NORDICPHOTOS/GETTY

7. Æfðu reglulega og borðaðu hollt
Hlauptu þrisvar til fjórum sinnum í viku í hálftíma, frekar en einu sinni í viku í klukkutíma. Lélegt mataræði eyðileggur árangurinn.

8. Hitaðu upp
Hitaðu upp vöðvana með göngu og léttu skokki í nokkrar mínútur. Teygðu áður en þú leggur af stað. Undir lok æfingar skaltu hægja á þér og enda á gönguhraða áður en þú teygir aftur.

9. Fáðu hlaup á heilann
Gerðu hlaupin að daglegum hluta lífs þíns. Vertu áskrifandi að hlaupatímariti og kíktu í búðir sem selja hlaupaföt og búnað. Taktu þátt í hlaupakeppnum.

10. Settu þér markmið og fagnaðu þegar þú nærð þeim
Settu þér raunhæf markmið og mælanleg.

www.runaddicts.net

Verðlaunavítamín á markað á Íslandi

Vítamínlínan Vitabiotics er nýkomin á markað hér á landi. Vítamínin eru þau mest seldu í Bretlandi en þau eru hugsuð þannig að ein tafla innihaldi allt sem fólk þarf á að halda.

Við erum að setja á markað stóra vítamínlínu frá Bretlandi, undir merkjum vítamínrisans Vitabiotics,“ segir Sandra Kristjánsdóttir, vörumerkjastjóri hjá Icepharma, umboðsaðila Vitabiotics á Íslandi.

„Þetta eru markhópatengd vítamín sem hugsuð eru þannig að fólk geti tekið eina vítamíntöflu sem inniheldur allt sem viðkomandi þarf á að halda,“ segir Sandra og útskýrir það nánar: „Allar töflurnar eru með sama steinefna- og fjölvítamíngrunninn, þannig að allir fá nauðsynleg grunnvítamín sem líkaminn þarfnast, en hver og ein tegund inniheldur svo alls kyns aukavítamín og bætiefni sem henta þörfum markhópsins hverju sinni,“ upplýsir Sandra og nefnir sem dæmi að til séu töflur fyrir konur og karla á öllum aldri, heilann og minnið, íþróttafólk, ófrískar konur, börn, konur á breytingaskeiði og svo mætti lengi telja.

Sandra segir að allir geti fundið vítamín við sitt hæfi innan Vitabiotics-línunnar. „Fyrirtækið sem framleiðir vítamínin er breskt og vítamín þess eru þau mest seldu þar í landi. Fyrirtækið hefur tvisvar sinnum hlotið konunglegu verðlaunin „The Queen´s Awards for Enterprise“ í Bretlandi. Einstök vítamín frá Vitabiotics hafa einnig hlotið ýmis verðlaun, til dæmis frá Boots-keðjunni í Bretlandi,“ segir Sandra og bætir við að vítamínin séu öflug og traustsins verð. Vitabiotics hefur einnig stutt vel við bakið á afreksfólki í íþróttum í Bretlandi og eru fjölmargir þeirra á leið á Ólympíuleikana í London 2012 og segja vítamínin hafa skilað sér auknum árangri.

Vitabiotis-vítamínin fást í öllum apótekum og einnig í völdum matvöruverslunum á höfuðborgarsvæðinu.

Sandra segir að allir geti fundið vítamín við sitt hæfi innan Vitabiotics-vítamínlínunnar. MYND/GVA

Skriðsund er skemmtilegt og gott fyrir þá sem þjást af vöðvabólgu. NORDICPHOTOS/GETTY

Aldrei of seint að byrja

Margir hafa gengið með draum í maganum um að læra íþrótt sem þeir hafa aldrei prófað. Í vetur eru ótal námskeið í boði fyrir fullorðna í hinum ýmsu íþróttagreinum.

Skriðsund er hraðasta sundaðferðin og þykir til að mynda gera fólki gott sem þjáist af vöðvabólgu. Þótt flestir hafi lært skriðsundstökin í grunnskóla eru þeir margir sem hafa ekki viðhaldið þeirri kunnáttu og treysta sér ekki í sundið. Fyrir þá er sniðugt að skella sér á skriðsundsnámskeið, þar sem farið er rækilega yfir hvernig skriðsund skal synt.

Meðal þeirra námskeiða sem eru í boði í vetur má nefna námskeið í Árbæjarlaug sem hefst 6. september, en kennari þar er Brynjólfur Björnsson. Sunddeildir íþróttafélaganna hafa sumar hverjar haldið skriðsundsnámskeið og má þar nefna KR, Sunddeild Hamars í Hveragerði og fleiri sem halda reglulega slík námskeið. Sundskóli Sóleyjar er þá annar vettvangur skriðsundsnámskeiða og Lóló, einkaþjálfari í Laugum, hefur haldið námskeið í Laugardalslaug sem er næst á dagskrá 5. september.

Skák er frábær heilaleikfimi.

Badminton er skemmtileg og fjörug íþrótt sem hægt er að stunda með maka, vinum og vinnufélögum, en hér á landi eru 29 íþrótta- og ungmennafélög um allt land sem bjóða upp á badmintonæfingar. Í Reykjavík er til dæmis Tennis- og badmintonfélag Reykjavíkur með æfingar í TBR-húsinu en á heimasíðu Badmintonsambands Íslands er að finna lista yfir þau félög á landinu sem eru með iðkendur.

Að lokum, fyrir þá sem eru meira fyrir að hafa það huggulegt heima, má minnast á skákina, sem er aldrei of seint að byrja að læra. Skáknámskeið eru gjarnan í boði hjá tómstundaskólum og sérstökum skákfélögum. Upplýsingar um námskeið í skák má til að mynda nálgast hjá Skáksambandi Íslands, Skákakademíu Reykjavíkur, Skákskóla Íslands og Taflfélagi Reykjavíkur.

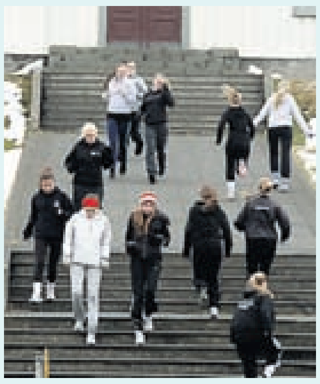
Badminton er fjörug íþrótt sem gaman er að draga besta vininn eða makann með sér í.

FUNDUR UM NÝJAN LANDSPÍTALA

Almennur kynningarfundur verður á morgun um drög að deiliskipulagi á lóð Landspítala við Hringbraut vegna nýbygginga sem þar á að rísa.

Fundurinn verður í stofu 105 á Háskólatorgi og hefst klukkan 17.30. Forstjóri Landspítala, rektor Háskóla Íslands og fulltrúar hönnunarhópsins SPITAL kynna byggingarverkefnið.

Kynningardagar verða í Heilsuverndarstöðinni við Barónsstíg frá 1.-6. september þar sem hægt verður að skoða kynningarefni vegna byggingar nýs Landspítala.



HEILSUEFLANDI SKÓLI

Árleg ráðstefna um heilsueflandi skóla verður haldin á vegum Landlæknisembættisins á Grand Hóteli föstudaginn 2. september. Slík ráðstefna hefur verið haldin þrjú undanfarin ár í upphafi skólaárs.

Flutt verða erindi um margvíslegar hliðar þess að efla heilsu nemenda í grunnskólum og framhaldsskólum landsins. Síðari hluta dags verða haldnar vinnustofur þar sem kafað verður dýpra í meginviðfangsefni heilsueflandi skóla, næringu, hreyfingu, geðrækt, lífsleikni og lífsstíl.

Aðalfyrirlesari ráðstefnunnar verður Clive Blair-Steven, sérfræðingur í félagslegri markaðssetningu (e. Social Marketing) og stofnandi Social Marketing Centre í Englandi á sínum tíma, en hann er nú einn stjórnenda hjá Strategic Social Marketing. Frestur til að skrá sig á námskeiðið rennur út í dag klukkan 17. Nánari upplýsingar á www.landlaeknir.is

Námskeið í Rope Yoga hefjast 29. og 30. ágúst.

FRÉTTIR VIÐSKIPTI ÍÞRÓTTIR LÍFIÐ UMRÆÐAN

ÍÞRÓTTIR Á ÞÍNUM HEIMAVELLI

Má bjóða ykkur meiri Vísi?

Meira úrval afþreyingar, frétta og myndskeiða í topp-upplausn með greiðara og einfaldara aðgengi fyrir allar tölvur og farsíma. Horfðu, hlustaðu og fylgstu með öllu því sem gerist, hvar og hvenær sem er á Vísi.

Meira sjónvarp, meira útvarp, meiri fréttir, meiri upplýsingar, meiri umræða, meira líf, meiri íþróttir, meiri virkni, meira úrval. Þú færð meira af öllu á Vísi.

Meiri Vísir.

vísir

HLEÐSLA ÍÞRÓTTADRYKKUR | 100% HÁGÆÐA MYSUPRÓTEIN

PRÓTEINDRYKKURINN SEM ÍSLENDINGAR FÁ ALDREI NÓG AF

NÚ EINNIG MEÐ KÓKOS OG SÚKKULAÐI

HLEÐSLA ER KJÖRIN FYRIR ALLA ÞÁ SEM TREYSTA Á HOLLA OG UPPBYGGILEGA NÆRINGU EFTIR GÓÐA ÆFINGU, LANGT HLAUP EÐA MILLI MÁLA. ÞAÐ ER ENGIN TILVILJUN AÐ HLEÐSLA ER EINN VINSÆLASTI PRÓTEINDRYKKUR Á ÍSLANDI. HENTAR VEL FÓLKI MEÐ MJÓLKURSYKURSÓÞOL.

MJÓLKURSAMSALAN **WWW.MS.IS**

ÍSLENSKA SIA.IS MSA 55956 08/11

Kynning - auglýsing

Breiddist um Ísland eins og eldur í sinu

Latin stúdíó er að hefja haustsstarfsemi sína 5. september í nýjum húsakynnum að Faxafeni 12. Fram undan er litríkur og líflegur vetur með zumba og salsa. Magadansinn á sitt lögheimili þar líka hjá meistaranum Josy Zareen. Upplýsingar á www.latin.is og í símum 581 1800 og 772 2345.

Þrýstnar flottari en tággrannar

Elma Dögg Gonzales er ein þeirra sem hafa stundað magadans í mörg ár og er hvergi nærri hætt.

Ég byrjaði fyrir slysni með vinkonum mínum að læra magadans fyrir sjö árum þegar Josy var með Magadanshúsið í Skipholtinu en bjóst aldrei við að ég mundi ílengjast svona," segir Elma Dögg Gonzales, listförðunar- og naglafræðingur, sem vinnur á snyrtimiðstöðinni Lancome. Elma Dögg er ein nemenda Josy í Latín stúdíóinu og nú stendur til að hún fari að kenna þar líka.

„Það er svo mikil fegurð og gleði sem fylgir þessum dansi," segir Elma Dögg Gonzales.

Elma Dögg lítur greinilega upp til kennarans. „Josy er sú færasta í dansinum hér á norðurhveli jarðar og einn mesti listamaður sem ég hef kynnst og þekki ég þó til margra. Fyrir utan dansinn er hún flinkur tónlistarmaður og svo er hún góður listmálari líka."

Konur þurfa ekkert endilega að vera grannar í magadansi til að vera gjaldgengar, að sögn Elmu Daggar. „Þær þrýstnu eru jafnvel flottari en þær tággrönnu. Það er kosturinn við þessa íþrótt," lýsir hún. En hvað um búningana, hvar fást þeir? „Hún Josy sérpantar búninga eftir þörfum hverrar og einnar," svarar hún.

Spurð hvað magadansinn gefi henni svarar Elma Dögg að bragði. „Ánægju og lífsgleði. Það er svo mikil fegurð og gleði sem fylgir þessum dansi og sú menning sem Josy hefur fært hingað til lands er í raun einstök."

Að sjálfsögðu ætlar Elma Dögg að læra meiri magadans hjá Josy í vetur. „Ég ætla að vera hjá henni þangað til ég dey," segir hún glaðlega.

„Ég dansa eftir því hvernig mér líður hverju sinni og hvernig ég er stemmd," segir Anna Lilja.

Gekk lengi með magadansinn í maganum

Anna Lilja Valgeirsdóttir nýtur þess að dansa og hlæja með hinum stelpunum í Latín stúdíóinu.

Ég var í djassballett þegar ég var yngri og hef alltaf haft áhuga á dansi. Samt er ég tiltölulega nýbúin að kynnast magadansi. Ég gekk nefnilega með hann í maganum lengi áður en ég lét verða af því að læra hann," segir Anna Lilja Valgeirsdóttir, sem stefnir á náttúrulækningar.

Anna Lilja kveðst ekki sjá eftir því að hafa drifið sig af stað í dansinn. „Það gengur bara ágætlega og gamlir taktar rifjast upp. Það er svo ríkt í eðli fólks að dansa, við sjáum það úti um allan heim. Flestir hafa þörf fyrir að dilla sér eftir hljóðfalli, það er eins og það eigi að vera þannig. Dans er líka fyrir fólk á öllum aldri. Maður er aldrei of ungur og aldrei of gamall."

Líkamsræktarstöðvarnar hafa ekki heillað Önnu Lilju en dansinn er líkamsrækt sem á vel við hana. „Ég geng reyndar mikið líka og hleyp úti, fer til dæmis fótgangandi í danstímana," lýsir hún. En tekur hún á því í magadansinum? „Ég get það ef ég vil en þarf þess ekki. Ég dansa bara eftir því hvernig mér líður hverju sinni og hvernig ég er stemmd. Reyni að hlusta á líkamann enda eru engar kröfur um frammistöðu. Félagsskapurinn er líka partur af ánægjunni. Það er svo gaman að hitta stelpurnar, við hlæjum mikið saman."

Anna Lilja hlakkar greinilega til að mæta í hausttímana í Latín stúdíói. „Ég ætla sko heldur betur að halda áfram," segir hún. „Dansinn hefur gefið mér ómetanlega mikið."

Helga Braga var byrjuð að dansa magadans meðan Íslendingar voru enn í felum með hann.

Ákveðin heilun og líka ótrúleg skemmtun

Tíu ár eru frá því að Helga Braga leikkona steig sín fyrstu magadansspor. Hún hefur unnið mikið með Josy Zareen.

Josy er meistarinn minn í magadansi en ég var samt aðeins byrjuð að læra hjá gestakennurum áður en ég kynntist henni. Þá var fólk í felum að dansa magadans," segir Helga Braga leikkona og rifjar upp smá sögu. „Þegar Josy var nýflutt til landsins frá Brasilíu sagði einn leigubílstjóri við hana: „Við eigum íslenskan magadansara, hana Helgu Brögu," og fannst greinilega engin þörf á að flytja inn fólk frá Suður-Ameríku til þess arna, en það var sko rangt mat. Ég fór strax í tíma til Josy og við urðum vinkonur. Eftir það breiddist magadans um Ísland eins og eldur í sinu."

Helga segir þær Josy hafa unnið mikið saman og nefnir námskeið fyrir stúlkur frá tólf ára að tvítugu sem hétu Stelpustuð og annað fyrir konur frá tvítugu upp í áttrætt. „Ég hef líka blandað ýmsu saman við magadansinn, til dæmis millistríðsáraþema, og Josy hefur verið með mér í því."

Helga Braga segir magadansinn ákveðna heilun en líka ótrúlega skemmtun. Hún bendir líka á að í Latín stúdíói sé kennt margt fleira en magadans og segir Josy hafa innleitt dansinn Zumba. Þar er blandað saman samba og rúmba og fleiri suðuramerískum dönsum. „Þannig að Josy hefur verið mikill brautryðjandi hér á landi og hún hefur líka skorað hátt í alþjóðlegum keppnum í dansi. Það komast fáir með tærnar þar sem hún hefur hælana."

BÍLAR & FARATÆKI

EÐALEINTAK !!!
LEXUS IS 200 árg. 2000, ekinn aðeins 111.þ km, sjálfskiptur, 17"álfelgur,Verð 1.290.000. Rnr.243572.Til sýnis og sölu hjá Bílalíf, Kletthálsi 2, S:562-1717. Sjá fleiri myndir á www.bilalif.is

Bílalíf
Klettháls 2, 110 Reykjavík
Sími: 562 1717
Opið virka daga 10-18
www.bilalif.is

Allir Suzuki utanborðsmótorar á lækkuðu verði og flestar stærðir á lager til afgreiðslu strax.

Suzuki Umboðið ehf
Skeifan 17, 108 Reykjavík
Sími: 568 5100
http://www.suzuki.is

Hyundai Terracan DÍSEL Árgerð 8/2004, ekinn 86þ.km, ssk. Góður bíll á frábæru verði sem er á staðnum. Verð 2.290.000kr. Raðnúmer 152100. Sjá nánar á www.stora.is

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

Þarftu að kaupa eða selja bíl?
Bilauppbod.is er uppboðsvefur þar sem þú getur keypt eða selt bíl á einfaldan og hagkvæman hátt. Kynntu þér málið. www.bilauppbod.is Sími 522-4610.

Bílauppboð - Krókur
Sími: 522 4610
www.bilauppbod.is
www.bilauppbod.is

VW Polo basicline. Árgerð 2004, ekinn 121 Þ.KM, bensín, 5 gírar. Flottverð 749.000. Rnr.133929.

COMANCHE Montana . Árgerð 2002 Mjög fínn vagn á snilldar verði 349.000 Rnr.144937.

Bíll.is
Sími: 577 3777
www.bill.is

Nýr bíll, DODGE Ram 1500 Sport METAN, sjálfsk, 390hö, Allur hugsanlegur Lúxus búnaður, Stórglæsilegir bílar, Verð aðeins 7.490þús.kr, Rnr.115659, ATH aðeins 2 stk eftir, eru á staðnum,

100 bílar ehf
Þverholt 6, 270 Mosfellsbær
Sími: 517 9999
Opið virka daga 10-18.00 og laugardaga 12-16.
www.100bilar.is

Bílar til sölu

Vw Golf 1.6 77kw Highline 5g. Árgerð 2002, ekinn 138 Þ. km Vel með farinn bíll. Verð 900.000. Skoða tilboð. Uppl. í s: 897 6380

Til sölu 9 manna Hiace, afturdrifinn og sjálfskiptur. Ek. 90 þ.Sóllúga, filmur. Stórt farangursrými. Góður akstursbíll. Ný skoðaður. Verð 2,3 m. stgr. S. 861 2327.

SPARIGRÍS! TILBOÐ 580 ÞÚS!
HYUNDAI GETZ árg'03, 5 dyra,beinskiptur,ný skoðaður 2012,Góður og snyrtilegur bíll sem eyðir mjög litlu! ásett verð 680 þús TILBOÐ 580 ÞÚS! s.841 8955

Til sölu Deawoo Nubira wagoon,1998, green, 156 000 km, 1,6 l , 120 000 ISK. Peter 772 2654

Subaru impreza station. Gx árg. '03. Ssk. Ek. 155 þ. Cruise control, fjarstart. Uppl. í s. 899 1678.

2 milljónir +

Subaru B9. Keyrður 57.000km. Einn eigandi. 3.990.000. Reynir, s. 863 4000

Bílar óskast

Bíll óskast á 25-250þús.
Má þarfnast lagfæringa. Hringdu S. 615 1810 eða sendu sms.

Óska eftir bíl á bilinu 30-300þ. Ekki eldri en '00. Má þarfnast viðgerðar. S. 866 0784.

Fornbílar

Til sölu Mazda 323 árg '77. Ek 130 þ. Sk. 13. Verð 250 þ. Uppl. í s. 865 6935 / 557 1328

Sendibílar

Allar stærðir sendibíla. Nýja Sendibílastöðin sími 568-5000.

Mótorhjól

Til sölu Aupa ob 250cc árg. 2009 ek. 480 km skoðað 2013 topp hjól verð 285 þúsund ATH. kortagreiðslur. Uppl. s. 868 2352.

Fjórhjól

Óska eftir að kaupa fjórhjóli fyrir 12 ára upplýsingar í síma 8992857

Reiðhjól

Kría Hjól
Alhliða hjólaviðgerðir - Sérsmíðum hjól -Gerum upp hjól. Fagþjónusta á góðu verði Kría Hjól - Hólmaslóð 2 s.534 9164. kriacycles.com

Kerrur

Gæðakerrur - Góð reynsla Ýmsar stærðir 1 eða 2ja öxla. Íslensk smíð. www.brimco.is Brimco ehf. Flugumýri 8, Mos. s. 894-5111 Opið 13-16.30

Flug

Til sölu
Af sérstökum ástæðum er þessi eðalgripur til sölu. Cessna 185 árg.1973 Vélin er flogin u.þ.b. 3800 tíma .Einn eigandi síðastliðin 24 ár. Uppl.í síma 8930003

Bílaþjónusta

INNI VINNULYFTUR - PASSA INN UM 90CM HURÐARGÖT OG FARA Í 4,9m VINNUHÆÐ. EINNIG STÆRRI LYFTUR TIL LEIGU Á FRÁBÆRU VERÐI. DS-LAUSNIR EHF 561-8373 www.dslausnir.is

Hjólbarðar

Þarftu að láta hjólastilla bílinn?
Við notum fullkomna hjólastillitölvu. Fullkomin smurstöð, fullkomið dekkjaverkstæði. PITSTOP, S: 565 2121 Hjallahrauni 4, 220 Hafnarfirði

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

Varahlutavaktin
Sími 555 6666
Erum að byrja rífa Peugeot '02, Golf '98-'05, WV Passat '98-'00, Pajero '92-00 Accent '98. Grand vitara XL7 '03. Benz '88-'05, Landrover Discovery '98. Fiat Stilo '04 Kaupum bíla niðurrifs og uppgerðar. Eldshöfða 6, 110 RVK. Opið 09-18 og lau. 10-14.

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

Varahlutir í VW Golf, Polo,Yaris, Skoda Oktavia árg. '03 og Kangoo. Viðgerðir. Gírkassar. Bremsuviðgerðir, renni diska og skálar. Kaupi bíla. Uppl. í s. 892 7852.

Partasalan SU-MI Smiðjuvegi 11. Sonata 97, Impreza 99 og Skoda felicia 99, Peugeot 306 99, 206 og 406 ST. Nissan Almera 97, Ford 250 99, Megane 01. Opel Vectra '98, Baleno '98. Kaupi bíla til niðurrifs.

sími 661 5270.

Bílaleiga

9 manna hópferðabíll til leigu. Bílaleigan Jökull s: 571 2240.

ÞJÓNUSTA

Pípulagnir

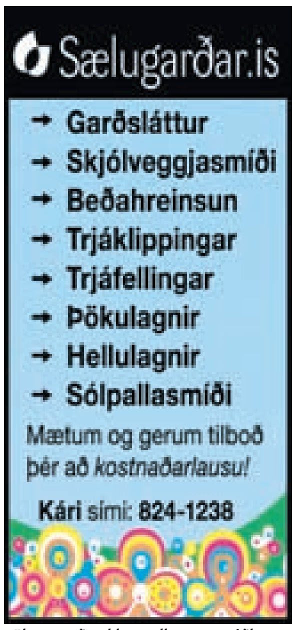
Pípulagnir
Faglærðir píparar geta bætt við sig verkefnum í bæði viðhaldi og nýlögnum. Vönduð vinnubrögð. Upplýsingar í síma 663 5315.

Faglærðir Píparar
Tökum að okkur viðhald og nýlagnir, vönduð vinnubrögð og reynsla. Pípulagnaþjónusta Reykjavíkur S: 770 4499.

Hreingerningar

Vy-þrif ehf.
öll almenn þrif, fyrir heimili, húsfélög, fyrirtæki ofl. Gerum 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.

Veiti alhliða þjónustu á sviði garðyrkju. S. 698 1215 Halldór garðyrkjum.

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

Trjáklippingar
Trjáfellingar og runnaklippingar. Alhliða garða þjónusta. Eiríkur Sæland garðyrkjufræðingur. Sími : 848 1723.

Bókhald

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

Búslóðaflutningar

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

Húsaviðhald

HAMRABORG ehf
Þakpappaþjónusta
Viðgerðir á PVC dúk
Almennar húsaviðgerðir

Sími 896 4947 Netfang: hamraborg @ simnet.is

K.R.S. ELDON MÚRVERKTAKAR.

Múrviðgerðir og flísalagnir. Vönduð vinna Tilb./tímav.

S. 899 4254.

Tölvur

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

Nudd

Magic Hands, whole body massage. S. 849 5247.

THE NEW!
Whole Body Massage in Reykjavik. Any Time 696 4713

PERFECT MASSAGE WITH TWO OR FOUR HANDS!!!! 659 62 69

Spádómar

Spásími 908 6060
Spámiðlun, tarot, andleg leiðsögn, fyrirbænir, draumar og trúnaður. Opið frá 12-23 S. 894 9228 Steinunn visa/euro. Verð í bænum frá 03-12 september, get bætt við einkatímum.

FRÉTTIR VIÐSKIPTI ÍÞRÓTTIR LÍFIÐ UMRÆÐAN
MEIRA AF LANDSBYGGÐINNI
Meira sjónvarp, meira útvarp, meiri fréttir, meiri upplýsingar, meiri umræða, meira líf, meiri íþróttir, meiri virkni, meira úrval. Þú færð meira af öllu á Vísi.
vísir

Rafvirkjun

Töfluskipti, viðhald, nýlagnir, dyrasímar. Tilboð eða tímavinna Löggiltur rafverktaki Sveinn. S. 663 7789. Rafengi ehf.

Önnur þjónusta

Green-house ERUM FLUTT!
Nýju haustvörurnar eru komnar.

Opið í dag 13-19.

Frír bæklingur og eldri vara seld með afslætti. Green-house Móaflöt 25, Garðabær.

Blekhylki.is
Blekhylki og Tónerar í flestar gerðir prentara, 50-70% ódýrari, öll hylki framleidd af ORINK. Blekhylki.is Fjarðargötu 11, Hafnarfirði sími 517-0150

KEYPT & SELT

Til sölu

Ódýr eldiviður til sölu. Uppl. s. 773 0317

Óskast keypt

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

s. 552-4910.

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

Vantar Apple fartölvu
Óska eftir Unibody MacBook eða MacBook Pro í góðu ástandi. Verðhugmynd um 100.000kr. Upplýsingar í síma 822 5062 og 616 8009.

Verslun

7 rósir 990 kr.
Dalía
BLÓMABÚÐ GLÆSIBÆ
S. 568 9120

Haustvörurnar streymainn. Full búð af nýjum vörum. Verslunin Emilía Bláu húsin Faxafeni s: 588-9925 emilia.is

Líkamsræktartöðvar og Íþróttahús ATH!
Professional, antistatic dúkar fyrir hlaupabretti. Traust þjónusta. Gsm 666 1025.

Ýmislegt

Plastgeymslu útihús. 4,5fm. Auðveld í uppsetningu og viðhaldsfrí. Verð 180þús. Uppl. í síma 893-3503 eða 845-8588.

HEILSA

Heilsuvörur

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

Árangur með Herbalife í yfir 30 ár. Hringdu og fáðu frían prufupakka. Edda Borg S. 896 4662 www.lifsstill.is

Fæðubótarefni

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

Nudd

TANTRA MASSAGE
Authentic initiation into the tantric mysteries with tantra massage. Unique experience for men, women and couples. Tel: 698 8301 www.tantra-temple.com

Ódýrir og vandaðir ferðanuddbekkir og óléttubekkir til sölu. S. 891 6447, Óli.

TILBOÐ DAGSINS
TOYOTA COROLLA WAGON 1.4i
Nýskráður 5/2006, ekinn 136 þ.km, bensín, 5 gírar.
Verð kr. 1.430.000
Tilboðsverð kr. 950.000

AUDI
Q7 QUATTRO 4.2
Nýskráður 2/2008, ekinn 57 þ.km, bensín, sjálfskiptur.
Verð kr. 9.360.000

TOYOTA
LAND CRUISER 120 VX
Nýskráður 10/2007, ekinn 79 þ.km, dísel, sjálfskiptur.
Verð kr. 6.990.000

HONDA
CR-V EXECUTIVE
Nýskráður 9/2010, ekinn 14 þ.km, bensín, sjálfskiptur.
Verð kr. 5.390.000

VOLKSWAGEN
PASSAT VR6 4 MOTION
Nýskráður 6/2007, ekinn 65 þ.km, bensín, sjálfskiptur.
Verð kr. 4.350.000

PEUGEOT
607 V6 2.7HDi
Nýskráður 5/2007, ekinn 142 þ.km, bensín, sjálfskiptur.
Verð kr. 3.990.000

SUBARU
B9 TRIBECA LTD
Nýskráður 2/2006, ekinn 84 þ.km, bensín, sjálfskiptur, 7 manna.
Verð kr. 3.590.000

MITSUBISHI
L200 INTENSE
Nýskráður 8/2008, ekinn 30 þ.km, dísel, sjálfskiptur.
Verð kr. 3.150.000

HONDA
ACCORD EXECUTIVE 2.0i
Nýskráður 6/2007, ekinn 54 þ.km, bensín, sjálfskiptur.
Verð kr. 2.790.000

HONDA
CR-V ES
Nýskráður 1/2007, ekinn 55 þ.km, bensín, sjálfskiptur.
Verð kr. 2.780.000

HONDA
ACCORD SPECIAL EDITION
Nýskráður 3/2008, ekinn 73 þ.km, bensín, sjálfskiptur.
Verð kr. 2.690.000

HONDA
JAZZ LS 1.4i
Nýskráður 6/2007, ekinn 54 þ.km, bensín, sjálfskiptur.
Verð kr. 1.890.000

VOLKSWAGEN
JETTA COMFORT
Nýskráður 6/2006, ekinn 67 þ.km, bensín, sjálfskiptur.
Verð kr. 2.150.000
Tilboð kr. 1.790.000

PEUGEOT
307 XR
Nýskráður 6/2006, ekinn 61 þ.km, bensín, 5 gírar.
Verð kr. 1.690.000

LEXUS
IS200
Nýskráður 12/2002, ekinn 102 þ.km, bensín, sjálfskiptur.
Verð kr. 1.590.000

HONDA
CIVIC LS V-TEC
Nýskráður 8/2004, ekinn 115 þ.km, bensín, sjálfskiptur.
Verð kr. 1.190.000

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

Laugardaga
milli kl. 12:00 og 16:00

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

NUDD - FÓTAAÐGERÐIR - DETOX

Tilboð fótaaðgerðir + nudd upp fyrir hné kr. 5.500 2 saman kr. 9.900. Tekið á kvillum, næringu, hreifingu, bætiefnum, vinnu, lífsstíl, hamingju og fl. 2ja st. meðferð kr. 7500.

JB Heilsulind. S. 823 8280.

SKÓLAR & NÁMSKEIÐ

Námskeið

Smáskipanámskeið (x. pungapróf) í fjarnámi byrjar 19. sept 2011
Námskeiðið stendur til 22. okt. en nemendur koma í innilotu 20. - 22. okt. Kjartan Örn veitir upplýsingar um námskeiðið í síma 665 1100 og skráning er á www.tskoli.is

Kennsla

Píanókennsla fyrir byrjendur og lengra komna. Uppl. í s. 899 3787.

TÓMSTUNDIR & FERÐIR

Fyrir veiðimenn

Silunganet Silunganet
Mikil úrval. Heimavík, S. 892 8655 www.heimavik.is

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

Þverá í Borgarfirði
Sjóbirtingsveiði í neðri hluta Þverár. Eingöngu fluguveiði frá 14. sept. - 30. sept. Uppl. í síma 848 2304.

HÚSNÆÐI

Húsnæði í boði

Gistiheimili - Guesthouse

www.leiguherbergi.is

1-2 manna herb.Funahöfða 17a -19 Rvk og Dalshraun 13 Hfj M/ baði. eldh., þurrkara og þvottavél. 824 4535.

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

3 glæsilegar íbúðir á Eskivöllum. 2,3 og 4. herb!. Lausar um mán.mót. Uppl. gefur Ragnar í síma 699 5532.

Kjallaraherb. til leigu í 101. Uppl. í s. 773 3182.

Geymsluhúsnæði

Ferðavagnageymsla í Borgarf. f. tjaldv. fellih. hjólh. bátar o.fl. upphitað, gott verð S: 612 6130 email: solbakki.311@gmail.com

www.geymslaeitt.is
Sér geymslur frá 4 til 17 m2. Lágt verð. Opið 8-22. Búslóðir, lagerar, bókhald, iðnaðarmenn. Upphitað og vaktað. S: 564-6500

HÚSVAGNAGEYMSLA
UPPHITAÐ, þurrt, hreint og lyktarlaust. Verð og myndir á Facebook: Húsvagnageymslan Eyrarbakka S: 564-6501

Geymsluhúsnæðið Auðnum II, 190 Vogar.
Tjaldvagnar, fellihýsi, bílar, bátar, mótorhjól ofl. Uppl. í s. 864 3176.

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

Geymsluhúsnæði óskast
Vantar 50-100 fm. geymsluhúsnæði undir bát og bíla. Innkeyrsluhurð þarf að vera a.m.k. 3mtr.há. Leigutími til vors. Helst óupphitað og loftgott. Uppl. 898 6337 eða netfang stone@talnet.is.

Vetrargeymsla fyrir bíla, húsbíla, hjólhýsi, fellihýsi, tjaldvagna og fl. Upphitað húsnæði, Sanngjarnt leiguverð. Uppl. í s. 899 0274 og 893 5574 og á www.husbilageymslan.net

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

FRÉTTIR VIÐSKIPTI ÍÞRÓTTIR LÍFIÐ UMRÆÐAN
MEIRI MENNING
vísir

ATVINNA

Atvinna í boði

Hekla auglýsir eftir verkstjóra á þjónustuverkstæði í Reykjanesbæ.
Áhugasamir sendi umsókn á netfang: mh@hekla.is

Starfsfólk óskast á Hótel Lunda
í Vík í Mýrdal tímabundið. Starfslýsing: Aðallega þjónastarf en það má búast við ýmislegum verkefnum sem finnast við störf á hóteli. Endilega hafið samband ef áhugi sé fyrir hendi Hótel Lundi 870 Vík Sími: 4871212 netfang: hotellundi@islandia.is

Erum að leita eftir 2 vönum mönnum í hellulagnir og jarðvinnu. Erum eingöngu að leita að mönnum eldri en 25 ára. Upplýsingar í síma 666 1750 Bjarki

Starfsmaður í herbergisþrif.
Íbúða Hótel í 101 RVK vantar starfsfólk í herbergisþrif. 50-100% vinna í boði. Umsóknir sendist til centralrvk@gmail.com

Olíudreifing

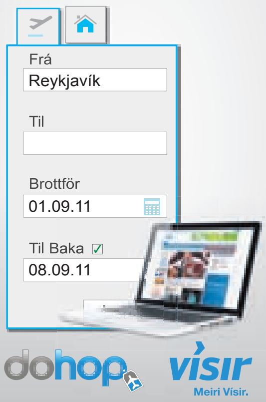
Vélstjóri LAUGARNES
Olíudreifing ehf. óskar eftir að ráða vélstjóra á olíuskipið Laugarnes. Umsækjendur þurfa að hafa VS-3 réttindi. Helstu verkefni Laugarnes er olíuafgreiðsla til skipa á Faxaflóa- svæðinu og birgðaflutningur frá Reykjavík og Akureyri. Starfið stendur báðum kynjum til boða. Allar nánari upplýsingar veitir: Einar í síma 550-9900. tölvupóstfang einar@odr.is

Beitningamenn vantar á 15 tonna bát sem rær frá Vestfjörðum. Uppl í s 861 0381.

Vilt þú vinna mikið og hafa góð laun eða vinna lítið og hafa lítil laun. Uppl. í s 7732100.

Atvinna óskast

Karlmaður í hraustum líkama sækist eftir því að komast á sjóinn. S: 554-5611

PRÓFAÐU DOHOP LEITARVÉLINA Á VÍSI
Flug og gisting, öll hagstæðustu tilboðin á einum stað.


Fólkið í landinu les Fréttablaðið

Prentmiðlakönnun Capacent Gallup. 18-49 ára á höfuðborgarsvæðinu. Meðallestur á tölublað, apr.-jún 2011

FORSÍÐA VIÐSKIPTI ÍÞRÓTTIR LÍFIÐ UMRÆÐAN

NÚ ER UMRÆÐAN FJÖLBREYTTARI, SKEMMTILEGRI, FJÖRLEGRI, ÍTARLEGRI OG AÐGENGILEGRI Á VÍSI

m.visir.is
Fáðu Vísi í símann!

Má bjóða ykkur meiri Vísi?

Meira úrval afþreyingar, frétta og myndskeiða í topp–upplausn með greiðara og einfaldara aðgengi fyrir allar tölvur og farsíma. Horfðu, hlustaðu og fylgstu með öllu því sem gerist, hvar og hvenær sem er á Vísi.

Meira sjónvarp, meira útvarp, meiri fréttir, meiri upplýsingar, meiri umræða, meira líf, meiri íþróttir, meiri virkni, meira úrval. Þú færð meira af öllu á Vísi.

Meiri Vísir.

vísir

Fasteignir

Leiguumsjón
láttu okkur sjá um fasteignina þína.

Gerð leigusamninga.
Auglýsingar, samskipti og upplýsingagjöf gagnvart leigutaka og leigusala.
Samskipti við banka vegna trygginga. Innheimta leigugjalds - skilvirk eftirfylgni innheimtu.
Umsjón og eftirlit með fasteigninni.
Markmið með leigu-umsjón er að auðvelda fasteignaeiganda útleigu fasteignar og halda verðgildi eignar.
Hjá Leiguliðum starfa 3 löggiltir leigumiðlarar með mikla reynslu á sviði útleigu á íbúðar- og atvinnuhúsnæði.
Sjá www.leigulidar.is leiguumsjón eða s- 517-3440

Fjóluvellir 13 - 221 Hafnarfirði

Nýtt glæsilegt 219. fm einbýlishús á einni hæð. Eignin er innréttuð á vandaðan og smekklegan hátt. Fallegt eldhús með eyju, rúmgóð stofa, 4 stór svefnherbergi og 2 baðherbergi. Eignin verður tilbúin í byrjun sept.
Nánari upplýsingar: hanni@ktm.is eða 895-7887

HÚSEIGN
Fasteignamiðlun

Gulaþing 10-12
Kópavogi
OPIÐ HÚS Í DAG
Sunnudag 18. maí 2008 KL. 15- 16

FASTEIGNA-MARKAÐURINN

ÓÐINSGÖTU 4, SÍMI 570 4500, OPIÐ VIRKA DAGA KL. 9-17.
Netfang: fastmark@fastmark.is - www.fastmark.is
Jón Guðmundsson, sölustj. og lögg. fast.sali. Guðmundur Th. Jónsson, lögg. fast.sali.

Hverafold 120
Einbýlishús með 3ja herb. aukaíbúð

OPIÐ HÚS Í DAG, ÞRIÐJUDAG, FRÁ KL. 17.30-18.00

Fallegt 275,5 fm einbýlishús á tveimur hæðum með 24,2 fm. innbyggðum bílskúr í rólegu og barnvænu hverfi. Aðalhæðin skiptist m.a. í bjarta stofu og borðstofu með mikilli lofthæð og útsýni. Eldhús með sérhannaðri innréttingu. 4 góð svefnherbergi og baðherbergi sem er nýlega endurnýjað. Auk þess 3ja herb. íbúð með sérinngangi á neðri hæð. Garður til suðurs í góðri rækt. Stutt í skóla, leikskóla og þjónustu. **Sölumaður verður á staðnum. Verð velkomin.**

FJÁRFESTING
FASTEIGNASALA EHF
Sími 562 4250
Óskar Þór Hilmarsson
Löggiltur fasteignasali
Borgartún 31 - 105 Reykjavík - www.fjarfesting.is - fjarfesting@fjarfesting.is

Grenilundur 12 - Einbýli
– Opið hús í dag á milli 17 og 18

Mjög gott ca. 190 fm. einbýlishús á einni hæð með tvöföldum bílskúr ásamt stórri sólstofu (ca. 40 fm. sem er ekki í skráðum fermetrum). Fallegt nýlegt eldhús. Húsið er staðsett í lokaðri botngötu. Fallegur ræktaður garður er í kringum húsið.
Óskar og Guðjón sýna húsið í dag, þriðjudag, á milli 17 og 18. Uppl. í síma 822-8750.

HRAUNHAMAR
FASTEIGNASALA
Bæjarhrauni 10 - Hafnarfirði - Sími 520 7500 - www.hraunhamar.is

Til leigu Kaplahraun Hafnarfirði

Hraunhamar kynnir til leigu: Mjög gott atvinnuhúsnæði á besta stað miðsvæðis í Hafnarfirði. Húsnæðið hentar mjög vel undir hverskonar verkstæði, hvort sem er trésmiða eða bifreiða verkstæði. Grunnflötur er 120 fm en auk þess er 35 fm viðbygging (geymsla) og 14 fm milliloft (skrifstofa/kaffistofa). Góð aðkoma beggja vegna hússins. Frábær staðsetning miðsvæðis.
Húsnæðið er laust nú þegar. **Uppls. gefur Hilmar á skrifstofu Hraunhamars eða í síma 892-9694 utan skrifstofutíma.**

Magnús Emilsson Löggiltur fasteignasali.

HRAUNHAMAR
FASTEIGNASALA
Bæjarhrauni 10 - Hafnarfirði - Sími 520 7500 - www.hraunhamar.is

Skipalón - Hf. Glæsileg.

Nýkomin sérlega glæsileg 166 fm. 4ra herb. endaíbúð á 2. hæð í glæsilegu nýlegu fjölb. Glæsilegar innréttingar og vönduð tæki. Tvö baðherbergi. Fataherb. innaf hjónaherb.
Glæsil. útsýni, bílskýli. Laus strax. Hagst. lán. Verð 39,6 millj.

Magnús Emilsson Löggiltur fasteignasali.

Tilkynningar

Fundarboð

Vegna breytinga á rekstrarári AFS á Íslandi verður Auka-aðalfundur AFS á Íslandi haldinn kl. 18:00 fimmtudaginn 7. september 2011 í húsnæði samtakanna Ingólfsstræti 3, 101 Reykjavík.

AFS á Íslandi
AFS á Íslandi • Sími 552 5450 • www. afs.is

Atvinna

STARF Í MIÐBÆNUM

Minjagripaverslunin Lundinn leitar að starfsfólki í 100% vinnu. Við leitum að glaðlegu og duglegu fólki. Tungumálakunnátta skilyrði og reynsla af sölustörfum mikill kostur.

Áhugasamir sendi umsókn og ferilskrá með mynd á info@puffin.is

Hafnarstræti 5 og Skólavörðustíg 10

Fólkið í landinu les Fréttablaðið

Ný fjölmiðlakönnun Capacent Gallup staðfestir vinsældir Fréttablaðsins. Rúmlega 72% íbúa höfuðborgarsvæðisins á aldrinum 18-49 lesa að meðaltali hvert tölublað Fréttablaðsins - nær þrefalt fleiri en lesa næsta dagblað þar á eftir.

Prentmiðlakönnun Capacent Gallup.
Apríl til júní 2011, meðallestur á tölublað.

Allt sem þú þarft...

†

Innilegar þakkir til allra þeirra sem sýndu okkur hlýhug og samúð vegna andláts og útfarar ástkærs ástvinar, föður, fósturföður, tengdaföður, afa og langafa,

Ómars Konráðssonar
tannlæknis.

Sérstakar þakkir færum við læknum og starfsfólki á hjúkrunarheimilinu Holtsbúð í Garðabæ fyrir frábæra umönnun svo og tannlækna sem sýndu honum virðingu með því að bera kistuna.

Edda Eyfeld
Ásta Ómarsdóttir **Ómar Richter**
Hrund Ómarsdóttir **Swaroop Pusala**
Hafdís Huld Haakansson
barnabörn og barnabarnabörn.

†

Ástkær systir okkar, mágkona, frænka og vinkona,

Sigurborg Hjaltadóttir
frá Hólum, Hornafirði,

sem lést 21. ágúst, verður jarðsungin frá Bjarnaneskirkju, Hornafirði, laugardaginn 3. september kl. 14.00. Minningarathöfn fer fram í Hafnarfjarðarkirkju fimmtudaginn 1. september kl. 13.00.

Jón Hjaltason **Steinunn B. Sigurðardóttir**
Halldóra Hjaltadóttir
Þorleifur Hjaltason **Edda Lúðvíksdóttir**
Hjálmar Kristinsson
Aðalheiður Geirsdóttir
Helga Karlsdóttir
Baldur Sigurjónsson
og fjölskyldur.

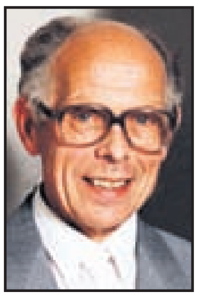
†

Okkar kæra,

María Pálsdóttir
Furulundi 11D, Akureyri,

sem lést á Sjúkrahúsinu á Akureyri sunnudaginn 21. ágúst sl., verður jarðsungin frá Akureyrarkirkju föstudaginn 2. september kl. 13.30. Þeim sem vildu minnast hennar er bent á minningarsjóð Heimahlynningar á Akureyri.

Páll Jónsson, Kolbrún Björk Ragnarsdóttir,
Lovísa Jónsdóttir, Óskar Þór Halldórsson,
Steingrímur Jónsson, Árún K. Sigurðardóttir,
Jón Árni Jónsson, Sigríður Stefánsdóttir, Stefán Jónsson,
Yean Fee Quay, Þóra Jónsdóttir, Björn Halldórsson,
barna- og barnabarnabörn.



†

Okkar kæri,

Jón Ingi Ágústsson
rafvélameistari,
Bugðulæk 8, Reykjavík,

lést 25. ágúst. Útför fer fram frá Fossvogskirkju 5. september klukkan 13.00.

Erla Svafarsdóttir
Pétur Hafþór Jónsson
Bergdís Þóra Jónsdóttir
Ingimar Emil Jónsson
Börkur Hansen
Sigurlaug Hansen
Erpur Snær Hansen
Broddi Reyr Hansen
makar, börn og barnabörn.

KAMMERTRÍÓ KÓPAVOGS Martial Nardeau, Guðrún Birgisdóttir og Peter Máté hafa starfað saman um árabil.

Kammertónar í Bókasal

Kammertríó Kópavogs heldur kammertónleika í Bókasal Þjóðmenningarhússins á morgun klukkan 20. Tríóið er skipað þeim Martial Nardeau flautuleikara, Guðrúnu Birgisdóttur flautuleikara og Peter Máté píanóleikara, en þremenningarnir hafa starfað saman um árabil.

Á efnisskrá þeirra fyrir hlé eru tvö lífleg ensk tríó frá 19. öld eftir Samuel Wesley og John Clinton. Verkin gaf Kammertríóið út á hljómdisknum Tapað – fundið árið 2010.

Eftir hlé leika þau íslenska tónlist á léttum nótum og sækja í þjóðararfinn: Hugleiðingu um íslenskt þjóðlag eftir Tryggva Baldvinsson, sex íslensk þjóðlög í útsetningu Snorra Sigfúsar Birgissonar og lög eftir Emil Thoroddsen og Sigfús Halldórsson í útsetningum Atla Heimis Sveinssonar. Auk þess leika þau verkið Dropaspil eftir Þorkel Sigurbjörnsson.

Aðgangseyrir að tónleikunum er 1.500 kr. og miðar verða seldir við innganginn.

AFMÆLI

HALLVEIG THORLACIUS BRÚÐULEIKARI er 72 ára.

SIGRÚN EDDA BJÖRNSDÓTTIR LEIKKONA er 53 ára.

DALLA OG TINNA ÓLAFSDÆTUR RAGNARS GRÍMSSONAR eru 36 ára.

KARL PÉTUR JÓNSSON ALMANNATENGILL OG TENGDASONUR FORSETA er 42 ára.

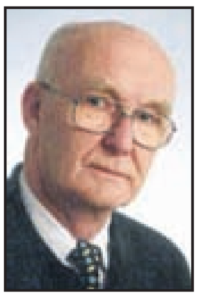
†

Ástkær faðir okkar, tengdafaðir, afi og langafi,

Páll Kristinsson
vélstjóri,
Njarðvíkurbraut 32, Innri-Njarðvík,

lést á Heilbrigðisstofnun Suðurnesja föstudaginn 26. ágúst. Útför auglýst síðar.

Kristinn Pálsson **Björg Valtýsdóttir**
Elín Margrét Pálsdóttir **Sigurður S. Guðbrandsson**
Vilhelmína Pálsdóttir **Ingólfur Ólafsson**
barnabörn og barnabarnabörn.



†

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

Zophonías Áskelsson
húsasmiður
Árskógum 8, Reykjavík.

lést á Landspítalanum Fossvogi föstudaginn 19. ágúst. Útförin fer fram frá Seljakirkju fimmtudaginn 1. september kl. 13.00. Þeim sem vilja minnast hans er bent á Barnaspítala Hringsins.

Þórhildur Jóhannesdóttir
Jóhannes Zophoníasson **Hróðný Bogadóttir**
Árni Zophoníasson **Ingibjörg J. Friðbertsdóttir**
Nanna L. Zophoníasdóttir
barnabörn og barnabarnabörn.

†

Elsku mamma okkar, tengdamamma, amma og langamma,

Þórunn Friðriksdóttir – Tóta
Hveragerði,

andaðist á Landspítalanum Fossvogi mánudaginn 22. ágúst. Útför hennar verður frá Neskirkju þriðjudaginn 30. ágúst kl. 13.00.

Ólafur Kristjánsson **Katrín Snæhólm Baldursdóttir**
Hannes Kristjánsson **Hulda Bergrós Stefánsdóttir**
Eygló Kristjánsdóttir **Bjarki Þór Magnússon**
Björn Kristjánsson **Silvía Björk Birkisdóttir**
barnabörn og barnabarnabörn.

†

Ástkær eiginmaður minn, faðir okkar, tengdafaðir og afi,

Þorsteinn Þorvaldsson
Laugarásvegi 1, Reykjavík,

lést laugardaginn 27. ágúst.
Útför mun fara fram í kyrrþey að ósk hins látna.

Þorbjörg Valdimarsdóttir
Þorvaldur Þorsteinsson **Sonja María Hreiðarsdóttir**
M. Sigrún Þorsteinsdóttir **Arnar Birgisson**
og barnabörn.

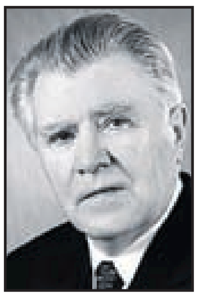
†

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

Eva Adalsteinsson

lést á líknardeild nálægt heimili sínu í Pennsylvaníu í Bandaríkjunum sunnudaginn 21. ágúst.

Örn Adalsteinsson
Bryndís Arnardóttir Adalsteinsson **Brian Davis**
Sólný Arnardóttir Adalsteinson
Viktor Arnarsson Adalsteinsson
Khole Davis
Morton Shafter **Beverly Shafter**



†

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

Sigurður Markússon
fyrrverandi framkvæmdastjóri
Sléttuvegi 17, 103 Reykjavík,

f. 16. september 1929, sem lést á líknardeild Landspítalans í Kópavogi mánudaginn 22. ágúst 2011, verður jarðsunginn frá Bústaðakirkju fimmtudaginn 1. september kl. 13.00.

Ingiríður (Inga) Árnadóttir
Guðríður Guðbrandsdóttir
Guðríður St. Sigurðardóttir
Guðbrandur Sigurðsson **Rannveig Pálsdóttir**
Einar Sigurðsson **Elfa Lilja Gísladóttir**
Antoníus Þ. Svavarsson
barnabörn og barnabarnabörn.

BÓNUS BÓNUS BÓNUS BÓNUS

OPNUM KL. 11:00

ALLAR VERSLANIR BÓNUS

1098 KR. KG

FISKBÚÐIN OKKAR
FERSK ÝSUFLÖK ROÐ OG BEINLAUS

998 KR. KG

NORÐANFISKUR
FROSNIR ÝSUBITAR ROÐ OG BEINLAUSIR

GRÍMS
PLOKK-FISKUR
400 GRÖMM

459 KR. 400G

NÝJAR ÍSLENSKAR KARTÖFLUR

198 KR. 1.5 KG

198 KR. 1/2 KG

BÓNUS **RÚGBRAUÐS-KUBBUR** 500 GRÖMM

359 KR. 6 STK

LÍFRÆNT RÆKTUÐ EPLI FRÁ ARGENTÍNU 950g 359 KR.

257 KR. KG

Dole FRÁBÆR NÆRING Á SANNGJÖRNU VERÐI.

198 KR. 1 LTR

TRÓPÍ 1 LTR.

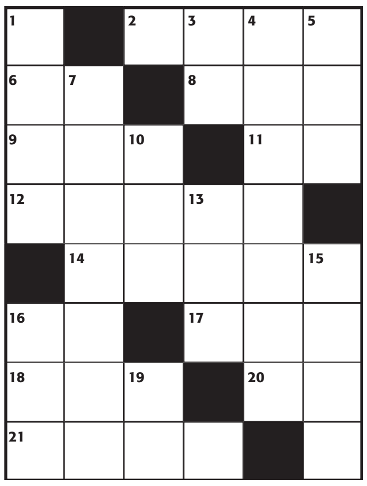
98 KR. 330 ML

TRÓPÍ 33 CL.

BÓNUS BÝÐUR BETUR

Hér færðu veltutengda VILDARPUNKTA
VISA Vildarklúbbur

krossgáta



LÁRÉTT
2. dó, **6.** hvort, **8.** töffari, **9.** kyrra, **11.** tveir eins, **12.** brotthlaup, **14.** fótmál, **16.** tveir eins, **17.** frjó, **18.** reglur, **20.** stöðug hreyfing, **21.** rænuleysi.

LÓÐRÉTT
1. erindi, **3.** persónufornafn, **4.** matgæðingur, **5.** að, **7.** skemill, **10.** rölt, **13.** heyskaparamboð, **15.** matur, **16.** nögl, **19.** leita að.

LAUSN

LÁRÉTT: 2. lést, **6.** ef, **8.** gæi, **9.** róa, **11.** ll, **12.** strok, **14.** skref, **16.** kk, **17.** fræ, **18.** lög, **20.** ið, **21.** óráð.
LÓÐRÉTT: 1. vers, **3.** ég, **4.** sælkeri, **5.** til, **7.** fótskör, **10.** ark, **13.** orf, **15.** fæði, **16.** kló, **19.** gá.

Þjóðin, það er ég

BAKÞANKAR
Kolbeins Óttarssonar Proppé

Skakkaföll kalla ungir sjálfstæðismenn efnahagshrun heillar þjóðar. Þetta væri næstum broslegt ef þetta væru ekki þeir sem valdastöður flokksins munu erfa sem í hlut ættu. Erfa þær frá þeim sem bjuggu til það kerfi sem gerði hrunið mögulegt. Þannig er striki slegið yfir söguna í ungæðislegum ákafa SUS-aranna við að útmála þá sem nú eru við stjórnvölinn sem handbendi andskotans.

ÞAÐ ætti í sjálfu sér ekkert að koma á óvart. Stjórnmálaumræða hér á landi einkennist af slíkum útúrsnúningum og togunum á skilgreiningu hugtaka. Gæsalöppum er slegið utan um kreppuna eins og hún sé aðeins til í hugum sumra og enginn virðist fær um að viðurkenna að þeir í hinu liðinu hafi að einhverju leyti rétt fyrir sér.

STEINGRÍMUR er svikari, Jóhanna er landráðamaður, Bjarni berst gegn hagsmunum þjóðarinnar og Sigmundur borðar íslenskan mat. Sérstakur saksóknari dregur lappirnar, kerfið þaggar niður stjórnarskrárdrög og almennt eru bara allir á móti mér og því sem mér finnst, mínum hagsmunum; því mínir hagsmunir eru hagsmunir þjóðarinnar. Þetta er nokkurn veginn þverskurður af umræðunni og skyldi kannski engan undra að menn séu ráðvilltir.

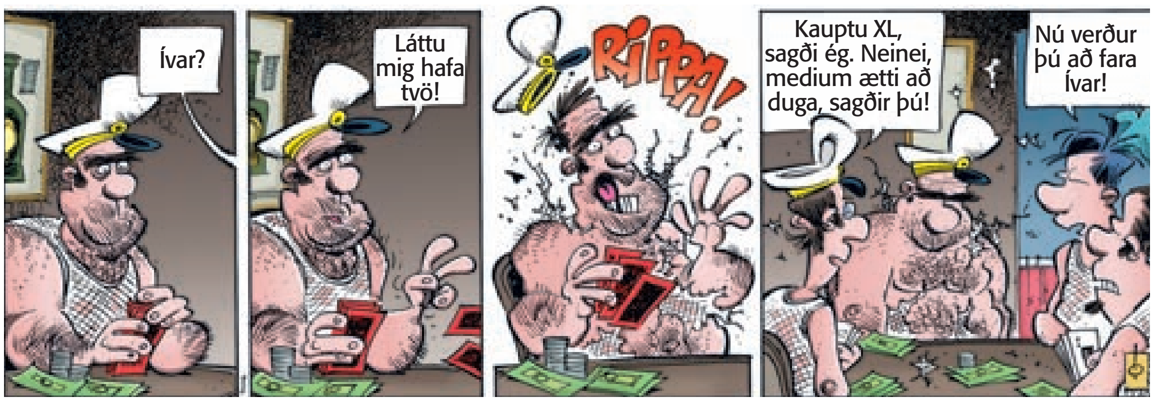
STEINGRÍMUR ver einkavæðingu, Bjarni ræðst að AGS, Jóhanna skammar almenna þingmenn fyrir að fylgja ekki flokkslínu, sem hún gerði sjaldnast, og Sigmundur borðar íslenskan mat. Þetta væri nóg til að æra óstöðugan, ef lífið ætti að vera svart-hvítt. Þannig er það sem betur fer ekki. Þannig þarf það ekki að vera til marks um þöggun kerfisins þó stefnt sé að því að fara sömu leið og ákveðin var áður en stjórnlagaráð var stofnað. Þannig þarf mannvonska Steingríms og Jóhönnu ekki endilega að birtast í gjörðum þeirra, heldur raunveruleg tilraun til betra samfélags. Þannig þarf gagnrýni Bjarna ekki að vera af annarlegum hvötum sprottin, heldur hans skoðun. Og kannski langar Sigmundi bara svona mikið í slátur.

UMRÆÐUHEFÐ hins nýja Íslands býður hins vegar ekki upp á slíkt. Við höfum tekið upp möntru George W. Bush; annaðhvort ertu með mér eða á móti. Og ef þú ert með er allt satt og rétt hjá þér. Sértu á móti, ertu að vinna gegn þjóðinni; því þjóðin er jú ég.

VEL MÁ VERA að einhverjum þyki þetta til framdráttar umræðunni, en undirritaður deilir ekki þeirri skoðun. Kannski var afi Hérastubbs rugludallur, en það var minn ekki. Og hann sagði að við ættum að bera virðingu fyrir skoðunum hver annars.

myndasögur

Pondus Eftir Frode Øverli



Gelgjan Eftir Jerry Scott & Jim Borgman

Handan við hornið Eftir Tony Lopes

Barnalán Eftir Jerry Scott & Rick Kirkman

Stærsta (og besta) ráðstefnan í UT

//09.09.2011

7.45	Skráning
8.10	Setning - Gestur G. Gestsson, forstjóri Skýrr
8.20	Lykilræða - **Hilmar Veigar - Samruni Dust 514 og Eve Online**
9.10	Morgunhressing og ráðstefnu skipt upp

	Verslun & viðskipti	Stjórnendalína	Samskiptalausnir	Rekstur & öryggi	Rafræn stjórnsýsla	Bland í poka
9.20	Öruggar greiðslur á ferðinni **Freyr Ólafsson - Handpoint**	Mótun tæknistefnu **Sigríður Olgeirsdóttir - Íslandsbanki**	Stjórnun viðskiptatengsla - markviss leið til að hámarka tryggð viðskiptavina **Friðrik Larsen - Háskólinn í Reykjavík**	Microsoft System Center **Jónas Gylfason - Skýrr**	Framtíðin er hér! Rafrænar undirritanir skjala **Sigurður Másson - Skýrr / Haraldur Bjarnason - Auðkenni**	Góðkunningjar lögreglunnar á Facebook **Stefán Eiríksson - Lögreglan**
10.05	Vefverslun 101 **Ólafur Sverrir Kjartansson - Skýrr**	At the Tipping Point of Finance **Santosh Katoor - SAP**	CRM í skýinu **Hjalti G. Hjartarson - Skýrr**	Websense **Sverrir Hákonarson - Websense**	Sparað með Ísland.is **Halla Björg Baldursdóttir - Þjóðskrá**	Viðhorf starfsmanna til vinnuveitandans: Ólík áhrif kreppunnar **Ásta Bjarnadóttir - Háskóli Íslands**
10.50	Rafrænn vinnustaður með ÓPUSallt 2011: Kysstu pappírinn bless! **Birgir Kaldal Kristmannsson og Guðlaug Baldvinsdóttir - Skýrr**	Alcoa og BI - Reynslusaga **Óskar Borg - Alcoa/Fjarðaál og Ólína Laxdal - Skýrr**	Aðgengi að þekkingu, upplýsingum og skjölum **Sigvaldi Óskar Jónsson - Skýrr**	Örugg auðkenning, mobile **Tom Widegren - Active Identity**	Markvisst ráðningarferli með Umsókna- og ráðningakerfi Skýrr **Starkaður Örn Arnarson - Skýrr**	Decision Theory og útvistun **Þórður Víkingur Friðgeirsson - Háskólinn í Reykjavík**
12.10	Yfirsýn og aðhald með NAV sérkerfum **Erna Valdís Sigurðardóttir**	Turn vision into reality with the New SAP Business Objects EPM 10 **Michael Plenov - SAP Denmark**	Tíma-/árangursstjórnun með Microsoft Office **Halldór Jörgensson - Microsoft Ísland**	Útvistun í íslenskum þjónustufyrirtækjum **Ingi Rúnar Eðvarðsson - Háskóli Íslands**	Rafrænir innkaupasamningar í Oracle (Oracle Procurement Contracts) **Jon Nordsletten - Oracle**	Sjálfstýrði kafbáturinn Freyja **Jón Guðnason & Stefán Freyr Stefánsson - Háskólinn í Reykjavík**
12.55	NAV7 & Cloud **Per Christensen - Microsoft**	TARGIT - BI in general using the CALM philosophy **Morten Middelfart - Targit**	SharePoint - tilbúnar lausnir **Sigvaldi Óskar Jónsson - Skýrr**	Hvernig geymir þú gögnin þín? **Martin Conway - Primus**	Rafrænar kosningar **Sigurður Másson - Skýrr**	Skrifstofan í skýinu, Office 365 **Jón Heiðar Þorsteinsson - Skýrr**
13.40	Microsoft ERP systems and SharePoint **Frode Kjærnsmo - Hands AS**	Process Improvement & Error Reduction with Oracle GRC **Steve Hagner - Director, GRC Sales Development Oracle EMEA**	Unified Communications with Lync **Mikael Bohlin & Fredrik Blid - Kerfi AB**	En hvað eru tölvuský? **Ýmir Vigfússon - Háskólinn í Reykjavík**	Eigum við að dansa? – samvirkni er lykill að árangri í rafrænni þjónustu **Arnaldur F. Axfjörð – Fjármálaráðuneytið**	Öruggar töflur - IPAD/ Android þróun **Fredrik Norén - Cryptzone**
14.30	AX Retail Verslunarlausn frá Microsoft - Forskot til framtíðar **Valgeir Smári Óskarsson - HugurAx**	Alcoa og BI - Reynslusaga **Óskar Borg - Alcoa/Fjarðaál & Ólína Laxdal - Skýrr**	Mobile vefur **Kjartan Sverrisson - 365**	VMware Cloud Infrastructure - vSphere 5 update **Jakob Will Thomsen - WMWare**	Rafrænt viðskiptaumhverfi Landspítala **Halldór Ó. Sigurðsson - LSH**	Upplýsingaleki **Tryggvi Jónsson - Deloitte**
15.15	LS Retail - m.a. innleiðing á CRM partner portal **Magnús Norðdahl - LS R**	Mannauðsvöruhús Landspítala opnar nýjar dyr **ríkur Svansson - LSH**	Skilvirkara vefþjónustulag **Grettir Einarsson - Skýrr**	Örugg skjöl - Dulritun skjala **Malcolm Hamilton - Cryptzone**	Afstemming í ORRA **Jón Bjarni Emilsson - Skýrr**	Hönnun er hjartans mál **Guðmundur Bjarni Sigurðsson - Kosmos & Kaos**
16.00	Webmethods: Accounting Integration **Paresh Mandloi**	Að skilja heiminn með ...num og grafík **...slason - Datamarket**	Apps fyrir snjallsíma **Helgi Pjetur jóhannsson - leggja.is**	Með höfuðið í skýjunum og fætur á jörðinni **Nils Roald - Trend**	Oracle verkefnastjórnun og verkbókhald **Sigurþór - Vegagerðin**	Árangursrík notkun opins hugbúnaðar í krefjandi rekstrarumhverfi **Þórir Már Einarsson og Stefán Baxter - VÍS**

16.45	Lykilræða - **Jeff Wieland - Gildi Facebook og vinnuferlar**
17.45	Lokahóf Haustráðstefnu Skýrr 2011 - léttar veitingar og tónlistarflutningur

Föstudaginn 9. september 2011 á Hótel Hilton

Skráning: **skyrr.is**

<Haustráðstefna>

SKÝRR

HVÍTA HÚSIÐ/11-1764

menning
menning@frettabladid.is

NIKOLAJ BENTZON kemur fram í Norræna húsinu í kvöld klukkan hálftíu. Nikolaj var lengi píanisti í stórsveit Danska ríkisúvarpsins og stjórnandi hennar um sjö ára skeið. Í kvöld er hann einn við píanóið og hljóðnemann, en hann er þekktur fyrir að hafa í frammi gamanmál og söng á tónleikum sínum. Tónleikarnir eru hluti af Djasshátíð Reykjavíkur.

DAVID SUZUKI Kanadíski vísindamaðurinn og umhverfisverndarsinninn mætir á RIFF ásamt Sturlu Gunnarssyni.

Náttúrumögn Suzuki á RIFF

Heimildarmynd vestur-íslenska kvikmyndagerðarmannsins Sturlu Gunnarssonar um vísindamanninn David Suzuki verður sýnd á Alþjóðlegri kvikmyndahátíð í Reykjavík. Báðir verða þeir viðstaddir sýningu myndarinnar.

Kanadíski vísindamaðurinn David Suzuki er einna þekktastur fyrir sjónvarpsþætti sína The Nature of Things, sem sýndir hafa verið í yfir 40 löndum. Hann er virkur í baráttunni fyrir því að þjóðir reyni að sporna við loftslagsbreytingum af mannavöldum. Í myndinni er farið yfir feril hans og hugmyndafræði. Suzuki mun sitja sérstakt málþing sem efnt hefur verið til í tilefni af komu hans.

Sturla Gunnarsson hefur leikstýrt bæði heimildarmyndum og kvikmyndum, þar á meðal Bjólfskviðu, sem tekin var hér á landi fyrir nokkrum árum.

FJÓRÐI Í LÓKAL

Alþjóðlega leiklistarhátíðin Lókal verður sett í fjórða sinn á fimmtudaginn. Hátíðinni vex stöðugt fiskur um hrygg og hefur fest sig í sessi sem einn helsti vettvangur tilraunaleikhúss á Íslandi.

Þrettán viðburðir eru á dagskrá Lókal, alþjóðlegrar leiklistarhátíðar í Reykjavík, sem verður haldin fjórða árið í röð dagana 1. til 4. september. Ragnheiður Skúladóttir er framkvæmdastjóri hátíðarinnar og einn stofnenda hennar. Hún segir undirbúning hátíðarinnar verða smurðari með hverju árinu.“

RAGNHEIÐUR SKÚLADÓTTIR

„Maður verður vanari með hverju ári. Engu að síður er undirbúningurinn alltaf tímafrekur. Mesta vinnan er í því að setja dagskrána saman, sem kallar á mikil ferðalög, og hátíðin vekur sífellt meiri athygli erlendis,“ segir Ragnheiður.

Leikhópar frá Íslandi, Noregi, Finnlandi og Kanada setja upp sýningar en sérstök áhersla verður lögð á kanadíska leiklist í ár. Íslenskir og vestur-íslenskir listamenn leiða saman hesta sína í verkinu The Island, sem er samvinnuverkefni Lókal og listahátíðarinnar Núna/Now í Winnipeg.

„Núna/Now hefur boðið íslenskum listamönnum úr öllum áttum á hátíðina hjá sér,“ segir Ragnheiður. „Fyrir tveimur árum komu fulltrúar þaðan á Lókal-hátíðina og það fór svo vel á með okkur að við ákváðum að reyna að gera eitthvað saman. Afraksturinn af því er Island, sem Friðgeir Einarsson og Ingibjörg Magnadóttir unnu ásamt Arne MacPherson and Freya Olafson.“ Frá Montréal kemur hins vegar leikhópurinn 2boysTV, með sýningu sem byggir á textum Jean Cocteau.

Vegur Lókal hefur farið vaxandi með hverju árinu og hátíðin fest sig í sessi sem einn helsti vettvangur tilraunaleikhúss á Íslandi. Í fyrra sóttu um þúsund gestir hátíðina, sem var um 70 prósentum meira en á fyrstu hátíðinni.

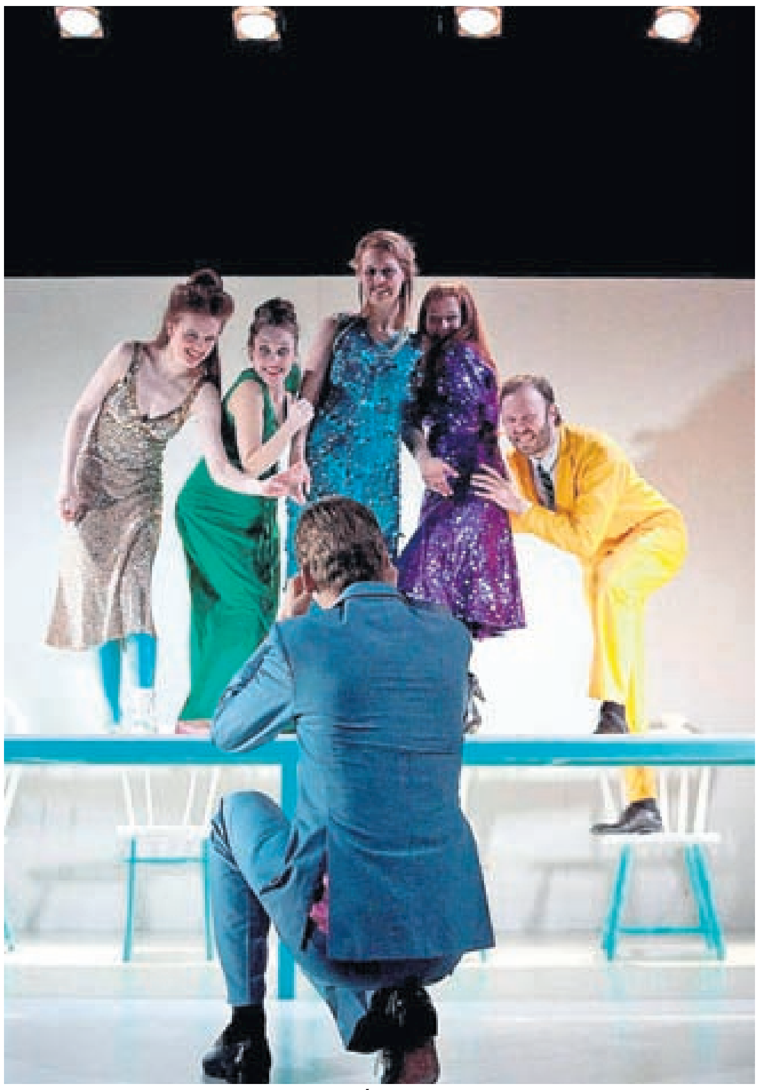
„Við vonumst auðvitað til að fá enn fleiri í ár, þótt það sé ekki endilega markmið í sjálfu sér,“ segir Ragnheiður, sem telur aukna aðsókn ekki síst helgast af áhuga almennra leikhúsáhorfenda. „Til að byrja með vorum við dálítið upptekin af því að fá fólk úr „bransanum“ til að koma og sjá það nýjasta og ferskasta sem er í gangi. Við höfum hins vegar tekið eftir að það er líka nokkuð stór hópur almennra leikhúsgesta sem hefur áhuga á að kynna sér öðruvísi leikhúsverk en eru yfirleitt í boði og reynum ekki síður að höfða til þeirra.“

Spurð hvort áhrifa þessarar tilraunakenndu hátíðar sé farið gæta í stóru atvinnuleikhúsunum hér á landi segir Ragnheiður ávallt ákveðið samspil í gangi.

„Það getur hins vegar verið erfitt að festa fingur á það. Við lítum á Lókal sem mikilvægan þátt í grasrótarstarfi, sem er yfirleitt undanfari þess sem síðar kemur. Við höfum þó vissulega dæmi um leikstjóra sem hafa leikstýrt í stóru húsunum og hafa orðið fyrir beinum áhrifum af sýningum sem þeir hafa séð á Lókal. Og eins auðvitað með listamennina sem koma fram, þetta hefur áhrif á þá á öllum stigum með einum eða öðrum hætti.“

Auk leikhópanna sýna útskriftarnemar í Fræðum og framkvæmd lokaverkefni frá því í vor, auk þess sem fulltrúar frá Núna/Now gera ráð fyrir hátíðinni. Sýningar verða fluttar í átta leikhúsum víðs vegar um borgina en bækistöðvar hátíðarinnar eru í Tjarnarbíói. Hægt er að kaupa sérstakan hátíðarpassa á Lókal á fimmtán þúsund krónur, sem gildir á sjö sýningar. Nánari upplýsingar má finna á lokal.is.

bergsteinn@frettabladid.is



VERÐI ÞÉR AÐ GÓÐU Sýning leikhópsins Ég og vinir mínir og Fjalla-Eyvindur í uppsetningu leikhópsins Aldrei óstelandi fara aftur á fjalirnar á Lókal-hátíðinni.
MYND/HULDA SIF ÁSMUNDSDÓTTIR

HELSTU VERK Á LÓKAL:

School of Transformation: Herbergi 408 og Mobile Homes (Ísland/Noregur).
The Island: Friðgeir Einarsson, Ingibjörg Magnadóttir, Arne MacPherson og Freya Olafson (Ísland(/Kanada).
Verði þér að góðu: Ég og vinir mínir (Ísland).
Fjalla-Eyvindur: Aldrei óstelandi (Ísland).
Verk Produksjoner: The Eternal Smile (Noregur).
Oblivia: Entertainment Island (Finnland).
Phobophilia: 2boysTV (Kanada).

STÓRSVEIT REYKJAVÍKUR Hefur verið iðin við tónleikahald undanfarin ár en spilar í fyrsta sinn í Hörpu annað kvöld.

Stórsveit Reykjavíkur með nýja plötu

Stórsveit Reykjavíkur hefur sent frá sér geisladiskinn HAK. Á honum er að finna sjö íslenskar tónsmíðar fyrir stórsveit, en höfundar tónlistarinnar eru þeir Agnar Már Magnússon, Hilmar Jensson og Kjartan Valdemarsson.

„Þetta er mjög flott tónlisti, alvarleg og metnaðarfull en alls ekki óaðgengileg,“ segir Sigurður Flosason saxófónleikari, einn meðlima Stórsveitarinnar.

Verkin á diskinum eru úrval úr stærri efnisskrám sem stórsveitin pantaði og frumflutti á árunum 2007-10; heilum tónleikadagskrám með verkum hvers hinna þriggja höfunda.

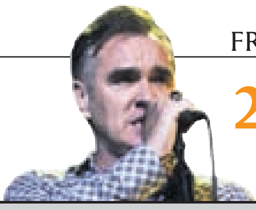
Verkin á disknum verða öll flutt á útgáfutónleikum sem haldnir verða í Hörpu annað kvöld klukkan átta.

„Þar spilum við í salnum Kaldalóni, sem okkur fannst henta okkur best,“ segir Sigurður. Tónleikarnir eru hluti af Djasshátíð Reykjavíkur. Þess má geta að stjórnandi sveitarinnar á tónleikunum er hinn danski Nikolaj Bentzon, fyrrverandi aðalstjórnandi Stórsveitar Danska ríkisútvarpsins.

- sbt

ÞAKIÐ!
TAX FREE!
30. ágúst - 11. september
Þakpappi
Þakdúkur
Bindiborði
isola
TAX FREE
Þakrennur
Plastmo
isola
TAX FREE
Þakstál
Þaksaumur
Þakskrúfur
TAX FREE
Þakkantaefni
(vatnsklæðning)
TAX FREE
Þaksperrur
48x198
48x223
73x223
og festingar
TAX FREE
Þakull
Rakasperruplast
TAX FREE
TAX FREE
AF ALLRI MÁLNINGU
OG VIÐARVÖRN*
lýkur á morgun!
TAX FREE
JOTUN
Mur
Allar upplýsingar birtar með fyrirvara um prentvillur og myndavíxl.
KAUPLÁN
0%
VAXTALAUST LÁN
Nánar á husa.is
LÆGSTA LÁGA VERÐ HÚSASMIÐJUNNAR*
*LÆGSTA LÁGA VERÐ HÚSASMIÐJUNNAR
TAXFREE og önnur tilboð gilda ekki af vörum
merktum " Lægsta lága verð Húsasmiðjunnar".
enda er það lægsta verð sem við bjóðum á hverjum tíma.
Tax free tilboð jafngildir 20,32% afslætti.
Að sjálfsögðu stendur Húsasmiðjan skil á virðisaukaskatti til ríkissjóðs.
HÚSASMIÐJAN

folk@frettabladid.is



2 MÁNUÐIR eru liðnir síðan fingurinn á Morrissey brotnaði eftir að hundur beit hann. Fingurinn hefur ekki gróið nógu vel og því þarf söngvarinn að gangast undir frekari læknismeðferð á næstunni.

Jitney til Íslands

Norska rokkhljómsveitin Jitney er á leiðinni til Íslands í stutta tónleikaferð. Þetta verður í annað sinn sveitin kemur hingað til lands en síðast spilaði hún á hátíðinni Aldrei fór ég suður í fyrra.

„Þeir tónleikar gengu mjög vel og það var flott að spila á Íslandi," segir gítarleikarinn og söngvarinn Ari Þorsteinsson. Hann fæddist á Ísland en hefur búið í Noregi frá tveggja ára aldri. Jitney, sem hefur spilað víða í Noregi að undanförnu, er að undirbúa sína fyrstu plötu, sem er væntanleg á næsta ári.

Tónleikarnir á Íslandi verða fernir. Fyrst spilar sveitin í Paddy's í Keflavík á föstudaginn, daginn eftir verður hún á Bakkusi í Reykjavík og því næst í Hinu húsinu og á Faktorý 6. og 7. september. Þar spila einnig Swords of Chaos og Ofvitarnir. - fb

JITNEY Frá vinstri: Bassaleikarinn Ruben Aksnes, Ari Þorsteinsson og trommarinn Kim Christer Hylland.

Eiturlyfin tefja Ozzy

LÆRIR AF MISTÖKUM Osbourne hefur lært af mistökunum sem hann gerði á sínum yngri árum.

Rokkarinn Ozzy Osbourne á oft í erfiðleikum með að komast á milli landa vegna eiturlyfjanotkunar á sínum yngri árum. Osbourne var á kafi í vímuefnum í fjörutíu ár en hefur verið laus við þau í töluverðan tíma. „Að gera heimskulega hluti leiðir af sér að eitthvað heimskulegt kemur fyrir mann. Ég var tekinn fyrir að reykja jónu fyrir löngu og á enn erfitt með að komast til og frá sumum löndum," skrifaði hann í pistli sínum í The Sunday Times Magazine. „Mörg okkar gera heimskulega hluti þegar við erum ung en við sem höfum lært af þeim þurfum að kenna börnunum okkar að þeir hafa afleiðingar."

STÆRSTA BALLIÐ Óli Geir lofar rosalegu stuði á Ljósanæturballinu sem verður haldið í Stapanum á laugardagskvöld. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON

Grillað partí hjá Óla Geir

Ljósanæturball Óla Geirs verður hans stærsta til þessa. Í boði verða reykvélar, blöðrur, svaka hljóðkerfi og sjálfur Páll Óskar.

„Ég hef haldið mörg stór böll en ég held að það sé óhætt að segja að þetta verði það stærsta," segir tónleikahaldarinn Ólafur Geir Jónsson, betur þekktur sem Óli Geir.

Hann ætlar að halda risastórt ball á Ljósanótt í Reykjanesbæ á laugardagskvöld. Það verður í Stapanum og heitir einfaldlega Ljósanæturballið. Páll Óskar, Emmsjé Gauti, Úlfur Úlfur, Haffi Haff og fleiri koma fram, auk þess sem Óli sjálfur þeytir skífum í hliðarsal ásamt Sindra BM.

„Þetta verður alvöru. Það er rosa mikill spenningur í Keflavík og það eru allir að tala um að loksins sé eitthvað almennilegt að gerast á Ljósanótt," segir Óli Geir. „Það verður „sikk" hljóðkerfi, eitt það besta á landinu, og nóg af ljósum og reykvélum og blöðrum." Forsala miða fer fram í Gallerí Keflavík og í Skór.is í Kringlunni og Smáralind.

Spurður hvort uppákoman verði eitthvað í líkingu við Dirty Night-böllin hans með tilheyrandi undirfatasýningu ungra meyja og annarra djarfra atriða neitar hann því. „Fólk áttar sig ekki á hvað maður hefur haldið mikið af kvöldum fyrir alla aldurshópa. Menn gleypa alltaf það neikvæða. Þetta Dirty Night er bara eitt af tuttugu „konseptum" sem ég er með," segir hann.

Óli lofar flottri stemningu, þar sem eldri ballgestir í bland við yngri geti lyft sér upp eftir Ljósanóttina. Skortur hafi verið á stóru balli sem þessu því hingað til hafi fólk eftir miðnætti farið annað hvort í heimapartí eða á skemmtistaði í miðbæ Keflavíkur sem eru smærri í sniðum. „Ég og Palli [Páll Óskar] höfum haldið ball á Ljósanótt síðustu fjögur ár. Við höfum alltaf verið á skemmtistöðum niðri í bæ og það hefur alltaf verið alveg grillað. Þannig að okkur langaði að fara með þetta nokkrum skrefum ofar og taka alvöru Nasa-ball eins og hann hefur verið með. Hann hefur aldrei verið með svoleiðis ball í Stapanum og ef það er einhver dagur á árinu til að gera þetta í Keflavík er þetta klárlega dagurinn."

Óli Geir hefur haft nóg að gera í sumar í skemmtanahaldinu og ferðast út um allt land með partíin sín. Hann ætlar hvergi að slaka á í haust. „Ég er að fara af stað með Smirnoff-túr í kringum landið. Haffi Haff er með mér í því," segir hann, en þeir félagar ætla að ferðast á tíu staði á landinu og gera allt vitlaust. freyr@frettabladid.is

AÐDÁENDUR Mundi fatahönnuður og vinur hans voru í góðu stuði.

SKEMMTU SÉR Þær Oddný, Anna Kristín, Viktoría og Elísabet Alma skemmtu sér mjög vel á tónleikunum.

Fjör á GusGus

Fjölmargir lögðu leið sína á skemmtistaðinn Nasa um helgina þegar danssveitin GusGus hélt tvenna tónleika.

Sveitin hefur átt miklum vinsældum að fagna í sumar og nýjasta breiðskífa hennar, Arabian Horse, hefur setið ofarlega á vinsældalistum. Hljómsveitarmeðlimirnir Högni, Stebbi Steph, Urður, Daníel Ágúst og Biggi veira stóðu sig vel og tónleikagestir voru með bros á vör allt kvöldið.

BROSMILDAR Þessar ungu dömur brostu framan í myndavélina.

HLJÓMSVEITARMEÐLIMIRNIR Þeir Biggi veira og Högni gáfu sér tíma til að svala þorstanum á tónleikunum. MYNDIR/ELÍS PÉTURSSON

ÞÚ FINNUR ÞAÐ HJÁ OKKUR

MÖMMULEIKFIMI ROPE YOGA
HOT YOGA FIT PILATES
ÍÞRÓTTASKÓLI LATABÆJAR
SHAPE HAPPY YOGA
ZUMBA HÓPÁTAK VALDÍSAR
HÁDEGISPÚL
MEÐGÖNGULEIKFIMI WEIGH TO GO
TRX BJÖLLUR ÁSKORUN
CROSSFIT
POWER BURN
DANSSKÓLI BIRNU BJÖRNS

HÓPÞJÁLFUN

SPORTHÚSIÐ

heilsurækt fyrir alla

DALSMÁRA 9 - 11 • 201 KÓPAVOGI • S. 564 4050

midi.is
Miðasala og nánari upplýsingar
LAUGARÁS BÍÓ
www.laugarasbio.is
-bara lúxus sími 553 2075
700 KR. CHANGE-UP
VINSÆLASTA MYNDIN Á ÍSLANDI Í DAG!
950 KR. Í 4D SPY KIDS 4D
950 KR. Í 3D CAPTAIN AMERICA
BRIDESMAIDS 700 KR.
Þriðjudagur er tilboðsdagur.
700 KR. CONAN
950 KR. Í 3D STRUMPARNIR

LAUGARÁSBÍÓ Sýningartímar

CHANGE UP	5.45, 8 og 10.20
SPY KIDS - 4D	6
CONAN THE BARBERIAN	8 og 10.20
STRUMPARNIR - 3D	5.30 - ISL TAL
CAPTAIN AMERICA - 3D	7.30
BRIDESMAIDS	10

Í KVÖLD
RED HOT CHILI PEPPERS
LIVE TONLEIKAR Í BÍÓ 30. ÁGÚST
ADEINS EIN SÝNING
I'M WITH YOU
SAMbio.is

Ein flottasta spennuhrollvekja þessa árs.
Mögnuð þrívídd
75/100 San Francisco Chronicle
75/100 Entertainment Weekly
70/100 Variety
ÞRIÐJUDAGSBÍÓ Í DAG
FINAL DESTINATION 5 3D
BESTA MYNDIN Í SERÍUNNI TIL ÞESSA.

ÞRIÐJUDAGSBÍÓ Í DAG
KVIKMYNDADAGAR Í KRINGLUNNI
THE TREE OF LIFE
RED CLIFF
THE BEAVER

ÞRIÐJUDAGSBÍÓ Í DAG
LARRY CROWNE

SAMBÍÓIN ÁLFABAKKA

FINAL DESTINATION 5	kl. 5:50 - 8 - 10:10	3D	16
LARRY CROWNE	kl. 5:50 - 8 - 10:20	2D	7
LARRY CROWNE LUXUS VIP	kl. 8 - 10.20	2D	VIP
COWBOYS & ALIENS	kl. 10:30	2D	14
GREEN LANTERN	kl. 5:40 - 8 - 10.20	2D	12
HORRIBLE BOSSES	kl. 8 - 10:20	2D	12
HORRIBLE BOSSES LUXUS VIP	kl. 5.30	2D	VIP
BÍLAR 2 M/ ísl. Tali	kl. 5.30	3D	L
BÍLAR 2 M/ ísl. Tali	kl. 5:30	2D	L
HARRY POTTER	kl. 8	2D	12

SAMBÍÓIN SELFOSS

THE CHANGE UP	kl. 5:40 - 8 - 10.20	14
BAD TEACHER	kl. 8 - 10:20	12
BÍLAR 2 M/ ísl. Tali	kl. 5:30	L

SAMBÍÓIN KEFLAVÍK

THE CHANGE-UP	kl. 8	14
FINAL DESTINATION 5	kl. 10:30	16
FRIENDS WITH BENEFITS	kl. 8 - 10:20	12
STRUMPARNIR m/ísl. tali	kl. 5:40	L
CARS 2 2D m/ísl. tali	kl. 5:40	L

RED HOT CHILI PEPPERS I'M WITH YOU

SAMBÍÓIN EGILSHÖLL

THE SMURFS m/ísl tali	kl. 5:20	3D	L
FINAL DESTINATION 5	kl. 8 - 10:20	3D	16
BÍLAR 2 m/ísl tali	kl. 5:20	2D	L
COWBOYS & ALIENS	kl. 8 - 10:40	2D	14
HARRY POTTER	kl. 5:20	3D	12
RISE OF THE PLANET OF THE APES	kl. 8 - 10:30	3D	12
GREEN LANTERN	kl. 5:20	3D	12
HORRIBLE BOSSES	kl. 8	2D	12
CAPTAIN AMERICA	kl. 10:20	3D	12

SAMBÍÓIN KRINGLUNNI

RED HOT CHILI PEPPERS LIVE: I´M WITH YOU tónleikar í beinni	kl. 7		L
LARRY CROWNE	kl. 9:15 - 10:30	2D	7
SMURFS M/ ísl. Tali	kl. 5:50	3D	L
HORRIBLE BOSSES	kl. 11:15	2D	12
HARRY POTTER	kl. 8	3D	12

Kvikmyndadagar í Kringlunni 26.Ágúst til 22.September

THE TREE OF LIFE	kl. 8 ótextuð	2D	10
RED CLIFF	kl. 10:40 enskur texti	2D	14
BAARÍA	kl. 5 ísl texti	2D	7

SAMBÍÓIN AKUREYRI

LARRY CROWNE	kl. 6	2D	7
FINAL DESTINATION 5	kl. 8 - 10:10	3D	16
BÍLAR 2 ÍSLENSKT TAL	kl. 6	2D	L
GREEN LANTERN	kl. 8	3D	12
HORRIBLE BOSSES	kl. 10:10	2D	L

SMÁRABÍÓ HÁSKÓLABÍÓ
FULLKOMIN GÆÐI!
ÞRIÐJUDAGSTILBOÐ
CHANGE-UP
14 LÚXUS midi.is
ÞRIÐJUDAGSTILBOÐ
SPY KIDS ALL THE TIME IN THE WORLD 4D
L Í FYRSTA SINN Á ÍSLANDI! BÍÓMYND Í FJÓRVÍDD – 4-D!
MEIRA SPURT OG SVARAÐ MEÐ MORGAN KL. 20 Í KVÖLD!
ÞRIÐJUDAGSTILBOÐ
L midi.is
ÞRIÐJUDAGSTILBOÐ
One Day
L midi.is
STRUMPARNIR
ÞRIÐJUDAGSTILBOÐ
RubyTuesday
L midi.is
ÞRIÐJUDAGSTILBOÐ
16 midi.is

SMÁRABÍÓ GLERAUGU SELD SÉR 5%

THE CHANGE-UP	KL. 5.30 - 8 - 10.30	14
THE CHANGE-UP LÚXUS	KL. 5.30 - 8 - 10.30	14
SPY KIDS 4 4D	KL. 3.40 - 5.50 - 8	L
ONE DAY	KL. 8	L
COWBOYS AND ALIENS	KL. 10.30	14
STRUMPARNIR 3D ÍSL. TAL	KL. 3.20 - 5.40 - 8	L
STRUMPARNIR 2D ÍSL. TAL	KL. 3.20 - 5.40	L
RISE OF THE PLANETS OF THE APES	KL. 10.20	12
FRIENDS WITH BENEFITS	KL. 10.10	12

HÁSKÓLABÍÓ NÁNAR Á MIÐI.IS 5%

THE CHANGE-UP	KL. 8 - 10.30	14
GREATEST MOVIE EVER SOLD	KL. 5.30 - 8 - 10.10	L
SPY KIDS 4D	KL. 5.50	L
CONAN THE BARBARIAN	KL. 8 - 10.20	16
ONE DAY	KL. 5.30 - 8 - 10.30	L
STRUMPARNIR 3D ÍSL.TAL	KL. 5.40	L

BORGARBÍÓ ÞRIÐJUDAGSTILBOÐ GILDA EKKI Í BORGARBÍÓI NÁNAR Á MIÐI.IS

THE CHANGE-UP	KL. 6 - 8 - 10.10	14
SPY KIDS 4 4D	KL. 6 - 8	L
CONAN THE BARBARIAN	KL. 10	16

STAL SENUNNI Söngkonan Beyoncé geislaði í þessum fallega litríka kjól.

KÆRUSTUPARIÐ Justin Bieber skartaði gleraugum og rauðum buxum. Kærasta hans, Selena Gomez, var glæsileg í svörtum kjól.

SIGURVEGARI Myndband Katy Perry við lagið Fireworks var valið besta myndband 2011.

LEÐUR Rose McGowan klæddist svörtum leðurkjól.

LITRÍK verðlauna-afhending

Stjörnurnar fjölmenntu til Los Angeles um helgina til að vera viðstaddar MTV Video Music Awards. Mikið var um dýrðir en það var söngkonan Katy Perry sem vann aðalverðlaun kvöldsins. Myndband hennar við lagið Fireworks var valið myndband ársins 2011. Skemmtiatriðin voru ekki af verri endanum en Lady Gaga hóf skemmtunina með laginu lagið You and I þar sem hún kom fram ásamt gítarleikara Queen, Brian May. Lady Gaga var klædd eins og karlmaður allt kvöldið, eða í gervi „Joe Caldrone“. Justin Bieber, Selena Gomez, Kim Kardashian og breska söngkonan Adele voru einnig á sínum stað í áhorfendasalnum. Beyoncé ljóstraði síðan upp leyndarmáli í fögrum appelsínugulum kjól.

Í GERVI Lady Gaga var klædd eins og karlmaður og kallaði sig Joe Caldrone.

TILKYNNTU ÓLÉTTUNA MEÐ STÆL

Stjörnuparið Beyoncé og Jay-Z stal senunni á MTV Video Music Awards, en parið á von á barni. Gleðifregnirnar voru tilkynntar með stæl þegar Beyoncé flutti lagið Love on Top.

Söngkonan byrjaði atriðið sitt með því að ávarpa salinn og hvatti alla til að standa upp og finna kærleikann sem yxi innra með henni. Í lok lagsins hneppti Beyoncé síðan brosmild frá glimmerjakkanum sínum og frumsýndi litla kúlu fyrir fagnandi áhorfendur. Eiginmaður hennar, rapparinn Jay-Z, stóð stoltur úti í sal og tók á móti hamingjuóskum frá sessunautum sínum Kanye West og Lady Gaga.

Beyoncé á von á sér á næsta ári og greinilega var mikil hamingja hjá hjónunum. Söngkonan hefur áður látið hafa eftir sér að hún ætli sér að eignast barn þegar hún verði þrítug, en hún heldur upp á þrítugsafmæli sitt 4. september.

BÍÓ ★ PARADÍS
MEÐ STUÐNINGI REYKJAVÍKURBORGAR OG KVIKMYNDAMIÐSTÖÐVAR ÍSLANDS / www.bioparadis.is / midi.is
ÞRIÐJUDAGUR: ■ANDLIT NORÐURSINS 18:00, 20:00, 22:00 ■ANIMAL KINGDOM 17:50, 20:00, 22:10 ■MARY & MAX 18:00 ■HOWL 20:00 ■MONSTERS 22:00 ■ASTRÓPÍA 18:00 ■FORELDRAR (PARENTS) 20:00 ■ÉG LIFI (I LIVE) 22:00
ÍSLENSKUR TEXTI / ENGLISH SUBTITLES

ALLT TÖLVUTENGT Á BETRA VERÐI

ASUS FARTÖLVA

ASUS K53E-SX213V
- Intel Pentium B940 Dualcore örgjörvi
- 4GB DDR3 minni - stækkanlegt í 8GB
- 320GB SATA harður diskur
- Intel HD skjákort allt að 1720MB
- IceCool kælitækni
- Rafhlöðuending allt að 4 tímar
- Windows7 Home Premium 64-Bit stýrikerfi

84.950

8GB MINNISLYKILL

CORSAIR

8GB

Corsair Flash Voyager Mini
8GB USB mini minniskubbur, höggvarinn og með 10 ára ábyrgð. Einn sá allra minnsti.

2.950

SKJÁKORT

Sapphire ATI Radeon 6870
1GB GDDR5 skjákort með 900MHz Core, 2x DVI, HDMI & Display port, PCI-E 16X, DirectX11

SAPPHIRE

33.950

SSD DISKUR

60GB

Corsair Force 3
60GB solid state diskur sem les 550MB/s og skrifar 520MB/s. SATA 3 - mun meiri flutningshraði. Engir hreyfanlegir hlutir - hljóðlaus.

CORSAIR

21.950

VINNSLUMINNI

Corsair 1333MHz 4GB (2x2GB) ValueSelect
240pin CL9 minni með lífstíðarábyrgð

CORSAIR

5.750

HARÐUR DISKUR

1TB

WD Elements
1TB flakkari með hljóðlátum WD Green Power disk. USB 2.0. Windows og Mac.

WD

10.950

AMD TURNVÉL

COOLER MASTER

- CoolerMaster Elite 342 mini turn
- AMD Sempron X140 örgjörvi
- 4GB DDR3 1333MHz minni
- 500GB SATA 3 WD diskur
- ATI HD3000 skjástýring
- DVD og CD skrifari
- 7.1 hljóðkort - 10/100/1000 netkort
- Windows 7 Home Premium 64bita

69.950

LEIKJATURN

COOLER MASTER

AMD tölva 3 Athlon II X3 455
- Athlon II X3 455 3,3GHz TripleCore AM3
- 4GB Dual DDR3 1333MHz
- 1TB SATA 3 WD harður diskur
- MSI Geforce N450GTS 1GB DDR5
- Windows 7 Home Premium 64bit

109.950

PHILIPS 24" LCD SKJÁR

Philips 243E2SB
24" hágæða Philips LCD skjár með full HD 1920x1080 upplausn, 500.000:1 skerpu, 5ms viðbragðstíma, DVI & VGA ofl.

29.950

TOSHIBA FARTÖLVA

Toshiba Satellite C660D-14E
- AMD E240 örgjörvi
- 2GB DDR3 minni
- 320GB diskur
- 15.6" WXGA LED skjár
- AMD Radeon HD 6310 skjákort
- Allt að 6,25 klst. rafhlöðuending
- Windows 7 Home Premium 64-BIT stýrikerfi

59.950

acer FARTÖLVA

Acer Aspire 5750G-2314G50MN
- Intel Core i3-2310M 2.1GHz Dual Core
- 4GB DDR3 minni
- 500GB diskur
- 1GB Geforce GT 520M leikjaskjákort
- Rafhlöðuending allt að 4,5 klst.
- Windows 7 Home Premium 64bit

117.950

@tt.is
Allt tölvutengt á betra verði

SÆKTU EÐA FÁÐU SENT HEIM • SENDINGARKOSTNAÐUR **AÐEINS KR. 750** HVERT Á LAND SEM ER • VERSLUN Í BÆJARLIND 1-3 • 201 KÓPAVOGI • SÍMI 569 0700 • www.att.is

@tt.is
Allt tölvutengt á betra verði

sport

sport@frettabladid.is

STJÖRNUKONUR geta orðið Íslandsmeistarar í Pepsi-deild kvenna í kvöld vinni þær Aftureldingu á gervigrasinu í Garðabæ. Það yrði fyrsti Íslandsmeistaratitill félagsins í meistaraflokki í knattspyrnu. Hljómsveitin Dikta ætlar að sýna stuðning sinn í verki og bjóða frítt á leikinn. Leikurinn hefst kl 18.30. „Sýnum nú úr hverju silfurskeiðin er gerð – allir á völlinn!“ voru lokaorðin í fréttatilkynningu Stjörnunnar og Diktu.

PEPSI-DEILDIN

KR	**16**	**11**	**5**	**0**	**35-14**	**38**
ÍBV	17	11	3	3	29-16	36
FH	**17**	**9**	**4**	**4**	**33-23**	**31**
Valur	17	8	5	4	25-16	29
Stjarnan	**17**	**7**	**6**	**4**	**35-25**	**27**
Fylkir	17	6	4	7	25-30	22
Breiðablik	**17**	**5**	**5**	**7**	**25-30**	**20**
Þór	17	5	3	9	22-32	18
Grindavík	**17**	**4**	**6**	**7**	**19-29**	**18**
Keflavík	16	5	2	9	20-24	17
Fram	**17**	**2**	**5**	**10**	**13-25**	**11**
Víkingur R.	17	1	6	10	14-31	9

NÆSTU LEIKIR Í DEILDINNI

Fram - Breiðablik	**sun. 11. sept. kl. 14.00**
ÍBV - Þór	sun. 11. sept. kl. 16.00
Valur - Keflavík	**sun. 11. sept. kl. 17.00**
Grindavík - Stjarnan	sun. 11. sept. kl. 17.00
Fylkir - Víkingur R.	**sun. 11. sept. kl. 17.00**
FH - KR	sun. 11. sept. kl. 17.00

KR 2-1 Fram

KR-völlur, áhorf.: 1652 — Þorvaldur Árnason (7)

1-0 Kjartan Henry Finnb., víti (81.)
2-0 Sjálfsmark Allans Lowing (86.)
2-1 Arnar Gunnlaugsson (90+1)

TÖLFRÆÐIN

Skot (á mark)	13–14 (4–7)
Varin skot	Hannes 5 – Ögmundur 3
Horn	9–4
Aukaspyrnur fengnar	16–11
Rangstöður	2–1

KR 4–3–3		**FRAM** 4–3–3	
***Hannes Þór Halld.**	**8**	Ögmundur Kristinss.	6
Magnús Már Lúðv.	6	Daði Guðmundsson	5
(64., Dofri Snorras.	5)	(78., Arnar Gunnl.	-)
Aron Bjarki Jósepss.	5	Hlynur Atli Magnúss.	7
Grétar Sigfinnur Sig.	6	Allan Lowing	5
Guðmundur Reynir	6	Sam Tillen	6
Bjarni Guðjónsson	5	Halldór Hermann	7
Egill Jónsson	6	Jón Gunnar Eyst.	6
Baldur Sigurðsson	6	Samuel Hewson	7
Björn Jónsson	4	Kristinn Ingi Halld.	6
(54., Gunnar Örn J.	5)	Hólmbert Aron Frið.	3
Viktor Bjarki Arnarss.	5	(45., Jón Orri Ólafss.	5)
Kjartan Henry Finnb.	7	Steven Lennon	7

*Maður leiksins

Keflavík 1-2 Fylkir

Keflavíkurvöllur, áhorf.: 560 — Vilhjálmur Alvar (6)

0-1 Albert Brynjar Ingason (21.)
1-1 Guðmundur Steinarsson, víti (36.)
1-2 Ingimundur Níels Óskars., víti(44.)

TÖLFRÆÐIN

Skot (á mark)	10–10 (7–8)
Varin skot	Ómar 7 – Fjalar 5
Horn	7–7
Aukaspyrnur fengnar	18–10
Rangstöður	1–1

KEFLAVÍK 4–3–3		**FYLKIR** 4–3–3	
Ómar Jóhannsson	8	Fjalar Þorgeirsson	6
Guðjón Árni Anton.	4	Trausti Björn Ríkharð.	7
Adam Larsson	5	Kristján Valdimarsson	5
(72., Jóhann Birnir	-)	Valur Fannar Gíslason	6
Haraldur Freyr Guðm.	6	Kjartan Ág. Breiðdal	5
Viktor Smári Hafst.	4	(56., Tómas Þorst.	5)
Einar Orri Einarsson	5	Ásgeir Börkur Ásgeirs.	6
Arnór Ingvi Traustas.	6	Hjörtur Hermannsson	5
(48., Magnús Þór	5)	Baldur Bett	6
Magnús Þórir Matth.	5	Ásgeir Örn Arnþórss.	5
(72., Magnús Sverrir	-)	(77., Jóhann Þórhal.	-)
Bojan Stefán Ljubicic	4	Ingimundur Níels	7
Hilmar Geir Eiðsson	5	(85., Rúrik Andri Þor.	-)
Guðm.Steinarsson	7	***Albert Brynjar**	**8**

*Maður leiksins

A-landslið karla í fótbolta:

Fjórir úr leik

FÓTBOLTI Hermann Hreiðarsson, Heiðar Helguson, Gylfi Þór Sigurðsson og Aron Einar Gunnarsson verða ekki með íslenska landsliðinu í leikjunum á móti Noregi og Kýpur í undakeppni EM.

Ólafur Jóhannesson landsliðsþjálfari hefur kallað inn fjóra nýja menn í hópinn: Steinþór Freyr Þorsteinsson, Matthías Vilhjálmsson, Hallgrím Jónasson og Guðmund Kristjánsson. Gunnleifur Gunnleifsson meiddist síðan í gær og gæti líka þurft að segja sig út úr hópnum. **- óój**

Stjörnumenn réttu ÍBV hjálparhönd

KR og ÍBV eru með dágóða forystu á toppi Pepsi-deildar karla eftir leiki gærkvöldsins. Stjarnan sá til þess með glæsilegum 4-0 sigri á FH að Hafnfirðingar eiga nú litla möguleika á að blanda sér í toppbaráttuna.

FÓTBOLTI ÍBV og Stjarnan unnu í gær sannfærandi og glæsilega sigra í leikjum sínum í Pepsi-deildinni í gær. ÍBV vann Víking 3-1 og heldur því vel í við KR-inga í toppbaráttu deildarinnar en Stjörnumenn fóru hins vegar nokkuð illa með titilvonir FH-inga með sannfærandi 4-0 sigri í leik liðanna í gær. FH-ingar eru nú sjö stigum á eftir toppliði KR sem á enn leik til góða.

Umdeild vítaspyrna gaf tóninn

Sigur Eyjamanna á Víkingum var sanngjarn. Víkingar náðu þó að sýna klærnar á köflum í fyrri hálfleik en það voru leikmenn ÍBV sem nýttu færin og skoruðu mörkin. Nánar tiltekið Tryggvi Guðmundsson því hann var í allt í öllu.

ÍBV komst yfir með marki úr víti á 7. mínútu sem Tryggvi fiskaði sjálfur og skoraði úr. Hann kom svo liðinu í 2-0 með öðru marki sínu í lok hálfleiksins en það gerði í raun út um leikinn því Víkingar náðu sér aldrei á strik í seinni hálfleik.

Bjarnólfur Lárusson, þjálfari Víkings, var afar ósáttur í lokin. „Þar hallaði helvíti mikið á okkur. Ég er afar ósáttur við Tryggva og að hann skyldi hafa látið sig falla. Mér finnst þetta afar leiðinlegur blettur á hans spilamennsku,“ sagði Bjarnólfur.

Sjálfur viðurkenndi Tryggvi að dómurinn hefði verið rangur. „Ég held að ég hafi frekar sparkað í Mark [Rutgers, leikmann Víkings] frekar en hann í mig. Ég stóð upp og hélt að dómarinn ætlaði annaðhvort að dæma hornspyrnu eða útspark,“ sagði hann. „En ég var alls ekki að fiska og alls ekki að biðja um víti. Þetta var mjög skrýtið, allt saman.“

VANTAR BARA EITT MARK Í METIÐ Tryggvi Guðmundsson skoraði tvö mörk í gær og vantar nú bara eitt mark til að jafna markamet Inga Björns Albertssonar. Tryggvi fiskar hér víti á Mark Rutgers í gær. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Víkingar fækkuðu í vörninni til að reyna að auka sóknarþungann. Það bar lítinn árangur því Eyjamenn sóttu nánast án afláts. Ian Jeffs tókst þó einum að skora og náðu Víkingar meira að segja að klóra í bakkann í uppbótartíma með glæsilegu skoti Sigurðar Egils Lárussonar. En niðurstaðan er að staða Víkinga er slæm og ekkert annað en fall sem blasir við liðinu.

Skutu FH úr titilbaráttunni

Stjarnan gerði meistaravonir FH að engu með því að skella

> Þegar við skoruðum annað markið þá blómstruðu allir
>
> BJARNI JÓHANNSSON, ÞJÁLFARI STJÖRNUNNAR

nágrönnum sínum úr Hafnarfirði 4-0 á heimavelli sínum í Garðabæ.

Stjarnan hóf leikinn af krafti og komst verðskuldað yfir eftir aðeins 11. mínútna leik. Fyrri hálfleikur var hinn fjörugasti og gátu bæði lið bætt við mörkum. Ingvar Jónsson í marki Stjörnunnar átti stórleik í markinu og að því er virðist löglegt mark var dæmt af Stjörnunni en staðan í hálfleik var 1-0.

FH-ingar hófu seinni hálfleik af krafti og ætluðu sér að jafna metin fljótt en misstu Gunnleif markvörð sinn meiddan af leikvelli á 53. mínútu og fengu mark á sig tveimur mínútum síðar. Stjarnan skoraði tvö mörk til viðbótar á næstu átta mínútum og gerði út um leikinn og hefði hæglega getað bætt við mörkum.

„Við gerðum okkur seka um mörg barnaleg varnarmistök sem urðu þess valdandi að Stjarnan skoraði þessi fjögur mörk,“ sagði Heimir Guðjónsson, þjálfari FH, eftir leikinn.

„Frábær innkoma í þennan leik sem skóp það að við náðum forystunni. Það var frábær markvarsla Ingvars sem hélt okkur inni í leiknum í fyrri hálfleik og upphafi seinni hálfleiks. Svo þegar við skoruðum annað markið þá blómstruðu allir,“ sagði Bjarni Jóhannsson, þjálfari Stjörnunnar, að leiknum loknum.

eirikur@frettabladid.is, - gmi

VÍKINGUR 1-3 ÍBV

0-1 Tryggvi Guðmundsson, víti (7.)
0-2 Tryggvi Guðmundsson (41.)
0-3 Ian David Jeffs (74.)
1-3 Sigurður Egill Lárusson (90+1)

Víkingsvöllur, áhorf.: 921
Dómari: Magnús Þórisson (7)

TÖLFRÆÐIN

Skot (á mark)	9–20 (6–7)
Varin skot	Magnús 4 – Albert 4
Horn	2–10
Aukaspyrnur fengnar	14–11
Rangstöður	7–6

Víkingur 4–5–1 Magnús Þormar 5 - Kristinn Jens Bjartmarsson 3, Tómas Guðmundsson 4, Mark Rutgers 4, Sigurður Egill Lárusson 5 - Colin Marshall 6, Halldór Smári Sigurðsson 5 (46., Walter Hjaltested 3), Aron Elís Þrándsson 5 (75., Viktor Jónsson -), Magnús Páll Gunnarsson 3, Björgólfur Takefusa 5 - Helgi Sigurðsson 5 (46., Kristinn Magnússon 4).

ÍBV 4–3–3 Albert Sævarsson 7 - Arnór Eyvar Ólafsson 6, Brynjar Gauti Guðjónsson 6, Rasmus Christiansen 7, Matt Garner 7 - Finnur Ólafsson 8 (80., Óskar Zoega -), Þórarinn Ingi Valdimarsson 7 (77., Aaron Spear -), Tony Mawejje 7 (68., Yngvi Magnús Borgþórsson 6) - Ian Jeffs 7, Guðmundur Þórarinss. 7, ***Tryggvi Guðmundsson 8**

STJARNAN 4-0 FH

1-0 Garðar Jóhannsson (11.)
2-0 Bjarki Páll Eysteinsson (57.)
3-0 Garðar Jóhannsson (63.)
4-0 Þorvaldur Árnason (65.)

Stjörnuvöllur, áhorf.: 1298
Dómari: Þóroddur Hjaltalín Jr. (6)

TÖLFRÆÐIN

Skot (á mark)	17–10 (9–6)
Varin	Ingvar 6 – Gunnleifur 3, Gunnar 2
Horn	4–5
Aukaspyrnur fengnar	18–12
Rangstöður	1–5

Stjarnan 4–3–3 Ingvar Jónsson 9 - Baldvin Sturluson 6, Tryggvi Sveinn Bjarnason 6, Daníel Laxdal 8, Hörður Árnason Nikolaj Pedersen 7, Atli Jóhannsson 6 (46. Þorvadlur Árnason 7), Jóhann Laxdal 8 (84., Ólafur Karl Finsen -) - Bjarki Páll Eysteinsson 7, Ellert Hreinsson 7 (80., Víðir Þorvarðarson -), ***Garðar Jóhannsson 9**.

FH 4–3–3 Gunnleifur Gunnleifsson 6 (54., Gunnar Sigurðsson 3) - Guðmundur Sævarsson 5 (73., Gunnar Kristjánsson -), Ásgeir Gunnar Ásgeirsson 3 (73., Jón Ragnar Jónsson -), Tommy Nielsen 5, Viktor Örn Guðmundsson 4 - Hákon Atli Hallfreðsson 3, Hólmar Örn Rúnarsson 4, Emil Pálsson 5 - Matthías Vilhjálmsson 6, Atli Guðnason 5, Atli Viðar Björnsson 4

KR og Fylkir komust aftur á sigurbraut í Pepsi-deildinni í gær en Fylkir vann sinn fyrsta sigur síðan í júlí:

Slakir KR-ingar kreistu út sigur gegn Fram

FÓTBOLTI KR-ingar unnu 2-1 sigur á lánlausu Framliði í stórskemmtilegum leik í Vesturbænum. Hvort það var seigla eða meistaraheppni þá eru KR-ingar þremur stigum ríkari á meðan Framarar voru sjálfum sér verstir enn eina ferðina.

Gestirnir réðu gangi mála í fyrri hálfleik og fengu gullið tækifæri til þess að komast yfir úr vítaspyrnu. Hannes Þór varði hins vegar slaka spyrnu Stevens Lennon.

„Ég vildi taka vítið fyrst það var brotið á mér en það voru vonbrigði hversu illa ég hitti boltann. Ég hefði betur neglt boltann í mitt markið eða eitthvað,“ sagði Lennon í leikslok.

Meira jafnvægi var með liðunum í síðari hálfleik en á fimm mínútna kafla tryggðu KR-ingar sér stigin þrjú. Fyrst skoraði Kjartan Henry úr vítaspyrnu eftir að varnarmaður Framara handlék knöttinn. Svo varð Alan Lowing fyrir því óláni að skora sjálfsmark áður en Arnar Gunnlaugsson skoraði sárabótarmark úr aukaspyrnu í viðbótartíma.

MIKILVÆGT Hannes Þór fremstur í flokki í fögnuði KR-inga. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

„Við kláruðum okkar vítaspyrnu, ekki þeir. Þetta var víti sem við fengum, spurning hvort um víti hafi verið að ræða hjá þeim. Við nýttum okkar möguleika, þeir ekki og unnum leikinn 2-1,“ sagði Rúnar Kristinsson, þjálfari KR, sem var ekki sáttur við spilamennsku sinna manna.

„Við vorum lélegir í dag, Framarar voru góðir og áttu örugglega meira skilið eins og svo oft áður í sumar. Þeir hafa bara ekki haft heppnina með sér. Þeir voru okkur mjög erfiðir í dag.“

Fylkismenn fögnuðu sínum fyrsta sigri síðan í júlí þegar þeir unnu 2-1 sigur í Keflavík. „Þetta var langþráður sigur fyrir okkur Fylkismenn,“ sagði Albert Brynjar Ingason, besti maður vallarins í gær, eftir leikinn. „Við höfum sett okkur ný markmið og þau eru að hafa gaman af því að spila fótbolta og safna eins mörgum stigum og við getum. Það vita allir að ég er stórhættulegur skallamaður og menn verða bara að dekka mig betur en þetta.“

-ktd, sáp

VILDARÁSKRIFT AÐ STÖÐ 2 INNIHELDUR 2 2+ 2 BÍÓ 2 BÍÓ+ 2 EXTRA 2 EXTRA+ AUK STIGVAXANDI AFSLÁTTAR.

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

> **Shia LeBeouf**

„Skemmtistaðir eru svo glataðir. Enginn dansar einu sinni á þessum stöðum heldur standa allir í kringum dansgólfið, drekka og spjalla.“

Shia LeBeouf leikur í spennumyndinni Eagle Eye, sem segir frá ungum manni og konu sem flækjast inn í áætlanir hryðjuverkasamtaka. Myndin er sýnd á Stöð 2 Bíói kl. 20.

dagskrá

VIÐ TÆKIÐ SÓLVEIG GÍSLADÓTTIR FYLLIST AÐDÁUN OG HRYLLINGI

Spriklandi ferskur fiskur

Veitingastaðurinn West Lake (Xihulou) í Changsha-borg í Hunan-héraði í Kína er stærsti veitingastaður í Asíu. Þar geta fimm þúsund gestir fengið sæti í einu, þrjú hundruð kokkar elda matinn og í allt starfa þúsund manns á veitingastaðnum, sem er sérstæður fyrir margra hluta sakir. BBC gerði fjögurra þátta heimildarmynd um veitingastaðinn og á dögunum datt ég inn í einn þeirra, þar sem meðal annars voru sýndar hinar ýmsu eldunaraðferðir.

Þúsund starfsmönnum staðarins er stjórnað af frú Qin, sem hefur heraga á sínu fólki, enda má í mörgu finna samlíkingu við herinn og kommúnistaflokkinn á veitingastaðnum. Mismunandi einkennisbúningar fylgja mismunandi störfum og á reglulegum starfsmannafundum, sem eru afar

KOKKAR 300 kokkar starfa við veitingastaðinn Xihulou.

fjölmennir, kyrja starfmennirnir slagorð á borð við „samstaða er styrkur“.

Að mörgu leyti dáðist ég að atorku frú Qin, sem hefur byggt staðinn upp frá grunni á tíu árum. Hann stendur á 5,8 hekturum og er að sumu leyti líkari skemmtigarði en veitingastað. Frú Qin leggur mikla áherslu á gæði matar og heldur sérstakar kokkakeppnir fyrir kokka sína, sem reyna sig í hinum ýmsu þrautum. Ekki eru þó allar eldunaraðferðirnar geðslegar að sjá. Þannig er einn af sérréttum staðarins snákakjöt sem enn iðar í vöðvakippum og djúpsteiktur fiskur sem enn er lifandi þegar hann er borinn fram. Dýravernd er þannig ekki í hávegum höfð á West Lake-veitingastaðnum, sem gerði áhorfið á heimildarþáttinn á köflum æði ógeðfellt.

RÚV

15.45 Íslenski boltinn (e)
16.40 Leiðarljós
17.25 Tóti og Patti (21:52)
17.35 Þakbúarnir (20:52)
17.47 Skúli skelfir (4:52)
17.58 Jimmy Tvískór (14:26)
18.20 Táknmálsfréttir
18.30 Laus og liðugur (3:20)
19.00 Fréttir
19.30 Veðurfréttir
19.35 Kastljós
20.00 Að duga eða drepast (39:41)
20.40 Herstöðvarlíf (Army Wives) Bandarísk þáttaröð um eiginkonur hermanna sem búa saman í herstöð og leyndarmál þeirra.
21.25 Golf á Íslandi Golfþættir fyrir alla fjölskylduna, þá sem spila golf sér til ánægju og yndisauka og líka þá sem æfa íþróttina af kappi. Þættirnir fjalla um almennings- og keppnisgolf á Íslandi og leitast er við að fræða áhorfandann um golf almennt, helstu reglur og tækniatriði auk þess sem við kynnumst íslenskum keppniskylfingum.
22.00 Tíufréttir
22.15 Veðurfréttir
22.20 Winter lögregluforingi – Síðasti veturinn, seinni hluti (8:8) (Kommissarie Winter) (e)
23.20 Hafinn yfir grun (1:2) (Above Suspicion) (e)
00.10 Kastljós (e)
00.30 Fréttir (e)
00.40 Dagskrárlok

BÍÓ

08.00 Comeback Season
10.00 Loving Leah
12.00 UP
14.00 Comeback Season
16.00 Loving Leah
18.00 UP
20.00 Eagle Eye
22.00 Day of Wrath
00.00 Full of It
02.00 A Raisin in the Sun
04.10 Day of Wrath
06.00 Next

STÖÐ 2

07.00 Barnatími Stöðvar 2
08.15 Oprah
08.55 Í fínu formi
09.10 Bold and the Beautiful
09.30 Doctors (20:175)
10.20 Smallville (15:22)
11.05 Mercy (1:22)
08.15 Oprah
08.55 Í fínu formi
09.10 Bold and the Beautiful
09.30 Doctors (21:175)
10.10 Wonder Years (9:23)
10.40 The Bill Engvall Show (5:12)
11.05 Monk (8:16)
11.50 Flipping Out (8:9)
12.35 Nágrannar
13.00 American Idol (10:39)
13.45 American Idol (11:39)
15.05 Sjáðu
15.35 Barnatími Stöðvar 2
17.05 Bold and the Beautiful
17.30 Nágrannar
17.55 The Simpsons (22:25)
18.23 Veður
18.30 Fréttir Stöðvar 2
18.47 Íþróttir
18.54 Ísland í dag
19.06 Veður
19.15 Two and a Half Men (1:24)
19.40 Modern Family (22:24)
20.05 Two and a Half Men (3:16)
20.30 The Big Bang Theory (22:23)
20.55 How I Met Your Mother (23:24)
21.20 Bones (22:23)
22.05 Come Fly With Me (3:6)
22.35 Entourage (9:12)
23.00 Talk Show With Spike Feresten
23.45 Hot In Cleveland (6:10)
00.10 Cougar Town (6:22)
00.35 Borgarilmur (1:8)
01.00 Off the Map (12:13)
01.45 True Blood (5:12)
02.40 NCIS: Los Angeles (18:24)
03.25 Nip/Tuck (12:19)
04.10 Behind Enemy Lines: Colombia
05.40 Fréttir og Ísland í dag

SPORT *besta sætið*

07.00 Pepsi mörkin
08.15 Pepsi mörkin
14.35 Pepsí deildin 2011
16.25 Pepsi mörkin
17.40 Fréttaþáttur Meistaradeildar Evrópu
18.10 Þýski handboltinn: Hamburg - Kiel Bein útsending frá leik HSV Hamburg og TSW Kiel um ofurbikarinn (Super Cup) í þýska handboltanum. Hamburg varð þýskur meistari sl. vor en Alfreð Gíslason og Aron Pálmarsson urðu bikarmeistarar með Kiel.
19.50 Sterkasti maður Íslands
20.15 Veiðiperlur Flottur þáttur þar sem farið er ofan í allt milli himins og jarðar sem tengist stangaveiði.
20.45 Þýski handboltinn: Hamburg - Kiel Útsending frá leik HSV Hamburg og TSW Kiel um ofurbikarinn í þýska handboltanum.
22.15 Spænski boltinn Útsending frá leik Real Madrid og Athletic Bilbao í spænsku úrvalsdeildinni.
00.00 Spænsku mörkin Sýnt frá öllum leikjunum, öllum mörkunum og öllum helstu tilþrifunum úr leikjum helgarinnar í spænska boltanum.

SPORT 2 *enski boltinn*

14.25 Aston Villa - Wolves Útsending frá leik Aston Villa og Wolverhampton Wanderers í ensku úrvalsdeildinni.
16.15 Wigan - QPR
18.05 Premier League Review 2011/12 Flottur þáttur um ensku úrvalsdeildina þar sem leikir helgarinnar verða skoðaðir og krufðir til mergjar.
19.00 Tottenham - Man. City Útsending frá leik Tottenham og Manchester City í ensku úrvalsdeildinni.
20.50 Man. Utd. - Arsenal Útsending frá leik Manchester United og Arsenal í ensku úrvalsdeildinni.
22.40 Football League Show Sýnt frá síðustu leikjum í neðri deildum enska boltans. Glæsileg mörk og mögnuð tilþrif.
23.10 Chelsea - Norwich Útsending frá leik Chelsea og Norwich City í ensku úrvalsdeildinni.

SKJÁREINN

06.00 Pepsi MAX tónlist
08.00 Rachael Ray (e)
08.45 Pepsi MAX tónlist
15.50 Parenthood (2:22) (e)
16.40 Dynasty (23:28)
17.25 Rachael Ray
18.10 Got To Dance (1:21) (e)
19.00 Whose Line is it Anyway? (37:42)
19.25 Being Erica (2:12)
20.10 The Marriage Ref (1:10) Bráðskemmtileg þáttaröð þar sem stjörnudómstóll leysir úr ágreiningsmálum hjóna. Grínistinn Jerry Seinfeld er hugmyndasmiðurinn á bak við þættina en kynnir og yfirdómari er grínistinn Tom Papa. Sérfræðingarnir að þessu sinni eru Ricky Gervais, Julianna Moore og sjálfur Jerry Seinfeld.
21.00 How To Look Good Naked (1:1) Bresk þáttaröð þar sem konum með alvöru brjóst og mjaðmir er kennt að elska líkama sinn.
21.50 In Plain Sight (9:13)
22.35 The Good Wife (22:23) (e)
23.20 Dexter (10:12) (e)
00.10 CSI: New York (11:22) (e)
01.00 Shattered (10:13) (e)
01.50 Smash Cuts (25:52) (e)
02.15 Pepsi MAX tónlist

SKJÁR*GOLF*

06.00 ESPN America
08.10 The Barclays (1:4)
11.10 Golfing World
12.00 Golfing World
12.50 LPGA Highlights (11:20)
14.10 The Barclays (1:4)
17.15 US Open 2002 - Official Film
18.15 Golfing World
19.05 PGA Tour - Highlights (31:45)
20.00 2010 PGA TOUR Playoffs Official Film (1:1)
21.00 The Future is Now (1:1)
22.00 Golfing World
22.50 PGA Tour - Highlights (27:45)
23.45 ESPN America

EXTRA

19.30 The Doctors (6:175) Frábærir spjallþættir framleiddir af Opruh Winfrey þar sem fjórir framúrskarandi læknar - sérfræðingar á fjórum ólíkum sviðum - veita afar aðgengilegar og gagnlegar upplýsingar um þau heilsufarsmál sem hvað helst brenna á okkur.
20.15 Grey's Anatomy (18:24) F
21.00 Fréttir Stöðvar 2
21.25 Ísland í dag
21.45 Love Bites (3:8) Frábærir rómantískir gamanþættir þar sem allt er látið flakka um nútímaástarsambönd frá framleiðendum Sex and the City, Love Actually og Bridget Jones Diary um ástina og allt það brjálæði sem hún fær okkur til að gera.
22.30 Big Love (2:9) Fjórða þáttaröðin um Bill Henrickson og óvenjulegu fjölskylduna hans. Sögusvið þáttanna er samfélag mormóna í Salt Lake City í Utah-ríki þar sem fjölkvæni tíðkast.
23.30 Weeds (8:13) Gamanþættir um ekkjuna úrræðagóðu, Nancy Bowden, sem ákvað að hasla sér völl sem eiturlyfjasali eftir að hún missti eiginmann sinn og fyrirvinnu en sá ekki fyrir hve hættulegt starfið væri.
00.00 Grey's Anatomy (18:24)
00.45 The Doctors (6:175)
01.25 Sjáðu
01.50 Fréttir Stöðvar 2
02.40 Tónlistarmyndbönd frá Nova TV

N4

18.15 Að norðan Fjölbreyttur þáttur um norðlenskt mannlíf.
21.00 Bæjarstjórnarfundur Útsending frá bæjarstjórnarfundi frá því fyrr um daginn.

ÍNN

20.00 Hrafnaþing
21.00 Græðlingur Gurrý og grænir fingur í gróðrarstöðinni Engi.
21.30 Svartar tungur Birkir, Sigmundur og Tryggvi.
Dagskrá ÍNN er endurtekin um helgar og allan sólarhringinn.

OMEGA

Dagskrá allan sólarhringinn.

ÚTVARP FM

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

Í KVÖLD

STÖÐ 2 SPORT KL. 18.10

Hamburg - Kiel

Þýski handboltinn hefst með árlegri viðureign þýsku meistaranna, HSV Hamburg, og bikarmeistaranna, TSW Kiel. Þetta eru tvö öflugustu liðin í þýska handboltanum, en Alfreð Gíslason þjálfar Kiel og Aron Pálmarsson leikur með liðinu. Danski Íslendingurinn Hans Lindberg er í liði Hamburg.

RÁS 1 FM 92,4/93,5

06.39 Morgunfrúin **06.40** Veðurfregnir **06.50** Bæn **07.00** Fréttir **07.30** Fréttayfirlit **08.00** Morgunfréttir **08.05** Morgunstund með KK **08.30** Fréttayfirlit **09.00** Fréttir **09.05** Okkar á milli **09.45** Morgunleikfimi **10.00** Fréttir **10.03** Veðurfregnir **10.13** Tropicalia: Bylting í brasilískri tónlist **11.00** Fréttir **11.03** Samfélagið í nærmynd **12.00** Fréttir **12.20** Hádegisfréttir **12.45** Veðurfregnir **12.50** Dánarfregnir **13.00** Við sjávarsíðuna **14.00** Fréttir **14.03** Mixtúra **15.00** Fréttir **15.03** Útvarpssagan: Hver myrti Móleró? **15.25** Málstofan **16.00** Síðdegisfréttir **16.05** Eyðibýlið **17.00** Fréttir **17.03** Víðsjá **18.00** Kvöldfréttir **18.20** Auglýsingar **18.21** Í lok dags **18.50** Veðurfregnir **18.53** Dánarfregnir **19.00** Víti, menn **20.00** Leynifélagið **20.30** Stimpilklukkan **21.28** Kvöldsagan: Ofvitinn **22.00** Fréttir **22.05** Veðurfregnir **22.10** Orð kvöldsins **22.15** Jazzhátíð Reykjavíkur 2011 **23.05** Útvarpsleikhúsið: Þetta ætti að banna **00.00** Fréttir **00.05** Næturútvarp Rásar 1

BBC entertainment

12.20 Keeping Up Appearances **12.50** Dalziel and Pascoe **13.40** Dalziel and Pascoe **14.30** Deal or No Deal **15.05** Deal or No Deal **15.40** Deal or No Deal **16.15** Keeping Up Appearances **16.45** ,Allo ,Allo! **17.10** ,Allo ,Allo! **17.40** The Inspector Lynley Mysteries **18.25** The Inspector Lynley Mysteries **19.10** Top Gear **20.00** The Graham Norton Show **20.45** QI **21.15** Little Britain **21.45** My Family **22.15** Top Gear **23.10** The Graham Norton Show **23.55** QI **00.25** Little Britain **00.50** My Family **01.20** The Inspector Lynley Mysteries

DR 1

10.00 DR Update - nyheder og vejr **10.10** Horisont **10.35** Dage i haven **11.05** Vores Liv **11.35** Aftenshowet **13.00** DR Update - nyheder og vejr **13.10** Kommissær Wycliffe **14.00** Thomas og hans venner **14.15** Carsten og Gittes Vennevilla **14.30** Lille Nørd **15.00** Livet i Fagervik **15.50** DR Update - nyheder og vejr **16.00** Vores Liv **16.30** TV Avisen med Sport **17.05** Aftenshowet **18.00** Hammerslag **18.30** Bonderøven **19.00** TV Avisen **19.25** Kontant **19.50** SportNyt **20.00** Døden på krydstogt **21.30** Verdens værste naturkatastrofer

NRK 1

08.00 Derrick **09.00** NRK nyheter **09.05** Ut i nærturen **09.20** Førkveld **10.00** Friidrett **13.00** Nyheter **13.10** Dallas **14.00** Nyheter **14.10** Jessica Fletcher **15.00** Nyheter **15.10** Rock til fjells **15.40** Oddasat - nyheter på samisk **15.55** Nyheter på tegnspråk **16.00** Førkveld **16.40** Distriktsnyheter **17.45** Ut i naturen **18.15** VM friidrett **18.55** Distriktsnyheter **19.30** Valg 2011 **20.00** Extra-trekning **20.10** Lyngbø og Hærlands Big Bang **21.00** Kveldsnytt **21.15** Elskerinner **22.05** Poirot **23.45** Svisj gull

SVT 1

09.30 Friidrott **13.15** Gäster med gester **14.00** Rapport **14.05** Gomorron Sverige **14.30** Maestro **15.30** Sverige idag **15.55** Sportnytt **16.00** Rapport **16.10** Regionala nyheter **16.15** Go'kväll **17.00** Kulturnyheterna **17.15** Regionala nyheter **17.30** Rapport **18.00** Båttokig **19.00** Friidrott **20.00** Jag är min egen Dolly Parton **21.40** Freezing **22.10** Lejonet Christian - känd från Internet **22.55** Rapport **23.00** En andra chans **23.30** Rapport **23.35** Intervju ur Gomorron Sverige **23.50** Anslagstavlan **23.55** Friidrott

MORGUNMATURINN

„Ég fæ mér safa sem ég pressa sjálf, ristað gulrótarbrauð sem er hollt og gott og svo auðvitað kaffi. Fer ekki í gang nema fái mér kaffi.“

Alda Björg Guðjónsdóttir stílisti.

Það á enginn einkaleyfi á nafninu Ísfólkið

„Ég athugaði með einkaleyfið hjá Einkaleyfisstofu og það á enginn einkaleyfið á þessu nafni. Ég var búin að ganga úr skugga um það,“ segir sjónvarpskonan Ragnhildur Steinunn Jónsdóttir.

Fréttablaðið greindi frá því á laugardag að Margit Sandemo, höfundur bókanna um Ísfólkið, væri ósátt við nafnið á nýjum sjónvarpsþætti Ragnhildar, Ísfólkið með Ragnhildi Steinunni. Sigrún Halldórsdóttir, útgefandi bókarinnar, sagði að nafnið væri höfundarverk Sandemo og RÚV hefði því ekkert leyfi til að nýta sér þetta heiti. Hefur hún óskað eftir því að þátturinn fái annað nafn.

Ingibjörg Jónsdóttir þýddi upprunalegu bækurnar fyrir Prenthúsið á sínum tíma en þær hafa verið endurútgefnar í þýðingu Snjólaugar Bragadóttur. Ari Matthíasson, framkvæmdastjóri Þjóðleikhússins og sonur Ingibjargar, kvaðst í samtali við Fréttablaðið hafa miklar efasemdir um að Sandemo gæti gert tilkall til titilsins Ísfólkið. Það hefði verið móðir hans sem hefði gefið þessum bókaflokki nafn á íslensku.

Engin ákvörðun hefur verið tekin um að þáttur Ragnhildar fái nýtt nafn. Þegar Fréttablaðið náði tali af henni var hún stödd í ísbúðinni Ísfólkið í Spönginni. „Það er auðvitað innihald þáttanna sem skiptir máli og ef við þurfum að breyta nafninu út frá lögfræðilegum eða siðfræðilegum sjónarmiðum gerum við það að sjálfsögðu. Mér finnst það samt svolítið skrýtið að Íslendingar megi ekki nota orð með forskeytinu ís.“ - fgg

Í HNÚT Deilan um Ísfólkið er í hnút. Ragnhildur Steinunn segist hafa gengið úr skugga um að enginn eigi einkaleyfið á Ísfólksnafninu og Ari Matthíasson segir að móðir sín, Ingibjörg Jónsdóttir, hafi gefið þessum bókaflokki fyrst nafn.

LEIFUR B. DAGFINNSSON: ÞETTA HEFUR STAÐIÐ LENGI TIL

Tom Cruise vill taka upp geimverumynd á Íslandi

„Þetta hefur verið til skoðunar í dágóðan tíma, það stóð til að myndin yrði gerð hér í sumar,“ segir Leifur B. Dagfinnsson, einn aðaleigenda framleiðslufyrirtækisins True North. Talsverðar líkur eru á því að kvikmyndin Oblivion með Tom Cruise í aðalhlutverki verði að stórum hluta tekin upp hér á landi á næsta ári.

Leikstjórinn Joseph Kosinski, sem síðast gerði Tron: Legacy með Jeff Bridges, hefur sýnt landinu áhuga. Samkvæmt heimildum Fréttablaðsins voru leikstjórinn og framleiðandinn staddir hér í sumar til að skoða hentuga tökustaði í fylgd starfsmanna True North.

Oblivion segir frá hermanni sem sendur er til fjarlægrar plánetu til að eyða óvinveittum geimverum. Óvæntur ferðalangur setur hins vegar strik í reikninginn. Samkvæmt kvikmyndavefmiðlum vestanhafs stendur nú yfir leit að leikkonu fyrir myndina og eru þær Olivia Wilde, Olga Kurylenko og Noomi Rapace sagðar líklegastar til að hreppa hnossið, en Rapace var auðvitað stödd hér á landi fyrir skemmstu til að leika í kvikmyndinni Prometheus.

En það eru nokkrar varnaglar. Upphaflega stóð til að Disney-risinn framleiddi myndina en hann hætti við og tók Universal-kvikmyndaverið þá við keflinu. „Það er auðvitað ekkert fast í hendi og þetta veltur á nokkrum þáttum, eins og að ný endurgreiðslulög verði samþykkt og að myndin verði gerð. Hlutirnir eru fljótir að breytast í þessum bransa,“ segir Leifur.

Þetta yrði þriðja stóra verkefnið sem yrði tekið upp hér á landi á skömmum tíma og ljóst að þessi verkefni skila þjóðarbúinu hundruðum milljóna. Ridley Scott reið á vaðið með stórmyndinni Prometheus og svo er tökulið sjónvarpsþáttanna Game of Thrones væntanlegt hingað til lands í vetur. Þá má ekki gleyma þeirri miklu athygli sem sjónvarpsþátturinn Man vs. Wild fékk, en þar reyndi Jake Gyllenhaal að lifa af í nágrenni Eyjafjallajökuls.

freyrgigja@frettabladid.is

NORDICPHOTOS/GETTY

STÓRSKOTALIÐ

Tom Cruise leikur aðalhlutverkið í Oblivion sem **Joseph Kosinski** leikstýrir. Universal stjórnar framleiðslu myndarinnar en góðar líkur eru taldar á því að stór hluti hennar verði tekinn upp hér á landi.

BALTI MEÐ PUTTANN Á PÚLSINUM

Baltasar Kormákur upplýsti í viðtali við Fréttablaðið um helgina að hann teldi töluverðar líkur á því að Oblivion, nýjasta kvikmynd Tom Cruise, yrði tekin upp hér á landi. Baltasar ætti að hafa ágætis vitneskju um það enda einn af þremur stærstu eigendum True North. Þar að auki framleiðir Universal-kvikmyndaverið Contraband, Hollywood-kvikmynd leikstjórans. Þriðja tengingin er loks að handritshöfundurinn Karl Gadjusek var nýlega fenginn til að skrifa handritið að víkingamynd Baltasars. Sá skrifar einnig handritið að Oblivion.

Ekkert stressaður í Eldborginni

„Þetta var ótrúlega mikill heiður og frábært að fá að gera þetta fyrir framan húsfylli og finna fyrir þessum hlýleika sem salurinn gaf mér,“ segir Geir Ólafsson.

Sinatra-söngvarinn kom mörgum á óvart er hann steig sín fyrstu skref sem tenór og söng lagið Hamraborgin í Eldborgarsal Hörpunnar á laugardagskvöld. „Hamraborgin er mjög erfitt lag. Þú verður að hafa allan líkamann í tóninum á ákveðnum stöðum í laginu. Þú þarft að syngja út og vera með breiðan tón.“

Geir hefur verið í einkatímum hjá Kristjáni Jóhannssyni og er ánægður með samstarfið. „Hann hefur opnað fyrir mér nýjar dyr hvað varðar þetta hljóðfæri. En þetta er mikil vinna og maður þarf að sinna þessu áfram.“

GOTT SAMSTARF Geir segir að Kristján Jóhannsson hafi opnað fyrir sér nýjar dyr. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON

Hann segist ekki hafa verið stressaður að stíga á svið í Hörpunni. „En til að syngja klassískt efni þarftu að vera vera mjög vakandi. Þér leyfist ekkert að fara út fyrir rammann,“ segir Geir.

Spurður hvort hann ætli að gefa dægurlögin upp á bátinn fyrir óperutónlistina vill hann ekki vera með neinar yfirlýsingar. „Ég ætla að fara inn á þetta svið, það er á hreinu,“ segir hann og stefnir á að halda nokkra klassíska tónleika í vetur.

Geir ætlaði að gefa út óperuplötu með Kristjáni fyrir síðustu jól en ekkert varð af því. „Hún er í undirbúningi. Það er kannski kominn betri tími á að skoða það í dag.“ - fb

58·12345

ÞRIÐJUDAGSTILBOÐ DOMINO'S

MIÐSTÆRÐ Á 1.000 KR.

MEÐ 3 ÁLEGGSTEGUNDUM.

EF ÞÚ SÆKIR

dominos.is

stefánsson & stefánsson

FRÉTTABLAÐIÐ

VIÐ SEGJUM FRÉTTIR SMÁAUGLÝSINGASÍMINN OG SKIPTIBORÐ: 512 5000 VÍSIR

Ritstjórn: 512 5313, Fax: 512 5301, ritstjorn@frettabladid.is Auglýsingadeild: auglysingar@frettabladid.is PRENTUN: Ísafoldarprentsmiðja

9 771670 387005

Póst dreifing

DREIFING: dreifing@postdreifing.is
EF BLAÐIÐ BERST EKKI: 512 5060

BAÐHÚSIÐ

FRÉTTIR AF FÓLKI

Stjórnarformaður á balli

Stórsveitin Júpíters tók lagið á söfnunartónleikum forvarna- og fræðslusjóðsins Þú getur! í Hörpu á laugardag. Hljómsveitina stofnuðu þónokkrir tónelskir ærslabelgir árið 1989 og svalaði hún dansþyrstum landanum um nokkurra ára skeið. Hljómsveitarmeðlimir hafa farið hver í sína áttina á þeim tæpa aldarfjórðungi sem liðinn er frá því að hún spilaði fyrst undir balli. Einn hljómsveitarmeðlima er **Haraldur Flosi Tryggvason**, stjórnarformaður Orkuveitu Reykjavíkur, sem hamaðist í Hörpunni í skjannahvítum jakkafötum sem eftir var tekið.

Áfram grænn og glaður

Stefán Karl Stefánsson hefur skrifað undir nýjan samning þess efnis að hann muni leika hið græna tröll í söngleiknum Þegar Trölli stal jólunum. Þetta verður fjórða árið í röð sem Stefán bregður sér í græna búninginn, en sýningin hefur farið sigurför um heiminn. Stefán hefur sýnt í mörgum af stærstu leikhúsum Bandaríkjanna fyrir mörg hundruð þúsund manns og það verður ekkert minna ferðalag á honum fyrir þessi jól. Meðal borga sem Stefán heimsækir í ár eru Providence, Pittsburgh, Atlanta og San Francisco.

- jab, fgg

Mest lesið VÍSIR

1. Á hjólastólnum inn í bíl og ekið af stað
2. Við dauðans dyr
3. Augu Meyjunnar stara í tómið
4. Ófrísk kona ekki alvarlega slösuð
5. Borgina vantar um 50 starfsmenn

Fólkið í landinu les Fréttablaðið

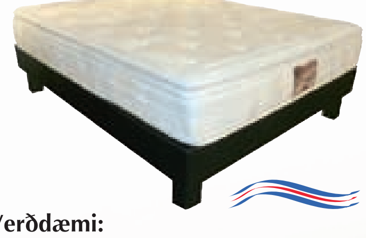
Prentmiðlakönnun Capacent Gallup.
18-49 ára á höfuðborgarsvæðinu.
Meðallestur á tölublað, apr.-jún 2011

12 mánaða vaxtalausar greiðslur

IQ-CARE
Ein besta heilsudýna í heimi

Þrýstijöfnun er lykilorðið
Svæðisskiptar heilsudýnur með betri stuðningi, mýkra axlasvæði og góðum stuðningi við mjóbak
Betri öndun
Til í öllum algengustu rúmstærðunum

NÝ DÝNA
FREYJA, SAGA OG ÞÓR
Hágæða svæðisskiptar heilsudýnur



Verðdæmi:
FREYJA / SAGA Queen rúm 129.900
ÞÓR Queen rúm 149.900

BOARD S-CAPE
WALLHUGGER
dregst að veggnum eins og nafnið bendir til.
Einn mest seldi ameríski botninn í heiminum.
Board hefur allt sem gott stillanlegt rúm þarf að hafa á fábæru verði.
S-Cape er einnig með þráðlausa fjarstýringu og nuddi.

Tilboð í september
35% afsláttur
af stóra hægindasófasettinu
fæst í dökku og ljósu leðri

2 og 3 sæta
verð áður 339.800
nú 259.870

2755

ÚRVAL STILLANLEGRA HEILSURÚMA

Mest selda stillanlega heilsurúmið hjá Svefn og heilsu með okkar bestu IQ-CARE heilsudýnu.

Mikið úrval af svefnsófum

Baldursnesi 6

Svefn & heilsa
★★★★★
www.svefn.is

Listhúsinu Laugardal

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

Umboðsaðilar:
Reynisstaður - Vestmannaeyjum Húsgagnaval - Höfn í Hornafirði Lúxus húsgögn - Egilsstöðum