

SHALDOR  
skoðun 16



2 SÉRBLÖÐ  
í Fréttablaðinu  
Fólk  
Lífíð



Við lyfjaeftirlit

Sif Jónsdóttir líffræðingur er ein af sex Íslendingum sem starfa við lyfjaeftirlit á ÓL í London.

FÓLK



# FRÉTTABLAÐIÐ

Föstudagur

10. ágúst 2012  
186. tölublað 12. árgangur  
Sími: 512 5000

MEST LESNA  
DAGBLAÐ Á ÍSLANDI\*

\*Samkvæmt þeirri töluráun Capacent Gallup júlí - mars 2012



Með nýtt popprokklag

Greta Salóme gefur út lagið Everywhere Around Me í dag.

pop 38

Stríðsfréttaritari tekur þátt í Gleðigöngu

Bay Fang var lengi á vettvangi stríðsátaka og er hingað komin til að fagna með samkynhneigðum.

föstudagsviðtal 12

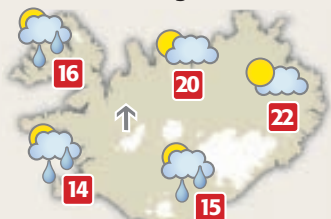


Mótlætið styrkir menn

Björgvin Páll ræðir örlög handboltalandsliðsins í London.

sport 34

veðrið í dag



HLÝINDI áfram á landinu norðaustanverðu og sólríkt. Vestan til verður dálítill rigning eða súl. Vindur víða fremur hægur en heldur meiri allra vestast og með suðausturströndinni.

VEÐUR 4

ÞEKKIR ÞÚ FUGLINN?



www.forlagid.is

## Milljarða afskriftapörf LÍN

LÍN færði metupphæð, 8,9 milljarða, á afskriftareikning í fyrra. Fjárlög gerðu ráð fyrir 3,5 milljörðum.

Breyttar forsendur reiknimóðels, neikvæð launabróun og breytt samsetning og hegðun lántaka er ástæðan.

**STJÓRNSÝSLA** Framlög á afskriftareikning útlána hjá Lánasjóði íslenskra námsmanna (LÍN) voru 8,9 milljarðar króna í fyrra. Á fjárlögum ársins 2011 hafði verið gert ráð fyrir að þau yrðu 3,5 milljarðar króna. Því skeikaði 5,4 milljörðum króna á því sem áætlað var og raunverulegum færslum á afskriftareikning. Um er að ræða hæsta árlega framlag á afskriftareikning sem átt hefur sér stað hjá LÍN. Þetta kemur fram í ríkisreikningi ársins 2011.

Haraldur Guðni Eiddsson, stjórnarformaður LÍN, segir þrjár aðalástæður fyrir þessu. „Í fyrsta lagi breyttum við forsendum reiknimóðels sjóðsins. Þær eru endurskoðaðar reglulega. Þetta er einskíptisaðgerð sem útskýrir tæplega fjóra millj-

arða króna af þessari hækkun á framlagi. Í öðru lagi eru áhrif af því að launabróun lánþeganna, eða greiðenda námslána, var neikvæð á árinu um 1,77 prósent. Vegna verðbólgu og verðbóta hækkðu hins vegar námslánin. Þetta er líka svoltið stór þáttur í þessu.

Þriðja atriðið er breytt samsetning og hegðun lántaka. Fólk er almennt lengur í námi. Margir fóru til dæmis aftur í nám eftir hrúnið en voru kannski með námslán fyrir. Þá hækkaði fall krónunnar lán þeirra sem stunda háskólanám erlendis í krónum talið. Það er því sístækkandi hópur sem er komin með svoltið há lán og líkurnar á því að þau endurgreiðist að fullu verða minni.“

Á fjárlögum ársins 2011 var gert

**4,6** milljarðar króna er áætlaður hagnaður LÍN á þessu ári.

ráð fyrir að hagnaður LÍN á síðasta ári yrði 8,6 milljarðar króna. Vegna hinna miklu afskriftarframlaga varð hann hins vegar 239 milljónir króna. LÍN hagnaðist um 5,3 milljarða króna á árinu 2010, en þá var framlag á afskriftareikning 2,9 milljarðar króna og hækkun framlagsins því um sex milljarðar króna á milli ára.

Að sögn Haraldar Guðna voru áhrif þeirra þátta sem taldir eru upp hér að ofan einfaldlega ekki fyrirséð þegar fjárlög ársins 2011 voru lögð fram.

Á fjárlögum ársins 2012 er reiknað með að hagnaður LÍN verði 4,6 milljarðar króna á þessu ári. Þar er einnig gengið út frá því að 3,2 milljarðar króna verði færðir í afskriftarsjóð til að mæta framtíðarafskriftum útlána.

Haraldur Guðni segir eiginfjárstöðu LÍN vera mjög sterka og að hann sé vel í stakk búinn til að mæta framtíðaráföllum, skelli þau á. „Stór hluti af þessu í fyrra var einskíptishækkun og hann kemur ekki aftur á þessu ári. Þá hefur launabróun verið jákvæð og hún ætti ekki að vera jafn áhrifamikill þáttur og í fyrra. Það sem lifir áfram eru áhrif af samsetningu greiðenda. Það eru einfaldlega fleiri með há lán og óvíst er hvort þeim muni takast að greiða þau öll til baka.“

- þsj



**SÁ FLJÓTASTI Í HEIMI** Engum blöðum er um það að fletta að Usain Bolt er stjarna Ólympíuleikanna í London. Hann varð í gær fyrstur í sögunni til að sigra í 200 metra hlaupi á tveimur leikum í röð, en áður hafði hann verið Ólympíuútlit sinn í 100 metra hlaupi. Bolt ætti að vera farinn að njóta sín á verðlaunapallinum og ekki skemmir fyrir að landar hans, Blake og Weir, fengu silfur og brons í gær.

FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Heilbrigðisyfirvöld skilgreina neyðarlyfjalista sem hluta af mótun lyfjastefnu:

## Helstu neyðarlyf verða alltaf til

**HEILBRIGÐISMÁL** Unnið er að því á vegum heilbrigðisyfirvalda að tryggja neyðarlyfjabirgðir í landinu. Vinnan er hluti af mótun lyfjastefnu stjórnvalda til ársins 2020. Listi hefur verið útbúinn yfir nokkra tugi lyfja sem aldrei mega klárast, þrátt fyrir að landið lokist vegna neyðarástands.

Flestir kannast við þann viðbúnað sem gripið var til árið 2009 vegna svínainflúensu. Þá voru tryggðar birgðir um allt land af nauðsynlegum vökvum og bóluvefnum. Þess utan eru ákveðin lyf sem landsmenn geta ekki verið án ef allt lokast. Hefur insúlín verið nefnt sem dæmi.

Samkvæmt upplýsingum frá velferðarráðuneytinu er tilurð vinnunnar sú að á undanförunum árum hafa komið upp dæmi sem vöktu menn til umhugsunar; svínafleusna, fuglaleusna og hrúnið hafi ýtt undir mikilvægi þess að þessi mál séu öll örugglega í lagi.

Birgðahald mikils fjölda lyfja er kostnaðarsamt. Þess vegna hefur verið útbúinn sérstakur lágmarkslisti nauðsynlegra lyfja. Í reglugerð verður kveðið á um hvaða lyf þetta eiga að vera en um tugi lyfja er að ræða en ekki hundruð.

Gengið er út frá því að á hverjum tíma séu til þriggja mánaða birgðir hið minnsta af allra nauðsynlegustu lyfjunum.

Neyðarlyfjabirgðir eru hluti af almannavarnakerfi landsins. Því snýst vinnan við gerð lyfjaáætlunar í og með um að ákvarða hvar slíkar birgðir verða staðsettar.

Í dag eru lyfjabirgðir geymdar á einum stað en hins vegar er það skýrt skilgreint hvernig brugðist skal við ef neyð skapast, en dreifikerfi neyðarlyfja tengist 15 aðilum innan sóttvarnasvæðanna um allt land.

- shá



Úrslit í spjótkastrí á ÓL í gær:

## Ásdís í 11. sæti

**ÓL 2012** Spjótkastarinn Ásdís Hjálmsdóttir varð í 11. sæti í úrslitum spjótkastrí í Ólympíuleikunum í London í gær.

Ásdís náði sínu besta kasti í fyrsta kastinu þegar hún kastaði spjóttinu 59,08 metra. Ásdís kastaði 57,35 metra í öðru kasti sínu og þriðja kastíð var ógilt.

„Þetta er alls ekki lélegur árangur þó svo að ég hafi verið að kasta 62,77 metra fyrir tveimur dögum,“ sagði Ásdís. „Undirbúningurinn fyrir [Ólympíuleikana] í Ríó hefst á morgun.“

- esá, óój / sjá síðu 32

Aspirin  
Actavis

– fæst án lyfseðils  
í apótekum



actavis



# FIMMFALDIR PUNKTAR Í DAG FYRIR N1 KORTHAFA

## NÝTTU TÆKIFÆRIÐ OG MARGFALDAÐU PUNKTASÖFNUNINA

Þú safnar **venjulega 3%** í formi N1 punkta en færð **15% í dag\***

Þú safnar **venjulega 2 punktum** af hverjum eldsneytislítra en færð **10 punkta í dag**

**Einn punktur jafngildir einni krónu** í viðskiptum við N1.



Það stendur mikið til um helgina og góða punkta að finna bæði í borginni og um allt land. Fylltu á tankinn á N1 áður en þú leggur í hann og safnaðu fimmföldum N1 punktum í allan dag!

Mundu að einn N1 punktur jafngildir einni krónu í öllum viðskiptum við N1 auk þess sem hægt er að margfalda virði punktanna með því að nýta sér regluleg tilboð.



**99 KR.**  
ÍS Í BRAUÐFORMI

NAMMIBARINN  
**52%**  
AFLÁTTUR

**GÓMSÆT  
VEITINGATILBOÐ  
Á VÖLDUM N1  
STÖÐVUM UM  
ALLT LAND  
Í DAG**

PYLSA MEÐ ÖLLU  
**199 KR.**



GJALDMÍÐLAR	KAUP SALA
Bandaríkjadalur	119,35 119,91
Sterlingspund	186,68 187,58
Evra	146,88 147,70
Dönsk króna	19,733 19,849
Norsk króna	20,185 20,303
Sænsk króna	17,782 17,886
Japanskt jen	1,523 1,532

SDR	179,97	181,05
GENGISVÍSITALA KRÓNUNNAR		
206,57		
HEIMILD: Seðlabanki Íslands		

Danskir stjórnáamenn deila um hvort merkja eigi lögregluþjóna með númeri:

# Lögregluþjónar óþekktanlegir

**DANMÖRK** Ríkissaksóknari í Danmörku hefur látið mál gegn dönskum lögregluþjónum niður falla vegna þess hversu erfitt reyndist að bera kennsl á þá.

Lögreglumennirnir fóru mannavillt í handtöku þegar loftslagsráðstefnan í Kaupmannahöfn stóð yfir árið 2009.

Maðurinn sem tekinn var höndum var klæddur í hvítan búning, hendur hans bundnar fyrir aftan bak og honum haldið í nokkrar klukkustundir í lögreglubifreið.

Ekki hefur reynt unnt að bera kennsl á lögreglumennina sem



**ÓÞEKKJANLEGIR** Lögregluþjónarnir eru allir eins klæddir og því er almenningi nær ógerlegt að bera kennsl á þá.

um ræðir og í þokkabót virðast starfsmenn lögreglunnar tregir til að segja hver til annars. Þetta kemur fram á vef danska Ríkisútvarpsins.

Stjórnáamenn í Danmörku deila nú um hvort merkja eigi lögregluþjóna með númeri.

Danski einingarflokkurinn hefur gefið út þá yfirlýsingu að flokkurinn vilji láta hvern lögreglumann bera ákveðna tölustafi, svo almenningur geti borið kennsl á þá. Danskir þjóðarflokkurinn er þessu hins vegar algjörlega andsnúinn og íhaldsflokkurinn vill láta málið í hendur lögreglunnar.

- ktg

Verðlaun veitt í 21. skipti:

# Valeur hlaut Glerlykilinn

**MENNING** Danskri rithöfundurinn Erik Valeur hlaut Glerlykilinn, norrænu glæpasagnaverðlaunin, árið 2012 fyrir bók sína Det syvende barn. Þetta er í 21. skipti sem verðlaunin eru veitt.

Af Íslands hálfu var Yrsa Sigurðardóttir tilnefnd fyrir bók sína Ég man þig. Finnir tilnefndu bókina Parana, eða Helaren á sænsku, eftir Antti Tuomiainen, Svíar Viskleken eftir Arne Dahl, sem er dulnefni Jans Arland og Norðmenn bókina Ildmannen eftir Torkil Draumhaug.

- kóp

## Sendiherra Íslands í Taílandi: Brynjar sleppi úr fangelsi

**UTANRÍKISMÁL** Kristín A. Árnadóttir, sendiherra Íslands í Kína, er stödd í Taílandi og miðlar málum milli taílenskra stjórnvalda og Brynjars Mettissonar sem setið hefur í fangelsi þar í landi í fjórtán mánuði.



**BRYNJAR METTISON**

Máli Brynjars var vísað frá á fyrsta dómstigi þann 31. júlí en hann situr inni þar til ákvörðun um áfrýjun málsins hefur verið tekin af saksóknara.

„Töluverður hluti okkar vinnu fer í að sinna hagsmunum íslenskra ríkisborgara,“ segir Kristín sem tímasetti embættisferð sína til Bangkok núna þegar hugsanlega er hægt að hafa áhrif á framvindu málsins. Markmiðið sé að ná honum úr fangelsi. „Enda hefur málinu verið vísað frá og því eru áhöld um það hvort taílensk yfirvöld haldi honum í fangelsi með réttu,“ segir Kristín.

- bþh

## Sláturleyfishafar hækka verð: Hærra verð fyrir dilkakjöt

**LANDBÚNAÐUR** Tveir sláturleyfishafar, Norðlenska og SS, hafa hækkað verðskrá sína fyrir komandi sláturtíð. Norðlenska mun hækka verðið um 6,3 prósent á dilkakjöti og SS hækkar grunnverðskrá sína um þrjú prósent.

Hvorugt fyrirtækið mun hækka verð fyrir kjöt á fullorönu fé. Skessuhorn greinir frá.

- kóp

# Börnum vísað frá ef foreldrar semja ekki

Brögð eru að því að börn foreldra sem skulda borginni þjónustugjöld fái ekki inni á frístundaheimilum. Um undantekningartilfelli er að ræða. Vanskil á þjónustugjöldum borgarinnar eru minni núna en mánuðina fyrir hrun.

**FÉLAGSMÁL** Dæmi eru um að börn fái ekki inni á frístundaheimilum Reykjavíkurborgar ef foreldrar þeirra skulda þjónustugjöld til langs tíma. Um undantekningartilfelli er að ræða en borgin gefur skuldugum foreldrum rúm tækifæri til að semja um greiðslur. Mannréttindaskrifstofa borgarinnar hefur fengið málið inn á sitt borð.

Oddný Sturludóttir, formaður skóla- og frístundaráðs, segir að þær upplýsingar sem hafa verið birtar um málið taki ekki tillit til þess hversu fátítt þetta er, og ekki hins að lengi sé hægt að komast hjá því að lenda í þeirri stöðu að börn fái ekki þjónustuna sem um ræðir.

„Ég tek undir það að hvert tilfelli sem þetta er alvarlegt og sorglegt. Það sem gerist hins vegar eftir hrun er að allir greiðslufrestir hafa verið lengdir. Eins erum við að niðurgreiða þessa þjónustu meira en í öðrum sveitarfélögum sem kemur öllum fjölskyldum vel. Það er of mikið sagt að börn foreldra sem skulda fái ekki inni og við hvetjum til þess að fólk semji um sín mál. Um leið og það er gert er engum vísað frá. Samningur getur þýtt að fólk greiði skuldina á löngum tíma og ég vil meina að samningar náist í nær öllum tilfellum,“ segir Oddný.

„Þegar vanskil þjónustugjalda eru skoðuð kemur í ljós að þau eru minni nú en var mánuðina fyrir hrun, en mun fleiri nýta þjónustu eins og skólamáltíðir og veru á frístundaheimilum. Um þrjú prósent



**FRÍ STUND** Foreldrar geta í nær öllum tilfellum komið í veg fyrir að börnum sé vísað frá frístundaheimilum ef þeir semja um skuldir sínar.

FRÉTTABLAÐIÐ/STEFAN

allra foreldra sem greiða þjónustugjöld skulda meira en sem nemur greiðslum í sex mánuði og brotabrot af þeim hópi hefur lent í þeirri stöðu að vera neitað um þjónustu. Þær tölur liggja þó ekki nákvæmlega fyrir en ljóst er að þau eru undantekningartilfelli. Við vinnum þessi mál náð með velferðarsviði og þjónustumiðstöðvum í hverju hverfi.“

Mannréttindaskrifstofa Reykjavíkurborgar hefur fengið eitt mál inn á sitt borð en það er Margrét Sværisdóttir sem veitir skrif-

stofunni forstöðu. Hún segist hafa fengið þær upplýsingar í gær að ef vilji er til sátta þá hafi mál sem þessi verið leyst innan borgarinnar.

„Þetta er einangrað mál og ástæðan fyrir því að því var vísað til okkar er að vekja athygli á því að svona erfið tilfelli geta komið upp og hvað beri þá að gera. Í því samhengi hefur verið vísað í Barnasáttmálann sem á sér ekki lagastofu hér á landi,“ segir Margrét.

svavar@frettabladid.is



**MANNSHVARF** Myndin er tekin úr eftirlitsmyndavél í strætisvagni, nokkrum klukkustundum fyrir hvarf Schjetne.

MYND/NORSKA LÖGREGLAN

## Mannshvarfið í Noregi: Lögreglan opinberar myndir

**NOREGUR** Norska lögreglan hefur nú birt myndir úr eftirlitsmyndavélum af Sigríð Giskegjerde Schjetne. Með myndbirtingunni vonast lögreglan til að fólk geri sér betri mynd af Schjetne.

Schjetne sem er sextán ára, hefur verið saknað frá aðfaranótt sunnudags.

Norska lögreglan lýsir enn eftir bílstjóra á silfurliutudum Golf. Bíllinn sást á sama stað og síðustu spor Schjetne fundust, en bílstjórans er nú leitað.

Mikil áhersla hefur einnig verið lögð á að komast inn á Facebook-aðgang stúlkunnar í von um að þar leynist frekari vísendingar um aðfrif hennar.

Enn er stúlkun ófundin. - ktg

### NÁTTÚRA

#### Steikjandi hiti austanlands

Hitastig mældist 28 gráður á Eskifirði í gær, í Neskaupstað mældist hann 27,9 gráður og 27,8 gráður á Fáskrúðsfirði. Þetta er ekki langt frá hitameti ágúst mánaðar sem náðist árið 2004 þegar hiti á Egilsstöðum fór í 29,2 gráður. Búist er við fyrirtaksveðri fyrir austan í dag.

# EIN SÚ VINSÆLASTA




**TOSHIBA**

Hagstætt verð fyrir 15,6" fartölvu með Intel Pentium B950, 4GB minni og 500GB hörðum disk. Windows 7 Home Premium.

**89.990**

REYKJAVÍK AKUREYRI EGILSSTAÐIR KEFLAVÍK SELFOSS HAFNARFJÖRÐUR

## VEÐURSPÁ

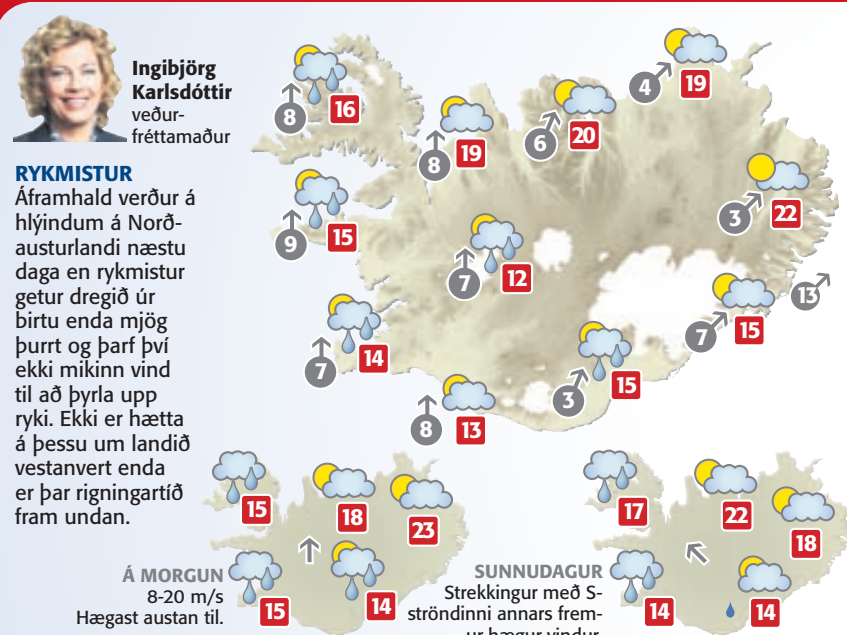


**Ingibjörg Karlsdóttir**  
veðurfréttamaður

**RYKMISTUR**  
Áframhald verður á hlýindum á Norðausturlandi næstu daga en rykmistur getur dregið úr birtu enda mjög þurr og þarf því ekki mikinn vind til að þýla upp ryki. Ekki er hætt á þessu um landið vestanvert enda er þar rigningartíð fram undan.

Á MORGUN 8-20 m/s Hægast austan til.

SUNNUDAGUR Strekkur með S-ströndinni annars fremur hægur vindur.



**HEIMURINN**

Alicante	35°
Basel	25°
Berlín	20°
Billund	20°
Frankfurt	23°
Friedrichshafen	19°
Gautaborg	20°
Kaupmannahöfn	20°
Las Palmas	30°
London	25°
Mallorca	34°
New York	27°
Orlando	34°
Ósló	18°
París	27°
San Francisco	27°
Stokkhólmur	20°

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

# Spennandi nýjungar!

**Holta**  
KJÚKLINGUR

**TILBOÐ**  
**20%**  
afsláttur við kassa

KJÚKLINGA-  
LUNDIR  
**2.253** kr/kg  
Verð áður 2.854,-



**2.499**

Spennandi  
oppskrift af  
kjúklingalundum  
bls 108



**NÝTT**  
FJÓRAR SPENNANDI  
NÝJAR SÓSUR FRÁ  
HREFNU SÆTRAN.

**Holta**

**TILBOÐ**  
**30%**  
afsláttur við kassa

**TILBOÐ**  
**699** kr/kg  
Verð áður 998,-

Kjúklingaleggir  
ferskir

**ÍSLANDS NAUT**  
Stolt Sjómanna

**TILBOÐ**  
**20%**  
afsláttur við kassa

**TILBOÐ**  
**2.399** kr/kg  
Verð áður 2.999,-

Nautakótilettur  
kryddlegnar

**ÍSLANDS NAUT**  
Stolt Sjómanna

**TILBOÐ**  
**35%**  
afsláttur við kassa

**TILBOÐ**  
**2.794** kr/kg  
Verð áður 4.299,-

Mínútusteik

**SS**

**TILBOÐ**  
**25%**  
afsláttur við kassa

**TILBOÐ**  
**2.549** kr/kg  
Verð áður 3.398,-

Lambalærissneiðar  
að ítölskum hætti

**ÍSLANDS NAUT**  
Stolt Sjómanna

Ummm....  
**HAMBORGARAR**  
GIRNILEGAR UPPSKRIFTIR

WWW.ISLANDSNAUT.IS



**TILBOÐ**  
ÍSLANDSNAUT  
HAMBORGARAR  
**25%**  
afsláttur v/kassa



**TILBOÐ**  
PERSIL, PERWOLL  
& VERNELL  
**20%**  
afsláttur v/kassa



**TILBOÐ**  
BRÁTURST  
PYLSUR  
**20%**  
afsláttur v/kassa



**TILBOÐ**  
HAUST  
HÁFRAKEX  
**245** kr/pk.

Himnesk orka!

**CHIAFRÆ**  
Auðug af omega-3. Þau  
eru trefjarik - gott að nota  
þau í grauta og hráfæði.



**NYBAKAD**

**TILBOÐ**  
PEKANBAKA  
**599** kr/stk.  
Verð áður 759,-

**NYBAKAD**

**TILBOÐ**  
FJALLABRAUÐ  
**299** kr/stk.  
Verð áður 409,-

Efta ítölsk  
ólífuolía!



**TILBOÐ**  
ÍTALÍA  
ÓLÍFUOLÍA  
**659** kr/stk.

**24**  
Hagkaup

**OPIÐ**  
allan sólarhringinn  
Garðabær, Skeifan,  
Eiðistorg & Akureyri

Gildir til 12. ágúst á meðan birgðir endast.

**HAGKAUP**  
Ein ferð betra verð

## KJÖRKASSINN



Líst þér vel á hugmyndir ríkisstjórnarinnar um að auka útgjöld til vaxta- og barnabóta auk Fæðingarorlofsjóns?

JÁ	55%
NEI	45%

## SPURNING DAGSINS Í DAG:

Finnst þér menningarlegur ávinningur tónlistarhússins Hörpu réttlæta taprekstur?

Segðu skoðun þína á Visiris

visir

Úrgangsaætlun gagnrýnd:

## Vantar rök fyrir undanþágum

**UMHVERFISMÁL** Ýmsum spurningum er ósvarað í Landsáætlun um meðhöndlun úrgangs fyrir 2013 til 2024 að því er kemur fram í athugasemdum umhverfis- og samgöngunefndar Skagafjarðar.

„Ekki kemur fram hvernig bregðast skuli við smithættu á sóttmenguðum úrgangi sem flytja á milli svæða,“ segir nefndin sem finnur að því að ekki komi fram hvernig kostnaðarskiptingu skuli háttað varðandi byggingu, rekstur og flutningskostnað úrgangs. Þá vilji nefndin vita hvaða rök liggi að baki því að afnema eigi undanþágu vegna afskekktara byggða.

- gar



VIÐEYJARSTOFA í Viðey er rekið kaffihús og ferðaþjónusta.

FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Viðeyjarkúmenið þykir gott:

## Kúmentínslunni í Viðey flýtt

**NÁTTÚRA** Árleg kúmentínsla í Viðey fer fram þriðjudaginn 14. ágúst og hefur henni verið flýtt miðað við undanfarin ár. Það er gert vegna mikillar blíðu í sumar en kúmentínslan hefur verið geysilega fjölmenn síðustu ár.

Viðeyjarkúmenið þykir mjög gott og er þekkt fyrir einstök gæði. Það er fínna en búðarkúmen, bragðmeira og sætara. Fólk mætir því ár hvert með plastpoka og skæri og sækir sér kúmen fyrir veturinn.

Þeir sem ekki kunna til verka geta fengið leiðsögn og aðstoð við komuna í eyjuna.

- bþ

Lögregla yfirheyrir vitni og skoðar upptökur í kjölfar nauðganakæra á Þjóðhátíð:

## Tvær í tjaldi og ein á víðavangi

**LÖGREGLUMÁL** Lögreglan leitar enn tveggja manna í tengslum við nauðganir sem hafa verið kærðar eftir nýliðna Þjóðhátíð í Vestmannaeyjum. Lögreglan á Selfossi og í Vestmannaeyjum rannsakar málin en alls kærðu þrjár konur nauðgun á hátíðinni. Málin eru óskyld, tvær nauðganir áttu sér stað í tjaldi og ein á víðavangi.

Nú er verið að skoða upptökur úr öryggismyndavélum og yfirheyrta vitni til þess að fá nánari lýsingar á mönnum tveimur sem leitað er að. Þeir eru taldir um eða yfir tvítugt. Að sögn Elísar Kjartanssonar,

„Við erum ekki búnir að gefast upp.“

ELÍS KJARTANSSON  
LÖGREGLUFULLTRÚI Á SELFOSSI

lögreflufulltrúa á Selfossi, er rannsókn enn í fullum gangi. „Við erum að yfirheyrta vitni enn frekar til að fá gleggri mynd af þessu öllu saman og af þeim,“ segir hann. „Við erum ekki búnir að gefast upp.“

Elís segir lýsingar á mönnum heldur óljósar og byggir lögreglan því rannsókn sína að miklu leyti á

upptökum eftirlitsmyndavéla til að fylgjast með ferðum fórnarlambanna og sjá hverja konurnar hittu. „Við bindum vonir við að myndavélarnar komi að gagni,“ segir Elís. „Ef þær væru ekki til staðar væri þetta mun erfiðara.“

Búið er að taka skýrslu af einum manni sem neitar alfarið sök, og að sögn lögreglu ber sögum kæranda og hins grunaða ekki saman. Verið er að yfirheyrta frekari vitni í því máli og verður það síðan sent til ákærvaldsins þegar niðurstöður úr DNA-rannsóknnum eru komnar.

- sv

# Fatlaðir eru loksins fyrsta flokks þegnar

Fatlað fólk í Reykjavík og á Seltjarnarnesi getur sótt um að gera samning um persónulega aðstoð sér til handa. Freyja Haraldsdóttir, framkvæmdastjóri NPA, segir hið nýja form aðstoðar munu gjörbreyta lífi fatlaðra og ekki síst barna.

**FÉLAGSMÁL** Fötluðu fólki gefst nú kostur á að taka þátt í tilraunaverkefni þar sem það fær greiðslur í stað þjónustu og getur þar með ákveðið sjálft hvernig féð nýtist og auk þess valið sér sjálft aðstoðarfólk.

Um er að ræða tilraunaverkefni sem felur í sér samning um svokallaða notendastýrða, persónulega aðstoð (NPA) til handa fötluðum og er gert ráð fyrir að verkefnið standi næstu tvö árin. NPA-samningarnir verða í boði á þjónustusvæði Reykjavíkur og Seltjarnarness. Lokatakmarkið er að NPA verði bundin í lög árið 2014.

„Fyrir fatlað fullorðin fólk mun þetta gjörbreyta lífi margra, sem hingað til hafa ekki haft tök á því að fara á vinnumarkaðinn, fara í háskóla, eignast fjölskyldu og ferðast um heiminn. Fyrir fötluð börn mun þetta hafa þau áhrif að þau munu upplifa eðlilegra uppeldi, þar sem þau öðlast hægt og rólega sjálfstæði í sínu lífi,“ segir Freyja Haraldsdóttir, framkvæmdastjóri NPA miðstöðvar.

Freyja hefur sjálf reynslu af muninum á hefðbundinni þjónustu og þeirri notendastýrðu.

„Eftir að ég fékk þessa aðstoð hef ég lokið háskólanámi, leigt mína eigin íbúð og farið út á vinnu- markaðinn í fullt starf. Ég er ekki lengur bótaþengi vegna þess að ég er í fullri vinnu. Þetta hefur fært mig úr því að vera annars flokks þjóðfélagsþegn, notandi sjálfboda- starfs foreldra og vina, í að vera fyrsta flokks þjóðfélagsþegn, sem hefur réttindi og skyldur í samfélaginu,“ segir Freyja.

Björk Vilhelmsdóttir, formaður



FRAMFARIR Freyja Haraldsdóttir hefur sjálf ráðið sinni þjónustu, fyrst að hluta til frá árinu 2007 og að öllu leiti frá því í fyrra. Hún segir líf sitt hafa tekið stakkaskiptum eftir breytinguna.

FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

„Petta hefur fært mig úr því að vera annars flokks þjóðfélagsþegn, notandi sjálfboda- starfs foreldra og vina, í að vera fyrsta flokks þjóðfélagsþegn, sem hefur réttindi og skyldur í samfélaginu.“

FREYJA HARALDSDÓTTIR  
FRAMKVÆMDASTJÓRI  
NPA MIÐSTÖÐVAR.

velferðarráðs Reykjavíkurborgar, er einnig ánægð með verkefnið.

„Ég er svakalega spennt fyrir verkefningu og vona að við munum sjá einhver sólskinsdæmi koma út

úr þessu héra í Reykjavík. Við vonum að þetta verði árangursríkt fyrir notendurna, fyrst og fremst,“ segir Björk.

Hún gerir þó ekki ráð fyrir að þeir sem geri slíkan samning við yfirvöld, fái alla þá þjónustu sem þeir óska.

„Það verður að nást samkomu- lag um stuðningsþörfina á milli notenda og borgarinnar. Ég veit að margir eru með miklar væntingar og vonast kannski eftir því að fá töluvert meiri aðstoð en hægt verður að veita. En við munum reyna að gera eins vel og við getum,“ segir Björk.

Þeir sem vilja taka þátt í verkefningu geta sent inn umsókn þess efnis, en fresturinn rennur út 10. september.

katrin@frettabladid.is

Borgin biðlar til Kópavogs:

## Vilja ræða laug í Fossvogsdal

**SVEITARSTJÓRNIR** Reykjavíkurborg hefur óskað eftir viðræðum við Kópavogsbæ um málefni Fossvogsdals. Ræða á um hugsanlega sundlaug og göngu- og hjólatengingu yfir Fossvog.

Hugmyndir um sundlaug í Fossvogsdal hafa áður komið til tals á þessum vettvangi en þær voru lagðar til hliðar eftir hrunið 2008. Bæjarráð Kópavogs segist gera fyrirvara um hugmyndir borgarinnar um kostnaðarskiptingu en hefur falið bæjarstjóra að vinna að málinu.

- gar



STRÆTÓ Vetarakstur hefst á sunnudaginn með fjölgun ferða.

Vetraráætlunin tekur gildi:

## Tíðni ferða Strætó eykst

**SAMGÖNGUR** Vetraráætlun Strætó bs. tekur gildi viku fyrr en vaninn er og hefst akstur samkvæmt henni á sunnudaginn. Með þessu er reynt að koma til móts við farþega með því að auka tíðni og hagræða í leiðakerfinu.

„Notkun á Strætó eykst jafnan þegar sumarleyfi klárast og skólar hefjast,“ segir Reynir Jónsson, framkvæmdastjóri Strætó bs.

Helstu úrbæturnar sem vetraráætlunin hefur í för með sér er að leiðir 13, 24 og 28 aka á fimmtán mínútna fresti á annatíma virka daga og allar leiðir sem aka á kvöldin aka klukkustund lengur.

Leiðaaætlun Strætó má nálgast á vefnum á [www.straeto.is](http://www.straeto.is).

- bþ

Frjótölur fyrir júlí gefnar út:

## Mikið magn frjóa í lofti í júlí

**NÁTTÚRA** Heildarmagn frjókorna í lofti á Akureyri var yfir meðallagi í júlí. Grasfrjóin voru sérstaklega mörg, 832 frjó á rúmmetra sem er talsvert meira en síðastliðin tvö ár.

Búast má við áframhaldandi háum frjótölum fyrir gras út ágúst. Fjöldi frjóa í Reykjavík var einnig yfir meðaltali í síðasta mánuði. Grasfrjóin voru algengast eða 1300 frjó á rúmmetra. Hámark grasfrjóa var mun fyrr en oft áður og mældust flest frjó í lofti 15. júlí.

- ktg

nú er

# DELL

komið í

## Hátækni!

Taktu þátt í Facebook-leik Hátækni

þú getur unnið Dell Inspiron 14z að verðmæti 179.995

# Stillanleg heilsurúm! Fyrir þínar bestu stundir.



Tilboðsdagar í ágúst!

12  
mánaða  
vaxtalaus lán  
á stillanlegum  
rúmum\*

\* 3,5% lántökugjald



EINA DÝNAN OG KODDINN  
SEM VIÐURKENND ERU  
AF NASA OG VOTTUÐ AF  
GEIMFERDASTOFNUNINI

Stillanlegt og  
þægilegt!



TEMPUR® Original eða Cloud heilsudýna á  
C&J stillanlegum botnum. 2x80x200 cm.

**ÁGÚST-TILBOÐ Kr. 578.550,-**

Verð 749.875,- Þú sparar 171.325,-

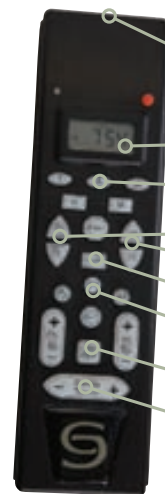
Charlotte **S**Julien  
Dream your world™

Upplifðu þægindi,  
upplifðu stuðning, upplifðu TEMPUR®

Þegar þú sefur á TEMPUR heilsudýnu, hvílast hryggur og liðir í sinni náttúrulegu stöðu. Með því einu að snerta takka getur þú stillt rúmið í hvaða stöðu sem er og með öðrum færðu nudd. Vaknaðu upp endurnærð(ur) og tilbúin(n) í átök dagsins.



Þráðlaus fjarstýring



- LED-vasaljós
- Klukkan
- Vekjarklukkan
- Upp/niður höfðalag
- Upp/niður fótasvæði
- Rúm í flata stöðu
- 3 minni
- Nudd
- Bylgjunudd

Charlotte **S**Julien  
30%  
afsláttur  
í ágúst



**C&J Gold**

Dýna, botn og lappir **ÁGÚST-TILBOÐ**  
160x200 - kr. 202.800,- **141.960,-**  
180x200 - kr. 228.800,- **155.900,-**

Vönduð heilsurúm  
á frábæru verði!

Charlotte **S**Julien  
Dream your world™

**C&J Gold Mattress**

- Pokagormakerfi - 2000 gormar í 180x200
- Vandaðar kantstyrkingar
- Latex heilsu- og hægindalag
- Laserskorið Conformo Foam tryggir réttan stuðning við neðra mjóbak og mjúkt axlasvæði
- Silkimjúkt áklæði, hægt að taka efsta lag af

25%  
afsláttur  
í ágúst



Senseo 2ja sæta svefnsófi

**ÁGÚST-TILBOÐ Kr. 309.000,-**

Verð áður 412.000,-

Breidd: 187 cm Dýpt: 95 cm  
Heilsudýna: 140x200 cm

Fæst einnig breiðari og með tungu.



**Betra  
BAK**

Leggur grunn að góðum degi

www.betrabak.is

betrabak@betrabak.is  
Faxafeni 5, Reykjavík • Sími 588 8477  
Skeiði 1, Ísafirði • Sími 456 4566  
Ópið virka daga frá kl. 10-18  
Laugardaga frá kl. 11-16

## FRÉTTASKÝRING: Pólitíkin

# Preifingar hafnar um stjórnarmyndun

**Stjórnmalamenn í ýmsum flokkum hafa átt óformleg samtöl sín á milli um mögulegt stjórnarsamstarf á næsta kjörtímabili. Evrópumál eru vinstri grænum erfið og það hvort Jóhanna verður áfram formaður mun ráða miklu um kúrs Samfylkingar.**

Kosið verður til Alþingis í vor og stjórnmalamenn í öllum flokkum eru farnir að velja möguleikum á stjórnarsamstarfi fyrir sér. Ljóst er að vilji forystumanna Vinstri grænna og Samfylkingar stendur til áframhaldandi samstarfs. Skoðanakannanir benda hins vegar ekki til þess að meirihluti fái til þess. Einstakir flokksmenn hafa því átt í viðræðum við félagasina í öðrum flokkum.

Ýmislegt hefur gengið á í stjórnarsamstarfinu og margt hefur stjórnin virst komin að því að springa. Formenn flokka, Jóhanna Sigurðardóttir og Steingrímur J. Sigfússon, hafa hins vegar náð vel saman og sameinast um að halda samstarfinu til streitu. Ekki hafa þó allir flokksmenn jafn einbeittan vilja til þess.

#### Hvað gerir Jóhanna?

Það skiptir því miklu um mögulegt framhald á samstarfi flokka hvort Jóhanna Sigurðar-

dóttir gegnir áfram formennsku í Samfylkingunni eður ei. Enn er óvíst hvað Jóhanna ætlar sér, en kosið verður til formanns á landsfundi í febrúar.

Skemmst er að minnast þess að ný félagsmenn Samfylkingarinnar lögðu fram tillögu í janúar um að landsfundinum yrði flýtt. Sögðu þeir mikilvægt að skipta um forystu vel fyrir næstu kosningar, en flutningsmenn enduðu á því að draga tillöguna til baka.

Þá sagði Óssur Skarphéðinson utanríkisráðherra í áramótablaði Viðskiptablaðsins að nauðsynlegt væri að skipta um forystu í flokknum fyrir kosningar.

Þau sem helst hafa verið nefnd til sögunnar sem arftakar Jóhönnu eru Árni Páll Árnason og Katrín Júlíusdóttir. Óvíst er hvort þau bjóði sig fram gegn Jóhönnu, ákveði hún að gefa áfram kost á sér.

#### Viðræður við Sjálfstæðisflokk

Fréttablaðið hefur heimildir fyrir því að nokkrir innan Samfylkingarinnar hafi átt í óformlegum viðræðum við flokksmenn Sjálfstæðisflokksins um mögulegt samstarf á næsta kjörtímabili. Ljóst er að slíkt samstarf yrði Jóhönnu lítt að skapi.

Sjálfstæðismenn eru Samfylkingunni hins vegar enn reiðir, eftir ákæru á hendur Geir H. Haarde. Ólíklegt er að sú reiði hamli stjórnarsamstarfi, en líklega er samstarf

við Framsóknarflokkinn alltaf fyrsta val Sjálfstæðismanna. Flokkurinn telur hins vegar mjög mikilvægt að komast í ríkisstjórn.

Þá má ekki gleyma því að samsetning Alþingis gæti breyst umtalsvert eftir kosningar með nýjum framboðum, þó reyndar blási ekki byrlega fyrir þeim samkvæmt skoðanakönnunum.

#### Evrópumálin erfið

Þingflokkur vinstri grænna hefur breyst töluvert frá síðustu kosningum, þegar flokkurinn fékk 21,7 prósent atkvæða, bætti við sig 7,3 prósentustigum og fimm þingmönnum. Þrír hafa yfirgefið flokkinn og einn gengið til liðs við hann.

Í flokknum hafa lengi logað illdeilur. Margir flokksmenn hafa tekið því illa að þurfa að gefa eftir gagnvart samstarfsflokknum í ákveðnum málum. Þar ber Evrópumálin hæst á góma.

Þeirri skoðun vex fiskur um hrygg innan Vinstri græns að draga beri aðildarumsókn að ESB til baka. Trauðla mun Samfylkingin samþykkja það og áframhaldandi samstarf flokka gæti ráðist á því hve langt ferlið verður komið fyrir næstu kosningar.

Það eru kannski óþarfa áhyggjur hjá flokksmönnum, þar sem fylgi ríkisstjórnarinnar hefur minnkað umtalsvert.

#### Framsókn í viðræðum

Fréttablaðið hefur einnig heim-



ALÞINGISKOSNINGAR Á ýmsu hefur gengið síðan í síðustu Alþingiskosningum og hefur Ólafur Ragnar Grímsson forseti fimm sinnum setið fyrir á mynd með ríkisráði vegna breytinga á ráðherrum.

FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

ildir fyrir því að einstaka þingmenn og áhrifamenn Framsóknarflokksins hafi átt í óformlegum viðræðum við þingmenn annarra flokka, bæði til hægri og vinstri.

Um mjög óformlegar viðræður er að ræða og heimildarmönnum blaðsins er til efs að formaður flokksins sé alltaf hafður með í ráðum. Það þýði þó ekki að hann sé mótfallinn viðræðunum.

Framsóknarflokkurinn gæti komist í lykilstöðu að loknum næstu kosningum, líkt og svo oft áður, og valið sér samstarfsaðila. Gera verður að því skóna að afstaða til Evrópumála ráði

nokkru þar um, en andstaða flokksins gagnvart ESB hefur farið harðnandi.

Útkoma nýju framboðanna getur einnig haft úrslitaáhrif á það hvernig ríkisstjórn tekur við völdum. Ljóst má vera að næstu mánuðir munu einkennast af kosningaskjálfta þar sem ýmsir verða mátaðir saman í ríkisstjórn.

Kolbeinn Óttarsson Proppé  
kolbeinn@frettabladid.is



## Panasonic

ideas for life

### FISLÉTT ÚR FARSÍMA EÐA SPJALDTÖLVU MEÐ EINFALDRI STROKU BEINT Á SJÓNVARPSSKJÁINN

## Sjónvarpsmiðstöðin

RAFT/ÆKJAVERSLUN • SÍÐUMÚLA 2  
SÍMI 568 9090 • WWW.SM.IS



SIÓVÁ Ríkið lagði í Sjóvá 11,6 milljarða króna til að tryggingafélagið gæti haldið áfram rekstri eftir bankahrunið. Eignarhlutur hins opinbera hefur nú verið seldur. MYND/E.ÖL

Félagið SF1 hefur eignast 73 prósent í Sjóvá:

## SF1 kaupir afgangshlut Seðlabankans

**VIÐSKIPTI** Félagið SF1 slhf. sem er í eigu lífeyrissjóða og annarra fagfjárfesta hefur nýtt sér kauprétt á 20,6 prósent eignarhluta Eignasafns Seðlabankans (ESÍ) í Sjóvá. SF1 eignaðist meirihluta í félaginu á síðasta ári þegar það keypti 52,4 prósent hlut af ESÍ en þá var einnig samið um kaupréttinn sem nú hefur verið nýttur. Eftir kaupin á SF1 samtals 73 prósent eignarhlut í Sjóvá. Aðrir eigendur eru Íslandsbanki með 9,3 prósent hlut og SAT eignarhaldsfélag með 17,6 prósent hlut en SAT er óbeint í eigu Glitnis.

SF1 greiðir um 2,5 milljarða króna fyrir nýja hlutinn sem er um 25 prósentum hærra verð á hlut en félagið greiddi þegar það keypti í félaginu í fyrra. Heildar kaupverðið á 73 prósent hlutnum er því um 7,4 milljarðar.

Eignarhlut Seðlabankans í Sjóvá má rekja til 11,6 milljarða fjárframlags ríkisins til Sjóvá árið 2009. Framlagið var veitt til að tryggjarekstur félagsins gæti haldið áfram eftir áfallið sem félagið varð fyrir í bankahruninu.

**2,5** milljarðar króna er verðið sem SF1 greiðir fyrir hlutinn nú en það er fjórðungi hærra en verð á hlut sem félagið greiddi fyrir hlut í Sjóvá í fyrra.

Eins og sjá má af kaupverði SF1 er tap hins opinbera vegna fjárframlagsins nokkurt.

Sjóvá er váttryggingafélag með ríflega 28 prósent markaðshlutdeild og sjöttíu þúsund viðskiptavinum. Stefnt er að því að skrá Sjóvá á hlutabréfamarkað á seinni hluta næsta árs.

Stærstu eigendur SF1 eru Gildi lífeyrissjóður, SVN eignafélag sem er í eigu Síldarvinnslunnar hf., fagfjárfestastjóðurinn SÍA I sem er undir stjórn rekstrarfélagsins Stefnis, Frjálsi lífeyrissjóðurinn, LSR, Stapi lífeyrissjóður og fagfjárfestastjóðurinn ÍS-5.

-mþl



TILBOÐIN GILDA 9. - 12. ÁGÚST

# netto

Kræsingar & kostakjör



1/2  
LAMBASKROKKUR  
SAGAÐUR

~~ÁÐUR 1.392 KR/KG~~

**999kr/kg**



**-37%**

HELGARSTEIK  
GRAND ORANGE

~~ÁÐUR 3169 KR/KG~~

**1.996kr/kg**



KJÚKLINGUR  
FROSINN

~~ÁÐUR 849 KR/KG~~

**679kr/kg**



MJÚKIS  
SÚKKULAÐI  
VANILLA  
1 LTR

**-40%**

~~ÁÐUR 559 KR/STK~~

**335kr/stk**



EMERGE  
ORKUÞRYKKUR  
250 ML

**-42%**

~~ÁÐUR 119 KR/STK~~

**69kr/stk**



CROISSANT  
BAKAÐ Á STAÐNUM

**-50%**

~~ÁÐUR 115 KR/STK~~

**58kr/stk**



TACO SÓSA  
HOT/MED/MILD  
230G

~~ÁÐUR 229 KR/STK~~

**172kr/stk**



TORTILLA KÖKUR  
HEILHVEITI/HVITLAUKS  
370G

~~ÁÐUR 319 KR/PK~~

**239kr/pk**

**MEXICO DAGAR**  
**-25% afsláttur**

netto

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

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

## MYNDASYRPA: Frægir á Ólympíuleikunum



**HINU BRESKA FAGNAÐ** Breska Óskarsverðlaunaleikkonan Helen Mirren hefur sótt fjölda viðburða á Ólympíuleikunum síðustu daga. Mirren er einnig eins konar þátttakandi í leikunum því hún kemur fyrir í myndbandi sem sýnt er á sumum keppnisstöðum þar sem hópur þekktra Breta biður áhorfendur vinsamlegast um að hafa hljóð á leikrænan hátt.

# Allir hafa áhuga á Ólympíuleikunum

Ólympíuleikarnir í London hafa verið afar vel sóttir af íbúum borgarinnar og íþróttáhangendum alls staðar að úr heiminum. Valgarður Gíslason ljósmyndari hefur fylgst með mannlífinu á leikunum og rekist á ýmis kunnugleg andlit.



**VINKAÐ TIL FJÓLDANS** Bandaríski Óskarsverðlaunahafinn Kevin Spacey er þekktastur fyrir leik sinn í kvikmyndum en færri vita að hann er listrænn stjórnandi-Old Vic leikhússins í London þar sem hann er því með annan fótinn. Spacey sótti meðal annars setningarathöfn Ólympíuleikanna.



**HEPPIN STÚLKA** Hjartaknúsarinn Ryan Seacrest sem stjórnar þáttunum vinsælu American Idol í Bandaríkjunum hefur flutt fréttir af Ólympíuleikunum fyrir NBC-sjónvarpsstöðina. Hann hefur heima fyrir verið gagnrýndur fyrir litla þekkingu á viðfangsefninu.



**FASTAGESTUR** Bill Gates, stofnandi Microsoft og fyrrum ríkasti maður heims, gerði sér ferð til London til að fylgjast með Ólympíuleikunum en þetta eru þriðju sumarleikarnir í röð sem hann heimsækir.

# Dorma-gæði!

Full búð af vönduðum vörum  
á Dorma-verði!

Fyrir þínar bestu stundir!



Aðeins kr.  
**34.754,-**  
í 12 mánuði\*

STÆRÐ 2X90X200

STILLAN-  
LEGT



Aðeins kr.  
**14.477,-**  
í 12 mánuði\*

STÆRÐ 160X200

HJÓNA-  
RÚM

## Dorma-verð Shape dýnur

Stærð cm.	Dýna	Með botni
80x200	58.900,-	83.900,-
90x200	65.900,-	97.900,-
120x200	85.900,-	121.900,-
140x200	99.900,-	143.900,-
160x200	114.900,-	163.900,-
180x200	129.900,-	181.900,-

\* afborgun pr. mán. í 12 mán. Vaxtalaust lán. 3,5% lántökugj.

Heilsudýna sem:

- Lagar sig fullkomlega að líkamanum
- 24 cm þykk heilsudýna
- Engin hreyfing
- Aloa Vera áklæði
- 5 ára ábyrgð!

## Milano hægindastóllinn fyrir notalega ólympíu-sigra!



Hvítur

Latte

Svartur

Brúnn

OPIÐ

Holtgördum

Virka daga frá kl. 10-18

Laugard. frá kl. 11-16

DORMA



– býður góða nótt

Pöntunarsími

☎ 512 6800

www.dorma.is



STRÍÐIÐ Í ÍRAK Ákvarðanir sem teknar eru í Bandaríkjunum hafa áhrif á örlög fólks um víðan heim og Bay Fang vill að saga þess fólks verði sögð.

NORDICPHOTOS/AFP

# Sögur fólksins á vígaslóðum

Ein þeirra sem gengur í gleðigöngunni á morgun er **Bay Fang**, aðstoðarmaður utanríkisráðherra Bandaríkjanna í málefnum Evrópu. Það hefur reyndar ekki alltaf verið svo hjúrt yfir lífsgöngu hennar en hún var áður blaðamaður á átakasvæðum í Afganistan og Írak þar sem hún sá á eftir kollegum sínum falla í bardögum. **Jón Sigurður Eyjólfsson** fræddist um feril Bay Fang.

**B**ay Fang hóf blaðamannaferil sinn sem fréttaritari US News and World Report Beijing í Kína fyrir ellefu árum og kom úr þeirri dvöl með hin virtu John F. Kennedy blaðamannaverðlaun upp á vasann fyrir fréttaskýringu sína um umfangsmikil mannrán sem þar tókast. Sagði hún þá sögu kvenna sem rænt hafði verið og látnar vinna fyrir mafur, aðallega við vændi.

*Hvenær fórst þú að vinna á áttaka-svæðum?*

„Eftir hryðjuverkin 11. september árið 2001 bauðst ég til að fara til Afganistans og ég var meðal fyrstu blaðamanna til að fara þangað eftir innrásina,“ segir hún. „Það var ótrúleg reynsla því við vorum að segja frá því sem fyrir augu og eyru bar án þess að hafa hugmynd um hvernig vindar blésu í umræðunni í heimspressunni. Þetta er blaðamennska í sínu hreinasta formi og það er ekki oft sem

blaðamaður kemst í þá stöðu sem við vorum í þarna. Ég var í Afganistan frá október 2001 til júní 2002 en þá fór ég heim til Bandaríkjanna. Svo þegar stríðið í Írak hófst var ég farin að iða í skinninu eftir því að komast þangað. Mér fannst það líka rétt að nýta reynsluna og láta til mín taka.“

## Kollegar verða fyrir kúlum

Bay Fang vildi ekki fara um landið undir verndarvæng bandaríska hersins heldur fór hún á eigin vegum með túlki og bílstjóra um landið þvert og endilangt. „Mér var umhugað um að hafa fullt frelsi og skrifa ekki eingöngu frá sjónarhóli bandarískra hermanna,“ útskýrir hún. „Þetta var nokkuð erfitt því maður gat verið í skotlínunni þó maður teldi sig ekki standa á neinum vígvelli. Þetta var allt svo tilviljanakennt og þú vissir náttúrulega aldrei hvar næsta sjálfsmorðssprengja yrði, hvar næsta skothríð hæfist eða hvar mannræningjar létu til skarar skríða. En ég

reyndi að tala við eins marga og ég gat en stundum fann ég að hendur mínar voru bundnar í þessari ringulreið.“

*Hvenær heldur þú að þú hafir verið í mestri hættu?*

„Það er ekki gott að segja en ég var oft skammt undan þar sem sjálfmorðssprengjur sprungu og stundum kom það fyrir að félagar mínir urðu fyrir skotum rétt eftir að ég var farin af vettvangi. En það er engan veginn hægt að segja til um það hvenær ég var í mestri hættu því voðinn var svo víða vís.“

*Einhverjir myndu nú drífa sig heim eftir fyrstu vöðareynsluna á vígvettvangi. Það hefur ekki hvarflað að þér?*

„Auðvitað reynir þetta á mann. Það er mjög erfitt að búa við viðvarandi óöryggi og ég nýt þess alveg sérstaklega eftir þessa reynslu að ferðast á öruggum stöðum. Til dæmis hlakka ég ekkert smávegis til að koma til Reykjavíkur og rölta þar sem gleðin ein ríkir,“ segir hún og hlær við.

## Dvalist meðal Kúrda

*Þú virðist sækja í áhættu í starfi þínu?*

„Það er eitthvað til í því en ég vil þó ekki gangast við þeirri hugmynd sem margir hafa um blaðamenn, eins og að þeir séu einhverjir áhættufiklar. Það sem dreif mig áfram var sú trú mín að Bandaríkjamenn ættu að þekkja sögu þessa fólks því ákvarðanir sem við tökum heima hafa svo gríðarleg áhrif á örlög þess. Og ég vissi að ef við blaðamenn hefðum ekki verið þarna að tala við þetta fólk og verða vitni að raunum þess þá hefði saga þess eflaust aldrei verið almennilega sögð. Stundum finn ég enn fyrir þessari þörf, til dæmis eru margar mannafræðingur að eiga sér stað á Sílandi þessa dagana en enginn til að segja frá þeim. Og auðvitað veit ég að það er svo sem ekki of mikið sem maður getur gert á vígaslóðum en þó er það nokkurs virði að hafa reynt eftir bestu getu.“

Bay Fang dvaldi meðal annars með Kúrdum í norðurhluta Íraks en þeir höfðu vopnbúist og börðust af hörku gegn herjum Saddams



**BAY FANG** Blaðamaðurinn fyrrverandi er nýlega orðinn aðstoðarmaður utanríkisráðherra Bandaríkjanna í málefnum Evrópu. Hún gleymir nú vígvettvangi sem hún hefur unnið á og ætlar að gleyma sér í gleðigöngunni.

„Það sem dreif mig áfram var sú trú mín að Bandaríkjamenn ættu að vita sögu þessa fólks því ákvarðanir sem við tökum heima hafa svo gríðarleg áhrif á örlög þess.“

Hussein. „Það myndast þarna sterk bönd manna á milli. Til dæmis er einn fyrrum kollegi minn að halda á leið aftur til Íraks að vinna fyrir Masoud Barazani, leiðtoga Kúrda þar í landi. Reyndar var það eitt af því sem snart mig hvað dýpst að heyra sögu Kúrdanna um allt það sem þeir höfðu þurft að þola í stjórnartíð Saddams Hussein. Þetta varð til þess að ég fór að líta á innrás okkar Bandaríkjamanna í nýju ljósi, allavega var hún kærkomin fyrir þjakaða Kúrdana.“

## Bregður er það sér asíska erindrekann

*En nú eru bæði þessi stríð afar umdeild og Bandaríkjamenn hafa verið sérstaklega gagnrýndir fyrir innrásina í Írak. Hefur þú fundið fyrir andúð í þinn garð á ferðalögum þínum fyrir það eitt að vera Bandaríkjamannur?*

„Þetta hefur breyst stórlega í

seinni tíð. Vissulega var fólk heitt í hamsi í upphafi en þetta er allt annað andrúmsloft í dag, sérstaklega eftir að ný stjórn tók við.“

*En af hverju hefur þú ákveðið að taka þá í Gleðigöngunni hér í Reykjavík?*

„Það er gaman að segja frá því að þar sem ég kem fyrir hönd þjóðar minnar þá bregður fólk stundum í brún að sjá mig bregða fyrir sem er af kínverskum uppruna. Ég tilheyrir minnihlutahópi og reynslunni af því að búa meðal fólks af mörgum þjóðernum og margbreytilegum hópum getum við miðlað. Bandaríkjastjórn leggur einmitt áherslu á þetta og fyrir mig persónulega er það sérstök ánægja að taka þátt í því.“

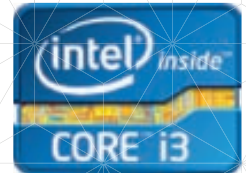
Blaðamaður kveður þá Bay Fang að sinni en er tilbúinn að sjá hana innan um allan margbreytileikann í Gleðigöngunni á morgun.



Við berum út sögur af frægu fólki

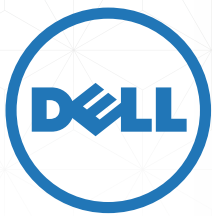
Birtingur treystir okkur fyrir öruggri dreifingu á Séd og heyrnt

Póstdreifing



HVÍTA HÚSÍÐ/SÍA 12-1359

# Tvennutilboð – fyrir menntun og skemmtun



The power to do more



**17.096** kr. á mán.\*  
**Tvær saman á tilboði**  
194.980 kr. staðgreitt

Tilboðinu fylgir gjafabréf  
að Tvennutilboði Dominos.



#### Dell Inspiron 15 N5050

Hröð tölva með 15,6" HD skjá og 500 GB disk sem  
rúmar t.d. 500 kvikmyndir og ótal ritgerðir. 3ja ára ábyrgð.

#### Samsung Galaxy Tab 2 10.1

Spjaldtölva með hröðu þráðlausu neti, björtum 10,1" skjá og frábærum  
hljómi. Með AllShare forritinu frá Samsung eru myndir, þættir, tónlist og  
gögn mjög aðgengileg bæði í spjald- og fartölvunni. 2ja ára ábyrgð.

\*Vaxtalaust lán í 12 mánuði. Verð innifelur 3,25% lántökugjald og 320 kr. greiðslugjald.

**13.218** kr. á mán.\*  
**Einstakt tilboð**  
149.900 kr. staðgreitt



#### Dell Inspiron 15R (5520)

Hröð skóla- og afþreyingartölva sem endist og endist. Hún er með  
500GB harðan disk og stóran og skýran 15,6" HD skjá. 3ja ára ábyrgð.

\*Vaxtalaust lán í 12 mánuði. Verð innifelur 3,25% lántökugjald og 320 kr. greiðslugjald.

Intel, the Intel Logo, Intel Inside, Intel Core, and Core Inside are trademarks of Intel Corporation in the U.S. and/or other countries. For more information about the Intel processor feature rating, please refer to [www.intel.com/go/rating](http://www.intel.com/go/rating).



Gríptu tækifærið núna og komdu í verslanir okkar  
á Grensásvegi 10, Reykjavík eða Tryggvabraut 10, Akureyri.  
**Skoðuðu [www.advania.is/skoli](http://www.advania.is/skoli)**



**advania**  
Welcome to IT



Mitt kort

ALLIR MÁNUÐIR ÁRSINS EIGA AÐ VERA

# SKEMMTILEGIR...

ÞÚ HEFUR ÞETTA ALLT Í HENDI ÞÉR



15%

SÉR  
TILBOÐ

Tilboð kr.  
5500



2  
fyrir einn

990 kr.

50%

Tilboð kr.  
5000



Hringtorg veitir korthöfum afslátt hjá fjölda fyrirtækja um allt land.

Þessi dæmi eru aðeins brot af því sem er í boði. Upplýsingar um samstarfsfyrirtæki Hringtorgs má finna í Hringtorgsappinu eða á [www.hringtorg.is](http://www.hringtorg.is)



Fríðindi



Viðburðir



Bíó



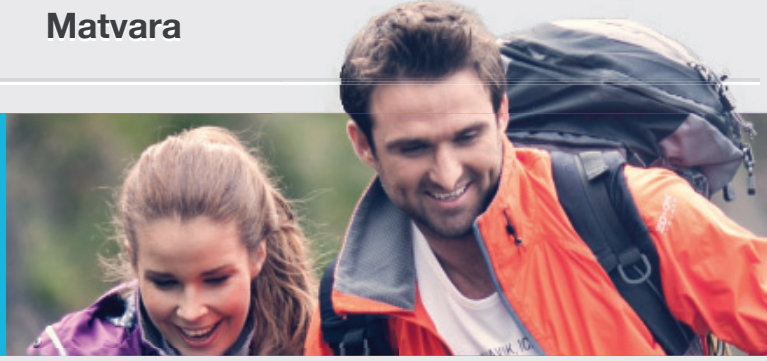
Flug



Matvara

## ZO·ON

15% afsláttur í verslunum ZO·ON í Smáralind, Kringlunni og Bankastræti 10.



## Barcelona, verð frá 74.900 kr.

Innifalið í verði: Flug með sköttum til og frá Barcelona, 4 nætur á 3ja stjörnu hóteli. Fyrstir koma, fyrstir fá því um takmarkað sætaframboð er að ræða. Vinsamlegast hafið samband við söluskrifstofu.

Iceland Express  
-lækkar verð



## Átak Akureyri

Mánaðarkort á 5.500 kr. (fullt verð 9.900 kr.). Tilboðið gildir frá 10.-25. ágúst 2012.

# ÁTAK

HEILSURÆKT

## Sambíóin

Korthafar fá blómiðann á 950 kr. í stað 1.250 kr. og miðann á 3p mynd á 1.200 kr. í stað 1.500 kr.



## Pósthúsbarinn Akureyri

2 fyrir 1 af öllum drykkjum til kl. 01:00 í ágúst.

PÓSTHÚSBARINN

## Serrano

Korthafar fá BBQ Burrito og Ískaldan Egils Kristal á aðeins 999 kr.



## Sundlaugarnar

Korthafar fá 50% afslátt í sund í Reykjavík og Hafnarfirði. Sund er holl hreyfing fyrir alla fjölskylduna.



## Omnis

Korthafar fá 5.000 kr. inneign á aukahlutum við kaup á fartölvu séu þeir keyptir á sama tíma og tölvan.

omnis  
- Við þekkjum tölvur



Sækja fyrir  
Android



Sækja fyrir  
iPhone

 Arion banki

Notendastýrð persónuleg aðstoð er framtíðin í þjónustu við fatlað fólk:

## Líf með reisu

**F**ramtíðarsýn Reykjavíkurborgar í málefnum fatlaðra er að fatlað fólk sem þarf aðstoð í daglegu lífi á að geta valið hvernig hún er veitt.

Þessi sýn er kjarninn í þróunar- og tilraunaverkefni á vegum velferðarsviðs borgarinnar en verkefnið byggir á handbók og leiðbeinandi reglum um notendastýrða persónulega þjónustu (NPA) sem unnar hafa verið á vegum velferðarráðuneytisins. Nú er lýst eftir þátttökendum í verkefninu á þjónustusvæði Reykjavíkurborgar og Seltjarnarness.

NPA byggir á því að notandi þjónustunnar er sjálfur verkstjórnandi varðandi þá þjónustu sem hann fær. Í stað þess að taka við þjónustu og starfsfólki sem aðrir hafa ákveðið og valið þá velur hann sjálfur aðstoðarfólk sitt og ákveður hvaða störf það á að inna af hendi. Með samningi um NPA fær notandinn þannig greiðslu sem hann á að ráðstafa sjálfur í stað þjónustunnar sem honum stæði ella til boða.

Þessi leið eykur ekki bara sjálfstæði fatlaðs fólks og sjálfræði heldur getur hún einnig reynst hagkvæmari vegna þess að með þessari aðferð er þjónustan löguð að hverjum og einum á hverjum tíma. Þannig þarf sá sem þjónustuna notar ekki að laga sig að þeirri þjónustu sem í boði er heldur sníður hann hana sjálfur að sínum þörfum.

Frelsið til að velja aðstoðarfólkið skiptir einnig máli, ekki síst fyrir fólk sem þarf aðstoð við daglegar persónulegar athafnir sínar. Það segir sig sjálfstærst mikil bót felst í því að geta sjálfur valið fólk sér til liðsinnis þar.

Loks hefur reynslan sýnt að það er síst kostnaðarsamara að veita þjónustuna með þessum hætti en með „gamla laginu“, að gera hinum fötluðu að laga sig að þeirri þjónustu sem til boða stendur.

Að mati Freyju Haraldsdóttir, framkvæmdastjóra NPA miðstöðvarinnar, getur NPA þjónusta gerbreytt lífi fatlaðs fólks. Sjálf hefur Freyja lokið háskólanámi, leigt sér eigin íbúð og farið út á vinnumarkaðinn í fullt starf eftir að hún fékk notendastýrða persónulega þjónustu. „Ég er ekki lengur bótaþegi vegna þess að ég er í fullri vinnu. Þetta hefur fært mig úr því að vera annars flokks þjóðfélagsþegn, notandi sjálfboðastarfs foreldra og vina, í að vera fyrsta flokks þjóðfélagsþegn, sem hefur réttindi og skyldur í samfélaginu,“ segir Freyja í frétt hér í blaðinu og ef þetta er ekki árangur, hvað er þá árangur?

Allir, fatlaðir sem ófatlaðir, eiga rétt á að lifa lífi sínu með reisu. Í því felst meðal annars að taka ákvörðun um sína eigin þörf fyrir þjónustu og að velja sjálfur það fólk sem sinnir störfunum. Í því að lifa lífi sínu með reisu felst líka, ef út í það er farið, að ákveða sjálfur hvern maður tekur með sér í kjörklefann, fulltrúa kjörstjórnar, persónulegan aðstoðarmann eða venslamann, sé maður ekki fær um að greiða atkvæði án aðstoðar. Þannig er krafan um rétt fatlaðra til að velja þann sem fer með þeim í kjörklefann angí af sömu þróun og NPA þjónustan.

Stefnt er að því að lögbinda notendastýrða persónulega þjónustu á næstu árum. Öllu skiptir að staðið verði við þá stefnu.

**FRÉTTABLAÐIÐ**  
 ÚTGÁFUFLAG: 365 miðlar eht. STJÓRNARFORMAÐUR: Ingibjörg S. Pálmadóttir FORSTJÓRI OG ÚTGÁFUFLAGSSTJÓRI: Ari Edwald  
 RITSTJÓRI: Ólafur P. 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 gagnaböndum án endurgjalds. ISSN 1670-3871

# AIKIDO

Japönsk bardagalist fyrir alla, **Ármúla 19**

7-12 ára: Mánud. og miðvikud. kl 17:00 hefst 27. ágúst  
 13 ára og eldri: 5 vikna námskeið hefst 13. ágúst




www.aikido.is

Upplýsingar: aikido@aikido.is - Sími: 6699374

### FRÁ DEGI TIL DAGS

#### Semjum við okkur sjálf

Þór Saari, þingmaður Hreyfingarinnar, segir í samtali við Morgunblaðið að meginviðfangsefni næstu ríkisstjórnar sé að endursemjja um róttæka endurskipulagningu á vaxtagreiðslum og endurgreiðslum á skuldum ríkis og sveitarfélaga. Hann segir aðeins spurningu um hvaða flokkar viðurkenni það fyrir kosningar. Þór er hluti af nýju stjórn-málaafli, Dögun, og því má telja að þetta verði stefna þess flokks. Það er spurning hvort helstu lánardrottn-

ar Íslendinga, til dæmis Alþjóðagjald-eyrissjóðurinn og Norðurlöndin, vita af þessu. Eða eignum við að semja um okkur sjálf, jafnvel í stjórnarmyndunarviðræðum?

#### En er það ekki jákvætt?

Þór segir, við sama tækifæri, að skuldabyrði hins opinbera sé ósjálfbær. Einhver hefði haldið að það væri gott, því sjálfbærni gengur út á það að ganga ekki það hart að einhverju að það gangi á höfuðstólinn. Ósjálfbær skuldastaða hlýtur því að vera staða þar sem gengur á höfuðstólinn, sem ætti að vera gott.

#### Bendir á vandræðagang

Óhætt er að segja að áhugi kínverska fjárfestisins Huangs Nubo á uppbyggingu á Grímsstöðum á Fjöllum hafi orðið ríkisstjórninni vandræðamál. Einar K. Guðfinnsson, þingmaður Sjálfstæðisflokksins, bendir á þetta í pistli á heimasíðu sinni. Hann rifjar upp að nú eru tvö ár síðan fyrst fréttist af áhuganum. Það sé því sérkennilegt að nú fyrst ákveði ríkisstjórnin að móta sér stefnu í málinu. Umhugsunarverður punktur.

kolbeinn@frettabladid.is



### HALLDÓR



## Kveðja frá Hinsegin dögum

#### Hinsegin dagar í Reykjavík



Þorvaldur Kristinnsson varaformaður Hinsegin daga

Hinsegin dagar í Reykjavík eru nú haldnir í fjórtánda sinn. Frá því að vera lítil eins dags hátíð sem fimmtán hundruð gestir sóttu, hefur hátíðin vaxið og dafnað með hverju ári og er núna lítrik sex daga hátíð sem 80–90 þúsund manns sækja.

Hinsegin dagar hafa ótrúlega þýðingu fyrir samkynhneigða, tvíkynhneigða og transfólk á Íslandi. Hátíðin hefur eflst fólk kjark og verið því vettvangur til að standa stolt frammi fyrir samborgurum sínum. Hinsegin dagar eru staðfesting þess að samstaðan færir okkur djörfung og virðingu þegar rétt er á málum haldið.

En hátíðin hefur ekki eingöngu verið hinsegin fólk ávinningur í baráttu þess. Hinsegin dagar eru einn lítríkasti þátturinn í menningarlífi Reykjavíkinga og njóta meiri vinsælda en flestir aðrir viðburðir á Íslandi. Viðurkenningin sem þjóðin sýnir með þátttöku sinni, gleði og stuðningi er stærsta inneign Hinsegin daga.

Hátíð Hinsegin daga í ár stendur í sex daga. Þessa daga leggjum við okkur fram um að miðla menningu hinsegin fólks, til skemmtunar, til fróðleiks, til íhugunar og ekki síst til að brýna fyrir sjálfum okkur og þjóð okkar að öll berum við ábyrgð hvert á öðru, að barátta hinsegin fólks fyrir mann-

Viðurkenningin sem þjóðin sýnir með þátttöku sinni, gleði og stuðningi er stærsta inneign Hinsegin daga.

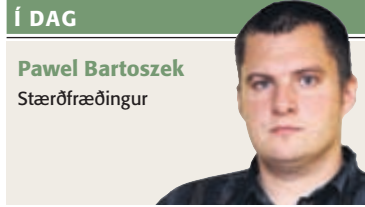
virðingu og mannréttindum er ekki einkamál þeirra sem í hlut eiga heldur varðar hún alla Íslendinga.

Ekki síður er mikilvægt að muna það á hátíð Hinsegin daga að málstaður mannréttinda er ekkert einkamál þjóða. Á liðnum árum hafa Hinsegin dagar reglulega boðið til sín gestum frá ríkjum þar sem hinsegin fólk á í vök að verjast, þiggja fræðslu, hlusta, nema, og gefa gestunum stundum góð ráð. Þá hafa Hinsegin dagar lagt drjúgan skerf af mörkum til að mótmæla misrétti og mannréttindabrotum um allan heim. Því að málstaður mannréttinda þekkir engin landamæri.

Við þökkum þjóðinni ómetanlegan stuðning á liðnum árum og bjóðum bæði Íslendinga og erlenda gesti velkomna á fjórtánda Hinsegin daga í Reykjavík sem ná hámarki með gleðigöngunni laugardaginn 11. ágúst.



# Ólympíuandinn svokallaði



**Í DAG**  
**Pawel Bartoszek**  
 Stærðfræðingur

Þegar ég heyri orðið „Ólympíuand“ sé ég ósjálfrátt fyrir mér sárþjáðan, haltrandi íþróttamann að reyna að klára hlaup undir dynjandi lófataki áhorfenda. Með aukinni þátttöku almennings í íþróttum er reyndar vonandi kominn meiri skilningur á því að það er ekkert sérlega skynsamlegt að menn reyni að staulast í mark í 800 metra hlaupinu með tagnað læri. Enginn íþróttamaður á Ólympíuleikunum ætti að þurfa að sanna að hann geti að hlaupið tvo hringi í kringum hlaupabrautina.

Langst framan af Ólympíuleikum nútímans var gerð krafa um að þeir íþróttamenn sem tækju þátt væru áhugamenn, þ.e.a.s. að þeir þæðu ekki greiðslur fyrir íþróttaiðkun sína. Bandarískur fjölbrautarkóngur af indíánaættum, Jim Thorpe að nafni, var þannig sviptur öllum verðlaunum eftir leikana 1912 þegar upp komst að hann hefði nokkrum árum áður fengið greitt smáræði fyrir að spila hafnabolta. Þeirri skammarlegu ákvörðun var snúið við árið 1983, þremur áratugum eftir andlát hans.

**Göfugi viðvaningurinn**  
 Kröfur um áhugamennsku í íþróttum eiga rætur sínar að rekja til tiskubylgju meðal evrópskra

efri stétta á 19. öldinni. „Heilbrigð sál í hraustum líkama“ hugsuðu menn og létu hefðardrengi í einkaskólum róa árabátum, hreystinnar einnar vegna. Upp úr þessu varð síðan einhver hugmyndafræði um að það væri göfugra að stunda íþróttir, eða aðra iðju, án þess að fá borgað fyrir það.

Svona þankagangur getur virkað heillandi en í raun var þetta ein leið til að útiloka fátækt fólk frá íþróttakeppnum. Ef menn geta ekki fengið borgað fyrir að kasta bolta og hlaupa þá er ólíklegra að fátækt fólk geti gert mikið af því. Jim Thorpe afsakaði sig á sínum tíma með þeim orðum að hann hefði einfaldlega verið ungur indíánaskólastrákur sem vissi ekki margt um heiminn og áttaði sig ekki á því að rangt væri að spila hafnabolta fyrir pening. Láti honum hver sem vill.

Smám saman lenti íþróttahreyfingin í æ meiri vandræðum með áhugamannahugtakið. Kommúnistaríkin sendu inn gnótt „námsmanna“, „hermanna“ og „verkamanna“ sem í reynd voru ekkert annað en ríkisstyrktir atvinnumenn í íþróttum. Það fjaraði undan reglunum og þær voru loks afnumdar að mestu eftir Ólympíuleikana í Seúl 1988. Nú fá allir að keppa um Ólympíugull, óháð því hvornig þeir fjármagna þjálfun sína.

Það er ekkert að áhugamönnum. Öll erum við áhugamenn í einhverju. En það er engin ástæða til að dásama það umfram annað að einhver sé að gera eitthvað án þess að fá borgað fyrir það. Í raun er hitt merkilegra: að verða það góður í einhverju að einhver vilji gefa manni pening fyrir að gera

það. Fólk lætur peninga ekki svo auðveldlega af hendi.

Á Íslandi fá of fáir borgað fyrir það sem þeir gera vel. Hve oft spyrjum við ekki spurninga sem byrja á orðunum „þekkirðu einhvern sem ...“? Þekkirðu einhvern sem kann að mála ... getur passað fyrir mig ... getur hjálpað mér að flytja ... er með geymslu ... er góður í stafsetningu ... kann að gera við hjól? Ég held að það væri betra ef við myndum fá fleiri atvinnumenn í hinu og þessu og venja okkur á að nota þá. Sérhæfing er ekki vond. Það er ekkert að því ef einhver vill borga einhverjum fyrir að þrifa heima hjá sér. Það þurfa ekki allir að vera áhugamenn í þrifum.

**Ólympíuleikar í hverri borg**  
 Áhugamennskan er horfin úr Ólympíuleikunum. Flesta íþróttamenn sem taka þátt í leikunum dreymir líklegast um aðeins meira en bara það að „vera með“. Það er hið besta mál. Ólympíuleikarnir standa fyrir sínu sem íþróttaveisla þar sem þjóðir keppa sín á milli í sleggjukasti og baksundi í stað þess að keppa í átökum og hernaði. Þau skilaboð halda og veislan sjálf hefur aldrei verið glæsilegri.

Langi einhvern hins vegar að upplifa þann hluta Ólympíuhugsjónarinnar sem snýst um það að íþróttir séu fyrir alla, áhugamenn jafnt sem atvinnumenn, og að það skipti ekki höfuðmáli að vinna heldur að vera með, þá þurfum við ekki að örvænta. Almenningshlaup eins og Reykjavíkumaraþonið ná nefnilega ágætlega að ná utan um þá þælingu.

# Samstaða kynslóða



**Samfélagsmál**  
**Katrín Jakobsdóttir**  
 mennta- og menningarmálaráðherra  
**Svandís Svavarsdóttir**  
 umhverfisráðherra

milli er mikilvægt og er ástæða til að brýna okkur til að hlusta á raddir komandi kynslóða – að vinna með æskunni, fyrir æskuna.

Mörg stærstu vandamál samtímans eru þess eðlis að þau munu lenda með auknum þunga á komandi kynslóðum. Loftslagsbreytingar af manna völdum, aukinn ágangur á auðlindir jarðar, ósjálfbær neysla og lifnaðarhættir – allt eru þetta dæmi þess að þær kynslóðir sem halda um stjórnartaumana taka ótæpilega að láni frá komandi kynslóðum. Það er mikilvægt að horfast í augu við þessar skuldir og sporna við óhöfi.

Nýjum námskrám er meðal annars ætlað að gera komandi kynslóðir betur í stakk búnar til að takast á við þær miklu áskoranir sem fram undan eru. Aukin áhersla á gagnrýna hugsun og lýðræði í öllu skólstarfi mun skila virkum og hæfum þátttakendum í jafnréttis- og lýðræðissamfélagi. Menntun til sjálfbærni mun rækta með einstaklingum getuna til að hugsa um samspil umhverfis,

efnahags, samfélags og velferðar – þætti sem þurfa að vera í jafnvægi við ákvörðunartöku.

Okkur er mikilvægt að hugsa um þær kynslóðir sem erfa munu landið þegar við tökum ákvarðanir, svo við getum verið stolt af því samfélagi sem við skilum í hendur þeirra. Umfram allt verðum við að gefa okkur tóm til að hlusta á æskuna.



... þetta árið er sjónum beint að samstöðu ólíkra kynslóða um betri heim.

**SKRÁUTASKRÓLI**  
 í Egilshöllinni fyrir krakka frá 5 til 12 ára

**SÉRNÁMSKEIÐ FYRIR BYRJENDUR Í ÍSHOKKÍ OG Á LISTSKAUTUM 13. - 18. ÁGÚST**  
 08:15 - 12:30 ÍSHOKKÍ BYRJENDUR  
 12:30 - 16:00 LISTSKAUTAR BYRJENDUR

Áthugið að það eru aðeins teknir inn 20 krakkar fyrir hverja viku í hverjum hóp, þannig að þú fyllt sam þið skráð ykkur þá meiri líkur eru að komast inn.

Verð fyrir viku námskeið, hálfur dagur: 10.900,- skautar innifaldir.

SKRÁNING Á BJORNINN.COM

Upplýsingar í síma: 847 5366

ishokki - og Listskautaskólinn býður upp á fjölbreytta dagskrá: skautað tvisvar á dag, þrekæfingar og myndbandakennsla, sund.

# FJÖLSKRÚÐUGT ÍSLENSKT MÁL

- Uppfærð útgáfa
- Yfir 44 þúsund uppflettiorð

**LOKSINS  
FÁANLEG  
Á NÝ!**



Ómissandi hjálpargagn  
hverjum þeim sem skrifa vill  
auðugt og blæbrigðaríkt mál

www.forlagid.is – alvöru bókaverslun á netinu

## Íslenska leiðin

### Efnahagsmál

Árni Páll  
Árnason  
alþingismaður



Í síðustu grein rakti ég þann mikla árangur sem náðst hefur í efnahagsmálum á þessu kjörtímabili. Forsenda þessa bata er skynsamleg efnahagsstefna sem mörkuð var í samstarfi við Alþjóðagjaldeyrissjóðinn og þessi ríkisstjórn hefur unnið eftir allt kjörtímabilið. Samfylkingin ber lykilaþýrgð á þessari stefnu, jafnt í fyrri ríkisstjórn og þeirri sem nú situr. Hún fól í sér blandaða leið skattahækkana, tímabundins hallarekstrar, skuldaúrvinnslu og niðurskurðar í ríkisútgjöldum, til að koma á jöfnuði í ríkisrekstri og leggja grunn að heilbrigðri endurreisn. Við nýttum okkur samvinnuna við AGS til að milda höggið af hruninu.

Um allan hinn vestræna heim glíma ríki nú við afleiðingar fjármálakreppunnar og að laga útgjöld að tekjum. Í mörgum löndum hefur ríkið axlað svo miklar byrðar vegna fjármálakerfisins að rekstur ríkisins til lengri tíma er í hættu. Tvær leiðir eru einkum boðaðar til lausnar: Í Bretlandi hafa stjórnvöld boðað mikinn niðurskurð ríkisútgjalda. Viða annars staðar hafna stjórnvöld lækkan ríkisútgjalda og vilja halda áfram hallarekstri og skuldaföfnun til að standa vörð um samneysluna í anda hugmynda Keynes frá fjórða áratugnum. Báðar leiðirnar eru stórgallaðar og duga ekki til að glíma við þá erfiðu stöðu sem uppi er.

Breska leiðin lækkar vissulega útgjöld, en hún hefur margvísleg neikvæð áhrif. Niðurskurðurinn beinist í ríkum mæli að milli-færslum úr opinberum sjóðum – greiðslum til atvinnulausra, lífeyrisþega og barnafólks. Af því leiðir að allir þessir hópar hafa minna milli handanna og halda að sér höndum í neyslu. Fyrir vikið dregst hagkerfið saman meira og fyrr en ella. Bresk stjórnvöld fara nú þessa leið, þrátt fyrir ókosti hennar, vegna þess að hægri menn hafa þar það pólitíska markmið að brjóta niður þá umgjörð félagslegrar samstöðu sem vinstri stjórn Verkamanna-flokksins tókst að byggja upp allt frá 1997. Stefna sem þessi brýtur niður félagslega samstöðu, eykur misskiptingu og fækkar þeim tækifærum sem við þurfum öll á að halda.

Leið hallareksturs er hins vegar enginn raunverulegur val-

kostur við niðurskurð. Hún er vissulega skynsamleg til skamms tíma og getur þá forðað því að kreppa dýpki um of, en við getum aldrei komist undan þeim gömlu sannindum að enginn getur eytt um efni fram. Mörg Evrópuríki eru nú komin í öngstræti vegna þess að þau hafa forðast að taka á soun í ríkisrekstri og treyst á að þau gætu fjármagnað hallarekstur á meðan á kreppunni stæði. Þau standa núna frammi fyrir því að þurfa að skera meira niður en þau hefðu ella þurft, til að koma ríkisrekstrinum í horf. Fjármálakreppa ársins 2008 hefur þróast í alvarlega skulda-kreppu, sem gerir ósjálfbærna hallarekstur ómögulegan. Keynes myndi varla ráðleggja nokkru ríki í hættu vegna ofskuldsetningar að auka á hana, væri hann á lífi í dag.

Við núverandi aðstæður er óhjákvæmilegt að taka á skulda-stöðu fyrirtækja og heimila. Ef ríkið getur ekki stutt við kaup-getu fólks eða umsvif í hagkerfinu með hallarekstri, liggur beinast við að þvinga fjármála-kerfið til að horfast í augu við að kröfur þess á fyrirtæki og heimili eru óraunsæjar og þurfa lækkanar við. Um alla Evrópu

aldrei í þær hæðir sem spáð var í upphafi. Millifærslukerfið – greiðslur til atvinnulausra, lífeyrisþega og barnafólks – hélst lítt skert og gegndi þannig hlutverki til sjálfvirkar sveiflujöfnunar. Fólk hafði meira milli handanna fyrst eftir hrun en ef strax hefði verið ráðist í niðurskurð. Fyrir vikið dróst hagkerfið ekki eins mikið saman og ella hefði verið.

Við tókum líka á í ríkisrekstrinum. Velferðarþjónustunni var hlíft við niðurskurð. Verkefnið var alltaf það að freista þess að veita jafn góða þjónustu með minni tilkostnaði. Þessi forgangs-röðun sást meðal annars í því að á árunum 2009 og 2010 var algengt að uppsafnaður sparnaður í almennri stjórnsýslu væri 17-19%, en á sama tíma drógust framlög til þjónustu við fatlaða saman um 2,6%. Óhjákvæmilegt var að draga úr útgjöldum til almennatrygginga. Þar var líka forgangsraðað og sparnaði náð með því að lækka greiðslur til þeirra sem mest höfðu milli handanna en grunnfjárhæð bóta ekki snert. Með sama hætti voru hámarksgræiðslur til foreldra í fæðingarorlofi lækkaðar, en ekki snert að neinu leyti við tímalengd fæðingarorlofs eða greiðslum til



Velferðarþjónustunni var hlíft við niðurskurði. Verkefnið var alltaf það að freista þess að veita jafn góða þjónustu með minni tilkostnaði.

blasir við að allur kraftur verði að óbreyttu sögnin úr efnahagslífinu, því fyrirtæki og heimili eru læst í skuldavíðjum. Hin íslenska leið er sérstök að því leyti að skuldaúrvinnsla var lykillaþýrgð í hinni íslensku efnahagsáætlun og skuldastaða heimila og fyrirtækja er færð að greiðslugetu og raunvirði rekstrar og eigna.

Við fórum þessa blönduðu leið, enda er kreppan núna ekki sú sama og sú sem Keynes glímdi við á fjórða áratugnum og ekki heldur nein venjuleg fjármálakreppa, sem kenningar Hayeks geta leyst.

Við nýttum okkur leið hallarekstursins í upphafi efnahagsáætlunar okkar. Ríkissjóðshallinn var á þriðja hundrað milljarða árið 2008, en stærstur hluti niðurskurðar ríkisútgjalda kom ekki til fyrr en á fjárlögum ársins 2011. Þannig gátum við – með aðstoð og lánafyrirgreiðslu AGS – haldið ríkisútgjöldum háum lengur en ella. Það olli því að kreppan varð ekki eins djúp hér og hún hefði ella verið og atvinnuleysið komst

tekjulægri foreldra. Þessi forgangsröðun var auðvitað erfið, en hún er skýr vitnisburður um að það skiptir máli hverjir stjórna.

Við hækkuðum svo skatta, því það var óhjákvæmilegt. Í efnahagsstjórninni á árunum 2003-2007 hafði verið gengið svo langt í skattalækkanum að ríkissjóður þoldi ekki eitt einasta venjulegt ár. Stöðug uppsveifla var forsenda þess að skattaumhverfi Sjálfstæðisflokksins gengi upp. Það var engin leið að reka norrænt velferðarkerfi með þeim skatttekjum sem til ráðstöfunar voru. Þess vegna var óhjákvæmilegt að hækka skatta, en þeir voru hækkaðir meira á þá sem voru betur í færnum til að borga þá.

Þessi blandaða leið skilaði miklum árangri. En verkefninu er ekki lokið. Við þurfum að treysta í sessi þann efnahagslega árangur sem þegar hefur náðst, þótt við búum við erfið ytri skilyrði – mikla skuldsetningu, versnandi lánskjör og gjaldeyrishöft. Um það verkefni fjalla ég í næstu grein.

## Sýnum djörfung og dug

### Skipulagsmál

Birna  
Þórðardóttir  
ferðaskipuleggjandi



Heimþrá þarf maður vart að hafa á Ítalíu, hér er allt svo eðlilegt:

■ Góðir í skandölum – komast upp með þá.

■ Peningar gufa upp á milli staða sem enginn veit hvar eru – upphaf og endalok óskilgreind – ekki sakar að hafa heilaga jómfrið með í för – svo sem meistari Megas hefur reynt að kenna okkur.

■ Gæðingar fá gefins alls kyns dótari – jarðir og uppsprettur, sveitarfélög og jafnvel sorpið sem hægt er að græða á – með því að gera ekkert við það. Þetta er allt einhvern veginn mjög heimilislegt.

■ Ítalíar gætu jafnvel fengið lánaða forsetaræðuna góðu frá fundi í Sagnfræðingafélaginu í janúar 2006. Þar flutti forseti lýðveldisins lofgjörð um einstaka eðlisþætti

Íslendingins – eðlisþætti sem gera Íslendinginn að frumafli hins viti borna manns og útskýrir hvers vegna íslenskir athafnamenn bera sigurorð af öðrum. Ætti eiginlega að vera skyldlesning í skólum til varnar þeim hroka, siðblindu og sérgæsku sem einkennir ræðuna.

En, aftur að efninu, er fellur sem flís við rass Rómverja, kæmi ekki til söguleg sérviska.

Við mér blasir miðborg Rómar – besta byggingarsvæði borgarinnar – því vissulega væri hægt að byggja hér – en hvað sér auga mitt? Þið haldið mig skrókva þegar ég lýsi útsýninu – þannig að – fáíð ykkur sæti ágætu lesendur svo þið komist heilir frá þessu – en sannleikurinn er sagna bestur. Það sem við blasir hér í þessari gömlu og að mörgu leyti virðulegu borg eru rústir – segi og skrifa RÚSTIR – sumt jafnvel svo gamalt dót að óvíst er um upprunann! Og ekki nóg með að þessum ósköpum sé haldið til haga heldur er þetta sýnt – jafnvel erlendum gestum!

Hér væri nær að nota hinn íslenska drifkraft – moka yfir

dótið eins og gekk svo blessunarlega vel með gamla Víkurkirkju-garðinn og á nú að halda áfram með Ingólfstorg/Hallærisplan. Þannig mætti í Róm moka yfir Largo d'Argentina – þar sem Júlíus Cesar var drepinn um árið, henda Colosseum á haugana – eða alla vega draga það upp í Árbæ þeirra Rómverja og endurreisa þar rústirnar.

Hér í Róm skortir greinilega alla framtíðarsýn. Tillaga mín er einfaldlega sú, að íslenska þjóðin sýni nú loksins hvað í henni býr, fordæmið höfum við gefið jafnt og þétt með því að ryðja miðborg Reykjavíkur burt. Eðli málsins samkvæmt er embætti forseta Íslands hið eina sem væri þessum vanda vaxið – alvant þjóðarsefjun og aðstoð við íslenska ofurhuga.

Nú verði kýlt á alvöru útrás: Íslenskir hótelhugsjónamenn sam-einist um það – undir leiðsögn forseta lýðveldisins – að drífa þetta af stað. Samhliða því að miðborg Reykjavíkur verði hótelvædd frá Aðalstræti 6 og upp úr hefjist endurreisn Rómaborgar!!

FRÉTTIR VÍDSKIPTI SPORT UMRÆÐAN ÚTVARP LÍFIÐ SJÓNVARP

# HALLDÓR BALDURSSON

**vísir**  
- oft á dag

FRÁBÆRT VERÐ Á 42"

# FINLUX



Finlux 42FLHY905HU

**99.990**

ÁÐUR 119.990

## FINLUX 42" LCD SJÓNVARP

Vandað 42" Finlux sjónvarp með háskerpu upplausn, stafrænum DVBT móttakara og tveim USB tengjum. Flott tæki á frábæru verði.

### Háskerpu upplausn

Tækið er með vönduðum LCD skjá með 1920x1080 punkta háskerpu upplausn og 5ms svartíma sem gefur skarpa og góða mynd.

### Innbyggður margmiðlunarspilari

Tækið er búið margmiðlunarviðmóti og tveim USB tengjum, þannig að hægt er að tengja USB lykil eða flakkara við tækið og horfa á ljósmyndir og kvikmyndir. Styður öll helstu snið, t.d. DivX, MKV, MP3 og JPG.

### CI Kortarauf

Tækið er með innbyggðri CI kortarauf þannig að þeir sem eru með Digital Ísland frá Vodafone geta losnað við afruglarann frá Vodafone Digital Ísland og fá CA tengi sem er smellt í tækið.

### Vel tengjum búið

Tækið er með öllum helstu tengimöguleikum sem þarf í dag, 2xHDMI, 2xScart, VGA, Audio In, Heyrnartóstengi og 2xUSB tengi þannig að ekkert mál er að tengja leikjatölvur, heimabíó, heyrnartól og margt fleira við tækið.

HDMI™  
HIGH-DEFINITION MULTIMEDIA INTERFACE

USB

DVBT

FULL  
HD  
1080p

# Sjónvarpsmiðstöðin

FINLUX

RAFTÆKJAVERSLUN • SÍÐUMÚLA 2 • SÍMI 568 9090 • [WWW.SM.IS](http://WWW.SM.IS)



**67 JÓN ÓTTAR RAGNARSSON** næringsfræðingur á afmæli í dag.  
„Uppeldi er spurning um ögun og sköpun.“



## 175 ára afmæli

11. ágúst nk. verður

**Georg Ormsson**

vélvirkjameistari

90 ára

og þann 11. október nk. verður

**Ágústa Randrup**

85 ára

Í tilefni þess langar okkur hjón að bjóða ættingjum og vinum að samgledjast okkur í sal RKÍ að Smíðjuvöllum 8. Reykjanesbæ kl. 15.00–18.00 laugardaginn 11. ágúst.



Bróðir okkar,

**EIRÍKUR ÞORSTEINSSON**

frá Blikalóni,

Aðalbraut 5, Raufarhöfn,

lést á Heilbrigðisstofnun Pingeyinga, Húsavík, laugardaginn 4. ágúst. Útför fer fram frá Raufarhafnarkirkju laugardaginn 11. ágúst kl. 14.00.



Þorbjörg Jónatansdóttir  
Jóhann Kristinsson

Sigmar Þorsteinsson  
Ingibjörg Þorsteinsdóttir  
Grétar Þorsteinsson  
Sigríður Þorsteinsdóttir

Árni St. Guðnason



Elskulegur faðir okkar,

**LÁRUS JÓNASSON**

(Lalli) á Hellu

lést á Hjúkrunar- og dvalarheimilinu Lundi á Hellu 29. júlí. Útförin fer fram frá Oddakirkju laugardaginn 11. ágúst kl. 14.00.



Dröfn Lárusdóttir  
Drífa Lárusdóttir  
Örn Lárusson  
Fjóla Lárusdóttir  
Hrönn Lárusdóttir  
Ari Lárusson  
Sighvatur Lárusson



Þökkum innilega auðsýnda samúð og hlýhug við andlát og útför ástkærrar móður okkar, tengdamóður, ömmu og langömmu,

**SVEINÍNÚ GUÐRÚNAR**

JÓNSDÓTTUR

Dvalarheimilinu Höfða, Akranesi,

sem lést fimmtudaginn 26. júlí. Sérstakar þakkir fær starfsfólk Dvalarheimilisins Höfða, Akranesi.



Sverrir Haraldur Björnsson  
Anna Björnsdóttir  
Sævar Rafn Björnsson  
barnabörn og barnabarnabörn.

Ingibjörg Óladóttir  
Guðmundur Garðarsson



Innilegar þakkir fyrir samúð og hlýhug við andlát og útför elskulegs eiginmanns míns, föður okkar, tengdaföður, afa og langafa,

**SIGMUNDAR PÁLS LÁRUSSONAR**

múrarmeistarar,

Seljalandi 1, Reykjavík.

Sérstakar þakkir til starfsfólks lungnadeildar A6 á Landspítalanum í Fossvogi fyrir frábæra umönnun.



Anna Hjörleifsdóttir  
Sigdís Sigmundsdóttir  
Hjördís Sigmundsdóttir  
Benedikt Sigmundsson  
Lárus Sigmundsson  
Þóra Arnheiður Sigmundsdóttir  
barnabörn og barnabarnabörn.

Jón Óskarsson  
Kristinn Waagfjörð  
Erna Þórunn Árnadóttir  
Sandra Pohl  
Jóhannes Oddsson

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

Auglýsingar á að senda á auglysingar@frettabladid.is eða hringja í síma 512 5000.



**FJÓLSKRÚÐUG** Yip's-barnakórinn hefur flutt fjölbreytta tónleikadagskrá í yfir 45 löndum í sex heimsálfum frá árinu 1984 og heimsækir Ísland um helgina og tekur lagið með sínum einstaka hætti í Hörpu og Grensáskirkju.

MARGRÉT PÁLMAÐÓTTIR: TEKUR Á MÓTI YIP'S-BARNAKÓRNUM FRÁ HONG KONG

## Heimskunn frá Hong Kong

„Kórinn ferðast um heim allan og flytur fjölbreytta tónlist frá tíma endurreisnar til nútímans og hefur komið fram með heimsfrægum listamönnum, til dæmis hinum frábæra sellóleikara Yo-Yo Ma. Einnig hefur kórinn á þrjátíu ára ferli sínum sungið inn á fjölda geisladiska. Kórfélagar hafa fengið nokkra reynslu á óperusviðinu og hefur kórinn tekið þátt í óperusýningunum Carmen og Turandot við Hong Kong-óperuna árin 2005 og 2006,“ segir Margrét Jóhanna Pálmadóttir, aðalstjórnandi og stofnandi Stúlnakórs Reykjavíkur, sem tekur á móti hinum heimskunna Yip's-barnakór frá Hong Kong á morgun.

Kórinn syngur í Hörpu á sunnudag milli klukkan tvö til fjögur. „Þau verða með eina tónleikadagskrá í Hörpu og svo koma þau til okkar í þakklætisskyni og við skiljum eftir góða orku í Grensáskirkju,“ segir Margrét. Kórarnir sameina krafta sína við guðsþjónustu klukkan ellefu á sunnudaginn og á kveðjutónleikum í kirkjunni á þriðjudagskvöld klukkan hálf ný.



MARGRÉT PÁLMAÐÓTTIR

Sönglistastofnun Dr. Yip Wai-Hong í Hong Kong hefur frá árinu 1983 alið upp þúsundir tónlistarnema og er frumkvöðlastarf hans á sviði sönguppeldis vel þekkt víða um heim. Í kórnum eru rúmlega 800 nemendur og ferðast sérstakur tónleikakór um heiminn, þar á meðal hingað til lands. Í honum eru 42 söngvarar og hljóðfæraleikarar á aldrinum níu til sautján ára. Tónleikadagskrá Yip's-kórsins er með fjölbreyttasta móti. Hún inniheldur allt frá djassi, þjóðlagatónlist og trúarlegu efni til vel valdra Broadway-söngleikjalaga og hefur verið flutt í yfir 45 löndum í sex heimsálfum frá árinu 1984.

Þetta er önnur heimsókn kórsins til landsins en Margrét var gestgjafi hans árið 1996. „Þá söng hann og dansaði ógleymanlega á menningar-

nótt í Ráðhúsi Reykjavíkur,“ segir hún glöð. Kórnum var þá stjórnað af stofnandanum en nú stýrir Sincere Yip, dóttir hans, kórnum. Hún lauk meistaraþráðu í tónlistarkennslu frá UCLA í Los Angeles árið 1982.

„Stúlnakór Reykjavíkur er einnig fjölmennur á okkar vísu og eru félagar nú um 140 á aldrinum fimm til 25 ára. Kórinn tekur inn nýjar stúlkur á hverju ári og er þeim skipt í deildir eftir aldri og getu,“ segir Margrét og bætir við að stofnandi Yip's-stofnunarinnar hafi ekki átt orð yfir hreinan hljóm stúlnakórsins í fyrrnefndri heimsókn. „Hann spurði mig hvernig ég færi að því að búa til svona fallegan hljóm og ég sagði að það væri hernaðarleyndarmál. Það er samt staðreynd að börnin mín syngja mjög hreint þó við séum ekki með svona rosasýningu né æfum fimm sinnum í viku eins og þessir krakkar en ég segi alltaf að sama hvað þið syngið þá nennir enginn að hlusta á ykkur ef það er falskt,“ segir Margrét kokhraust.

halfridur@frettabladid.is

ÞETTA GERDIST: 10. ÁGÚST 1984

## Bjarni Friðriks á verðlaunapall á Ólympíuleikum

Júdoglímukappinn Bjarni Friðriksson hlaut bronsverðlaun á Ólympíuleikum í Los Angeles þennan dag árið 1984. Hann keppti í 95 kílógramma flokknum. „Það var kominn tími til að íslenski fáninn færi upp eftir flaggstönginni,“ sagði Bjarni eftir að hann hafði tryggt sér verðlaunin. Kóreuamaðurinn Ha Hyoun-Zoo sigraði í flokknum, annar varð Douglas Vieira frá Brasilíu. Bjarni hlaut síðan bronsið ásamt

Vestur-Þjóðverjanum Günther Neureuther. Glíman um verðlaunasætið gat staðið yfir í sjö mínútur en það tók Bjarna aðeins 4,45 mínútur að leggja Ítalann Yuri Fazi og bronsið var í höfn. Reyndar var Bjarni aðeins einum sentímetra frá því að keppa um gullið því í næstu viðureign áður, sem var við Douglas Vieira frá Brasilíu, lenti hann örlítið út af vellinum og ógilti með því glímuna.



Ástkær eiginkona, móðir, tengdamóðir, amma og langamma,

**GUÐRÚN ERLA OTTÓSDÓTTIR**  
Álakvísl 124, Reykjavík,

lést á líknardeild Landspítalans í Kópavogi 1. ágúst sl. Jarðarför verður auglýst síðar.

Jón Viðar Þormarsson  
börn, barnabörn, barnabarnabörn og tengdabörn.



Ástkær systir og frænka,  
**ÞÓRUNN STEINUNN JÓNSDÓTTIR**  
Snorrabraut 32, Reykjavík,

lést á handlækningadeild Landspítalans, þriðjdaginn 7. ágúst. Jarðsungið verður frá Áskirkju 14. ágúst kl. 13.00.

Ósk Jónsdóttir og systrabörn.



# FÓLK

KYNNINGARBLAÐ



## SJARMÖR Í HÖRPU

Stórsöngvarinn Tony Bennett verður með tónleika í Eldborgarsal Hörpu í kvöld. Bennett á að baki 60 ára feril en hann hefur sautján sinnum fengið Grammy-verðlaun og Emmy-verðlaun tvisvar. Hann hefur selt um 50 milljónir platna um allan heim.

## Blomberg

# TILBOÐS DAGAR

# 15-30% AFSLÁTTUR

AF BLOMBERG HEIMILISTÆKJUM

Ofnar, helluborð, uppvottavélar, kæliskápar og fleiri heimilistæki frá Blomberg á frábærum tilboðsverðum.



Blomberg BE09444X  
BÖKUNAROFN

Áður 109.990  
Nú 89.990



Blomberg MIN54306N  
SPANHELLUBORD

Áður 99.990  
Nú 79.990



Blomberg WNF7462A20  
ÞVOTTAVÉL 7kg / 1600sn

Áður 119.990  
Nú 99.990



Blomberg GUN3200X  
UPPVOTTAVÉL / STÁL

Áður 89.990  
Nú 69.990



**Einar Farestveit & Co.hf.**

Borgartúni 28 • Sími: 520 7900 • ef@ef.is • www.ef.is



# Holta

KJUKLINGUR

## ELDAÐ MEÐ HOLTA

**HOLTA KYNNIR** Sjónvarpskokkurinn Kristján Hlöðversson úr þáttunum Eldað með Holta á ÍNN gefur kjúklingauppskriftir alla föstudaga. Hér er hann með rifsberjamarineraðar Holtabringur með fylltum paprikum og mintusalsa.

Matreiðslumaðurinn Kristján Þór Hlöðversson sér um þáttinn Eldað með Holta á sjónvarpsstöðinni ÍNN. Þar matreiðir hann skemmtilega og litríka rétti úr Holtakjúklingi frá Reykjagarði. Á föstudögum birtast þessar uppskriftir hér í blaðinu. Í dag er hann með rifsberjamarineraðar

Holtabringur ásamt fylltum paprikum og mintusalsa. Hægt er að fylgjast með Kristjáni matreiða þennan girnilega rétt í kvöld klukkan 21.30 á sjónvarpsstöðinni ÍNN.

Þættirnir eru endursýndir yfir helgina en einnig er hægt að horfa á þá á heimasíðu ÍNN, [www.inntv.is](http://www.inntv.is).



## RIFSBERJAMARINERAÐAR HOLTABRINGUR MEÐ FYLLTUM PAPRIKUM OG MINTUSALSA

### MARINERING OG KJÚKLINGUR

800 g Holtabringur  
2 dl rifsber  
50 ml olía  
50 ml síróp  
3 stk. ferskur chili-pípar  
Safi úr 2 límónum  
Salt og pípar eftir smekk  
Látið liggja í marineringu í um 40 mínútur.

### FYLLTAR PAPRIKUR

150 g rjómaostur  
5 langar paprikur  
4 msk. paprikupestó frá Sacla  
2 msk. Chili Lime Chutney frá Smitom  
1 blaðlaukur  
Blandið öllu saman fyrir utan blaðlaukinn. Skerið toppinn af paprikunum og setjið fyllinguna í þær. Skerið blaðlaukinn endilangt í fimm parta og setj-

ið hann ofan í fyllinguna. Gott er að nota hann til að þrýsta fyllingunni vel inn í paprikurnar.

### SÆTAR KARTÖFLUR

2 sætar kartöflur skornar í 3 cm sneiðar. Setjið olíu yfir og síðan bragðbætt með salti og pípar.

### MINTUSALSA

1 dl fersk mintu, gróft skorin

1 dl extra virgin ólífuolía  
10 kirsuberjatómatar, hver skorinn í fjóra parta  
20 g fersk engiferrót, smátt skorin  
3 msk. síróp  
2 stk. ferskir chili-pípar, smátt skornir  
Blandið öllu saman og látið standa í 30 mínútur áður en borið er fram. Gangi ykkur vel og munið að Elvis lifir í okkur öllum með bros í hjarta.

# Sumar tilboð NINGS

- Djúpsteiktar rækjur með súrsætri sósu
- Wok steiktar eggjanúðlur með karrý og grænmeti
- Kjúklingur og grænmeti Kung Pao
- Stökkt svínakjöt og grænmeti orange
- Jasmín hrísgrjón og soyasósa.

3790  
krónur fyrir tvo  
**1895**  
krónur á mann

Tilboðið er eingöngu fyrir 2 eða fleiri



Vertu vinur okkar á facebook.  
Drögum út 20 vinnghafa í sumar á facebook, vertu með.

2 l. af Pepsi eða Pepsi Max á  
**99**  
krónur þegar þú kaupir Sumartilboð Nings

Nings-ís kókós eða mangó  
**149**  
krónur í allt sumar



NINGS

Suðurlandsbraut 6 • Stórhöfða 17 • Hlíðasmára 12 • sími 588 9899 • [www.nings.is](http://www.nings.is)



## PÖNKAD Á PATREKSFIRÐI

**Krakkafjör**

Mikið verður um að vera á Patreksfirði á morgun, laugardag, en þá verður svokallað Pönk á Patrö haldið í fjórða sinn. Hátíðin fer fram í Sjórnningjahúsinu og það er hljómsveitin Prinspóló sem fetar þar í spor Pollapönks, Diktu og Amiinu sem komið hafa fram síðustu árin. Prinspóló verður með tónlistarmiðju að deginum fyrir börn og unglinga og síðan tvenna tónleika. Fyrri tónleikarnir verða fyrir yngri kynslóðina en um kvöldið er 16 ára aldurstakmark.

# ÚTSÖLULOK



Fjögur verð

2.000

3.000

5.000

7.000

30% afsláttur af nýjum vörum



Laugaveg 54,  
sími: 552 5201

Við erum á Facebook

# ÚTSÖLULOK

laugardag



allt að  
**60%**  
afsláttur

**Lin**  
DESIGN

Lín Design Laugavegi 176 Sími 533 2220 www.lindesign.is



**LITAFEGURD**  
Allt snýst um Ólympíuleikana í London í sumar.  
MYND/APF

# LANGUR VINNUDAGUR Í ÓLYMPÍUÞORPINU

**EFTIRLITSMENN** Öflugt lyfjaeftirlit er á Ólympíuleikumum í London. Sex Íslendingar vinna við eftirlit á leikumum og eru vinnudagarnir langir.

**S**if Jónsdóttir líffræðingur er ein af sex Íslendingum sem starfa við lyfjaeftirlit á Ólympíuleikumum í London. Sif hóf störf í Ólympíuþorpinu 15. júlí og hóf strax undirbúning fyrir lyfjapróf sem fóru fram daginn eftir. Ólympíuþorpið var opnað 16. júlí fyrir keppendum en þar er stærsta lyfjaeftirlitsstöðin. „Á þeirri stöð prófum við íþróttamenn úr öllum keppnisgreinum í hálfan mánuð fyrir keppni en lyfjapróf eru tekin á keppendum bæði fyrir og eftir keppni.“

Vinnudagarnir eru langir og strangir á meðan á leikumum stendur og vinnur Sif sex daga vikunnar. „Starfsheiti okkar á Ólympíuleikumum er „Doping Control Officer“. Við sjáum um og berum ábyrgð á sýnatökuferlinu frá því að íþróttamaðurinn kemur inn í sýnatökuherbergið og þangað til öll sýni hafa verið innsiglið og pappírar frágengnir. Þetta er því talsvert langt og strangt ferli.“

Fyrir setningu Ólympíuleikanna starfaði Sif í Ólympíuþorpinu við lyfjaprófanir íþróttamanna áður en þeir hófu keppni. „Eftir að leikarnir byrjuðu vinn ég á aðalleikvanginum við lyfjaprófanir á frjálsíþróttafólkinu. Vaktirnar hér eru langar, ýmist frá klukkan níu á morgnana til sex á daginn eða frá sex til tvö um nóttu, sex daga vikunnar.“

Hópurinn frá Íslandi mun meðal annars lyfjaprófa keppendur í handbolta, frjálsfum íþróttum, sundi, körfubolta og sundknattleik.

Stór hópur fólks frá öllum heims hornum vinnur við lyfjaeftirlit á Ólympíuleikumum enda hafa skipuleggjendur leikanna gefið út að fleiri lyfjapróf verði gerð á leikumum í ár en nokkru sinni fyrir.

Sif segir að ein af ástæðunum fyrir því að London fékk leikana á sínum tíma hafi einmitt verið öflugra lyfjaeftirlit.

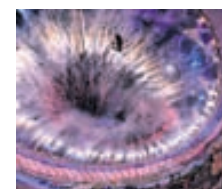
„Hér vinnur svakalega stór hópur frá öllum heimsálfum og er Alþjóða-ólympíusambandið mjög ánæggt með þessa fjölbreyttu flóru starfsmanna.“ Íslenski hópurinn býr, eins og aðrir sem starfa við lyfjaprófanir, á háskólagörðum miðsvæðis í London og ferðast þaðan á keppnisstaðina.

Fyrstu dagarnir í Ólympíuþorpinu voru rólegir að sögn Sifjar og segir hún varla sálu hafa verið á ferli. Síðustu dagana fyrir setningu leikanna hafi hins vegar allt fyllst af keppendum og þjálfurum. „Ferðamannastraumurinn jókst líka mikið hér í borginni síðustu dagana fyrir setninguna. Allar götur, lestarstöðvar og miðbærinn er fullur af fólki og allt skreytt fánum. Mér gafst meðal annars kostur á að sjá lokaæfinguna fyrir setningaráttina. Þar var mjög mikill mannfjöldi þannig að ég get rétt ímyndað mér hvernig þetta hefur verið eftir sjálfa athöfnina.“

Fyrir leikana átti Sif ekki von á að geta fylgst með nokkurri íþróttgrein enda þurfa starfsmenn að borga fullt verð eins og aðrir auk þess sem uppselt var á margar keppnir. „Ég fékk þó miða á leik Íslands og Argentínu í handbolta. Ef það kemur síðan óvæntur frítími á meðan við erum að vinna megum við fara og horfa á. Vonandi sé ég þá eitthvað af keppninni í frjálsfum íþróttum. Síðan mun ég fylgjast með maraþonhlaupinu á sunnudaginn sem er lokadagur hátíðarinnar. Þar keppir Kári Steinn Karlsson á götum borgarinnar en þá hef ég einmitt lokið störfum.“ ■ [starri@365.is](mailto:starri@365.is)



**LYFJAPRÓF**  
Sif Jónsdóttir líffræðingur starfar við lyfjaprófanir á Ólympíuleikumum í London.  
MYND/ÚR EINKASAFNI



**LITAFEGURD**  
Opunarhátíð Ólympíuleikanna í ár var glæsileg.  
MYND/APF

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

Útgefandi: **365 miðlar** | Ábyrgðarmaður: **Jón Laufdal**  
Sölumenn: **Jónína María Hafsteinsdóttir, [jmh@365.is](mailto:jmh@365.is)**, s. 512 5473  
**Sverrir Birgir Sverrisson, [sverrirbs@365.is](mailto:sverrirbs@365.is)**, s. 512 5432  
**Elsa Jensdóttir, [elsaj@365.is](mailto:elsaj@365.is)**, s. 512-5427 | Hönnun: **Silja Ástþórsdóttir**

10. ÁGÚST 2012

# Lífið

BYRJAD Í RÆKTINNI  
EFTIR SUMARIÐ

BUBBI SLÓ Í GEGN Í  
SUMARBRÚÐKAUPI

ÞÓRUNN ANTONÍA MEÐ  
KELLY OSBOURNE

## HJARTAÐ SLÓ ÞUNGUM SLÖGUM

RAGNHILDUR STEINUNN JÓNSDÓTTIR UM HEIMILDAR-  
MYNDINA HRAFNHILDI, FRAMANN OG HAUSTIÐ Á RÚV

**HVERJIR VORU HVAR?**

Það var þétt setið í brekkunni í Eyjum síðastliðna helgi á vel heppnaðri Þjóðhátíð. Mörg þjóðþekkt andlit sáust á hátíðinni en meðal þeirra voru sjónvarpskonan **Eva María Jónsdóttir** en hún mætti ásamt



sambýlismanni sínum Sigurpáli Scheving og öllum börnum þeirra. Einnig sást til lottó-stjórnandans **Vignis Freys Andersen** í brekkunni í góðum félagsskap. Anna Lilja Johansen skemmti sér einnig vel



ásamt sambýlismanni sínum og lögfræðingnum **Vilhjálm Vilhjálmssyni** og svo mátti sjá vinina Sverri Bergmann, Auðunn Blöndal, Hjörvar Hafliðason og Egil Egilsson í góðum gir.



**Lífið**

**UMSJÓN**

**Elly Ármanns** elly@365.is  
**Kolbrún Pálína Helgadóttir** kolbrunp@365.is

**Útgáfufélag** 365 miðlar ehf.  
**Útlitshönnun** Arnór Bogason  
**Auglýsingar** Sigríður Dagný Sigurbjörnsdóttir sigridurdagny@365.is  
**Lífið** Skaftahlíð 24, 105 Reykjavík, sími 512 5000 www.visir.is/lifid

**Forsíðumynd:** Elena Litsova  
**Förðun:** Elín Reynisdóttir

**LEIKUR AFTURGÖNGU**

Það gengur vel hjá leikkonunni Ísgerði Gunnarsdóttur sem flutti til Englands í byrjun sumars til að reyna fyrir sér í kvikmyndabransanum þar en hún landaði nýlega hlutverki í breskri bíómynd sem afturganga.

„Tökur byrjuðu núna í vikunni og fyrsti dagurinn minn var á mánudaginn. Þetta er spennumynd sem ber vinnuheitid Four Walls. Leikstjórinn heitir JP Davidson og er líka handritshöfundur. Framleiðandi er Eye-line Entertainment. Ég leik afturgöngu sem dó á dularfullan hátt svo þetta er mjög blóðugt hlutverk. Ég veit ekki hvort mamma eigi eftir að vilja sjá þetta,“ segir Ísgerður.

„Ég fékk sent handritið og las það áður en ég fór í inntökuþrófið. Svo var mér sagt hvaða senu við færum í og við gerðum hana á nokkra mismunandi vegu og svo stuttu seinna var haft samband við umboðsmanninn minn og mér boðið hlutverkið.“

Það hlýtur að taka á að leika hlutverk þar sem þú ert útötuð í blóði? „Jú, það var svolítið erfitt af því það var svo rosalega mikið blóð. Það var þrædd slanga í gegnum hárið á mér sem lét blóðið leka niður andlitið á mér svo það var svolítið erfitt að halda augunum opnum en maður gerir auðvitað allt til að þetta líti sem best út.“



Ísgerður leikur afturgöngu í bíómynd.



Pórunn og Kelly Osbourne á góðri stundu.

**HITTI KELLY OSBOURNE Í CHICAGO**

Pórunn Antonía Magnúsdóttir, sem gaf nýverið út plötuna Star-Crossed, hitti enga aðra en Kelly Osbourne á tónlistarhátíðinni Lollapalooza í Chicago. Of Monsters and Men og Sigurrós komu fram á hátíðinni sem og Pórunn. Hún söng með hljómsveitinni Thenewno2. Pórunn er gestasöngkona á plötu hljómsveitarinnar sem kom út í Bandaríkjunum í sumar. Pórunn hefur í nægu að snúast um þessar mundir því hún planar að halda útgáfutónleika á næstunni. Þá kemur hún fram á Gay Pride í lok skróðgöngunnar á morgun.

**Herra Hafnarfjörður lokar?**

- Öll jakkaföt 15.000 kr.
- Stakir jakkar 10.000 kr.
- Kakí buxur 5.000 kr.
- Gallabuxur 2.000-5.000 kr.
- Skyrtur 5.000 kr.
- Bolir 1.000-2.000 kr.

**FJÖRÐUR**  
www.fjordur.is

**Herra hafnarfjörður**

Firði Hafnarfirði | Sími 572 3400

**BENSÍNLAUS OG BARNIÐ AÐ FÆÐAST**

Það munaði litlu að Karl Bjarni Guðmundsson, sem kenndur er við Idolið, næði ekki á spítalann í tæka tíð daginn sem stúlkan hans og Brynhildar Söru Brynjólfssdóttur kom í heiminn þann 28. júní síðastliðinn.

„Það gekk ekki snurðulaust að koma þeim mæðgum upp á spítala því ég varð bensínlaus á Reykjanesbraut rétt við Grindavíkurfleggjara vegna þess að það er ekki hægt að taka bensín með seðlum eftir klukkan 18.00 í Grindavík. Brynhildur bar sig vel þrátt fyrir tvær til þrjár mínútur á milli hriða. Hún sagði við mig á milli hriðanna: „Alveg týpískt fyrir þig Kalli!“. Þá var mamma mín ræst út sem ræsti Hrefnu vinkonu sína sem skutlaðist með okkur á spítalann og þar mætti krúttspregjan rúmum klukkutíma síðar, 3850 grömm og 52 sentimetrar,“ segir Kalli Bjarni glaður í bragði. Þess má geta að Kalli spilar á Eyrarbakka hátíðinni um helgina.







**30%**  
afsláttur  
springfield  
sófar

Springfield 3ja sæta áður kr. 231.900 nú kr. 162.300 / 2ja sæta kr. 188.700 nú kr. 132.000



**20%**  
afsláttur

Narfe sófi áður kr. 235.700 nú kr. 188.560



**20%**  
afsláttur

Fama sófi áður kr. 254.400 nú kr. 199.900



**20%**  
afsláttur

Bordeaux eikarskápur áður kr. 206.800  
nú kr. 166.400

# ÚTSALA

TAKMARKAÐ MAGN AF HVERRI VÖRU



**30%**  
afsláttur

Verdi leðurstóll áður kr. 136.900  
nú kr. 95.800



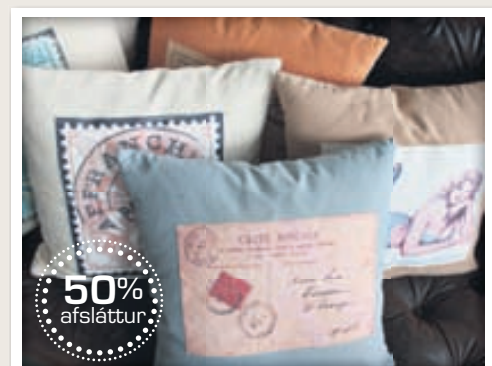
**30%**  
afsláttur

Shabby stóll áður kr. 188.800 nú kr. 129.900



**20%**  
afsláttur

Simone 3ja sæta áður kr. 206.000 nú kr. 164.800



**50%**  
afsláttur

Vintage púðar áður kr. 8.900 nú kr. 4.450

# LÍNAN

Bæjarlind 16 | 201 Kópavogur | sími 553 7100 | linan.is  
Opið mánudaga til föstudaga 12 - 18 | laugardaga 11 - 16

# BUBBI GERÐI DAGINN ÓGLEYMANLEGAN

Hjónin Rósa Lind Björnsdóttir og Atli Steinn Guðmundsson létu pússa sig saman laugardaginn 30. júní. Atli deildi með okkur deginum sem var draumi líkastur.

## Hvar og hvenær giftuð þið ykkur og er ástæða fyrir dagavalinu?

Okkur finnst þetta svo sterk og falleg tala, 30.06.12. Í minni fjölskyldu eru nánast allir fæddir á dögum þar sem dagsetningin er deilanleg með þremur en aðallega eru þetta sameinaðir dagar okkar Rósu, ég er fæddur 30.03 og hún 28.06. Svo spilaði auðvitað inn í að auðvitað varð þetta að vera laugardagur og um sumar. Við giftum okkur í Hallgrímskirkju og vinir og ættingjar fóru bara býsna langt með að fylla hana. Séra Bjarni Karlsson spurði hvort við þekktum virkilega allt þetta fólk. Við sögðumst ekkert vita hverjir þetta væru.

**Hvað hafið þið verið lengi saman?** Allt of lengi, ha ha! Nei, í alvöru talað þá hófst samband okkar í febrúar 2007 en kynnin ná mun lengra aftur því við kynntumst haustið 2003 þegar ég hóf störf á innheimtusviði tollstjórans í Reykjavík en þar hafði Rósa þá starfað um nokkurra ára skeið. Fólk skyldi því fara varlega með að bölvu tollinum svo sem oft er gert því þar hefur fleira kviknað en kröfur um aðflutningsgjöld og virðisaukaskatt. Þar hefur sjálf ástin lagt á sína tolla og gjöld sem seint verða greidd að fullu.

## Bubbi í brúðkaupinu

**Hvaða lög tók Bubbi?** Margar helstu perlor ferils síns. Við höfðum lagt fram óskalista með þremur lögum sem við vildum endilega heyra og hann tók tvö þeirra en bætti svo við frá eigin brjósti. Hann byrjaði þetta á Fallegur dagur og gerði það virkilega vel eins og hans er von og vísa en í kjölfarið fylgdu Svartur afgang, Rómeó og Júlía, Stál og hnífur og að lokum Borgarbarinn sem kannski ekki allir kveikja á strax



Bubbi og brúðhjónin bregða hornunum á loft eftir frábæra tónleika. Lifi rokkið!

MYND/BRYNJAR SIGMUNDSSON.

en er af plötunni Von frá 1992 og með listagóðri suðrænni sveiflu sem er kannski ekki alveg eitt af helstu einkennum Bubba en kallaði fram alveg gríðarlega stemningu í veislunni.

**Hvernig tengist Bubbi ykkur?** Bara eins og svo mörgum Íslendingum, við erum harðir aðdáendur og ég hef verið það allt frá því ég var níu ára 1983 og hann nýkominn af stað með feril sinn. Plöturnar hans eru sennilega það sem er oftast í spilaranum hjá okkur í stofunni hérna heima í Sandnes. Við ákváðum fyrir meira en ári að reyna að fá hann til að taka þetta að sér og höfðum samband við umboðsskrif-

stofuna hans strax þá og hann var til í þetta. Hans framlag gerði daginn algjörlega ógleymanlegan og við erum mjög þakklát.

**Hvernig var svo brúðkaupsveislan?** Ég hef nú haldið nokkrar veislurnar um ævina en ekkert hefur heppnast svona svakalega vel. Það er svo sem minnst mér að þakka, ég sat bara hérna í Noregi og sendi tölvupóst í allar áttir. Mestu munaði um Árna Björnsson, eiganda Spot, sem eiginlega gerði draum minn um stóra og eftirminnilega veislu mögulegan. Kári Snær, bróðir minn, sem er kokkur í Bláa lóninu, töfraði fram hlaðborð sem hefði sómt sér í öllum bankapartýum ársins 2007 með

eða án Elton John og Jói Fel, minn ágæti félagi úr stálinu í World Class til margra ára, bakaði allt annað en vandræði með því borgvirki af tertu sem hann tefldi fram. Þá sá Heiðar Ingi Svansson veislustjóri um að við hjónin þyrftum ekki að gera neitt í veislunni annað en slaka á og njóta lífsins. Þarna komu rúmlega 200 manns og skemmtu sér alveg hreint konunglega. Ég ætla rétt að vona að jarðarförin mín verði annað eins partý.

## Líður vel í Noregi en sakna Íslands

**Áður en við kveðjum þig – hvernig er að búa í Noregi?** Alveg yndislegt. Síðan við fluttum hingað í maí

2010 hefur leiðin legið nánast lóðrétt upp á við. Við byrjuðum að skúra á Háskólasjúkrahúsinu í Stavanger og urðum bæði yfirmenn þar með viðkomu á haustvertíð í sláturhúsi. Núna, tveimur árum síðar, erum við bæði fastráðin hjá fyrirtækjum innan norska olíuöndunarinnar þar sem nóg verður að gera að minnsta kosti þangað til við förum á eftirlaun svo það er sennilega skynsamlegasti staðurinn að vera á. Við söknum Íslands þó mikið og þótti mjög vænt um þessar tvær vikur sem við áttum á landinu kringum brúðkaupið. Best var svo að koma til Noregs aftur með fulla tösku af lifrarpylsu, SS-pylsum og hangikjöti.

22.–31. október

# Madeira

Madeira er stundum nefnd „skruðgarðurinn í Atlantshafinu“ enda með fádæmum gróður-sæl og býr yfir einstökum náttúrutöfrum. Á eyjunni ríkir afar þægilegt loftslag allan ársins hring. Innan um tilkomumikil fjöll, vínekrur, ávaxtagarða og fagran hitabeltisgróðurinn hafa eyjaskeggjar skapað hina fullkomnu aðstöðu ferðamannsins. Í þessari sérferð verður dvalið á góðu 4\* hóteli skammt fyrir utan höfuðborgina. Fjöl margar spennandi kynnisferðir eru innifaldar í verði ferðarinnar þar sem farþegar kynna töfrum þessarar fallegu eyju.

**Verð kr. 233.900 á mann í tvíbýli**

Innifalið: Flug, skattar, gisting á 4\* hóteli með hálfu fæði í 9 nætur, 5 kynnisferðir, akstur til og frá flugvelli og íslensk fararstjórn. Miðað við lágmarkspátttöku 20 manns.

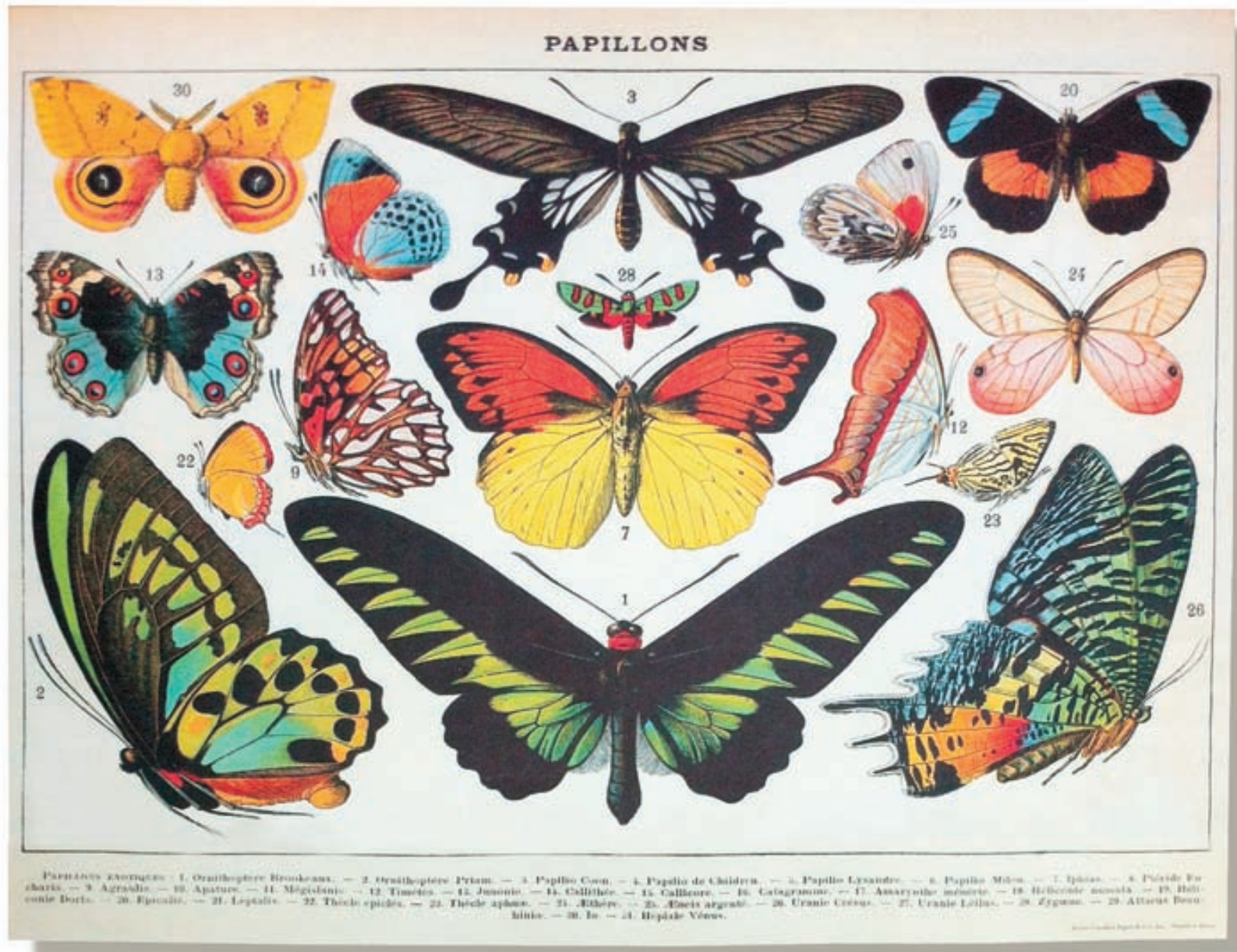
Skógarhlíð 18 • 105 Reykjavík • Sími 595 1000 • Fax 595 1001 Akureyri sími: 461 1099 • www.heimsferdir.is



MYND/BJÖRGVIN HILMARSSON

# nýstárlegar gjafir - spennandi gripir

Í Minju finnur þú fallega íslenska hönnun jafnt sem gjafvörur frá öllum heimshornum



**Vintage plaggöt** (50x70 cm). Mikið úrval af einstaklega flottum gamaldas plaggötum. Aðeins kr. 750,-



## skissu- og minnisbækur

3 í pakka: línustrikuð, rúðustrikuð og óstrikuð Kr. 1.990,-



## Heico lamparnir vinsælu

Kanína 5 litir.....kr. 7.400,-  
Sveppur 6 litir.....kr. 6.200,-  
(Fjöldi annarra Heiko lampa)



## Dýrapúðar

eftir Ross Menuez  
Mikið úrval, 2 stærðir  
Górilla (37x25 cm) kr. 7.700,-



## Linsukrús

Kaffikrús í dulargervi  
Kr. 2.490,-



## KeepCup kaffimál

Espresso mál.....kr. 2.100,-  
Lítið mál.....kr. 2.290,-  
Miðlungs mál.....kr. 2.490,-  
Stórt mál.....kr. 2.690,-

## Fuglapeysa

Handprjónuð peysa  
úr léttlopa.  
Kr. 29.900,-

Prjár gerðir:  
Lundi (ljósgrá)  
Fálki (ljósgrá)  
Máfur (svört)



## High Heel kökuspaði

High Heel kökuspaði.  
Kr. 2.990,-





MYND/ELENA LITSOVA

# STRAX BYRJUÐ Á ANNARRI MYND

Ragnhildur Steinunn Jónsdóttir frumsýndi sína fyrstu heimildarmynd í vikunni um transkonuna Hrafnhildi. Myndin hefur vakið verðskuldaða athygli og Ragnhildur að vonum ánægð með góð viðbrögð enda hefur myndin átt hug hennar og hjarta síðustu fjögur árin. Hægt verður að sjá myndina í Bíói Paradís næstu daga. Lífið hitti þessa orkumiklu og duglegu konu og forvitnaðist um framtíðina á skjánum og fleira skemmtilegt.

## RAGNHILDUR STEINUNN JÓNSDÓTTIR

ALDUR 31 árs

HVAR ERTU ALIN UPP í Reykjanesbæ  
ÁHUGAMÁL Fjölskyldan, dans, íþróttir, tónlist, sjónvarp

Ragnhildi Steinunni þarf vart að kynna, enda löngu orðin þekkt andlit á skjánum eftir margra ára starf sitt á RÚV. Ragnhildur mun halda áfram með þættina Íspjóð-

in sem fjalla um ungt afreksfólk. Landsmenn munu því miður ekki sjá mikinn dans þennan veturinn því hætt hefur verið við seríu tvö af Dans Dans Dans og henni frestað um ár af fjárhagslegum ástæðum. En að nýjasta afreki þessarar ungu og duglegu konu;

**Hvernig tilfinning var það að sjá myndina fullbúna á skjánum?** Þetta var mjög skrýtin tilfinning, ég verð

að viðurkenna að ég var mjög stressuð og ég fann að hjartað sló þungum slögum.

**Hvað tók allt ferlið langan tíma, allt frá því að hugmyndin fæddist?** Ég og unnusti minn byrjuðum að lesa okkur til um transmál fyrir fimm árum. Upptökur hófust síðan fyrir fjórum árum þannig að ferlið hefur verið langt.

**Hvað fékk þig upphaflega til að sýna þessu málefni áhuga?** Í rauninni má segja að hugmyndin hafi kviknað fyrir fimmtán árum þegar ég var að þjálfra fimleika í Keflavík. Í fimleikahópnum var sjö ára strákur sem hét Valur en það mig um að kalla sig Völu Grand því hann væri stelpa. Ég man að ég hugsaði með mér að það yrði áhugavert að fylgjast með þessum strák/stelpu í framtíðinni.

Á þessum tíma hafði ég þó lítið vit á heimildarmyndagerð. Mörgum árum síðar, þegar ég byrjaði að vinna hjá RÚV, varð mér oft hugsað til Völu Grand. Þegar ég svo byrjaði að vinna í Kastljósinu var hún fyrsta viðfangsefni mitt. Ég tók viðtal við hana og pabba hennar.

Eftir viðtalið fylgdist ég náið með Völu og var staðráðin í að gera heimildarmynd um hana. Vala kynnti mig síðan fyrir Hrafnhildi og við vorum sammála um að Hrafnhildur hentaði betur fyrir myndina.



MYND/ELENA LITSOVA

## Mind Xtra

fyrir konur eins og þig

Verð  
1000 - 5000

Verslunin lokar  
1. september  
Allt á að seljast

# MINÐ

Smart verslun fyrir konur - Firði Hafnarfirði

Sími 534 0073

www.fjordur.is



Hrafnhildur með myndakassann úr for-tíðinni en hún var treg til að sýna hann.

Hrafnhildur sem barn og á unglingsárunum áður en hún skipti um kyn.

**Varð verkefnið erfiðara en þá áttir von á?** Já, mun erfiðara. Ég hafði ekki gert mér grein fyrir hversu mikill tilfinningarússí-bani þetta ferli yrði fyrir Hrafnhildi og hvernig henni myndi líða að hafa mig í eftirdragi á erfiðum stundum. Ferlið var langt og strangt fyrir Hrafnhildi og stundum komu tímabil þar sem hún vildi ekki tala við mig, vildi ekki gera þessa mynd. Hún kveið því að vera opinber manneskja og hún hræddist viðbrögð fólks. Ég varð oft á tíðum meðvirk og fór að efast um að myndin myndi gera Hrafnhildi gott. Hvað ef fólk myndi dæma hana eða hún fengi slæm viðbrögð?

Ég vildi náttúrulega alls ekki valda því að lífið yrði erfiðara fyrir hana og stundum var ég hrædd um að myndin gæti leitt til þess. Við fórum hins vegar í gegnum þessi tímabil saman, ég þurfti að læra að halda ákveðinni fjarlægð frá tilfinningum Hrafnhildar og treysta sjálfri mér og mínum

”

Ég held að myndin hafi mikla þýðingu. Það hefur lítið verið rætt um málefni trans-fólks undan-farin ár, að undanskildu þessu ári.

faglegu ákvörðunum um hvenær væri rétt að pressa á Hrafnhildi að hleypa mér að sér og hvenær ekki. Smám saman lærði hún að treysta mér og tala opinskátt um hluti sem hún hafði bælt niður í mörg ár.

Í dag segir hún að myndin hafi verið hálfgerð uppgjör fyrir sig. Hún fór með mér í gegnum þessar erfiðu tilfinningar, sem hún hafði fundið fyrir á unglingsárunum og ræddi opinskátt við fjölskyldu sína. Ég man eftir einum mjög eftirminnlegum tókudegi. Ég hafði lengi spurt Hrafnhildi hvort hún ætti ekki gamlar myndir af sér – myndir frá því að hún var strákur. Hún sagði alltaf nei – að það hefði verið til kassi en hann væri bara

## BODY SHOP KYNNIR:

Nýr hörundsúði frá **THE BODY SHOP** hentar vel þeim sem kjósa að bera léttan náttúruilm fremur en þungt ilmvatn.

Um náttúrulegt seyði úr ávöxtum, hnetum eða blómum er að ræða en vínandi úðans er eimaður úr lífrænt ræktaðum sykurrey í Ekvador. Verslanir Body shop eru í Kringlunni, Smáralind og á Glerártorgi. [www.facebook.com/TheBodyshop](http://www.facebook.com/TheBodyshop) á Íslandi.



skemmtilegri

## Fyndnasti mánuður ársins er hafinn!

# STEINDINN OKKAR

## 3. ÞÁTTARÖÐ

Steindinn okkar kemur eins og riddari á hvítum hesti inn í sjónvarpið þitt í ágúst. 3. þáttaröðin slær öll met í myndi og óvæntum uppkomum. Lögin með Steinda og félögum eru að sjálfsögðu á sínum stað auk þess sem hann platar ótal fræga Íslendinga með í grínið. **Hefst 23. ágúst.**



## GÓÐA SKEMMTUN Í ÁGÚST!

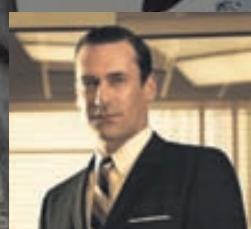
#STÖÐ2



**THE KILLING**  
Nú kemur loksins í ljós hver drap Rosie Larsen!  
Sunnudaga kl. 22.05



**PILLARS OF THE EARTH**  
Magnar þættir í anda Game of Thrones.  
Mánudaga kl. 21.40



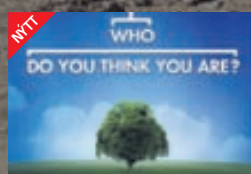
**MAD MEN**  
Einn besti dramaþáttur sögunnar snýr aftur.  
Sunnudaga kl. 21.35



**EVROPSKI DRAUMURINN**  
Nú er komið að hrikalegu lökauppgjöri hjá strákunum!  
Föstudaga kl. 20.05



**BRIDESMAIDS**  
Ein besta gamanmynd síðari ára!  
Miðvikudaga kl. 20.00



**WHO DO YOU THINK YOU ARE?**  
Ættartré fræga fólksins.  
Mánudaga kl. 22.40



**VEEP**  
Nýr gamanþáttur sem er tilnefndur til Emmy verðlauna.  
Mánudaga kl. 20.50



**UP ALL NIGHT**  
Frábærir gamanþættir um nýbakaða foreldra.  
Miðvikudaga kl. 20.25



**MASTERCHEF**  
Gordon Ramsey leitar að besta áhugakokki Bandaríkjanna.  
Fimmtudagadaga kl. 20.05



**BARNAEFNI**  
Frábært skemmtiefni fyrir þá yngri – allt á íslensku!  
Alla virka daga og allar helgar

## FRAMHALD AF Síðu 7

týndur og hún kærði sig ekkert um að leita að honum eða sýna þær myndir. Ári síðar barst talið aftur að myndakassanum og Hrafnhildur færðist undan og vildi lítið tala um kassann.

Daginn eftir var bankað heima hjá mér, ég fór til dyra og viti menn þar stóð Hrafnhildur glottandi með myndakassanum og sagði „Hér er kassinn og ég treysti þér.“ Ég varð svo glöð að ég hljóp inn og náði í simann minn til taka mynd af þessu „momenti“, ég bara varð að festa þetta á filmu. Ég var afar þakklát fyrir traustið sem hún sýndi mér og við fórum í gegnum myndirnar og allar þær erfiðu minningar sem þeim fylgdi.

**Voru einhverjar sérstakar hindranir á veginum við gerð myndarinnar?** Það kom mér á óvart þegar ég hóf fjármögnun myndarinnar fyrir fjórum árum hversu mörg fyrirtæki vildu ekki tengjast myndinni því hún væri um transfólk – það gæti skaðað ímynd fyrirtækisins. Mér krossbrá því fyrir mér var þetta mannréttindamál og stuðningur við hóp sem hafði ekki notið réttinda í kerfinu.

Það kom mér líka á óvart hversu erfitt var að fá fagfólk í viðtöl fyrst um sinn. Heilbrigðisstarfsmenn voru hræddir, ég upplifði þessa umræðu sem mikið „tabú“ þegar ég byrjaði. Umræðan hefur hins vegar breyst gríðarlega á síðasta ári sem er gleðilegt.

**Var Hrafnhildur aldrei hrædd við að opinbera þetta ferðalag sitt?** Hrafnhildur var óviss frá upphafi hvort það væri rétt fyrir hana að opinbera ferðalag sitt með þessum hætti. Þegar ég spurði hana fyrst hvort ég mætti fylgja henni eftir í gegnum ferlið sagði hún nei. Þegar við svo ræddum um tilgang myndarinnar skipti hún um skoðun.

Hún vildi segja sögu sína til að hjálpa öðrum.

**Hvernig leið henni er hún horfði á myndina?** Hrafnhildur sá myndina fyrst á frumsýningunni! Ótrúlegt en satt. Þegar ég var búin að grófkippa myndina bauð ég henni að horfa á hana en þá fannst henni hún ekki tilbúin að sjá hana. Svo leið tíminn og hún ætlaði alltaf að sjá myndina þegar hún væri næstum fullunnin.

Hún treysti sér hins vegar aldrei til þess og að lokum ákvað hún að horfa bara á hana á frumsýningunni.

**Hvaða þýðingu hefur þessi mynd fyrir transfólk á Íslandi yfir höfuð?** Ég held að myndin hafi mikla þýðingu. Það hefur lítið verið rætt um málefni transfólks undanfarin ár, að undanskildu þessu ári. Réttindabarátta transfólks er rétt að hefjast hér á landi og nú í júní tóku gildi lög um réttindi þess.

**Eigum við mögulega von á fleiri heimildarmyndum eftir þig?** Já, ég er nú þegar byrjuð á nýrri mynd en það kemur í ljós síðar um hvað hún er.

**Haustið á RÚV– munum við halda áfram að sjá þig á skjánum þar?** Þessa dagana er ég að klára upptökur á Ísþjóðinni sem eru þættir um ungt afreksfólk.

Ég er einmitt á leiðinni á Ólympíuleikana til þess að fylgja maraþonhlauparanum Kára Steini Karlssyni eftir en hann verður einn af viðmælendum Ísþjóðarinnar í ár.

**Hefur gengið vel að sameina fjölskyldulífið og óreglulegan vinnutíma í kringum sjónvarpsstarfið og heimildarmyndina?** Það er auðvitað stundum erfitt að sameina þetta allt en það gengur með góðum manni.

**Eitthvað að lokum?** „Að þora er að missa fótanna um stund, að þora ekki er að tapa sér að eilífu.“ Lífsspeki úr dagbók Hrafnhildar sem hefur fylgt mér síðan við kynntumst.



MYND/ELENA LITSOVA

## UPPÁHALDS

**HREYFINGIN** Hlaup og hitt og þetta

**MATUR** Nautasteik

**VEITINGASTAÐUR** Hereford

**HVAÐA SNYRTIVÖRUR NOTAR ÞÚ DAGLEGA** Harmony kinnalit frá Mac og maskara frá Estée Lauder

**HÖNNUÐUR** Enginn sérstakur

**TÍMARIT** Vogue

**SJÓNVARPSÞÁTTUR** Allir þættir Stephen Fry.



Íbúðalánasjóður

## Kynntu þér lán og aðra þjónustu Íbúðalánasjóðs

- Lán til íbúðarkaupa
- Lán til endurbóta og viðbygginga
- Aukalán vegna sérþarfa
- Ráðgjöf og úrræði í greiðsluvanda

SÍÐUSTU

DAGAR

ÚTSÖLUNNAR

the  
PIER

SMÁRATORGI 522 7860 • KORPUTORGI 522 7870 • GLERÁRTORGI 522 7880



# KOMDU ÞÉR Í FORM EFTIR SUMARFRÍÐ

Sumarið er yndislegur tími en því fylgir grill, sósur, vín og gos, svo ekki sé minnst á eftirréttina. Við erum fljót að telja okkur trú um að við eigum skilið að dekra við okkur en nú fer daginn að stytta og ráð að koma sér aftur í heilbrigða góða rútinu eftir sumarfríið. Freyja Sigurðardóttir, margfaldur Íslandsmeistari í fitness, veit hvernig hægt er að komast í form eftir sumarfríið.

**1** Farðu út að labba, skokka eða synda. Á meðan veðrið er svona gott þá er um að gera að nýta það. Það er mjög góð æfing að fara út í hreint loft að taka góða æfingu til að koma sér af stað. 30-50 mínútna ganga, skokk eða sund er frábær hreyfing.

**2** Ekki byrja of geyst því ef þú ferð of geyst af stað aukast líkurnar á að þú gefist upp vegna eymsla og þreytu eða jafnvel álagsmeiðsla. Best er að auka álag smám saman, þannig finnur þú stöðugt aukna vellíðan og hefur ánægju af æfingunum.

**3** Þetta verður að vera gaman. Þú ert mun líklegri til að halda þig við æfingarnar ef þú hefur gaman af þeim. Ef þér leiðist þjálfunin prófaðu þá eitthvað nýtt. Hafðu líka í huga að hugarfarið skiptir máli. Oft fer manni fljótt að finnast gaman að æfingunum þegar maður finnur fyrir auknum styrk, þoli og vellíðan sem þessu fylgir.

**4** Fjölbreytni er mikilvæg. Komdu í veg fyrir að þú fái leið á æfingakerfinu þínu með fjölbreyttum æfingum. Það eru ótal margar leiðir til að hreyfa sig og þjálf líkam-

ann. Það er þess virði að prófa sig áfram og finna það sem hentar þér.

**5** Mataræðið. Eigum við að ræða það eitthvað? HÆTTU AÐ SVINDLA. Ef þú neytir fleiri hitaeininga á dag en líkaminn brennir þá að sjálfsgöðu fitnar þú. Þetta er ekki flókið dæmi. Ef þú vilt léttast hratt og örugglega – haltu þig þá við þann hitaeiningafjölda sem áætlaður er fyrir hvern dag. Gerðu þér grein fyrir því að ef þú borðar eina súkkulaðikexköku á dag til viðbótar við það sem þú borðar venjulega þá eru líkur á því að þú bætir á þig fimm kílóum á einu ári.

**6** Hreyfðu þig. Ef þú vilt léttast hratt – byrjaðu í líkamsrækt. Allar tegundir af líkamsþjálfun sem fá þig til að hækka hjartsláttinn þinn, BRENNA FITU. Hreyfðu þig af krafti í 20-30 mínútur á góðum hraða þannig að þú verðir móð/ur og heit/ur og þú munt brenna hitaeiningum af krafti. Regluleg styrktarþjálfun eykur grunnbrennslu líkamans sem þýðir að þú brennir fleiri hitaeiningum allan sólarhringinn. Líkamleg þjálfun gefur þér aukinn styrk, betri líðan, eykur brennsluna og þar með fjúka kílóin fyrir.

**7** Ekki stoppa í sjöppunni. Tíma-skortur getur orðið til þess að við neytum tilbúinna rétta í auknum mæli. En með því að elda sjálf/ur hefur þú meiri möguleika á að gera máltíðina hollari og betri. Það þarf ekki að taka svo langan tíma – hægt er að finna fjölmargar góðar uppskriftir að réttum sem er einfalt og fljótlegt að matreiða. Svo er um að gera að virkja börnin, fá þau með í eldamenskuna og fræða þau um mikilvægi þess að elda holla fæðu.

**8** 5-6 litlar máltíðir á dag. Þú hefur heyrt þetta áður er það ekki? Þetta skiptir öllu máli. Það að undirbúa hvern dag fyrir sig er ekki svo mikið vesen. 5-6 litlar máltíðir á dag viðhalda brennslu líkamans og þú hættir þessu kvöldsnarli. Morgunmat er mikilvægasta máltíð dagsins. Borðaðu ávexti og grænmeti milli mála. Borðaðu ágætis hádegismat og próteinríkan kvöldmat.

**9** Drekktu VATN og neyttu áfengis í hófi. Hófllegt magn af áfengi er ekki skaðlegt en mikil neysla þess hefur án efa slæm áhrif á heilsuna. Áfengi veikir ekki aðeins mótstöðu-aflið heldur eykur einnig matarlyst. Neyttu því áfengis í hófi ef þú vilt léttast hratt. Vatnsdrykkja, aftur á móti, er góð fyrir heilsuna. Drekktu því meira vatn – það verður aldrei of oft sagt.



**” Gerðu þér grein fyrir því að ef þú borðar eina súkkulaðikexköku á dag til viðbótar við það sem þú borðar venjulega þá eru líkur á því að þú bætir á þig fimm kílóum á einu ári.**



Við flytjum þér góðar fréttir

365 miðlar treysta okkur fyrir öruggri dreifingu á Fréttablaðinu

Postdreifing

## HVAÐ GERA ÞÆR?



### ÁSDÍS OLSEN

Háskólakennari í lífsleikni og núvítund

„Ég er með gerikomplex eins og dætur mína kalla það. Ég þarf alltaf að vera að. Ég skokka og er í gönguhópi og stunda svo hugleiðslu til að halda mér á jörðinni. Svo er ég í jógakennaranámi og kenni núvítund úti um allan bæ.“



### MÆJA SIF DANÍELSDÓTTIR

Listakona

„Ég er nýbyrjuð í einkaþjálfun hjá Steinari í Bootcamp. Hann er æðislegur og svo er ég núna að borða allt grænt.“



### ÁGÚSTA JOHNSON

Framkvæmdastjóri

„Leiðin til að koma sér í form eftir sumarfríið er að skipuleggja sig, koma líkamsræktinni inn í dagskrána og huga að því að koma góðri reglu á mataræðið og fækka hitaeiningum aðeins.“



VINSÆLASTA MYND SUMARSINS!

græna  
ljósið  
-betra bíó

Sýningum  
fjölgað  
í öllum bíóum til að  
anna eftirspurn.  
Sýningartímar og  
miðasala á  
Miði.is



„Bætir, hressir og kætir.“

- Haukur Viðar Alfreðsson, Fréttablaðið



„Heillandi leikur og falleg saga.“

- Helgi Snær Sigurðsson, Morgunblaðið

BYGGÐ Á SANNRI SÖGU

François Cluzet Omar Sy  
**Intouchables**

Vertu vinur okkar og þú gætir unnið miða!



[www.facebook.com/graenaljosid](http://www.facebook.com/graenaljosid)



<https://twitter.com/graenaljosid>

SÝND Í HÁSKÓLABÍÓI, LAUGARÁSBÍÓI OG BORGARBÍÓI AKUREYRI

## FLOTTUSTU TÍSKUBLOGGARAR LANDSINS UNDIR SAMA HATTI

Tískuáhugakonurnar Elísabet Gunnarsdóttir og Álfrún Pálsdóttir hafa nú tekið sig saman og stofnað glæsilega heimasíðu undir nafninu [www.trendnet.is](http://www.trendnet.is). Síðan var opnuð formlega í gær.

Á síðunni hafa helstu tísku- og lífsstílsbloggarar landsins verið sameinaðir undir einum hatti eða alls sjö bloggarar, fimm sem hafa haldið úti flottu bloggi og tveir einstaklingar sem eru að þreyta

frumraun sína í bloggheiminum. Meðal þeirra eru til dæmis Pattra sem hefur bloggað undir Pattra's Closet – Hildur Ragnars hjá Hilrag.com og Svana Lovísa hjá Svörtu á hvítu.

Síðan, sem auðveldar lesandanum að flakka á milli blogga, stefnir einnig á að vera lífandi og aktíf á helstu samskiptamiðlum á borð við Instagram, Facebook og Twitter.

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



Frá vinstri: Andrea Röfn, Hildur Ragnars, Helgi Ómars, Pattra Sriyanonge, Elísabet Gunnars, Erna Hrund, Svana Lovísa.

### HELGARMATURINN



**Anna Rósa** grasalæknir bætti á dögunum við fjórum nýjum vörutegundum í línuna sína og mun einmitt kynna þær á handverkshátíðinni á Hrafnagili í Eyjafjarðarsveit um helgina.

„Nýju vörurnar mínar eru burnirót í tinktúru (sem er algjör nýjung á Íslandi) en hún er sérstaklega góð til að styrkja taugakerfið, við kvíða, depurð, álagi, einbeitingarskort og orkuleysi og svo má ekki gleyma að hún er líka talin góð við getuleysi. Svo er ég líka með vöðva- og gigtarolíu sem ég hef verið að þróa í samstarfi við gigtarsjúklinga og svo líka bóluhreinsi fyrir unglíngana og slakandi nudd- og húðolíu.“



#### Te við magabólgu og brjóstsviða

Anna Rósa deilir hér með okkur uppskrift af heimalöguðu tei gegn magabólgu og brjóstsviða en enn þá er hægt að tína bæði vallhumal, mjaðjurt og fjallagrös í það.

2 msk. mjaðjurt  
1 msk. vallhumal  
1 msk. blóðberg eða fjallagrös

Jurtirnar eru settar í 750 ml hitabúsa og sjóðandi vatni hellt yfir. Síð jurtirnar frá þegar hellt er í bolla en setjið þær svo aftur í hitabúsann og látið liggja í allan daginn. Drekið einn hitabúsa á dag.

NÚ STYTTIST Í TÓNLEIKA ÁRSINS

# TONY BENNETT

Í ELDBORGARSAL HÖRPU Í KVÖLD

**ÖRFÁIR MIÐAR LAUSIR!**

HVAR VERÐUR ÞÚ Í KVÖLD?



MIÐASALA Í MIÐASÖLU HÖRPU, Á HARPA.IS, MIÐI.IS OG Í SÍMA 528 5050.



## BÍLAR & FARATÆKI



Óskum eftir bílum á skrá og á staðinn hægt er að skrá bílinn á bilabankinn.is eða í síma 588-0700 Mikil sala.

**Bilabankinn**  
Eirhöfði 11, 110 Reykjavík  
Sími: 588 0700  
Lokað á laugardögum í sumar  
[www.bilabankinn.is](http://www.bilabankinn.is)



Sparneytnir, öruggir og áreiðanleigir fjörgengismótorar frá Suzuki. Eigum flestar stærðir á lager til afgreiðslu strax.

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



Vinnuvéla- Lyftara- og Bifreiðaflutningar á verði fyrir þig.

**Vaka**  
Skútuvogi 8, 104 Reykjavík  
Sími: 567 6700  
24 tíma þjónusta  
<http://www.vakahf.is>



Audi Allroad Quattro Árgærd 2001, ekinn 179þ.km, ssk. Einn með öllu - mikið yfirfarinn! Er á staðnum. TILBOÐ 990.000kr. Raðnúmer 152638. Sjá nánar á [www.stora.is](http://www.stora.is)



Ford F350 Lariat Árgærd 2005, ekinn 79þ.km, pallhús, innfluttur nýr. Flott eintak sem er á staðnum! Verð 3.290.000kr. Raðn 153510. Sjá nánar á [www.stora.is](http://www.stora.is)

**Stóra bilasalan**  
Kletthálsi 2, 110 Reykjavík  
Sími: 5861414  
Myndeftirlit á plani  
<http://www.stora.is>



TOYOTA IQ 1.0. 03/2010, ekinn 25 Þ.km, 5 girá. Verð 1.890.000. Raðnr.284570 - Aktu eins og fegurárdrottning!

**Bilalind**  
Funahöfði 1, 110 Reykjavík  
Sími: 5808900  
Hlökkum til að sjá þig :)  
[www.bilalind.is](http://www.bilalind.is)



Vantar bíla á skrá og á staðinn!  
Skráðu bílinn á [www.litla.is](http://www.litla.is)  
20 ára traust og góð þjónusta!



TOYOTA Yaris terra. Árgærd 2008, ekinn 67 Þ.KM, bensín, 5 girar. Verð 1.650.000. Rnr.131677.

**Litla bilasalan**  
Eirhöfða 11, 110 Rvk.  
Sími: 587 7777  
[www.litla.is](http://www.litla.is)



SUBARU Legacy Outback. Árg. 4/2008, ek. 103 Þ.KM, sjálfsk. Panorama, ný tímareim, Flottur bíll, Verð 2.890.000. Rnr.117446. Er á staðnum.

**100 bílar ehf**  
Þverholt 6, 270 Mosfellsbær  
Sími: 517 9999  
Opíð virka daga 10-18.00.  
Lokað á laugardögum  
[www.100bilar.is](http://www.100bilar.is)

### Bílar til sölu



**Primera TILBOÐ 295þús!**  
Nissan Primera 1600 árg.'00 ek. 145þús. beinssk. 4dyra með skotti sk. '13 Ásett 550þús. TILBOÐ 295þús. Uppl. s. 891 9847.



Mitsubishi Eclipse 2001. Ek. 150þ. Verð 990þ. eða besta boð. S. 666-8888.



Bjóðum hátækni búnað frá Bigas International srl, einum þekktasta framleiðanda á gas búnaði fyrir bifreiðar í Evrópu. Leiðið tilboða í búnað og ísetningu - sparið með MetanLán til allt að 48 mánaða. velras.is



Yaris 3 dyra 1300. árg. 2001, ekinn 122 þús. km. Verð 590 þús. S: 844 3165.



VW Transporter 2001 diesel 10 m. ek.120þús. sjálfsk. Webasto miðst. með hópferðal.og leiðsög.m.kerfi til sölu ásamt töskukerru. Uppl. í s:898 6732



**Sjálfskiptur jeplingur rav4 2005 !**  
Toyota Rav4 ssk AWD árg. '05 5dyra ekinn 120þ. Filmur álfelgur ofl. verð 1690þús. gott staðgreiðsluverð. Uppl. s. 777-3077.



**!!! Sjálfskipt corolla 12/06 !!!**  
Toyota Corolla Sol ssk 5dyra árg. '06 ekinn 100þ. einn eigandi. álfelgur, spoiler.filmur ofl. Frábært eintak verð 1690þ. gott staðgreiðsluverð. Uppl. s. 777-3077.

Renault Megane scenic árg '99. Ek. 260þ. 5g. 4 dyra, bensín, nýskoðaður '13. Toppbíl. Verð 250þ. S. 695-5850

Til sölu Ford Escape árg.2008, ek. 80.000km, framhjóladrif, v. 1.900.000 staðgr. Uppl. í síma 6986811.

Renault Megan Senic, 4x4. árg. '00, sk. 13, ek. 131 þ.km. S. 895-6408.

**TILBOÐ 550þús**  
Citroen Berlingo árg. '05 ný kúpling, tímareim og fl. Ek. 119þús. Verð 550þús Uppl. í s. 861 1508.

Kia sportaige Grand, '99, ssk, ek. OG Kia grand '00. S. 895 6408.

Ford 350 '02. Með pop-up fellihýsi á palli. S. 895-6307.

### Mitsubishi Pajero dísel 2004

Er með til sölu Mitsubishi Pajero árgærd 2004. Bílinn er 7 manna, dísel, leður, með topplugu, keyrður 137 þúsund, sílfurlitaður. Upplýsingar í síma 691-1102.

Range Rove, Dísel, árg.'96 til sölu. Ek.319þ.km, í góðu ástandi með skoðum til sept '13. Uppl. í s. 858 4410.

Mercedes E 320 CDI avangarde 2006 árg. Dökkgrár Ek.176þkm V. 4.9M stgr 3.7 M S. 662 1663 eða 772 0133.

Cadillac escalade, svartur, árg.'02 til sölu. Ek.162þ.km. Uppl. í s. 8584410.

### 0-250 þús.

VW Golf árg. '98. Þarnast smá viðgerðar. Verð 90þ. S. 893-5634 eftir kl. 16.

### Jeppar



**TILBOÐ 400ÞUS STGR !!!**  
Mmc pajero stuttur 2.5 dísel 5gíra ekinn 240þ. ný skoðaður '13, ný dekk krókur. Vel við haldinn og mikið endurnýjaður. Verð 690þ. eða TILBOÐ 400þús stgr. uppl. s. 777-3077.

### Fornbílar



Til sölu Buick special 56 hardtop, eðalvagn í toppstandi. Verð 2.4 millj. Uppl í s: 6595938

### Sendibílar



Allar stærðir sendibíla. Nýja Sendibílastöðin sími 568-5000.



Ódýr sendibílaþjónusta [www.keyrsla.is](http://www.keyrsla.is) S:820-3880 Heimsendingar frá 2900kr

### Húsbílar



Econline tilvalið húsbísefni, árg. '92, bensín, þarfnastr smá lagfæ. ásett 690 þ. Tilboð 500 þ. S. 666 8888.

### Mótorhjól



Gullmoli til sölu. Yamaha Drag Star 1100 ekið aðeins 5000 km. Ný ola og síur, keypt nýtt á Íslandi og staðið í bilageymslu undir ábreiðu mestallan tímunn. Vindhlíf, krassbar, töskur og sissy-bar, árg. 2003. Verð kr. 1.050.000.- S: 866 8838.

### Hjólhýsi



Hobby Landhouse hjólhýsi á lóð á Laugarvatni. Tilboð óskast. S. 8205698.

### Varahlutir

Varahlutir, dekk og felgur á ýmsa bíla. Dráttarbeisli í Primera '98, Elantra '98, Almera '98 Legacy '98, carisma'98. S. 896 8568.

Partasalan SU-MI Smiðjuvegi 11. Hyundai Sonata '97, Accent '01, Impreza '99 og felicia '99, Peugeot 306 '99, 206 og 406 ST. Almera '97-'99, Primera '98, Terrano '98, Ford 250 '99, Megane 01. Vectra '98, Astra '97, Corsa '98, Baleno '98. Kia Rio '02. Benz 230E '97. Volvo 460 '93, Ford Mondeo ár '00. Transporter '99, Audi A4 '94, golf 95-98. Kaupi bíla til niðurrífs. sími 661 5270.

### Smápartar.is

Smápartar er partasala sem sérhæfir sig í pörtum fyrir Subaru og Skoda,eigum orðið þó nokkuð af góðumvarahlutum í Imprezu '97 til '02 einig í Legasy 97 og 99.Erum einnig með Skoda Octavia 01 og til 06.Einnig kaupum við Subaru og Skoda til niðurrífs. Nánari upplýsingar í síma 5675040 eða 7785040 nú eða á [WWW.smapartar.is](http://WWW.smapartar.is)

### Varahlutavaktin Sími 555 6666

Erum með varahluti fyrir Benz, VW, Skoda, MMC, Hyundai, Peugeot, Renault, Fiat, Suzuki, Dodge, Ford, Land Rover og fl. Kaupum bíla niðurrífs og uppergerð. Ísetningar á varahlutum. Eldshöfða 6, 110 RVK. Opíð 09-18 og lau. 12-16.

## ÞJÓNUSTA

### Pípulagnir

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

### Hreingerningar

Hreingerningar - Bónun - Bónleysing Flutningsþríf - Þríf eftir iðnaðarmenn thvegillinn.is - Stofnað 1969 Traustir og vanir menn.

### ÓDÝR ÞRÍF

fyrir heimili og fyrirtæki. Mikil reynsla og góð þjónusta. S. 898 3799

### Vy-þríf ehf.

Öll almenn þríf, fyrir heimili, húsfélög, fyrirtæki ofl. Gerum verðtilboð. Sími 512-4010 [www.vy.is](http://www.vy.is)

### A-Ö Þríf&Hreinlæti S. 662 0662

Hreingerningar, Flutningsþríf, Gólfbónun, Teppahreinsun og Húsgagnahreinsun.

### Hreingerningarþjónusta -Gerum verðtilboð-

Öll almenn þríf, veggjahreinsun, flutningsþríf, gólfbónun, teppa og steinteppahreinsun. S. 842 6522

### Garðyrkja

**Ahlða garðþjónusta**  
Garðþjónusta Íslands ehf  
Vönduð vinnubrögð  
Róbert S. 866 9767



Nýbýlavegi 10 - Kóp. - S. 554 2510

TOYOTA-þjónusta [www.bilasprautun.is](http://www.bilasprautun.is)

### Garðyrkja

**SMÁVÉLAVIÐGERÐIR & UTANBORÐSMÓTORAR**

Skemmurvegur 34  
Brún gata

**VIÐGERÐIR**

**SLÁTTUVÉLAPJÓNUSTA**  
Vélaverkstæði 35  
Sími: 554 0661

Smávélaviðgerðir, viðgerðir á utanborðsmótorum: Garðsláttuvél, sláttuor, sláttutraktor, jarðvegsþjöppur, Gokartþjónusta, keðjusagir, rafstöðvar, einnig viðgerðir á fjórhjólum. JS Vélaverkstæði. S. 554 0661.

### Bókhald

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

### Málarar

#### Málningarþjónusta Reykjavíkur

20% afsláttur fyrir eldri borgara og öryrkja. Alhliða málningarþjónusta. S. 778 0100.

### Meindýraeyðing

#### Drepum geitungana

Geitungasíminn 555 666 2

### Búslóðaflutningar

Ert þú að flytja? Búslóðafl., fyrirtækjafn., planófl. o.fl. Extra stór bill. Flutningaþj. Mikael. S. 894 4560 www.flytja.is flytja@flytja.is

### Húsviðhald



Parket,sólpallaspun frá aðeins 1.750 kr/m 20 ára reynsla. www.parketsliparinn.is.S.7728100

#### Viðhald fasteigna.

Getum bætt við okkur verkefnum. Allskyns viðhald en sérhæfum okkur í gluggaskiptum. Upplýsingar í síma: 869 4479.

### Atvinna

## Móttaka á sjúkráþjálfunarstofu

Óskað er eftir starfskrafti í móttöku á sjúkráþjálfunarstofu í Reykjavík. Um hlutastarf er að ræða og ráðningin er tímabundin í 9 - 12 mánuði. Tilvalið m.a. fyrir áhugasaman einstakling sem hefur hug á að mennta sig innan heilbrigðisþjónustunnar.

Viðkomandi þarf að geta hafið störf strax.

Áhugasamir sendi tölvupóst með helstu upplýsingum á netfangið: mottakah9@gmail.com fyrir þriðjudaginn 14. ágúst n.k.



## Flensborgarskólinn auglýsir

**Framlengdur er umsóknarfrestur um áður auglýsta stöðu stærðfræðikennara.**

Um er að ræða fulla stöðu skólaárið 2012 til 2013. Nánari upplýsingar og móttaka umsóknar er á Starfatorgi (www.starfatorg.is).

**Umsóknarfrestur er til og með 17. ágúst 2012.**

Nánari upplýsingar veitir Einar Birgir Steinþórsson, skólameistari s: 660 4170 / ebs@flensborg.is

## VIÐHALD

fasteignaviðgerðir

Allt viðhald ehf. annast viðhald og viðgerðir fasteigna fyrir fyrirtæki, húsfélög og einstaklinga.

Við önumst m.a.:

- múrviðgerðir • þakviðgerðir
- málningarvinnu • trésmiðavinnu • pipulagnir • raflagnir
- flisalagnir.

Hringdu og við gerum þér tilboð, þér að kostnaðarlausu.

- Sími 567 6699. Sendu okkur email og við gerum þér tilboð.
- kristjan@vidhald.is

K.R.S. ELDON MÚRVERKTAÐAR. Múrviðgerðir og flisalagnir. Vönduð vinna Tilb./tímav. S. 899-4254.

Tek að mér allt alm. viðhald húsa, s.s. málun, múrun, flisa- & parketlagnir og trésmiði, nýsmiði á gluggum og ísetningu. Föst tilboð eða tímavinna. S. 616 1569.

Laga ryðbletti á þökum, hreinsa þakrennur. Tek að mér ýmis smærri verkefni. Uppl. í s. 847 8704 eða manninn@hotmail.com

### Nudd

NUDD NUDD NUDD Slökunamudd 101 RVK. S. 857 0740. Irena Kontulová.

### Rafvirkjun

#### Raflagnir, dyrasímar. S. 663 0746.

Þjóðum hagstætt verð í töfluskípti. Straumblik ehf. Löggiltur Rafverktaki. straumblik@gmail.com

## KEYPT & SELT

### Til sölu



#### Lok á heita potta og hitaveituskeljar.

Eigum á lager stærðir, 200x200cm, 217x217cm og 235x235cm. Lokin eru 4 tommu þykk og þola 1000 kg jafnaðarþunga af snjó. Sterkustu lokin á markaðinum í dag. Sími 777 2000 www.heitirpottar.is

## Tómstundahúsið



Plastmódel til samsetningar í miklu úrvali. Ópið laugardaga frá kl 11-15:00. Tómsundahúsið, Nethyl 2, sími: 5870600, www.tomstundahusid.is Finnið okkur á facebook.

### ÓDÝR HEIMILISTÆKI

Þvottavélar, ískápar, frystiskápar, þurrkara, uppþvottavélar. S. 896 8568.

12 stk. flottir gull og demantshringir. 14 og 18k. Nýtt og ónotað. 50% af matsvirði gullsmiðs. S. 666-6640.

### Ódýr heimilstæki

Höfum til sölu notaðar þvottavélar, þurrkara og ísskápa. Einnig ódýra varahluti í flestar gerðir þvottavéla. Casa-raf ehf. Síðumúla 37, að neðan verðu. S. 845 5976.

Antik gramafón til sölu Verð 15þ, Eldhússtólar Verð 2500Kr. stk. Eldhúsbórð verð 10þ, 6 hillur 15þ stk. Náttborð 10þ. stk. S. 823-7527.

### Óskast keypt

#### KAUPUM GULL

og aðra eðalmála gegn framvisun persónuskilríkja. **Sigga & Tímo Línetsstíg 2, 220 Hafnarfjörður S. 565 4854 www.siggaogtimo.is**

#### KAUPUM GULL - JÓN & ÓSKAR

Kaupum gull til að smíða úr. Spörum gjaldreyri. Heiðarleg viðskipti. Aðeins í verslun okkar Laugavegi 61. **Jón og Óskar - jonogoskar.is s. 552-4910.**

#### Staðgreiðum gull, demanta og úr.

Hringar, hálsmen, armbönd, Rolex, Cartier, Patek Philippe o.fl. Hringdu núna og fáðu tilboð þér að kostnaðarlausu! **www.kaupumgull.is** **Upplýsingar í síma 661 7000.**

#### Kaupum gull!

Ég, Magnús Steinþórsson gullsmiðameistari, kaupum gull, gull peninga og gull skartgrip. Kaupum allt gull, nýlegt, gamalt og illa farið. Leitið til fagmanns og fáid góð ráð. **Uppl. á demantar.is í s. 699 8000 eða í Pósthússtræti 13 (við Austurvöll), Verið velkomin**

### Sjónvarp

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

### Vélar og verkfæri

Til sölu Edwards plötuklippur L-2 metrar. Handbeygjuvél(putta) L-2,5 metrar. 2 stykki reyksugur, og AC/DC Tígvél 260 A. Uppl. í síma 6963522 eftir kl.16.

### Verslun

**bathmate**  
Bathmate er nú með CE vottun!  
Meiri stinning, kraftur og lengri limur ásamt tip top reðurheilsu!  
Pantana & upplýsingasími 849 0698  
www.bathmate.is

## ÚTSALA 15-30% afsláttur

**BROOKS**  
**ZXU COMPRESSION**  
**NIKE**  
**CUBE**  
**ZOOZ SPORTS**  
**CRAFT**  
**TRI** ehf. Suðurlandsbraut 32 104 Reykjavík www.tri.is

**HEILSA**

### Heilsuvörur

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

Árangur næst með Herbalife. Fritt lífstílsmat. Hringdu núna S. 896 4662 Edda Borg

### Fæðubótarefni

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

### Nudd



#### TANTRA NUDD

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

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

#### NUDD OG HEILSA

HEILSURÁÐGJÖF - NÆRINGARFRÆÐI. Tekið á alkonar kvillum og sjúkdómum. Einkatímar og námskeið. Ópið frá 12-18 alla virka daga nema sun. S. 823 8280. www.nuddogheilsa.is

## TÓMSTUNDIR & FERÐIR

### Fyrir veiðimenn

Laxa- og silungamaðkar til sölu að Holtsgötu 5 í Vesturbænum. Sími 551 5839.

**HÚSNÆÐI**

### Húsnæði í boði

#### Til leigu

109 fm, 4ja herb. íbúð á jarðhæð að Lindarsmára í Kópavogi. Leiga 160 þús.pr mán. Upplýsingar sendist á: thjonusta@365.is merkt „íbúð“

Herbergi til leigu í Álftamýri fyrir reglusaman einstakling. Uppl. í s. 865 9637.

Herbergi í 101 til leigu. Nálægt HÍ. Sími 773 3182.

### Húsnæði óskast

Traustur aðili óskar eftir einybli eða parhúsi með skúr á höfuðborgarsvæðinu. Er í fastri vinnu, greiðslugeta 300 þ. S. 772 2229.

29 ára námsmaður leitar sér að einstaklings íbúð í Rvk, reyklauk/meðmæli. S:861 4044

### Föndur Pláss

Ca. 25fm pláss óskast fyrir föndurvinnu, hreinlæti og góð umgengni S. 895-9415.

### Atvinnuhúsnæði

#### 51,6 m2 iðnaðarbil

Nokkur bil af þessari fágætu og eftirsóttu stærð til sölu. Lofthæð: 3,9 m. Hurð 3,6 m. Verð 8,9 - 9,9 m. S: 660 1060 og 661 6800 Facebook/Steinhella 14

### Geymsluhúsnæði

#### www.buslodageymsla.is

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

#### Geymslur.com

Frá kr. 3990 hjá Ikea í Garðabæ og Fiskilóð í Reykjavík. S. 555 3464

#### www.geymslaeitt.is

Sér geymslur frá 5 til 17 m2. Aðgangur 8-22 alla daga. Búslóðir - fyrirtæki - iðnaðarm. Upphitað og öryggisvöktun. S: 564-6500.

### Bílskúr

Óska bílskúr til leigu, helst á svæði 104. Uppl. s. 868 5171.

### Gisting

**IBÚÐ Í KÖBEN.is**  
12 GLÆSILEGAR ÍBÚÐIR Á BESTA STAÐ Í KÖBEN TIL LEIGU ALLT ÁRIÐ UM KRING  
STADSETNING  
FLENSBORGGADE 39  
Verð frá 1050 dkr/móttin  
E. 3ja herb.ú. Nánari uppl. í síma 891 8612 | +45 271 11038  
apartments.cph@gmail.com  
www.ibudikoben.is  
stracta

**ATVINNA**

### Atvinna í boði

**jolli**

Söluturminn Jolli í Hafnarfirði óskar eftir að ráða einstaklinga í fullt starf í dagvinnu. Einungis duglegt, áreiðanlegt og samvirksum fólki kemur til greina. Aðeins 18 ára og eldri. Umsóknareyðublað fást á staðnum.

## Verktakafyrirtæki á höfuðborgarsvæðinu óskar eftir starfsumsóknnum í eftirfarandi stöður.

#### Verkamaður

#### Vélamaður

Góð samskiptahæfni og stundvís eru skilyrði. Umsækjendur þurfa að geta hafið störf sem fyrst.

**Áhugasamir vinsamlegast sendið umsókn ásamt ferilskrá á netfangið: bjorgvinp@jrr.is**

**Veitingahús Starfskraftur óskast í afgreiðslu á veitingahúsi**  
Æskilegur aldur 28+ Umsóknir sendist á thjonusta@365.is merkt „veitingahús“

**Kokkur óskast**  
Vantar kokk eða vanan matreiðslumann. 100% starf, þarf að geta byrjað sem fyrst. Umsóknir sendist á thjonusta@365.is merkt „veitingahús“

### STAY APARTMENTS

STAY APARTMENTS leitar eftir þerðu í fullt starf. 20 ára eða eldri. Dagvinna og 2. hver helgi. Góð laun fyrir duglegan starfskraft. Vinsamlegast sendið umsóknir í stay@stay.is

**KVÖLD OG HELGARVINNA**  
Kringlukuráin óskar eftir að ráða starfsfólk með reynslu í þjónustu og dyravörslu. Íslenskukunnátta skilyrði, Icelandic skills required. Áhugasamir sendi umsókn á info@kringlukurain.is eða í s: 893-2323

Kjöttvinnslan Kjötþól vantar starfsfólk í 100% vinnu. Uppl. í s. 517-3915.

**Garðabær Bakarí**  
Óskum eftir starfsfólki í afgreiðslu, hálfan daginn. Uppl. í s. 891 8258 Þóra.

**TILKYNNINGAR**

### Einkamál

Ung íslensk kona býður upp á gott heilnudd. Rauða Torgið, s. 905-2000 og 535-9920, augl.nr. 8779.

Ungur karlmaður vill kynnast eldri karlmanni. Góð skemmtun. Rauða Torgið, s. 905-2000 og 535-9920, augl. nr. 8176.

FRÉTTIR VÍÐSKIPTI SPORT UMFRÆÐAN ÚTVARP LÍFID SJÓNVARP

**MEIRA SKÚBB**

**vísir**  
- oft á dag

# SJÓÐHEITAR KILJUR

Athugið: Ekkert sendingargjald á vefverslun okkar út ágúst!  
[www.uppheimar.is](http://www.uppheimar.is)



★★★★

Páll Baldvin, Fréttatíminn

1.  
Sæti

METSÖLULISTI  
EYMUNDSSON

Heildarlisti, allar bækur,  
þrjár vikur vorið 2012



★★★★★

Páll Baldvin, Fréttatíminn

1.  
Sæti

METSÖLULISTI  
EYMUNDSSON

Heildarlisti, allar bækur,  
tvær vikur vorið 2012

## SÖLUHÆSTU KILJUR ÁRSINS

eru ENGLASMÍÐURINN og SNJÓKARLINN, samkvæmt mælingum Rannsóknaseturs verslunarinnar

Sjá: <http://www.rsv.is/pages/metsolulisti-boka/metsolulisti-boka/>

## NÝJUSTU BÓKUNUM OKKAR ER EINNIG VEL TEKIÐ



★★★★★

„Sterk og áhrifamikil saga með óvenjulegri nálgun á viðfangs-efni hins hefðbundna norræna krimma.“

Friðrika Benónýs, Fréttablaðið



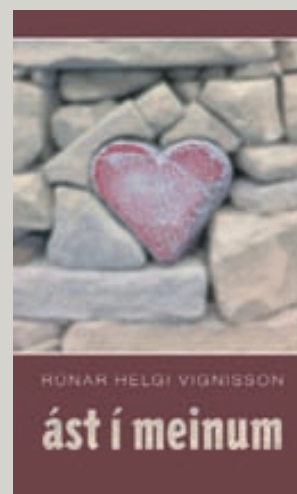
Thomas Enger, höfundur *Skin-dauða*, sýnir og sannar að hann er kominn til að vera. Önnur bókin um Henning Juul er spennandi glæpasaga.



3.  
Sæti

METSÖLULISTI  
EYMUNDSSON

Heildarlisti, allar bækur  
1.-7. ágúst 2012



★★★★★

„... hrein nautn að lesa ...“  
Friðrika Benónýs, Fréttablaðið

★★★★★

„... afbragðs bókmenntaverk.“  
Páll Baldvin, Fréttatíminn

## krossgáta

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

## LÁRÉTT

2. köttur, 6. frá, 8. aðstoð, 9. tækifaeri, 11. mun, 12. kompa, 14. yfirbragð, 16. tónlistarmaður, 17. andmæli, 18. í viðbót, 20. þys, 21. skjótur.

## LÓÐRÉTT

1. steintegund, 3. á fæti, 4. eyja í Miðjarðarhafi, 5. svelg, 7. svikull, 10. kann, 13. vel búin, 15. kúnst, 16. kóf, 19. bókstafur.

## LAUSN

16. kaf, 19. ka.  
 LÖBTRÉTT: 1. kalli, 3. il, 4. sikiley, 5. íðu, 7. fálaskur, 10. get, 13. fin, 15. list, 18. auk, 20. ys, 21. frá.  
 LÁRÉTT: 2. kisi, 6. af, 8. líð, 9. lag, 11. ku, 12. klefi, 14. stíll, 16. kk, 17. nei,



# Helgarblað

alla laugardaga

# Ólympíugull í Ríó 2016!

## BAKÞANKAR Magnús Þorlákur Lúðvíksson

Eftir grátlegt tap handboltalandsliðsins á miðvikudag og góða, en þó ekki frábæra, frammistöðu Asdísar Hjálmsdóttur í spjótkafti er orðið ljóst að Ísland vinnur ekki til verðlauna á þessum Ólympíuleikum. Nema auðvitað að Kári Steinn bæti sig verulega í maraþonhlaupinu sem er ólíklegt. (Við höfum samt fulla trú á þér Kári!). Þessi uppskera er ólíðandi enda fátt betur til þess fallið að vekja athygli á yfirburðum þjóðar og menningar en medaljur. En hvernig getum við eiginlega fjölgað íslenskum verðlaunum og jafnvel loks unnið fyrsta gullið?



TIL eru rannsóknir á því hvaða þættir hafa áhrif á fjölda Ólympíuverðlauna sem lönd vinna en þeirra áhrifamestir eru mannfjöldi og auðlegð. Það hjálpar okkur þó ekki mikið þar sem við getum vart haft mikil áhrif á þá í bráð. Það er ekki þar með sagt að fámenn og fátæk lönd geti ekki náð árangri í íþróttum. Með markvissri fjárfestingu geta lönd til dæmis stórbætt árangur sinn en bestu dæmin um það eru sennilega gömlu ríki Austur-Evrópu (þótt sterar hafi reyndar hjálpað smá líka). Önnur leið er að veita efnilegum erlendum íþróttamönnum ríkisborgararétt (halló Róbert Julian Duranona!) og enn önnur að leggja áherslu á greinar þar sem landið nýtur hlutfallslegra yfirburða. Lönd sem eru hátt yfir sjávarmáli hafa til dæmis forskot í langhlaupum og strandríkjum gengur vel í siglingum.

LOKS geta lönd einbeitt sér að íþróttum þar sem hlutfallslega auðvelt er að vinna til verðlauna. Tölfræðisenið Nate Silver hefur skoðað Ólympíuþróttirnar með þessum gleraugum og komist að þeirri niðurstöðu að þær sex greinar sem „auðveldast“ er að vinna til verðlauna í séu glíma, tae kwon do, lyftingar, hnefaleikar, fimleikar og júdó, í þessari röð. Þetta eru því hestarnir sem rétt er að veðja á en á móti eru minnst líkur á því að vinna til verðlauna í hokkí, körfubolta, þríþraut, samhæfðri sundfimi, hestaíþróttum og strandblaki.

HVER er þá niðurstaðan? Jú: a) verum dugleg við að búa til börn svo Íslendingum fjölgi, b) verum framtakssöm og stundum góða hagstjórn svo auka megi auðlegð landsins, c) fjárfestum í afreksíþróttamönnum, d) ráðum mannaveiðara til að finna efnilega erlenda íþróttamenn sem eru fánlegir til þess að læra að elska Ísland, e) leggjum rækt við handbolta sem virðist henta Íslendingum vel og f) hættum að keppa í íþróttum þar sem við eigum ekki séns og einbeittum okkur að glímu, tae kwon do, lyftingum, hnefaleikum, fimleikum og júdó.

HINN möguleikinn er að taka Ólympíuleikana ekki svona alvarlega, leyfa fólki sjálfu að velja þær íþróttir sem það vill stunda og hafa gaman af öllu saman. En nei, mig langar meira í Ólympíugull!

## myndasögur

### ■ Pondus



Eftir Frode Øverli

### ■ Gelgjan



Eftir Jerry Scott &amp; Jim Borgman

### ■ Handan við hornið



### ■ Barnalán



Eftir Jerry Scott &amp; Rick Kirkman

## Engin ástæða til að vera áberandi

Önnur Mósebók, nýútkomin önnur breiðskífa hljómsveitarinnar Moses Hightower, hefur hlotið góða dóma.

### Meðal annars efnis:

#### Nauðbitinn mói varð skógur

Margir leggja á sig langa leið til að heimsækja Ólaf Njál Sturluson í Nátthaga í Ölfusi. Þar sem varla var stingandi strá að sjá fyrir 25 árum er nú skjólsæll skógur fullur af framandi trjáplöntum.



Allt sem þú þarft



**ERFÍÐLEIKAR?** Slúðurmiðlar vilja meina að Jennifer Aniston og Justin Theroux séu hætt saman. NORDICPHOTOS/GETTY

## Hætt saman

Jennifer Aniston og Justin Theroux gætu verið hætt saman ef marka má nýjustu fréttir. Párið hefur ekki sést saman í þó nokkurn tíma og velta nú slúðurmiðlar þar vestra því fyrir sér hvort þau séu hætt saman.

Hollywood Life telur að parið sé vissulega hætt saman og að ástæðan hafi verið það hversu tregur Theroux er til að bindast Aniston. Tímaritið heldur því einnig fram að parið hafi snætt saman þann 11. júlí og tekið þá ákvörðun að enda samband sitt. „Máltíðin stóð ekki lengi og þau yfirgáfu staðinn í skyndi og gengu út hvort í sínu lagi. Þegar þau komu í bílinn sátu þau hvort í sínum endanum og Jennifer faldi andlit sitt í höndunum,“ hafði tímaritið eftir sjónarvotti. Annað tímarit hefur eftir heimildarmanni sínum að Aniston hafi heimtað hjónaband og þegar kærastinn tók því fálega ákvað hún að slíta sambandinu.

## Leikstýrir ofurhetjum

Ben Affleck er í samræðum við Warner Bros um að leikstýra nýrri ofurhetjumynd um The Justice League. Þessu heldur vefsíðan Empireonline.com fram.

Affleck er enginn nýgræðingur þegar kemur að ofurhetjum því hann lék sem kunnugt er orðið Daredevil fyrir rúmum áratug síðan. Hann ætti því að vera öllum hnútum kunnugur ef að því kæmi að hann tæki að sér að



leikstýra ofurhetjumynd Warner Bros. Affleck leikstýrði síðast spennumyndinni The Town og myndin Argo, sem hann leikstýrir einnig, er væntanleg innan skamms.

**LEIKSTÝRIR** Ben Affleck gæti leikstýrt nýrri ofurhetjumynd Warner Bros. NORDICPHOTOS/GETTY

# Fræbbblarnir rokka á málverkasýningu

Meðlimir pönksveitarinnar Fræbbblarnir munu koma saman og troða upp á opnun málverkasýningar Guðrúnar Benediktu Elíasdóttur á Kexinu í kvöld. Nokkrir meðlimir sveitarinnar eru í matarklúbbi ásamt Guðrúnu sem kallaður er Goutons Voir.

„Maðurinn minn var með þeim í menntaskóla og við höfum verið saman í matarklúbb frá átta tíu og eitthvað,“ segir Guðrún Benedikta og bætir við: „Þetta byrjaði reyndar sem víngerðarklúbbur, sem útskýrir nafnið Goutons Voir, en svo hefur þetta þróast út í matarklúbb með árunum.“ Guðrún Benedikta segist ekki vera vön að hafa tónlistaratriði eða aðrar uppákomur á sýningum sínum en að þetta hafi verið sameiginleg hugdatta hennar og meðlima Fræbbblanna. Það var þó ekki einfalt starf að samræma dagskrá Kexins, hljómsveitarmeðlimanna og hennar. „Nei, það tók margar vikur að finna hentuga dagsetningu enda þurfti að samræma dagskrána á Kexinu, heila hljómsveit í sumarfrí og mig.“

Guðrún Benedikta mun sýna átta stór verk í Gym og Tonic-sal Kexins en fjögur verkanna voru áður til sýnis á hinn virtu Cal-sýningu í Lúxemborg, þar sem Guðrún hefur verið búsett síðustu sjö ár.

Sýningin opnar klukkan 22 í kvöld og stendur til 16. ágúst.



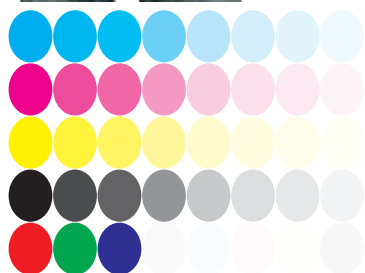
**PÖNK Á OPNUN** Listakonan Guðrún Benedikta Elíasdóttir opnar listasýningu á Kexinu í kvöld. Pönksveitin Fræbbblarnir mun stíga á stökk í tilefni þess. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

**Sumarjógúrt með krækiberjum**

Kræktu þér í ljúffenga Sumarjógúrt frá MS með íslenskum krækiberjum. Tilvalin í útileguna, sumarbústaðinn eða lautarferðina.

**ms.is**

**Sumar JÓGÚRT**



# BONUS BONUS BONUS BONUS BONUS



**579**  
KR. PK

**KJARNAFÆÐI**  
**KOFAREYKT SVEITABJÚGU**  
1.26 KG. PAKKNING



**KIT KAT 3 STK**

**198**  
KR. 3 STK.



**5+1 STYKKI 398 KR**

**FROSID KS LAMBAKJÖT Á GÓÐU VERÐI**



**798**  
KR. KG

**LAMBABÓGUR / FRAMPARTUR**

**FROSID KS LAMBAKJÖT Á GÓÐU VERÐI**



**1298**  
KR. KG

**HEILT LAMBALAERI**



**249**  
KR. 1 KG

**BARILLA SPAGHETTI 1 KG.**



**198**  
KR. DS

**Hunt's**  
**HUNTS SPAGHETTISÓSUR 680**



**NICKY**  
TÓLF NICKY  
SALERNISRÚLLUR  
**898 KR**  
ÞRÍJÁR NICKY  
ELDHÚSRÚLLUR  
**359 KR.**



**298**  
KR. STK

**BÓNUS OSTAR 130 GR**  
CAMEMBERT • KASTALI



**998**  
KR. 800 GR **100% KJÖT**

**SLÁTURFÉLAGIÐ FROSID**  
NAUTGRIPAHAKK 800 GR



**100% KJÖT**

**398**  
KR. 2 STK.

**FERSKIR 2 X 140 GR.**  
UNGNAUTA-HAMBORGARAR



**1998**  
KR. KG

**ÍSLANDSLAMB KRYDDAÐ ÚRBEINAÐ**  
LAMBALAERI **Í ÁLBAKKA**



**1998**  
KR. KG

**NAUTAVEISLU FERSK**  
NAUTAPIPARSTEIK



**100% KJÖT**

**1295**  
KR. KG

**NAUTAVEISLU FERSKT**  
NAUTGRIPAHAKK **100% KJÖT**

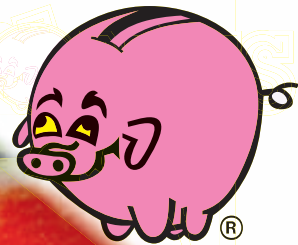


**BONUS EKKERT BRUÐL**

Hér færðu veitutengda  
VILDARPUNKTA  
VISA Vildarklöbbur



# BONUS BONUS BONUS BONUS



OS GOUDA 26% OSTUR  
**998 KR.KG**



**798 KR. KG**   
NÝ UPPSKERA AMERÍSK RAUÐ  
VÍNBER STEINALAUS



**139 KR. KG**  
RAUÐ VATNSMELÓNA FRÁ SPÁNI



**379 KR. KG**  
NÝTT ÍSLENSKT KÍNAKÁL



**259 KR. KG**   
NÝJAR ÍSLENSKAR  
KARTÖFLUR Í LAUSU



**1498 KR.900 GR**  
FROSNAR  
KJÚKLINGABRINGUR  
EUROSHOPPER 900 GR



**298 KR. 450 G**  
BÓNUS VÖFFLUMIX  
450 GR



**495 KR. 750 G**  
AVOCADO 750 GR



**129 KR. STK**   
AMERÍSKUR FERSKUR MAÍS



**298 KR. 500 GR**   
NÝJAR ÍSLENSKAR GULRÆTUR 500 GR POKI



**398 KR. 500 G**  
BÓNUS KAFFI  
500 GR



**195 KR. 1 KG**  
BÓNUS KORNBRAUÐ 1 KG



BÓNUS ÍS 2 LTR. SÚKKULAÐI • VANILLU • JARÐARBERJA

**359 KR. 2 LTR.**



**898 KR. KG**   
FROSNINN SALTFIŠKUR  
BEINHREINSAÐUR M.ROÐI



**2798 KR. KG**  
FROSN LÚÐA FRÁ NOREGI



**3998 KR. KG**   
DÝSK FROSN NAUTALUND

# BONUS EKKERT BRUÐL

Hér færðu veitutengda  
VILDARPUNKTA  
VISA  Vildarklúbbur

OPNUM  
KL.10



**UPPSKERUTÓNLEIKAR** fyrsta norræna kóramóts Norbusang fyrir 16 til 25 ára verða í Hörpu á morgun klukkan fimm síðdegis. Kóranir flytja tónleikadagskrá ásamt frumsömdu verki eftir tónlistarmennina Þóru Marteinsdóttur og Gunnar Ben.

**HVAÐ? HVENÆR? HVAR?**

Föstudagur 10. ágúst 2012

**Tónleikar**

**17.00 Rannveig Káradóttir sópran, Kristján Jóhannesson barítón og Matthildur Anna Gísladóttir píanó-leikari** flytja íslenskar einsöngsperlur í Kaldalóni Hörpu.

**Sýningar**

**20.00 Sýningin Heimsendir** opnar í Artíma gallerí, gallerí listfræðinema, að Skúlagötu 28. 23 listamenn sem hafa lokið námi í myndlistardeild Listaháskóla Íslands sýna verk sín sem fjalla um endi heimsins. Múck spilar á opnuninni.

**20.00 Opnuð verður sýning** á verkum listamannanna Lars Ravn, Holger Bunk og Helga Þorgils Friðjónssonar í Listasafni ASÍ.

**Tónlist**

**12.30 Trío rússneska harmonikkuleikarans Vadim Fyodorov** leikur á ljúfum nótum í Háteigskirkju. Aðgangseyrir er kr. 1.000.

**12.30 Félagar í Trío Vadim Fyodorov** flytja rússneskan sígaunadjass á næstu hádegistónleikum í Háteigskirkju. Miðaverð er kr. 1.000.

**17.30 Hljómsveitin Moses Hightower** heldur síðdegistónleika í verslun 12 Tóna við Skólavörðustíg til að fagna útgáfu nýrrar plötu sinnar sem ber heitið Önnur Mósebók. Allir velkomnir.

**20.00 Söngvaskáldin Uni og Jón Tryggvi** halda tónleika á heimili sínu að Merkigili, Eyrarbakka, í tilefni af Aldamótahátíð á Eyrarbakka. Ásamt þeim koma fram Myrra Rós, Danimal, Owls of the Swamp og Magnús Leifur. Aðgangur er ókeypis en frjálts framlög vel þegin.

**21.00 Trío rússneska harmonikkuleikarans Vadims Fyodorov** leikur á Café Rosenberg. Aðgangseyrir er kr. 1.500.

**22.00 Hljómsveitin Lame Dudes** flytur eigin lög á Hressó. Hljómsveitin Brímlar hitar upp. Aðgangur er ókeypis.

**23.00 Dúettinn Eiki og Bleiki** skemmta á Ob-La-Di-Ob-La-Da Frakkastíg 8. Aðgangseyrir er kr. 1.000.

**Leiðsögn**

**12.10 Boðið er upp á hádegisleiðsögn** í Listasafni Íslands.

Upplýsingar um viðburði sendist á [hvar@frettabladid.is](mailto:hvar@frettabladid.is) og einnig er hægt að skrá þá inni á [visir.is](http://visir.is).

# Vögguvísa komin aftur í bókabúðir

Á dögunum var skáldsagan Vögguvísa eftir Elías Mar endurútgefin, en hún kom fyrst út árið 1950. Ekki er víst að allir þekki bókina, sem jafnan er talin fyrsta Reykjavíkursagan, en gangi áætlanir eftir verður raunin önnur strax í haust.

Vögguvísa verður í brennidepli á lestrarhátíð Reykjavíkur Bókmenntaborgar Unesco í október og verður slagorðið „ein borg, ein bók“ í hávegum haft. Hugmyndin er að allir borgarþátttakendur lesi Vögguvísu og umræðan um hana verði alltumlykjandi – á öllum skólastigum, í fjölmiðlum, á bókasöfnum, hvar sem er verði fólk að velja fyrir sér Vögguvísu. „Þegar þú ferð í klippingu áttu meira að segja að vera að tala um hana við manneskjuna sem situr við hliðina á þér,“ segir Svavar Steinarr Guðmundsson hjá bókaútgáfunni Lesstofunni, sem stendur fyrir endurútgáfunni.

Vögguvísa er annað verkið sem kemur út á vegum Lesstofunnar og kemur í kjölfar Angantýs eftir Elínu Thorarensen. „Öfugt við flestar aðrar skáldsögur sem komu út í kringum 1950 er Vögguvísa ekki full af fortíðarþrá og stöðugt að miða borgina við sveitina. Sveitin er ekki til í hugmyndaheimi unglínganna í bókinni. Þarna nær Elías að fanga þessa nýju borg, sem er að verða til beint fyrir framan nefið á honum,“ segir Svavar, beðinn um að útskýra hvað geri söguna svo einstaka.

Við skriftirnar fór Elías út á meðal unglíngna, rannsakaði þeirra tungutak og bjó sér til safn yfir slangurorð og orðasambönd þeirra. Bókin er öll skrifuð á því tungutaki og er því einstök heimild um tján-ingarmáta unglíngna þessa tíma. Slangurorðasafnið er birt í heild sinni í endurútgáfu bókarinnar, en áður hefur einungis brot af því birst, í viðtalsbók Hjálmar Sveinssonar við Elías frá árinu 2007, Nýr



FÓLKID Í LESSTOFUNNI Þorsteinn Surlmeli, Sigrún Margrét Guðmundsdóttir, Anna Lea Friðriksdóttir, Þórunn Kristjánsdóttir og Svavar Steinarr Guðmundsson.



**NOKKUR SLANGURORÐ ÚR SAFNI ELÍASAR MARAR**

**Andi** lekandi (kynsjúkd.; oftast notað með greini)  
**Asskabla** afskaplega (alg. framburður í munni kvenfólks)  
**Augnalok** andartak, stuttur tími (notað í staðinn fyrir › bíddu svolítið)  
**Bakarí** vandi, vand-

ræði, uppsteytur  
**Beibi** ung stúlka  
**Beygla** léleg fólksflutningsbíreið  
**Bjúti** fögur stúlka  
**Blakkt** svart, illt (útlit, ástand o.s.frv.)  
**Bless** vertu blessaður!  
**Blesspartí** kveðjuhóf  
**Deyja** að sofna fast sökum ofurölvunar

**Digga** að koma kvenmanni til › að digga við e-a  
**Djók** skemmtun, góðlátlegt gaman eða blekking, útorsnúningur  
**Dræva** að aka bifreið  
**Dýraríkið** Áfengisverslun ríkisins  
**Fóna** að hringja í síma  
**Fótabað** kvennafar,

samfarir  
**Gleimorboj** tísuklæddur unglíngur og tilhaldssamur  
**Glerfínn** vel til fara, glæsilegur í útliti  
**Glommugangur** fyrirgangur, ólæti, asi  
**Græj** nokk ágætur › hann er græj nokk; ágætur náungi

penni í nýju lýðveldi. Svavar segir stórskemmtilegt að velja fyrir sér orðunum í safninu. „Mörg þessara orða lítum við ekki á sem slangur lengur, heldur sem góð og gild íslensk orð, svo sem orðið brandari. En svo er líka slangur þarna sem við þekkjum alls ekki í dag, og nokkur kjánaleg orð inn á milli.“

Vögguvísa er önnur bókin sem kemur út á vegum Lesstofunnar frá því hún var sett á stofn fyrir rúmu ári síðan. Að útgáfunni standa fimm fyrrverandi skólafélagar við Háskóla Íslands, sem vildu vinna að sameiginlegum áhugamáli sínu að námi loknu og láta að sér kveða í íslenski bók-

menntaumræðu. Svavar segir megináherslu lagða á endurútgáfu mikilvægra verka í íslenski bókmenntasögu, sem fyrir einhverjar sakir hafi týnst eða gleymst. Fleiri endurútgáfur séu væntanlegar frá útgáfunni, auk bæði nýrra þýðdra og íslenskra skáldverka.

holmfridur@frettabladid.is

**krakkasíðan**  
[krakkar@frettabladid.is](mailto:krakkar@frettabladid.is)

**Jófríður Ísdis Skaftadóttir er kraftakona sem gæti grýtt kúlu langt. Kringlukast á þó hug hennar allan enda setti hún nýtt landsmótsmet í því um síðustu helgi.**

Krakkasíðan er í helgarblaði Fréttablaðsins



AUSTUR Á KLAUSTUR Fjöldargir listamenn taka þátt í kammerhátíðinni á Kirkjubæjarklaustri sem haldin verður í 22. sinn um helgina.

## Kammertónleikar á Kirkjubæjarklaustri

Nýtt verk eftir Kjartan Sveinsson úr Sigur Rós verður frumflutt á hinum árlegu Kammertónleikum á Kirkjubæjarklaustri, sem haldnir verða nú um helgina.

Þetta er í 22. sinn sem hátíðin er haldin en listrænn stjórnandi er Guðrún Jóhanna Ólafsdóttir. Fjöldi tónlistarmanna kemur fram á hátíðinni, bæði einsöngvarar og kórar. Á föstudag flytja Hrólfur Sæmundsson barítón, Guðrún Jóhanna Ólafsdóttir mezzósópran og Francisco Javier Jáuregui gítarleikari tónlist eftir Benjamin Britten, Mátyás Seiber, Carlo Domeniconi og Matthias von Holst, sem öll er byggð á þjóðlagaarfi ólíkra þjóða. Á laugardag flytja

Bjarni Thor Kristinsson bassi og Ástríður Alda Sigurðardóttir Álfakónginn og fleiri sönglög og ballöður. Á sunnudag lætur Kammerkór Suðurlands til sín taka á lokatónleikum hátíðarinnar og flytur tónlist eftir sir John Tavener og ýmis íslensk tónskáld. Þá frumflytur kórinn ásamt Guðrúnu Jóhannu Ólafsdóttur verkið Stríð eftir Kjartan Sveinsson úr Sigur Rós, við ljóð Halldórs Laxness úr Sjálfstæðu fólki, en verkið var samið sérstaklega fyrir Kammertónleika á Kirkjubæjarklaustri. Hörður Arnarsson stýrir kórnum. Allir tónleikarnir eru haldnir í félagsheimilinu Kirkjuholi á Kirkjubæjarklaustri.

## Nýr deildarforseti í LHÍ

Sigrún Birgisdóttir arkitekt hefur verið ráðin í stöðu deildarforseta hönnunar- og arkitektúrdeildar Listaháskóla Íslands.

Sigrún stundaði fyrrihlutanám í arkitektúr við arkitektúrdeild Tækniháskólans í Milánó og við arkitektúrdeild Oxford Brookes-háskólans í Oxford á Englandi. Síðari hlutan stundaði hún við Arkitektúr-háskóla Arkitektasamtakanna (AA) í London þaðan sem hún lauk lokaprófi 2001.

Ferill Sigrúnar hefur fyrst og fremst verið innan háskóla-samfélagsins, en hún hefur starfað sem kennari og fagstjóri í arkitektúr við háskóla í Bretlandi og við Listaháskóla Íslands. Sérsvið hennar og viðfangsefni eru einkum borgarfræði með áherslu á samspil einka- og almenningsrýma annars vegar og hins vegar samhengi byggðar og náttúru.



SIGRÚN BIRGISDÓTTIR.

FRÉTTIR VÍÐSKIPTI SPORT UMRÆÐAN ÚTVARP LÍFIÐ SJÓNVARP

**BESTU BROTTIN ÚR ÞÁTTUM FM 957**

**vísir**  
- oft á dag

Á **STÓR**TÓNLEIKUM Í HÖRPU

~HINIR EINU SÖNNU~

# STUÐMENN

Miðasala  
hefst í dag!

Með allt á hreinu

## FÖSTUDAGINN 5. OKT.

**HLJÓMSVEIT ALLRA LANDSMANNA & HJARÐMENN HINS HOLDLEGA KRAFTS KOMA SAMAN EFTIR LANGT HLÉ – MEÐ ALLT Á HREINU!**

Í ÁR ERU LIÐIN 30 ÁR FRÁ GERÐ KVIKMYNDARINNAR ÁSTSÆLU. STUÐMENN FLYTJA BESTU LÖG SÍNS YFIRGRIPSMIKLA OG EINSTÆÐA FERILS FYRIR HLÉ

– Í BLAND VIÐ SPENNANDI NÝTT EFNI. TÓNLEIKARNIR EFTIR HLÉ VERÐA ALFARIÐ HELGAÐIR „MEÐ ALLT Á HREINU“.

SÉRSTAKIR GESTIR KOMA VIÐ SÖGU AUK NOKKURRA ÞJÓÐÞEKKTRA LEIKARA. **MISSIÐ EKKI AF EINSTÆÐUM TÓNLISTARVIÐBURDI!**

**MIDASALA HEFST Á MIDI.IS OG Í HÖRPU FÖSTUDAGINN 10. ÁGÚST KL. 10:00. MIÐAVERÐ FRÁ KR. 3.900.**



**75 PRÓSENT** af árstekjum hönnuðarins Michaels Kors koma af sölu fylgihluta. Þetta er einnig tilfellið hjá öðrum hönnuðum og tískuhúsum eftir að harðna tók í ári. Konur eyða heldur fjármunum í góða skó eða tösku en í dýrar flíkur.

## Hreinskilni er góð

**HEILSA** Heiðarleiki hefur jákvæð áhrif á andlega og líkamlega líðan fólks. Rannsókn sem kynnt var á ráðstefnu American Psychological Association leiddi þetta í ljós.

„Bandaríkjamenn ljúga að meðaltali um ellefu sinnum á viku og við vildum komast að því hvort heiðarleiki hefði bein áhrif á heilsu fólks,“ sagði Anita E. Kelly, sálfræðiprófessor við Notre Dame-háskólann

Alls tóku um 110 manns á aldrinum 18 til 71 árs þátt í rannsókninni. Helmingnum var ætlað að hætta að ljúga í tíu vikur á meðan hinn helmingurinn átti ekki að breyta neinu hvað viðkom lygum og ýkjum. Vikulega tóku þátttakendur lygapróf til að komast að því hvað þeir höfðu logið oft á síð-



**EKKI LJÚGA** Færri lygar bæta heilsu fólks og sambönd þeirra einnig.

NORDICPHOTOS/GETTY

ustu dögum og voru einnig látnir gangast undir heilsufarspróf. Bein tenging þótti vera milli færri lyga og betri heilsu.

## LÍFRÆN LÍFSSTÍLSVERSLUN

**Rakel Húnfjörð lét drauminn rætast nú í júlí og opnaði umhverfisvænu lífsstílsverslunina Radísu í gömlu húsi í Hafnarfirði.**

**HÖNNUN** „Það eru til nokkrar lífsstílsverslanir hérlendis en engin sem er eingöngu með umhverfisvæna hluti, svo Radísa er alveg ein sinnar tegundar,“ segir Rakel Húnfjörð sem opnaði verslunina Radísu í Hafnarfirði í júlí.

Radísa er umhverfisvæn lífsstíls- og heilsuverslun með fjölbreytt úrval vara, allt frá barnavörum og fatnaði í snyrtivörur, skrautmuni og nytjavörur. „Þetta er svona ekta konubúð, þó karlar séu að sjálfsögðu hjartanlega velkomnir líka,“ segir Rakel og hlær.

Allar vörur verslunarinnar eru umhverfisvænar og mikið til endurnnar, endurvinnanlegar eða handgerðar og stór hluti þeirra er með Fair Trade sanngirnisvottun. „Með opnun Radísu er ég að láta langþráðan draum rætast. Ég er búin að vera mjög áhugasöm um allt svona náttúrulegt og heilsutengt frá því að miðjusunur minn, sem nú er 14 ára, fæddist. Hann fékk mikið í eyrun þegar hann var lítill svo ég ákvað að prófa að breyta mataræðinu heima fyrir og þá fór boltinn að rúlla,“ segir Rakel sem fór í kjölfarið í svokallað Naturopathic nutrition nám í Englandi þar sem hún lærði meira um þennan heim.

Hún segir lífræna lífsstíllinn vera orðinn að ástríðu hjá sér og hún hafi rosalega gaman af því að miðla reynslu sinni og þekkingu til annarra.

„Þetta er svo æðislegur og æskilegur lífsstíll og með honum finnst mér ég vera að leggja þínu lítið á vogarskálina í átt að betri heimi. Þessi ástríða blundar alltaf í mér og ég losna ekkert við hana þó ég myndi vilja, sem ég geri samt ekki,“ bætir hún við og hlær. Rakel stendur sjálf á bak við búðarborðið í Radísu svo viðskiptavinir geta notað tækifærið og fengið alls kyns ráðleggingar og álit hjá henni á meðan þeir versla.

Radísa er til húsa í litlu gömlu húsi að Strandgötu 17 í Hafnarfirði og er opin alla virka daga frá klukkan 12 til 18 og frá 10 til 14 á laugardögum. „Þetta er alveg mega krúttleg búð. Hún er bara um tuttugu fermetrar sem er mjög passlegt fyrir svona verslun. Hún er eiginlega bara alveg fullkomin,“ segir Rakel að lokum.

tinnaros@frettabladid.is



**LÍFRÆN ÁSTRÍÐA** Rakel hefur lengi haft áhuga á öllu náttúrulegu og heilsutengdu og segir opnun verslunarinnar vera langþráðan draum að rætast hjá sér.

FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

## Að hugsa út fyrir kassann

**KYNLÍF** Ég fór í bíó í vikunni og sá mynd sem snerti við hjartanu í mér. Myndin var einlæg frásögn ungrar konu, Hrafnhildar, sem vildi fá tækifæri til að vera hún sjálf. Ætli það sé ekki markmið okkar flestra en setja mætti spurningamerki við hversu margir raunverulega ná því. Stúlka þessi var fædd í röngum líkama og fæddist því með karlkyns kynfæri og hormóna eftir því. Í gegnum allan sinn uppvöxt upplifði hún sig í röngum líkama og bar það leymdarmál ein. Þessi sálar- og líkamslækja var henni þungur baggi og er manni gersamlega ómögulegt að setja sig í hennar spor og reyna að skilja hversu erfitt þetta hefur verið. Þó snertir einlæg frásögn hennar við manni og gott ef eitt lítið tár fær ekki að trítla niður kinnina. Hún er nefnilega þannig manneskja að mann langar bara að knúsa hana, kjafta um lífið og tilveruna og hvetja til dáða.

Ég upplifi alltof oft að fólk hengi allt sitt trúarlega kerfi á kyn. Þú átt að hegða þér á ákveðinn hátt, hafa ákveðin áhugamál, laðast að gagnstæðu kyni og ekki vera með neitt vesen. Ekki vera frávik, það er svo óþægilegt fyrir kassalagáðan hugsanahátt. Það er stundum líkt og persónuleg breyting, lítil eða stór, storki öðru fólk. Það tekur upplifun annarra persónulega og bregst ókvæða við. Kannski erum við bara hrædd við breytingar og það sem við þekkjum ekki. Þess vegna er þessi mynd mikilvæg. Svo þú getir skilið betur hvað sá sem gengur í gegnum kynleiðréttingu upplifir, svo þú getir séð manneskjuna sem einstakling óháð líffræðilegu kyni. Kyn, kynfæri, staðalmyndir og kynhneigð eiga ekki að vera þættir



**RAGNHILDUR STEINUNN OG HRAFNHILDUR.**

FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

sem stýra því hvernig okkur þykir einstaklingur vera eða eiga að vera. Við eigum að geta horft lengra og tekið fólk eins og það er, þó það sé ólíkt okkur sjálfum.

Ég hvet þig til að fara í bíó með fólk sem þér þykir vænt um, börnum og eldri borgurum, og fagna því að einstaklingur hafi hugrekki og þor til að vera hin besta útgáfa af sjálfri sér. Þó það sé öðruvísi eða óalgengt eða jafnvel sumum þyki það skrytið. Kannski verður þetta þér hvatning til að gera eitthvað í þínum málum eða styðja þína nánustu til að vera eins og þeir eru. Fögnum fjölbreytileikanum og fólk sem sigrast á erfiðleikum, um það snýst þetta líf!

**KYNLÍF: TAKTU ÞÁTT!**

Sendu **Sígu Dögg** póst og segðu henni frá vandamáli úr bólinu. Lausnin gæti birst í Fréttablaðinu.

kynlif@frettabladid.is



### HVAÐ ER FAIR TRADE?

Í versluninni Radísu eru til sölu Fair Trade-sanngirnisvottaðar vörur. Margir þekja hugtakið án þess þó að vita fyrir hvað það stendur.

Í stuttu máli er Fair Trade leið til að berjast gegn fátækt í heiminum og stuðla að auknum mannréttindum. Vörur sem bera merkið eru unnar af vinnufólki sem fær sanngjörn laun fyrir vinnu sína, eru ekki unnar af börnum í þrældómi, eru lífrænt ræktaðar og stuðla að jafnrétti. Með kaupum á vöru merktri Fair Trade er alþjóðleg barátta bænda og framleiðanda um sanngjörn laun fyrir vöru þeirra studd. Smábændur í þriðja heims ríkjum eiga til að mynda oft erfitt með að fóta sig á heimsmarkaði þar sem oft er milli-liður að viðskiptunum sem eigna

sér hagnaðinn. Fair Trade samningur útilokar þessa milliliði.

Fair Trade Labelling Organizations International (FLO) er alþjóðlegur úttektaraðili merkisins sem er veitt með leyfi frá The International Fairtrade Organization, alþjóðlegum samtökum sanngirnisvottunar. Uttekt fer fram árlega og jafnvel oftast er þörf er á.

**FAIR TRADE**  
Allar Fair Trade-vottaðar vörur bera þetta merki.



# ÁTTU VON Á GESTUM?

## TILBOÐSDAGAR Í ÁGÚST

Senseo 2ja sæta svefnsofi  
**ÁGÚST-TILBOÐ Kr. 329.600,-**  
Verð áður 412.000,-

Breidd: 187 cm  
Dýpt: 95 cm  
Heilsudýna: 140x200 cm  
Frá vegg: 240 cm

**25% afsláttur í ágúst**

Senseo tungusófi  
**ÁGÚST-TILBOÐ Kr. 446.250,-**  
Verð áður 595.000,-



Breidd: 268 cm, Dýpt: 95 cm  
Tunga: 163 cm  
Frá vegg: 240 cm  
Heilsudýna: 140x200 cm

# SKÓSPRENGJA

## Í FULLUM GANGI

ásamt öðrum  
tilboðum

# 50% - 90%

## AFSLÁTTUR

Opið mánudaga - föstudaga  
milli kl. 11 og 18  
laugardag milli kl. 11 og 16  
sunnudag milli kl. 13 og 17

VÖRUR FRÁ:

STEINAR WAAGE  
SKÓVERSLUN  
KRINGLAN - SMÁRALIND

eCCO  
Kringlan - Smáralind

Kaupfélagið  
Kringlunni - Smáralind

skór.is  
KRINGLAN • SMÁRALIND

Nýtt kortatímabil

f Þú finnur okkur á:  
facebook

# ..... Toppskórin ..... Outlet

VÍNLANDSLEIÐ 6 - S: 533 3109

**SAMBÍÓIN SAMbio.is**

STEVE CARELL KEIRA KNIGHTLEY  
**SEEKING A FRIEND FOR THE END OF THE WORLD**

BRUCE WAYNE  
**TOTAL RECALL**

★★★★★  
**BRAVE**  
 Sínd með íslensku og enaku tali - sjúdi í 2D og 3D

★★★★★  
 SÉÐ OG HEYRT  
**THE DARK KNIGHT RISES**

★★★★★  
 KVIKMYNDIR.IS  
 HOLLYWOOD REPORTER

**STÆRSTA MYND ÁRSINS**  
**50.000 GESTIR**  
**THE DARK KNIGHT RISES**

SAMBÍÓIN ÁLFABAKKA		SAMBÍÓIN EGILSHÖLL	
BRAVE ísl. Tali	kl. 1:30 - 3:40 - 5:50	3D	L DARK KNIGHT RISES
BRAVE ísl. Tali	kl. 1:30 - 3:40 - 5:50	2D	L kl. 3 - 6:10 - 8 - 9:20 - 10 - 11:10
BRAVE ensku. Tali	kl. 8	2D	L TOTAL RECALL kl. 5:20 - 8 - 10:30
SEEKING A FRIEND...	kl. 5:50 - 8 - 10:20	2D	L TED kl. 7:30
DARK KNIGHT RISES	kl. 2 - 6 - 8 - 10 - 10:20	2D	L BRAVE ísl. Tali kl. 3
DARK KNIGHT RISES VIP	kl. 2 - 6 - 10	2D	L VIP BRAVE ísl. Tali kl. 3:20 - 5:40
MAGIC MIKE	kl. 8 - 10:20	2D	L ÍSÖLD 4 ísl. Tali kl. 3
MADAGASCAR 3 ísl. Tali	kl. 1:30 - 3:40 - 5:50	2D	L MADAGASCAR 3 ísl. Tali kl. 5
UNDRALAND IBBA ísl. Tali	kl. 1:30 - 3:40	2D	L SAMBÍÓIN KRINGLUNNI
SAMBÍÓIN AKUREYRI		BRAVE ísl. Tali kl. 3:40 - 5:50	
SEEKING A FRIEND..	kl. 6 - 8 - 10:10	2D	L BRAVE ísl. Tali kl. 4:50
BRAVE ísl. Tali	kl. 6	3D	L SEEKING A FRIEND... kl. 5:50 - 8 - 10:20
DARK KNIGHT RISES	kl. 8 - 11:20	2D	L DARK KNIGHT RISES kl. 7 - 8 - 10:30
SAMBÍÓIN SELFOSSI		MADAGASCAR 3 ísl. Tali kl. 3:40	
SEEKING A FRIEND...	kl. 8	2D	L SAMBÍÓIN KEFLAVÍK
DARK KNIGHT RISES	kl. 8 - 10:10	2D	L SEEKING A FRIEND... kl. 8 - 10:10
SPARBIÓ		BRAVE ísl. Tali kl. 5:50	
MERKTAR MEÐ GRÆNU OG APPELSINGULU / BÍO AUGLÝSINGUM		TOTAL RECALL kl. 8	
SAMBÍÓIN KR. 1000 Á GRÆNT OG KR. 750 Á APPELSINGULU		THE DARK KNIGHT RISES kl. 10:30	
		UNDRALAND IBBA ísl. Tali kl. 6	

**SMÁRABÍÓ** HÁSKÓLABÍÓ

TRÝSSU ÞÉR MIÐA Á **midi.is**

TO ROME WITH LOVE  
 LEXUS

BRAVE  
 MED ÍSLENSKU TALI Breyttu örlögum þínum!

KILLER JOE  
 ÍSÖLD 4

SMÁRABÍÓ	GLEAÞUGU SELÐ SÉR	HÁSKÓLABÍÓ	NÁNAR Á MIÐI.S
BRAVE:HIN HUGRAKKA	2D KL. 3.30 - 5.45	TO ROME WITH LOVE	KL. 5.30 - 8 - 10.30
BRAVE:HIN HUGRAKKA	3D KL. 3.30 - 5.45	TOTAL RECALL	KL. 6 - 9
TOTAL RECALL	KL. 6 - 8 - 9 - 10.35	KILLER JOE	KL. 8 - 10.20
TOTAL RECALL LUXUS	KL. 5.20 - 8 - 10.35	ÍSÖLD 4 2D ÍSL.TAL	KL. 5.50
ÍSÖLD 4 3D ÍSL.TAL	KL. 3.40 - 5.50	INTOUCHABLES	KL. 5.30 - 8 - 10.30
ÍSÖLD 4 2D ÍSL.TAL	KL. 3.40	BORGARBIÓ	NÁNAR Á MIÐI.S
TED	KL. 8 - 10.20	TOTAL RECALL	KL. 8 - 10.15
SPIDER-MAN 3D	KL. 8 - 10.50	TO ROME WITH LOVE	KL. 5.50 - 8
		KILLER JOE	KL. 10.15
		INTOUCHABLES	KL. 5.50

facebook /smarabio • facebook /haskolabio

**midi.is** LAUGARÁS BÍÓ

www.laugarasbio.is  
 -bara lúxus sími 553 2075

TOTAL RECALL  
 Stórkostleg teiknimynd fyrir alla fjölskylduna!

BRAVE  
 Stórkostleg teiknimynd fyrir alla fjölskylduna!

Intouchables  
 42.000 MANNS!

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

LAUGARÁSBIÓ	Sýningartímar
BRAVE HIN HUGRAKKA 3D	4, 6 - ÍSL. TAL
TOTAL RECALL	8, 10, 20
KILLER JOE	8, 10, 20
INTOUCHABLES - ÍSL. TEXTI	3, 50, 6, 8, 10, 20
ÍSÖLD 4: HEIMSÁLFHOPP 3D	4, 6 - ÍSL. TAL



ROKK OG RÓL  
 Draggdrottningin Daniella Poulina Yaka-sushi Poulsen fór hamföllum á sviðinu.



JOHNNY ROCK Draggkóngur Íslands 2012 á sviði Eldborgar að sjáma dómurnar upp úr skónum líkt og hann gerir manna best enda þræl-myndarlegur og sjarmatröll með meiru.

# FROSIN Í BROSI

Johnny Rock og Shady Jones báru sigur úr bítum í fimmtánda Draggkeppni Íslands í fyrradag og eru bæði í himinlifandi.

Draggkeppni Íslands var haldin í fimmtánda sinn í fyrradag og var gleði og glamúr allsráðandi í Eldborgarsal Hörpu. Johnny Rock var krýndur Draggkóngur Íslands og Shady Jones hin nýja Draggdrottning Íslands. Georg Erlingsson Merrit, framkvæmdastjóri keppinnar, segir kvöldið hafa verið algjöra geggjun og fer fögrum orðum um keppendur og kynni.

Guðrún Móbus Bernharðs er konan að baki draggkóngnum. „Ég er frosin í brosi eða eins og Johnny Rock myndi segja það þá er gott að feta í fótspor sjálfs konungsins,“ og á við sjálfan Elvis Presley. Þetta er í annað sinn sem hún hlýtur titilinn en árið 2010 var hún annar meðlimur fyrsta duettsins sem keppti og sigraði í keppninni um Draggkóng Íslands. Simon Cramer Larsen er maðurinn að baki Shady Jones og segir markmið þátttökunnar hafa verið að skemmta sér. „Að vinna var mögnuð upplifun. Ég og vinur minn erum svolítið í vímu í dag,“ segir Simon. „Ég hef alltaf verið að berjast á móti staðalmyndum en sumu fólki finnst maður bara vilja vera kona ef maður klæðir sig í dragg en það er síður en svo, þetta er list.“



DROTTNING Shady Jones kom, sá og sigraði í keppninni um draggdrottningu Íslands með ótrúlegri dans- og söngsyru.



TÖFFARAR Eftirfarandi töffarar voru með eitt af fimm óborganlegum og vel unnum atvöldum sem kepptu um titilinn Draggkóng Íslands 2012.



MONROE Ágústa Eva Erlendsdóttir kynnti keppendur á sviði í gervi þokkadísarinnar Marilyn Monroe og að sögn Georgs framkvæmdastjóra var hún afar kynþokkafull.

Sími: 553 2075 - bara lúxus

**Ódýrt í bíó**

BRAVE TILBOÐ KL. 4  
 ÍSÖLD 4 HEIMSÁLFHOPP 3D TILBOÐ KL. 4  
 Intouchables TILBOÐ KL. 3.50

LAUGARÁS BÍÓ TILBOÐ Á FYRSTU SÝNINGAR DAGSINS

MEÐ STUÐNINGI REYKJAVÍKURBORGAR OG KVIKMYNDAMIÐSTÖÐVAR ÍSLANDS  
 Miðasala: 412 7711 ■ www.bioparadis.is / midi.is ■ Hluti af Europa Cinemas

## BÍÓ PARADÍS

FÖSTUDAGUR: TÍU TÍMAR TIL PARADÍSAR (TEDDY BEAR) 18:00, 20:00, 22:00 ■ HRAFNHILDUR 18:00, 20:00 ■ STARS ABOVE 18:00 ■ RED LIGHTS 22:10 ■ BERNIE 20:00 ■ COOL CUTS: 101 REYKJAVÍK 18:00 ■ COOL CUTS: WHEN THE RAVEN FLIES 20:00 ■ COOL CUTS: HEIMA SIGUR RÓS 22:00 ■ BLACK'S GAME (ENGLISH SUBS) 22:00

15. ÁGÚST: ELLES (ÞEIR) með Juliette Binoche!

SKÓLANEMAR: 25% AFSLÁTTUR GEGN FRAMVÍSUN SKÍRTEINIS! SAMI AFSLÁTTUR FYRIR ÖRYRKJA OG ELDRI BORGARA.

HVERSU LANGT MYNDIR ÞÚ FARA TIL AÐ FINNA ÁSTINA?  
 TEDDY BEAR

KVIKMYND EFTIR RAGNHILDI STEINUNNI JÓNSDÓTTUR  
**HRAFNHILDUR**  
 HEIMILDAMYND UM KYNLEIÐRÉTTINGU



Verð  
**18.999**  
krónur

**JEVA**

18 lítra taska með nestisboxi og brúsa. Frá 9-12 ára.



Verð  
**18.999**  
krónur

**JEVA**

18 lítra taska með nestisboxi og brúsa. Frá 9-12 ára.



Verð  
**16.999**  
krónur

**beckmann**

22 lítra með vasa fyrir nesti og brúsa. 6-9 ára.



Verð  
**16.999**  
krónur

**beckmann**

22 lítra með vasa fyrir nesti og brúsa. 6-9 ára.



Verð  
**16.999**  
krónur

**beckmann**

22 lítra með vasa fyrir nesti og brúsa. 6-9 ára.

**SJÁÐU  
VERÐIÐ!  
kr. 5.999**



**beckmann**

Beckmann bakpoki með festingum fyrir hjólabrettið.



Verð  
**8.999**  
krónur

**adidas**

Góðir bakpogar frá Adidas. Til í bláu, bleiku og svörtu.

Verð  
**9.499**  
krónur



**Barmmy Kitty**

Skemmtilegur bakpoki með mynd af Kitty.



Verð  
**7.999**  
krónur

**SPIDERÖSENSE**

Vinsæll bakpoki með mynd af Spiderman.



Verð  
**5.999**  
krónur stk.

**JEVA**

Fyllt tveggja hólfa pennaveski með vönduðum skriffærum í stíl við töskuna.



Verð  
**2.499**  
krónur stk.

Flott fyllt pennaveski með 31 skriffæri.

# ÁFRAM NÁMSMENN



Bókhalds-  
námskeið?  
þarf maður virkilega  
að læra að  
halda á bók.



## Vildarklúbbur fyrir námsmenn!

**5%** afsláttur af ÖLLUM SKÓLA-  
VÖRUM einnig af tilboðum



Sérstök vildarverð  
á völdum vörum.  
Taktu eftir merkinu!

**Skráðu þig í næstu heimsókn!**

**30%**

AFSLÁTTUR MED  
VILDARAFSLÆTTI



Verð nú kr. **272,-**  
Verð áður kr. 389,-

Gildir til og með 12. ágúst.

Skoðaðu úrvalið í  
60 síðna skólabæklingi  
á EYMUSSON.IS



# Eymundsson

Bóksali frá 1872



**ÍSLENSKU LANDSLIÐSKONURNAR** Hólmfríður Magnúsdóttir og Kristín Ýr Bjarnadóttir voru á skotskónum í 6-0 stórsigri Avaldsnes á Grand Bodø í norsku b-deildinni í gær. Hólmfríður skoraði þrennu og Kristín Ýr var með tvö mörk. Hólmfríður hefur skorað 13 mörk og Kristín Ýr er með 12 mörk í deildinni en þær hafa skorað 25 af 35 deildarmörkum Avaldsnes-liðsins í 11 leikjum í sumari. Björk Björnsdóttir og Pórunn Helga Jónsdóttir voru einnig í byrjunarliðinu í þessum leik. Avaldsnes er á góðri leið upp í úrvalsdeildina.



**USAIN BOLT** Sá fljótasti í heimi brást ekki í London í gærkvöldi. NORDICPHOTOS/AFP

## 200 metra hlaup karla á ÓL: Sögulegur sigur hjá Usain Bolt

**ÓL 2012** Jamaíkamaðurinn Usain Bolt endurskrifaði Ólympíusöguna í gærkvöldi þegar hann bætti við gulli í 200 metra hlaupi við það sem hann vann í 100 metrunum á sunnudagskvöldið.

Engum öðrum hafði tekist að vinna Ólympíugull í 100 og 200 metra hlaupum á tveimur leikum í röð. Bolt kom í mark á 19,32 sekúndum en Jamaíkamaðurinn urðu í þremur efstu sætum í hlaupinu. Johan Blake varð annar í hlaupinu á 19,44 sek. og þriðji varð Warren Weir.

Usain Bolt kom vissulega í mark á frábærum tíma en eins og oft áður hægði hann á sér í markinu og missti þá líklega af Ólympíumetinu. Heimsmet hans er 19,19 sekúndur en Ólympíumetið er 19,30 sekúndur frá því í Peking. - óóó

## Holukeppni unglunga lokið: Keilisfólk með fjögur gull

**GOLF** Íslandsmeiti unglunga í holukeppni, sem lékið var á Þorlákshafnarvelli, lauk í gær.

Íslandsmeistarar í flokki 14 ára og yngri urðu þau Þóra Kristín Ragnarsdóttir og Atli Már Grétarsson úr Keili. Í flokki 15-16 ára urðu Gunnhildur Kristjánsdóttir úr GK og Birgir Björn Magnússon úr Keili Íslandsmeistarar. Íslandsmeistarar í elsta flokknum 17-18 ára urðu þau Guðrún Brá Björgvinsdóttir úr Keili og Stefán Þór Bogason úr GR. - óóó

## ÚRSLITIN Í GÆR

### Pepsi-deild kvenna

**Stjarnan - Valur** 2-3  
0-1 Svava Rós Guðmundsdóttir (49), 1-1 Ásgerður S. Baldursdóttir (54), 1-2 Johanna Rasmussen (60), 2-2 Edda María Birgisdóttir (73), 2-3 Elín Metta Jensen (90.+1).

**Þór/KA - FH** 6-0  
1-0 Anna Sif Ásgrímsdóttir (17), 2-0 Lára Einarsdóttir (19), 3-0 Sandra María Jessen (31), 4-0 Katrín Ásbjörnsdóttir (54), 5-0 Anna Sif Ásgrímsdóttir (75), 6-0 Sandra María Jessen (82).  
**Selfoss - Breiðablik** 3-3  
1-0 Anna María Friðgeirsdóttir (10), 1-1 Rakel Hönnudóttir (19), 1-2 Rakel Hönnudóttir (23), 2-2 Valorie O'Brien (40), 2-3 Petrea Björt Sævarsdóttir (75), 3-3 Guðmunda Brynja Óladóttir (81).

**KR - Fylkir** 3-2  
1-0 Monika Siskovic (20), 2-0 Anna Garðarsdóttir (44), 2-1 Ruth Þórhildur Þórðardóttir (55), 2-2 Anna Björg Björnsdóttir (66), 3-2 Anna Garðarsd. (69).

### STAÐAN Í DEILDINN

Þór/KA	13	10	2	1	38-13	32
Stjarnan	13	8	2	3	35-17	26
Breiðablik	13	7	3	3	33-15	24
Valur	13	7	2	4	32-18	23
ÍBV	12	7	1	4	28-18	22
FH	13	4	2	7	19-32	14
Selfoss	13	3	3	7	24-54	12
Fylkir	13	3	2	8	16-28	11
Afturelding	12	3	2	7	11-26	11
KR	13	1	3	9	13-28	6

# Nú hefst undirbúningurinn fyrir Ríó

Ásdís Hjálmsdóttir hafnaði í ellefta sæti í spjótkesti kvenna á Ólympíuleikunum í London. Hún kastaði 59,08 m sem er nokkuð frá Íslandsmetinu sem hún setti á þriðjudag. „Alls ekki lélegur árangur,“ segir hún.

**ÓL 2012** Ásdís Hjálmsdóttir hafnaði í ellefta sæti í spjótkesti kvenna á Ólympíuleikunum í London í gærkvöldi. Hún kastaði 59,08 m strax í fyrstu tilraun og reyndist það lengsta kast hennar.

„Þetta er alls ekki lélegur árangur þó svo að ég hafi verið að kasta 62,77m fyrir tveimur dögum,“ sagði Ásdís í gærkvöldi en hún setti glæsilegt Íslandsmet í undankeppninni á þriðjudag. Hún neitaði því þó ekki að hún ætlaði sér meira.

„Að sjálfsögðu er þetta pínulítið svekkjandi. Eg er keppnismanneskja og það er það sem kom mér hingað. Eg er svekkt í kvöld en á morgun verð ég ánægð, enda ekki annað hægt en að komast í úrslit og enda í ellefta sæti.“

### Heimsmeistarinn í 10. sæti

Átta efstu eftir fyrstu þrjú köstin fengu að halda áfram og taka önnur þrjú köst. Ásdís var ekki í þeim hópi en ekki heldur heimsmeistarinn Maria Abakumova.

„Það segir mikið um þessa grein og hvernig hún er. Þess fyrir utan náði stelpa sem hefur ekki verið að kasta vel í sumar í brons,“ sagði hún og átti þar við Lindu Stahl frá Þýskalandi.

Heimsmethafinn Barbra Spotakova frá Tékklandi varði Ólympíutitil sinn í greininni með kasti upp á 69,55m og önnur varð, Christina Obergföll, með 65,16m en hún er einnig frá Þýskalandi.

Ásdís kastaði 57,35m í annarri tilraun en gerði viljandi ógilt í þriðju. Hún sá um leið að spjótíð færi ekki langt enda reis það mjög hátt og varð fyrir vikið mun styttra en ella. „Það var rosaalega gott kast – betra en á þriðjudaginn. En ég reif aðeins í það – það kom smá hreyfing í úlnliðinn sem varð til þess að spjótíð reis of mikið upp,“ sagði hún.

„Upphitunin hafði gengið mjög vel og mér leið vel. Eg var of rög í fyrsta kastinu og svo geymdi ég hægri höndina ekki nógu vel í öðru kastinu, svo ég vísi í tæknimálið. Eg ætlaði svo að negla þriðja kastið en svo fór það svona.“



**FÉKK BARA ÞRjú KÖST** Ásdís Hjálmsdóttir sést hér eftir þriðja og síðasta kastið sitt á Ólympíuleikvanganum í London í gær en þá varð ljóst að hún yrði ekki meðal þeirra átta sem fengu þrjú köst til viðbótar. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Það þarf smá heppni og þýðir ekki að dvelja lengur við það.“

### Ætla að toppa í Ríó

Ásdís er 26 ára gömul og er hvergi nærri hætt. „Undirbúningurinn fyrir [Ólympíuleikana] í Ríó hefst á morgun. Eg er ekki einu sinni að hugleidda að hætta. Spjótkastarar eru oft að toppa í kringum þrítugt og ég ætla mér að toppa í Ríó.“

**Eiríkur Stefán Ásgeirsson og Valgarður Gíslason**

fjalla um ÓL 2012  
eiririkur@frettabladid.is - valli@frettabladid.is



### Besti árangur Íslendinga í frjálsum á ÓL:

**Vilhjálmur Einarsson, Melbourne 1956**  
Silfurverðlaun í þristökki

**Vala Flosadóttir, Sydney 2000**  
Bronsverðlaun í stangarstökki

**Vilhjálmur Einarsson, Róm 1960**  
5. sæti í þristökki

**Sigurður Einarsson, Barcelona 1992**  
5. sæti í spjótkesti

**Þórey Edda Elísdóttir, Aþena 2004**  
5. sæti í stangarstökki

**Einar Vilhjálmsson, Los Angeles 1984**  
6. sæti í spjótkesti

**Guðrún Arnardóttir, Sydney 2000**  
7. sæti í 400 metra grindahlaupi

**Hreinn Halldórsson, Moskvu 1980**  
10. sæti í kúluvarpi

**Óskar Jakobsson, Moskvu 1980**  
11. sæti í kúluvarpi

**Vésteinn Hafsteinsson, Barcelona 1992**  
11. sæti í kringlukasti

**Sigurður Sigurðsson, Berlín 1936**  
11. sæti í þristökki

**Ásdís Hjálmsdóttir, London 2012**  
11. sæti í spjótkesti

Lið Þór/KA er komið með sex stiga forskot á toppi Pepsi-deildar kvenna í fótbolta eftir leiki gærkvöldsins:

## Elín Metta slökkti í vonum Stjörnukvenna

**FÓTBOLTI** Valur sigraði Íslandsmeistarastjörnunna á útivelli í gær 3-2. Þar með er Stjarnan sex stigum á eftir toppliði Þór/KA þegar fimm umferðir eru eftir og verður nú erfitt fyrir Stjörnunna að verja Íslandsmeistaratitil sinn.

Fyrri hálfleikur var mjög bragðdaufur og fátt um fína drætti. Fá færi litu dagsins ljós og var markalaust í hálfleik.

Allt annað var uppi á tengingnum í seinni hálfleik sem var bráðfjörugur og fimm mörk skoruð auk þess sem bæði lið fengu fín færi sem fóru forgörðum.

Valur komst þrisvar yfir í leiknum. Stjarnan jafnaði í tvígang en ekki gafst tími til að jafna eftir að ungstirnir Elín Metta Jensen skoraði á 91. mínútu leiksins.

„Þetta var ótrúlega mikill vinnusigur. Við vorum þolinmóðar og höfðum trú á þessu allan tímann. Fyrir leik og allan leik. Það gekk allt upp sem við lögðum upp með,“ sagði Rakel Logadóttir, miðjumadóur Vals, eftir leikinn en hún telur að Stjarnan geti ekki unnið upp sex stiga forskot Þórs/KA á toppi deildarinnar.

„Það er langt í Þór/KA og ef þær halda áfram að skora eins og þær



**HETJA VALSMANNA Í GARDABÆNUM** Elín Metta Jensen skoraði sigurmark í upp-bótartíma á móti Íslandsmeisturum Stjörnunna í gær. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

hafa verið að gera þá eru þær að fara að vinna þetta. Eg held að þetta sé leikurinn sem tryggir Þór/KA titilinn, þær eru nú sex stigum á undan Stjörnunni og fimm leikir eftir,“ sagði Rakel en Ásgerður

Stefanía Baldursdóttir sem skoraði fyrra mark Stjörnunna hefur enn trú á að liðið geti varið titilinn. „Ég vil ekki halda að titilvinnar hafi farið þarna. Það eru fimm leikir eftir og við verðum að halda

áfram og hugsa um okkur, ekki þæla í öðrum leikjum. Það er allt hægt í þessu,“ sagði Ásgerður.

„Mér fannst þær skapa sér fjögur til fimm færi og klára þrjú. Þetta eru alltaf jafnir leikir gegn Val og úrslitin ráðast alltaf undir lokin. Þetta datt þeirra megin í dag,“ sagð Ásgerður að lokum.

### Þór/KA fór illa með FH

Þór/KA-konur gefa ekkert eftir á toppi Pepsi-deildar kvenna en þær náðu sex stiga forskoti eftir 6-0 sigur á FH.

Sandra María Jessen skoraði tvö mörk fyrir norðanliðið og er markahæst í deildinni með fjórtán mörk í þrettán leikjum.

Botnliðin í deildinni bitu frá sér í gær. KR vann 3-2 heimasigur á Fylki og Selfoss gerði 3-3 jafntefli við Blikakonur sem eru í 3. sæti deildarinnar.

KR-konur voru þarna að vinna sinn fyrsta sigur í deildinni í sumar en Anna Garðarsdóttir skoraði sigurmarkið 21 mínútu fyrir leiklok þegar hún gerði sitt annað mark í leiknum.

Umferðinni lýkur í kvöld á leik milli ÍBV og Aftureldingar í Eyjum. - gmi, -óóó



FRÁBÆR VERÐ  
Á FLOTTUM MERKJUM

# ÚTSALA

**30% aukaafsláttur  
af öllum vörum**

## Fótboltaskór barna

(v6.10 Hr jr - stærðir. 28-38)

Verð: 6.990 kr.

Outlet-verð: 3.990 kr.

Útsöluverð:

**2.793 kr.**

## Puma golfskór - dömu

(Jigg Wn's)

Verð: 29.990 kr.

Outlet-verð: 19.990 kr.

Útsöluverð:

**13.993 kr.**

## Puma herrabólur

Verð: 4.990 kr.

Outlet-verð: 2.990 kr.

Útsöluverð:

**2.093 kr.**

## Puma hlaupajakkar

Verð: 17.990 kr.

Outlet-verð: 6.990 kr.

Útsöluverð:

**4.893 kr.**

## Puma krakkaskór

Verð: 8.990 kr.

Outlet-verð: 3.990 kr.

Útsöluverð:

**2.793 kr.**

## Speedo stelpusundföt

(stærðir 116 - 176)

Verð: 5.990 kr.

Outlet-verð: 3.990 kr.

Útsöluverð:

**2.793 kr.**

## Speedo sundbuxur

(stærðir S - XL)

Verð: 6.990 kr.

Outlet-verð: 3.990 kr.

Útsöluverð:

**2.793 kr.**

## Puma ungbarnagallar

(stærðir 68 - 104)

Verð: 9.990 kr.

Outlet-verð: 6.990 kr.

Útsöluverð:

**4.893 kr.**

## Puma hettupeysa junior

(stærðir 128-164)

Verð: 10.990 kr.

Outlet-verð: 6.990 kr.

Útsöluverð:

**4.893 kr.**

## Speedo bikini

(Mirale 2 pce)

Verð: 9990 kr.

Outlet-verð: 2.490 kr.

Útsöluverð:

**1.743 kr.**

## Puma strigaskór

(First round stærðir 36-42)

Verð: 15.990 kr.

Outlet-verð: 4.990 kr.

Útsöluverð:

**3.493 kr.**

**PUMA**  
speedo

**aðeins í nokkra daga**

**SPORT  
OUTLET**

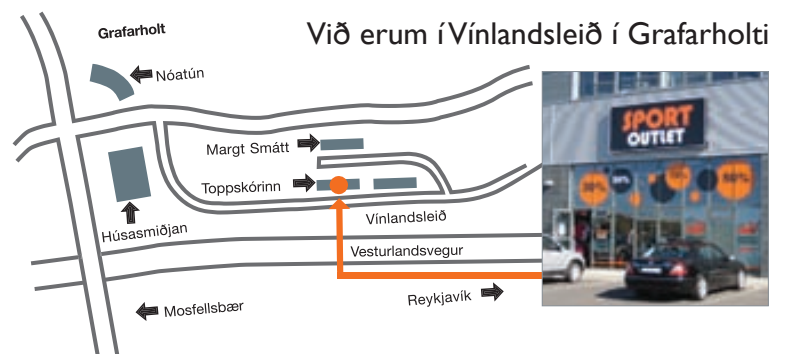
Vínlandsleið 6  
113 Reykjavík

Opið:

Virka daga kl. 11-18

Laugardaga kl. 11-16

Sunnudaga kl. 13-17





ATLI GUÐNASON Skoraði sínar fyrstu þrennur í sumar. FRÉTTABLAÐIÐ/DANIEL

Atli með tvær þrennur:

## Ekki gerst síðan sumarið 2005

**FÓTBOLTI** FH-ingurinn Atli Guðnason hefur verið á skotskónum í Pepsi-deild karla í sumar og er nú með tveggja marka forskot á listanum yfir markahæstu leikmenn deildarinnar.

Atli skoraði sína aðra þrennu í sumar í 5-2 sigri á Selfossi í Kaplakrika í fyrrkvöld og varð þar með sá fyrsti í sjö ár sem nær að skora tvær þrennur á sama tímabili. Atli er alls búinn að skora 9 mörk í 13 leikjum með FH-liðinu í Pepsi-deildinni í sumar.

Atli skoraði einnig þrennu í 7-2 stórsigri á ÍA upp á Akranesi í 9. umferð og er með tvær af fjórum þrennum sumarsins. Kjartan Henry Finnbogason í KR og Christian Steen Olsen hjá ÍBV hafa einnig skorad þrennu í fyrstu fjórtán umferðunum.

Síðastir til að ná þessu á undan Atla voru FH-ingarnir Tryggvi Guðmundsson og Allan Borgvardt sumarið 2005. Þrennur Tryggva komu í upphafi og lok sumars en báðar þrennur Allans komu með stuttu millibili um mitt sumar. - 66j



PÓRIR HERGEIRSSON Fagnar hér sigri norska kvennalandsliðsins í London. NORDICPHOTOS/AFP

Pórir Hergeirsson:

## Einum sigri frá gullþrennunni

**HANDBOLTI** Þórir Hergeirsson heldur áfram að gera frábæra hluti með norska kvennalandsliðið í handbolta en í gær stýrði hann norska kvennalandsliðinu inn í úrslitaleikinn um gullið á Ólympíuleikunum í London.

Norsku stelpurnar unnu þá sex marka sigur á Suður-Kóreu, 31-25, og eru komnar á mikið flug eftir tap í fyrsta leik og erfiða byrjun á mótinu. Sigurinn í gær var öruggur og sannfærandi og leikgleðin skein úr hverju andliti.

Þórir er þegar búinn að gera norska liðið að Heims- og Evrópumeisturum sem aðalþjálfari og er nú aðeins einum sigri frá því að ná þrennunni fyrstur íslenskra þjálfara.

Noregur vann Ólympíugull á leikumum í Peking 2008 en þá var Þórir aðstoðarþjálfari Marit Breivik. - 66j



BJÖRGVIN PÁLL Hér fyrir framan körfuboltahöllina í Ólympíugarðinum í London þar sem Ísland tapaði fyrir Ungverjalandi í fyrradag. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

# MÓTLÆTIÐ GERIR MANN STERKARI

Landsliðsmarkvörðurinn Björgvin Páll Guðavíð segir að örlög íslenska liðsins á Ólympíuleikunum hafi verið grimm en að það sé stundum eðli íþróttanna. Frammistaðan á mótinu sé þó ein sú besta frá upphafi.

**ÓL 2012** Þó svo að vonbrigðin eftir tap Íslands fyrir Ungverjalandi í fyrradag hafi verið ólýsanlega mikil er ekki annað hægt en að læra af mistökunum og horfa fram á veginn. Það segir Björgvin Páll Guðavíð, landsliðsmarkvörður í handbolta.

Tap Íslands þýddi að liðið féll úr leik á Ólympíuleikunum. Sérlega grimm örlög, sérstaklega miðað við að strákarnir unnu alla leiki sína í riðlinum. Það var þó allt undir í leiknum gegn Ungverjalandi í körfuboltahöllinni á miðvikudaginn og það sem hafði gerst fram að því skipti engu máli.

„Mér hefur liðið betur,“ sagði Björgvin þegar Fréttablaðið settist niður með honum í Ólympíugarðinum í gær, rétt rúnum sólarhring eftir leikinn umtalaða. Margir af félögum hans í landsliðinu voru þá þegar farnir úr Ólympíuþorpinu eða á leið í burtu.

„En það þýðir ekkert annað en að taka þessu með jafnaðargeði og horfa fram á veginn. Þetta voru mikil vonbrigði en það er ekki hægt að dvelja við þetta endalast,“ segir hann.

### Gerði sextán mistök í leiknum

Hann segist hafa eytt kvöldinu eftir leik í að fara yfir atburði dagsins, bæði með félögum sínum og í ein-

rúmi. „Við ræddum þetta í gegn. Maður verður að reyna að koma þessu frá sér svo maður sé ekki að dvelja við þetta alla nóttina,“ segir Björgvin Páll sem spilaði fyrri hálfleikinn og varði fjögur skot í honum.

„Ég fékk sextán mörk á mig og ég fór yfir þau öll kvöldið eftir leik. Maður gerir mörg mistök í sportinu og ég gerði sextán mistök í þessum leik,“ segir hann.

„Það þýðir samt ekki að dvelja of lengi við það. Maður lærir af þessu og hendir því svo frá sér. En þetta var svo mikilvægur leikur að hver mistök telja tvöfalt og er erfitt að kyngja því.“

### Lögðum hjartað að veði

Eins og gefur að skilja voru handboltaunnendur og stuðningsmenn íslenska landsliðsins í sárnum í gær. Leikmenn skilja það vel en Björgvin segir að enginn hafi tekið þessu verr en leikmennirnir sjálfir.

„Við lögðum hjartað að veði fyrir mótið og ætluðum okkur stærri hluti. En við klikkuðum í stærsta leiknum þó svo að við höfum náð að spila frábærlega á mótinu fram að því. Þetta var líklega besta mót okkar til þessa. Við unnum bæði Frakka og Svía í riðlinum sem eru nú komin í undanúrslit – sem hjálpar ekki til. Það er afar svekkjandi.“

Og hann segir að viðbrögð Íslendinga á Facebook, Twitter og öðrum netmiðlum hafi ekki farið fram hjá sér. „Menn stjórna því sjálfir hvað þeir vilja sjá og ekki. Persónulega finnst mér gaman að fá viðbrögð frá þjóðinni enda er maður vöðalega fljótur að stökkva á netið eftir sigurleiki. Maður verður því líka að geta tekið gagnrýninni þegar hún kemur. Auðvitað er líka stutt í neikvæðina en maður má ekki taka það inn á sig. Mótlætið gerir mann bara sterkari.“

### Á Guðmundi margt að þakka

Guðmundur Guðmundsson er nú hættur sem landsliðsþjálfari og líkur eru á að Ólafur Stefánsson hafi leikið sinn síðasta landsleik, þó svo að hann hafi ekkert gefið út um sína framtíð.

„Ég á Guðmundi margt að þakka. Hann gaf mér mitt fyrsta tækifæri í landsliðinu árið 2003 og valdi mig til að spila á tveimur Ólympíuleikum. Þess fyrir utan er gríðarlegur missir að manningum,“ segir hann.

„Guðmundur er búinn að byggja upp lið í fjögur og hálf ár sem hefur náð langt. Hans handbragð er á liðinu, bæði í vörn og sókn, og þó svo að við höfum allir lagt okkar í þúkkið er hann arkitektinn að öllu saman.“

Björgvin Páll segir að leikmönnum annarra liða finnst leiðinlegt að fara á svokallaða „vídeofundi“ þar sem andstæðingurinn er greindur. Guðmundur hefur haldið marga slíka í gegnum tíðina. „Hver fundur með Gumma hefur verið skemmtilegur. Hann er mikill handbolta-nörd og tekst að gera þetta mjög skemmtilega.“

### Enginn heimsendir

Björgvin neitar því ekki að landsliðið standi nú á tímamótum en að þó svo að einhverjir séu á útleið við íslenska landsliðið áfram sterkt.

„Auðvitað eru það tímamót þegar landsliðsþjálfarinn, og jafnvel fyrirliðinn líka, fer úr liðinu. En það þarf ekki endilega að vera verra – nú koma nýir menn inn og vonandi verður hægt að gera gott enn betra. Ég hef ekki áhyggjur enda þýðir ekki að búa til heimsendi þó svo að tveir menn hætti. Það er fullt af færum þjálfurum og leikmönnum á okkar litla klaka.“

### Eiríkur Stefán Ásgeirsson og Valgarður Gíslason

fjalla um ÓL 2012  
eirikur@frettabladid.is - valli@frettabladid.is



## UTAN VALLAR

Eiríkur Stefán Ásgeirsson á ÓL í London segir sína skoðun

## Takk fyrir allt

Nokkrum mínútum eftir leik Íslands og Ungverjlands stóð ég andspænis Ólafi Stefánssyni, einni mestu íþróttahetju þjóðarinnar frá upphafi, og reyndi að orða hálfviturlega spurningu svo viðtalið gæti hafist.

Við slíkar aðstæður verða allar spurningar heimskulegar. Ólafur hefur í vel á annan áratug farið fyrir hópi manna, strákanna okkar, sem hverju sinni hafa skipað íslenska handboltalandsliðið. Þetta er hópur sem hefur fært þjóðinni svo margar góðar stundir. Um það þarf ekki að fjölyrða.

Og nú var svo komið að þessi ótrúlegi íþróttamaður, mögulega við enda síns ferils, fékk að upplifa eitt sárgætilegasta tap landsliðsins frá

upphafi. Verðlaunapallurinn var innan seilingar og í þetta sinn átti að fara í efsta prep. En það átti ekki að verða.

Ólafur gerði sitt besta til að svara spurningum mínum. Hann reyndi að koma tilfinningum sínum í orð en stóð eftir með tárin í augunum, klappaði mér á öxlina eins og að hann væri að biðjast afsökunar á að geta ekki gefið mér skýrari svör, sem var auðvitað fásinna. Svo gekk hann í burtu.

Það var margt við leik íslenska liðsins í fyrradag sem betur hefði mátt fara. En þannig er það alltaf og það er alltaf hægt að vera vitur eftir á. Íþróttir geta verið grimmar og í þetta sinn var það hlutskipti strákanna að tapa. „Það verður líka að kunna að

tapa,“ sagði Guðmundur Guðmundsson eftir að hafa stýrt sínum síðasta landsleik og komst ég ekki hjá því að leiða hugann að badmintonkonunum átta sem var vikið úr keppni fyrr á Ólympíuleikum. Þær kunnu ekki að tapa.

Þegar fram liða stundir verður leikurinn gegn Ungverjum minningin ein. Hún verður að vísu slæm en við eigum sem betur fer margar góðar. Margar tengjast Ólafi Stefánssyni með beinum hætti og fyrir það er ég þakklátur.

Ólafur hefur í seinni tíð sagt að vegferðin skipti meira máli en áfangastaðurinn. Og vegferðin með honum hefur verið frábær, hvort sem henni lýkur nú eða ekki. Takk fyrir allt.



# RISA

## DVD MARKAÐUR



DVD MYNDIR  
TVÖ VERÐ

**699** KR.

OG

**999** KR.

.....

FYRSTUR KEMUR  
FYRSTUR FÆR!



Allt úrvalið er fánlegt í Hagkaup Smáralind, Kringlunni, Skeifunni og Garðabæ, minna í öðrum verslunum.



**> Stöð 2 kl. 20.10**  
Evrópski draumurinn

Það er komið að úrslitastundinni hjá Sveppa, Pétri Jóhanni, Audda og Steinda en þeir þurfa að leysa erfiðar þrautir áður en yfir lýkur. Auddi og Steindi glíma við eitur-slöngur í Istanbul í Tyrklandi á meðan Sveppi og Pétur Jóhann fækka fötum í München í Þýskalandi. Síðan liggur leið beggja liða til Amsterdam þar sem lokakeppnin fer fram.



# dagskrá



VIÐ TÆKIÐ **MAGNÚS P. LÚÐVÍKSSON** LÆTUR HUGANN REIKA

## Ólympísk depurð

Ólympíuleikarnir tröllríða sjónvarpstækjum landsmanna þessa dagana eins og eðlilegt er á þessum árstíma, fjórða hvert ár. Þar er mitt eigið tæki engin undantekning. Raunar er það eiginlega magnað hve áhugasamur maður getur orðið um hinar einkenni-legustu íþróttir á Ólympíuleikum. Meðal íþróttanna sem ég hef horft á og haft gaman af eru dýfingar, hjólríðar, bogfimi, borðtennis og júddó en þessar íþróttir eiga það sameiginlegt að ég horfi ekki á þær utan Ólympíuleika. Magnaðast var samt þegar ég datt inn í krullu á vetrarólympíuleikum síðast en það er reyndar ekki um fjöllumarefni pistilsins. Eins mikla ánægju og það hefur veitt mér að glápa á leikana þá hefur það einnig vakið hjá mér depurð. Sú



spurning hefur nefnilega leitað á mig hvort maður hefði mögulega getað orðið afreks-íþróttamaður hefði maður lagt hart að sér á yngri árum. Ég æfði íþróttir í mörg ár, bæði fótbolta og körfubolta, og spila raunar enn af nokkrum krafti. Lengst af æfði ég hins vegar af hálfum huga. Þegar ég mætti á æfingar var það til að skemmta mér í smá bolta fremur en til að bæta mig og reyna að verða bestur. Og nú er það að öllum líkindum orðið of seint og yfir því er ég dapur. Maður getur reyndar huggað sig við það að þó það sé vissulega fáránlega epískt að vinna til verðlauna á Ólympíuleikum þá er margt annað sem maður getur tekið sér fyrir hendur í lífinu sem er merkilegt. Og þá er bara að finna sér eitthvað annað!

**RÚV**

- 10.00 ÓL2012
- 14.00 ÓL2012 - Hjólreiðar (BMX, úrslit)
- 16.00 ÓL2012 - Handbolti
- 17.50 Táknmálsfréttir
- 18.00 Fréttir og veður
- 18.20 ÓL2012 - Frjálsar íþróttir
- 20.20 ÓL2012 - Körfubolti
- 21.45 Popppunktur (6:8) (Hamborg-araforkólfar - Heilsufæði) Dr. Gunni og Felix Bergsson stjórna spurningakeppni starfs-graina. Í þessum þætti eigast við hamborg-araforkólfar og heilsufæðisfólk. Stjórn upptöku: Helgi Jóhannesson. Textað á síðu 888 í Textavarp.
- 22.55 Lewis - Fjöll hugans (3:4) (Lewis V - The Mind Has Mountains) Bresk sakamálamynd þar sem Lewis lögreglufulltrúi í Oxford glímir við dularfullt sakamál. Meðal leikenda eru Kevin Whately, Laurence Fox, Clare Holman og Rebecca Front. Atriði í myndinni eru ekki við hæfi barna.
- 00.30 Ástin á tímum kólerunnar (Love in the Time of Cholera) Florentino, sem hin fagra Fermina hafnaði, leitir upp frá því huggunar í faðmi ýmissa kvenna. Leikstjóri er Mike Newell og meðal leikenda eru Javier Bardem, Giovanna Mezzogiorno og Benjamín Bratt. Bandarísk blómmynd frá 2007 byggð á sögu eftir Gabriel García Marquez. Atriði í myndinni eru ekki við hæfi ungra barna.
- 02.45 Útvarpsfréttir í dagskrárolk

**BÍÓ**

- 06.10 Tron: Legacy
- 08.15 Tooth Fairy
- 10.00 Gray Matters
- 12.00 Unstable Fables
- 14.00 Tooth Fairy
- 16.00 Gray Matters
- 18.00 Unstable Fables
- 20.00 Tron: Legacy
- 22.05 Terminator Salvation.
- 00.00 The Mechanik
- 02.00 Catacombs
- 04.00 Terminator Salvation
- 06.00 Vegas Vacation

**STÖÐ 2**

- 07.00 Barnatími Stöðvar 2
- 09.15 Bold and the Beautiful
- 09.35 Doctors (120:175)
- 10.15 Sjálfstætt fólk (13:30)
- 10.55 Cougar Town (8:22)
- 11.20 Jamie Oliver's Food Revolution (1:6)
- 12.10 Kalli Bermdsen - Í nýju ljósi (10:10)
- 12.35 Nágrannar
- 13.00 That Thing You Do! Tom Hanks leikstjóri og fer með stórt hlutverk í þessari gamansömu mynd um hljómsveitarbrölt á gullöld roksins. Strákana óraði ekki fyrir hvað stofnun hljómsveitar gæti þýtt fyrir þá en þegar Play-Tone Records bauð þeim samning og lagði „That Thing You Do“ sló í gegn.
- 15.00 Tricky TV (9:23)
- 15.25 Sorry I've Got No Head
- 15.55 Barnatími Stöðvar 2
- 17.05 Bold and the Beautiful
- 17.30 Nágrannar
- 17.55 Simpson-fjölskyldan (5:22)
- 18.23 Veður
- 18.30 Fréttir Stöðvar 2
- 18.47 Íþróttir
- 18.54 Ísland í dag
- 19.06 Veður
- 19.15 American Dad (9:19)
- 19.40 Simpson-fjölskyldan (21:22)
- 20.10 Evrópski draumurinn (6:6) Tvö lið þeysast um Evrópu í kapplaupi við tímann og freista þess að leysa þrautir og safna stigum. Liðin eru mönnuð þeim Audda og Steinda annars vegar og Sveppa og Pétri Jóhanni hins vegar.
- 20.45 Aliens in the Attic Skemmtileg gamanmynd um hóp frísklegra krakka sem þurfa að vernda heimili sitt fyrir ágangi geimvera sem gera þeim lífið leitt.
- 22.10 Tin Cup Rómantísk gamanmynd með Kevin Costner í hlutverki uppgjafa golfara sem freistar þess að ná fyrri frægð og frama í faginu til þess að ganga í augun á kærustu helsta keppinautar síns.
- 00.20 2 Days in Paris Rómantísk gamanmynd um parið Marion og Jack. Þau telja að tími sé kominn til að blása lífi í rómantíkuna og heimsækja því borg ástarinnar, París.
- 02.00 True Lies
- 04.15 Annihilation Earth
- 05.40 Fréttir og Ísland í dag

**SPORT** *besta sætið*

- 15.40 Pepsi deild kvk: Stjarnan-Valur
- 17.30 Rey Cupmótið
- 18.20 Pepsi deild kk: Stjarnan - Keflavík
- 20.10 Pepsi mörkin
- 21.20 Community Shield 2012 - Preview Show Hitað upp fyrir leikinn um Samfélagsskjöldinn þar sem meistaramir mæta bikarmeisturinum.
- 21.50 Sterkastí maður Íslands.
- 22.25 UFC 123

**SPORT 2** *enski boltinn*

- 18.15 Man. Utd. - Barcelona
- 20.00 Goals of the Season 1999/2000
- 21.00 Premier League World 2012/13
- 21.30 Man. City - QPR
- 23.15 Football Legends Næstur í röðinni er hinn magnaði Raul, leikmaður Real Madrid á Spáni. Ferill Rauls verður skoðaður og skýgnst verður á bak við tjöldin í ferli þessa magnaða leikmanns.
- 23.40 PL Classic Matches: Chelsea - Arsenal, 1999

**EXTRA**

- 19.30 Doctors (8:175)
- 20.10 Friends (6:24)
- 20.35 Modern Family (6:24)
- 21.00 Fréttir Stöðvar 2
- 21.25 Ísland í dag
- 21.45 Masterchef USA (12:20)
- 22.30 The Closer (14:21)
- 23.15 Fringe (8:22)
- 00.00 Southland (3:6)
- 00.45 Friends (6:24)
- 01.10 Modern Family (6:24)
- 01.35 Evrópski draumurinn (6:6)
- 02.10 Doctors (8:175)
- 02.55 Fréttir Stöðvar 2
- 03.45 Tónlistarmyndbönd frá Nova TV

**SKJÁREINN**

- 06.00 Pepsi MAX tónlist
- 08.00 Rachael Ray (e)
- 08.45 Pepsi MAX tónlist
- 16.25 Pan Am (5:14) (e)
- 17.15 Rachael Ray
- 18.00 One Tree Hill (4:13) (e)
- 18.50 America's Funniest Home Videos (e)
- 19.15 Will & Grace (16:24) (e)
- 19.40 The Jonathan Ross Show (14:21) (e) Kjafttoni séntímaðurinn Jonathan Ross er ókynndur konungur spjalbáttanna í Bretlandi. Jonathan er langt í frá óumdeildur en í hverri viku fær hann til sín góða gesti. Gestir J.Ross að þessu sinni eru ekki af verri endanum en fótboltakappinn David Beckham kikir í heimsókn og líka Hollywood-leikkonan Keira Knightley.
- 20.30 Minute To Win It Einstakur skemmtipáttur undir stjórn þúsundþjala-smíðsins Guy Fieri. Þátttakendur fá tækifæri til að vinna milljón dollara með því að leysa þrautir sem í fyrstu virðast einfaldar. Michael og Michelle frá Minnesota keppa saman.
- 21.15 The Biggest Loser (14:20) Bandarísk raunveruleikapáttaröð um baráttu ólíkra einstaklinga við mittismálið í heimi skyndibita og ruslfæðis.
- 22.45 HA? (26:27) (e) Íslenskur skemmtipáttur með spurningaávari.
- 23.35 The River (8:8) (e) Hrollvekjandi þáttaröð um hóp fólks sem lendir í yfirnáttúrulegum aðstæðum í Amazon. Hópurinn heldur heim á leið eftir að hafa endurheimt Emmet, en óvæntur skotárásarmaður birtist og drepur einn mann. Jahel gerir hvað hann getur til að vekja hann upp frá dauðum.
- 00.25 Monroe (1:6) (e)
- 01.15 CSI (5:22) (e)
- 02.05 Jimmy Kimmel (e)
- 03.35 Pepsi MAX tónlist

**SKJÁRGOLF**

- 06.00 ESPN America 07.10 PGA Championship 2012 (1:4) 12.10 Golfing World 13.00 PGA Championship 2012 (1:4) 18.00 PGA Championship 2012 (2:4) 23.00 Inside the PGA Tour (32:45) 23.25 PGA Championship 2012 (2:4) 02.00 ESPN America



18.00 Föstudagsþátturinn

**RÁS 1** FM 92,4/93,5

- 06.36 Bæn 06.39 Morgunþáttur Rásar 1 06.40 Veðurfregin 07.00 Fréttir 07.30 Fréttayfirlit 08.00 Morgunfréttir 08.05 Morgunstund með KK 08.30 Fréttayfirlit 09.00 Fréttir 09.05 Óskjalögin 10.00 Fréttir 10.03 Veðurfregin 10.13 Sagnaslóð 11.00 Fréttir 11.03 Samfélagið í næmmynd 12.00 Fréttir 12.02 Hádegisútlit 12.20 Hádegisfréttir 12.45 Veðurfregin 12.50 Dánarfregin 13.00 Alzheimer 14.00 Fréttir 14.03 Söngleikir okkar tíma 15.00 Fréttir 15.03 Útlitssagan: Eldhress í heila öld 15.25 Á hælum hvítu kanínunnar 16.00 Síðdegisfréttir 16.05 Fimm fjórðu 17.00 Fréttir 17.03 Víðsjá 18.00 Kvöldfréttir 18.20 Auglýsingar 18.21 Spegillinn 18.50 Veðurfregin 18.53 Dánarfregin 19.00 Forboðnar sögur 20.00 Leynifélagið 20.30 Albert 21.30 Kvíldsagan: Draumur um Ljósaland 22.00 Fréttir 22.05 Veðurfregin 22.10 Orð kvíldsins 22.15 Litla flugan 23.05 Liðast um landið 00.00 Fréttir 00.05 Næturútlit Rásar 1

**BBC** entertainment

- 06.20 'Allo 'Allo! 07.15 My Family 08.15 Dalziel and Pascoe 10.00 Deal or No Deal 10.35 My Family 11.05 Extreme Makeover: Home Edition 11.45 QI 12.45 'Allo 'Allo! 13.40 My Family 14.40 Top Gear 15.35 QI 16.35 Extreme Makeover: Home Edition 17.20 The Graham Norton Show 18.05 QI 19.10 Top Gear 20.00 The Graham Norton Show 20.45 QI 21.15 Shooting Stars 21.50 Peep Show 22.14 Live at the Apollo 23.04 Top Gear 23.55 The Graham Norton Show 00.40 QI 01.10 Shooting Stars

**DR 1**

- 06.15 Garfield 06.25 SommerSummerum 07.30 OL 2012 08.00 OL 2012 10.00 OL 2012 10.10 OL 2012 11.00 OL 2012 12.30 OL 2012 13.00 OL 2012 13.10 OL 2012 15.00 OL 2012 15.00 OL 2012 16.30 TV Avisen með vejret 17.00 OL 2012 18.00 OL 2012 19.00 TV Avisen 20.30 OL 2012 21.00 Big Momma's House 22.30 Resten af dagen 00.40 Arvingen til Glenbogle 04.00 Noddy 04.10 Sprutte-Patruljinn 04.25 Kaere Sebastian 04.47 Olivia 05.00 Der var engang... 05.25 Ellevilde Ella 05.35 Gnotterne

**NRK 1**

- 07.00 OL morgun 09.00 OL-studio 10.00 NRK nyheter 10.05 OL-studio 11.00 OL-studio 13.00 NRK nyheter 13.05 OL-studio 13.55 OL i London 15.00 NRK nyheter 15.10 OL i dag 15.50 Óddasat - nyheter þá samisk 15.55 Tegnspárknött 16.00 OL i London 16.40 Distriksnyheter 17.00 Dagsrevyen 17.30 OL-studio með Anne Rimmen 18.00 OL i London 20.00 OL i London 21.00 Kveldsnytt 21.15 London by night 22.00 OL i London 23.30 OL i London 00.30 OL i London 01.45 OL i London 03.15 OL i London

**svt1**

- 07.30 OS Magasin. London Live 08.00 OS i London 11.00 OS i London 13.00 OS i London 15.30 OS Magasin. London Live 16.00 Rapport 16.10 Regionala nyheter 16.15 OS i London 17.30 Rapport 17.52 Regionala nyheter 18.00 OS i London 20.25 OS Magasin. London Live 21.30 OS i London 23.10 OS i London 03.00 OS i London 04.00 OS i London

**INN**

- 20.00 Hrafnþing 21.00 Motoring 21.30 Eldað með Holta

**OMEGA**

Dagskrá allan sólarhringinn.

**ÚTVARP FM**

- |                  |                     |                      |                      |                    |                        |                      |
|------------------|---------------------|----------------------|----------------------|--------------------|------------------------|----------------------|
| FM 88,5 XA-Radíó | FM 90,9 Gullbylgjan | FM 95,7 FM957        | FM 96,7 Létt Bylgjan | FM 98,9 Bylgjan    | FM 100,5 Kaninn        | FM 102,9 Lindin      |
| FM 90,1 Rás 2    | FM 93,5 Rás 1       | FM 96,3 FM Suðurland | FM 97,7 X-ið         | FM 99,4 Útlit Saga | FM 102,2 Útlit Latibær | FM 105,5 Útlit Boðun |

**8BLS**  
BÆKLINGUR STÚTFULLUR AF GLÆSILEGUM TILBOÐUM

**SMELLTU Á KÖRFUNA**  
NETBÆKLINGUR Á [WWW.TOLVUTEK.IS](http://WWW.TOLVUTEK.IS) MEÐ GAGNVIRKUM KÖRFUHNAPP

**ÚRVALIÐ ER HJÁ OKKUR**  
STÚTFULL BUD AF FARTÖLVUM • NÝSJDANDI HEIT MÓÐUR

**TÖLVUTEK**

Tölvutek • Reykjavík • Borgartúni 31 • 563 6900 • Akureyri • Undirhlöð 2 • 430 6900 • [www.tolvutek.is](http://www.tolvutek.is)

HINSEGIN DAGAR 2012

# HÁTÍÐARDANSLEIKUR

BROADWAY | LAUGARDAGSKVÖLDIÐ | 11. ÁGÚST | KL. 23-03

## PÁLL ÓSKAR TEKUR SÍN BESTU LÖG

DJ LINGERINE & DJ KOLLSTER ÞEYTA SKÍFUM - HOT ANGELS KOMA RJÚKANDI HEITAR FRÁ NOREGI

FORSALA Í KAUPFÉLAGI HINSEGIN DAGA Í IÐU FRÁ 28. JÚLÍ - VIP-KORT GILDA ALLA NÓTTINA MEÐ FORGANG Í RÖÐ



ÓKEYPIS HRAÐFERÐ Á 15 MÍNÚTNA FRESTI FRÁ KL. 23 - FARIÐ FRÁ BIÐSKÝLI KYNNISFERÐA - ENGIN STOPP Á LEIÐinni

## LÆKJARTORG – BROADWAY – LÆKJARTORG

MIÐAVERÐ: 2500 KR.



„Lambainnalæri er í upp-áhalda núna, en svo er ég líka mikið fyrir sterkar grillpýlsur. Mér finnst best að grilla þær alveg í tætlur og helst þannig að þær springi.“

Hannes Þór Halldórsson, markvörður KR og leikstjóri.

# Reynslubolti formaður dómnefndar á RIFF

„Við erum í skýjunum yfir að fá svona reynslubolta til liðs við okkur í ár,“ segir Hrönn Marínósdóttir hjá Alþjóðlegu kvikmyndahátíðinni í Reykjavík, RIFF, en formaður dómnefndar á hátíðinni í ár verður Geoffrey Gilmore, stjórnandi Tribeca-hátíðarinnar.

Gilmore er virt nafn innan kvikmynda-íðnaðarins en hann stýrði Sundance-hátíðinni í 19 ár áður en hann hóf störf hjá Tribeca fyrir þremur árum. Sundance er ein stærsta óháða kvikmyndahátíðin í Bandaríkjunum og segir Hrönn það mikils virði að fá að kynna Gilmore fyrir því sem er gerast kvikmynda-menningu hér á landi. Hann er einnig kennari við kvikmyndaeld UCLA-háskólans í Los Angeles og hefur verið í dómnefnd á kvikmyndahátíðum um allan heim.

„Það verður mjög gaman að taka á móti honum og kynna hann fyrir landi og þjóð. Þetta snýst allt um að búa til tengslanet fyrir áframhaldandi samstarf og er mikið tækifæri fyrir þá sem að hátíðinni koma,“ segir Hrönn og fullyrðir að Gilmore hafi ekki tekið sér langan tíma til umhugsunar eftir að RIFF hafði samband. „Hann stökk á tækifærið og er mjög spenntur yfir að koma.“

Í ár eru það tólf myndir sem keppa um aðalverðlaun hátíðarinnar, gullna lundann, en RIFF fer fram dagana 27. september til 7. október næstkomandi. Þetta er í nýnda sinn sem hátíðin er haldin en ásamt Gilmore verða tveir aðrir aðilar í dómnefnd sem ekki er búð að staðfesta enn þá en undirbúningur fyrir RIFF er í fullum gangi.



REYNSLUBOLTI Geoffrey Gilmore, stjórnandi Tribeca-kvikmyndahátíðarinnar, verður formaður dómnefndar á RIFF, alþjóðlegu kvikmyndahátíðinni í Reykjavík.

NORDICPHOTOS/GETTY



HÓGVÆR Tony Bennett kom til landsins í gær. Óskalisti söngvarans er stuttur og kröfunum stíllt í hóf.

## Hógvær stórsöngvari

Bandaríski söngvarinn Tony Bennett kemur fram á tónleikum í Hörpunni í kvöld. Söngvarinn lenti ásamt föruneysi sínu á Reykjavíkurlugvelli í hádeginu í gær og hélt þá strax út á land til að skoða náttúru landsins.

Samkvæmt heimildum Fréttablaðsins lá leið Bennetts og fjölskyldu út fyrir borgarmörkin skömmu eftir landingu, en hann var sagður spenntur fyrir því að virða fyrir sér náttúrufegurð landsins. Með honum í för voru eiginkona hans, sonur og dóttir hans, Antonia Bennett, sem mun einnig koma fram á tónleikunum í kvöld.

Fréttablaðið hefur einnig heimildir fyrir því að óskalisti söngvarans gamalkunna sé mjög hófstílltur. Bennett fer meðal annars fram á að í búningsherbergi hans sé ávaxtaskál, nokkrar samlokur, koffínlaust kaffi, vatnsflöskur og tvær víNFLöskur. Hann óskar einnig eftir því að stór spegill sé í herberginu sem og stóll með beinu baki og nokkur handklæði.

Ferill Bennetts spannar um sextíu ár og á þeim tíma hefur hann fengið sautján Grammy-verðlaun, tvenn Emmy-verðlaun og selt um 50 milljón plötur um heim allan.

GRETA SALÓME: ÉG FINN AÐ ÞAÐ ER VERIÐ AÐ BÍÐA EFTIR ÞESSU LAGI

## Gretu engar skorður settar í nýju popprokklagi

„Ég samdi lag og texta, syng aðalröddina og bakraddirnar og spila alla strengi, svo ég held að það sé óhætt að segja að þetta lag sé svolítið ég,“ segir Eurovision-farinn Greta Salóme Stefánsdóttir hljandi.

Greta Salóme gefur út lagið Everywhere Around Me í dag, en það er hennar fyrsta lag frá því að Eurovision-ævintýrinu lauk og jafnframt fyrsta lagið af væntanlegri plötu hennar sem kemur út fyrir júl. Að sögn Gretu er lagið mjög ólíkt Eurovision-laginu Never Forget og töluvert harðara en allt sem hún hefur gert hingað til. „Við Þorvaldur Bjarni veltum því lengi fyrir okkur í hvaða átt við vildum stefna. Ég settist svo niður við hljómborðið og þetta varð afraksturinn,“ segir hún og bætir við að Þorvaldur Bjarni hafi líkt laginu við blöndu af henni, Muse og Florence and the Machine. Hún segist alls ekki stressuð yfir að koma með nýtt lag til að feta í fótspor Eurovision-lagsins vinsæla. „Það er svo frelsandi að geta gert lag sem þarf ekki að passa inn í neinar formúlur. Í Eurovision eru menn settar ákveðnar skorður en í þessu lagi get ég einbeitt mér að því sem ég vil gera. Þetta er miklu meira svona popprokklag sem ég held að komi til með að höfða til töluvert breiðari hóps en bara Eurovision-aðdáenda,“ segir hún.

Greta eignaðist mikið af erlendum aðdáendum þegar hún fór til



EKKERT STRESSUÐ Gréta Salóme Stefánsdóttir sendir frá sér sitt fyrsta lag eftir Eurovision-ævintýrið.

Bakú sem fulltrúi Íslands í Eurovision í maí. Margir þeirra hafa fylgt henni eftir síðan þá og bíða nýja lagsins með eftirvæntingu. „Eftir að ég gaf það út að nýtt lag væri væntanlegt er ég búin að fá mikið af pósti og fyrirspurnum frá fólki alls staðar að sem eru að spyrja um það. Ég finn alveg að það er verið að bíða eftir þessu lagi,“ segir hún. Hún lítur þáttökuna í Eurovision mjög jákvæðum augum þrátt fyrir að stefna ekki

á því að taka þátt aftur. „Þessi keppni er algjörlega frábær stökkpallur fyrir þá sem eru að vinna með tónlist til að koma sér á framfæri. Það er bara mikilvægt að nýta sér meðbyrinn eftir svona keppni og halda áfram. Fyrir mér var Eurovision bara rétt blábyrjunin og núna fyrst er partýið að byrja,“ segir hún spennt.

Lagið verður frumflutt hjá Rúnari Róberts á Bylgjunni í dag klukkan 13.30. tinnaros@frettabladid.is



**Borgarholtsskóli**  
bókmennt • handmennt • siðmennt

### Málmiðngreinar dreifnám - haustönn 2012

Innritun í dreifnám í málmiðngreinum verður eftirfarandi daga:  
föstudag 10. ágúst kl. 17 - 19  
laugardag 11. ágúst kl. 11 - 14

Kennt verður í dreifnámsformi og fá nemendur aðgang að moodle þar sem verða próf og upplýsingar um námið.

Námið er góður kostur fyrir þá sem hyggjast taka sveinspróf í málmiðngreinum. Allar suðugreinar, s.s. MIG/MAG, TIG, logsuða og rafsúða, eru kenndar og að auki handa- og plötuvinna, aflvéla-virkjun, rennismiði, grunnteikning, tölvuteikning og rafmagnsfræði.

#### Áfangar í boði

**Verklegir**

- AVV-323 verkleg vélvirkjun
- HSU-102/212 verkleg suða
- HSU 232 verkleg þunnplötusúða, ál / stál / ryðfr.
- LSU-102/202 verkleg suða
- RSU-102/202 verkleg suða
- REN-103/203 rennismiði fyrir byrjendur
- REN-344/443 rennismiði framhald
- VÖK - 123 verkleg vökvatækni

**Bóklegir**

- EDL - 102 eðlisfræði
- IRM - 102 iðnreikningur
- EFM - 103 efnisfræði málna
- ITM - 213 tölvuteikning / inventar
- RAF - 113 bókleg rafmagnsfræði
- REN - allir áfangar bókleg rennismiði
- VFR - 223 fagbókleg vélfræði
- VÖK - 122 bókleg vökvatækni
- TTÖ - 103 tölvuteikning f. byrjendur

Upphaf kennslu: miðvikudagur 22. ágúst.  
Lok kennslu: þriðjudaginn 30. nóvember

Ath. Áfangar geta fallið niður, náist ekki nægur fjöldi í hópa.  
Sjá einnig á vef skólans www.bhs.is  
Skólameistari

## Ólympíuleikar í orðanotkun

„Þetta eru Ólympíuleikarnir í orðaleik og það eru tveir keppendur í úrslitum, íþróttafréttamennirnir Þorkell Gunnar og Einar Örn, og þeir hafa staðið sig alveg gríðarlega vel,“ segir grínistinn Gunnar Sigurðarson.

Gunnar er með leik í gangi á Twitter-síðu sinni þar sem hann skorar á íþróttafréttamennina til að láta viss orð falla í beinni útsendingu. „Ég lít á þetta sem þjálfun í orðanotkun starfsmanna Ríkisútvarpsins,“ segir Gunnar sem hefur áður verið með sams konar leiki í gangi fyrir fjölmiðlafólk og segir alla hafa hlýtt kalli hingað til. Meðal orða sem þeir Þorkell Gunnar og Einar Örn hafa þurft að láta flakka í beinni útsendingu eru þvagfærasyking, rotþróar-hreinsiefni, brandugla og sækýr. „Þeir geta notað orðin að vild en hafa staðið sig frábærlega í að koma þeim inn í setningar,“ segir Gunnar. „Ég hef aldrei orðið vitni að svona frábærri orðanotkun hjá nokkrum starfsmanni ríkisútvarps eða sjónvarps. Þeir eiga heiður skilið fyrir þetta,“ bætir hann við.

Gunnar fylgir ströngum reglum þegar hann velur orðin og segir þau aldrei vera íþyngjandi eða niðurlægjandi fyrir neinn. Strákarnir fá bónusstig fyrir gott samhengi í setningu og svo eru erfiðleikastig á orðum og sum gefa fleiri stig en önnur. Þorkell Gunnar leiðir nú keppnina með einu stigi, 10 á móti 9, en Einar Örn á þó leik til góða. „Það verður spennandi að fá þá heim og veita þeim verðlaun fyrir framúrskarandi frammistöðu,“ segir Gunnar og tilnefnir sjálfan sig til verðlauna Jón-asar Hallgrímssonar fyrir verndun á íslenskrí tungu. „Það eru Nóbelsverðlaunin sem ég stefni á,“ segir hann.



FRÁBÆR ORÐANOTKUN Báðir hafa þeir Þorkell Gunnar og Einar Örn staðið sig með þryði í orðaleik Gunnars. Þorkell Gunnar leiðir með einu stigi en Einar Örn á leik inni.

FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

# 60 MILLJÓNIR\*

DREGNAR ÚT Í  
AÐALÚTDRÆTTI Í DAG!

FÁÐU ÞÉR  
MIÐA Á HHI.IS  
FYRIR KL. 18

3000  
vinningar  
í dag!

Í dag greiðum við út um **3000 vinninga** til heppinna miðaeigenda. **Trompmiði fimmfaldar vinningsupphæðina.** Viltu ekki reyna á þína heppni og ná þér í miða?



Miðaeigendur styðja uppbyggingu Háskóla Íslands og tækjakaup til rannsókn- og vísindastarfs.



Fjárfesting í menntun og rannsóknum er forsenda þróttmikils samfélags, ...



... öflugs atvinnulífs og velferðar.



ÞANNIG VINNUM VIÐ ÖLL



## EINN MIÐI – TVEIR LEIKIR

Milljónaveltan verður svo á sínum stað seinna í mánuðinum. Nú stendur vinningurinn í **50 milljónum**. Auk þess drögum við alltaf út **5 stakar milljónir**, aðeins úr seldum miðum.

DRÖGUM  
24.  
ÁGÚST



HAPPDRÆTTI  
HÁSKÓLA ÍSLANDS  
VÆNLEGAST TIL VINNINGIS

Fáðu þér miða á [www.hhi.is](http://www.hhi.is), í síma 800 66 11 eða hjá næsta umboðsmanni.

\* Meðaltal vinninga í Aðalútdrætti er um 60 milljónir.



Póst: dreifing

DREIFING: dreifing@postdreifing.is  
EF BLAÐIÐ BERST EKKI: 512 5060

FRÉTTIR VÍÐSKIPTI ÍRÓTTIR LÍFIÐ UMFRÆÐAN

## vísir

Meiri Vísir.

### FRÉTTIR AF FÓLKI

#### Norðlensk afmælisveisla

Dagskrá Afmælisvöku Akureyrar var formlega kynnt í vikunni um borð í eikarbátnum Húna II. Vakan stendur frá 24. ágúst til 2. september en sjálft 150 ára afmæli bæjarins er miðvikudaginn 29. ágúst. Þann dag verður mikið um dýrðir í bænum; hátíðarfundur í Hofi, skólabörn gefa bænum afmælisgjöf og kórsöngur um daginn. Um kvöldið verður slegið upp norðlenskum afmælis-



tónleikum í Listagilinu þar sem fram koma Akureyrarhljómsveitir liðinna ára; Baraflokkurinn, Skriðjöklar og 200.000 naglbítar.

Tónleikunum lýkur með flugeldasýningu á Pollinum.

#### Íslenskar bókmenntir heilla Crowe

Ástralska kvikmyndastjarnan Russel Crowe var á mánudag og þriðjudag við tókur í Reynisfjöru fyrir kvikmyndina Noah sem er í upptökum á landinu þessa dagana. Þar var honum sýndur hellirinn sem Jón Steingrímsson eldklerkur dvaldi í og er söguvið bókarrinnar Skáldsaga um Jón & hans rituðu bréf til barnshafandi konu sinnar þá hann dvaldi í helli yfir vetur. Þegar Crowe var sögð sagan af erklerknum sýndi hann bókinni, sem er eftir Ófeig Sigurðsson og kom út árið 2010, mikinn áhuga og var gerð leit í skyndi að enskri útgáfu. Því miður voru einungis til nokkrir kaflar sem hann fékk þó til lesturs.

- sv, hpt



### Mest lesið **vísir**

- 1 Börn skuldara fá ekki inni á frístundaheimilum
- 2 Fer hitinn upp í 28 stig í dag?
- 3 Curiosity lyftir mastri sínu
- 4 Madonna setur á sig lambhúshettu
- 5 Enn fleiri kirkjunnar þjónar ásakaðir um kynferðisbrot



Barnaheill  
Save the Children á Íslandi

Vísir þú að...  
börn þig arftt  
á hvíla, leikjum og  
skemmtunum sem hæfa  
aldri þeirra

# ÚTSALA REKKJUNNAR 30-70% AFSLÁTTUR!

**BIG SALE!**  
**ÓTRÚLEG TILBOÐ!**

RÝMUM TIL FYRIR  
NÝJUM VÖRUM!



SKIPTI- OG  
SÝNINGARRÚM  
Á TILBOÐI!



# rekkjan

HEILSURÚM