skoðun 14

2 SÉRBLÖÐ
í Fréttablaðinu
Fólk
Lífið

Öflug vínframleiðsla
Snorri Jónsson, hjá 64°Reykjavík Distillery, framleiðir líkjöra úr rabarbara, bláberjum og krækiberjum. Nú er uppskerutími.
FÓLK

FRÉTTABLAÐIÐ

Föstudagur
24. ágúst 2012
198. tölublað 12. árgangur
Sími: 512 5000

MEST LESNA DAGBLAÐ Á ÍSLANDI*

*Samkvæmt prentmiðlakönnun Capacent Gallup janúar - mars 2012

Reynslunni ríkari
Grikkir deyja ekki ráðalausir þótt pyngjan sé tóm.
föstudagsviðtal 12

Fagnar fjölbreytileika
Gagnrýnandi Fréttablaðsins gefur Fantasíum íslenskra kvenna þrjár stjörnur.
menning 22

Stórleikja-Baldur
Skoraði tvö mörk þegar KR vann topplið FH í Krikanum.
sport 26

veðrið í dag

DREGUR ÚR VINDI Í dag verða víðast norðaustan 3-8 m/s. Skýjað með köflum en lítils háttar væta N-til og við S-ströndina. Hiti víðast 8-16 stig, hlýjast S-lands.

VEÐUR 4

ENGINN ER VERRI ÞÓTT HANN VÖKNI Grunnskólarnir hófust um allt land í gær og því fylgir auðvitað tilheyrandi galsaskapur í frímínútum. Krakkarnir í Melaskóla í Reykjavík létu ekki byljandi hitaskúr á sig fá og skemmtu sér konunglega á fótboltavellinum. Um helgina er gert ráð fyrir rigningu á Suðurlandi og skúrum norðaustanlands, annars verður skýjað og þurrt í öðrum landshlutum. FRÉTTABLAÐIÐ/PJETUR

Brú yfir Fossvog fyrir hjólandi og gangandi

Tillaga um þrjú hundruð metra göngu- og hjólabrú úr Kársnesi yfir í Reykjavík virðist hafa ágætan hljómgrunn í sveitarfélögunum beggja vegna Fossvogsins. Skapar mikla möguleika, segir arkitekt og opnar Kársnes fyrir háskólaborgara.

SKIPULAGSMÁL „Um nokkurt skeið hefur verið rætt hér í Kópavogi um að leggja brú þarna yfir og höfum við heyrt að borgaryfirvöldum lítist vel á það,“ segir Birgir H. Sigurðsson, skipulagsstjóri Kópavogsbæjar, um hugmynd tveggja arkitekta um göngu- og hjólabrú yfir Fossvog.

Samkvæmt tillögu arkitektanna Jakobs Líndals og Kristjáns Ásgeirssonar er gert ráð fyrir þrjú hundruð metra brú frá Kársnesi yfir að brautarenda Reykjavíkurflugvallar. Í miðjunni yrði snúningsbrú til að hleypa bátum í gegn.

„Þetta hefur alltaf legið í loftinu og það hefur verið vilji beggja vegna frá,“ segir Jakob Líndal sem kveður brúna mundu skapa margvíslega möguleika. Til dæmis skapist ný hringleið og vaxandi fjöldi hjólreiðamanna allt suður í Hafnarfjörð fái nýja leið inn á háskólasvæðið í Öskjuhlíð og Vatnsmýri og inn í miðborgina sjálfa. Kársnesið myndi opnast sem búsetumöguleiki fyrir háskólaborgara, meðal annars á landfyllingu Kópavogsmegin og innan við hina áætluðu brú. Þar hefur nýtt bryggjuhverfi verið samþykkt.

BRÚIN Samkvæmt tillögunni á hún að liggja frá Kársnesi yfir í Vatnsmýri.

„Ekki er hægt að segja til um það á þessari stundu hvort og þá hvenær eitthvað verði af hugmyndum í þessa veru – en vonandi skýrist það þegar lengra líður á haustið og vinnu sveitarfélaganna, Kópavogs og Reykjavíkur, miðar áfram,“ segir skipulagstjórinn í Kópavogi.

- gar / **sjá síðu 4**

Reykjavík Bacon Festival:

Flytja inn 50 kíló af beikoni

FÓLK „Ég titra, þetta er mjög tilfinningarík stund en við viljum bara sameina heiminn í ást, gleði og beikoni,“ sagði Marshall Porter við undirritun samstarfssamnings Beikonfélagsins íslenska og þess frá Iowa í Höfða í gær.

Hátíðin Reykjavík Bacon Festival verður haldin í annað sinn á Skólavörðustígnum milli klukkan 14 og 17 á morgun. Hátíðin er töluvert stærri í sniðum nú en á síðasta ári og flytur Iowa-félagið inn fimmtíu kíló af beikoni, um 1.700 sneiðar, af þessu tilefni.

Sjá síðu 24

- trs

Ríkisendurskoðun taldi áætlanir um rekstur Hörpu varfærnar frekar en hitt:

Gróði af verklokum réttlætti áhættu

STJÓRNSÝSLA Ríkisendurskoðun réð ekki annað í upplýsingar og forsendur byggingar Hörpu, í mars 2009, en að rekstur hússins ætti að standa vel undir öllum kostnaði við byggingu þess og rekstri. Þetta kemur fram í minnisblaði stofnunarinnar til fjárlaganefndar Alþingis, sem Fréttablaðið hefur undir höndum.

Í minnisblaðinu segir að þáverandi útreikningar bendi til þess að „rekstur hússins geti staðið undir sér og nægi til þess að greiða til baka lán og viðhalda verðmæti hússins þrátt fyrir að aðeins sé gert ráð fyrir innan við helmingi annarra leigutekna.“ Er þar vísað til tekna af annarri starfsemi en Sinfóníuhljómsveit Íslands. Forsendur þessa voru þó þær að áætlanir um byggingarkostnað gengju eftir og vaxtastig einnig.

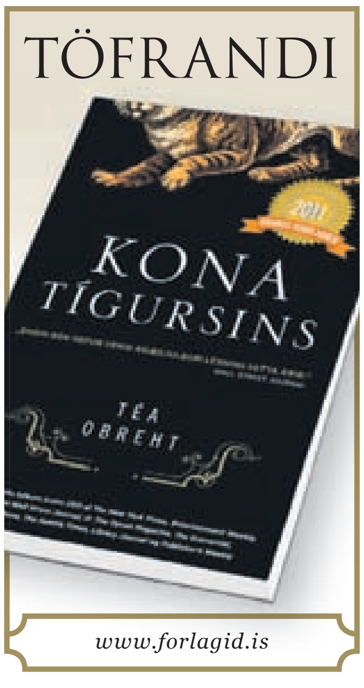
Ríkisendurskoðun taldi rekstraráætlanirnar varfærnar og gefa til kynna að jafnvel væri hægt að standa undir meiri kostnaði en reiknað væri með.

Líkt og fram hefur komið stóðst lítið af áætlunum varðandi Hörpu og gert er ráð fyrir að tap á árinu 2012 verði 407 milljónir króna.

Ríkisendurskoðun taldi ávinning af því að ljúka byggingu Hörpu.

„Ávinningur af því að geta lokið verkinu og tekið húsið í notkun hlýtur að réttlæta eitthvað meiri áhættu en áður.“

- kóp



SPURNING DAGSINS

Brynjólfur, hvarr ykkur þrótt til andmæla?

„Við erum þróttmiklir en það er svona þegar borgin lætur borgarana borga.“

Brynjólfur Óskarsson er vallarstjóri Knattspyrnufélagsins Þróttar í Laugardal. Endurbætur á bílastæðinu við völl liðsins verða til þess að það minnkar mikið.

Suður-Afríkubúar minntust 34 námuverkamanna sem féllu fyrir hendi lögreglu:

Zuma hvetur til friðsemdar

SUÐUR-AFRÍKA, AP Meira en þúsund manns komu saman á minningarathöfn um 34 námuverkamenn, sem féllu fyrir hendi lögreglumanna í síðustu viku.

Jacob Zuma, forseti landsins, tók ekki þátt í minningarathöfnunum. Hins vegar sendi hann frá sér yfirlýsingu þar sem hann hvatti landsmenn til þess að hætta að beita ofbeldi – svona almennt séð. Hann hefur boðað rannsókn á því sem gerðist.

„Ég vil ekki leggja dóm á þetta atvik,“ sagði í yfirlýsingunni. „Það gerir rannsóknardómnefndin.“

Á fimmtudaginn í síðustu viku létu 34 námuverkamenn lífið þegar lögreglan hóf skothríð á hóp manna sem tók þátt í verkfallsaðgerðum til að krefjast betri kjara fyrir námuverkamenn.

Vikuna þar á undan höfðu tíu manns látið lífið í átökum lögreglu og námuverkamanna, þar á meðal nokkrir lögreglumenn.

Verkalýðsfélag námu- og byggingarverkamanna krefst þess að óháð rannsóknarnefnd verði látin skoða hvað gerðist: „Við treystum ekki viðmiðunarskilmálum rannsóknarinnar, sem Zuma hefur boðað til,“ segir Jeff Mphahlele, framkvæmdastjóri verkalýðsfélagsins. **- gb**

MINNINGARATHÖFN Lögregla í bænum Marikana hefur drepið hátt í 40 námuverkamenn á síðustu tveimur vikum. NORDICPHOTOS/AP

Vegtylla frá ráðherra:

Verzló hlaut Gulleplið

HEILBRIGÐI Katrín Jakobsdóttir, mennta- og menningarmálaráðherra, veitti í gær Verzlunarskóla Íslands Gulleplið, en það er viðurkenning sem veitt er fyrir framúrskarandi starf á sviði heilsueflandi framhaldsskóla. Með því á að stuðla að velferð og góðri heilsu framhaldsskólanema.

Nemendur Verzló áttu frumkvæði að því að breyta vöruframboði í mötuneytinu. Þar er ekki lengur hægt að fá gosdrykki og sælgæti, en í staðinn er boðið upp á hollan mat og drykk. - kóp

Settur í farbann í Hæstarétti:

Dópsmyglari úr varðhaldi

DÓMSMÁL Hæstiréttur hefur fellt úr gildi gæsluvarðhaldsúrskurð Héraðsdóms Reykjaness yfir grunuðum fíkniefnasmyglara. Maðurinn er dæmdur í farbann í staðinn.

Ákæra var gefin út á hendur manninum í síðustu viku fyrir að skipuleggja innflutning á samtals rúmlega 900 grömmum af kókaíni til landsins. Maðurinn hefur neitað sök en kona sem ákærð er með honum hefur játað.

Í greinargerð lögreglu segir að upptökur af hleruðu samtali þeirra á milli sýni að maðurinn hafi staðið á bak við smyglið, en það telur Hæstiréttur ekki nægja til gæsluvarðhaldsvistar. - sh

Skurðgröftur á Hólmsheiði:

Sprunguleit á fangelsislóð

SKIPULAGSMÁL Grafa á þrjá skurði og 22 holur til að kanna hvort sprungur eru á lóðinni sem ætluð er undir nýtt fangelsi á Hólmsheiði.

Samkvæmt leyfi sem byggingarfulltrúinn í Reykjavík veitir verður grafinn einn 150 metra langur skurður til að kanna hvort sprungur eru á byggingareit. Ef sprungur finnast verða grafnir tveir þrjátíu metra langir skurðir til að rekja stefnu sprungnanna. Til viðbótar verða gerðar 22 stakar holur til að kanna jarðvegsgerð og dýpi. **- gar**

LÖGREGLUFRÉTTIR

Valt við að henda sígarettu

Ökumaður á þrítugsaldri missti stjórn á bíl sínum á Garðskagavegi á þriðjudag þegar hann var að henda sígarettu út um þaklúgu bílsins. Bíllinn valt tvo hringi og á þriðja tug metra út af veginum og stórskemmdist. Sauma þurfti á annan tug spora í höfuð ökumannsins og allmörg í hægri hendi hans.

Koma ekki í veg fyrir vefþrjóta á sölutorgi

Forsvarsmenn vefsölutorgsins Bland.is hafa ekki stöðvað netþrjóta og hafa ekki varað notendur vefsins við. Þrjótarnir auglýsa eins og þeir vilja. Einn þeirra þykist vera norskur fréttamaður sem vill flytja gamla og ódýra bíla til Noregs.

SAKAMÁL Fjölmörg dæmi eru um að á íslenskum vefsölutorgum finnist auglýsingar erlendra þrjóta sem hafa það eitt að leiðarljósi að hafa peninga af fólki. Mikil umræða hefur til að mynda skapast um það á Bland.is hvort ekki sé hægt að koma í veg fyrir að þrjótarnir fái að birta auglýsingar sínar á vefnum. Ekki hefur þó verið gripið inn í.

Einn notandi á Bland.is segist hafa haft samband við vefstjórann um leið og hann áttaði sig á því að verið væri að spila með hann. Engin svör fengust og svo virðist sem ekkert hafi verið gert og þrjóturinn fær að „ganga laus“ án þess að við honum sé varað.

Þrátt fyrir ítrekaðar tilraunir hefur forsvarsmaður Bland.is ekki svarað Fréttablaðinu.

Margar ábendingar um svikaauglýsingar hafa borist í kjölfar umfjöllunar blaðsins um atvik þar sem reynt var að svindla á notanda Bland.is.

Ómögulegt getur verið að rekja hvar þrjótarnir eru niður komnir. Það þarf ekki endilega að vera að þeir séu frá því landi sem þeir segjast vera. Þá er mjög ólíklegt að þeir noti sitt rétta nafn.

Þrjótarnir eru hins vegar ekki alltaf á eftir vörum heldur þykjast líka vera að selja þær. Á Bland.is er auglýsing sem lesandi blaðsins segir að sé svikamylla. Þar auglýsir spænskumælandi notandi dýrar Apple-vörur eins og síma og spjaldtölvur. Þar biður hann um að borguð séu 60 prósent uppsetts verðs inn á reikning hjá erlendri greiðsluþjónustu og þegar sá hluti er kominn verði varan send til viðkomandi. Það gerist hins vegar ekki. birgirh@frettabladid.is

SVIK Margir hafa lent í því að vefþrjótar hafi samband við þá og reyni að hafa af þeim fé. FRÉTTABLAÐIÐ/SAMSETT MYND

Svindlarinn stal nafni fréttamanns

Sá þrjótur sem hefur gengið hvað harðast fram á Bland.is undanfarnar vikur kallar sig „kaj202“ á sölutorginu. Hann kynnir sig svo sem Kaj Toeger Pedersen og segist búa við Taasengötu 18 í Ósló í Noregi. Þrjóturinn hefur stolið nafni norsks íþróttafréttamanns sem starfar fyrir NRK.

Svindlarinn reynir að kaupa bíla af notendum. Ef eigandi bílsins er fús til að selja segist hann vilja flytja bílinn til Noregs og biður um að borgað sé fyrir flutninginn á bílnum. Um leið og flutningsgjaldið hefur verið borgað eiga peningar að berast á bílreikningi hjá PayPal-greiðsluþjónustunni að flytjast til þín.

Þannig hefur hann pening af fólki því eigandi bílsins fær aldrei greitt af reikningi hjá PayPal. Greiðsluþjónustan PayPal býður ekki einu sinni upp á bílreikninga. Upphæðin sem það kostar að flytja bílinn er hugsanlega á bilinu 60 til 70 þúsund íslenskar krónur. Viðmælandi Fréttablaðsins áttaði sig á því að verið væri að svindla á honum þegar hann uppgötvaði að greiðslan fyrir flutningunum átti að fara á reikning í Barcelona á Spáni.

Utankjörfundur að hefjast:

Kosið um drög að stjórnarskrá

KOSNINGAR Utankjörfundaratkvæðagreiðsla vegna þjóðaratkvæðagreiðslu um stjórnarskrá Íslands hefst á morgun. Atkvæðagreiðslan sjálf fer fram laugardaginn 20. október. Kjósendur taka afstöðu til þess hvort drög stjórnlagaráðs verði grundvöllur að frumvarpi um nýja stjórnarskrá.

Að auki verða spurningar lagðar fyrir kjósendur um hvort í stjórnarskrá eigi að vera ákvæði um að náttúruauðlindir, sem ekki eru í einkaeigu, séu í þjóðareign, um þjóðkirkju, um jafnt vægi atkvæða, um að ákveðið hlutfall kjósenda geti krafist þjóðaratkvæðagreiðslu og hvort í stjórnarskrá verði persónukjör til Alþingis heimilað í meiri mæli. **- kóp**

Bundu mann í Breiðholti:

Ofbeldismenn játa á sig rán

DÓMSMÁL Tveir karlmenn játuðu fyrir dómi í gær að hafa ráðist inn á heimili rúmlega sextugs manns í Breiðholti fyrr í sumar, beitt hann hrottalegu ofbeldi og rænt af honum fé og öðrum eigum.

Mennirnir, Snorri Sturluson og Daniel Arciszewski, héldu manninum nauðugum í átta klukkustundir og bundu hann meðal annars með límbandi og rafmagnssnúru á höndum og fótum.

Ákærðu játuðu við þingfestingu málsins í gær eftir að saksóknari hafði fellt það út úr ákærulýsingunni að þeir hefðu hótað manninum með haglabyssu hans. - sh

LÖGREGLUFRÉTTIR

Hjálm- og ljóslaus í símanum

Lögreglan á Suðurnesjum stöðvaði á miðvikudag unga stúlku á ljóslausri rafmagnsvespu. Hún var hjálmlaus og að tala í síma. Henni var bent á að koma hlutunum í lag og forráðamönnum hennar sent bréf vegna málsins.

Akureyrarbær byrjar að fagna 150 ára afmæli sínu með pompi og prakt í dag:

Íslandsklukkunni hringt 150 sinnum

AKUREYRI Afmælisvaka, 150 ára afmælishátíð Akureyrar, hefst formlega í dag. Hátíðarhöldin hefjast klukkan tvö eftir hádegi með því að Íslandsklukkunni við Háskólann á Akureyri verður hringt 150 sinnum í tilefni afmælisins.

Hátíðin stendur yfir til 2. september. Meðal atriða verður Götulistahátíðin Hafurtask, þar sem um 120 ungmenni leika listir sínar víðs vegar í miðbænum. Þá mun hljómsveitin Bravóbítlarnir stíga á svið, en hún hlaut fyrst athygli árið 1965 þegar hún hitaði upp fyrir ensku hljómsveitina The Kinks á tónleikum í Reykjavík.

Á sjálfan afmælisdaginn, 29. ágúst, safnast skólabörn saman í miðbænum og gefa bænum einstaka afmælisgjöf. Bæjarstjórn Akureyrar heldur hátíðarfund í Hofi og Afmæliskór Akureyrar flytur ný verk nokkurra tónskálda sem tengjast bænum.

Einnig verður mikið um dýrðir seinni helgina, 30. ágúst til 2. september, og má þar nefna frumsýningu á verkinu Borgarinnunni í Samkomuhúsinu, Exodus raftónleika, Rökkurró í Lystigarðinum, kjötkveðjuhátíðina Lyst með List og afmælistónleika í Gilinu þar sem fram koma Akureyrarhljómsveitir liðinna ára. Loks verður flugeldasýning á Pollinum. **- sv**

HRINGIR INN AFMÆLIÐ Íslandsklukkan við Háskólann á Akureyri hringir inn stórafmæli bæjarins í dag.

Leikárið er hafið
Skelltu þér í áskrift!
Nýtt Borgarleikhúsblað er komið á flug!
Áskriftarkort
4 sýningar að eigin vali
12.900,-
Borgarleikhúsið
MARY POPPINS
Miðasala | 568 8000 | borgarleikhus.is
Borgarleikhúsið

GENGIÐ 23.08.2012

GJALDMIÐLAR	KAUP	SALA
Bandaríkjadalur	118,52	119,08
Sterlingspund	188,16	189,08
Evra	148,71	149,55
Dönsk króna	19,964	20,080
Norsk króna	20,249	20,369
Sænsk króna	17,856	17,960
Japanskt jen	1,5071	1,5159
SDR	180,18	181,26

GENGISVÍSITALA KRÓNUNNAR 207,9372

HEIMILD: Seðlabanki Íslands

Borgarráð breytir reglum svo Hrafnista þurfi ekki að bíða skipulagsbreytinga:

Opnað á vínveitingar á elliheimilum

ÞJÓNUSTA Borgarráð samþykkti í gær að breyta reglum þannig að heimila megi dvalarheimilum aldraðra á skilgreindum íbúðarsvæðum að vera með vínveitingar.

Skipulagstjóri borgarinnar hefur sagt að borgin sé bundin af því að Hrafnista sé á skilgreindu íbúðarhúsnæði og þar megi ekki heimila vínveitingar. Það verði lagfært með breytingum á aðalskipulagi eftir áramót. Pétur Magnússon, forstjóri elliheimilisins Hrafnistu, óskaði í kjölfarið eftir tímabundinni undanþágu svo hefja mætti vínveitingar fyrr í endurnýjuðum matsal þess.

„Flestir íbúar öldrunarheimila hafa sjaldnast tök á að fara út frá heimilunum og því mjög ósanngjarnt og óskiljanlegt að árið 2012 ætli Reykjavíkurborg að mismuna íbúum öldrunarheimila um þjónustu, einungis eftir því hvar öldrunarheimilin eru staðsett,“ segir í bréfi forstjórans.

„Reglurnar eru of þröngar að þessu leyti og því einfaldast að breyta þeim,“ segir í tillögu fulltrúa Sjálfstæðisflokksins sem samþykkt var í gær. **- gar**

MATSALURINN NÝI Verið er að breyta matsalnum á Hrafnistu í kaffihús og stefnt að því að opna í byrjun september. Þar eiga bæði að fást pönnukökur með rjóma og léttvín. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

World Future Council:

Stefnumörkun Íslands tilnefnd

UMHVERFISMÁL Samtökin World Future Council hafa tilnefnt stefnumörkun Íslands um vernd hafsins gegn mengun frá landi, og á sviði fiskveiðistjórnunar, til svokallaðra Framtíðarstefnuverðlauna. Alls eru tilnefningar 31 talsins frá 22 ríkjum og svæðum.

Áætlunin um varnir gegn mengun sjávar var gerð innan vébanda alþjóðlegrar framkvæmdaáætlunar gegn mengun hafs frá landi, sem Ísland átti þátt í að koma á fót. Tilkynnt verður um úrslitin í september. **- shá**

LÖGMENN BREIVIKS Geir Lippestad og Vibeke Hein Bæra svara spurningum blaðamanna. NORDICPHOTOS/AFP

Dómur yfir Breivik í dag:

Áfrýjar aðeins ef ósakhæfur

NOREGUR, AP Dómur verður kveðinn upp í Noregi í dag yfir Anders Behring Breivik, sem játað hefur að hafa myrt 77 manns í Ósló og á Úteyju síðasta sumar.

Að sögn lögmanna hans ætlar Breivik eingöngu að áfrýja úrskurði ef dómstóllinn kemst að þeirri niðurstöðu, að Breivik sé ósakhæfur, sem þýddi að hann yrði settur á sjúkrahús í ótilgreindan tíma.

Verði hann úrskurðaður sakhæfur og dæmdur í fangelsi hyggst Breivik ekki áfrýja dómnum. **- gb**

Fundur eftir rán í Noregi:

Tugir milljóna grafnir í skógi

NOREGUR Tæplega einu ári eftir að fjórir grímuklæddir menn rændu peningaflutningabíl við Skedsmo í Noregi hefur lögreglan fundið hluta þýfisins. Alls stálu ræningjarnir tíu milljónum norskra króna eða rúmum 200 milljónum íslenskra króna.

Einn hinna ákærðu vísaði lögreglunni á felustað í skógi þar sem milljónir norskra króna voru grafnar. Voru peningarnir í litlum plastpokum, silfurpappír, plastdollum og matarpokum og var allt geymt í svörtum plastpoka. **- ibs**

Áhugi fyrir göngu- og hjólabrú yfir Fossvog

Hugmynd arkitekta um göngu- og hjólabrú yfir Fossvog fær góðar viðtökur. Skipulagsstjóri Kópavogs segir brú yfir voginn hafa verið rædda um nokkurt skeið og hann hafi heyrt að borgaryfirvöldum í Reykjavík lítist vel á málið.

SKIPULAGSMÁL Útfærsla á rúmlega þrjú hundruð metra langri göngu- og hjólabrú yfir Fossvoginn var kynnt í skipulagsnefnd Kópavogs fyrr í vikunni.

Samkvæmt útfærslunni, sem arkitektarnir Jakob Líndal og Kristján Ásgeirsson í Alark kynntu, verður brúin þrjú hundruð og fimm metra löng, lágreist, og mun ná frá Kársnesi yfir að flugbrautarendanum Reykjavíkurmegin.

JAKOB LÍNDAL

Í miðjunni yrði sextán metra löng snúningsbrú til að hleypa bátum og öðrum fleyjum í gegn.

„Um nokkurt skeið hefur verið rætt hér í Kópavogi um að leggja brú þarna yfir og höfum við heyrt að borgaryfirvöldum lítist vel á það,“ segir Birgir H. Sigurðsson, skipulagstjóri Kópavogsbæjar.

Jakob Líndal bendir meðal annars á mikla landfyllingu Kópavogsmegin innan við hina áætluðu brú. Þar sé þegar búið að samþykkja nýtt bryggjuhverfi.

Birgir skipulagsstjóri segir hugmynd arkitektanna í áframhaldandi skipulagsvinnu á svæðinu.

„Ekki er hægt að segja til um það á þessari stundu hvort og þá hvenær eitthvað verði af hugmyndum í þessa veru – en vonandi skýrist það þegar lengra líður á haustið og vinnu sveitarfélaganna, Kópavogs og Reykjavíkur, miðar áfram,“ segir skipulagstjórinn. **gar@frettabladid.is**

BRÚ YFIR FOSSVOG Þrjú hundruð metra brú tengir Reykjavík og Kópavog ef tillaga arkitekta í Alark verður að veruleika. Brúin á að vera lágreist til að trufla ekki útsýni. MYND/ALARK

SNÚNINGSBRÚ Hugsað er fyrir siglingum í Fossvogi með snúningsbrú. MYND/ALARK

BLAÐALESTUR Í BÚRMA Ekki þarf lengur að fá samþykki fyrir blaðaskrifum fyrir fram. NORDICPHOTOS/AFP

Búrmastjórn gengur lengra:

Segir ritskoðun vera afnumda

BÚRMA, AP Herforingjastjórnin í Búrma hefur afnumið beina ritskoðun fjölmiðla í landinu. Þetta er nýjasta skrefið í frjálsræðisátt sem stigið hefur verið á síðustu misserum. Blaðamenn í landinu þurfa ekki lengur að fara með skrif sín til hins opinbera og fá samþykki fyrir birtingu, eins og þeir hafa þurft að gera í hálfa öld.

Enn eru þó í gildi ströng lög sem gefa ríkinu heimild til að handtaka blaðamenn, setja á svartan lista eða stjórna hreinlega fjölmiðlum ef öryggi ríkisins er talið í húfi. **- gb**

Innflytjendur í Þýskalandi:

Múslímar verði í meirihluta

ÞÝSKALAND Nær helmingur tyrkneskra innflytjenda í Þýskalandi, eða 46 prósent, vill að múslímar verði þar í meirihluta, að því er könnun á vegum stofnunarinnar Info GmbH í Berlín leiðir í ljós. Er þetta þrettán prósentustiga aukning frá árinu 2010.

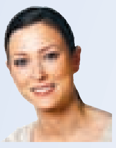
Alls líta 52 prósent innfluttra Tyrkja á samkynhneigð sem sjúkdóm. Í Þýskalandi búa nú 2,7 milljónir manna af tyrkneskum uppruna. Aðeins 25 prósent þeirra eru með þýskt vegabréf.

Könnunin tók til 1.011 Tyrkja sem búa í Þýskalandi, að því er kemur fram á fréttavef Kristilega Dagblaðsins í Danmörku. **- ibs**

TÍMI TIL AÐ TÍNA!

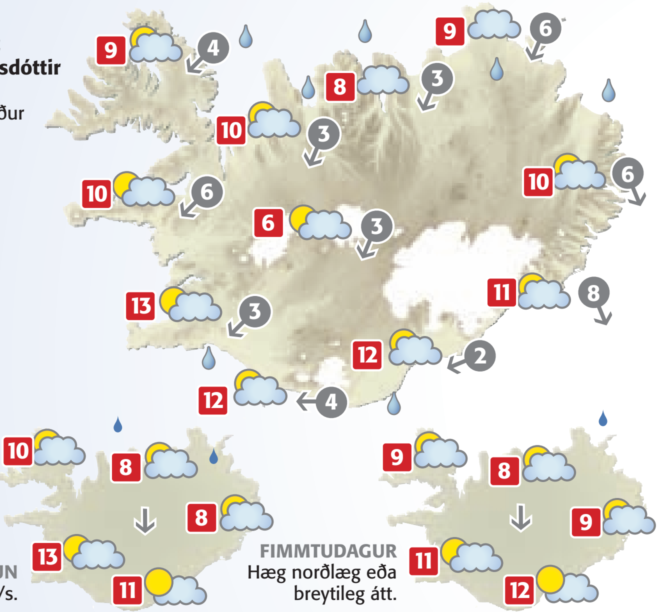
www.forlagid.is – alvöru bókaverslun á netinu

VEÐURSPÁ



Elísabet Margeirsdóttir veðurfréttamaður

LITLAR BREYTINGAR í vændum næstu daga en vindur mun áfram blása af norðri með lítils háttar úrkomu norðan og austan til á landinu. Sunnan til verður nokkuð bjart og þurrt að mestu og hitatölur enn þá tveggja stafa.



Á MORGUN 3-8 m/s.

FIMMTUDAGUR Hæg norðlæg eða breytileg átt.

HEIMURINN

Alicante	34°
Basel	22°
Berlín	22°
Billund	17°
Frankfurt	23°
Friedrichshafen	20°
Gautaborg	18°
Kaupmannahöfn	18°
Las Palmas	24°
London	19°
Mallorca	30°
New York	22°
Orlando	32°
Ósló	15°
París	22°
San Francisco	27°
Stokkhólmur	19°

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

AUGLÝSINGADEILDIR FRÉTTABLAÐSINS – AUGLÝSINGASTJÓRI: Jón Laufdal *jonl@frettabladid.is* **ALMENNAR SÍMI 512-5401:** Einar Davíðsson *einar.davidsson@365.is*, Guðmundur Steinsson *gudmundurs@365.is*, Hjördís Zoëga *hjordis@frettabladid.is*, Hlynur Þór Steingrímsson *hlynur@365.is*, Laila Awad *laila@365.is*, Örn Geirsson *orn.geirsson@365.is* **FÓLK/LÍFIÐ/SÉRBLÖÐ SÍMI 512-5402:** Benedikt Freyr Jónsson *benediktj@365.is*, Elsa Jensdóttir *elsaj@365.is*, Jóna María Hafsteinsdóttir *jmh@365.is*, Sigríður Dagný Sigurbjörnsdóttir *sigridurdagny@365.is*, Sverrir Birgir Sverrisson sverrirbs@365.is **RAÐAUGLÝSINGAR /FASTEIGNIR SÍMI 512-5403:** Hrannar Helgason *hrannar@365.is*, Viðar Ingi Pétursson *vip@365.is* **ÞJÓNUSTUAUGLÝSINGAR SÍMI 512-5407:** Arna Rut Kristinsdóttir *arnarut@365.is*, Sigrún Helga Guðmundsdóttir *sigrunh@365.is*

Hafðu það GOTT um helgina!

GOTT SÓSUR - frábærar með kjúklingnum

TILBOÐ 20% afsláttur við kassa

GOTT KJÚKLINGASTEIK
2.319 kr/kg
Verð áður 2.899,-

GOTT KJÚKLINGASTEIK

Gott kjúklingasteikur eru unnar úr kjúklingabringum sem búið er að meðhöndla þannig að þær taki betur við marineringu auk þess sem eldunin verður styttri og jafnari.

Kjúklingasteikurnar eru til í tveimur útfærslum. Önnur tegundin er marineruð með hvítlauk og estragon, en hin er ókrydduð. **Grilltími 5-7 mín.**

TILBOÐ 25% afsláttur við kassa
TILBOÐ
2.549 kr/kg
Verð áður 3.398,-

Lambalærissneiðar
Caj´p marineraðar

TILBOÐ 20% afsláttur við kassa
TILBOÐ
2.253 kr/kg
Verð áður 2.854,-

Kjúklingalundir
ferskar

TILBOÐ 35% afsláttur við kassa
TILBOÐ
2.794 kr/kg
Verð áður 4.299,-

Mínútusteik

TILBOÐ 25% afsláttur við kassa
TILBOÐ
2.744 kr/kg
Verð áður 3.659,-

Nautapiparsteik

Íslenskt blómkál
Íslenskt sellerý
Akursels gulrætur

BRAKANDI FERSKT ÍSLENSKT GRÆNMETI Á HVERJUM DEGI!

TILBOÐ
GOODFELLAS PIZZUR
449 kr/stk.
Verð áður 599.-

FLORIDANA APPELSÍNUSAFI
288 kr/stk.

TILBOÐ
FIMMKORNA BRAUÐ
299 kr/stkk.
Verð áður 399.-

TILBOÐ
SNÚÐAR
159 kr/stk.
Verð áður 245.-

TILBOÐ
SNAKK & HNETU BARINN
30% afsláttur v/kassa

CHERRY COKE
129 kr/stk.

YUM YUM NÚÐLUR
109 kr/pk.

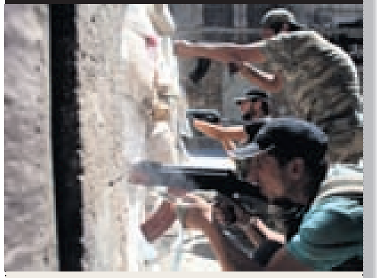
GEETA´S MANGÓ CHUTNEY
449 kr/stk.

OPIÐ allan sólarhringinn
Garðabær, Skeifan, Eiðistorg & Akureyri

Gildir til 26. ágúst á meðan birgðir endast.

HAGKAUP
Ein ferð betra verð

KJÖRKASSINN



Væri hernaðaríhlutun í Sýrlandi réttlætanleg?

JÁ	59,8%
NEI	40,2%

SPURNING DAGSINS Í DAG:

Ert þú dugleg/ur að sækja leikhús?

Segðu þína skoðun inni á Vísir.is VÍSIR

Reykjavíkurborg segir meiri áherslu nú lagða á öryggi gangandi vegfarenda:

Umferðarljós við Hörpu valda töfum

SAMGÖNGUR Reykjavíkurborg hafa borist kvartanir vegna umferðarljósanna við tónlistarhúsið Hörpu.

Ljósin, sem eiga að vera umferðar- og viðburðastýrð, eru staðsett þannig að þau eru ekki nægilega samstillt og geta því valdið töfum á bílaumferð á háannatímum.

Stefán Finnsson, hjá umhverfis- og samgöngusviði Reykjavíkurborgar, segir ekki standa til að breyta ljósunum.

„Þau hafa ekki verið í bylgju svo menn stoppa nokkuð oft," segir Stefán.

„En það er ekki einfalt mál að stilla þau svo þau fungeri vel, því hámarkshraðinn er svo mismunandi á þessum stutta kafla."

Þá bendir Stefán einnig á að umhverfið í miðbænum sé að breytast og meiri áhersla sé lögð á gangandi vegfarendur.

„Við erum að einbeita okkur að tryggja það flæði og að það sé öruggt," segir hann. „Þá líður bílaumferðin fyrir það. En það þarf bara að sýna því þolinmæði." - sv

Skynjarar mæla

Úr frétt Reykjavíkurborgar frá 22. mars 2011: „Skynjarar mæla umferðarþunga frá húsinu inn á gatnamótin og lengja þá tímann sem græna ljósið logar. Það má því segja að hér séu fyrstu viðburðastýrðu umferðarljósin í Reykjavík."

UMFERÐARLJÓSIN VIÐ HÖRPU Ljósin hafa valdið umferðartöfum að undanförnu.

1. Sæti

Vasabrotsbækur/skáldverk 15.–21.08 2012

METSÖLULISTI EYMUNDSSON

Sjóðheit á toppnum!

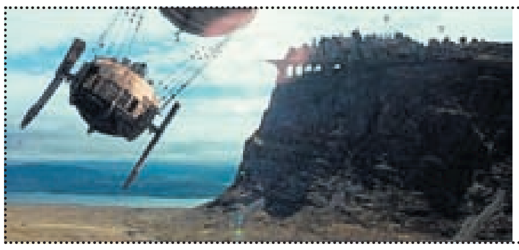
Forvitnileg bók fyrir helgina

JPV ÚTGÁFA

www.forlagid.is – alvöru bókaverslun á netinu

Hátt í þrjátíu tökustaðir á Íslandi færðir í stafrænt kort

Íslandsstofa vinnur nú að gerð stafræns landakorts sem sýnir helstu tökustaði á landinu sem notaðir hafa verið í kvikmyndum og þáttum. Síðan verður opnuð á næstu vikum. Rúmlega 35 verkefni á um 30 stöðum.



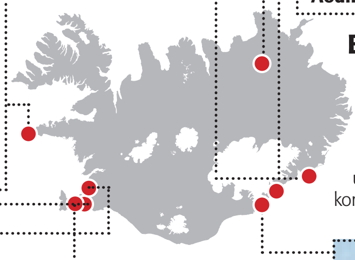
Stokksnes
STARDUST (2007)
Matthew Vaughn
Aðalhlutverk: Claire Danes, Charlie Cox, Sienna Miller

Dettifoss
PROMETHEUS (2012)
Ridley Scott
Aðalhlutverk: Noomi Rapace, Charlize Theron, Michael Fassbender

Öræfi
JUDGE DREDD (1995)
Danny Cannon
Aðalhlutverk: Sylvester Stallone, Diane Lane

Kleifarvatn
NOAH (2014)
Darren Aronofsky
Aðalhlutverk: Russell Crowe, Emma Watson, Anthony Hopkins, Jennifer Connelly

Snæfellsjökull
JOURNEY TO THE CENTER OF THE EARTH (2008)
Eric Brevig
Aðalhlutverk: Brendan Fraser, Anita Briem



Einungis lítið brot

Alls verða átján kvikmynda- og sjónvarpsmyndatitlar færðir inn á kort Íslandsstofu yfir tökustaði. Kort Fréttablaðsins sýnir því einungis lítið brot af efninu. Myndirnar voru teknar á 26 tökustöðum víðs vegar um landið, sem einnig verða færðir inn á kort Íslandsstofu.

Reykjavík
OBLIVION (2013)
Joseph Kosinski
Aðalhlutverk: Tom Cruise, Morgan Freeman

Stóra-Sandvík
FLAGS OF OUR FATHERS (2006)
Clint Eastwood
Aðalhlutverk: Ryan Phillippe, Jesse Bradford

Jökulsárlón
A VIEW TO A KILL (1985)
John Glen
Aðalhlutverk: Roger Moore, Christopher Walken

LARA CROFT: TOMB RAIDER (2001)
Simon West
Aðalhlutverk: Angelina Jolie, Jon Voight

DIE ANOTHER DAY (2002)
Lee Tamahori
Aðalhlutverk: Pierce Brosnan, Halle Berry

BATMAN BEGINS (2005)
Christopher Nolan
Aðalhlutverk: Christian Bale, Liam Neeson, Morgan Freeman, Katie Holmes, Michael Kane

Noah slær met í fjölda tökustaða hér á landi

Leikstjóri Noah, Darren Aronofsky, notaði fleiri tökustaði á Íslandi heldur en áður hefur verið gert við tökur á erlendum kvikmyndum hér á landi. Hann þakkar Íslendingum kærlega fyrir gestrisnina. 148 Íslendingar léku í myndinni.

IÐNAÐUR Alls unnu 220 manns að kvikmyndinni Noah, sem tekin var upp að hluta til hér á landi, og voru Íslendingar meira en helmingur þeirra. Um 150 Íslendingar fóru með misstór hlutverk í myndinni. Leigðar voru samtals 3.650 nætur á hótelherbergjum. Tökuliðið leigði þrjátíu jeppa, tíu sendibíla og 75 fólksbíla.

Þetta kemur fram í svörum frá Julie Kuehndorf, upplýsingafulltrúa stórmyndarinnar, sem Fréttablaðið óskaði eftir.

Meira en 300 fyrirtæki áttu í viðskiptum við framleiðendur myndarinnar, meðal annars vegna leigu og kaupa á tækjum, bensíni og mat.

Undirbúningur vegna framleiðslu myndarinnar hér á landi hófst í nóvember síðastliðnum þegar Darren Aronofsky, leikstjóri myndarinnar, kom fyrst til Íslands að skoða tökustaði.

Meðal tökustaða voru Djúpavatnsleið, Sandvíkurklofi, Lambhagatjörn og Undirhlíðanáma við Kleifarvatn, Sandvík, Hafnir, Reynisfjara, Raufarhólshellir, Leirhnjúkur við Mývatn, Hamragarðaheiði og Svartiskógur.

Tökustaðir eru fleiri í Noah en nokkurri annarri erlendri kvikmynd sem hér hefur verið tekin upp.

REYNISFJARA Einn af fjölmörgum tökustöðum fyrir Noah. Reynisfjara var einnig notuð í kvikmynd Hrafns Gunnlaugssonar, Hrafninn flýgur, og í Á köldum klaka, eftir Friðrik Þór Friðriksson. FRÉTTABLAÐIÐ/HAG

115 Tökulið Noah leigði 115 farartæki á meðan á tökum á kvikmyndinni stóð.

Tökur á Íslandi tóku fjórar vikur, sem er þriðjungur heildartímans sem áætlaður er í tökur. Aðrir hlutar verða teknir upp í nágrenni New York.

„Nú, þegar tökum á Íslandi er lokið, vil ég nota tækifærið og þakka okkar frábæra íslenska starfsfólki fyrir óendanlegan dugnað, sem og Íslendingum fyrir göfuga gestrisni með því að bjóða Noah velkominn til landsins," segir Aronofsky. „Ísland er magnaður staður sem bauð okkur upp á ótrúlega fjölbreytta tökustaði. Takk, Ísland. Ég hlakka til að koma aftur!" Frumsýning Noah er áætluð í mars 2014. sunna@frettabladid.is

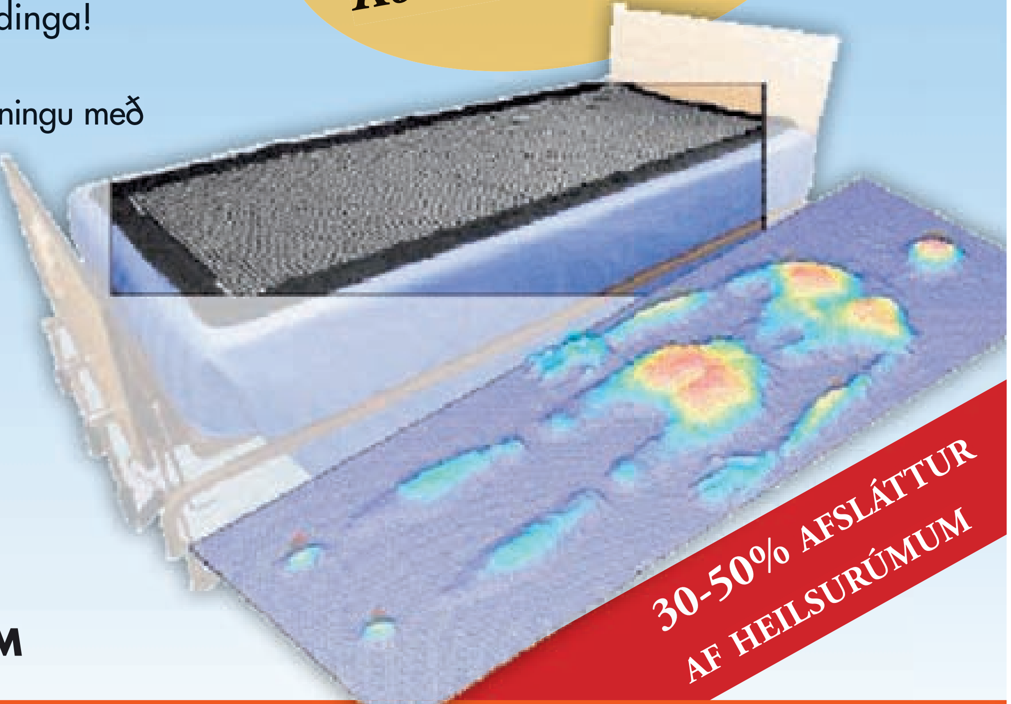
SUMARDAGAR RÚMGOTT

FAGLEG RÁÐGJÖF OG
FRÍ LEGUGREINING

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

Vertu örugg/ur
Komdu í greiningu

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



HVENÆR ER ÞÖRF Á LEGUGREININGU?

Finnurðu fyrir eymslum í mjóbaki?
Vaknarðu oft með verki í mjöðm?
Finnurðu fyrir eymslum eða dofa í öxlunum?
Sefurðu illa vegna annara óþæginda?

- hryggskekkju
- brjósklos
- samföllnum hryggjaliðum
- spengdum hryggjaliðum
- gigt, til dæmis:
- slitgigt, vefjagigt eða liðagigt.

FREMSTIR Í FRAMLEIÐSLU Á HEILSUDÝNUM

30-50% AFSLÁTTUR AF HEILSURÚMUM

Rúm Gott

Heilsurúm á tilboði

VERÐDÆMI:
Svæðaskipt heilsurúm
Einbreitt: **70.224**
Tvíbreitt: **129.336**

FRÍ HEIMSENDING EÐA GAMLA RÚMIÐ UPP Í!*

*Tilboðið gildir eingöngu um hjónarúm

ROYAL OG CLASSIC

Hágæða fjölstillanleg rafmagnsrúm á Frábæru verði

Rúm Gott

30-40% AFSLÁTTUR AF ÖLLUM RAFMAGNS-RÚMUM

Einbreið rafmagnsrúm:
Verð frá 190.049.-

Tvíbreið rafmagnsrúm:
Verð frá 346.995.-

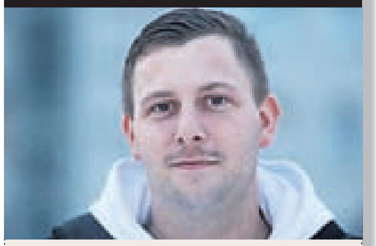
12 mánaða vaxtalaus VISA / EURO greiðsludreifing
– Eingungis greiðist lántökugjald

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

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

VERSLUNIN Rúm Gott ÍSLENSK HEILSURÚM

VEISTU SVARIÐ?



1. *Hvað heitir sjoppan í Hafnarfirði sem talið er að kveikt hafi verið í?*

2. *Hvað eru stýrivextir Seðlabankans háir?*

3. *Hvað tók Steindi jr. upp tónlistarmyndband sitt í mörgum löndum?*

SVÖR:

1. *Bryndísarsjoppa* **2.** *5,125%* **3.** *Fjórum.*

Yfirvöld í Kaupmannahöfn vilja fækka reykingamönnum næstu þrettán árin:

Vill reyklausa Kaupmannahöfn

DANMÖRK Ný áætlun borgarstjórnar Kaupmannahafnar gerir ráð fyrir því að borgin verði svo gott sem reyklaus árið 2025, eftir þrettán ár. Tíu milljónir danskra króna hafa verið lagðar í verkefnið.

„Ég held að þetta gangi betur með því að horfa jákvætt á hlutina og ofsækja ekki reykingamenn í Kaupmannahöfn," sagði Ninna Thomsen, yfirmaður heilbrigðismála borgarinnar og leiðtogi Sósíalíska þjóðarflokksins við dagblaðið Politiken. Hún vill að borgin verði fyrsta reyklausa borgin í heiminum. „Við þurfum að gefa reykingamönnum tækifæri til að hætta frekar en að neyða þá til þess."

Samkvæmt áætluninni munu aðeins fjögur prósent borgarbúa reykja, en nú er hlutfallið 21 prósent. Það þýðir að 72 þúsund manns þyrftu að hætta að reykja á næstu þrettán árum.

Áætlunin gerir einnig ráð fyrir því að fjölga námskeiðum og herferðum til að hjálpa fólki að hætta að reykja. Thomsen segist vonast til þess að það komist í tísku hjá fyrirtækjum að vera reyklaus.

Fyrirætlanir borgaryfirvalda hafa vakið mikla gagnrýni. Krabbameinsfélög hafa meðal annars gagnrýnt áætlunina fyrir að vera óraunhæfa og ýkta. - þeb

SÍGARETTUR Kaupmannahöfn stefnir nú á að fækka reykingamönnum mikið á næstu árum.

Slys á Hakinu á Þingvöllum:

Bíl bakkað á leiðsögumann

LÖGREGLUMÁL Eldri maður var fluttur með sjúkrabíl frá Þingvöllum til Reykjavíkur í gærmorgun eftir að ekið var á hann fyrir utan Fræðslumiðstöðina á Hakinu á Þingvöllum.

Maðurinn var við störf sem leiðsögumaður þegar bíl var bakkað á hann. Samkvæmt upplýsingum frá lögreglunni á Selfossi gættu hvorki hann né ökumaður bílsins nægilega vel að sér. Maðurinn fékk höfuðhögg og skarst á hendi en slasaðist þó ekki alvarlega. - sh

MIKILL VIÐBÚNAÐUR Sérsveitin var send á vettvang, eins og venja er þegar skotum er hleypt af. Myndin er úr safni.

Byssuskot rakið til veikinda:

Skotmaðurinn hlýtur aðstoð

LÖGREGLUMÁL Maðurinn sem skaut í gólfið úr stórum og öflugum veiðiriffli í heimahúsi í Garðabæ í fyrradag á við andleg veikindi að stríða og verður veitt viðeigandi aðstoð eftir að rætt hefur verið við hann um atvikið, samkvæmt upplýsingum frá lögreglu.

Enginn slasaðist þegar skotinu var hleypt af, en hvellurinn heyrðist vel í næsta nágrenni og lögregla hafði mikinn viðbúnað. Alls tóku um þrjátíu lögreglumenn, meðal annars úr sérsveit ríkislögreglustjóra, þátt í aðgerðinni.

Ekkert bendir til annars en að skotvopnið hafi verið skráð og geymt á eðlilegan hátt. - sh

Romney reynir að bjarga sér

Mitt Romney beinir athyglinni að efnahagsmálum og atvinnu eftir erfiða viku, sem snúist hefur um umdeild áform varaforsetaefnis hans og ummæli flokksbróður hans um nauðganir og fóstureyðingar.

FRÉTTASKÝRING

Hefur val Mitt Romneys á varaforsetaefni breytt stöðunni í kosningabaráttunni?

Mitt Romney, forsetaefni Repúblikanaflokksins, reynir nú að beina athygli kjósenda að efnahagsmálunum og lofar þremur milljónum nýrra starfa, meðal annars með því að heimila boranir eftir olíu á fleiri svæðum út af strönd Virginíu og Norður-Karolíníu.

Kosningaúrslit í báðum þessum ríkjum geta skipt miklu máli um það hvort Romney nær að vinna sigur á Barack Obama í forsetakosningunum, sem haldnar verða í byrjun nóvember.

Romney hefur átt í vök að verjast alla vikuna. Hann hefur þurft að verja ákvörðun sína um að gera Paul Ryan að varaforsetaefni sínu, en Ryan vill ganga enn lengra en Romney í niðurskurði til velferðarmála.

Þá hafa undarleg ummæli flokksbróður þeirra, Todds Akin, um fóstureyðingar og nauðganir komið Romney illa, ekki síst vegna þess að Ryan hefur að nokkru tekið undir svipuð sjónarmið og Akin.

Akin fullyrti í sjónvarpsviðtali að fórnarlamb nauðgana eigi ekki að fá greitt úr ríkissjóði fyrir fóstureyðingu, og rökstuddi það með því að konur geti varla orðið barnshafandi af völdum nauðgana.

Obama hefur óspart notfært sér þetta mál, meðal annars með því að segja að Akin, sem situr í vísindanefnd fulltrúadeildar Bandaríkjaþings, hafi örugglega misst af einhverjum kennslustundum í vísindagreinum.

Obama sagði þetta reyndar dæmigert fyrir repúblikana, sem vilja „fara afturábak frekar en áfram og standa í baráttu sem við héldum að hefði verið útkljáð fyrir tuttugu eða þrjátíu árum."

Annars hefur fréttaflutningur af kosningabaráttunni í Bandaríkjunum verið neikvæðari gagnvart frambjóðendunum en þekkst hefur áratugum saman, samkvæmt nýrri könnun frá Pew-rannsóknarstofnuninni.

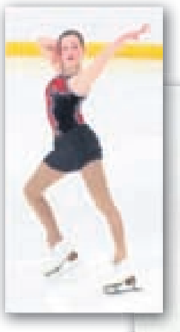
Samkvæmt niðurstöðum könnunarinnar hafa 72 prósent frétta af Obama verið neikvæðar, en 71 prósent af Romney, þannig að lítill munur er á þeim hvað þetta varðar.

Um Obama er oftast sagt að honum hafi ekki tekist að koma efnahagslífi landsins á skrið eftir kreppu síðustu ára, en um Romney er oftast sagt að hann sé málsvari auðvaldsins og hafi hagnast á því að rústa fyrirtæki.

gudsteinn@frettabladid.is

MITT ROMNEY Forsetaefni Repúblikanaflokksins hugsar málin. NORDICPHOTOS/AFP

Vilt þú læra á listskauta?



SKAUTAFÉLAGIÐ BJÖRNINN
LISTHLAUPADEILD
er með 14 vikna listskautanámskeið
1. september – 8. desember 2012

Skemmtilegar listskautaæfingar fyrir hressar stelpur og káta stráka.

Sér hópur er fyrir unglinga.

Frábær æfingaaðstaða í EGILSHÖLL.
Æfingar 2 í viku, á miðvikudögum og laugardögum.

Skráning á www.bjorninn.com – Listskautar eða á staðnum þann 1. september frá kl. 10-14.

FRÍR PRUFUTÍMI

Björninn

Hreysti – Gleði – Vellíðan – Hreyfing – Styrkur – Samhæfing

MARÍULAXINN Steinunn Helga með maríulaxinn sinn í fyrra, en slíkar upplýsingar skila sér oft í veiðibækur. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Skráning stangveiði er nákvæmari hér á landi:

Veiðiskráning einstök

VEIÐI Skrínan, rafræn skráning lax- og silungsveiði á vegum Veiðimálastofnunar og Fiskistofu, hefur vakið ágæt viðbrögð hjá veiðiréttarhöfum í sumar. Það sem af er veiðitímanum hafa upplýsingar um tæplega 4.000 stangveidda laxa og um 800 silunga verið skráðar með þessum hætti, en þetta er annað sumarið sem boðið er upp á þessa veflausn.

Þær veiðiár sem skráð hefur verið fyrir í sumar eru Leirá, Gljúfurá, Norðurá, Víðidalsá, Svalbarðsá, Norðfjarðará og Ytri-Rangá. Upplýsingar um veiði eru skráðar þar með sama sniði og þær koma fyrir í veiðibókum og eru einstakar skráningar jafnharðan sýnilegar á netinu. Notendum gefst þar kostur á að skoða upplýsingar um einstaka fiska; stærð, veiðistað og veiðarfæri, auk þess sem sjá má samtölur um veiði einstakra áa og veiðisvæða.

Svo ítarleg skráning á veiði, þar sem hver einstakur fiskur er skráður ásamt upplýsingum um hann, er einsdæmi í heiminum. Á það jafnt við um hefðbundna skráningu í bækur á veiðistað og netskráninguna sömuleiðis.

Veiðiskráning með þessum hætti opnar aðgengi að nýjustu veiðitölum á hverjum tíma, bætir yfirsýn yfir veiðina hverju sinni og eykur gæði veiðiskráningar, að mati umsjónarmanna. - shá

markhonnun.is

nettó
Kræsingar & kostakjör

Tilboðin gilda **23. - 26.** ágúst

DANSKAR
KJÚKLINGABRINGUR
900 G FROSNAR

-500 KR

1.198
ÁÐUR **1.698** KR/PK

BESTU TILBOÐIN **Í NETTÓ**

NAUTAHAKK
FERSKT

34% AFSLÁTTUR

989
ÁÐUR **1.498** KR/KG

KJÖTSEL

LAMBABÓGUR
ÍTALSKUR

35% AFSLÁTTUR

1.169
ÁÐUR **1.798** KR/KG

SPELTBRAUÐ
MYLLAN, 500 G

2 FYRIR 1

399 KR/2PK

SPERGILKÁL/ HVÍTKÁL

50% AFSLÁTTUR

KAFFI
PETER LARSEN

25% AFSLÁTTUR

BAGUETTE
BAKAÐ Á STAÐNUM*

NÝBAKAÐ

50% AFSLÁTTUR

115
ÁÐUR **229** KR/STK

*Gildir ekki um Nettó Salaveigi

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.

Bráðadeildir Landspítalans að kikna vegna fjölgunar

Fjölgun á komum á bráðadeildir LSH skiptir þúsundum síðustu ár. Að meðaltali koma 200 manns á dag í Fossvoginn. Innlögnum af bráðadeild fjölgar ekki, sem bendir til að fólk komist ekki annars staðar að.

HEILBRIGÐISMÁL Annað árið í röð er mikil aukning á komum á bráðadeildir Landspítalans (LSH). Forstjórinn segir þetta áhyggjuefni en ekki auðvelt að greina hvað veldur. Að meðaltali koma yfir 200 manns á bráðadeild LSH í Fossvogi.

Björn Zoëga, forstjóri LSH, vék að því í pistli á heimasíðu LSH síðastliðinn föstudag að sumarstarfið hefði gengið vel. Hóflegt álag hefði verið víða á spítalanum en álagið þó of mikið á bráðamóttökurnar; Hjartagáttina á Hringbraut og í Fossvogi.

> Við höfum af þessu miklar áhyggjur og þetta hefur skapað mikil vandræði, til dæmis í sumar.
>
> **BJÖRN ZOËGA**
> FORSTJÓRI LSH

Inntur eftir því hversu mikil aukningin hefur verið síðustu tvö ár segir Björn að 1.700 fleiri hafi sótt á bráðadeildina í Fossvogi það sem af er ári. Það er 4,1% aukning og á hverjum degi komi því yfir 200 manns í Fossvoginn að meðaltali. Alls hafa um tvö þúsund fleiri sótt bráðamóttökurnar nú en í fyrra. Árið 2011 var aukningin 5,6% allt árið eða á sjötta þúsund fleiri heimsóknir. Þar af var aukningin í Fossvogi 4,5% eða 2.700 fleiri.

„Þetta er mikil aukning, sérstaklega þegar maður horfir á tölurnar um fjölda einstaklinga. Við höfum af þessu miklar áhyggjur og þetta hefur skapað mikil vandræði, til dæmis í sumar," segir Björn.

Spurður um ástæður þessarar fjölgunar á bráðadeildunum segir Björn að það hafi ekki verið skoðað nákvæmlega hvað veldur. Það sé ekki lagt á sjúklingana, sem leita á deildirnar, að spyrjast fyrir um ástæður heimsóknar þeirra. „En starfsmenn mínir hafa nefnt að ástæðan sé einfaldlega sú að erfitt sé að komast að annars staðar í kerfinu; að meira sé um lokanir og samdrátt í þjónustu annars staðar í heilbrigðiskerfinu. Við höfum hins vegar ekki yfirlit um slíkt. Við höfum verið að velta því fyrir okkur hvort fólk sé veikara; þurfi frekar en áður á okkar þjónustu að halda. Innlagnir á Landspítalanum benda ekki til þess. Hlutfall þeirra sem leggjast inn hefur ekki hækkað. Aukningin er vegna minni vandamála, ekki alvarlegri veikinda," segir Björn.

Fram kemur í pistli forstjórans að hálfsársuppgjör spítalans sé væntanlegt í dag. Hann skrifar að starfsmenn hafi áhyggjur af því að síðustu ár. „Ég hef reynt að fullvissa viðkomandi starfsmenn um að það sé orðið ómögulegt að spara meira á spítalanum og er því nokkuð bjartsýnn á að það sé skilningur fyrir því hjá ríkisstjórninni," segir Björn.

svavar@frettabladid.is

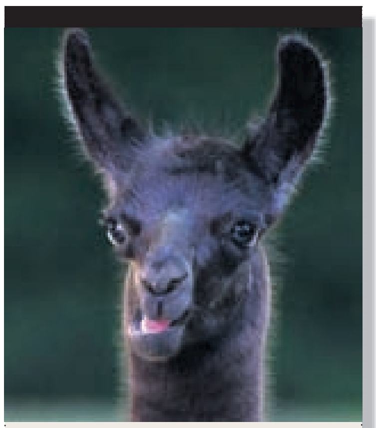
Á BRÁÐADEILD Reynt hefur verið að fjölga starfsfólki til að mæta fjölgun á bráðadeildir LSH. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

Ráðherra: Svarað í fjárlagagerðinni

Guðbjartur Hannesson velferðarráðherra vill ekki tjá sig sérstaklega um tækjamál Landspítalans, en í forsíðufrétt í gær var sagt frá því að endurnýja þyrfti úr sér genginn tækjabúnað á Landspítalanum fyrir tvo til þrjá milljarða króna á næstu tveimur árum, að mati forstjóra LSH.

Guðbjartur segir þó að þessi umræða hafi risið upp reglulega undanfarin ár og „forvitnilegt að skoða tölurnar fyrir hrun," og vísar til þess að 210 milljónir á ári hafi verið ætlaðar til tækjakaupa allt frá árinu 2001.

„En við svörum þessu bara í fjárlagagerðinni og umfjölluninni um fjárlögin," segir Guðbjartur.



NAMMINAMM Lamakálfurinn Pippa japlar hér á vænni tuggu. Hún hefur heillað gesti og starfsfólk dýragarðsins í Hannover í Þýskalandi. Hún er afar fjörug og leikur meðal annars mikið við flóðsvín sem eru nágrannar hennar. NORDICPHOTO/AFP

Hæstiréttur í Danmörku:

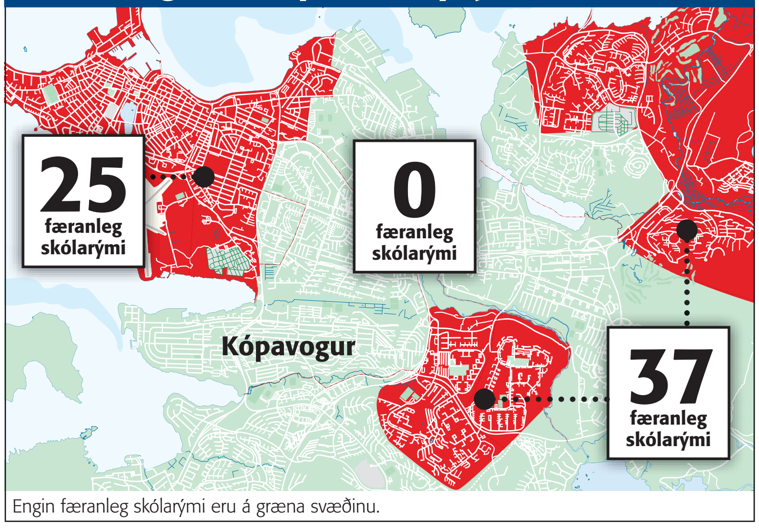
Milljónasekt vegna viðskipta við Saddam

DANMÖRK Hæstiréttur í Danmörku hefur staðfest dóm Eystri-Landsréttar um að danska bílasalan Bukkehave Corporation greiði tíu milljónir danskra króna, um 200 milljónir íslenskra króna, vegna ólöglegra viðskipta við stjórn Saddams Hussein Íraksforseta.

Fyrirtækið seldi Írökum vörubíla og varahluti fyrir 125 milljónir danskra króna á árunum 2000 til 2002. Vegna viðskiptabanns gátu Írakar aðeins keypt matvæli og lyf fyrir þá olíu sem þeir seldu úr landi, samkvæmt frétt danska ríkisútvarpsins.

Til þess að landa samningnum samþykkti bílasalan að greiða íröskum stjórnvöldum tíu prósent af verðmæti viðskiptanna. - ibs

Færanleg skólarými í Reykjavík



Engin færanleg skólarými eru á græna svæðinu.

Færanlegar kennslustofur verða 62 í borginni í vetur:

Færanlegu rýmin flest í efri byggðum

REYKJAVÍK Grunnskólar Reykjavíkur munu notast við 62 færanleg kennslurými á lóðum skólanna í vetur. Flestar eru kennslustofurnar við Dalskóla í Úlfarsfellshlíðum eða tólf talsins. Þangað flutti Reykjavíkurborg fjórar skólastofur til viðbótar í sumar.

Fjórtán þúsund börn munu stunda nám í grunnskólum borgarinnar í vetur. Miðað við að hver bekkur hafi 20 nemendur opnast rými fyrir 1.200 börn. Til samanburðar hefja um 1.400 börn nám í fyrsta bekk í haust. Færanlegu skólastofurnar fá hins vegar ekki allar hlutverk heimastofu bekkjanna.

Flestar skólastofurnar, 37 talsins, verða austan Elliðaáa, í Seljahverfi og Breiðholti í vetur. Skólar vestan Kringlumýrabrautar munu nota 25 stofur ef Laugarnesskóli er talinn með. Athygli vekur að engar færanlegar skólastofur er að finna á lóðum skóla í hverfum austan Kringlumýrabrautar (ef Laugarnesskóli er undanskilinn) og vestan efri byggða í Grafarholti og Grafarvogi.

Færanlegu kennslurýmin eru notuð til að anna aukinni eftirspurn eftir kennslurými í ákveðnum hverfum. Sú eftirspurn er hins vegar ekki stöðug og því eru skólastofurnar fluttar á milli hverfa eftir þörfum ár hvert. - bþh

FÆRANLEGAR KENNSLUSTOFUR Notast verður við 62 slíkar stofur í Reykjavík í vetur. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

Vodafone segir takk og til hamingju
Takk fyrir frábæra þátttöku í Instagram viðburði okkar á Menningarnótt. Nærri 1700 myndir voru birtar með #Menningarnótt og 440 tíst.
Einn heppinn þátttakandi, @bragiw, hlýtur Samsung Galaxy SIII að launum. Takk fyrir okkur og til hamingju @bragiw.
Þín ánægja er okkar markmið
12-1655 HVÍTA HÚSIÐ/SÍA

föstudagur **Föstudagsviðtalið** **Áhrif efnahagshremminganna á gríska skólakerfið**

ELENI ANTHIMIDOU Grikkir deyja ekki ráðalausir þó pyngjan sé tóm. Til dæmis hafa þeir komið upp þjónustuskiptimarkaði þar sem til dæmis kennari getur fengið aðstoð pípara gegn því að gefa börnum píparans einkatíma. Aðrar afleiðingar efnahagshremminganna eru mun ógnvænlegri. Til dæmis hefur sjálfsmorðstíðnin hækkað gífurlega á Grikklandi en áður var þar ein lægsta sjálfsmorðstíðni í heimi. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

Grikkir eru reynslunni ríkari

Kennslukonan **Eleni Anthimidou** frá Þessalóníku sagði *Jóni Sigurði Eyjólfssyni* frá áhrifunum sem efnahagshremmingarnar hafa haft á gríska nemendur og foreldra. Hún hefur einnig verið vitni að því hvernig landar sínir deyja ekki ráðalausir þó pyngjan sé tóm. Hún segir Íslendinga ljóma af einlægri gleði og minna sig á það hvernig Grikkir voru meðan allt lék í lyndi.

Ríkisstarfsmenn eru meðal þeirra heppnu á Grikklandi því þó klipið hafi verið vel af launum þeirra frá því hremmingarnar hófust þá prísa þeir sig sæla yfir að vera með örugga vinnu. En þó eru blikur á lofti þar líka og margsinnis hefur gríska ríkið staðið frammi fyrir því að sjá ekki fram á að geta greitt starfsmönnum sínum. „Ég man til dæmis þegar ég pantaði flugmiðana til Íslands, það var í febrúar þó ferðin væri ekki fyrr en í ágúst, þá hugsaði ég með mér, hvað í ósköpunum er ég að gera? Ég hef ekki hugmynd um hvernig verður ástatt hjá mér í ágúst.“

Háskólanám er engin trygging lengur

En þó starfsheitið sé það sama hefur vinnan efalítið breyst síðustu ár. Hvaða áhrif hafa þessar efnahagshremmingar á skólastarfið? „Menntun barnanna hefur alltaf verið forgangsmál fyrir gríska foreldra. Það var allt sett í sölurnar svo þau gætu stundað tungumálanám fyrir utan skóla og jafnvel tónlistarnám eða eitthvað því um líkt. Nú hefur fólk ekki burði til þess lengur. Síðan var háskólanám álitið trygging að farsælum ferli. Nú er hins vegar svo komið að menntað fólk fær ekki vinnu.

Ég er meðal annars að kenna átján ára nemendum en þeir þurfa að þreyta samræmd próf sem síðan hafa úrslitaáhrif á það hvað þeir geta lært í háskólunum. Þess vegna hafa alltaf verið haldnir sérstakir undirbúningstímar fyrir þessi próf. En í ár voru óskaplega margir foreldrar sem höfðu ekki efni á að senda börn sín í þessa undirbúningstíma svo við ákváðum að bjóða þeim verst stöddu að stunda þá endurgjaldslaust. En þá spurðu sig margir til hvers í ósköpunum þeir ættu að vera að hafa fyrir þessu þar sem framtíð háskólamenntaðra manna virðist ekkert ljósari en annarra. Þetta er í fyrsta skiptið sem ég verð vör við þetta viðhorf. Nú eru foreldrar frekar farnir að hvetja börn sín til að læra einhverja iðn en þá komum við að öðru því háskólanám var ekki aðeins álitið lykill að góðum starfsferli, það var einnig álitið hollt hverjum manni að fara í háskólanám þó ekki væri nema til þess að vaxa og dafna sem manneskja jafnvel þó fólk ákvæði síðar að taka við veitingastaðnum hans pabba eða vinna við eitthvað sem var alls óskylt háskólanáminu. Nú er þetta allt breytt og nemendur vita ekki sitt rjúkandi ráð.“

Sjálfsmorðstíðnin var með þeim lægstu í heimi

Hvernig bitnar ástandið á sálartetri nemendanna? „Þeir eru náttúrulega ósköp daprir. Enda erfitt heima hjá mörgum þeirra. Þeir heyra líka margar raunasögur frá samnemendum sínum. Ég á dóttur í framhaldsskóla og hún var að segja mér af foreldrum eins vinar síns sem áttu verslanakeðju. Áður gátu þau nánast bent á hvaða stað sem var í Atlasnum og ákveðið að fara þangað en nú snýst lífið bara um það að komast af og auðvitað fylgir þessu áfalli erfitt heimilislíf. Svo veit hvert mannsbarn að sjálfsvígstíðnin hefur snarhækkað og slík tíðindi eru náttúrlega þrúgandi. Sjálfsmorðstíðnin á Grikklandi var með þeim lægstu í heimi en hefur nú hækkað ógnvænlega. Aðallega er þetta fólk á aldrinum 40 til 55 sem hefur misst allt og ofan á það áfall eru lánardrottnar að hamast á þeim varnarlausu svo fólki finnst það vera í slíku öngstræti að það sér enga aðra leið.“

Læknar taka hús á sjúklingum endurgjaldslaust

Þið kennarar verðið náttúrulega að standa keikir gagnvart óttaslegnum nemendum, hvaða vonarneista er hægt að grípa til að gefa þeim trú á framtíðina? „Það hefur ýmislegt breyst til hins betra. Til dæmis hefur samkenndin aukist og það með áþreifanlegum hætti. Til dæmis hafa verið sett á laggirnar apótek og verslanir og þangað getur fólk sem hefur eitthvað aflögu gefið vörur eða lyf. Síðan geta þeir sem á þurfa að halda nálgast það þar. Ástandið er þannig að fjölmargir hafa dottið út fyrir öryggisnetið sem félagslega kerfið á að veita þeim og af þeim sökum hafa læknar tekið sig til og ganga í hús. Þá er auglýst í fjölmiðlum í hvaða hverfi þeir eru þann daginn og þá geta íbúar þess hverfis haft samband og beðið þá að koma við hjá sér. Þetta hefur verið ómetanleg hjálp fyrir marga. Við vitum dæmi þess að krabbameinssjúklingar, til dæmis, hafa ekki átt fyrir lyfjum eða meðferð. Svo er búið að koma á koppinn þjónustuskiptamarkaði. Hann fer þannig fram, svo að við tökum nú dæmi, að ég get þá boðið fram einkatíma en fengið pípulagningamann í staðinn til þess að redda stífluða vaskinum hjá mér,“ segir Eleni og hlær við.

Spillta liðið í kerfinu

En það er fleira sem breyst hefur til hins betra. Fyrir nokkrum árum var „umslagið“ svokallaða opinbert leyndarmál. Þó ekki færi það hátt vissu allir að hægt var að kaupa sér greiðari afgreiðslu mála, nær hvarvetna í kerfinu, með því að lauma þykku umslagi með dágóðri summu til lækna, embættismanna og annars áhrifafólks. „Nú höfum við lært af þessari hörðu reynslu að þetta er eitt af þeim meinum sem leiddu okkur í þetta sjúklega ástand. Það er því búið að skera upp herör gegn þessu hátterni. Eins vissu það allir að embættismenn hlóðu vinum og ættingjum í vinnu, til dæmis með því að óska eftir tólf hreingerningarmönnum á stað þar sem fjórir hefðu hæglega getað séð um verkið. Með þessu móti var hægt að skaffa vinnu fyrir frænku og frænda. Þetta hátterni er nú loksins komið á svartan lista. Eins voru margir iðnir við það að sækja um styrki sem áttu að fara til góðra verka en voru síðan notaðir til að reisa villu eða einkasundlaug.“

Íslendingar missa ekki glampann í augunum

Eleni er í stuttu fríi hér á landi og hefur reynt eftir fremsta megni að ferðast um landið og þar hefur margt komið á óvart. „Ég man eftir því að ég fór í gróðrarstöð í Mosfellsdal og þar var verið að selja blóm og ávexti. Það var hins vegar enginn að afgreiða heldur borgar fólk í bauk sem stendur þar hjá. Á Grikklandi væri líklegast einhver búinn að taka varninginn og baukinn líka,“ segir Eleni og skellir upp úr. „En það hefur komið mér skemmtilega á óvart að Íslendingar eru hjartahlýir, opnir og hamingjusamir. Það skín alveg fölskvalaus ánægja úr augum þeirra. Svona var þetta á Grikklandi fyrir nokkrum áratugum, meira að segja í síðasta þorpinu í dalnum var þér tekið opnum örmum og boðið í bæinn. Nú erum við með harðari skráp. Ég vona hins vegar að þið Íslendingar látið engar hremmingar slökkva þennan hamingjuglampa í augunum.“

> Ástandið er þannig að fjölmargir hafa dottið út fyrir öryggisnetið sem félagslega kerfið á að veita þeim og af þeim sökum hafa læknar tekið sig til og ganga í hús.

Iceland

Þökkum frábærar móttökur!

Við erum í sjöunda himni með viðtökur viðskiptavina okkar.

Við bætum stöðugt við nýjum vörutegundum og gerum góða búð enn betri. Verið velkomin.

Opið frá **11 - 20** alla daga

skoðun

greinar@frettabladid.is

Framlög til Útlendingastofnunar á fjárlögum.

Við eigum að geta gert vel

Mikið hefur verið rætt og fjallað um málefni útlendinga, og þá sérstaklega hælisleitenda, undanfarið. Þessi mál komast í almenna umræðu hér á landi nokkuð seinna en í nágrannalöndunum, þar sem þau hafa verið pólitískt bitbein í mörg ár.

Í viðtali við Fréttablaðið í maí sagði Kristín Völundardóttir, forstjóri Útlendingastofnunar, að sér þætti umræðan hér á landi vera frumstæð og sleggjudómakennd. „Það hefur aldrei farið fram nein raunveruleg umræða um hælisleitendur og hvernig á að taka á móti þeim. Ekki heldur um hvernig við eigum að haga okkur gagnvart erlendum ríkisborgurum almennt,“ sagði hún meðal annars. Hún benti jafnframt á að stjórnmálaflokkar hér á landi hefðu ekki mótað sér stefnu í þessum málum. Því hefur verið spáð að breyting verði á þessu á næstunni og að í alþingiskosningum næsta árs verði útlendingamál framar á dagskránni en áður. Ólíklegt verður þó að teljast að nokkur stóru flokkanna taki upp harða stefnu gegn útlendingum.

SKOÐUN

Þórunn Elísabet Bogadóttir

thorunn@frettabladid.is

Þrátt fyrir allt hefur þónokkuð áunnist í málefnum hælisleitenda hér á landi síðustu árin. Breytingar voru gerðar á lögum árið 2010 sem bættu stöðu hælisleitenda og flóttamanna. Skýrsla sem nefnd um málefni útlendinga utan Evrópska efnahagssvæðisins gerði, og var gefin var út í júní síðastliðnum, leggur til enn frekari úrbætur. Ögmundur Jónasson innanríkisráðherra hefur boðað að frumvarp að nýjum heildarlögum um útlendinga verði lagt fram í þinginu í haust. Frumvarpið mun byggja á tillögum nefndarinnar. Ef af verður má segja að lagaramminn komist í gott horf.

Það sem vantar hins vegar upp á er framkvæmdin. Útlendingastofnun, sem er ætlað sífellt stærra hlutverk, er ekki risastórt bákn eins og margir virðast halda. Þar vinna um tuttugu manns í heildina sem eiga að afgreiða allar umsóknir um dvalarleyfi og hæli sem hingað berast. Dvalarleyfisumsóknir eru í kringum 3500 og um áttatíu hælisleitendur bíða úrlausna sinna mála. Fjórir lögfræðingar starfa hjá stofnuninni, en að sögn forstjórans þyrftu þeir að vera tvöfalt fleiri. Hver lögfræðingur sem aðeins sinnir hælisleitendum getur aðeins afgreitt tvö mál á mánuði og biðtíminn nálgast því tvö ár.

Biðin kostar ríkið háar upphæðir og hefur ömurleg áhrif á þá sem þurfa að bíða. Vel má vera að ekki sé hægt að taka við öllum sem hér vilja vera, en mannúðin felst þá í því að fólk þurfi ekki að sitja aðgerðalaust upp á von og óvon svo árum skipti. Taka má undir orð Kristínar Völundardóttur frá því í vor, við eigum að geta gert vel hér á landi af því að þetta er svo lítill fjöldi sem um ræðir. Vilji virðist vera fyrir því í innanríkisráðuneytinu að bæta úr þessu og spennandi verður því að sjá hvernig tekið verður á málefnum Útlendingastofnunar í væntanlegum fjárlögum.

FRÉTTABLAÐIÐ

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

FRÁ DEGI TIL DAGS

Sérkennileg rök

Lilja Mósesdóttir hefur tilkynnt að hún hyggist hætta sem formaður Samstöðu, en hún var helsti hvatamaður að stofnun þess flokks. Með því hyggst hún taka ábyrgð á „fylgishruni“ flokksins, en þar vísar hún til þess að í skoðanakönnunum hefur fylgi flokksins minnkað. Einhver mundi segja að með þessu væri verið að auka veg skoðanakannana all svakalega, en athyglisverðari eru þau rök Lilju að nýr flokkur eigi erfitt uppdráttar í fjölmiðlum. Er ráðið við því að eini þingmaðurinn sem tengist flokknum stígi til hliðar? Er ekki frekar ráð að nýta þá vigt sem þingmenn þó enn hafa?

Rökstuðning takk

Ef Lilja ætlar að láta taka sig alvarlega þarf hún hins vegar að færa rök fyrir þeirri skoðun sinni að fjölmiðlar séu henni lokaðri en öðrum. Lilja hefur einmitt verið nokkuð áberandi í fjölmiðlum. Í febrúar 2011 hafði hún komið næst oftast allra í Silfur Egils frá hruni, svo dæmi sé tekið.

Einkavæðing upplifunarinnar

Útbreitt og á stundum hvimleitt hlaupaæði virðist hafa gripið þjóðina. Mikið hefur verið lagt upp úr því að fjölskyldan geti sameinast í Reykjavíkurmaraþoni, þeir sem ekki hlaupa geta hvatt aðstandendur sína. Íþróttabandalag Reykjavíkur hefur hins vegar ákveðið að einkavæða þessa upplifun og fært einum aðila einkarétt á því að birta og selja myndir úr maraþoninu. Lítill íþróttaandi þar á ferð.

kolbeinn@frettabladid.is

HALLDÓR

Sóknarkirkjan á samleið með uppalendum

Trúmál

Bjarni Karlsson

sóknarprestur í Laugarneskirkju

Þegar við flettum blaði dagsins blasir við að mannlífið er komið í haustgírinn. Það er einhver fersk tilfinning sem fylgir haustinu, tilfinning fyrir því að nýjar áskoranir séu þess virði að taka þær og að komandi vetur geti gefið margt gott af sér ef rétt er á spöðunum haldið.

Það er flókið að lifa því það þarf að halda jafnvægi á svo mörgum sviðum í einu; heilsa, fjármál, nám, vinna, sambönd, fjölskyldulíf, áhugamál …

Og þegar börnin okkar vaxa úr grasi er það von okkar að þau verði enn leiknari en við og færari um að vera farsælt fólk í flóknum heimi. Þess vegna viljum við að þau eignist fjölbreytta reynslu í uppvextinum. Við höldum að þeim að iðka skólanámið, hvetjum þau til að stunda íþróttir og helst tónlist og viljum að þau séu félagslega virk.

Barna- og æskulýðsstarf kirkjunnar er félagslegur vettvangur þar sem börn og unglingar fá tækifæri til að þroska persónuleika sinn. Þar fer fram þjálfun í að velja og hafna fyrir sjálfan sig, greina aðstæður og koma auga á lausnir.

> Og þegar börnin okkar vaxa úr grasi er það von okkar að þau verði enn leiknari en við og færari um að vera farsælt fólk í flóknum heimi.

Helgisagnirnar í Biblíunni útskýra með sígildum hætti hvernig fólk getur orðið farsælt, bænin er traust aðferð til að eiga innra líf og vera sjálfum sér samkvæmur og félagsskapur undir merkjum Jesú frá Nasaret er æfing í því að tilheyra hópi þar sem ekki er stillt upp í goggunarraðir heldur hugað að öðrum og meira skapandi samskiptaleiðum.

Því hvet ég alla uppalendur til þess að huga að því hvað sóknarkirkjan hefur að bjóða börnum og unglingum og styðja þau í því að finna þar eitthvað sem vekur áhuga þeirra. Kirkjan er og vill vera traustur samherji í uppeldi barna og unglinga.

FRÉTTABLAÐIÐ Skaftahlíð 24, 105 Reykjavík **SÍMI:** 512 5000, *ritstjorn@frettabladid.is* **FRÉTTASTJÓRAR:** Arndís Þorgeirsdóttir *arndis@frettabladid.is*, Kristján Hjálmarsson, *kristjan@frettabladid.is* Trausti Hafliðason *trausti@frettabladid.is* og Atli Fannar Bjarkason (dægurmál) *atlifannar@frettabladid.is*
HELGAREFNI: Sigríður Björg Tómasdóttir, ritstjórnarfulltrúi, *sigridur@frettabladid.is* **MENNING:** Bergsteinn Sigurðsson *bergsteinn@frettabladid.is* **FÓLK OG SÉRBLÖÐ:** Elín Albertsdóttir *elin@365.is* og Vera Einarsdóttir *vera@365.is*
ÍÞRÓTTIR: Sigurður Elvar Þórólfsson *seth@frettabladid.is* **LJÓSMYNDIR:** Pjetur Sigurðsson *pjetur@frettabladid.is* **FRAMLEIÐSLUSTJÓRI:** Kolbrún Ingibergsdóttir *kolbrun@frettabladid.is*

Ef þið hagið ykkur ekki almennilega

Í DAG

Pawel Bartoszek
stærðfræðingur

Einar Örn Benediktsson borgarfulltrúi sagði á blaðamannafundi að það yrði engin menningarnótt 2013 ef fólk lærði ekki að haga sér almennilega. Þetta var haft eftir honum í Reykjavík – Vikublaði síðastliðinn föstudag.

Allir sem gengið hafa íslenskan mennta- og uppeldisveg hafa vafalaust fengið sinn skerf af hóprefsingum og hótunum um þær. „Það fær enginn ís ef þið hagið ykkur ekki almennilega! Það verður ekki farið í river-rafting ef 10. bekkur gengur ekki snyrtilega um! Við lokum bókasafninu ef þið setjið ekki Tinnabækurnar á réttan stað!“ Þannig mætti lengi telja.

Ef svona uppeldisaðferðir virkuðu þá væru engin agavandamál til og íslenskir grunn- og leikskólar væru musteri góðrar hegðunar. En eins og það má segja margt gott um íslensk börn þá verður seint fullyrt að það sé friðsælt þar sem þau koma mörg saman. Hérlendar skólastofur eru ekkert sérlega rólegir staðir til að vera á. Ég veit svo sem ekki hvað veldur, sumt af þessu er jafnvel meira menningarlegt en persónubundið.

Ég hef heyrt af tvítyngdum pólskum börnum sem í einni andrá þéra pólskukennarann sinn („Frú Anna, gætuð þér nokkuð verið svo vænar að segja mér hvað klukkan er?“) en snúa sér svo að íslenska umsjónarkennaranum og öskra hástöfum: „Magga! Ég þarf að pissa!“

Stærsta ráðgátan í þessu öllu saman er í raun það hvernig flest þessi börn verða bara að kurteisasta fólki einhvern tímann fyrir tvítugt.

Fólk á fyrstu árum háskóla er sjaldnast með læti í fjármálastærðfræðitíma og ég hef til dæmis ekki orðið var við að stórfelld prófsvindl væru vandamál í íslenskum framhaldsskólum og háskólum, en það er nokkuð sem skólastofnanir í Mið-Evrópu glíma oft við. En já, stundum virðist tíminn ala fólk upp fremur en nokkuð sem fullorðna fólkið gerir.

Hóprefsingar

Það er auðveldara fyrir kennarann að taka skærin af öllum frekar en að taka þau af einhverju einu barni og þurfa svo að svara fyrir það gagnvart foreldrunum þess. Það er auðveldara að loka nemendaaðstöðunni ef hún er drulluð út frekar en að finna hina ábyrgu. Margt er auðvelt.

En það breytir því ekki að það er siðlaust að refsa einhverjum fyrir eitthvað sem einhver annar gerði.

Stundum taka hóprefsingar gagnvart ungu fólki á sig ansi þróaða mynd.

Tökum eitt dæmi. Það er átján ára aldurstakmark inn á Þjóðarbókhlöðuna. Það var reyndar ekki við lýði þegar Þjóðarbókhlaðan var opnuð en einhverjum þótti vera læti í unglingum svo sett var sautján ára aldurstakmark sem síðan var einhvern tímann hækkað upp í átján. Já, á Íslandi er ungu fólki bannað á fara inn á bókasöfn. Til að leigja bækur.

Aldurstakmarkið á Þjóðarbókhlöðuna er líklegast ólöglegt. Ekkert er kveðið á um það í lögum um Landsbókasafn sem Alþingi setur eða í reglugerð um Landsbókasafn sem ráðherra gefur út. Það stendur bara sísvona á heimasíðunni og stundum í anddyri safnsins, sérstaklega í prófatíð þegar háskólastúdentar vilja fá frið fyrir yngra fólki.

Einhver hefur bara ákveðið þetta, án sérstakrar heimildar í lögum.

Jafnvel ef það stæði í reglugerð um safnið að fólki yngri en átján ára væri óheimill aðgangur þá er mjög hæpið að slíkt stæðist stjórnarskrá.

Það er nefnilega bannað að mismuna fólki og mismunun vegna aldurs er líka mismunun. Það getur síðan með engu móti talist „málefnaleg“ mismunun að banna ungu fólki að fá lánaða bók á bókasafni vegna þess að einhver hafi verið með læti einhvern tímann. Aldurstakmark á (ef eitthvað er) að setja til að verja ungt fólk fyrir einhverjum hættum. Það á ekki að setja til að verja aðra frá því að þurfa að rekast á ungt fólk.

Hvernig vorum við?

Tíminn elur mann upp. Ég verð þannig að játa að ég var óvenju stilltur á þessari menningarnótt. Tíu kílómetra hlaupið sat í mér og ég var því kominn heim um fimm (fimm síðdegis). Kannski virkaði þessi hótun Einars því á mig. Nú krossar maður bara fingurna og vonar að aðrir hafi líka verið til friðs. Annars verður menningarnóttin tekin af okkur. Kennarinn sagði það.

> Aldurstakmarkið á Þjóðarbókhlöðuna er líklegast ólöglegt.

Leikarar í lélegum farsa

Stjórnmál

Sighvatur Björgvinsson
fv. ráðherra

Tuttugu og sjö nýir þingmenn voru kjörnir til setu á Alþingi Íslendinga fyrir röskum þremur árum. Aldrei hafa fleiri nýliðar bæst í hóp þingmanna. Reynslan hefur sýnt, að nokkrir en langt í frá allir úr þessum hópi eru efnilegir – gætu átt eftir að láta mikið að sér kveða efir að hafa aflað sér meiri reynslu og yfirgripsmeiri þekkingar í starfi ásamt því að hafa sýnt fram á fylgi við sig og málflutning sinn í fleiri en einum kosningum.

Þingmennska er nefnilega eins og hvert annað starf. Það krefst þess að aflað sé reynslu og þekkingar og sýnt fram á getu í starfi. Þannig sækir þingmaður sér varanlegan stuðning. Slíkur stuðningur næst ekki í fyrstu tilraun. Þingmaðurinn þarf að sanna sig. Gömlum hundi í pólitík eins og mér þykir með fádæmum þegar fólk, sem setið hefur þrjá vetur á þingi, eða jafnvel aldrei komið þar nálægt, heldur sig vera þess umkomið að taka að sér forystu í stjórnmálaflokki og þar með hugsanlega að þurfa að axla forystuábyrgð fyrir þjóð sína. Messaguttar kalla ekki eftir skipstjórnarsætinu eftir sinn fyrsta túr.

Þó sumir af hinum nýju þingmönnum séu efnilegir og hafi óvænt fengið meiri ábyrgðarstörf en nýliðum eru jafnan fengin er oft sárgrætilegt að hlusta á hve mikið skortir á þekkingu þeirra jafnvel á eigin umfjöllunarefnum þegar þeir mæta spyrlum ljósvakamiðla. Eru þá eins og álfar út úr hól og virðast ekki einu sinni gera sér grein fyrir því sjálfir. Á það jafnt við um suma af mínum samherjum sem aðra og geri ég þar ekki upp á milli. Þegar verst lætur er eins og leikari sé að reyna að leika stjórnmálamann í lélegum farsa – og fari auk þess illa með hlutverkið.

Við Íslendingar eigum mikið af hæfileikaríku fólki – fleiri slíka einstaklinga nú en þegar menn eins og Ólafur Thors, Bjarni Benediktsson, Matthías Bjarnason, Ólafur Björnsson, Emil Jónsson, Gylfi Þ. Gíslason, Benedikt Gröndal, Hannibal Valdimarsson, Eysteinn Jónsson, Steingrímur Hermannsson, Lúðvík Jósepsson, Eðvarð Sigurðsson, Björn Jónsson og Magnús Kjartansson settu svip á löggjafarsamkomu okkar og standa mér enn í fersku minni.

Fáir eru þar nú, sem nálgast gætu þeirra samjöfnuð. Að 10-15 einstaklingum undanteknum, sem þar sitja nú, er mér til efs að aðrir eigi þar nokkurt erindi. Hvernig stendur á því? Hvers vegna vilja þeir hæfileikamiklu Íslendingar, sem við eigum, ekki taka að sér að gegna löggjafarstörfum fyrir þjóð sína? Andrúmsloftið á Alþingi skapa alþingismenn sjálfir. Viðhorfið til þeirra skapast af almenningsálitinu. Ætli þeir beri ekki jafna ábyrgð á því hvernig komið er – alþingismennirnir sjálfir og íslenska þjóðin. Í lýðræðisríki fá þjóðir þá eina stjórnmálamenn sem þær velja sér sjálfar. Sagt er að slíkar þjóðir fái þá eina stjórnendur, sem þær eiga skilið. Sé framboðið ekki í stíl við væntingarnar er meira en lítið að.

tímamót

timamot@frettabladid.is

65 **ÓLAFUR HAUKUR SÍMONARSON** leikskáld og rithöfundur, á afmæli í dag.
„Það er aldrei nóg af Gauragangi.“

Merkisatburðir 24. ágúst

1903 Alþingi samþykkti heimild til að kaupa jarðirnar Vaglir og Hallormsstað til „skógarfriðunar og skógargræðslu“ en þar eru nú stærstu skógar landsins.

1906 Símskeytasamband við útlönd var opnað.

1968 Norræna húsið í Reykjavík var vígt.

1993 Uppþot hófst á Litla-hrauni. Fjörutíu fangar mótmæltu í sólarhring hertum öryggisráðstöfunum vegna tíðra stroka.

2001 Helgi Símonarson lést 105 ára og 345 daga, þá langlífasti íslenski karlmaðurinn.

†

Eiginmaður minn, faðir okkar, tengdafaðir, afi og langafi,

EINAR KRISTINN SIGURÐSSON

lést sunnudaginn 5. ágúst í Holtsbúð, Vífilsstöðum Garðabæ. Bálför hefur farið fram.

Anna Kristjánsdóttir
Guðrún Einarsdóttir **Marta Hildur Richter**
Sigurður Einarsson **Þórhildur Bjarnadóttir**
Kristján Ari Einarsson **Jóhanna Ingvarsdóttir**
afabörn og langafabörn.

†

Elskuleg móðir okkar, tengdamóðir og amma,

KRISTÍN JÓHANNSDÓTTIR

lést á líknardeild Landspítalans í Kópavogi þann 20.08.2012.

Sigurjón Kristjánsson **Bryndís Guðmundsdóttir**
Kristín Björk Kristjánsdóttir
Kristján Davíð Sigurjónsson
Brynjar Vignir Sigurjónsson
Aðalbjörg Kristín Sigurjónsdóttir

†

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

ORMUR ÓLAFSSON
Safamýri 54,

lést á Hrafnistu Reykjavík að morgni 22. ágúst.

Alfa Guðmundsdóttir
Ólafur Ormsson
Ágúst Þór Ormsson **Ingibjörg Kristinsdóttir**
Gunnlaugur Óskar Ágústsson **Anna Heiður Heiðarsdóttir**
Sveinn Fjalar Ágústsson **Jóna Rún Gísladóttir**
Sverrir Rafn Ágústsson **Hrefna Fanney Matthíasdóttir**
Freyja Ágústsdóttir
og langafabörn.

†

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

HERMÍNA ÞORVALDSDÓTTIR
Goðabraut 16, Dalvík,

lést á Fjórðungssjúkrahúsinu á Akureyri laugardaginn 18. ágúst. Útför hennar fer fram frá Dalvíkurkirkju laugardaginn 25. ágúst kl. 13.30.

Hörður Sigfússon
Valur Harðarson **Sigrún Friðriksdóttir**
Ásgerður Harðardóttir **Gunnþór Eyfjörð Sveinbjörnsson**
Sigríður Harðardóttir **Jón Sigurgeirsson**
Leifur Kristinn Harðarson **Steinunn Jóhannsdóttir**
barnabörn og barnabarnabörn.

†

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

JÓN ÁRNI HARALDSSON
Hringbraut 2b, Hafnarfirði,

lést á Landspítalanum Landakoti þriðjudaginn 21. ágúst. Jarðarförin fer fram frá Hafnarfjarðarkirkju föstudaginn 31. ágúst kl. 15.00.

Sigurlaug Líndal Karlsdóttir
Kristín Líndal Hafsteinsdóttir **Hörður Oddgeirsson**
Karlotta Líndal Hafsteinsdóttir **Sigurður Friðfinnsson**
Guðmundur Örn Jónsson **Edith Poikane**
Guðbjörg Jónsdóttir **Hallgrímur Atlason**
Grétar Jónsson **Sigrún Jónsdóttir**
Rúnar Haraldur Jónsson
barnabörn og langafabörn.

LISTAHÁTÍÐIN OFBOÐ Atli heldur upp á afmæli sitt í fyrsta sinn og býður öllum sem vilja gleðjast með honum á listahátíðina Ofboð í kvöld. FRÉTTABLAÐIÐ/PJETUR

ATLI INGÓLFSSON: HELDUR UPP Á FIMMTUGSALDURINN MEÐ LISTAHÁTÍÐ

Fagnar afmæli í fyrsta sinn

„Í sannleika sagt upplifi ég lífið ekki sem röð tímamóta heldur sem eitt streymi. Þess vegna hef ég aldrei haldið upp á afmælið mitt en núna er ég að brjóta regluna því ég held að það sé ágætt að halda upp á fimmtíu og hundrað ára afmælin fyrir vini til að vera ekki fúll,“ segir tónskáldið Atli Ingólfsson. Hann varð fimmtugur þann 21. ágúst síðastliðinn og býður í opið hús í kvöld í Norðurpólnum.

„Ég kalla þessa uppákomu listahátíðina Ofboð þar sem ég vildi bjóða öllum sem vilja gleðjast með mér,“ segir hann. Á fjölskrúðugri dagskránni verða útsetningar og tónverk eftir skáldið í bland við óvæntar uppákomur. „Það verða leiknar eldgamlar útsetningar síðan ég var tuttugu og fimm ára og listakonan Jeannette Castioni frumsýnir myndbandsverk sem hún gerði við tónverk eftir mig,“ segir hann og á við verkið Elsku Borga mín, sem kórinn Hljómeyki flutti í Skálholti 2009. „Síðan veit ég ekki meir. Það er það skemmtilega við þetta. En ég veit að það verður opin dagskrá fyrir þá sem vilja troða upp og nokkrir hafa skráð sig,“ segir hann kátur og bætir við að viðburðarstjórn sé í höndum Bergljótar Haraldsdóttur.

> „Ég held að það sé ágætt að halda upp á fimmtíu og hundrað ára afmælin.“

Þessa stundina er Atli við smíð á píanókonsert fyrir hinn margrómaða Víking Heiðar Ólafsson meðal annarra verkefna. Hann segir það vera mikil forréttindi að vinna sem tónskáld. „Jú, það er það skemmtilegasta sem ég geri og ég er ótrúlega þakklátur fyrir það. Ég veit ekki hvernig á því stendur að ég er svona lánsamur.“

Atli hefur komið víða að á feril sínum. Hann hóf nám í tónsmíðum við Tónlistarskólann í Reykjavík og lagði svo land undir fót. „Ég flutti til Mílanó árið 1985 og þremur árum síðar til Parísar. Ég flutti heim árið 2005 og hafði þá búið lengst af í Bologna á Ítalíu.“ Þar nam tónskáldið fag sitt og hefur frá námslokum árið 1990 haft lifibrauð af tónlistinni. „Ég var svo lánsamur að lifa á tónsmíðum í fimmtán ár eftir útskrift og á Íslandi hef ég kennt meðfram við Listaháskóla Íslands og Tónlistarskóla Kópavogs,“ segir hann. Úti vann hann eftir pöntunum og var alltaf með eitthvað á prjónunum frá Frakklandi, Svíþjóð og Þýskalandi. „Stór hluti verkefnanna var samt alltaf frá Íslandi.“

Aðspurður hvort hann sé klassískt tónskáld segir hann erfitt að skilgreina þá stefnu en klassíski tíminn var á átjándu öld. „Ég svara samt yfirleitt þessari spurningu á þá leið að ég geri hljóðskúlptúra en ekki söluvænlega tónlist.“ Þannig höfðar hann til lítilla hópa víðs vegar. „Ég sel ekki tíu þúsund eintök af disk á einum stað heldur bara nokkra tugi á mörgum stöðum í heiminum,“ segir hann. Öllum er velkomið að samgleðjast með honum frá klukkan hálf átta í kvöld að Sefgörðum 3 og segir hann hinn heimsfræga plötusnúð Stephan Stephensen leika lokatóna kvöldsins.

hallfridur@frettabladid.is

Aríur á afmælistónleikum

Alda Ingibergsdóttir sópransöngkona fagnar hálfrar aldar afmæli í dag með tónleikum í Hafnarborg í Hafnarfirði. Þar flytur hún allar sínar uppáhaldsperlur með dætrum sínum Ásdísi og Lindu Guðmundsdætrum og Hauki Steinbergssyni tenór. Um undirleik sjá píanóleikararnir Helga Bryndís Magnúsdóttir og Aðalheiður Þorsteinsdóttir og Greta Salóme Stefánsdóttir fiðluleikari. „Dansíþróttafélag Hafnarfjarðar ætlar svo að dansa fyrir mig,“ segir hún glöð.

Hún kveðst ekki hafa skipulagt margt annað fyrir sjálfan afmælisdaginn. „Ég ætla ekki að gera neitt annað. Ég hef allavega ekki hugsað út í það. Vikan hefur öll farið í að græja þetta en ég verð með teiti heima eftir tónleikana fyrir vini og fjölskyldu,“ segir Alda sem syngur stórar aríur og íslenskar perlur frá klukkan hálf níu í kvöld. Aðgangseyrir er krónur 2.500 og rennur allur ágóði til Styrktarfélags krabbameinssjúkra barna.

†

Innilegar þakkir fyrir auðsýnda samúð og hlýhug vegna andláts og útfarar ástkærs eiginmanns míns, föður, tengdaföður, afa og langafa,

MARINÓS SIGURBJÖRNSSONAR
Heiðarvegi 12, Reyðarfirði.

Margrét Einarsdóttir
Steinunn Marinósdóttir **Sigurður V. Benjamínsson**
Einar Marinósson **Ólafía K. Kristjánsdóttir**
Sigurbjörn Marinósson **Sigríður St. Ólafsdóttir**
Marinó Már Marinósson **Sigríður Lísa Geirsdóttir**
Guðný Soffía Marinósdóttir **Haraldur Kr. Haraldsson**
Gauti Arnar Marinósson **Hulda Sverrisdóttir**
afabörn og langafabörn.

†

Elsku sonur okkar, bróðir, mágur, barnabarn og frændi,

ÓLAFUR GAUTI ÓLAFSSON
Þorláksgeisla 12, Reykjavík,

lést þriðjudaginn 21. ágúst. Útförin fer fram frá Grafarvogskirkju föstudaginn 31. ágúst kl. 13.00.

Ólafur Steinþórsson **Sjöfn Sigbjörnsdóttir**
Reynir Logi Ólafsson **Eydís Eir Björnsdóttir**
Steinþór Örn Ólafsson
Kristín Birna Ólafsdóttir **Mark Johnson**
Sigbjörn Brynjólfsson **Kristín Jónsdóttir**
Sólveig Aðalbjarnardóttir
Agnes Sjöfn, Hrafnkell Logi og William Rökkvi

UPPSKERA Í GRASAGARÐINUM

Árleg uppskeruhátíð Grasagarðsins fer fram á morgun milli klukkan 13-15. Fræðsla verður um mat- og kryddjurtir. Opið er í Café Flóru þar sem Marentza Paulsen býður upp á holla grænmetisrétti. Veitingahúsið verður opið fram í október svo hægt sé að njóta haustdýrðar í garðinum.

FINLUX
32" LCD SJÓNVARP

Einfalt en vandað 32" Finlux sjónvarp með stafrænum DVBT móttakara, USB tengi og innbyggðum margmiðlunarspilara.

Innbyggður margmiðlunarspilari
Tækið er búið margmiðlunarviðmóti og USB tengi, 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.

Vel tengjum búið
Tækið er með öllum helstu tengimöguleikum sem þarf í dag, 2xHDMI, Scart, VGA, Audio In, heyrnartólstengi og USB tengi þannig að ekkert mál er að tengja leikjatölvur, heimabíó, heyrnartól og margt fleira við tækið.

Góð myndgæði
Tækið er með vönduðum LCD skjá með 1366x768 punkta upplausn og 5ms svartíma með progressive scan sem gefur skarpa og góða mynd.

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.

DVB T
USB
HDMI

Finlux 32FLX905U
69.990

Sjónvarpsmiðstöðin
RAFTÆKJAVERSLUN • SÍÐUMÚLA 2 • SÍMI 568 9090 • WWW.SM.IS

ELDAÐ MEÐ HOLTA

HOLTA KYNNIR *Sjónvarpsskokkurinn Kristján Hlöðversson í þáttunum Eldað með Holta á ÍNN gefur kjúklingauppskriftir alla föstudaga. Í dag er hann með kjúklingabita í barbecue-sósu með hvítkálssalati og steiktum kartöfluskífum.*

Matreiðslumaðurinn Kristján Þór Hlöðversson sér um þáttinn Eldað með Holta á sjónvarpsstöðinni ÍNN. Þar matreiðir hann skemmtilega og litríka rétti úr Holta-kjúklingi frá Reykjagarði. Á föstudögum birtast þessar uppskriftir hér á forsíðu Fólks. Í dag er Kristján með uppskrift að barbecue-kjúklingabitum með hvítkálssalati og steiktum kartöfluskífum með sérlagaðri jógúrt chili-sósu. 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.

KJÚKLINGABITAR Í BBQ
MEÐ HVÍTKÁLSSALATI OG STEIKTUM KARTÖFLUSKÍFUM

KJÚKLINGUR OG BBQ-SÓSA
2 heilir Holta kjúklingar
McCormick barbecuekrydd
Olía

Hlutið kjúklingana í bita, penslið með olíu, kryddið og grillið.

BARBECUE-SÓSA
1 flaska Heinz chili-tómatsósa
3-4 msk. hunangssíróp
3-4 msk. síróp
2 tsk. McCormick mesquite-krydd
1 msk. olía

Blandið öllu saman. Veltið kjúklingabitunum upp úr sósunni um leið og þeir eru teknir af grillinu.

HVÍTKÁLSSALAT
1 hvítkálshaus, þunnt skorinn
4 gulrætur, þunnt skornar
2 eggjarauður
150 ml olía
2 msk. síróp
1 tsk. edik

Þeytið eggjarauðurnar, blandið olíunni varlega saman við, því næst sírópi og ediki. Bætið grænmetinu við.

STEIKTAR KARTÖFLUSKÍFUR
Skerið nýjar íslenskar kartöflur í skífur. Setjið olíu yfir og kryddið með salti. Steikist í ofni við 180 gráður í 30 mín.

JÓGÚRT CHILI-SÓSA
200 ml grískt jógúrt
1 msk. Worcestershire-sósa
4 msk. Heinz chili-tómatsósa
2 msk. sætt sinnep
Blandið öllu saman

Njótið þess sem Guð gefur og góða helgi.

Annie Mist mælir með heilsuréttunum frá Nings

Annie Mist heimsmeistari í Crossfit 2011 og 2012 veit að til að ná árangri skiptir mataræði öllu máli.

NINGS

Uppáhalds réttur Anniear er Tröllatrefjar.

Trölla trefjar

EKKERT salt
ENGINN sykur

Næringargildi í 100g:	
Orka	448 kJ / 107 kkal
Fita	1,4g
þar af mett. fitusýrur	0,7g
Kolvetni	10,2g
Trefjar	1,1g
Prótein	10,8g

TRANS FITA
MSG

Suðurlandsbraut 6 • Stórhöfða 17 • Hlíðasmára 12 • Sími 588 9899 • www.nings.is

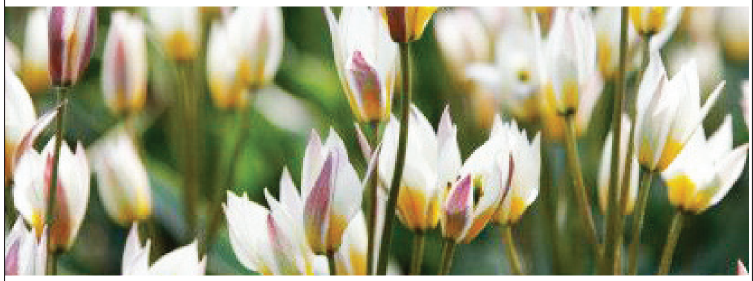
FJARSKABLÁTT

KRISTÍN SIGFRÍÐUR SÝNIR Í KIRSUBERJATRÉNU

Sýningunni Fjarskablátt í Kirsuberjatrénu Vesturgötu 4 lýkur á mánudag.
Á sýningunni sýnir Kristín Sigfríður Garðarsdóttir keramikhönnuður teikningar ásamt verkum úr postulíni og leir sem unnin eru í gasbrennslu og í hefðbundnum japönskum anagama-ofnum. Verkin vann Kristín meðan hún dvaldi í Japan við The Shigaraki Ceramic Cultural Park á síðasta ári.
Opið er í Kirsuberjatrénu frá klukkan 10 til 18 virka daga og milli kukkan 11 og 17 um helgar.

Ljósmyndanámskeið
Lærðu á vélina þína og taktu enn betri myndir

Fjölbreytt námskeið, m.a: Photoshop, Lightroom, stúdíó, myndatökur, myndasala ofl.
ljosmyndari.is
Stangarhylur 7, Reykjavík

Gæti heimsóknavinur gefið lífinu meiri lit?

Heimsóknavinir eru sjálfboðaliðar á ýmsum aldri sem rjúfa einsemd og félagslega einangrun fólks með heimsóknum á einkaheimili og stofnanir. Heimsóknavinir veita félagsskap og hlýju m.a. með því að spjalla, lesa fyrir viðkomandi eða fara í gönguferðir.

Ef þú eða einhver sem þú þekkir, hefur áhuga á að gerast gestgjafi og njóta samveru með heimsóknavini Rauða krossins hafðu samband við okkur.

Ef þú vilt gerast heimsóknavinur og heimsækja aðra hafðu einnig samband við okkur.

Hægt er að hafa samband við Rauðakrosshúsið í Kópavogi í síma 554 6626 eða með tölvupósti á kopavogur@redcross.is.

Rauði krossinn Kópavogi

Rauðakrosshúsið Hamraborg 11 • opið virka daga kl. 9-15
sími 554 6626 • kopavogur@redcross.is • www.redcross.is/kopavogur

UPPGANGUR Í VÍNFRAMLEIÐSLU

ÍSLENSKT HRÁEFNI *Snorri Jónsson eigandi 64° Reykjavík Distillery stendur í ströngu þessa dagana. Uppskerutími berja er um þessar mundir, glænýtt húsnæði var nýlega tekið í notkun og nýr eimunarpottur settur upp.*

Reykjavík Distillery framleiðir nokkrar tegundir af víni. Þar á meðal líkjöra unna að hluta til úr íslenskum rabarbara, krækiberjum og bláberjum, og svo ákavítissnafsa og einiberjasnafs. „Við erum með fólk í hráefnatínslu víða um land. Oft gerist það að brestur verður í uppskerunni á einum stað meðan hún er í lagi á öðrum. Við erum því með góðan hóp af öllum hornum landsins í tínslunni. Ætli við tínum ekki um það bil tonn af hverjum ávexti fyrir sig,“ segir Snorri. Berin eru svo unnin á mismunandi vegu eftir því hvaða víntegund þau eru notuð í. „Það er mismunandi hvernig safinn er fenginn úr berjunum. Sum eru soðin en önnur eru kaldpressuð.“

Snorri vill lítið gefa upp um vinnsluaðferðirnar, enda voru þær upplýsingar ekki fengnar gefins og því um dýrmætt viðskiptaleyndarmál að ræða. „Gríðarlega margar prufur liggja að baki hverri tegund sem við framleiðum í dag. Til dæmis gerðum við þrettán uppskriftir að bláberjalíkjörnum áður en við duttum niður á þá sem við framleiðum í dag.“ Nýlega var nýr og glæsilegur eimunarpottur frá Þýskalandi tekinn í notkun. „Potturinn er smíðaður eftir aldagamalli hefð með margbreytileika í huga. Þegar við gerum ákavítissnafsana byrjum við að gera hreinan vodka og í lokabrennslunni eru jurtirnar settar út í. Ferskt kúmen og hvannarrótarfræ er svo látið liggja í vökvanum um tíma. Hann er svo brenndur einu sinni enn og þá fæst bragðið af jurtunum með.“

Á næstunni verður hugað að frekari framleiðslu og vonast Snorri til að geta tekið á móti gestum í brugghúsið í framtíðinni. „Við áætlum að geta boðið minni hópa velkomna til okkar í smökkun og skoðun. En væntanlega verður það ekki fyrr en á næsta ári.“

vidir@365.is

BERIN KLÁR Í VÍNIÐ
Snorri skálar við Tryggva Mathiesen í nýju húsnæði Reykjavík Distillery. Berjauppskeran á borðinu, tilbúin fyrir vín ársins 2012.
MYND/GVA

HÚLADANS FRÁ HAVAÍ

Marina Celander kennir alvöru húladans í Kramhúsinu um helgina.

Um helgina verður námskeið í húladansi frá Havaí í Kramhúsinu. Marina Celander, gestakennari frá New York, er komin til landsins, en dansinn hefur ekki verið kenndur hér á landi fyrr. Farið verður yfir grunnatriði dansins og sögu hans.

SÉRFRÆÐINGUR Í HÚLADANSI
Hrefna Hallgrímsdóttir leikkona hafði frumkvæðið að því að bjóða Marinu til landsins. „Ég kynntist havaískum húladansi í leiklistarnámi mínu í Bandaríkjunum. Þá tók ég dansinn sem valfag og fannst það æðislegt. Við Marina kynntumst svo í New York, en hún er algjör sérfræðingur í þessum dansi,“ segir Hrefna og bætir við: „Margir rugla saman húladansi og því að húla með húlahring. Það er auðvitað ekki sami hluturinn.“

Marina Celander er ættuð frá Svíþjóð og Kóreu. Síðastliðin tólf ár hefur hún tileinkað sér húladansformið. „Hún hefur alltaf verið dansari og svo hefur hún asískar rætur og er gift manni frá Havaí. Þegar hún kynntist húladansinum kolféll hún fyrir honum,“ útskýrir Hrefna. „Þetta er svo miklu stærri heimur en við gerum okkur grein fyrir.“

TJÁNING OG TÚLKUN
Þeir sem dansa húladans segja sögu með dansinum. „Söngur er mikilvægur og textinn er túlkaður með hreyfingunum. Þetta er hálfgert tákn með tali,“ segir Hrefna hlæjandi. „Heilinn er alveg á fullu allan tímann, en allir geta dansað þennan dans.“

Marina og Hrefna vonast til að sjá sem flesta á námskeiðinu. „Þetta er frábært tækifæri til að öðlast algjörlega nýja reynslu og kynnast öðrum heimi.“

Hægt verður að skrá sig á námskeiðið alveg fram á síðustu stundu eða meðan rúm leyfir, en pláss er fyrir tuttugu nemendur á námskeiðinu.

halla@365.is

OPNAR NÝJAN HEIM
Marina er spennt að kynna Íslendingum heim húladansins og vonast til að sjá sem flesta um helgina í Kramhúsinu.

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,** s. 512 5473
Sverrir Birgir Sverrisson, sverrirbs@365.is, s. 512 5432
Elsa Jensdóttir, elsaj@365.is, s. 512-5427 | Hönnun: **Silja Ástþórsdóttir**

24. ÁGÚST 2012

Lífið

ÍRIS TELMA RIFJAR UPP MISS WORLD

TÍNDU BER, BORÐAÐU OG NJÓTTU

KATRÍN BRYNJA LOTTÓÞULA Á LAUSU

SVELGDIST Á VIÐ BÓNORÐIÐ

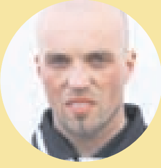
EIVÖR PÁLSDÓTTIR UM BRÚÐKAUPIÐ, TÓNLISTINA OG TENGSL HENNAR VIÐ ÍSLAND

FRÉTTABLAÐIÐ

Lífið er á Vísi – visir.is/lifid

HVERJIR VORU HVAR?

Stuðið var á **Marina hótelinu** um síðustu helgi sem virðist vera heitasti bar bæjarins þegar fræga fólkið gerir sér dagamun. Þar var Steinunn Vala skartgripahönnuður, Elín Reynisdóttir stjörnusminka og eiginmaður hennar Már Ormarsson sem starfar í Dubai. Þá mátti sjá Frank Pitt athafnamann, Lilju Nótt leikkonu, Arnar og Bjarka Gunnlaugssyni fótboltasnillinga, **Björk Eiðsdóttur** ritstjóra og **Svönu Friðriksdóttur** upplýsingafulltrúa Wow-flugfélagsins, Tobbu Marínós og unnusta hennar Karl Sigurðsson Baggalútsmeðlim skemmta sér þetta líka stórvel.



Lífið

UMSJÓN
Ellý Ármanns elly@365.is
Kolbrún Pálína Helgadóttir kolbrunp@365.is

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

Hér má sjá aðeins brot af þeim frábæru listamönnum sem fram koma á minningartónleikunum Sjonna þann 29. ágúst í Borgarleikhúsinu.

SÍÐASTA LAGIÐ SEM SJONNI SAMDI

Sjonni eins og við minnumst hans hefði orðið 38 ára næstkomandi miðvikudag, þann 29. ágúst. Að því tilefni ákvað Þórunn Clausen ásamt fjölskyldunni allri að halda minningartónleika fyrir hann í Borgarleikhúsinu.

Sjonni var frábær tónlistarmaður, lagahöfundur og söngvari og eftir hann liggja mörg yndisleg, kraftmikil og grípandi lög.

„Sjonni var svo hjartahlýr og vinamargur, alltaf brosandi og til í að rétta öðrum hjálparhönd og nú þegar við höfum hann ekki hjá okkur, þá finnum við fyrir honum í tónlistinni hans.“

Tónlistarveisla

Nú hafa vinir hans og tónlistarfólk sem hann starfaði með í gegnum tíðina flykkst saman og ætla að flytja lögin hans á tónleikunum. Meðal þeirra eru Björgvin Halldórsson, Jógvan, Pálmi Sigurhjartarson, en hann er jafnframt hljómsveitarstjóri, Hreimur Örn, Magni, Stefán Hilmarsson, Vignir Snær, Gunni Óla, Matti Matt, Soffía Karls, Guðrún Árný, Erna Hrönn, Bjarni Ara, Benni Brynleifs, Róbert Þórhalls og fleiri.

„Ég held að það verði einstaklega mikið hjarta í þessum sal þetta kvöld. Það hefur tekið á að undirbúa þetta og það er ljúfsárt að hlusta á lögin hans og röddina hans og það hvað við höfum öll misst mikið verður svo raunverulegt. En hann skildi eftir sig gjafir til okkar allra með tónlistinni sinni.“

Fann lagið í sorginni

Í tilefni af tónleikunum dreif Þórunn sig í að klára síðasta lagið sem Sjonni samdi áður en hann lést.

„Í desember á síðasta ári, í kjölfar sérstaklega erfiðs tíma hjá mér í sorginni þar sem ég þráði svo heitt að geta heyrt eitthvað frá honum, gerðist svolítið einkennilegt. Ég opnaði tölvuna og allt í einu var opið þar upptökuforrit og demo af síðasta laginu sem hann samdi og var að vinna að þegar hann lést. Textinn var ókláraður en samt sem áður heyrist hann syngja línur sem voru eins og svar við spurningum mínum. Ég er nú búin að klára textann og reyndi að nota eins mikið af því sem hann var að syngja og ég gat og ætla að gefa út lagið en hans rödd mun hljóma með í laginu.

Þakklát öllum sem koma fram

Þetta er yndislegt lag og ég hlakka til að leyfa fólki að heyra það. En Vignir Snær er að vinna lagið með mér ásamt Vinum Sjonna sem sjá um hljóðfæraleik, undirspil og bakraddir.

Nú eru æfingar á fullu fyrir tónleikana og ég er svo þakklát öllum sem eru að koma fram og heiðra minningu hans á þennan hátt. Ágóði af tónleikunum mun síðan renna í Áfram, hvatningarsjóðinn sem stofnaður var fyrir börnin hans Sjonna fjögur,“ segir Þórunn að lokum.

SOHO MARKET

Útsölunni lýkur Verðsprengja

Aðeins 5 verð
• 1.000,-
• 1.500,-
• 2.000,-
• 2.500,-
• 3.000,-

ALLT Á AÐ SELJAST
komdu og gerðu frábær kaup

SOHO MARKET
Grensásvegur 8, sími 553 7300
Opið mán–fös 12–18 og laugd 12–17
SOHO/MARKET Á FACEBOOK

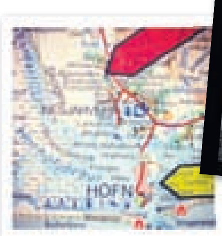
HOLLYWOODSTJARNA MYNDAR ÍSLAND

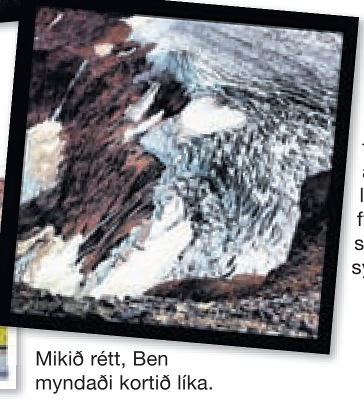
Ben Stiller, sem hefur gert það gott í Hollywood sem leikari, er staddur hér á landi í leit að hentugum tökustað fyrir væntanlega kvikmynd ásamt starfsfólki True North. Ben er duglegur að mynda nánast allt sem verður á vegi hans sem hann birtir síðan á Instagram-myndasíðunni sinni eins og sjá má hér.

Þarna er fylgdarlið stjörnunnar að finna hentugan tökustað.

Ben kann að meta íslenska náttúru, það skín í gegn á myndunum hans.

Ben flaug með flugfélaginu Erni og myndaði flugvélina og auðvitað flugmanninn.





Mikið rétt, Ben myndaði kortið líka.

Við þessa mynd skrifaði Ben: „Possible location for the movie … must not fall off edge though“ sem þýðist á íslensku: Mögulegur tökustaður fyrir myndina … má samt ekki detta af syllunni.

Jazz leðursófi áður kr. 321.000 nú kr. 239.900

Shabby chic leðursófi kr. 377.800 nú kr. 299.900
Woodpoint sófaborð áður kr. 43.900 nú kr. 32.900

Fama sófi áður kr. 254.400 nú kr. 199.900

Bordeaux eikarskápur áður kr. 206.800
nú kr. 166.400

ÚTSALA

TAKMARKAÐ MAGN AF HVERRI VÖRU

Puzzle svefnsófi 120x200
áður kr. 119.800 nú kr. 95.800

Springfield 3ja sæta sófi
áður kr. 231.900 nú kr. 162.300

Coffee sófi 378x244 áður kr. 542.300 nú kr. 379.600

Vintage púðar áður kr. 8.900 nú kr. 4.450

LÍNAN

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

Í DJÚSINN, SULTUNA, BAKSTURINN EÐA BARA BEINT Í MUNNINN

Það er óhætt að segja að berjatíðin sé byrjuð og ef marka má árangur flestra úr berjamó þessa dagana virðist uppskeran þetta árið vera einstaklega góð. Það er eitt og annað sem má gera úr þessari hollustu auk þess að gæða sér á henni beint úr móanum.

Bláberjamúffur

Ef þú átt það helsta í bökunarskúffunni og nokkur fersk bláber þá eru bláberjamúffur málið.
1 bolli mjólk
¼ bolli jurtaolía
½ tsk. vanilludropar
1 egg
2 bollar hveiti
1/3 bolli sykur
3 tsk. lyftiduft
½ tsk. salt
1 bolli fersk bláber

Stillið ofninn á 200°C. Hrærið saman mjólkinni, olíunni, vanillu og eggjunum. Hrærið svo saman við hveitinu, sykrinum, lyftiduftinu og saltinu.
Hellið svo bláberjunum út í og setjið svo deigið í muffinsform.
Bakið í 20-25 mínútur eða þar til þau verða gullinbrún.

Bláberjasulta

1 kg bláber
1 kg sykur (eða 800 g)

Blandið saman og sjóðið varlega í 10 mínútur. Setjið í hreinar krukkur.

Frosin ber

Bláber (eða hvaða ber sem er) eru lögð í plastglas, vatni hellt yfir svo yfir fljóti. Lokað með plastfólíu og sett í frysti. Þannig geymast berin „fersk“ langt fram á næsta ár. Einnig hægt að setja þau í litla samlokupoka og hella vatni með og binda þétt fyrir með bandi.

Hægt er að nota bláberin beint út á salatið.

Þurrkuð ber

Bláberjum (eða hvaða berjum sem er, þó ekki mjög stórum og safaríkum) er sturtað í ofnskúffu sem búið er að leggja bökunarpappír á. Sett í ofn og þurrkuð við 50°C í nokkra klukkutíma, ágætt að hafa ofninn örlítið opinn af og til svo rakinn fari út. Ágætt að snúa nokkrum sinnum en ekki nauðsynlegt.
Berin þorna og verða „þurrkuð ber“, þvílíkt lostæti, og geymast allt árið.

Krækiberjahlaup

1 kg krækiber
750 g sykur
2 tsk. sultuhleypir + 2 msk. sykur

Setjið berin í pott ásamt helmingi sykurs og sjóðið við hægan hita í 10 mínútur. Takið þá pottinn af hellunni og kælið örlítið. Setjið það sem eftir er af sykrinum út í og sjóðið í 5 mínútur. Blandið saman sultuhleypi og 2 msk. af sykri; setjið í sigti og stráið yfir sjóðandi sultuna.
Hrærið vel í. Setjið hlaupið sjóðandi heitt í frekar litlar krukkur og hellið þær fullar. Skrúfið lokið strax á.

Krækiberjasaft

3 kg krækiber
2 lítrar vatn
40 g vínsýra
250-500 g sykur í hvern lítra af safa

Hreinsið og skolið berin ef þess gerist þörf. Hakkið þau eða merjið í berjapressu. Leysið vínsýruna upp í vatninu og blandið upplausninni í berjamaukið.
Látið standa í 24 tíma. Hellið á síu og látið saftina síast vel frá hratinu. Mælið saftina og blandið sykrinum saman við hana. Hrærið í þar til sykurinn er runninn. Hellið saftinni á hreinar og soðnar flöskur og lokið þeim strax.
Geymið saftina á köldum og helst dimmum stað.

Krækiberja-chutney

600 g krækiber
1 rauðlaukur, saxaður
2½ cm bútur af engiferrót, rifinn
1 hvítlauksgeiri, saxaður
1-2 epli, afhýdd og söxuð
1 dl vínedik
2½ dl púðursykur
1 tsk. sinnepsfræ
½ tsk. salt
1 dl rúsínur

Setjið allt í pott og látið malla við vægan hita í 20-25 mín. Hrærið í af og til. Hellið í hreinar krukkur.

Hollustudjús

Hollustukokkurinn Ebba Guðný deildi þessum dásamlega hollustudjús úr nýtíndum berjum með facebookvinum sínum á dögunum;

3 lúkur krækiber,
½ gúrka, 1 lime,
mynta eftir smekk
Um það bil 1 1/2 bolli af vatni.

Öllu skellt í blandarann og sigtað í gegnum spírupoka (muna að sjóða hann í neti við og við með handklæðum, á milli skola ég hann vel og læt þorna vel.)

Söngskólinn í Reykjavík

SÖNGNÁMSKEIÐ

Fyrsta 7 vikna námskeið vetrarins hefst 3. september

- **Fyrir fólk á öllum aldri:**
  Sem undirbúningur fyrir frekara söngnám eða tómstundagaman fyrir söngáhugafólk
- **Kennslutímar:**
  Morguntímar / Síðdegistímar / Kvöldtímar
- **Söngtækni:**
  Raddbeiting / Túlkun / Einsöngur / Raddaður söngur
- **Tónmennt:**
  Tónfræði / Tónheyrnarþjálfun / Nótnalestur

Allir geta fundið eitthvað fræðandi og skemmtilegt við sitt hæfi!
Hvert námskeið stendur í 7 vikur / 14 vikum lýkur með prófumsögn og tónleikum.

• www.songskolinn.is
Allar nánari upplýsingar eru veittar á skrifstofu skólans að Snorrabraut 54, sími 552-7366 kl. 10-16 alla virka daga

MIKILVÆGASTA MÁLTÍÐ DAGSINS

Solla Eiríks á Gló er einn ig dugleg að deila flottum og hollum uppskriftum og fróðleik með sínum vinum og aðdáendum. Mikið chia-fræ æði ríkir nú hér á landi enda um ofurfæðu að ræða og því ættu flestir að tileinka sér þá hollustu. Solla deildi þessi dásamlega graut á dögunum en hann inniheldur einmitt bæði chia-fræ og bláber.

Chia-grautur dagsins

chia-fræ
möndlumjólk
hampfræ
kakónibbur
tröllahafrar
bláber
smá vanilla + ÁST

Leggið allt í bleyti annaðhvort kvöldið áður (og látið standa inni í ísskáp) eða um morguninn.

FULLT AF NÝJUM HÚSGÖGNUM

Svefnsófi 3 litir
Rauður, fjólublár og grár

ÁÐUR 129.900.-
NÚ 79.900.-

3 FYRIR 2
AF KERTUM

PIVOINE
HÚSGAGNALÍNAN

MANDARIN

RAMMAR

5.990.-

1.290.-

1.190.-

MIKIÐ ÚRVAL AF STÓLUM

79.900.-

109.900.-

49.900.-

the PIER

SMÁRATORGI 522 7860 • KORPUTORGI 522 7870 • GLERÁRTORGI 522 7880

HÉLT RISA BRÚÐKAUPSVEISLU Í FÆRE

Færeyska söngkonan Eivör Pálsdóttir hefur í nægu að snúast þessa dagana. Hún giftist ástinni sinni í sumar, gaf út plötu í vikunni og undirbýr tónleika viku. Söngkonan gaf sér tíma til að ræða bónorðið, brúðkaupið og fleira forvitnilegt með sínum yndislega færeyska hreim.

EIVÖR PÁLSDÓTTIR
ALDUR: 29 ára
HJÚSKAPARSTAÐA: Gift
UPPHAFSSÍÐAN: www.Eivor.com
ÁHUGAMÁL: Tónlist, myndlist, matargerð, vinir og fjölskylda og góðar bækur.

Giftist tónskáldi

Nýverið giftist þú ástinni þinni. Hver er sá heppni og hvernig var brúðkaupið?

Maðurinn minn er bestur í heimi og heitir Tróndur Bogason. Hann er tónskáld og yndisleg persóna. Við giftum okkur í sumar heima í Færeyjum og héldum risa veislu. Giftingin fór fram í Götukirkju og var henni fylgt eftir með móttöku á heimili móður minnar, en síðan haldið til Þórshafnar þar sem aðalveislan var haldin.

Brúðkaupið var þriggja daga veisla

Þar hafði mamma skreytt þrjú hundruð manna veislusal með eigin skreytingum og þar buðum við upp á ítalskt hlaðborð og auðvitað færeyskan dans fram undir morgun. Hefð er fyrir því að kalla alla gestina aftur í brúðarhús næsta dag. Það gerði tengdamóðir mín í sínu húsi. Þar var boðið upp á dæmigert færeyskt hlaðborð með söng og dansi fram á morgun. Það má segja að þetta hafi verið þriggja daga veisla, því á föstudeginum fyrir giftinguna var öllum aðkomnum gestum boðið í siglingu fram á kvöld með veisluföngum.

Eivör hannaði kjólinn

Kjólinn hannaði ég ásamt íslenskri stúlku sem heitir Rakel Sólrós og færeyskri saumakonu, Frígerð Lökjá, sem saumaði hann. Það voru ýmsar óvæntar uppákomur með tónlist og fallegum ræðum í veislunni og við erum enn þá að upplifa tilfinningarnar frá þessum degi.

Viltu deila með okkur hvernig Tróndur bað um hönd þína?

Það var ekki stórt „setup“ eins og maður sér í bíómyndum. Það var í rólegheitum heima hjá okkur við morgunverðarborðið. Ég held reyndar að mér hafi svelgst á ommelettunni þegar hann spurði mig hvort ég vildi giftast sér. Það kom mér algjörlega á óvart.

Hvað var það sem heillaði þig við hann?

Maðurinn minn er mjög yfirvegaður og rólegur. Hann talar ekki hátt, né öskrar og er ekki á fleygiferð út um allt eins og ég. Hann er sérlega góður í að jafnvægisstilla mig og svo er hann líka alveg magnaður tónlistarmaður. Hans máti að líta á heiminn og lífið heillar mig og ég verð ástfangin af honum aftur og aftur.

Barneignir – langar þig að verða mamma?

Tróndur á sex ára gamla dóttur þannig að ég er stjúpmóðir. Það er góð byrjun og æfing í að ala upp barn. Ég hef ekki ákveðið hvenær og hvort ég vil eignast barn. Því verður lífið að stjórna.

En ef við ræðum aðeins um tengsl þín við Ísland?

Þegar ég flutti til Íslands sautján ára gömul, varð ég strax ástfangin af fólkinu, menningunni og náttúrunni. Mér fannst ég á einhvern hátt vera komin heim til mín. Ísland er mjög líkt Færeyjum, með heldur meira plássi til að hreyfa sig í og vera út af fyrir sig. Mér finnst Íslendingar opið og yndislegt fólk og ég á marga vini þar.

Ég sakna þess enn þá að búa ekki í Reykjavík og á þann draum, að búa þar einhvern tíma aftur. Í hjarta mínu mun ég alltaf líta á Ísland sem mitt annað heimili.

Tengir sig sterkt við Ísland

Áttu uppáhaldsstað á Íslandi? Langholtsvegur 139 heima hjá Ólöfu og Jónsa er yndislegur staður. Það er heimilið mitt á Íslandi og þar finn ég einhverja sérstaka ró. Svo eru margir sérstaklega fallegir staðir og þar má nefna Mývatn sem er einn af uppáhaldsstöðunum. Ég á eftir að fara í jeppaferð um allt Ísland og í það verð ég fljótlega að taka mér tíma.

Ný plata komin út

Nú varstu að gefa út plötuna Room. Hvað er fram undan hjá þér í tónlistinni? Ég var að ljúka við hljómdisk, sem ég hef verið að vinna að í sirka tvö ár samfellt og það er góð tilfinning að geta loksins sleppt af honum takinu. Nú standa fyrir dyrum ferðalög og útgáfutónleikar, á Íslandi, í Færeyjum, Danmörku, Noregi og Sviss þar til í byrjun desember. Það verður gaman og spennandi að spila og syngja nýju lögin „live“ og allt öðruvísi en að vinna í stúdíói.

Hvernig er að vera þekkt söngkona í Færeyjum? Það er allt í lagi. Færeyingar eru flestir með báða fætur á jörðinni og láta fólk í friði. Ég lendi ekki oft í neikvæðri gagnrýni en það kemur þó fyrir að ég tek nærri mér eitthvað sem sagt er og hef reynt að styrkja skrápinn minn til að láta slíkt ekki brjóta mig niður. Ég reyni líka að nýta mér allt sem skrifað er uppbyggilegt og geri mér grein fyrir að það fylgir augljóslega frægðinni að vera á milli tannanna á fólki.

Enginn ákveðinn stílisti

Nú ertu einstök að innan og utan, hver hjálpar þér með útlit og áherslur eða ertu með stílista?

Ég er ekki með neinn ákveðinn stílista en ég á gott fólk í kring um mig sem ég leita til með ráðleggingar varðandi útlit, fatnað og stíl yfirleitt. Ég hef haft gaman af kjólum og fataskrauti alveg síðan ég var lítil stelpa og mikinn áhuga á að pæla í því, hvaða stemningu maður setur í ljósmyndir og svo framvegis. Til dæmis er mjög mikilvægt að útlitið á plötuumslagi tóni við tónlistina sem ég hef valið á hljómdisk sem er á leið í útgáfu.

Uppáhaldstilvitnun þín ?

Imagination is more important than knowledge eða á íslensku: Hugmyndaflug er mikilvægara en þekking – Einstein.

Hvar sérðu þig eftir tíu ár?

Ég á erfitt með að svara þessari spurningu. Maður getur ekki stjórnað eða ráðið framtíðinni mikið en ósk mín er sú að ég læri af lífinu og reynslunni og þroskast sem manneskja og listamaður í senn.

Eitthvað að lokum?

Vonandi koma sem flestir að hlusta á tónleikana okkar í Reykjavík en tónleikarnir verða í Hörpu eftir viku, föstudaginn 31. ágúst.

„Maðurinn minn er bestur í heimi og heitir Tróndur Bogason. Hann er tónskáld og yndisleg persóna. Tróndur á 6 ára gamla dóttur þann æfing í að ala upp barn," sagði Eivör.

EYJUM

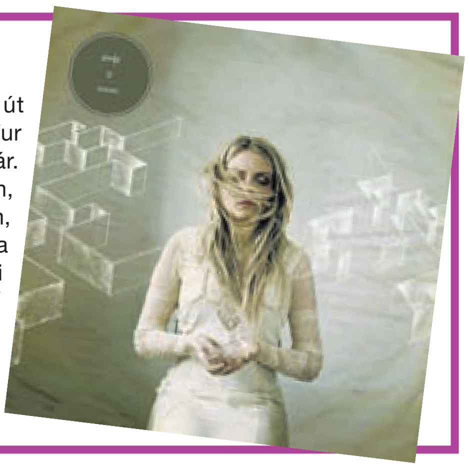
a sem haldnir verða í Hörpu eftir

nig að ég er stjúpmóðir. Það er góð byrjun og

MYND/SEM JOHNSON

NÝ PLATA

Platan Room sem kom út síðastliðinn þriðjudag hefur verið í vinnslu í rúm tvö ár. Eivör tileinkar föður sínum, sem lést fyrir tveimur árum, plötuna. „Ég kalla hana Room því að með henni er ég að hleypa fólki inn í rými innra með mér sem er rosalega persónulegt,“ segir Eivör en platan er öll á ensku.



„ Ég sakna enn þá þess að búa ekki í Reykjavík og á þann draum að búa þar einhvern tíma aftur. Í hjarta mínu mun ég alltaf líta á Ísland sem mitt annað heimili.

SKRÁÐU ÞIG!

Ný námskeið að hefjast

Komdu í hóp með þeim sem ná árangri. Þjálfun Dale Carnegie vísar þér leiðina til að njóta þín betur á meðal fólks, hafa góð áhrif á aðra og til að nýta hæfileika þína til fullnustu, hvort sem er í starfi eða í einkalífi. Á hverjum degi heyrir þú af fólki sem skarar fram úr í athafnalífinu, í stjórnsýslu, íþróttum, fjölmiðlum og á sviði menningar og lista. Þetta fólk er í hópi þeirra 20.000 Íslendinga sem hafa sótt þjálfun Dale Carnegie.

//KOMDU Í ÓKEYPIS KYNNINGARTÍMA MÁNUDAGINN 27. ÁGÚST

FULLORÐNIR KL. 20:00
UNGT FÓLK 16-25 ÁRA KL. 20:00
UNGT FÓLK 10-15 ÁRA KL. 19:00

Komdu í Ármúla 11 og upplifðu Dale Carnegie á 60 mínútum.

Skannaðu kóðann og skráðu þig í hvelli

555 70 80

Hringdu núna eða skráðu þig á

www.dale.is

Ég var alltaf með fordóma gagnvart Dale en þar sem Dale Carnegie hélt sitt fyrsta námskeið árið 1912 gat ekki verið um einhverja tískubólu, eins og fótanuddtæki, að ræða. Það er öllum hollt að bregða sér út fyrir þægindarammann og gera eitthvað nýtt, hugsaði ég í fyrsta tímanum. Fordómar eru að sjálfsögðu fáfræði og eftir námskeiðið varð Dale nýi besti vinur minn. Skóli er stundum ekki góður staður til að læra en námskeiðin afla þátttakendum verkfæra sem nýtast vel í leik og starfi. Mannbætandi ferðalag með mikilli sjálfskoðun og styrkingu á hinum ýmsu sviðum og ávinningurinn þess vegna þekking og færni í að tækla þetta hlaðborð sem lífið er. Þú lærir að njóta.

Andrea Róberts
forstöðumaður mannauðssviðs Tals

//HVERJIR ERU ÞÍNIR STYRKLEIKAR?

- Sjálfstraust
- Hæfni í mannlegum samskiptum
- Hæfni í tjáskiptum
- Leiðtogahæfni
- Stjórn á streitu

Taktu styrkleikaprófið á www.dale.is/styrkleikar

//FYRIR HVERJA ER DALE CARNEGIE?

Fyrir alla sem vilja:

- Ná fram því besta í fari sínu og verða sterkari leiðtogar
- Takast á við flóknar áskoranir
- Fleiri og betri hugmyndir
- Byggja upp traust sambönd
- Koma fyrir af fagmennsku
- Vera virkir á fundum
- Stjórna eigin lífi og taka ákvarðanir

DALE CARNEGIE© ÞJÁLFUN

Ármúla 11 | 108 Reykjavík | Sími: 555 7080 | www.dale.is

ÍSLENSKA SIA.IS DAL 60750 08/12

Dagur í lífi Eivörar

Hér er nokkuð dæmigerður dagur á veturna þegar undirbúningstímabilið er í fullum gangi og allt í rútínu.

Það má segja að ég hafi ýmsan hátt á dögum mínum, það fer allt eftir því hvort ég er heima við eða í burtu á tónleikaferðalagi. Heima vinn ég alla mína undirbúningsvinnu og skrifa texta og sem tónlist. Þá reyni ég að skipuleggja daginn sem hvern annan vinnudag og vakna snemma, svara pósti, geri tónleikadagskrár og tek svo tíma í að æfa eða vinna lögin mín eftir þörfum. Fer kannski í jógatíma seinni part dags. Ég hef gaman af að undirbúa góðan kvöldmat og njóta kvöldsins í faðmi fjölskyldunnar, svæfa litlu stjúpdóttur mína, sem er yndisleg, eða skrepp í heimsókn til vina, allt eftir því hvað andinn býður.

Það kemur líka fyrir að textarnir og tónarnir koma alveg að óvörum til mín og þá sest ég við að semja og gleymi mér gjarnan við það langt fram á nætur og get ekki stoppað. Ef ég er hins vegar á ferðalögum, þá eru æfingar og hljóðprufur yfirleitt að degi til og svo tónleikar langt fram á kvöld. Þá fer líka mikill tími í að pakka og róta öllum græjum og ferðast á milli staða í bílum eða í flugi, svo ég reyni að ná mér tíma til að „skæpa“ heim, lesa kafla í bók og komast í svefn til að safna kröftum fyrir næstu törn og oft er komið langt fram á nótt.

Ég er ekki með neinn ákveðinn stílista en ég á gott fólk í kring um mig sem ég leita til með ráðleggingar varðandi útlit, fatnað og stíl yfirleitt. Ég hef haft gaman af kjólum og fataskrauti alveg síðan ég var lítil stelpa.” MYND/HEIÐRIK Á HEYGUM

Eivör er hamingjusöm á því leikur enginn vafi. MYND/SEM JOHNSON

Það var í rólegheitum heima hjá okkur við morgunverðarborðið. Ég held reyndar að mér hafi svelgst á ommelettunni þegar hann spurði mig hvort ég vildi giftast sér. Það kom mér algjörlega á óvart.

Mind Xtra
fyrir konur eins og þig
Verð
1000 - 5000
Verslunin opnar í Smáralind 31. ágúst
Allt á að seljast
MIND
Smart verslun fyrir konur - Firði Hafnarfirði
Sími 534 0073
FJÖRÐUR
www.fjordur.is

Verslunin lokar á laugardaginn
Opnar í Smáralind 31. ágúst nk.
Jakkaföt 10.000 kr.
Allar skyrtur 4.000 kr.
Allar buxur 5.000 kr.
Bolir 1.000 kr.
FJÖRÐUR
www.fjordur.is
Herra hafnarfjörður
Firði Hafnarfirði | Sími 572 3400

AUGLÝSING: HEILSUBORG KYNNIR

Árdís Hulda Óskarsdóttir, þjálfari hjá Heilsuborg, kennir kvennaleikfimina. MYND/STEFÁN

LEIKFIMI FYRIR KONUR

Kvennaleikfimi er fjögurra vikna námskeið sem hentar öllum konum sem vilja æfa í skemmtilegum félagsskap. Kennt er tvisvar í viku í Heilsuborg, Faxafeni 14.

„Þetta er gamla góða leikfimin þar sem áhersla er lögð á góðar styrktaræfingar en lítið er um hopp. Æfingarnar eru fjölbreyttar svo allar konur ættu að finna eitthvað við sitt hæfi," segir Árdís Hulda Óskarsdóttir íþróttafræðingur, en hún kennir kvennaleikfimi hjá Heilsuborg. Kvennaleikfimin er fjögurra vikna námskeið og hentar konum á öllum aldri.

„Þetta er góð leikfimi fyrir allar konur sem vilja styrkja sig og líða betur. Það er gott að vera í félagsskap í föstum hóp, þá eru meiri líkur á að þú haldir áfram. Við byggjum námskeiðið upp á leikfimi í sal og svo á stöðvum í tækjahring. Við kennum tvisvar í viku, klukkan 10 á þriðjudögum og fimmtudögum en það er hægt að koma í frían prufutíma. Eins er hægt að festa sig strax á þrjá mánuði, þá er verðið aðeins hagstæðara."

Árdís er með BS í íþróttafræði úr HR og hóf störf hjá Heilsuborg í sumar. Hún er þaulreyndur þjálfari og starfaði meðal annars áður hjá World Class. „Ég hef kennt frá árinu 2007 ýmis námskeið og hef góðan bakgrunn. Ég kenni einnig önnur námskeið hér hjá Heilsuborg og ef kvennaleikfimin reynist eitthvað sem ekki hentar viðkomandi er fjöldi annarra námskeiða í boði hjá okkur. Hugsunin á bak við kvennaleikfimina er að ná saman konum sem vilja hreyfa sig í góðum félagsskap. Það þarf ekkert að stressa sig á rétta klæðnaðinum, bara koma eins og manni líður best."

Nánari upplýsingar er að finna á www.heilsuborg.is.

Í **Heilsumati** færð þú upplýsingar úr líkamsgreiningartæki um grunnbrennslu líkamans og **orkuþörf** þín er reiknuð út.

HEILSUMAT REYNIST MÖRGUM GÓÐ BYRJUN

Góður kostur Allir geta pantað tíma í **Heilsumat**, hvort sem einstaklingur er of þungur eða nálægt kjörþyngd. Heilsumatið er góður kostur fyrir alla til að átta sig á ástandi líkamans, konur sem karla!

Í **Heilsuborg** starfa hjúkrunarfræðingarnir Marianna Csillag og Hólmfríður Margrét Bjarnadóttir. Þær framkvæma svokallað Heilsumat en með því er staða á heilsu og helstu áhættuþáttum viðkomandi einstaklinga metin. Gerðar eru ýmsar mælingar, m.a. á blóðþrýstingi, mittismáli, fituhlutfalli og magni fituvefs, vöðva og vökva í líkamanum. Grunnefnaskipti og orkuþörf einstaklings er einnig metin. Marianna bendir á að hún aðstoði viðkomandi oft við að finna út viðeigandi mataræði. „Ég nota ákveðið stigakerfi sem er einfalt í notkun en legg áherslu á að finna út hvað hverjum og einum þykir gott af hollum mat og viðkomandi er tilbúinn til borða það sem eftir er ævinnar. Við erum öll svo mismunandi og því er ekki hægt að gefa eina uppskrift, fólk gefst fljótt upp á því."

Hólmfríður tekur undir þetta og bætir við að leitast sé eftir að finna hreyfingu og næringu sem henti hverjum og einum. „Heilsumat hefur reynist mörgum góð byrjun þegar þeir ætla að breyta um lífsstíl og vilja gera breytingar til langframa. Hjá okkur er ekkert til sem heitir átak – bara heilbrigð skynsemi."

Heilsuborg er líkamsræktarstöð með öðruvísi áherslur. Í Heilsuborg starfa m.a. hjúkrunarfræðingar, íþróttafræðingar, læknir, næringarfræðingar, sálfræðingar og sjúkraþjálfarar.

› Sjá nánar á visir.is/lifid

NÁMSKEIÐ Í BOÐI

ZUMBA
Dansaðu þig í form í góðum félagsskap! Eva Suto kennir þetta vinsæla námskeið. Í þessum tímum er alltaf fjör!

ZUMBA TONING
Eva mælir líka með Zumba toning sem er nýtt þjálfunarkerfi með áherslu á þol- og styrktaræfingar ásamt taktföstum hreyfingum.

KVENNALEIKFIMI
Góð þjálfun fyrir allar konur – ekkert hopp! Áhersla lögð á maga, rass og læri.

MORGUNÞREK
Hressir og fjölbreyttir tímar fyrir lengra komna. Mikil brennsla.

60 ÁRA OG ELDRI
Frábær félagsskapur, aðhald og stuðningur. Hentar þeim sem vilja aukinn styrk og úthald við dagleg störf!

Mikið úrval sjálflímandi veggmynda

Zebra hestur kr. 3.600,-

Túlípanar kr. 3.600,-

Ævintýraheimur kr. 3.600,-

Fíat 500 kr. 3.600,-

minja Design

SKÓLAVÖRÐUSTÍG 12 • SÍMI 578 6090
www. minja.is • Facebook: Minja

Íris Thelma segir dvölina í Kína eitt það skemmtilegasta sem hún hefur upplifað.

Það voru strangar æfingar í Kína allar fimm vikurnar.

FÉKK AÐ UPPLIFA DRAUMINN

Fegurðardrottningin Íris Telma Jónsdóttir var fulltrúi Íslands í Miss World þetta árið en hún er nýlent á Íslandi eftir fimm vikna dvöl í Kína en það var einmitt kínverska stúlkan sem kosin var sú fegursta. Lífið náði tali af Írisi og forvitnaðist um lífsreynsluna síðustu vikurnar.

ÍRIS TELMA JÓNSDÓTTIR
ALDUR? 21 árs
HJÚSKAPARSTAÐA? Einhleyp
STARF/NÁM? Snyrtifræðingur á snyrtistofunni Carita Snyrting í Hafnarfirði
ÁHUGAMÁL? Ég hef mikinn áhuga á íþróttum, ferðast bæði innanlands og utan, útilegum og þess háttar, öllu sem kemur snyrtifræðinni við og svo að sjálfsögðu bara að vera í góðra vina hópi og njóta lífsins.

Hvernig byrjaði þetta ævintýri þitt sem endaði með þátttöku í Miss World? Ég fékk boð um að koma í prufu fyrir Ungfrú Reykjavík árið 2010 en mér fannst ég alls ekki rétta týpan í það á þeim tíma. Ég upplifði mig ekki eins og þessar stelpur sem voru að taka þátt í þessum keppnum og var líka hrikalega feimin. En eftir gott spjall við múttu og eftir að Ungfrú Ísland kjóllinn hennar mömmu frá árinu 1987 stóð til boða þá ákvað ég að slá til, sem betur fer! Ég tók þátt í Ungfrú Reykjavík og Ungfrú Ísland sama ár og lenti þar í 2. sæti. Ég kom held ég sjálfri mér og nánustu vinum mest á óvart þar sem feimnin var nánast horfin og ég orðin smá dama. Ég lærði svo mikið á þessu og átti þarna tíma sem standa algjörlega upp úr – án efa það skemmtilegasta sem ég hef gert. Svo opnaðist þetta tækifæri að fá að taka þátt í Miss World núna í ágúst, og því gat ég ekki hafnað enda gamall draumur sem varð að veruleika.

Hvað stóð undirbúningurinn lengi yfir áður en þú hélst út? Ég fékk að vita frekar seint að ég yrði send út og fékk því aðeins tvær vikur til þess að undirbúa mig. Ég fékk strax frí frá vinnu og það gerðist því heilmikið á þessum tveimur vikum.

Hvað fórstu með mikinn farangur? Ég tók með mér þrjár stórar ferðatöskur, samtals hafa þetta verið um 80 kíló.

Hvernig gekk þetta langa ferðalag með allan þennan farangur fyrir sig? Ferðalagið gekk mjög vel en það tók tuttugu og níu klukkustundir að komast til Ordos.

Var þétt dagskrá allan tímann? Já, þetta var sko full vinna í fimm vikur án helgarfría. Oft á tíðum náði ég mest þriggja klukkustunda svefni og þegar mest var svaf ég í sex tíma þarna úti þar sem dagurinn var byrjaður um klukkan sex á morgnana og við ekki að detta inn á hótel fyrr en seint. Þetta var gífurlega skemmtilegt og þvílík lífsreynsla en einnig rosalega erfiðar fimm vikur og ég á eflaust eftir að taka góðar tvær vikur í að sofa núna þegar ég er komin heim.

Það var reyndar hægara sagt en gert ...

Það flottasta sem ég hef séð og svo eyddum við heilum degi í eyðimörk þar sem ég fór til dæmis á bak á kameldýri, það var ótrúlega gaman.

Kynntistu mörgum stelpum í keppninni? Já, það var metþátttaka þetta árið en við vorum 117 stelpur. Ég kynntist þeim að sjálfsögðu misvel en náði að kynnast rosalega mörgum ansi vel. Þetta er hópaskipt og var okkur skipt í fjóra hópa, maður kynntist hópnum sínum rosa vel en annars vorum við duglegar að blanda geði utan hópsins og ég er gífurlega heppin að hafa náð að kynnast svona mörgum stelpum á þetta stuttum tíma.

Ég kynntist að sjálfsögðu herbergisfélaganum best, hún var Miss England, en Miss Wales var líka alltaf með okkur en hún endaði í 2. sæti.

Skynjaði hópurinn hver myndi vinna eða hvernig upplifðir þú það? Já, við skynjuðum hver yrði sigurvegari ansi fljótt þó það hafi komið tímar sem maður fór að efast um röðunina. Ég var samt rosalega ánægð sérstaklega að sjá yndislegu Sophie mína, Miss Wales, í öðru sæti en einnig Miss China í fyrsta sætinu, hún er þessi hógværa stelpa sem var yndisleg við alla, alltaf brosandi og bara yndisleg í alla staði!

> „Ég upplifði mig ekki eins og þessar stelpur sem voru að taka þátt í þessum keppnum og var líka hrikalega feimin.

Það var reyndar hægara sagt en gert að fara í þrjú flug með farangurinn en það heppnaðist þrátt fyrir himinháa sekt fyrir yfirvigt í Peking. Töskurnar skiluðu sér allar en það voru ekki allir keppendurnir svo heppnir að fá farangurinn sinn strax.

Hvað varstu lengi úti? Þetta voru um fimm vikur. Mun lengri tími heldur en í fyrra til dæmis, þá stóð þetta aðeins í þrjár vikur. Við ferðuðumst um Kína fyrstu tvær vikurnar áður en stífar æfingar hófust. Ég var líka rosalega heppin að fá foreldra mína út til mín síðustu vikuna. Þegar stelpurnar voru komnar með massíva heimþrá var ég bara með gömlu á sama hóteli og er rosalega þakklát fyrir það að þau hafi ferðast alla þessa leið til að taka þátt í þessu með mér.

Hvernig var öryggisgæslan í kringum hópinn? Það var rosalega góð gæsla, sem þurfti sko alveg. Gott security-teymi og svo einn „chaperone“ yfir hverjum sex stelpum sem pössuðu vel upp á okkur. Kínverjarnir voru hrikalega spenntir fyrir þessu og það beið okkar góður hópur af Kínverjum hvert sem við fórum.

Hvað stendur upp úr eftir ferðina? Lokakvöldið að sjálfsögðu, þá var ég með gæsahúð allan tímann. Draumur sem varð að veruleika, eftir að hafa horft á keppnina síðan ég var lítil og allt í einu var ég þarna og fékk að upplifa þetta allt.

En fyrir utan það standa tvær ferðir upp úr, ferðalag til Shanghai þar sem við eyddum góðu kvöldi í „river cruise“ innan um öll ljósin og háu byggingarnar, það var eitt

SJÁÐU

ENN FLEIRI SJÓNVARPSSTÖÐVAR **FRÍTT MEÐ ÁSKRIFT**

ÞRJÁR **NÝJAR** SJÓNVARPSSTÖÐVAR

STÖÐ 2 **BÍÓ**

STÖÐ 2 **GULL**

STÖÐ2 **KRAKKAR**

POPP **TÍVÍ**

MARGFALT

FLEIRI MÖGULEIKAR MEÐ **NETFRELSI ÞÆTTIR OG KVIKMYNDIR EFTIR PÖNTUN**

Nýtt

28 DAGA **FRELSI**

Nýtt

KVIK**MYNDIR**

Nýtt

FRÆÐSLU**EFNI**

Nýtt

KLASSÍSKT
ÍSLENSKT

Nýtt

BARNA**EFNI**

Nú fylgja þrjár nýjar stöðvar, Popptíví, Stöð 2 Gull og Stöð 2 Krakkar frítt með áskrift að Stöð 2 ásamt Stöð 2 bíó. Þjónusta við áskrifendur hefur einnig margfaldast með stórauknu framboði af efni á Netfrelsi Stöðvar 2. Þar má nú horfa hvenær sem er og hvar sem er á alla nýjustu þættina og bíómyndirnar af Stöð 2 og Popptíví í 28 daga eftir frumsýningu, vel valda innlenda þætti úr safni stöðvar 2, úrval af talsettu barnaefni og vandað fræðsluefni beint í sjónvarpið þitt, símann, tölvuna eða spjaldtölvuna.

ALLT ÞETTA FYRIR
254 KR. Á DAG

**MARGFALT
SKEMMTILEGRI**

Lífið

LOTTÓÞULA Á LAUSU

Lottóþulan og flugfreyjan **Katrín Brynja Hermannsdóttir** flýgur nú ein síns liðs inn í framtíðina eftir breytta hjúskaparstöðu. Hún blómstrar að vægast sagt enda með þrjá fallega glókolla, drengina sína, sem hún nýtur lífsins með.

SÖNGKONUR BAK VIÐ BÚÐARBORÐIÐ

„Heiða er náttúrulega bara snillingur frá Hólmavík sem kann allt og getur allt þannig að hún er alger himnasending fyrir Púkó & smart,“ svarar Hera Björk, söngkona og eigandi verslunarinnar Púkó og smart á Laugavegi, en Heiða Ólafsdóttir, sem er líka söngkona, leysir Heru af við afgreiðslu í búðinni. „Henni finnst gaman að vera búðarkona eins og mér og stekkur inn fyrir mig þegar ég þarf að skjótast til útlanda til að vera söngkona,“ segir Hera.

HELGARMATURINN

Úlfar Eysteinsson á Þremur frökkum er einn þeirra sem munu elda beikon ofan í gesti og gangandi en hann deilir hér flottri uppskrift fyrir helgina að sjálfsögðu með smá beikoni.

Hrefnusteik með wasabi-beikon-kartöflumús

Það verður ósvikin beikonstemning á Skólavörðustígnum á morgun, laugardaginn 25. ágúst klukkan 14.00 þegar beikonhátíðin Reykjavík Beikon Festival verður haldin hátíðleg. Allir landsmenn eru hjartanlega velkomnir og þeir, sem þykir gott að gæða sér á beikoni, eru sérstaklega hvattir til að koma því boðið verður upp á beikon í kílóavís sem verður grillað ofan í mannskapinn.

2 x 100 g hrefnukjöt
Skerið kjötið í 1 cm þykkar sneiðar. Steikið í 36 sekúndur á fyrri hliðinni og 32 sekúndur á þeirri seinni.

Wasabi-kartöflumús með beikonbitum, borin fram með sojasósu í skál

700 g kartöflur
2 msk. smjör
5 msk. mjólk
1 tsk. til 1 msk. wasabi-krem (wasabi paste)
6 sneiðar steikt beikon, smátt skorið
1 msk. sojasósa

Setjið kartöflurnar í pott, látið kalt vatn í pottinn og látið það ná um 3 cm yfir. Látið kartöflurnar sjóða í 15-20 mínútur, eða þangað til þær eru soðnar í gegn. Hellið vatninu af. Stappið kartöflurnar með gaffli eða kartöflustappara. Bætið í mjólk, smjöri, steiktu beikoni og wasabi-kremi. Hrærið þessu varlega saman, passa þarf að hræra ekki of mikið, þá verður kartöflumúsin stíf.
Skammtur fyrir 4.

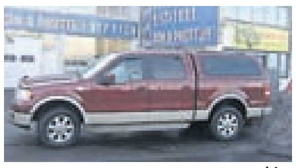
BÍLAR & FARATÆKI

bilaborg.is
Sími 517-1111

RENAULT Kangoo express. Árgerð 10/2003, ekinn 144 Þ.KM, bensín, 5 gírar. Verð 490.000. Rnr.122563. Uppl síma 517-1111 www.bilaborg.is

BMW 3 320i tilboðsverð 490 þús . Árgerð 1996, ekinn 223 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur. Verð 490.000. Rnr.133387. Uppl síma 517-1111 www.bilaborg.is

M.BENZ M ml320 7 manna tilboðsverð 890. Árgerð 2000, ekinn 190 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur. Verð 890.000. Rnr.127946. Uppl síma 517-1111 www.bilaborg.is



FORD F150 supercrew 4x4 king ranch . Árgerð 2007, ekinn 70 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur. Verð 3.890.000. Rnr.133219. Uppl síma 517-1111 www.bilaborg.is

KIA Sorento luxury diesel. Árgerð 2/2005, ekinn 160 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 2.290.000. Rnr.133444. Uppl síma 517-1111 www.bilaborg.is

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

HEIMS BÍLAR

LEXUS Is200. Árgerð 2003, ek. 110 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur. leður, 17" álfelgur, BÍLLINN ER Á STAÐNUM.Verð 1.450.000. Rnr.333108.

TOYOTA Prius hybrid. Árgerð 2006, ekinn 84 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur. eyðir ca. 6l á hundraði, BÍLLINN ER Á STAÐNUM. Verð 2.290.000. Rnr.332977. UPPL Í S. 567-4000

Heimsbílar
Kletthálsi 2, 110 Reykjavík
Sími: 5674000
http://heimsbilar.is

BÍLA KAUP
S:577.1111
bilakaup.com

Rýmingarsala !!!

Rýmingarsala, Rýmingarsala. Nú er tækifæri til að versla ferðavagn á góðu verði, erum að rýma fyrir bílum í salnum og á planinu.

Bílakaup
Korputorgi, 112 Reykjavík
Sími: 577 1111
http://www.bilakaup.com

VAKA

Vinnuvéla- Lyftara- og Bifreiðaflutningar á verði fyrir þig.

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

STÓRA BÍLASALAN

Range Rover Sport Dísel Árgerð 2006, ekinn 102þ.km. Umboðsbíll. Mjög gott eintak sem er á staðnum. Verð 4.990.000kr. Raðnúmer 153555. Sjá nánar á www.stora.is

BMW Z3 M Árgerð 1999, ekinn 133þ. km, bsk, leður, blæja. Hrikalega flott eintak sem er á staðnum! Verð 1.790.000kr. Raðn. 132517. Sjá á www.stora.is

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

bifreidar.is
bifreiða- & vinnuvélasalan
577 4777

RAFMAGNSREIÐHJÓL Rafmagnsreiðhjól el-bike. Árgerð 2010, ekinn -1 Þ.KM, ??, sjálfskiptur. Verð 99.000. Rnr.105263.

bifreidar.is
Réttarháls 2, 110 Reykjavík
Sími: 577 4777
Óskum eftir vinnuvélum og bifreiðum á skrá.
http://www.bifreidar.is

SUZUKI

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

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

bíll.is
bestir í bílum...

SUBARU Forester. Árgerð 2006, ekin aðeins 38 Þ.KM sjálfskiptur. Verð 2.190.000. Rnr.134868.

SUBARU Legacy. Árgerð 2005, ekinn 51 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur. Verð 1.990.000. Rnr.135073.

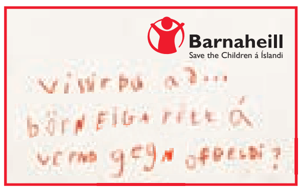
Bíll.is
Sími: 577 3777
www.bill.is

LITLA bílasalan
www.litla.is 587 7777

CHRYSLER 300 c hemi 5.7. Árgerð 2008, ekinn 83 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur. Verð 3.790.000. Rnr.130966.

JEEP Grand cherokee limited. Árgerð 2003, ekinn 130 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur. Verð 1.490.000. Rnr.175271.

Litla bílasalan
Eirhöfða 11, 110 Rvk.
Sími: 587 7777
www.litla.is

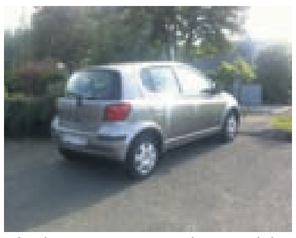


100 bílar bílasala .is

NÝ COLEMAN SEDONA 8 fet, Markísa og Decor pakki innifalið, Truma miðstöð, 220V, ísskápur ofl, 2 ára ábyrgð, afsláttur 800.000, Hausttilboð 1.499.800, Komdu og tryggðu þér hús,

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

Bílar til sölu



Til sölu Yaris árg. 2005. Ekinn: 62 þ.km. Skoðaður 2012. Tilboð óskast. Sími: 6993247

Range Rover sport, dísel, 5,5, Ek. 83þ. fyrst á götu 2006 í des. S. 868-4442

Til sölu Skoda Fabia 2006. Toppbíll. Ek. 75 þ. 1,2 lítra bensín. bsk. Verð: 900 þús. S. 8930561.

SPARAÐU BENSÍN!
Metan uppfærðu bílinn þinn
VélRás
Velras.is • Sími: 555 6670
Álhella 4

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

VW Polo Diesel '06

Ek.134þús, flottur bíll í toppstandi, verð:990þ stgr. s.699-6955

BMW 318d Diesel '04

Ek.250þ. Sparneytinn bíll í toppstandi, verð:1430þ. s.699-6955

Nissan Vanette, árg. 99, disel, ek. 188 km. Uppl. í síma 868 8473

Merzedes E 320 CDI avangarde 2006 árg. Dökkgrár Ek.176þkm V. 4.9M stgr 3.6M S. 662 1663 eða 772 0133.

250-499 þús.

!!! EKINN 60.000km !!!

Daihatsu Sirion 99" 1.0 eyðir aðeins 5l á hundraði! Bsk, skoðaður '13, heilsársd. Verð 370þ. TILBOÐ 290þ. Uppl. s. 777-3077.

!!! TILBOÐ 165 ÞÚS !!!

Vw polo 99" ekinn 130þ Bsk 5dyra Sk. 2013 Búið að skipta um tímareim. Nýtt í bremsum einn eigandi ryðgaður en lakk fylgir! Verð 290þ. TILBOÐ 165þ. Uppl. s. 777-3077.

Bílar óskast

Kaupi bilaða bíla

Kaupi bíla sem þarfnast viðgerðar á ca. 30 - 300 þús. S. 896 6744.

!!! VANTAR ÓDÝRAN BÍL !!!

Fyrir allt að 200þ. staðgreitt, árgerð '98-'03. Má alveg þarfnast smá lagfæringa uppl. s. 777 3077.

Sendibílar

568 5000
NS
NÝJA - SENDIBÍLASTÖÐIN

Allar stærðir sendibíla. Nýja Sendibílastöðin sími 568-5000.

KEYRSLA.IS
Sími 820-3880

Ódýr sendibílaþjónusta. Heimsendingar og fyrirtækjaþjónusta. www.keyrsla.is S:820-3880

Hjólhýsi

Fjórhjól

Bombardier Rally Árgerð 2006 Lítið notað hjól 200cc. 4x2 Verð 650 þúsund. Upplýsingar í Ellingsen 820-1418

Can Am Renegade 800X 4x4 Árgerð 2008 Ekið 1800km Verð 1790.þúsund Upplýsingar í Ellingsen 820-1418

Vinnuvélar

LEIGÐU LENGRI VINNUDAG! RAFSTÖÐVAR 4-160KW OG LJÓSAMÖSTUR MEÐ 220V ÚRTAKI. EINNIG DIESEL VATNSDÆLUR MEÐ 72m3/klst AFKSÖTUM. DS-LAUSNIR EHF 561-8373 www.dslausnir.is

Bílaþjónusta

Hjólbarðar

Varahlutir

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 Octavia 01 og til 06.Einnig kaupum við Subaru og Skoda til niðurrifs. Nánari upplýsingar í síma 5675040 eða 7785040 nú eða á WWW.smapartar.is

Varahlutir

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

Varahlutavaktin Sími 555 6666

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

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 niðurrifs. sími 661 5270.

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

Viðgerðir

AB Bremsur og viðgerðir

Get bætt á mig öllum teg. bíla til viðgerða. Uppl. s. 555 6020.

AB - PÚST

Almennar púst viðgerðir og sérsmíði. Fljót og góð þjónusta. Skemmuvegur 26, Bleik gata. S 555 6020.

ÞJÓNUSTA

Pípulagnir

Pípulagnir

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

Faglærðir Píparar

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

Hreingerningar

Hreingerningaþjónusta Þvegillinn 5 44 44 46

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

Vy-þrif ehf.

Öll almenn þrif, fyrir heimili, húsfélög, fyrirtæki ofl. Gerum verðtilboð. Sími 512-4010 www.vy.is

A-Ö Þrif&Hreinlæti S. 662 0662

Hreingerningar, Flutningsþrif, Gólfbónun, Teppahreinsun og Húsgagnahreinsun.

Hreingerningarþjónusta -Gerum verðtilboð-

Öll almenn þrif, veggjahreinsun, flutningsþrif, gólfbónun, teppa og steinteppahreinsun. S. 842 6522

ÓDÝR ÞRIF

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

Garðyrkja

HreinirGarðar
Trjáklippingar
Trjáfellingar
Garðsláttur
Beðahreinsun o.fl.
www.hreinirgardar.is
S.571-2000

Alhliða garðþjónusta
Garðaþjónusta Íslands ehf
Vönduð vinnubrögð Róbert S. 866 9767

SMÁVÉLAVIÐGERÐIR & UTANBORÐSMÓTORAR
Viðgerðir
Skemmuvegur 34 Brún gata
SLÁTTUVÉLAÞJÓNUSTA
Vélaverkstæði JS
Sími: 554 0661

Smávélaviðgerðir, viðgerðir á utanborðsmótorum: Garðsláttuvélar, sláttuorf, sláttutraktorar, jarðvegsþjöppur, Gokartþjónusta, keðjusagir, rafstöðvar, einnig viðgerðir á fjórhjólum. JS Vélaverkstæði. S. 554 0661.

GARÐLIST
Allt fyrir garðinn á einum stað
Trjáklippingar
Trjáfellingar
Beðahreinsun
Stubbatæting
Garðsláttur
Traust þjónusta í 20 ár
S. 554 1989 • Gardlist.is

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 eldriborgara. Alhliða málningarþjónusta. S. 778 0100.

Málningarfélagið Borg

20% afsláttur f. Húsfélög. Ábyrgð fylgir öllum verkum. S. 779 0900.

Meindýraeyðing

Drepum geitungana

Geitungasíminn 555 666 2

Búslóðaflutningar

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

Húsaviðhald

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

K.R.S. ELDON MÚRVERKTAKAR. Múrviðgerðir og flísalagnir. Vönduð vinna Tilb./tímav. S. 899-4254.

Viðhald - gluggar - hurðir - veggir -gólf. Gerum tilboð. Smíðalausnir. S. 899 3011.

Tölvur

Öll tölvuþjónusta og viðgerðir. Mjög sanngjarnt verð og öll vinna unnin af fagmanni. Sæki og sendi heim. Uppl. í s. 822 7668.

Rafvirkjun

Raflagnir, dyrasímar. S. 663 0746.

Bjóðum hagstætt verð í töfluskipti. Straumblik ehf. Löggiltur Rafverktaki. straumblik@gmail.com

KEYPT & SELT

Til sölu

ÓDÝR HEIMILISTÆKI

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

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

Í alla bíla

Vefverslun - oryggi.is
Sími 570 2400 - Askalind 1
ÖRYGGISMIÐSTÖÐIN

Útsala Útsala 20% - 70% afsláttur

Kjóll á mynd 3.500,- Peysa á mynd 3.000,- Súpersól Hólmaseli 2 587-0077 / 567-2077 Erum á facebook.

ditto.is

Sérverslun með náttúruvænar og andlegar vörur.

Úrval af saltkristalslömpum, lífrænum snyrti- og húðvörum, blómadropum, himalaya baðsalti, reykelsum, ilmkertum, slökunargeisladiskum, englaspilum, o.fl. Ditto, Smiðjuvegi 4 (græn gata), 200 Kópavogi. Opið mán-fös 12-17. www.ditto.is

Óskast keypt

KAUPUM GULL

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

Gullsmiðja Óla Kaupum gull

Kaupum allt gull og silfur á toppverði. Gullsmiðja Óla - Veltusundi 1, v/Ingólfstorg. 101 RVK. Sími 564 3248

Kaupi gull !

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

KAUPUM GULL - JÓN & ÓSKAR

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

Sjónvarp

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

Verslun

FLESHLIGHT STELPURNAR

múffan.is

Nánari upplýsingar í s. 849 0698.

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

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. Frítt lífstílsmat. Hringdu núna S. 896 4662 Edda Borg

Fæðubótarefni

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

Nudd

Býð upp á gott nudd. Afslappandi og gott umhverfi. Opið til 21 á kvöldin. 105 Rvk/Hlíðar S. 894 4817.

NUDD OG HEILSA

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

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

Námskeið

Námskeið í uppstoppun

Námskeið í uppstoppun fugla.Skráning í s: 693 2277 -Sveinbjörn Sig.

Fyrir veiðimenn

Veiðivötn Veiðivötn

Netin komin. Heimavík ehf, Smiðjuvegur 28D S. 892 8655 www. heimavik.is

Vegna forfalla eru til sölu 3 stangir í Fnjóská 27.-29. ágúst. Uppl. í síma 895 8299.

Húsnæði í boði

Gistiheimili - Guesthouse www.leiguherbergi.is

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

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

Húsnæði óskast

Par óskar eftir íbúð 3-4herb. gæludýr leyfð, Greiðslugeta milli 80-140þús. Uppl. í s. 6979301 Anna.

Sumarbústaðir

Sumarhúsalóðir í Kjósinni

Til sölu sumarhúsalóðir í landi Möðruvalla 1 (Norðurnes) í Kjós. Nánari upplýsingar á nordurnes.info og símum 5616521 og 8921938.

Atvinnuhúsnæði

51,6 m2 iðnaðarbil

Nokkur bil af þessari fágætu og eftirsóttu stærð til sölu. Lofthæð: 3,9 m. Hurð 3,6 m. Uppl. í 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 Fiskislóð 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.

Geymsluhúsnæðið Auðnum II, 190 Vogar.

Tjaldvagnar, fellihýsi, bílar, bátar, mótorhjól ofl. Uppl. í s. 864 3176.

ATVINNA

Atvinna í boði

jolli

Söluturninn Jolli í Hafnarfirði óskar eftir að ráða einstaklinga í fullt starf í dagvinnu. Einnig vantar í hlutastarf kvöld og helgar. Einungis duglegt, áreiðanlegt og samviskusamt fólk kemur til greina. Aðeins 18 ára og eldri. Umsóknareyðublöð fást á staðnum.

MOSFELLS BAKARÍ

Mosfellsbakarí - Mosfellsbæ.

Óskum eftir þjónustulunduðu, hressu og samviskusömu fólki til starfa í afgreiðslu í verslun okkar í Mosfellsbæ. Vinnutími er virka daga frá 13:00-18:30 og aðra hverja helgi annann daginn. Nánari upplýsingar veitir Áslaug í síma 5666145, 6602155 eða á staðnum. Einnig er hægt að senda inn umsókn á netinu. Slóðin er www.mosfellsbakari.is/ umsókn.asp

HREINSITÆKNI

Hreinsitækni ehf óskar eftir tækjamönnum. Þurfa að hafa vinnuvélaréttindi og/eða meirapróf. Um fjölbreytt framtíðarstarf er að ræða. Áhugasamir sendi upplýsingar á netfangið postur@hrt.is eða komi á Stórhöfða 37.

Veitingahús Nings - Framtíðarstarf

Veitingahús Nings óskar eftir þjónustuliprum og brosmildum starfsmönnum í fullt starf og hlutastarf. Aðeins 18 ára og eldri og aðeins íslenskumælandi. Áhugasamir setji inn umsókn á www.nings.is

Hressingarskálinn leitar að fólki með reynslu í eldhús og þjóna í sal. Áhugasamir sendið póst á hresso@ hresso.is eða fyllið út umsókn á staðnum, Asturstræti 20

Ncs óskar eftir starfsfólki í afgreiðslu og áfyllingar á næturvaktir í fullt starf og hlutastarf. Umsóknir berist á ncs@ncs.is

Hagabakarí - Hraunbergi

Óskum eftir að ráða starfskraft til afgreiðslustarfa. Um er að ræða vaktavinnu. Uppl. í s. 897 8101 eða 868 6102.

Yfirvélstjóra, 1. vélstjóra vantar á Gullhólma Sh201 sem gerður er út á línuveiðar (útilega) frá Stykkishólmi. Vélarstærð 1038 kw. Uppl. í s. 430 4200.

TILKYNNINGAR

Einkamál

Spjalldömur 908 5500

Opið allan sólarhringinn. Engin bið nema þegar talað er.

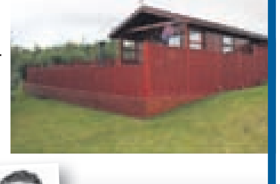
Fasteignir

SUMARHÚS VIÐ APAVATN

OPIÐ HÚS, SUNNUDAG 26. ÁGÚST 14:00-16:00

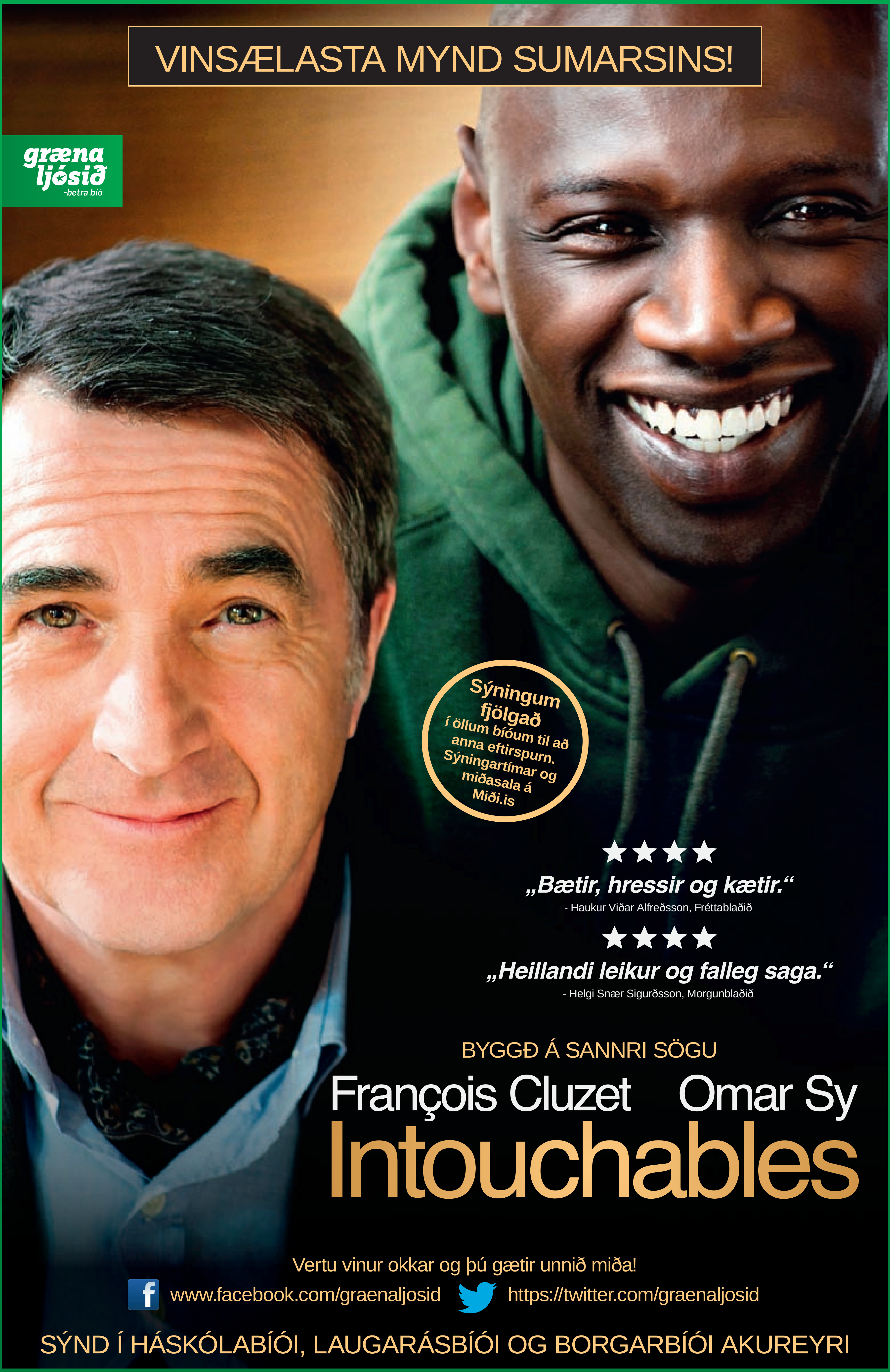
VERÐ 16.9 MILLJ.

Glæsilegt sumarhús við Garðarsbraut 18 í göngufæri við Apavatn. Rúmgóður ca 100fm afgirtur sólpallur er í kringum húsið, heitur pottur á palli. Húsið stendur á 5.000 fm eignarlandi í góðu sumarhúsahverfi.

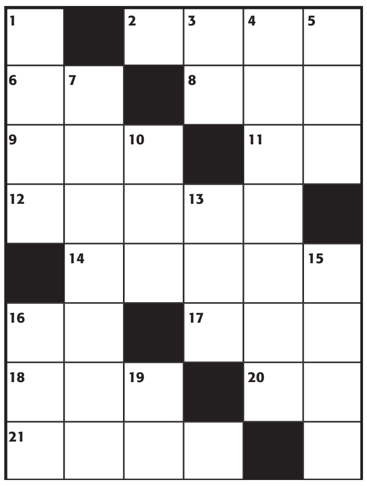


Hafðu samband
HARALDUR ÓMARSSON Sölufulltrúi. Sími 845 8286
MAGNÚS EINARSSON Löggiltur fasteignasali Sími: 512 4900

LANDMARK FASTEIGNASALA
MAGNÚS EINARSSON - Löggiltur fasteignasali
SÍMI 512 4900 – BOLHOLTI 4 – LANDMARK.IS


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
https://twitter.com/graenaljosid
SÝND Í HÁSKÓLABÍÓI, LAUGARÁSBÍÓI OG BORGARBÍÓI AKUREYRI

krossgáta



LÁRÉTT
2. pest, **6.** voði, **8.** langar, **9.** slöngu, **11.** þurrka út, **12.** frenja, **14.** gleikka, **16.** golf áhald, **17.** kopar, **18.** kæla, **20.** bókstafur, **21.** skarpur.

LÓÐRÉTT
1. dalverpi, **3.** tveir eins, **4.** gufuskip, **5.** hamfletta, **7.** áll, **10.** mánuður, **13.** atvikast, **15.** einsöngur, **16.** tæfa, **19.** í röð.

LAUSN

LÁRÉTT: 2. kvef, **6.** vá, **8.** vil, **9.** orm, **11.** má, **12.** skass, **14.** víkka, **16.** tí, **17.** eir, **18.** ísa, **20.** pí, **21.** klár.

LÓÐRÉTT: 1. kvos, **3.** vv, **4.** eimskip, **5.** flá, **7.** árkvísl, **10.** maí, **13.** ske, **15.** aría, **16.** tík, **19.** áð.

Helgarblað
alla laugardaga

Frelsi að geta hlaupið

Helgi Sveinsson, sem missti fótinn 19 ára gamall, keppir í þremur greinum á Ólympíumóti fatlaðra, þar á meðal í 100 metra spretthlaupi.

Meðal annars efnis:

Meira teknó og meira stuð
Unnsteinn Manuel og Haraldur Ari úr hljómsveitinni Retro Stefson ræða vinsældirnar, væntanlega breiðskífu og breytingar hjá bandinu.

Hin árlega busavígsla
Innvígslur nema eru aldagamalt fyrirbæri og hafa lengi verið umdeildar.

Allt sem þú þarft

Sælir eru þeir sem gera mistök

BAKÞANKAR
Magnús Þorlákur Lúðvíksson

Nýverið sótti ég fótboltaleik þar sem markvörður annars liðsins gerði sig sekan um hroðaleg mistök. Eins og oft vill verða með mistök markvarða urðu þau til þess að hitt liðið skoraði og reyndist markið ráða úrslitum í leiknum. Það voru þó ekki mistökin sem slík sem ég vildi ræða heldur fremur viðbrögð markvarðarins í kjölfar þeirra. Markvörðurinn gróf ekki andlitið í höndum sínum, hann bölvaði ekki eigin klaufagangi og hann rétti svo sannarlega ekki upp aðra höndina, bað liðsfélaga sína afsökunar og sagðist skyldu standa sig betur næst. Nei, hann öskraði heldur á liðsfélagana að því er virtist brjálaður yfir þeirra frammistöðu í aðdraganda marksins.

VIÐBRÖGÐ markvarðarins ber vitaskuld að skoða í samhengi. Þetta gerðist í hita knattspyrnuleiks og ég efast ekki um að hann hefur verið óánægðastur allra með sjálfan sig eftir leikinn. Það er engu að síður forvitnilegt að velta fyrir sér þessum viðbrögðum; að kenna öllum öðrum og öllu öðru um, fremur en að líta í eigin barm. Þetta er nefnilega merkilega algengt. Hver kannast ekki við týpuna sem getur aldrei tekið ábyrgð á eigin mistökum? Ef hún mætir seint var það umferðinni að kenna, ef verkefni frá henni reynist illa unnið voru fyrirmælin ruglingsleg og svo framvegis. Þessi tilhneiging getur einnig tekið á sig aðrar og einkennilegri myndir. Sé engin hentug afsökun til staðar kemur fyrir að fólk einfaldlega býr til, oft fjarstæðukenndar, ástæður fyrir því af hverju hlutirnir fóru úrskeiðis. „Það var samkrull ríkisstjórnarinnar, fjármálakerfisins og fjölmiðla sem olli því að ég á nú í fjárhagsvandræðum."

VIÐBRÖGÐ sem þessi láta manni kannski líða betur til skamms tíma en þau eru klárlega ekki uppbyggileg til framtíðar. Vilji maður bæta eigin frammistöðu á íþróttavellinum, í vinnu, skóla eða bara hverju sem er, er miklu gagnlegra að horfast í augu við eigin þátt í því sem fór úrskeiðis og læra af því fremur en að kenna einhverju öðru um. Þegar út í það er farið er það besta leiðin til að læra því þá gleymir maður aldrei lexíunni. Þegar þetta er haft í huga og eins það að allir gera mistök, meira að segja frekar reglulega, er ljóst að það er fráleitt að skammast sín fyrir mistök, gangast ekki við þeim og reyna að gleyma þeim.

SÁ sem keyrir lélegan veg getur ekki kennt steininum um þegar dekk springur, heldur einungis því hvaða vegur var valinn. Þá hefur hann líka vit á því að velja annan veg eða betur búinn bíl næst þegar ferðalag er farið.

myndasögur

Pondus
Eftir Frode Øverli

Gelgjan
Eftir Jerry Scott & Jim Borgman

Handan við hornið
Eftir Tony Lopes

Barnalán
Eftir Jerry Scott & Rick Kirkman

Á STÓRTÓNLEIKUM Í HÖRPU
~HINIR EINU SÖNNU~
STUÐMENN
UPPSELT Á FYRSTU ÞRENNA STUÐMANNA-TÓNLEIKANA Í HÖRPU! TRYGGÐU ÞÉR MIÐA Á ÞÁ FJÓRÐU OG SÍÐUSTU!
Með allt á hreinu
FORSALA HEFST KL. 12:00 Í DAG!!
NÝIR TÓNLEIKAR
LAU. 6. OKT. KL. 23:00
FYRSTU ÞRENNIR TÓNLEIKAR STUÐMANNA SELDUST UPP Á METTÍMA!
FJÓRÐU OG SÍÐUSTU TÓNLEIKAR SVEITARINNAR AÐ SINNI VERÐA LAUGARDAGINN
6. OKTÓBER KL. 23:00. MIÐASALA HEFST FÖSTUDAGINN 24. ÁGÚST KL. 12:00
MIDI.IS – HARPA.IS OG Í MIÐASÖLU HÖRPU

BÓNUS BÓNUS BÓNUS BÓNUS BÓNUS
NICKY
898 KR
TÓLF NICKY SALERNISRÚLLUR
359 KR.
ÞRJÁR NICKY ELDHÚSRÚLLUR
EURO SHOPPER
KJÚKLINGABRINGUR
FROSNAR 900 GR
KYCKLINGFILÉ
1498 KR.PK
ÓDÝRUSTU KJÚKLINGABRINGURNAR Í BÓNUS
FRÁ NOREGI FROSIN LÚÐA
2798 KR.KG
BÓNUS KAFFI
398
KR. 500 GR
jordbær
FROSIN JARÐARBER 1.2 KG
459 KR
GRANULATED SUGAR
WHEAT FLOUR
ROLLED OATS
CORN FLAKES
Þeytirjómi 250 ml,
198 kr.
Hvítur sykur 1 kg.
198 kr.
Hvítt hveiti 1 kg.
98 kr.
Hafrajmöl 500 gr
98 kr.
Kornfleks 750 gr
298 kr.
BEST MEX
Soft Tortil
BEST MEX 8 STK. MJÚKAR TORTILLAKÖKUR = 336 GR
259 KR.
BEST MEX
Taco Sauce
BEST MEX
TACO SÓSUR 230 GR
198 KR.
TILBOÐ Franskar 700g
ÞYKKVABÆJAR 700 GR
TILBOÐS FRANSKAR
259 KR.
SULTUKRUKKA MEÐ LOKI
159 KR.
OPNUM KL.10
BÓNUS EKKERT BRUÐL
Hér færðu veltutengda VILDARPUNKTA
VISA Vildarklúbbur

BÓNUS BÓNUS BÓNUS BÓNUS
FERSKUR KJÖRFUGLS-
KJÚKLINGUR
Á GÓÐU VERÐI
NAUTA Veisla
FERSKT NAUTAHAKK
100% KJÖT
1295 KR. KG
NAUTAVEISLU FERSKT NAUTGRIPAHAKK 100% KJÖT
FERSK NAUTA-PIPARSTEIK
1998 KR. KG
NAUTAVEISLU FERSK NAUTGRIPA-PIPARSTEIK
SKÓLA-OSTUR TILBOÐ
Í SNEIÐUM 1298 KR.KG
OSTSTYKKI 998 KR.KG
4 STK. KRINGLUR MJÚKAR
198 KR.
4 STK. KJALLARABOLLUR MEÐ OSTI
298 KR.
BÓNUS BYGG FLATKÖKUR
5 STK. BYGG-FLATKÖKUR
139 KR.
698 KR. KG
HEILL FERSKUR KJÚKLINGUR
598 KR. KG
FERSKIR KJÚKLINGABITAR
279 KR. KG
FERSKIR KJÚKLINGAVÆNGIR
1798 KR. KG
FERSKAR KJÚKLINGABRINGUR
179 KR. KG
NÝJAR ÍSLENSKAR KARTÖFLUR Í LAUSU
ENGINN VIÐBÆTTUR SYKUR
BÓNUS HREINN EPLA OG APPELSÍNUSAFI
ÞRJÁR 250 ML FERNUR Í PAKKA
159 KR
ENGINN VIÐBÆTTUR SYKUR
BÓNUS HREINN EPLA OG APPELSÍNUSAFI 1 LTR.
129 KR
RICE DREAM
ALMOND DREAM
RÍSMJÓLK & MÖNDLUMJÓLK
298 KR. 1 LTR
BÓNUS EKKERT BRUÐL
Hér færðu veltutengda VILDARPUNKTA
VISA Vildarklúbbur

menning

menning@frettabladid.is

LEIKHÓPURINN MIND GROUP frumsýnir í kvöld verkið Map of the World. Á sviðinu verður heimskort teiknað upp og leitast við að komast að því hverjir „við“ og „hinir“ eru. Sýningar fara fram í Nýlistasafninu, í kvöld klukkan 22 og á sunnudagskvöld klukkan 21. Sýningin er hluti af leiklistarhátíðinni LÓKAL sem nú stendur sem hæst.

Leiðsögn lýkur senn

Síðasta leiðsögn sumarsins um fornleifauppgröft á Alþingisreitnum verður haldin næsta sunnudag en rannsóknin á reitnum hefur staðið í allt sumar. Lagt er upp frá Landnámssýningunni Reykjavík 871+/-2 í Aðalstræti 16 klukkan tvö. Una Helga Jónsdóttir fornleifafræðingur mun leiða hópinn og segja frá gangi mála og nýjustu uppgötvunum.

Minjasafn Reykjavíkur hefur í sumar verið í samstarfi við Alþingi og fornleifafræðingana á Alþingisreitnum um miðlun á verkefninu. Sett hafa verið upp upplýsingaskilti í kringum uppgraftarsvæðið og haldið er úti heimasíðu um verkefnið: http://uppgroftur.reykjavik.is.

Þar er að finna upplýsingar um gang mála og fornleifar sem finnast. Fornleifauppgröftinn við Alþingisreitinn er einnig að finna á Facebook: http://www.facebook.com/Althingisreitur.

Í sumar hefur verið boðið upp á leiðsögn um reitinn bæði á ensku og íslensku. Að því er fram kemur í fréttatilkynningu hefur þessu verið vel tekið og ferðamenn og heimamenn sýnt verkinu mikinn áhuga.

HVAÐ? HVENÆR? HVAR?

Föstudagur 24. ágúst 2012

Leiklist

21.00 Ferðaleikhúsið að Baldursgötu 37 sýnir nýja uppfærslu á Light Nights. Þjóðsögur og margvíslegt íslenskt efni er á dagskránni sem er flutt á ensku. Aðgangseyrir er kr. 2.500 en kr. 2.000 fyrir nema og 1.500 fyrir börn 6 til 16 ára.

Sýningar

20.00 Listamaðurinn Jóhanna Kristbjörg Sigurðardóttir opnar sýninguna Umbrot í Gallerí klósett, Hverfisgötu 61. Er þetta síðasta sýningin í galleríinu en Jóhanna er ein af stofnendum þess.

Tónlist

12.30 **Valgerður Guðnadóttir** sópran, Sólrún Gunnarsdóttir fiðluleikari og Lilja Eggertsdóttir píanóleikari flytja suðræna og seiðandi tóna í Háteigskirkju. Almennt miðaverð er kr. 1.000.

14.00 Þýska hljómsveitin Our Blanket Skies, Svavar Knútur og Halla Norðfjörð koma fram í verslun 12 Tóna við Skólavörðustíg. Tónleikarnir eru haldnir í tilefni af tónlistarhátíðinni Melodica Acoustic Festival.

20.00 Hin sænska Xenia Kriisin heldur tónleika í Norræna húsinu. Aðgangur er ókeypis.

21.00 Hljómsveitin A Band on Stage heldur kveðjutónleika sína á Café Rosenberg.

22.00 Hljómsveitin **Varsjárbandalagið** spilar á Græna Hattinum, Akureyri. Stúlknabandið Upside Drown frá Kaliforníu hitar upp.

23.00 Sváfnir Sigurðarson skemmtir á Ob-La-Dí-Ob-La-Da Frakkastíg 8. Aðgangseyrir er kr. 1.000.

23.00 Bandaríska grasrótar-sækadelíusveitin Prince Rama spilar á Faktorý og Kría Brekkan hitar upp. Tónleikarnir eru á vegum gogoyoko og er aðgangseyrir kr. 1.500.

Fyrirlestrar

12.00 Guðni Th. Jóhannesson sagnfræðingur stýrir fyrirlestri þar sem Þorskastríðin verða endurskoðuð í ljósi heimilda úr skjalasafni NATO. Fyrirlesturinn fer fram í stofu 101 í Odda.

Upplýsingar um viðburði sendist á hvar@frettabladid.is

MEÐ ÓSTYTTA ÖNNU Sigríður Lára Sigurjónsdóttir tók sig til og þýddi Önnu í Grænuhlíð á nýjan leik eftir að hún komst að því að bókin hafði verið stytt verulega í íslenskri þýðingu á sínum tíma. Hér handleikur hún nýja útgáfu bókarinnar sem dreift var í verslanir í vikunni. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

FYNDNARI Í FULLRI LENGD

Sigríður Lára Sigurjónsdóttir komst að því fyrir nokkrum árum að íslensk þýðing einnar eftirlætisbókar hennar, Önnu í Grænuhlíð, væri stytt útgáfa sögunnar. Hún hefur nú þýtt á ný fyrstu bókina af átta um Önnu.

„Ég hef lengi verið aðdáandi Önnu í Grænuhlíð en það var fyrst árið 2009 að ég komst að því að bækurnar væri bæði fleiri en ég hélt og lengri. Ég byrjaði því á að lesa bækurnar sem ég hafði ekki lesið og svo þær sem höfðu verið þýddar á íslensku og komst að því að það var meira í þær spunnið en ég hélt. Bækurnar um Önnu eru til dæmis miklu fyndnari en ég hafði gert mér grein fyrir,“ segir Sigríður Lára Sigurjónsdóttir, þýðandi Önnu í Grænuhlíð sem komin er út á nýjan leik í óstyttri útgáfu hjá forlaginu Ástríki.

„Fyrstu fjórar bækurnar af þeim átta sem höfundurinn Lucy Maud Montgomery samdi um Önnu voru þýddar á árunum 1933 til 1937 af Axel Guðmundssyni. Gömlu þýðingarnar eru mjög góðar að mörgu leyti en þær voru þýddar inn í gömlu þýðingarhefðina sem fól í sér þá hugsun að ekki þyrfti að fara eftir frumtextanum. Fyrsta bókin var til dæmis 27 kaflar á íslensku en 38 á ensku. Og styttingar þýddu líka að sögunni var breytt á köflum,“ segir Sigríður Lára og lofar því að lesendum sem þekkja bókina bara í íslenskri þýðingu verði komið á óvart í nýju þýðingunni.

Fyrsta bókin um Önnu í Grænuhlíð kom út árið 1908. Sögusviðið eru æskuslóðir höfundar, Prince Edwards-eyja sem er við austurströnd Kanada. „Þetta er sígild sveitarómantík en sögurnar eru alls ekki barnabækur eins og sumir halda. Anna sjálf er bara barn í fyrstu bókinni og síðustu bækurnar segja frá börnunum hennar. Ég les þær að minnsta kosti enn mér til ánægju og veit að bækurnar eiga sér fjölmarga aðdáendur á öllum aldri.“

sigridur@frettabladid.is

Æsandi draumur með hápunkti

Bækur ★★★☆☆

Fantasíur

Hildur Sverrisdóttir

Forlagið

Mikið ofsalega og innilega fagna ég aukinni umræðu um jákvæða upplifun af kynlífi og frelsun kynverunnar. Bókin Fantasíur inniheldur 51 fantasíu frá íslenskum konum. Fantasíurnar eru nafnlausar og bæði langar og stuttar; sögur, ljóð og lýsingar. Að mér vitandi hefur slíkt rit ekki verið gefið út hér á landi áður og því ber að fagna þessu.

Sögurnar eru ólíkar og innihalda kynlíf með báðum kynjum og jafnvel verum sem ekki eru af þessum heimi. Ég fagna fjölbreytileika þeirra og klappa fyrir kynsystrum mínum, ég vissi að þið ættuð þetta til. Rauði þráður sagnanna rímar við það sem erlendar rannsóknir hafa komist að um fantasíur kvenna í vestrænum heimi; konur láta sig dreyma um að vera fullnægðar, upplifa kynlíf með öðrum konum, nokkrum aðilum af báðum kynjum og eldheita ástríðu þar sem þær gefa sig á vald þess sem fullnægir.

Fantasíur eiga ekki endilega neitt skylt við raunveruleikann og ekki langar alla að uppfylla fantasíuna sína heldur er hún líkt og æsandi draumur sem hægt er að framkalla að vild. Það er mikilvægt að muna það við lestur þeirra. Í fantasíu ert þú leikstýra í ímynduðum kynferðislegum heimi og gerir nákvæmlega það sem þér sýnist. Flestar enda fantasíurnar í flóðbylgju fullnægingar enda oft talinn hápunktur kynlífs og unaðurinn er ekki flæktur með höfuðverkjum hversdagsins. Sumar sögurnar kitla og aðrar ekki, ætli það fari ekki eftir smekk hvers og eins. Kynlífsatriði sumra sagna þóttu mér of flókin og ég náði ekki að fylgja þeim eftir. Sögurnar eru þó vel skrifaðar, þægilegar til lestrar og uppsetning aðgengileg. Karlmennirnir eru sterklega byggðir, ákveðnir og annaðhvort ókunnugir, ástmenn eða menn í valdastöðu. Konurnar eru mjúkar, fallegar og nautnafullar og snerting sem byrjar sakleysislega leiðir sögupersónuna á óvæntar slóðir. Þá hefði verið gaman að sjá ögn meiri flóru í frásögnum, eins og þar sem konan stjórnar kynlífssenunni eða sögupersónurnar eru aðrar en staðalímyndir kynjanna. Sögusviðið er ýmist ofur rómantískt, framandi eða hversdagslegt. Tilfinningar og þrár endurspeglast í hraða og ákafa ástaratlotanna. Það getur nefnilega falist mikil spennulosun í því að afsala sér stjórnartaumunum. Íslenska konan er sjálfstæð og sterk kynvera og hún getur leyft sér að gefa sig á vald lostans og njóta. Það að lesa um fantasíur annarra er eins og að fá að gægjast í dagbók sem var kyrfilega læst. Þetta er svo forboðið og svo persónulegt að það er ekki annað hægt en að sogast inn í þennan lostafulla heim sem hver og ein frásögn skapar.

Höfundunum þykir vænt um fantasíuna sína og hafa nostrað við hana. Þær sem ekki eru jafn ítarlegar gefa lesandanum færi á að útfæra hana nánar og gera að sinni. Þannig mætti nýta bókina sem leiðarvísi að kynlífi, þar sem í henni má finna ítarlegar lýsingar á kynlífsathöfnum, en hún er einnig kjörin upphitun fyrir ástaratlotin. Þið gætuð jafnvel skipst á að lesa sögur upphátt fyrir hvort annað. Fínt fyrsta skref í að opna umræðu um kynferðisleg málefni og klæmast smá saman.

Sigríður Dögg Arnardóttir

Niðurstaða: Þetta rit er lesning fyrir konur og karla, unga sem aldna. Hafðu hana nálægt rúminu því þessar sögur má lesa aftur og aftur.

PARÍS

eða

KÖBEN

verð frá

9.900 kr.

Bókaðu draumaferðina til Kaupmannahafnar eða Parísar
á einstöku WOW verði á wowair.is, ferðatímabilið er til 16. september.
Gildir til miðnættis í kvöld.

WOW air

WOWAIR.IS | Höfðatún 12 | 105 Reykjavík | 590 3000 | wowair@wowair.is

UNDIRRITUN Í HÖFÐA Marshall Porter úr Beikonfélaginu í Iowa og Bogi Guðmundsson, formaður Beikonfélagsins, undirrituðu samstarfssamning í Höfða í gær. Á bak við má sjá lukkudýrið Óðin sem er hið íslenska lukkudýr hátíðarinnar, en hann er faðir Blue, sem er lukkudýr hátíðarinnar í Iowa. FRÉTTABLAÐIÐ/GUNNAR

Fylla bæinn af beikonilmi

Stjórn Beikonfélagsins í Iowa er stödd hérlendis til að taka þátt í hátíðinni Reykjavík Bacon Festival sem verður haldin á Skólavörðustígnum á morgun.

„Ég titra, þetta er mjög tilfinningarík stund en við viljum bara sameina heiminn í ást, gleði og beikoni," sagði Marshall Porter við undirritun samstarfssamnings Beikonfélagsins íslenska og þess frá Iowa í Höfða í gær. Marshall þessi er tengiliður félagsins í Iowa við Ísland.

Þetta er í annað skipti sem Reykjavík Bacon Festival er haldin en hún er töluvert stærri í sniðum í ár en fyrra. Brooks Reynolds er formaður og stofnandi Beikonfélagsins í Iowa og segir hann samstarfið við íslenska félagið hafa gengið mjög vel. „Við erum yfir okkur ánægðir með að vera komnir til Íslands en við erum með hátíðina á þremur mismunandi stöðum í Bandaríkjunum. Stærst er hún heima í Iowa og er hún álitin mekka beikonhátíða," segir Brooks en beikonhátíðin í Iowa verður haldin í sjötta skiptið þann 9. febrúar og verður þá tileinkuð Íslandi. „Við vitum að Íslendingar elska beikon og vonumst til að fá íslensk fyrirtæki til að kynna mat, drykk og menningu á hátíðinni," segir Brooks en reiknað er með að um átta þúsund manns mæti á hana. Þeir félagar gera þó meira en að borða beikon og halda hátíðir og vinnur Brooks til að mynda sem framkvæmdastjóri hjá tryggingafélagi. „Ég er í jakkafötum alla daga," segir hann og hlær. Þar að auki lætur félagið gott af sér leiða og hefur gefið yfir 30.000 dollara í góðgerðarfélög á undanförnum fimm árum, eða frá því að það var stofnað. Sjö félagar stjórnarinnar komu til landsins í gærmorgun og komu þeir ekki tómhentir. „Við fluttum inn fimmtíu kíló af fyrsta flokks beikoni frá Iowa en það eru um það bil 1.700 sneiðar," segir Brooks en til þess þurftu þeir sérstakt leyfi frá landbúnaðarráðuneytinu og fleiri stöðum.

Beikonhátíðin verður haldin á Skólavörðustígnum á milli klukkan 14 og 17 á morgun og heldur svo áfram á Kexi Hosteli um kvöldið. „Við steikjum fjórar mismunandi gerðir af beikoni úti á götu og nokkrir veitingastaðir bjóða upp á smakk af beikonréttum, Klaufarnir sjá um tónlist, alls kyns beikonlist verður til sýnis og margt fleira. Um kvöldið höldum við svo áfram að steikja beikon á Kexinu og ætlum bara að hafa gaman," segir Benedikt Ingi Tómasson, sem er einn meðlima íslensku stjórnarinnar. „Við vonumst til að beikonilmurinn fylli miðbæinn." tinnaros@frettabladid.is

STAÐREYNDIR UM BEIKON

Beikon er saltað og reykt svínakjöt. Á Íslandi og í Ameríku er algengast að það sé búið til úr slögum og er það mjög feitt eða með yfir 50% fitu í flestum tilfellum. Í Englandi er beikonið búið til úr hrygg svínsins og því tala Englendingar oft um íslenskt beikon sem amerískt beikon. Ameríkanar eru þó ósammála því þar sem íslenska beikonið er töluvert þynnra en það ameríska og að því leyti ósambærilegt að þeirra mati.

Beikon er ávanabindandi, er talið lækna timburmenn og er ein elsta unna kjöttegundin í heiminum. Óléttar konur eru hvattar til að borða beikon þar sem það inniheldur efni sem hjálpar heila fóstursins að vaxa.

Dagur svínsins er 1. mars sem einmitt er bjórdagurinn á Íslandi, en beikon og bjór þykja eiga mjög vel saman. „Það er mjög gott að hafa kaldan drykk með beikoninu því það getur verið svolítið salt," segir Brooks.

SAMBÍÓIN SAMbio.is

SAMBÍÓIN ÁLFABAKKA

BABYMAKERS	KL. 3:40 - 5:50 - 8 - 10:20	2D	12
STEP UP REVOLUTION	KL. 3:40 - 5:50 - 8 - 10:20		7
BRAVE ÍSL. TAL	KL. 3:40 - 5:50	3D	L
BRAVE ÍSL. TAL	KL. 3:40 - 5:50	2D	L
BRAVE ENSKU. TALI	KL. 8	2D	L
SEEKING A FRIEND	KL. 5:50 - 8 - 10:20	2D	12
THE DARK KNIGHT RISES	KL. 8 - 10:20	2D	12
THE DARK KNIGHT RISES LUXUS VIP	KL. 6 - 10	2D	L
MADAGASCAR 3 ÍSL. TAL	KL. 3:40	2D	L

SAMBÍÓIN EGILSHÖLL

THE DARK KNIGHT RISES	SÝND KL. 8 - 10:10	2D	12
THE BABYMAKERS	SÝND KL. 5:40 - 8	2D	12
STEP UP	SÝND KL. 5:40 - 8	2D	7
STEP UP ÓTEXTUÐ	SÝND KL. 10:30	3D	7
TOTAL RECALL	SÝND KL. 8	2D	12
BRAVE ENS TAL	SÝND KL. 10:20	2D	L
BRAVE ÍSL TAL	SÝND KL. 5:30	3D	L
BRAVE ÍSL TAL	SÝND KL. 5:50	2D	L

SAMBÍÓIN AKUREYRI

BRAVE ÍSL. TALI	KL. 6	3D	L
STEP UP 4	KL. 8		7
BATMAN THE DARK KNIGHT RISES	KL. 10:10	2D	12
BABYMAKERS ÍSLANDSFRUMSÝNING	KL 6 8		L
SEEKING A FRIEND	KL. 10:10		12

SAMBÍÓIN KRINGLUNNI

DARK KNIGHT RISES	KL. 5:30 - 9	2D	12
BABYMAKERS	KL. 5:50 - 8 - 10:20	2D	12
STEP UP REV.	KL. 3:40 - 5:50 - 8	2D	7
BRAVE ÍSL. TALI	KL. 3:40	3D	L
BRAVE ÍSL. TALI	KL. 3:20	2D	L
MAGIC MIKE	KL. 10:20	2D	12

SAMBÍÓIN KEFLAVÍK

THE EXPENDABLES 2	KL. 10:10		16
BABYMAKERS	KL. 8 - 10:10	2D	12
STEP UP REVOLUTION	KL. 8		7
SEEKING A FRIEND	KL. 5:50		12
THE BRAVE ÍSL TAL	KL. 5:50		L

SPARBÍÓ
750 KR MIÐAVERÐ Á ALLAR MYNDIR SEM ERU MERKTAR APPEISÍNUGULU (0-8 ára kr.700)

SMÁRABÍÓ GLERAUGU SELD SÉR 5%

THE EXPENDABLES 2	KL. 5.40 - 8 - 10.20	16
THE EXPENDABLES 2 LÚXUS	KL. 5.40 - 8 - 10.20	16
THE WATCH	KL. 8 - 10.20	12
PARANORMAN 3D	KL. 5.45 / 2D KL. 3.30	7
BRAVE: HIN HUGRAKKA 2D	KL. 3.30 - 5.45	L
BRAVE: HIN HUGRAKKA 3D	KL. 5.45	L
TOTAL RECALL	KL. 8 - 10.35	12
ÍSÖLD 4 3D ÍSL.TAL	KL.3.40 / 2D ÍSL.TAL KL. 3.40	L
TED	KL. 8	12
SPIDER-MAN 3D	KL. 10.20	10

HÁSKÓLABÍÓ NÁNAR Á MIÐI.IS 5%

THE EXPENDABLES 2	KL. 5.40 - 8 - 10.20	16
ÉG ER EKKI NÓGU GOTT LANDSLAG	KL. 6	L
THE WATCH	KL. 8 - 10.20	12
TO ROME WITH LOVE	KL. 5.30 - 8 - 10.30	L
INTOUCHABLES	KL. 5.30 - 8 - 10.30	L

BORGARBÍÓ NÁNAR Á MIÐI.IS

THE EXPENDABLES 2	KL. 5.50 - 8 - 10	16
THE WATCH	KL. 8 - 10	12
INTOUCHABLES	KL. 5.50	12

facebook/smarabio • facebook/haskolabio

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

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

LAUGARÁSBÍÓ Sýningartímar

THE EXPENDABLES 2	6, 8, 10.10(P)	16
THE WATCH	8, 10.20	12
PARANORMAN 3D	4, 6 - ISL TAL	7
BRAVE: HIN HUGRAKKA 3D	4 - ISL TAL	L
INTOUCHABLES	3.50, 5.50, 8, 10.20	12

MEÐ STUÐNINGI REYKJAVÍKURBORGAR OG KVIKMYNDAMIÐSTÖÐVAR ÍSLANDS ■ Miðasala: 412 7711 ■ Hverfisgata 54 Rvík ■ www.bioparadis.is ■ Hluti af Europa Cinemas

BÍÓ ★ PARADÍS

FÖSTUDAGUR: ELLES (ÞÆR) 17:50, 20:00, 22:10 ■ TÍU TÍMAR TIL PARADÍSAR (TEDDY BEAR) 18:00, 20:00, 22:00 ■ HRAFNHILDUR 18:00, 20:00 ■ *COOL CUTS: 101 REYKJAVIK* 18:00 ■ *COOL CUTS: WHEN THE RAVEN FLIES* 20:00 ■ *COOL CUTS: HEIMA SIGUR RÓS* 22:00 ■ *BLACK'S GAME (ENGLISH SUBS)* 22:00

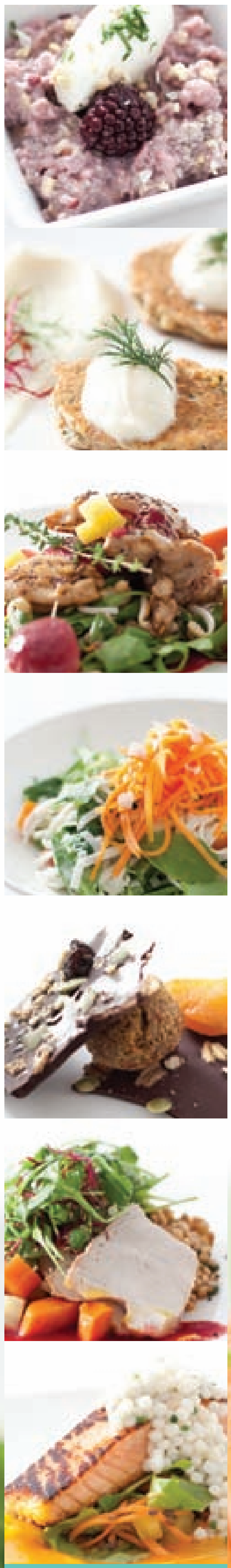
31. ÁGÚST: EN KONGELIG AFFÆRE (KÓNGAGLENNA)

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

shape

léttasta leiðin til að léttast

Þú þarft aldrei aftur að hugsa um kaloríur eða skammtastærðir



Við gerum það fyrir þig...

a Við reiknum út næringuna og kaloríurnar
b Við eldum matinn og þú sækir*
c Þú byrjar að léttast strax frá fyrsta degi

* N1-Bíldshöfða, N1-Hringbraut, N1-Borgartúni, N1-Lækjargötu Hf., Sporthúsið - Kópavogi

Þinn matseðill er sérútbúinn af sérfræðingum okkar og eldaður af fagmönnum

morgunverður - millimáltíð - hádegisverður - millimáltíð - kvöldverður - kvöldsnakk

AÐEINS **3.690 kr.** DAGURINN

Maturinn okkar er fullkomin samsetning af næringarríkum mat og hver dagur inniheldur einungis 1500-1800 kaloríur. Sem þýðir að þú munt byrja að léttast strax frá fyrsta degi. Við höfum reiknað út hárrétta samsetningu af góðum og trefjaríkum kolvetnum, próteinum og hollri fitu.
Meltingin verður léttari, orkan verður betri og þú munt léttast.

Kíktu á www.shape.is og veldu þína leið

shape.is

www.korter.is

sport

sport@frettabladid.is

ÁSDÍS HJÁLMSDÓTTIR varð í áttunda sæti af níu keppendum í spjótkasti kvenna á Demantamóti IAAF í Lausanne í Sviss í gærkvöldi en Ásdís kastaði lengst 59,12 metra í öðru kasti sínu. Þetta var annað Demantamót Ásdísar á þessu ári en hún endaði í 5. sæti í New York fyrr í sumar. Barbora Spotakova frá Tékklandi vann mótið en hún kastaði 67,19 metra.

FH 1-3 KR

Kaplakriki, áhorf.: 2360 — Gunnar Jarl Jónsson (8)

0-1 Baldur Sigurðsson (18.), 0-2 Baldur Sigurðsson (40.), 0-3 Gary Martin (66.), 1-3 Hólmar Örn Rúnarsson (87.)

Skot (á mark): 11-18 (4-7)
Varin skot: Gunnleifur 3 - Hannes 3.

FH (4-3-3): Gunnleifur Gunnleifsson 5 - Guðjón Árni Antoníusson 5, Guðmann Þórisson 4, Freyr Bjarnason 4, Danny Thomas 4 - Bjarki Gunnlaugsson 3 (71., Einar Karl Ingvarsson -), Björn Daníel Sverrisson 4, Hólmar Örn Rúnarsson 4 - Emil Pálsson 3 (54., Kristján Gauti Emilsson 4), Atli Guðnason 4, Albert Brynjar Ingason 4 (78., Jón Ragnar Jónsson -)

KR (4-3-3): Hannes Þór Halldórsson 6 - Haukur Heiðar Hauksson 7, Aron Bjarki Jósepsson 7, Grétar Sigfinnur Sigurðarson 7, Guðmundur Reynir Gunnarsson 7 - Bjarni Guðjónsson 8, Jónas Guðni Sævarsson 8, ***Baldur Sigurðsson 8** (83., Atli Sigurjónsson -) - Emil Atlason 8, Óskar Örn Hauksson 8 (67., Kjartan Henry Finnbogason 6), Gary Martin 6 (71., Þorsteinn Ragnarsson -) * MAÐUR LEIKSINS

ÍA 1-2 Stjarnan

Akranesvöllur, áhorf.: Óuppg. — Þorvaldur Árnason (6)

0-1 Kennie Chopart (17.), 0-2 Atli Jóhannsson (45.+1), 1-2 Garðar Gunnlaugsson (45.+3)

Skot (á mark): 2-13 (2-6)
Varin skot: Páll Gísli 4 - Ingvar 0

ÍA (4-3-3): Páll Gísli Jónsson 6 - Theodore Furness 4, Ármann Smári Björnsson 6, Kári Ársælsson 4, Aron Ýmir Pétursson 4 - Jóhannes Karl Guðjónsson 6, Einar Logi Einarsson 5 (65. Jesper Jensen 5), Arnar Már Guðjónsson 5 - Dean Martin 4 (65. Ólafur Valur Valdimarsson 5), Andri Adolphsson 5 (81. Jón Vilhelm Ákason), Garðar Gunnlaugsson 6.

STJARNAN (4-3-3): Ingvar Jónsson 6 - Jóhann Laxdal 7, ***Daníel Laxdal 8**, Alexander Scholz 7, Kennie Chopart 8 - Baldvin Sturluson 5 (79. Bjarki Páll Eysteinsson -), Atli Jóhannsson 7 (73. Snorri Páll Blöndal -), Mark Doninger 5 (67. Hörður Árnason 5) - Gunnar Örn Jónsson 6, Halldór Orri Björnsson 6, Ellert Hreinsson 7. * MAÐUR LEIKSINS

TIL RÚSSLANDS Harpa Þorsteinsdóttir í leik með Stjörnunni. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Meistaradeild kvenna:

Stjörnukonur til Rússlands

FÓTBOLTI Dregið var í 32- og 16-liða úrslit í Meistaradeild Evrópu í gær. Íslandsmeistarar Stjörnunnar voru í pottinum og drógust gegn FK Zorkiy frá Rússlandi.

„Þetta var svo sem ekki óskadráttur fyrir okkur því þetta verður erfitt og dýrt ferðalag,“ sagði Þorlákur Árnason, þjálfari Stjörnunnar.

„En það ríkir gríðarlega mikil spenna fyrir þessu verkefni innan félagsins, ekki síst vegna þess að ef við vinnum mætum við Lyon í 16-liða úrslitum,“ bætti hann við en Lyon er ríkjandi Evrópumeistari og besta félagslið heims í dag.

Þorlákur þekkir ekki mikið til rússneska kvennaboltans. „Það eru nokkur fjársterk lið í Rússlandi og í þessu liði eru nokkrir mjög sterkir erlendir leikmenn. Ég veit að þetta er gott lið og það verður bara að koma í ljós hvort við erum nægilega góð til að geta slegið það úr leik.“ - esá

Baldur kveikti í titilvonum KR-inga

KR-ingar eru mættir aftur í titilbaráttu Pepsi-deildar karla í knattspyrnu eftir frækinn 3-1 útisigur á FH-ingum. Baldur Sigurðsson skoraði tvö mörk gestanna og var hetja Vesturbæjarliðsins annan leikinn í röð.

FÓTBOLTI Þeir sem töldu aðeins formsatriði fyrir FH-inga að sigla Íslandsmeistaratitlinum í hús fyrir stórleik gærkvöldsins gegn KR höfðu heldur betur rangt fyrir sér. Íslandsmeistararnir mættu mun ákveðnari til leiks í Kaplakrika í gær og uppskáru sjaldséðan sigur en sanngjarnan sigur í Hafnarfirði.

„KR-ingarnir mættu til leiks, voru gríðarlega grimmir og létu finna fyrir sér. Það var eins og við gerðum okkur ekki grein fyrir því að þetta væri síðasti möguleiki KR til þess að vera með í titilbaráttunni. Við vorum engan veginn tilbúnir í baráttuna,“ sagði Heimir Guðjónsson, þjálfari FH, í leikslok og gerði ágætlega upp fyrri hálfleik liðanna.

Tvö gul spjöld litu dagsins ljós á fyrstu sex mínútum leiksins á rennandi blautum Kaplakrikavelli og ljóst að um harðan baráttuleik yrði að ræða. FH-ingar fengu forsmekkinn að því sem koma skyldi þegar Bjarni Guðjónsson skaut í þverslá FH-inga úr aukaspyrnu strax á fjórðu mínútu. Gestirnir unnu alla lausa bolta, létu vaða á markið við hvert tækifærið og aðeins tímaspursmál hvenær boltinn hafnaði í netinu.

Á 18. mínútu sendi Óskar Örn Hauksson undir engri pressu boltann fyrir markið frá vinstri. Boltinn flaut fram hjá varnarmönnum FH á Baldur Sigurðsson sem skoraði af stuttu færi. Baldur skoraði sigurmark KR-inga í bikarúrslitunum gegn Stjörnunni um síðustu helgi og greinilegt að Mývetningurinn kann vel við sig á haustin.

Góður tími fyrir Smalann

„Þetta er góður tími. Það eru göngur og réttir og maður þarf að vera klár á þessum árstíma,“ sagði Baldur í leikslok en hann átti eftir að bæta við marki skömmu fyrir leikhlé. Smalinn, eins og Mývetningurinn er oft kallaður, fékk þá boltann eftir frábæran undirbúning Emils Atlasonar og hamraði hann efst í markhornið utarlega úr teignum. 2-0 forysta gestanna og FH-ingar í stúkunni hristu hausinn.

Ef einhver Hafnfirðingur bar þá von í brjósti að heimamenn gætu snúið dæminu við í síðari hálfleik sást fljótlega að það myndi ekki gerast. Gestirnir höfðu öll tök, bættu við marki um miðjan hálfleikinn áður en heimamenn minnkuðu muninn undir lokin.

FRÁBÆRIR FIMM DAGAR Baldur Sigurðsson skoraði sigurmarkið í bikarúrslitaleiknum á laugardaginn og skoraði síðan tvö fyrstu mörkin í Kaplakrikanum í gær. Hér fagnar hann síðara marki sínu. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

„Með þessum leik gefum við sjálfum okkur möguleika í toppbaráttunni. Með tapi hefði möguleikinn aðeins verið stærðfræðilegur en sigurinn opnar aðeins möguleikann. Við þurfum þó enn að treysta á önnur lið auk þess að vinna okkar leiki sem er þrautinni þyngri,“ sagði Rúnar Kristinsson þjálfari KR-inga í leikslok.

Rúnar gerði breytingar á sínu liði, setti Jónas Guðna Sævarsson á miðjuna með Bjarna Guðjónssyni og óhætt að segja að sú ákvörðun hafi borgað sig.

„Jónas Guðni hefur komið inn á í nokkrum leikjum og átt misjöfnu gengi að fagna. Við vitum þó alveg hvað hann getur en hann þurfti tíma og leikæfingu sem er smátt og smátt að koma. Hann átti sérstaklega góðan leik í fyrri hálfleik og þeir Bjarni voru frábærir.“

Tapið var það fyrsta hjá FH á heimavelli í 24 leikjum eða frá því í júní 2010 þegar Stjarnan vann 3-1 sigur. Guðmann Þórisson fékk rauða spjaldið stundarfjórðungi fyrir leikslok og verður því í banni gegn Fylki á sunnudaginn.

-ktd

PEPSI-DEILDIN

FH	**15**	**10**	**2**	**3**	**37-17**	**32**
KR	16	9	3	4	31-21	30
ÍBV	**15**	**8**	**2**	**5**	**27-13**	**26**
Stjarnan	16	6	7	3	34-30	25
Keflavík	**16**	**7**	**3**	**6**	**27-23**	**24**
ÍA	16	7	3	6	25-30	24
Fylkir	**16**	**6**	**5**	**5**	**22-29**	**23**
Breiðablik	16	6	4	6	17-21	22
Valur	**16**	**7**	**0**	**9**	**24-25**	**21**
Fram	16	5	1	10	22-28	16
Selfoss	**16**	**4**	**2**	**10**	**23-33**	**14**
Grindavík	16	2	4	10	22-41	10

Stjörnumenn aftur á sigurbraut eftir 2-1 útisigur á ÍA á Akranesi í 16. umferð Pepsi-deildarinnar í gær:

Ætlum að tryggja okkur Evrópusæti

FÓTBOLTI Stjarnan vann í gær sinn fyrsta sigur í Pepsi-deild karla síðan 5. júlí en liðið gerði þá góða ferð upp á Skipaskaga og vann ÍA, 2-1. Kennie Chopart og Atli Jóhannsson skoruðu fyrir Stjörnuna en Garðar Gunnlaugsson minnkaði muninn fyrir ÍA.

Öll mörkin komu í fyrri hálfleik sem Stjörnumenn áttu nánast skuldlaust. Þeir náðu sanngjarnri 2-0 forystu í leiknum og þétt varnarlína liðsins sá til þess að sóknarmenn ÍA komust nánast ekki að marki sínu.

Skagamenn áttu sitt fyrsta markskot í leiknum í uppbótartíma fyrri hálfleiks en þá náðu þeir að koma sér skyndilega inn í leikinn með marki Garðars. Það kom eftir fast leikatriði og nánast í eina skiptið sem vörn Stjörnumanna gleymdi sér í leiknum.

„Þeir fengu aukaspyrnu og tóku hana fljótt. Við vorum ekki komnir í stöðu,“ sagði Daníel Laxdal sem átti frábæran dag í vörn Stjörnunnar.

„Þess fyrir utan spiluðum við mjög vel og náðum loksins sigri. Við þurftum að rífa okkur upp eftir slæmt gengi í deildinni og vonandi er þetta allt á uppleið. Við ætlum okkur að ná Evrópusætinu í deildinni.“

Bjarni Jóhannsson, þjálfari Stjörnunnar, var einnig ánægður með sigurinn – ekki síst í ljósi þess að liðið tapaði fyrir KR í bikarúrslitunum um helgina.

„Það var erfitt að undirbúa þennan leik eftir spennufallið sem fylgdi því að tapa um helgina. Við gerðum það sem var lagt upp með og það gekk vel. Helst var að við áttum að skora meira í fyrri hálfleik og ná meiri forystu. Engu að síður náðum við að sigla þessu nokkuð örugglega í höfn í seinni hálfleik.“ Þórður Þórðarson, þjálfari ÍA, segir að sínir menn hafi átt afar slæman fyrri hálfleik. „Við vorum einfaldlega lélegir. Við vorum sterkari í seinni hálfleik og þó svo að Stjörnumenn hafi fengið betri færi tel ég að við spiluðum betur,“ segir hann.

LANGÞRÁÐ Stjörnumenn fagna hér einu marka sinna í gærkvöldi en þeir voru búnir að tapa þremur leikjum í röð fyrir leikinn í gær. FRÉTTABLAÐIÐ/GUÐMUNDUR BJARKI HALLDÓRSSON

Skagamenn hafa verið á ágætri siglingu að undanförnu en Þórður segir tapið ekki neitt bakslag. „Þetta er jöfn deild og allir að vinna alla, nema kannski neðstu liðin. Nú er það bara næsti leikur sem gildir og ekkert annað.“

- esá

SPENNANDI NÝIR TITLAR

Aðdáendur Adler-Olsens hafa beðið spenntir eftir nýrri bók en fyrri bækur hans slógu rækilega í gegn.

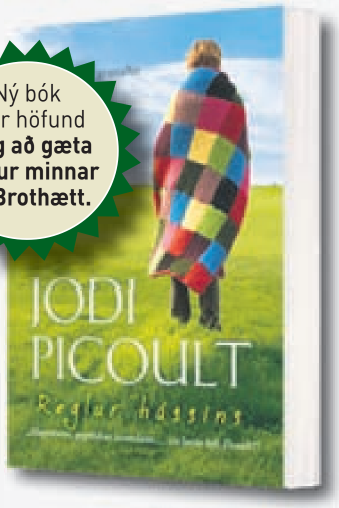
TILBOÐ kr. 2.299,-
Verð áður kr. 2.699,-

1.
Kiljulisti Eymundsson

Íslenskar fantasíur.
Þessi er uppfull af erótík og spennu.

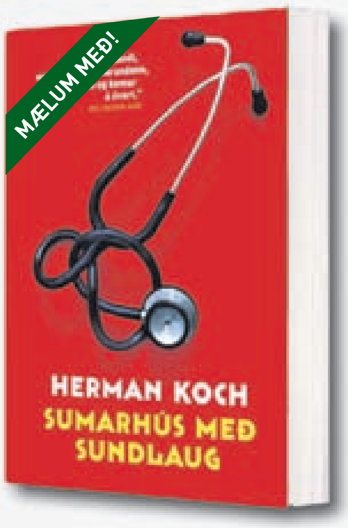
TILBOÐ kr. 2.299,-
Verð áður kr. 2.699,-

TILBOÐ kr. 2.299,-
Verð áður kr. 2.699,-



Ný bók eftir höfund **Á ég að gæta systur minnar** og **Brothætt.**

TILBOÐ kr. 2.299,-
Verð áður kr. 2.699,-



TILBOÐ kr. 2.299,-
Verð áður kr. 2.699,-

TILBOÐ kr. 2.299,-
Verð áður kr. 2.699,-

TILBOÐ kr. 2.299,-
Verð áður kr. 2.699,-

TILBOÐ kr. 2.299,-
Verð áður kr. 2.699,-

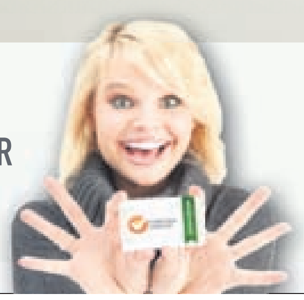
Valin ein besta bók ársins 2011 af fjölmiðlum víða erlendis, m.a. Oprah Magazine.

TILBOÐ kr. 2.299,-
Verð áður kr. 2.699,-

TILBOÐ kr. 2.299,-
Verð áður kr. 2.699,-

Tilboð gildir til og með 29.08.12

VILDARKLÚBBUR EYMUNDSSON



5% aukaafsláttur af tilboðum.
Skráðu þig í næstu heimsókn.

Eymundsson
Bóksali frá 1872

> Stöð 2 kl. 20.10

So You Think You Can Dance

Fjórð heldur áfram hjá dönsurunum í So You Think You Can Dance á Stöð 2. Núna eru 14 dansarar eftir. Þeir þurfa að sýna snilldartilþrif til þess að fá að halda áfram í keppninni.

dagskrá

VIÐ TÆKIÐ BIRGIR ÞÓR HARÐARSON ER KVÍÐINN

Þáttaskilin í lífi mínu

Frá lokum ágústmánaðar ár hvert og þar til í lok september hlakka ég alltaf ofboðslega til vetrarins. Ég er ekkert sérstaklega spenntur fyrir kuldanum, dimmum morgnum og svörtum nóttum. Og ég er ekkert ofboðslega mikið fyrir snjó. Ég hlakka til vetrarins því þá koma nýir sjónvarpsþættir.

Ég hef undanfarin ár fylgst með The Office, Parks and Recreation, Community og fleiri þáttum. Ég er alltaf með einn eða tvo þætti á dagskrá hvert einasta kvöld nema um helgar.

House var hins vegar uppáhaldið mitt og það voru bestu dagar vikunnar, þegar ég kastaði mér upp í sófa og horfði á Hugh Laurie gera snilldina.

En nú, eftir átta seríur af House, hefur framleiðslu þáttanna verið hætt. Nú þarf ég ekki aðeins að finna mér nýjan þátt til að fylla í dagskrána heldur þarf ég að finna nýjan uppáhaldsþátt. Það gæti orðið erfitt.

Kannski er bara besta lausnin að byrja upp á nýtt á House. Fyrsta þáttaröð, fyrsti þáttur. Já. Ég geri það.

RÁS 1 FM 92,4/93,5

06.36 Bæn **06.39** Morgunþáttur Rásar 1 **06.40** Veðurfregnir **07.00** Fréttir **07.30** Fréttayfirlit **08.00** Morgunfréttir **08.05** Morgunstund með KK **08.30** Fréttayfirlit **09.00** Fréttir **09.05** Óskalögin **09.45** Morgunleikfimi **10.00** Fréttir **10.03** Veðurfregnir **10.13** Sagnaslóð **11.00** Fréttir **11.03** Samfélagið í nærmynd **12.00** Fréttir **12.02** Hádegisútvarp **12.20** Hádegisfréttir **12.45** Veðurfregnir **12.50** Dánarfregnir **13.00** Tilraunaglasið **14.00** Fréttir **14.03** Söngleikir okkar tíma **15.00** Fréttir **15.03** Útvarpssagan: 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** Veðurfregnir **18.53** Dánarfregnir **19.00** Seiðandi söngrödd **20.00** Leynifélagið **21.10** Hringsól **21.30** Kvöldsagan: Draumur um Ljósaland **22.00** Fréttir **22.05** Veðurfregnir **22.10** Orð kvöldsins **22.15** Litla flugan **23.05** Liðast um landið **00.00** Fréttir **00.05** Næturútvarp Rásar 1

RÚV

16.20 Í skugga hljóðnemans (e) Dagskrá um Jónas Jónasson útvarpsmann.

17.20 Snillingarnir

17.44 Bombubyrgið

18.15 Táknmálsfréttir

18.25 Gómsæta Ísland (2:6) (Delicious Iceland) (e)

19.00 Fréttir

19.30 Veðurfréttir

19.35 Popppunktur (8:8) (Úrslit) Dr. Gunni og Felix Bergsson stjórna þættinum.

20.45 Frekjudósin mín (My Sassy Girl) Bandarísk bíómynd frá 2008. Ljúfur drengur í Miðvesturríkjunum verður skotinn í stelpu sem fer illa með hann. Leikstjóri er Yann Samuell og meðal leikenda eru Elisha Cuthbert og Jesse Bradford.

22.20 Hver myrti Rauðhettu? (1:2) (Who Killed Little Red Riding Hood?) Frönsk mynd í tveimur hlutum. Ung stúlka finnst stórslösuð í skurði við vegarkant í útjaðri smábæjar og við hlið hennar liggur vinur hennar látinn. Hann er með úlfsgrímu og hún með rauðhettugrímu. Lögreglan fer á stúfana og reynir að fá botn í þetta dularfulla mál. Atriði eru ekki við hæfi barna. Seinni hlutinn verður sýndur að viku liðinni.

23.55 Hitabeltisþruma (Tropic Thunder) Leikarar sem vinna að gerð dýrrar stríðsmyndar neyðast til að verða eins og hermennirnir sem þeir eiga að vera að leika. Leikstjóri er Ben Stiller og hann leikur jafnframt aðalhlutverk ásamt Jack Black, Robert Downey Jr. og Steve Coogan. Bandarísk bíómynd frá 2008. Atriði í myndinni eru ekki við hæfi barna.

01.40 Útvarpsfréttir í dagskrárlok

BÍÓ

07.05 All About Steve

08.40 You Again

10.20 Three Amigos

12.00 Toy Story 3

14.00 You Again

16.00 Three Amigos

18.00 Toy Story 3

20.00 All About Steve

22.00 Bangkok Dangerous

00.00 The Chamber

02.00 A Number

04.00 Bangkok Dangerous

06.00 Shorts

STÖÐ 2

07.00 Barnatími Stöðvar 2

08.50 Malcolm in the Middle (23:25)

09.15 Bold and the Beautiful

09.35 Doctors (130:175)

10.15 Sjálfstætt fólk (15:30)

10.50 Sprettur (2:3)

11.20 Cougar Town (10:22)

11.45 Jamie Oliver's Food Revolution (3:6)

12.35 Nágrannar

13.00 Frasier (3:24)

13.25 Someone Like You Rómantísk gamanmynd. Jane Goodale er ekki ánægð þegar kærastinn segir henni upp. En í stað þess að leggjast í þunglyndi ákveður hún að kynna sér ítarlega hið rétta eðli karlmanna. Rannsóknir hennar taka hins vegar óvænta stefnu og brátt er hún álitin vera sérfræðingur í samskiptum kynjanna.

15.00 Sorry I've Got No Head

15.30 Tricky TV (11:23)

15.55 Barnatími Stöðvar 2

17.05 Bold and the Beautiful

17.30 Nágrannar

17.55 Friends (20:25)

18.23 Veður

18.30 Fréttir Stöðvar 2

18.47 Íþróttir

18.54 Ísland í dag

19.11 Veður

19.20 American Dad (11:19)

19.45 Simpson-fjölskyldan (1:22)

20.10 So You Think You Can Dance (10:15) Leitin að næstu dansstjörnu Ameríku heldur áfram. Þetta er stærsta danskeppni í heimi.

21.35 Big Stan Gamanmynd um mann sem neyðist til að afplána fangelsisdóm, en fær vin sinn til að þjálfa sig upp í bardagalistum áður en hann heldur í fangelsið.

23.20 Noise Mögnuð mynd með Tim Robbins og William Hurt og fjallar um mann sem hefur fengið nóg af hávaðanum í New York og ákveður að grípa til róttækra aðgerða.

00.50 All Hat Hressilegur gamanvestri frá Kanada. Með aðalhlutverk fara Keith Carradine og Rachel Leigh Cook.

02.20 Jesse Stone: Thin Ice Skotheld spennumynd með Tom Selleck í hlutverki lögreglustjórans harðgera, Jesse Stone.

03.45 The Day After Tomorrow

05.45 Fréttir og Ísland í dag

SPORT *besta sætið*

07.00 Pepsi mörkin

13.50 Pepsi deild kvk: Stjarnan - Breiðablik

15.40 Pepsi deild kk: FH - KR

17.30 Pepsi mörkin

18.15 Evrópud.: Hearts - Liverpool

20.00 Meistarad. Evrópu: fréttaþáttur

20.30 La Liga Report

21.00 Rory McIlroy á heimaslóðum David Feherty heimsækir Rory McIlroy og tekur við hann einlægt og áhugavert viðtal.

21.25 UFC Live Events 125 Útsending frá bardagamóti í Las Vegas. Aðalbardaginn er á milli Frankie Edgar og Gary Maynard um heimsmeistaratitil í léttvigt.

SPORT 2 *enski boltinn*

15.35 Sunnudagsmessan

16.50 WBA - Liverpool

18.40 Arsenal - Sunderland

20.30 Premier League Preview Show

21.00 Premier League World 2012/13

21.30 Football League Show 2012/13

22.00 Premier League Preview Show

22.30 West Ham - Aston Villa

GULL

18.15 Doctors (8:175)

19.00 The Middle (14:24)

19.25 The Big Bang Theory (17:24)

19.45 2 Broke Girls (16:24)

20.05 The Middle (15:24)

20.30 How I Met Your Mother (20:24)

20.50 Up All Night (4:24)

21.15 Mike & Molly (2:23)

21.35 Veep (1:8)

22.05 Weeds (5:13)

22.30 The Middle (14:24) (15:24)

23.15 The Big Bang Theory (17:24)

23.40 2 Broke Girls (16:24)

00.00 How I Met Your Mother (20:24)

00.25 Up All Night (4:24)

00.50 Mike & Molly (2:23)

01.15 Veep (1:8)

01.45 Weeds (5:13)

02.15 Tónlistarmyndbönd frá Popptíví

POPP TÍVÍ

17:00 Simpson-fjölskyldan

17:45 Íslenski listinn Brynjar Már Valdimarsson kynnir Íslenska listann þar sem tuttugu vinsælustu lög vikunnar eru kynnt ásamt tveimur nýjum sem líkleg eru til vinsælda.

18:10 Sjáðu

18:35 Glee (7:22)

19:20 Evrópski draumurinn (1:6) Tvö lið þeysast um Evrópu þvera og endilanga 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.

19:55 The Secret Circle (1:22) Bandarísk þáttaröð um unglingsstúlku sem flytur til smábæjar í Washington og er tekin inn í leynifélag unglinga sem búa allir yfir óvenjulegum hæfileikum.

20:40 The Vampire Diaries (1:22) Bandarísk þáttaröð um unglingsstúlku sem fellur fyrir strák sem er í raun vampíra og hefur lifað í meira en 160 ár. Hann reynir að lifa í sátt og samlyndi við venjulegt fólk en bróðir hans er ekki alveg eins friðsæll.

21:20 Pretty Little Liars (2:25) Bandarísk þáttaröð um fjórar vinkonur sem búa yfir stóru leyndarmáli.

22:05 Breakout Kings (1:13) Dramatísk þáttaröð. Bandarísk lögregluyfirvöld setja saman sérsveit skipaða dæmdum glæpamönnum til að elta uppi fanga sem hafa flúið úr fangelsum og eru á flótta undan réttvísinni.

22:45 Evrópski draumurinn (1:6)

23:20 The Secret Circle (1:22)

00:05 The Vampire Diaries (1:22)

00:45 Pretty Little Liars (2:25)

01:30 Breakout Kings (1:13)

02:10 Tónlistarmyndbönd frá Popptíví

krakkar

07.00 Barnatími Stöðvar 2

09.00 Dóra könnuður

09.25 Áfram Diego, áfram!

09.50 Doddi litli og Eyrnastór

10.05 UKI

10.10 Lína langsokkur

10.35 Mörgæsirnar frá Madagaskar

11.00 Disney Channel

17.30 iCarly (7:25)

17.55 Tricky TV (7:23)

SKJÁREINN

06.00 Pepsi MAX tónlist

08.00 Rachael Ray (e)

08.45 Pepsi MAX tónlist

16.25 Pan Am (11:14) (e)

17.15 One Tree Hill (6:13) (e)

18.05 Rachael Ray

18.50 America's Funniest Home Videos (e)

19.15 Will & Grace (2:24)

19.40 The Jonathan Ross Show (18:21) (e) Kjaftfori séntilmaðurinn Jonathan Ross er ókrýndur konungur spjallþáttanna í Bretlandi. Jonathan er langt í frá óumdeildur en í hverri viku fær hann til sín góða gesti. Það verða stórstjörnur í þætti kvöldsins, meðal annarra soul goðsögnin Lionel Richie og ein vinsælasta söngkona veraldar, þokkadísin Rihanna.

20.30 Minute To Win It Einstakur skemmtiþáttur undir stjórn þúsundþjalasmiðsins Guy Fieri. Þátttakendur fá tækifæri til að vinna milljón dollara með því að leysa þrautir sem í fyrstu virðast einfaldar.

21.15 The Biggest Loser (16:20) Bandarísk raunveruleikaþáttaröð um baráttu ólíkra einstaklinga við mittismálið í heimi skyndibita og ruslfæðis.

22.45 Jimmy Kimmel

23.30 CSI: New York (1:18) (e)

00.20 Monroe (3:6) (e)

01.10 CSI (15:22) (e)

02.00 Jimmy Kimmel (e)

03.30 Pepsi MAX tónlist

SKJÁRGOLF

06.00 ESPN America **08.15** The Barclays - PGA Tour 2012 (1:4) **12.15** Golfing World **13.05** The Barclays - PGA Tour 2012 (1:4) **17.05** Champions Tour - Highlights (15:25) **18.00** The Barclays - PGA Tour 2012 (2:4) **22.00** PGA Tour - Highlights (30:45) **22.55** The Barclays - PGA Tour 2012 (2:4) **01.55** ESPN America

N4

18.00 Föstudagsþátturinn

ÍNN

20.00 Hrafnaþing **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** Útvarp Saga	**FM 102,2** Útvarp Latibær	**FM 105,5** Útvarp Boðun

Stillanleg heilsurúm! Fyrir þínar bestu stundir. Tilboðsdagar í ágúst! TEMPUR DÝNUR OG KODDAR

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

ÁGÚST-TILBOÐ Kr. 578.550,-

Verð 749.875,- Þú sparar 171.325,-

12 mánaða vaxtalaus lán á stillanlegum rúmum*

* 3,5% lántökugjald

Betra BAK

Faxafeni 5, Reykjavík og Skeiði 1, Ísafirði • Sími 588 8477 • www.betrabak.is

SKÓSPRENGJA
LOKADAGAR
FÖSTUDAG, LAUGARDAG OG SUNNUDAG
ásamt öðrum tilboðum
50% - 90%
AFSLÁTTUR
Opið
föstudag 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
Þú finnur okkur á: facebook
Toppskórinn
Outlet
VÍNLANDSLEIÐ 6 - S: 533 3109

FÖSTUDAGSLAGIÐ

„Fyrsta lagið sem mér datt í hug er We´re a Winner með Curtis Mayfield and the Impressions. Það er eins og að taka fjögur skot í röð af sólskini.“

Steingrímur Karl Teague úr hljómsveitinni Moses Hightower.

Kurteisir dyraverðir á Mánabar

„Við höfum áralanga reynslu í öllu sem viðkemur skemmtistaðarekstri og sjálfur byrjaði ég að vinna sem barþjónn á Gauknum þegar ég var átján ára gamall,“ segir Ásgeir Andri Guðmundsson, tónlistar- og viðburðarstjóri Mánabars sem var opnaður við Hverfisgötu 20 á menningarnótt. Buddah bar var til skamms tíma í húsnæðinu sem nú hýsir Mánabar og segir Ágeir að töluvert ólík stemning ríki nú í húsinu.

„Okkur langaði að breyta til og búa til stað þar sem hægt er að spjalla saman í ró og næði. Stemningin þarna inni er lík þeirri sem er á Götubarnum á Akureyri, það er til dæmis engin tónlist á staðnum nema einhver komi og spili hana. Við erum með flygil á efri hæðinni sem er opinn öllum þeim sem kunna á píanó og svo er líka pláss fyrir hljómsveit hér inni,“ segir Ásgeir og bætir við að um helgar verði plötusnúður á staðnum sem muni spila gamla tónlist í bland við nýja.

Staðurinn var tekinn í gagnið á menningarnótt og viðurkennir Ásgeir að það hafi staðið á tæpasta vaði að næðist að klára smíðavinnu í tæka tíð. „Ég held við höfum sett Íslandsmet í niðurrifi. Við byrjuðum á verkinu þann 20. júlí og lukum við það fimm mínútum fyrir opnun. En þetta hafðist með góðri trú og mikilli vinnu.“

Nokkrir skemmtistaðir hafa verið í húsinu undanfarinn áratug en Ásgeir segist fullur bjartsýni um að Mánabar muni vegna vel enda hafi mikið verið í staðinn lagt. „Þessi staðsetning er frábær og Mánabar er meira í anda þess sem er að gerast annars staðar í götunni. Ég er bjartsýnn á að við munum ná upp vinalegri stemningu og svo erum við líka með kurteisa dyraverði.“ **- sm**

VINALEG STEMNING Mánabar á Hverfisgötu var opnaður á menningarnótt. Ásgeir Andri Guðmundsson, tónlistar- og viðburðarstjóri staðarins, segir mikið lagt upp úr vinalegri stemningu. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

18. ÁGÚST – 1. SEPTEMBER
JAZZHÁTÍÐ REYKJAVÍKUR

24.ÁGÚST - 20:00 Harpa/Kaldalón
THEO BLECKMAN OG HILMAR JENSSON
Sigríður Thorlacius, Pétur Grétarsson, Shahzad Ismaily.

21:30 Kex Hostel // Gym og Tonic
BRINK MAN SHIP - Borgarelektrónik
eins og hún gerist best

25.ÁGÚST - 11:30 Harpa/Kaldalón
ÁRDEGISTÓNLEIKAR AGNARS MÁS MAGNÚSSONAR

20:00 Harpa/Silfurberg
JACK MAGNET SEXTETTINN/ GÍTARSTEFNUMÓT PAUL BROWN OG FRIÐRIK KARLSSON.
Sérstakir gestir Móses Hightower.

26.ÁGÚST - 16:00 Iðnó
TRISTANO PROJECT

20:00 Iðnó
SIGURÐUR FLOSASON KVARTETT ÁSAMT NIKOLAJ HESS.

www.reykjavikjazz.is

REYKJAVÍK JAZZ 2012

PORT hönnun

FRÉTTIR VIÐSKIPTI SPORT UMRÆÐAN ÚTVARP LÍFIÐ SJÓNVARP

FRÉTTIR STÖÐVAR 2 Í BEINNI

2 FRÉTTIR

vísir - oft á dag

VARÚLFAMYNDABAND Plötusnúðurinn vinsæli David Guetta var ekki á landinu meðan tökur á myndbandi hans fóru fram. Íslenska landslagið verður fyrirferðarmikið í myndbandinu ásamt íslenskum leikurum og dýrum. NORDICPHOTO/GETTY

TÖKUR Á REYKJANESI, LANGJÖKLI OG KLEIFARVATNI

David Guetta tekur upp varúlfa-myndband á Íslandi

„Við erum náttúrulega með stórbrotnustu og fjölbreyttustu leikmynd sem til er í íslenska landslaginu. Tökurnar hafa gengið gríðarlega vel og þeir eru í skýjunum yfir þessu,“ segir Alfreð Gíslason, framleiðslustjóri hjá Pegasus, sem heldur utan um tökur á nýju myndbandi fyrir tónlistarmanninn og plötusnúðinn David Guetta.

Guetta sá sér reyndar ekki fært að koma til landsins í tengslum við tökurnar en hann undirbýr nú útgáfu nýjustu plötu sinnar, Nothing but the Beat 2.0, sem kemur út þann 7. september næstkomandi.

Áætlað er að myndbandið komi út í lok september en það er við nýjasta lag kappans, She Wolf (Falling to Piece). Ástralska söngkonan Sia Furler syngur í laginu. Alfreð gat ekki staðfest hvort söngkonan væri hér á landi né vildi hann gefa nokkuð upp um söguþráð myndbandsins. Fréttablaðið hefur hins vegar heimildir fyrir því að varúlfar leiki þar lykilhlutverk. Bæði íslensk dýr og leikarar koma fram í myndbandinu. Tökur hafa staðið yfir undanfarna daga meðal annars á Reykjanesi, Langjökli og við Kleifarvatn og var síðasti tökudagur í gær.

FRÆGIR SEM HAFA UNNIÐ MEÐ DAVID GUETTA

- **Snoop Dogg**
- Nicki Minaj
- **Madonna**
- Flo Rida
- Akon
- Kelly Rowland
- Ludacris
- Usher
- Jennifer Hudson
- The Black Eyed Peas
- Rihanna

David Guetta er mjög þekktur í danstónlistarheiminum. Hann hefur unnið til fjölda verðlauna, meðal annars Grammy- og MTV-verðlauna, World Music Awards og Brit Awards fyrir lög sín og unnið með helstu tónlistarmönnum heims. Þekktustu lög kappans eru meðal annars When Love Takes Over með Kelly Rowland, Gettin‘ Over You með Chris Willis, Fergie og LMFAO og Sexy chick með Akon.

Leikstjóri myndbandsins er hinn bandaríski Hiro Murai en hann hefur meðal annars gert myndabönd fyrir sveitir á borð við Bloc Party, St. Vincent, Scissor Sisters og Azealia Banks. Um fimmtán manna erlent tökulið er statt hér á landi í tengslum við tökurnar og alls koma um fimmtíu Íslendingar að verkefninu.

Alfreð segir sumarið hafi verið einstaklega gott fyrir starfsfólk kvikmyndagerðabransans hér á landi. „Ég hef verið í þessu síðan árið 1997 og man ekki eftir öðru eins. Það er búið að vera nóg að gera og líklega efni í frétt.“

alfrun@frettabladid.is

Dýfir sér í kraumandi pott

Tónlistarmaðurinn Jakob Frímann Magnússon er aðalsprauta Jack Magnet-djasskvintettsins, sem spilar nýtt efni í bland við eldra í Hörpu á laugardagskvöld á Jazzhátíð Reykjavíkur.

„Kvintettinn er kenndur við Jack Magnet en hann fleytir rjómann af því besta af sólóplötum mínum sem hafa komið út undir ýmsum nöfnum,“ segir Jakob Frímann. Með honum á tónleikunum spila þeir Einar Scheving, Jóel Pálsson, Guðmundur Pétursson og Róbert Þórhallsson. „Ég er að dýfa bæði fingrum og tám í kraumandi pott tónlistaráhrifa sem hafa mótað mig og með mér í pottinum eru risar. Ef við værum í frumskógi Afríku á tímum Davids Livingstone væru ýmsir girnilegir bitar í þessum potti og þá girnilegri en Jack Magnet.“

Jack Magnet-kvintettinn kom saman í Þjóðleikhúsinu á minningartónleikum um Kristján Eldjárn fyrr á árinu og leiddi til áframhaldandi samstarfs. „Okkur fannst, og mörgum öðrum, óskaplega skemmtilegt það sem þar gerðist. Það var kveikjan að því að það var hljóðritað nýtt efni og að þessum tónleikum á Jazzhátíð Reykjavíkur,“ segir Jakob, sem er óviss hvenær ný plata lítur dagsins ljós. „Það er enginn fastur meðgöngutími á plötum eins og börnum. Ég vildi að maður gæti sett í og níu mánuðum síðar fæðist platan en þetta er ekki svo einfalt.“ **- fb**

JACK MAGNET Jakob Frímann Magnússon verður í hlutverk Jack Magnet í Hörpu á laugardagskvöld.

ALLT Í SKOTVEIÐINA

GOTT ÚRVAL – SANNGJARNT VERÐ

VÖÐLUR - GOTT ÚRVAL

Verð aðeins frá 16.995,-

PROLOGIC FELULITAFATNAÐUR

Smekkbuxur og jakki í MAX4 felumynstri. Fóðraður galli, algjörlega vatnsheldur með útöndun. Frábært verð.

Settið á aðeins 29.900,-

GERVIGÆSIR

Þessar vinsælu sem selst hafa í gámavís í hartnær 10 ár. 12 skeljar með lausum hausum. 8 á beit, 2 í hvíld og 2 á verði. Öll festijárn fylgja með. Frábært verð.

Aðeins 18.995,-

Gerið verð og gæðasamanburð.

Gerviálftir aðeins 3.995,-

Flotgæsir aðeins 2.995,-

RIO SKOTIN

GÓÐ SKOT Á GÓÐU VERÐI

RIO DESDE 1896

FRÁBÆRT VERÐ

RIO HAGLASKOT

Rio haglaskot. Rio skotin hafa verið framleidd síðan 1896. Rio skotin hafa svo sannarlega slegið í gegn meðal íslenskra skotmanna.

36 gr. rjúpnaskot aðeins **1.595 kr.** pakkinn (25 skot)
42 gr. gæsaskot aðeins **1.895 kr.** pakkinn (25 skot)
50 gr. magnum skot aðeins **2.395 kr.** pakkinn (25 skot)
24 gr. og 28 gr leirdúfuskot með blýhöglum. **995 kr.** pakkinn (25 skot)

GOTT TILBOÐ
Þú færð 15% afslátt af ódýru 36 gr. rjúpnaskotunum keyptum með gæsaskotum.

SELLIER & BELLOT HAGLASKOT

FRAMLEIDD SÍÐAN 1825. VINSÆL OG VÖNDUÐ SKOT Á GÓÐU VERÐI.

36 gr. rjúpnaskot aðeins **1.695 kr** pakkinn (25 skot)
42,5 gr. gæsaskot aðeins **2.195 kr** pakkinn (25 skot)
53 gr. geysiöflug Magnum skot. Aðeins **2.595 kr** pakkinn (25 skot)
24 gr. leirdúfuskot með blýhöglum. **995 kr** pakkinn (25 skot)

GOTT TILBOÐ
Þú færð 15% afslátt af ódýru 36 gr. rjúpnaskotum keyptum með gæsaskotum.

Sellier & Bellot

BERETTA

VAXTALAUSAR RAÐGREIÐSLUR

BERETTA A300 OUTLANDER

Ný byssa frá Beretta. Gasskift byssa sem tekur 2 ¾" og 3" skot. Ein þrenging fylgir.

Verð aðeins 164.000,-

VAXTALAUSAR RAÐGREIÐSLUR

BERETTA ES100

Einföld og áreiðanleg bakslagsskift Beretta. Áralöng reynsla við íslenskar aðstæður. Tekur 2 ¾" og 3" skot. Hörð plast taska og 3 þrengingar fylgja.

Verð aðeins frá 174.900,-

VAXTALAUSAR RAÐGREIÐSLUR

BERETTA A400 XPLOR

Magnað verkfæri. Kick-off bakslagsvörn. Nýr hreinsibúnaður, hröð skifting. Vönduð hnotuskefti. Falleg byssa. Hörð taska, þrengingar, plötur og ólarfestingar fylgja.

Verð aðeins frá 269.000,-

VAXTALAUSAR RAÐGREIÐSLUR

BERETTA A400 XTREME

Nýjasta listaverkið frá Beretta. Fáanleg í svörtu og MAX4 felumynstri. Fullkominn hreinsibúnaður og skifting. Hörð taska, þrengingar, plötur og ólarfestingar fylgja.

MAX4 aðeins 329.000,- Svört aðeins 309.000,-

Stoeger

VAXTALAUSAR RAÐGREIÐSLUR

STOEGER MODEL 2000

Einhver söluhæsta hálfsjálfvirka haglabyssan á Íslandi í næstum 10 ár. 3" byssa. 5 þrengingar og ólarfestingar fylgja. Áreiðanleg, bakslagsskift haglabyssa með Benelli snúningsboltanum. Frábært verð.

Verð aðeins frá 86.900,- m2000 black

VEIÐIHORNIÐ

SÍÐUMÚLI 8 - SÍMI 568 8410

FRÉTTABLAÐIÐ

9 771670 387005

Póst dreifing

VIÐ SEGJUM FRÉTTIR SMÁAUGLÝSINGASÍMINN OG SKIPTIBORÐ: 512 5000 VÍSIR

DREIFING: dreifing@postdreifing.is
EF BLAÐIÐ BERST EKKI: 512 5060

Ritstjórn: 512 5313, Fax: 512 5301, ritstjorn@frettabladid.is Auglýsingadeild: auglysingar@frettabladid.is PRENTUN: Ísafoldarprentsmiðja

FRÉTTIR AF FÓLKI

Sigur Rós flýgur til Evrópu

Hljómsveitin Sigur Rós hefur tónleikaferðalag sitt um meginland Evrópu með þátttöku í tónlistarhátíðinni Rock en Seine í París í kvöld. Alls verða tónleikarnir fimmtán talsins í tólf löndum. Þeir síðustu verða í Póllandi sautjánda september. Í október taka **Jónsi** og félagar sér góða hvíld en snúa svo aftur í nóvember með tónleikum á Airwaves-hátíðinni, sex tónleikum í Ástralíu og þrennum í Taívan, Singapore og Malasíu.

Stiller á „Seyðisfojodi“

Stórleikarinn **Ben Stiller** gerir víðreist um Austurland þessa dagana vegna undirbúnings fyrir tökur á kvikmyndinni The Secret Life of Walter Mitty. Stiller var staddur á Seyðisfirði í gær, ef marka má innlegg hans á myndavefinn Instagram. Á myndinni sést Seyðisfjarðarkirkja í ljósaskiptunum, horft frá Norðurgötu. Fyrirsögnin hjá Stiller er einföld „Seydisfojodur!“. Fylgjendur Stillers kunnu vel að meta myndina. Einn þeirra sem leggur orð í belg segir myndina bæði fallega og áleitna. Honum finnst hún minna sig á Sigur Rós og innir Stiller eftir því hvort hann kunni að meta stórsveitina. Stiller hafði ekki svarað þegar blaðið fór í prentun.

- fb, þj

Mest lesið vísir

1. Púuðu á skólameistarann - busun lögð af á Suðurlandi
2. Fjölskylduharmleikur í Garðabæ: Hleypti af byssu...
3. Sofnaði um borð og lenti sama stað aftur
4. Ætlar að selja líf sitt á eBay
5. "Fólk brosir bara að þessu öllu"

LAUGARDAGSKAFFIÐ
MEÐ ATLA FANNARI
OG HAUK MORÐINGJA
SVART OG SYKURLAUST
KL. 15 - 17

719 hundar - 83 tegundir - 25 ungir sýnendur

Hundaræktarfélag Íslands - félag allra hundaeigenda – stofnað 1969

Alþjóðleg hundasýning
Hundaræktarfélags Íslands

25. – 26. ágúst að Klettagörðum 6, 104 Reykjavík

Dómarar sýningar eru frá Belgíu, Írlandi, Finnlandi og Slóveníu
Sýningin stendur frá kl. 9-17 laugardag og sunnudag
Keppni ungra sýnenda fer fram föstudaginn 24. ágúst kl. 19:00

Meðal viðburða

- Hvolpar setja skemmtilegan svip á sýninguna
- Virðulegir öldungar láta ljós sitt skína
- Fallegustu hundar sýningar valdir
- Viðamikil starfsemi HRFÍ kynnt
- Kynning á hundategundum
- Sölu- og kynningabásar – ýmis sértilboð
- Veitingasala

Pedigree

Sjá dagskrá á hrfi.is
Fullorðnir 700 kr. Börn yngri en 12 ára og í fylgd með fullorðnum fá frítt inn, annars 400 kr.

HUNDARÆKTARFÉLAG ÍSLANDS
4. september 1969