SKOÐUN Pawel Bartoszek vill gjarnan borða í kínversku hverfi í Hafnarfirði. 21

MENNING Hljómsveitin Blær úr Garðabæ gefur út sitt annað lag. Lagið nefnist Allt. 50

SPORT Íslenska landsliðið í knattspyrnu mætir Sviss ytra í kvöld. Lykilslagur í toppbaráttunni. 44

FRÉTTABLAÐIÐ

MEST LESNA DAGBLAÐ Á ÍSLANDI*

Föstudagur
6. september 2013
209. tölublað 13. árgangur
Sími: 512 5000

*Samkvæmt prentmiðlakönnun Capacent Gallup janúar - mars 2012

LÍFIÐ

Hera segist vera heppin

Hera Hilmarsdóttir leikur stórt hlutverk í breskum ævintýraþáttum. Lífið ræddi við Heru um leiklistina, búsetuna í London og frægðina sem hún hefur fundið smjörþefinn af.

FRÉTTIR

Rannsókn föst Tíu til tólf milljónir þarf til að ljúka rannsókn á öryggi sjúklinga á Íslandi. Fyrrverandi landlæknir telur það stjórnvalda að leggja fram fjármagn. Ráðherra segir hendur sínar bundnar. 2

Þingið ráði Stjórnarþingmaður undirbýr frumvarp um að skipulagsvald yfir flugvallarsvæðinu í Reykjavík flytjist frá borginni til ríkisins. 6

20

Bolungarvík	9°	NA	12
Akureyri	11°	NA	8
Egilsstaðir	13°	NA	5
Kirkjubæjarkl.	9°	SA	4
Reykjavík	12°	N	6

Hlýjast NA-til Í dag verður suðvestan strekkingur NV-til en hægari vindur annars staðar. Léttskýjað sunnan- og austanlands en skýjað vestan til. 4

3 SÉRBLÖÐ

Lífið | Bólstrun | Fólk

KOMA FYRIR SPRENGIHLEÐSLUM Vaðlaheiðargöng eru orðin 500 metra löng. Göngin hafa lengst um 60 metra á viku frá því sprengingar hófust í byrjun júlí. Á myndinni sjást starfsmenn Ásafls hlaða 700 kílógrömmum af sprengiefni í holur í berginu. Stefnt er að gegnumbroti í september 2015. Sjá síðu 10 MYND/AUÐUNN NÍELSSON

Helmingur aldraðra á þunglyndislyfjum

Yfir áttatíu prósent íbúa á hjúkrunarheimilum voru á geðlyfjum samkvæmt rannsókn öldrunarlæknis. Þar af var helmingur á þunglyndislyfjum. Aldraðir eru oft á tíu lyfjum á sama tíma að sögn öldrunarlæknis sem rannsakaði lyfjagjöf.

HEILBRIGÐISMÁL „Það sem er alveg sérstakt við Ísland er þessi mikla notkun á róandi og svefnlyfjum,“ segir Helga Hansdóttir, lyf- og öldrunarlæknir, en hún birti rannsókn sína á lyfjanotkun á hjúkrunarheimilum á Íslandi í nýútkomnu tölublaði Læknablaðsins. Ein athyglisverðasta niðurstaða rannsóknarinnar er mikil notkun íbúa hjúkrunarheimila á geðlyfjum, sérstaklega róandi- og svefnlyfjum.

Þar segir að 82% íbúa hjúkrunarheimila tóku að staðaldri einhver geðlyf, 65% tóku róandi lyf eða svefnlyf, 50% þunglyndislyf og 20% geðrofslyf. Um 15% í viðbót fengu geðrofslyf tímabundið en þau eru oft gefin heilabiluðum einstaklingum og þeim sem eru með Alzheimer.

„Ég myndi halda að notkun róandi og svefnlyfja, auk geðrofslyfja, hafi minnkað eitthvað frá því rannsóknin var gerð, en heildarnotkun lyfja gæti hafa aukist,“ segir Helga en rannsóknin tekur til ársins 2002 til loka 2004.

Spurð hvort niðurstaða rannsóknarinnar endurspegli ástandið á hjúkrunarheimilum í dag svarar hún því til að það sé enginn vafi á því lyfjanotkun hafi farið vaxandi almennt og að notkun á geðlyfjum hafi ekki minnkað með afgerandi hætti.

Það eru ekki til neinar einhlítar skýringar á mikilli svefnlyfjanotkun Íslendinga en ýmsar vangaveltur hafa verið uppi. Hjúkrunarheimili erlendis veita stundum áfengi og mögulega kemur það í stað slíkra lyfja.

Aðspurð segist Helga ekki kannast við að andlegt ástand, svo sem þunglyndi eldri borgara á hjúkrunarheimilum, hafi verið rannsakað sérstaklega á Íslandi.

Í greininni sem birtist í Læknablaðinu veltir hún upp þeirri spurningu hvort nægilega sé hugað að því að fara yfir ástæður lyfjanotkunar og hvort lyf séu að skila ætluðum árangri, bæði fyrir og eftir flutning á hjúkrunarheimili. Auk þess gagnrýnir hún eftirlitsleysi með þeim sem nota lyf, en þeir eru oft og tíðum á allt að tíu lyfjum á sama tíma.

„Það er stundum þannig að fólk áttar sig ekki á því að það þarf að hafa eftirlit með lyfjanotkun,“ bætir hún við og bendir á að það er ekki heldur alltaf ljóst hvaða læknir sé raunverulega ábyrgur fyrir lyfjagjöfinni.

valur@frettabladid.is

Geðlyf og þvagræsilyf algengust

Notkun þunglyndislyfja var í þessari rannsókn áþekk og í Bandaríkjunum (50%), sem er heldur meira en í Evrópu á svipuðum tíma (35%). Að auki fengu um 15-16% slík lyf tímabundið á þessum þremur árum.

Ef skoðað er hvaða lyfjaflokkar voru algengastir kemur í ljós að geðlyf, þvagræsilyf, parasetamól og D-vítamín voru algengust.

> Það er stundum þannig að fólk áttar sig ekki á því að það þarf að hafa eftirlit með lyfjanotkun
>
> *Helga Hansdóttir lyf- og öldrunarlæknir*

Friðrik Dór í sjónvarp:

Fyndið að verða pabbi í beinni

FÓLK Popparinn Friðrik Dór Jónsson mun stýra fyrsta sjónvarpsþætti nýrrar stöðvar sem nefnist Stöð 3. Þátturinn er opnunarþáttur stöðvarinnar, sem er á vegum 365 miðla og fer í loftið á morgun. Söngvarinn á von á sínu fyrsta barni í næstu viku og kveðst vel búinn undir föðurhlutverkið.

„Ég hef litlar áhyggjur af því að barnið fæðist á meðan ég er í beinni útsendingu. Ef það skyldi gerast væri það bara frekar fyndið,“ segir Friðrik. - áó / sjá síðu 50

SPURNING DAGSINS

Ólafur, á að slá á vitleysuna?

„Við gerum okkar besta til að beina fólki á rétta braut.“

Ólafur H. Sigurjónsson er formaður Félags stjórnenda í framhaldsskólum. Skólar reyna margir að koma böndum á eða úthýsa alveg busavígslum og ofbeldi sem þeim hefur fylgt.

Oddný Sturludóttir er að hugsa um það hvort hún eigi að sækja fram:

Veltir fyrir sér fyrsta sætinu

STJÓRNMÁL „Ég er með frekar leiðinlegt svar við þessari spurningu, ég er enn þá að hugsa um þetta,“ segir Oddný Sturludóttir, borgarfulltrúi Samfylkingarinnar, en hún bræðir með sér hvort hún eigi að gefa kost á sér í fyrsta sætið, verði niðurstaðan sú að halda prófkjör hjá Samfylkingunni fyrir næstu borgarstjórnarkosningar. Orðrómur hefur verið uppi um að Oddný íhugi að bjóða sig fram í sæti oddvitans en Dagur B. Eggertsson hefur gegnt því sæti nú í tvö kjörtímabil.

Oddný segir einnig í samtali við Fréttablaðið að það sé of snemmt að segja til um hvað hún ætli sér fyrir næstu kosningar. Bæði sé ekki búið að ákveða með hvaða hætti verður valið í sætin auk þess sem hún hafi verið lengi í stjórnmálum. „Og ég er ekki búin að gera það upp við mig hvort ég haldi áfram eða ekki, enda átta ár langur tími í stjórnmálum,“ segir Oddný. Sveitarstjórnarkosningar fara fram í lok maí en á brattann er að sækja fyrir Samfylkinguna, sem hlaut afleita kosningu í síðustu þingkosningum. - vg

HUGSI Oddný veltir fyrir sér að gefa kost á sér í fyrsta sæti Samfylkingar í næstu kosningum.

Bilun í skólpdælustöð:

Saur slapp í sjó

HEILBRIGÐISMÁL Heilbrigðiseftirlit Reykjavíkur ráðlagði sjósundsfólki að synda ekki í nágrenni við skólpdælustöðina í Nauthólsvík í gær.

Samkvæmt upplýsingum frá Reykjavíkurborg var möguleiki á saurgerlamengun í sjó eftir að bilun varð í skólpdælustöð við Skeljanes, sem varð til þess að skólp slapp í sjóinn. Bjarni Brynjólfsson, upplýsingastjóri borgarinnar, sagði í samtali við Fréttablaðið í gær að viðgerð væri lokið. Því ætti að vera óhætt fyrir sundgarpa að taka sundsprett í nágrenni við Nauthólsvík í dag. - bl

HEFUR SIG TIL FLUGS Melkorka Mary hjálpar hér fyrstu lundapysju haustsins að hefja sig til flugs. FRÉTTABLAÐIÐ/ÓSKAR P. FRIÐRIKSSON

Árlegur viðburður í Vestmannaeyjum:

Melkorka fann fyrstu pysjuna

VESTMANNAEYJAR Melkorka Mary Bjarnadóttir fann fyrstu lundapysju haustsins í Vestmannaeyjum í gær. Pysjuna fann Melkorka í garðinum heima hjá sér en hún hafði líklega flogið á eina af öspunum sem þar er að finna.

Bjarni Ólafur Guðmundsson, pabbi Melkorku, segir þau hafa farið með pysjuna á Náttúrugripasafnið í Eyjum þar sem hún var vigtuð.

„Pysjan var mjög vel haldin og vó heil 273 grömm,“ segir Bjarni og bætir við að hún hafi flogið mjög vel þegar fjölskyldan sleppti henni.

„Við þurftum að vísu að sleppa henni tvisvar þar sem hún flaug aftur upp í klappirnar á Stórhöfða í fyrra skiptið en í seinna skiptið flaug hún mjög vel og hélt út á sjó,“ segir Bjarni. - eh

Lífeyrissjóður VR:

Bryndís hættir sem formaður

ATVINNUMÁL Bryndís Hlöðversdóttir hefur látið af störfum sem formaður stjórnar Lífeyrissjóðs verslunarmanna. Ástæðan er sú að hún hefur verið ráðin starfsmannastjóri Landspítala.

Ný stjórn lífeyrissjóðsins var kosin í lok apríl og hafa tveir af þeim sem kjörnir voru í stjórn hætt, Bryndís og Elmar Hallgríms Hallgrímsson, sem fór yfir til Samkeppniseftirlitsins.

Ólafía B. Rafnsdóttir, formaður VR, segir að gengið verði frá kjöri nýrra stjórnarmanna hjá Lífeyrissjóðnum næstkomandi miðvikudag. - jme

Útifundur á Austurvelli:

Vilja að stjórnvöld efni loforð

SAMFÉLAGSMÁL Öryrkjabandalag Íslands og Landssamband eldri borgara boða til hvatningarfundar á Austurvelli á þriðjudag í næstu viku. Markmiðið með honum er að hvetja stjórnvöld til að halda áfram að efna loforð sem gefin voru fyrir síðustu kosningar um að afnema kjara- og réttindaskerðingar á greiðslum til eldri borgara og öryrkja árið 2009.

Á sumarþingi afturkallaði Alþingi tvær af þeim sex skerðingum sem gerðar voru á kjörum þessara hópa. Vonast er til þess að með góðri hvatningu á fundinum muni stjórnvöld standa við loforð sín og afnema allar sex skerðingarnar. - bl

Rannsókn á öryggi föst vegna fjárskorts

Tíu til tólf milljónir þarf til að ljúka rannsókn á öryggi sjúklinga á Íslandi. Fyrrverandi landlæknir telur það stjórnvalda að leggja fram fjármagn. Ráðherra segir hendur sínar bundnar. Tilraunir til fjármögnunar hafa staðið um langt árabil.

HEILBRIGÐISMÁL Stjórnvöld ættu að leggja fram fjármagn til að ljúka við rannsókn á öryggi sjúklinga, er mat ábyrgðarmanns. Heilbrigðisráðherra telur hendur sínar bundnar og að slík fyrirgreiðsla komi ekki til greina. Til að ljúka vinnunni þarf tíu til tólf milljónir króna.

Eins og fram hefur komið á rannsóknin að svara því hvort 10% þeirra sem leggjast inn á spítala hér á landi verði fyrir skaða af völdum meðferðarinnar. Rannsóknir erlendis frá, sem eru að öllu sambærilegar, benda til þess að svo sé. Þetta þýðir að nokkur hundruð manns örkumlast og tugir láta lífið á íslenskum sjúkrahúsum á ári vegna aðstæðna sem mætti koma í veg fyrir í allt að helmingi tilfella.

Sigurður Guðmundsson, fyrrverandi landlæknir og forseti heilbrigðisvísindasviðs Háskóla Íslands, hefur um árabil bent á að ekkert bendi til annars en að reynsla annarra landa eigi við hér, til dæmis í viðtali við Fréttablaðið í júní 2010. Þá stóð fjárskortur rannsókninni fyrir þrifum, eins og nú.

„Mér finnst það ekki til fyrirmyndar að ekki sé hægt að fá fjármagna könnun af þessu tagi,“ segir Sigurður spurður um skoðun hans á því að stjórnvöld klári ekki einfaldlega rannsóknina með fjárframlagi, eins og þráfaldlega hefur verið sóst eftir. Sigurður bendir á að mikilvægi upplýsinganna sé einfaldlega svo mikið að slíkt ætti að koma til greina, ekki síst í því umhverfi niðurskurðar í heilbrigðiskerfinu sem allir þekki. Niðurskurði fylgi aukin hætta á að öryggi sjúklinga aukist. „Þau rök hafa heyrst að mat á þjónustu eins og heilbrigðisþjónustu eigi ekki að vera á könnu vísindasjóða heldur hins opinbera. Þetta er mat á gæðum heilbrigðisþjónustunnar, sem við erum alltaf að tala um, og í því samhengi er þetta ekki dýrt.“

Kristján Þór Júlíusson heilbrigðisráðherra dregur ekkert úr mikilvægi rannsóknarinnar, heldur þvert á móti. En hann telur hendur sínar bundnar þar sem engin hefð sé fyrir því að ráðuneyti heilbrigðismála taki ákvörðun einhliða um að veita fjármagn með þeim hætti sem Sigurður nefnir. „Ráðherra situr því miður ekki á neinum sjóðum sem hægt væri að nýta í þetta verkefni, þótt það sé vissulega þarft að ljúka vinnunni,“ segir Kristján. svavar@frettabladid.is

Í AÐGERÐ Tíu prósent allra sem leggjast inn á sjúkrahús verða fyrir mistökum heilbrigðisstarfsfólks, sýna rannsóknir. FRÉTTABLAÐIÐ/HARI

SIGURÐUR GUÐMUNDSSON

KRISTJÁN ÞÓR JÚLÍUSSON

Enn einn sakborningurinn í Stokkseyrarmálinu stakk af til Danmerkur í júlí:

Kom til Íslands í lögreglufylgd

LÖGREGLUMÁL Lögreglan handtók á dögunum enn einn mann grunaðan um aðild að líkamsárásarmálinu sem kennt hefur verið við Stefán Loga Sívarsson og fól meðal annars í sér að maður var fluttur nauðugur til Stokkseyrar eftir hrottalegar misþyrmingar.

Einn þeirra sem er grunaður í málinu stakk af til Danmerkur eftir að það kom upp í fyrri hluta júlímánaðar. Sá er talinn hafa verið nokkuð atkvæðamikill í frelsissviptingunni og meðal annars ekið með fórnarlambið til Stokkseyrar.

Lögregla leitaði mannsins vikurnar á eftir en hann skilaði sér hins vegar ekki til landsins fyrr en 21. ágúst eftir að hafa gefið sig fram í íslenska sendiráðinu í Kaupmannahöfn. Þaðan fékk hann fylgd íslensks lögreglumanns til landsins. Úr því að maðurinn var kominn til landsins og var tiltækur í skýrslutöku gat lögregla lokið rannsókninni um viku síðar og sent það ríkissaksóknara til ákærumeðferðar.

Maðurinn sem um ræðir er 23 ára og með dóma á bakinu, meðal annars fyrir líkamsárásir og vopnalagabrot. Hann var úrskurðaður í gæsluvarðhald þegar hann kom til landsins og hefur setið í því síðan. Það var í fyrradag framlengt til 2. október.

Gæsluvarðhald yfir Stefáni Loga Sívarssyni var sömuleiðis framlengt til 2. október á miðvikudag. Fjórir til viðbótar sitja ýmist í gæsluvarðhaldi grunaðir um aðild að málinu og nokkrum öðrum keimlíkum árásarmálum eða hafa hafið afplánun eldri refsinga. Þá hafa tveir sætt varðhaldi vegna málsins en síðan verið sleppt. - sh

STEFÁN LOGI SÍVARSSON Er talinn hafa fyrirskipað árásina á manninn sem farið var með til Stokkseyrar.

ALLT AÐ 40% AFSLÁTTUR
3 JA SÆTA SÓFI FULLT VERÐ: 149.950
89.950
CHAMPION
Stóll 69.950 nú 49.950
3ja sæta 149.950 nú 89.950
Vnr. 888000639
GREECE FERÐATÖSKUR
Lítil 3.995 nú 2.995
Miðstærð 5.995 nú 4.495
Stór 7.995 nú 5.995
Vnr. 327-11-1030
VERÐ NÚ FRÁ:
2.995
25% AFSLÁTTUR
31% AFSLÁTTUR
FULLT VERÐ: 159.950
109.950
FITCH TUNGUSÓFI
Flottur, svartur tungusófi.
Stærð: B220 x L188 x D87 sm. Efni: PU áklæði.
Vnr. 8880000587
2 STK.
20% AFSLÁTTUR
FULLT VERÐ: 2.495
1.995
LÚXUS BOXERNÆRBUXUR
Stærðir: S-XXL. 2 stk. saman í pakka.
Vnr. MB-31068
BASIC FRÁBÆRT VERÐ
KAUPTU 2 OG SPARAÐU 1000
1 SETT MOLLIE
1.995
MOLLIE SÆNGURVERASETT
Efni: 100% polyestermíkrófíber.
Stærð: 140 x 200 sm. / 50 x 70 sm.
Lokað með rennilás.
1 sett 1.995 nú 2 sett 2.990
Vnr. 1224380
VERÐ PR. MTR.
1.695
DAMIA KAPPI
Fallegur kappi með flottu, áprentuðu fuglamunstri. Kappi er með kósum.
Efni: 100% polyester.
Kappi 58 sm. Vnr. 550-1082
NÝTT
KAUPTU 2 OG SPARAÐU 1000
GÓÐ KAUP!
VETTLINGAR
995
THINSULATE VETTLINGAR
Góðir vettlingar á frábæru verði.
Stærðir: S-XL
Vnr. 23000232
PLUS ÞÆGINDI & GÆÐI
KRONBORG® OF DENMARK
VERÐ FRÁ:
3.995
MADISON GARDÍNUR
Fallegar, svartar gardínur með flock mynstri.
Efni: 100% polyester. Stærð: 140 x 245 sm.
1 stk. 3.995 2 stk. 6.990
Vnr. 550-34040
STÆRÐ 135 x 200 SM. FULLT VERÐ: 4.995
3.995
20% AFSLÁTTUR 135 x 200 SM.
KILIMANJARO THERMOTREFJASÆNG
Góð sæng fyllt með 2 x 600 gr. af fíngerðum holtrefjum. Í raun tvær sængur saumaðar saman á þann hátt að hitaeinangrandi loftrúm myndast á milli þeirra. Stærðir: 135 x 200 sm. 4.995 nú 3.995 135 x 220 sm. 5.995
200 x 220 sm. 7.995 Vnr. 4127050
RÚMFATA LAGERINN
HERBERGIÐ • BAÐIÐ • HEIMILIÐ
www.rumfatalagerinn.is
50% AFSLÁTTUR
FULLT VERÐ: 29.950
14.950
CONWAY KOMMÓÐA
Stærð: B100 x H100 x D40 sm.
Vnr. 3612420

SVONA ERUM VIÐ

904 **Íslendingar eiga afmæli í dag samkvæmt tölum frá Hagstofu Íslands.**

Í gær áttu 846 Íslendingar afmæli og á morgun eiga 862 afmæli.

David Cameron sagðist hafa ný sönnunargögn um efnavopnaárásina í Sýrlandi:

Bretar fundu sarín í fötum fórnarlamba

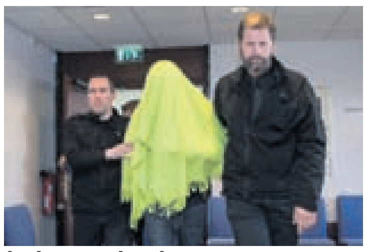
RÚSSLAND David Cameron, forsætisráðherra Bretlands, segir að vísindamenn á Porton Down tilraunastofunni hafi fundið eiturefnið sarín í fötum fórnarlamba efnavopnaárásarinnar í Sýrlandi 21. ágúst síðastliðinn. Þá hafi eiturefnið einnig fundist á vettvangi.

Forsætisráðherrann sagði frá þessu þegar hann kom á G20-fundinn í Rússlandi síðdegis í gær. Hann segir að vísindamenn hafi safnað gögnum síðustu daga og þau renni stoðum undir að Assad beitti efnavopnum á borgara sína. Yfir 1.400 manns létust í árásinni, þar af mörg börn.

Utanríkismálanefnd öldungadeildar Bandaríkjaþings veitti í fyrradag Barack Obama, forseta Bandaríkjanna, heimild til hernaðaríhlutunar í Sýrlandi. Í næstu viku mun bæði öldungadeildin og fulltrúadeildin greiða atkvæði um beitingu hervalds í Sýrlandi.

Í síðustu viku felldi breska þingið tillögu Camerons um árás á Sýrland en forsætisráðherrann sagði í samtali við breska ríkisútvarpið í gær að það væri rangt ef Bandaríkjamenn myndu hika við að gera árás á landið. „Ég held að það myndi senda hræðileg skilaboð til Assads forseta og annarra einræðisherra í heiminum.“ - bl

FULLVISS David Cameron sagði á fundinum í gær að eiturefnið sarín hefði fundist í fötum fórnarlamba í Sýrlandi. NORDICPHOTOS/AFP



Í HÉRAÐSDÓMI Í GÆR Maðurinn huldi sig þegar hann kom í fylgd fangavarða. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

Kynferðismál í Vesturbæ:

Neitar að hafa níðst á stúlku

DÓMSMÁL Maður á fertugsaldri, sem hefur verið ákærður fyrir að nema unga stúlku á brott í Vesturbænum og brjóta gegn henni kynferðislega, neitar sök og ber við minnisleysi. Málið var þingfest í Héraðsdómi Reykjavíkur í gær. Hann huldi sig með teppi þegar hann mætti fyrir dómara.

Manninum er gert að sök að hafa þvingað tíu ára stúlku upp í bíl sinn þegar hún var á leið heim úr skóla í vor. Talið er að hann hafi keyrt með hana á afvikinn stað við borgarmörkin og brotið gegn henni kynferðislega. Aðalmeðferð fer fram í október. Þinghald verður lokað til að vernda hagsmuni stúlkunnar. - hþ

FLATEYRI

Leikfélag í sjálfboðavinnu

Meðlimir Leikfélags Flateyrar vilja að framkvæmdum við Félagsheimilið á Flateyri verði lokið sem fyrst og bjóðast til að leggja af mörkum sjálfboðavinnu svo megi verða.

LEIÐRÉTTING

Í grein Fréttablaðsins í gær um tvær nýjar sýningar í Listasafni Íslands var ranglega farið með staðreyndir í fyrirsögn. Sýningarnar tvær, Kees Visser og Leiðangur 2011, eru í Listasafni Íslands en ekki Listasafni ASÍ eins og stóð í fyrirsögn.

Háspennulína ekki á valdi Hafnarfjarðar

Bæjarstjóri Hafnarfjarðar segir að ef ekki væri fyrir nýjan viðauka við samkomulag við Landsnet gæti fyrirtækið látið háspennulínur við Vallahverfi standa þar til þær ónýtast. Fulltrúi Sjálfstæðisflokks segir Samfylkingu og VG „algjörlega ábyrg“.

HAFNARFJÖRÐUR Guðrún Ágústa Guðmundsdóttir, bæjarstjóri Hafnarfjarðar, segir það ekki á færi bæjaryfirvalda að þvinga Landsnet til að taka strax niður háspennulínu og tengivirki við Vallahverfi.

Í Fréttablaðinu sagði íbúi í Vallahverfi mikið ónæði af háspennulínunni og tengivirki við hverfið. Íbúarnir væru ósáttir við að brotthvarfi mannvirkjanna hefði verið frestað allt til ársins 2020. Samkvæmt samningi hefðu línurnar átt að vera farnar á árinu 2011.

„Að sjálfsögðu erum við sammála íbúunum að það er alveg óþolandi að þessar línur séu ekki farnar eins og samkomulagið upphaflega við Landsnet frá 2009 gerði ráð fyrir,“ segir Guðrún. „En samkvæmt skýrum fyrirvörum í samkomulaginu hefðu línurnar geta staðið þar til þær væru ónýtar.“

Bæjaryfirvöld fóru fram á viðauka við samkomulagið þegar þróunin á raforkumarkaði varð ekki eins og að var stefnt. „Í viðaukanum eru föst tímamörk og mælt fyrir að Landsnet byrji í síðasta lagi að taka þetta niður árið 2016. Hins vegar, ef raforkufrekar framkvæmdir fara fyrr í gang, þá fari línan fyrr. Við erum því búin að ljúka allri okkar vinnu og það stendur ekkert á Hafnarfirði,“ segir bæjarstjórinn.

Rósa Guðbjartsdóttir, bæjarfulltrúi Sjálfstæðisflokks, segir ljóst að það sé „algjörlega á ábyrgð meirihluta Samfylkingar og VG í bæjarstjórn og svo fyrrverandi ríkisstjórnar sömu flokka“ að tímamörk um brottnám raflínanna hafi ekki staðist. Rio Tinto Alcan hafi boðist til að leggja raflínurnar í jörð ef álverið í Straumsvík hefði fengið að stækka. „En málið var sett í íbúakosningu árið 2007, algjörlega á ábyrgð þessara flokka,“ segir Rósa.

VALLAHVERFI Háspennulínur við Vallahverfi verða ekki teknar niður í bráð þótt þær angri íbúana. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

Síðan segir Rósa að samkomulagið við Landsnet frá árinu 2009 hafi ekki haldið þar sem ríkisstjórn Samfylkingar og VG hafi beitt sér mjög gegn uppbyggingu orkufreks iðnaðar. Ekki hafi verið fjárhagslegar forsendur fyrir brottflutningi línanna.

„Auðvitað vildi maður að bæjarstjórnin gæti beitt sér fyrir því að samkomulagið verði endurskoðað svo hægt verði að efna þau loforð sem íbúum á þessu svæði voru gefin fyrir mörgum árum og áður en frekari uppbygging á svæðinu fer fram. En líklega er það um seinan nema með gríðarlegum tilkostnaði fyrir bæinn,“ segir Rósa Guðbjartsdóttir. gar@frettabladid.is

> **Að sjálfsögðu erum við sammála íbúunum að það er alveg óþolandi að þessar línur séu ekki farnar…**
>
> *Guðrún Ágústa Guðmundsdóttir, bæjarstjóri Hafnarfjarðar.*

Nýtt vopn í baráttunni:

Skanna númer á vegum úti

DANMÖRK Danska lögreglan er nú að prófa nýjan búnað sem skannar og les númeraplötur bíla á þjóðvegum landsins.

Búnaðurinn, sem er komið fyrir uppi á þaki lögreglubíla, les númer bíla sem koma á móti og ber saman við þá sem eru eftirlýstir í kerfi lögreglunnar. Um er að ræða tilraunaverkefni til þriggja mánaða en tilgangurinn með þessu er bæði að hafa uppi á bílum sem tengjast glæpum sem hafa verið framdir og hafa uppi á fólki sem er grunað um að hafa glæpi í hyggju.

Yfir 400.000 bílnúmer eru í umferðinni í Danmörku. - þj

Í HAAG Uhuru Kenyatta sést hér yfirgefa hús Alþjóðaglæpadómstólsins. Þingið í Kenía samþykkti í gær tillögu um að landið segði sig frá dómstólnum. FRÉTTABLAÐIÐ/AP

Þingmenn í Kenía:

Vilja úr alþjóðaglæpadómstól

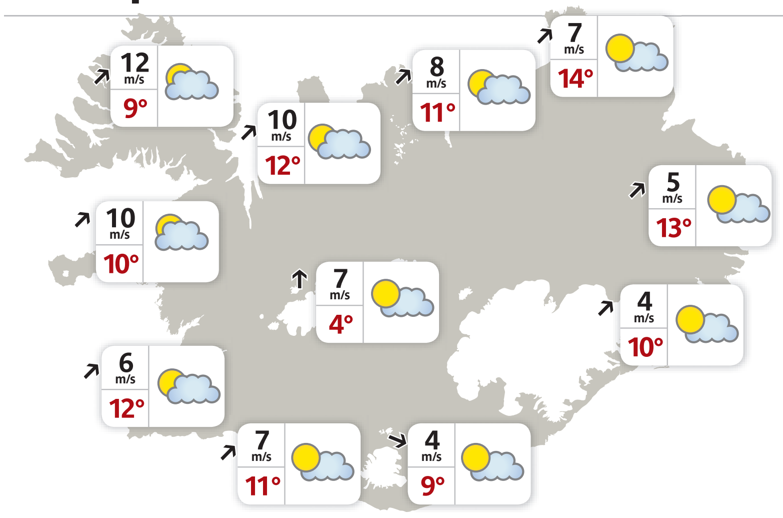
KENÍA, AP Þingið í Kenía samþykkti í gær tillögu um að draga sig úr samstarfi um Alþjóðaglæpadómstólinn í Haag. Mikill meirihluti þingsins studdi tillöguna en stjórnarandstæðingar gengu úr þingsal.

Alþjóðaglæpadómstóllinn hefur ákært bæði aðstoðarforseta landsins, William Ruto, og forsetann, Uhuru Kenyatta, fyrir glæpi gegn mannkyninu. Þeim hefur verið gefið að sök að skipuleggja ofbeldisverk í landinu.

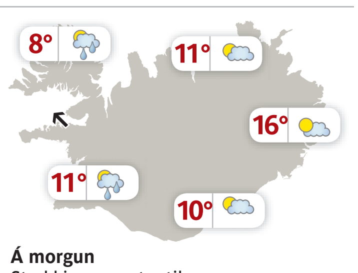
Ruto og Kenyatta hafa þó lýst því yfir að þeir muni vera samvinnuþýðir við dómstólinn. - eh

Veðurspá

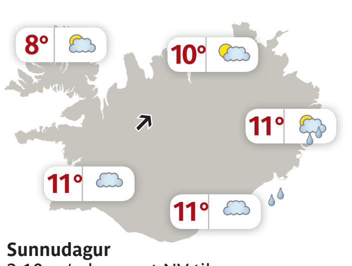
Gildistími korta er um hádegi



BEST AUSTANTIL Í dag og á morgun verður nokkuð bjart og ágætlega hlýtt miðað við árstíma á austanverðu landinu. Vestanlands verður fremur skýjað í dag og á morgun hvessir af suðaustri með rigningu síðdegis.



Á morgun
Strekkingur vestantil.



Sunnudagur
3-10 m/s, hvassast NV-til.

Alicante	29°	Berlín	24°	Friedrichshafen	28°	Las Palmas	26°	New York	21°	París	28°
Aþena	30°	Billund	23°	Gautaborg	20°	London	19°	Orlando	31°	San Francisco	24°
Basel	29°	Frankfurt	28°	Kaupmannahöfn	20°	Mallorca	30°	Ósló	21°	Stokkhólmur	20°

Soffía Sveinsdóttir
veðurfréttamaður

AUGLÝSINGADEILDIR FRÉTTABLAÐSINS–AUGLÝSINGASTJÓRI: Jón Laufdal jonl@frettabladid.is **ALMENNAR SÍMI 512-5401:** Guðmundur Steinsson gudmundurs@365.is, Hjördís Zoëga hjordis@frettabladid.is, Hlynur Þór Steingrímsson hlynur@365.is, Laila Awad laila@365.is, Sigríður Dagný Sigurbjörnsdóttir sigridurdagny@365.is, Örn Geirsson orn.geirsson@365.is **FÓLK/LÍFIÐ/SÉRBLÖÐ SÍMI 512-5402:** Atli Bergmann atli.bergmann@365.is, Bryndís Hauksdóttir bryndis@365.is, Ívar Örn Hansen ivarorn@365.is, Kolbeinn Kolbeinsson kolli@365.is, Sigurður Helgi Grímsson sigurdurhg@365.is, Sverrir Birgir Sverrisson sverrirbs@365.is **FÓLK OG SÉRBLÖÐ EFNI:** Sólveig Gísladóttir solveig@365.is og Vera Einarsdóttir vera@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

HEILSA Í HAGKAUP

15% AFSLÁTTUR Á KASSA

ANANAS
Ananas er stútfullur af C-vítamínum og er hitaeiningalítill og trefjaríkur

Hitaeiningalaust!
Pastasósur, síróp, BBQ-sósur, tómatsósur, mayones, salatdressingar, hnetusmjör, sultur, súkkulaðismjör og margt margt fleira..

WALDEN FARMS
Hitaeiningalausar sósur sem henta fullkomlega í lágkolvetnamataræði, LKL, Carb Back Loading, Carb Nite, henta frábærlega fyrir sykursjúka og frábærar fyrir alla sem vilja skipta út venjulegum sósum og spara sér þannig allt að 10.000 hitaeiningar á mánuði!

TILBOÐ 299kr/stk verð áður 349

FROOSH ÁVAXTA-SMOOTHIE
Stútfullur af ávöxtum. Geggjaður milli mála. Inniheldur engin litarefni eða rotvarnarefni.

VATNAKARSI
Talin vera ein af elstu ofurfæðu í heiminum. Vatnakarsi er ríkur af vítamínum og er þar að finna fólinsýru, járn, kalsíum, A-C- og E-vítamín. Vatnakarsi inniheldur 12 sinnum meira C-vítamín en annað kál og meira járn en spínat. Vatnakarsi inniheldur einnig B vítamín, magnesíum og kalíum.

kynning! 10% AFSLÁTTUR Á KASSA

ZONE PERFECT STANGIR
Kynning í dag í Skeifunni, Kringlunni og Garðabæ

POPITAS ZERO ÖRBYLGJUPOPP
Örbylgjupopp án viðbættrar fitu

kynning!

TILBOÐ 1.299kr/stk verð áður 1.349

VIA-HEALTH STEVIUDROPAR
Kynning í dag kl. 15-19 í Skeifunni

15% AFSLÁTTUR Á KASSA

BURGER HRÖKKBRAUÐ
Lífræn hrökkbrauð.
2 teg. á tilboði - Sesam og 5-korna.

15% AFSLÁTTUR Á KASSA

NUTRILENK GOLD
Nutrilenk Gold er frábært byggingarefni fyrir brjóskvef og getur minnkað liðverki, brak í liðum og stirðleika.

TILBOÐ 1.599kr/stk verð áður 1.989

SMART SHAKE BRÚSAR
Fyrir drykkinn, vítamínin og duftið.

kynning!

PRO-FITT
Kynning í dag í Skeifunni og Garðabæ.

20% AFSLÁTTUR Á KASSA

BALANCE SÚKKULAÐI
Dökkt súkkulaði með steviu og mjólkursúkkulaði með steviu,

kynning! 15% AFSLÁTTUR Á KASSA

NOW VÍTAMÍN
Kynning í dag í Skeifunni kl. 17-19

Gildir til 15. september á meðan birgðir endast.

HAGKAUP
Ein ferð betra verð

VEISTU SVARIÐ?

1. Hver er að opna veitingastaðinn K-bar á Laugavegi?
2. Hvað heitir safnstjóri Listasafns Íslands?
3. Hvað hefur plata Ásgeirs Trausta, Dýrð í dauðaþögn, selst í mörgum eintökum?

SVÖR
1. Ólafur Örn Ólafsson veitingamaður. **2.** Halldór Björn Runólfsson. **3.** Um 30 þúsund eintökum.

Lögmaður segir skiptastjóra hafa tekið nær allt fé úr út þrotabúi:

Skiptastjórinn tók 50 milljónir

VIÐSKIPTI „Björn og hans ágæta kona, Hafdís, náðu samkomulagi um að þau fengju fyrirtækið til baka. Inni í því voru 70 milljónir, skiptastjórinn tók hins vegar 50 milljónir," segir Sigurður G. Guðjónsson lögmaður en hann sakar kollega sína um að maka krókinn þegar kemur að þrotabúum.

Þrotabússtjóri Þreks höfðaði riftunarmál gegn Birni Leifssyni, eiganda World Class, sem kom upp í kjölfar sölu á rekstri líkamsræktarstöðvarinnar eftir að eignarhaldsfélagið fór í þrot. Eftir að samkomulag náðist var niðurstaðan sú að Björn leysti félagið aftur til sín.

„Mín tilfinning er sú að það er verið að höfða helst til mikið af málum og verið að reyna að búa til mikið af málum sem eru algjörlega tilgangslaus og engan pening út úr þeim að fá, nema að það séu peningar í búinu. Þá geta menn lifað sæmilegu lífi á meðan þeir eru með búin," segir Sigurður.

Fréttablaðið hafði samband við skiptastjórann, Sigurbjörn Þorbergsson, og bar undir hann upphæðina. „Ég ætla ekki að tjá mig um það," svaraði hann. -vg

> **Mín tilfinning er sú að það er verið að höfða helst til mikið af málum …**
>
> *Sigurður G. Guðjónsson*

Hilton-hótel í Svíþjóð:

Lögga gleymdi byssu á salerni

SVÍÞJÓÐ Starfsmenn Hilton-hótelsins við Slussen í Stokkhólmi fundu nýlega hlaðna byssu á einu salerna hótelsins.

Á vef sænska ríkisútvarpsins er haft eftir upplýsingafulltrúa lögreglunnar að lögreglumaður hafi gleymt skotvopni sínu.

Að sögn upplýsingafulltrúans lítur lögreglan málið alvarlegum augum. Greint var frá því að atvikið hafi ekki haft áhrif á öryggisgæslu vegna heimsóknar forseta Bandaríkjanna til Stokkhólms. - ibs

Ólögleg kosningabarátta:

Setti mynd af sér á vínflöskur

FINNLAND Petri Juurakko, bæjarfulltrúi Sannra Finna í Alavo í Finnlandi, hefur verið dæmdur fyrir atkvæðakaup. Er honum gert að greiða 30 dagsektir upp á 1.350 evrur, jafngildi um 216 þúsunda íslenskra króna.

Í prófkjöri í fyrrahaust hafði Juurakko sett límmiða með framboðsmynd af sér og listanúmer á að minnsta kosti sjö vodkaflöskur og gefið þær, að því er kemur fram á vef Hufvudstadsbladet.

Ljóst þótti að um ólöglega kosningabaráttu hefði verið að ræða. Bæjarfulltrúinn lýsti því hins vegar yfir að tiltækið með því að skreyta flöskurnar með mynd og listanúmeri hefði verið grín. - ibs

KJARTAN MAGNÚSSON Lýsir furðu yfir undarlegri töf. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Enn spurt í borgarstjórn:

Hvað kostaði að byggja Hörpu?

REYKJAVÍKURBORG Kjartan Magnússon, borgarfulltrúi Sjálfstæðisflokksins, hefur enn lagt fram fyrirspurn í borgarstjórn um heildarkostnað við byggingu Hörpu.

Kjartan segir að svar borgarstjóra í janúar við fyrirspurn Kjartans frá því í september í fyrra hafi eingöngu sýnt kostnað frá því verkefnið var yfirtekið árið 2009. Viðhlítandi svör hafi ekki enn fengist. „Um leið og furðu er lýst yfir þessari undarlegu töf er fyrirspurnin nú lögð lögð fram í þriðja sinn," bókaði Kjartan í borgarstjórn. - gar

Ríkið ráði skipulagi flugvallarsvæðisins

Stjórnarþingmaður undirbýr frumvarp um að skipulagsvald yfir flugvallarsvæðinu í Reykjavík flytjist frá borginni til ríkisins. Bendir á Keflavíkurflugvöll og Þingvallaþjóðgarð sem fordæmi. Kynnir frumvarpið fyrir stjórnarliðum á næstu dögum.

ALÞINGI Höskuldur Þórhallsson, þingmaður Framsóknarflokksins og formaður umhverfis- og samgöngunefndar Alþingis, hyggst á haustþingi leggja fram frumvarp þess efnis að skipulagsvald yfir Reykjavíkurflugvelli færist frá Reykjavíkurborg til ríkisins.

„Reykjavíkurflugvöllur er flugvöllur allra landsmanna og landið sem hann situr á er jafnt í eigu Reykjavíkurborgar og íslenska ríkisins. Það var tekin ákvörðun um það á sínum tíma að skipulagsvald yfir Keflavíkurflugvelli yrði hjá ríkinu, og þar með Alþingi. Að sama skapi tel ég eðlilegt að það sé Alþingi Íslendinga sem fjallar um skipulagsmál á Reykjavíkurflugvelli," segir Höskuldur.

HÖSKULDUR ÞÓRHALLSSON

Frumvarpssmíðin er langt komin og að sögn Höskuldar ætlar hann að kynna það fyrir þingflokkum stjórnarflokkanna á næstu dögum. Þar vonast hann til að afla meðflutningsmanna. „En ég vonast fyrst og fremst til þess að málið fái málefnalega og góða umfjöllun inni á Alþingi og verði rætt þar í rólegheitum."

Höskuldur segir að það sé skýrt í stjórnarskránni að sjálfsákvörðunarvaldið sé hjá sveitarfélögunum nema lög kveði á um annað. „Þannig að það er hægt að takmarka þetta vald með lagasetningu og ég tel að fordæmin séu mjög skýr."

UMDEILT SVÆÐI Reykjavíkurflugvöllur hefur lengi verið umdeildur. Nú vill Höskuldur Þórhallsson svipta Reykvíkinga forræði yfir skipulagsmálum á svæðinu. FRÉTTABLAÐIÐ/PJETUR

Auk Keflavíkurflugvallar bendir hann á þjóðgarðinn á Þingvöllum og sömuleiðis frumvarp sem Ásta Ragnheiður Jóhannesdóttir lagði fram í mars síðastliðnum um að skipulagsvald á alþingisreitnum við Austurvöll flyttist til þingsins. Það komst þó aldrei til umræðu.

„Ég set Reykjavíkurflugvöll undir sama hatt og Keflavíkurflugvöll, þjóðgarðinn á Þingvöllum og alþingisreitinn. Þetta eru einfaldlega staðir sem snúa að öllum landsmönnum, hvar sem þeir búa. Þess vegna er eðlilegt að það séu kjörnir fulltrúar alls landsins sem hlutast til um það hvernig skipulagsmálum er háttað þar," segir Höskuldur Þórhallsson.

stigur@frettabladid.is

> **Ég set Reykjavíkurflugvöll undir sama hatt og Keflavíkurflugvöll, þjóðgarðinn á Þingvöllum og alþingisreitinn. Þetta eru einfaldlega staðir sem snúa að öllum landsmönnum, hvar sem þeir búa.**
>
> *Höskuldur Þórhallsson, þingmaður Framsóknarflokksins*

Beinagrindin rannsökuð:

Ríkharður III var með njálg

BRETLAND, AP Fornleifafræðingar sem rannsakað hafa leifar Ríkharðs þriðja Englandskonungs segja hann hafa þjáðst af völdum njálgs, þráðorma sem geta orðið rúmlega þrjátíu sentimetrar að lengd.

Beinagrind hans fannst í gröf undir bílastæði í borginni Leicester á síðasta ári. Töluvert af eggjum þráðorma fannst í jarðveginum við mjaðmir hans, en ekkert nálægt hauskúpunni og sáralítið í jarðveginum í kring, sem kannaður var til samanburðar.

Stundum veldur njálgur alvarlegum skaða á líkamanum en mannfræðingurinn Piers Mitchell segir að konungurinn hafi lifað í vellystingum og það hafi verið heppilegt: „Ríkharður fékk líklega alveg nóg af mat sem hann gat deilt með ormunum sínum." - gb

Kína semur við Airbus:

Taka höndum saman um flugumferðarstjórn

SAMGÖNGUR Flugvélaframleiðandinn Airbus og flugumferðarstjórn Kína hafa skrifað undir viljayfirlýsingu um samstarf við að nútímavæða flugumferðarstjórn í Kína og innleiða nýjustu tækni við flugumferðarstjórn.

Samkvæmt tilkynningu Airbus verður áhersla lögð á að bæta flugumferð, auka bæði þol og skilvirkni, um leið og sjálfbærniviðmið séu höfð að leiðarljósi. Eins á að hjálpa til við að samstilla flugumferðarstjórn í Kína, bæði fyrir innan- og utanlandsumferð.

Airbus ProSky, flugumferðarstjórnarfyrirtæki Airbus, annast innleiðingu nýrrar tækni. - óká

Útsala

Komdu núna
og gerðu góð kaup

VEIÐIHORNIÐ

Útsala á stangveiðivörum
5. til 15. september

Veiðihornið – Síðumúla 8 – Sími 568 8410

Samdráttur milli mánaða:

Færri keyptu eignir en í júlí

VIÐSKIPTI Þinglýstum kaupsamningum um fasteignir á höfuðborgarsvæðinu fækkaði um 14,8 prósent milli mánaða í ágúst og velta minnkaði um 24,3 prósent. Miðað við ágúst í fyrra fjölgaði þeim hins vegar um 9,4 prósent og velta jókst um 16,9 prósent.

Á vef Þjóðskrár kemur fram að í ágúst hafi kaupsamningar verið 476 talsins. „Heildarvelta nam 14,7 milljörðum króna og meðalupphæð á hvern kaupsamning var 30,9 milljónir króna.“ - óká

Ingvar Dór Birgisson dæmdur í þriggja og hálfs árs fangelsi í Héraðsdómi Reykjavíkur:

Nauðgaði fjórtán ára gamalli stúlku

DÓMSMÁL Héraðsdómur Reykjavíkur dæmdi í gær Ingvar Dór Birgisson, 28 ára, í þriggja og hálfs árs fangelsi fyrir að nauðga fjórtán ára gamalli unglingsstúlku í apríl árið 2010.

Ingvar kynntist stúlkunni á samskiptamiðlum og þau mæltu sér mót í kjölfarið í fleira en eitt sinn. Í eitt skiptið áreitti hann hana kynferðislega með því að kyssa hana, strjúka líkama hennar innanklæða og leita eftir kynferðislegu samneyti við hana.

Í seinni skiptið þröngvaði hann henni til samræðis og hætti ekki þrátt fyrir að stúlkan bæði hann ítrekað um það og segði honum að hann væri að meiða hana.

Í niðurstöðu Héraðsdóms Reykjavíkur segir að Ingvar hafi ekki sætt refsingu áður. „Brot ákærða eru alvarleg. Við ákvörðun refsingar er litið til þess að hann braut gegn mjög ungri stúlku, á viðkvæmu þroskaskeiði hennar.“ Hann eigi sér engar málsbætur. - sh

Stakk af til Cayman-eyja

Eftir þingfestingu málsins síðasta sumar fór Ingvar af landi brott og til Cayman-eyja, að því er segir í dómnum. Hann kom jafnframt þeim boðum áleiðis til dómsins að hann væri ekki á leið til landsins í bráð. Gefin var út handtökuskipun á hendur honum í október í fyrra. Hann mætti svo í dóminn 10. júní síðastliðinn. Þetta bættist við tafir á málinu í meðförum lögreglu.

HÉRAÐSDÓMUR Ingvar Dór Birgisson var í gær dæmdur í þriggja og hálfs árs fangelsi fyrir nauðgun.

Hægri flokkunum er spáð stórsigri

Rauðgræna stjórnin í Noregi hangir á bláþræði. Þingkosningar verða á mánudaginn og allt bendir til þess að þá missi stjórn Jens Stoltenberg meirihluta sinn. Erna Solberg verður líklega næsti forsætisráðherra. Hinn umdeildi Framfaraflokkur gæti verið á leið í ríkisstjórn.

NOREGUR Allt stefnir í að vinstri stjórn Jens Stoltenbergs missi þingmeirihluta í kosningum á mánudag. Hægri flokkunum fjórum er spáð ríflega 55 prósentum atkvæða, en „rauðgrænu“ flokkunum þremur er spáð innan við 40 prósentum.

Hinn umdeildi Framfaraflokkur, sem aldrei hefur náð að komast í ríkisstjórn þrátt fyrir vinsældir meðal kjósenda, virðist nú í fyrsta sinn eiga góða möguleika á þátttöku í stjórn með hægri flokkunum.

Framfaraflokkurinn var lengi helst þekktur fyrir stóryrtar yfirlýsingar Carls I. Hagen, þáverandi leiðtoga flokksins, sem óspart reyndi að veiða atkvæði út á ótta almennings við útlendinga og glæpi.

Siv Jensen, sem tók við formennsku í flokknum árið 2006, hefur reynt að breyta ímynd flokksins og leggur áherslu á hefðbundna frjálshyggjustefnu, sem gengur út á að draga úr umsvifum ríkisins og efla frelsi einstaklingsins.

➜ Hægri flokkunum er spáð ríflega 55 prósentum atkvæða, en „rauðgrænu“ flokkunum er spáð innan við 40 prósentum.

Þetta hefur borið þann árangur að Erna Solberg, leiðtogi Hægriflokksins, hefur nú ekkert lengur að athuga við samstarf við Framfaraflokkinn.

Stoltenberg, sem er formaður Verkamannaflokksins, varar hins vegar eindregið við miklum samdrætti í ríkisútgjöldum og hefur enn ekki gefið upp vonina um að vera áfram í stjórn, jafnvel þótt það verði minnihlutastjórn.

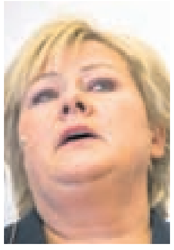
gudsteinn@frettabladid.is

Hagen sýnir gamalkunna takta

Nokkuð uppnám varð í Noregi í gær þegar Carl I. Hagen, fyrrverandi formaður Framfaraflokksins, tjáði sig óvænt á Facebook-síðu sinni og sagði stjórn Stoltenbergs bera ábyrgð á morði á rúmlega tvítugri stúlku. Hann eyddi færslunni stuttu síðar eftir hörð viðbrögð og athugasemdir, meðal annars frá félögum í Framfaraflokknum. Hann sagðist fallast á að færslan hefði verið dálítið harkalega orðuð, en að hann stæði samt enn við meginatriðið, sem væri að vægar refsingar og langar biðraðir eftir fangelsisplássi byðu heim hættunni á að dæmdir afbrotamenn sem ganga lausir fremdu alvarlega glæpi.

Fylgi norsku flokkanna í skoðanakönnunum

JENS STOLTENBERG Verkamannaflokknum hefur verið spáð um eða innan við 30 prósentum atkvæða, sem hefði í för með sér að stjórnarflokkarnir misstu meirihlutann.



ERNA SOLBERG Leiðtogi Hægriflokksins þykir eiga góða möguleika á að verða næsti forsætisráðherra Noregs.

SIV JENSEN Tók við formennsku af Carl I. Hagen fyrir tæpum áratug og hefur reynt að losa flokkinn við ímynd lýðskrums og útlendingahaturs.

NORDICPHOTOS/AFP

➜ **Rauðgræna ríkisstjórnin**

Flokkur	Í síðustu þingkosningum	Spáð nú
VERKAMANNAFLOKKURINN Leiðtogi: **Jens Stoltenberg**	35,4%	28-29% ↓
MIÐFLOKKURINN Leiðtogi: **Liv Signe Navarsete**	6,2%	5% ↓
SÓSÍALÍSKI VINSTRIFL. Leiðtogi: **Audun Lysbakken**	6,2%	4% ↓

Rauðgræna ríkisstjórnin hefur verið við völd síðan 2005 en Miðflokkurinn hefur áður setið í miðjustjórnum með Kristilega þjóðarflokknum og Venstre.

➜ **Borgaralegu flokkarnir**

Flokkur	Í síðustu þingkosningum	Spáð nú
HÆGRIFLOKKURINN HØJRE Leiðtogi: **Erna Solberg**	17,2%	30% ↑
FRAMFARAFLOKKURINN Leiðtogi: **Siv Jensen**	22,9%	15-16% ↓
KRISTILEGI ÞJÓÐARFL. Leiðtogi: **Knut Arild Hareide**	5,5%	5% ↓
HÆGRIFL. VENSTRE Leiðtogi: **Trine Skei Grande**	3,9%	5% ↑

Í BLÁA LÓNINU Gestir voru ekki að flýta sér í blíðviðrinu í Bláa lóninu í gær. MYND/ATLI KRISTJÁNSSON

Mikill straumur frá skemmtiferðarskipum í gær:

Örtröð í Bláa lóninu

FERÐAÞJÓNUSTA „Aðsóknin er til marks um að ferðamannatímabilið er að lengjast, sem er afar jákvæð þróun ferðaþjónustu á Íslandi,“ segir Magnea Guðmundsdóttir, kynningarfulltrúi Bláa lónsins, þar sem tekið var á móti um tvö þúsund gestum í gær.

Magnea segir að á góðum degi um hásumar komi mest um þrjú þúsund manns í Bláa lónið. Í gær hafi verið gestir af skemmtiferðaskipunum Caribbean Princess og Adventure of the Seas, auk annars hóps sem átti bókað. Svipaður fjöldi hafi mætt á einum degi í Bláa lónið í september í fyrra. Allt árið 2012 voru gestirnir 585 þúsund.

Að sögn Magneu gekk allt vel fyrir sig þrátt fyrir mannfjöldann sem fyllti alla ganga.

„Nokkrir gestir áttu ekki von á að þurfa að bíða. En starfsfólk okkar gerir sitt besta til að gestum líði vel og var þeim sem þurftu að bíða sem lengst, það er í um klukkustund, boðið upp á ís og kaffi,“ segir Magnea. - gar

netto
Kræsingar & kostakjör

Markhönnun ehf

30% AFSLÁTTUR

LAMBABÓGUR FERSKUR
692
ÁÐUR 989 KR/KG

LAMBAINNRALÆRI KRYDDLEGIÐ
2.274
ÁÐUR 3.499 KR/KG
35% AFSLÁTTUR

KJÚKLINGABRINGUR 100% HREINT KJÖT
2.086
ÁÐUR 2.398 KR/KG

LÍFRÆNT SÝRÓP 1L WS BLUE AGAVE
999
ÁÐUR 1.298 KR/STK

LONDONLAMB KEA
1.844
ÁÐUR 2.459 KR/KG
25% AFSLÁTTUR

MANGÓ FERSK
249
ÁÐUR 498 KR/KG
50% AFSLÁTTUR

ÞVOTTAEFNI BLENDA SENSITIVE 1.17
299
ÁÐUR 499 KR/STK
40% AFSLÁTTUR

VÍNARBRAUÐ M/PECANHNETUM
119
ÁÐUR 198 KR/STK
40% AFSLÁTTUR

Tilboðin gilda 05. - 08. september

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

FRAMKVÆMDIR VIÐ VAÐLAHEIÐARGÖNG

TIGNARLEGUR BOR Jón Leví Hilmarsson, verkefnisstjóri hjá ÍAV, sem stýrir vinnu við framkvæmdirnar, stendur hér við hliðina á bornum sem notaður er. Borinn er af gerðinni Tamrock.

HREINT LOFT Fyrir utan má sjá gult loftræstirör sem nær inn öll göngin. Það hefur þann tilgang að blása hreinu lofti inn í göngin þegar búið er að sprengja og tryggja loftgæði.

MIKILVÆGAR LEIÐSLUR Borinn sem notaður er við vinnuna er tengdur við rafmagns- og vatnsleiðslur sem liggja hér inn eftir göngunum.

Hafa borað 500 metra

Vaðlaheiðargöng lengjast um 60 metra á viku. Vinna Fnjóskadalsmegin hefst næsta vor. Auðunn Níelsson tók meðfylgjandi myndir af framkvæmdunum.

FRAMKVÆMDIR „Við vorum að rjúfa 500 metra múrinn og hér gengur allt samkvæmt áætlun,“ segir Jón Leví Hilmarsson, verkefnisstjóri hjá Íslenskum aðalverktökum, sem stýrir vinnu við framkvæmdir við Vaðlaheiðargöng í Eyjafirði.

Rúmir tveir mánuðir eru liðnir síðan sprengingar hófust og hafa göngin lengst um 60 metra á viku. Hver sprenging lengir göngin um fimm metra að meðaltali. Jón segir aðstæður í fjallinu góðar.

„Bergið er gott og það er lítið sem ekkert vatn. Við erum með starfsmenn á vöktum allan sólarhringinn, alla daga vikunnar, og hingað til hefur þetta gengið án áfalla.“

Undirbúningsvinna er nú hafin Fnjóskadalsmegin. Að sögn Jóns er gert ráð fyrir að vinna þar hefjist næsta vor.

Vaðlaheiðargöng verða fullkláruð 7,2 kílómetrar að lengd og stefnt er að gegnumbroti í september 2015. - hg

Á LEIÐ ÚT Starfsmaður Ósafls keyrir vinnulyftu út úr göngunum. Fyrir ofan má sjá loftræstirörið sem nær inn öll göngin.

ÖFLUGT SPRENGIEFNI Starfsmenn Ósafls hlaða sprengiefni í holur í berginu. Oftast er sprengt tvisvar á sólarhring og hver sprenging lengir göngin um fimm metra að meðaltali.

Stóreldhús

Í Rekstrarlandi býðst fjölbreytt úrval af þaulreyndum stóreldhúsvörum fyrir allar gerðir eldhúsa.

VNR. 98145
FÖST SÁPA
í sjálfvirkar uppþvottavélar, 5 kg

VNR. 92674
ALHLIÐA SÓTTHREINSIR
500 ml úðabrúsi
VERÐ 539 KR.

VNR. 99607
PVC-FILMA
45 cm x 300 m
Verð frá 1.830 kr.

PIPAR\TBWA • SÍA • 131772

REKSTRARLAND

Skeifunni 11 | Sími 515 1100 www.rekstrarland.is

LYFJA
– Lífið heil

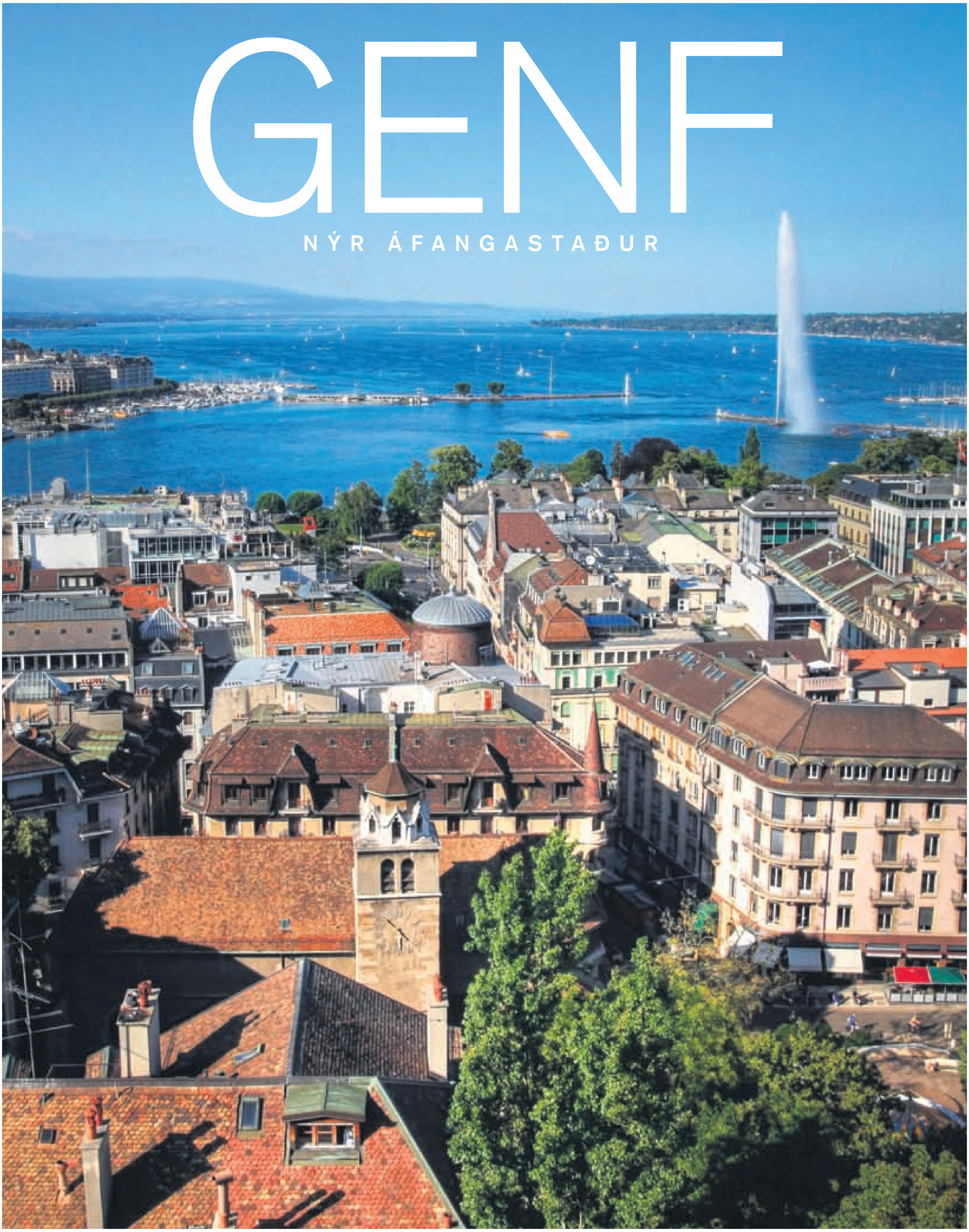
Nicorette
15% afsláttur af Nicorette innsogslyfi og Nicorette QuickMist munnholsúða

www.lyfja.is

Lægra verð í Lyfju

Gildir út september

ÍSLENSKA SIA.IS ICE 65224 09/13



Genf er gimsteinn sem þú ættir að bæta í festi minninganna, glæsileg, auðug og alþjóðleg borg á bökkum Genfarvatns og Rhone, Sviss með alþjóðlegu og frönsku ívafi. Í norðri rísa Júrafjöll og í suðri gnæfa snævi krýndir Alpar með Mont Blanc í heiðurssæti. Hér stendur allt til boða sem gerir lífið þess virði að lifa, náttúrufegurð, listir, menning, dýrindis matur og kærkomið tækifæri til að dekra við sjálfan sig. Láttu það eftir þér.

+ Bókaðu núna á icelandair.is

Vertu með okkur

ICELANDAIR

Gróðavon mikil á ónumdu svæði

Drekasvæðið er í flokki áhættusömustu leitarsvæða í olíuvinnslu. Sterkar vísbendingar eru þó um að þar sé olíu að finna. Forstjóri Mannvits varar við gullæði. Enn á eftir að sannreyna að olía finnist. Fjárfesting á svæðinu gæti þó hlaupið á milljarðatugum eftir nokkur ár.

FRÉTTASKÝRING
Hvers mega Íslendingar vænta komi til olíuvinnslu á Drekasvæðinu?

„Leitið og þér munið finna, og þar með búa til verðmæti,“ segir Morten Lindbæck, sérfræðingur Fondfinans í Noregi, að sé starfsemi olíufyrirtækja í hnotskurn. Grunnurinn að geiranum öllum sé að finna olíu og gas. Jan Mayen-hryggurinn og þar með Drekasvæðið segir hann að sé í þriðja flokki svæða sem leitað sé á.

Lindbæck fjallaði um olíuiðnaðinn í Noregi og nokkrar grunnreglur sem fyrirtæki í olíuleit þurfa að viðhafa á fundi VÍB um möguleika Íslendinga í þeim geira í Hörpu í gærmorgun.

Í fyrsta flokki leitarsvæða segir Lindbæck að séu þekkt svæði þar sem olía hafi fundist áður í vinnanlegu magni, líkt og sé undan ströndum Noregs. Þau nefnir hann „greiðfær Júrasvæði“, eða Jurassic fairway upp á ensku. Í öðrum flokki eru svo hliðarsvæði (e. step out exploration) og í þeim þriðja ónumin lönd (e. frontier exploration) þar sem óvissa sé mest um afrakstur.

Norska ríkið styrkir leit

„Vegna þess að ekki er búið að bora neitt á Jan Mayen-hryggnum fellur hann í flokk ónuminna landa,“ segir Morten Lindbæck. „Óvissa er þar samt kannski heldur minni en á öðrum ónumdum svæðum vegna þess sem vitað er um jarðfræði svæðisins og olíuleka sem vart hefur verið á sjávarbotninum.“

Norska ríkið, segir Lindbæck, hefur smám saman aukið stuðning sinn við olíuleitarfyrirtæki í gegnum þá umgjörð sem slíkum fyrirtækjum er búin þar í landi. Fyrsta kastið væru ríki þó upp á einkafyrirtæki komin þegar kæmi að leit og borun eftir olíu og gasi.

Núna jafni hins vegar norska ríkið stöðu olíuleitarfyrirtækja og greiði fyrir komu nýliða á markaðinn með því að fá í endurgreiðslu skatts þann kostnað sem lagt væri í við olíuleit. „Þetta fyrirkomulag á eftir að ýta undir áhuga á olíuleit á Jan Mayen-svæðinu þegar Noregur opnar fyrir hana.“

Fjórar holur af fimm þurrar

Í erindi sínu lagði hann áherslu á að fyrirtæki sem ætluðu að leggja fyrir sig olíuleit þyrftu að vera afar vel fjármögnuð, dreifa áhættu í starfsemi sinni og beita köldu mati á arðvænleika þeirra verkefna sem lagt væri í. Reynslan sýndi að fjórar af hverjum fimm boruðum holum væru þurrar. Vandinn væri hins vegar að ekki væri hægt að gefa sér í hvaða röð boraðar holur gæfu af sér.

Þá væri mikilvægt fyrir olíuleitarfyrirtæki að nota vinnsluhæfar holur til að renna stoðum undir reksturinn og frekari leit. Óráð væri að sækja fé á markað fyrr en reksturinn væri orðinn nokkuð stöðugur og stöndugur.

Yfirskrift fundarins var „Er nýtt olíuævintýri í uppsiglingu?“. Fjallað var um hvaða tækifæri kynnu að bíða Íslendinga í olíuleit og vinnslu úti fyrir ströndum landsins og víðar.

Auk Lindbæcks fluttu erindi Gunnlaugur Jónsson, forstjóri Eykon Energy, og Eyjólfur Árni Rafnsson, forstjóri Mannvits.

Eykon hefur tryggt sér leyfi til leitar á Drekasvæðinu og skoðar um leið aðra kosti til þess að dreifa áhættu í starfseminni. Með því að vera í Noregi geti Eykon fengið endurgreidd frá norska ríkinu 78 prósent kostnaðar við leit að olíu.

Gunnlaugur segir Drekasvæðið mikið rannsakað og líklega olíu að finna þar. Beggja vegna, á Grænlandi og við Noreg, séu olíusvæði sem rekið hafi frá Jan Mayen-hryggnum. „Þetta er eins og kaka sem hefur verið skorin í þrennt.“

olikr@frettabladid.is

Í HÖRPU Eyjólfur Árni Rafnsson forstjóri Mannvits, Gunnlaugur Jónsson forstjóri Eykon Energy og Morten Lindbæck sérfræðingur Fondfinans í Noregi. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

Komið að stjórnvöldum að marka stefnu

Eyjólfur Árni Rafnsson, forstjóri Mannvits, kveðst nema örlítil merki gullæðisstemningar í tengslum við umræðu um olíuleit á íslensku hafsvæði. „Við erum kannski ekki farin að hlaupa en örugglega farin að ganga rösklega,“ sagði hann á fundi VÍB í Hörpu í gær. Hann áréttar að þótt sterkar vísbendingar séu um að olíu sé að finna á Drekasvæðinu eigi alveg eftir að sannreyna það. „Þangað til skulum við ganga hægt um gleðinnar dyr.“

Möguleikarnir og tækifæri landsins séu hins vegar mikil. „Við getum verið að horfa á að fjárfesting og þar með þjónusta í tengslum við leit eða leyfi sem búið er að veita geti farið frá því að vera nokkrir tugir milljóna á næsta ári upp í að vera 40 til 50 milljarðar króna í lok þess tímabils, eftir sjö til tíu ár,“ segir Eyjólfur Árni. Núna skipti hins vegar máli að móta framtíðarumgjörð og áætlun um hvernig standa eigi að hlutunum. Stöðugleiki og gagnsæi skipti þá öllu máli. Svara þurfi því hvernig skattlagningu verði háttað, hvort koma eigi hér á ríkisolíufélagi eða hafa á annan hátt. „Það vantar enn á að stjórnvöld marki sér stefnu um hvernig við ætlum að gera þetta næstu áratugina.“

www.volkswagen.is

Volkswagen Tiguan eyðir aðeins frá 5,8l /100 km

Fullkominn ferðafélagi

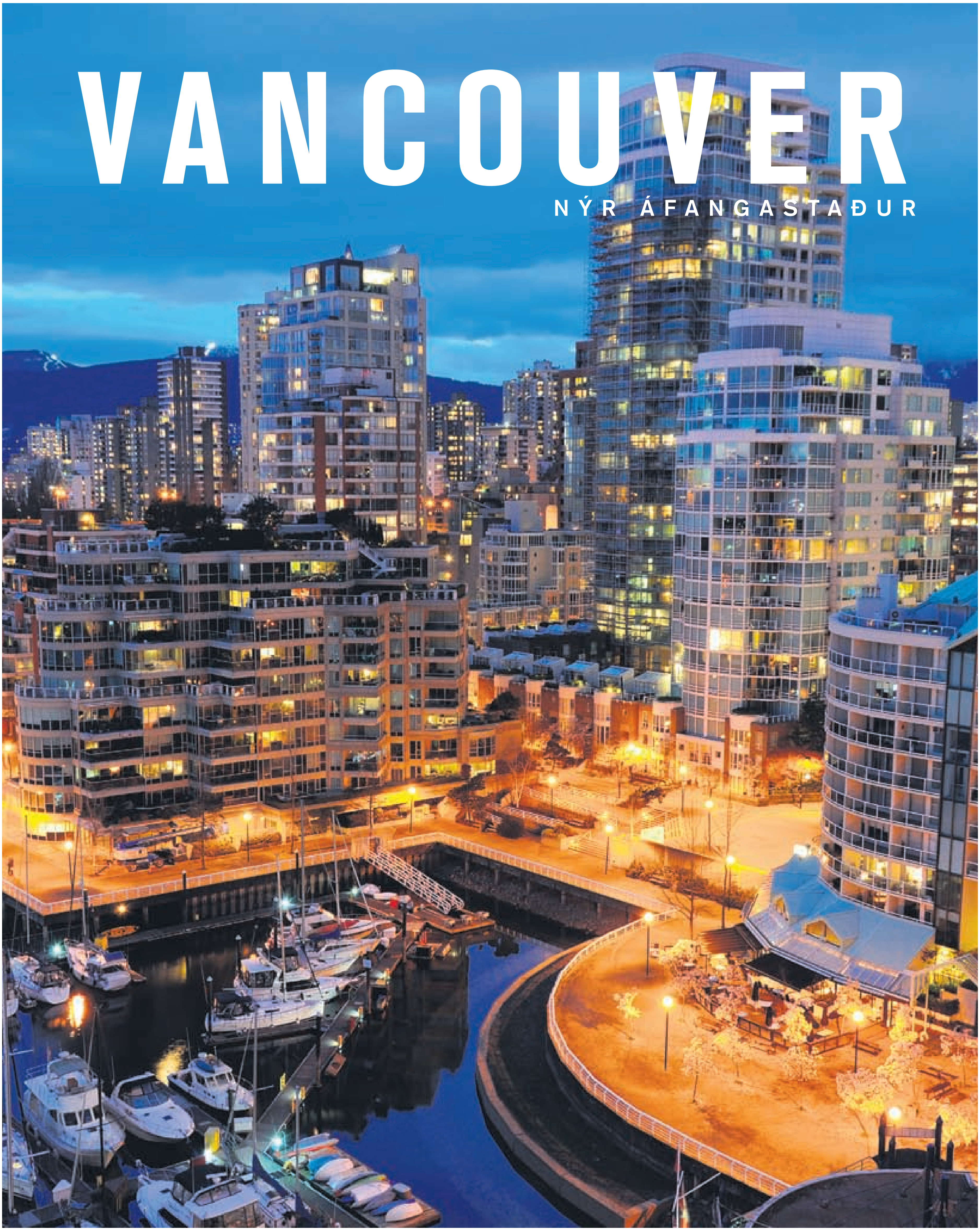
Í Volkswagen Tiguan sameinast fullkomið fjórhjóladrif, sparneytin dísilvél og einstakir akstursegininleikar sem veita þér algjört ferðafrelsi. BlueMotion tæknin frá Volkswagen leggur áherslu á lágmarks eyðslu eldsneytis og hámarks umhyggju fyrir umhverfinu. Kynntu þér kosti Volkswagen Tiguan og veittu þér sannkallað frelsi til að ferðast.

Tiguan kostar aðeins frá
5.360.000 kr.

Das Auto.

HEKLA · Laugavegi 170-174 · Reykjavík · Sími 590 5000 · hekla.is
Höldur Akureyri · Bílasala Selfoss · Bílás Akranesi · HEKLA Reykjanesbæ · Heklusalurinn Ísafirði

ÍSLENSKA SIA.IS ICE 65224 09/13



Sögunarmylla og hrörleg krá. Þannig hófst ævintýrið. Nú á hún enga sína líka, stórborgin Vancouver á Kyrrahafsströnd Kanada. Í Klettafjöllum, rétt utan borgarmarkanna, bíða þín í morgunsárið freistandi skíðasvæði og síðdegis svalandi hafgola á sólbakaðri strönd. Fyrsta flokks veitingastaðir frá öllum heimshornum, ysmiklar verslunargötur, söfn, ópera, leikhús, tónleikar og spennandi næturlíf. Lesendur Condé Nast Traveler kusu Vancouver „bestu borg Kanada árið 2012.“ Komdu til Vancouver og uppgötvaðu hvers vegna.

+ Bókaðu núna á icelandair.is

Vertu með okkur

ICELANDAIR

ÁTAK UNICEF OG TE OG KAFFIS

STYÐJIÐ ÁTAKIÐ
SENDIÐ SMS-IÐ
STOPP
Í NÚMERIÐ
1900
OG GEFIÐ ÞANNIG
250 KRÓNUR

„Klárum málið“ er yfirskrift átaks UNICEF á Íslandi og fyrirtækisins Te og kaffi sem hófst formlega í gær og stendur út mánuðinn. Markmiðið er að vekja athygli á þeim árangri sem náðst hefur í baráttunni gegn lömunarveiki, sem einnig er kölluð mænusótt, og bjóða landsmönnum að taka þátt í baráttunni við að útrýma veikinni á heimsvísu. Engin lækning er til við sjúkdómnum og eina leiðin til að koma í veg fyrir að veikin valdi lömun er bólusetning. Ein bólusetning kostar 25 krónur.

Í dag er lömunarveiki landlæg í þremur ríkjum og á 25 árum hefur mænusóttartilfellum fækkað um meira en 99%. Nú á að ná seinasta prósentinu og útrýma veikinni endanlega. Meðan lömunarveiki finnst enn þá einhvers staðar í veröldinni er hinum mikla árangri sem náðst hefur teflt í tvísýnu. Af hverjum seldum drykk í september gefur Te og kaffi andvirði einnar bólusetningar gegn lömunarveiki. Almenningi gefst tækifæri til að gera það sama og gefa andvirði einnar bólusetningar með hverjum keyptum drykk. Jafnframt býðst landsmönnum að styðja átakið með því að senda smáskilaboðin stopp í númerið 1900 og gefa þannig 250 krónur.

HVAÐ ER LÖMUNARVEIKI?

- **Lömunarveiki er smitsjúkdómur** af völdum veiru sem lagst getur á taugakerfi líkamans og valdið lömun sem leitt getur til dauða.
- Einkenni eru í sumum tilfellum væg og um **90% þeirra sem smitast eru einkennalausir**. Ef veiran berst í blóðrás verða einkennin alvarlegri.
- Langflestir, eða um **90-95% af þeim sem veikjast, fá væg flensulík einkenni** sem geta lýst sér sem almennur slappleiki, hiti, minnkuð matarlyst, ógleði, uppköst, særindi í hálsi, hægðatregða og magaverkir.
- **Alvarlegri einkenni** eru verkir og minnkaður kraftur í stoðkerfi líkamans, hnakkastífleiki, vöðvaverkir, vöðvarýrnun, hæsi og erfiðleikar við öndun og kyngingu. Í alvarlegustu tilfellunum koma fram vöðvalömun, lömun á þvagblöðru og einkenni eins og óróleiki, ósjálfrátt slef og þaninn kviður.
- **Einn af hverjum 200 sem fá sjúkdóminn lamast varanlega.** Þeir sem eru í mestri hættu á að veikjast af sjúkdómnum eru nýburar, ung börn og óbólusettir einstaklingar. Hættan á að lamast varanlega af völdum sjúkdómsins eykst með hækkuðum aldri.

Lömunarveikin tók sig upp aftur

Sigrún Hjartardóttir fékk lömunarveiki þriggja ára gömul. Hún var ein sú síðasta sem veiktist í síðasta stóra lömunarveikisfaraldrinum á Íslandi. Sigrún náði heilsu og lifði venjulegu lífi en eftirstöðvar lömunarveikinnar létu aftur á sér kræla mörgum áratugum síðar.

Jóhanna Margrét Einarsdóttir
johanna@frettabladid.is

„Ég man eftir hita og miklum sársauka þegar ég veiktist og ég man óljóst eftir því að foreldrar mínir gengu með mig um gólf daglangt áður en þau fengu lækni til að koma og skoða mig,“ segir Sigrún Hjartardóttir frá Tjörn í Svarfaðardal. Þetta var haustið 1955 og Sigrún þriggja ára. Hún var ein þeirra sem veiktust af lömunarveiki í síðasta stóra lömunarveikifaraldrinum sem gekk hér á landi.

Læknirinn sá fljótt hvers kyns var og lét flytja Sigrúnu á Sjúkrahúsið á Akureyri. Þar dvaldi hún fram yfir jól en var þá flutt til Reykjavíkur. Þar dvaldi hún fyrst um sinn í húsi í Þingholtunum sem kallað var Sóttvörn en fór svo á Heilsuverndarstöðina við Barónsstíg.

„Ég lamaðist í báðum fótum og höndum. Lömunin gekk að mestu til baka með tímanum nema í hægri öxlinni. Ég man ekki eftir mér með hækjur en ég man eftir mér í hjólastól. Annars man ég ekki mikið eftir því hvernig mér leið eftir að ég veiktist. Ég man þó eftir æfingunum sem ég var sett í. Þær tóku á.“

Eftir að Sigrún veiktist hætti hún að tala, umlaði þegar einhver reyndi að tala við hana. Einhverju sinni á meðan hún var á Heilsuverndarstöðinni kom hjúkrunarkona með nýfætt barn að sýna Sigrúnu. Þá sagði hún upp úr eins manns hljóði: „Hún er minni en Steinunn,“ en Steinunn var systir hennar. Þetta voru fyrstu orðin sem hún sagði í margar vikur og létti víst mörgum þegar hún gat tjáð sig á nýjan leik.

Sigrún varð að dvelja vegna veikinda sinna í Reykjavík á annað ár, fyrst á sjúkrastofnunum en síðan hjá ættingjum. Hún segist muna að fyrst eftir að hún kom heim í Svarfaðardalinn hafi foreldrar hennar verið að láta hana hlaupa um til að þjálfa hana. Hún segist muna eftir því að hafa verið völt á fótunum og óstyrk.

Sigrún náði sér ótrúlega vel af veikindum sínum og segir að hún hafi átt ósköp venjulegt líf. Hún varð því undrandi þegar eftirstöðvar lömunarveikinnar komu fram mörgum áratugum síðar.

FÉKK LÖMUNARVEIKI Sigrún Hjartardóttir fékk lömunarveiki þriggja ára gömul. Hún náði sér á strik en eftirköst lömunarveikinnar komu fram mörgum áratugum síðar. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

„Á milli fertugs og fimmtugs fór ég að finna fyrir mikilli þreytu og minnkandi getu í hægri hönd sem er stöðugt að ágerast. Ég áttaði mig ekki á hvað þetta var, það hafði enginn sagt mér frá því að eftirköst eftir veikina gætu komið fram löngu síðar. Skömmu fyrir aldamót las ég grein í blaði eftir sjúkraþjálfara sem hafði rannsakað fólk sem hafði fengið lömunarveiki á barnsaldri. Það hafði fengið lík einkenni og ég. Þá áttaði ég mig á því að þetta gæti átt við um mig líka, sem var raunin.“

Ætti að vera búið að útrýma lömunarveiki fyrir löngu

Margrét Guðnadóttir, prófessor í veirufræði, segir að það sé hægt að útrýma lömunarveiki og það ætti að vera löngu búið að því. Hér á landi var farið að bólusetja við lömunarveiki 1956. Árangurinn er sá að enginn hefur greinst með lömunarveiki frá 1963 en þá greindust tveir með veikina. Í heiminum öllum greindust 233 með lömunarveiki í fyrra, það var í Pakistan, Afganistan og Nígeríu. Margrét segir að það megi ekki hætta að bólusetja við lömunarveiki, þá geti hún gosið upp aftur. „Það má ekki hætta að bólusetja fyrr en það er búið að útskrifa sjúkdóminn úr mannheimum og það verður að mínu mati ekki fyrr en 10 til 20 árum eftir síðustu bólusetninguna. Það sem við er að etja eru þrír stofnar jafnhættulegra veira. Þær berast með saur og óhreinindum milli fólks. Sjúklingar geta smitað í stuttan tíma með úðasmiti úr öndunarvegi. Leiðin í gegnum meltingarfærin er aðalsmitleiðin út í náttúruna og meðan það eru skítug vatnsból í þriðja heiminum verður erfitt að ganga úr skugga um að veiran sé að fullu horfin úr náttúrunni. Við verðum að skaffa öllu mannkyni hreint vatn og betra viðurværi, þá vinnst þessi barátta,“ segir Margrét.

Nýtt aðalskipulag fyrir Kópavog.
Aðalskipulag Kópavogs 2012-2024

Skipulagsnefnd Kópavogs boðar til kynningarfundar með íbúum og öðrum hagsmunaaðilum í Kópavogi þar sem kynnt verður tillaga að nýju aðalskipulagi fyrir bæinn. Aðalskipulagið er skipulagsáætlun þar sem fram kemur stefna bæjaryfirvalda um landnotkun, samgöngu- og þjónustukerfi, umhverfismál og þróun byggðar til ársins 2024.

Fundurinn verður haldinn í samkomusal Hörðuvallaskóla við Baugakór 38, fimmtudaginn 12. september nk. kl. 17:00 til 18:30.

Skipulagsstjóri Kópavogs

Kópavogsbær

kopavogur.is

VINSÆLIR KUBBAR Salan á Lego-kubbum í Asíu hefur aukist um 35 prósent.

Velgengni LEGO-risans:

Hundruð milljóna gróði á dag

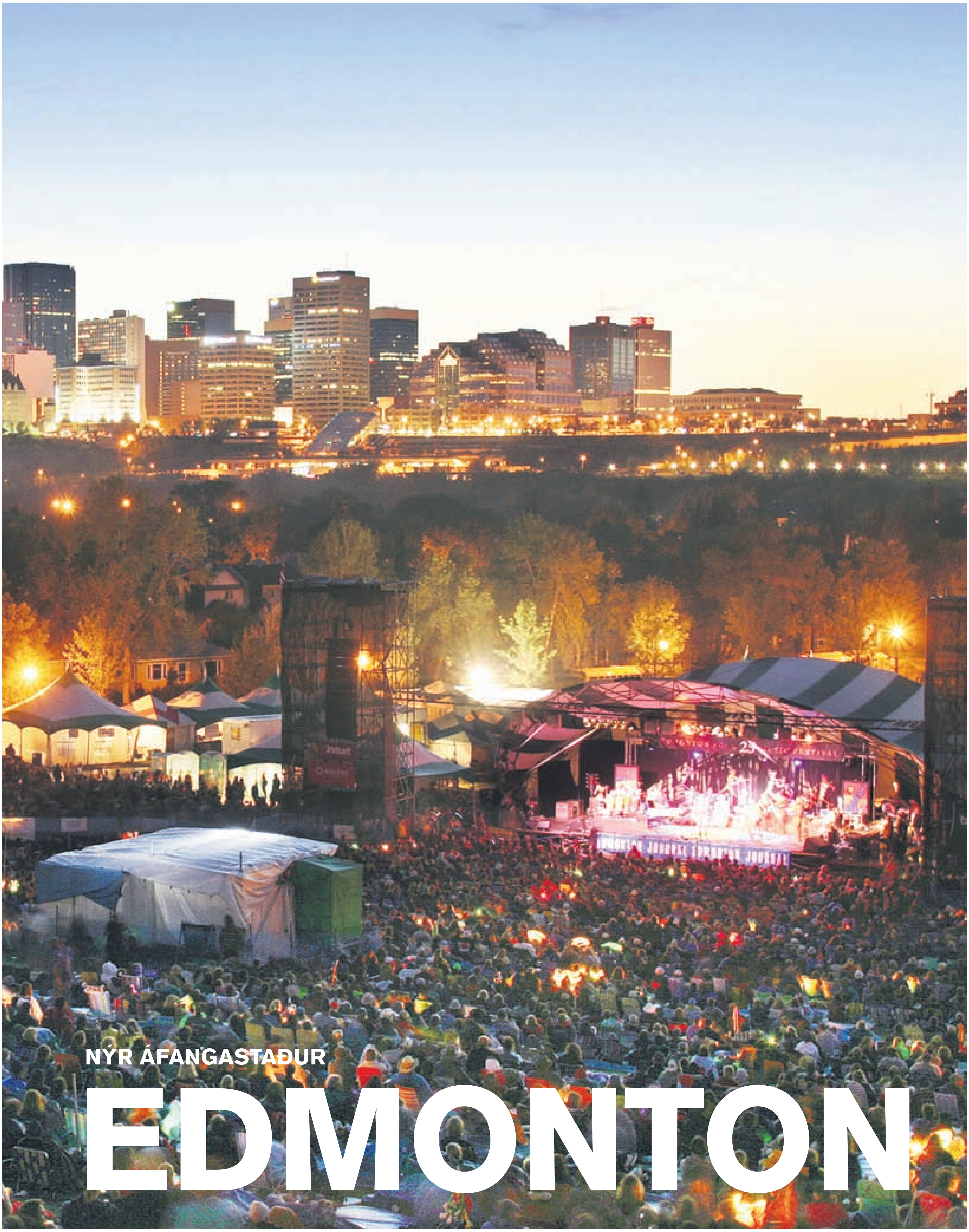
DANMÖRK Fyrstu sex mánuði ársins græddi LEGO-leikfangarisinn 13 milljónir danskra króna á dag, jafngildi rúmlega 279 milljóna íslenskra króna.

Á fréttavef Jótlandspóstsins segir að fyrstu sex mánuði ársins hafi salan í Asíu aukist um 35 prósent. Í Evrópu hafi hún hins vegar aukist um átta prósent en um fjögur prósent í Bandaríkjunum. Á heimsvísu hefur salan fyrstu sex mánuðina aukist um níu prósent miðað við sama tíma í fyrra.

Fyrr á árinu tilkynnti fyrirtækið að von væri á Lego-útgáfu af Simpsons-fjölskyldunni.

- ibs

ÍSLENSKA SIA.IS ICE 65224 09/13



Stephan G. kunni vel við sig í Alberta. Hann skynjaði einhvern kraft frá Klettafjöllum úti við sjóndeildarhring í vestri – kraft sem hefur mótað mannlífið í Edmonton, grænu, „hátíðaborginni“, höfuðborg Albertafylkis í Kanada. Edmonton er þróttmikil viðskipta- og menningarborg. Þar bíða þín ríkuleg tækifæri til útivistar og afþreyingar, 84 golfvellir, 20 leikhús, 60 gallerí, söfn, þjóðgarðar og hið víðfræga Edmonton Mall með fleiri en 800 verslunum. Og hver veit nema þú sjáir þar bregða fyrir íslenskum ættarsvip.

+ Bókaðu núna á icelandair.is

Vertu með okkur

ICELANDAIR

TAXFREE VERÐ KR.
119.442
FULLT VERÐ
149 .900

TAXFREE-DA

TAXFREE-AFSLÁTT

20,32% AF ÖL

HEILSURÚM | HEILSUDÝNUR | SÓFAR | SVEFNSÓFAR | HÆGIND

Að sjálfsögðu fær ríkissjóður 25.5% virðisaukaskatt af söluverði. 20,32% afslátturinn er alfarið á kostnað Dorma.

OPIÐ: Virka daga frá kl. 10.00-18.00 • Laugardag frá kl. 11.00-17.00 • Sunnudag frá kl. 13.00-17.00 (Akureyri lokað á sunnudögum)

NÝTTU
TÆKIFÆRIÐ
FRÁBÆR
KAUP
GAR Í DORMA
TUR Í SEPTEMBER
LUM VÖRUM!
ASTÓLAR | LYFTISTÓLAR | KODDAR | SÆNGUR | RÚMFÖT O.FL.
DORMA
– býður góða nótt
Holtagörðum og Húsgagnahöllinni Dalsbraut 1 Akureyri og í Reykjavík • Pöntunarsími 512 6800

BUSAVÍGSLUR Í FRAMHALDSSKÓLUM LANDSINS

ÞRAUTABRAUT Nýnemar í Fjölbrautaskólanum í Breiðholti þurftu að fara í gegnum þrautabraut.

LÍFLEGIR UPPVAKNINGAR Menntaskólanemarnir sýndu spariandlitið í busuninni.

KLASSÍSK TOLLERING Það er gömul hefð að tollera nýnema í Menntaskólanum í Reykjavík.

Glitpappír, tollering og þrautabraut

Það var mikið fjör hjá nemendum Fjölbrautaskólans í Breiðholti og hjá nemum í Menntaskólans í Reykjavík. Nýnemar voru tolleraðir í MR eins og hefðin segir til um en nemarnir í FB voru látnir mála nemendafélagsherbergið.

MENNTUN „Þetta er búið að vera fjör og keyrsla en auðvitað skemmtilegt líka,“ segir Atli Steinn Bjarnason, formaður Nemendafélags Fjölbrautaskólans í Breiðholti, en þar fór fram busavígsla í gær.

„Við skiptum busunum upp í fjóra hópa og einn þeirra málaði meðal annars nemendafélagsherbergið,“ segir Atli Steinn um busavígsluna sem nýnemarnir máttu þola í gær.

„Síðan var sett upp bootcamp-braut hér á lóðinni,“ segir Atli Steinn en það voru bootcamp-þjálfarar sem settu brautina upp fyrir utan skólann. Atli Steinn segir að busarnir hafi ráðið sjálfir hvort þeir tækju þátt í busuninni.

Ari Eldjárn fór svo með gamanmál og hljómsveitin Dorian Grey spilaði fyrir nemendur.

„Svo verður busaball á Rúbín,“ segir Atli Steinn en ballið fór fram í gærkvöldi. Þá spilaði glysrokksveitin Diamond Thunder fyrir dansi ásamt rappsveitinni Úlfur Úlfur.

„Þetta verður bara konfettí og snilld,“ segir Atli Steinn.

Það voru ekki bara nýnemar í Fjölbrautaskólanum í Breiðholti sem voru busaðir í gær. Nemendur í Menntaskólanum í Reykjavík buðu nýnema velkomna með margvíslegum hætti, meðal annars með hinni klassísku tolleringu. **-vg**

BLÓÐUGIR BÖÐLAR Þeir voru ófrýnilegir nemarnir sem tóku á móti nýjum nemum í MR.

GÆGÐUST ÚT UM GLUGGANN Nýnemum leist illa á aðstæður.

ÓGIRNILEG BRAUT Busarnir höfðu frjálst val um að taka þátt í brautinni.

Viðskiptatækifæri

Stórt þvottahús og efnalaug

Glæsilegt og vel tækjum búið þvottahús og efnalaug með móttökustaði víðsvegar um höfuðborgarsvæðið.

Góður rekstur í miklum og hröðum vexti.
Tækifæri til enn meiri vaxtar án frekari tækjakaupa, sérstaklega á fyrirtækjamarkaði.

Góð lán geta fylgt.

Áhugasamir aðilar hafi samband við Guðna Halldórsson sími 414 1200, gudni@kontakt.is

Viðskiptatækifæri á www.kontakt.is

KONTAKT
Fyrirtækjaráðgjöf
Suðurlandsbraut 30 • Sími: 414 1200
globalM&A Iceland

Haukur 09.13

Við fjármögnum græna bíla
Það er skemmtilegt að snattast í borginni á grænum bíl sem eyðir litlu og þú getur lagt frítt í stæði. Með faglegri ráðgjöf og góðri þjónustu hjálpum við þér að fjármagna það sem upp á vantar til að þú getir keypt þér draumabílinn.
Við aðstoðum með ánægju.
Suðurlandsbraut 14 > sími 440 4400 > www.ergo.is > ergo@ergo.is
ergo
50%
afsláttur af
lántökugjöldum*
í sept. og okt.
*á bílalánum og bílasamningum

Ekkert er óeðlilegt við góða afkomu banka:

Ágætur ofsahagnaður

Þegar fréttir bárust af því í síðustu viku að samanlagður hagnaður endurreistu viðskiptabankanna þriggja á fyrri helmingi ársins næmi tæplega 33 milljörðum króna stóð ekki á hneykslunarandvörpunum og fyrirsögnunum um „ofsahagnað“ bankanna. Og gamalkunnugum röksemdum um að eitthvað af þessum peningum hefði nú frekar átt að verða eftir hjá viðskiptavinunum.

Ólafur Þ. Stephensen

olafur@frettabladid.is

Vissulega eru 33 milljarðar miklir peningar. En þegar vel er skoðað er ekkert óeðlilegt við hagnað bankanna; um það voru sérfræðingar í fjármálamörkuðum sem Fréttablaðið ræddi við sammála. Hagnaðartölurnar eru háar, en bankarnir eru líka með stærstu fyrirtækjum á landinu, eigið fé mikið og arðsemin er engan veginn umfram það sem telja má eðlilega ávöxtunarkröfu.

Afkoma bankanna markast enn af afleiðingum hrunsins að einhverju leyti og hluti hagnaðarins er til kominn vegna endurmats á eignasöfnum til hækkunar. Það eru góðar fréttir; fleiri viðskiptavinir bankanna geta þá borgað lánin sín til baka en áður var talið. Það er til marks um að efnahagslífið sé að rétta úr kútnum.

Um leið þýðir þetta að bankarnir þurfa að gera betur til lengri tíma litið og lækka hjá sér rekstrarkostnað til að halda viðunandi arðsemi. Í úttektum Bankasýslu ríkisins hefur ítrekað komið fram að þrátt fyrir að bankarnir hafi dregið saman seglin eftir hrun séu þeir of dýrir í rekstri, með of mörg útibú og of margt starfsfólk miðað við banka í nágrannalöndunum.

Röksemdina um að bankarnir hefðu átt að skilja meiri peninga eftir hjá viðskiptavinunum og hagnast minna má gjarnan setja í samhengi núverandi eignarhalds á bönkunum. Það eru nefnilega ekki bara vondir útlendir vogunarsjóðir sem græða á íslenzkum almúga. Landsbankinn á mest í samanlögðum hagnaði bankanna á fyrri helmingi ársins, rúma fimmtán milljarða. Stærsti eigandi bankans með nærri 98 prósenta hlut er íslenzkir skattgreiðendur. Það er þeirra hagur að afkoma bankans sé góð.

Sama á við um hina bankana og af sömu ástæðu, því að við eigum saman 13 prósent í Arion-banka og fimm prósent í Íslandsbanka. Eins og fram kom í Fréttablaðinu í gær eiga íslenzkir skattgreiðendur hlutfallslega meira undir í bönkum en almenningur í nágrannalöndum á borð við Bretland og Holland. Á meðan skattgreiðendur eiga þessa hluti er mikilvægt að rekstur bankanna skili arði. Eigi að fást gott verð fyrir þá við sölu, sem er á dagskrá stjórnvalda, þarf arðsemin líka að vera viðunandi.

Sterkt fjármálakerfi er ein af forsendum endurreisnar efnahagslífsins á Íslandi og tiltrúar umheimsins á því. Það er hagur okkar allra að arðsemi bankanna sé viðunandi. Það á reyndar við um öll fyrirtæki; við hljótum fyrir löngu að vera vaxin upp úr því að hneykslast á að atvinnurekstur skili eigendum sínum viðunandi arði.

FRÉTTABLAÐIÐ

ÚTGÁFUFÉLAG: 365 miðlar ehf. **STJÓRNARFORMAÐUR:** Ingibjörg S. Pálmadóttir **FORSTJÓRI OG ÚTGÁFUSTJÓRI:** Ari Edwald **RITSTJÓRAR:** Ólafur Þ. Stephensen *olafur@frettabladid.is,* Mikael Torfason *mikael@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

MEST LESNA DAGBLAÐ Á ÍSLANDI*

HAFÐU FJÖLPÓSTINN ÞINN
Í FRÉTTABLAÐINU

Fréttablaðið er mest lesna dagblað landsins með glæsilegt forskot á keppinautana. Meðallestur Fréttablaðsins í aldurshópnum 25-54 ára er 73% á höfuðborgarsvæðinu.*

Við bendum auglýsendum á að notfæra sér forskotið þegar þeir velja dreifingarleið fyrir fjölpóst sinn. Við dreifum sex daga vikunnar til heimila á stærsta markaðssvæði landsins.

Kannaðu dreifileiðir og verð í síma 512 5448
eða í tölvupóstfangi fjolpostur@frettabladid.is

FRÉTTABLAÐIÐ

Innskot í Fréttablaðið skilar árangri!

*Prentmiðlakönnun Capacent október–desember 2012 – höfuðborgarsvæði 25-54 ára

FRÁ DEGI TIL DAGS

Með nesti og nýja skó

Sigmundur Davíð Gunnlaugsson brá undir sig betri fætinum í vikunni og hélt til Svíþjóðar á fund Bandaríkjaforseta og fleiri leiðtoga. Fjölmiðlar vissu vart í hvorn fótinn þeir áttu að stíga þegar vakin var athygli á óhefðbundnum skóbúnaði ráðherrans, en drógu hvergi lappirnar og sögðu skilmerkilega frá hvernig á þessu stóð. Einhverjir hafa gert því skóna að fréttaflutningurinn hafi verið liður í því að níða skóinn af forsætisráðherra. Enginn fótur er fyrir því.

Enginn tvístígandi

Þótt Sigmundur hafi gefið Bandaríkjaforseta undir fótinn með heimboði virðist hann hafa staðið í lappirnar í málefnum Sýrlands, þar sem skórinn helst kreppir í alþjóðasamfélaginu, og ekki látið hernaðarveldið í vestri vaða yfir sig á skítugum skónum. Hann vill að stigið verði varlega til jarðar og ákveðið skuli á vettvangi Sameinuðu þjóðanna hvort Assad verði tekinn á löpp eða hann muni eiga fótum fjör að launa. Einhverjir sem telja að lappa þurfi upp á samskipti Íslands við Bandaríkin, meðal annars vegna tengsla okkar við Wikileaks, kunna hins vegar að líta svo á að Sigmundur hafi þarna skotið sig í fótinn.

Í sögubækurnar

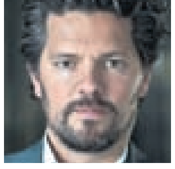
Að öllu gamni slepptu er auðvitað leiðindamál að forsætisráðherra þjóðarinnar skuli hafa þurft að leita á sjúkrahús. Á hinn bóginn hefur hann líklega skráð sig í sögubækurnar sem fyrsti þjóðarleiðtoginn sem hittir Bandaríkjaforseta í ósamstæðum skóm. Raunar man reyndasti blaðaljósmyndari landsins aðeins eftir að hafa hitt einn mann sem svo var ástatt um. Það var Gísli á Uppsölum. Hann var í einum gúmmískó og einum Adidas-strigaskó við sláttu.

stigur@frettabladid.is

HALLDÓR

Umferðarteppan og úthverfin

SKIPULAG



Dagur B. Eggertsson

formaður borgarráðs

Umferðarteppan sem alltaf myndast kvölds og morgna þegar skólar byrja á haustin ætti að vekja okkur til umhugsunar. Ef við höldum áfram að þróa byggðina lengra í austur mun það auka á þessa umferð og rýra lífsgæði þeirra sem búa í Árbæ, Breiðholti, Grafarholti og Grafarvogi, ekki síður en þeim hverfum sem stofnbrautirnar liggja í gegnum. Það er vegna þess að umferð úr nýju hverfi í austri myndi bætast við umferðina um Ártúnsbrekku, Miklubraut eða Sæbraut til og frá vinnu. Viðbótarbílarnir myndu fylla göturnar, hægja á umferðinni og auka ferðatímann.

Þetta eru ein sterkustu umferðarrökin fyrir því að þróa byggðina í Reykjavík inn á við og „þétta hana“. Útreikningar og reynsla sýna að það er eina leiðin til að draga úr umferð, mengun og ferðatíma innan borgarinnar. Ástæðan er sú að stærstu vinnustaðirnir og skólarnir eru á miðborgarsvæðinu. Þétting byggðar styttir meðalferðina milli heimilis og vinnu og minnkar þannig heildarumferðina á höfuðborgarsvæðinu. Með þéttingu byggðar er verið að verja lífsgæði þeirra sem búa í okkar góðu úthverfum og komið í veg fyrir alvöru umferðarsultu framtíðarinnar.

Sumir hafa haldið því fram að þetta sé öfugt. Að þétting byggðar sé vond fyrir austari hluta borgarinnar. Einfalt dæmi sýnir að þetta er rangt: hvað myndi gerast ef við myndum bæta 25.000 manna byggð við á landfyllingum í sjónum vestan við Seltjarnarnes og beina umferðinni úr því hverfi eftir núverandi götum á nesinu? Jú, umferðin myndi aukast og stíflast og Seltirningar fyndu sannarlega fyrir því. Þetta er nákvæmlega eins fyrir Árbæ, Breiðholt, Grafarholt eða Grafarvog ef við bætum við nýjum 25.000 manna hverfum austan við þessi hverfi.

➜ Með þéttingu byggðar er verið að verja lífsgæði þeirra sem búa í okkar góðu úthverfum og komið í veg fyrir alvöru umferðarsultu framtíðarinnar.

Áframhaldandi útþensla byggðar er ógn við þau miklu lífsgæði sem úthverfi Reykjavíkur bjóða. Þess vegna er stefnt að því að þróa borgina inn á við í nýju aðalskipulagi, og þess sérstaklega gætt að það sé ekki gert á kostnað grænna svæða. Græn svæði eru lungu borgarinnar sem við eigum að standa saman um að verja til framtíðar.

FRÉTTABLAÐIÐ Skaftahlíð 24, 105 Reykjavík **Sími:** 512 5000, *ritstjorn@frettabladid.is* **FRÉTTASTJÓRI:** Andri Ólafsson *andri@frettabladid.is* **HELGAREFNI:** Kjartan Guðmundsson *kjartan@frettabladid.is* **MENNING:** Friðrika Benónýsdóttir *fridrikab@frettabladid.is* **DÆGURMÁL:** Sara McMahon *sara@frettabladid.is* **VÍSIR:** Kristján Hjálmarsson, *kristjan@visir.is* **LJÓSMYNDIR:** Pjetur Sigurðsson *pjetur@frettabladid.is* **FRAMLEIÐSLUSTJÓRI:** Sæmundur Freyr Árnason *sfa@frettabladid.is* **ÚTLITSHÖNNUN:** Silja Ástþórsdóttir *siljaa@frettabladid.is*

Gettó eru fín

Í DAG
Pawel Bartoszek
stærðfræðingur

Samkvæmt Hagstofunni eru innflytjendur þriðjungur íbúa á Kjalarnesi. Í Breiðholti er hlutfallið fjórðungur. Hins vegar eru innflytjendur aðeins 2% þeirra sem búa í Staðahverfi í Grafarvogi. Svona er þetta í dag en það er ekki víst að það verði þannig eftir 15 ár. Í frjálsu samfélagi breytast þessir hlutir hraðar en menn halda.

Bylgjur innflytjenda gera oft frábæra hluti fyrir hverfi. Þetta gerist oftast svona: Hverfi á undir högg að sækja. Það er ódýrt að búa þar. Innflytjendur flytja í hverfið. Innflytjendur opna veitingastaði. Ungt fólk vill búa í hverfi með mat. Ungt fólk flytur í hverfið. Hverfið verður hipp og kúl. Fólk sem er ekki hipp og kúl en vill vera það flytur í hverfið. Íbúðaverð hækkar. Næsta bylgja innflytjenda þarf að finna sér nýtt hverfi til að lappa upp á.

Bandaríkin afslöppuð

Stundum er eins og sumum finnist það sérstaklega vond tilfinning að fólk af öðrum þjóðernum hópist saman á einn stað. Af hverju ætti það að vera svona slæmt? Í Bandaríkjunum eru fjölmörg hverfi sem kennd eru við einhver þjóðarbrot: kínverska hverfið, ítalska hverfið og svo framvegis. Mér finnst þetta frekar vera heillandi en hitt.

Það er dýrt að fara til útlanda þó að það sé skemmtilegt. Búi maður í New York virðist hins vegar aldrei langt til útlanda. Það er aldrei langt í götu með búðarskrauti á erlendum tungumálum, aldrei langt í veitingastað þar sem einhverjir selja manni mat sem virðist ættaður frá þeirra heimalandi. Það er aldrei langt í fólk sem talar annað tungumál reiprennandi.

Kannski er það spurning um smekk en mér þætti hugmynd um einhverja útlandaspildu nálægt heimili mínu heillandi. Í Japan er skemmtigarður sem lítur út eins og Plat-Amsterdam. Það er dálítið skemmtileg hugmynd, þótt eflaust sé erfitt að fá hana til að ganga upp án þess að það verði dálítið mikið Disney. Lifandi „smá-útlönd“ eru skemmtilegri. Eitt sinn vorum við með bandarískan bæ á Íslandi. Nú er hann farinn. En ég játa: Ég hefði ekkert á móti því að fara út að borða í kínverska hverfinu í Hafnarfirði.

Norðurlönd naga neglur

Hvað sem verður sagt um Bandaríkjamenn virðast þeir ekki vera það djúpt lagstir í allsherjarsamfélagshönnun að þeir telji það vera hlutverk sitt að ákveða hve margir af hverjum þjóðernisuppruna megi búa saman á einum stað. Hér á Norðurlöndunum virðist þetta valda mörgu, jafnvel annars upplýstu, fólki talsverðum áhyggjum. Fólk hefur áhyggjur af því að „það verði til gettó“ og þá ekki bara vegna þess að það telur það geta haft einhverjar neikvæð áhrif á hag þeirra sem þar búa, heldur vegna þess að þeim finnst hugmynd um svona ríki í ríki neikvæð í sjálfu sér. Menn vilja að fólk aðlagist. Eins og börnin á leikskólunum sem fara í fimm daga aðlögun og eru „aðlöguð“ að henni lokinni.

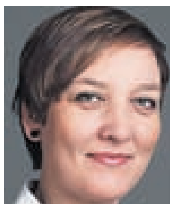
> Ég hefði ekkert á móti því að fara út að borða í kínverska hverfinu í Hafnarfirði.

Ég bjó eitt sinn í Danmörku. Mér fannst gaman á Nörrebro. Ég hef þá stundum hugsað hvort einhver bylgja norræns þjóðrembings muni leiða til að fólk muni einhvern tímann tala um Nörrebro sem „Gamla-arabahverfið“. Og þá ekki út af því að þeir sem þar búa muni flytja í úthverfi. Það er niðurdrepandi þankagangur sem ég reyni ekki að dvelja lengi við.

Meðfram Wisla-ánni í Kraká stendur gamall bæjarhluti, Kazimierz, þar sem eitt sinn bjuggu gyðingar en minna er um þá nú. Þá sögu þekkja því miður flestir. Hverfið var í niðurníðslu eftir stríð en varð svo vinsælt hipstera-djammhverfi eftir fall járntjaldsins. Þegar rölt er milli kráa í þessum gamla bæjarhluta og litið á þær mörgu hebresku og jiddísku áletranir sem enn sjást víða er ekki laust við að maður verði dálítið leiður. Og ekki bara leiður vegna þeirrar sögu sem flestir þekkja heldur leiður vegna þess að borgin er á sinn hátt fábrotnari en hún var fyrir 100 árum. Og það er svolítið leiðinlegt. Fjölbreytni er nefnilega ágæt.

Vegna bilunar þarf að loka fyrir …

ORKUVEITAN



Inga Dóra Hrólfsdóttir
framkvæmdastjóri hjá Orkuveitunni

Nýlega fengu liðlega 2.000 íbúar í Salahverfi í Kópavogi samhljóða SMS-skeyti: Vegna bilunar þarf að loka fyrir heita vatnið þriðjudaginn 27. ágúst 2013 frá kl. 09.00 til kl. 17.00 í eftirfarandi götum …

Skeytin áttu uppruna sinn hjá Orkuveitunni, sem nú er farin að beita þessari samskiptaleið til að láta íbúa vita af því þegar vatnið fer eða rafmagnið og vara við hættum sem geta fylgt því.

Langvarasamast er þegar það verður kaldavatnslaust, sem gerist sem betur fer sjaldan. Þá kemur bara heitt vatn úr blöndunartækjunum. Ef íbúar hafa ekki sett upp varmaskipti til að draga úr vatnshita í krönum, getur t.d. börnum verið talsverð hætta búin. Þess vegna er svo mikilvægt að koma boðum til íbúa.

Um langt árabil hafa tilkynningar verið bornar í hús þegar loka hefur þurft fyrir vegna tenginga eða viðhalds. Þessi leið virkar ekki sem skyldi. Við fáum sífellt fleiri kvartanir um að fólk hafi ekki séð tilkynningarnar og alla jafna vegna þess að þær hafa drukknað í öðrum pósti við útidyrnar. Við hjá Orkuveitunni höfum líka notið velvilja hjá fjölmiðlum, sem birt hafa í fréttatímum eða á vefjum sínum tilkynningar um bilanir og sérstaklega þær sem skapað geta almannahættu. Fyrir það erum við afar þakklát.

Markvissari leiðir

Með breyttri samskiptatækni bjóðast markvissari leiðir. Á Íslandi eru skráð fleiri en 400 þúsund farsímanúmer. Landsmenn yfir níu ára aldri eru hins vegar um 277 þúsund. Það er því nánast hver maður með slíkt tæki og sumir fleiri en eitt. Það þarf ekki að fara mörgum orðum um hversu mikið fljótlegra það er að koma boðum til íbúa með smáskilaboðum en að bera út en til þess að þessi leið virki þurfa símanúmer að vera skráð á heimilisfang.

> ➜ Um langt árabil hafa tilkynningar verið bornar í hús þegar loka hefur þurft fyrir vegna tenginga eða viðhalds.

Á Bæjarhálsi 1, þar sem höfuðstöðvar Orkuveitunnar eru og tvö önnur fyrirtæki með skrifstofur, eru skráð nokkur hundruð farsímanúmer. Það eru númer í eigu fyrirtækjanna en í notkun hjá starfsfólki. Ef bilun yrði á Bæjarhálsi, á mínum vinnustað, þá fengi ég SMS-skilaboð um það en ekki ef bilun verður í hverfinu sem ég bý í vegna þess að símanúmerið er ekki skráð á heimili mitt. Það sem ég hef þá gert er að skrá farsímanúmerið, sem ég hef til afnota, á viðskiptavinasíðuna mína á vef Orkuveitunnar, www.orkanmin.is. Þá fæ ég SMS frá fyrirtækinu ef bilun verður í Staðahverfinu, þar sem ég bý. Þar með get ég varað fjölskyldumeðlimi við hugsanlegri hættu nú eða bent þeim á að skella sér í sund ef baðferð var fyrirhuguð.

ENNEMM / SÍA / NM57989

NÝR RANGE ROVER EVOQUE – VERÐ FRÁ 8.770.000 KR.
4x4 - TD4 2,2 dísil, sjálfskiptur - Eyðsla 6,5 l/100 km.*

OPIÐ LAUGARDAGA FRÁ 12–16

Þú veist það strax og þú sérð hann. Það er eitthvað sérstakt við Range Rover Evoque. Hönnunin togar í þig um leið. Útlitið hvíslar að þér einhverju um ævintýri, þægindi og óbeislaða upplifun. Búnaðurinn er á heimsmælikvarða, hvort sem um ræðir aksturseiginleika, fjöðrunarbúnað, drifkerfi eða afl.

Leyfðu honum að heilla þig. Komdu og reynsluaktu Evoque. Hafðu samband í síma 525 8000 eða komdu í heimsókn.

B|L
BL ehf
Sævarhöfða 2 / 110 Reykjavík
525 8000 / www.bl.is

GE bílar
Reykjanesbæ
www.bilahusid.is
421 8808

Bílasalan Bílás
Akranesi
www.bilas.is
431 2622

Bílasala Akureyrar
Akureyri
www.bilak.is
461 2533

Bílaverkstæði Austurlands
Egilsstöðum
www.bva.is
470 5070

IB ehf.
Selfossi
www.ib.is
480 8080

Auglýst eftir ábyrgð!

FJÁRMÁL

Steingrímur J. Sigfússon
alþingismaður

Að undanförnu hafa stjórnarliðar fært fyrir því kostuleg rök að auðlegðarskattur hljóti nú að leggjast af. Þeir telja að sökum þess að lagaákvæði þar um hafi ekki ótímabundið gildi verði skatturinn að hverfa. Ekki er nú hátt risið á slíkum málflutningi þegar betur er að gáð. Nægur tími er til stefnu út þetta ár að gera fullnægjandi ráðstafanir hvað tekjuöflun á þessum forsendum eins og öðrum varðar, samhliða afgreiðslu fjárlaga fyrir árið 2014. Ekki hef ég heldur frétt af því að nýja ríkisstjórn skorti þingstyrk til að koma þeim málum fram sem hún vill og tengjast hag ríkisins. Viljinn til þess er allt annað mál og hann virðist skorta í þessu tilviki. Annaðhvort vilja menn eða vilja ekki framlengja það fyrirkomulag að nokkur þúsund efnuðustu einstaklingar og fjölskyldur samfélagsins leggi lítils háttar aukalega af mörkum á þessum erfiðu tímum og í samræmi við auð sinn.

Ekki skorti þingstyrk þegar stjórnin kom þeim til hjálpar sl. vor sem hún augljóslega mat í mestri þörf fyrir ívilnandi ráðstafanir, sem eins og kunnugt er voru sjávarútvegurinn og ferðaþjónustan. Eins má spyrja hvort til standi að beita sömu röksemdum víðar og þannig t.d. ekki uppfæra til verðlags ýmsa tekjupósta bundna föstum krónutölum í lögum til árs í senn? Vonandi ekki og þar með hrynur málsvörnin. Ríkisstjórnin mun væntanlega leggja til við Alþingi í ráðstöfunarfrumvörpum eða í bandormi margs konar uppfærslur til verðlags, framlengingu ráðstafana með tímabundið gildi o.s.frv. Ábyrgðin á slíkum ráðstöfunum og meðferð ríkisfjármála í heild liggur hjá sitjandi ríkisstjórn og meirihluta hennar hverju sinni og hvergi annars staðar.

Margs konar ráðstafanir með tímabundið gildi

Auðlegðarskattar, stóreigna- eða eignaskattar eru vel þekkt fyrirbæri að gömlu og nýju. Skattandlagið er auður, þ.e. yfirleitt hreinar eignir fólks umfram skuldir, samkvæmt nánari skilgreiningu. Hér var valin sú leið að taka upp raunverulegan auðlegðar- eða stóreignaskatt þar sem einungis yrði greitt af hreinni eign ofan við tiltölulega há fjárhæðarmörk á íslenskan mælikvarða, enda greiðendurnir aðeins nokkur þúsund auðugustu einstaklingar og fjölskyldur landsins eins og áður sagði. Tiltölulega hliðstæður skattur er við lýði í Noregi svo dæmi sé tekið og nefnist þar „formue"-skattur. Í mörgum öðrum löndum þar sem glímt hefur verið við efnahagserfiðleika hafa menn að undanförnu ýmist tekið upp einhverjar hliðstæður eða áforma að gera það.

Auðlegðarskatturinn var innleiddur sem liður í fjölþættum og viðamiklum aðgerðum til að forða ríkissjóði Íslands frá gjaldþroti. Mjög margar þessara ráðstafana voru, a.m.k. í fyrstu, innleiddar til eins eða nokkurra ára í senn. Gilti það bæði um tekjuöflunaraðgerðir, sparnaðarráðstafanir og ívilnandi eða hvetjandi ráðstafanir. Má í þeim hópi nefna; kolefnisgjald (sem seinna var gert ótímabundið), auðlindagjald á orku, fjársýsluskatt á fjármálaþjónustu, 100% endurgreiðslu virðisaukaskatts vegna viðhalds og endurbóta á íbúðarhúsnæði og húsnæði sveitarfélaga („allir vinna" átakið), heimild til úttektar séreignasparnaðar, minni frádráttarbærni vegna inngreiðslna í séreignarsjóði og þannig mætti áfram telja. Ýmsar ástæður voru fyrir þessu. Sumar voru nýmæli og því líklegt að einhverjar breytingar kynnu að vera gerðar samhliða framlengingu. Stundum var verið að innleiða breytingar í áföngum. Í öðrum tilvikum þótti með tímabundnu gildi ástæða til að undirstrika að viðkomandi ráðstöfunum væri ekki endilega ætlað að standa óbreyttum að eilífu og allt þetta auðvitað háð framvindu efnahags- og ríkisfjármálanna.

Afnám auðlegðarskatts = 8 til 9 milljarða niðurskurður?

Aðalatriði málsins er þó að allar þessar víðtæku aðgerðir voru og eru hluti af áætlun í ríkisfjármálum til meðallangs tíma. Fyrst áætlun í ríkisfjármálum 2009-2013, svo 2012-2015 (Herðubreið) og loks 2013-2016 (Keilir). Í þessum áætlunum eða ritum, sem og í greinargerðum með fjárlagafrumvörpum og víðar, hefur alltaf verið gerð grein fyrir því að viðkomandi ráðstafanir séu hluti af forsendum ríkisfjármálaáætlunarinnar. Með öðrum orðum, taki þær breytingum til lækkunar eða hverfi, þurfa aðrar jafngildar ráðstafanir að koma til á móti svo forsendur áætlunarinnar haldi.

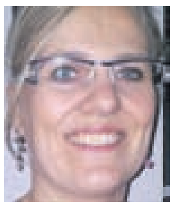
→ Auðlegðarskattar, stóreigna- eða eignaskattar eru vel þekkt fyrirbæri að gömlu og nýju.

Það er undan þessum veruleika sem núverandi ríkisstjórn kemst ekki með útúrsnúningum. Ef mikilvægur tekjupóstur eins og auðlegðarskatturinn hverfur á einu bretti, tekjur upp á átta til níu milljarða króna, er stórt skarð höggvið í ríkisfjármálaáætlun næstu ára í viðbót við það sem fór fyrir borð í vor. Með því að breyta einu einasta ártali í lögum um tekju- og eignaskatt má framlengja auðlegðarskattinn til eins eða fleiri ára í senn. Ef stjórnarmeirihlutinn ræður ekki við það tæknilega má vera honum innan handar. Pólitíska ábyrgðin er meirihlutans hvernig sem fer. En hér er fyrst og fremst lýst eftir ábyrgð almennt. Ábyrgð og aftur ábyrgð í ríkisfjármálum er það sem gildir. Annað er landinu stórhættulegt.

Lestur brúar kynslóðabil

MENNING

Brynhildur Þórarinsdóttir
dósent við Háskólann á Akureyri



Ragnheiður Lilja Bjarnadóttir
sérfræðingur á Miðstöð skólaþróunar við Háskólann á Akureyri

Það er góður og sem betur fer útbreiddur siður að foreldrar lesi fyrir börnin sín áður en þau sofna á kvöldin. Sögustundin er einn dýrmætasti tími dagsins hjá önnum köfnum foreldrum og útkeyrðum fjörkálfum. Hún styrkir tengsl foreldra og barna, skapar kyrrð og ró og kastar töfrum slunginni værð yfir börnin. Um leið örvar hún ímyndunarafl og málþroska barnanna, veitir þeim innsýn í önnur lönd og ævintýraheima; kennir þeim að setja sig í spor annarra og skipta um sjónarhól. Börn og unglingar sem alast upp við reglubundinn lestur eru lánsöm, þau munu búa að því alla ævi. Einhvern tímann munu þau taka börnin sín, frændsystkini eða barnabörn í fangið, segja þeim sögur og lesa fyrir þau og halda þannig hefðinni áfram.

Börn hafa alltaf notið þess að hlusta á sögur og þau munu njóta þess áfram, hvar sem þau eru í heiminum. Við njótum þess reyndar öll að hlusta á vel sagða sögu eða áhugaverðan upplestur, hvort sem við erum lítil eða stór. Húslestur hafði ofan af fyrir þjóðinni öldum saman. Einn úr hópnum las upphátt fyrir hina eða sagði sögur og skipti þá engu hvort áheyrendur voru börn, unglingar eða fullorðnir. Fólk naut þess að hlusta saman og ræða saman um söguna. Ósjaldan voru það afi eða amma sem sögðu sögur; gjarnan þjóðsögur, ævintýri eða minningar úr eigin æsku. Með minnkandi samskiptum kynslóðanna gefast börnum æ sjaldnar tækifæri til að biðja ömmu og afa að segja sér sögu og upplifa með þeim þá ró og ánægju sem fylgir því. Það er því mikils virði að nýta þau tækifæri sem gefast til að styrkja tengsl milli kynslóða með lestri, frásögnum, samræðum og samveru.

Dagur læsis

Sunnudagurinn 8. september er alþjóðlegur dagur læsis. Í þetta sinn er dagurinn hér á landi helgaður lestri yngri og eldri kynslóðanna. Í tilefni dagsins viljum við minna á gildi gamla góða húslestrarins; að kynslóðirnar sameinist yfir góðu lesefni og njóti þess að ferðast saman á sagnaslóðir. Það er svo mikilvægt að lesið sé fyrir börn og með börnum, að börn fái lestraruppeldi, læri að njóta lestrar og leggja við hlustir. Afi og amma tekið þátt í að kenna það. Með eldri börnum eykst fjölbreytileiki lesefnis í takti við áhugasvið þeirra og fjölskyldumeðlimir geta allt eins lesið upphátt hver fyrir annan af spjaldtölvum, snjallsímum eða úr fréttablöðum og tímaritum. Leggjum ekki sögustundirnar af þó að börnin séu orðin læs. Þau þurfa á þeim að halda. Notum bækur til að brúa kynslóðabilið, hvort sem þær eru úr pappír eða birtast á skjáum. Fáum unglingana til að kenna afa og ömmu að nota lesbretti, spjaldtölvur og hljóðbækur. Það er öldruðum mikils virði að geta áfram notið bókmennta og lesið fréttablöð þó að erfiðara sé orðið að lesa af prenti. Umfram allt, njótum lestrar og samvista á degi læsis.

→ Notum bækur til að brúa kynslóðabilið, hvort sem þær eru úr pappír eða birtast á skjáum. Fáum unglingana til að kenna afa og ömmu að nota lesbretti, spjaldtölvur og hljóðbækur.

Dagskrá alþjóðadags læsis má finna á síðunni: http://www.unak.is/bokasafn/moya/page/dagur-laesis

Listmunauppboð í Gallerí Fold

mánudaginn 9. september, kl. 18
í Gallerí Fold, á Rauðarárstíg

Á uppboðinu verður gott úrval verka samtímalistamanna svo og fjöldi frábærra verka gömlu meistaranna.

Verkin verða sýnd í dag föstudag 10–18, laugardag 11–17, sunnudag 12–17, mánudag 10–17

Hægt er að skoða uppboðsskrána á myndlist.is

LISTMUNASALA fold

Rauðarárstígur 14 · sími 551 0400 · www.myndlist.is

Af gæðum grunnskólans

MENNTUN

Jón Páll Haraldsson
aðstoðarskólastjóri Laugalækjarskóla í Reykjavík
Seinni grein

Í fyrri grein fjallaði ég um hlutfallslega háan kostnað við grunnskóla á Íslandi og góðan námsárangur nemenda. Hér á eftir mun ég benda á hvað fleira við berum úr býtum en góðan námsárangur.

HBSC-könnunin sýnir að íslenski grunnskólinn er í fremstu röð þegar nemendur eru spurðir hvernig þeim líkar í skólanum (sjá t.d. www.hbsc.is). Sem foreldri finnst mér það ómetanlegt og sem fagmanni er mér það keppikefli. Um þetta atriði hefur enda ríkt samhljómur í samfélaginu; bæði skólafólk, foreldrar og menntayfirvöld hafa líðan nemenda í forgangi. Vonandi særi ég hér engan, því vitaskuld gengur samveran ekki hnökralaust fyrir sig í íslenskum skólum.

OECD leggur mikið upp úr jöfnuði í samanburði á gæðum menntakerfa. PISA-niðurstöðurnar segja íslenska grunnskólann í fremstu röð þegar kemur að jöfnum tækifærum til náms og jöfnuði í skólakerfinu almennt. Sem dæmi hefur efnahagsstaða foreldra lítið forspárgildi fyrir námsárangur og búseta nemenda sömuleiðis. Ekki þarf að fara langt til að sjá miklu dapurlegri mynd. Við skerum okkur einnig úr varðandi blöndun nemenda. Víða virðist algengt að nemendum í skyldunámi sé gert að skipta um skóla ef námsárangri eða hegðun er ábótavant, eða ef nemandinn þarf sérstakan stuðning í námi. Á Íslandi í dag þekkjast ekki flutningar af þessu tagi og OECD bendir sértaklega á að minni flutningar ýti undir betri námsárangur. Mjög víða erlendis er jafnöldrum sundrað eftir prófaniðurstöðum snemma á skólagöngunni, þeim dreift í ólíka skóla og ólíka árganga. Hér leggjum við áherslu á félagslega blöndun, blessunarlega.

Árangur Íslands er einkar athyglisverður í ljósi þess að íslenski grunnskólinn er ungur skóli. Átta ára dóttir mín fær tvöfalt fleiri kennslustundir en ég fékk á hennar aldri. Eftir skóladaginn tekur við frábær menntun í frístundaheimili og tónlistarskóla. Átta ára fékk ég þrjár kennslustundir í bítið hvern dag og kom heim áður en birti af degi. Þá stóðum við langt að baki nágrannalöndunum tel ég víst.

→ Mikilvægast af öllu er þó að ræða vel hvernig æsku og hvernig menntun við viljum fyrir börnin okkar.

Í skýrslu OECD segir að nemendur sem hafa sótt leikskóla nái betri námsárangri á unglingastigi grunnskóla. Lengri leikskóli kallar einnig á betri námsárangur sem og lágt hlutfall barna á hvern leikskólakennara. OECD segir beint út að auknir fjármunir á leikskólastigi skili betri námsárangri á unglingsárum. Íslenski leikskólinn er talinn frábær í öllum samanburði en við getum enn lengt hann í mörgum sveitarfélögum.

En eins og ég sagði hér áður eru sóknarfærin líka mörg, það er margt sem má bæta. Í alþjóðlegum samanburði náum við t.d. ekki góðum árangri með nýjum Íslendingum – nýbúum – sem vonandi er öllum áhyggjuefni.

Hvernig menntun viljum við?

Varast þarf ofureinfaldanir í allri umræðu um flókin fyrirbæri eins og skólakerfi. Þessar tvær greinar eru einnig einföldun á veruleikanum, því þrátt fyrir að hér sé engu logið er samhengið flókið. Fyrir okkur á Íslandi er mikilvægt að taka áfram þátt í enn fleiri alþjóðlegum rannsóknum og skoða hlutina í víðu samhengi áður en stórar ákvarðanir eru teknar. Vonandi er sem flestum ljóst að sú fullyrðing að enn megi skera niður án þess að það komi niður á gæðum er afar illa grunduð, jafn illa og að stórfættir geti troðið sér í meðalskó.

Mikilvægast af öllu er þó að ræða vel hvernig æsku og hvernig menntun við viljum fyrir börnin okkar. Sú umræða kallar síðan á spurninguna um hvernig árangri við viljum ná. Á þeim grunni getum við síðan vegið og metið árangurinn og hagtölurnar líka. Við eigum eitt albesta grunnskólakerfi í heiminum og ungmennin sem útskrifast eru mjög hæf. Ef við viljum – og erum þolinmóð – mun skólinn enn vaxa og dafna.

Gleðilegt nýtt skólaár.

Borgarferðir

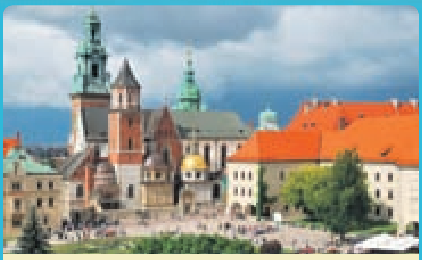
síðustu sætin í haust

Madrid
10. okt. – 3 nætur

Frá aðeins 79.800
Netverð á mann, m.v. gistingu í tvíbýli með morgunverði. Florida Norte, 10. okt. í 3 nætur.

Barcelona
1. nóv. – 4 nætur

Frá aðeins 96.700
Netverð á mann, m.v. gistingu í tvíbýli með morgunverði. Hotel Catalonia Atenas, 1. nóv í 4 nætur.



Kraká
3. okt. – 4 nætur

Frá aðeins 89.900
Netverð á mann, m.v. gistingu í tvíbýli með morgunverði. Hotel City, 3. okt. í 4 nætur.

Budapest
3. okt. – 4 nætur
23. okt. – 4 nætur

Frá aðeins 84.700
Netverð á mann, m.v. gistingu í tvíbýli með morgunverði í 4 nætur. Hotel Mercure Metropol, 23. október í 4 nætur.

Prag
26. sept. – 4 nætur
10. okt. – 4 nætur

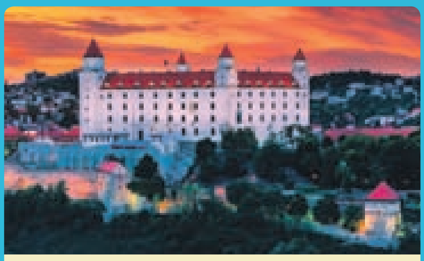
Frá aðeins 85.500
Netverð á mann, m.v. gistingu í tvíbýli með morgunverði í 4 nætur á Park hotel Praha, 26. september í 4 nætur.

Ljubljana
17. okt. – 4 nætur

Frá aðeins 89.000
Netverð á mann, m.v. gistingu í tvíbýli með morgunverði. Hotel Park, 17. október í 4 nætur.

Róm
10. okt. – 4 nætur
31. okt. – 4 nætur

Frá aðeins 129.900
Netverð á mann, m.v. gistingu í tvíbýli með morgunverði. Hotel Gioberti, 10.okt í 4 nætur.



Bratislava
17. okt. – 4 nætur

Frá aðeins 84.800
Netverð á mann, m.v. gistingu í tvíbýli með morgunverði. Hotel Color, 17. október í 4 nætur.

Vínarborg
17. okt. – 4 nætur

Frá aðeins 89.900
Netverð á mann, m.v. gistingu í tvíbýli með morgunverði. Hotel Airo Tower, 17. október í 4 nætur.

– ávallt á hagstæðu verði!

Birt með fyrirvara um prentvillur. Heimsferðir áskilja sér rétt til leiðréttinga á slíku. Ath. að verð getur breyst án fyrirvara. ENNEMM / SIA • NM55147

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

Heimsferðir

Atvinnutækifæri fyrir fólk með geðraskanir

SAMFÉLAG

Árni Gunnarsson
í stjórn Hlutverkaseturs

Á hverju ári greinast liðlega 1.200 manns með örorku hér á landi. Af þeim sem greinast með 75% örorku eru 37% í þeim hópi vegna geðraskana og 29% vegna kvilla í stoðkerfi. Árið 2011 greiddu Tryggingastofnun ríkisins og lífeyrissjóðirnir rösklega fjörutíu milljarða króna í örorkubætur.

Mjög er orðið tímabært að taka upp starfsgetumat hér á landi. Í því felst að reynt er að greina getu öryrkja til starfa og almennrar þátttöku í samfélaginu. Í mörgum tilvikum er þá reynt að auka starfsgetuna með margs konar endurhæfingu og aðstoð af ýmsu tagi. Virk, starfsendurhæfingarsjóður SES, hefur þegar unnið merkilegt frumkvöðlastarf á þessu sviði. Núgildandi matskerfi örorku greinir eingöngu hvað einstaklingarnir geta ekki.

Mikill meirihluti örorkulífeyrisþega vill vinna en aðeins 5% þeirra fá starf. Án efa er það þjóðhagslega mjög hagkvæmt að stuðla að aukinni atvinnuþátttöku öryrkja. Í hinum norrænu löndunum hefur tekist að draga verulega úr útgjöldum vegna örorkubóta með meiri og vaxandi atvinnuþátttöku öryrkja. Hér á landi þyrfti hið sama að gerast og er þátttaka vinnuveitenda mjög mikilvæg.

Það er mjög tímabært að atvinnulífið, ríkisvaldið og samtök og stofnanir sem fjalla um málefni öryrkja leiti nýrra leiða til að opna öryrkjum aðgang að störfum og auki sveigjanleika gagnvart starfsmönnum, sem eiga á hættu að hverfa af vinnumarkaði. Í tillögum verkefnisstjórnar um aukna atvinnuþátttöku öryrkja er rætt um fjárhagslegan stuðning til atvinnurekenda, sem ráða starfsfólk með takmarkaða starfsgetu. Einnig að einstaklingar séu metnir eftir starfsgetu en ekki vangetu. Líta þurfi til atvinnumöguleika við ákvörðun bóta og bóta- og skattakerfi byggt upp svo það borgi sig að taka þátt í vinnumarkaði.

Vinnuveitendur þurfa stuðning

Almennt er álitið að fólk með geðraskanir eigi örðugra með að fara á vinnumarkað en aðrir öryrkjar. Þeir hafa oft lítið sjálfstraust eða trú á eigin getu, eru óvirkir, kljást við eigin fordóma og annarra og hafa óraunhæft mat á hvað séu eðlilegar tilfinningar. Vinnuveitendur eru líka oft óöruggir gagnvart þessum hópi og þurfa stuðning til að vinna úr erfiðleikum og efasemdum sem upp gætu komið.

Félagið Hlutverkasetur var stofnað árið 2005 með það að meginmarkmiði að nýta reynslu og þekkingu geðfatlaðra til atvinnusköpunar. Strax kom í ljós að mikil þörf var fyrir starfsemi af þessu tagi. Mikill fjöldi karla og kvenna sækir starfsstöðina í Borgartúni 1 í Reykjavík í hverjum mánuði. Þar er verulegt framboð á hvers konar námskeiðum og aðstoð. Félagið hóf fyrir skömmu verkefni undir nafninu „Útrás“ í þeim tilgangi að fjölga atvinnutækifærum fyrir fólk með geðraskanir.

➜ Það er mjög tímabært að atvinnulífið, ríkisvaldið og samtök og stofnanir, sem fjalla um málefni öryrkja, leiti nýrra leiða til að opna öryrkjum aðgang að störfum og auka sveigjanleika…

Í Hlutverkasetri er fyrir hendi reynsla og þekking á þessum málaflokki. Sylviane Pétursson iðjuþjálfi er umsjónarmaður „Útrásarinnar“. Hún hefur í þrjá áratugi unnið við starfsendurhæfingu á geðsviði Landspítalans. Hún starfar við hlið Elínar Ebbu Ásmundsdóttur, framkvæmdastjóra Hlutverkasetursins, en auk þess kemur að verkefninu Hlynur Jónasson, sem verður tengiliður við vinnuveitendur.

Hér er athygli vakin á þessu verkefni til að hvetja vinnuveitendur, stjórnvöld, sveitarfélög og heilbrigðisstofnanir til þátttöku í „Útrás“ Hlutverkasetursins og til að gaumgæfa mikilvægi þess að greiða fyrir atvinnuþátttöku fólks með geðraskanir og öryrkja almennt. Hér má brúka orð úr auglýsingunni: „Allir vinna.“

Í upphafi skólaárs

MENNTUN

Guðmundur S. Johnsen
formaður Félags lesblindra á Íslandi

Á hverju ári komast hundruð foreldra hér á landi að því að börn þeirra eiga við lestrarerfiðleika að etja. Í sumum tilvikum kemur í ljós að um lesblindu (dyslexia) er að ræða. Sem gefur að skilja er það nokkuð áfall fyrir foreldra sem átta sig á að þetta hefur veruleg áhrif á framtíð barna þeirra. Í framhaldinu velta þeir fyrir sér hvernig skólagöngu þeirra verður háttað. Hvers er að vænta, getur skólakerfið tryggt lesblindum börnum þá menntun sem öðrum börnum stendur til boða? Því miður er alvarlegur misbrestur á því og það verða foreldrar fljótlega varir við þegar þeir fara að skoða þá aðstoð sem skólakerfið býður upp á.

Reglulega hringja áhyggjufullir foreldrar á skrifstofu okkar hjá Félagi lesblindra og vilja fá að vita hvaða úrræði standa til boða og hvernig hægt er að bregðast við. Í sumum tilvikum þurfa þeir að fá aðstoð við að meðtaka þessa staðreynd sem vissulega getur haft talsverð áhrif á framtíð barna þeirra.

Enn í mestu vandræðum

Þótt ýmislegt hafi áunnist á skólakerfið enn í mestu vandræðum með að sinna þörfum þessa hóps. Hætt er við að önnur vandamál skyggi á þarfir lesblindra en nú er talið að um 30% grunnskólanema séu í sérkennslu og um helmingur þeirra sé án formlegrar greiningar. Hvernig ætlar skólakerfið að taka á þessum málum og tryggja um leið réttindi þeirra sem eiga við lestrarerfiðleika og lesblindu að eiga? Stefnumörkun grunnskólalaganna (nr. 63/1974) í sérkennslumálum var skýr. Þeir nemendur sem vegna fötlunar sinnar geta ekki notið venjulegrar kennslu eiga rétt á sérstakri kennslu við sitt hæfi. Í sérkennslu felst að það eru sett önnur markmið, ólíkt námsefni, umgjörð og aðferðir.

➜ Í dag finnast tæki sem duga til að yfirvinna þá fötlun sem lesblindir glíma við. Það höfum við hjá Félagi lesblindra margoft bent á en skólakerfið þarf að vakna til lífsins.

Nýta má nýja tækni

Félag lesblindra telur að úr þessari sérkennsluþörf megi leysa með því að nýta nýja tækni. Þess vegna hefur félagið margoft bent á möguleika þess að hafa skóla án bóka. Þótt lesblinda hafi verið undangengnum kynslóðum erfið er ekkert sem segir að hún þurfi að vera það fyrir komandi kynslóðir. Með betri skilningi, bættum greiningaraðferðum en þó ekki síst nýrri tækni ætti að vera auðvelt að búa til skóla án bóka. Í nútímaþjóðfélagi ætti mismunun þegar kemur að texta að vera óþörf. Í dag finnast tæki sem duga til að yfirvinna þá fötlun sem lesblindir glíma við. Það höfum við hjá Félagi lesblindra margoft bent á en skólakerfið þarf að vakna til lífsins.

FRÉTTABLAÐIÐ ER HELGARBLAÐIÐ

EKKERT NEMA BJARTSÝNI Í BOÐI

Eiginkona **Hagbarðar Valssonar** lést þegar hún var komin sjö mánuði á leið og Rósu Jónu dóttur þeirra var bjargað úr móðurkviði. Hagbarður er nú einstæður faðir með fjögur börn í Noregi.

Bragi segist heyra Eggert fyrir sér þegar hann skrifar persónurnar

Eggert Þorleifsson leikur nú í þriðja sinn aðalhlutverkið í leikriti eftir Braga Ólafson. Þeir eiga sér báðir fortíð sem popparar en segjast hafa verið lélegir sem slíkir.

Líf mitt er orðið innihaldsríkara

Emilíana Torrini sendir frá sér plötuna Tookah eftir helgi. Titilinn tengir hún við djúpstæða hamingju eftir að hún eignaðist mann og son.

Mætti í tökur á Dexter klukkustund eftir fæðingu sonar síns

Leikarinn **Darri Ingólfsson** hefur slegið í gegn í hlutverki sínu sem Oliver Saxon í sjónvarpsþáttunum Dexter.

HELGARBLAÐ FRÉTTABLAÐSINS

Ómissandi hluti af góðri helgi

FRÉTTABLAÐIÐ Skaftahlíð 24 | 105 Reykjavík | 512 5000 | Auglýsingar 512-5401 | visir.is

REYKJANESBÆR
reykjanesbaer.is

Ljósanótt

Reykjanesbær **2013**

Velkomin í Árgangagöngu á Ljósanótt í Reykjanesbæ

Byrjaðu frábæran laugardag á Ljósanótt með þátttöku í einstakri skrúðgöngu, Árgangagöngunni. Þar sem mannkynssaga nútímans tekur á sig mynd.

Málið er einfalt

Sértu fæddur ´53 mætir þú fyrir framan Hafnargötu 53 o.s.frv. Yngsta kynslóðin hefur gönguna og marserar niður Hafnargötu í gegnum heilt æviskeið. Þeir eldri bíða og horfa á æskuna renna hjá þar til röðin kemur að þeim að bætast við. „Hringnum" er lokað þegar hópur heldri borgara stígur inn í gönguna og gætir þess, sem fyrr, að enginn heltist úr lestinni.

Allt undir dynjandi lúðrablæstri lúðrasveitar Tónlistarskóla Reykjanesbæjar og Lúðrasveitar Hafnarfjarðar. Við tekur viðburðarríkur dagur í Reykjanesbæ sem endar með stórkostlegri flugeldasýningu og stórtónleikum þar sem fram koma:
Dr. Gunni og vinir hans, Ásgeir Trausti, Fyrsti kossinn– Hljómar í 50 ár,
Valdimar, Eyþór Ingi og Stefanía Svarsdóttir,
Hljómsveitin Valdimar og Ojba rasta.

Velkomin á Ljósanótt í Reykjanesbæ
Sjá dagskrá á ljosanott.is

Man ekki eftir minnisstæðasta afmælinu

Tónlistarmaðurinn Sverrir Stormsker er fimmtugur í dag. Hann býst ekki við að blása til veislu í tilefni dagsins, enda segir hann að stórafmæli séu engar stórhátíðir.

„Ég er allur að koma til, er á fyrsta kaffibolla dagsins af mörgum í dag. Maður þarf að drekka mjög marga kaffibolla til að halda sér vakandi hérna á klakanum,“ segir tónlistarmaðurinn Sverrir Stormsker, sem fagnar fimmtugsafmæli sínu í dag. „Það er ekki mér að kenna að ég sé fimmtugur,“ bætir hann við þegar blaðamaður minnir hann á stórafmælið og segist hreint ekki viss hversu vel tímamótin leggist í hann. „Þetta er nú í fyrsta sinn sem ég verð fimmtugur, þótt ótrúlegt megi virðast, og ætli ég verði ekki að venjast því aðeins? Ég hélt nú alltaf að ég yrði aldrei eldri en þrítugur, þannig að þetta er ágætis áfangi.“

Aðspurður segist Sverrir ætla til Portúgal á háhyrningaveiðar og svo þaðan til Færeyja á ljónaveiðar í tilefni dagsins. „Er það ekki ágætis byrjun á góðum afmælisdegi? En að öllu gríni slepptu þá verð ég með 1.200 manna veislu í Perlunni þar sem verður boðið upp á koníakslegna pandabirni og marineraða sebrahesta með kokteilsósu og hamstratólg. Í eftirrétt verður náttúrlega heilsteiktur gullkryddaður nashyrningur. Og svo ætla ég að fá Paul McCartney eða einhvern svoleiðis dúdda til að spila létta dinnermúsík á harmóníku til að hafa á bak við. Þetta verður sem sagt mjög látlaust og fínt,“ segir Sverrir og útskýrir að hann hyggist bíða með almennileg hátíðahöld fram á næsta ár, en þá fagnar hann þrjátíu ára tónlistarafmæli sínu. „Þá er ætlunin að gefa út ferfaldan safndisk í handhægum umbúðum, þótt auðvitað væri betur við hæfi ef hann væri fimmfaldur, með um það bil áttatíu laga sýnishorni af ferlinum. Ég er að hugsa um að kalla diskinn The Very Very Skást of Greatest Shits.“

Tónlistarmaðurinn vinnur einnig að nýrri plötu með frumsömdum jólalögum sem kemur þó ekki út fyrir næstu jól. Á plötunni fær Sverrir ýmsa nafntogaða söngvara með sér í lið og nefnir meðal annarra Ladda og Öldu Björk Ólafsdóttur til sögunnar. „Svo er ég búinn að tala við Eyþór Inga frænda minn og hann er til í tuskið. Það væri líka gaman að fá Björgvin Halldórsson til að syngja á jólaplötunni, því hann er nú einu sinni sérfræðingur á þessu sviði sem og mörgum öðrum. Þetta verður mjög hátíðleg plata og alls ekkert klám, femínistum eflaust til mikillar gremju,“ segir Sverrir.

Spurður um minnisstæðasta stórafmælisdaginn nefnir Sverrir þrítugsafmælið sitt. „En sá dagur er aðallega minnisstæður eftir á vegna þess að ég man ekkert eftir honum. Ég hef greinilega tekið mjög kröftuglega á því, en svona er þetta stundum í rokkinu.“

kjartan@frettabladid.is

STORMSKER Sverrir Stormsker vinnur að nýrri jólaplötu þar sem ýmsir söngvarar verða í gestahlutverki. FRÉTTABLAÐIÐ/PJETUR

†

Elskulegi eiginmaður minn, faðir, tengdafaðir og afi,

JÓHANN ANTONÍUSSON
fyrrverandi útgerðarmaður, frá Fáskrúðsfirði,

lést á Landspítalanum Fossvogi miðvikudaginn 4. september. Útförin verður auglýst síðar.

Fyrir hönd aðstandenda,
Guðný Kröyer

†

Móðir mín,

ARNÞRÚÐUR KARLSDÓTTIR
handavinnukennari, Furugerði 1, Reykjavík,

lést á öldrunardeild Landspítalans 4. september. Útförin verður auglýst síðar.

Fyrir hönd aðstandenda,
Sigurveig Kristjánsdóttir

†

Bróðir okkar,

GUÐJÓN JÓNSSON
frá Fagurhólsmýri,

sem lést laugardaginn 31. ágúst, verður jarðsunginn frá Áskirkju mánudaginn 9. september klukkan 15.00. Blóm og kransar vinsamlegast afþökkuð. Þeim sem vilja minnast hans er bent á Krabbameinsfélag Íslands.

Guðrún Jónsdóttir
Þuríður Jónsdóttir
Sigurgeir Jónsson
Sigríður Jónsdóttir

†

Þökkum innilega auðsýnda samúð og vináttu við andlát og útför okkar ástkæru eiginkonu, móður, tengdamóður, ömmu og langömmu,

ÁSGERÐAR INGIMARSDÓTTUR
Fróðengi 7 (áður Sigluvogur 3).

Sérstakar þakkir viljum við færa starfsfólki Landspítalans deild 11G.

Victor Ágústsson
Sólveig Victorsdóttir
Ágúst Victorsson **Ólöf Alfreðsdóttir**
Ingimar H. Victorsson **Sonja Jónasdóttir**
Victor Örn Victorsson **Rúna Stína Ásgrímsdóttir**
barnabörn og langömmubörn.

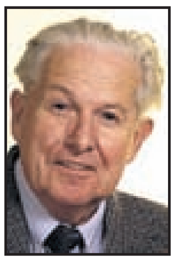
†

Innilegar þakkir fyrir auðsýnda samúð, hlýhug og vináttu við fráfall og útför ástkærs föður, tengdaföður, afa og langafa,

AÐALSTEINS STEINDÓRSSONAR
Lækjarbrún 3, Hveragerði.

Sérstakar þakkir fær starfsfólk Dvalarheimilisins Bæjaráss í Hveragerði fyrir elskusemi og umönnun Aðalsteins á ævikvöldi hans.

Sigurbjörg Aðalsteinsdóttir
Kristín Aðalsteinsdóttir **Kristinn Sigurjónsson**
Auður Aðalsteinsdóttir
Þórkatla Aðalsteinsdóttir **Hörður Lúðvíksson**
Sveinn Aðalsteinsson **Helga Pálmadóttir**
og fjölskyldur þeirra.



†

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

PÉTUR FILIPPUSSON
Aðalstræti 9, Reykjavík,

verður jarðsunginn frá Árbæjarkirkju kl. 13.00 mánudaginn 9. september.

Guðjóna Guðjónsdóttir
börn, tengdabörn, barnabörn og barnabarnabörn.

†

Innilegar þakkir til allra þeirra sem sýndu hlýju og samúð vegna veikinda, andláts og útfarar okkar ástkæra

SVANBJÖRNS SIGURÐSSONAR
fyrrverandi rafveitustjóra, Hringteigi 5, Akureyri.

Sérstakar þakkir eru færðar starfsfólki Sjúkrahússins á Akureyri og starfsfólki Heimahlynningar á Akureyri.

Reine Margareta Sigurðsson
Birna María Svanbjörnsdóttir **Gunnar Þór Gunnarsson**
Geir Kristján Svanbjörnsson **Jakobína Guðmundsdóttir**
Guðrún Nýbjörg Svanbjörnsdóttir
Oddný og Sóley Gunnarsdætur
Bríet Reine og Karvel Geirsbörn

†

Okkar ástkæra móðir, tengdamóðir, amma og langamma,

ÁSTA NÍNA SIGURÐARDÓTTIR
leiðsögumaður,

verður jarðsungin þann 9. september frá Fríkirkjunni í Reykjavík klukkan 13.00. Blóm og kransar vinsamlegast afþökkuð en þeim sem vilja minnast hennar er bent á minningarsjóð líknardeildar LSH í Kópavogi.

Börkur Helgi Sigurðsson

Ingólfur Torfason
Ellert Helgi Sigurðsson **Díana Ármannsdóttir**
Hlynur Helgi Sigurðsson **Sari Maarit Cedergren**
Auður Herdís Sigurðardóttir

†

Ástkær móðir okkar, tengdamóðir og amma,

SIGRÚN Þ. MATHIESEN
Hjallabraut 33, Hafnarfirði,

lést á Landspítalanum við Hringbraut þriðjudaginn 3. september. Útförin fer fram frá Hafnarfjarðarkirkju fimmtudaginn 12. september kl. 13.00.

Árni M. Mathiesen **Steinunn K. Friðjónsdóttir**
Halldóra M. Mathiesen **Frosti Bergsson**
Þorgils Óttar Mathiesen
Matthías Árni, Bergur, Sigrún, Kristín Unnur, Halla Sigrún, Einar Páll og Arna Steinunn.

†

Elskuleg móðir okkar, tengdamóðir, amma og langamma,

SIGRÍÐUR AÐALHEIÐUR JÓNSDÓTTIR
sjúkraliði, hjúkrunarheimilinu Eir, áður Ljósheimum 6,

lést miðvikudaginn 4. september. Jarðarförin verður auglýst síðar.

Jóhann Jónasson **Sigríður Bjarney Jónsdóttir**
Benedikt Jónasson **María Björk Jóhannsdóttir**
Björk Elva Jónasdóttir **Kjartan Kjartansson**
Atli Viðar Jónasson **Þórunn Brandsdóttir**

BRYGGJUBALL Á LJÓSANÓTT

Í kvöld verður bryggjuball í Reykjanesbæ. Meðal þeirra sem koma fram eru Védís Hervör, Valgeir Guðjónsson, KK og Magnús Eiríksson ásamt fleirum.

WEEKEND
MaxMara
NÝ SENDING AF VETRARVÖRUM!
BASLER Parísar TÍZKAN
Skipholti 29b • S. 551 0770

Pleðurjakkar!
6 litir
Verð 9.900 kr
Opið virka daga kl. 11–18.
Opið laugardaga kl. 11–16.
black pepper FASHION
Laugavegi 178 (Bolholtsmegin) | Sími 555 1516
Kíkið á myndir og verð á Facebook

ELDAÐ MEÐ HOLTA

HOLTA KYNNIR *Úlfar Finnbjörnsson er einn færasti kokkur landsins. Hann sér um sjónvarpsþáttinn Eldað með Holta á ÍNN. Þar fáum við að fylgjast með honum elda ljúffenga kjúklingarétti úr Holta-kjúklingi.*

Matreiðslumaðurinn Úlfar Finnbjörnsson sér um sjónvarpsþáttinn Eldað með Holta á ÍNN. Þar eldar hann ljúffenga rétti úr Holta-kjúklingi fyrir áhorfendur. Hér færir Úlfar okkur uppskrift að grilluðum bbq-krydduðum kjúklingalærum með bbq-sósu. Hægt er að fylgjast með Úlfari elda þessa girnilegu máltíð í kvöld klukkan 21.30 á sjónvarpsstöðinni ÍNN. Þættirnir verða svo endursýndir yfir helgina.

Einnig er hægt að horfa á þá á heimasíðu ÍNN, inntv.is.

LJÚFFENG LÆRI Litríkur grillréttur frá Holta. MYND/GVA

GRILLUÐ BBQ-KRYDDUÐ KJÚKLINGALÆRI MEÐ BBQ-SÓSUNNI ÞINNI

FYRIR 4
4-8 bbq-krydduð heil kjúklingalæri frá Holta

BBQ-SÓSA
4 dl bbq-sósa eftir smekk. Bragðbættu sósuna og gerðu að þinni, til dæmis með 2 msk. af smátt söxuðum engifer eða 0,5 dl af viskíi eða kryddjurtum.

Skerið 4 skurði báðum megin í lærin. Grillið á milliheitu grilli í 20 mínútur. Snúið lærunum reglulega. Bragðbætið bbq-sósuna eftir smekk og takið helminginn frá til þess að pensla lærin. Penslið lærin með sósunni báðum megin og grillið í 3 mínútur í viðbót. Snúið þá lærunum og grillið í 3 mínútur til viðbótar. Berið lærin fram með restinni af sósunni og til dæmis salati, grilluðu grænmeti og kartöflum.

Flott föt fyrir flottar konur
Stærðir 38-58
Verslunin Belladonna
belladonna
Skeifunni 8 • 108 Reykjavík • Sími: 517 6460 • www.belladonna.is

Heilsuréttir Nings
Heilsuréttir Nings innihalda mikið af trefjum, hæfilegt magn próteina og góð kolvetni. Réttirnir eru kryddaðir með ferskum engifer, hvítlauk og chilli. Allir réttir okkar eru að sjálfsögðu án transfitu og MSG.
Sushi er frábær hollustufæða
NINGS
TRÖLLATREFJAR
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
MSG
Suðurlandsbraut 6 • Stórhöfða 17 • Hlíðasmára 12 • Sími 588 9899 • www.nings.is

BRJÁLUÐ ÁST Í DÖLUNUM

SÖGUSLÓÐIR *Laxdæluhátíð verður haldin að Laugum í Sælingsdal á morgun. Farið verður um sögusvið Laxdælu þar sem gestir fá söguna beint í æð af vörum Birnu Lárusdóttur þjóðfræðings. Um kvöldið verður harmóníkuball.*

Laxdæla sker sig úr Íslendingasögunum að því leyti að hún er eina sagan þar sem konur eru í aðalhlutverki. Það eru auðvitað konur í öðrum sögum en þar eru þær viðföng karlanna og skipta ekki máli. Guðrún Ósvífursdóttir er aðalsöguhetja Laxdælu,“ útskýrir Birna Lárusdóttir þjóðfræðingur en hún mun leiða gesti Laxdæluhátíðar um sögusvið bókarinnar á morgun að Laugum í Sælingsdal.

Þetta er í fyrsta sinn sem Laxdæluhátíð er haldin. Yfirskrift hátíðarinnar er Brjáluð ást og segir Birna líklegt að einhverjar ástarsögur verði sagðar. „Ég reikna nú með að flestir vilji fá að heyra eitthvað um ástir í Laxdælu. Við hefjum ferðina klukkan tíu á hlaðinu heima hjá Guðrúnu Ósvífursdóttur, Laugum í Sælingsdal, hennar fæðingarstað og förum um með rútu. Við komum síðan við á þeim slóðum þar sem atburðir í sögunni vissulega gerðust. Fólk fær því söguna beint í æð,“ segir Birna.

Dagskrá hátíðarinnar er fjölbreytt og verður fjallað um Laxdælu frá ólíkum sjónarhornum. Yfirferð Birnu lýkur um hádegi og eftir að gestir hafa snætt hádegisverð mun Sveinn Pálsson, sveitarstjóri Dalabyggðar, setja hátíðina formlega og opna um leið sýninguna Keltneskur arfur á Vesturlandi.

Sú sýning var áður í Görðum á Akranesi en hún er unnin af Þorvaldi Friðrikssyni fornleifafræðingi og Friðþjófi Helgasyni ljósmyndara. Sýningin samanstendur af ljósmyndum og texta sem fjallar um arfleifðina meðal annars út frá tungumálinu og örnefnum á Vesturlandi.

Þá verður spurningakeppni um Laxdælu slegið upp og fjallað um söguna frá sjónarhóli tveggja kynslóða. Einnig munu tveir norrænir leikhópar setja upp stutta leikþætti úr Laxdælu. Karlakórinn Frosti kemur fram og um kvöldið verður slegið upp harmóníkuballi.

En nauðsynlegt að hafa lesið Laxdælu til að njóta yfirferðarinnar?

„Nei, fólk þarf ekki að hafa lesið bókina. En það skaðar auðvitað ekki,“ segir Birna. „Það er mjög gaman að lesa Laxdælu.“

Ókeypis er á hátíðina en 1.000 krónur kostar inn á ballið. ■ **heida@365.is**

GUÐRÚNARLAUG Laxdæluhátíð verður haldin á morgun laugardag að Laugum í Sælingsdal, fæðingarstað Guðrúnar Ósvífursdóttur. MYND/JSE

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: **Bryndís Hauksdóttir,** bryndis@365.is, s. 512 5434 **Sverrir Birgir Sverrisson,** sverrirbs@365.is, s. 512 5432 **Kolbeinn Kolbeinsson,** kolli@365.is, s. 512-5447 | Hönnun: **Silja Ástþórsdóttir**

RAUNFÆRNIMAT

Hefur þú starfað við vélvirkjun, rennismíði, blikksmíði eða stálsmíði í 5 ár eða lengur og vilt ljúka námi í faginu?

Þá gæti raunfærnimat verið fyrir þig!

Raunfærnimat miðar að því að meta færni og þekkingu sem viðkomandi býr yfir inn í skólakerfið. Að loknu raunfærnimati fara þátttakendur í skóla og ljúka því námi sem eftir stendur til að útskrifast. Inntökuskilyrði í raunfærnimat er 5 ára starfsaldur í greininni og 25 ára lífaldur. Einnig er boðið upp á raunfærnimat í húsasmíði og skrúðgarðyrkju.

Kynningarfundur verður haldinn þriðjudaginn 10. september kl. 17.00 að Skúlatúni 2, 6. hæð, 105 Reykjavík.

NÁNARI UPPLÝSINGAR Á IDAN.IS

DAGSVERK.IS / IDAN0913

Áhugasömum er bent á að hafa samband við IÐUNA fræðslusetur í síma 590 6400 eða með því að senda fyrirspurn á radgjof@idan.is

FRÆÐSLUMIÐSTÖÐ ATVINNULÍFSINS
MENNTUN Á VINNUMARKAÐI

IÐAN fræðslusetur
Skúlatún 2 - 105 Reykjavík
idan@idan.is - www.idan.is

HEIMABÍÓ Í EINUM HÁTALARA

JBL Cinema SB200

JBL by HARMAN

HELSTU KOSTIR
• Getur notað sömu fjarstýringu og sjónvarpið
• Harman Display Surround tækni
• Þráðlaus Bluetooth tenging
• Einfalt í uppsetningu

Bluetooth

VERÐ 59.990

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

Amma mús opnar útibú á Laugaveginum í dag kl. 11

10% afsláttur af prjónagarni og útsaumspakkningum, föstudag, laugardag og sunnudag.

Kynning á laugardag frá kl. 12-14, Philippe Ricart kynnir útsaumaða fuglapúða

Amma mús – handavinnuhús
Laugavegi 18 í kjallara Máls & menningar
Sími: 511 3399
Opið mán - fös. 11 - 20
lau. 11 – 17 sun. 12-17

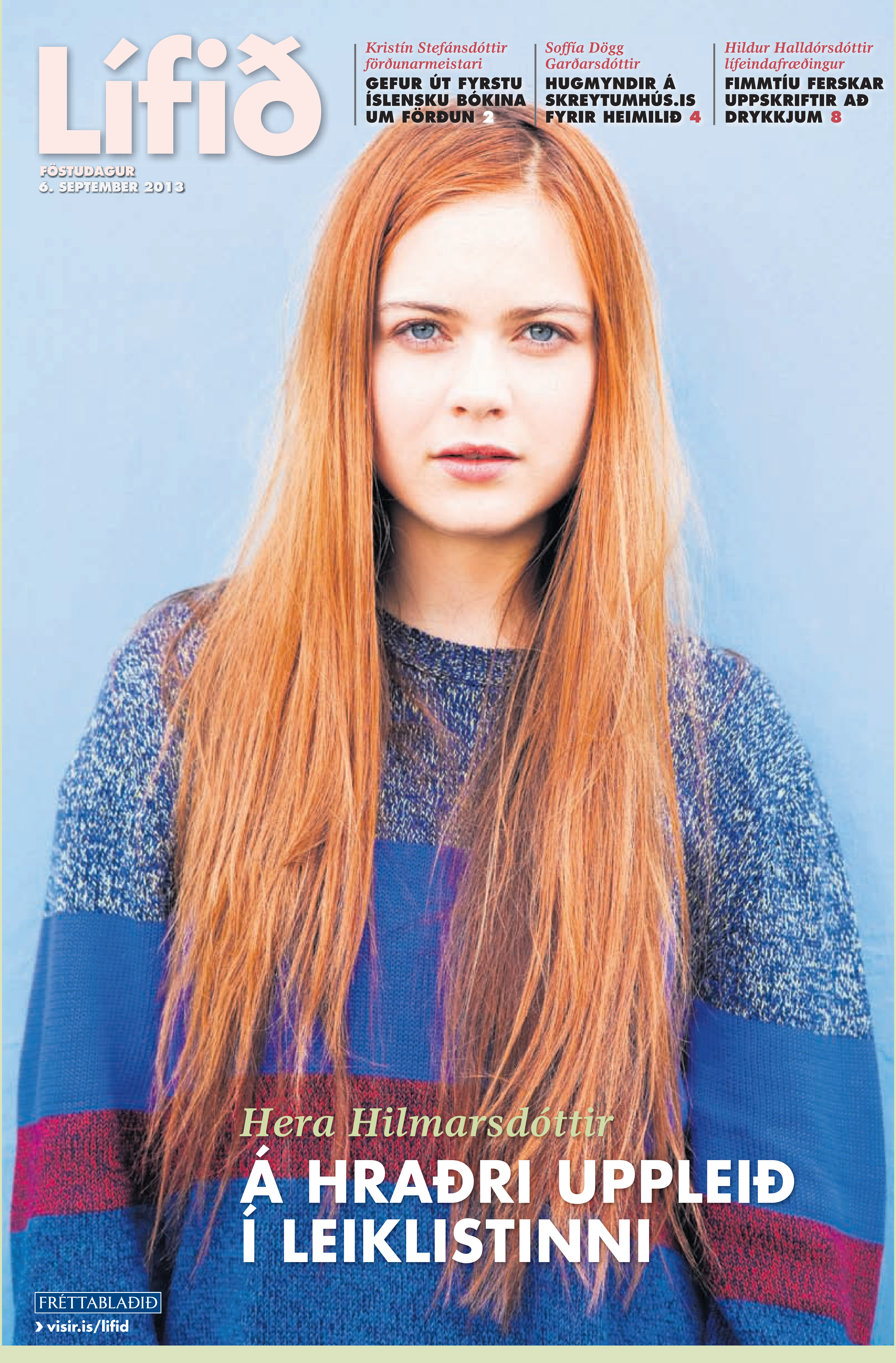
Lífið

FÖSTUDAGUR
6. SEPTEMBER 2013

Kristín Stefánsdóttir förðunarmeistari
GEFUR ÚT FYRSTU ÍSLENSKU BÓKINA UM FÖRÐUN 2

Soffía Dögg Garðarsdóttir
HUGMYNDIR Á SKREYTUMHÚS.IS FYRIR HEIMILIÐ 4

Hildur Halldórsdóttir lífeindafræðingur
FIMMTÍU FERSKAR UPPSKRIFTIR AÐ DRYKKJUM 8



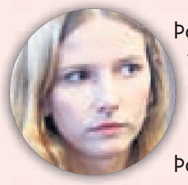
Hera Hilmarsdóttir

Á HRAÐRI UPPLEIÐ Í LEIKLISTINNI

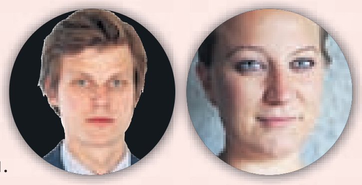
FRÉTTABLAÐIÐ
› visir.is/lifid

HVERJIR HVAR?

Á tónleikum Snorra Helgasonar á Kexi Hosteli við Skúlagötu á miðvikudaginn var margt um manninn og mikil gleði. Örn Tönsberg, betur þekktur sem 7berg, mætti á svæðið og Guðrún Bjarnadóttir leikkona.



Þá létu sjá sig **Diljá Ámundadóttir**, varaborgarfulltrúi Besta flokksins, **Bergur Ebbi Benediktsson**, uppistandari og skáld, og **Heiða Kristín Helgadóttir** í Bjartri framtíð, ásamt kærasta sínum Guðmundi Kristjáni Jónssyni, en þess ber að geta að Heiða Kristín er systir Snorra.
Þá mætti Krummi Björgvinsson til að hlýða á ljúfa tóna Snorra.



Lífið
Hamingja, fólk og annað frábært

Umsjón blaðsins
Marín Manda Magnúsdóttir
marinmanda@frettabladid.is
Umsjón Lífsins á Vísir.is
Ellý Ármanns
elly@365.is
Útgáfufélag
365 miðlar ehf.
Forsíðumynd
Íris Björk ljósmyndari
Auglýsingar
Atli Bergmann
atlib@365.is
Hönnun
Silja Ástþórsdóttir
siljaa@frettabladid.is
Lífið
Skaftahlíð 24,
105 Reykjavík,
sími 512 5000
www.visir.is/lifid

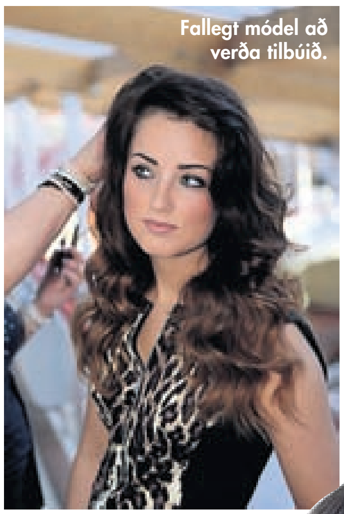
Stílisti
Íris Björk
Marín Manda

BAK VIÐ TJÖLDIN
FÖRÐUN SKREF FYRIR SKREF

Kristín Stefánsdóttir hefur skrifað förðunarbók og Lífið fékk að skyggnast á bak við tjöldin.

Loksins lét ég verða af því að skrifa förðunarbók en þessi er ætluð konum á öllum aldri. Þarna er ég að kenna förðun og umhirðu húðarinnar á einfaldan og skilmerkilegan hátt og hvernig við förum í þessa grunnförðun sem ég er alltaf að predika að allar konur eigi að sinna," segir Kristín Stefánsdóttir, snyrti-og förðunarmeistari og rithöfundur bókarinnar Förðun – skref fyrir skref. Kristín er með 30 ára reynslu innan förðunarbransans og segir að öll förðunarflóran sé tekin fyrir í þessari íslensku bók. Bókin er væntanleg í október en í henni er kennd fimm mínútna förðunin, sem ætti að gagnast flestum konum, kvöldförðun, brúðarförðun, „smokey" og fleira mætti telja. „Silla Páls tók myndirnar en þetta eru yfir 200 myndir og það liggur gríðarleg vinna í bókinni. Ég var með æðislegt samstarfsfólk í þessu; hárgreiðslufólk og stílista. Mörg módelin hafa aldrei setið fyrir áður og útkoman er mjög fjölbreytt og skemmtileg."

Sigga Kling var einnig módel í bókinni.



Fallegt módel að verða tilbúið.

Kristín farðar Lindu Pétursdóttur.

Una Rúnarsdóttir hárgreiðslukona lagar hárið.

Vantar kraftinn í þig!

Body lean er frábær bætiefna blanda frá Solaray sem hjálpar til að ná þeim árangri sem fólk villl fá út úr aukinni hreyfingu, hvort sem það er að byggja upp og móta vöðva, minnka sykurlöngun eða til að léttast. Body lean inniheldur L-Carnitine sem eykur brennslu við æfingar, króm til að draga úr sykurlöngun, hydrocitic acid HCA náttúrulegt efni sem er fengið úr Garcinia Camboogia ávextinum öðru nafni Tamarind en það hefur verið talið hjálpa við að örva efnaskipti líkamans og um leið draga úr matarlyst og fituframleiðslu líkamans. Rannsóknir hafa sýnt fram á það að þeir sem neyta HCA borði minna og geymi einnig minni fitu í líkamanum. Best og áhrifaríkast er að neyta Body lean hálftíma fyrir máltíð.

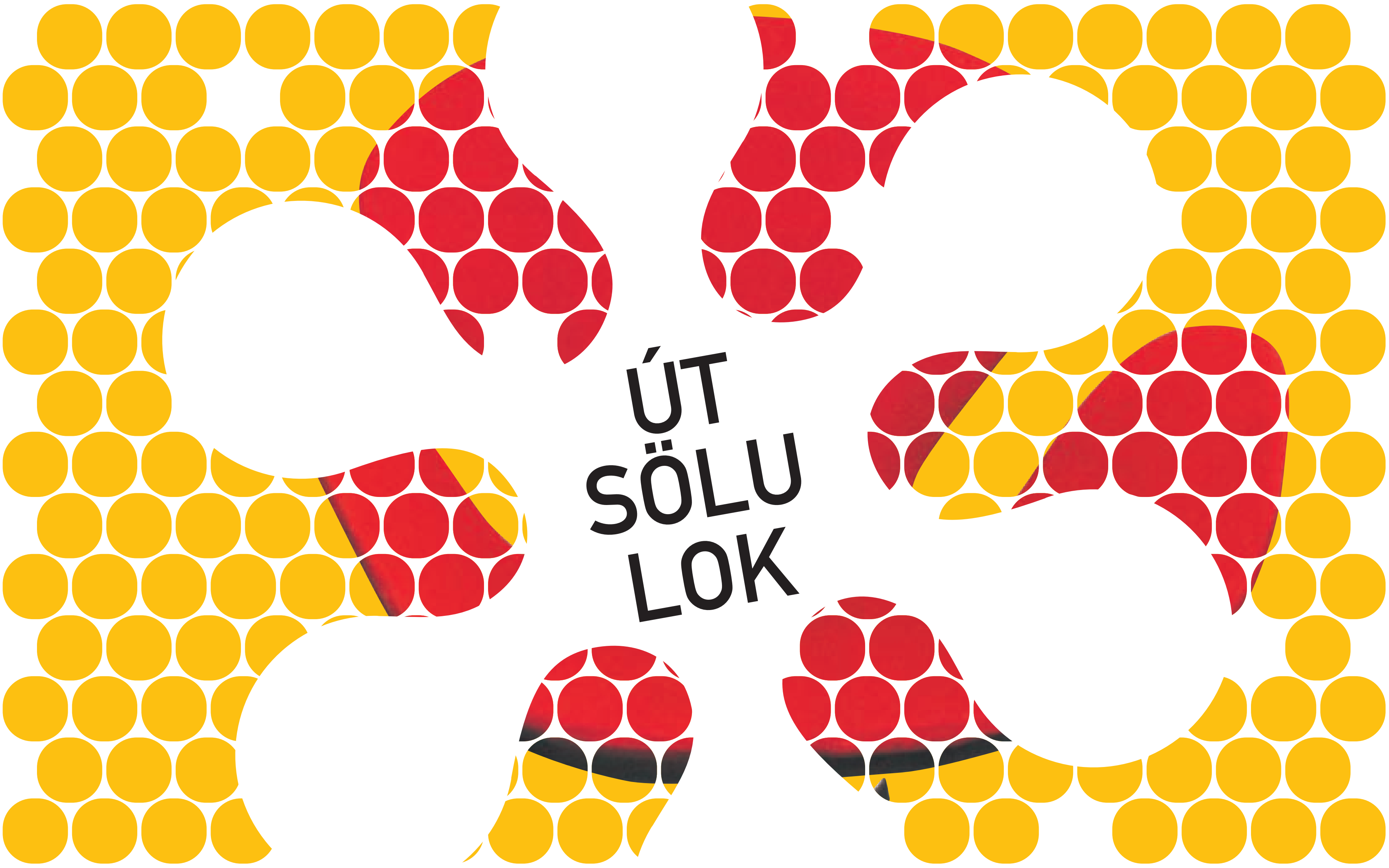
Sjónvarpsstjarnan, læknirinn og heilsugúruinn Dr Oz hefur mælt með Garcinia Cambogia fyrir þá sem vilja grenna sig á öruggan máta án öfga eða örvandi efna. Hann segtir að efnið virki hratt og sé alveg öruggt.

Garcinia cambogia hefur ekki sýnt sig að hafa neinar aukaverkanir ef að fólk fer eftir leiðbeiningum á umbúðum og tekur hylkin inn hálftíma fyrir máltíð. Garcini Cambogia er talið auka serótónin magn líkamans sem hjálpar gegn depurð, ofáti og eykur orkuna.

Solaray notar besta mögulega hráefni og er framleitt undir ströngum GMP stöðlum. Nánar á facebook síðu Solaray Ísland.

Fæst aðeins í apótekum og heilsuvöruverslunum.

SOLARAY®
DIETARY SUPPLEMENT



Allt að sjötíu prósenta afsláttur af sýningarvörum

Í DAG OG Á MORGUN LAUGARDAG

HANS J. WEGNER,
ARNE JACOBSEN,
BORGE MOGENSSEN,
PHILIPPE STARCK, ERIK
MAGNUSSEN, OFL.

Skeifan 6 / 5687733 / www.epal.is

epal

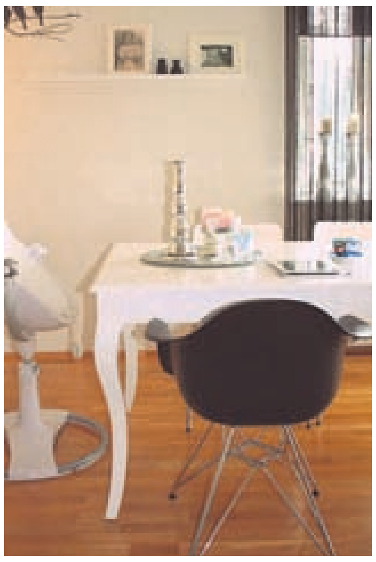
BLOGG INNBLÁSTUR SÓTTUR TIL NORÐURLANDANNA

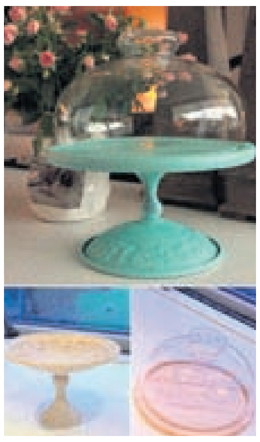
Sara Sjöfn Grettisdóttir heldur úti hinu flotta hugmyndabloggi sarasjofn.com.

Myndirnar tala sínu máli á blogginu sarasjofn.com en síðan inniheldur margar skemmtilegar hugmyndir fyrir heimilið, myndir af fallegum barnaherbergjum og mataruppskriftum. „Þetta er algjört áhugamál og ég sæki innblástur til hinna Norðurlandanna. Ég stofnaði bloggið í fyrra og átti mitt fyrsta barn í febrúar. Ég ákvað að ef hann yrði meðfærilegur og þægur þá gæti ég dundað mér við þetta með. Svo varð aðsóknin á síðuna meiri og meiri og það var svo hvetjandi að halda áfram," segir Sara Sjöfn Grettisdóttir, sem stundar viðskiptafræði við Háskóla Íslands.

Sara Sjöfn bloggar aðallega um hönnun og innlit á heimili en segist stundum setja inn mataruppskriftir. „Ég fæ margar fyrirspurnir í tölvupósti frá fólki og get fylgst með flettingum og reyni að sinna því sem er vinsælast. Fólk er almennt forvitið í eðli sínu og því vekur persónulegur póstur mestan áhuga fólks." Sjálf segist Sara Sjöfn heillast mest af einföldum, klassískum, skandinavískum stíl blönduðum við örlitla rómantík.

Sara Sjöfn er hrifin af einföldum stíl.


Bloggið inniheldur margar sniðugar hugmyndir eins og blaðastandinn hér.

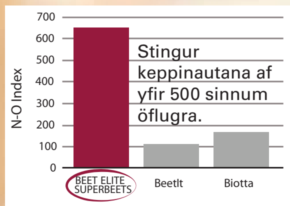


Soffía Dögg hefur verið dugleg að breyta heimilinu sínu en kökudiskarnir hafa meðal annars vakið mikla athygli á blogginu hennar.

Meira blóðflæði
Betri líðan betri heilsa

Eftir fertugt framleiðir líkaminn mun minna **Nitric Oxide SUPERBEETS** örvar **Nitric Oxide** framleiðslu strax.
Betra blóðflæði, ***30%*** æðaútvíkkun, ***30%*** meiri súrefnisupptaka, réttur blóðsykur, aukin fitubrennsla, ***20%*** meira þrek orka og úthald, hraðar bata eftir æfingar.
Bætt ris hjá körlum, aukin kynörvun kvenna.
Hefur áhrif á og bætir: Blóðþrýsting, kólesteról, hjarta- æða- og taugakerfi, þvagblöðru og ristil, lifur, nýru, ofnæmiskerfi, heila, skapferli, Þynnku, astma, lungnaþembu.
Ríkt af andoxunarefnum.

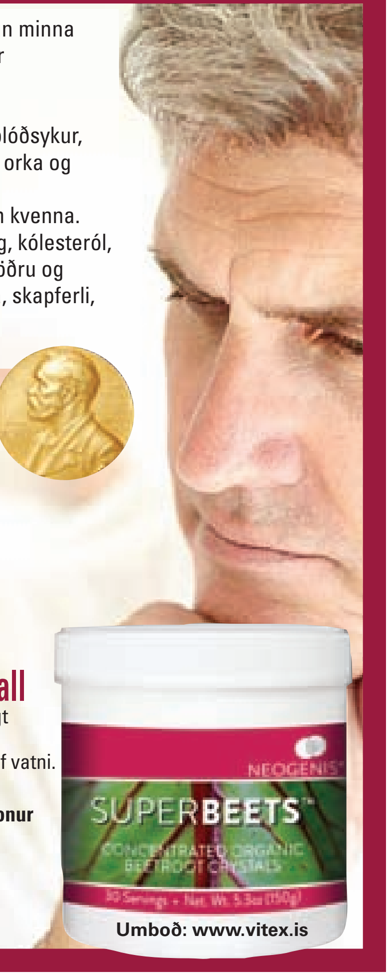
Nitric Oxide
Nóbelsverðlaun 1998
Sameind ársins 1992



SUPERBEETS Rauðrófukristall
100% lífrænt og því fullkomlega öruggt
30 daga skammtur. 1 teskeið daglega
(2 tsk. fyrir æfingar) blandað í 150 ml af vatni.
Bætt blóðflæði 30 min eftir inntöku.

Náttúruleg kynörvun fyrir karla og konur
Hvað gerir **VIAGRA - SILDENAFIL**
The release of nitric oxide molecules causes erection.

Fæst í apótekum, heilsubúðum, World Class og Sportlíf



Umboð: www.vitex.is

BLOGG GEFÐU GÖMLUM MUNUM NÝTT LÍF

Soffía Dögg Garðarsdóttir heldur úti heimilisblogginu skreytumhus.is.

Sumir segja að ég sé svolítið eins og Monica í Friends því þegar ég kem í heimsóknir kitlar mig í fingurna ef púðarnir eru í ólagi. Ég hef alltaf verið að breyta og skreyta og er þetta mitt aðaláhugamál," segir Soffía Dögg Garðarsdóttir sem er blómaskreytir að mennt. Soffía Dögg heldur úti blogginu skreytumhus.is en þar skrifar hún um sniðugar hugmyndir fyrir heimilið og breytingar á ýmsum munum, hvort sem það eru húsgögn, smámunir eða heilu herbergin. „Það er ekki nauðsynlegt að fara inn í einhverja hönnunarbúð til að gera fallega hluti og mér finnst skemmtilegast að gera mikið úr litlu. Sumir eru mjög vanafastir en það er mikil rómantísk endurvakning á heimilunum og fólk er að uppgötva að gefa gömlum munum nýtt líf." Hún segir kökudiska meðal annars vera sniðuga til annarra nota og fólk þurfi því að hugsa örlítið út fyrir kassann til að sjá möguleikana. „Ein kona getur fært öll húsgögnin í húsinu ef hún er með handklæði undir þau. Þá er einnig mjög gott að fara úr sokkunum," segir hún hlæjandi að lokum.

Soffía Dögg hefur í nógu að snúast og er oft fengin heim til vinkvennanna til að raða upp á nýtt.

THE STRAITS

Gagnrýnendur eru allir á sama máli,

FIMM STJÖRNU TÓNLEIKAR

The STRAITS

Eldborg Hörpu • 25. nóvember • Kl 20.00

Fyrrum meðlimir Dire Straits ásamt vel völdum, heimsklassa tónlistarmönnum flytja öll bestu lög hljómsveitarinnar á eftirminnilegan hátt.

„The first thing to realize is that is NOT Dire Straits, but what is important is the quality of the playing – and by this yardstick the Straits were excellent, with Terence Reis brilliantly imitating that distinctive Knopfler style”

„Amazing band, the best of all these "old bands" come back, without any hesitation. The lead singer/guitarist brings his personal style and voice, which makes it much more than a tribute to Mark Knopfler, and remind us that The Straits are not Dire Straits.”

„Well..... having seen Dire Straits seven times in my teens, 30 years was a long time to wait to hear the music again. But well worth the wait.... Guys thank you so much for forming the band again. We had a fabulous evening and it was amazing to hear those songs played live again.”

Miðasala hefst á miðvikudaginn á midi.is, harpa.is og í síma 528 50 50

HERA ÉG HEF VERIÐ HEPPIN

Hera Hilmarsdóttir leikur stórt hlutverk í ævintýra þáttaseríunni Da Vinci´s demons sem fengið hefur mikið lof í Bretlandi og Bandaríkjunum. Fyrir aðeins tveimur árum útskrifaðist hún úr LAMDA-leiklistarskólanum í London. Hera er ekki á heimleið þar sem hún hefur í nógu að snúast og segir tækifærin vera til staðar fyrir sig erlendis. Lífið ræddi við Heru um leiklistina, búsetuna í London og frægðina sem hún hefur fundið smjörþefinn af.

ALDUR 24

STARF Leikkona

HJÚSKAPARSTAÐA

Í sambúð

Eins og svo margar aðrar stúlkur dreymdi Heru Hilmarsdóttur um að verða búðarkona, tannlæknir eða tónlistarkona. Í æsku var þó lagður grunnur að framtíð hennar þar sem leiklistin var allsráðandi í lífi hennar frá blautu barnsbeini. Foreldrar hennar, Þórey Sigþórsdóttir og Hilmar Oddsson, starfa bæði innan leiklistarbransans en móðir hennar eignaðist hana í jólafríinu í leiklistarskólanum. Hera er aðeins 24 ára gömul og er á hraðri uppleið í bransanum. Hlutverkin koma hvert á fætur öðru en hún er einstaklega hógvær og segist hafa verið heppin. Eitt er víst, hvort sem heppnin er með henni eða ekki þá verður spennandi að fylgjast með Heru fóta sig í leiklistinni á komandi árum.

Ertu á Íslandi núna í fríi eða ertu að vinna að einhverju verkefni? „Ég er í tökum á kvikmyndinni Sumarbörn sem Guðrún Ragnarsdóttir leikstýrir og Ljósband ehf. framleiðir, sem samanstendur af þeim Önnu Maríu Karlsdóttur og Hrönn Kristinsdóttur. Þetta er falleg en dimm saga og mjög spennandi verkefni. Þær eru ekki margar myndirnar þar sem jafn margar konur eru við stjórnvölinn og því er gaman að vera partur af svoleiðis verkefni.“

Fór út fyrir þægindahringinn

Þú fórst út til London í leiklistarnám í London Academy of Music and Dramatic Arts. Hvað varð til þess? „Mig langaði að prófa að búa í útlöndum og stækka sjóndeildarhringinn. Að sjálfsögðu vissi ég ekki nákvæmlega hvað ég var að fara út í. Ég valdi erfiðustu leiðina sem ég sá á þeirri stundu og vildi kanna hvert það myndi leiða mig. Foreldrar mínir voru báðir viðloðandi leiklistarskólann hér heima svo mér fannst ég þurfa að fara mína eigin leið. Þegar ég komst inn í LAMDA varð ekki aftur snúið. Ég vissi að orðspor skólans var gott og vinur minn var þar í námi svo það var mjög hvetjandi. Maður getur endalaust fundið ástæður til að gera ekki hitt og þetta en mín innri rödd sagði mér að kýla á þetta.“

Þú landaðir strax stóru hlutverki í World Without End eftir námið. Þú sagðir eitt sinn að þú hefðir verið heppin. Myndir þú segja það í dag? „Já, algjörlega. Aftur á móti myndi ég kannski bæta við að auðvitað skipta milljón aðrir hlutir máli, en jú, heppni er bókað einn af þessum milljón.

Ég útskrifaðist í júlí og bauðst alls konar tækifæri hér heima en ég ákvað að halda mig úti og fara strax í prufur þar sem ég var komin með umboðsmann. Það er ótrúlega styrkjandi að fá strax vinnu eftir skólann. Ég fékk hlutverkið í miðaldaseríunni World without End eftir Ken Follet metsöluhöfund en missti svo af útskriftinni í kjölfarið. Ég lék eiginkonu Peters Firth, sem var í aðalhlutverki. Leikstjórinn hafði orð á því að honum fyndist útlit mitt henta svo vel inn í þennan tíma. Hann vissi reyndar ekki að ég var íslensk þegar hann réði mig en svo fannst honum það bara æðislegt því hann er svo hrifinn af Íslandi.“

Leikarar eru kannski ekki alltaf í fastri vinnu. Þarftu að fara reglulega í „casting“ fyrir ný verkefni? „Já, þetta reynir mikið á manns innri styrk. Eftir seríuna í janúar fékk ég örlitla tómleikatilfinningu og vissi ekkert hvað var að fara að gerast. Ég er núna að reyna að nýta þennan tíma sem ég hef og það krefst mikils sjálfsaga. Stundum hefur maður þrjá daga til að undirbúa sig og stundum bara eitt kvöld. Maður þarf að ná tökum á alls konar hreim út frá þeim leiðum sem maður hefur. Oft er ég bara að redda sjálfri mér og skoða Youtube. Maður veit aldrei hvað gerist og því leggur maður allt sitt í verkefnið því að það gæti verið starfið sem mann dreymir um. Svo fer maður að þekkja betur þá sem sjá um leikaravalið og þeir mann, sem gerir starf þeirra og mitt léttara.“

Aðdáendahópurinn

Hera segir að hún þurfi að venjast athyglinni sem beinist að Vanessu sem hún leikur í Da Vinci´s demons-þáttunum því ýmsir aðdáendaklúbbar, tumblrsíður og myndbönd hafa komið upp á yfirborðið, henni til heiðurs.

Getur þú lýst hlutverki þínu í nýju þáttaröðinni Da Vinci´s demons? „Ég leik stúlku sem Da Vinci kynnist í klaustri Sankti Antons í Flórens og hún verður eins konar andagyðja hans, situr fyrir hjá honum og verður ein af hans bestu vinum. Hún kemur frá mjög fátæku heimili og var því tekin frá fjölskyldu sinni og send í klaustrið sem barn til að eignast möguleika á betra lífi. Klaustrið hefur aldrei átt vel við hana og því umbreytir það gjörsamlega öllu í hennar heimi þegar hún kynnist Leonardo og hann frelsar hana úr viðjum klaustursins. Útlitið á karakternum er svo tekið frá málverkum þess tíma, svo ég segi ekki of mikið, bæði blöndu frá Leonardo og Botticelli svo dæmi sé nefnt. Fæðing Venusar spilar þar sterkt inn í og kemur rauði háraliturinn þaðan.“

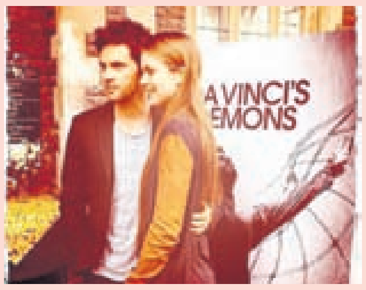
Hvaða hlutverk hefur verið mest gefandi að leika? „Ég held ég geti ekki valið eitt hlutverk fram yfir önnur. Mér þykir mjög vænt um Loga ljósamann úr Fjölskyldusirkusnum sem við settum upp í MH undir leikstjórn Sigrúnar Sólar Ólafsdóttur. Líka Dísu úr Veðramótum sem Guðný Halldórsdóttir leikstýrði. Svo fékk ég tækifæri til að leika eldri persónur í LAMDA og held þaðan mikið upp á Maggie úr Dansað á Lughnasa eftir Brian Friel og Ravneskya úr Kirsuberjagarðinum eftir Chekhov. Einnig þykir mér mjög vænt um Eik úr Vonarstræti, sem Baldvin Z leikstýrði og verður frumsýnd núna í byrjun næsta árs.“

> ***Daginn eftir sá ég að það stóð Keira Knightley á hurðinni og þá var þetta búningsherbergið hennar. Ég sagði nú reyndar aldrei frá þessu.***

Nektin partur af vinnunni

Hefur þú þurft að vera nakin í einhverjum hlutverkum eða vera í mikilli nánd við mótleikara þinn? „Já, það getur náttúrulega verið partur af vinnu leikara að koma fram nakinn. Maður sækist kannski ekki beint eftir því en stundum hefur það veigamikla þýðingu fyrir söguþráðinn. Svo fer þetta bara eftir því hvernig sögu þú ert að segja og hvaða tilgang nektin hefur. Ég hef hingað til þurft að fækka fötum í nokkrum hlutverkum og í öllum tilvikum var fullgild ástæða fyrir senunum, þó þær hafi verið ólíkar innbyrðis. Svo skiptir líka miklu máli að þú vitir nákvæmlega hvað er verið

Myndaalbúmið



Í London tube-inu. Svona viðheldur maður rauða háralitnum. Hera og Tom Riley, sem leikur Da Vinci, á frumsýningu í Bretlandi.

BÓLSTRUN

FÖSTUDAGUR **6. SEPTEMBER 2013**

Kynningarblað

Reynsla og þekking

Bólstrarinn býr yfir sjötíu ára reynslu og getur leyst hvers kyns verkefni.
SÍÐA 2

Sérsmíði

Hjá G.Á. húsgögnum fást sérsmíðuð húsgögn og geta viðskiptavinir valið um stærðir, liti og efni. SÍÐA 3

Framleiðir íslenskt

Bólstursmiðjan sérhæfir sig í framleiðslu á húsgögnum eftir íslenska hönnuði.
SÍÐA 4

Elva er óhrædd við að velja litrík húsgögn. Borðstofustólarnir eru hver í sínum lit; einn er svartur, annar hvítur, þriðji fjólublár, fjórði blár, fimmti rauður og sjötti grænn.

MYND/PJETUR

Enginn borðstofustóll eins

Hjúkrunarfræðingurinn Elva Björk Ragnarsdóttir er mikill fagurkeri og hefur gaman af því að gefa gömlum húsgögnum nýtt líf. Hún og maðurinn hennar, Guðmundur F. Jóhannsson, hafa komist upp á lag með að láta bólstra gömul tekkhúsgögn og eru himinlifandi yfir útkomunni.

Við sönkuðum að okkur gömlum borðstofustólum á bland.is og létum bólstra þá og klæða hvern í sínum litnum hjá Bólstraranum á Langholtsvegi. Þá fundum við gamlan hægindastól í Góða hirðinum sem fékk sömu meðferð. Nú höfum við augastað á gömlum tekksófa sem okkur langar að láta bólstra og klæða í hvítt og setja marglita hnappa í bakið."

Elva segir að þau Guðmundur séu litaglöð og þess vegna hafi þau ákveðið að hafa borðstofustólana hvern í sínum lit. „Það var settur nýr svampur í þá alla og þeir svo yfirdekktir með leðurlíki. Það er ótrúlega slitsterkt og flestir sjá engan mun á því og ekta leðri."

Sessan og bakið á hægindastólnum voru líka klædd með leðurlíki en tvídefni sett í hliðarnar. „Það var hugmynd bólstrarans og kom mjög vel út. Hann er með mikið úrval af efnum og litum og tekur auk þess niður sérpantanir. Það er því bara að sleppa hugmyndafluginu lausu. Þessi tekkhúsgögn halda sér vel og þarf lítið að eiga við viðinn. Eftir bólstrun verða þau eins og ný."

Þennan hægindastól keyptu Elva og Guðmundur, maðurinn hennar, í Góða hirðinum á 1.500 krónur. Hér er hann eftir yfirhalningu bólstrara.

> **Nú höfum við augastað á gömlum tekksófa sem okkur langar að láta bólstra, klæða í hvítt og setja marglita hnappa í bakið.**

Þekking á gömlum grunni

Í næstum sjö áratugi hefur Bólstrarinn sinnt almennri bólstrun hér á landi. Fyrirtækið selur einnig mikið úrval gluggatjaldaefna og veggfóðurs. Starfsmenn Bólstrarans búa yfir mikilli þekkingu og reynslu sem skilar sér í úrvals vöru til viðskiptavina.

Fyrirtækið Bólstrarinn byggir á gömlum og traustum grunni enda er það stofnað árið 1944 og fagnar því 70 ára afmæli á næsta ári. Gunnar V. Kristmannsson stofnaði Bólstrarann á sínum tíma en í dag stýrir sonur hans, Hafsteinn Gunnarsson, fyrirtækinu. „Við höfum sinnt almennri bólstrun í öll þessi ár. Fólk gerir sér almennt ekki grein fyrir því að bólstraðir hlutir eru alls staðar í kringum okkur, til dæmis á heimilum, í fyrirtækjum, flugvélum og bílum. Áður fyrr framleiddum við líka húsgögn en það breyttist þegar Ísland gekk í EFTA. Gæði húsgagna hafa minnkað mikið undanfarin ár og við erum því oft að laga nýleg húsgögn. Einnig erum við mikið að hressa upp á leðurhúsgögn sem til dæmis eru upplituð og komin á tíma." Hjá fyrirtækinu vinna sex manns, allir hoknir af reynslu að sögn Hafsteins. „Hér vinna eingungis fagmenn enda tekur að minnsta kosti sex ár að verða góður bólstrari. Margir halda að þetta sé bara föndur en svo er alls ekki, til þess þarf langa þjálfun."

Mörg þekkt merki

Að sögn Hafsteins hefur bólstrun og klæðning húsgagna aukist hérlendis undanfarin ár. „Við finnum vel fyrir því enda hækkuðu húsgögn mikið í verði eftir hrun. Bæði vill fólk laga húsgögnin sín og svo er húsgagnamarkaðurinn á Íslandi svolítið einsleitur. Því koma líka margir til okkar og klæða upp gömul húsgögn, sérstaklega í „sixties" stíl.

Algengast er að Bólstrarinn sjái um bólstrun stóla og sófa en einnig sjá starfsmenn fyrirtækisins um að sérsmíða húsgögn. „Við höfum undanfarið sérsmíðað mikið af húsgögnum fyrir nýja veitingastaði, hótel, gistiheimili og einstaklinga. Það er miklu dýrara að láta sérsmíða fyrir sig erlendis og því komum við sterkir inn þar. Um leið vinnum við mikið með ungum arkitektum sem margir hafa lært erlendis."

Bólstrarinn flytur inn fjölda áklæða frá mörgum af þekktustu framleiðendum Evrópu, til dæmis Romo Fabricks, Kirkby Design og Villa Nova. „Það eru eðlilega tískusveiflur í áklæðum eins og öðru, bæði hvað varðar liti og áferð. Undanfarið hafa viðskiptavinir okkar frekar valið áklæði fram yfir leður enda mikið um leðurhúsgögn alls staðar. Margir eru því að skipta yfir í bjarta og fallega liti á áklæðum í stað svarta og hvíta litarins sem fylgir flestum leðurhúsgögnum."

Gluggatjaldaefni og veggfóður

Fyrirtækið hefur einnig um langt skeið selt gluggatjaldaefni og veggfóður. Hafsteinn segir sölu gluggatjalda hafa aukist talsvert undanfarin ár, sérstaklega á þunnu gardínuefni. „Við bjóðum einnig upp á gott úrval af veggfóðri en þau eru líka að verða algengari á heimilum og fyrirtækjum landsins. Þá er ekki endilega verið að þekja allt rýmið með veggfóðri heldur bara einn vegg. Þar eru margir að leita í hlýleikann aftur í stað steypunnar."

„Hér vinna einungis fagmenn enda tekur að minnsta kosti sex ár að verða góður bólstrari," segir Hafsteinn Gunnarsson hjá Bólstraranum. MYND/GVA

Á heimasíðu Bólstrarans, www.bolstrarinn.is, má finna ótal sýnishorn af áklæðum, gluggatjöldum og veggfóðri. „Fólk getur byrjað þar og skoðað hvað er í boði. Síðan er upplagt að koma við hjá okkur og fá sýnishorn með heim áður en pantað er. Yfirleitt tekur ferlið minna en viku, frá því áklæði er pantað og þar til það kemur í hús. Við eigum mörg þúsund sýnishorn af áklæðum og því þarf enginn að hafa eins lit. Einnig flytjum við inn úrval af leðri í ólíkum litum og með ólíka áferð."

Klæðskerasniðin húsgögn

Hjá G.Á. húsgögnum fást sérsmíðuð húsgögn sem hægt er að klæðskerasníða inn í það rými sem þeim er ætlað.

G.Á. húsgögn sérhæfa sig í framleiðslu á húsgögnum og bólstrun fyrir heimili, stofnanir, hótel, veitingahús, skip og báta. Fyrirtækið var stofnað árið 1975 og er eitt elsta starfandi húsgagnafyrirtæki landsins. Starfsmenn G.Á. húsgagna sérsmíða húsgögn eftir óskum viðskiptavina og bjóða lausnir sem ekki fást annars staðar. Hægt er að klæðskerasníða húsgögn inn í ákveðin rými. Fólk þarf því ekki að velja hér um bil rétta stærð af sófa eða hér um bil réttan lit heldur fær nákvæmlega það húsgagn sem það vill, sem passar nákvæmlega í það pláss sem því er ætlað.

Notast er við grunna G.Á. húsgagna en viðskiptavinir velja liti, stærðir og efni með aðstoð meistara, sveina og annarra starfsmanna verslunarinnar. Unnið er náið með arkitektum auk þess sem starfsmenn fyrirtækisins eru duglegir að viða að sér nýrri þekkingu, straumum og stefnum á sýningum erlendis.

Allar grindur eru smíðaðar á staðnum og fyrirtækið flytur sjálft inn alla fylgihluti, leður og áklæði.

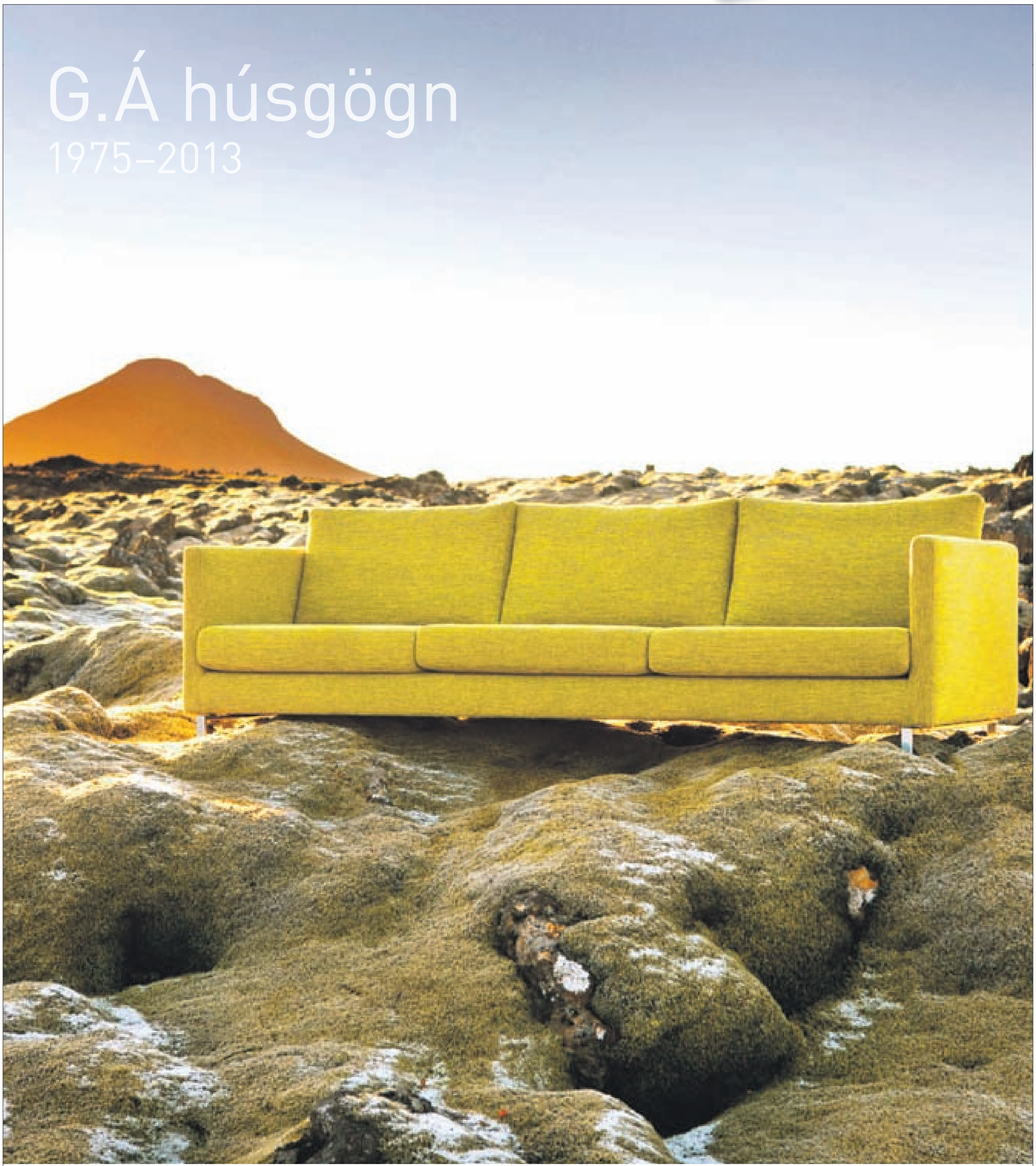
Starfsmenn G.Á. húsgagna fylgjast vel með ríkjandi tískustraumum í húsgagnahönnun. Sem stendur má greina umtalsverða fortíðarhyggju í hönnuninni og minnir form og efnisval um margt á tísku sjöunda áratugarins. Nýi sófinn Geitir ber þess merki, en hann var frumsýndur á Hönnunarmars í fyrra og svo aftur örlítið breyttur í ár. Hann ber gamalt íslenskt karlmannsnafn en öll hönnun G.Á húsgagna ber íslensk nöfn.

„Starfsmenn G.Á. húsgagna fylgjast vel með ríkjandi tískustraumum í húsgagnahönnun. Sem stendur má greina umtalsverða fortíðarhyggju í hönnuninni og minnir form og efnisval um margt á tísku sjöunda áratugarins.

Perla hentar mjög vel sem sjónvarpssófi en passar líka vel í setustofuna.

Hreiður er dýpsti sófi G.Á. húsgagna. Hann tekur vel á móti þeim sem í hann sest með mjúkri setu og baki. Fæstir vilja standa upp úr þessum sófa.

Án bólstrunar sæti fólk á grindum og gormum. Bólstrun er gríðarlega mikilvægur hlekkur í nútímaþægindum.



Við tökum málin þín í okkar hendur

Sérsmíðum fyrir heimili og fyrirtæki

GÁ húsgögn ehf. er traust fyrirtæki sem hefur veri á íslenskum markaði um árabil. Við leggjum áherslu á stílhrein, vönduð húsgögn og fljóta og góða þjónustu. Ef þig vantar falleg húsgögn fyrir heimilið eða fyrirtækið þá eigum við réttu húsgögnin fyrir þig.

GÁ 1975 HÚSGÖGN

Ármúla 19 | S: 553-9595 | gahusgogn@gahusgogn.is | www.gahusgogn.is

1

Óhefðbundnar aðferðir

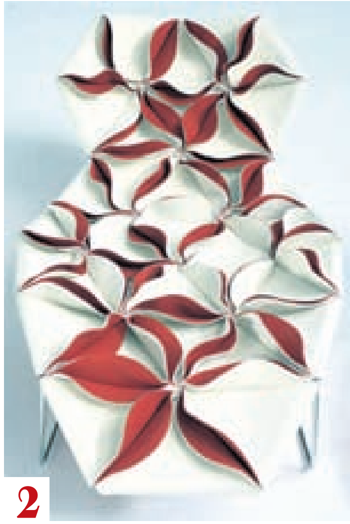
Hugmyndaflugi hönnuða eru engin takmörk sett og reglulega ögra þeir hefðbundnum aðferðum og viðteknum venjum. Við tókum saman fjögur dæmi þar sem óhefðbundin bólstrun leikur aðalhlutverk í útliti stóla og sófa.

1 Bouquet-stóllinn eftir Tokujin Yoshioka líkist helst blómabeði, eins og nafnið gefur til kynna. Áklæðið er alsett lausum „rósablöðum“ og hvergi er að sjá sauma né hnappa.

2 Antibodi eftir spænska hönnuðinn Patriciu Urquiola er dæmi um óhefðbundna bólstun en bólstrunin er látin móta munstrið á stólnum.

3 Doodle-sofa eftir sænska hönnunarteymið FRONT hefur vakið athygli en munstrið í bólstruninni var unnið upp úr teikningum og kroti hönnuðanna þegar þeir sátu fundi.

4 The Princess bed frá Moroso er óhefðbundið rúm. Innblásturinn kemur rakleitt frá ævintýrinu um prinsessuna á bauninni og er dýnan samsett úr mörgum lögum sem öll eru sérstaklega bólstruð.


2

3

4

Sigurjón Kristensen við vínrekkann Hangover og blaðastandinn Wallpaper. „Þessir munir eru mjög vinsælir og við framleiðum talsvert af þeim,“ segir Sigurjón. Reynir Sýrusson hannaði en Bólstursmiðjan kemur að framleiðslu. MYND/PJETUR

Bólstursmiðjan býr til Hangover

Bólstursmiðjan í Síðumúla 33 sérhæfir sig í framleiðslu á húsgögnum eftir íslenska hönnuði. Hún tekur einnig að sér flest önnur verkefni sem snúa að bólstrun og er með mikið úrval af vönduðu áklæði sem er vottað.

Sigurjón Kristensen, eigandi Bólstursmiðjunnar, hefur víðtæka og langa reynslu af bólstrun sem endurspeglast í verkefnum verkstæðisins. „Við höfum til dæmis sinnt flugvélum talsvert og sjáum um allt viðhald á innanlandsvélum Flugfélags Íslands, fyrir Mýflug og fleiri. Þá gerum við einnig við bílsæti, saumum blæjur yfir báta, erum með antíkbólstrun, þjónustum veitingahús og hótel og sinnum allri almennri bólstrunarvinnu,“ upplýsir Sigurjón. Hann bendir á að Bólstursmiðjan bjóði upp á mikið úrval af vönduðu áklæði og leðri. „Við erum til dæmis með sérhæfð og vottuð áklæði fyrir flugvélar.“

Framleiðir íslensk húsgögn

Hin síðari ár hefur Bólstursmiðjan sérhæft sig í framleiðslu á húsgögnum eftir íslenska hönnuði, auk nýsmíði fyrir hótel og veitingastaði.

„Ég er í góðu samstarfi við Reyni Sýrusson hjá Sýrusson hönnunarhúsi, sem er einmitt hér við hliðina á okkur í Síðumúlanum,“ upplýsir Sigurjón, sem hefur einnig unnið með öðrum hönnuðum á borð við Pétur Lúthersson og Erlu Sólveigu Óskarsdóttur.

Framtíðarsýn Sigurjóns snýst um að Bólstursmiðjan verði framleiðslufyrirtæki og að sérsmíði verði í minnihluta verkefna.

Bólstursmiðjan framleiðir húsgögn úr smiðju húsgagnahönnuðarins Reynis Sýrussonar. Hér má sjá glænýjan stól úr sófasettalínu sem er afrakstur samstarfsins.

Tveir fastir bólstrarar eru í vinnu hjá Bólstursmiðjunni. Þegar stór pöntun berst á húsgögnum fær Sigurjón fleiri bólstrara til liðs við sig. „Við erum fimm þegar mest er,“ segir hann glaðlega.

Frægir einstaklingar sem bólstra

Fræga fólkinu er oft meira til lista lagt en margir gætu haldið. Bólstrun er kannski ekki það fyrsta sem fólki dettur í hug þegar fólkið hér að neðan er nefnt á nafn.

Jack White

Jack White er þekktastur fyrir að vera söngvari og gítaristi rokkbandanna The White Stripes og The Raconteurs. Færri vita að áður en tónlistarferillinn komst á flug starfaði White við bólstrun húsgagna. Hann starfaði í nokkrum bólstrunarfyrirtækjum í Detroit í Bandaríkjunum og opnaði loks sitt eigið verkstæði, Third Man Upholstery, en þess má geta að White rekur í dag plötumerki sem heitir Third Man Records. Gaman er að segja frá því að White spilaði eitt sinn í hljómsveit sem kallaðist The Upholsterers, eða bólstrararnir. White dundar sér enn við bólstrun þegar hann hefur tíma.

Pamela Anderson

Fyrirsætan og kynbomban Pamela Anderson sagði eitt sinn í viðtali að það sem róaði hana hvað mest væri að bólstra. „Ég eyði löngum stundum í búðum sem selja gamalt drasl og kaupi léleg húsgögn. Síðan bólstra ég þau sjálf. Það er eins og góð meðferð.“

John Schneider

Schneider er þekktastur fyrir hlutverk sitt sem Bo Duke í þáttunum The Dukes of Hazard, sem voru vinsælir á áttunda og níunda áratugnum. Sem ungur maður vann Schneider hjá föður sínum sem rak fyrirtæki sem sá um bólstrun í flugvélum og bílum. Hann hefur lagt bólstrunina á hilluna en heldur áfram að safna bílum.

-Öll almenn-
Bólstrun
Með áherslu á eldri húsgögn

Bólstrun Ásgríms Þ. Ásgrímssonar

Nicorette® QuickMist munnholsúði er nikótínlyf (inniheldur einnig lítið magn af etanóli (alkóhól), minna en 100 mg/úða). Lyfið er fáanlegt án lyfseðils og notað til meðferðar á nikótínfíkn, til að draga úr fráhvarfseinkennum þegar reykingum er hætt. Hætta skal reykingum alveg meðan á meðferð stendur. Skammtar eru einstaklingsbundnir eftir því hve mikið var reykt en hámarksdagskammtur er 64 úðar. Nota má allt að 4 úða á klst., en ekki fleiri en 2 úða við hverja skömmtun. Hvorki skal borða né drekka meðan á notkun munnholsúðans stendur og gæta skal að úða ekki í augu. Ekki má nota Nicorette QuickMist ef þú ert með ofnæmi fyrir nikótíni eða öðru innihaldsefni lyfsins. Gæta skal sérstakrar varúðar við notkun lyfsins ef þú hefur nýlega fengið hjartadrep eða heilaslag, ert með brjóstverk (hjartaöng), hjartasjúkdóm, ómeðhöndlaðan háþrýsting, hefur fengið bráðaofnæmisviðbrögð eða útbrot með kláða, ert með skerta lifrarstarfsemi, alvarlegan nýrnasjúkdóm, sykursýki, ofvirkan skjaldkirtil, æxli í nýrnahettum, magasár eða vélindabólgu. Einstaklingar yngri en 18 ára, þungaðar konur og konur með barn á brjósti skulu eingöngu nota lyfið í samráði við lækni. Þeir sem ekki hafa reykt eiga ekki að nota lyfið. **Lesið allan fylgiseðilinn vandlega áður en byrjað er að nota lyfið.** Geymið þar sem börn hvorki ná til né sjá. Markaðsleyfishafi: McNeil Denmark ApS. Umboð á Íslandi: Vistor hf., Hörgatúni 2, 210 Garðabæ.

50 HEILSUDRYKKIR FYRIR FJÖLSKYLDUNA

Hildur Halldórsdóttir gefur út sína fyrstu bók með skemmtilegum uppskriftum að drykkjum.

Þetta verða fimmtíu uppskriftir að alls konar drykkjum og ýmis fróðleikur fyrir alla fjölskylduna. Bókinni verður skipt upp í kafla sem eru þá grænir drykkir, möndludrykkir, skyrdrykkir og fleira,“ segir Hildur Halldórsdóttir lífeindafræðingur. Hennar fyrsta bók er væntanleg á markað fljótlega. Bókin er ætluð allri fjölskyldunni en Hildur segist hafa sjálf farið að grúska í drykkjum þegar hún var heima í fæðingarorlofi. „Mér fannst mig vanta meiri næringu í kroppinn eftir að hafa lifað á svo einhæfu fæði og fór því að skoða möguleikana og kolféll fyrir þessu.“ Hildi þótti erfitt að nálgast góðar uppskriftir að drykkjum á íslensku og fátt var um innihaldslýsingar svo hún fór að prófa sig áfram. Drykkina segir hún koma í staðinn fyrir máltíð og ekki sé nauðsynlegt að kaupa það dýrasta í heilsubúðunum til að útbúa drykkina, því auðvelt sé að notast við það sem til er í skápunum heima.

Kókos- og lime-smoothie

(334 hitaeiningar)

Hrikalega frískandi og bragðgóður drykkur

1 dl kókosmjólk
2 dl ferskur vel þroskaður ananas (160 g)
½ banani (má sleppa)
2 msk. ristaðar kókosflögur frá Himneskri hollustu
1 msk. chia-fræ
Lime-safi úr um hálfu lime
Um 1 dl vatn

Allt sett í blandara og blandað vel. Ef þið viljið minnka kolvetni og auka prótein, þá getið þið sleppt banananum og bætt við hreinu próteini.

Það getur náttúrulega verið partur af vinnu leikara að koma fram nakinn…

að sýna, hvernig það er tekið upp og hverjir koma að því. Það er alls konar aukapappírsvinna og svona sem fylgir, enda skiptir miklu máli að allir fari eftir því sem samið er um og að þú sért við stjórnvölinn þegar kemur að þeim tökum.“

Nú hefur þú verið að leika á móti stórstjörnum úti, verður þú einhvern tíma feimin? „Já, algjörlega. Ég er frekar feimin held ég yfirleitt. Þegar ég byrjaði í Önnu Kareninu var ég smá stressuð. Svo kom ég þangað og hitti fullt af frægu fólki en það voru allir voðalega venjulegir. Stundum er smá kostur að vera ekki að velta sér of mikið upp úr öllu þessu leikaralífi. Mér finnst það geta verið galli þegar maður veit of mikið um fólk. Eitt sinn var ég að leita að aðstöðu þar sem ég gæti fengið mér te og labbaði inn í herbergi og fór að róta í einhverju á borðinu en fann bara orkustykki. Daginn eftir sá ég að það stóð Keira Knightley á hurðinni og þá var þetta búningsherbergið hennar. Ég sagði nú reyndar aldrei frá þessu,“ segir Hera og hlær.

Það eru ekki margir íslenskar leikkonur sem hafa náð sömu velgengni og þú á svona skömmum tíma. Er einhver sérstök uppskrift? „Það er engin rétt leið í þessum bransa og þú getur ekki vitað hvaða leið er rétt fyrirfram. Maður vonar að það sé einhver skynsemi blönduð við sína innri rödd. Ef fólk á erindi í einhvern bransa og hefur áhuga, vilja og brennandi drifkraft þá mun það fara þangað. Það er ekki hægt að endurtaka leik einhvers annars. Fyrir mig var best að velja leiðina sem var út fyrir þægindahringinn. Annars hefði ég ekki gert þetta af heilum hug.“

Enskan eins og krossgáta

Hvernig er að leika á ensku. Ertu jafnvel farin að hugsa á ensku í dag? „Það er mjög skemmtilegt. Ég held að tungumál virki stundum eins og ákveðin tegund af stærðfræði í höfðinu á manni. Svona eins og krossgátuheilaparturinn, sem á það til að hitna allverulega þegar maður einbeitir sér að erfiðum krossgátum. En það eru náttúrulega til endalaust af orðum í þessu tungumáli svo ég er engan veginn orðin einhver pró þó ég hugsi mikið á ensku. Það er bara einfaldara en að vera alltaf að þýða á milli.“

Saknar þú stundum Íslands, hvers þá? „Já, án nokkurs vafa. Aðallega fjölskyldunnar og vina minna. Ég geri þó mitt besta við að halda þeim samböndum eins heitum og ég get með fjarsamskiptum. Þó verð ég að viðurkenna að ég er ekki mikið fyrir fjarsamskipti og get verið léleg í þeim. Síðan er ég dugleg að koma í heimsókn til landsins. Ég sakna líka brakandi loftsins hérna og víðáttunnar sem er minna af í London.“

Hver er drifkrafturinn í þínu lífi? „Það er einhver innri tilfinning sem keyrir mig áfram og ég reyni að hlusta á. Ég er góð í stóru hlutunum en get verið mjög léleg í litlu hlutunum, eins og að velja mér mat eða drykk á kaffihúsi. Ég er virkilega að reyna að bæta mig í því. Svo blæs alls kyns fólk í mig lífi. Vinir og vandamenn, fólk og dýr sem fá mann til að horfa öðruvísi á heiminn.“

Hvaða ráð myndir þú gefa öðrum ungum leikkonum sem vilja flytja út og freista gæfunnar? „Bara skella sér í það. Innst inni veit maður alltaf hvað skal gera og ef sú tilfinning er til staðar á bara að leyfa henni að ráða. Passa samt hvaða skref maður tekur, eins og hvaða skóla maður fer í til að byrja með og á hvaða brautir. Það er að segja ef maður velur að fara skólaleiðina, sem var allavega málið fyrir mig, sem býr mann svo vel undir tungumálið, bransann úti og auðvitað allt hitt. Svo þarf bara að muna hver maður er í grunninn, sérstaklega þegar skólinn fer að klárast og allt í einu þarf maður að standa á eigin fótum. Þá er það aftur tilfinningin en ekki ráðleggingar skólans sem skipta máli.“

Hvaða verkefni eru á næstunni hjá þér? „Sumarbörn hér heima og svo halda tökur áfram á annarri seríu DaVinci´s demons úti í Wales. Svo er það Vonarstræti í leikstjórn Baldvins Z, sem frumsýnd verður í byrjun næsta árs, en tökum á henni lauk núna í vor.“

Hverjir eru svo framtíðardraumarnir? „Ég er ekkert mikið fyrir að tala um draumana mína. Ég trúi svolítið á að vera ekki of mikið að blaðra um hluti og fara varlega með orðin.“

AUGLÝSING: ICEPHARMA KYNNIR

VÍTAMÍN FYRIR BÖRN OG UNGLINGA

VITABIOTICS
WHERE NATURE MEETS SCIENCE

Allir geta fundið vítamín við sitt hæfi innan Vitabiotics-línunnar. Vítamínin eru hugsuð á þann veg að fólk geti tekið eina vítamíntöflu sem inniheldur öll þau næringarefni sem viðkomandi þarf á að halda.

Börn og unglingar þurfa á góðri næringu að halda enda krefjast skólinn, félagslífið og íþróttirnar mikillar orku. Vítamínin WellKid og WellTeen eru sérhönnuð með börn og unglinga í huga. Aðeins ein tafla á dag kemur orku þeirra í lag.

WellTeen fyrir 13 til 19 ára

WellTeen vítamínin voru þróuð sérstaklega fyrir ungt fólk og unglinga á aldrinum þrettán til nítján ára. WellTeen er orkugefandi alhliða blanda sem inniheldur 25 næringarefni, þar á meðal grænt te og trönuberja-extrakt.

Mikilvægt er að unglingar fái öll þau vítamín og steinefni sem þeir þurfa á þessu þroska- og vaxtartímabili.

Miklar kröfur eru gerðar til krakka í dag. Þeir stunda skóla, íþróttir, heimanám og félagslíf. WellTeen er hannað með þetta í huga svo orka unglinganna haldist allan daginn. Í því má finna vítamínin B6 og B12, sem viðhalda góðri heilsu, fólínsýru, járn og C-vítamín sem hjálpa til við að minnka þreytueinkenni. WellTeen þykir einnig gott fyrir blóðið, uppbyggingu beina og heilastarfsemi.

WellKid fyrir 4 til 12 ára

WellKid Soft Jelly eru bragðgóðar mjúkar vítamíntöflur með villiberjabragði. Hver tafla inniheldur tíu nauðsynleg vítamín og ómega-3 fitusýrur. Vítamínið styður við næringarinntöku barna á aldrinum fjögurra til tólf ára krakka.

WellKid eru tuggutöflur og þær má taka með lýsi. Nýjustu rannsóknir eru notaðar við þróun taflanna en þess ber að geta að sykurmagnið er lítið og töflurnar innihalda ekki litarefni, laktósa, glúten, salt eða ger. Börn vaxa hratt fyrstu tólf árin og því er mikilvægt að bein, vöðvar, blóð og heili fái öll nauðsynleg næringarefni. WellKid er þróað með það í huga að mikilvægustu efnin séu samankomin í einni bragðgóðri töflu.

Vitabiotics

Öll vítamínin frá Vitabiotics eru með sama steinefna- og fjölvítamíngrunninn, þannig að allir fá nauðsynleg grunnvítamín sem líkaminn þarfnast. Hver og ein tegund inniheldur svo alls kyns aukavítamín og bætiefni sem henta þörfum markhópsins hverju sinni. Til dæmis eru til töflur fyrir konur og karla á öllum aldri, heilann og minnið, íþróttafólk, ófrískar konur, börn, konur á breytingaskeiði og svo mætti lengi telja.

Vitabiotics eru mest seldu vítamínin á Bretlandi. Þá hefur fyrirtækið tvisvar sinnum hlotið konunglegu verðlaunin „The Queen‘s Awards for Enterprise“ í Bretlandi. Einstök vítamín frá Vitabiotics hafa einnig hlotið ýmis verðlaun, til dæmis frá Boots-keðjunni í Bretlandi.

Vitabiotics-vítamínin fást í flestum apótekum og völdum dagvöruverslunum eins og Krónunni, Hagkaupum og Fjarðarkaupum.

Nánari upplýsingar má nálgast á vefsíðunum www.vitabiotics.is og www.vitabiotics.co.uk

Máni Snær Axelsson
5 ára nemi í Flataskóla

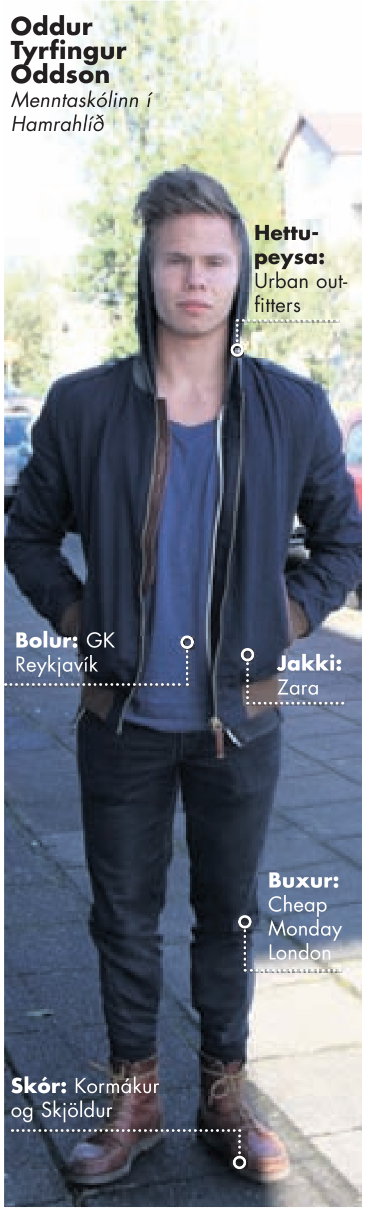
„Hann er ekki eins þreyttur eftir skóla og fullur af orku til að takast á við skóladaginn og fótboltaæfingar eftir að hann fór að taka WellKid,“ segir mamma Mána Snæs.

SELMA KRISTÍN GÍSLADÓTTIR
14 ára nemi í Ölduselsskóla

„Eftir að ég fór að taka WellTeen á morgnana á ég auðveldara með að vakna og einbeita mér í skólanum.“

GÖTUTÍSKAN
LÁGBOTNA SKÓR & GALLABUXUR

Lífið fór á stúfana í vikunni og myndaði menntaskólanemendur á förnum vegi. Skór stúlknanna voru lágbotna og strákarnir voru allir í gallabuxum.



Alexandra Sif Nikulásdóttir heldur einnig úti bloggsíðunni www.alesif.blogspot.com.

SNYRTIBUDDAN
„ÉG BLANDA TVEIMUR MÖSKURUM SAMAN“

Alexandra Sif Nikulásdóttir, fjarþjálfari hjá Betri árangri, er förðunarfræðingur og á orðið ágætt safn af snyrtivörum.

„Ég er algjör snyrtivörugúrú og elska að prufa mig áfram enda komin með ágætt safn af snyrtivörum. Svona dagsdaglega finnst mér langbest að vera náttúrulega förðuð og svo leika mér aðeins meira þegar ég fer eitthvert. Hreinsivörurnar mínar eru frá Dr. Hauscka en þær kaupi ég í Lifandi markaði.

Það sem er í buddunni minni þessa dagana er hyljarinn Cover all mix frá Make Up store, sem er besti hyljari sem ég hef prufað. Ég nota Reflex Cover frá Make Up Store ef ég vil fá smá ljóma undir augun eins og Kim Kardashian. Sem grunn nota ég Kanebo glow í bland við Bare Minerals matt steinefnapúður. Hvort tveggja er mjög létt og gefur fallega og náttúrulega áferð á húðina. Sólarpúðrið frá Make Up Store gerir mann mjög frísklegan og svo er smá svona sólarkeimur af því. Uppáhaldskinnaliturinn minn heitir Must have frá Make up store, en mér finnst algjört „must“ að hafa smá roða í kinnunum.

Maskararnir í uppáhaldi eru báðir frá Maybelline og heita Colossal og Falsies. Ég blanda þeim yfirleitt saman eftir því hvernig útliti ég sækist eftir.“

MAX FACTOR
NÝTT
ÓGNANDI AUGNHÁR
3X MEIRI ÞYKKING
MAX FACTOR
LIQUID EFFECT PENCIL
WILD MEGA
VOLUME
VOLUMISING MASCARA
Sölustaðir: Fríhöfnin Keflavíkurflugvelli. Hagkaup: Holtagörðum, Kringlunni, Skeifunni, Smáralind. Lyf & Heilsa: Austurveri, Eiðistorgi, Hringbraut og Kringlunni. Apótek Garðabæjar, Apótek Hafnarfjarðar, Árbæjarapótek, Garðsapótek, Lyfjaborg, Lyfjaver, Lyfjaval Bílaapótek, Nana, Urðarapótek.
Landið: Lyf & Heilsa Glerártorgi, Hrísalundi, Hveragerði, Vestmannaeyjum. Apótek Suðurnesja Keflavík & KS Suðárkróki.

...SPJÖRUNUM ÚR

Þórir Karl Bragason Celin

ALDUR: 42
STARF: Grafískur hönnuður og myndskreytir

Hvern faðmaðir þú síðast? Ég skellti mjúku faðmlagi á Glanna glæp.

En kysstir? Kærustuna.

Hver kom þér síðast á óvart og hvernig? Kærastan kom mér á óvart með því að gefa mér olíu í skeggið til að vernda húðina, sem er mjög karlmannlegt, og vax til að móta yfirvaraskeggið.

Hvaða galla í eigin fari ertu búin að umbera allt of lengi? Frestunaráráttuna.

Ertu hörundsár? Aðeins ef ég er illa sofinn um miðja viku.

Dansarðu þegar enginn sér til? Á það til að skella mér í smá breikdans, þótt tími ormsins sé liðinn, myndi eflaust brjóta einhver bein ef ég geri það.

Hvenær gerðirðu þig síðast að fífli og hvernig? „Ef ég geri eitthvað, þá gerist það ef ég geri það." Háfleyg setning sem ég lét út úr mér eitt sinn í sjónvarpsupptökum.

Hringirðu stundum í vælubílinn? Er stundum með hann á „speed-dial".

Tekurðu strætó? Hef stokkið af og til í strætó. Ég skellti mér á Selfoss í strætó og nýtti mér internetaðganginn sem var helvíti mikið fjör. Allt „live" á fésbók.

Hvað eyðirðu miklum tíma á Facebook á dag? Örugglega of miklum tíma, sérstaklega í strætó.

Ferðu hjá þér þegar þú hittir fræga eða heilsarðu þeim? Ég fór hjá mér þegar ég heilsaði Jude Law. Hann er þvílíkt fagur maður en ég fór ekki svo mikið hjá mér þegar ég hitti Quentin Tarantino. Það var eins og að hitta viskílyktandi órangútan.

Lumarðu á einhverju sem fáir vinir þínir vita um þig? Nei, ég er alveg ömurlegur í að þegja um leyndarmál.

Hvað ætlarðu alls ekki að gera um helgina? Ekki að fá mér bjór.

Barnaheill
Save the Children á Íslandi
Vissir þú að...

HELGARMATURINN HOLL OG GÓÐ SPÍNATBAKA

***Nína Rut Óladóttir** er nemi í Kvennaskólanum og hefur gaman af ljósmyndum og innanhússhönnun. Hún fer reglulega í ræktina og hefur einstaklega mikinn áhuga á matargerð. Hér deilir hún með Lífinu hollri uppskrift að spínatböku með hvítlauk, grænmeti og osti.*

Deig
1,5 dl hveiti
1,5 dl heilhveiti
125 g smjör
3 msk. vatn

Fylling
250 g frosið spínat
2-3 hvítlauksrif
1 msk. olía
175 g fetaostur
4 egg
1 tsk. salt
Pipar eftir smekk
1 msk. jurtakrydd
1 dós tómatar

1 Deigið er hnoðað saman og látið hvíla í kæli á meðan fyllingin er gerð. Síðan er deigið sett í eldfast form og pikkað með gaffli. Deigið skal forhita í 10 mínútur við 200°C í ofninum.

2 Spínat og hvítlaukur eru bæði mýkt í olíunni, þar til mesti vökvinn er farinn úr spínatinu og síðan látið kólna.

3 Eggin eru léttpískuð í skál og síðan er öllu blandað saman og hellt í formið. Bökuna skal baka í ofninum í 45 mínútur við 200°C hita.

4 Spínatbakan er að lokum borin fram með fersku salati, sem geta verið tómatar, vínber og ýmislegt annað gómsætt.

Næringargildi í 100g:	Hvítar baunir	Kjúklingabaunir	Grænar baunir	Nýrnabaunir	Linsubaunir
Orka	305 kJ / 72 kkal	331 kJ / 79 kkal	263 kJ / 63 kkal	306 kJ / 73 kkal	284 kJ / 68 kkal
Fita	0,4g	1,2g	0,5g	0,4g	0,3g
þar af mett. fitusýrur	0,0g	0,1g	0,0g	0,0g	0,0g
Kolvetni	10,2g	9,9g	7,6g	9,5g	9,1g
þar af sykur	0,3g	0,1g	1,5g	0,0g	0,2g
Trefjar	4,6g	4,4g	4,0g	4,5g	4,4g
Prótein	4,7g	4,9g	4,9g	5,5g	4,9g
Salt	0,2g	0,2g	0,3g	0,2g	0,4g

GLEÐILEGUR HJÓLADAGUR Í BREIÐHOLTI

Hjóladagur verður haldinn í Breiðholti á morgun, laugardag. Íbúasamtökin Betra Breiðholt standa fyrir deginum sem er ætlaður fjölskyldum og fólki á öllum aldri. „Mig langaði að gera eitthvað sem gæfi fjölskyldum tækifæri til að vera saman,“ segir Helgi Kristófersson, formaður samtakanna. „Þá er svo mikið af hjólastígum úti um allt höfuðborgarsvæðið og ekki síst í Breiðholti og það langar okkur að benda fólki á,“ segir Helgi.

Dagskráin hefst klukkan 10 við Breiðholtslaug. „Þar verður Dr. Bæk með ókeypis hjólaskoðun fyrir alla sem vilja og Breiðholtslaug býður öllum ókeypis í sund frá 10 til 12,“ segir Helgi. Klukkan 12 verður farið í hjólaferð. „Lagt er af stað frá Breiðholtslaug áleiðis í Seljahverfi. Við hjólum frábæran stíg sem liggur milli Seljahverfis og Salahverfis í Kópavogi og endum í Mjóddinni,“ segir Helgi og tekur fram að hjólatúrinn henti fólki á öllum aldri. „Þetta er fimm kílómetra hringur og við förum rólega.“

Klukkan 13 hefst dagskrá í Mjódd. Þar býður Hjartaheill upp á ókeypis blóðþrýstingsmælingu, Íslandsbanki gefur öllum gestum endurskinsmerki, Nettó býður upp á hressingu, Dr. Bæk skoðar hjól og tónlistarmaðurinn Svavar Knútur tekur lagið.

„Við hvetjum alla sem hafa áhuga á hjólreiðum, útivist, góðri tónlist, almennri gleði, góðri heilsu, lífi og fjöri til að mæta og sérstaklega bjóðum við borgarfulltrúa velkomna í hjólatúrinn,“ segir Helgi og hlakkar til hjóladagsins.

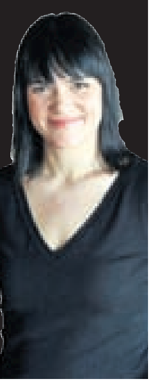
FJÖLSKYLDAN SAMAN Hjóladagur verður haldinn í Breiðholti á morgun. NORDICPHOTOS/GETTY

ÁRLEG BJÓRHÁTÍÐ

Hátíð bjórsins verður haldin í Reykjanesbæ á morgun laugardag. Þar munu flest íslensku brugghúsin kynna fyrir gestum þær bjórtegundir sem þau framleiða og selja hérlendis. Hátíðin hefur verið haldin síðan árið 2011 og er fastur liður í lífi margra bjórunnenda. Þau brugghús sem kynna veigar sínar á hátíðinni eru Bruggsmiðjan, sem kynnir ýmsar gerðir af bjórnum Kalda, þar á meðal Október Kalda, Kalda ljós og Kalda dökkan. Brugghúsið Steðji mun kynna bjórinn Steðja Lager, Steðja reyktan og Steðja jarðarberjabjór. Vífilfell og Einstök ölgerð munu í sameiningu kynna afurðir sínar og einnig Ölgerðin og Borg brugghús. Til sölu verða einnig bolir og bjórglös merkt einstökum brugghúsum. Hátíðin fer fram á kaffihúsinu Kaffi Duus í Reykjanesbæ laugardaginn 7. september og stendur yfir frá kl. 17-21. Aðstandendur hátíðarinnar benda gestum á að koma með reiðufé til öryggis því ekki er víst að öll brugghúsin verði með posa á staðnum. Nánari upplýsingar má finna á www.bjorspjall.is.

HAMINGJU-HÁDEGI

● GLEÐI
Reykjavíkurborg og Hamingjuhúsið bjóða borgarbúum í hamingjuhádegi alla föstudaga í september frá kl. 12.15 til 12.45 í Tjarnarsal Ráðhússins. Í dag flytur Edda Björgvinsdóttir stutt upphafsorð. Síðan verður dansað svo að allir komist í endorfínvímu. Gleði- og vímugjafi dagsins verður Bryndís Ásmundsdóttir leik- og söngkona. Þá mun Jón Gnarr borgarstjóri ávarpa hamingjusama gesti.



NUTRILENK - hollráð við liðkvillum. Náttúruleg bætiefni fyrir liðina

Verkirnir hreint helvíti á jörð

Ragnheiður Garðarsdóttir hefur starfað sem leikskólakennari í 19 ár. Hún vinnur mikið á gólfinu og þarf þar af leiðandi sífellt að vera að setjast og standa upp aftur. Ragnheiður er greind með slitgigt og hefur fundið fyrir verkjum í hægri mjöðminni um árabil.

"Haustið 2012 var ég í berjamó og varð svo slæm á eftir að ég þurfti að fá sprautur og sterk verkjalyf fyrir mjöðmina. Ég skánaði við það en var alltaf með seyðing og verki. Suma daga var ég þokkaleg en aðrir voru hreint helvíti á jörð. Næturnar hafa líka í gegnum árin verið mér erfiðar. Ég var með eilífan seyðing í mjöðminni og niður í tá og gat ómögulega legið á hægri hliðinni. Ég sá best hversu slæmt ástandið var á því hvað göngulagið mitt var orðið skelfilegt í myndbandi frá Flórídaferð fjölskyldunnar haustið 2011."

Öðlaðist nýtt líf

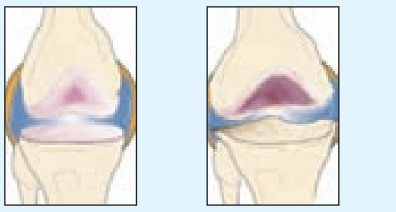
"Ég hef notað NUTRILENK GOLD síðan í september 2012 með frábærum árangri, og þá meina ég árangri. Í byrjun tók ég 6 töflur á dag í 2 mánuði en í dag tek ég 3 töflur á dag. Ég hef stundað æfingar í Metabolic af fullum krafti síðan vorið 2013 og tek þá aðeins meira af NUTRILENK GOLD. Núna sef ég allar nætur og get beygt mig án sársauka. Ég átti mjög erfitt með að klæða mig í sokka og skó á morgnana og þurfti að fá aðstoð. Það er allt annað í dag, ég get bókstaflega allt! Ég er meira að segja farin að fara í kraftgöngur á ný.

Ykkur finnst þetta kannski vera ýkt saga … en hún er sönn. Ég öðlaðist nýtt líf með NUTRILENK GOLD."

PRENTUN.IS

Hvað getur Nutrilenk gert fyrir þig?

Við mikið álag og eftir því sem árin færast yfir getur brjóskvefurinn rýrnað sem veldur því að liðirnir slitna. Mjög margir finna fyrir óþægindum og verkjum þegar liðfletirnir núast saman, sérstaklega í liðamótum í mjöðmum , hrygg og hnjám. Þess vegna er til mikils að vinna að styrkja liðbrjóskið á náttúrulegan hátt.



Heilbrigður liður — Liður með slitnum brjóskvef

Náttúrulegt byggingarefni fyrir liðbrjóskið og beinin

Nutrilenk Gold er frábært byggingarefni fyrir brjóskvef og getur minnkað liðverki, brak í liðum og stirðleika. Inniheldur brjósk úr fiski- og hákarlabeinum sem er öflugt byggingarefni fyrir bein og brjósk enda ríkt af kondritíni, kondritín súlfati, kollageni og kalki. Hentugt fyrir þá sem þjást af minnkuðu liðbrjóski og slitnum liðum.

NutriLenk hefur hjálpað fjölmörgum. NutriLenk er 100% náttúruleg vara sem er mjög gagnleg þeim sem þjást af brjóskvefsrýrnun.

Prófið sjálf - upplifið breytinguna!

Nánari upplýsingar á **www.gengurvel.is**

Skráðu þig á facebook síðuna
Nutrilenk fyrir liðina
- því getur fylgt heppni!

Nutrilenk er fáanlegt í flestum apótekum, heilsubúðum og heilsuhillum stórmarkaðanna

BÍLAR & FARARTÆKI

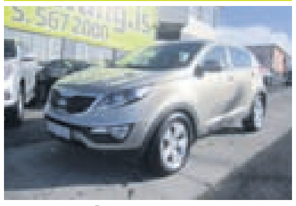
Bílalíf

LAND ROVER RANGE ROVER SPORT HSE.Árg.'07,ekinn aðeins 69.þ km,bensín,lítur sérlega vel út,er á stðanum.Verð 5.980.000. Rnr.103852.S:562-1717.

DÍSEL - AÐEINS 16.Þ KM
M.BENZ C 200 CDI.Árg.'12,ekinn aðeins 16. þ km, sjálfskiptur,mjög flottur bíll,er á staðnum.Verð 6.490.000.Rnr.350796. S:562-1717.

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

bilfang.is S. 567 2000



FRÁBÆRT VERÐ !
Kia Sportage EX 4WD 02/2013 DIESEL sjálfskiptur Verð 5680 þús !!

FRÁBÆRT VERÐ !
Suzuki Grand Vitara 12/2010 (mód 2011) beinskiptur , ek 49 þ.km Verð 2990 þús !!

FRÁBÆRT VERÐ !
Hyundai I30 04/2008 ,bensin, sjálfskiptur, ek 71 þ.km Verð 1690 þús !!

FRÁBÆRT VERÐ !
Ford Explorer Sport Trac 4X4 árg 2007 METAN/bensín sjálfskiptur umboðsbíll ek 94 þ.km Verð 2190 !!

FRÁBÆRT VERÐ !
VW Golf Trendline TDI DIESEL 06/2012 beinskiptur ek 48 þ.km Verð 2.7 mil !!

Bílasalan Bílfang
Malarhöfða 2, 110 Rvk.
Sími: 567 2000
www.bilfang.is

HEIMSBÍLAR

VW Passat comfortline. Árg. 2005, ek. 93 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur. ný tímareim, nýtt í bremsum. Verð 1.590.000. Rnr.321508.

Subaru Forester LUX 06/08 ekinn 48þkm. 18" álfelgur á heilsársdekkjum, leður, Xenonljós, topplúga, filmur, dráttarkrókur og góð þjónustubók. Til sýnis á staðnum.verð 3.490þ uppl. s 567-4000

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

ASKJA NOTAÐIR BÍLAR

MERCEDES BENZ Ml 350. Árgerð 2007, ekinn 99 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur. Verð 4.490.000. Rnr.100183.

KIA Sorento ex luxury 197 hö. Árgerð 2011, ekinn 30 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. 7 sæta, krókur. Verð 6.890.000. Rnr.990436.

TOYOTA Prius hybrid. Árgerð 2010, ekinn 17 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur. Verð 3.990.000. Rnr.990394.

TOYOTA Land cruiser 150. Árgerð 2010, ekinn 45 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 9.900.000. Rnr.210013.

ASKJA notaðir bílar
Kletthálsi 2, 110 Reykjavík
Sími: 590 2160
www.notadir.is

STÓRA BÍLASALAN

Suzuki Alto Árgerð 2011, ekinn 47þ. km, bsk, álfelgur. Flottur bíll sem er á staðnum. Verð 1.290þ.kr. Raðnúmer 155073. Sjá nánar á www.stora.is

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

Ellingsen - FULLT HÚS ÆVINTÝRA

TRAFFICO RAFSKUTLA
Nýjar Traffico rafskutlur nú á sérstöku tilboðsverði Verð áður 139.900.- Verð nú 109.900.- Ýmsir litir til. Fæst í Ellingsen Fiskislóð 2 580-8500

Ellingsen
Fiskislóð 1, 101 Reykjavík
http://www.ellingsen.is

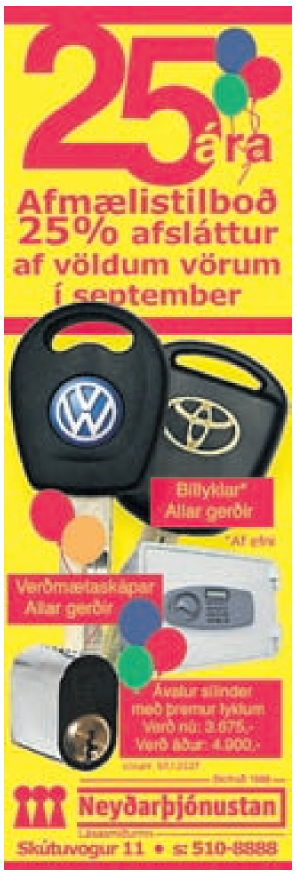
VANTAR ALLAR GERÐIR BÍLA Á SKRÁ OG Á STAÐINN!!, Komdu til okkar, sendu okkur mail á 100bilar@100bilar. is eða hringdu í síma 5179999, Skráðu bílinn frítt hjá okkur. Kíktu á www.100bilar.is

100 bílar ehf
Þverholt 6, 270 Mosfellsbær
Sími: 517 9999
Opið virka daga 10-18.00 og laugardögum 11-15.
www.100bilar.is

Bílar til sölu

PASSAT 1998 TIL SÖLU
Bíll í fínu ástandi, skoðaður 2014, keyrður 219þ. Beinskiptur. Verð 350þ. kr. Uppl. í síma 697 6867.

Til sölu glæsilegt eintak af Suzuki Boulevard VL 800 árgerð 2006 Ekið aðeins 5000 km. alltaf geymt inni. Verð 890þúsund. Leðurgalli í stærð M getur fylgt með. sjón er sögu ríkari. Frekari upplýsingar hjá Palla í síma 6926763



Volkswagen Jetta Comfortline, silfurgrár, árgerð 2007. Ekinn aðeins 67. þús km. Vel með farinn og sérlega góður bíll. Sjálfskiptur, loftkæling o.fl. Staðgreiðsluverð 1590. þús., engin skipti. Uppl. í s. 696-9296.

ALMERA TILBOÐ 320ÞÚS !
Nissan Almera 1500 árg.'02 ek. 140þús. sk. ,14. 5gíra. TILBOÐ 320þús S. 891 9847.

LÆKKAÐ VERÐ - HELGARTILBOÐ
Toyota LC 80VX, árg.'93, 4,2 dísel, 38" dekk, leður. Auka tankur. Læstur að framan og aftan. 4:88 hlutföll. Loftdæla, loftkútur o.fl. Verð 1.750.000 stgr. Uppl. s: 697 4540

Til sölu Ford Explorer ,96, 6 cyl. Sjálfssk., krókur, sk. ,14. V. 300 þús. S. 896 8568.

250-499 þús.

Ford Econoline 350 árg.'89 7,3ld 4x4. Óslitin dekk. Sk.'13. Verð 350 þ. S.861 2935.

1-2 milljónir

Nissan Tiida, árg. 2008, sjálfsk. ek. 60000 km. Verð 1290 þ. Uppl. í S: 4214408/ 6470614.

Bílar óskast

BÍLL ÓSKAST Á 25-250ÞÚS.
Má þarfnast lagfæringa.
Hringdu S. 615 1815 eða sendu sms.

!!! STAÐGREIÐI ÓDÝRA BÍLA !!!
98-05"árg. á allt að 250þúsund.. Vantar þig pening STRAX ? eða þarfnast bíllinn þinn lagfæringa og þú vilt losa þig við hann STRAX ? S. 777 3077 eða sendu sms

Sendibílar

Allar stærðir sendibíla. Nýja Sendibílastöðin sími 568-5000.

Mótorhjól

Til sölu yamaha ttr 110cc árgerð 2008 rafstart. Flott hjól í topplagi. Ásett verð 270 þús. tilboð 210 þús. S. 617 4829.

Fellihýsi

Aliner Expedition. Árgerð 2010. Stór sólarsella. Grjótgrind, Truma miðstöð. Verð 2.590.000.- Tilboðsverð 2.390.000.-Uppl. í s. 692 7495.

Varahlutir

VAKA

FELGUR
Nýjar og notaðar felgur í miklu úrvali. VAKA S:567 6700.

VW - SKODA - VARAHLUTIR
Eigum varahluti í VW, Skoda og Audi og Pajero frá ,02 Kaupum bíla til niðurrifs og uppgerðar. Bílabúið, Kaplahrauni 11 220 hfj. S. 534 1045.

Ódýrir varahlutir og dekk í ýmsa bíla s: 896 8568.

Viðgerðir - Varahlutir í VW Golf, Póló, Yaris, kangoo. Renni diska og skálar. Óska eftir Toyotu Yaris til viðgerðar eða niðurrifs. S. 892 7852

SMÁPARTAR.IS
Eigum orðið mikið úrval notaðra varahluta í Subaru, Skoda, Suzuki, Nissan, Opel, Wolkswagen, Kyron, Mitsubishi, Honda, Peugeot, Renault, Ford Escepe. Uppl. á Smápartar.is eða í s. 567 5040/ 7785040

Viðgerðir

AB BIFREIÐAVERKSTÆÐI
Get bætt á mig öllum teg. bíla til viðgerða. Þar á meðal pústviðgerðir, bremsur og allar viðgerðir. Uppl. s. 555 6020.

ÞJÓNUSTA

Pípulagnir

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.

A-Ö ÞRIF&HREINLÆTI
S. 662 0662
Hreingerningar, Flutningsþrif, Gólfbónun, Teppahreinsun og Húsgagnahreinsun.

Garðyrkja

ER ÖSPIN TIL AMA ?
Fellum og fjarlægum tré. Vönduð vinnubrögð. Uppl. í s. 773 0317.

bílaland
- NOTAÐIR BÍLAR -
www.bilaland.is

SUBARU Forester X. Nýskr. 08/08, ekinn aðeins 40 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur. **Verð 2.590.000.** Rnr.141690.

NISSAN Almera Acenta. Nýskr. 12/05, ekinn aðeins 58 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur. **Verð 1.350.000.** Rnr.270398.

RENAULT Trafic Minibus. Nýskr. 06/11, ekinn 145 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. **Verð 3.990.000.** Rnr.270371.

FORD Focus Trend Station. Nýskr. 03/06, ekinn 154 Þ.KM, bensín, 5 gírar. **Verð 990.000.** 100% VISA/ EURO lán mögulegt. Rnr.120224.

TOYOTA Prius Hybrid. Nýskr. 03/06, ekinn 93 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur. **Verð 1.790.000 Tilboðsverð 1.390.000.** Rnr.280749.

M.BENZ S320 cdi. Nýskr. 08/04, ekinn 220 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 3.790.000 **Tilboðsverð 2.490.000.** Rnr.120039.

MMC Pajero DID GLX. Nýskr. 08/03, ekinn 203 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. **Verð 2.190.000 Tilboðsverð 1.590.000.** Rnr.130375.

Kletthálsi 11
525 8000
www.bilaland.is

GARÐLIST 554 1989

GARÐAÞJÓNUSTA REYKJAVÍKUR
S. 777-8100
Fáðu fagmenn í verkið

Garðaþjónusta Íslands ehf
www.gardathjonustaislands.is
Vönduð vinnubrögð
Róbert S. 866 9767

Bókhald

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

Tek að mér Ársuppgjör fyrirtækja. Rafrænskil á vsk, staðgr, líffsj og fl. Unnið er á DK-Bókhaldskerfið Réttskil ehf s: 696-6714 réttskil@simnet.is

Málarar

HIMNAMÁLUN
Geri tilboð í allt sem tengist málningarvinnu og sandsparsli. Heiðarleiki, fagmennska og sanngjarnt verð. Himnamálun Hilmar Sigurðsson málarameistari S: 851-1960. himnamalun@gmail.com

MÁLNINGARÞJÓNUSTA REYKJAVÍKUR
20% afsláttur fyrir eldriborgara og örykrja. Frítt verðtilboð. Alhliða málningarþjónusta. S. 778 0100.

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
Viðhald og viðgerðir fasteigna fyrir fyrirtæki, húsfélög og einstaklinga.
- múrviðgerðir
- þakviðgerðir
- málningarvinnu
- trésmíðavinnu
- gluggaskipti
- glerskipti
- pípulagnir
- raflagnir
- flísalagnir
- jarðvinna
- hellulagnir

Sími 567 6699
kristjan@vidhald.is

Múrvinna, málnigarvinna, flísalagnir, smíðum milliveggi. Tilboð/tímavinna. Uppl. í síma 892 9295.

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

Rafvirkjun

RAFLAGNIR, DYRASÍMAR. S. 663 0746.
Bjóðum hagstætt verð í töfluskipti. Straumblik ehf. Löggiltur Rafverktaki. straumblik@gmail.com

RAFLAGNIR OG DYRASÍMAKERFI S. 896 6025
Tilboð dyrasímakerfi, töfluskipti. Löggildur rafverktaki. Rafneisti@gmail.com

Til sölu

HITAVEITUSKELJAR OG LOK
Eigum til Hitaveituskeljar til afgreiðslu strax.Stærð 210x210cm. 1650 lítrar. Byggaðar úr trefjagleri. Sterkustu og vönduðustu hitaveituskeljar á markaðnum í dag. Litir: Svört og Moonscape. 100% sjálfbærandi skeljar. Eigum lok á lager fyrir rafmagnspotta og hitaveituskeljar. www.Heitirpottar.is Sími 777 2000, (Sogavegi 3, í verslun Fiskikóngsins)

www.stolpiehf.is
Geymslugámar til sölu og leigu
Hafðu samband!
Stólpi Gámar ehf
Klettagörðum 5 | Sími 568 0100

MILD MORGUN- OG KVÖLDBIRTA
Fallegir saltkristalslampar í miklu úrvali. Ditto, Smiðjuvegi 4 (græn gata), 200 Kópavogi. Opið mán-fös: kl 14-18. Sími 517-8060. www.ditto.is

ÓDÝR HEIMILSTÆKI
Þvottavélar, þurrkarar, ísskápar og fl. Ábyrgð fylgir. S. 845 5976.

ÓDÝR HEIMILISTÆKI!
Ísskápar og þvottavélar og fl. Ford Explorer ,96, 6 cyl sjálfss. sk. ,14, krókur. Fallegur og góður. V. 300 þús. S. 896 8568.

Óskast keypt

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

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

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

ÓSKA EFTIR ÞURRKARA.
s. 773 0317.

Sjónvarp

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

Verslun

WE-VIBE II OG III
Unaðstæki ársins fyrir pör mörg ár í röð. Viamax fullnægingarkremið sem virkar o.fl. Tökum millifærslu og greiðslukort. Sendum um allt land www.hush.is

HEILSA

Heilsuvörur

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

Árangur næst með Herbalife. Frítt lífstílsmat. Hringdu núna S. 896 4662 Edda Borg & www.lifsstill.is

Nudd

Slökunarnudd og heilsunudd. S. 561 6254 Nuddstofan opin frá kl. 13-21.

SKÓLAR & NÁMSKEIÐ

Námskeið

TÓMSTUNDIR & FERÐIR

Fyrir veiðimenn

FYRIRDRÁTTARNET
Fyrir veiðirétthafa. Heimavík ehf S. 892 8655 www.heimavik.is

Ýmislegt

HÚSNÆÐI

Atvinnuhúsnæði

TIL LEIGU MIÐSVÆÐIS Á HÖFUÐBORGARSVÆÐINU
Nýbýlagegi 6 og 8 (gamla Toyotahúsinu) 150 - 750 fm húsnæði sem hægt er að nýta sem lagerhúsnæði, fyrir léttan iðnað eða verkstæði. Öflugt loftræstikerfi, niðurföll með olíugildrum, stórar innkeyrsludyr, allt að 4 metra lofthæð, greið aðkoma að húsnæðinu, matvöruverslanir, veitinga og kaffihús í göngufæri.
Allar nánari upplýsingar veitir Sverrir í s. 661-7000

TIL LEIGU MIÐSVÆÐIS Á HÖFUÐBORGARSVÆÐINU
Nýbýlavegi 8 (gamla Toyotahúsinu) 20 - 50 fm vel staðsettar skrifstofur, einnig skrifstofuhæðir 3 - 400 fm með glæsilegu útsýni, fjölmörg bílastæði, greið aðkoma að húsnæðinu, matvöruverslanir, veitinga og kaffihús í göngufæri. Möguleiki á að leigja stakar skrifstofur eða heila hæð.
Allar nánari upplýsingar veitir Sverrir í s. 661-7000

VERSLUNAR EÐA VEITINGAHÚSNÆÐI MIÐSVÆÐIS Á HÖFUÐBORGARSVÆÐINU
Nýbýlavegi 4 - 8 (gamla Toyotahúsinu) Til leigu 300- 700 fm verslunar eða þjónustuhúsnæði hentar vel fyrir verslanir, veitingastarfsemi, hárgreiðslustofur og fleiraa, greið aðkoma að húsnæðinu, frábært auglýsingagildi, matvöruverslanir, veitinga og kaffihús í göngufæri.
Allar nánari upplýsingar veitir Sverrir í s. 661-7000

HÚSVAGNA OG HÚSBÍLA EIGENDUR
Til sölu tvö mjög hagkvæm 51,6 m2 frístundabil. Milliloft. Lofthæð: 3,9 m. Hurð 3,6 m. Góðir gluggar. Sýningarbil á staðnum. Facebook/Steinhella 14. S: 660-1060

Geymsluhúsnæði

WWW.GEYMSLAEITT.IS
Sér geymslur frá 3.900. 1 til 17m2. Aðgangur kl. 8-22 alla daga. Ný sérhönnuð geymsluhús, upphitað og vaktað. S: 564-6500.

GEYMSLUR.COM
Frá kr. 3990 hjá Ikea í Garðabæ og Fiskislóð í Reykjavík. S. 555 3464

UPPHITUÐ FERÐAVAGNAGEYMSLA Í BORGARF.
Gott verð, tjaldv, fellih, bátar, 4hjól og fl. S: 499 3070, www.solbakki.com

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

GEYMSLUHÚSNÆÐIÐ AUÐNUM II, 190 VOGAR.
Tjaldvagnar, fellihýsi, bílar, bátar, mótorhjól ofl. Uppl. í s. 864 3176.

ATVINNA

Atvinna í boði

ENERGIA VEITINGAST. SMÁRALIND
Um er að ræða hlutastarf. Kaffibar/þjónn. Viljum bæta við ábyrgri og duglegri manneskju, ekki yngri 20 ára. Einnig vantar aðstoðarmanneskju í eldhúsið. hálft starf/hlutastarf.
Umsóknir ásamt upplýsingum sendist á energia@energia.is

Bakarameistarinn

KAFFIHÚS, BAKARÍ
Bakarameistarinn óskar eftir traustu starfsfólki í afgreiðslustörf:

Húsgagnahöll, vinnutími alla virka daga frá 14-19, 11-19 í Glæsibæ, 11-19 í Suðurveri og 13-19 í Mjódd.

Íslenskukunnátta skilyrði. Framtíðarstarf.
Umsóknir sendist á begga@bakarameistarinn.is

HRÓI PIZZA

Óskum eftir vönum pizzbökurum á Hróa á Smiðjuvegi og Austurstræti. Uppl. 774-5959 eða hroi@hroi.is

Óskum eftir mönnum í hellulagningar. Umsók sendist á stjornugardar@stjornugardar.is

Hár & Dekur

Óskum eftir hársnyrtisvein/meistara til starfa. Einnig er laus aðstaða fyrir naglafræðing og herbergi til útleigu fyrir nuddara eða aðra starfsemi. Umsóknir má senda á harogdekur@simnet.is

HÚSASMIÐIR! ATVINNA Í NOREGI
190 nokr, á tímann. Fæði og húsnæði innifalið. Sendið umsókn og ferilskrá á: thulekraft@gmail.com og s. 696 7324

Óskum eftir samviskusömum og duglegum einstaklingi á hljólbarða og smurþjónustu Bílkó. Nánari uppl. gefur Guðni í s. 618 0560

Atvinna óskast

2 málarar geta bætt við sig verkefnum. Uppl. í síma 892 9295.

TILKYNNINGAR

Einkamál

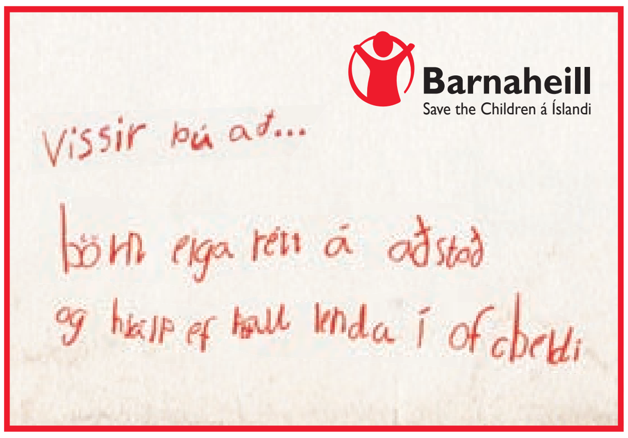
Rauða Torgið
Sönn tilbreyting • Heit ævintýri
Stefnumót: 905-2000 • 535-9920
Konur, allt frítt í s. 555-4321
Karlar auglýsa frítt, 535-9922
Heitar kynlífssögur
905-2002 • 535-9930
Símadömur • live spjall
908-6000 • 535-9999

Óska eftir að kynnast konu á aldrinum 35-43 ára. S. 841 7667. Gæti byrjað með SMS.

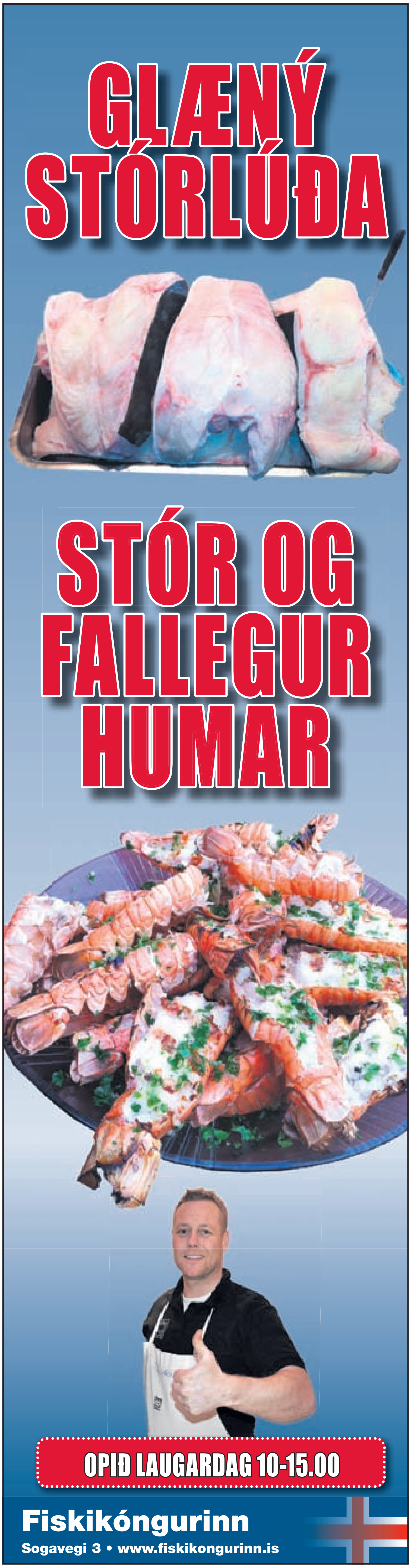
Falleg, proskuð kona leitar kynna við karlmann með tilbreytingu í huga. Rauða Torgið Stefnumót, s. 905-2000 og 535-9920, augl.nr. 8166.

Konur og karlar: leitið þið tilbreytingar? Auglýsið frítt hjá Rauða Torginu Stefnumót í s. 535-9923.

Ertu swinger? Við bjóðum úrvals aðstöðu fyrir pör sem vilja kynnast einstaklingum og/eða öðrum pörum. Sexylceland.com



skemmtanir



SUDOKU

LÉTT

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

MIÐLUNGS

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

ÞUNG

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

LAUSN SÍÐUSTU SUDOKU

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

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

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

Þrautin felst í því að fylla út í reitina þannig að í hverjum 3x3 reit birtist tölurnar 1-9. Í hverri níu reita línu, bæði lárétt og lóðrétt, birtast einnig tölurnar 1-9 og aldrei má tvítaka neina tölu í röðinni.

Lausnin verður birt í næsta tölublaði Fréttablaðsins.

Myndasögur

PONDUS — Eftir Frode Øverli

HANDAN VIÐ HORNIÐ — Eftir Tony Lopes

BARNALÁN — Eftir Jerry Scott & Rick Kirkman

SPAKMÆLI DAGSINS

Við þurfum ekki meiri styrk, meiri hæfileika eða fleiri tækifæri. Allt sem við þurfum er að nota það sem við búum yfir.

Basil S. Walsh

KROSSGÁTA

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

LÁRÉTT 2. löngun, **6.** þys, **8.** geislahjúpur, **9.** eldsneyti, **11.** karlkyn, **12.** tárfelldu, **14.** hroki, **16.** ætíð, **17.** hár, **18.** annríki, **20.** í röð, **21.** þráður.

LÓÐRÉTT 1. korntegund, **3.** hætta, **4.** limlesta, **5.** verkur, **7.** fiskur, **10.** sérstaklega, **13.** þvottur, **15.** litur, **16.** verkfæri, **19.** númer.

LAUSN

LÁRÉTT: 2. hvöt, **6.** ys, **8.** ára, **9.** gas, **11.** kk, **12.** grétu, **14.** dramb, **16.** sí, **17.** ull, **18.** önn, **20.** aá, **21.** garn.

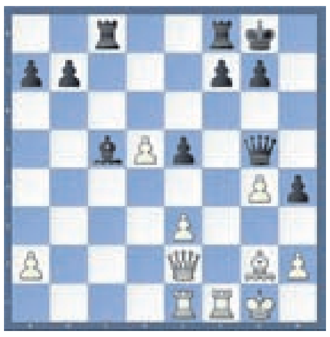
LÓÐRÉTT: 1. bygg, **3.** vá, **4.** örkumla, **5.** tak, **7.** sardína, **10.** sér, **13.** tau, **15.** blár, **16.** sög, **19.** nr.

SKÁK

Gunnar Björnsson

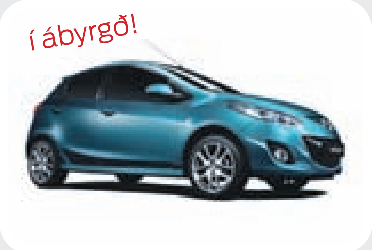
Oliver Aron Jóhannesson (2008) vann góðan sigur á Mikael Jóhanni Karlssyni (2068) í fimmtu umferð Meistaramóts Hellis.

Svartur á leik



25...f5! Rífur upp hvítu vörnina. 26. Kh1 (ef 26. gxf5 þá 26...h3) 26...fxg4 27. Dd3 Bd6. Hér gafst hvítur upp enda tveimur peðum undir og með ekkert mótspil. Oliver Aron er efstur fyrir lokaumferð mótsins.

www.skak.is. NM öldunga hefst á morgun í Danmörku. Friðrik Ólafsson tekur þátt.



Tilboð: 1.690.000 kr.
Mazda2 Takara AVL25
Árgerð 2012, bensín, beinskiptur
Ekinn 59.000 km. Litur: ljósgrár
Ásett verð: 1.790.000 kr.

Verð: 3.530.000 kr.
Mazda6 Premium LHP94
Árgerð 2012, bensín, sjálfskiptur
Ekinn 43.000 km. Litur: ljósgrár

Verð: 2.790.000 kr.
Citroën Berlingo Multisp. 7 sæta BUK34
Árgerð 2012, dísil, beinskiptur
Ekinn 46.000 km. Litur: ljósgrár

Tilboð: 3.850.000 kr.
Ford Mondeo Titanium VOM89
Árgerð 2012, dísil, sjálfskiptur
Ekinn 58.000 km. Litur: ljósgrár
Ásett verð: 3.970.000 kr.

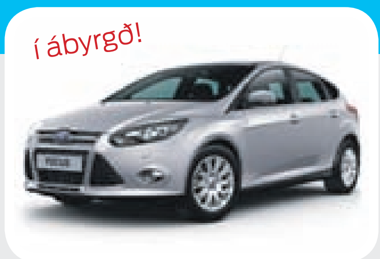
Kauptu í dag

NÝLEGIR
BÍLAR Í MIKLU ÚRVALI Á FRÁBÆRU VERÐI

Tökum allar gerðir bíla uppí!

Tilboð: 2.250.000 kr.
Ford Focus Trend Collection TOV73
Árgerð 2011, dísil, beinskiptur
Ekinn 60.000 km. Litur: ljósgrár
Ásett verð: 2.350.000 kr.

Tilboð: 4.580.000 kr.
Ford Kuga Titanium S AWD ROF80
Árgerð 2012, dísil, sjálfskiptur
Ekinn 65.000 km. Litur: hvítur
Ásett verð: 4.820.000 kr.



Verð: 3.320.000 kr.
Ford Focus Titanium STW ZSD15
Árgerð 2012, dísil, beinskiptur
Ekinn 48.000 km. Litur: ljósgrár

ÁRGERÐIR 2011, 2012 og 2013
MINNI EYÐSLA
MEIRA ÖRYGGI

Tilboð: 1.690.000 kr.
Ford Fiesta Trend VMU31
Árgerð 2011, dísil, beinskiptur
Ekinn 69.000 km. Litur: ljósgrár
Ásett verð: 1.790.000 kr.

Verð: 3.430.000 kr.
Ford Mondeo Trend STW ARJ67
Árgerð 2011, dísil, sjálfskiptur
Ekinn 62.000 km. Litur: hvítur

Tilboð: 3.370.000 kr.
Ford Kuga Trend AWD JAT61
Árgerð 2011, dísil, beinskiptur
Ekinn 63.000 km. Litur: ljósgrár
Ásett verð: 3.550.000 kr.

Tilboð: 3.440.000 kr.
Ford Escape XLT AWD PMM87
Árgerð 2011, bensín, sjálfskiptur
Ekinn 77.000 km. Litur: ljósbrúnn
Ásett verð: 3.640.000 kr.

Bílafjármögnun Landsbankans

Verð: 2.140.000 kr.
Citroën C3 Seduction Airdream AZZ30
Árgerð 2012, dísil, beinskiptur
Ekinn 57.000 km. Litur: grár

Verð: 2.070.000 kr.
Ford Fiesta Trend KSA12
Árgerð 2012, dísil, beinskiptur
Ekinn 54.000 km. Litur: ljósgrár

Tilboð: 2.390.000 kr.
Citroën C4 Comfort KDM73
Árgerð 2012, dísil, beinskiptur
Ekinn 55.000 km. Litur: rauður
Ásett verð: 2.520.000 kr.

Tilboð: 1.950.000 kr.
Citroën C3 Seduction Airdream YEA15
Árgerð 2012, dísil, beinskiptur
Ekinn 61.000 km. Litur: ljósgrár
Ásett verð: 2.090.000 kr.

Verð: 3.250.000 kr.
Ford Mondeo Trend ULG08
Árgerð 2011, dísil, beinskiptur
Ekinn 61.000 km. Litur: brúnn

Verð: 1.270.000 kr.
Citroën C1 SX BTY52
Árgerð 2011, bensín, beinskiptur
Ekinn 75.000 km. Litur: ljósgrár

Verð: 3.220.000 kr.
Ford Focus Trend FNL92
Árgerð 2012, dísil, sjálfskiptur
Ekinn 48.000 km. Litur: ljósgrár

Skoðaðu úrvalið og finndu bílinn þinn á
NOTADIR.BRIMBORG.IS

Söludeildir eru opnar virka daga kl. 9-17 og laugardaga kl. 12-16.

Brimborg Reykjavík: Bíldshöfða 6, sími 515 7030
Brimborg Reykjavík: Bíldshöfða 8, sími 515 7040
Brimborg Akureyri: Tryggvabraut 5, sími 515 7050

brimborg
Öruggur staður til að vera á

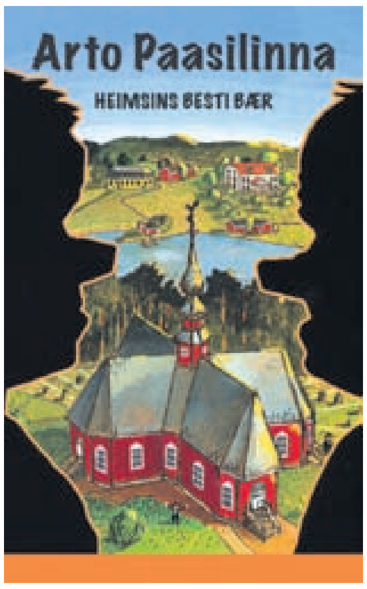
Myndir í auglýsingunni eru af sambærilegum nýjum bílum sömu gerðar. Útbúnaður og litur bílanna getur því verið frábrugðinn myndunum í auglýsingunni.

Að rækta bæinn sinn

BÆKUR ★★★☆☆

HEIMSINS BESTI BÆR

Arto Paasilinna
Þýðing: Þórður Skúlason
Skrudda



Finnski rithöfundurinn Arto Paasilinna er með skemmtilegri höfundum og honum bregst ekki bogalistin í skáldsögunni Heimsins besti bær sem nýlega kom út í íslenskri þýðingu hjá Skruddu.

Bókin er reyndar frá 1992 og ber þess nokkur merki. Hnignun hins vestræna heims hefur ekki gengið alveg jafn hratt fyrir sig og Paasilinna sá fyrir sér á þeim tíma, þótt ýmislegt hafi farið úrskeiðis á þessum rúmu tuttugu árum.

Sagan segir frá erkifinnanum Eemeli Toropainen sem samkvæmt síðustu ósk afa síns tekur sér fyrir hendur að reisa kirkju nánast úti í óbyggðum. Smám saman rís svo heilmikil byggð í kringum kirkjuna og íbúum fjölgar jafnt og þétt. Þetta er fyrirmyndarsamfélag þar sem menn lifa af landsins gæðum, stunda vöruskipti og eru almennt til fáséðrar fyrirmyndar. Annars staðar í heiminum hallar undan fæti, New York sekkur í sorp, þriðja heimsstyrjöldin skellur á sumarið 2014 og í lok sögu eru það eiginlega bara íbúarnir í byggðinni í kringum óbyggðakirkjuna sem nokkurn veginn halda í sig og á, enda heimsendir nýlega yfirstaðinn.

Finnsk náttúra leikur stórt hlutverk í sögunni og villt dýr koma mikið við sögu. Sögurnar af björnunum þremur gefa áðeilunni á meðferð mannsins á umhverfi sínu og óvirðingu hans fyrir náttúrunni aukna vídd, auk þess að vera dásamlega vel skrifaðar og skemmtilegar.

Aðall Paasilinna er þó hversu leiftrandi góður sögumaður hann er og hversu vænt honum þykir um persónurnar sem hann skapar. Eemeli er harður í horn að taka, þrjóskari en fjandinn sjálfur og bregst sérlega illa við hvers kyns átroðningi yfirvalda, en um leið er hann svo yfirmáta „eðlilegur“ og mannlegur að það er ekki nokkur leið að láta sér ekki þykja vænt um hann. Aðrar persónur eru hver annarri sérstakari og þetta fyrirmyndarsamfélag morar af skemmtilegum uppákomum sem fá lesandann til að veltast um af hlátri.

Framtíðartryllirinn sem vafið er inn í söguna af þessum landnemum í kringum kirkjuna góðu er hins vegar mun verr lukkaður. Það er til dæmis frekar skondið að lesa um það árið 2013 að fólk fái engar fréttir því útvarps- og sjónvarpsstöðvarnar hafi verið lagðar niður. Framsýni Paasilinna náði greinilega ekki svo langt að ímynda sér að internetið yrði almannagagn.

Leiði maður hins vegar slíka smámuni hjá sér og einbeiti sér að frásögninni af hinu óvenjulega samfélagi sem hún lýsir er sagan allt í senn bráðskemmtileg, hjartnæm og hugvíkkandi.

Þýðing Þórðar Skúlasonar er víst úr sænsku en virkilega vel unnin, málfarið sérstætt og skemmtilegt og fyrir íslenskan lesanda er eiginlega óhugsandi að þessar persónur gætu talað á annan veg.

Friðrika Benónýsdóttir

NIÐURSTAÐA: Bráðskemmtileg saga af enn skemmtilegri persónum, en líður örlítið fyrir að hafa elst illa eins og títt er um framtíðarsögur.

Fjölskylduguðsþjónusta, sunnudaginn 8. september kl. 14

Upphaf barnastarfsins
Barnastarf Fríkirkjunnar í Reykjavík hefst á ný með fjölskylduguðsþjónustu sunnudaginn 8. september kl. 14.
Erla Björk Jónsdóttir, guðfræðingur, leiðir stundina.
Fermingarbörn taka þátt.
Sönghópur Fríkirkjunnar í Reykjavík leiðir tónlistina ásamt Gunnari Gunnarssyni, organista.

Á hverjum sunnudegi í vetur meðan á guðsþjónustu stendur munu þær Rósa Margrét og Rósmary, umsjónarmenn barnastarfsins, bjóða börnunum með sér upp á kórloft eða í safnaðarheimilið þar sem farið verður í leiki, sungið og föndrað.

Í guðsþjónustunni verður kynnt æskulýðsstarf sem fram mun fara í vetur í Fríkirkjunni í Reykjavík á vegum KFUM & K.
Nánar auglýst síðar.

Barnakór við Tjörnina!
Viltu vera með?

Barnakór Fríkirkjunnar hefur starfsemi sína á ný eftir sumarfrí.
Allir ungir og áhugasamir söngfuglar eru velkomnir og hvattir til að mæta.
Æft verður á fimmtudögum frá klukkan 16:15-17:15.

Fyrsta æfing verður fimmtudaginn 12. september.

Nánari upplýsingar gefur Álfheiður Björgvinsdóttir kórstjóri í síma **849-8660** og skrifstofa Fríkirkjunnar í Reykjavík í síma **5527270.**

FRÍKIRKJAN Í REYKJAVÍK

Aðalmarkmiðið að flytja ný íslensk verk

Útvarpsleikhúsið frumflytur í vetur tíu ný íslensk leikverk, bæði eftir vel þekkta og minna þekkta höfunda. Viðar Eggertsson, stjórnandi Útvarpsleikhússins, segir það sérlega ánægjulegt að frumflytja fleiri íslensk verk en nokkurt annað leikhús landsins.

Í FARARBRODDI Viðar Eggertsson, stjórnandi Útvarpsleikhússins, er stoltur af þeim árangri sem það hefur náð í að efla nýsköpun í íslenskri leikritun. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

Fyrsta verkið sem frumflutt verður fer í loftið sunnudaginn 29. september,“ segir Viðar Eggertsson, stjórnandi Útvarpsleikhússins, spurður hvenær hin metnaðarfulla vetrardagskrá hefjist. „Síðan dreifast þessi nýju verk tiltölulega jafnt yfir veturinn og fram í maí á næsta ári.“

Er ekki Útvarpsleikhúsið undir þinni stjórn í fararbroddi hvað varðar það að fá íslenska höfunda til að skrifa leikrit? „Það má segja að við höfum gert það að aðalmarkmiði Útvarpsleikhússins núna á síðari árum að frumflytja ný íslensk verk,“ segir Viðar. „Við höfum leitað til höfunda um að skrifa fyrir þennan miðil, auk þess sem við höfum verið í mjög gjöfulu samstarfi við tvær síðustu Listahátíðir í Reykjavík. Þar hafa verk verið flutt í sviðsettum leiklestrum og síðan hafa höfundar og leikstjórar fengið svigrúm til að vinna þau áfram og við frumflutt þau veturinn á eftir. Þessi aðferð hefur gefið mjög góða raun og verið lærdómsrík fyrir höfundana og leikstjórana og skilað okkur tíu athyglisverðum leikritum, bæði frá nokkrum af okkar ástsælustu skáldum og björtustu vonum framtíðarinnar, ef svo má segja. Og það er rétt að ekkert íslenskt leikhús frumflytur jafn mörg íslensk verk og Útvarpsleikhúsið, sem er sérlega ánægjulegt.“

Hátt hlutfall kvenna í flokki höfunda og leikstjóra vekur athygli, var það meðvitað átak? „Já, það hefur hallað á konur í þessum geira, en það var lítið mál þegar við settumst niður til að ákveða til hvaða höfunda við vildum leita að finna konur til að skrifa leikrit. Þær sem ég leitaði til brugðust allar fljótt og vel við þannig að þetta er bara spurning um að hafa áhrif á fólk og vekja áhuga þess á þessum miðli.“

Nýtt fjárhagsár Ríkisútvarpsins hefst í september, óttastu að það verði þyngri róður næsta ár í ljósi umræðu um niðurskurð til RÚV? „Við skulum vona að það verði skilningur á mikilvægi Útvarpsleikhússins því þótt útvarpsleikrit séu dýrasta efnið sem framleitt er fyrir útvarp er það ódýrasta leikhús sem til er og við náum til mun fleiri gesta en önnur leikhús. Við höfum því ákveðnu menningarhlutverki að gegna sem felst í því að vinna með miðilinn, skoða samtíma okkar og líf og fá til þess margt af okkar áhugaverðasta leikhúsfólki.“

Útvarpsleikhúsið sendir út á hverjum sunnudegi klukkan 13 og eins og Viðar orðar það: „Það eru allir velkomnir og hjá okkur sitja allir í bestu sætum.“

fridrikab@frettabladid.is

Tíu ný íslensk leikrit frumflutt

- **Best í heimi**
  eftir **Maríu Reyndal** í leikstjórn höfundar
- **Árshátíð Vatnsveitunnar**
  eftir **Gunnar Gunnarsson** í leikstjórn **Guðmundar Inga Þorvaldssonar**
- **Hér**
  eftir **Kristínu Ómarsdóttur** í útvarpsleikgerð og leikstjórn **Bjarna Jónssonar**
- **Páfuglar heimskautanna**
  eftir **Ragnheiði Hörpu Leifsdóttur** í leikstjórn **Mörtu Nordal**
- **Gestabókin**
  eftir **Braga Ólafsson** í leikstjórn **Stefáns Jónssonar**
- **Slysagildran**
  eftir **Steinunni Sigurðardóttur** í leikstjórn **Hlínar Agnarsdóttur**
- **Blinda konan og þjónninn**
  eftir **Sigurð Pálsson** í leikstjórn **Kristínar Jóhannesdóttur**
- **Lán til góðverka**
  eftir **Auði Övu Ólafsdóttur** í leikstjórn **Kristínar Eysteinsdóttur**
- **Rökrásin**
  eftir **Ingibjörgu Magnadóttur** í leikstjórn **Hörpu Arnardóttur**
- **Söngur hrafnanna**
  eftir **Árna Kristjánsson** í leikstjórn **Viðars Eggertssonar**

Þetta er óður til blýantsins

Teiknivísindi – sjö níu þrettán er heiti sýningar sem Sigrún Eldjárn opnar á laugardaginn klukkan þrjú í Listasafni ASÍ að Freyjugötu 41. Þar er margt að sjá.

„Ég er hér að góna á myndirnar mínar og spá í hvernig þær spili best saman,“ segir Sigrún Eldjárn, rithöfundur og myndlistarmaður, glaðlega, stödd í Listasafni ASÍ vegna sýningar sem hún opnar þar 7. september. „Titill sýningarinnar, Teiknivísindi – sjö níu þrettán kann að vekja upp spurningar,“ segir hún hlæjandi. „Það er vitaskuld ekki til neitt sem kallast teiknivísindi. Álíka gáfulegt er að tala um slík vísindi og að banka í tré og segja: „sjö níu þrettán“ til að koma í veg fyrir að eitthvað óheppilegt hendi mann. En sjö níu þrettán er dagsetning opnunarinnar og frá og með þeim degi eru teiknivísindi orðin til!“

Sigrún bendir á að teikningar séu ríkjandi á sýningunni. „En af því að hér í Listasafni ASÍ eru margar vistarverur og ég legg undir mig allt húsið, þá skipti ég þessu upp,“ segir hún og lýsir nánar. „Í Ásmundarsal er ég með blýantsteikningar sem er raðað upp eins og þær séu myndasaga en þó er enginn þráður í þeirri sögu. Í arinstofunni eru myndskreytingar úr barnabókunum, meðal annars úr nýrri og æsispennandi bók sem heitir Strokubörnin á Skuggaskeri og kemur út í lok september. Þar er líka fullt af bókum til að skoða og í Gryfjunni er ég með innsetningu. Hún er gerð úr heklunum dýrum sem verða fest á vegginn og látin passa inn í gullinsniðsformið.“

Í ÁSMUNDARSAL Ég er hér með teikningar sem er raðað upp eins og þær séu myndasaga en þó er enginn þráður í þeirri sögu,“ segir Sigrún. FRÉTTABLAÐIÐ/PJETUR

Blýantar koma mikið við sögu á sýningunni, ekki bara gegnum teikningarnar heldur líka blýantarnir sjálfir. „Þetta er óður til blýantsins sem hefur verið mitt atvinnutæki alla tíð,“ útskýrir Sigrún. En skyldi hún mikið hafa heklað? „Ég hef gegnum árin haft svolítið gaman af að hekla, að byrja á einni lykkju og láta svo hugmyndaflugið leiða mig áfram.“

gun@frettabladid.is

Bíó og blágresi

Agniezska Holland heiðursgestur í Bíói Paradís.

Evrópska kvikmyndahátíðin verður haldin í annað sinn í Bíói Paradís dagana 19. til 29. september. Hátíðinni er ætlað að gefa þverskurð af því besta sem álfan hefur upp á að bjóða innan kvikmyndagerðar. Boðið verður upp á tólf nýjar og nýlegar myndir frá Evrópu, auk eldri mynda í leikstjórn Agniezsku Holland, sem er heiðursgestur hátíðarinnar.

Þann 19. september verður öllum boðið frítt í bíó og að sýningum loknum verður efnt til fjörugra blágresistónleika.

HEIÐURSGESTUR Agniezska Holland er einn virtasti kvikmyndaleikstjóri Evrópu.

Kvenlíkaminn og náttúran

GERLA fjallar á sunnudag um konur í verkum Ásmundar Sveinssonar í Ásmundarsafni.

Dagskráin Ásmundur Sveinsson: Meistarahendur heldur áfram sunnudaginn 8. september í Ásmundarsafni en hún er haldin í tilefni af því að í ár eru 120 ár frá fæðingu myndhöggvarans.

Listfræðingurinn og myndhöfundurinn Guðrún Erla Geirsdóttir (GERLA) mun fjalla um konur í verkum Ásmundar. Konan og kvenlíkaminn voru Ásmundi hugleikin, eins og sjá má í mörgum af hans þekktustu verkum, og iðulega tengir hann kvenlíkamann við túlkun sína á náttúrunni. Í verkum hans má sjá mikla virðingu fyrir konunni, móðurhlutverkinu og því sem á hans tíma voru hefðbundin kvennastörf.

Dagskráin hefst klukkan 15. Aðgangur er kr. 1.200 og gildir aðgöngumiðinn einnig samdægurs í Hafnarhús og á Kjarvalsstaði. Frítt er fyrir handhafa Menningarkorta.

KVENSKÖRUNGUR Stytta Ásmundar af Guðríði Þorbjarnardóttur.

LYKILFÓLK Þóra Einarsdóttir, Friðrik Erlingsson og Gunnar Þórðarson.
FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

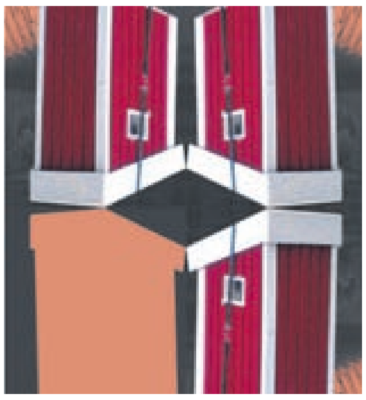
Ragnheiður í óperunni í vor

Íslenska óperan hefur tryggt sér sýningarrétt á Ragnheiði, hinni nýju óperu Gunnars Þórðarsonar og Friðriks Erlingssonar, sem var flutt í tónleikaformi í Skálholti fyrir skemmstu.

Ragnheiður verður vorverkefni Íslensku óperunnar 2014. Hún fer á svið í Eldborg og er stefnt að frumsýningu 1. mars. Hljómsveitarstjóri verður Petri Sakari og með titilhlutverkið fer Þóra Einarsdóttir.

Tónleikaflutningurinn í Skálholti vakti mikla athygli bæði almennra áhorfenda og gagnrýnenda. Jónas Sen gaf henni til dæmis fimm stjörnur í Fréttablaðinu.

Óperan fjallar um hádramatíska atburði sem gerðust í Skálholti á 17. öld, um Ragnheiði Brynjólfsdóttur biskupsdóttur, ástarsamband hennar við lærimeistara sinn, Daða Halldórsson, og fordæmingu föður hennar, Brynjólfs biskups Sveinssonar, á því sambandi. Ragnheiður var neydd til þess að sverja eið þess efnis að hún hefði ekki átt í holdlegu sambandi við Daða né nokkurn annan mann. Níu mánuðum eftir eiðtökuna ól hún svo sveinbarn þeirra Daða og aldrei verður sannað hvort eiðurinn var rangur eða réttur. - gun



EITT VERKANNA Sýnendur eru átta talsins og hafa miklu að miðla.

Gott báðum megin

Sýningin Gott báðum megin verður opnuð í dag klukkan þrjú í sýningarsal myndlistardeildar Listaháskólans, Kubbnum, að Laugarnesvegi 91.

Sýnendur eru átta nemendur Listaháskólans úr ýmsum deildum, sem eiga það sameiginlegt að hafa dvalið erlendis vegna skiptináms eða starfsnáms á síðustu önn. Verkin eru innblásin af þeirri reynslu og eru unnin í ýmsa miðla.

Sýningin er opin alla virka daga frá kl. 9 til 16 og stendur til föstudagsins 13. september.

Stöð 3 er ný sjónvarpsstöð.

Hún kostar aðeins 2.990 kr. á mánuði

FYLGIR
áskrift að Stöð 2

Útsendingar hefjast **á morgun** og er fyrsta vikan í opinni dagskrá

Með áskriftinni fylgir Krakkarásin og þriggja mánaða aðgangur að Tónlist.is

Stöð 3 + krakkar + ♪

Tryggðu þér áskrift á

www.stod3.is

Ferskir innlendir og erlendir þættir á nýrri og spennandi sjónvarpsstöð.
Eva Laufey
Stöð 3 er aðgengileg á
OZ
The Mindy Project
Jamie's American Road Trip
Friðrik Dór
Óli og Sverrir
Þórunn Antonía
Zero Hour
Raising Hope
Arrow
3
krakkar +
2.990 kr.
Gerðu verðsamanburð
4.990 kr.
SKJÁREINN
Banshee
X-Factor
Super Fun Night
Strike Back
Shameless

HVAÐ? HVENÆR? HVAR? FÖSTUDAGUR 6. SEPTEMBER

Opnanir

15.00 Sýningin **Gott báðum megin** opnar í dag í Kubbnum, sýningarsal myndlistardeildar Listaháskólans að Laugarnesvegi 91. Sýnendur eru nemendur LHÍ úr ýmsum deildum sem eiga það sameiginlegt að hafa dvalið í skiptinámi eða starfsnámi á síðustu önn. Verkin eru innblásin af þeirri reynslu og unnin í ýmsa miðla. Sýningin stendur til 13. september. Aðgangur er ókeypis og allir velkomnir.

Umræður

12.10 Listamannaspjall í tengslum við sýningu Spessa, **Nafnlaus hestur**, fer fram í hádeginu í Ljósmyndasafni Reykjavíkur. Spessi mun þar, ásamt Einari Kárasyni rithöfundi og Jóni Proppé, tala um tilurð sýningarinnar. Sýning Spessa stendur yfir til 15. september.

Málþing

12.30 Hádegisfyrirlestur tónlistardeildar Listaháskólans fer fram í dag. Ig Henneman og Ab Baars munu fjalla um verk sín og flytja brot af frumsömdu efni úr efnisskrá sinni Haustlög. Fyrirlesturinn fer fram í Sölvhóli, Sölvhólsgötu 13. Aðgangur er ókeypis og allir eru velkomnir.

Tónlist

12.00 Tríóið Kandís flytur gamlar dægurperlur í Háteigskirkju. Efnisskráin inniheldur dúetta, tríó og einsöngslög. Flytjendur eru Særún Harðardóttir sópran, Auður Guðjohnsen mezzosópran og Lilja Eggertsdóttir söngur og píanó. Tónleikarnir standa til 12.30 og er miðaverð 1.000 krónur.

21.30 Ragnheiður Gröndal og Icelandic Folk Ensemble koma fram á Heimstónlistarklúbbi Café Haiti. Flutt verða íslensk þjóðlög í nýstárlegum útsetningum. Aðgangseyrir er 1.500 krónur.

23.00 Sváfnir Sigurðarson og félagar leika og syngja á Obladí oblada við Frakkastíg 8.

Upplýsingar um viðburði sendist á hvar@frettabladid.is

Ragnheiður Gröndal hefur verið virk í íslensku tónlistarlífi um árabil og sent frá sér fjórar sólóplötur; Ragnheiður Gröndal árið 2003, Vetrarljóð árið 2004, After the Rain árið 2005 og Þjóðlög árið 2006. Hún kom einnig fram á Hróarskelduhátíðinni í Danmörku árið 2003.

ÖNNUM KAFIN Védís Hervör ferðaðist um Vestfirði og Norðurland ásamt Ragnheiði Gröndal, Hafdísi Huld og Láru Rúnarsdóttur í lok ágúst. Þær tvær síðastnefndu syngja bakraddir á tónleikum Védísar á Ljósanótt í kvöld.

FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

Með nýtt band á bryggjuballi í kvöld

Védís Hervör Árnadóttir kemur fram á útitónleikum á Ljósanótt, fjölskylduhátíð Reykjanesbæjar, í kvöld. Þessa dagana vinnur hún að sinni þriðju breiðskífu.

„Maður er svolítið í pakkanum, eins og sagt er. Það er svo mikið að gera þessa dagana að ég veit eiginlega ekki hvenær ég get hallað höfði mínu,“ segir tónlistarkonan Védís Hervör Árnadóttir, sem kemur fram á bryggjuballi á Ljósanótt, fjölskylduhátíð Reykjanesbæjar, í kvöld klukkan 20. Aðrir sem koma fram á útitónleikunum í kvöld eru Sigríður Thorlacius ásamt Guðmundi Óskari Guðmundssyni, Valgeir Guðjónsson og þeir félagar KK og Magnús Eiríksson. Gleðin heldur áfram annað kvöld í Reykjanesbæ þegar Rás 2 sendir beint út frá útitónleikum þar sem koma fram meðal annars dr. Gunni og vinir hans, Ásgeir Trausti, hljómsveitin Valdimar og Ojba Rasta.

Á bryggjuballinu í kvöld kemur Védís Hervör fram með hljómsveit sinni sem skipuð er þeim Ásgeiri Ásgeirssyni gítarleikara, Róbert Þórhallssyni bassaleikara, Þorvaldi Þór Þorvaldssyni trommara og Þórhalli Bergmann hljómborðsleikara. „Svo fæ ég líka tvær drottningar til að syngja bakraddir hjá mér, þær Láru Rúnarsdóttur og Hafdísi Huld. Ég fer bara beint í elítuna og vel aðeins það besta,“ segir Védís Hervör, en tónleikarnir í kvöld eru þeir fyrstu stóru sem hún heldur með hljómsveitinni eftir að hún sendi frá sér lagið White Picket Fence í vor, en það hefur heyrst töluvert á öldum ljósvakans í sumar.

Þær Lára og Hafdís Huld héldu einmitt í víking ásamt Védísi Hervöru og Ragnheiði Gröndal í síðasta mánuði og héldu þær saman tónleika á Vestfjörðum og Norðurlandi í tengslum við hið nýstofnaða KÍTÓN, félag kvenna í tónlist, sem þær veita forstöðu. Félagið hyggst standa vörð um hagsmuni tónlistarkvenna og grasrót ungra tónlistarstúlkna og segir Védís að önnur ferð um Suðurland og Austfirði sé á döfinni strax í haust. „Vonandi verða þá fleiri konur með okkur, en félagsstarfið fer vel af stað og meðlimir eru þegar orðnir yfir tvö hundruð talsins. Þetta er nýtilkomið og við erum að reka okkur á ýmislegt og læra mikið, en þetta er ótrúlega gaman. Svo erum við líka allar með lítil börn og ég sjálf með tvo gutta, svo það er nóg að gera,“ segir Védís Hervör. Auk þess að sinna tónlistinni bregður hún sér í ýmis hlutverk við undirbúning og vinnslu námsefnisins Lærum og leikum með hljóðin ásamt móður sinni og fleirum.

Þessa dagana er tónlistarkonan að taka upp nýtt efni á sína þriðju breiðskífu ásamt hljómsveitinni, en útgáfudagur hefur ekki verið ákveðinn. Plötuna vinnur hún í Geimsteini, upptökuveri Rúnars Júlíussonar heitins, og lætur vel af vistinni þar. „Það er rosalega góður andi í Geimsteini og má segja að andi Rúnars svífi yfir vötnum. Manni líður nánast eins og heima hjá sér í stúdíóinu og þannig á það að vera.“

kjartan@frettabladid.is

> **Það er svo mikið að gera þessa dagana að ég veit eiginlega ekki hvenær ég get hallað höfði mínu.**
>
> *Védís Hervör Árnadóttir söngkona*

Viðskiptatækifæri
Adventure Car Rental
ADVENTURE CAR RENTAL 4X4

Til sölu er vinsæl bílaleiga í fullum rekstri með 25 vel búna jeppa í útleigu. Góð nýting og miklar bókanir framundan.

Fullbúið verkstæði, varahlutir, tvö lén, tvær heimasíður og fullkomið bókunarkerfi fylgir með í kaupunum.

Áhugasamir aðilar hafi samband við Guðna Halldórsson sími 414 1200, gudni@kontakt.is

Viðskiptatækifæri á www.kontakt.is

KONTAKT
Fyrirtækjaráðgjöf
Suðurlandsbraut 30 • Sími: 414 1200
globalM&A Iceland
Haukur 09.13

DÚNDURFRÉTTIR Hljómsveitin Dúndurfréttir spilar plötuna Dark Side of the Moon í kvöld. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Feta í fótspor Pink Floyd

Hljómsveitin Dúndurfréttir spilar Dark Side of the Moon eftir Pink Floyd í kvöld.

Hljómsveitin Dúndurfréttir spilar meistarastykkið Dark Side of the Moon eftir hljómsveitina Pink Floyd í Eldborgarsal Hörpu í kvöld. Dúndurfréttamenn héldu tvenna tónleika í Hörpu í vor þar sem þeir spiluðu plötuna í heild sinni ásamt öðrum perlum Pink Floyd og seldist upp á þá báða. Einnig spiluðu þeir í Hofi á Akureyri. Samanlagt hafa um 3.400 manns sótt tónleikana hér á landi.

Fjörutíu ár eru liðin síðan Dark Side of the Moon kom út og hefur platan selst í yfir fimmtíu milljónum eintaka. Platan á heimsmetið í veru á bandaríska Billboard-vinsældarlistanum þar sem hún dvaldi í samfleytt 741 viku eða meira en fjórtán ár. Í rólegri viku seljast á milli átta til níu þúsund eintök af plötunni á viku, bara í Bandaríkjunum.

Enn eru til miðar á tónleikana í kvöld og fást þeir á Midi.is.

Ný tónlist

Pálmi Gunnarsson
Þorparinn
Öll bestu lög Pálma
á þrefaldri ferilsplötu.

Pottþétt 60
Vinsælasta tónlistin í dag á 2 geislaplötum.

Inniheldur: Blurred Lines - **Robin Thicke**, Vor í Vaglaskógi - **Kaleo,**
Halo - **Hjaltalín**, Wake Me Up - **Avicii** Glaðasti hundur í heimi - **Friðrik Dór**

... og 35 önnur Pottþétt lög.

HAGKAUP
Ein ferð betra verð

SÍMAHULSTRIÐ KEMUR UPP UM ÞIG

Nú á dögum eiga margir snjallsíma með skrautlegu símahulstri sem í flestum tilfellum kemur upp um eigandann. Við ræddum við nokkra Íslendinga og spurðum þá út í símahulstrin þeirra. elly@365.is

LISTRÆN

Andrea Thoroddsen

Sími: iPhone 4

„Þetta er hulstur sem vinkona mín gaf mér í jólagjöf og mér finnst mjög flott en það er bara spari því það verndar ekki símann ef ég missi hann.“

FLIPPUÐ

Erna Margrét Oddsdóttir

Sími: iPhone 5

„Mér finnst svo gaman að kaupa mér flippuð og skemmtileg hulstur, svo ver þetta græjuna líka í leiðinni.

Börn Hrefnu heita Bertram Skuggi og Hrafnhildur Skugga.

DÝRAVINUR

Hrefna Rósa Sætran

Sími: iPhone 5

MYNDIR/ELLÝ ÁRMANNS

„Þetta hulstur fékk ég á Neko, sem er íslensk vefsíða með alls konar gúmmelaði á vefnum nekoshop.is. Annars kaupi ég mjög reglulega alls konar símahulstur og skipti reglulega. Ég elska kattardýr og sérstaklega svört kattardýr. Skugga, læðan mín heitin sem bæði börnin mín eru skírð eftir, var kolsvört.

FAGURKERI

Eva Dögg Sigurgeirsdóttir

Sími: iPhone 5

„Þetta er Michael Kors-veski fyrir Iphone 5 sem geymir kreditkort og peninga líka. Ég var orðin svo leið á þessum hulstrum alltaf hreint og ekkert nógu flott því mér finnst síminn svo fallegur að ég vil njóta hans þegar ég tala í hann og geymi hann svo í veskinu þegar ég er ekki að nota hann. Síðan er ég með spegilfilmu framan á símanum til að geta speglað mig í tíma og ótíma–djók! En grínlaust heitir filman „Glam screen“ og er nýjasta æðið hjá Kardashian-skvísunum.

KLAUFI

Helga Hrund Friðriksdóttir

Sími: iPhone 5

„Ég nota þetta hulstur af því að ég er algjör klaufi og er alltaf að missa símann minn. Svo finnst mér bleikur litur vera svo flottur á svörtu.

LITAGLAÐUR

Atli Dan Ólafsson

Sími: iPhone 5

„Ég er núna með appelsínugulan „bumper“. Ég fíla skæra liti en sumar-fílingurinn er enn þá í mér. Ég skipti um hulstur reglulega.

Helgi syngur Hauk
ásamt
THE CAPITAL DANCE ORCHESTRA
frá Berlin
Eldborg í Hörpu 11. október
THE CAPITAL DANCE ORCHESTRA
Miðasalan er hafin!
Sérstakir gestir:
Sigríður Thorlacius
Björgvin Halldórsson
Bogomil font
Þú getur nálgast þinn miða á:
harpa.is og midi.is

BÓNUS BÓNUS BÓNUS BÓNUS BÓNUS

GÆÐABAKSTUR
ORKUKUBBUR
FJÖLKORNABRAUÐ
600 gr

259 krónur 600gr

219 krónur 1 ltr.

ab-mjólk

759 krónur 750gr

KELLOGG'S SPECIAL K *750g*

598 krónur 500gr

BKI KAFFI *500g*

259 krónur 400g

298 krónur 400g

VINSÆLUSTU
BRINGURNAR Í BÓNUS

Euroshopper frosnar kjúklingabringur 900gr

1579 krónur 900gr

198 krónur 4 stk.

BÓNUS NÝBAKAÐAR MJÚKAR KRINGLUR *4 stk*

FRÁ AMERÍKU RAUÐ OG GRÆN
STEINALAUS VÍNBER

698 krónur kg

129 krónur 2 ltr.

259 krónur 2 ltr.

198 krónur 1.5 ltr

1998 krónur 45 þvottar

ARIEL ÞVOTTAEFNI *45 ÞVOTTAR*

359 krónur 4 rl.

BÓNUS ELDHÚSRÚLLUR *(4 x 60 BL*

AFGREIÐSLUTÍMI
FÖSTUDAGUR
10:00-19:30

BÓNUS EKKERT BRUÐL

VISA

BÓNUS BÓNUS BÓNUS BÓNUS
Rýmum fyrir haustslátrun 2013
98 krónur kg
KAUPFÉLAG SKAGFIRÐINGA
Frosin lambalifur
Haustslátrun 2012
2998 krónur kg
KAUPFÉLAG SKAGFIRÐINGA
Frosið lambafillet
Haustslátrun 2012
1998 krónur kg
SLÁTURFÉLAG SUÐURLANDS
Frosið lambalæri
Haustslátrun 2012
ÍSLANDSNAUT FERSKT 100% ÍSLENSKT UNGNAUTAKJÖT
ÍSLANDS NAUT
2298 krónur kg.
UNGNAUTAGÚLLAS
2298 krónur kg.
UNGNAUTASNITSEL
1498 krónur kg.
UNGNAUTAHAKK
FERSKUR GRÍSABÓGUR
Ali
698 krónur kg.
3598 krónur kg.
UNGNAUTARIBEY
BÓNUS NÝREYKTUR HAMBORGARHRYGGUR
1298 krónur kg
FROSIN FORELDUÐ PEKINGÖND
AROMATIC CRISPY DUCK
A whole boneless crispy aromatic duck with 24 pancakes and hoisin sauce
Simply add spring onions and cucumber
2998 kr. pk.
ÚRBEINUÐ PEKINGÖND
FROSIN OG FORELDUÐ 24 PÖNNUKÖKUR OG HOISIN SÓSA Þyngd: 600g
Spareribs
ALI FORELDUÐ SPARERIBS/GRÍSARIF
998 krónur kg
BAYONNE
ALI NÝREYKT BAYONSKINA ÚR LÆRI
1198 krónur kg
Tilbúið í álbakka beint í ofninn. Fínn matur fyrir fjóra
Matur fyrir fjóra
BÓNUS
LASAGNE
998 krónur bakkinn
Matur fyrir fjóra
BÓNUS
KJÚKLINGUR MEÐ NÚÐLUM OG GRÆNMETI
998 krónur bakkinn
AFGREIÐSLUTÍMI FÖSTUDAGUR 10:00-19:30
BÓNUS EKKERT BRUÐL
VISA
AFGREIÐSLUTÍMI FÖSTUDAGUR 10:00-19:30

Noel Gallagher hefur áhuga á samstarfi

Noel Gallagher úr Oasis hefur áhuga á að vinna með Damon Albarn, söngvara Blur.

Lagasmiðurinn og kjaftaskurinn Noel Gallagher úr hljómsveitinni Oasis segist hafa áhuga á að starfa með Damon Albarn, söngvara hljómsveitarinnar Blur, samkvæmt heimildarmanni The Sun. Oasis og Blur voru í mikilli vinsældakeppni á sínum tíma og blés ansi köldu þeirra á milli á þeim tíma. Það yrðu eflaust margir hrifnir ef Gallagher og Albarn stilltu sína strengi saman.

Hljómsveitin Oasis er hætt vegna ágreinings bræðranna Liams og Noels Gallagher. Blur er hins vegar enn starfandi. Samkvæmt heimildum The Sun tjáði Noel Gallagher sig um það að Oasis ætlaði ekki að koma fram á Glastonbury-hátíðinni 2014 og að sveitin myndi ekki spila á næstunni.

HEFUR ÁHUGA Á SAMSTARFI Noel Gallagher hefur áhuga á að vinna með Damon Albarn.

Hættur í leiklist

Leikarinn Jack Nicholson leggur leiklistina á hilluna.

JACK NICHOLSON

Hinn 76 ára gamli stórleikari Jack Nicholson er sagður hafa lagt leiklistina á hilluna. Ef marka má heimildir vefsíðunnar Radaronline er minnisleysi talið ástæða þess að Jack er hættur að leika. Jack hefur hægt og rólega dregið sig í hlé frá leiklistinni og hefur ekkert sést á hvíta tjaldinu síðan árið 2010, þegar hann lék í kvikmyndinni How Do You Know sem fékk misgóða dóma. „Hann mun samt sitja á hliðarlínunni á heimaleikjum Los Angeles Lakers,“ sagði heimildarmaður Radaronline en Nicholson er dyggur stuðningsmaður þeirra í NBA-deildinni og kryddar oft tilveruna á leikjum. Nicholson hefur unnið þrenn Óskarsverðlaun á ferli sínum og verður hans án nokkurs vafa sárt saknað í kvikmyndaheiminum.

TEKINN VIÐ Árni Ásgeirsson stýrir vinnusmiðju á vegum Riff. Smiðjan er ætluð ungu kvikmyndagerðarfólki og enn er opið fyrir skráningu. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON

Tekinn við keflinu

Árni Ásgeirsson leikstjóri stýrir vinnusmiðju á vegum Alþjóðlegu kvikmyndahátíðarinnar í Reykjavík. Smiðjan er ætluð ungu kvikmyndagerðarfólki.

„Þessi vinnusmiðja er búin að vera í gangi í nokkur ár og ég tek nú við keflinu af Marteini Þórssyni leikstjóra,“ segir leikstjórinn Árni Ásgeirsson, sem stýrir vinnusmiðju á vegum Alþjóðlegu kvikmyndahátíðarinnar í Reykjavík, Riff. Hátíðin fer fram dagana 26. september til 6. október.

Smiðjan stendur yfir í fimm daga og fá þátttakendur hennar tækifæri til þess að hitta þá leikstjóra og framleiðendur er sækja Riff í ár.

„Vinnusmiðjan er ætluð ungu kvikmyndagerðarfólki alls staðar að úr heiminum. Það kemur til okkar og sækir alls kyns námskeið og fyrirlestra með starfandi kvikmyndagerðarmönnum, leikstjórum, handritshöfundum og framleiðendum. Þetta er kjörið tækifæri fyrir þetta unga fólk að reyna að mjólka upplýsingar úr fagmönnunum.“

Annað markmið vinnusmiðjunnar er að aðstoða þátttakendur hennar við að slípa til handritin að þeirra fyrstu kvikmynd í fullri lengd. „Flestir þátttakendur smiðjunnar eru með hugmynd að sinni fyrstu kvikmynd í fullri lengd og ráðgjafar okkar munu aðstoða þá við að slípa hugmyndina og kjarna hana. Unga fólkið mun svo „pitcha“ hugmynd sinni fyrir dómnefnd sem mun að lokum veita verðlaun fyrir áhugaverðustu söguna,“ útskýrir Árni. „Svona smiðjur eru einnig góð leið fyrir ungt fólk innan bransans til að kynnast og „networka“, eins og maður kallar það á ensku.“

Aðspurður segist Árni ekki geta látið neitt uppi um hvaða leikstjórar munu taka þátt í smiðjunni að svo stöddu. „Það er góð ástæða fyrir því að nöfnunum er haldið leyndum, en ég get lofað því að fólk verður ekki fyrir vonbrigðum.“

Enn er opið fyrir skráningu í vinnusmiðjuna á vefsíðu Riff og kostar þátttaka um fjörutíu þúsund krónur. sara@frettabladid.is

➜ Þátttakendur eru valdir inn í vinnustofuna og því ekki víst að allir sem sækja um fái pláss. Umsækjendur þurfa að búa yfir reynslu og helst vera með hugmynd að mynd í fullri lengd, þótt slíkt sé ekki nauðsynlegt.

FRÁ ÆFINGU MARY POPPINS Hér má sjá dansarann Leif Eiríksson og leikarana Guðjón Davíð Karlsson og Jóhönnu Vigdísi Arnardóttur. FRÉTTABLAÐIÐ/PJETUR

Poppins snýr aftur

Viðamesta sýning Borgarleikhússins til þessa.

Söngleikurinn Mary Poppins fer aftur á svið Borgarleikhússins í dag. Alls eru fimmtíu manns á sviðinu í Mary Poppins og mikill fjöldi á bak við tjöldin.

Tónlistin úr söngleiknum er nú komin út á geisladisk. Tónlistarstjóri er Agnar Már Magnússon en hann leiðir ellefu manna hljómsveit sem spilar í sýningunni. Bergur Þór Ingólfsson leikstýrir verkinu og Gísli Rúnar Jónsson annaðist þýðingu á lausu og bundnu máli.

Leikmyndahönnuður er Petr Hloušek og María Ólafsdóttir hannar búninga. Danshöfundur sýningarinnar er einn vinsælasti danshöfundur Evrópu, Lee Proud, og Íslenski dansflokkurinn tekur þátt í sýningunni. Jóhanna Vigdís Arnardóttir og Guðjón Davíð Karlsson eru í hlutverkum Mary Poppins og sótarans Berts. - ósk

Best klædda konan 2012

Tískuvikan í New York hófst formlega með verðlaunahátíðinni Style Awards. Kynnir hátíðarinnar var Nicole Richie. Verðlaun voru veitt í nokkrum flokkum og kom það sjálfsagt fáum á óvart að stjörnustílistinn Rachel Zoe var valin best klædda konan árið 2012. Zoe er eftirsóttasti stílistinn í Hollywood en fastakúnnar hennar eru stjörnur á borð við Jennifer Garner, Anne Hathaway, Cameron Diaz, og Demi Moore. Zoe á von á sínu öðru barni á næsta ári en fyrir á hún soninn Skyler sem er tveggja ára.

BEST KLÆDD Stjörnustílistinn Rachel Zoe var valin best klædda konan á Style Awards. NORDICPHOTOS/GETTY

Our Moment
THE DEBUT FRAGRANCE
FROM ONE DIRECTION
Our Moment
ONE DIRECTION
Copyright: Eden Parfums 2013
Our Moment ilmurinn frumsýndur kl. 15 í dag, 6. september í Hagkaup Smáralind.
Fyrstu 100 sem kaupa ilmvatnið í Smáralind fá boðsmiða
í bíó fyrir 2 á One Direction myndina This is Us.
HAGKAUP
Ein ferð betra verð

Við sigruðum þá… næstum því

BAKÞANKAR
Kolbeins Tuma Daðasonar

Íslenska karlalandsliðið í knattspyrnu mætir kollegum sínum frá Sviss í undankeppni heimsmeistaramótsins í Bern í kvöld. Sem fyrr mun stór hluti þjóðarinnar setjast við skjáinn með litlar opinberar væntingar en hjartað fullt af draumum.

STÓRÞJÓÐIR hafa sótt Ísland heim í keppnisleikjum og yfirgefið klakann með skottið á milli lappanna. A-Þýskaland, Spánn, Rússland og Tékkland hafa farið tómhent upp í flugvél, auk þess sem ekki ómerkari þjóðir en Frakkar og Þjóðverjar hafa grátið töpuð stig í Laugardal.

VIÐ sigruðum þá næstum því“ er lína úr skemmtilegri auglýsingu fyrir íslenska bjórtegund. Þar segja íslenskir knattspyrnuáhugamenn ferðamanni nokkrum frá einum glæstasta sigri íslenska landsliðsins: 3-2 tapinu gegn heimsmeisturum Frakka í París árið 1999.

SVO vel stóðu okkar menn sig í þeim leik að í minningunni er eins og við höfum unnið sigur. Reyndar skoruðu Íslendingar fleiri mörk í leiknum ef út í það er farið. Ríkharður Daðason, hetjan úr 1-1 jafnteflinu gegn Frökkum á Laugardalsvelli ári fyrr, hafði ekki stillt miðið betur en svo snemma leiks að knötturinn hafnaði í röngu marki. Hefði sá misskilningur ekki átt sér stað er deginum ljósara að frækinn 3-2 sigur hefði unnist. Bölvuð óheppni.

ÚTISIGRAR Íslands í keppnisleikjum hafa ekki verið daglegt brauð frá þeim fyrsta gegn Tyrkjum árið 1980, langt í frá. Fjarri heimaslóðum hefur reynst erfitt að ná í góð úrslit. Enn hefur ekki unnist sigur á stórþjóð á útivelli en jafntefli gegn Sovétmönnum og Úkraínu standa líkast til upp úr. Sigrum á Noregi, Norður-Írlandi, Litháen og Ungverjalandi var að sjálfsögðu einnig vel fagnað. Svo ekki sé minnst á nýlegar frægðarfarir til Albaníu og Slóveníu.

KARLALANDSLIÐINU gefst tækifæri til að skrá sig í sögubækurnar í kvöld. Sigur á fimmtánda sterkasta landsliði heimsins yrði án nokkurs vafa sá stærsti fjarri heimahögunum í sögunni. Sigurinn yrði sá þriðji á útivelli í yfirstandandi undankeppni en þeim árangri hafa okkar menn aldrei náð. Landsliðsþjálfarinn er raunsær bjartsýnismaður og segir þokkalegar líkur á sigri. Mínar væntingar eru litlar en draumarnir þeim mun fallegri.

Vilja frekar vera með sixpakk

Konráð Gíslason einkaþjálfari stendur fyrir pósunámskeiði fyrir keppendur í Bikarmóti í fitness. Segir mikilvægt að kunna að gefa af sér á sviðinu.

„Við kennum stelpum og strákum að koma fram á sviði, sýna sína helstu kosti og fela gallana,“ segir Konráð Gíslason, einkaþjálfari og eigandi Icelandfitness. Hann stendur fyrir pósunámskeiði fyrir keppendur á Bikarmóti í fitness og vaxtarrækt sem haldið verður þann 14. september næstkomandi.

Undirbúningur fyrir mótið nú er í fullum gangi en að sögn Konráðs taka um 120 manns þátt að þessu sinni. „Hópurinn sem tekur þátt í svona keppnum fer alltaf stækkandi en það eru yfirleitt um fimmtíu manns sem koma á námskeiðin til okkar. Þetta er búið að taka mikið frá fegurðarsamkeppnunum. Stelpurnar vilja frekar vera með sixpakk og í góðu formi en bara vera sætar.“

STELLINGAR Tilvonandi keppendur í fitness æfa sig í að pósa. MYND/IFITNESS

Þátttakendum er skipt í nokkra hópa og meðal annars eru kenndar pósur og frjálsar stöður. „Við reynum að hafa gaman og stelpurnar mæta oftast í bikiníi og á hælum eins og þær eru í þegar þær koma fram í keppninni.“

Konráð segir alla geta lært að pósa og að það að kunna að pósa sé mjög mikilvægt fyrir keppendur vilji fólk ná árangri. „Það er gríðarlega mikilvægt að kunna að pósa og koma fram. Þú getur verið í gríðarlegu formi og flottur en það skiptir líka máli að kunna að gefa af sér á sviðinu og sýna útgeislun.“ - hó

Eddie Murphy og Snoop Lion saman

Leikarinn Eddie Murphy hefur gefið út nýtt lag og nýtur aðstoðar rapparans vinsæla, Snoop Lion.

Grínistinn Eddie Murphy kom fólki á óvart á samskiptamiðlinum Twitter á dögunum með því að frumflytja þar nýtt lag. Snoop Lion, sem áður var þekktur sem Snoop Dogg, syngur einnig í laginu. Lagið heitir Red Light og er reggílag. Lagið verður á væntanlegri plötu leikarans sem mun heita 9.

Eddie Murphy, sem er betur þekktur sem grínisti og leikari, er enginn nýgræðingur þegar kemur að söng og hefur sungið í fjölda kvikmynda sem hann hefur leikið í. Murphy hefur einnig gefið út þrjár sólóplötur en þær komu út á árunum 1985 til 1993. Á þeim plötum naut hann einnig aðstoðar margra snillinga á borð við Stevie Wonder, Nile Rodgers og Michael Jackson. Hans stærsti smellur hingað til er lagið Party All the Time sem kom út árið 1985.

GEFUR ÚT LAG Eddie Murphy gefur út lag með Snoop Lion. NORDICPHOTOS/GETTY

SAMBÍÓIN

KVIKMYNDAÚRVALIÐ ER Í SAMBÍÓUNUM
SAMBÍÓIN Á TOPPNUM Í 30 ÁR
KYNNTU ÞÉR MÁLIÐ Á SAMbio.is

SAMBÍÓIN ÁLFABAKKA

CITY OF BONES	KL. 5:20 - 8 - 10:40	12
CITY OF BONES VIP	KL. 5:20 - 8	VIP
THE CONJURING	KL. 5:40 - 8 - 9 - 10:30	16
THE CONJURING VIP	KL. 10:40	VIP
FLUGVÉLAR ÍSL TAL 3D	KL. 3:40 - 5:50	L
FLUGVÉLAR ÍSL TAL 2D	KL. 4:10 - 6:20	L
THE BLING RING	KL. 10:40	16
WE'RE THE MILLERS	KL. 8 - 10:30	12
RED 2	KL. 8	12
SKRÍMSLA HÁSKÓLINN ÍSL TAL	KL. 3D: 3:20 2D: 3:20 - 5:40	L
SAMMY 2 ÍSL TAL 2D	KL. 3:40 TILBOÐ 400 KR.	L

SAMBÍÓIN AKUREYRI

CITY OF BONES	KL. 8 - 10:30	12
THE CONJURING	KL. 10:40	16
FLUGVÉLAR ÍSL TAL 3D	KL. 5:50	L
WE'RE THE MILLERS	KL. 8	12
SKRÍMSLA HÁSKÓLINN ÍSL TAL 3D	KL. 5:40	L

TRYGGÐU ÞÉR MIÐA Á SAMbio.is

SAMBÍÓIN EGILSHÖLL

CITY OF BONES	KL. 5:20 - 8 - 10:40	12
THE CONJURING	KL. 8 - 10:30	16
FLUGVÉLAR ÍSL TAL 2D	KL. 5:50	L
KICK-ASS 2	KL. 5:40 - 8 - 10:20	16
WE'RE THE MILLERS	KL. 5:30 - 8 - 9 - 10:30	12

SAMBÍÓIN KRINGLUNNI NÚMERUÐ SÆTI

CITY OF BONES	KL. 6 - 9 - 10	12
THE CONJURING	KL. 10:30	16
FLUGVÉLAR ÍSL TAL 3D	KL. 3:40 - 5:50	L
FLUGVÉLAR ÍSL TAL 2D	KL. 4 - 6	L
THE BLING RING	KL. 8	16
WE'RE THE MILLERS	KL. 8	12
SKRÍMSLA HÁSKÓLINN ÍSL TAL 3D	KL. 3:40	L

SAMBÍÓIN KEFLAVÍK

CITY OF BONES	KL. 10	12
THE CONJURING	KL. 10:20	16
ÖLLI	KL. 8	L
ELYSIUM	KL. 8	16
FLUGVÉLAR ÍSL TAL 3D	KL. 5:50	L
STRUMPARNIR ÍSL TAL 2D	KL. 5:40	L

SMÁRABÍÓ HÁSKÓLABÍÓ

SMÁRABÍÓ 5%

THIS IS US 3D	KL. 3.30 - 5.45 - 8 - 10.15	L
THIS IS US 3D LÚXUS	KL. 3.30 - 5.45	L
JOBS	KL. 8 - 10.40	12
FLUGVÉLAR 2D ÍSL TAL	KL 3.20 - 5.50	L
ELYSIUM	KL. 8 - 10.25	16
ELYSIUM LÚXUS	KL. 10.25	16
PERCY JACKSON	KL. 3.20 - 5.40	10
2 GUNS	KL. 8 - 10.30	14
2 GUNS LÚXUS	KL. 8	14
STRUMPARNIR 2D ÍSL TAL	KL. 3.20 - 5.40	L

Miðasala á: midi.is og eMiði

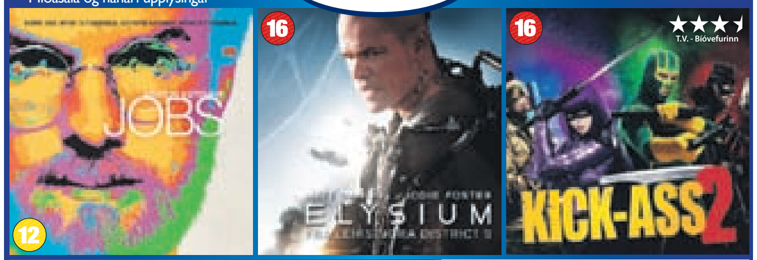
HÁSKÓLABÍÓ 5%

THIS IS US 3D	KL. 5.45 - 8 - 10.15	L
HROSS Í OSS	KL. 6 - 8 - 10	12
ELYSIUM	KL. 10.20	16
PERCY JACKSON	KL. 5.40 - 8	10
2 GUNS	KL. 8 - 10.30	14
STRUMPARNIR 2D ÍSL TAL	KL. 5.40	L

BORGARBÍÓ NÁNAR Á MIÐI.IS

THIS IS US 3D	KL. 6 - 8	L			
JOBS	KL. 8	12	HROSS Í OSS	KL. 6	12
2 GUNS	KL. 10.15	14	ELYSIUM	KL. 10	16

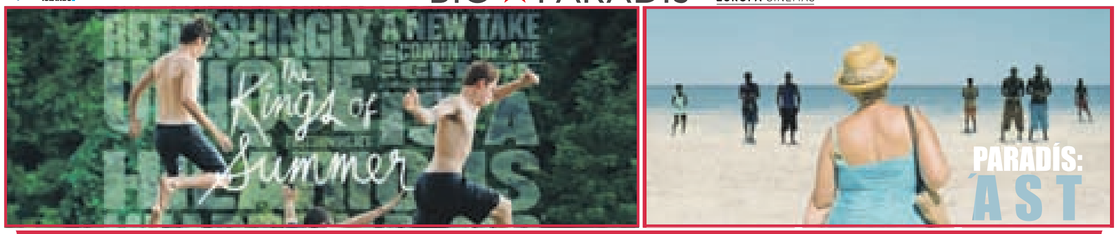
midi.is Miðasala og nánari upplýsingar
LAUGARÁS BÍÓ
5%
www.laugarasbio.is
-bara lúxus sími 553 2075



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

LAUGARÁSBÍÓ	Sýningartímar	
JOBS	5, 8, 10.40	12
ELYSIUM	8, 10.20	16
KICK ASS 2	8, 10.20	16
STRUMPARNIR 2	3.30, 5.45 2D	L
PERCY JACKSON	3.30, 5.45	10

BÍÓ ★ PARADÍS
EUROPA CINEMAS



SJÁ SÝNINGARTÍMA Á WWW.BIOPARADIS.IS - Miðasala: 412 7711 - Hverfisgata 54 - bioparadis.is - Hluti af Europa Cinemas

Vergara hæst launuð

Vann sér inn 30 milljónir dollara á síðasta ári.

Hin kynþokkafulla leikkona Sofia Vergara úr þáttunum Modern Family er hæst launaða leikkonan í bandarísku sjónvarpi. Þetta er annað árið í röð sem kólumbíska leikkonan trónir á toppi þessa lista. Sofia vann sér inn 30 milljónir dollara á síðasta ári samkvæmt tímaritinu Forbes. Á eftir Sofiu koma leikkonurnar Mariska Hargitay úr Law and Order og Kaley Cuoco úr Big Bang Theory en þær þénuðu báðar um ellefu milljónir dollara á síðasta ári. Athygli vekur að systurnar Kourtney, Kim og Khloe Kardashian úr þáttunum Keeping Up With The Kardashian eru í fjórða sæti listans með um tíu milljónir dollara.

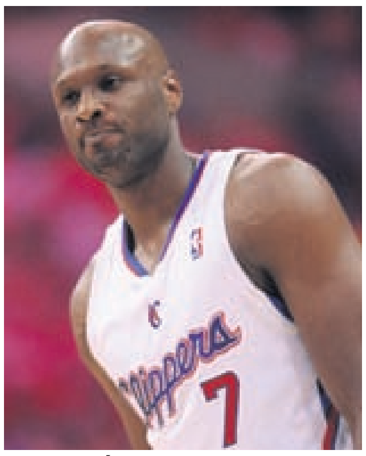
HÆST LAUNUÐ Sofia Vergara úr Modern Family er hæst launaða leikkonan í bandarísku sjónvarpi. NORDICPHOTOS/GETTY

Fyrirsætur ljá hjálparhönd

Moss og Campbell endurhanna Adidas-skó til styrktar sam-og tvíkynhneigðum.

Kate Moss, Naomi Campbell og Kylie Minogue voru fengnar til þess að endurhanna Adidas-skó til styrktar Stonewall-góðgerðasamtökunum. Samtökin, sem eru bresk, beita sér fyrir því að safna fé fyrir sam- og tvíkynhneigt fólk í Bretlandi. Samtökin fengu Moss, Campbell og Minogue til liðs við sig í ár og eiga þær að endurhanna strigaskó frá Adidas. Þær fá allar upprunalega útgáfu af Adidas-skóm, sem þær síðan endurhanna hver á sinn hátt. Hver hönnun verður svo seld á uppboði og rennur allur ágóði óskertur til Stonewall-samtakanna. Það eru fleiri frægir sem leggja samtökunum lið en söngvararnir Boy George og Sir Elton John koma einnig að söfnuninni.

STYRKJA GOTT MÁLEFNI Kate Moss, Naomi Campbell og Kylie Minogue leggja sitt af mörkum fyrir Stonewall-góðgerðasamtökin og safna fé fyrir sam- og tvíkynhneigða í Bretlandi. NORDICPHOTOS/GETTY



LEITAR HJÁLPAR Körfuknattleiksmaðurinn Lamar Odom er farinn í meðferð. NORDICPHOTOS/GETTY

Lamar Odom í meðferð

Bandaríski körfuknattleiksmaðurinn Lamar Odom er farinn í meðferð vegna vímuefnavanda síns. „Hann er búinn að átta sig á því að hann þarf hjálp," hefur tímaritið People eftir heimildarmanni sínum.

Odom hefur mikið verið í umræðunni undanfarna daga sökum vímuefnavanda síns og var meðal annars tekinn við ölvunarakstur á dögunum. Fjölmiðlar telja að vímuefnavandi Odoms hafi eyðilagt hjónaband hans og raunveruleikastjörnunnar Khloe Kardashian en þau hafa ekki sést opinberlega saman síðan í júní.

GÍTARSNILLINGUR Jimi Hendrix samdi lög á borð við Purple Haze.

Heimildarmynd um Hendrix

Ný heimildarmynd um Jimi Hendrix verður gefin út þann fimmta nóvember næstkomandi, ásamt upptöku af tónleikum frá átjánda maí 1968 sem The Jimi Hendrix Experience flutti á The Miami Pop Festival. Upptakan hefur aldrei verið gefin út fyrr.

Heimildarmyndin mun bera nafnið Jimi Hendrix: Hear My Train A Comin' og verður meðal annars sýnd sem hluti af myndaröðinni The American Masters á PBS-sjónvarpsstöðinni í Bandaríkjunum. Myndinni er leikstýrt af Bob Smeaton, sem leikstýrði einnig myndum á borð við The Beatles Anthropology og Festival Express. - ósk

Vildi ekki fara frá Spurs

Gylfi Þór Sigurðsson verður í eldlínunni með íslenska landsliðinu á Stade de Suisse á morgun. Það hefur mikið gengið á hjá félagi hans, Tottenham, upp á síðkastið.

Gareth Bale er farinn til Real Madrid og fjölmargir leikmenn hafa verið fengnir til liðsins í hans stað og þeir eru ansi dýrir margir hverjir. Svo margir að í nokkrum fjölmiðlum var því fleygt fram að Gylfi yrði lánaður. Hvað var að gerast?

„Það var ekkert þannig í gangi. Hvorki hjá mér né Tottenham. Ég hef byrjað þrjá af síðustu fjórum til fimm leikjum. Ég er sáttur við það. Í toppklúbbunum er samt alltaf mikil samkeppni um stöður og ég verð því að berjast fyrir mínu,“ sagði Gylfi en ansi margir leikmenn voru keyptir sem geta spilað sömu stöðu og hann.

„Þeir eru kannski búnir að kaupa svolítið mikið af miðjumönnum,“ sagði Gylfi og glotti við tönn. - hbg

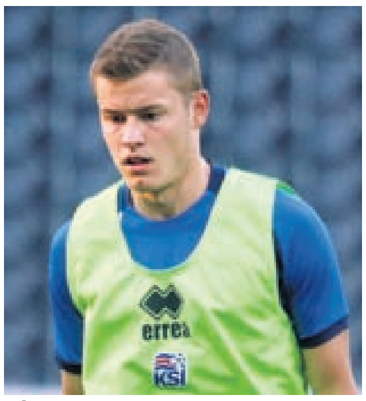
Gæti verið sprautaður fyrir leik

FÓTBOLTI Meiðsli hafa verið að plaga íslenska liðið í undirbúningi leiksins. Emil Hallfreðsson er farinn heim vegna sinna meiðsla og þeir Sölvi Geir Ottesen og Gunnar Heiðar Þorvaldsson æfðu ekkert síðustu tvo daga vegna meiðsla. Alfreð Finnbogason hefur aftur á móti verið að taka þátt í æfingum síðustu daga en ekki var endilega búist við því.

„Ég hef verið betri en meiðslin skána með hverjum degi. Það verður naumt að ég nái þessum leik. Ef ekki þá er mikill möguleiki á að ég nái leiknum eftir helgi,“ sagði Alfreð í gær.

„Það er brot fremst í tánni og í raun ekkert hægt að gera. Ef ég vil spila þá þarf að deyfa mig fyrir leikinn. Þá er aftur á móti möguleiki á því að ég verði lengur frá í kjölfarið. Það hefur gengið ágætlega á æfingunum og ég hef gert eins mikið og ég get,“ sagði Alfreð en er hann til í að láta sprauta sig fyrir leikinn?

„Það verður bara að koma í ljós. Það verður gott að heyra hvernig læknirinn metur þetta. Fyrst maður er kominn hingað þá vill maður auðvitað að spila en sjáum hvað setur.“ - hbg



TÁBROTINN Þátttaka Alfreðs gegn Sviss er í uppnámi. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

KLÁR Í SLAGINN Ragnar verður í eldlínunni í kvöld. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Munum berja á þeim

FÓTBOLTI Það mun væntanlega mikið mæða á miðverðinum Ragnari Sigurðssyni í leiknum í kvöld. Sviss er með gríðarlega öflugt sóknarlið og það verður væntanlega nóg að gera hjá Ragnari og félögum.

„Það er alltaf skemmtilegast að spila við þjóðir sem eiga að vera betri en við. Það er ákveðin áskorun og við erum búnir undir hana,“ sagði Ragnar ákveðinn.

„Þeir eru ótrúlega flinkir í fótbolta. Ég held að þeir séu með betra lið en við á pappírunum. Það gefur aukinn kraft og við verðum tilbúnir í slaginn.“

Ragnar ætlar enga virðingu að bera fyrir mótherjum sínum á morgun og mun láta þá finna fyrir sér.

„Við verðum að brjóta þá niður og vera sterkari og grimmari í návígi. Það búast allir við því að þeir valti yfir okkur og spili í kringum okkur. Þá verðum við að berja aðeins á þeim. Við erum líka með sterka sóknarmenn. Ef við spilum góða vörn og skorum nokkur mörk gætum við tekið þá. Ég held alltaf að ég vinni er ég labba inn á völlinn og ég hef trú á því að við séum að fara að vinna leikinn.“

- hbg

Gera ekki kröfu um neitt

Eiður Smári Guðjohnsen og Gunnleifur Gunnleifsson gætu komið inn í byrjunarlið Íslands í kvöld. Gunnleifur varði mark Íslands í síðasta leik og hefur staðið sig vel í sumar. Eiður Smári hefur aftur á móti átt flottar innkomur í liðið og breytt spili liðsins til hins betra.

Henry Birgir Gunnarsson
henry@frettabladid.is
Valgarður Gíslason
valli@365.is
Frá Bern í Sviss

FÓTBOLTI „Ég geri enga kröfu um sæti í byrjunarliðinu. Ég reyni bara að sýna hvað ég get þegar ég spila og ég reyni sérstaklega að hafa gaman af þessu. Það er mikil jákvæðni í kringum íslenska liðið þessa dagana og við höfum náð að standa svolítið undir því.

Það er gríðarlegt tækifæri sem við stöndum frammi fyrir núna og við verðum að reyna að grípa það með báðum höndum,“ sagði Eiður Smári Guðjohnsen á hóteli íslenska liðsins í gær.

Hann hefur verið að koma sterkur inn í íslenska liðið upp á síðkastið og margir vilja sjá hann fá tækifæri í 90 mínútur.

Liðið tók eina morgunæfingu í gær en það var síðasta æfing liðsins fyrir leikinn. Leikmenn voru í hvíld seinni partinn en munu aðeins hrista sig til áður en þeir halda á Stade de Suisse í leikinn mikilvæga.

„Ég held að þetta sé þannig leikur að ef við tökum einhver stig með okkur heim væri það frábært afrek. Það er óhætt að segja að Sviss sé með sterkasta liðið í þessum riðli. Við vitum vel að þetta verður gríðarlega erfitt en við verðum að reyna að spila okkar besta leik.“

Eiður hefur ekki spilað mikið upp á síðkastið og hefur verið orðaður við brottför frá félagi sínu Club Brügge. Treystir hann sér í að spila í 90 mínútur?

„Ég er alltaf maður í að spila en tek bara því hlutverki sem mér er gefið. Það fer væntanlega eftir því hvernig við setjum leikinn upp og hvernig hann þróast. Það er alveg ljóst að við þurfum að vera mjög agaðir og þolinmóðir. Ef við gerum það þá höfum við nóga góða leikmenn og liðsheild til þess að gera út um leikinn.“

Gunnleifur Gunnleifsson markvörður var sem fyrr léttur í lundu er Fréttablaðið hitti á hann í gær. Gunnleifur hefur átt frábært ár í marki Breiðabliks og margir sem tippa á að hann verði í byrjunarliðinu í dag.

„Ég hef ekki hugmynd um hvort ég verði í byrjunarliðinu. Auðvitað er ég klár í að spila eins og allir hinir. Þjálfararnir velja liðið og við stöndum allir á bak við þá,“ sagði Gunnleifur. Verður hann ekkert brjálaður ef hann verður ekki valinn? „Ég er hættur að æsa mig yfir hlutunum. Ég held minni ró og styð mitt lið.“

Það er hvorki svartsýni í íslenska liðinu né minnimáttarkennd. Leikmenn ætla sér að koma Sviss á óvart og fá eitthvað út úr leiknum.

„Eins og venjulega hjá íslenska landsliðinu er stemningin í hópnum frábær. Ef við vinnum þrjá af síðustu fjórum leikjunum þá ættum við að vera í öðru sæti og komast í umspil. Við ætlum að reyna að ná því sem fyrst,“ sagði Gunnleifur en í Sviss hafa heimamenn ekki miklar áhyggjur af íslenska liðinu.

„Ég vona að þeir haldi að þeir geti tekið þetta með vinstri. Við teljum okkur hafa fundið einhverja veikleika hjá þeim. Það verður svo að koma í ljós hvort það það dugar okkur í þessum leik.“

REYNSLUBOLTAR Eiður Smári og Gunnleifur Gunnleifsson hafa verið í íslenska landsliðinu í mörg ár og mikil reynsla sem býr í þeim báðum. Þeir hafa ekki verið í byrjunarliðinu undanfarið en spurning hvað gerist í kvöld. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

tl.is

TÖLVU LISTINN

ASUS SPJALDTÖLVUR

ASUS

7" FONEPAD SPJALDTÖLVA MEÐ 3G OG SÍMA !

Það besta við Fonepad er að hún er með 3G og nær netinu hvar sem er. Alvöru Intel Atom örgjörvi sem gerir hana ofurhraða í vinnslu. 10 punkta skarpur og skýr IPS skjár með góðri 1200x800 upplausn.

49.990

3G

ASU-ME371MG1B048A

NEXUS VERÐLAUNASPJALDTÖLVA

ASUS

Nexus spjaldtölvan er vinsælasta 7" hágæða spjaldtölvan okkar. Kemur hlaðin af öflugum vélbúnaði eins og Quad Core Tegra 3 örgjörva og GeForce Tegra 3 skjákorti. 32GB minni.

49.990

3G útgáfan á kr. 64.990

ASU-NEXUS71B068A

10" MEMO PAD

ASUS

Fyrir þá sem vilja alvöru gæði og stóran og góðan 10.1" skjá er MemoPad mjög góð kaup. Sterkbyggð og létt með Tegra 3 örgjörva og langri rafhlöðuendingu.

59.990

ASU-ME301T1B041A

7" MEMOPAD

ASUS

Hagkvæmasta Asus spjaldtölvan í úrvalinu okkar með Android 4.1 Jelly Bean. Stílhrein hönnun, löng rafhlöðuending og 7" skjár með 1024X800 upplausn. Mikið fyrir peninginn !

34.990

ASU-ME172V1B077A

PADFONE INFINITY

Padfone 2

ASUS

Einn fullkomnasti snjallsíminn á markaðnum sem hægt er að renna í 10" Padfone station og þá verður síminn að spjaldtölvu. Aðeins ein GSM áskrift fyrir símann og spjaldtölvuna sem sparar tugi þúsunda á ári í símagjöld. Öll forritin á einum stað.

10,1"

4,7"

199.990

ASU-PADFONE2INF32G

Rétt skref að fara í atvinnumennsku

Stella Sigurðardóttir og Karen Knútsdóttir leika báðar með danska handknattleiksliðinu SønderjyskE en þær þurfa að láta til skara skríða með liðinu strax frá byrjun. Mikil meiðsli hafa herjað á liðið korteri fyrir mót og mun mæða mikið á þeim frænkum.

HANDBOLTI Það er ávallt draumur hvers íþróttamanns að hafa lifibrauð af íþrótt sinni og gera það sem honum þykir skemmtilegast á hverjum degi.

Þær Stella Sigurðardóttir og Karen Knútsdóttir leika báðar með danska handboltaliðinu SønderjyskE en Stella ákvað eftir síðasta tímabil með Fram að taka skrefið og gerast atvinnumaður í handbolta.

Fram varð Íslandsmeistari í handknattleik í lok síðasta tímabils og því kjörinn tímapunktur fyrir þessa vinstri handar skyttu að kveðja Safamýrina og gerast atvinnumaður.

SønderjyskE mætir dönsku meisturunum í Midtjylland í fyrsta leik á útivelli í kvöld.

„Þetta var klárlega rétta skrefið fyrir mig að koma hingað út og fara í atvinnumennskuna,“ segir Stella Sigurðardóttir.

„Það er frábært að búa hér í þessum fallega bæ og gott að hafa kærastann mér við hlið,“ segir Stella en hún býr í Aabenraa í Danmörk sem er við landamæri Þýskalands. Handknattleiksmaðurinn Tandri Már Konráðsson er sambýlismaður Stellu en hann leikur með danska liðinu TMT og þekkir parið handboltalífið vel. Tandri lék áður með Stjörnunni og HK.

„Þetta voru strax mikil viðbrigði fyrir mig en hér úti eru allir leikir erfiðir og liðin ótrúlega sterk. Við erum með nokkuð sterkan hóp ef hann er fullskipaður en aftur á móti urðum við fyrir mikilli blóðtöku í síðasta æfingaleik liðsins fyrir mót. Þá urðu tvær stelpur fyrir því óláni að meiðast illa og verða nokkuð lengi frá keppni.“

SønderjyskE þarf því á öllu sínum leikmönnum að halda strax frá upphafi móts en línumaður liðsins sleit krossband í hné og verður frá út tímabilið. Einnig er eina örvhenta skytta liðsins töluvert meidd og missir af upphafi mótsins.

„Fyrir utan að þetta eru tveir frábærir leikmenn þá eru þær gríðarlega mikilvægir karakterar í hópnum. Ég mun líklega spila hægra megin fyrir utan í kvöld en ég ætti alveg að ráða við það. Hægri skyttan var í raun mín staða þegar ég kom upp í meistaraflokkinn hjá Fram og ég hóf minn feril þar. Reyndar hef ég lítið leikið þá stöðu í nokkur ár en það ætti samt að ganga upp í leiknum á morgun.“

Stella hefur undanfarin ár verið ein besta handknattleikskona Íslands og farið á kostum í N1-deildinni. Nú er stóra prófið fram undan.

„Það er allt til alls hérna úti og frábærar aðstæður fyrir okkur. Það er einnig gott að hafa íslenskan þjálfara sem maður getur leitað til.“

Ágúst Jóhannsson er þjálfari SönderjyskE sem og landsliðsþjálfari Íslands og þekkir hann því bæði Stellu og Karen vel. Hann tók við liðinu fyrir skömmu en SönderjyskE hafnaði í níunda sæti dönsku úrvalsdeildarinnar á síðasta tímabili.

„Við ætlum að halda sæti okkar í deildinni á þessu tímabili og það er aðalmarkmið liðsins. Síðan verður staðan tekin um jólin og þá þarf kannski að setja sér ný markmið,“ segir Stella.

„Við erum að fara að mæta dönsku meisturunum í fyrstu umferð og maður er í raun mjög spenntur en einnig er töluvert stress í gangi í hópnum,“ segir Karen Knútsdóttir í samtali við Fréttablaðið.

ÆVINTÝRI Frænkurnar Stella Sigurðardóttir (til vinstri) og Karen Knútsdóttir (til hægri) lifa drauminn í Danmörku. FRÉTTABLAÐIÐ/HARALDUR

„Þetta verður líklega nokkuð erfitt tímabil en við höfum fulla trú á okkar mannskap og ætlum okkur að dvelja áfram í efstu deild.“

Karen er leikstjórnandi liðsins. Hún gekk í raðir SønderjyskE í sumar og mikið mun mæða á henni í vetur.

„Ég hef ekki náð að taka nægilega vel þátt í undirbúningstímabilinu en verð klár fyrir leikinn á morgun.“

stefanp@365.is

KR-ingar endurheimta sína stráka í körfunni

PAVEL ERMOLINSKIJ
Aldur: 26 ára.
Leikstaða: Bakvörður.
Lék í millitíðinni hjá: Sundsvall og Norrköping í Svíþjóð.
Kom: Sumar 2013.
Fór frá KR: Til Svíþjóðar 2011.

Fjórir fyrrverandi leikmenn karlaliðs KR verða aftur í KR-búningnum á komandi tímabili í Dominos-deildinni.

KÖRFUBOLTI Pavel Ermolinskij skrifaði í fyrradag undir tveggja ára samning við KR og mun spila með liðinu í Dominos-deildinni. Þetta er gríðarlegur liðsstyrkur en Pavel var kosinn besti leikmaður deildarinnar þegar hann lék síðast með liðinu veturinn 2010 til 2011.

Það er ljóst að KR-ingar verða ekki árennilegir með Pavel í fararbroddi. Það vekur athygli að þótt Pavel sé ekki uppalinn í Vesturbænum er hann enn einn leikmaðurinn sem kemur aftur í KR eftir að hafa spilað annars staðar síðustu ár. Í fyrra sneru aftur þeir Helgi Már Magnússon og Brynjar Þór Björnsson en í sumar voru þrír uppaldir KR-ingar komnir heim áður en Pavel ákvað að semja við KR. Þetta eru þeir Magni Hafsteinsson, Darri Hilmarsson og Matthías Orri Sigurðarson. Sá síðastnefndi er yngri bróðir landsliðsbakvarðarins Jakobs Sigurðarsonar og var búinn að vera í skóla í Bandaríkjunum.

Magni er kominn aftur í KR eftir níu ára fjarveru og Darri er búinn að vera í burtu í þrjú tímabil. Allir hafa þessir strákar unnið Íslandsmeistaratitilinn með félaginu og einhver þeirra hefur tekið þátt í að vinna alla stóra titla KR-liðsins á þessari öld (2000, 2007, 2009 og 2011).

Hér með fréttinni má sjá strákana sem sneru heim í ár og í fyrra.

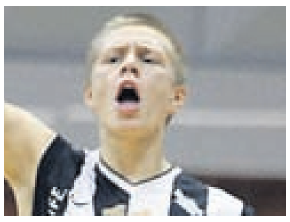
- óój

HELGI MÁR MAGNÚSSON
Aldur: 31 árs.
Leikstaða: Framherji.
Lék í millitíðinni hjá: Solna Vikings, Uppsala Basket og Stokkhólmi 08 í Svíþjóð.
Kom: Sumar 2012.
Fór frá KR: Til Svíþjóðar 2009.

BRYNJAR ÞÓR BJÖRNSSON
Aldur: 25 ára.
Leikstaða: Bakvörður.
Lék í millitíðinni hjá: Jamtland í Svíþjóð.
Kom: Sumar 2012.
Fór frá KR: Til Svíþjóðar 2011.

MAGNI HAFSTEINSSON
Aldur: 32 ára.
Leikstaða: Framherji.
Lék í millitíðinni hjá: Snæfelli og Fjölni.
Kom: Sumar 2013.
Fór frá KR: Til Snæfells 2004.

DARRI HILMARSSON
Aldur: 26 ára.
Leikstaða: Framherji.
Lék í millitíðinni hjá: Hamar og Þór Þorlákshöfn.
Kom: Sumar 2013.
Fór frá KR: Til Hamars 2010.



MATTHÍAS ORRI SIGURÐARSON
Aldur: 19 ára.
Leikstaða: Bakvörður.
Lék í millitíðinni hjá: Í skóla í Bandaríkjunum.
Kom: Sumar 2013.
Fór frá KR: Til BNA 2011.

ÍSLENSKUR

GÓÐOSTUR

– GÓÐUR Á BRAUÐ –

DAGSKRÁ

Í KVÖLD

Stöð 2 kl 20.15

Bara grín

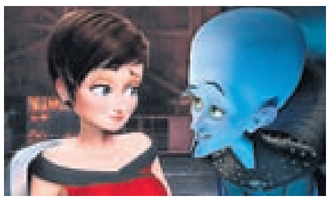
Sprenghlægilegur og stórskemmtilegur gamanþáttur þar sem Björn Bragi Arnarsson rifjar upp bestu gamanþættina úr sögu Stöðvar 2 með myndbrotum og viðtölum við þau sem komu að gerð þáttanna. Þær þáttaraðir sem teknar verða til umfjöllunar eru Fóstbræður, Stelpurnar, 70 mínútur og Steindinn okkar auk Vaktaþáttaraðanna svokölluðu; Næturvaktarinnar, Dagvaktarinnar og Fangavaktarinnar.

Ástríður

STÖÐ 2 KL. 19.15 Tangónámskeið getur lífgað upp á ástarsambandið. Verst hvað Ástríður er lengi að tileinka sér réttar hreyfingar.

The Office

SKJÁR EINN KL. 20.45 Skrifstofustjórinn Michael Scott er hættur störfum hjá Dunder Mifflin en sá sem við tekur er enn undarlegri en fyrirrennarinn.



Ofvitinn

SJÓNVARPIÐ KL 20.30 Illmenni gerir út af við erkióvin sinn sem er ofurhetja en leiðist svo eftir það að hann býr til nýjan óvnald og þarf síðan að verja heiminn fyrir atlögum hans. Bandarísk teiknimynd frá 2010. Myndin er talsett á íslensku og textuð á síðu 888 í Textavarpi.

Bylgjan kl 13.00

Rúnar Róberts

Rúnar Róberts er í loftinu á milli 13 og 16 alla virka daga. Rúnar fylgist með því sem er að gerast í þjóðlífinu hverju sinni og kíkir á sportið ásamt því að gefa þér vænan skammt af góðri Bylgjutónlist til að stytta þér stundirnar við vinnuna.

STÖÐ 2

07.00 Barnatími
08.10 Malcolm in the Middle
08.30 Ellen
09.15 Bold and the Beautiful
09.35 Doctors
10.15 Fairly Legal
11.00 Drop Dead Diva
11.50 The Mentalist
12.35 Nágrannar
13.00 Extreme Makeover
13.40 Of Mice and Men
15.30 Ævintýri Tinna
15.50 Scooby-Doo!
16.15 Doddi litli og Eyrnastór
16.25 Ellen
17.10 Bold and the Beautiful
17.32 Nágrannar
17.57 Simpson-fjölskyldan
18.23 Veður
18.30 Fréttir
18.47 Íþróttir
18.54 Ísland í dag
19.06 Veður

19.15 Ástríður *(8:12)* Tangónámskeið getur lífgað upp á ástarsambandið. Verst hvað Ástríður er lengi að tileinka sér réttar hreyfingar.

19.40 Arrested Development *(13:15)* Fjórða þáttaröðin um hina stórskrýtnu en dásamlega fyndnu Bluth-fjölskyldu.

20.15 Bara grín *(5:6)* Sprenghlægilegur og stórskemmtilegur gamanþáttur þar sem Björn Bragi Arnarsson rifjar upp bestu gamanþættina úr sögu Stöðvar 2 með myndbrotum og viðtölum við þau sem komu að gerð þáttanna. Þær þáttaraðir sem teknar verða til umfjöllunar eru Fóstbræður, Stelpurnar, 70 mínútur og Steindinn okkar auk Vaktaþáttaraðanna svokölluðu; Næturvaktarinnar, Dagvaktarinnar og Fangavaktarinnar.

20.45 Honey Dramatísk mynd um Mariu Ramirez, 17 ára dansara sem reynir að flýja vafasama fortíð sína með því að ganga til liðs við efnilegan dansflokk.

22.35 Abduction
00.20 Extreme Movie
01.45 The Shining
04.05 Other Side of the Tracks
05.35 Fréttir og Ísland í dag

POPP TÍVÍ

19.00 Friends
19.50 Two and a Half Men
20.10 Simpson-fjölskyldan *(9:22)*

20.35 The Lying Game *(13:20)* Dramatískir spennuþættir frá höfundi Pretty Little Liars sem fjalla um eineggja tvíburasystur sem voru aðskildar við fæðingu.

21.20 Crusoe *(8:13)* Ævintýralegir spennuþættir sem byggðir eru á klassískri sögu Daníels Defoe um Robinson Crusoe.

22.05 Glory Daze *(8:10)* Gamanþættir sem gerast árið 1986 og fjalla um hóp háskólanema sem eru nýgengnir í bræðrareglu en komast að því að lífið á háskólalóðinni er ekki auðvelt.

22.45 Friends
23.35 Two and a Half Men
00.00 Simpson-fjölskyldan
00.25 The Lying Game
01.10 Crusoe
01.55 Glory Daze
02.35 Tónlistarmyndbönd

ÍNN

20.00 Hrafnaþing **21.00** Motoring **21.30** Eldað með Holta

SPORT *besta sætið*

08.00 Ítalía - Æfing 1 Beint
12.00 Ítalía - Æfing 2 Beint
16.25 HM íslenska hestsins
17.10 England - Skotland
18.50 England - Moldavía Beint
20.55 Meistaradeild Evrópu
21.25 Fenerbache - Arsenal
23.05 England - Moldavía

SPORT 2 *enski boltinn*

17.10 Newcastle - Fulham
18.50 England - Moldavía Beint
20.55 Premier League World
21.25 Football League Show 2013/14
21.55 West Ham - Stoke
23.35 PL Classic Matches. Chelsea - Sunderland
00.05 Messan
01.05 Man. City - Hull

krakkar

08.00 Svampur Sveinsson 08.22 Mörgæsirnar frá Madagaskar 08.45 Doddi litli og Eyrnastór 08.55 Rasmus Klumpur og félagar 09.00 Latibær 09.24 Strumparnir 09.49 Hvellur keppnisbíll 10.00 Lukku láki 10.25 Ofurhundurinn Krypto 10.47 Skoppa og Skrítla 11.00 Könnuðurinn Dóra 11.24 Áfram Diego, áfram! 11.48 Elías 12.00 Svampur Sveinsson 12.22 Mörgæsirnar frá Madagaskar 12.44 Doddi litli og Eyrnastór 12.55 Rasmus Klumpur og félagar 13.00 Latibær 13.24 Strumparnir 13.49 Hvellur keppnisbíll 14.00 Lukku Láki 14.24 Ofurhundurinn Krypto 14.46 Skoppa og Skrítla 15.00 Könnuðurinn Dóra 15.24 Áfram Diego, áfram! 15.48 Elías 16.00 Svampur Sveinsson 16.22 Mörgæsirnar frá Madagaskar 16.44 Doddi litli og Eyrnastór 16.55 Latibær 17.18 Strumparnir 17.38 Lukku láki 17.58 Skoppa og Skrítla

GULL

18.10 Strákarnir Sveppi, Auddi og Pétur halda uppteknum hætti og sprella sem aldrei fyrr með óborganlegum uppátækjum.

18.45 Seinfeld
19.10 The Big Bang Theory
19.35 Modern Family
20.00 Það var lagið
21.10 A Touch of Frost
22.55 Monk
23.40 It's Always Sunny In Philadelphia
00.05 Það var lagið
03.00 Monk
03.45 It's Always Sunny In Philadelphia
04.10 Tónlistarmyndbönd

BÍÓ

12.40 Skate or Die
14.10 Last Night
15.40 Two Weeks Notice
17.20 Skate or Die
18.50 Last Night
20.20 Two Weeks Notice
22.00 Bad Teacher
23.30 Abraham Lincoln: Vampire Hunter
01.15 Into The Blue 2: The Reef
02.45 Bad Teacher

RÚV

15.10 Fagur fiskur *(1:8)*
15.40 Ástareldur
16.30 Ástareldur
17.20 Unnar og vinur
17.42 Smælki
17.45 Táknmálsfréttir
18.00 Fréttir og veður

18.20 Landsleikur í fótbolta *(Sviss - Ísland)* Bein útsending frá leik karlalandsliða Sviss og Íslands í forkeppni HM.

20.30 Ofvitinn *(Megamind)* Illmenni gerir út af við erkióvin sinn sem er ofurhetja en leiðist svo eftir það að hann býr til nýjan óvnald og þarf síðan að verja heiminn fyrir atlögum hans. Bandarísk teiknimynd frá 2010. Myndin er talsett á íslensku og textuð á síðu 888 í Textavarpi.

22.05 Beck – Stúlkan í jarðhýsinu *(Beck – Flickan i jordkällaren)* Í yfirgefnu jarðhýsi í Stokkhólmi finnst ung telpa látin. Þótt langt sé síðan hún dó eru nýjar matvörur í herberginu og lögreglumönnunum Martin Beck og Gunvald Larsson er falið að komast til botns í þessu dularfulla máli. Leikstjóri er Harald Hamrell og meðal leikenda eru Peter Haber, Mikael Persbrandt og Marie Göranzon.

23.40 Petta er Esther Blueburger *(Hey Hey It's Esther Blueburger)* Áströlsk bíómynd frá 2008. Þetta er þroskasaga 13 ára stelpu sem á erfitt með að falla inn í hópinn í fínum einkaskóla og villir á sér heimildir til að komast í almenningsskóla með vinkonu sinni. Leikstjóri er Cathy Randall og meðal leikenda eru Danielle Catanzariti, Cassandra Jinman, Talia Monaghan og Yen Yen Stende. Atriði í myndinni eru ekki við hæfi ungra barna.

01.20 Útvarpsfréttir í dagskrárlok

SKJÁREINN

06.00 Pepsi MAX tónlist
07.35 Everybody Loves Raymond
08.00 Cheers
08.25 Dr. Phil
09.05 Pepsi MAX tónlist
16.50 Once upon a Time
17.30 Gordon Ramsay Ultimate Cookery Course
18.00 Dr. Phil
18.40 America's Funniest Home Videos
19.05 Everybody Loves Raymond
19.30 Cheers *(1:25)*

19.55 Solsidan *(4:10)* Endursýningar á þessum frábæru sænsku gamanþáttum.

20.20 Men at Work *(8:10)* Þrælskemmtilegir gamanþættir sem fjalla um hóp vina sem allir vinna saman á tímariti í New York-borg.

20.45 The Office *(22:24)* Skrifstofustjórinn Michael Scott er hættur störfum hjá Dunder Mifflin en sá sem við tekur er enn undarlegri en fyrirrennari sinn.

21.10 Happy Endings *(2:22)* Bandarískir gamanþættir.

21.35 Parks & Recreation *(2:22)* Geggjaðir gamanþættir með Amy Pohler í aðalhlutverki.

22.00 Flashpoint *(12:18)*
22.50 Dexter *(8:12)*
23.40 Law & Order: UK
00.30 Excused
00.55 Olivia Lee: Dirty, Sexy, Funny
01.20 Flashpoint
02.10 Pepsi MAX tónlist

SKJÁRGOLF

06.00 ESPN America **11.25** Deutsche Bank Championship - PGA Tour **2013 15**.55 PGA Tour - Highlights **16.50** Champions Tour - Highlights **17.45** Inside the PGA Tour **18.10** Deutsche Bank Championship - PGA Tour **2013 23**.10 Ryder Cup Official Film **2004 00**.25 Eurosport

ÚTVARP

FM 88,5 XA-Radíó
FM 90,1 Rás 2
FM 90,9 Gullbylgjan
FM 93,5 Rás 1
FM 95,7 FM957
FM 96,3 FM Suðurland
FM 96,7 Létt Bylgjan
FM 97,7 X-ið
FM 98,9 Bylgjan
FM 99,4 Útvarp Saga
FM 100,5 Kaninn
FM 102,2 Útv. Latibær
FM 102,9 Lindin
FM 105,5 Útvarp Boðun

6 SEPT
NÝNEMATÓNLEIKAR BLÁA KORTSINS
Moses Hightower í Stúdentakjallaranum í boði Bláa kortsins.

11 SEPT
VERÐTRYGGT EÐA ÓVERÐTRYGGT?
Fræðslufundur um það hvað hafa ber í huga við fjármögnun íbúða.

10 SEPT
OPIÐ HÚS Í MOSFELLSBÆ
Ráðgjafar okkar í Arion banka Mosfellsbæ taka vel á móti þér. Heitt á könnunni og opið til kl. 18.

25 SEPT
AFHENDING BÓKASTYRKJA
Hægt er að sækja um bókastyrk á arionbanki.is til og með 20. september.

10 SEPT
FRJÁLSI – FUNDUR UM LÍFEYRISMÁL
Fjallað verður um uppbygginguna Frjálsa lífeyrissjóðsins, þjónustu við sjóðfélaga, eignastýringu og ávöxtun.

VIÐBURÐADAGATAL ARION BANKA

Við hjá Arion banka bjóðum fjölbreytt úrval af námskeiðum, fyrirlestrum og ráðstefnum þér að kostnaðarlausu.

Hér að ofan eru nokkrir af viðburðum septembermánaðar. Alla viðburði, nánari upplýsingar og skráningu er að finna á arionbanki.is/vidburdadagatal

Hlökkum til að sjá þig.

Arion banki

HELGIN

„Ég er að spila með Dúndurfréttum í Hörpunni á föstudagskvöldið og svo spila ég í tveimur brúðkaupum á laugardaginn. Þess á milli ætla ég að hafa það notalegt með fjölskyldunni.“

Matthías Matthíasson tónlistarmaður.

Draumkennt popp úr Garðabæ

Hljómsveitin Blær gefur út lagið Allt. Hún bar sigur úr býtum í keppninni Eflum íslenskt tónlistarlíf.

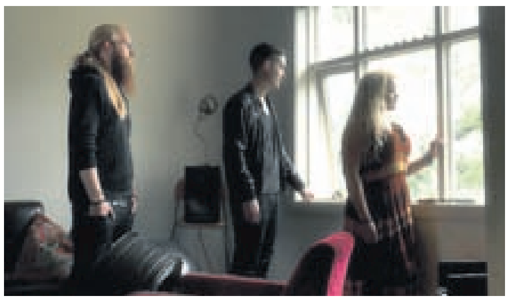
Tríóið Blær frá Garðabæ hefur gefið út sitt annað lag og heitir það Allt.

„Það fjallar um það sem þig langar ótrúlega mikið í en þegar þú færð það viltu það alls ekki neitt. Ég samdi það með ákveðið atvik í huga,“ segir söngkonan Ylfa Marín Haraldsdóttir spurð út í nýja lagið.

Hljómsveitin var stofnuð í janúar síðastliðnum. Aðspurð segir Ylfa Blæ spila draumkennt popp með alls konar ívafi og stefnum. Auk Ylfu eru í hljómsveitinni þeir Ásgeir Örn Sigurpálsson og Ellert Ólafsson. Öll stunda þau nám við Háskóla Íslands.

Fyrsta lagið, Carol, leit dagsins ljós í byrjun júní og í síðustu viku vann hljómsveitin keppnina Eflum íslenskt tónlistarlíf sem Stúdíó Hljómur á Seltjarnarnesi stóð fyrir. „Það var ótrúlega skemmtilegt og kom virkilega á óvart,“ segir Ylfa. Fjórar hljómsveitir tóku þátt og í verðlaun var ókeypis hljóðritun á einu lagi. „Það kemur sér mjög vel og við ætlum að taka næsta lag okkar upp þar,“ segir hún um verðlaunin. **- fb**

➜ Hljómsveitirnar Dikta og Of Monsters and Men koma einnig frá Garðabæ.



BLÆR Hljómsveitin Blær frá Garðabæ hefur gefið út lagið Allt.

SPILAÐI FYRIR VIGDÍSI Tómas M. Tómasson og félagar spiluðu óvænt fyrir Vigdísi Finnbogadóttur. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

Spiluðu Bítlalög fyrir Vigdísi

Tómas M. Tómasson spilaði óvænt fyrir frú Vigdísi Finnbogadóttur á Rosenberg.

„Þetta var gaman en svolítið sérstakt,“ segir Stuðmaðurinn Tómas M. Tómasson.

Afbrigði hljómsveitar hans Bítladrengirnir blíðu spilaði á skemmtistaðnum Café Rosenberg á miðvikudagskvöld. Einn gestanna var frú Vigdís Finnbogadóttir, fyrrverandi forseti Íslands.

„Við Magnús Einarsson, Eðvarð Lárusson og Karl Pétur Smith vorum að hita upp fyrir Jeremy Quentin, sem kallar sig Small Houses, sem var að spila þarna. Hún kom þarna inn og hélt að það væru aðrir tónleikar. Ég sá að hún gaf sig á tal við strákana og ætlaði að hlusta á nokkur lög. Svo var hún eiginlega bara allt kvöldið,“ segir Tómas. „Það var afskaplega gaman að hitta Vigdísi.“

Þeir félagar spiluðu alls kyns lög, meðal annars með Bítlunum og Rolling Stones. „Við spiluðum í tæpan klukkutíma og svo byrjaði Bandaríkjamaðurinn. Hún hlustaði á hann líka og sagðist hafa skemmt sér mjög vel.“ **- fb**

➜ Tómas spilaði fyrir Ólaf Ragnar Grímsson þegar íslenska karlalandsliðið í handbolta var hyllt hér um árið í miðborg Reykjavíkur.

SÓTTI TÓNLEIKA Vigdís Finnbogadóttir hlýddi á Bítladrengina blíðu.

STJÓRNAR SJÓNVARPSÞÆTTI Í FYRSTA SINN Poppsöngvarinn Friðrik Dór Jónsson mun stýra upphafsþætti Stöðvar 3 sem fer í loftið kl 21.00 á laugardaginn. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Ætlar að vera hress

Poppsöngvarinn og lagahöfundurinn Friðrik Dór Jónsson mun stýra opnunarþætti nýrrar sjónvarpsstöðvar á laugardaginn sem nefnist Stöð 3.

„Ég vona svo sannarlega að þetta verði ekki vandræðalegt en það getur vel verið að svo fari,“ segir söngvarinn og lagahöfundurinn Friðrik Dór Jónsson, sem stjórnar opnunarþætti nýrrar sjónvarpsstöðvar á morgun.

Nýja sjónvarpsstöðin nefnist Stöð 3 og fer í loftið klukkan 21 annað kvöld. Á stöðinni verður boðið upp á innlent og erlent sjónvarpsefni fyrir alla aldurshópa. „Það var haft samband við mig og ég beðinn um að stjórna opnunarþætti stöðvarinnar. Þetta er algjör frumraun fyrir mig þar sem ég hef ekki stjórnað sjónvarpsþætti áður. Ég fiktaði aðeins við þáttagerð þegar ég var í menntaskóla, þá vorum við vinirnir að taka upp grínsketsa. Síðan þá hef ég ekkert komið nálægt þáttagerð. Mér finnst þetta vera ágætis tækifæri fyrir mig og ég ætla bara að hafa gaman af þessu,“ segir hann.

Spurður nánar út í þáttinn segir Friðrik að þetta verði í megindráttum spjallþáttur þar sem hann tekur mann og annan tali. „Ég mun spjalla við gesti og gangandi og kynna dagskrá stöðvarinnar. Það verða einnig tónlistaratriði og fleira skemmtilegt. Þetta verður fjörugur þáttur og ég ætla að vera mjög hress,“ segir Friðrik og hlær.

Friðrik Dór slær ekki slöku við þessa dagana en hann syngur lagið Glaðasti hundur í heimi, sem situr í efsta sæti vinsældarlista Rásar 2, stundar nám í viðskiptafræði við Háskóla Íslands og á von á sínu fyrsta barni eftir rúmlega viku. „Föðurhlutverkið leggst mjög vel í mig. Það er allt klárt fyrir komu barnsins. Ég hef litlar áhyggjur af því að barnið fæðist á meðan ég er í beinni útsendingu, en ef það skyldi gerast þá væri það bara frekar fyndið,“ segir hann að lokum.

Föðurhlutverkið leggst mjög vel í mig.

asa@frettabladid.is

Bacon

Hinn árlegi beikondagur haldinn í þriðja sinn á Íslandi

Langur laugardagur www.midborgin.is

Bacon

Ali Bacon

Bacon

Bacon

Coca-Cola

REYKJAVIK BACON FESTIVAL 2013

Blue Ribbon Bacon Tour

Bacon

laugardaginn 7. sept kl. 14-17

Reykjavík Bacon Festival

Velkomin á Skólavörðustíginn

Langur laugardagur www.midborgin.is

Kort: borgarmynd.com

Hin árlega beikonhátíð verður nú haldin í þriðja sinn á Skólavörðustígnum, gatan verður lokuð allri umferð.
Allskonar uppákomur verða í boði og gestum og gangandi er boðið upp á margvíslegar útfærslur á beikoni víðsvegar á svæðinu.

- Beikon-innblásnir réttir frá íslenskum kokkum.
- Ali býður upp á dýrindis beikon.
- Matarmiðinn er á kr. 250, hver réttur er á við forrétt.
- Allur ágóðir rennur til Hjartadeildar Landspítalans.
- Hljómsveitin Klaufar, beikonkappát og skemmtikraftar.
- Beikonpylsur og hoppukastalar fyrir börnin.
- Vífilfell býður upp á gos, léttöl og safadrykki.

TAKTIK_4038_30 ág13

Beikonteiti á Hressó fyrir alla:
Föstudaginn 6. kl. 21:00 - 23:00
Laugardaginn 7. kl. 21:00 - 01:00

Ali Bacon

Svínaræktarfélag Íslands
Langur laugardagur www.midborgin.is
TAX FREE
SÆMARK
ESJUGRUND
MIÐBORGIN OKKAR

FRÉTTABLAÐIÐ

VIÐ SEGJUM FRÉTTIR • SMÁAUGLÝSINGASÍMINN OG SKIPTIBORÐ: 512 5000 **VÍSIR**

RITSTJÓRN 512 5313, Fax: 512 5301, ritstjorn@frettabladid.is **AUGLÝSINGADEILD** auglysingar@frettabladid.is **PRENTUN** Ísafoldarprentsmiðja

Póst dreifing

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

FRÉTTIR VIÐSKIPTI ÍÞRÓTTIR LÍFIÐ UMRÆÐAN

vísir

Meiri Vísir.

FRÉTTIR AF FÓLKI

Ánægður með hótelið

Eins og kunnugt er fundaði **Sigmundur Davíð Gunnlaugsson** forsætisráðherra með leiðtogum Norðurlandanna og Barack Obama Bandaríkjaforseta í Stokkhólmi fyrr í vikunni. Þar gisti forsætisráðherra á Victory Hotel og var samkvæmt heimildum Fréttablaðsins hæstánægður með gistinguna. Forsætisráðherra var sérstaklega hrifinn af því hvernig hótelið er skreytt að innan með gömlum munum sem tengjast siglingum og sjómennsku, enda mikill áhugamaður um gömul hús og hluti. **- hg**

Jóhanna Guðrún kennir söng

Jóhanna Guðrún verður með söngnámskeið í Tónskóla Eddu Borg í vetur. Námskeiðið stendur yfir í tíu vikur og er ætlað öllum þeim sem hafa gaman af því að syngja en vilja læra örlítið meira, t.d. hvernig á að syngja í hljóðnema. Einnig læra þeir ýmislegt um framkomu og undirbúning fyrir flutning laga. Jóhanna Guðrún, sem hefur verið búsett í Noregi með kærasta sínum Davíð Sigurgeirssyni, mun miðla af dýrmætri reynslu sinni en Íslendingum er enn í fersku minni þegar hún lenti í öðru sæti í Eurovision árið 2009 með laginu Is it true?. **- fb**

Mest lesið vísir

1. Í ósamstæðum skóm á fundi með Obama
2. Yfirsteig enskuhræðslu í beinni sjónvarpsútsendingu
3. Ríkið greiðir milljónir vegna herferðar sem var hætt við
4. Sigmundur Davíð hitti Obama – „Hann er mjög viðkunnanlegur“
5. Pylsuvagninn á Selfossi skilaði sex milljóna hagnaði
6. Fann múmíu uppi á háalofti

719 hundar - 86 tegundir - 22 ungir sýnendur

Hundaræktarfélag Íslands - félag allra hundaeigenda – stofnað 1969

Alþjóðleg hundasýning Hundaræktarfélags Íslands

7. - 8. september að Klettagörðum 6, 104 Reykjavík

Dómarar sýningar eru frá Noregi, Hollandi, Bretlandi, Ísrael, Sviss og Finnlandi
Sýningin stendur frá kl. 9-17 laugardag og sunnudag
Keppni ungra sýnenda fer fram föstudaginn 6. september kl. 20:00

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

VÍS

Pedigree Vital

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