



SKOÐUN Þorvaldur Gylfason skrifar um Frakkland og merka sögu landsins. **25**



MENNING Gunnella og Lulu Yee munu opna sýninguna Sögur í Gallerí Fold **38**



LÍFID Farið er yfir annarsamtónlistarar Bjarkar Guðmundsdóttur. **44**



SPORT Miðverðir kvennaliðs Blika í fótbolta eru ólíkir en afar samstilltir. **52**



FARTÖLVU VEISLA
88LS FARTÖLVUÆKLINGUR MED PÓSTNUM Í DAG
TÖLVUTEK
Reykjavík • Hallarmúla 2 • 563 6900 | Akureyri • Undirhlöð 2 • 430 6900

FRÉTTABLAÐIÐ

Fimmtudagur
13. ágúst 2015
188. tölublað 15. árgangur
Sími: 512 5000

MEST LESNA DAGBLAÐ Á ÍSLANDI*

*Samkvæmt þrenniMaksimum Circulation Gallup apríl-júní 2014

FRÉTTIR



Áhyggjuefni fyrir Ísland

Full ástæða er fyrir Vesturlönd, og þar með talið Íslendinga, að hafa áhyggjur af þróun efnahagslífsins í Kína, að mati Gylfa Magnússonar, dósentis við viðskiptafræðideild HÍ og fyrrverandi ráðherra. **18**



Omega-3 gegn geðrofi

Ný rannsókn bendir til þess að neysla Omega-3 fitusýra geti komið í veg fyrir geðrof og hægt á þróun geðsjúkdóma. **2**

Stefnan ekki baráttumál hér

Framkvæmdastjóri Íslandsdeildar Amnesty segir að kjarnann í umdeildri tillögu um lögleiðingu vændis vera að vernda mannréttindi vændisfólks. **4**

Hatur og svartur húmor

Gestur spjallborðs á netinu þar sem fordómaumræða blómstrar segir um svartan húmor að ræða. **12**



2 SÉRBLÖÐ Skólar og námskeið | Fólk



Opið til kl. 21



LOÐHÚFA Í LOFTKÖSTUM Veðurofsi var minni í Reykjavík en spár gerðu ráð fyrir. Varað var við því að lausamunir gætu tekist á loft en lítið var um það, fyrir utan loðhúfu þessa ferðamanns við Sólfarið í Reykjavík. Ljósmyndari Fréttablaðsins fangaði augnablikið og varð vitni að því þegar maður endurheimti blessunarlega höfuðfatið.

Fangar á Akureyri vilja frekar sitja inni

Áfangaheimili fyrir fanga er einungis starfrækt í Reykjavík. Fangar á Norðurlandi hafa hafnað því að ljúka afplánun utan veggja fangelsisins vegna fjarlægðar frá fjölskyldum. Útilokað að fjölga úrræðum vegna fjárskorts segir fangelsismálastjóri.

FANGELSISMÁL Dæmi eru um að fangar sem afplána dóma sína á Akureyri hafni því að ljúka afplánun utan fangelsis þar sem einungis er hægt að ljúka henni með þeim hætti í Reykjavík. Fangar sem eigi fjölskyldur á Norðurlandi vilji frekar ljúka afplánun innan veggja fangelsisins. Formaður Afstöðu, félags fanga, segir mikilvægt að koma á úrræði á Norðurlandi svo fangar geti afplánað lok dóms utan veggja fangelsisins.

Aðeins eitt áfangaheimili er starfrækt á landinu, áfangaheimili Verndar í Reykjavík, þar sem fangar geta lokið afplánun. Fangar af landsbyggðunum þurfa því að flytjast frá fjölskyldum sínum og vera í vinnu eða námi á höfuðborgarsvæðinu, fjarri fjölskyldum sínum.

Samkvæmt lögum um fullnustu refsinga getur Fangelsismálastofnun leyft fanga að ljúka afplánun utan fangelsis, stundi hann vinnu eða nám sem stofnunin hefur samþykkt og er liður í aðlögun hans að samfélaginu á ný. Úrræðið er mun ódýrara fyrir hið opinbera og því gæti fylgt því sparnaður að opna úrræði fyrir fanga á Norðurlandi.

Páll Winkler fangelsismálastjóri segir stofnunina ekki hafa skoðað það að opna áfangaheimili fyrir norðan því fjárskortur stofnunarinnar sé mikill.



10 PLÁSS Fangar á Akureyri hafa frekar viljað vera innan veggja fangelsisins þar sem þeir geta hitt fjölskyldu tvisvar í viku en fara á áfangaheimili í Reykjavík fjarri fjölskyldu.



GUÐMUNDUR INGI PÓRODDSSON

„Það eina sem liggur fyrir er að á Akureyri er rekið 10 manna fangelsi og þar starfar frábært starfsfólk sem hefur staðið sig frábærlega í því að taka við kvenföngum til vistunar en þeir fangar voru sendir norður vegna lokun-

ar kvennafangelsisins í Kópavogi vegna niðurskurðar í fjárveitingum.“

Guðmundur Ingi Þóroddsson, formaður Afstöðu, segir mikilvægt að koma á áfangaheimili á Norðurlandi.

„Það er hagur allra að það náist í gegn. Mýmörg dæmi eru um það að fangar hafni því að fara á áfangaheimili því þá eru þeir sendir í burtu. Á meðan við höfum ekki nægt rými til að fangar geti hafið afplánun fljótt yrði það akkur fyrir Fangelsismálastofnun að geta komið mönnum á áfangaheimili til að taka inn nýja fanga,“ segir Guðmundur Ingi.

Heimilislausa leikhúsið: Leiða leynda hæfileika í ljós

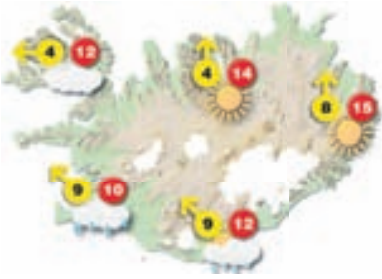
LEIKHÚS Ilmur Kristjánsdóttir leikkona og Rúnar Guðbrands-son leikstjóri standa á bak við verkefnið heimilislausa leikhúsið ETHOS sem sýnir sitt fyrsta verk á menningarnótt. Um er að ræða leikhóp sem skipaður er fólki sem ekki hefur fengið tækifæri til þess að láta hæfileika sína í ljós, er heimilislaust, hælisleitendur, glímur við geðfötlun og annað slíkt. „Markmið okkar er að virkja hæfileikana hjá fólki sem hefur ekki burði til að koma sjálfu sér á framfæri en fyrst og síðast er tilgangurinn að skapa listaverk,“ segir Ilmur Kristjánsdóttir.

Kringlan

SKÓLA DAGAR

ALLT FYRIR SKÓLANN Á EINUM STAÐ

VEÐUR



Áfram suðaustan átt í dag, hvassviðri við suðvesturströndina en annars hægari vindur. Rigning sunnanlands en skjáð og dálítill rigning með köflum norðantil. Hiti 8 til 17 stig yfir daginn, hlýjast fyrir norðan.

SJÁ SÍÐU 34

Viðbygging sem beðið hefur verið með eftirvæntingu nú komin á dagskrá: Loks byggt við Vesturbæjarskóla

SKÓLAMÁL Framkvæmdir við nýja viðbyggingu Vesturbæjarskóla munu hefjast síðar í þessum mánuði. Fyrirhugað er að viðbyggingin verði 1.340 fermetrar.

Stækkunar Vesturbæjarskóla hefur verið beðið með eftirvæntingu um margra ára skeið. Árið 2011 bárust fréttir af því að húsnæði skólans væri löngu sprungið. Það sama ár voru víðraðar hugmyndir um að flytja efsta bekk skólans í Hagaskóla.

Færanlegum skólastofum var komið fyrir á lóðinni við mikla gagnrýni foreldra sem bæði fundu að frágangi við húsin og að börnin væru aðþrengd við leik á lóðinni.

Áætlað er að taka viðbygginguna í gagnnið síðla árs 2017. Í henni verður meðal annars hátíðarsalur, mótuneyti og fjórar almennar kennslustofur.

Þá verður á þriðju hæð hússins útisvæði þar sem hægt verður að rækta grænmeti.



VESTURBÆJARSKÓLI Skólalóðin er vart svipur hjá sjón nú þegar tíu dagar eru í skólasetningu. FRÉTTABLAÐIÐ/PIETUR

Hóta að loka fyrir Reddit: Reddit upp á kant við Rússa

RÚSSLAND Stjórnvöld í Rússlandi hafa hótad því að loka internet-spjallborðinu Reddit þar í landi.

Vímuvarnaeftirlit Rússlands sendi stjórnendum Reddit erindi þar sem þeir voru beðnir um að loka spjallþræði um hvernig eigi að rækta kannabísefni. Eftir að eftirlitin barst ekki svar tilkynntu þeir á Roskommadzor, sem er rússneska útgáfan af Facebook, að ef Reddit yrði ekki við beiðni eftirlitsins gætu yfirvöld lokað fyrir aðgang að síðunni í Rússlandi.



JÁKVÆDIR YFIR JÁEINDASKANNANUM Kári Stefánsson afhenti skannann fyrir hönd Íslenskrar erfðagreiningar. FRÉTTABLAÐIÐ/AF

Afar mikilvægt tæki við umönnun krabbameinssjúklinga: Gefa spítalanum jáeindaskanna

HEILBRIGÐISMÁL Íslensk erfðagreining hefur skuldbundið sig til að kaupa jáeindaskanna fyrir Landspítalan.

Kári Stefánsson afhenti gjöfina og Kristján Þór Júlíusson heilbrigðisráðherra veitti henni viðtöku.

Skannar sem þessir eru metnir á rúmlega 800 milljónir króna og eru lykiltæki í umönnun krabbameinssjúklinga.

Um tvö hundruð íslenskir sjúklingar hafa nýtt sér slíkan skanna í Kaupmannahöfn í ár og því ljóst að nýi skanninn mun verða nokkur búbot í baráttunni við krabbamein. Skanninn er ekki einungis gagnlegur krabbameinssjúkum heldur gagnast hann einnig við greiningu á Alzheimer-sjúkdómnum og við að rannsaka ýmis líffæri.

Ný hælisleitendalöggjöf: Fá borgun fyrir að fara á brott

FINNLAND Ný finnsk hælisleitendalög kveða á um að hælisleitendur í Finnlandi geti sótt um peningastyrk gegn því að þeir snúi aftur til heimalands síns og dragi til baka umsókn sína um hæli.

Hluti af styrknum er greiddur við brottför og afgangurinn við komu í heimaland.

Upphæð styrksins er allt frá 100 evrum upp í þúsund evrur en það veltur á heimalandi hælisleitanda. Til að mynda geta hælisleitendur frá Afganistan, Írak og Sómalíu fengið allt að þúsund evra styrk.

Með leigusamning í tíu ár: Óánægja með safn á Ísafirði

ÍSAFIJÖRÐUR Óánægja ríkir meðal minnihluta Sjálfstæðisflokks og Framsóknarflokks um tíu ára leigusamning Ísafjarðar við skjalasafn bæjarins.

Í bókun gegn samningnum segir meðal annars: „Því er ekki bara verið að skuldbinda þá bæjarstjórn sem nú situr heldur líka þá næstu og þarnæstu.“

Þá gagnrýna þeir húsakostinn sem þeir segja að hafi of gott útsýni og sé of vel staðsettur fyrir geymslu undir skjöl.

Fulltrúar meirihlutans fullyrða að brýnt sé að leysa húsnæðisvanda safnsins.

Neysla Omega-3 gæti hindrað geðrof

Ný rannsókn bendir til þess að neysla Omega-3 fitusýra geti komið í veg fyrir geðrof og hægt á þróun geðsjúkdóma. Niðurstöðurnar koma Óttari Guðmundssyni geðlækni ekki á óvart sem segist lengi hafa trúað á undramátt Omega-3.

VÍSINDI Neysla Omega-3 fitusýra gæti hindrað geðrof og hægt á þróun geðklofa og annarra geðsjúkdóma samkvæmt niðurstöðum rannsóknar sem birt var á þriðjudag.

Ungmenni í áhættuhóp á að þróa með sér geðklofa voru mun ólíklegri til að greinast með sjúkdómnum allt að sjö árum eftir að hafa tekið Omega-3 fitusýrur í tólf vikur. Þetta kemur fram á heilsufréttavefnum MedicalXPress þar sem vitnað er til rannsóknar vísindamanna við Háskólann í Melbourne.



ÓTTAR GUÐMUNDSSON

Niðurstöðurnar koma Óttari Guðmundssyni geðlækni ekki á óvart. „Ég er búinn að trúa á undramátt Omega-3 í áratugi,“ segir Óttar. „Ég trúi því að Omega-3 sé gott við öllu: Geðhvörfum, taugaveiklun, getuleysi, bara hverju sem er. Þess vegna drekk ég eina flösku af lýsi á viku,“ bætir Óttar við.

Óttar segist hafa séð inntöku lýsis hjálpa fólki. „Og sérstaklega sjálfum mér, ég finn bara hvað ég er allur annar maður þegar ég er með lýsi,“ segir hann.

Á MedicalXPress er bent á að vísindamenn hafi lengi vitað að einstaklingar með geðklofa mælist með lítið magn fjölmettadra fitusýra á borð við Omega-3 og Omega-6 í frumuhimnum. Áhrif Omega-3 á geðklofa séu þó enn óþekkt.



LÝSI Mikið magn Omega-3 fitusýra er í lýsi. Óttar Guðmundsson geðlæknir segist ráðleggja öllum að taka lýsi. FRÉTTABLAÐIÐ

Lýsi notar Omega-3 í markaðssetningu

Lýsi hefur nýtt sér meint jákvæð áhrif Omega-3 fitusýra á heilsu fólks við markaðssetningu á vörum sínum. Á heimasíðu Lýsis kemur fram að lýsi sé góð uppspretta Omega-3 fitusýra. Þá séu Omega-3 fitusýrur sagðar skipta miklu máli fyrir þroska heilans og taugakerfisins. Einnig er fullyrt að sýnt hafi verið fram á jákvæð áhrif neyslu Omega-3 fitusýra á andlega heilsu. Lýsi selur vörur sínar til yfir 70 landa.

Samkvæmt fyrri rannsókn sama hóps, sem gefin var út fyrir tæpum áratug, var ályktað að neysla fitusýra gæti seinkað fyrstu einkennum geðrofs hjá áhættuhópum um allt að eitt ár.

Í rannsókninni sem kom út í vikunni segir að sjö árum síðar hafi einungis tíu prósent þeirra sem tóku Omega-3 fitusýrur þróað með sér geðrof samanborið við fjórutíu prósent þeirra sem voru í samanburðarhóp sem fékk lyfleysu.

Paul Amminger, sem stýrði

rannsókninni, vill þó ekki ganga svo langt að fullyrða að það ætti að ráðleggja öllum þeim sem séu í áhættuhóp að taka inn Omega-3 fitusýrur til að draga úr líkum á geðsjúkdómum. Til þess þurfi fleiri rannsóknir. Úrtakið hafi verið fremur lítið, en 81 einstaklingur tók þátt í rannsókninni. Þó séu nokkrar sambærilegar rannsóknir í bígerð. Hægt verði að draga frekari ályktanir þegar niðurstöður þeirra liggi fyrir.

ingvar@frettabladid.is

Frá kr. **89.900**

Stökktu til

Almería

18. ágúst í 7 nætur

Netverð á mann frá kr. 89.900 m.v. 2-4 í íbúð/herb/stúdíó. Einnig í boði allt innifalið fyrir aukalega 20.000 kr. á mann.

Skógarhlíð 18 • Sími 595 1000
www.heimsferdir.is

Heimsferðir

Jóhanna Gísladóttir GK 557 veiddi nírtján túnfiska sunnan við Ísland í gær: Íslenskur fiskur í japanskt sushi

SJÁVARÚTVEGUR „Það er ekki mikil eftirspurn eftir honum innanlands en við flytjum mest af honum út á sushi-markað í Japan,“ segir Kristján Jóhannesson, sölustjóri hjá Vísi í Grindavík.

„Túnfiskurinn hefur vakið mikla athygli þar en fólk talar um að ferskleikinn sé mikill.“ Að sögn Kristjáns þykir kjötið rauðara og ferskara en í flestum öðrum túnfiski.

Í gær fór Jóhanna Gísladóttir GK 557 til túnfiskveiða og kom heim í höfn með 19 fiska sem vógu um 120 til 180 kíló hver.

„Þetta er Miðjarðarhafsfiskur sem hrygnir við strendur Króatíu. En um þetta leyti kemur hann norður í Atlantshaf til að éta.“

Langflestir fiskarnir verða sendir til Japans en einnig verður sent til Bandaríkjanna, Hollands,



BLÁUGGATÚNFISKUR Fiskarnir sem veiddust vega á bilinu 120 til 180 kíló. MYND/KRISTJÁN JÓHANNESSON

Frakklands og Bretlands. Um er að ræða Austur-Atlantshafsbiláuggatúnfisk en kvótinn á honum er 32 tonn sem er 0,23 prósent af heildarkvóta tegundarinnar.

„Þetta er annað árið sem Vísir veiðir túnfisk. Við höfum verið að kortleggja þetta og lærðum mikið á veiðunum í fyrra,“ segir Kristján.

UNDIRBÚÐU ÞIG FYRIR HAUSTIÐ

SKÓLA DAGAR

ALLT FYRIR SKÓLANN
Á EINUM STAÐ

OPIÐ TIL **21** Í KVÖLD

Kringlan

SPURNING DAGSINS



Bergljót, ertu búin að leysa húsnæðisvandann?

„Ég er búin að leysa húsnæðisvanda minn og allra þeirra sem búa í dúkkuhúsinu mínu.“

Bergljót Gunnarsdóttir listamaður smíðaði dúkkuhús fyrir barnabörn sín og innréttaði. Verkið tók fjórar til sex vikur.

Matvælastofnun kemur á heildstæðri landsáætlun gegn smitsjúkdómum:

Landsáætlun samþykkt af ESA

NEYTENDUR Eftirlitsstofnun EFTA, ESA, hefur samþykkt landsáætlun Matvælaeftirlitsins um smitvarnir vegna sjúkdóma sem geta borist á milli manna og dýra.

Þetta þýðir að Ísland uppfyllir allar kröfur Evrópusambandsins í þeim efnum.

Í Evrópureglugerð frá árinu 2011 um varnir gegn salmonellu og öðrum smitsjúkdómum er gert ráð fyrir að ríki komi sér upp vaktkerfi og landsáætlun gegn slíkum sjúkdómum.

Þar er sérstaklega gert ráð fyrir því að aðildarríki EES geri framkvæmdastjórn Evrópusambandsins grein fyrir innlendum ráðstöfunum og gera áætlanir um að vakta salmonellu í alifuglum.

Salmonella hefur verið vöktuð hér á landi í áratugi en með landsáætluninni er í fyrsta sinn gefið út heildstætt yfirlit yfir hvernig vakta skuli salmonellu í alifuglarækt á öllum stigum framleiðslunnar og í alifugla-fóðri.



ALIFUGLAR Salmonella í alifuglum hefur verið vöktuð í áratugi.

FRÉTTABLAÐIÐ/FRÍÐRIK

Lárus L. Blöndal skipaður: Nýr formaður Bankasýslu ríkis

STJÓRNSÝSLA Ný stjórn Bankasýslu ríkisins hefur verið skipuð af Bjarna Benediktssyni, fjármála- og efnahagsráðherra.

Formaður stjórnarinnar er Lárus L. Blöndal hæstaréttarlögmaður. Hulda Dóra Styrmissdóttir, sem áður hefur setið í stjórninni, er varaformaður.

Lárus er jafnframt formaður Íþróttasambands Íslands.

Hlutverk Bankasýslu ríkisins er að fara með eignarhluti ríkisins í fjármálfyrirtækjum.



AF VETTVANGI Sjónarvottar sáu eldtungur stíga til himins.

Sprenging í Tianjin í Kína:

Höggið fannst kílómetrum frá

KÍNA Gríðarleg sprenging varð í kínversku hafnarborginni Tianjin í gærkvöldi.

Samkvæmt kínverskum fjölmiðlum munu hátt í tvö hundrad manns hafa verið fluttir á sjúkrahús en ekki lá fyrir hvort einhverjir væru látnir þegar Fréttablaðið fór í prentun í gærkvöldi.

Farmur af sprengiefni mun hafa sprungið í höfninni en högbylgjan á að hafa fundist í nokkurra kílómetra fjarlægð frá borginni.

- sfs

Nefertítí talin fundin:

Var grafin hjá Tútankamon

EGYPTALAND Gröf Nefertítíar Egyptadrottningar er í herbergi inn af grafhýsi Tútankamons. Þetta fullyrðir breski fornleifafræðingurinn Nicholas Reeves. Grafhýsisins hefur lengi verið leitað en nú gæti verið komin laus á ráðgátunni.

Grafhýsi Tútankamons fannst árið 1922 í egypska Konungadalnum en Reeves segir erfitt að hrekja niðurstöðu sína séu öll gögn skoðuð í samhengi.

Reeves segir gróf drottningarinnar liggja í herbergi sem tengt er gróf Tútankamons í gegn um leynigöng, en sumir fræðimenn telja þau hafa verið mæðgin.

- þea

Ætla ekki að gera stefnuna að baráttumáli á Íslandi

Framkvæmdastjóri Íslandsdeildar Amnesty segir að útgangspunktur umdeildrar tillögu um lögleiðingu vændis sé að vernda mannréttindi vændisfólks. Fjöldi fólks hefur sagt sig úr Íslandsdeildinni vegna tillögunnar.

MANNRÉTTINDAMÁL „Það er leitt að sjá að ein tillaga sem er lögð fram valdi því að félagar sjái ekki samleið með félaginu lengur,“ segir Anna Lúðvíksdóttir, framkvæmdastjóri Íslandsdeildar Amnesty International.

Mikill styr hefur staðið um Amnesty International eftir að alþjóðahreyfing Amnesty samþykkti umdeilda stefnu þar sem samtökin styðja við lögleiðingu vændis sem lið í baráttu gegn mansali og kúgun vændisfólks.

„Ég held að félagar séu frekar að mótmæla þessari tilteknu afstöðu þó að þeir séu í grunninn hlyntir stefnu Amnesty. Það væri mjög leitt ef þetta hefði þær afleiðingar að samtökin misstu einhvern mátt en ég held að það verði nú ekki,“ segir Anna.

Íslandsdeild Amnesty sat hjá í atkvæðagreiðslunni en engu að síður hefur fjöldi fólks boðað úrsögn sína úr Íslandsdeildinni. Anna segir að úrsagnirnar séu í samræmi við það sem samtökin bjuggust við.

Að hennar sögn stendur ekki til að Íslandsdeildin geri tillöguna að sérstöku baráttumáli. „Þó að alþjóðastjórnin muni vinna að afglæpavæðingu vændis þá er ekkert sem Íslandsdeildin mun krefjast hér á landi í þeim efnum.“

Hún er þeirrar skoðunar að umræðan byggist að einhverju leyti á misskilningi. „Þó að fólk geri sér almennt grein fyrir því að tillagan snúist um að afglæpavæða vændisiðnaðinn er markmið hennar, og það er alveg skýrt, að koma í veg fyrir mannréttindabrot á fólkum sem eru í vændisiðnaðinum.“ Í tillögu Amnesty er gert ráð



fyrir að samhliða lögleiðingu skuldbindi ríki sig til að berjast gegn mansali, tryggja réttindi vændisfólks, uppræta kynferðislega misnotkun á börnum og tryggja stöðu vændisfólks gagnvart lögum og fyrir ofbeldi.

„Við erum ekki að tala þarna um fólk sem er í ánaud, mansali eða er misnotað á einhvern annan hátt,“ segir Anna. „Þarna er einungis fjallað um að afglæpavæða þann iðnað þar sem fólk tekur þá ákvörðun sjálf að stunda vændi.“

Anna segir að tillagan hafi ekki verið unnin með stuttum fyrirvara heldur sé hún vel grunduð.

Alþjóðahreyfing Amnesty bendir á að rannsóknir og gögn sýni fram á að þessi leið sé sú besta til að koma í veg fyrir misnotkun og ofbeldi gegn vændisfólki með tilliti til lögmáls um skaðaminnkun á grundvelli afglæpavæðingar.

Landsdeild UN Women á Íslandi sendi frá sér tilkynningu þess efnis að UN Women hafi ekki tekið formlega afstöðu varðandi afglæpavæðingu vændis. Tilkynningin er vegna ummæla Harðar Helga Helgasonar, formanns Íslandsdeildar Amnesty, þess efnis að UN Women væri með sambærilega stefnu og Amnesty.

stefnanraf@frettabladid.is

BERJAST FYRIR RÉTTINDUM VÆNDISFÓLKS Fjöldi vændis- og kynlífsstarfsmanna í París krafðist réttinda sína í mót-mælum í júní síðastliðnum.

FRÉTTABLAÐIÐ/AFÞ



Þó að stefnan sem alþjóðastjórnin mun vinna um afglæpavæðingu vændis þá er ekkert sem Íslandsdeildin mun krefjast hér á landi í þeim efnum.

Anna Lúðvíksdóttir, framkvæmdastjóri Íslandsdeildar Amnesty International

IBIZA

Eldhúsborð, hvítt.
Þ: 110 cm H: 74 cm



39.990 kr. -49.990 kr.

HÚSGAGNA HÖLLIN

Lögregla gerði húsleit í fjölbýlishúsi ætluðu eldri borgurum í Hafnarfirði:

Kannabisræktun í matstofunni

LÖGREGLUMÁL Lögreglan á höfuðborgarsvæðinu stöðvaði kannabisræktun í fjölbýlishúsi ætluðu eldri borgurum í Hafnarfirði á miðvikudag.

Samkvæmt heimildum Vísis er um að ræða fjölbýlishúsabyrpingu sem stendur í Herjólfsgötu en ræktunin fór fram í miðjuhúsinu, nánar tiltekið í rými sem átti að verða þjónustukjarni fyrir húsin og innihalda meðal annars matstofu. Þær áætlanir fóru út um þúfur þegar húsin voru byggð á síðasta áratug og hófst því rekstur þjónustukjarnans aldrei. Þess í stað var rýmið leigt út.

Lögreglan á höfuðborgarsvæðinu hefur handtekið mann á þrítugsaldri í tengslum við kannabisræktunina og telst málið upplýst að sögn Margeirs Sveinssonar, aðstoðaryfirlögsluþjóns á höfuðborgarsvæðinu. Hann segir ræktunina hafa verið fremur stóra miðað við það sem lögreglan hefur stöðvað undanfarið. Um var að ræða 124 plöntur, misstórar, alveg að tveimur metrum á hæð og niður í græðlinga.

Gunnar Hólmsteinsson, formaður húsfélagsins, segir lögregluna hafa verið að störfum í húsinu í gær en íbúar hafi ekki fengið að vita hvers vegna.



HÚSAPYRPINGIN Áætlanir um þjónustukjarna í húsunum fóru út um þúfur og rýmið var leigt út.

FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

„Okkur var haldið alveg frá þessu,“ segir hann og kveður íbúana ekki hafa orðið vara við grunsamlega hegðun í þessu rými hússins.

- bo



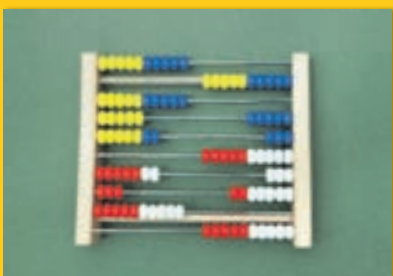
Hnoða, leira og lita...



Skóladagar í Smáralind! Hvort sem þú ert að leita að skólatösku, pennaveski, úlpu eða húfu þá finnurðu allt sem þig vantar fyrir skólann í Smáralind. Það er leikur að læra!



Opið í dag til kl. 21



VEISTU SVARIÐ?



1. Hvað heitir forstjóri Landsvirkjunar?
2. Hvað heitir nýtt móðurfyrirtæki Google?
3. Hvað heitir formaður Kvenréttindasambands Íslands?

SVÖR
1. Hörður Arnarson 2. Alhabet 3. Frjáls
Rós Valdimarsdóttir

Yfirdýralæknir hjá Matvælastofnun vill breyta skipulagi dýralæknaþjónustu:

Vilyrði fengið fyrir peningum

LANDBÚNAÐUR Farið hefur verið fram á aukafjárframlög til að standa straum af dýralækna-kostnaði í dreifðum byggðum landsins, að sögn Sigurborgar Daðadóttur, yfirdýralæknis hjá Matvælastofnun.

Þá hefur Sigurborg farið fram á að skipting þjónustuvæða landsins verði endurskoðuð. Aðeins er gert ráð fyrir að tveir dýralæknar sinni þjónustu á svæði sem nær frá Ljósavatnsskardi í vestri til Fáskrúðsfjarðar í austri. Á

næsta ári segir hún fleiri sinna þjónustu á þessu víðfeðma svæði, því embættið hafi fengið vil-yrði frá atvinnu-vegaráðuneytinu um auknið fjármagn frá og með næsta ári.

Bónði í Þingeyjarsveit óttast um afdrif kúr í sinni eigu en hún fékk bráðajúgurbólgu og gæti



SIGURBORG
DAÐADÓTTIR

drepist fái hún ekki aðstoð dýralæknis. Í samtali við Vísi sagði bóndinn að hann hefði ekki náð í dýralækni en allir dýralæknar á Húsavík hafa lagt niður störf.

Matvælastofnun og yfirdýralæknir tóku þá ákvörðun að skera niður þóknun til dýralækna í Þingeyjarsveit og á Egilsstöðum til þess að betur væri hægt að sinna dýralæknaþjónustu frá Vopnafirði vegna búskapar í Distilfirði, á Langanesi og í Vopnafirði.

Bæta raforkuflutninga: Fá leyfi fyrir nýju tengivirki

RAFORKUMÁL Orkustofnun hefur veitt Landsneti leyfi til að reisa nýtt 66 kV raforkuflutningsvirki í Vestmannaeyjum auk leyfis til breytinga í tengivirki Landsnets í Rimakoti og styrkingar á hluta Rimakotslínu 1 til að auka flutningsgetu hennar.

Er þetta liður Landsnets til að tryggja betur öryggi raforkuflutninga milli lands og eyja en nú er aðeins 33 kV tenging til Vestmannaeyja.

- 5a

Aftaka varaforsætisráðherra: Valdamaður var aflífaður

NORÐUR-KÓREA Varaforsætisráðherra Norður-Kóreu, Choe Yong-gon, var tekinn af lífi í maí fyrir að hafa gagnrýnt skógræktarstefnu Kim Jong-Un. Frá þessu greindi suðurkóreski fréttamiðillinn Yonhap í gær. Choe sást síðast á opinberum vettvangi í desember síðastliðnum. „Við höfum fylgst náið með málum Choe í nokkurn tíma,“ segir í yfirlýsingu sameiningarráðuneytis Suður-Kóreu. Norður-Kórea hefur hins vegar ekki staðfest aftökuna. Yonhap segir ríkisstjórnina hafa aflífað um sjöttíu embættismenn í valdatíð Kim Jong-Un.



CHOE YONG-GON

Eftirspurn eftir áli sögð vera að aukast

Krafan um umhverfisvænni bíla hefur aukið eftirspurn eftir áli í heiminum. Eftirspurn hefur á fáum árum farið úr fjórutíu milljónum tonna á ári í sextíu. Stór tækifæri í orkufrekum iðnaði, segir formaður atvinnuveganefndar.

ÍÐNAÐUR „Í áliðnaði er fjárfest til lengri tíma. Það er auðvitað ljóst að á áratugum verða miklar sveiflur í verði á áli og í augnablikinu er álverð lágt,“ segir Pétur Blöndal, framkvæmdastjóri Samáls, samtaka álframleiðanda.

Eins og Fréttablaðið greindi frá í gær heldur heimsmarkaðsverð á áli enn áfram að lækka og Hörður Arnarson, forstjóri Landsvirkjunar, sagði lægra álverð hafa áhrif á tekjur Landsvirkjunar, en um 30 prósent af tekjunum eru tengd álverði.

„Almennt má segja að svona lágt álverð hefur neikvæð áhrif á þau álverkfni sem menn eru að skoða á Íslandi og annars staðar. Það er alveg ljóst að það eru allar líkur á að það dragi úr vilja manna til að auka afköstin,“ sagði Hörður.

Pétur segir að árið í fyrra hafi í sjálfu sér verið ágætt fyrir álið í heiminum, en alltaf sé óvissa á mörkuðum. Nú séu blikur á lofti í efnahag Evrópu vegna Grikklands og þá hafi Kínverjar leitað fyrir sér með útflutning á áli, þar sem hægst hefur á hagvexti í Kína.

„Góðu fréttirnar eru þær að eftirspurn er að aukast mjög hratt og mun hraðar en spár gerðu ráð fyrir. Hún hefur á fáum árum farið úr 40 milljónum tonna í um 60 milljónir, sem næst væntanlega á þessu ári eða næsta. Það er gríðarleg eftirspurnaraukning sem er meðal annars knúin áfram af kröfu stjórnvalda um að dregið sé úr losun gróðurhúsalofttegunda í



BEIÐ EFTIR ÁLI Fyrsta skóflustungan að álveri Norðuráls í Helguvík var tekin í júní 2008. Sjö árum síðar er enn óvíst um orkuöflun fyrir álverið.

Parf að horfa sem víðast

Jón Gunnarsson, formaður atvinnuveganefndar Alþingis, segir mikilvægt að auka fjölbreytni atvinnulífsins á vettvangi orkufreks iðnaðar, eins og gert hafi verið. Í raun sé álver í Helguvík eina álverið sem sé í alvöru á teikniborðinu.

„Það er náttúrulega bara þetta í Helguvík sem er í einhverri alvöru í gangi. Það er alveg ljóst að þessar hugmyndir norður á Skagaströnd eru ekkert nema hugmyndir í sjálfu sér. Það er langt í land með að það geti orðið að veruleika.“

Jón vill ekkert gefa út um hvort álver í Helguvík verði að veruleika á meðan ekki er komin niðurstaða í ágreining HS Orku og Norðuráls um orkumál. En er hann hlyntur álveri í Helguvík? „Ég vil bara skoða þau tækifæri sem eru á borðinu á hverjum tíma og tel að við eigum mikil tækifæri í orkufrekum iðnaði. Ég tel að það sé mjög mikilvægt að horfa sem víðast í því samhengi.“

bílaflotanum. Það er bara ein leið til þess og það er að létta bílana og fyrir vikið hafa bílaframleiðendur verið að nota ál í miklu meiri

mæli en áður og það sér ekki fyrir endann á þeirri þróun. Það eru því heilbrigðismerki á álmarkaðnum.“

kolbeinn@frettabladid.is

Talsmaður samninganefndar segir að ekki sé verið að láta undan hótunum:

Rio Tinto hótaði að loka álveri

KJARAMÁL Starfsmenn ISAL hættu við boðað verkfall vegna fullyrðinga Rio Tinto Alcan á Íslandi um að verkfallið myndi leiða til lokunar fyrirtækisins. Verkfallið átti að hefjast þann 1. september næstkomandi.



GYLFI
INGVARSSON

Í tilkynningu frá samninganefnd starfsmanna kom fram að markmið kjaraviðræðnanna væri ekki að ná fram lokun fyrirtækisins heldur bættum kjörum fyrir starfsmenn.

Fyrirtætti Stöðvar 2 í gær sagði Gylfi Ingvarsson, talsmaður samninganefndar starfsmanna, að með afboðun verkfallsins



STRAUMSVÍK Forsvarsmenns álversins í Straumsvík fullyrða að álverinu verði lokað ef starfsmenn fara í verkfall.

væru starfsmenn ekki að láta undan hótunum Rio Tinto Alcan. „Nei, það er langur vegur frá. Við erum fyrst og fremst að skapa stöðu til þess að takast á um það sem skiptir mestu máli.

Það er að bæta kjörin.“ Hann segir Rio Tinto harðan aðila að eiga við. „Við erum að upplifa það sem önnur fyrirtæki úti í heimi hafa staðið í stríði við.“

- hmp

Vilt þú gefa egg?

Með því að gefa egg getur þú hjálpað annarri konu/pari að uppfylla drauma sína að verða foreldrar.

Ef þú vilt leggja okkur lið þá er númer okkar hjá Art Medica 1322. Hjúkrunarfræðingar Art Medica veita fúslega allar nánari upplýsingar áður en ákvörðun um eggjöf er tekin.



www.artmedica.is

Ef margar konur svara þessu kalli verður hægt að hjálpa fleiri þörum.

Ábendingahappinn má finna á www.barnaheill.is



ÚTSALAN ER Í FULLUM GANGI

20-70% afsláttur

Fatnaður 20 - 70% afsl.

Bakpokar 20 - 50% afsl.

100% merino ull 20 - 30% afsl.

Skór 20 - 50% afsl.

og margt fleira ...

Ekki missa af þessu. Takmarkað magn!

Íslensku
ALPARNIR
HREYFING • KRAFTUR • ÁNÆGJA

FAXAFENI 8, 103 REYKJAVÍK • SÍMI 534 2727
ALPARNIR@ALPARNIR.IS • WWW.ALPARNIR.IS

F&F



SCHOOLWEAR

Kringlunni, Skeifunni, Spönginni, Garðabæ, Akureyri

Frá kr. **85.900**

Tenerife Costa del Sol & Tyrkland

Tenerife – Villa Adeje Beach

Frá kr. **138.900**
m/allt innifalið

Netverð á mann frá kr. 138.900 m.v. 2 fullorðna og 2 börn í íbúð. Netverð á mann frá kr. 153.900 m.v. 2 fullorðna í íbúð. 15. ágúst í 14 nætur



Costa del Sol – Roc Costa Park

Frá kr. **114.900**
m/allt innifalið

Netverð á mann frá kr. 114.900 m.v. 2 fullorðna og 2 börn í herbergi. Netverð á mann frá kr. 155.900 m.v. 2 fullorðna í herbergi. 17. ágúst í 10 nætur.



Costa del Sol – Las Palmeras

Frá kr. **85.900**
m/morgunmat

Netverð á mann frá kr. 85.900 m.v. 2 fullorðna og 2 börn í herbergi. Netverð á mann frá kr. 99.900 m.v. 2 fullorðna í herbergi. 17. ágúst í 10 nætur.



Bodrum – Bitez Garden Life

Frá kr. **99.900**
m/morgunmat

Netverð á mann frá kr. 99.900 m.v. 2 fullorðna og 2 börn í herbergi. Netverð á mann frá kr. 125.900 m.v. 2 fullorðna í herbergi. 20. ágúst í 11 nætur.



Marmaris – AliBey Boutique Hotel

Frá kr. **105.900**
m/morgunmat

Netverð á mann frá kr. 105.900 m.v. 2 fullorðna og 1 barn í herbergi. Netverð á mann frá kr. 115.900 m.v. 2 fullorðna í herbergi. 20. ágúst í 11 nætur.



Gleymir aldrei þeim níu sem voru myrtir

Pýsk þingkona er stödd hér á landi til að ræða ástandið á Gasasvæðinu. Hún segir efnahagsþvinganir einu leiðina til að fá Ísrael til að opna herkvína og hætta drápum í Palestínu. Fyrir fimm árum var hún á skipi sem var hernumið af Ísrael.

STRÍÐ „Ég má ekki koma til Ísraels í tíu ár. En ég veit ekki hvort þeir munu nokkurn tíma hleypa mér inn,“ segir Annette Groth, pýskur þingmaður Die Linke, sem er stödd hér á landi og hélt erindi í gær á vegum félagsins Ísland-Palæstína.

Tilfnið var að í maí voru fimm ár liðin frá því að ísraelskar sérsvæitir hertóku hjálparskipið Mavi Marmara sem var á leið með nauðsynjar og hjálparstarfsmenn til Gasasvæðisins fyrir botni Miðjarðarhafs.

Skipið var hluti af stærri flota hjálparskipa sem lögðu af stað frá Grikklandi og Svíþjóð. „Ég var fyrst á annarri af tveimur snekkjum sem sigldu undir bandarískum fána frá Krít á Grikklandi. Þegar við lögðum af stað varð fljótt ljóst að það hafði verið unnið skemmdarverk á stýribúnaði annars bátsins svo hann þurfti frá að hverfa til Kýpur. Nokkru seinna kom í ljós að stýribúnaðurinn á bátinum sem ég var á var líka ónýtur.“

Annette segist halda að ísraelska leyniþjónustan hafi skipulagt skemmdarverkin á bátunum. Það hafi þó ekki verið rannsakað. „Þegar við vorum komin til Kýpur treysti ég ekki bátunum. Ég og hinir þrír Þjóðverjarnir fórum fram á að vera flutt á Mavi Marmara, sem var stærsta skip sendifararinnar.“

Eftir þrálátar beiðnir var orðið við óskum Þjóðverjanna. „Andrúmsloftið á Mavi Marmara var frábært. Fullt af blaðamönnum og Al Jazeera var með útsendingu allan sólarhringinn. Það var eins og það væri partí allan daginn.“

Það var svo um tvö að nóttu þann 31. maí að gríðarlegur hávaði heyrðist niður í svefnrými skipsins og taugaóstyrk rödd skipstjórans barst um kallkerfið. „Hann sagði að ísraelski herinn væri búinn að umkringja okkur. Við ættum að halda kyrru fyrir.“

Ísraelsk sérsvæitir hafði umkringft skipið á smærri bátum en einnig sigu hermenn úr þyrlum. Skoðing hófst samstundis með þeim afleiðingum að níu manns létu lífið og margir slösuðust alvarlega. „Sá tíundi lést á síðasta ári. Hann hafði verið í dái alveg síðan árásin varð,“ segir Annette.

„Það sem sló mig mest og ég mun aldrei gleyma var að við vorum handjárnur. Þeir tóku allt af okkur. Seinna fundum við blað með upplýsingum um þá farþega sem mikilvægast var að ná. Það var mynd af mér á því blaði.“

Fleiri þekktir einstaklingar voru um borð í bátunum, meðal annars annar þýskur þingmaður og sænski glæpasagnahöfundurinn Henning Mankell, sem er þekkt-



ÞINGKONA Annette Groth hefur verið þingkona í Pýskalandi síðan 2009. Hún hefur einnig starfað hjá Flóttamannastofnun SP. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK



MAVI MARMARA Þúsundir þýskra mótmælenda tóku á móti Mavi Marmara þegar það kom aftur til Tyrklands eftir margra mánaða bið í Ísrael. FRÉTTABLAÐIÐ/EPA

Hörð viðbrögð frá alþjóðasamfélaginu

Öryggisráð Sameinuðu þjóðanna fordæmdi árásir Ísraels hers á sendiförina og kallaði eftir rannsókn á málinu. Mannréttindaráð Sameinuðu þjóðanna kallaði árásinar sömuleiðis svívirðilegar.

Pá tjáði David Cameron, forsætisráðherra Breta, sig um þær og sagði þær algjörlega óviðunandi. Mótmæli fóru fram víða um heim og fjölmargir skemmtikraftar hættu við að koma fram í Ísrael.

astur fyrir bækurnar um Kurt Wallander.

Skipverjar voru fluttir til yfirheyrslu í ísraelskum herbúðum. Annette lýsir því hvernig hátt í sjö hundruð yfirheyrslutjóldum var komið fyrir inni í byggingunni. „Þeir reistu heila borg fyrir okkur.“

Sólarhring eftir að hafa verið handtekin var Annette látin laus ásamt nokkrum öðrum Þjóðverjum. Flogið var með hana heim til Þýskalands.

Annette hefur áfram tekið þátt í baráttunni gegn aðgerðum Ísraels. Hún segir að frjálslyndir Ísraelsmenn hafi leitað til sín því almenningsálitið í Ísrael, undir ríkisstjórn Benjámin Netanjahú, hafi breyst mjög og sé orðið mjög andvígt frjálslyndum, vinstriinnuðum gyðingum. Annette vill meðal annars að samstarfssamningi Ísraels og Evrópusambandsins verði rift. „Ég trúir því að án mjög þungra efnahagsþvingana muni ekkert breytast.“ snaeros@frettabladid.is

Slagur forsetaframbjóðandaefna demókrata verður æ meira spennandi:

Sanders siglir fram úr Clinton

BANDARÍKIN Bernie Sanders, öldungadeildarþingmaður frá Vermont, mælist nú með meira fylgi en Hillary Clinton í einu af fyrstu ríkjunum þar sem demókratar kjósa um frambjóðanda sinn til forsetaembættisins. Í könnun Franklin Pierce-háskólans kemur fram að Sanders mælist með 44 prósentu fylgi en Clinton mælist í 37 prósentum.

Markar þessi könnun tímamót því fram að þessu hafði Hillary Clinton leitt í öllum könnunum, í öllum ríkjum.



BERNIE SANDERS

Upprifa Sanders hefur vakið athygli en baráttufundi hans sækja fleiri en nokkurs annars frambjóðanda. Til dæmis sóttu tæplega þrjátíu þúsund manns fund hans í borg-

inni Portland og álíka margir í Los Angeles degi síðar.

Sanders talar fyrir opinberu heilbrigðiskerfi þar sem allir fá

þjónustu, hærri lágmarkslaunum og uppskiptingu bankanna. Auk þess er hann ótull talmaður mannréttinda en hann gekk meðal annars með Martin Luther King til Washington á sínum tíma.

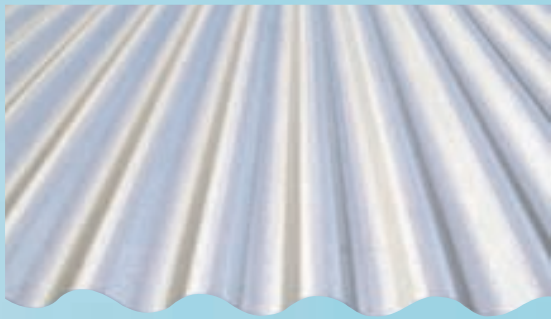
Hillary Clinton fékk fleiri slæmar fréttir í gær en henni var gert að afhenda alríkislögreglu sinn persónulega tölvupóstsnæþing sem hún notaði í starfi sínu sem utanríkisráðherra. Clinton hefur verið gagnrýnd fyrir að hafa notað sinn eigin tölvupóst í starfinu.



HÚSASMIÐJAN

ALLT FYRIR ÞAKIÐ

Íslensk framleiðsla fyrir Húsasmiðjuna • Þakefni úr áli og stáli, ýmsir litir • Klæðningar, ýmsir litir



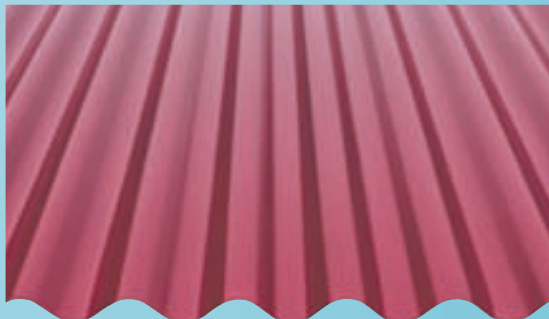
ÞAKJÁRN ALUSINK

0,5 mm
430399



1.795 kr/m

FRÁBÆRT VERÐ



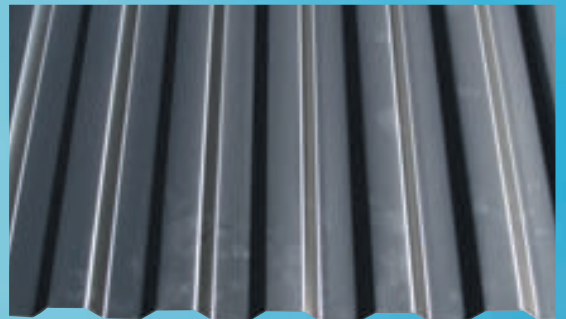
LITAD POLY BÁRUJÁRN

slitsterkt og endingargott
0,5 mm
430404



2.699 kr/m

FRÁBÆRT VERÐ



LITAD ÁL

0,67 mm
430412



3.790 kr/m

FRÁBÆRT VERÐ

ÍSLENSK ÞAKULL



Alhliða steinullareinangrun í útveggi, loft, vegg og gólf. Rakavarin einangrun, viðurkennd gegn bruna og hljóði. Hentug einangrun í nýbyggingar og viðhald eldri bygginga.



214640

ÞAKPAPPI OG BRÆÐSLUPAPPI

Þakpappi með kantstyrkingum sem hindrar að hann rifni, naglfestan er meiri og pappinn þolir meira. 15 m á rúllu.

5.995 kr

FULLT VERÐ: 8.100



3 ltr

6.690 kr

FRÁBÆRT VERÐ

JOTUN ÞAKMÁLNING

Jotaproff Fasadeakryl Hágæða þakmálning og einnig á hverskonar klæðningar. 7049180/82/84/86/88



ÞAKSAUMUR 60 mm

Gunnabo. Heitgalv, 100 stk
5542578

1.297 kr

FULLT VERÐ: 1.995



20% afsláttur

ALLAR JUMBO TRÖPPUR 3-8 ÞREPA

ÁLTRAPPA 3 ÞREPA

Hæð 64 cm, burðarþol 150 kg
5078885

3.995 kr

FULLT VERÐ: 5.249

ÞAKRENNUR

AUÐVELDAR Í UPPSETNINGU RYÐGA EKKI 50 ÁRA REYNSLA

Plastmo

Dönsku Plastmo þakrennur úr plasti hafa sannað styrk sinn í meira en hálfa öld. Þær eru sterkar og halda styrk sínum í mörg ár.

Fáðu tilboð í nýjar þakrennur hjá söluhöfðum okkar.



LEKUR ÞAKIÐ?

töfralausn sem virkar strax

Byltingarkennd lausn sem stöðvar leka strax. Efnið má nota í bleytu og hentar vel til að stöðvar leka í þakefni, þakrennum og í kringum erfiða staði t.d. reykháfa, loftinntök o.fl.

1 ltr



5.729 kr

FRÁBÆRT VERÐ

7171135

HEIMURINN



Indland í mál við Nestlé út af Maggi-núðlum

1 **INDLAND** Farið er fram á 100 milljónir dala (rúmlega 13,2 milljarða króna) skaðabætur í málshöfðun Indlands á hendur matvælaframleiðslufyrirtækinu Nestlé vegna ólögmaetra viðskiptahátta. Breska ríkisútvarpið BBC hefur fengið staðfest hjá indverskum embættismanni að krafan byggist á skaða sem neytendur hafi orðið fyrir vegna villandi auglýsinga í tengslum við Maggi-núðlur frá Nestlé. Maggi var bannað á Indlandi eftir að matvælaeftirlit þar sakaði Nestlé um að fara ekki eftir lögum um öryggi matvæla.



Á SJÚKRAHÚSI Eitt vannæðra barna sem boðin er meðferð á sjúkrahúsinu í Sana'a, höfuðborg Jemens. MYND/EPA

Vannæðum börnum fjölga

2 **JEMEN** Búist er við að vannæðum börnum í Jemen fjölgi úr 850 þúsund í 1,2 milljónir á næstu vikum eftir því sem stríðsátök í landinu halda áfram að grafa undan heilbrigðiskerfi landsins. Þetta er álit Hilals Elver, sérstaks sendifulltrúa Sameinuðu þjóðanna um rétt fólk til næringar.

Maður beit framan af fingri konu sem hann reifst við

3 **BANDARÍKIN** Þrjátíu og þriggja ára karl í Tampa Bay í Flórída í Bandaríkjunum sætir ákæru fyrir að hafa bitið framan af löngutöng konu á mánudagskvöld. Konan hafði, að því er fram kemur í Tampa Bay Times, veifað fingrinum framan í manninn þar sem þau rifust. Lögregla var kvödd á vettvang og kom að þar sem konan sat í garðstól og vantaði rúman sentímetra framan á fingur hennar. Maðurinn var með skurði í andliti og voru bæði flutt undir læknishendur, áður en manninum var stungið í fangelsi.

Rottufaraldur ógnar uppskeru á hrísgrjónaökum Kambódíu



MEÐ GILDRUR OG FENG Bóndi ber hér búr fyrir rottur og músagildir á hrísgrjónaakri í Kandal-héraði í Kambódíu í gær. Bændur meðfram Mekong-ánni hafa brugðist við rottufaraldri sem ógnar uppskeru þeirra með því að veiða rottur að næturlagi og flytja þær svo til Víetnams þar sem þær eru seldar. FRÉTTABLAÐIÐ/EPA

Rafmagnaður í alla staði.

Led-framljós spara orku.

Frí heimahleðslustöð.

Nýr rafdrifinn e-Golf
4.590.000 kr.

8 ára ábyrgð á rafhlöðu.

Til afhendingar strax!

Ný hugsun. Nýr rafdrifinn e-Golf.

Volkswagen e-Golf er fyrsti fjölskyldu rafbíllinn sem byggir á áratuga reynslu og býður upp á öll þægindin sem þú finnur í venjulegum Golf. Skiptu yfir í framtíðina með nýjum e-Golf.

Think Blue.



Das Auto.

DEBENHAMS


redherring



20%
AFSLÁTTUR

AF FATNAÐI FRÁ
redherring
FYRIR DÖMUR & HERRA

Opið til kl. 21:00 í kvöld

 Gildir út sunnudag
Finndu okkur á facebook

DEBENHAMS SMÁRALIND
KONUR HERRAR BÖRN SNYRTIVÖRUR

GOTT ÚRVAL NOTAÐRA BÍLA

Skoðaðu úrvalið á
bilaland.is

ALLT AÐ 90%
FJÁRMÖGNUN



TÖKUM NOTAÐAN
UPPI NOTAÐAN!
GERÐU FRÁBÆR KAUP!

SUBARU FORESTER PREMIUM
Nýskr. 12/13, ekinn 12 þús. km.
bensín, sjálfskiptur.
Rnr. 142950

Frábært verð!
4.690 þús.



RENAULT MEGANE SP. TOURER
Nýskr. 08/11, ekinn 62 þús. km.
dísil, sjálfskiptur.
VERÐ kr. 2.690 þús.
Rnr. 102670.



VW TIGUAN SPORT STYLE
Nýskr. 11/12, ekinn 45 þús. km.
dísil, sjálfskiptur.
VERÐ kr. 4.690 þús.
Rnr. 102938.



SUBARU XV
Nýskr. 06/14, ekinn 34 þús km.
bensín, sjálfskiptur.
VERÐ kr. 4.350 þús.
Rnr. 320338.



RENAULT SCENIC III
Nýskr. 08/14, ekinn 57 þús. km.
dísil, sjálfskiptur.
VERÐ kr. 2.990 þús.
Rnr. 282865.



HONDA CRV EXECUTIVE
Nýskr. 10/10, ekinn 50 þús. km.
bensín, sjálfskiptur.
VERÐ kr. 4.190 þús.
Rnr. 320351.



HYUNDAI i30 COMFORT
Nýskr. 05/12, ekinn 45 þús km.
dísil, sjálfskiptur.
VERÐ kr. 2.990 þús.
Rnr. 320397.

bilaland

Kletthálsi 11 - 110 Reykjavík
Sími 525 8000 - bilaland@bilaland.is
www.bilaland.is



www.facebook.com/bilaland.is

Kjötafurðastöð KS vill brenna dýrahæ nyrst í bænum:

Brennsluofn ekki í umhverfismat

UMHVERFISMÁL Fyrirhuguð áform Kaupfélags Skagfirðinga þess efnis að setja upp brennsluofn sem gæti brennt allt að sex tonnum af sláturúrgangi á dag þarf ekki að fara í umhverfismat að mati Skipulagsstofnunar.

Kaupfélag Skagfirðinga fór þess á leit við heilbrigðiseftirlit Norðurlands vestra að breyta starfsleyfisskilyrðum sínum til að geta brennt sex tonn að hámarki á dag af áhættuvefjum og sýktum dýrahæjum og komast þannig hjá

urðun eða kostnaðarsömum leiðum við förgun þeirra.

Það starfsleyfi er enn til kynningar hjá heilbrigðiseftirlitinu. Í upplýsingum frá framleiðanda ofnsins sem KS hefur hug á að kaupa er tekið fram að útblástursmælingar sýni að búnaðurinn uppfylli viðmið sem sett eru í Evrópulöggjöf um brennslu úrgangs. -sa

STÓRTÆKIR Kjötafurðastöð Kaupfélags Skagfirðinga er með stærstu kjötafurðastöðvum landsins.



Hatursfull umræða og svartur húmor

Gestur spjallborðs sem Fréttablaðið fjallaði um í vikunni segir engan hatursáróður að finna á síðunni heldur svartan húmor. Hann segir þar að finna frjálsa umræðu. Eigandi spjallborðsins segir hatursáróður ekki brjóta reglur.

LÖGREGLUMÁL Gestur spjallborðs sem Fréttablaðið hefur fjallað um í vikunni segir engan hatursáróður þar að finna heldur í versta falli hatursfulla umræðu. Á spjallborðinu er að finna ummæli Íslendinga sem niðast á flestum hugsanlegum minnihlutahópum.

Spjallborðsgesturinn segir ummælin sögð í hálfkæringi í þessum menningarkima internetsins. Hann segir fólk blása upp skoðanir sínar til þess að hneyksla og vekja hlátur.

Gesturinn segir að spjallborðsgestir taki dæmi, til dæmis um að blökkumenn séu með meiri glæpahneigð en hvítt fólk, sem hann segir satt samkvæmt opinberum bandarískum tölum, og ýki það upp án þess að vera á móti blökkumönnum.

Hann segir ýkjurnar svo settar fram á öfgafullan hátt með orðalagi sem þætti ekki í lagi annars staðar á netinu. Gesturinn segir þetta án efa smekklaut en hluta af menningu spjallborðsins.

Guðrún Pétursdóttir félagsfræðingur er ekki sammála fullyrðingu spjallborðsgestsins um glæpahneigð blökkumanna og kallar hana þeypu.

„Þetta er margútskýrt. Þegar yfirvöld beina sjónum sínum að ákveðnum hóp svona mikið endurspeglar tölurnar það. Ef þú stoppar bara svarta menn sem keyra of hratt sýnir tölfræðin að svartir keyra hraðar en hvítir,“ segir Guðrún.

„Meirihlutinn hefur byggt upp kerfi sem reynir að viðhalda stöðunni. Ég held að glæpatíðni sé ekki hærrí hjá svörtu fólki heldur handtökurnar,“ segir Guðrún og bætir við að kerfið bæli minnihlutahópa niður og haldi þeim í áframhaldandi þrælalaldi, meðal annars með því að taka af þeim félagsleg réttindi eins og kosningarétt, sem maður missir við afbrot.

Gesturinn segir spjallborðið vettvang til að ræða hin og þessi mál án þess að þaggað sé niður í fólki og segir innihaldið svartan



SPJALLBORÐ Íslendingar rita fordómfull ummæli um minnihlutahópa á spjallborði á netinu.

FRÉTTABLAÐIÐ/PIETUR



“Ég hef ekki tíma til að fylgjast með kjánalegum lögum heimsins. Vissir þú að það er ólöglegt að vera feitur í Japan?”

Fredrick Brennan
spjallborðseigandi



“Meirihlutinn hefur byggt upp kerfi sem reynir að viðhalda stöðunni. Ég held að glæpatíðni sé ekki hærrí hjá svörtu fólki heldur handtökurnar.”

Guðrún Pétursdóttir félagsfræðingur

húmor og kaldhæðni með hugmyndafræðilegum undirtönnum.

Eigandi spjallborðsins sem Íslendingarnir sækja, Fredrick Brennan, segir hatursáróður og kynþáttafordóma ekki brjóta gegn reglum síðu sinnar.

Á síðunni getur hver sem er stofnað spjallborð um nærri hvað sem er á hvaða tungumáli sem er. Aðspurður hvort eitthvað sé bannað segir Brennan svo vera. „Barnaklám og

sumt höfundarréttarvarið efni er tekið niður af síðunni.“ Hann segist þó ekki geta fylgst með allri umræðu á síðu sinni og hvort hún sé lögleg í landi þeirra sem á síðuna skrifa. „Ég hef ekki tíma til að fylgjast með kjánalegum lögum heimsins. Vissir þú að það er ólöglegt að vera feitur í Japan?“ spyr Brennan, þegar hann er spurður hvort hann viti að hatursáróður sé ólöglegur á Íslandi.

thorgnyr@frettabladid.is

Rannsókn á ásökunum um kynferðislega áreitni Julians Assange hætt:

Saksóknari segir brotin fyrnd

SVÍPJÓÐ Saksóknari í Svíþjóð hefur hætt rannsókn sinni á meintrí kynferðislegri áreitni Julians Assange, stofnanda WikiLeaks. Ástæðan fyrir því er að brot hans eru nú fyrnd. Ásakanir á hendur Assange um nauðgun eru hins vegar enn til rannsóknar. Þetta kemur fram á vef BBC.

EKKI TÓKST að kafa ofan í mál Assange til hlítar sökum þess að ekki var hægt að yfirheyra hann. Hann hefur ávallt neitað sök en



JULIAN ASSANGE

neitað að mæta í yfirheyrslur þar sem hann er viss um að sænsk yfirvöld muni framselja hann til Bandaríkjanna. Þar bíða hans dómsmál vegna umfangsmikilla leka WikiLeaks. Frá árinu 2012 hefur Assange því dvalið í sendiráði Ekvador í London og

ekki farið úr húsi. Samkvæmt sænskum lögum er ekki hægt að reka sakamál gegn einstaklingum nema þeir hafi verið yfirheyrðir. Alls voru fjögur mál höfðuð gegn Assange og falla þrjú þeirra niður þann 18. ágúst. Nauðgunarmálin fyrnast hins vegar ekki fyrr en árið 2020.

Assange hefur áður sagt að hann muni ekki yfirgefa sendiráðið jafnvel þó að málin gegn honum verði látin niður falla.

Vegabréf 2015



Nú fer að líða á lok
Vegabréfaleik N1.

Ekki gleyma að skila
Vegabréfinu fullstimpluðu
á næstu þjónustustöð.
Hægt er að fá stimpil til
16. ágúst. Dregirnir verða
út glæsilegir vinningar
í lok ágúst.

Samtals
100
vinningar!

Vinningar



Það rignir stimpilgjöfum
á N1 í sumar!

Hluti af ferðasumrinu

N1

BONUS BONUS BONUS BONUS BONUS



98
kr. 1 kg

ES Hveiti 1 kg.



98
kr. 500g

ES Haframjöl 500g



75p
98
kr. 1 ltr.

ES Eplasafi 1 ltr.



85p
98
kr. 1 ltr.

ES Trönuberjasafi 1 ltr.



98
kr. 285g

ES Mäiskorn 300g



98
kr. 100g

ES Súkkulaði 5 teg. 100g



198
kr. 450g

ES Jarðarberja - / Hindberjasulta 450g.



159
kr. 125g

ES Súkkulaðikex 125g.



359
kr. 750g

ES Kornflex 750g.



198
kr. 450g

ES Appelsínurmarmelaði 450g.



198
kr. 250ml

ES Peytirjóni 250ml.



298
kr. 350g

ES Sex marsipanbrauð 350g.



298
kr. 1 kg

ES Frosið brokkoli og frosin brokkoliblanda 1 kg.



298
kr. 1 kg



498
kr. 470g

BÓNUS NÝBAKAÐ Vinabrauðslengja 470g.



259
kr. 4 stk.

BÓNUS NÝBAKAÐ Langlokur 4 stk.



159
kr. 5 stk.

BÓNUS Fimm pylsubrauð



159
kr. 4 stk.

BÓNUS Hamborgarbrauð 4 stk. með eða án sesam



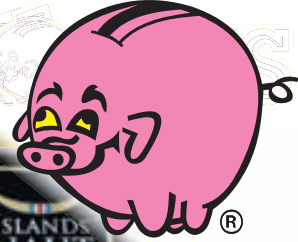
69
kr. 330ml

Verð í þessari auglýsingu Gilda a.m.k. til 16. ágúst



BONUS EKKERT BRUÐL

Afgreiðslutími í Bónus: Mánudaga-Fimmtudaga; 11:00-18:30 • Föstudaga; 10:00-19:30 • Laugardaga; 10:00-18:00 • Sunnudaga; 12:00-18:00 •



200 KR. AFSLÁTTUR

1698
kr. kg.

ÍSLANDSNAUT Ungnautahakk
200 kr. afsláttur / verð áður 1898 kr.kg



2598
kr. kg.

ÍSLANDSNAUT Ungnautasnitset



2598
kr. kg.

ÍSLANDSNAUT Ungnautagúllas



298
kr. kg.

KAUPFÉLAG SKAGFIRÐINGA Frosin lambalifur



100%
UNGNAUTA-
KJÖT

898
kr. pk.

ÍSLANDSNAUT Ungnauta-hamborgarar
4 x 80g með brauði



539
kr. 2x140g

ÍSLANDSNAUT Ferskir
Ungnautahamborgarar 2x140g

KJARNAFÆÐI

FROSINN KJÚKLINGUR



498
kr. kg.

KJARNAFÆÐI
Lambasaltkjöt 2.flokkur



1398
kr. 700g.

ROSE Frosin úrbeinuð kjúklingalæri 700g



1598
kr. 900g.

EUROSHOPPER Frosna kjúklingabringur 900g



598
kr. kg.

KJARNAFÆÐI
Folaldakjöt reykt með beini



1295
kr. kg.

KAUPFÉLAG SKAGFIRÐINGA Lambalæri frosið án mjaðmarbeins



3798
kr. kg.

Íslandslamb Lambafillet ferskt ókryddað



2998
kr. kg.

Íslandslamb Lambaprime ferskt ókryddað

Í Melaskóla eru 660 börn skráð í nám núna í haust og hefur þeim fjölgað um hundrað á tveimur árum:

Nemendum fjölgað um nær fimmtung frá 2013

MENNTAMÁL „Það er greinilega fjölgun skólubarna í Vesturbænum,“ segir Dagný Annasdóttir skólastjóri í Melaskóla um það að í ár eru um hundrað fleiri börn skráð í Melaskóla en fyrir tveimur árum.

„Melaskóli er að verða stærsti skóli landsins og það hefur fjölgað um hundrað börn á tveimur skólaárum, sem verður að teljast mikið.“

Í haust eru 660 nemendur skráðir í Melaskóla en fyrir tveimur árum voru 560 nemendur í skólanum. „Í skólanum eru einungis börn á yngsta stigi og á miðstigi og er Melaskóli stærsti barnaskólinn. Í haust verða fimm fyrstu bekkir í skólanum,“ segir Dagný sem veltir því fyrir sér hvað veldur þessari fjölgun nemenda.

„Það gætu verið nokkrar ástæður. Sérstaða Mela-



„Sérstaða Melaskóla er aldur hans og menning. Í sjötíu ár hafa börn verið vanin á góða umgengni og er orðspor skólans mjög gott.“

Dagný Annasdóttir skólastjóri Melaskóla

skóla er aldur hans og menning. Í sjötíu ár hafa börn verið vanin á góða umgengni og er orðspor skólans mjög gott.“

Dagný segir starfsfólk skólans hafa ákveðið að leggja öll á eitt og láta umrædda fjölgun ganga upp.



BÖRN AÐ LEIK VIÐ MELASKÓLA Í haust verða fimm fyrstu bekkir í Melaskóla.

FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON

„Við höfum skipulagt skólastarfið þannig að það komast allir inn í húsið í haust.“

- ngy



ÓLAFUR RAGNAR GRÍMSSON Vestnorræna ráðið veitti forseta Íslands heiðursverðlaun við hátíðlega athöfn í Færeyjum.

FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Forseti Íslands heiðraður: Sæmdur heiðursverðlaunum

FORSETI ÍSLANDS Forseti Íslands, Ólafur Ragnar Grímsson, var á mánudaginn sæmdur heiðursverðlaunum Vestnorræna ráðsins við hátíðlega athöfn sem fram fór í Runavík í Færeyjum. Þetta kemur fram í tilkynningu frá skrifstofu forseta Íslands.

Vestnorræna ráðið er samstarfsvettvangur þjóðþinga Færeyja, Grænlands og Íslands.

Í umsögn ráðsins kom fram að forseta Íslands, Ólafi Ragnari Grímssyni, eru veitt verðlaunin fyrir að efla sess vestnorrænu þjóðanna á alþjóðavettvangi.

Ráðið færir forsetanum sérstakar þakkir.

- ngy

Miða að heilsuefingu íbúa: Lýðheilsa Kópavogsbæjar eflað

KÓPAVOGUR Kópavogsbær varð í vikunni aðili að verkefninu Heilsueflandi samfélag.

Árman Kr. Ólafsson, bæjarstjóri Kópavogs, Theodóra S. Þorsteinsdóttir, formaður bæjarráðs, og Birgir Jakobsson landlæknir rituðu undir samstarfsamning.

Verkefnið miðar að því að efla lýðheilsu og lífsgæði íbúa Kópavogsbæjar með markvissum hætti. Þá miðar það að því að þróa samfélagslegan ramma utan um markvissa og heildræna heilsuefingu allra aldurshópa.

- ngy

Þurrkatíð og háar skuldir plaga íbúa Púertó Ríkó

Miklir þurrkar herja nú á Púertó Ríkó. Íbúar þurfa að lifa við vatnsskort á meðan hótél fá það vatn sem þau vilja. Eyjan er í skuldafeni og fór í greiðslufall á dögunum. Lagaleg staða landsins er vandamál vegna skulda.

PUERTO RICO Þurrkar og skuldir þjaka bandaríska sjálfstjórnarsvæðið Púertó Ríkó í Karíbahafi um þessar mundir. Ríkið fór í greiðslufall í upphafi mánaðar og íbúarnir búa við alvarlegan vatnsskort.

Þurrkarnir eru einir þeir verstu í sögu Púertó Ríkó og hefur lítið sem ekkert rignt undanfarna mánuði á meðan mikill hiti hefur verið.

Í gær var þrjátíu gráða hiti í höfuðborginni, San Juan.

Pagan Zunania, fjölmiðlafulltrúi vatns- og skóplagnanefndar eyjunnar, sagði í gær að um 400 þúsund íbúar byggju við mikinn vatnsskort, rúmlega tíu prósent íbúa. Rigning á svæðinu í júlímánuði var um þriðjungur meðaltals undanfarna ára.

Íbúar hafa sumir hverjir þurft að setta sig við strangar reglur um vatnsnotkun. Lokað hefur verið fyrir vatnslagnir til heimila í tvo sólarhringa í senn og opnað í einn þar á eftir. Þó er hótélum og öðrum aðilum ferðaþjónustunnar hlíft við aðgerðunum.

„Frá því vatnsskorturinn kom upp og ríkisstjórnin kynnti aðgerðir til að stemma stigi við honum hafa hótél starfað á ólílegan hátt,“ sagði Carlos Martínez, meðlimur samtaka hótela í Púertó Ríkó. Martínez bætti því við að þurrkarnir hefðu ekki enn haft alvarleg, neikvæð áhrif á ferðaþjónustu á eyjunni. Breytingar á veðurfari eru ekki í vændum þar.

Til að bæta gráu ofan á svart situr landið í skuldafeni. Þann fjórða ágúst síðastliðinn stóð eyjan ekki í skilum við lánardrottna sína og fór í greiðslufall en skuldir eyjunnar hafa farið vaxandi undanfarna ár, sér í lagi eftir að skattaafsláttasamningur sem eyjan hafði notið féll úr gildi.

Skuldir Púertó Ríkó nema um hundrað prósentum vergrar landsframleiðslu og tekjunnar duga ekki fyrir afborgunum, en skuldir nema nærri tíu þúsund milljörðum króna.

Skuldastaðan og hið eiginlega greiðslu-



ÞURRKAR Íbúar Puerto Rico þurfa margir hverjir að lifa við mikinn skort á vatni.

NORDICPHOTOS/GETTY

fall veldur eyjarskeggjum höfuðverk þar sem eyjan er hvorki sjálfstætt ríki né sambandsríki Bandaríkjanna.

Því er óljóst hvaða lagalegu úrræði eru fyrir hendi.

Íbúar Púertó Ríkó kusu um lagalega stöðu eyjunnar árið 2012 en þá vildu sextíu prósent kjósenda að Púertó Ríkó yrði formlega eitt ríkja Bandaríkjanna.

thorgnyr@frettabladid.is

100%

Skuldir Puerto Rico nema um hundrað prósentum af vergri landsframleiðslu landsins og tekjur duga ekki fyrir afborgunum. Skuldir nema alls nærri tíu þúsund milljörðum króna.

Formaður VG segir stjórnvöld hafa gert lítið sem ekkert fyrir leigjendur:

Katrín vill setja þak á leiguverð

HÚSNÆÐISMÁL „Ég held að ástandið núna sé óviðunandi fyrir þriðjung íslenskra heimila,“ segir Katrín Jakobsdóttir, formaður Vinstri hreyfingarinnar græns framboðs. Hún segir að stjórnvöld verði að bregðast við vanda á leigumarkaði.

Katrín skrifar grein í Fréttablaðið í dag þar sem hún lýsir þeirri skoðun sinni að setja eigi þak á leiguverð hér á landi. Leiga megi ekki fara yfir hámark stjórnvalda.

„Þetta hefur verið gert þannig að raunhæft getur það alveg verið. Í ljósi þess að við erum með fjöldann allan af fordæmum,“ segir Katrín.

Fyrirkomulagið segir hún að þekkt bæði í Svíþjóð og svo hafi verið tekin ákvörðun um að innleiða það í Berlín, höfuðborg Þýskalands.



KATRÍN JAKOBSDÓTTIR Þó að þak á leiguverð hafi ekki verið reynt hér áður þekkt slík framkvæmd í nágrennaborgum.

FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

„Margar stórborgir eru að horfa fram á það að það sé of dýrt að búa í þeim og þar af leiðandi eru þær ekki fyrir almenning.“

„Margar stórborgir eru að horfa fram á það að það sé of dýrt að búa í þeim og þar af leiðandi eru þær ekki fyrir almenning.“

Katrín segir að dýr leiga íbúða til ferðamanna hafi áhrif á leigumarkaðinn. „Það er kannski að gera þennan markað óruggari.“

- snæ / sjá síðu 24

Katrín Jakobsdóttir, formaður VG

BÖKUD SAMKVÆMT ALDAGAMALLI FRANSKRI HEFÐ

MYLLAN

BRIOCHE
HAMBORGARABRAUD

BRIOCHE hamborgarabrauð, góð á grillið, bökuð samkvæmt hefð

KAUPTU BRIOCHE
hamborgarabrauðin frá Myllunni

BRIOCHE
Rík af eggjum og smjöri samkvæmt franskri hefð

BRIOCHE
hamborgarabrauðin frá Myllunni fást í matvöruverslunum um land allt

Framleiðandi Myllan
Myllan | Skeifunni 19 | 108 Reykjavík | Sími 510 2300

„Þessi vél er hreint undur, enda margverðlaunuð og hefur verið valin vél ársins í heiminum 3 ár í röð“

-bílablaðamaður Fréttablaðsins um Ford EcoBoost vélina



NÝR FORD FOCUS

Ford Focus er Íslendingum kunnur fyrir framúrskarandi gæði, frábæra aksturseiginleika og hagkvæmni í rekstri. Nú er kominn nýr Ford Focus sem hefur verið endurhannaður bæði að innan og utan. Fjöðrunin er jafnframt ný, staðalbúnaðurinn mikill og hann er fáanlegur með margverðlaunuðu EcoBoost vélinni sem hefur verið valin vél ársins í heiminum 3 ár í röð.

Í bíladómi Fréttablaðsins um nýja Ford Focus eru aksturseiginleikar bílsins lofaðir í hásterkt og sagðir tróna hæst meðal samkeppnisbíla.

Niðurstaða dómsins er jafnframt einföld: „Ford Focus hefur lengi verið mjög góður bíll og góð kaup. Nú er hann bara orðinn enn þá betri og fæst samt á góðu verði“.

Upplifðu frábæra aksturseiginleika Ford Focus – mest selda bíl heims.

FORD FOCUS

FRÁ **3.290.000** KR.

Nú einnig fáanlegur sjálfskiptur
KOMDU OG PRÓFAÐU



ford.is

20 ára afmæli
Ford hjá Brimborg



Öruggur staður til að vera á

Brimborg Reykjavík Brimborg Akureyri
Bíldshöfða 6 Tryggvabraut 5
Sími 515 7000 Sími 515 7050

Nýir og notaðir bílar: Söluveildir eru opnar alla virka daga kl. 9-17 og laugardaga kl. 12-16.
Varahlutaverslun og verkstæðismóttaka er einnig opin laugardaga kl. 12-16.

Viltu vita meira um Ford Focus? Nýja kynslóð Ford Focus státar af fjölmörgum tækninýjungum. Þar má nefna Torque Vectoring Control sem tryggir akstursánægju þína. Eins má nefna endurbætta Bilastæðaaðstoð (aukabúnaður) sem nú leggur bæði í stæði sem eru samhliða og þvert á akstursstefnu. Að auki er nú fáanlegt GPS leiðsögukerfi með Íslandskorti. Ford Focus er jafnframt eini bíllinn sem hefur hlotið fjögur öryggisverðlaun frá Euro NCAP. Nýi Ford Focus hlaut einnig titilinn „Besti bíllinn“ í flokki meðalstórra fjölskyldubíla eftir að hafa fengið fullt hús stiga í öryggis- og árekstraprófunum Euro NCAP. Focus er fáanlegur með Ford EcoBoost vélinni sem hefur hlotið titilinn vél ársins (International Engine of the Year) þrjú ár í röð.

Ford Focus 5 dyra/station, EcoBoost bensín 125 hö. 6 girna beinskíptur. Eldsneytisnotkun í blönduðum akstri 4,7/4,8 l/100 km. CO₂ losun 108/110 g/km. Tökum allar tegundir bíla upp í nýja. Brimborg og Ford áskilja sér rétt til að breyta verði og búnaði án fyrirvara. Útbúnaður getur verið frábrugðinn mynd í auglýsingu.

Sigurður G. á grænni grein: 70 milljónir í hagnað

Sigurður G. Guðjónsson ehf., einkahlutafélag Sigurðar G. Guðjónssonar hæstaréttarlögmanns, hagnaðist um 70 milljónir á síðasta ári. Árið áður var aftur á móti einungis tæpla 5,8 milljóna króna hagnaður. Eignir félagsins námu 171 milljón króna á síðasta ári, um 70 milljónum meira en árið á undan. -jhh



SIGURÐUR G. GUÐJÓNSSON

Tugmilljóna tap hefur verið á flugeldasölu knattspyrnudeildar KR undanfarið: KR flugeldar tapa 10 milljónum

Tap KR flugelda ehf. á síðasta ári nam 9,9 milljónum króna. Það er þó skárri afkoma en árið áður þegar tapið nam 19,5 milljónum króna. Eignir félagsins um síðustu áramót námu 17 milljónum króna. Þar af voru 14,6 milljónir króna í skammtímakröfum en 2,5 milljónir í flugeldabirgðum.

Á vef KR flugelda segir að flugeldasala á vegum KR eigi rætur allt aftur á sjötta áratug síðustu aldar. Það hafi þó ekki verið fyrr en knattspyrnudeild KR tók við flugeldasölu

á vegum KR í lok áttunda áratugarins að KR flugeldar urðu til.

Árið 1996 var rekstrarforminu breytt og stofnað hlutafélag um innflutninginn og heildsöluna undir nafninu KR flugeldar ehf.

Knattspyrnudeild KR á 48 prósent hlut í KR flugeldum, en nokkrir velunnarar KR eiga samtals 52 prósent. Það eru Lúðvík Sigurður Georgsson sem á 20 prósent hlut, Reynir Jónsson á 12 prósent hlut og Stefán Haraldsson á 20 prósent hlut. -jhh



FLUGELDAR Rekstur KR flugelda skilar ekki ábata. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFAN

Greining spáir vaxtahækkun: Vextir hækki um 50 punkta

Greining Íslandsbanka spáir því að peningastefnunefnd Seðlabankans muni ákveða að hækka stýrivexti bankans um 0,5 prósentur á vaxtaákvörðunarfundi sínum þann 19. ágúst.

Telur Greining að nefndin muni rökstyðja hækkunina með verri verðbólguhorfum, miklum innlendum launahækkunum og vaxandi spennu í efnahagslífinu. Þá gerir Greining ráð fyrir því að Seðlabankinn hækki verðbólguþá sína. -jhh



Á NIÐURLEIÐ Seðlabanki Kína felldi gengi júansins bæði á mánudag og þriðjudag. Óttast er að gjaldmiðlastríð kunni að skella á.

NORDICPHOTOS/AFP

Kínverska hagkerfið gefur eftir

Erlendir sérfræðingar óttast að gjaldmiðlastríð kunni að skella á fljótlega. Kínversk stjórnvöld felldu gengi júansins tvo daga í röð. Áhyggjur af efnahagslífinu í Kína hafa vaxið að undanfögnu. Dósent við viðskiptafræðideild HÍ segir ástæðu fyrir Vesturlönd að hafa áhyggjur.

Jón Hákon Halldórsson

jonhakon@frettabladid.is



Kínverski seðlabankinn felldi í gær gengi gjaldmiðilsins, júansins, um eitt prósent gagnvart Bandaríkjadal eftir að hafa fellt það um 1,9 prósent daginn áður. Breska fréttastofan BBC segir að þetta sé mesta lækking gjaldmiðilsins í tvo áratugi.

Með gengislækkuninni er ætluin að örva útflutning á kínverskum vörum. Tölur sem birtar voru um síðustu helgi sýna að útflutningur frá Kína féll um meira en átta prósent í júlí. Áhyggjur sérfræðinga af efnahagslífinu í Kína hafa vaxið undanfarna mánuði og þessar útflutningstölur urðu til þess að auka á þær áhyggjur.

Því til viðbótar hækkaði framleiðsluvísitalan í júlí um sex prósent frá fyrra ári. Fjárfesting hins opinbera í innviðum jókst um 11,2 prósent á fyrri helmingi ársins og var það einnig minni aukning en spár gerðu ráð fyrir og reyndar minnsta aukning frá árinu 2000.

BBC segir að ákvörðun um að

fella júanið hafi aukið áhyggjur manna af gjaldmiðlastríði í heiminum. Bandaríkjamenn hafa gagnrýnt Kínverja en í Bandaríkjunum varð verðfall á mörkuðum eftir að gengi júansins tók að lækka.

„Þegar vandinn er skortur á eftirspurn, sem kemur fram í miklu atvinnuleysi, þá er freistandi að reyna að örva hagkerfið með veikingu gjaldmiðils,“ segir Gylfi Magnússon, dósent í hagfræði við Háskóla Íslands, þegar hann er beðinn um að útskýra hugtakið gjaldmiðlastríð.

„Þetta hjálpar útflutningsatvinnuvegunum og atvinnuvegum sem keppa við innflutning og getur aukið eftirspurn eftir innlendum varningi og þar með vinnuafli og dregið úr atvinnuleysi,“ bætir Gylfi við til útskýringar. Hann segir að ef einn leiki þennan leik komi það illa við önnur ríki. Gylfi segir að mikil veiking evrunnar, sem kom fyrst og fremst í kjölfar skipulagðra aðgerða Seðlabanka Evrópu til þess að búa til fé og lána komi sér ekkert sérstaklega vel fyrir Bandaríkin né heldur Kína og önnur Asíulönd.

„Hættan er þá að önnur lönd gripi til einhverra annarra ráðstaf-

ana og reyni að veikja sína gjaldmiðla líka. Það verður ábyggilega ekki litið jákvæðum augum, hvorki í Evrópu né í Bandaríkjunum. Og svo sem ekki í ýmsum löndum í Asíu sem eru að keppa við Kína um markaði annars staðar,“ segir Gylfi. Hann segir að gengi kínverska gjaldmiðilsins gagnvart dollar hafi lengi verið mjög viðkvæmt pólitískt deiluefni milli landanna tveggja. Margir í Bandaríkjunum hafi haldið því fram að Kínverjar hafi haldið genginu of lágu og notað það til að réttlæta einhvers konar viðskiptaþvinganir eða aðrar ráðstafanir af hálfu Bandaríkjanna. Veikingin núna muni ábyggilega vekja þann kór aftur upp. „En hvort Bandaríkjamenn gera eitthvað er ómögulegt að spá um. Það fer bara eftir pólitískum viðbrögðum þar.“

Gylfi segir að eftir mikinn vöxt undanfarið er sé kínverska hagkerfið augljóslega farið að hiksta. Það sé eitthvað sem Vesturlönd, og þar með Íslendingar, þurfi að hafa áhyggjur af. Kína sé einfaldlega orðið það stór hluti af heimshagkerfinu, svona á pari við Bandaríkin eða Evrópusambandið, að það sem gerist þar hafi áhrif á heimshagkerfið.

„Í núverandi fjármálakrísu hefur Asía, eða í raun og veru svæðið utan Vestur-Evrópu og Norður-Ameríku, sloppið miklu betur og verið svona ljósið í myrkrinu. Sérstaklega Kína og miklu fleiri lönd sem hafa haldið áfram að vaxa og það tiltölulega hratt og mikið þrátt fyrir erfiðleika ríkari landa á Vesturlöndum. Það hefur skipt miklu máli en núna eru tvímælaust blikur á lofti í Kína. Og hvernig spilast úr því skiptir ekki bara Kínverja máli heldur alla aðra,“ segir Gylfi.



„Núna eru tvímælaust blikur á lofti í Kína. Og hvernig spilast úr því skiptir ekki bara Kínverja máli heldur alla aðra.“

Gylfi Magnússon, dósent við viðskiptafræðideild HÍ

Aðkallandi vandamál fyrir Íslendinga



Robert Aliber, prófessor emeritus í hagfræði við Chicago-háskóla, ræddi um gengisstríðið í heiminum við Markaðinn, fylgirit Fréttablaðsins, í júní síðastliðnum. Hans áhyggjur sneru þó fyrst og fremst að Evrópusambandinu og Japan sem vildu auka útflutning til Bandaríkjanna. En breytingar á gengi japanska jensins eða evrunnar muni hafa slæm áhrif á bandaríska hagkerfið. „Öll stríð taka enda, en við höfum ekki séð fyrir endann þarna,“ segir Aliber í samtali við Markaðinn. Aliber segir að gjaldmiðlastríðið sé mjög aðkallandi vandamál fyrir Íslendinga sem séu útsettir fyrir mikilli gjaldeyrisáhættu.

RANGE ROVER SPORT

FULLKOMIN HÖNNUN TÆKNILEGIR YFIRBURÐIR



ABOVE & BEYOND

Að aka um á Range Rover Sport er ævintýri líkast. Hann er ekki einungis einn fallegasti jeppi sem hannaður hefur verið heldur er hann tæknilega fullkominn. Byltingarkennt burðarvirki úr áli eykur sportlega eiginleika og minnkar eldsneytiseyðslu. Range Rover Sport sameinar betur en nokkur annar jeppi hefur gert hingað til sportlega eiginleika og hæfni við erfiðar akstursaðstæður. Range Rover Sport er búinn 8 þrepa sjálfskiptingu, loftþrúðafjöðrun á öllum hjólum og rómaða Terrain Response drifbúnaðarkerfinu. Verið velkomin í reynsluakstur.

www.landrover.is



ENNERMM / SIA / NMG2276

Range Rover Sport kostar frá 14.750.000 kr. með 258 hestafla dísilvél sem togar 600 Nm og eyðir einungis 7,3 l/100 km í blönduðum akstri miðað við uppgæfnar tölur framleiðanda um eldsneytisnotkun.

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





1 **ALMENNIR BORGARAR** 27 almennir borgarar féllu í árás Sýrlandsstjórnar á uppreisnarmenn nærri höfuðborginni Damaskus.

NORDICPHOTOS/AFP



ÁSTAND
HEIMSINS

Skelfilegt ástand við botn Miðjarðarhafs

Ástandið í Mið-Austurlöndum er skelfilegt. Þúsundir deyja í stríði og skæruliða-árásum og foreldrar grafa börn sín. Almennir borgarar falla í árásum. Öfgahópar ná völdum og minnihlutahópar eru barðir niður. Flóttamenn streyma frá svæðinu.



2 **FLÓTTAMENN Í ÞÝSKALANDI** Flóttamenn gista á gólfi íþróttahúss í þýsku borginni Deggendorf.



3 **SYRGJANDI KÚRDAR** Tveir ungir liðsmenn hersveita verkamannaflokks Kúrda (YPG) eru færðir til grafar.



4 **GRÁTA FALLINN VIN** Írakar syrgja hermann Saraya al-Salama, friðargæslusveitar sjfamúslima í Írak.



5 **KASTA SPRENGJUM** Palestínurmenn kljást við Ísraelsher á vesturbakka árinna Jórdan í kjölfar fréttu af ísraelskum landtökumönnum sem kveiktu í húsi og brenndu ungbarn inni.

ELLOS

Lokkandi
frá London

ALLT FYRIR
HAUSTIÐ!

NÝ NETVERSLUN – FRÁBÆRT ÚRVAL!

PANTAÐU Á ELLOS.IS



HVANNGIL Fegurðinni verður vart lýst með orðum enda liggur ein allra vinsælasta gönguleið á Íslandi, Laugavegurinn, um Hvangil.



ÁLFTAVATNAKRÓKUR Fyrsta dagleiðin, sem var um það bil 20 kílómetrar, hófst í Álftavatnkróki. Ljósmyndari brá á leik og tók þessa skemmtilegu mynd af einum göngumanninum fljótlega eftir að gangan hófst.

Á leið inn í Þórsmörk

Það jafnast fátt á við fegurðina á stórbrotnu hálendi Íslands. Leiðin frá Álftavötnum um Strútsstíg og Hvangil inn í Þórsmörk er án efa ein fallegasta gönguleið sem hægt er að fara. **Vilhelm Gunnarsson**, ljósmyndari Fréttablaðsins, skelti sér í slíka ferð í júlí.



HÓLMSÁRBOTNAR Í Hólmsárbotnum suðaustan við Torfajökul er nokkuð blautt. Það var kærkomið fyrir göngumenn að spígsora á göngu- stígum á flatlendinu á milli þess sem þeir örkuðu upp og niður hóla og hæðir.

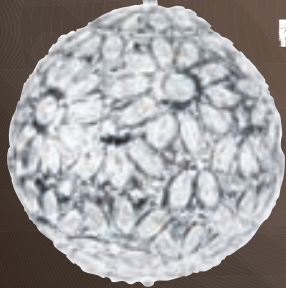


Í ÓFÆRUDAL Sumarið var óvenju kalt og snjórinn náði ekki að bráðna víða þar sem auð jörð er alla jafna í júlí.

VINSÆLU DJÚSKRÚSIRNAR
OG KRUKKUGLÖSIN KOMIN AFTUR



FALLEG LÝSING



NOTALEG TEPPI

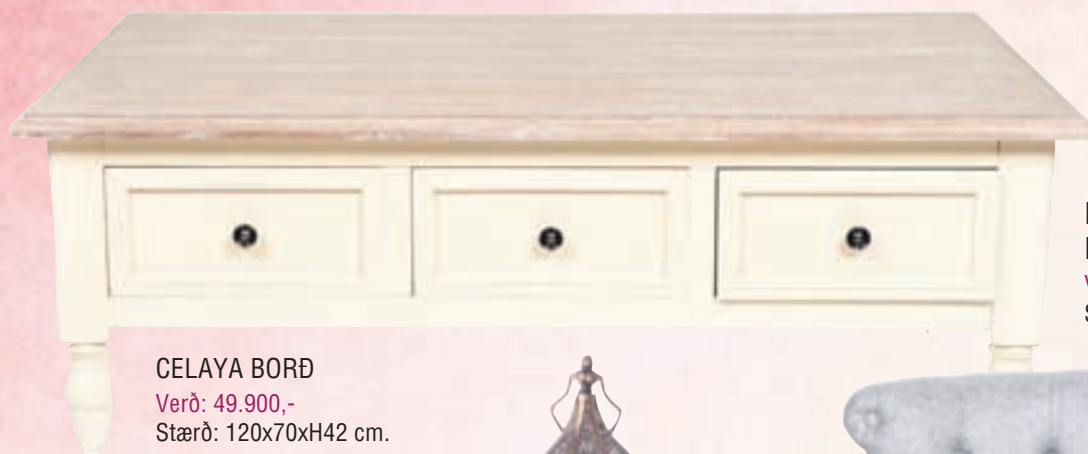


HAUSTRÓMANTÍK

GLÆSILEGT ÚRVAL Á PIER.IS



RUGGSTÓLL
Verð: 39.900,-
Stærð: 70,5x84xH111 cm.



CELAYA BORD
Verð: 49.900,-
Stærð: 120x70xH42 cm.

DALTON
HÆGINDASTÓLL
Verð: 79.900,-
Stærð: 75x89xH92 cm.



ADELINE BORD
Verð: 49.900,-
Stærð: 55x55xH57 cm.



3 FYRIR 2 AF PÚÐUM



the
PIER

Smáratorgi 522 7860 • Korputorgi 522 7870 • Glerártorgi 522 7880



Erum á Facebook • www.pier.is

Leiðin að markmiðinu

Heimsþing mannréttindasamtakanna Amnesty International samþykkti í vikunni umdeilda tillögu um að refsingum yrði aflétt af iðju vændisfólks, annarra en barna og fórnarlamba mansals eða annarrar nauðungar. Fréttir af tillögunni bárust almenningi nokkru fyrir þingið sjálft og allt varð vitlaust. Ekki síður erlendis en hér á landi. Margir hafa lýst því yfir að þeir muni láta af stuðningi sínum við samtökin vegna þessarar samþykktar.

Umræðan um vændi er eldfim og hér einkenndist hún í aðdraganda þingsins mikið af upphrópunum, þó vissulega hafi kunnáttufólk lýst sinni sýn á málið. Minna fór fyrir umræðu um sjálfa tillöguna og rannsóknum samtakanna, enda lá tillagan ekki fyrir fyrr en að þinginu loknu. Samþykktin snýst ekki um hvort vændi sé atvinnugrein eða um rétt til þess að nýta eigin líkamana með hvers kyns hætti. Umræðan snýst um hvaða leið sé réttast að fara til þess að réttur kynlífsstarfsmanna til lífs, til heilsu og húsaskjólts og réttur til lífs án misnotkunar og valdbeitingar sé tryggður með sem bestum hætti.

Salil Shetty, framkvæmdastjóri Amnesty, segir að kynlífsstarfsmenn (e. sex workers) séu einn mest jafarsetti hópur í heimi: „... sem í flestum tilfellum stendur frammi fyrir stöðugri hættu af mismunun, ofbeldi og misnotkun“. Flestir virðast vera sammála um að grípa þurfi til aðgerða til þess að vernda kynlífsstarfsmenn fyrir misnotkun, mansali og ofbeldi. Fólk greinir hins vegar á um hver sé rétta leiðin að því markmiði. Þær aðferðir sem hingað til hefur verið notast við tryggja því miður ekki grundvallarmannréttindi kynlífsstarfsmanna.

Á Íslandi hefur verið farin hin svokallaða sænska leið; kaup á vændi eru bönnuð en sala þess lögleg. UN Women á Íslandi hafa talað fyrir þeirri leið á alþjóðavettvangi. Þau samtök hafa samt sem áður ekki treyst sér til að taka yfirlýsta afstöðu hvað afglæpavæðingu vændis varðar. Engar rannsóknir hafa verið gerðar á því hvornig sænska leiðin hefur lukkast hér. Í því samhengi verður að hafa í huga að norrænt velferðarkerfi, og oft og tíðum velferðarkerfi yfir höfuð, eru réttindi sem ekki þekkjast víðast hvar. Stjórnarskrárbundinn réttur til aðstoðar vegna sjúkleika, örorku, örbirgðar og verndar og velferðar er þorra heimsins ókunnur. Amnesty International eru samkvæmt orðanna hljóðan alþjóðasamtök og miða tillögur og samþykktir sínar út frá því.

Í tilkynningu Amnesty International kemur fram að ríki heimsins skuli skuldbinda sig samhliða lögleiðingu til að tryggja kynlífsstarfsmönnum lagalega vernd fyrir misnotkun, mansali og ofbeldi. Tilgangur mannréttindasamtakanna með samþykkt sinni er augljós. Að bæta líf þeirra sem eru fastir í viðjum vændis og tryggja að þeir verði fyrir sem minnstum skaða. Hvort tilganginum verði náð skal ósagt látið. En það má ekki gleymast í hita leiksins að fjölmenn og áhrifamikil alþjóðasamtök eins og Amnesty, sem hafa það markmið eitt að berjast gegn mannréttindabrotum og krefjast réttlætis fyrir þá sem hafa mátt þola slík brot, eru nauðsynleg. Í gegnum árin hafa samtökin barist fyrir afnámi dauðarefsinga, gegn pyndingum og hryðjuverkum, gegn fangelsun samviskufanga og verndað réttindi flótta- og farandfólks og þeirra sem eru fastir í viðjum fátæktar svo eitthvað sé nefnt. Það starf er ómetanlegt og þarf að halda áfram.

FRÉTTABLAÐIÐ

ÚTGÁFUFLÉL: 365 miðlar ehf. STJÓRNARFORMAÐUR: Ingibjörg Stefánía Pálmadóttir FORSTJÓRI: Sævar Freyr Práinsson ÚTGEFANDI OG AÐALRITSTJÓRI: Kristín Þorsteinsdóttir kristin@frettabladid.is AÐSTOÐARRITSTJÓRAR: Andri Ólafsson andri@365.is, Hrunn Þórsdóttir hrunn@stud2.is, Kolbeinn Tumi Daðason kolbeinntumi@365.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 stafraunu formi og í gagnabönum án endurgjalds. ISSN 1670-3871

nettó | Frábær tilbúið!
Kræsingar & kostakjör | www.netto.is

LAMBASÚPUKJÖT KLJARNAFERÐ
-40%
599
ÁÐUR 998 KR/KG

FRÁ DEGI TIL DAGS

Gífuryrðin ekki spöruð

Það hefur ekki staðið á viðbrögðunum við ákvörðun Amnesty International um að styðja afglæpavæðingu vændis. Formaður Kvenréttindafélags Íslands segir alþjóðahreyfinguna skipuleggja eigin jarðarför. Sakar hún síðan Íslandsdeild samtakanna, sem sat hjá við atkvæðagreiðslu um tillöguna, um kjarkleysi. Formaðurinn sparar ekki gífuryrðin enda segir hún að rannsóknir sýni að vændi sé skaðlegt og lögleiðing dragi ekki úr ofbeldi gagnvart vændisstarfsmönnum.

Virða skoðanir annarra

Flestir yrðu líklegast til þess að taka undir þá fullyrðingu að vændi sé skaðlegt. Og ómurlegt,



Áhyggjulausir stjórnarherrar

Það var minnst á það hér í



hvernig sem á það er horft. Það breytir hins vegar ekki þeirri staðreynd að áður hafa virtar alþjóðastofnanir varað við sænsku leiðinni. Þannig varaði Próunarstofnun Sameinuðu þjóðanna við því árið 2012 að sænska leiðin væri líkleg til að auka útbreiðslu á HIV-veirunni og valda fólki í vændi miklum skaða. Og það er algjör óþarfi fyrir íslenskt baráttufólk fyrir kvenréttindum að bregðast við með gífuryrðum, þótt einhverjir séu þeim ósamála um leiðir til úrbóta. Það má líka virða skoðanir annarra.

Þessum dálki í gær að ríkisstjórnin hefði ekki komið saman í 35 daga. Fyrirskipt er í 17. grein stjórnarskrár lýðveldisins að halda skuli ráðherrafundi um mikilvæg mál. Raunar virðist það vera svo mikilvægt að það eina sem landsdómur gat fundið á Geir Haarde þegar réttað var yfir honum snemma árs 2012 var að ríkisstjórn hans hefði ekki farið eftir þessari reglu í aðdraganda bankahrunsins. Og er þó ekki vitað til þess að ríkisstjórn hans hafi tekið sér þetta langt hlé á milli funda þann stutta tíma sem hún starfaði. En Sigmundur og Bjarni eru rólegir. Kannski koma bara ekki upp nein mikilvæg mál á sumrin.

jonhakon@frettabladid.is

HALLDÓR



Þak á leiguverð – hví ekki?

HÚSNÆÐISMÁL



Katrín Jakobsdóttir alþingismaður

Húsnæðismál eru eitt brýnasta viðfangs-efni stjórnmálanna um þessar mundir. Eftir efnahagshrunið, þar sem byggingiðnaður hrundi og margir misstu húsnæði sitt á sama tíma, eru æ fleiri sem eiga í erfiðleikum með að koma sér þaki yfir höfuðið. Ég hitti æ fleira fólk á öllum aldri sem lýsir erfiðri stöðu á húsnæðismarkaði; ungt fólk sem ekki fær greiðslumat til fasteignakaupa en greiðir eigi að síður himinháa leigu, eldra fólk sem greiðir háan hluta launa sinna í leigu af örmáu húsnæði og svo mætti lengi telja.

Viðbrögð stjórnvalda við þessu ástandi hafa ekki verið sannfærandi. Svokölluð leiðrétting fasteignalána hefur engu breytt fyrir leigjendur sem eru þriðjungur heimila landsins. Beðið hefur verið eftir húsnæðisfrumvörpum félags- og húsnæðismálaráðherra en þau spil sem sýnt hefur verið á hafa valdið vonbrigðum og ekkert þessara mála hefur klárast.

Staðreyndin er sú að leiguverð hefur hækkað mjög og öryggi leigjenda er lítið. Margir kjósa að leigja út til skemmri tíma fyrir herra verð. Félagsleg úrræði á leigumarkaði duga ekki til og leigusalar hafa rúmar heimildir til að hækka leiguverð á leigjendur sína án nokkurs fyrirvara eins og nýleg dæmi frá Reykjanesbæ sýna.

➔ **Staðreyndin er sú að leiguverð hefur hækkað mjög og öryggi leigjenda er lítið. Margir kjósa að leigja út til skemmri tíma fyrir herra verð.**

Lausnin getur ekki verið sú að ungt fólk búi lengur heima hjá pabba og mómmu og pabbi og mamma eru ekki heldur alltaf í aðstöðu til þess að hýsa heilu fjölskyldurnar. Það þarf alvöru úrræði.

Nú í vor beindi ég fyrirspurn til ráðherra hvort ekki væri rétt að setja þak á leiguverð þannig að leigusölum sé leiguverð ekki í sjálfsvald sett. Slík lög hafa lengi verið í gildi í Svíþjóð og nú nýlega voru slíkar reglur settar í Berlín því að borgaryfirvöldum finnst mikilvægt að tryggja að borgin sé fyrir alla, ekki einungis elítuna.

Fátt var um svör en ég hvet ráðherra og aðra sem koma að mállum að skoða þessa hugmynd alvarlega. Þak yfir höfuð er hluti af grunnþörfum mannsins og þar hefur hið opinbera skyldum að gegna. Leigumarkaðurinn á ekki að lúta frumskógarlögum enda varðar hann velferð fólksins í landinu og hún á að vera forgangsmál stjórnmálanna.

Frakkland, Frakkland Öll gagnrýni afþökkuð

Í DAG

Porvaldur Gylfason
hagfræðiprófessor



Fáar þjóðir eiga sér markverðari sögu síðustu alda en Frakkar. Franska byltingin sem hófst 1789 lagði ásamt grónu þingræði Bretlands og sjálfstæðis-yfirlýsingu Bandaríkjanna 1776 grunninn að lýðræðisskipulagi nútímans, einni snjöllustu uppfinningu mannsins ásamt eldinum og hjólinu – og hjónabandinu, bæti ég stundum við. Hausar flugu í frönsku byltingunni, rétt er það, þeir hefðu mátt vera miklu færri. Byltingin tók áratugi og kostaði blóðugar styrjaldir, kenndar við Napóleón, en um árangurinn þegar upp var staðið verður ekki efazt: Lög og rétt og lýðræði og loks félagsleg velferðarríki sem Þjóðverjar lögðu í þúkíð í stjórnartíð Bismarcks kanslara 1871-1890.

Þrjár styrjaldir

Að lokinni umbótahrinu eftir Napóleonsstyrjaldirnar 1803-1815 stofnuðu Þjóðverjar til þriggja styrjalda við Frakka. Í hinna fyrstu, 1870-1871, sem spratt af sameiningu Þýskalands, höfðu Þjóðverjar sigur. Hinar tvær urðu að heimsstyrjöldum, 1914-1918 og 1939-1945, og þar höfðu Frakkar og bandamenn þeirra sigur gegn árásarherjum Þjóðverja. Evrópusambandið er í reyndinni sáttmáli Frakka, Þjóðverja og annarra Evrópuþjóða um varanlegan frið í álfunni. Helmut Kohl, kanslari Þýskalands 1982-1998, orðaði þessa hugsun vel þegar hann sagði: Höfuðmarkmið Þjóðverja í ESB er að deila fullveldi sínu með öðrum Evrópuþjóðum og binda svo hendur sínar að nágrannar Þýskalands þurfi aldrei framar að óttast innrás þýzkra herja. Frakkar tóku þessu boði tveim höndum og það hafa nær allar þjóðir álfunnar gert nema Svisslendingar, Norðmenn og Íslendingar. Sérstaða Sviss felst í að landinu tókst að halda sér utan við báðar heimsstyrjaldir og láta með því móti ýmislegt gott af sér leiða, m.a. með því að skjóta skjólshúsi yfir flóttamenn. Sérstaða Noregs felst í miklum olíuauði sem Norðmönnum finnst mörgum draga úr aðdráttarflí ESB-aðildar, en ýmsum öðrum þætti fara betur á að Noregur, sem var hersettinn af nasistum í síðari heimsstyrjöldinni, ætti aðild að friðarsambandi með þann höfuðtilgang að halda Þýskalandi í skefjum. Ísland er kafli út af fyrir sig.

Menning borgar sig

Fegurð og menning Frakklands hafa gríðarlegt aðdráttarflí. París skipar nú fimmta sæti listans yfir þær borgir sem laða til sín flesta erlenda ferðamenn. Í fyrstu fjórum sætunum eru Hong Kong, Singapúr, Bangkok og London. Fjórum sinnum fleiri ferðamenn heimsækja París á hverju ári en Berlín. Maturinn, vínið, kvikmyndirnar, músíkin, myndlistin, landsbyggðin, það er næstum sama hvað nefnt er: Frakkar hafa löngum staðið í allra fremstu röð.

Liggurðu á skoðunum þínum? Það er algjör óþarfi. Sendu greinina þína á greinar@visir.is og við komum henni á framfæri hið snarasta.

Meðfram óskiptri aðdáun á menningu Frakklands hafa grannar Frakka stundum kvartað undan óhagkvæmri efnahagsstefnu franskra stjórnvalda, markaðsfirringu og miklum ríkisafskiptum. Mörgum finnst frönsk stjórnvöld hneigjast um of til að taka sér stöðu við hlið framleiðenda gegn neytendum. Sameiginleg landbúnaðarstefna ESB er gott dæmi. Hún er afsprengi Frakka.

Meðfram óskiptri aðdáun á menningu Frakklands hafa grannar Frakka stundum kvartað undan óhagkvæmri efnahagsstefnu franskra stjórnvalda, markaðsfirringu og miklum ríkisafskiptum. Mörgum finnst frönsk stjórnvöld hneigjast um of til að taka sér stöðu við hlið framleiðenda gegn neytendum. Sameiginleg landbúnaðarstefna ESB er gott dæmi. Hún er afsprengi Frakka. Hún leggur þungar byrðar á neytendur og skattgreiðendur innan ESB og hafði löngum að auki alvarlegar afleiðingar fyrir fátæka bændur í þróunarlöndum með því að meina þeim markaðsaðgang að ESB, en nú hefur verið bætt fyrir það með sérstökum undanþágum fyrir fátækustu löndin. Landbúnaðarstefna ESB er samt hátið hjá landbúnaðarstefnu íslenskra stjórnvalda allar götur frá 1920.

Sama framleiðsluverndarhugsjón einkennir ýmsa aðra hluta franskis efnahagslífs. Nýtt dæmi er reynsla leigubílafyrirtækisins Uber, sem hefur höfuðstöðvar í San Francisco og gerir út leigubíla í 300 borgum í 58 löndum. Viðskiptahugmyndin er einföld: menn nota app (beygist eins og happ) í símanum sínum til að panta leigubíl sem er aldrei langt undan. Franska lögreglan hefur fengið fyrirsmæli um að stöðva leigubíla frá Uber og taka þá úr umferð á þeirri forsendu að þeir ógni lögvernd aðri stöðu gamalgróinna bíla-stöðva. Stjórnendur Uber hafa harðsnúna lögmenn á sínum snærum og telja sig vera í fullum rétti. Enginn veit hvernig viðureigninni lýkur.

Drátt fyrir þessi frávik og önnur frá heilbrigðum markaðsbúskap hefur frönsku efnahagslífi vegnað vel á heildina litið. Frakkar hafa með sögu sína og menningu og aðdáun umheimsins að bakhjarli efni á að mylja undir framleiðendur á kostnað neytenda og skattgreiðenda. Kaupmáttur þjóðartekna á mann er að sönnu meiri í Þýskalandi en í Frakklandi. Kaupmáttur þjóðartekna á hverja vinnustund er þó meiri í Frakklandi en í Þýskalandi þar eð Frakkar vinna minna en Þjóðverjar. Grikkir vinna á hinn bóginn miklu meira en Þjóðverjar, 2.000 stundir á ári að jafnaði á móti 1.400 stundum í Þýskalandi. Það er efni í aðra grein.

Helga Ingólfssdóttir, bæjarfulltrúi í Hafnarfirði, sendir mér tóninn í grein í Fréttablaðinu 5. ágúst sl. undir titlinum „Fagleg umfjöllun óskast!“ og vísar til skrifa minna um æskulýðsmál í Hafnarfirði. Mér þykir leitt að bæjarfulltrúinn hafi ekki getað gert skrifin mín sér að góðu og velti fyrir mér hvort það geti ekki talist hluti þess vanda sem bæjarstjórn Hafnarfjarðar hefur komið sér í á vettvangi æskulýðsmála. Ekki endilega skrif í mín um æskulýðsmál, ekki síður algert samráðsleysi við fag- og fræðaumhverfið og þá aðila sem málið varðar. Vandí sem felst í grundvallarbreytingum sem voru þvingaðar í gegnum bæjarstjórn umræðulaust á sérstökum aukabæjarstjórnarfundi og komið til framkvæmda nánast sama dag með tilheyrandi uppsögnum o.fl. Fulltrúar þessara aðferða bregðast svo við opinberri umræðu með greinum eins og „Fagleg æskulýðsmál í Hafnarfirði“ og „Fagleg umræða óskast!“ Ómstrítt í meira lagi, svona svipað eins og Raggi Bjarna að spila pönk. Ferli þessa máls segir allt sem segja þarf.

Árni Guðmundsson M.Ed. Rannsóknarstofu í bernsku- og æskulýðsfræðum BÆR

Annað er fúsk – hitt er fagmennska

Bæjarfulltrúinn vísar til umdeilda skipulagsbreytinga í Reykjavík sem hann telur samþærilegar breytingum í Hafnarfirði, sem er rangt í öllum meginatriðum. Í Reykjavík var tekist á um hvort heildstætt og vel starfandi svið Íþrótt- og tómstundamála (ÍTR) ætti að hluta til eða að öllu leyti að falla undir annað stjórnsýslusvið eða halda áfram í sömu mynd. Umræðan snerist fyrst og fremst um vistun málaflökka og í þessu tilfelli var æskulýðshlutinn, þ.e. frístundaheimili, frístunda- og félagsmiðstöðvar, fluttur á nýtt svið, Skóla- og frístundasvið (SFS). Þessum hluta æskulýðsstarfsmennar er stýrt af skrifstofu frístundamála

Grundvallarmunur

Á þessu tvennu er alger grundvallarmunur. Í tilfelli Reykjavíkurborgar voru tiltekin viðfangsefni flutt milli tiltekinnna sviða án nokkurs afsláttar á fag- og fræðilegum vinnubrögðum og rekstrarlegum forsendum. Starfsemi heldur áfram og þróast í anda þeirrar fagmennsku sem viðhöfð er bæði hjá ÍTR og SFS. Í Hafnarfirði er forræði og ábyrgð á starfsemi félagsmiðstöðva og frístundaheimilanna færð undir forræði skólastjórnenda hvers á sínum stað sem enga sérþekkingu hafa á málaflöknum. Slíkar hugmyndir voru í hávegum hafðar af ýmsum skólamönnum fyrir margt löngu eða um 1970,

→ Fulltrúar þessara aðferða bregðast svo við opinberri umræðu með greinum eins og „Fagleg æskulýðsmál í Hafnarfirði“ og „Fagleg umræða óskast!“ Ómstrítt í meira lagi, svona svipað eins og Raggi Bjarna að spila pönk. Ferli þessa máls segir allt sem segja þarf.

fyrir tíma frístundaheimilanna, en voru slegnar út af borðinu af framsýnum mönnum eins og Markúsi Erni Antonssyni, dugmiklum þ.v. formanni Æskulýðsráðs Reykjavíkur (ÆR), frumherja og baráttumanni sem, ásamt öðrum slíkum, Hinriki Bjarnasyni, þ.v. framkvæmdastjóra ÆR, lagði drög að félagsmiðstöðvavæðingu Reykjavíkurborgar sem var mikið heillaspor fyrir reykvíska æsku og reyndar æskuna almennt í landinu þar sem frumkvæði borgarinnar hafði víða áhrif og varð fram-sæknum bæjarfélögum til eftirbreytni.

Ef bæjarfulltrúinn greinir ekki muninn á þessu tvennu og telur skipan mála í Reykjavík samþærilega við Hafnarfjörð þá er sú vandræðalega staða sem uppi er í þessum málum í Hafnarfirði sjálfboðin og liggur í hlutarins eðli. Sýnir í reynd nauðsyn þess að vanda til verka, bæði hvað varðar innihald og málsmeðferð stjórnsýslubreytinga, sem í þessu tilfelli hefur verið algerlega óboðlegt ferli frá A-Ö. En áfram skal haldið, hvað sem tautar og raular, í nafni þokukennndra og algerlega örökstuddra frasa um bættu þjónustu, samráð o.fl. í þeim dúr, ef marka má skrif bæjarfulltrúans. Affarasjást væri hins vegar fyrir bæjarfyrirvöld að vinda ofan af þessu skipulagsslysi þegar í stað og vinna þetta af virðingu og í samræmi við mikilvægi málaflökksins í samvinnu við þá sem málið varðar og af fagmennsku.

PEPSI MAX OG WOW AIR KYNNA

KINGS OF LEON

Á FIMMTUDAGINN Í NÝJU HÖLLINNI

MÍÐASALA Á TIX.IS
SÍÐUSTU FORVÖÐ!

wow air | pepsi MAX | sena

#KOLICELAND | WWW.SENA.IS/KOL

Vanvirðing við líf, vanvirðing við sögu þjóðar

Árið 2015 erum við Íslendingar að senda okkar minnstu báta á sjó til strandveida. Margir þessara báta eru smábátar í fyllstu merkingu þess orðs. Sumir hverjir eru lítið annað en þvottabali með utanborðsmotor. Þetta er eini bátaflokkur Íslands sem stundar ólympískar veiðar, veiðar þar sem hver bátur er í beinharðri samkeppni við næsta bát. Veiðar þar sem róðralag er ákveðið í ráðuneytinu. Og við sem búum úti á landi þurfum að horfa á eftir bátunum okkar, þínulitlum skeljum, æða út

**SJÁVAR-
ÚTVEGUR**



Þórður Áskell Magnússon

í veður sem undir venjulegum kringumstæðum enginn færir út í.

Það er því miður ekki spurning um hvort eða hvernær af þessu hlýst mikill skaði. Spurningin er bara sú hversu mörg mannlíf þetta mun kosta.

Sjórinna hefur tekið mörg líf við Íslandsstrendur í gegnum tíðina. Og það er dónaskapur við sögu þjóðarinnar að storka því að óþörfu. Strandveiðar er hægt að setja í ótal aðrar myndir, til dæmis að hver bátur hafi 15-20 daga sem hann velur sjálf-

→ **Það er því miður ekki spurning um hvort eða hvernær af þessu hlýst mikill skaði.**

ur svo dæmi sé tekið. Þannig yrði líklega verið á afurðunum hærra þar sem veiðarnar dreifðust betur. Og við ættum að vita það sem þjóð að við storkum ekki þessum náttúruöflum að óþörfu. Þegar þetta er skrifað horfi ég út um gluggann og við mér blasir stinningskaldi. Jafnvel allhvass. Að senda okkar smæstu báta út í slíkt veður í ólympíska samkeppni er óvirðing við sögu okkar þjóðar.

Gæði frumgreinanáms

Árið 2012 lét Ríkisendurskoðun gera úttekt á frumgreinakerfinu í íslenska skólakerfinu. Í úttektinni komu í ljós nokkrir vankantar á frumgreinanáminu sem Félag framhaldsskóla hafði áður látið í ljós. Með styttingu námsstíma til stúdentsprófs og þeim fyrirhuguðu breytingum á framhaldsskólakerfinu að nemendur eldri en 25 ára geti ekki stundað þar nám til stúdentsprófs má búast við að þessir vankantar aukist enn frekar.

MENNTUN



Guðrúnur Arnardóttir
Formaður Félags framhaldsskólakennara

líttinn og afmarkaðan hópiðnskólagerðin einstaklinga sem hugðu á verk- eða tæknifræðinám á háskólastigi en skorti faglegan grunn, einkum í stærðfræði og eðlisfræði. Meginfyrirmynd þess voru undirbúningsnámskeið danskra tækniháskóla með þeim tilgangi fyrst og fremst að veita aðgang að verk- og tæknifræðinám. Almennir háskólar meta það ekki sem fullnægjandi inntökuskilyrði nema í undantekningar-tilvikum.

Nú þegar fyrir liggja aðgangshindranir 25 ára nemenda í framhaldsskóla landsins er mikilvægt að þau úrræði sem þeim bjóðast séu ekki lakari og uppfylli gæðaviðmið. Eins og staðan er núna bjóða nokkrir aðilar, m.a. háskólarnir, upp á nám á framhaldsskólastigi án eftirlits, skipuleggja innihald þess og verðleggja að geðþótta.

Í dag fer frumgreinanámið ekki að neinum lagakröfum um menntun og réttindi kennara og ekki er gengið úr skugga um hvort starfskjör leiðbeinenda standist viðmið um lágmarkskjör í samræmi við kjarameningu um starfskjör í kennara. Félag framhaldsskólakenn-

→ **Félag framhaldsskólakennara telur stöðu frumgreinanáms á Íslandi afar slaka og lýsir efasemdum um að slíkt nám eigi að lúta markaðslögmálum.**

ara telur stöðu frumgreinanáms á Íslandi afar slaka og lýsir efasemdum um að slíkt nám eigi að lúta markaðslögmálum. Sé það vilji stjórnvalda að einkavæða hluta menntakerfisins verður í það minnsta að setja um slíkt lágmarks gæðaviðmið.

Félag framhaldsskólakennara óskaði eftir fundi með menntamálaráðherra þann 20. maí sl. og hefur lýst sig reiðubúið að leggja fram tillögur að úrbótum á grundvelli ábendinga Ríkisendurskoðunar svo bæta megi lagaumgjörð frumgreinanámsins, m.a. að framhaldsskólakennarar með tilskilda menntun og réttindi samkvæmt lögum annist kennsluna.

Er það von okkar að ráðherra bregðist við og hefji vinnu við mótun laga um frumgreinakerfinu sem tryggir gæði námsins til jafns við nám á framhaldsskólastigi.

Hverjir græða á ofurtollum á kjöti

Það er mat þeirra sem til þekkja að innflutningstollar hækki verð á nauta-, svína- og kjúklingakjöti á bilinu 40% til 90%. Háir tollar veita innlendum framleiðendum skjól gagnvart innflutningi. Mjög mismunandi er hvernig skjólið nýtist einstökum framleiðslugreinum kjötvarnings.

TOLLAR



Þórólfur Matthíasson
Prófessor

Efnahags- og framfarastofnunin (OECD) í París safnar saman og birtir upplýsingar um áhrif stjórnvaldsáðgerða á markaðsverð landbúnaðarvarnings. Áhrif tolla á afkomu íslenskra bænda eru fundin með því að bera saman skilaverð til þeirra annars vegar og erlendra koll-ega hins vegar. Við skilaverðið til erlendra bænda er bætt flutningskostnaði til Íslands. Með þessum hætti fæst mat á hversu mikil áhrif tollarnir hafa á skilaverð til íslenskra bænda. Árið 2014 var staðan gagnvart Íslandi eins og lýst er í meðfylgjandi töflu.

Virk tollvernd ótrúlega mikil

Virk tollvernd er lítil eða engin þegar litið er til hefðbundinnar kjötframleiðslu. Afnáttu tolla á kjötafúrðir myndi litlu breyta hvað varðar skilaverð til íslenskra bænda á þessum afurðum. Virk tollvernd er hins vegar ótrúlega mikil þegar litið er til hvíta kjötsins, kjúklinga- og svínakjöts. Samkvæmt tölum OECD nam umframkostnaður íslenskra neytenda vegna ofurtolla á kjúklinga- og svínakjöti 3,6 milljörðum króna árið 2014.

→ **Áhrif tolla á verð til bænda**

Kjöt Skilaverð til bænda Skilaverð til erlendra bænda* Mismunur/virk tollvernd Tollverndarhlutfall

Nautakjöt 599,26 kr/kg 528,41 kr/kg 70,85 kr/kg 12%

Svínakjöt 394,26 kr/kg 240,72 kr/kg 153,54 kr/kg 39%

Kjúklingakjöt 435,00 kr/kg 113,99 kr/kg 321,01 kr/kg 74%

Lambakjöt 574,08 kr/kg 574,08 kr/kg 0,00 kr/kg 0%

*að viðbættum flutningskostnaði til Íslands, án tolla. Heimild: OECD, PSE-Database, eigin útreikningar

→ **Ofurtollar á kjötvörum skila sér augljóslega ekki með skilvirkum hætti sem stuðningur við dreifðar byggðir. Það er í valdi Alþingis og ríkisstjórnar að breyta lögum og reglum um tolla á innfluttri kjötvörum.**

Ofurtollar á kjöti eru gjarnan rökstuddir með tilvísan til stuðnings við búsetu í dreifðum byggðum landsins. Því hefði að óreyndu mátt ætla að tollar hefðu minna áhrif á verð á lambakjöti og því næst á verð á nautakjöti. Megnið af framleiðslu svína- og kjúklingakjöts fer fram í pósthúsnúmer 101 og er ekki ýkja mannaflakrek. Hvort framleitt er tonninn meira eða minna af hvítu kjöti á Íslandi hefur hverfandi, ef nokkur, áhrif á búsetu í dreifðum byggðum landsins.

Er á valdi Alþingis

Ofurtollar á kjötvörum skila sér augljóslega ekki með skilvirkum hætti sem stuðningur við dreifðar byggðir. Það er í valdi Alþingis og ríkisstjórnar að breyta lögum og reglum um tolla á innfluttri kjötvörum. Það stendur því upp á þessa aðila að svara því hvort þeir vilji áfram stuðla að því að þvinga neytendur til að greiða 3,6 milljarða í yfirverð fyrir kjúklinga og svínakjöt.

Rammaáætlun út af sporinu

Tilfni þessarar greinar eru nýlegar fréttir um að Orkuveita Suðurnesja hafi í hyggju að ráðast í rannsóknaboranir til undirbúnings jarðhita-virkjunar til raforkuframleiðslu í Eldvörpum á Reykjanesi.

Milli jarðvarmavirkjana að Svartsengi og á Reykjanesi eru aðeins 14 km og þar á milli liggja Eldvörp. Milli þessara svæða liggur brotabelti Mið-Atlantshafshryggjarins og því eru mikil tengsl milli þessara jarðhitasvæða. Þau eru ekki sjálfstæðar einingar. Sem heild er svæðið þegar ofnýt með virkjununum að Reykjanesi og Svartsengi. Vinnslan er ekki sjálfbær og frekari vinnsla á miðju svæðinu að Eldvörpum yrði til þess að bæta gráu ofan á svart.

Annað jarðhitasvæði á Reykjaneskaga sem þegar er ofnýt er Hengillssvæðið með Nesjavallavirkjun og þó einkum Hellisheiðavirkjun. Eftir aðeins örfárra ára nýtingu fellur raforkuframleiðsla Hellisheiðavirkjunar nú um 2% árlega sem er í andstöðu við þau skilyrði sem sett eru í rammaáætlun um sjálfbæra vinnslu jarðvarma, en þau eru eftirfarandi:

ORKUMÁL



Gunnlaugur H. Jónsson
Eðlisfræðingur og fyrrum starfsmaður Orkustofnunar

„Fyrir sérhvert jarðhitasvæði, og sérhverja vinnsluáferð, er til ákveðið hámarks-vinnslustig, E0, sem er þannig háttast að með lægra vinnslustigi en E0 er unnt að viðhalda óbreyttri orkuvinnslu frá kerfinu yfir mjög langt tímabil (100-300 ár). Sé vinnsluálag meira en E0, er ekki unnt að viðhalda óbreyttri orkuvinnslu svo lengi. Jarðvarmavinnsla minni en eða jöfn E0 er skilgreind sem sjálfbær vinnsla en vinnsla umfram E0 er ekki sjálfbær.“

Ekki er þetta þröng skilgreining á sjálfbærni því kolabirgðir heimsins eru nýttar þannig að þær munu nýttast í 300 til 500 ár en eru þó ekki taldar sjálfbærar. Hellisheiðavirkjun féll á þessu prófi á fyrstu starfsárum sínum. Orkuvinnsla Hellisheiðavirkjunar er ekki sjálfbær. Hún er námuvinnsla.

Vinnslusvæði of mörg

Rammaáætlun um jarðvarma fór út af sporinu þegar hún skipti litlum landsvæðum, eins og Reykjanesi/Svartsengi annars vegar og Hengli hins vegar, upp í marga virkjunarkosti en hvort þeirra er í eðli sínu aðeins einn

virkjunarkostur. Þegar kemur að stórfelldri nýtingu jarðvarma, eins og raforkuvinnsla óhjákvæmilega er, með borholum sem geta teygst sig allt að þrjú kílómetra niður í jörðina og mörg hundruð eða þúsundir metra til hliðar frá borsvæðunum þarf hver virkjun helgungarsvæði sem nær 10 km út frá virkjuninni og sambærilega virkjun mætti ekki setja nær en í 20 km fjarlægð.

Í rammaáætlun eru fjögur svæði sem öll eru vel innan hringi með 10 km radius frá Eldvörpum skilgreind þannig: Í nýtingu eru Svartsengi og Reykjanes, í nýtingarflokk falla Stóra-Sandvík og Eldvörp.

Á Hengillssvæðinu eru skilgreind tíu vinnslusvæði sem eru í innan við 10 km fjarlægð frá Henglinum. Þegar nýtt eru: Nesjavallavirkjun og Hellisheiðavirkjun, í nýtingarflokk eru: Hverahlíð, Gráuhnúkar og Meitillinn, í biðflokk fara: Innstidalur, Þverárdalur og Ölfusdalur, í verndarflokk fara: Bitra og Grændalur.

Þessi skilgreining virkjanakosta er markleysa því kostirnir eru þegar nýttir meira og minna með þeim virkjunum sem fyrir eru, samanber Hverahlíð, Innstidalur, Gráuhnúka og Eldvörp, og það sem meira er, svæðin sem heild eru ofnýt.

Framleiðsla raforku úr jarðvarma án nýtingarlaghitans er orkusóun

Við Krýsuvík eru skilgreindir tveir virkjunarkostir í nýtingarflokk: Sandfell og Sveifluháls og í biðflokk aðrir tveir: Trölladyngja og Austurengjar. Þetta er sama markleysan og á fyrrgreindum tveim svæðum. Á Krýsuvíkursvæðinu er aðeins rúm fyrir eina sjálfbæra jarðvarmavirkjun til raforkuframleiðslu. Hæg og vel skipulögð uppbygging myndi leiða í ljós hve stór hún má vera. Í tengslum við fyrirhugaðar vatnsaflsvirkjanir í Neðri-Þjórsá hefur verið staðhæft að samkvæmt rammaáætlun séu hundruð MW jarðvarma í nýtingarflokk á Reykjanesi. Hér að framan hafa verið færð rök fyrir því að það sé rangt, aðeins sé rúm fyrir eina nýja u.þ.b. 50-100 MW jarðvarmavirafstöð á Krýsuvíkursvæðinu. Hins vegar má til lengri tíma litið nýta hundruð MW af varma til húshitunar ef orkunni hefur ekki verið sóað til raforkuframleiðslu án nýtingarlaghitans.

Það er góð orkustefna að framleiða rafmagn með jarðhita sem aukaafurð með lágheitunýtingu í hitaveitum en það er orkusóun að láta raforkuframleiðsluna hafa forgang og stýra álaginu á jarðhitasvæðin. Þetta á einkum við á svæðum Orkuveitu Reykjaví-

→ **Á Krýsuvíkursvæðinu er aðeins rúm fyrir eina sjálfbæra jarðvarmavirkjun til raforkuframleiðslu. Hæg og vel skipulögð uppbygging myndi leiða í ljós hve stór hún má vera.**

ur og Hitaveitu Suðurnesja þar sem orkuþörf til hitunar vex um tugi MW árlega á sama tíma og gengið er á jarðhitann með því að senda árlega meiri varmaorku út í loftið um kæliturna en sem nemur framleiddri raf- og varmaorku og menga andrúmsloftið óhóflega í leiðinni.

Rammaáætlunin fór út af sporinu í kjölfar byggingar Kárahnjúkavirkjunar og afar neikvæðrar umræðu þar um. Áherslan var þá lögð á jarðvarmavirkjanir sem nú senda frá sér meiri brennistein út í andrúmsloftið en öll hin Norðurlöndin samanlagt og sóa jarðvarma með því að framleiða rafmagn með 10 til 15% nýtingu á jarðvarmanum í stað þess að geyma hann til þess að mæta ört vaxandi orkuþörf komandi kynslóða til húshitunar á þéttbýlasta svæði landsins.

TOPPBÍLAR

TILBOÐSDAGAR

1.690.000 kr.



KIA Sorento luxury. Árg. 2006.
Ekinn 183.000 km. dísel, sjálfskiptur.
Verð 1.990.000 kr. **TILBOÐ 1.690.000 kr.**
Rnr.372837.

7.990.000 kr.



TOYOTA LC 200 vx. Árg. 2009.
Ekinn 140.000 km. dísel, sjálfskiptur.
Verð 8.790.000 kr. **TILBOÐ 7.990.000 kr.**
Rnr.372652.

3.490.000 kr.



SUZUKI Kizashi 4wd. Árg. 2013.
Ekinn 22.000 km. bensín, sjálfskiptur.
Verð 3.990.000 kr. **TILBOÐ 3.490.000 kr.**
Rnr.371892.

3.590.000 kr.



M.BENZ E 200 ngt metan. Árg. 2009.
Ekinn 57.000 km. bensín/metan sjálfsk.
Verð 3.990.000 kr. **TILBOÐ 3.590.000 kr.**
Rnr.336116.

3.190.000 kr.



LEXUS Rx 400h. Árg. 2008.
Ekinn 120.000 km. bensín, sjálfskiptur.
Verð 3.490.000 kr. **TILBOÐ 3.190.000 kr.**
Rnr.372487.

3.490.000 kr.



SKODA Octavia 4x4 combi. Árg. 2012.
Ekinn 66.000 km. dísel, 6 gírar.
Verð 3.690.000 kr. **TILBOÐ 3.490.000 kr.**
Rnr.286751.

7.990.000 kr.



AUDI Q7 quattro. Árg. 2011.
Ekinn 75.000 km. dísel, sjálfskiptur.
Verð 8.490.000 kr. **TILBOÐ 7.990.000 kr.**
Rnr.980145.

5.090.000 kr.



TOYOTA LC 120 lx 38". Árg. 2008.
Ekinn 210.000 km. dísel, sjálfskiptur.
Verð 5.480.000 kr. **TILBOÐ 5.090.000 kr.**
Rnr.410150.

990.000 kr.



OPEL Astra enjoy. Árg. 2007.
Ekinn 95.000 km. bensín, 5 gírar.
Verð 1.280.000 kr. **TILBOÐ 990.000 kr.**
Rnr.410133.

1.249.000 kr.



TOYOTA Corolla terra 1.4. Árg. 2008.
Ekinn 169.000 km. bensín, 5 gírar.
Verð 1.450.000 kr. **TILBOÐ 1.249.000 kr.**
Rnr.410123.

1.690.000 kr.



SKODA Octavia 4x4 combi. Árg. 2008.
Ekinn 155.000 km. dísel, 6 gírar.
Verð 1.990.000 kr. **TILBOÐ 1.690.000 kr.**
Rnr.400278.

1.690.000 kr.



TOYOTA Auris sol. Árg. 2009.
Ekinn 94.000 km. bensín, sjálfskiptur.
Verð 1.990.000 kr. **TILBOÐ 1.690.000 kr.**
Rnr.390105.

590.000 kr.



NISSAN Almera acenta. Árg. 2005.
Ekinn 162.000 km. bensín, sjálfskiptur.
Verð 770.000 kr. **TILBOÐ 590.000 kr.**
Rnr.390168.

1.490.000 kr.



TOYOTA Auris sol. Árg. 2008.
Ekinn 142.000 km. dísel, sjálfskiptur.
Verð 1.770.000 kr. **TILBOÐ 1.490.000 kr.**
Rnr.400005.

1.250.000 kr.



SKODA Octavia ambiente. Árg. 2006.
Ekinn 176.000 km. dísel, sjálfskiptur.
Verð 1.550.000 kr. **TILBOÐ 1.250.000 kr.**
Rnr.390095.

1.690.000 kr.



HONDA Accord sedan. Árg. 2008.
Ekinn 141.000 km. bensín, sjálfskiptur.
Verð 1.920.000 kr. **TILBOÐ 1.690.000 kr.**
Rnr.390094.

6.990.000 kr.



TOYOTA LC 200 vx. Árg. 2009.
Ekinn 97.000 km. bensín, sjálfskiptur.
Verð 7.990.000 kr. **TILBOÐ 6.990.000 kr.**
Rnr.380992.

990.000 kr.



HYUNDAI Getz gls. Árg. 2009.
Ekinn 92.000 km. bensín, 5 gírar.
Verð 1.190.000 kr. **TILBOÐ 990.000 kr.**
Rnr.381278.

1.290.000 kr.



DODGE Avenger. Árg. 2008.
Ekinn 129.000 km. bensín, sjálfskiptur.
Verð 1.590.000 kr. **TILBOÐ 1.290.000 kr.**
Rnr.372874.

890.000 kr.



HONDA Accord 2.4 executive. Árg. 2005.
Ekinn 237.000 km. bensín, sjálfskiptur.
Verð 1.190.000 kr. **TILBOÐ 890.000 kr.**
Rnr.390061.



Tóbiás Sveinbjörnsson
Beinn sími: 587 2050



Jón Valur Sigurðsson
Beinn sími: 587 2054



Sæmundur G. Guðmundsson
Beinn sími: 587 2051

Mikið úrval af Brenderup kerrum og Westfalia dráttarbeislum. Hafið samband við sölumenn með fyrirspurnir.



Afgreiðslutími: mán - fös 10 - 18 og lau 12 - 16

ergo

TOPPBÍLAR

Kletthálsi 2 / 110 Reykjavík / Sími: 587 2000 / www.toppbilar.is

Birt með fyrirvara um innsláttarvillur



-44%
KJÚKLINGALUNDIR
700 GR
986
ÁÐUR 1.761 KR/PK



-50%
GRÍSBÓGSSNEIÐAR
GRILL
779
ÁÐUR 1.558 KR/KG



NAUTALUNDIR ERL.
NÝJA SJÁLAND
2.962
ÁÐUR 3.798 KR/KG

Tómatadagur! Sjáðu verðið!!

-30%
KIRSUB./KOKTAIL
TÓMATAR ÍSL
244
ÁÐUR 349 KR/PK

-30%
TÓMATAR ÍSL
PAKKAÐIR
454
ÁÐUR 649 KR/KG

-59%
TÓMATAR
STAKIR
98
ÁÐUR 239 KR/KG

-30%
MINI SAN MARZANO
TÓMATAR, 250 GR
321
ÁÐUR 459 KR/PK

-30%
PLÓMU 250 GR
Á VÍNVIÐ
335
ÁÐUR 479 KR/PK

-30%
PLÓMUTÓMATAR
150 GR, GRILL, ERL
209
ÁÐUR 298 KR/PK



-40%
HUMAR ÁN SKELJAR
1 KG, 20% ÍSHÚÐ
3.779
ÁÐUR 6.298 KR/KG



-30%
ÓDÝR ÍS, 3 TEG.
900 ML
279
ÁÐUR 399 KR/PK

Tilboðin gilda 13. ágúst – 16. ágúst 2015

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

Framtíð hjúkrunar á Íslandi er áhyggjuefni

Nú er allt dottið í dúna-
logn í fjölmiðlum varð-
andi komandi gerðar-
dóm sem verður settur
á hjúkrunarfræðinga
starfandi hjá ríkinu.
Það er sama sem engin
umfjöllun lengur um
verðandi uppsagnir
reyndra hjúkrunar-
fræðinga þrátt fyrir
að um stóran hóp sé að
ræða. Þrátt fyrir að öll
fyrri umræða, sem var
þónokkur að mínu mati,
leiddi til þess að manni

HEILBRIGÐIS- MÁL



**Berglind
Guðrún Chu**
hjúkrunarfræðingur
á smitsjúkdóma-
deild

varð þungt um hjarta þá
er skortur á sams konar
umræðu að valda því
sama.

Stór hópur hjúkrunar-
fræðinga hefur sagt upp,
til dæmis á sviði hjarta-
hjúkrunar, gjörgæslu-
hjúkrunar og skurð-
hjúkrunar. Á minni deild
er sömu sögu að segja.
Langflestir hjúkrunar-
fræðingar með reynslu,
þekkingu og fagmennsku
að baki hafa sagt upp á
smitsjúkdómadeildinni

og ef af þessu verður þá verður
sú deild ekki starfhæf. Ég veit
um þónokkra hjúkrunarfræð-
inga sem eru að leita í önnur
störf. Ég veit einnig um hjúkr-
unarfræðinga sem eru orðnir
svo þreyttir á álaginu að þeir
eru að yfirgefa starfsgreinina.
Ekki má heilbrigðiskerfið við
því miðað við fyrri umræðu um
fjölda hjúkrunarfræðinga sem
eru að komast á eftirlaun næstu
þrjú árin og endurnýjun stétt-
arinnar sem hefur ekki undan.
Hjúkrunarfræðingarnir sem eru
búnir að segja upp eru í mikilli

óvissu og ég heyri að þeir hafa
áhyggjur af framtíðinni. Okkur
sem eftir sitjum líður ekkert
betur því framtíð Landspítalans
hefur bein áhrif á okkur líka.
Mun ég allt í einu þurfa að sinna
kannski tíu manns á hefðbund-
inni morgunvakt í stað þeirra
sex sem ég gerði áður? Hvað
verður um öryggi sjúklinga þá?

Hvað ætlar ríkið að gera?
Hvað ætlar Landspítali að
gera? Það er okkur starfsmön-
nunum og þegnum þessa lands
ekki ljóst. Komið hefur til tals
að fá utanaðkomandi vinnuafll,

→ Okkur sem eftir sitjum
líður ekkert betur því fram-
tíð Landspítalans hefur bein
áhrif á okkur líka.

verktaka og hjúkrunarfræð-
inga erlendis frá. Það finnst
mér ótrúlegt þar sem kjör okkar
eru almennt lakari en gengur
og gerist hjá nágrannaþjóðum
okkar. Einnig hafa hjúkrunar-
fræðingar frá Danmörku og
Noregi lýst yfir stuðningi vegna
kjarabaráttu okkar. Finnst mér
alveg ótrúlegt að þessi kjarabar-
átta í þessu litla landi hafi frést
út í heim en er mjög þakklát
þeim stuðningi sem við höfum
fengið.

Þar sem ég hef 16 ára starfs-
reynslu á Landspítala þá man
ég eftir því þegar síðast þurfti
að grípa til erlends vinnuaflls og
verktaka. Ég hugsa til þess tíma
með hryllingi. Þessir hjúkrunar-
fræðingar voru með mun hærri
laun og skiluðu ekki af sér betri
þjónustu en við hin á gólfinu.
Þvert á móti var eingöngu verið
að sinna því nauðsynlegasta
og skortur var á fagmennsku,
gæðum og metnaði þar sem þeir
höfðu engum sérstökum skyld-
um að gegna gagnvart vinnu-
staðnum.

Ég er einnig aðjúnkt við
Hjúkrunardeild HÍ og hef
áhyggjur af nemunum okkar.
Ég hef komið að skipulagningu
og kennslu þriðja árs hjúkrun-
arnema sem hafa verið frá um
60-90 manns hvert ár. Þess-
ir nemar þurfa að fá verklega
kennslu sem er mikilvægur
hluti námsins. Þar fyrst fá þeir
að spreyta sig og sjá og fylgja
reynslu hjúkrunarfræðingum
í starfi. Hvað verður um þá?
Verður hægt að koma þeim út á
deildir þegar engir hjúkrunar-
fræðingar verða til að taka á
móti þeim? Eigum við að láta
erlenda hjúkrunarfræðinga
kenna nemunum okkar? Hvað
verður um gæði kennslunnar,
veldi ég fyrir mér.

Eins og þið sjáið eru áhyggju-
efnin mörg og þessu máli er
langt í frá lokið. Ég biðla til
stjórnvalda og yfirmanna Land-
spítalans um að finna lausnir
sem eru mannsæmandi fyrir
okkar flottu og vel menntuðu
hjúkrunarfræðinga.

ÍSLENSKUR GÓÐOSTUR

- GÓÐUR Á BRAUÐ -



**FYRIR
AÐSTOÐ
INNANLANDS**

gjofsemgefur.is
907 2002

 Hjálparstarf
kirkjunnar

**GEFÐU
VATN**

gjofsemgefur.is
907 2003

 Hjálparstarf
kirkjunnar

FÓLK

KYNNINGARBLAÐ



Hannar tiskuföt
Leikkonan geðþekka Melissa McCarthy setur nýja tiskulinu fyrir stórar konur á markað í september.
SÍÐA 4



Sú best klædda
Samantha Cameron er best klædda kona ársins að mati Vanity Fair.
SÍÐA 6

TÆKIFÆRISGJAFIR

- mikið af frábærum tilboðum



Þiittala
10% afsláttur.

Tékk
KRISTALL

www.tk.is

Laugavegi 178 - Sími: 568 9955



GAMAN AÐ FARA YFIR STRIKIÐ

LITRÍK OG LIFANDI Guðrún Margrét Guðmundsdóttir mannfræðingur á oft erindi til arabalanda og kaupir sér alltaf einn yfirdrifinn kjól.

Guðrún Margrét Guðmundsdóttir mannfræðingur vekur oft athygli í litríkum kjólum sem hún kaupir í arabaríkjunum. Hún og frænka hennar og sambýliskona, Ragnheiður Haralds og Eiríksdóttir, eiga tvö mottó varðandi klæðaburð: „More is more“ og „When in doubt overdress“ sem útleggst „Meira er meira“ og „Ef þú efast farðu þá yfir strikið í klæðaburði“.

„Sem mannfræðingur velti ég oft fyrir mér hinu hversdagslega, af hverju maður hugsar eins og maður hugsar og af hverju maður gerir það sem maður gerir og hverjir séu helstu áhrifavaldarnir. Það að klæðast ekki samkvæmt tískunni, hinni samþykktu, er því líklega ákveðin frelsisfirlýsing hjá mér. Með

því að klæða mig handan tísku er ég þínu að segja: Ég á mig sjálf eða hreinlega: Ég er lifandi!“ segir Guðrún og bætir því við að henni sýnist litir og glingur einnig bera vott um andóf gegn samfélagsnormum hjá sér. „Þínu attitjúd og stælar sem gera mig glaða. Ég var mun hefðbundnari í klæðaburði, lagði upp úr merkjum og verði og svoléiðis en svo fann ég mig betur í því að vera litrík, fann minn innri smekk. Þetta gerðist samfara hrúni íslenska efnahagskerfisins þannig að mig grunar að andófið beinist líka gegn neyslu- og peningahyggu.“

Guðrún kaupir kjólana við Arabíufloa þar sem hún bjó í tíu ár sem ungkona. „Ég á enn oft erindi til araba-

MEIRA ER MEIRA
Þessi kjóll uppfyllir allar skyldur fyrir „meira er meira“ stílinn enda bróðeraður bæði að framan og aftan. Hann var keyptur í Ras Al Khaima í Sameinuðu arabísku furstadæmnum.

MYND/ANTON



kr. 14.900.-
lengd 78 cm
litur: svart

Ríta



Við erum á Facebook

Bæjarlind 6 • S. 554 7030



Virkni staðfest í
klínískum prófunum*



Lúsasjampó

eyðir höfuðlús og nit

Öflugt - fljótvirkt - auðvelt í notkun

- 1x Virkar í einni meðferð
- 10' Fljótvirkt: Virkar á 10 mínútum
- 100% 100% virkni gegn lús og nit
- 100% Náttúrulegt, án eiturefna

Mjög
auðvelt
að skola
úr hári!

FÆST Í ÖLLUM APÓTEKUM

LICENER
VIRKAR Í EINNI MEÐFERÐ

Íslenskar upplýsingar er að
finna á www.licener.com/IS

* Abdel-Ghaffar F et al; Parasitol Res. 2012 Jan; 110(1):277-80. Epub 2011 Jun 11.
Fyrir 2 ára og eldri

LYFIS
Trust in Science



**Síðustu dagar útsölnnar –
enn meiri verðlækkun**

Stærðir 38-58

Verzlunin Belladonna 

belladonna

Skeifunni 8 • 108 Reykjavík • Sími: 517 6460 • www.belladonna.is



**8 rétta
hlaðborð í
hádeginu**

TILBOÐ

KR. 1.590.-

OPIÐ KL. 11:00-14:00

**Hlaðborðið er alla virka daga,
ekki um helgar.**



Kinahofid

NÝBÝLAVEGI 20 SÍMI 554-5022

kinahofid.is

Ábendingahnappinn má finna á www.barnaheill.is





BEDÚINASKIKKJA Þessi græna skikkja eða slá er keypt á „súkkínu“ eða markaði heimamanna í Katar. Hún var ekki dýr þar sem vin-kona Guðrúnar, sem er bedúini, hafði milligöngu um viðskiptin.

► landanna, bæði bjó systir mín í Dúbaí og núna stunda ég rannsóknir í Katar svo ég er þarna alltaf með annan fótinn. Ég kaup mér einn yfirdrífinn kjól í hverri ferð og passa að hann uppfylli staðalinn fyrir More is more. Og ég nota þessa kjóla og er því oft overdressed. Ég er krummi í mér og glysgjörn og fæ nú loksins útrás fyrir það.“

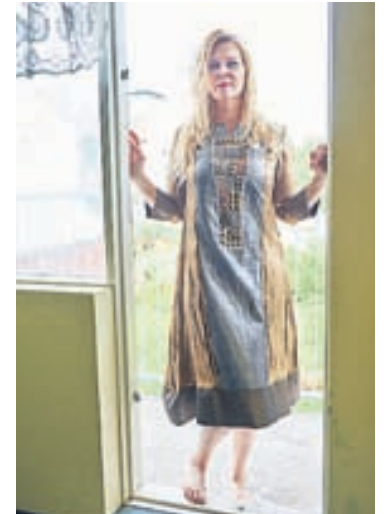
Guðrún Margrét stundar doktorsnám í mannfræði við

Hí og rannsóknarefni hennar er kvennabaráttan í Katar, hinu auðuga smáríki við Arabíuflóann. Kjólarnir hafa hjálpað Guðrúnu Margréti í sambandi við námið hennar. „Ég heyrir konurnar sem ég ræði við vegna verkefnisins segja sín á milli á arabísku að þeim þyki vænt um að ég klæði mig eins og þær og ég held að það hjálpi mér að brjóta ísinn í samskiptum við þær.“

Hér á Íslandi gengur Guðrún Margrét svo í kjólunum sínum einfaldlega af því henni finnst þeir fallegir og þægilegir. „Mér finnst frelsi í því að stíga út úr skilgreiningum annarra á því hvað er flott. Ég geri mér fulla grein fyrir því að ég er samfélagsvera eins og allir aðrir en fyrst ég er búin að átta mig á systeminu þarf ég ekki lengur að vera hlýðin og má klæða mig eins og ég vil.“ ■ brynhildur@365.is



ANNAR VERÐLAUNAKJÓLL Þessi glæsilegi svarti gullbróðeraði kjóll var líka keyptur sem umbun fyrir vel unnin störf.



GULL OG SILFUR Þessum kjól féll Guðrún fyrir þegar hún var í heimsókn hjá systur sinni sem býr í Sameinuðu arabísku furstadæmunum.

FÓLK ER KYNNINGARBLAÐ sem býður auglýsendum að kynna vörur og þjónustu í formi viðtala og umfjallana. Í blaðinu er einnig hefðbundið ritstjórnarefni. Blaðið fylgir Fréttablaðinu daglega.

Útgefandi: **365 miðlar** | Ábyrgðarmaður: **Svanur Valgeirsson**
Sölu menn: **Bryndís Hauksdóttir**, bryndis@365.is, s. 512 5434
Jón Ívar Vilhelmsson, jonivar@365.is, s. 512 5429
Hönnun: **Silja Ástþórsdóttir**

ÚTSÖLULOK

Kjólar - túnukur - stakir jakkar - buxur - blússur - toppar - bolir - yfirhafnir - skór

60% afsláttur



Vandaður þýskur fatnaður í stærðum 36-52.

Opið:

Fim. 13. ágúst 10-18

Fös. 14. ágúst 10-18

Lau. 15. ágúst 10-16

Sun. 16. ágúst 13-18

FLEIRI MYNDIR Á FACEBOOK!

hjá Grafnhildi

 Vertu vinur okkar á Facebook

- Engjateigur 5
- Sími 581 2141
- www.hjahrafnhildi.is



**Síðustu dagar útsölnnar –
enn meiri verðlækkun**

Netverslun á tiskuhus.is

My Style tiskuhús

Stærðir 38-52

Bæjarlind 1-3
201 Kópavogur
s: 571-5464



Útsölulok

Aðeins 5 verð:

900 kr.

1.900 kr.

2.900 kr.

3.900 kr.

4.900 kr.

Verslið flotta "konfektmola" á frábæru verði

black pepper
FASHION

Laugavegi 178 | Sími 555 1516

Opið virka daga kl. 11–18 laugardaga kl. 11-15

Kíkið á myndir og verð á Facebook

**SMÁRÉTTA HOT PLATE
DJÚSÍ OG HOLLT**

1.690kr



Culiacan
MEXICAN GRILL

www.culiacan.is

HANNAR FÖT Á STÓRAR KONUR

TÍSKUHÖNNUN Hin frábæra gamanleikkona Melissa McCarthy vill klæða sig fallega og geta valið úr fötum í verslunum þótt hún sé í plús-stærðum. Ný fatalína hennar lítur dagsins ljós í september.

Ég tel að allar konur eigi að hafa möguleika á að klæða sig eins og þær óska sjálfar," segir Melissa McCarthy, 44 ára leikkona, sem hefur hannað nýja fatalínu í svokallaðri plús-stærð. Þessi nýja fatalína kemur á markað í september og nefnist Melissa McCarthy Seven7. Fötin munu fást í mörgum sérverslunum í Bandaríkjunum, Bretlandi og Kanada. Einnig verður leikkonan með verslun á eigin net-síðu, melissamccarthy.com.

Mikil gagnrýni hefur komið upp í Bandaríkjunum undanfarna mánuði þar sem verslanir bjóða ekki fatnað sem passar fyrir þrekvaxnar konur. Til dæmis kom upp hörð umræða þegar sænska verslanakeðjan H&M notaði mjög granna fyrirsætu til að kynna nýja fatalínu í stærri stærðum. Hins vegar kom upp jákvæð umræða þegar tímaritið Sports Illustrated birti mynd af Tess Holliday á forsíðu sinni í febrúar. Hún er fyrsta konan í sínum „þyngdarflokki“ sem kemst á forsíðu þess blaðs.

Gamanleikkonan Melissa McCarthy hefur ekki verið feimin við líkama sinn þótt hann teljist í yfirstærð. Hún er vinsæl leikkona og hefur getið sér mjög gott orð í sjónvarpsþáttunum Gilmore Girls og Mike and Molly og ekki síður í bíómyndunum Bridesmaids, The Heat, Identity Thief og síðast í Spy. Þegar Melissa gekk rauða dregilinn við kynningu á myndinni Spy vakti athygli að hún klæddist eigin hönnun. Nýja línan inniheldur blússur, gallabuxur og kjóla í stærðum 32-58. „Ég hef áhuga á tísku og langar til að hafa möguleika á að klæða mig fallega," segir hin 44 ára leikkona.



HOLLYWOOD-STJARNNA Melissa hefur fengið nafn sitt á stjörnu götuna í Hollywood. Hún er ekkert hrædd við að klæðast áberandi fatnaði.

Í EIGIN HÖNNUN
Þessir kjólar eru úr hönnunarlínu Melissu.





OLSEN-SYSTUR Í MÁLAFERLUM

Dualstar, fyrirtæki tiskusysturanna Mary-Kate og Ashley Olsen hefur verið ákært fyrir slæma meðferð á nemum. Meðferðin minnir á atriði úr kvikmyndinni *The Devil wears Prada* en neminn, Shahista Lalani, var í starfsnámi í fyrirtækinu árið 2012 og heldur því fram að hún hafi unnið 50 stunda vinnuviku án þess að fá eyri í laun og í raun verið eins og þræll hjá fyrirtækinu. Hún ber systrunum þó vel söguna og telur ólíklegt að þær hafi vitað af þeirri framkomu sem hún mátti sæta. Fyrirtækið hefur lagt mikið upp úr því að vera samfélagslega meðvitað og sendi þegar frá sér yfirlýsingu þar sem sú stefna þess að koma fram við alla af virðingu og samkvæmt lögum er áréttuð og einnig að tekið verði af einurð á málarekstri ef til hans kemur. Systurnar hafa ekki tjáð sig sjálfar um málið en spurningin er hvort slík málaferli muni skaða ímynd fyrirtækisins og þar af leiðandi þeirra.

EINHERN TÍMA VERÐUR ALLT FYRST

Sumar uppfinningar brjóta blað í sögunni. Á það jafnt við um tiskuna og annað.

Tæp öld er síðan fyrstu strigaskórnir litu dagsins ljós og áttatíu ár síðan brjóstahaldarinn kom fyrst á markað. Hér fylgja fleiri markverð ártöl tengd tiskunni.

1477 Hertogaynjan María af Búrgund varð fyrst kvenna til að fá demantssleginn trúlofanarhring. Hann fékk hún frá Maximilian I. af Þýskalandi.

1874 Levi Strauss setti fyrstu bláu gallabuxurnar á markað.

1916 Fyrstu strigaskórnir voru framleiddir af U.S. Rubber Company. Þeir fengu nafnið Keds.

1922 Fyrstu húðlituðu sokkarnir komu á markað.

1935 Fyrsti brjóstahaldarinn kom til sögunnar.

1938 Fyrstu nælonsokkabuxurnar komu fram á sjónarsviðið.

1946 Fyrsta bikinið var kynnt til sögunnar.

1972 Nike hóf framleiðslu á strigaskóm.

NÚ SKAL BRÓÐERA HÁRIÐ

Ný hártíska tröllríður nú samfélagssíðum. Það er bróðering, vafningur eða hekl úr garni sem fléttað er við hárið. Margir Instagram-notendur hafa deilt myndum af sér með hinar ýmsu útgáfur af þessu nýja trendi. Þetta nýstárlega hárskraut minnir á indíánaskraut en svo má líka horfa aftur til hippaáranna til að sjá eitthvað svipað. Hárskrautið þykir henta vel þegar farið er á útihátíð en stúlkur sáust einmitt með svona vafninga á Glastonbury-útihátíðinni. Þá hafa helstu tiskublöð, eins og Marie Claire,

sýnt litríkar útgáfur af bróðeringunni. Þeir sem eru áhugasamir um að skoða herlegheitin betur geta gúglað myndir með leitinni „Hair Tapestries“ og sömuleiðis á Instagram. Á netinu er einnig hægt að finna uppskrift að því hvernig þetta er gert stig fyrir stig. Notaðir eru nokkrir litir af garni í þessa skemmtilegu vafninga. Hægt er að finna uppskriftina á youtube.com með sama leitarstreng, „Hair Tapestries“. Skrautið getur verið mikið eða lítið í hárinu eftir smekk.



NUTRILENK - hollráð við liðkvillum. Náttúrulegt fyrir liðina

Laus við verki vegna slitgigtar

„Ég hef verið að kljást við slitgigt í hnjám og mjóbaki í fjölmörg ár og prófað margt, bæði lyf og náttúruylf sem dugað hafa skammt. Bæklunarlæknir benti mér á að hyggja betur að lífsstílnum og taka inn NUTRILENK. Ég fór að hans ráðum og batinn er ótrúlegur. Ég finn ekki lengur til í hnjámum og get hreyft mig óhindrað. Ef ég sleppi því að taka inn NUTRILENK finn ég verkina koma aftur. Ég mæli heilshugar með NUTRILENK.“

Hinrik Ólafsson, leikari, kvikmyndagerðarmaður og leiðsögumaður

Hvað getur Nutrilenk gert fyrir þig?

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

Heilbrigður liður Liður með slitnum brjóskef

Bjargar mér frá skelfilegum verkjum

„Ég þarf að vera á andhormónalyfjum næstu árin til halda í skefjum brjóstakrabbameini sem ég greindist með. Lyfin fóru þannig í skrokkinn á mér að ég var undirlögð af skelfilegum liðverkjum og ég var ekki bjartsýn á að halda út inntöku lyfjanna í 5 ár. Ég ákvað að prófa NUTRILENK og tók inn 2 töflur 3x á dag. Ég fann mun viku seinna og gat minnkað skammtinn í 3 töflur á dag sem heldur mér góðri. Mér er mikið í mun að segja frá þessari reynslu því ég veit um margar konur í sambærilegri stöðu og vona að NUTRILENK hjálpi þeim eins og mér. Ég er ótrúlega þakklát!“

Lára Emilsdóttir, 59 ára fjármálastjóri

Nutrilenk er fáanlegt í flestum apótekum, heilsubúðum og heilsuhillum stórmarkaðanna

ÚTSALA

10 - 40% AFSLÁTTUR AF ÖLLUM VÖRUM

20% AFSLÁTTUR

ÁÐUR 199.800
NÚ 159.840

20% AFSL. AF ÖLLUM PÖÐUM

ÁÐUR 17.700
NÚ 14.160

ÁÐUR 93.800
NÚ 75.000

25% AFSLÁTTUR

ÁÐUR 151.300
NÚ 113.475

ÁÐUR 179.800
NÚ 134.850

ÁÐUR 206.800
NÚ 155.000

30% AFSLÁTTUR

ÁÐUR 22.500
NÚ 15.750

ÁÐUR 142.800
NÚ 99.960

ÁÐUR 16.900
NÚ 11.830

LÍNAN

BÆJARLIND 16 - KÓPAVOGUR - SÍMI 553 7100 - WWW.LINAN.IS
OPIÐ MÁNUDAGA TIL FÖSTUDAGA 11 - 18 LAUGARDAGA 11 - 16

BEST KLÆDDA KONA ÁRSINS

ÍHALDSSÖM EN ÞOKKAFULL Samantha Cameron, forsætisráðherrafrú Bretlands, var útnefnd best klædda kona ársins af tískutímaritinu Vanity Fair á dögnum. Einhverjir hafa lýst yfir furðu sinni á því vali.

Samantha Cameron skaut söngkonunum Taylor Swift og Rihönnu ref fyrir rass á árlegum lista Vanity Fair yfir best klæddu konur ársins en báðar klæða sig með mun djárfari hætti en forsætisráðherrafrúin til fimm ára. Þær lentu samt sem áður neðar á lista.

Tískuspekúlantar blaðsins virðast enda ekki á höttunum eftir því heldur hrífast af íhaldsömum en um leið þokkafullum klæðaburði Cameron. Einhverjir hafa lýst yfir furðu sinni á þessu vali en telja skýringuna þó meðal annars mega rekja til áhuga Cameron á hátískunni. Hún var áður listrænn stjórnandi Smythson, sem framleiðir leðurvörur í hæsta gæðaflokki og leggur sig fram um að klæðast fótum eftir breska hönnuði á borð við Vivienne Westwood og Christopher Kane. Þá eru Erdem og Alexander McQueen á meðal hönnuða í uppáhaldi.

Samantha er gefin fyrir aðsníðna kjóla sem teknir eru saman í mittið og oft eru á þeim rykkingar að ofan. Oftar en ekki lætur hún liti kallast á og er í skóm í stíl við beltið eða í peysu í stíl við skó. Hún tekur sjaldan mikla áhættu og leggur augljóslega mikið upp úr því að vera ávallt klædd við hæfi



MIKIL KJÓLAKONA



SKÓR Í STÍL VIÐ HATTINN

ÚTPÆLD LITA-SAMSETNING

OFT Í BLÁU

RYKKT AÐ OFAN

Allt það besta hjá 365



ENDALAUST TAL OG
10 GB Á 3.990 KR.*

Færðu farsímann yfir til 365 og fæðu frábært sjónvarpsefni á fáránlega góðu verði.

*Gildir fyrir áskrifendur í tilboðspökkum 365

Fáðu þér áskrift í síma 1817 eða á 365.is

365

SKÓLAR

&NÁMSKEIÐ

Kynningarblað

Verknám, bóknám,
tungumálanám,
tölvunám, dáleisla og
samskiptanámskeið.

Flísalögn er engum meðfædd

Gerður Jónsdóttir, verkefnastjóri Krásar, fékk auglýsingu í tölvupósti um námskeið og ákvað að kanna það nánar. Hún stendur í stórframkvæmdum og lætur fara mjög í taugarnar á sér að kunna ekki einfaldasta handverk.

Ég hef sennilega skráð mig einhvern tíma á póstlista hjá Bauhaus, aðallega til að vita af tilboðum enda er ég á kafi í framkvæmdum og fannst sniðugt að vera með á nóttunum,“ segir Gerður um aðdraganda þess að hún er á leið á námskeið sem kallast Womans Night og verður haldið í byggingavörusluninni Bauhaus í lok ágúst.

„Ég hef alltaf hlegið að öllu svona konukvöldadæmi þar sem mér finnst skilaboðin vera að þar sem ég er kona eigi endilega að nota tækifærið til að selja mér blóm og kertastjaka. Eg þegar auglýst var Womans Night, athugið, ekki kvennakvöld, í Bauhaus þá varð ég að kíkja á póstinn og komst að því að mér finnst þetta ótrúlega áhugavert. Gestir fá að prófa að leggja gólfefni af ýmsum gerðum og fá einnig góð ráð, sýnt hvernig einföld flísalögn virkar og svo verður málningarkynning,“ segir Gerður sem stendur í stórframkvæmdum á heimili sínu um þessar mundir. „Ég keypti mér hæð og ris um áramótin og stend í brjáluðum framkvæmdum og hef oft bölv að því að kunna ekki nóg. Ég hef jafnvel verið að velta fyrir mér hvort ég þurfi að fara í Iðnskólann með vinnunni og læra múrarameistarann. Það væri svo þægilegt að kunna meira.“ Hún nefnir að gólfefnahluti námskeiðsins hafi heillað hana sérstaklega. „Mig langar til dæmis að flísaleggja baðið uppi. Ég kann það ekki og það stuðar mig. Mér er sagt að það sé mjög einfalt að flísaleggja og bara spurningin um að láta slag standa. Á námskeiðinu læri ég einhver grunn-

“Ég set stórt spurningamerki við að eyrnamerkja þetta námskeið konum. Það er ekki líffræðilegt að kunna ekki að flísaleggja.“

atriði og þó ég muni kannski ekki gera þetta ein þá hef ég allavega meiri tilfinningu. Ég er líka mjög spennt yfir því að við fáum að prófa sjálf, ekki bara horfa á aðra því það get ég gert á YouTube.“

Gerður auglýsti á Facebook eftir vinkonu til að fara með sér og undirtektirnar voru vægast sagt góðar: „Það stefnir í mjög gott parti þarna í Bauhaus 27. ágúst. Ég set stórt spurningamerki við að eyrnamerkja þetta námskeið konum, það er ekki líffræðilegt að kunna ekki að flísaleggja. Einn vinur minn ætlar að koma með og ég efast um að honum verði hent út vegna kynferðis,“ segir hún en bætir við að hún og vinir hennar séu á þeim aldri að þau séu að kaupa fasteignir og það borgi sig því að kunna einföldustu handtök og þurfa ekki alltaf að kalla til iðnaðarmenn í kannski mjög einföld verk. „Ég er líka endalaust forvitin og þegar ég mála heima hjá mér þá vakna alls kyns spurningar, mig langar að vita hvað ég er að gera og gera hlutina betur. Maður nennir ekki alltaf að vera að yfirheyra iðnaðarmenn um af hverju þeir geri það sem þeir gera.“ Gerður viðurkennir að hún hefði sennilega ekki farið á



Gerður lætur sig dreyma um að flísaleggja baðherbergið sitt sjálf. Fyrsta skrefið er að læra á hallamál.

ANTON BRINK

þetta námskeið ef ekki hefði verið fyrir framkvæmdirnar. „Ef íbúðin mín hefði verið tipp topp hefði ég

örugglega ekki farið á námskeiðið. En ég er svona „do-it-yourself“ manneskja, vil helst gera hlutina

sjálf, og þó ég fái fagmenn í mörg verk þá langar mig samt að skilja hvernig hlutirnir eru gerðir.“



Menntaskólinn í Kópavogi

Þekking - Þroski - Þróun - Þátttaka



Nám sem nýtist þér!

Skrifstofubraut I – staðbundið nám

Tveggja anna hagnýt braut þar sem höfuðáhersla er lögð á viðskipta- og samskiptagreinar. Frábært nám fyrir þá sem vilja komast hratt út á atvinnumarkaðinn eða stefna lengra í námi. Kennst er fyrri hluta dags. Kennsla hefst 18. ágúst

Fjarnám – Undirbúningsáfangar fyrir viðurkenndan bókara

Á haustönn 2015 verða eftirtaldir áfangar í boði í fjarnámi:
BÓK153 - BÓK253 -BÓK353 – ÍSL152 – TÖL253

Viðurkenndur bókari

Nám til undirbúnings fyrir próf á vegum atvinnu- og nýsköpunarráðuneytisins til viðurkennds bókara, skv. 43. grein laga nr. 145/1994 um bókhald. Kennslan fer fram í samvinnu við KPMG. Starfsmennt greiðir skólagjöld sinna félagsmanna. Kennsla hefst 24. ágúst. Sjá www.mk.is

Upplýsingar veitir Inga Karlsdóttir, fagstjóri hagnýtra viðskipta- og fjármálagreina í síma 594 4000/824 4114 eða

Í spænskunámi í hitabylgju

Lóa Pind, fréttamaður hjá Stöð 2, lætur drauma sína rætast. Hún stundar nám í spænsku í úthverfi Málaga á Spáni og nýtur þess að dvelja á fallegum slóðum með fjölskyldunni. Lóa segir að námið muni nýtast henni vel í fréttamennskunni.

Lóa segist hafa byrjað að spá í spænsku um síðustu aldamót. „Við hjónaleysin fórum í tveggja mánaða ferðalag til Mið-Ameríku. Þá komst ég að því að spænska hentaði mínum íslenska hreim betur en franska, sem ég hafði áður barist við að læra. Ég hef öðru hverju í gegnum árin reynt aðeins að læra spænsku, en þetta er í annað skiptið sem ég fer formlega og af fullum þunga í lærdóminn. Fyrra skiptið var í Kostaríka fyrir fjórum árum. Þá var ég átta vikur í spænskuskóla og núna í sjö vikur. En við verðum hérna á Spáni í tæpa þrjú mánuði. Skólinn er í úthverfi Málaga, fallegar borgar við ströndina í Andalúsíuhéraði,“ segir Lóa og bætir við að það hafi gengið dásamlega að samræma sumarfríð náminu.

Gestir í heimsókn

„Við höfum fengið þrjú holl af gestum og höfum túristast með þeim og slakað á. Og munum enda þessa dvöl með 10 daga frí með stórfjölskyldunni. En þess á milli vorum við í hversdagsrútinu, örkuðum kófsveitt (ég) í skólann á morgnana, kófsveitt heim seinni partinn, ég borðaði hráskinku í öll mál, kíkti kannski á ströndina síðdegis og las, horfði á spænskt sjónvarp og svo snæddum við yfirleitt kvöldverð við kertaljós úti á svölum. Bara mjög hugguleg hversdagsrúttína,“ segir hún.

Yngri sonur Lóu, sem er 11 ára, er með í för. Hann fór líka á spænskunámskeið í sama skóla og móðir hans í þrjár vikur. „Þá fannst honum nóg komið af skólagöngu svona í ljósi þess að hann væri í sumarfrí. Þá fann ég fyrir hann íþróttanámskeið á líkamsræktarstöð hér í næstu götu við okkur og þar var hann í þrjár vikur innan um spænska krakka. Held jafnvel að hann hafi lært meira á því en að sitja á skólabekk.“

Engin börn að leik

Lóa segir ekkert sérstakt hafa komið þeim á óvart. „Nema þá helst hvað það er þungur undirtónn í mörgum Spánverjum. Það er náttúrlega skelfilegt atvinnuástand á Spáni og verst hér í Andalúsíu. Það kom mér líka á óvart að þótt við séum í úthverfi, þá sér maður varla börn að leik hér á daginn. Í hverfinu okkar eru hús og blokkir umkringd veggjum og rimlum og maður verður lítið var við að krakkar fari út að leika sér. Þegar við skreppum niður á



strandgötuna eftir sólsetur, þar sem er röð lítilla veitingastaða, er hins vegar krökt af skoppandi börnum að leika sér á meðan foreldrar og ættingjar og vinir sitja á veitingastöðunum fram eftir kvöldi, og jafnvel fram á nótt. Mjög notalegt og afslappað andrúmsloft og greinilega mjög sveigjanlegur háttatími hjá börnum hér á sumrin. Og jú, hitinn er heldur meiri en ég hafði búist við. Og ég hafði ekki reiknað með að vera löðrandi sveitt frá morgni til kvölds,“ segir Lóa en mjög heitt hefur verið á þessum slóðum í sumar.

Þegar hún var spurð hvort námið hafi borið árangur, svarar hún því játandi. „Ekki þó þann sem ég ætlaði, þ.e.a.s. ég hafði látið mig dreyma um að þetta sumar dygði til að ég yrði altalandi á spænsku. Það er ég ekki. En ég stama minna og hljóma vonandi ekki lengur eins og illa gefinn krakki þegar ég reyni að tjá mig,“ segir hún og bætir við að síðan eigi eftir að koma í ljós hvernig

hún notfæri sér kunnáttuna. „Sem fréttamaður getur það endrum og sinnum komið sér vel að geta gert sig skiljanlegan á fleiri tungumálum en ensku. Og svo er ég á því að tungumálanám sé góð heilarækt og góð leið til að skynja og skilja heiminn betur.“

Roskin kona í spænskunámi

Meirihluti nemenda er unglingar svo þeir eru ekki beinlínis á aldur við Lóa. Þeir koma aðallega frá Frakklandi, Þýskalandi og Danmörku. „Eitthvað af ungu fólki, á þrítugsaldri, er að stúdera spænsku til að fara í skiptinám á Spáni eða er í háskólanámi í spænsku. Svo slæðist inn ein og ein roskin kona, eins og ég, og þá gjarnan með börnin sín með,“ segir Lóa og segist vel geta hugsað sér að gera þetta aftur. „Ójá! Ég hætti ekki fyrr en ég tala spænsku reiprennandi. En þá myndi ég velja annan árstíma. Altso, ekki hitabylgjurnar í júlí og ágúst.“

elin@365.is



Lóa rakst á þessar undurfríðu geitur í hjólatúr um fjöllin í Andalúsíu.



„Þjakaðir íbúar El Palo, úthverfis Málaga, bera heilaga Carmen, sem mun vera verndari sjómanna, um götur hverfisins á degi Virgen del Carmen,“ útskýrir Lóa.



Sonurinn Númi fór líka í spænskunám eins og mamman.

STAPLES MILAN

25 stk. Milan
kúlupenni, Blár
Aðeins 1.482 kr.
(1.838 kr. með vsk)



RV skrifstofuvörutilboð
- á tilboði í ágúst og september

Rekstrarvörur
- fyrir þig og þinn vinnustað

Réttarhálsi 2 • 110 Reykjavík
Sími: 520 6666 • sala@rv.is • rv.is



SKÓLA BJÖLLUR HRINGJA

((DINGA-LINGA-LING!))

VILDARTILBOÐ
Jeva skólataska
8.999 kr.
áður 19.760 kr.



Pennaveski
Minions
1.939 krónur



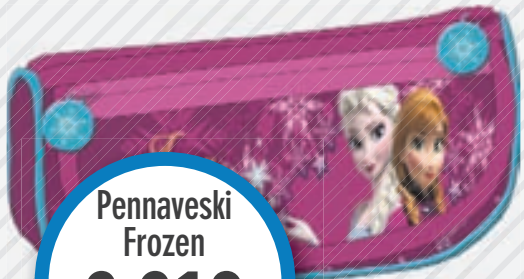
VILDARTILBOÐ
Spilastokkur
199 kr.
áður 299 kr.



VILDARTILBOÐ
Vasareikn. 8 stafa
399 kr.
áður 599 kr.



Pennaveski
Frozen
2.219 krónur



Reglustika
Sveigjanleg 30 sm
199 krónur



VILDARTILBOÐ
Áherslupenni
159 kr.
áður 319 kr.



VILDARTILBOÐ
Casio reiknivél
2.212 kr.
áður 2.949 kr.



VILDARTILBOÐ
Bréfabindi
499 kr.
áður 549 kr.



GLÆSILEGT
ÚRVAL
SKIPTIBÓKA



Austurstræti 18
Skólavörðustíg 11
Laugavegi 77
Hallarmúla 4

Álfabakka 14b, Mjódd
Kringlunni norður
Kringlunni suður
Smáralind

Hafnarfirði - Strandgötu 31
Keflavík - Sólvallagötu 2
Akureyri - Hafnarstræti 91-93
Akranesi - Dalbraut 1

Ísafirði - Hafnarstræti 2
Vestmannaeyjum - Bárustíg 2

PENNINN

Eymundsson

540 2000 | penninn@penninn.is | www.penninn.is | www.eymundsson.is

Vöruúrval mismunandi eftir verslunum. Gildistími Vildarverða er frá 13. ágúst, til og með 16. ágúst. Upplýsingar eru birtar með fyrirvara um villur og myndabrengl.

Töff að vera kominn með réttindin

Kristján Jónsson málari fór í gegnum raunfærnimat hjá IDUNNI fræðslusetri og dreif sig aftur á skólabekk eftir meira en tuttugu ára hlé. Hann fékk hluta starfsreynslu sinnar metinn og lauk því sem vantaði upp á á tveimur árum. Kristján fær sveinsbréfið í september.

Mér finnst frekar töff að vera kominn með réttindin, rúmlega fimmtugur. Það skiptir öllu máli í dag," segir Kristján Jónsson málari en hann fær sveinsbréfið í málaraiðni á næstu vikum.

Kristján lauk samningi í málaraiðni árið 1994 en flosnaði upp úr bóklega náminu. Hann vann þó við fagið árum saman og alltaf var á stefnuskránni að öðlast tilskilin réttindi. Vorið 2013 sá hann auglýsingu um raunfærnimat hjá IDUNNI fræðslusetri.

„Ég var ekki týpan til að sitja á skólabekk. Skólagangan var ekki merkileg hjá mér," segir hann spskur. „Þetta tók mig því 25 ár en eftir að ég sá raunfærnimatið auglýst fór ég í viðtal hjá náms- og starfsráðgjafa hjá IDUNNI. Hún lóðsaði mig í gegnum hvaða gögn ég þyrfti að koma með og í framhaldinu var ég metinn í viðtölum hjá meisturum í faginu og tekið saman hvað vantaði upp á. Við tók kvöldnám í Tækniskólanum, bæði verkleg fag og bókleg. Ég gat gert þetta meðfram vinnunni sem er mikill kostur," segir Kristján.

Gott utanumhald alla leið

„Það er frábært að geta farið þessa leið þó auðvitað hafi verið erfitt að setjast aftur á skólabekk eftir svo langan tíma. En ég fékk gott utanumhald. Ráðgjafinn hjálpaði mér til dæmis að skrá mig í skólann og má segja að það hafi verið haldið í höndina á mér hjá

HVAÐ ER RAUNFÆRNIMAT?

Raunfærnimat gengur út á að meta þekkingu úr starfi í iðngrein inn í skólakerfið. Eftir matið tekur við það nám sem vantar upp á og að lokum þreytir fólk sveinspróf.

HVERJIR KOMAST Í RAUNFÆRNIMAT?

Til að komast í raunfærnimat þarf viðkomandi að hafa minnst fimm ára starfsreynslu og hafa náð 25 ára aldri. Sýna þarf fram á starfsreynslu með ákveðnum gögnum, til dæmis lífeyrissjóðsýfirliti.

HVERNIG FER MATIÐ FRAM?

Við raunfærnimat fyllir einstaklingurinn út gátlista og metur sjálfur hversu vel hann telur sig kunna verkþætti viðkomandi iðngreinar. Svo fer hann/hún í viðtal hjá matsaðila sem er þá meistari í viðkomandi fagi eða kennari. Gengið er úr skugga um að einstaklingurinn kunni verkþættina í raun og fær hann þá þekkingu sína metna í nám viðkomandi iðngreinar. Þar sem það á við sýnir umsækjandi með teikningum eða verklega hvernig hann gerir hlutina en mestmegnis fer raunfærnimatið fram munnlega.

IDUNNI í gegnum um námið. Það hafði mikið að segja fyrir mig, sem fannst aldrei auðvelt að vera í skóla. Það er einnig mikill kostur að geta gert þetta meðfram fullri vinnu. Ég mætti tvisvar í viku í skólann, frá klukkan fimm til átta og einnig á laugardögum. Þegar aðrir fóru kannski á kóræfingu eftir vinnu mætti ég bara í skólann.

Ég mæli eindregið með því að fólk kynni sér raunfærnimatið hjá IDUNNI. Ég hefði sennilega aldrei klárað réttindin nema fyrir þennan valkost að fá starfsreynsluna metna. Þetta er miklu léttara en maður heldur.“

Kynningarfundur 2. september

Næsti kynningarfundur vegna raunfærnimats verður haldinn miðvikudaginn 2. september kl. 17.00 í húsnæði IDUNNAR fræðsluseturs Vatnagörðum 20. Frá árinu 2007 hafa rúmlega 1.700 manns farið í raunfærnimat hjá IDUNNI fræðslusetri í 24 iðngreinum.

Nánar á www.idan.is



Kristján Jónsson mælir með raunfærnimati IDUNNAR fræðsluseturs en gegnum það fékk hann hluta starfsreynslu sinnar metinn til náms. MYND/GVA



KLASSÍSKI LISTDANSSKÓLINN

Mjódd, Álfabakka 14a



KENNSLA HEFST MÁNUDAGINN 31. ÁGÚST

SKRÁNING Á HEIMASÍÐU SKÓLANS WWW.BALLET.IS

ALLT FYRIR SKÓLANN

GILDIR TIL 15. SEPTEMBER 2015



950.-

TRULY®

Vasareiknivél

Einfaldur vasareiknir með helstu reikniáðgerðum



699.-

SKRIFMENNT

Stíla- eða reikningsbók

A4 með gormi



Verð frá
120.-

Límstifti

8, 15 eða 36 g



Vinsælasta
strokleðrið
á Íslandi!

199.-



120.-

DURABLE

Plastmappa

A4 með glærri forsiðu



429.-

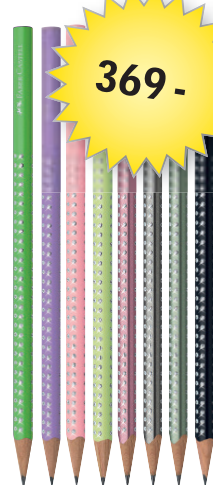
Teygjumappa

Til í fjölmörgum litum



Reglustika

15 eða 30 sm. Sveigjanleg



369.-

FABER-CASTELL

Blýantur

Með Grip Sparkle



Yddarar

Tvöfaldir með góðu gripi



199.-

Moped

Skæri

Byrjendaskæri. 12 sm



Sirkill

170 mm



Birt með fyrirvara um prentvillur og vöruframboð

15% afsláttur
af skólatöskum

Opið til
22:00
öll kvöld



BÓKABÚÐ
MÁLS & MENNINGAR
LAUGAVEGI 18

Stefnir á að skoða heiminn

Viðbrigðin eru mikil fyrir nýútskrifaða grunnskólanema sem hefja nám í framhaldsskóla eftir nokkra daga. Sóley Jóhannsdóttir er ein þeirra en hún hefur nám við Kvinnaskólann í Reykjavík. Eftir útskrift stefnir hún á að heimsækja fjarlæg lönd.

Það er stórt skref og mikið tilhlökkunarefni fyrir nýútskrifaða grunnskólanema að hefja nám í framhaldsskóla. Breytingarnar eru miklar fyrir flesta sem þurfa að takast á við nýtt umhverfi, nýja kennara og nýtt námsefni auk þess sem framhaldsskólaárin einkennast iðulega að nýjum vinum og skemmtilegum ævintýrum.

Næstu árin mun Sóley Jóhannsdóttir stunda nám við Kvinnaskólann í Reykjavík. Sóley, sem stundaði nám við Salaskóla í Kópavogi alla grunnskólagöngu sína, mun hefja nám á félagsvísindabraut eftir fáeina daga og hlakkar mikið til.

Hún segist eiga góðar minningar um árin í Salaskóla þótt skólinn sjálfur hafi verið misskemmtilegur eins og gengur og gerist. „Skólaganga mín undanfarin tíu ár var mjög skemmtileg og ég lærði og þroskaðist mikið á þessum tíma. Uppáhaldsfögin mín í grunnskóla voru náttúrufræði og enska. Margar góðar minningar standa upp úr og þar má helst nefna skólaferðalögin sem við fórum í og allar skemmtilegu stundirnar með vinum mínum.“

Sóley hefur æft fimleika með Gerplu undanfarin tíu ár auk þess að þjálfar yngri flokka Gerplu síð-

ustu þrjú árin. „Það er því nóg að gera hjá mér og ég hef ekki mikinn frítíma. Ég reyni þó að nýta hann vel, til dæmis til að hitta vinkonur mínar og ferðast með fjölskyldu minni.“

Aðspurð hvers vegna Kvinnaskólinn hafi orðið fyrir valinu segist hún hafa skoðað ýmsa kosti í stöðunni en mestu máli hafi skipt að velja skóla með bekkjarkerfi. „Ég er mjög sátt við val mitt og hlakka mikið til. Þetta verða auðvitað mikil viðbrigði fyrir mig eins og aðrar nýnema. Mesta áskorunin verður vafalaust þær auknu kröfur sem gerðar verða til okkar nemenda en því fylgir um leið meira sjálfstæði og skipulag. Eins og staðan er í dag er ég mest spennt fyrir félagsfræði, sálfræði og hagfræði.“

Sóley er ekki enn komin með fullmótaðar skoðanir á því hvar hún vill starfa þegar skólagöngu lýkur enda mörg ár í það. Hún er þó ákveðin að taka sér stutt frí eftir framhaldsskóla og ferðast um heiminn áður en frekara nám tekur við. „Það hefur lengi verið draumur minn að ferðast um og heimsækja fjarlæg lönd. Margt kemur til greina en heimsreisa er auðvitað draumurinn.“

„Eins og staðan er í dag er ég mest spennt fyrir félagsfræði, sálfræði og hagfræði.“

Þegar Sóley rýnir inn í framtíðina varðandi starfsmöguleika segist hún ekki vera búin að gera upp við sig hvaða vettvang hún muni velja. Þó séu störf sem tengist viðskiptum og fjármálum spennandi valkostur. „Mér finnst að fólk á mínum aldri velti alveg starfsmöguleikum hér á landi fyrir sér. Persónulega finnst mér ekki líta út fyrir að það verði ýkja mörg spennandi tækifæri hérlandis í náinni framtíð. Ég held að margir unglingar á mínum aldri séu mjög áhugasamir um að læra, starfa og jafnvel búa úti en sjálf stefni ég á nám erlendis. Ég tel það raunar vera mjög mikilvægt fyrir ungt fólk að skoða hvað er í boði utan landsteinanna. Það er ekki bara frábær upplifun heldur vikkar það einnig sjóndeildarhringinn til muna og þroskar okkur sem einstaklinga og gerir okkur um leið mun hæfari til að takast á við verkefni framtíðarinnar.“



„Mesta áskorunin verður vafalaust þær auknu kröfur sem gerðar verða til okkar nemenda en því fylgir um leið meira sjálfstæði og skipulag,“ Sóley Jóhannsdóttir. MYND/GVA

KLASSÍSKI LISTDANSSKÓLINN

Grensásvegi 14



Kennsla framhaldsbrautar hefst
24. ágúst 2015



WWW.BALLET.IS



Penninn-Eymundsson vill að sögn Margrétar Jónu Guðbergsdóttur, vörustjóra íslenskra bóka hjá Pennanum-Eymundsson, leggja sitt af mörkum til að aðstoða námsmenn við að hefja skólaárið.

Kjarabót í skólabyrjun - 20 prósent afsláttur

Penninn Eymundsson veitir 20 prósent afslátt af öllum námsbókum í dag, fimmtudag. „Penninn Eymundsson, bauð fyrst íslenskra fyrirtækja upp á skiptibókamarkað námsbóka fyrir rúmum 30 árum. Við höldum nú áfram að aðstoða námsmenn við að hefja skólaárið með kjarabót í skólabyrjun. Í dag, fimmtudag, bjóðum við allar námsbækur með 20% afslætti og tökum þannig af skarið nú þegar glitta fer í upphaf námsannar,“ segir Margrét Jóna Guðbergsdóttir, vörustjóri íslenskra bóka hjá Pennanum Eymundsson.

Hún segir engan bóksala komast með tærnar þar sem Penninn Eymundsson hefur hælana hvað varðar fjölda útsölastaða en námsmenn geta nú keypt námsgögn og skipt á notuðum námsbókum á ellefu stöðum; í Austurstræti, Hallarmúla, Kringlunni, Mjóddinni, Smáralind, Hafnarfirði, á Akranesi, Akureyri, Ísafirði, í Keflavík og Vestmannaeyjum.

„Námsmenn hafa um áratuga skeið getað treyst á reynslu og þekkingu okkar starfsfólks þegar kemur að námsbókum og námsgögnum. Þeir hafa getað treyst á vandað og gott úrval af vörum og bókum og gott aðgengi á hagstæðu verði. Það munar um minna fyrir námsmenn,“ segir Margrét Jóna.

Haustönn 2015

Tungumál



**danska, enska, finnska, ítalska, japanska, kínverska, norska,
portúgalska, pólska, rússneska, spænska, sænska, þýska**

**Tungumálanámskeið sniðin að þörfum einstaklinga, fyrirtækja og hópa
Hafðu samband við okkur í síma 580 1800 eða sendu póst á mimir@mimir.is**

**Fyrstu námskeið hefst 7. september
Kennslustaðir: Höfðabakki 9 og Öldugata 23**

Stöðumat í ensku og spænsku

**Skráning í síma 580 1800
www.mimir.is**





NÁMSKEIÐ Á HAUSTÖNN

TEIKNING

Teikning 1	Karlotta Blöndal	mán. kl. 9.00-11.45
Teikning 1	Margrét H. Blöndal	þri. kl. 17.45-20.30
Teikning 1	Sólveig Aðalsteinsdóttir	mið. kl. 17.45-20.30
Teikning 1	Sólveig Aðalsteinsdóttir	fim. kl. 17.45-20.30
Teikning 2	Sólveig Aðalsteinsdóttir	mán. kl. 17.45-20.30
Teikning 2	Karlotta Blöndal	þri. kl. 9.00-11.45
Teikning - Portrett	Anna Cynthia Leplar, Guðjón Ketilsson & Þóra Sigurðardóttir	fim. kl. 17.45-20.30
Módelteikning	Margrét H. Blöndal	mán. kl. 17.45-20.30
Módelteikning frh.	Anna Cynthia Leplar & Guðrún Vera Hjartardóttir	þri. kl. 17.45-20.30
Módelteikning	Guðrún Vera Hjartardóttir	fös. kl. 9.00-11.45
Kennaralaust módel	Enginn	fim. kl. 17.45-20.30

MÁLUN

Tilraunir, teikning & vatnslit	Harpa Árnadóttir & Valgarður Gunnarsson	mið. kl. 17.45-20.30
Vatnslitun	Hlíf Ásgrímsdóttir	þri. kl. 17.45-20.30
Málun 1	Þorri Hringsson	mán. kl. 17.30-20.15
Málun 1	Aron Reyrr Sverrisson	fös. kl. 9.00-11.45
Málun - form, lína & áferð	Guðrún Einarsdóttir & Jón B.K. Ransú	þri. kl. 17.45-20.30
Málun frh.	Sigtryggur B. Baldvinsson	mið. kl. 9.00-11.45
Málun frh.	Sigtryggur B. Baldvinsson	mið. kl. 17.45-20.30
Málun - vinnustofa	Aron Reyrr Sverrisson & Jón B.K. Ransú	fös. kl. 13.00-15.45
Litaskynjun	Sigtryggur B. Baldvinsson	mán. kl. 17.45-20.30

KERAMIK

Leirkerarennsla	Guðbjörg Káradóttir	mán. kl. 17.30-20.30
Leirkerarennsla	Anna Hallin	fim. kl. 18.00-20.45
Leirkerarennsla	Þuríður Ósk Smáradóttir	lau. kl. 13.15-16.00
Leirmótun & rennsla	Guðný M. Magnúsdóttir	þri. kl. 17.30-20.15

ÝMIS NÁMSKEIÐ

Spjöllum saman um myndlistarsýningar	Ragna Sigurðardóttir	mið. kl. 20.00-21.30 lau. kl. 14.00-15.20
Gróðurhús hugmyndanna	Bjarki Bragason Hildigunnur Birgisdóttir & Rúna Thors	mið. kl. 17.30-20.40
Myndlist 60+	Anna Hallin Margrét H. Blöndal	þri. kl. 09.00-11.45

BARNA OG UNGLINGANÁMSKEIÐ

4-5 ára

Myndlist þriðjudaga / miðvikudaga / föstudaga / laugardaga

6-9 ára

Myndlist mánudaga / þriðjudaga / miðvikudaga fimmtudaga / laugardaga

8-12 ára

Leirrennsla & skúlpúr laugardaga
Leirrennsla & mótun fimmtudaga

10-12 ára

Myndlist mánudaga
Myndlist Miðbergi miðvikudaga
Myndasögur mánudaga
Teikning þriðjudaga
Video- & hreyfimyndagerð fimmtudaga

13-16 ára

Vörhönnun & leir mánudaga
Málun & blönduð tækni mánudaga
Teikning málun grafík miðvikudaga
„Animation“, video & myndasögur fimmtudaga
Leirmótun & rennsla föstudagaSkráning á
www.myndlistaskolinn.is
og í síma: 551 1990
JL húsinu - Hringbraut 121MYNDLISTASKÓLINN
Í REYKJAVÍK20% FRAMHALDSSKÓLAAFSLÁTTUR
NÁMSKEIÐIN ERU STYRKHÆF HJÁ FLESTUM STÉTTARFÉLÖGUM

Víðir Guðmundsson leikari flytur til Svíþjóðar í nám. Fjölskyldan er á haus þessa dagana við að pakka niður og undirbúa flutningana.

MYND/GVA

Lífið er til þess að læra nýja hluti

Víðir Guðmundsson leikari mun hefja nám við háskólann í Stokkhólmi á næstu dögum í gagnaöryggi. Hann fékk svarið um að hann hefði komist inn í skólann fyrir rétt um mánuði og ákvað fjölskyldan þá að vinna sér strax í að pakka niður búslóðinni og flytja út. Víðir segist spenntur og örlítið hræddur.

Víðir Guðmundsson leikari mun hefja nám við háskólann í Stokkhólmi. Hann fékk svarið um að hann hefði komist inn í skólann fyrir rétt um mánuði og ákvað fjölskyldan þá að vinna sér strax í að pakka niður búslóðinni og flytja út. Víðir segist spenntur og örlítið hræddur.

Hvað ætlarðu að læra?
„Þetta er þverfaglegt masters-nám í gagnaöryggi þar sem þess er ekki krafist að maður sé með tölvubakgrunn. Ég fékk jákvætt svar 9. júlí frá skólanum og við fórum bara strax að pakka niður og undirbúa flutninga,“ segir Víðir.

„Fyrstu vikurnar úti munu fara í að leita að föstu húsnæði, skrá sig inn í kerfið og ganga frá praktískum atriðum. Skólinn byrjar svo í lok ágúst og ég reikna með að klára í júní 2017.“

Gagnaöryggi og leiklist eiga lítið sameiginlegt við fyrstu sýn. Hvernig datt þér þetta í hug?

„Ég er alltaf tilbúinn til þess að prófa eitthvað nýtt og skoða heiminn. Mig langaði í nám sem væri bæði praktískt og spennandi og prófa að búa einhvers staðar annars staðar en á Íslandi. Gagnaöryggi er vaxandi bransi í dag, allir komnir með

snjallsíma og spjaldtölvur og aðgang að ýmiss konar viðkvæmum upplýsingum. Þetta er fjölbreytt nám enda mismunandi gögn sem þarf að geyma. Það sem ég fer í snýr meira að skipulagshliðinni en ýtarlegum tækniútfærslum. Ég mun ekki vera í forritun eða slíku, meira í að hafa yfirsýn yfir heildaröryggismál.“

Blundar í þér tölvunörður?

„Nei, ég hef aldrei verið neinn tölvunörður í mér. Ég er því að henda mér í djúpu laugina en það er bara spennandi. Auðvitað er ég líka örlítið hræddur, hræddur við að það eigi eftir að reynast erfitt að setja sig inn í nýja hluti, en er ekki lífið til þess að hafa gaman af því og læra eitthvað nýtt?“

Eiginkona Víðis, Þórdís Elva Þorvaldsdóttir, og sex ára sonur þeirra, Hafliði Freyr, flytja út líka en tvær eldri dætur Víðis af fyrri hjónabandi verða heima. Hafliði fer í forskóla í Stokkhólmi.

„Mér skilst að fyrsta skólaárið sé líkara leikskóla hér heima, sem er gott. En við höfum undirbúið hann, lesið sænskar bækur og reynt að kenna honum nokkur orð. Ég fór sjálfur á sænskunám-skeið og finnst sænskan fallett

„Auðvitað er ég líka örlítið hræddur, hræddur við að það eigi eftir að reynast erfitt að setja sig inn í nýja hluti, en er ekki lífið til þess að hafa gaman af því og læra eitthvað nýtt?“

og skemmtilegt mál. Ég les hana nokkuð vel og get bjargað mér en að skilja talað mál verður að lærast smám saman þarna úti. Námið sjálft er á ensku, ég hefði ekki treyst mér í mastersnám á máli sem ég kann ekki,“ segir Víðir spökur.

„Þórdís bjó í Svíþjóð sem krakki og talar sænskuna reiprennandi. Hún getur sinnt áfram sínum verkefnum úti en hún hefur unnið með ákveðinn mála-flokk, hrelliklám og kynbundið ofbeldi. Hún mun tala á tveimur ráðstefnum nú í haust þarna úti, sem hún var reyndar bókuð á áður en við tókum þessa ákvörðun. Það féllu því greinilega öll vötn til Svíþjóðar.“



Suðurlandsbraut 32



TRI VERSLUN býður viðskiptavinum sínum að dreifa greiðslum í allt að 36 mánuði í samstarfi við **BORGUN**

BORGUN



ÚTSALA!

Allt að **50%** afsláttur af CUBE reiðhjólum!

Hybrid **25%** / Racer **20%** / MTB **25%** / Aim SL **30%**

50% afsláttur af 2014 og eldri árgæðum!



FERÐAHJÓL



29"



ROAD RACE

Við bjóðum nú **50% afslátt af**
CRAFT & BROOKS
Hlaupafatnaði & Hlaupaskóm

CRAFT & BROOKS vörum fæst hvorki skipt né skilað!

25% Afsláttur af aukahlutum & reiðhjólafatnaði!

WWW.TRI.IS

- Opnunartími @ TRI VERSLUN -

Alla virka daga kl. 10:00 til 18:00

Laugardaga kl. 10:00 til 16:00



Dáleiðslan hefur breytt lífi mínu

Með dáleiðslu geta einstaklingar náð fram breytingum á líðan sinni og hegðun. Fram undan eru tvö spennandi námskeið hjá Dáleiðsluskóla Íslands en námið hentar mörgum og getur verið mjög áhrifarík viðbótarþekking fyrir ýmsa meðferðaraðila.

Dáleiðsla er stórkostlegt fyrirbæri að sögn Önnu Lísu Björnsdóttur, aðstoðarskólustjóra Dáleiðsluskóla Íslands og formanns Félags dáleiðslutækna. Hún segir að með dáleiðslu geti einstaklingurinn náð fram breytingum á líðan sinni og hegðun. „Upplifunin er mjög einstaklingsbundin en ætíð þægileg og slakandi. Dáleiðslumeðferð gengur út á að fá undirvitundina til að starfa í takt við áherslur og óskir meðferðarþegans á hverjum tíma. Undirvitundinni má að sumu leyti líkja við tölvu. Hún sér sjálfvirkir um margt fyrir okkur á þess að við þurfum að hugsa um það og vinnur að því leyti eins og tölvuforrit. Hana þarf stundum að uppfæra miðað við nýjar áherslur og væntingar. Gömul forrit sem hafa ekki uppfærst miðað við þroska einstaklingsins valda oft vandræðum. Það mætti því segja að með dáleiðslu sé hægt að endurforrita undirvitundina og eyða vandanum.“

Fram undan eru tvö spennandi námskeið hjá skólanum en Anna Lísa kennir meðal annars á grunnnámskeiðinu sem hefst 18. september. Höfundur námskeiðsins, Charles Tebbets, var einn af þekktustu meðferðardáleiðurum

Bandaríkjanna. Tebbets varð síðar lærifaðir Roys Hunter sem er meðal þekktustu dáleiðenda í heiminum í dag fyrir störf sín og bækur. „Tebbets fól Roy að þróa námskeiðið sem hefur síðan þá verið kennt víða í heiminum, m.a. í framhaldsskóla í Bandaríkjunum. Núna í fyrsta skipti verður námskeiðið á íslensku sem og kennslubók Roys sem ber íslenska nafnið Listin að dáleiða.“

Alhliða þekking

Námið skiptist í tvo hluta, grunnnámskeið og framhaldsnámskeið sem hefst eftir áramót.

Anna Lísa segir að auk námskeiðs Tebbets verði kenndar dáleiðsluaðferðir Daves Elman og ótrúlega öflug meðferð Dr. Yagers, þekkt sem Subliminal Therapy/Yagerian Method. „Grunnnámskeiðið veitir góða alhliða þekkingu á dáleiðslu, virkni hennar og hugmyndafræði. Meðal annars er „ávinningssleiðin“ kennd sem getur til dæmis hjálpað fólki að hætta að reykja og ná betri stjórn á matarvenjum sínum. Nemendur læra líka að búa til kveikjur sem meðal annars eru notaðar af sumum færustu íþróttamönnum heims til að ná hámarksárangri.“

Nemendur verða svo heppn-



„Að starfa við að hjálpa fólki með dáleiðslumeðferð er alveg magnað, því árangurinn er oft svo stórkostlegur,“ segir Anna Lísa Björnsdóttir, aðstoðarskólustjóri Dáleiðsluskóla Íslands og formaður Félags dáleiðslutækna.

MYND/GVA

ir að kynna og læra af hjónunum Larry Elman og Cheryl Elman á grunnnámskeiðinu en Larry er sonur Daves Elman, sem er einn frægasti dáleiðari heimsins. „Þau hjónin eru frábærir karakterar og kenna á eftirminnilegan hátt dáleiðslutækni sem Dave var snillingur í. Námskeiðið er krefjandi og skemmtilegt, fullt af æfingum og fróðleik.“

Í framhaldsnáminu sem hefst eftir áramót er kennd meðferðar-

dáleiðsla. Námskeiðið skiptist í þrjá hluta, endurlitsdáleiðslu, þáttameðferð og yagerísku-meðferðina. „Kennt er hvernig skuli undirbúa meðferðarþegann, ferli meðferðarinnar og hugmyndafræðina á bak við hana. Allar þessar aðferðir eru einstaklingsmiðaðar.“

Dáleiðsla nýttist víða

Anna Lísa kennir yagerísku-meðferðina en hún er sérhæfð í með-

ferðinni og aðlagaði hana börnunum. Hún hefur kennt barnameðferðina á vegum Dr. Norberts Preetz, en hann er þekktur fyrir dáleiðslustörf sín og bækur í Þýskalandi. „Ég kenni aftur í Þýskalandi núna í september sem og í Sviss. Ég er líka að ljúka skrifum á kennslubók um barna-aðferðina en Dr. Yager, vinur minn og lærifaðir, ritstýrir henni. Dáleiðslan hefur því breytt lífi mínu á margan hátt. Dáleiðslumeðferð hefur einnig breytt lífi meðferðarþega minna á margvíslegan máta. Þeir hafa losnað við alls kyns krankleika, líkamlega og andlega. Að starfa við að hjálpa fólki með dáleiðslumeðferð er alveg magnað, því árangurinn er oft svo stórkostlegur.“

Dáleiðslunám hentar alls konar fólki að sögn Önnu Lísu og nýttist víða. „Í náminu öðlastu aukinn skilning á huganum sem og hvers vegna undirvitundin skiptir svona miklu máli í lífi okkar. Dáleiðsla getur verið mjög áhrifarík viðbótarþekking fyrir meðferðaraðila og heilbrigðisstarfsfólk. Það geta allir nýtt dáleiðslu á einhvern hátt, hvort sem þeir vilja stunda meðferðardáleiðslu, nota til sjálfshjálpar eða til að aðstoða sína nánustu.“

Unnið með rót vandans

Framhaldsnámskeið Dáleiðsluskóla Íslands er sérstaklega gagnlegt þeim sem ætla að starfa af alvöru við dáleiðslumeðferð. Kenndar verða aðferðirnar þáttameðferð, endurlit og Subliminal Therapy – Hugurinn virkjaður til lækningar.

Esther Helga Guðmundsdóttir kennir á framhaldsnámskeiðum Dáleiðsluskóla Íslands, bæði endurlitsdáleiðslu og þáttameðferð. Hún hefur meistara-gráðu í stjórnun í heilbrigðisþjónustu auk þess að vera sérfræðingur í matarfékniráðgjöf. Esther lærði dáleiðslu m.a. hjá Roy Hunter og Dr. Edwin Yager.

Esther segir að framhaldsnámskeiðin séu fyrir alla sem hafi lokið grunnnámskeiði í dáleiðslu en séu sérstaklega gagnleg þeim sem ætla að starfa af alvöru við dáleiðslumeðferð. Aðferðirnar sem verða kenndar eru þáttameðferð, endurlit og Subliminal Therapy – Hugurinn virkjaður til lækningar.

Hún segir marga meðferðaraðila nota fyrst og fremst huglæga atferlismeðferð (HAM) og vinna með meðvitundina og rök-hugsunina. Skjólstæðingar þeirra læra að lifa með vandanum. „Í dáleiðslumeðferð er hins vegar unnið með undirvitundina sem geymir allar minningar og tilfinningar sem tengjast þeim. Með þróðum dáleiðsluaðferðum getur þjálfaður dáleiðari fundið og leyst orsök vandans, þannig að einkennin hverfa.“

Fleiri nýta dáleiðslu

Sjálf hefur Esther nýtt sér dáleiðslumeðferð og fundið mikla bót fyrir



„Með þróðum dáleiðsluaðferðum getur þjálfaður dáleiðari fundið og leyst orsök vandans, þannig að einkennin hverfa,“ segir Esther Helga Guðmundsdóttir sem kennir á framhaldsnámskeiði Dáleiðsluskóla Íslands.

MYND/GVA

sjálfa sig. „Ég nota einnig mikið sjálfsdáleiðslu auk þess að nota dáleiðslu fyrir skjólstæðinga mína en ég hef í tæpan áratug rekið meðferðarstöðina MFM sem býður upp á meðferðir við matarfékn og átröskunum.“

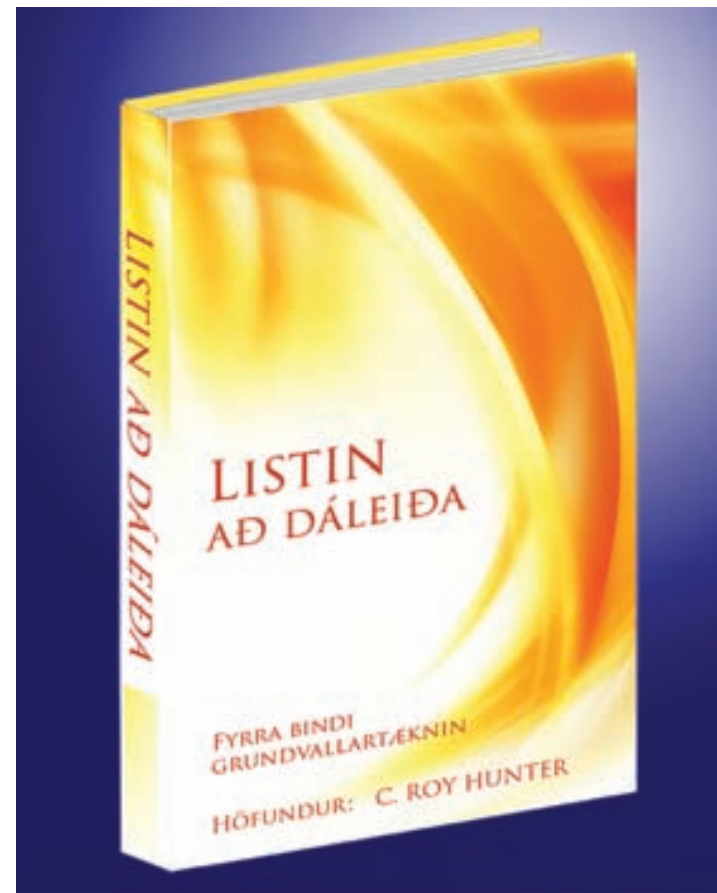
Hún segir æ fleiri nýta meðferðardáleiðslu og til hennar leiti margir sem glíma við t.d. streitu,

fóbíur og ýmsar þráhyggjuraskanir og fólk sem vill vinna úr ýmsum áföllum og vandamálum sem það glímir við. „Það sem mér finnst alltaf svo merkilegt er að þegar unnið hefur verið með rót vandans sem svo oft hefur valdið áralangri vanlíðan hjá skjólstæðingnum, losnar hann algjörlega við hegðunarvandann og vanlíðanina sem fylgdi.“

Námsefnið allt á íslensku

Kennslubók námskeiðsins, The Art of Hypnosis eftir Roy Hunter, hefur verið þýdd á íslensku og heitir Listin að dáleiða – fyrri bindi. Bókin er 260 síður og sneisafull af ómissandi upplýsingum um dáleiðslu. Seinna bindið á að koma út í mars 2016 og verður kennslubók framhaldsnámsins. Bækurnar verða auk þess seldar á almennum markaði enda er dáleiðsla hin fullkomna sjálfs-hjálp og sjálfsefning.

Bókin kemur út í lok ágúst eða byrjun september. Hægt er að fletta henni að hluta til á <http://dáleiðslubækur.is>



Dáleiðsluskóli Íslands

Skólaárið 2015 - 2016



Dáleiðslunámskeið á íslensku

Dáleiðsluskóli Íslands heldur tvö spennandi námskeið á næstunni. Námskeiðin verða kennd á íslensku en byggja á aðferðum og þekkingu frægra erlendra dáleiðanda. Námskeiðin henta fólki með ólíkan bakgrunn og nýtast vel innan margra starfsgreina.

Grunnnám í meðferðardáleiðslu hefst 18. september. Kennt er í fjóra daga í september og sex daga í október. Kennsla og æfingar með kennara taka samtals 60 klukkustundir og jafngildir námstíminn 90 kennslustundum í framhaldsskóla.

Námskeiðið er á íslensku nema tveir dagar í október þegar kenndar verða aðferðir Daves Elman, sem var einn frægasti dáleiðandi allra tíma. Kennarar eru Larry Elman, sonur Daves, og kona hans, Cheryl Elman.

Íslenskir kennarar verða viðstaddir og aðstoða við þýðingar en námsefnið er á íslensku.

Dáleiðsla er breytt vitundarástand sem allir fara í að minnsta kosti tvisvar á dag, þegar þeir eru að vakna og sofna. Á námskeiðinu byrja nemendur að dáleiða hver annan á fyrsta degi og allar aðferðir sem eru kenndar eru æfðar jafnóðum.

Kenndar eru innleiðslur í dáleiðslu, dýpkunaraðferðir, næmiþróf, sjálfsdáleiðsla, fjallað um hlutverk undirvitundarinnar, siðferði í dáleiðslu, hvernig má ná bestum árangri af dáleiðslumeðferð, festur og kveikjur og hvernig á að byggja upp og nota dástikur (tillögur eða skipanir). Kennslubókin er á íslensku og hægt er að fletta í bókinni á daleidslu-bækur.is.

Eitt magnaðasta einkenni dáleiðslu er hvernig undirvitundin bregst við dástikum, beinum, óbeinum og eftirávirikum (sem dáleiðsluþegi á að bregðast við eftir að hann er vakinn úr dáleiðslunni).

Skemmtileg námskeið

Grunnnámskeiðið er ótrúlega skemmtilegt og þú lærir mjög

mikið á hverjum degi. Nemendur byrja að dáleiða hver annan á fyrsta degi. Útskrift veitir rétt á inngöngu í Félag dáleiðslutækna.

Framhaldsnámið hefst 22. apríl 2016. Það skiptist í þrjá hluta, sem hver er fjórir dagar. Samtals er framhaldsnámið 72 klukkustundir sem jafngildir 108 kennslustundum í framhaldsskóla.

Námskeiðið er kennt á íslensku og eru kenndar aðferðir æfðar jafnóðum.

Fyrsti hlutinn er Endurlitsdáleiðsla (Regression Therapy). Til eru margar aðferðir til að leiða dáleiðsluþegann aftur til þess atburðar sem upphaflega olli vandanum. Kenndur er undirbúningur dáleiðsluþega, tækni til að finna orsökina, endurlifun, losun og meðvitað endurmat. Kennt er á íslensku og kennslubókin, eftir Roy Hunter, er á íslensku.

Annar hluti framhaldsnámsins er Þáttameðferð (Parts Therapy). Höfundur þeirrar meðferðar er Charles Tebbetts sem var goðsögn í lifandi lífi. Hann skrifaði bækur um dáleiðslu sem urðu metsölubækur í Bandaríkjunum á sínum tíma, meðal annars Kraftaverk eftir pöntun (Miracles on Demand). Þáttameðferð er afar öflug meðferðartækni og hefur gefið mjög góða raun. Sjá nánar á daleidsla.is. Kennt er á íslensku og kennslubókin, eftir Roy Hunter, er á íslensku.

Innri þættir hugans

Þriðji hluti framhaldsnámsins er Subliminal Therapy sem einnig er nefnd Yagerian Method - Hugurinn virkjaður til lækningar. Höfundur þessarar meðferðar er bandaríski sálfræðiprófessorinn og dáleiðandinn Dr. Edwin Yager, sem starfar við læknadeild



Dr. Edwin Yager er prófessor í sálfræði við háskóla í Kaliforníu. Hann er höfundur Subliminal Therapy/Yagerian method sem á íslensku kallast „Hugurinn virkjaður til lækninga“.



Roy Hunter er einn af þekktari dáleiðendum Bandaríkjanna. Hann er aðalhöfundur námskeiðsins sem Dáleiðsluskóli Íslands kennir og höfundur bókarinnar Listin að dáleiða.

University of California í San Diego.

Með þessari aðferð er innsæið eða kjarni dáleiðsluþegans fenginn til að vinna með innri þætti hugans. Þættirnir hafa almennt eingöngu þær upplýsingar sem voru til staðar þegar þeir urðu til. Þegar starf þeirra er ekki lengur í takt við líf og þarfir einstaklingsins getur kjarninn endurforritað þá miðað við núverandi óskir og þarfir dáleiðsluþegans. Farið er yfir kenningar Dr. Yagers um uppbyggingu undirvitundarinnar og ferli meðferðarinnar útskýrt. Kennt verður á íslensku og námsefni verður á íslensku.

Heimasíða Dáleiðsluskóla Íslands er daleidsla.is. Síminn er 499 3666.

HVAÐ ER HÆGT AÐ GERA MEÐ DÁLEIÐSLUMEÐFERÐ?

Það er hægt að ná ótrúlegum árangri með dáleiðslu. T.d. virkar hún afar vel til að draga úr kvíða og áhyggjum og til að auka einbeitingu, losna við fælni (fóbíur), eyða „tannlækna“- og sprautuhræðslu, bæta svefn o.s.frv.

- Hægt að lina sársauka og jafnvel að skera upp sársaukalaust án deyfilyfja.
- Hægt er að undirbúa sjúklinga fyrir aðgerðir þannig að þær gangi betur og bati á eftir verði hraðari og betri. Einnig til að eyða ótta og kvíða við læknaaðgerðir.
- Hægt er að undirbúa konur fyrir fæðingu þannig að hún gangi vel og án verkjalyfja.
- Dáleiðsla er mikið notuð til að hætta að reykja, léttast, við þunglyndi, til auka sjálfstraust og bæta árangur í íþróttum svo fátt eitt sé talið.
- Með dáleiðslumeðferð er hægt að losna undan áhrifum áfalla og stórbæta líf þeirra sem þannig þjást.
- Einnig hefur oft náðst árangur við vefjagigt, ófrjósemi og órólegum ristli (Irritable Bowel Syndrome).

Verður þú á næstu útskriftarmynd Dáleiðsluskóla Íslands?

Næsta námskeið hefst 18. september



Dáleiðsla.is

VIÐHORF TIL DÁLEIÐSLU

- Viðhorf Íslendinga til dáleiðslu hefur gjörbreyst á skömmum tíma. Fyrstu dáleiðslunámskeiðin á Íslandi í áratugi voru haldin 2011. Nú hafa rúmlega 200 manns lært dáleiðslu og þúsundir hafa upplifað dáleiðslumeðferð. Viðhorf til dáleiðslu hefur breyst mjög mikið.
- Í upphafi var viðhorfið almennt það að dáleiðsla væri bara sýnd á sviði og þar gert lítið úr fólki og það látið verða sér til skammar. Oft kom fyrir að fólk forðaðist að horfa í augun á nýútskrifuðum dáleiðslutæknum og lagði jafnvel á flotta þegar það frétti að viðkomandi hefði lært dáleiðslu.
- Í dag starfa dáleiðslutækna víða í þjóðfélaginu og fólk er óhrætt við að nýta sér þjónustu þeirra.
- Dáleiðslutækna starfa á Reykjalundi, Grensásdeild Landspítalans, HNLFI í Hveragerði, á mörgum deildum Landspítalans, í skólunum, sem iðjubjálfar, sem sjúkrapjálfar og íþróttbjálfarar auk þeirra sem starfa sjálfstætt sem dáleiðslutækna.
- Í hópnun eru kennarar, hjúkrunarfræðingar, tannlækna, iðjubjálfar, lækna, nuddara, sjúkrapjálfar o.fl.
- Auk þess hafa margir lært dáleiðslu til að styrkja fjölskyldur sínar. Ekki má svo gleyma því að sjálfsdáleiðsla er öflugt tæki til að bæta eigin líðan.

Tíu skref til að lifa lífinu lifandi

Þórhallur Heimisson prestur opnar í haust ráðgjafar- og fræðslumiðstöðina Fortuna en hann hefur staðið fyrir samskiptanámskeiðum bæði fyrir hjón og fyrirtæki í hartnær tvo áratugi. Námskeiðin hefjast í september.

Í september næstkomandi tekur til starfa Ráðgjafar- og fræðslumiðstöðin Fortuna sem mun bjóða upp á námskeið, samtöl og fræðslu af fjölbreyttu tagi fyrir einstaklinga, fjölskyldur og hópa um land allt. Þórhallur Heimisson prestur hefur áratuga reynslu af slíku starfi en hann hefur staðið fyrir því í tæp tuttugu ár.

„Frá því 1996 hef ég verið með tvíþætta hjónaráðgjöf um land allt, bæði hjónanámskeið og viðtöl. Upp undir sjö þúsund þör höfðu sótt hjónanámskeiðin þegar ég tók mér hlé og flutti til Svíþjóðar árið 2012,“ segir Þórhallur. „Þar sem ég hef verið að fá nokkuð stöðugan straum fyrirspurna um námskeiðin og ráðgjöfina á meðan ég hef verið úti þá ákvað ég að opna þessa ráðgjafarstöð til að halda utan um starfsemi. Ég verð bæði með viðtöl í Reykjavík og á Akureyri svo þjónustan verður aðgengileg fleirum.“

Hjálpar fólki að finna ástina að nýju

Námskeiðin eru hugsuð fyrir þau sem langar til að bæta tengslin við makann og að sögn Þórhalls er alls ekki nauðsynlegt að vera á barmi skilnaðar til að taka þátt. Þórhallur segist sjá ákveðin mynstur í því hvað fólk er að kljást við í samböndum sínum. „Gegnum árin virðist það sama gerast hjá allt of mörgum, mishratt. Fólk kynnist og verður ástfangið en svo glepur svo margt í lífinu, vinnan og börnin og peningamálin og ræktin og allt mögulegt annað er sett í forgang, en sambandið látið mæta afgangi. Sem aftur verður til þess að það er eins og fólk tapi áttum í ástinni. Einn góðan veðurdag vaknar fólk upp við að þau þekkjast varla lengur“ segir Þórhallur og bætir við að inn í þetta blandist svo ýmislegt eins og áfengisneysla, framhjáald og allt mögulegt sem fólk leitar í til að bæta sér upp það sem því finnst vanta heima. „Alveg þangað til fólk vaknar upp við að það er kannski ekkert eftir af sambandinu sem til var stofnað upp úr ást.“

Þórhallur segir námskeiðin og viðtölin snúast um að hjálpa fólki til að finna ástina að nýju, setja sambandið í forgang. „Þessa ást sem er þarna einhvers staðar en búið er að grafa svo mikla vitleysu yfir. Hver og einn þarf sínar aðferðir og ég reyni að hjálpa fólki að grafa sig í gegnum þetta. Og svo auðvitað að forðast að lenda aftur í sama fari.“

„Hjónanámskeiðin eru fyrir unga og gamla, gifta og í sambúð og alla bara. Verkefni eru þannig að hver vinnur þau fyrir sig eftir því hvar hann eða hún er staddur eða stödd í sínu sambandi.“ Að námskeiðinu loknu fá þátttakendur sjö vikna heimaverkefni og svo stendur þörunum til boða að koma í viðtöl ef þess er talin þörf þar sem farið er dýpra í mál enda þá vandamálin kannski orðin al-



Þórhallur Heimisson prestur hjálpar fólki að grafa upp ástina undan hversdagsleikanum.

varlegri. Fyrsta hjónanámskeið haustsins verður í safnaðarheimili Hafnarfjarðarkirkju 14. október.

Að ná árangri með jákvæðni

Þessi aðferðafræði hefur þróast yfir í námskeið fyrir hópa til að bæta samskiptin, efla félagsandann og styrkja einstaklinginn í lífi og starfi. Fortuna býður í haust fyrirtækjum, skólum, starfsmannahópum og félagasamtökum upp á tvö námskeið sem hafa þetta að markmiði.

„Tíu skref til að lifa lífinu lifandi“ er stutt námskeið sem hentar vel á fræðslufundi. Á námskeiðinu er fjallað með margs konar dæmum um samskipti, heilsuna, líkamsrækt og andlega rækt og lífsgleðina. En fyrst og fremst er leitast við að opna augu þátttakenda fyrir nauðsyn þess að takast á við sjálfan sig og horfa til þess sem mestu skiptir í lífinu.

„Að ná árangri – með jákvæðni“ er lengra námskeið sem tekur hálfan til heilan dag. Þar er fjallað um líðan starfsmanna, árangur, ábyrgð, átök og deilur á vinnustað og hvernig hægt er að breyta um stefnu með samstilltu átaki.

Bæði námskeiðin hafa verið haldin víða á Íslandi og í Svíþjóð. „Ég er að hjálpa hópnum að forgangsraða og finna hvað það er sem gerir þau jákvæð og sterk sem heild,“ segir Þórhallur. Svo segi ég

„Alveg þangað til að fólk vaknar upp við að það er kannski ekkert eftir af sambandinu sem var stofnað til upp úr ást.“

átakafælninni stríð á hendur. Það þýðir ekkert að hengja bara upp broskalla þegar vandamál koma upp. Við verðum að læra að gagnrýna á jákvæðan hátt og takast á við vandamálin.“

Allir velkomnir óháð trúarskoðun

Þórhallur hefur unnið sem prestur árum saman með ráðgjafarstörfunum. „Það má segja að ég sé að fást við ráðgjöfina sem kristinn maður sem trúir því að við séum öll dýrmæt og einstök börn Guðs. Þetta eru þau kristnu gildi sem ég hef sjálfur með mér. En það eru allir velkomnir á námskeiðin og í ráðgjöfina, það skiptir mig engu máli hvort fólk trúir og þá á hvað.“

Ef fólk vill fá nánari upplýsingar um námskeiðin eða viðtölin er hægt að hafa samband við Þórhall Heimisson á netfanginu thorrhallur33@gmail.com og í síma 8917562.



Mörgum foreldrum finnst erfitt að eiga eftir heimanám barnanna á kvöldin eftir annasaman dag í vinnunni.

Heimanám barna stressar foreldra

Það styttist í að skólinn hefjist og nýjar kröfur taka við, það er heimalærdómurinn. Fyrir marga foreldra er heimanám barnanna streituvaldandi og kvíðvænlegt verkefni.

Foreldrar eiga að geta gert allt, segir sænskur barnasálfræðingur, Anneli Gyllenberg Lundh, í viðtali við Expressen. Eftir að hafa unnið úti allan daginn koma foreldrar og börn heim en þá er heimanámin barnanna eftir. Það skapar ákveðna angist hjá mörgum foreldrum. Í Svíþjóð eru gefnar út allnokkrar handbækur um það hvernig eigi að hjálpa barninu með heimalærdóminn. Oft telja foreldrar sig þurfa að hressa upp á eigin kunnáttu til að geta aðstoðað börnin. Hins vegar telur barnasálfræðingurinn að það sé hollt fyrir börn að sjá að fullorðin fólk kann ekki allt. Sumir eru svo metnaðarfullir að þeir fara á sérstök námskeið til að kynna sér námsefni barnanna betur.

Það getur verið sérstaklega erfitt fyrir einhleypa foreldra að sinna þessu verkefni, einum ef börnin eru fleiri en eitt. Einstæð þriggja barna móðir sem rætt er við í blaðinu telur allt of mikla ábyrgð setta á foreldra með heimanámið. „Skólinn ætti sjálfur að bjóða upp á þessa yfirferð. Foreldrar þurfa að útskýra verkefni sem þeir sjálfir eru ekki mikið inn í og það getur tekið langan tíma. Öll kvöld fara í lærdóm,“ segir þessa einstæða móðir.

Sálfræðingurinn bendir á að fólk eigi ekki að sitja lengi yfir heimalærdómi, það geti skapað átök á milli barna og foreldra. Börn sem hafa verið á frístundaheimili eftir skóla og koma seint heim eru þreytt eftir daginn. Best

Foreldrar þurfa að útskýra verkefni sem þeir sjálfir eru ekki mikið inn í og það getur tekið langan tíma. Öll kvöld fara í lærdóm.

væri ef hægt væri að gera heima-

verkefni í frístundaheimilinu.

Hér á landi er mismunandi

eftir skólum hversu heimanámið er mikið.

Nýlega var sett af stað rannsókn hjá Karolinska Institutet í Svíþjóð þar sem foreldrar 20 barna á aldrinum 10-16 ára læra hvernig þeir eiga að auka áhuga barnsins á heimanámi og hvaða áhrif það hefur. Foreldrum var skipt í tvo hópa og taka þátt í ýmsum æfingum. Foreldrar voru sammála um að langur og neikvæður tími færi í það daglega að fá barnið til að setjast niður til að læra. Martin Forster sálfræðingur sem leiddi rannsóknina telur ekki uppbyggjandi að reiði sé tengd heimanáminu en foreldrar verða oft pirraðir yfir því hve erfitt getur verið að fá börnin að lærdómsborðinu.

Rannsókn Karolinska á að byggja foreldra undir að aðstoða börn sín við heimaverkefni og auka áhuga þeirra á því. Í haust verður unnin skýrsla um þessa rannsókn og frekari niðurstöður birtar síðar.



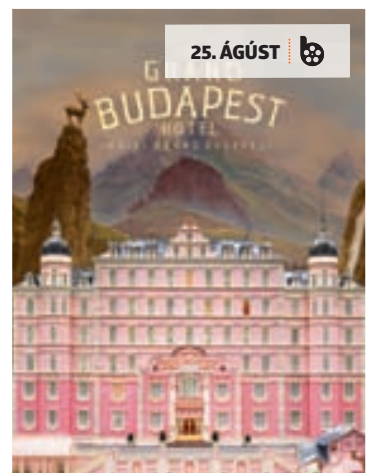
HEFST 27. ÁGÚST



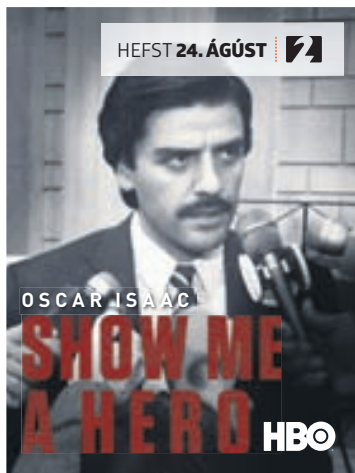
HEFST 13. ÁGÚST



HEFST 9. ÁGÚST



25. ÁGÚST

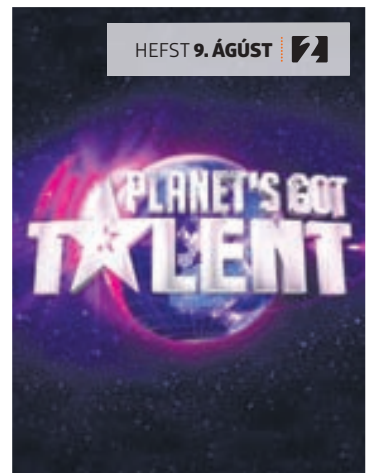


HEFST 24. ÁGÚST

OSCAR ISAAC
SHOW ME A HERO
HBO



HEFST 17. ÁGÚST



HEFST 9. ÁGÚST

MARAFON

Taktu maraþon af **Breaking Bad** eða **Mad Men**. Á Stöð 2 Maraþon eru meira en 800 klst. af sjónvarpsefni, úrvals seríum.

MÁNUDAGA

ORANGE IS THE NEW BLACK

HEFST 30. ÁGÚST

Á UPPLEIÐ

HEFST 26. ÁGÚST

LÝÐVELDIÐ
Rómantik

ALLA DAGA

LAZY TOWN

ÞRIÐJUDAGA

FRANK

SUNNUDAGA

RIZZOLI & ISLES

MÍÐVIKUDAGA

THE MYSTERIES OF LAURA

SUNNUDAGA

24

MÁNUDAGA

SUITS

ÞRIÐJUDAGA

EMPIRE

SUNNUDAGA

THE THIRD EYE

Allt það besta hjá 365



ENDALAUST TAL OG 10 GB Á 3.990 KR.*

Færðu farsímann yfir til 365 og fáðu allt þetta frábæra sjónvarpsefni á fáránlega góðu verði. Nýir íslenskir og erlendir þættir í bland við kvikmyndir í sérflokki. Tryggðu þér áskrift núna á 365.is eða í síma 1817.

SKEMMTIPAKKINN

Með Skemmtipakkanum fylgja sex sjónvarpsstöðvar, GSM, internet, heimasími, Stöð 2 Maraþon og aðild að Vild.

©2015 Home Box Office, Inc. All rights reserved. HBO® and all related programs are the property of Home Box Office, Inc.



9.290 kr.
Aðeins 310 kr. á dag



*Gildir fyrir áskrifendur í tilboðspökkum 365. Nánari upplýsingar á 365.is.

tl.is

TÖLVU LISTINN

FARTÖLVUR FYRIR

HAGKVÆMSTA
INTEL I5



ASUS

ASU-F554LAX0736H

Ótrúlegt verð fyrir 15,6" fartölvu með Intel i5 Haswell örgjörva og Intel HD 4400 skjá korti, 4GB vinnsluminni og 500GB hörðum disk.

INTEL I5 ÖRGJÖRVI

4GB VINNSLUMINNI

15,6" SKJÁR

500GB DISKUR

99.995



SVÖRT
OG HVÍT

47.995

ASUS

ÓTRÚLEGT SKÓLAVERÐ!

ASU-X453MABINGW225B & ASU-X453MABINGW225B

14" fartölva sem hentar í alla hefðbundna tölvuvinnslu með Intel örgjörva, Intel HD skjá korti og 500GB hörðum disk. 12.000 króna skólaafsláttur frá 59.995. Fáanleg svört og hvít.

INTEL ÖRGJÖRVI

500GB DISKUR

INTEL HD SKJÁKORT

14" SKJÁR

TOSHIBA
3 ÁRA
ÁBYRÐ
TOSHIBA

ÞETTU VÍÐ ÁRS ÁBYRÐ Á
TOSHIBA

FYRIR AÐEINS 4.995,-



94.995

TOSHIBA

QUAD CORE MEÐ R5

TOS-L500B17

Glæsilega gyllt 15,6" fartölva með A4 örgjörva, 8GB vinnsluminni og 750GB hörðum disk. Mjög öflugt 2GB AMD Radeon R5 skjá kort fyrir leikina og betri grafik í myndböndum.

Quad Core A4 ÖRGJÖRVI

8GB VINNSLUMINNI

750GB DISKUR

2GB AMD Radeon R5 M230 SKJÁKORT

ASUS

FYRSTU 50 STK. Á 54.995!

ASU-F554MVBINGSK42S

Þessi fer hratt og er ein vinsælasta skólatölvan okkar. Traust og flott hönnuð tölva fyrir alla hefðbundna tölvuvinnslu.

INTEL ÖRGJÖRVI

4GB VINNSLUMINNI

500GB DISKUR

15,6" SKJÁR

54.995



104.995

TOSHIBA

SSD OG INTEL I3

TOS-L50B212

SSD diskurinn gerir gæfumun í hraða í samvinnu við kröftugan Intel i3 Haswell örgjörva. Glæsileg hönnun og Skullcandy vottaðir hátalarar með DTS.

INTEL I3 ÖRGJÖRVI

4GB VINNSLUMINNI

15,6" SKJÁR

128GB SSD DISKUR

TÖLVULISTINN

Heimilistæki

0% VEXTIR Í ALLT AÐ 12 MÁNUÐI

SKÓLANN Á LÆGRA VERÐI!

TOSHIBA

TOS-L50B2FT

Nýjasti og hraðasti Intel i7 örgjörvinn á markaðnum. Öflugt Radeon R7 M260 skjákort sem hentar sérstaklega í grafiska vinnu og leikjaspilun.

Intel i7 5. KYNSLÓÐ DTS HLJÓMUR 1TB DISKUR Radeon R7 M260 SKJÁKORT

Allar fartölvurnar koma með Windows 10!

169.995

INTEL I7
5. KYNSLÓÐ



79.995

TOSHIBA EIN BESTU KAUPIN!

Frábær kostur fyrir þá sem vilja 15,6" fartölvu með Intel örgjörva og miklu gagnaplássi fyrir bíómyndirnar, þættina og tónlistina. Sterkbyggð og traust.

INTEL ÖRGJÖRVI 4GB VINNSLUMINNI 1TB DISKUR 15,6" SKJÁR

TOSHIBA
3 ÁRA
ÁBYRGÐ
TOSHIBA

BÆTTU VIÐ ÁRS ÁBYRGÐ Á
TOSHIBA
FYRIR AÐEINS 4.995,-



109.995

TOSHIBA 256GB SSD OG QUAD CORE A6

Samspil fjögurra kjarna A6 örgörva, 256GB SSD disks og 6GB vinnsluminnis. Radeon R4 skjákjarni fyrir þá sem gera kröfu um öfluga grafiska vinnslu.

A6 ÖRGJÖRVI 6GB VINNSLUMINNI 256GB SSD DISKUR Radeon R4 SKJÁKJARNI

TOSHIBA
3 ÁRA
ÁBYRGÐ
TOSHIBA

BÆTTU VIÐ ÁRS ÁBYRGÐ Á
TOSHIBA
FYRIR AÐEINS 4.995,-

256GB SSD
OG A6



SVÖRT
OG HVÍT

89.995

acer V3 Á DÚNDURVERÐI!

Ótrúlega mikið fyrir peninginn. Intel Pentium örgjörvi, 8GB vinnsluminni og 120GB SSD diskur sem gerir hana hraðvirkari. Allt að 7 tíma rafhlöðuending. Kemur í svörtu og hvítu.

INTEL Pentium 8GB VINNSLUMINNI 120GB SSDISKUR 13,3" SKJÁR



INTEL I5
5. KYNSLÓÐ

139.995

ASUS 5. KYNSLÓÐ INTEL I5

Hágæða 13,3" fartölva með nýjstu og hröðustu gerð af Intel i5 örgjörvanum auk nýja Intel HD 5500 skjákortinu. Hröð vinnsla með 128GB SSD og 8GB vinnsluminnis.

Intel i5 ÖRGJÖRVI 8GB VINNSLUMINNI 128GB SSD DISKUR Intel HD 5500 SKJÁKORT

UPPFÆRSLUTILBOÐ!
MEÐ INNIFALINNI VINNU VIÐ ÍSETNINGU.

X2 4 GB í 8GB
kr. 7.995

X4 2 GB í 8GB
kr. 12.995

UPPFÆRÐU Í SSD!

GERÐU TÖLVUNA ÞÍNA OFURHRAÐVIRKA MEÐ CORSAIR SSD DISKUM.

240GB OG ÍSETNING
29.995

120GB OG ÍSETNING
19.995



ÚT MEÐ YFIRSTRÍKUNARPENNA

Nú setjast margir á skólabeck og því ekki úr vegi að leggja til nokkrar góðar námstækniðferðir.

■ Fáðu reglulegan svefn. Að missa úr eina nótt getur haft áhrif á minni og rökhugsun í allt að fjóra daga. Það er heldur ekki talið ráðlegt að vaka alla nóttina fyrir próf því tölfraeðin sýnir að þeir sem vaka alla nóttina fyrir próf fá yfirleitt verri einkunnir en þeir sem sofa á sitt græna eyra.

■ Æfingin skapar vissulega meistaran en fólk getur einnig lært með því að fylgjast með öðrum. Rannsóknir sýna að það að fylgjast með öðrum framkvæma eitthvað setur af stað hermivirkni í heilanum. Það er því tilraunarinnar virði að horfa á einhvern lesa bókina sem þú átt að vera að lesa.

■ Yfirstríkunarpennar skila ekki tilætluðum árangri. Þegar stríkað er yfir mikilvæg atriði fer samhengi oft forgörðum. Námsbækur eru yfirleitt ekki skrifaðar tilviljunarkennt heldur mat einhver sem svo að hvert orð væri nauðsyn.

■ Ekki koma þér of vel fyrir á bókasafninu. Rannsóknir sýna að fólk lærir betur þegar það skiptir um umhverfi í próflestri, sérstaklega í undirbúningi fyrir eitt og sama prófið. Það er þannig ekki gagnlegt að eiga sér einn námsstað en betra að nema nýjar námslendur. Og fullt til af góðum kaffihúsum.

■ Ráðlegt er að standa upp og hoppa eða ganga í svona fimm mínútur af hverjum klukkutíma þegar rýnt er í námsbækurnar. Það eykur blóðflæði til heilans og tilbreytingin kemur í veg fyrir leiðindastöðnun.

■ Til að bæta námsárangur er ráðlegt að læra nýtt tungumál. Það stækkar mikilvæg svæði í heilanum sem hafa með nám og söfnun upplýsinga að gera. Það sama er uppi á teningnum með tónlistarnám.



Í skólann með lúxustöskur

Mikil umræða skapaðist um skólatöskur stúlkna á framhaldsskólastigi fyrir á þessu ári í Noregi. Stelpurnar ganga ekki lengur um með venjulegar skólatuðrur heldur hanga lúxushandtöskur á borð við Louis Vuitton, Mulberry og Michael Kors, á öxlum þeirra. Töskur sem kosta tugi þúsunda. Umræðan kom upp í kjölfar fréttu í norska sjónvarpinu um að matvöruverslun við Sandefjord óskaði eftir að skólafólk setti töskurnar sínar í geymslu áður en það færi inn að versla. Það var gert vegna aukins þjófnaðar í versluninni.

Ungu stúlkurnar með dýru hönnunarveskin þverneituðu að leggja frá sér lúxustöskurnar. Þetta voru unglingsstúlkur niður í 15 ára. „Að stúlkurnar vilji ekki afhenda rándýrar lúxustöskur er skiljanlegt,“ sagði í fréttinni. „En að ungar skólastelpur gangi um með slíkar töskur í skólann er óskiljanlegt. Þarf virkilega rándýra lúxustösku til að bera skólabækur?“ var spurt. Efnaminni foreldrar létu sömu leiðis hneykslun í ljós þar sem venjuleg skólataska sem kostar 15-20 þúsund getur verið þeim ofviða að kaupa. Dæmi eru um að skólastúlkur gangi um með hönnunarveski sem kosta 150 þúsund krónur.



Stelpur Strákar

Vertu með í vetur!

Innritun fyrir haustönn stendur yfir á www.jsb.is

FRAMHALDSNEMENDUR OG NÝNEMAR

Jazzballett

- Skemmtilegt og fjölbreytt dansnám fyrir stelpur og stráka frá 6 ára aldri
- Í boði eru byrjenda- og framhaldshópar á aldrinum 6-7 ára, 8-9 ára, 10-12 ára, 13-15 ára og 16+
- Uppbyggileg dansþjálfun sem veitir nemendum útrás fyrir dans- og sköpunargleði
- Allir nemendur taka þátt í glæsilegri nemendasýningu í Borgarleikhúsinu á vorönn.

Dansstudio JSB 20+

- Jazz- og nútímadans fyrir 20 ára og eldri
- Varst þú í jazzballett á þínum yngri árum og langar að halda áfram að dansa?
- Fjölbreytt og skemmtilegt 12 vikna dansnámskeið fyrir byrjendur og lengra komna
- Bónus - Frír og ótakmarkaður aðgangur að tækjasal og í opna líkamsræktartíma hjá JSB á meðan á námskeiðinu stendur.



Forskóli fyrir 3-5 ára

Skemmtilegt og þroskandi dansnám fyrir börn á aldrinum 3-5 ára. Dansgleði og hreyfifærni nemenda virkjuð í gegnum dans og leiki. Kennt er 1x í viku.

Nám og kennsla

Danslistarskóli JSB er viðurkenndur af menntamálaráðuneytinu sem listdanskóli á grunn- og framhaldsskólastigi. Nánari upplýsingar um nám við skólann er að finna á www.jsb.is undir Danslistarskóli JSB.

Kennslustaðir:

- Danslistarskóli JSB í Reykjavík, Lágmúla 9 og Laugardalshöll.

Kennsla hefst 2. september

Rafræn skráning er á www.jsb.is, nánari upplýsingar í síma 581 3730



Danslistarskóli JSB er samstarfsaðili að Fristundakorti Reykjavíkurborgar



Viltu gerast vinur JSB? Danslistarskóli JSB er á facebook



DANSLISTARSKÓLI

Ný Sending af haustvörum

20% afsláttur



Skokkur st. 38-46 áður 14.990
nú **11.990 kr.**



Skokkur st. 38-46 áður 14.990
nú **11.990 kr.**



Kjöll st. 38-44 áður 14.990
nú **11.990 kr.**



Túkikka st. 40-46 áður 11.990
nú **9.590 kr.**



Túnikka ein st. áður 9.990
Verð **7.990 kr.**



Túkikka st. 40-46 áður 11.990
nú **9.590 kr.**



Mussa st. 42-50 áður 9.990
nú **7.990 kr.**



Kósýbuxur st. s/m, m/l, l/xl
Verð **3.990 kr.**



Peysur st. s/m, m/l, áður 9.990
nú **6.990 kr.**



Laugaveg 54,
sími: 552 5201

Fleiri myndir á Facebook 



Einstök eign í Garðabæ

Til sölu er þetta einbýli sem stendur á 5.000 m² eignarlóð með miklum trjágróðri, stórum grasflötum og fallegum hraunjaðri. Stærð hússins er 165 m² og bílskúrs 48 m², samtals 213 m². Sólþallur, heitur pottur á einstökum stað og garðhús. Mörg bílastæði og hiti undir hlöðnu plani og heimreið að húsi. Tvær stofur, fjögur svefnherbergi, stórt bað, gestabað og stórt eldhús. Eignin er að Hraunhólum 8 í Garðabæ.

Jafn stórt einbýli að Hraunhólum 6 er einnig til sölu á jafn stórra lóð - kjörið tækifæri fyrir verkta!

Verð 62 milljónir

Upplýsingar: 899 2005 / finnurori@gmail.com

Myndir: <https://www.facebook.com/finnurori.thorlacius>



AFSLAPPAÐUR STÍLL AVANS JOGIA

FLOTTUR Í TAUINU Leikarinn Avan Tudor Jógia þykir hafa flottan stíl. Hann segist forðast tískutrendin og vill helst skapa sér sinn eigin stíl.

Leikarinn Avan Tudor Jógia þykir hafa flottan stíl. Hann segist hrifinn af fötum með sögu og reyna að forðast nýjustu trendin sem allir klæðist. Hann vilji skapa sér sinn eigin stíl og versli helst í vintage-búðum. Þá sé hann glysgjarn með eindæmum og eigi fullar skúffur af armböndum, hringum og festum.

Frægðarsól Jógia tók að skína árið 2006 þegar hann lék í myndinni A Girl Like Me: The Gwen Araujo Story en Jógia er fæddur árið 1992. Hann hefur þegar leikið í 12 kvikmyndum og nokkrum sjónvarpsþáttaseríum og var tilnefndur til Teen Choice Awards fyrir hlutverk sitt í þáttunum Twisted árin

2013 og 14. Nýjasta verkefni Jógia er sjónvarpsþættirnir Tut.

Jógia vermir gjarnan áhorfendapallana á tískusýningum og til hans sást meðal annars í herratískuvíkunni í New York í sumar.

Í viðtali við tímaritið Interwiev Magazine – Youth Wave Issue, sagðist hann hafa gerst leikari til þess að geta upplifað mörg hlutverk: „Börnum er sagt að þau geti orðið allt sem þau vilja, en það er ekki satt. Maður getur bara orðið eitthvað eitt. Ég var alltaf ósáttur við það, en hugsaði með mér að ef ég yrði leikari gæti ég fengið að „vera“ margt.“



SVALUR Avan Tudor Jógia segist vilja skapa sér eigin stíl og forðast að elta tískutrendin. Hann sé glysgjarn með eindæmum og vilji helst kaupa föt í second-hand búðum.



40.000



fréttabyrstir notendur

Smelltu þér á Fréttablaðsappið og lestu blaðið hvar sem er og hvenær sem er.

Fáðu Fréttablaðið ókeypis í spjaldtölvuna og snjallsímann með Fréttablaðsappinu.

Nálgastu appið á visir.is/fbl eða beint í gegnum:

Download on the App Store | Download from Windows Store | Google play



FRÉTTABLAÐIÐ

Haust 2015



Blússa 12.900 kr.-
Peysa 12.900 kr.-
Boyfriend buxur 13.900 kr.-
S-M-L Litir:
beige, blár, kaki, svartur, grár



Blússa 12.900 kr.-
Peysa 9.900 kr.-
Litir:
grátt og svart


COSMO
Kringlunni

Óskast keypt

KAUPUM GULL - JÓN & ÓSKAR

Kaupum gull til að smíða úr. Spörum gjaldreyri. Heiðarleg viðskipti. Aðeins í verslun okkar Laugavegi 61.

Jón og Óskar - jonogoskar.is s. 552-4910.

Sjónvarp

Sjónvarps/videovíðgerðir. Afsl. til elli/örýrkja. Sækjum. Litsýn - Síðumúli 35. - S. 552 7095.

Til bygginga

TIL SÖLU

28m Terex Comedill byggingakrani frá 2007,

álflakamat 40 lengdametra í tvöföldu birði auk fylgihluta undir sláttarstöðir og fleira.

Uppl. í s. 893 9777

Verslun



ÚTSALA - ÚTSALA

25% afsláttur af öllum vörum á meðan birgðir endast. Allar vinsælustu unaðsvörurnar. Fá sent eða sækja Netgír, greiðslukort, millifærsla www.hush.is

HEILSA

Nudd

TANTRA NUDD

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

SKÓLAR & NÁMSKEIÐ

Ökukennsla

Ökukennsla, aðstoð við endurtökupróf og akstursmat. S. 893 1560 og 587 0102, Páll Andrésson.

HÚSNÆÐI

Húsnæði í boði

TIL LEIGU AÐEINS Á AÐEINS 950 KR FM!

129 - 280 fm bil með allt að 10 m lofthæð, stórar innkeryrsluhurðir, góð malbikuð lóð, og greið aðkoma.

www.lundurfasteignir.is

S. 690 3031 / 661 7000

WWW.LEIGUHERBERGI.IS

Dalshraun 13 Hafnarfirði

Funahöfða 17a-19, Reykjavík

Smíðjuvegi 68-72 Kópavogi

VERÐ FRÁ 55.000 á mán. Rent a room price from 55.000 kr. per month.

gsm 777 1313

leiga@leiguherbergi.is

Stúdíóbúð í Mörkinni / Vogahv. ca 40 fm. V. 92þ. Eldri en 30 ára, barnlaus. f. reglus. einstakl. S. 898 7868 milli kl. 13-16.

Geymsluhúsnæði

GEYMSLUR.COM

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

FYRSTI MÁNUÐUR FRÍR WWW.GEYMSLAEITT.IS

Og ódýrt eftir það. Stærðir 1 til 17 m2. Nýtt, upphitað og vaktað. S: 564-6500

WWW.BUSLODAGEYMSLA.IS

Búslóðageymsla Olivers frá 3000 kr mán. Langtímasamningur í boði. S. 567 4046 & 892 0808.

SUMARTILBOÐ

GEYMSLULAUSNIR.IS Verð frá 2900kr.mán Sækjum og sendum. S: 615-5005

ATVINNA

Atvinna í boði

Óskum eftir vönum dekkjamanni á hjólbarda- og verkstæði. Umsóknir á staðnum eða í síma 568-3080 Barðinn Skútvogvi 2

HEILDSALA: Starfsfólk óskast í afgreiðslu o.fl. í heildsölu Rvk. Þarf að tala íslensku. Umsóknir sendist til thjonusta@365.is merkt „heildsala“

GULLNESTI GRAFARVOGI

óskar eftir rökum íslenskumælandi starfskrafti í vinnu frá kl 12-18 virka daga.

Upplýsingar í síma 898-9705 Daði

ÓLATUR ÓSKAST.

Bindir & stál ehf. óskar eftir að ráða rökun og samvisskusaman starfsmann til fjölbreyttra starfa svo sem útkeyrslu, framleiðslu á íhlutum til mannvirkjagerðar, viðgerðum á smáverkfærum afgreiðslu á vörum til viðskiptavina o.fl. Viðkomandi þarf ekki að vera lærður á bossann en má vera það sé hann óserhífinn og óhræddur við að óhreinka sig við störf sín.

Stundvísi, reglusemi og heilbrigð skynsemi er nauðsynleg í þessu starfi auk þess sem krafa er gerð um að viðkomandi hafi fullt vald á íslensku tungu. Einhver tölvukunnátta kemur sér vel en tölvufíkn illa. Framtíðarstarf fyrir réttan aðila fyrir laun í samræmi við verðmæti vinnuframlags.

Umsóknir sendist á bindir@simnet.is merkt Atvinnuumsókn ásamt upplýsingum um fyrri störf og umsagnaraðila fyrir 20. ágúst 2015. Ráðning verður sem fyrst og helst ekki síðar en 1. september 2015. Öllum umsóknum verður svarað þegar ráðning liggur fyrir.

Starfsfólk óskast í þríf hjá ferðaþjónustu á Suðurlandi. Einnig vantar mann í gríðingarvinnu og ýmiss önnur störf og einnig vanan mann við aðstoð í elshúsi. www.horgsland.is Uppl. í s. 894 9249

VIÐHALD
fasteignaviðgerðir
Gerum þetta við okkur húsnæðismunurum og byggisvæðingum í byggjavinnu
Eðri umsóknir óskast endurgjafir
Uppl. í síma 0211994, umsóknir sendist á hreidar@vidhald.is
Sími 567 6699
vidhald@vidhald.is
www.vidhald.is



MOSFELLSBAKARÍ - MOSFELLSBÆ OG RVK.

Óskum eftir þjónustulunduðu, hressu og samvisskusömu fólki til að vinna með okkur í verslunum okkar í Mosfellsbæ og Reykjavík. Vinnutími er frá 13:00 - 18:30 virka daga og aðra hverja helgi annann daginn. Umsækjendur þurfa að tala góða íslensku.

Umsóknareyðublöð er hægt að nálgast á netinu. Slóðin er www.mosfellsbakari.is/atvinnu-umsokn/

Verkamenn óskast við hellulagnir og fl. Góð laun í boði, uppl. í s.899-1335

Gröfumenn óskast Litlar gröfur. Góð laun í boði, uppl. í s.899-1335

Veitingahús í Hafnarfirði óskar eftir starfsfólki í sal, hlutastarf. Uppl. í s. 822 5229.

Vantar vana pappalagningamenn eða byggingaverkamenn. Uppl. í s. 896 4947 & 869 6442. Hamraborg ehf.

ÞJÓNAR ÓSKAST
Caruso veitingarhús óskar eftir faglærðum þjónum og/eða mjög vönu fólki helst 20ára og eldri í aukvinnu á kvöldin og um helgar.
Uppl. gefur Heiðar veitingarstjóri í síma 562-7335 eða á caruso@caruso.is



Söluturninn Jolli í Hafnarfirði óskar eftir að ráða einstaklinga í full starf sem og kvöld og helgarvinnu. Einungis duglegt, áreiðanlegt og samvisskusamt fólk kemur til greina. Aðeins 18 ára og eldri. Umsóknareyðublöð fást á staðnum. Allar upplýsingar veitir Líney í síma 565-4990 milli klukkan 08-16 alla virka daga.

Óskum eftir að ráða verkamenn og múrara sem fyrst. Uppl. sendist á: murogradgjof@gmail.com

FYRIR AÐSTOÐ INNANLANDS
gjofsemgefur.is
907 2002
Hjálparstarf kirkjunnar

Þjónustuauglýsingar Sími 512 5407

Geymsluskúrar / gestahús til sölu

- Þrjár stærðir 7,5/9,5/14,9 fm.
- Veggjagrind út 45x95 timbri.
- Pappi og bástúal á þaki.
- Rofar og tenglar IP44 rakaheldnir.
- Skúrar sem þola veður og vinda.

Nánari upplis; reisum@simnet.is eða s. 899 0913 Fríða, www.reisum.is

XPRENT - hönnun og merkingar
meira en 40 hulstur í boði!

ER SÍMINN ÞINN ÓVARINN?
Fáðu þér hulstur með persónulegri mynd!

PRENTUN HÖNNUN MERKINGAR SKILTAGERÐ XPRENT.IS
Sundaborg 1 - 104 Reykjavík - Sími: 777 2700 - xprent@xprent.is

Dáleiðsla
Hætta að reykja, betri svefn, léttast/þyngjast, og láta sér líða betur á margan annan máta.
Ingibjörg Bernhöft hjúkrunarfr. og dáleiðslutæknir
s. 864 2627 • bernhoft@gmail.com

GENERAL HJÓLBARÐAR

- Hjólbarda- og vélgerðir
- Smurþjónusta
- Bremsur
- Demparar
- Rafgeymar
- o.fl.

Gylfaflöt 3 Grafarvogi Sími 567 4468 dekk@gummisteypa.is

BROTAFLL
STEINSÖGUN • BORUN • BRÖT

- Jarðvegsvinna
- Steypusögun
- Kjarnaborun
- Múrbrot
- Húsaríf
- Öll almenn verktakavinnu

Brotall ehf
Símar 894 8040
894 8044
Fax 565 0050
brotall@simnet.is

VARAHLUTIR
Iveco • Benz • Man • Renault
Varahlutapjónusta
VÉLANAUST ehf
Álhella 4 • Símar 555 6670 • 860 1859 • www.velanaust.is

Rafstilling ehf

startarar - alternatorar - perur
viðgerðir - sala
hröð og góð þjónusta
Dugguvogi 23 - s: 5814991
rafstilling@rafstilling.is

BIFREIÐAVERKSTÆÐI KÓPAVOGS

TOYOTA ÞJÓNUSTA
ALLAR ALMENNAR
BÍLAVIÐGERÐIR

SMÍÐJUVEGUR 2 • KÓPAVOGUR
WWW.BIFREIÐAVERKSTAEDI.IS
S. 587 1350

Iveco
Viðgerðar- og varahlutapjónusta
VélRás
Sími 555 6670 • www.velras.is • Álhella 4 • Álhella 8

Parketslípun
sólpallaslípun | parketlagning
551 1309 / 690 5115
golflist@golflist.is | www.golflist.is
99% RYKFRITT

BÍLAPJÓNUSTA BJARKA
alhliða bílaviðgerðir

Tímamantanir s: 445 4540/697 4540
Viðarhöfði 2b 110 Reykjavík

BLIKK
Rör • Tengiefni • Viftur • Loftræsting
Heildsala • Smásala
ishúsið ehf
Smíðjuvegur 4a, Græn gata, Kópavogur | 566 6000

smáauglýsingar

Einkamál

Ákaflega heitur karlmaður vill kynna undirgefnu strákum. Rauða Torgið, s. 905-2000, augl.nr. 8313.

Kona, vilt þú spjalla við heita karla gegn gjaldi? Kynntu þér málið. www.hitaspjall.eu.

Konur sem leita tilbreytingar eða skyndikynna auglýsa frítt á símatorgi Rauða Torgsins. Kynntu þér málið. RaudaTorgid.is.

SPJALLDÖMUR 908 5500

Hlökkum til að heyra í ykkur, engin bið. Opið þegar þér hentar!

Rauða Torgið

Sönn tilbreyting • Heit ævintýri
Stefnumót: 905-2000 • 535-9920
Konur, allt frítt í s. 555-4321
Karlar auglýsa frítt, 535-9922

Símadómur • Live spjall
908-6000 • 535-9999



Starfsfólk óskast

Auglýsum eftir starfsfólki við bílþríf. Aðeins 100% störf í boði. Bílþríf nauðsynlegt. Áhugasamir sendi tölvupóst með ferilskrá á starf@splass.is

Kjöthöllin Skipholt

óskar eftir að ráða starfsfólk í verslun sína.

Starfið felst í daglegri umsjón með kjötbörði, þjónustu og ráðgjöf til viðskiptavina.

Starfið hentar vel matreiðslumenntuðum einstaklingi eða einstaklingi með mikinn áhuga á matargerð. Leitað er eftir sem er þjónustulunduðum, stundvísnum og reglusömum starfsmanni. Æskilegt er að starfsmaður sé reyklus. Íslenskukunnátta er skilyrði.

Um er að ræða 100% starf og hlutastarf.

Vinsamlegast sendið ferilskrá í tölvupósti á netfangið kjothollin@kjothollin.is eða hafið samband við Björn í síma 553 1270



Mat á umhverfisáhrifum

Ákvörðun um matskyldu

Skipulagsstofnun hefur tekið ákvörðun um að framkvæmdin

Eyðing sláturúrgangs í Kjötafurðastöð KS, Skagafirði

skuli ekki háð mati á umhverfisáhrifum samkvæmt lögum nr. 106/2000. Ákvörðunin liggur frammi hjá Skipulagsstofnun, Laugavegi 166, Reykjavík og á www.skipulagsstofnun.is. Ákvörðunina má kæra til úrskurðarnefndar umhverfis- og auðlindamála til 14. september 2015.



S: 520-3500 og 773-4700

Björnsbakarí Skúlagötu er til sölu



Rekstur: Til sölu eitt elsta og þekktasta bakarí borgarinnar. Bakaríð er í eigin húsnæði og rekur verslun á staðnum. Tæki og búnaður var endurnýjaður fyrir fáum árum. Staðsetning er mjög góð. Hér er einstakt tækifæri á ferðinni. Getur selst sér.

Húsnæðið er um 231 fm auk stæðis í bílahúsi, og getur selst sér eða leigst allt eftir samkomulagi. Góð fjárfesting á ferð

Leitið upplýsinga og pantið tíma og skoðun í sínum 693-1273 og 773-4700

Óskar Mikaelsson, löggiltur fasteigna og fyrirtækjastali Sími: 520-3500 og 773-4700

Eiðismýri 30 – Fyrir 60 ára



Opið hús í dag fimmtudag frá kl. 17-18

Til sölu vönduð 3ja herbergja íbúð á jarðhæð, með sér suður verönd og yfirbyggðar svalir að hluta. Íbúðin skiptist í forstofu með góðum skápum. Tvö svefnherbergi með skápum. Eldhús með ljósri/ Beyki innréttingu. Stofu og borðstofu með vönduðu nýlegu parketi á gólfum. Flísalaft baðherbergi með innréttingu og tengi fyrir þvottavél og þurrkara. Sér geymsla fylgir í kjallara. Íbúð fyrir 60 ára og eldri. Velkomið að skoða íbúðina á sunnudaginn milli 17-17:30, íbúð 0106.

Til afhendingar við kaupsamning.

Áhugasamir hafi samband: Ársalir ehf – fasteignamiðlun 533 4200 eða arsalir@arsalir.is



Björgvin Björgvinsson
Löggiltur fasteignasali. TÍLÍG FASTEIGNASALA

TILLAGA AÐ BREYTINGU DEILISKIPULAGS HLIÐS Á ÁLFTANESI FORKYNNING

Í samræmi við 4. mgr. 40. greinar skipulagslaga nr. 123 2010 auglýsir Garðabær hér með forkynningu á tillögu að breytingu á deiliskipulagi Hliðs á Álftanesi. Svæðið sem skipulagið nær til er allt land jarðarinnar Hliðs sem er í eigu Garðabæjar. Svæðið afmarkast af strandlínu að sunnan, vestan og norðan en að austan af lóðarmörkum lóðarinnar við Búðarflöt 3.

Meginhluti jarðarinnar Hliðs er friðlýst sem fólkvangur samkvæmt náttúrverndarlögum sbr. auglýsingu í B-deild stjórnartíðinda nr. 549/2002. Breytingin gerir ráð fyrir auknu byggingarmagni á því svæði sem afmarkað er í aðalskipulagi fyrir þjónustu og íbúðir umhverfis bæjarstæðið. Þar er fyrirhugað að byggja upp frekari aðstöðu fyrir ferðamannagistingu. Lóðin stækkar lítillega og gert verður ráð fyrir bifreiðarstæðum austan lóðar við Hliðsveg.

Fjórar íbúðarhúslóðir sem gildandi deiliskipulag gerir ráð fyrir að rísi austast á svæðinu eru felldar út.

Deiliskipulagstillagan er sett fram á upprætti og í greinargerð.

Forkynning stendur yfir til 10. september 2015.

KYNNINGARFUNDUR VERÐUR HALDINN Í ÁLFTANESSKÓLA, FIMMTUDAGINN 27. ÁGÚST 2015 KLUKKAN 17:15.

Þar verður tillagan kynnt og fyrirspurnum svarað.

Á meðan á forkynningu stendur er hægt að koma ábendingum til skipulagsstjóra sem einnig mun svara fyrirspurnum um útfærslu tillögunnar. Öllum ábendingum verður komið á framfæri við skipulagsnefnd og bæjarstjórn, en vakin er athygli á því að þær teljast ekki formlegar athugasemdir. Að lokinni forkynningu verður tillagan lögð fram í skipulagsnefnd og vísað þaðan til afgreiðslu bæjarstjórnar. Þegar bæjarstjórn hefur samþykkt að auglýsa tillögu að deiliskipulagi verður það gert með áberandi hætti og gefst þá tækifæri til að gera formlegar athugasemdir við tillöguna innan athugasemdafrests.

Tillagan er aðgengileg á heimasíðu Garðabæjar www.gardabaer.is og í þjónustuveri Garðabæjar til 10. september 2015.

Arinbjörn Vilhjálmsson
skipulagsstjóri Garðabæjar



GARÐABÆR
www.gardabaer.is

Tækni- og umhverfissvið

Hlutastarf

Óskum eftir að ráða í afgreiðslu og sölustarfa í barnafataverslun.

Sveiganlegur vinnutími frá 12-18, 2 - 3 daga í viku Reyklaus, 20.ára og eldri.

Hæfniskröfur:

Góða þjónustulund

Stundvís

Góð íslenska

Umsókn og ferilskrá sendist fyrir 21.ágúst á barnafataverslun@gmail.com



Suðurhella

Suðarkunarmöguleiki

179 fm atvinnuhúsnæðisbil á góðum stað

Alls eru 7 hlutar til sölu, seld saman eða stök - Möguleiki á að nær tvöfalda flatarmál eininga

Loft hefur verið tekið niður í flestum einingum

Verð frá: **26,0 millj.**



Nánari upplýsingar veitir
Jón Rafn Valdimarsson
löggiltur fasteignasali
sími: 695 5520
jon@miklaborg.is

FASTEIGNASALAN **569 7000** Lág múla 4 www.miklaborg.is
MIKLABORG Óskar R. Harðarson og Jason Guðmundsson, löggiltir fasteignasalar

- með þér alla leið -

Norðurstígur

Kjorið til útleigu



Tveggja hæða bygging ásamt kjallara

Tvær íbúðir á sitthvorri hæðinni (2ja og 4ra herb)

26 fm bílskur

Leyfi fyrir byggingu 3. Hæðar

Einstök staðsetning við hafnarvæðið í Rvík. Alls 216 fm

Verð: **90,0 millj.**



Nánari upplýsingar veitir
Jón Rafn Valdimarsson
löggiltur fasteignasali
sími: 695 5520
jon@miklaborg.is

FASTEIGNASALAN **569 7000** Lág múla 4 www.miklaborg.is
MIKLABORG Óskar R. Harðarson og Jason Guðmundsson, löggiltir fasteignasalar

- með þér alla leið -



Lyngás 4

Garðabæ

OPIÐ HÚS

mánudaginn 17.ágúst frá kl. 17:30 til 18:00

Fallegt og vel skipulagt einbýli á einni hæð við Lyngás í Garðabæ

175,6 fm 6 herbergja

Stór og fallegur garður

Upphitið innkeyrsla

Nýlegt þak

Verð: **49,8 millj.**



Nánari upplýsingar veitir
Gunnar S. Jónsson
löggiltur fasteignasali
sími: 899 5856
gunnar@miklaborg.is

FASTEIGNASALAN **569 7000** Lág múla 4 www.miklaborg.is
MIKLABORG Óskar R. Harðarson og Jason Guðmundsson, löggiltir fasteignasalar

- með þér alla leið -

SAMSUNG

SPARIDAGAR



UE48JU6415 / UE55JU6415

48" og 55" vinsælustu sjónvarps- stærðirnar



UE48JU6675 / UE55JU6675

48" eða 55" UltraHD Samsung sjónvörp með þráðlausu interneti

48" Verð áður kr: 239.900,- **kr. 199.900.-**
55" Verð áður kr: 319.900,- **kr. 249.900.-**

48" eða 55" UltraHD bogin Samsung sjónvörp með þráðlausu interneti.

48" Verð áður kr: 239.900,- **kr. 199.900.-**
55" Verð áður kr: 319.900,- **kr. 269.900.-**

SOUNDBAR - BOGNIR



30%
AFSLÁTTUR

Áttu 55" SAMSUNG sjónvarp?
Soundbar HW-H7500 svart 310W
m. bassaboxi.



20%
AFSLÁTTUR

55" Samsung sjónvarp með þráðlausu interneti.
UE55H6475 kr. 199.900.-
Verð áður: 249.900,- og þú sparar **50.000,-**

SOUNDBAR - BEINIR



30%
AFSLÁTTUR

Áttu 48" SAMSUNG sjónvarp?
Soundbar HW-H751 silfur 310W
m. með bassaboxi.

ÓDÝRIR SAMSUNG VALKOSTIR:



Samsung H5005

40" Sparidagaverð kr. 89.900.-
48" Sparidagaverð kr. 126.900.-



Samsung J5105

32" Sparidagaverð kr. 64.900.-
40" Sparidagaverð kr. 92.900.-



Samsung H5505

32" Sparidagaverð kr. 69.900.-
40" Sparidagaverð kr. 93.900.-
48" Sparidagaverð kr. 129.900.-

FYRIR HEIMILIN Í LANDINU

ORMSSON

LÁGMÚLA 8 · SÍMI 530 2800 · ormsson.is

SAMSUNG SETRIÐ

SÍÐUMÚLA 9 · SÍMI 530 2900 · samsungsetrid.is

ORMSSON KEFLAVÍK SÍMI 421 1535	ORMSSON PRISTUR-ÍSAFIRÐI SÍMI 456 4751	KS SAUÐÁRKRÓKI SÍMI 455 4500	SR BYGG SIGLUFIRÐI SÍMI 467 1559	ORMSSON AKUREYRI SÍMI 461 5000	ORMSSON HÚSAVÍK SÍMI 464 1515	ORMSSON VÍK - EGILSSTÖÐUM SÍMI 4712038	ORMSSON PAN-NESKAUPSSTAÐ SÍMI 477 1900	ORMSSON ÁRVIRKINN-SELFOSSI SÍMI 480 1160	GEISLI VESTMANNAEYJUM SÍMI 481 3333	TÆKNIBORG BORGARNESI SÍMI 422 2211	OMNIS AKRANESI SÍMI 433 0300
--------------------------------------	----------------------------------------------	------------------------------------	----------------------------------------	--------------------------------------	-------------------------------------	----------------------------------------------	----------------------------------------------	------------------------------------------------	-------------------------------------------	------------------------------------------	------------------------------------



MERKISATBURÐIR

1900 Á Seyðisfirði er afhjúpaður minnisvarði um Ottó Wathne (1844-1898), sem þar rak útgerð og verslun um langan aldur.

1908 Tveir menn, Sigurður Sumarliðason bóndi og Hans Reck, þýskur jarðfræðingur, ganga fyrstir manna á Herðubreið, sem fram að því var talin ókleif.

1950 Minningarhátíð er haldin á Hólum í Hjaltadal um Jón Arason biskup og tvo syni hans, Björn og Ara, fjórum öldum eftir að þeir voru líflátnir í Skálholti. Minnismerki var vígt, það er 27 metra hár klukkuturn.

1957 Urho Kekkonen Finnlandsforseti kemur í opinbera heim-sókn. Hann rennir meðal annars fyrir lax í Elliðaánum.

1961 Bygging Berlínarmúrs-ins hefst.

1987 Verslunarmiðstöðin Kringlan er opnuð í Reykjavík í Kringlumýri. Um 40 þúsund manns koma þangað fyrsta daginn.

1992 Fyrsta útibú á Íslandi er sett upp í Borgarnesi þar sem sýnd er kvikmyndin Grease. Áhorfendur eru um 600 tals-ins.

2004 Björk Guðmundsdóttir syngur á opunarhátíð Ólympíuleikanna í Grikk-landi.



HÖNNUÐIRNIR Hanna Dís og Claire Anderson ætla að leyfa gestum sýningarinnar að máta við sig stafrænt prentuð klæði.

FRÉTTABLAÐIÐ/PJETUR

Rekja sameiginlegar rætur til víkinganna

Hanna Dís Whitehead vöruhönnuður og Claire Anderson textilhönnuður sameina krafta sína á sýningunni Að vefa saman DNA sem verður opnuð í Þjóðminjasafninu á laugardag.

„Við blöndum sjónrænt saman íslenskum og skoskum hefðum í textíl og handverki eftir talsverða rannsókn á þeim, hvor í sínu heima-landi,“ segir Hanna Dís Whitehead vöruhönnuður um sýningu sem hún og hin skoska Claire Anderson textilhönnuður eru að setja upp á torgi Þjóðminjasafnsins. Hún segir sumar hefðir landanna sameigin- legar vegna þeirra róta sem liggja til víkinganna en aðrar séu ólíkar.

„Grunnefnið í sýningunni er ullar- þráður en íslenska ullin er í eðli sínu ólík þeirri skosku og þar með verkin sem gerð eru úr henni,“ segir Hanna Dís og tekur fram að þær Anderson noti ekki hefðbundnar aðferðir við sín verk, eins og vefnað eða þrjón. „Við vinnum báðar frekar hratt frá huga niður í hendur þannig að það er útlitið sem við blöndum saman frekar en aðferðirnar,“ segir hún og nefnir dæmi: „Við stúderuðum skoskt tvídegni og í framhaldinu gerði ég grímu úr fiskroði með tvídegni. Þá tengjum við Íslendingar við efnið en Skotarnir við mynstrið.“

Þó Hanna Dís geti rakið ættir sínar til Skotlands þá kom henni á óvart þegar Clarie Anderson hafði samband við hana fyrir hálfu öðru ári, því þær þekktust ekkert. „Clarie

hafði séð hönnunarverk eftir mig í blaði og lýsti yfir áhuga á samstarfi við að blanda saman norrænum og skoskum textílhöfðum á einhvern hátt, ég fékk strax góða tilfinningu fyrir verkefninu og sló til.“

Hanna Dís nefnir að þær stöllu- rar ætli að leyfa gestum sýningarinn- ar að máta við sig stafrænt prent- uð klæði, til dæmis skikkju, peysu, skotapils og fleira sem tengist sameiginlegum þráðum landanna tveggja. „Þetta er leikur hjá okkur,“ tekur hún fram.

Mest hafa þær Hanna Dís og And- erson unnið hvor sínum megin Atl- antsála. „Við höfum bara hist einu sinni á þessu eina og hálfu ári, það var í september í fyrra og þá unnum við saman í tæpa viku. Ferlið hefur verið sjónrænt samtal hjá okkur, Claire gerði kannski eitthvað, sendi mér mynd af því, þá kviknuðu hug- myndir hjá mér, ég svaraði með mynd og þannig byggðust þessi verk upp, þökk sé miðlunum. Margt hefur gerst á tímabilinu annað en það sem er á sýningunni, hún er í raun bara skjáskot af stöðu verkefn- isins núna.“

Hanna Dís segir Þjóðminjasafnið hafa verið uppsprettu sumra hug- mynda þeirra hönnuðanna. „Við

Við vinnum báðar frekar hratt frá huga niður í hendur þannig að það er útlitið sem við blöndum saman frekar en aðferðirnar.

Hanna Dís Whitehead

heimsóttum Þjóðminjasafnið þegar Clarie kom til Íslands og sumt sem við erum með tengist því. Claire skoðaði líka mikið textílsýningar og söfn í sínu heimalandi. Svo erum við að halda sýningu í mars í Skot- landi og ætli lokasýningin verði svo ekki 2017?“

Sýningin Að vefa saman DNA verður opnuð á laugardaginn klukk- an 14. Hún ætti að höfða til breiðs hóps að mati Hönnu Dísar. „Ég held að þeir sem hafa áhuga á textíl og handverki hafi gaman af sýningunni og svo er hún þjóðfræðileg líka,“ segir hún og bendir á að torgið sé við hliðina á afgreiðslunni, beint á móti búðinni. „Við erum í gangveg- inum, fólk getur mátað búningana á leiðinni inn á kaffistofuna!“

gun@frettabladid.is

✝
Eiginmaður minn, faðir okkar, tengdafaðir, afi og langafi,
HÖRÐUR ADOLFSSON
Skálpágerði, Eyjafjarðarsveit,
lést 4. ágúst. Útför hans hefur farið fram í kyrrkpey.

Unnur Áskelsdóttir
Sigríður Ása Harðardóttir
Margrét Harðardóttir
Anna Lilja Harðardóttir
Áskell Harðarson
Hörður Harðarson
afa- og langafabörn.

Halldór Sigurgeirsson
Guðmundur Óli Scheving
Hallmundur Kristinsson



✝
Elskulegur eiginmaður minn, faðir okkar, fósturfaðir, tengdafaðir, afi og langafi,
ÓLAFUR HANNES HANNESSON
prentari,
Snælandi 4,
Reykjavík,

andaðist á heimili sínu 6. ágúst. Útförin fer fram frá Bústaðakirkju fimmtudaginn 20. ágúst. Athöfnin hefst kl. 15.

Þorbjörg Valgeirsdóttir
Ólöf Kristín Ólafsdóttir
Ása Ólafsdóttir
Jóna Guðrún Ólafsdóttir
Garðar Hilmarsson
barnabörn og barnabarnabörn.

Ólafur Örn Ólafsson
Óttar Guðmundsson
Sigríður Benediktssdóttir



✝
Ástkær faðir okkar, tengdafaðir og afi,
FRIÐRIK I. GUÐMUNDSSON
byggingatæknifræðingur,
Hamraborg 32,
lést á hjúkrunarheimilinu Skógarbæ föstudaginn 7. ágúst sl. Jarðarförin fer fram frá Kópavogskirkju föstudaginn 14. ágúst nk. kl. 15.00.

Guðmundur B. Friðriksson
Ríkhartur F. Friðriksson
Elín Gränz
og barnabörn.



✝
Ástkær faðir okkar, tengdafaðir, afi og bróðir,
GEORG ÓLAFUR GUNNARSSON
verkfræðingur,
Reykjavík,
er látinn. Útförin fer fram frá Fella- og Hólakirkju föstudaginn 14. ágúst kl. 13.00.

Katrín Ólöf Georgsdóttir
Guðrún Jóhanna Georgsdóttir
Stefán Georgsson
barnabörn og systkin.

Runólfur G. Benediktsson
Margrét Geirsdóttir



✝
Elskuleg eiginkona, móðir, tengdamóðir og amma,
LÁRA GUÐBJÖRG AÐALSTEINSDÓTTIR
lést á Landspítalanum við Hringbraut laugardaginn 8. ágúst.

Bjarni Sveinsson
Þórunn Ólafsdóttir
Hulda Bjarnadóttir
Bjarney Bjarnadóttir
Sveinn Ingi Bjarnason

Meyvant Einarsson
Haukur Óskarsson
Kristín Geirsdóttir



16

2016

Þú gætir eignast glæsilegt
Thule Motion ferðabox ef
þú drífur bílinn í skoðun!

ÖRUGG
BIFREIÐASKOÐUN
UM ALLT LAND



FRÍTT
WI-FI, LJÚFFENGT
GÆÐAKAFFI
OG LITABÆKUR
FYRIR BÖRNIN
Á MEÐAN
ÞÚ BÍÐUR.



LUKKULEIKUR

Peir sem koma með bíl eða vagn í skoðun hjá Frumherja geta skráð sig í happaleik og þannig öðlast möguleika á því að eignast glæsilegt Thule Motion ferðabox frá Stillingu sem verður dregið út 3. september 2015.



Frumherji

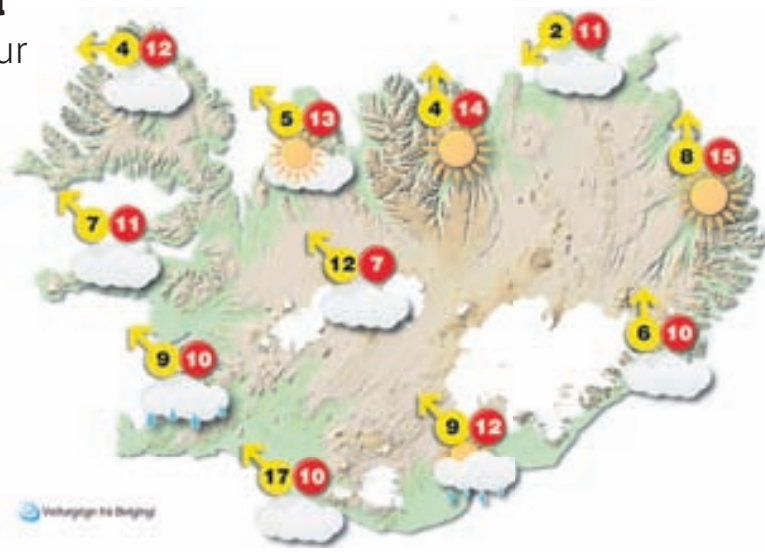
Sími: 570 9090 · Netfang: frumherji@frumherji.is · www.frumherji.is



Veðurspá

Fimmtudagur

Áfram suðaustan átt í dag, hvassviðri við suðvesturströndina en annars hægari vindur. Rigning sunnanlands en skjáð og dálítill rigning með köflum norðantil. Hiti 8 til 17 stig yfir daginn, hlýjast fyrir norðan. Búist er við vatnavöxtum umhverfis Mýrdalsjökul og í Skaftafellssýslum austur í Lón og gæti orðið illfært eða ófært yfir vöð á óbrúðum ám.



Föstudagur

Reykjavík	Ísafjörður	Akureyri
12°	7°	11°
↘ 5	↘ 7	↘ 10
Egilsstaðir	Kirkjubæjarkl.	Hveravellir
10°	10°	7°
↘ 13	↘ 10	↘ 6

Laugardagur

Reykjavík	Ísafjörður	Akureyri
11°	9°	13°
↑ 5	↘ 4	↘ 1
Egilsstaðir	Kirkjubæjarkl.	Hveravellir
11°	8°	7°
↗ 3	↘ 3	↑ 7

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

KROSSGÁTA

LÁRÉTT

2. nýja, 6. líka, 8. veiðarfæri, 9. rými, 11. tveir eins, 12. fáni, 14. Tildur, 16. hvað, 17. beita, 18. kærleikur, 20. kringum, 21. samtök.

LÓÐRÉTT

1. grasþökur, 3. ónefndur, 4. tilgátu, 5. sigað, 7. bungast, 10. sjór, 13. klettasprungu, 15. afkvæmi, 16. rámur, 19. drykkur.

LAUSN

LÁRÉTT: 2. unga, 6. og, 8. net, 9. rúm, 11. tt, 12. flagg, 14. þjal, 16. ha, 17. átá, 18. ást, 20. um, 21. stef. LÓÐRÉTT: 1. torf, 3. n, 4. getgættu, 5. at, 7. guldþást, 10. mar, 13. glá, 15. lamb, 16. há, 19. te.

SKÁK

Gunnar Björnsson

Mai Narva (2.266) náði fram mögnuðu jafntefli gegn Igor Kovolenko (2.702) á alþjóðlega mótinu í Ríga í Lettlandi.

36. Bd6+! Bxd6 37. Dxd6+! Hxd6 38. Hxc8+ Kxc8 39. He8+ Ótrúleg staða. Þrátt fyrir að fullt af mönnum sé á borðinu hefur svartur enga leið til forðast patt. Hann lék 38....Hd8 40. Hxd8+ Kxd8. Patt!

www.skak.is: Héðinn í Washington



Hvítur á leik

Myndasögur

PONDUS



Eftir Frode Øverli

GELGJAN



Eftir Jerry Scott & Jim Borgman

BARNALÁN



Eftir Jerry Scott & Rick Kirkman

ERÍKUR HÁUKSSON BJÖRGVIN HALLDÓRSSON MATTHÍAS MATTHÍASSON STEFÁN JAKOBSSON & ROKKABÍLLYBANDIÐ

HEIÐURSTÓNLEIKAR THE BEATLES

HÁSKÓLABÍÓ 15. ÁGÚST 2015

TRYGGÐU ÞÉR MIÐA Á MIÐI.IS

midi.is PROM

SUDOKU

LÉTT					MIDLUNGS					PUNG							
2	6	5	4			8				3	9					4	
8			2			4	7			6	2		7			3	5
4	1		3			6				4	1	2		3			6
			1	8								2	3				
	4	1		3	5		2	6		4							
				2	4	9					3		6		5	8	2
	7	2	4			1	3			5				1			
			3										7		4	2	3
6				1								9	8				

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

LAUSN SÍÐUSTU SUDOKU

Prautin 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.

ESTÉE LAUDER

Sumarsprengja í Lyfju dagana 13. - 19. ágúst.

Þessi glæsilegi kaupauki fylgir ef keyptar eru vörur frá Estée Lauder fyrir 6.900 kr. eða meira.*

20%
afsláttur af Estée Lauder
vörum fimmtudag,
föstudag og laugardag



Kaupaukinn inniheldur 7 vörur til að prófa:

- Perfectly Clean Foam Cleanser/Mask – Froðuhreinsi og maska í sömu túpu, 30ml
 - Advanced Night Repair – Viðgerðardropa, 7ml
 - Advanced Night Repair Eye – Alhliða augnkrem, 5ml
 - Revitalizing Supreme – Einstakt krem fyrir evrópskar konur, 15ml
 - Pure Color Lipstick – Varalit í fullri stærð, litur Tea Rose
 - Sumptuous Extreme Mascara – Svartan maskara, 2.8ml
 - Pure Color Eyeshadows box – 4 augnskugga í boxi
- Glæsilega snyrtitösku

*meðan birgðir endast



The Power Couple

Sumarsprengjan er í
Lyfju Lág múla, Smáratorgi og Selfossi

MENNING

DAGSKRÁ KIRKJULISTAHÁTÍÐAR 2015 Í HALLGRÍMSKIRKJU

FÖSTUDAGUR 14. ÁGÚST KLUKKAN 12.15 TIL 13.45

Málþing um Salómon konung og speki hans í samvinnu við Hið íslenska Biblíufélag vegna 200 ára afmælis þess. Dr. Gunnlaugur A. Jónsson prófessor, Guðbjörg Arnardóttir, sóknarprestur á Selfossi, og sr. Hjörtur Pálsson bókmenntafræðingur flytja örfyrirlestra í Norðursal.

KLUKKAN 17

Setning. Tónlistarflutningur með alþjóðlegu barokksveitinni frá Haag, Mótettukór Hallgrímskirkju, barokkdönsurum og fleiru. Opnun myndlistarsýningar Helga Porgils Friðjónssonar, myndlistarmanns Kirkjulistahátíðar 2015, í kór kirkjunnar og forkirkjunni. Ókeypis aðgangur.

LAUGARDAGUR 15. ÁGÚST KLUKKAN

19 Salómon eftir G.F. Händel, óratoría í þremur þáttum.

SUNNUDAGUR 16. ÁGÚST KLUKKAN 11

Hátíðarmessa. Víglubiskupinn í Skálholti, séra Kristján Valur Ingólfsson, prédikar. Tónlistarflutningur er í höndum Schola

cantorum og meðlima úr Alþjóðlegu barokksveitinni í Den Haag. Stjórnandi Hörður Áskelsson, organisti Eypór Franzson Wechner. Bein útsending á Rás 1.

SUNNUDAGUR 16. ÁGÚST KLUKKAN 16

Salómon, óratoría eftir G.F. Händel.

MÁNUDAGUR 17. ÁGÚST KLUKKAN 21

Klais-orgelið í nýjum víddum Raftónlistarmennirnir Hermigervill, Kira Kira, Páll Ivan frá Eiðum og Berggrún Snæbjörnsdóttir flytja spennandi verk saminn með fulltingi nýs midi-búnaðar Klais-orgelsins.

ÞRIÐJUDAGUR 18. ÁGÚST KLUKKAN 20

Barokktónleikar – í heimsókn hjá Händel Kammersveitin Nordic Affect ásamt Ian Wilson, blokkflautuleikara frá London, Tuomo Suni, fiðluleikara frá Helsinki, og Þóru Einarsdóttur sópran, Benedikt Kristjánssyni tenór og Oddi A. Jónssyni barítón. Flutt verður tónlist eftir G.F. Händel sem sýnir aðra hlið á tónsmíðum hans, sem mót-vægi við hina glæsilegu óratoríu Salómon.

MIDVIKUDAGUR 19. ÁGÚST KLUKKAN 12 TIL 12.30

Hádegistónleikar – Heyr hinna smiður Kammerkórinn Schola cantorum syngur íslenska kórtónlist með þjóðlegu yfirbragði. Stjórnandi Hörður Áskelsson.

FIMMTUDAGUR 20. ÁGÚST

Orgeltvenna með Olivier Latry
KLUKKAN 20 Olivier Latry, organisti Notre Dame-kirkjunnar í París, leikur einleikstónleika.

KLUKKAN 22 Vorblót eftir Stravinsky. Olivier Latry leikur ásamt eiginkonu sinni, Shin-Young Lee, sérstaka umritun fyrir tvo orgelleikara.

FÖSTUDAGUR 21. ÁGÚST

King's Men frá Cambridge
KLUKKAN 17 Evensong – Aftansöngur – að hætti King's College Chapel í Cambridge.

KLUKKAN 20 Kvöldtónleikar. Sönghópurinn King's Men syngur fjölbreytta efnisskrá undir stjórn hins heimsfræga stjórnanda þeirra, Stephen Cleobury, kórstjóra við King's College í Cambridge.



BAROKKDANSARAR Hárkollubúnir herra menn og krínólínklæddar konur munu stíga menúett við opnun hátíðarinnar. Aðgangur er ókeypis.

LAUGARDAGUR 22. ÁGÚST KLUKKAN 15 TIL 21

Sálmafoss á Menningarmótt Samfelld tónleikadagskrá allan daginn, þar sem King's Men frá Cambridge, Schola cantorum, Mótettukórinn ásamt íslenskum og erlendum kórum og hljóðfæraleikurum koma fram. Frumfluttir verða fimm nýir sálmar eftir tíu konur. Ókeypis aðgangur.

SUNNUDAGUR 23. ÁGÚST

KLUKKAN 11 Hátíðarmessa með King's Men og Stephen Cleobury.

KLUKKAN 17 Ded Dicomus Gratas – loka-tónleikar með Schola Cantorum Meðal efnis er frumflutningur á nýju verki eftir John Speight, Missa semplice. Flytjendur eru kammerkórinn Schola cantorum, einsöngvarar úr kórnum og Elísabet Waage á hörpu.

Tígulegt verk og öllu er tjaldað til

Frumflutningur óratoríunnar Salómon eftir Händel er hápunktur Kirkjulistahátíðar 2015. Hann verður í Hallgrímskirkju á laugardaginn.

Gunnþóra
Gunnarsdóttir
gun@frettabladid.is



Óratorían Salómon er mikið sjónarspil með óhemju fallegum aríum og skartar fyrsta flokks einsöngvurum, barokk-hljóðfæraleikurum víðsvegar að úr heiminum og okkar verðlaunada Mótettukór,“ segir Hörður Áskelsson, listrænn stjórnandi, og kemst á flug þegar hann er beðinn að lýsa viðburðinum nánar og flytjendum hans.

Mikill brími í gangi

Salómon konungur er holdgervingur viskunnar í heimi Gamla testamentisins og við erum með breskan kontratenór í hlutverki hans, Robin Blaze, sem er einn af leiðandi söngvurum í þeirri sérstöku grein. Svo eru tvær drottningar, Þóra Einarsdóttir syngur hlutverk eiginkonu Salómons sem er dóttir faraósins af Egyptalandi og Sigríður Ósk Kristjánsdóttir fer með hlutverk drottningarinnar af Saba. Prestar tveir eru túlkaðir af Oddi Arnþóri Björnssyni barítón og Benedikt Kristjánssyni tenór.

Óratorían er í þremur þáttum og sá fyrsti skiptist í tvo hluta, annars vegar víglu íburðarmikils helgidóms sem Salómon hefur látið reisa guði sínum til dýrðar, þannig að verkið byrjar með mikilli hátíð.

Annar hluti er ástarsaga þeirra konungshjónanna og þar er mikill brími í gangi. Kórinn endar á að syngja hugljúfan kvöldsöng. Leikið er með á þverflautur sem líkja eftir söng næturgalans. Þetta er bullandi rómantik. Prestarnir taka þátt í lofgjörðinni og heidra Salómon og miklar hyllingar eru í gangi, bæði til guðs og Salómons konungs, enda var hann gríðarlega vinsæll meðal fólksins.

Salómonsómurinn

Händel hafði áhuga á vinsældum og talið er að hann hafi spilað á ástandi í Englandi þegar hann samdi þetta verk 1748. Þá var nýafstaðinn ófriður í Evrópu en vonir bundnar við að Georg Bretakonungur væri friðsamur og leiddi hamingju yfir lýðinn. Lýsing á hinum vitra kóngi gyðinga til forna féll vel inn í þær aðstæður.

Annar þáttur er um hinn réttláta Salómonsóm og honum fylgir guðdómleg músík. Söngkonurnar tvær eru þá í hlutverki kvenna sem hafa nýlega fætt börn í lausaleik undir sama þaki en annað barnið látist. Þær koma að höllinni með ungbarn og grátbiðja um áheyrn hjá hinum vitra konungi til að láta hann skera úr um hvor þeirra eigi það. Önnur konan segir hina hafa skipt á börnum um nótt og tekið það sem lifði. Konungur biður þjóna að koma með beitt sverð

Við hér í Hallgrímskirkju höfum verið að safna óratoríum. Þetta er sú fimmta sem við flytjum eftir Händel og þessi er dálítið annars eðlis en hinar.

og höggva barnið í tvennt svo konurnar fái hvor sinn helming. Sú sem hafði skipt á börnunum er grim og hún fagnar þessum dómi en hin grát-syngur fallegan bænásöng vegna niðurstöðunnar og afsalar sér barninu til hinnar. Með þessu leiðir Salómon í ljós hvor konan ber hinar hreinu móðurtilfinningar og lætur hana fá barnið. Þau syngja sætan dúett, Salómon og móðirin, og þátturinn endar á mikilli lofgjörð um viskuna og rétt-lætið.

Hin glæsta drottning af Saba

Í þriðja þætti fær Salómon heimsókn drottningarinnar frá Saba, einnar auðugustu og glæsilegustu konu sem sögur fara af. Forleikurinn er frægt lag fyrir hljómsveit. Drottningin kveður sér hljóðs og kveðst vilja kynnast þeirri visku sem konungurinn sé rómaður fyrir. Þá setur hann upp stórfenglega sýningu til að ganga í augun á henni og kórinn kynnir með tilþrifum dans og gleði í ríkinu, hernaðarmátt þess og sigur hins góða yfir hinu illa, eins og töframaður sem dregur upp úr hatti sínu hvert atriðið af öðru. Að launum færir drottningin Salómoni gull, sedrusvið og gimsteina, þau syngja dúett, prestarnir syngja sitt álit og svo endar allt á fögrum lokakór þar sem allir lofa guð og Salómon.

Lútuleikarinn einn sá besti

Inntur eftir hvernig á því standi að óratorían Salómon hafi aldrei verið sett upp hér á landi áður svarar Hörður: „Þetta er svo mikið fyrirtæki. Þó við séum með hátt miðaverð þá er útilokað að við náum inn nema um helmingi kostnaðar, hitt verðum við að grafa undan okkar eigin nöglum. Þetta er auðvitað fáránlega vitlaust rekstrarlega. Við erum með 30 manns í hljómsveit, þar af um 25 frá útlöndum því við eigum svo fáa lærða barokkhljóðfæraleikara hér. Lútuleikarinn þykir einn sá besti í heiminum. Lútan er skreytíhljóðfæri sem er sérstök list að spila á og ég hef ekki notið þess að hafa það stóra strengja-hljóðfæri í Händel-flutningi áður.“

Óratorían Salómon er tígulegt verk og við hér í Hallgrímskirkju höfum verið að safna óratoríum. Þetta er sú fimmta sem við flytjum eftir Händel og þessi er dálítið annars eðlis en hinar. Hver um sig er samt ævintýri og upplifun og ég leyfi mér þann munað að flytja þær óstyttar. Held að enginn sé verri af því að hlýða á allt verkið, þó að það taki þrjá tíma og ég vona að sem flestir fái að njóta þess.



LYKILFÓLK Hörður Áskelsson stjórnandi, drottningarnar Sigríður Ósk Kristjánsdóttir og Þóra Einarsdóttir söngkonur og konungurinn Robin Blaze kontratenór.

STÆRSTI SKIPTIBÓKA- MARKAÐUR A4 ER Í SKEIFUNNI

20% AFSLÁTTUR AF
ÖLLUM NÁMSBÓKUM,
NOTUÐUM OG NÝJUM*



*Gildir aðeins í dag, 13. ágúst.

A4 Kringlunni / A4 Skeifunni / A4 Smáralind / A4 Hafnarfirði / A4 Akureyri / A4 Egilsstöðum / A4 Selfossi
www.a4.is / Þú getur einnig fylgt okkur á Facebook Pinterest.com/A4fondur og instagram.com/a4verslanir

A4
SKÓLAVÖRUBÚÐIN ÞÍN

Cycle hefst í dag

Tón- og listahátíðin Cycle í Kópavogi verður sett í dag og fram undan er fjöldi skemmtilegra viðburða á þessari nýju og forvitnilegu hátíð.

Cycle er hátíð þar sem aðstandendur hafa einsett sér að bjóða upp á þverfagleg listaverk eftir alþjóðlegt listafólk, en margir sem koma fram á hátíðinni eru frumkvöðlar á sínu sviði. Verk þeirra liggja á sviði samímatónlistar, gjörningalistar, myndlistar, hljóðlistar og arkitektúrs, en verkin hverfast þó alltaf um tónlist. Hátíðin er meðal þeirra fyrstu er ber á borð þessa blómstrandi þverfaglegu senu tónlistar í samvinnu við aðrar listgreinar. Listamenn, fræðimenn

og áheyrendur taka þátt í samtalinu og skiptast á hugmyndum í gegnum tónleika, uppákomur, vinnustofur og málþing og virkja þar með alþjóðlegt samstarf. Á hátíðinni koma fram framúrskarandi listamenn og má þar helst nefna tónskáldið Simon Steen-Andersen, hljóðlistakonuna Christinu Kubisch, gjörningalistakonuna og tónskáldið Jennifer Walshe, Kammerkór Suðurlands, tónlistarhópið Ensemble Adapter, myndlistarmanninn Sigurð Guðjónsson og Gjörningaklúbbinn. Dagskrá hátíðarinnar samanstendur af tónleikum, gjörningum, listasýningum, listaverkabið, námskeiðum og málþingum. -mg

Auðhumla og álfar

Listamennirnir Gunnella og Lulu Yee munu opna sýninguna Sögur í Gallerí Fold við Rauðarárstíg næstkomandi laugardag en þær kynntust þegar þær sýndu saman í Nordic Heritage Museum í Seattle á síðasta ári.

Magnús Guðmundsson
magnus@frettabladid.is

Sýningin Sögur verður opnuð í Gallerí Fold við Rauðarárstíg næstkomandi laugardag. Þar sýna þær Gunnella og Lulu Yee sem kynntust þegar þær sýndu saman í Nordic Heritage Museum í Seattle í september á síðasta ári. Sýningin í Seattle bar heitið Auga Óðins og var þema sýningarinnar Óðinn og goðafræðin.

Gunnella segir að það hafi í raun verið nýtt fyrir sig að vinna inn í fyrir fram ákveðið þema og það hafi því kallað á aðeins aðra nálgun en áður. „Ég fór að lesa goðafræðina og svipast eftir hinu myndræna. Það sem ég fann var Auðhumla og Óðinn með Hugin og Munin á öxlinni og líka Sleipnir. Í framhaldinu gerði ég þessar myndir fyrir Seattle og þær verða svo reyndar líka á sýningunni sem verður opnuð á laugardaginn.

Auðhumla er það sem ég hélt áfram að vinna með og það verða tvær Auðhumlumyndir á sýningunni í Gallerí Fold. Síðan ætlar Mjólkursamsalan að nota mynd á fernurnar sínar sem verða á markaði í október og allur ágóði af þeirri sölu rennur til tækjakaupa við Landspítalann, líklegast í tengslum við beinþynningu. Það verður gaman að því.“

Gunnella, Guðrún Elín Ólafsdóttir, er fædd árið 1956. Hún stundaði nám við Myndlista- og handíðaskóla Íslands og hefur haldið margar einkasýningar og tekið þátt í fjölda samsýninga. Gunnella var heiðruð af New York Times og valin á lista tíu bestu myndskreyta árið 2005 í Bandaríkjunum. Gunnella segist hafa haft gaman af því að prófa að vinna fyrir sýninguna í Seattle en á ekkert frekar von á því að það verði framhald á þeirri nálgun eða beinu samstarfi við Lulu þó svo það hafi verið ánægjulegt.

Lulu Yee býr í New York en er fædd og uppalin í Kaliforníu þar sem hún nam við San Francisco Art Institute. Hún bjó á Íslandi



AUÐHUMLA Eitt af verkum Gunnellu á sýningunni Sögur, sem opnar á laugardaginn

um fjögurra ára skeið og heillaðist af íbúum landsins, náttúrunni og menningararfinum. Fígúrurnar hennar eru málaðar með leirmálningu og glerungum og margbrenndar sem skapar mörg lög af teikningu og lit. Lulu Yee hefur áður haldið sýningu á Íslandi en auk þess sýnt verk sín víða um heim og tekið þátt í fjölmörgum samsýningum.

„Lulu byggir sitt talsvert á álfum og huldufólki enda bjó hún hér og starfaði um tíma. Hún er líka gift íslenskum manni og hefur þannig heilmikla tengingu við landið. Hún er soldill álfur í sér þannig að við náum alveg ljóm- andi vel saman. Verkin hennar eru mikið til litríkir, fallegir, fígúratífir skúlptúrar og það virðist henta okkur vel að sýna saman. Nokkur verka hennar eru einnig innblásin af goðafræðinni en auk þess gefur að líta ýmsar furðuverur sem sprottnar eru úr hennar hugarheimi.“

Gunnella segir að þetta hafi í raun verið í fyrsta sinn sem hún hafi unnið inn í fyrirfram ákveðið þema og að það hafi vissulega verið skemmtileg reynsla.



„Hún er soldill álfur í sér þannig að við náum alveg ljóm- andi vel saman.“

Gunnella

„Það var gaman að vinna út frá þema eins og við gerðum fyrir þessa sýningu því þá er maður að koma aðeins út fyrir þann ramma sem maður er vanur. Þannig varð til ákveðinn nýr vinkill – nýjar hugmyndir og það er alltaf skemmtilegt.

Ég veit ekki hvort ég held áfram með goðafræðina. Held líkast til bara áfram með það sem ég hef verið að gera í gegnum tíðina. Það verða margar myndir á sýningunni sem eru sóttar í ákveðnar bæjarmyndir, til að mynda frá Eyrarbakka og reyndar líka frá Vestmannaeyjum meðal annars. Inn í þessar bæjarmyndir set ég svo líf frá eldri tíma – gæði þær liðnu lífi ef svo má segja.“

Eru prumphænsn í grasinu?

BÆKUR ★★★★★

Oona og Salinger

FRÉDÉRIC BEIGBEDER
ÞÝÐING: FRÍÐRIK RAFNSSON

Mál og menning

Ástarsaga J.D. Salinger og Oona O'Neill, með sjálfan Chaplin á kantinu, er uppskrift að skáld sögu sem varla getur klikkað. Samt er maður efins þegar lesturinn hefst; veit einhver fimmtugur Frakki eitthvað um það hvernig þetta fólk lifði lífi sínu, hvað það sagði, hvernig það hugsaði? Er Frédéric Beigbeder ekki bara að reyna að nýta sér frægð þeirra til að koma sjálfum sér á kortið? Kannski, en þó svo væri er bókin sem hann hefur skrifað um þetta fólk svo full af ást og innsæi að það fyrirgefist um leið. Maður trúir hverju orði.

Beigbeder sjálfur er stöðugt nálægur í textanum, hann talar beint til lesandans, útskýrir hvað olli því að hann skrifaði eitthvað svona en ekki hinsegin, fléttar inn í atburðum úr eigin lífi – sönnum eða ósönnum, um það veit maður ekkert, en það er allavega ljóst að þetta liðna fólk sem hann hefur valið að skrifa um hefur markað djúp spor í líf hans og hugsun. Sjálfur kallar hann söguna faction – skáldskap byggðan á staðreyndum – og þótt lesandinn viti að sjálf-

sögu að privatsamtöl og samskipti eru skálduð frá grunni þá kaupir hann þau og trúir í hjarta sínu að einmitt svona hafi þetta verið og engan veginn öðruvísi.

Ahrifaríkustu lýsingarnar eru af þátttöku Salingers í seinni heimsstyrjöldinni, frelsun Frakklands og því helvíti sem bandarískir hermenn upplifðu – og sköpuðu – í því ferli. Bréfin sem höfundurinn skáldar frá Salinger til Oonu lýsa ráðvillu og kvöl og vaxandi óbeit á mannskepunnunni og gefa langþráða skýringu á því hvers vegna Salinger kaus að segja meira og minna skilið við mannleg samskipti eftir að hann sneri heim að stríðinu loknu. Það er einfaldlega ekki upp á manneskjuna þúkkandi.

Stjarna sögunnar er þó tvímæla laust Oona, þessi stelpukrakki sem giftist rúmlega fimmtugum karli sem hét Charlie Chaplin og var þessi stórstjarna sem kynslóðirnar elskuðu og dáðu. Beigbeder dregur upp afskaplega hlýja og sannfærandi mynd af þessari stelpu sem þráði ást heimsfrægs föður síns, Eugene O'Neill, sem hún varla þekkti, varð ein af fyrstu it-girls New York borgar aðeins fimmtán ára gömul og fann skjól í föðurímyndinni Chaplin. Já, hún er týnd og ráðvillt og kann ekki að

elska, en samt sem áður fullkomlega heillandi og það er afskaplega auðvelt fyrir lesandann að skilja að hinn alvarlegi og feimni rúmlega tvítugi Jerry Salinger hafi misst fótanna í sambandinu við hana og aldrei náð að fóta sig í tilverunni eftir að hún hvarf honum. Dramatískt, vissulega, en svo vel gert að gamall addáandi Salingers kinkar ákaft kolli og skilur og skynjar ýmislegt sem áður var ráðgáta. Þetta bara hlýtur að vera skýringin.

Þýðing Friðriks Rafnssonar er, eins og við er að búast, á hnökralausri íslensku sem aldrei stuðar og skilar blæbrigðum textans til fullnustu. Það er upplifun að lesa þessa sögu, upplifun sem allir sem nokkurn áhuga hafa á Salinger eða þróun bandarískrar stjórnudýrkunar ættu skilyrðislaust að láta eftir sér að lesa. Svo ekki sé nú minnst á ánægjuna af því að fá að lesa franskan höfund úr samtímanum, höfund sem svo sannlega væri gaman að fá að kynna nánar.

Friðrika Benónýsdóttir

NIÐURSTADA: Sterk, forvitnileg og heillandi skáldsaga um fólk sem alltaf vekur forvitni.

ÖLL BESTU LÖG

11. SEPTEMBER Í ELDBORG HÖRPU

BUBBI OG PÁLMI GUNNARS

ÁSAMT HLJÓMSVETT

Í MINNINGU RÚNARS JÚLIUSSONAR SEM ORÐIÐ HEFÐI SJÖTUGUR Á ÁRINU

MÍÐASALA Á HARPA.IS OG TIX.IS

prime EITT LAGENN HARPA

VERTU KLÁR

NÁÐU LENGRA
Í NÝJUM NIKE VÖRUM
SEM VORU AÐ
LENDI Í ÚTILÍF



NÝJAR
VÖRUR

ÚTILÍF

síðan 1974

GLÆSIBÆ

KRINGLUNNI

SMÁRALIND

utilif.is

FIMMTUDAGUR

HVAD?
HVENÆR?
HVAR?

13. ÁGÚST 2015

Tónleikar

20.00 Heimsklassagítarleikarinn Björn Thoroddsen verður með tónleika í félagsheimilinu á Grenivík í kvöld og hefjast þeir klukkan 21.00. Björn mun spila Bítalög ásamt nokkrum Rolling Stones slögurum. Einnig munu koma fram á tónleikunum heimafolk sem munu taka lagið ásamt Birni. Gestir á tónleikunum verða Benni Sig, Eyþór Ingi og Harpa Örvars. Aðgangseyrir kr. 2.500. Húsið verður opnað klukkan 20.00. Þess má geta að Björn var með samskonar tónleika í Bolungarvík fyrir skemmstu sem slógu svo rækilega í gegn og var mál manna að sennilega hefði annar eins viðburður ekki verið haldinn í Bolungarvík.

20.00 Berjadagar 2015 - Tónlistarhátíð fara fram 13. til 16 ágúst í Ólafsfirði. Í kvöld mun Hanna Þóra Guðbrandsdóttir söpran flytja ásamt Helgu Bryndísi Magnúsdóttur píanóleikara fjölbreytta dagskrá á opnunartónleikum Berjadaga 2015. Þar hljóma íslensk ljóð eftir Sigfús Halldórsson, Tryggva M. Baldvínsson og Sigvalda Kaldalóns.

Hanna syngur einnig erlendrar ljóðaperlur eftir E. Grieg

BJÖRN
THORODDSEN

og færir sig yfir í söngleiki Jerome Kern og Meredith Willson þegar líður á kvöldið. Hanna Þóra Guðbrandsdóttir er nýkomin frá Noregi þar sem hún söng Gerhilde í óperunni Die Walküre Eftir R. Wagner í Norsku óperunni. Hátíðarpassi – Allir viðburðir: Tvennir tónleikar og leiksýning. Hátíðarpassinn sem hér fylgir er passi á alla viðburði Berjadaga tónlistarhátíð í Ólafsfirði. Hér er greitt fyrir tvenna tónleika í Ólafsfjarðarkirkju og eina leiksýningu í Menningarhúsinu Tjarnarborg. Passanum ber að skila í afgreiðslu þegar leiksýningin á laugardagskvöldið hefst. Önnur sýning er á sunnudeginum. Vinsamlega tilkynnið á netfang tenor@internet.is hvaða dag þið hyggið að sækja leiksýningu með hátíðarpassanum.

20.00 Grátbroslegar vísur Svantes eftir danska skáldið Benny Andersen verða fluttar í Norræna húsinu í kvöld kl.

20.00. Vísurnar fjalla um örlög Svíans Svante Svendsen sem bjó í Danmörku frá unga aldri, eftir að hann varð viðskila við foreldra sína í ferjunni milli Svíþjóðar og Danmerkur. Flytjendur vísanna eru: Kormákur Bragason sem túlkar Svante og leikur á gítar, Karl Pétur Smith leikur á slagverk, Einar Sigurðsson á kontrabassa, Helgi Þór Inga-son spilar á píanó, og Eðvarð Lárusson á gítar. Aðgangseyrir er 2.000 krónur og eru miðar seldir við innganginn. AALTO

Bistro sér um veitingasölu.

21.00 Vandræðagangur í Gilinu - Tónleikar Vandræðaskálda í kvöld klukkan 21.00 í Deiglu. Vandræðaskáldin Sesselía Ólafsdóttir og Vilhjálmur B. Bragason bjóða til ókeypis tónleika í Deiglu á Akureyri, í kvöld klukkan 21.00. Þar flytja þau lög úr væntanlegri sýningu sinni, Útför – saga ambáttar og skattsvíkara í bland við annað gamanefni og ábreiður.

21.00 Vestanáttin heldur tónleika á Café Rosenberg, Klappastíg, í kvöld. Á tónleikunum verða leikin ný lög af geisladisk sem sveitin gaf út í vor, ásamt eldra efni. Nýi diskurinn, samnefndur sveitinni, hefur fengið prýðis viðtökur og hafa lög eins og í alla nött, þar sem ástin í hjörtum býr og nýjasta lagið, Komdu með í nött heyrst töluvert í útvarpinu. Vestanáttin var stofnuð fyrir rúmu ári af Guðmundi Jónssyni (Sálin), lagasmið, gítarleikara og söngv-ara með þeim formerkjum að leika hans eigin lög með sveitatónlistarblæ. Hann fékk til liðs við sig öndvegis-fólk og var fljótt farið að æfa og koma fram á tónleikum. Alma Rut syngur og raddar, Sigurgeir Sigmundsson leikur á gítar, bæði úr stáli og tré, og hrynpárið samanstandur af þeim Eysteini Eysteinsyni er leikur á trommur og raddar, og Pétur Kolbeinssyni er plokkar bassann. Tónleikarnir hefjast um

klukkan 21.00 og kostar 1.500 spesúr inn. Diskurinn verður að sjálfsgöðu til sölu á tónleikunum.

21.30 Hljómsveitin Reggie Óðins verður með létt pooppaða ágústtónleika á Café Deluxe, Strandgötu 29, Hafnarfirði, í kvöld klukkan 21.30. Leikin verða lög af diskunum HAFÍÐ (2013) og HAUST (2014) ásamt nýjum lögum við enska texta sem koma út með haustinu. Allir velkomnir í sumarskapi á Cafe Deluxe, FRÍTT INN.

22.00 The Total Mountain er lifandi flutningur hinnar þekktu og einstöku, írsku raddlistakonu Jennifer Walshe á samnefndu verki fyrir rödd, rafhljóð, hljóðfæri og kvikmynd. Verkið var pantað af SWR á síðasta ári og hefur ferðast víða um lönd og verið flutt á þekktustu samtímatónlistarhátíðum heims. Tónleikarnir hefjast klukkan 22.00 og kostar 2.000 krónur inn.

22.00 Andrea Gylfadóttir og Magnús R. Einarsson halda tónleika á Ob-La-Di-Ob-La-Da, Frakkastíg 8. í kvöld klukkan 22.00. Aðgangur er ókeypis!

Fræðsla

15.00 Gef mér ást til alls hins góða – trúin í ljóðum Davíðs. Viðburðurinn fer fram í dag og hefst klukkan 15.00 í Skáldahúsinu á Akureyri – Davíðshús/Nonnahús/Sigurhæðir.

Sýningar

17.00 Sirkus Íslands ferðast um landið í sumar og verður á Klambatrúni í Reykjavík í dag. Í Reykjavík sýnir sirkusinn þrjár mismunandi sýningar: Fjölskyldusýninguna Heima er best, krakkasýninguna S.I.R.K.U.S. og full-orðinskabarettinn Skinnsemi. Sirkusinn sýnir í sirkustjaldinu Jöklu sem verður tjaldað á Klambatrúni. Það kostar 3.500 krónur inn.

Hátíðir

18.00 Listahátíð í Hafnarfirði fer fram 13.-15. ágúst. Strandgatan verður að einu stóru sviði þar sem allir helstu listamenn Hafnarfjarðar leiða saman hesta sína. Eithvað sem enginn má missa af.

Uppistand

22.00 Uppistand.is heldur mánaðarlega uppistand á Íslenska rokkbarnum í Hafnarfirði. Tilraunauppistand er uppistand þar sem nýir og óreyndir grínistar fá tækifæri til að koma fram og þróast, auk þess sem reyndari grínistar prófa nýtt efni og halda sér í formi. Hafíð samband gegnum Facebook-síðu uppistand.is ef þið viljið koma fram þetta kvöld. Það er alltaf ókeypis á Tilraunauppistand og hefst það klukkan 22.00 og fer fram á Íslenska rokkbarnum.

Listamannspjall

16.00 Rúna Porkelsdóttir verður með listamannspjall í Iðnið við Tjörnina. Hún mun fjalla um feril sinn og nýleg verk. Rúna hefur mikið sýnt erlendis og búið um áratugaskeið í Amsterdam. Spjallið hefst klukkan 16.00.

Fyrirlestrar

19.30 Í dag verður dagskrá í Urtagarðinum við Nesstofu og fyrirlestur í sal Lyfjafræðisafnsins við Neströð á Sel-tjarnarnesi. Dagskráin hefst klukkan 19.30 í Urtagarðinum þar sem opnuð verður sérstök sýning á tegundum og ættum plantna sem fundist hafa merki um við fornleifarannsóknir á klaustur-jörðum hér á landi. Fyrirlesturinn er á vegum stjórnar Urtagarðsins í Nesi og öllum opinn. Boðið verður upp á kaffi og myntute eftir garðagönguna.

Upplýsingar um viðburði sendist á hvar@frettabladid.is og einnig er hægt að skrá þá inni á vísir.is.

Skaftárhreppur
Fulltrúi skipulags- og byggingarmála

Auglýsing um skipulagsmál í Skaftárhreppi

Breyting á aðalskipulagi Skaftárhrepps 2010-2022

Í samræmi við 1. mgr. 31.gr. skipulagslaga nr.123/2010 er hér með auglýst eftir athugasemdum við tillögu aðalskipulagsbreytingar vegna breytinga á aðalskipulagi Skaftárhrepps 2010-2022.

Í breytingunum felst m.a. að skilgreind eru svæði fyrir verslun- og þjónustu, svæði fyrir uppbyggingu þekkingaseturs, svæði fyrir gámaöill auk þess sem skilgreind er stækkun á svæði ætluðu tjaldsvæði. Viðfangsefnis breytinganna má kynna sér betur í greinargerð skipulagsins og á uppdrætti þess.

Tillaga þessi liggur frammi hjá fulltrúa skipulags- og byggingarmála í Skaftárhreppi, Klausturvegi 10, 880 Kirkjubæjarklaustri og á skrifstofu Mýrdalshrepps, Austurvegi 17, 870 Vík frá og með 13. ágúst 2015 óska má eftir gögnum á tölvupóstfanginu bygg@vik.is. Auk þess má nálgast tillöguna á heimasíðu Skaftárhrepps www.klaustur.is frá og með 17.8.2015. Athugasemdafrestur við tillöguna er til 28. september 2015. Athugasemdum skal skila skriflega á skrifstofu Skaftárhrepps, Klausturvegi 10, 880 Kirkjubæjarklaustur, á netfangið bygg@vik.is eða bygg@klaustur.is.

Vígús Þ. Hróbjartsson
Fulltrúi skipulags- og byggingarmála
Skaftár- og Mýrdalshreppi.



NÓG AÐ GERA Unnar Gísli Sigurmundsson, betur þekktur sem Júníus Meyvant kemur fram á Húrra.

MYNDI/SIGRÍÐUR UNNUR LÚBVIKSDÓTTIR

Beint í flug eftir gígg

Tónlistarmaðurinn Júníus Meyvant hefur í nógu að snúast þessa dagana og kemur fram á tónleikum á Húrra í kvöld ásamt Axel Flóvent. Flýgur út á morgun.

Júníus Meyvant er listamannsnafn Vestmannaeyinga Unnars Gísla Sigurmundssonar en hann er búinn að vera ansi upptekinn síðastliðið árið, eða síðan lagið Color Decay kom út síðasta vor.

Hann er nýkominn heim úr tónleikaferð um Evrópu og þá kom hann einnig fram á Þjóðhátíð í Vestmannaeyjum. Hann ætlar að koma fram ásamt hljómsveit sinni á Húrra í kvöld en hann þarf þó að rjúka af landi brott í fyrramálið því hann kemur fram á Alive festivali í Danmörku á morgun. Þá er hann einnig þessa dagana að vinna í sinni fyrstu breiðskífu.

Árið 2014 var árið sem Júníus hljómaði fyrst fyrir eyrum landsmanna af einhverju viti og gerðist það þegar hann sendi frá sér sína fyrstu smáskífu, Color Decay. Lagið vakti mikla lukku og fékk töluverða spílun í útvarpi á Íslandi og sat m.a. í nokkrar vikur í efsta sæti Vinsældalista Rásar 2. Lagið vakti líka mikla lukku hjá útvarpsstöðinni KEXP í Seattle og valdi Kevin Cole dagskrárstjóri það besta lagið á árinu 2014.

Júníus kom, sá og sigraði á



AXEL FLÓVENT

hefur einnig verið að gera það gott hérlendis sem erlendis.

Húsið verður opnað klukkan 20.00 og kostar 2.000 krónur inn.

FARTÖLVU VEISLA

8BLS FARTÖLVUBÆKLINGUR KEMUR MEÐ PÓSTINUM Í DAG

EPLI Í ÚRVALI

FERSKUSTU EPLIÐ FÁST HJÁ TÖLVUTEK Á ENN BETRA VERÐI

MacBook 12" RETINA 512GB 249.900	iPad Mini 2 7.9" RETINA 16GB 56.900	iPad Air 9.7" RETINA 16GB 69.900
MacBook Pro 13" RETINA 256GB 279.900	iPad Air 2 9.7" UNO RETINA 16GB 88.900	

ÚRVALIÐ ER HJÁ OKKUR

ALLAR HEITUSTU FARTÖLVURNAR FYRIR SKÓLANN

0% VEXTIR
ALLAR VÖRUR
VAXTALAUST
12 MÁNUÐI

FRITT
ALLAR FERTÖLVUR
ÚT ÁGÚST

ORYGGIS
2.990

FRITT
ALLAR FERTÖLVUR
ÚT ÁGÚST

VERÐ VORN

OPÍÐ ALLA HELGUNA
15-16 ÁGÚST

ÍS FYRIR ALLA
LJUFFENGUR EMMESSIS
ÍS Í BODI MEÐAN
BIRGDIR ENDAST

14" FARTÖLVA
39.900

SENDUM FRITT
ALLAR FARTÖLVUR
ÚT ÁGÚST

TÖLVUTEK

Lenovo | Packard Bell | GIGABYTE | TOSHIBA

Lenovo

STYRSTI FRAMLIDANDI Á ÞÓ TÖLVUM Í HEIMU

YOGA | VEO | V5000

acer

TÖLVULAUSNIR

ÍS FYRIR ALLA LJUFFENGUR EMMESSIS

ÚRVALIÐ ER HJÁ OKKUR

EMMESSIS

OPÍÐ ALLA HELGUNA
 Fimmtu-Föstudag
 10:00 - 18:30
 Laugardag
 11:00 - 18:00
 Sunnudag
 13:00 - 17:00



TÖLVUTEK

Reykjavík • Hallarmúla 2 • 563 6900 | Akureyri • Undirhlíð 2 • 430 6900



Þetta er mynd af frumvara um þróun og markaðssetningu og markaðssetningu

AFMÆLISBARN DAGSINS



33 ára Sebastian Stan

Pekktur fyrir: Captain America The Dark Soldier, Political Animals og Gossip Girl.

BÍÓFRÉTTIR

Straight Outta Compton lofar góðu

Seinasta helgi var talin sú versta á árinu í kvikmyndahúsum en þá var Fantastic Four frumsýnd. Straight Outta Compton verður hins vegar frumsýnd um helgina vestanhafs og er henni spáð miklum vinsældum. Spáð er að hún muni hala inn 40 milljónir dollara fyrstu helgina en framleiðsla myndarinnar kostaði aðeins 28 milljónir.



FRUMSÝNINGAR



Hitman Agent 47 Spennumynd, glæpamynd

Aðalleikarar: Zachary Quinto, Rupert Friend, Ciarán Hinds
Frumsýnd: 19. ágúst



Absolutely Anything Gaman, vísindaskáldskapur

Aðalleikarar: Robin Williams, Kate Beckinsale, Simon Pegg
Frumsýnd: 19. ágúst



Self/less Vísindaskáldskapur

Aðalleikarar: Ryan Reynolds, Natalie Martinez, Matthew Goode
Frumsýnd: 19. ágúst

Tveir áratugir liðnir frá því að Keyser Söze heillaði á hvíta tjaldinu

Usual Suspects er af mörgum talin ein besta mynd allra tíma. Myndin fékk fjölda verðlauna og situr á hinum ýmsu listum yfir bestu myndir sögunnar. Kevin Spacey fékk Óskarsverðlaun fyrir leik sinn í myndinni. Hinn goðsagnakenndi Keyser Söze var kynntur til leiks.

Tuttugu ár eru liðin frá því að Óskarsverðlaunamyndin Usual Suspects kom út. Myndin þykir sigilt kvikmyndaverk og er ofarlega á listum yfir bestu myndir allra tíma, hjá mörgum gagnrýndum sem og í kvikmyndagagnagrunninum IMDb.com. Handritshöfundurinn Christopher McQuarrie fékk Óskarinn fyrir handrit myndarinnar og Kevin Spacey fékk einnig verðlaun á sömu hátíð, en hann var valinn besti leikarinn í aukahlutverki. Spacey fékk þá Óskarinn í fyrsta sinn, en síðan þá hefur hann einu sinni hlotið styttuna eftirsóttu; þegar hann var valinn besti leikari í aðahlutverki fyrir frammistöðu sína í American Beauty. Myndin var frumsýnd þann 16. ágúst 1995.

Spacey segir sögu

Kevin Spacey fer með hlutverk glæpamannsins Rogers „Verbal“ Kint, sem segir lögreglumönnum sögu sína í myndinni. Kint kemst lífs af úr eldsvoða um borð í bát ásamt ungverska glæpamanninum Arkos Kovaz, sem brenndist illa. Inn í sögu Kind fléttast hin goðsagnakenndi ungverski stórglæpamaður Keyser Söze. Eftir því sem Kint heldur áfram að segja sögu sína eykst flækjustig hennar. Óþarfi er að rifja söguþráðinn upp að fullu, fyrir þá sem hafa gleymt endi myndarinnar og hafa í hyggju að endurnýja kynnin við Kint og þessa mögnuðu sögu. Án þess að gefa of mikið upp má með sanni segja að endir sögu Kint og myndarinnar hafi verið eftirminnilegur.

→ Aðaleikarar:

Stephen Baldwin
Gabriel Byrne
Benicio del Toro
Kevin Pollak
Chazz Palminteri
Pete Postlethwaite
Kevin Spacey

Ofarlega á listum

Myndin var tilnefnd til fjölda verðlauna á sínum tíma. Auk tvennra Óskarsverðlauna sem McQuarrie og Spacey fengu var myndin tilnefnd til þrennra BAFTA-verðlauna og vann í tveimur flokkum. Hún var tilnefnd til þrennra Spirit-verðlauna, Empire-verðlaunanna auk ýmissa smærri verðlauna.

Myndin er í 24. sæti á lista kvikmyndagagnagrunnsins IMDb.com yfir bestu myndir allra tíma. Myndin er með meðaleinkunnina 8,6, en einkunnin er unnin upp úr skoðunum rúmlega 650 þúsund manns.

Myndin er enn fremur á lista kvikmyndastofnunar Bandaríkjanna yfir bestu ráðgátamyndir allra tíma. Entertainment Weekly segir myndina eina af þeim þrettán kvikmyndum sem allir verði að sjá.

Kvikmyndatímaritið Empire setur Keyser Söze í 69. sæti yfir bestu karaktera kvikmyndasögunnar. Og Samtök handritshöfunda setja handrit myndarinnar í 35. sæti yfir bestu kvikmyndahandrit sem skrifuð hafa verið.

kjartanatl@frettabladid.is



SÍGILD Usual Suspect er á listum margra fjölmiðla yfir bestu kvikmyndir allra tíma.

→ Aðrar þekktar myndir sem komu út 1995

Billy Madison (Kom út í febrúar)
Tank Girl (Kom út í mars)
Outbreak (Kom út í mars)
Bad Boys (Kom út í apríl)
Friday (Kom út í apríl)
Basketball Diaries (Kom út í apríl)
Crimson Tide (Kom út í maí)
Die Hard: With A Vengeance (Kom út í maí)
Braveheart (Kom út í maí)
The Bridges of Madison County (Kom út í júní)
Pocahontas (Kom út í jún)

Judge Dredd (Kom út í júní)
Clueless (Kom út í júlí)
Waterworld (Kom út í júlí)
Babe (Kom út í ágúst)
Mortal Kombat (Kom út í ágúst)
Desperado (Kom út í ágúst)
Se7en (Kom út í september)
Showgirls (Kom út í september)
Get Shorty (Kom út í október)
Les Misérables (Kom út í október)
Powder (Kom út í október)
Ace Ventura: When Nature Calls (Kom út í nóvember)

Toy Story (Kom út í nóvember)
Goldeneye (Kom út í nóvember)
Sense and Sensibility (Kom út í desember)
Othello (Kom út í desember)
Jumanji (Kom út í desember)
Heat (Kom út í desember)
Grumpier Old Men (Kom út í desember)
Twelve Monkeys (Kom út í desember)



SONOS

FÁÐU ÞRÁÐLAUSAN AÐGANG AÐ TÓNLISTINNI Í ÖLLUM HERBERGJUM

Hvað er SONOS?
Sonos er kerfi þráðlausra hátalara og hljómtækja. Það sameinar stafræna tónlistarsafnið þitt og útvarpsstöðvar í einu appi sem þú getur stjórnað frá hvaða síma eða spjaldtölvu sem er. Spilaðu það sem þú vilt hvar sem er á heimilinu í gegnum Sonos kerfið sem er mjög einfalt í uppsetningu.





Sjónvarpsmiðstöðin

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



ÚTSALAN

HELDUR ÁFRAM

15-60%
AFSLÁTTUR



Sendum frítt



lindesign.is

Lín 
DESIGN

LÍFIÐ

Brómberjasæla sem bræðir bragðlaukana

Kaka

1 ½ bolli Kornax-hveiti
½ tsk. salt
2 ½ tsk. lyftiduft
¾ bolli púðursykur
2 msk. súraldinbörkur
75 g smjör
1 egg
½ bolli mjólk
1 tsk. vanilludropar
300 g brómber

Hitið ofninn í 185°C og smyrjið hringlaga kökuform.

Blandið hveiti, salti, lyftidufti, púðursykri og súraldinberki vel saman og setjið til hlíðar.

Bræðið smjörin í örbylgjuofni og leyfið því að kólna í 3 til 5 mínútur. Blandið því síðan saman við eggid, mjólkina og vanilludropana.

Blandið þurrinum saman við smjörlönduna og blandið síðan brómberjunum varlega saman við. Setjið deigið í kökuformid.

Rjómaostspekja

225 g mjúkur rjómaostur
1 egg
2 msk. sykur

Blandið öllu vel saman og

smyrjið yfir kökuna.

Mulningur

½ bolli Kornax-hveiti
½ bolli púðursykur
½ tsk. kanill
55 g smjör

Blandið hveiti, púðursykri og kanil vel saman.

Brytið smjörin út í og vinnið

blönduna með höndunum þar til hún líkist mulningi.

Dreifið mulningnum yfir kökuna og bakið hana í 35 til 45 mínútur. Leyfið kökunni að kólna í 15 til 20 mínútur áður en hún er tekin úr kökuforminu.

Uppskrift fengin af blaka.is



Tónleikahald Bjarkar 2015



ANNASAMT ÁR HJÁ BJÖRK

Pó svo að Björk hafi aflýst fyrirhuguðum tónleikum sínum í sumar og haust hefur hún komið víða við á árinu. Platan Vulnicura sem er níunda breiðskífa Bjarkar kom út í janúar eftir að henni var lekið á netið. Hún hefur fengið frábæra gagnrýni í erlendum miðlum.

Gunnar Leó Pálsson

gunnarleo@frettabladid.is



„Mér finnst þetta vera ein af bestu plötum Bjarkar frá upphafi, ákveðin fullkomnun birtist í tónlistarsköpun hennar á þessari plötu.“

Árið 2015 hefur verið annasamt hjá tónlistarkonunni Björk Guðmundsdóttur, sem þurfti þó því miður að aflýsa fyrirhuguðum tónleikum sínum síðar í sumar og haust.

Eins og menn muna lak platan Vulnicura út í lok janúar en samhliða því var hún einnig gefin út stafrænt. Vulnicura, sem er áttunda sólóplata Bjarkar og gefin út af One Little Indian, fékk frábæra gagnrýni og margir tala um að þó skammt sé liðið á árið þá verði þetta tvímælalaust ein af plötum ársins. „Mér finnst þetta vera ein af bestu plötum Bjarkar frá upphafi, ákveðin fullkomnun birtist í tónlistarsköpun hennar á þessari plötu. Hún fer í hóp bestu platan ársins hjá mér. Annars á hver og ein plata sitt moment í núinu en út frá mörgu finnst mér þessi plata vera alveg stórkostleg,“ segir Ásmundur Jónsson, útgáfustjóri Smekkleysu.

Björk birti fyrir skömmu tilkynningu á Facebook-síðu sinni þar sem hún útskýrði ástæður þess að hún ákvað að aflýsa fyrirhuguðum tónleikum sínum en tónleikar hennar

á Iceland Airwaves-hátíðinni voru á meðal þeirra tónleika sem aflýst var. Í tilkynningunni tjáir tónlistarkonan sig um að það hafi tekið verulega á hana að flytja lögin af plötunni en Vulnicura er að miklu leyti byggð á sambandsslitum hennar við listamanninn Matthew Barney.

Í sömu tilkynningu lýsir hún þakklæti sínu fyrir þetta tónleikaferðalag og þakkar hún öllum samstarfsfélögum sínum og aðdáendum.

Björk segir að platan sé öðruvísi en fyrri verk hennar og tekur einnig fram að óviðráðanlegar ástæður hafi orðið til þess að hætt var við tónleikana.

Í lok tilkynningarinnar segist Björk vera byrjuð að semja nýja tónlist.

Björk sagði í viðtali við Fréttablaðið í apríl tónleikana á Íslandi sér mikilvæga. „Alltaf langmikilvægustu tónleikarnir fyrir mig, þess vegna geri ég þá oftast seinna á túrnunum svo allt sé orðið slípað,“ sagði hún spurð út tónleikana sem fyrirhugaðir voru á Íslandi.



MEST SÓTTA PLATAN Í 30 LÖNDUM

Vulnicura var mest sóttá platan hjá tónlistarveitunni iTunes í vikunni sem hún kom út. Hún var númer eitt í yfir 30 löndum:

Bretland
Argentína
Austurríki
Belgía
Brasilía
Búlgaríja

Síle
Kýpur
Tékkland
Danmörk
Eistland
Finnland

Síle
Kýpur
Tékkland
Danmörk
Eistland
Finnland

Grikkland
Ungverjaland
Írland
Ísrael
Mexíkó
Holland

Noregur
Pólland
Portúgal
Rúmenía
Rússland
Slóvakía

Slóvenía
Spánn
Suður-Afríka
Svíþjóð
Svíss
Vítname

Klár í skólann!

9.950,-

MICKE skrifborð með skúffu
B73×D50, H75cm. Hvítt/blátt

5.950,-

ALRIK skrifborðsstóll
B61×D61cm. Sæti H40-51cm
Blátt/svart

9.950,-

MICKE skúffueining á hjólum
B35×D50, H75cm. Hvítt/blátt



Verslun opin **11-21** alla daga - Veitingastaður opin 9:30-20:30 - www.IKEA.is



STÆRSTA RAPPSTRÍÐIÐ Í ÁRARAÐIR

Tveir af þekktari röppurum heims hafa undanfarnar vikur staðið í hatrömmu rappstríði. Flestum þykir Drake, ein stærsta poppstjarna samtímans, hafa gert mjög lítið úr hinum efnilega Meek Mill, sem hefur líkt Drake við meðlimi Milli Vanilli.

Kjartan Atli Kjartansson
kjartanatl@365.is



Til þess að skilja baráttuna á milli kanadísku rappstjörnunnar Drake og hins efnilega Meek Mill, sem er frá Filadelfíu í Bandaríkjunum, þarf maður að gera sér grein fyrir ríkjandi gildismati í rappeheiminum. Í gegnum tíðina hefur það þótt mikilvægt að semja sína eigin texta; sem blandast einhvers konar kröfu um að rapparar endurspegli sannleikann í sínum textum.

Upphaf rappstríðsins á milli rappstjárnanna tveggja hófst efnilega á því að Meek Mill ljóstráði því upp að Drake hefði ekki samið textann í erindi sínu í laginu R.I.C.O. – lagi sem félagarnir komu og röppuðu saman og er á nýútkominni plötu Meek Mill. Í kjölfarið hófst atburðarás sem á sér fáar hliðstæður í rapp-sögunni.

Gikk-puttar og Twitter-puttar

Meek Mill leysti frá skjóðunni á Twitter-síðu sinni, eftir að einhverjir líktu rappstíl hans við Drake. „Hættið að bera mig saman við Drake. Hann semur ekki textana sína sjálfur. Þess vegna hefur hann ekki tíst um plötuna mína. Því hann veit að við komumst að því.“ Tístið, innan við 140 slög,

Á UPPLEIÐ

Meek Mill er þekktur innan rappgeirans og hefur gefið út fjölda vinsælla laga.

setti rappeheiminn á hliðina. Stjórnur innan senunnar kepptust við að raða sér í fylkingar á meðan stærsta stjarna stundarinnar – Drake – þagði þunna hljóði. Þögnin var nánast þrúgandi í þessa þrjá daga sem Drake beið átektta. Síðan stökk hann eins og rándýr á bráð sína; sendi fyrst frá sér lagið Charged Up, sem var greinilegt svar við ásökunum Meek Mill. Textinn í laginu er beittur, þó svo að lagið sé einstaklega lágstemmt miðað við tilefnið: „Ég er þögull, því við erum í stríði og ég er mjög þolinmóður,“ segir kanadíska rappstjarnan í laginu. Drake lætur Meek Mill svo sannarlega vita hvor sé stærri stjarnan í þessu rappstríði.

Er þetta tónleikaferðalag kærustunnar?

Meek Mill tjáði sig strax um lagið á Twitter-síðu sinni og þótti það ekki tilkomumikið. Hann reyndi að gera lítið úr textanum með því að segja að greinilegt væri að Drake hefði samið þetta lag sjálfur. Drake gaf Meek Mill nokkra daga til að svara með sínu eigin lagi, en fjórum dögum eftir að Charged Up kom út ákvað Drake að gefa út lagið Back to Back.

Lagið hreinlega sló í gegn og varð algjört rothögg í baráttunni. Drake flutti lagið á eftirminnilegan hátt á tónleikum OVO-plötufyrirtækisins, sem Drake stofnaði. Á tónleikunum birti Drake mikið af myndum sem netverjar settu saman til þess að gera lítið úr Meek Mill í kjölfar útgáfu Back to Back. Myndbönd af frammistöðunni fóru eins og eldur í sínu um netheima, en á YouTube má finna fjölda myndbanda sem tónleikagestir tóku á símann sinn. Til að mynda hefur verið horft á eitt þeirra í tæplega þrjú milljónir skipta.

Ert að láta söngvara rústa þér

Textinn í Back to Back er hárbeyttur og hafa nokkrar línur vakið sérstaka athygli. Drake gerir lítið úr Meek Mill fyrir að hafa byrjað stríðið á Twitter-síðu sinni, en Meek hefur oft sagst vera grjótharður og tilbúinn að fremja hina ýmsu glæpi. Drake gerir líka lítið úr Meek Mill fyrir að vera í sambandi með stjórnunni Nicki Minaj, sem er talsvert frægari en Meek Mill. Drake, sem hefur gert lög með Nicki Minaj, hvetur hana til að gera kaupmála ef þau skyldu giftast. Einnig gerir Drake hálf-gert grín að sjálfum sér, því sumir telja hann oft vera meiri söngvara en rappara, og segir Meek Mill hljóta að vera slappan ef hann er að láta söngvara rústa sér.

Milli Vanilli

Meek Mill svaraði svo að lokum í formi lags, titlað Wanna Know. Í textanum skýtur Meek Mill föstum skotum á stjórnuna kanadísku, en lagið vakti þó ekki mikla lukku. Væntanlega spila vinsældir Drake inn í viðbrögðin við lagi Meek, sem inniheldur ansi hvassa gagnrýni á Drake. Meek Mill líkti til að mynda Drake við meðlimi sveitarinnar Milli Vanilli sem, eins og margir vita, hafa víðurkennt að hafa ekki sungið sjálfir í lögum sveitarinnar. Meek Mill fjallaði líka um rapparann Quentin Miller í laginu sínu, en nánar má lesa um hann annars staðar á síðunni. Miller er sagður hafa samið nokkur lög sem Drake hefur gefið út.

Það helsta í rappstríðinu

22. JÚLÍ

Meek Mill skýtur á Drake á Twitter og segir hann ekki semja sín eigin lög.

23. JÚLÍ

Meek Mill kemur á svið hjá kærustunni sinni, Nicki Minaj, og gerir tilraun til að biðja Drake afsökunar.

23. JÚLÍ

Plötusnúðurinn Funkmaster Flex segist hafa undir höndum upptökur af rapparannum Quentin Miller að rappa lagið 10 Bands, sem Drake gerði frægt. Flex segir upptökuna staðfesta að Drake hafi keypt lagið af Miller.

25. JÚLÍ

Drake gefur út lagið Charged Up og flytur það í útvarpsþætti OVO-fyrirtækisins. Hann svarar ásökunum Meek Mill fullum hálsi.

26. JÚLÍ

Meek Mill gerir strax lítið úr lagi Drake.

29. JÚLÍ

Drake gefur út annað lag, undir titlinum Back to Back. Lagið slær samstundis í gegn og fer eins og eldur í sínu um netheima. Fólk keppist við að úrskurða Drake sigurvegara stríðsins.

30. JÚLÍ

Meek Mill gefur út lagið Wanna Know, sem er frumflutt í þætti Funkmaster Flex. Sá síðar-nefndi sagðist einnig hafa undir höndum fleiri upptökur með Quentin Miller að rappa lög sem Drake gerði fræg. Flex setur lögin á vefsíðu sína, en þau voru síðar fjarlægð.

31. JÚLÍ

Drake birtir mynd af sér hlæjandi á Instagram, til þess að gera lítið úr lagi Meek Mill.

3. ÁGÚST

Drake flytur lagið Back to Back á tónleikum með miklum látum. Fyrir aftan hann birtast hundruð mynda af Meek Mill, sem unnið hefur verið með í myndvinnslu-forritum til þess að gera lítið úr honum. Í kjölfar tónleikanna var haldið eftirpartí og þar hóf maður skotárás þar sem tveir létu lífið.

5. ÁGÚST

Drake birtir mynd af sér á Instagram ásamt Kanye West og Will Smith, en margir telja þá hafa verið að hlæja að skopmyndum af Meek Mill.

6. ÁGÚST

Meek Mill fer með rímur um Drake á tónleikum sínum, án undirspils. Hann er gagnrýndur fyrir að líkja Drake við Caitlyn Jenner.

12. ÁGÚST

Meek Mill fjarlægir Wanna Know af vefsíðu sinni og telja fjölmiðlar að hann sé þannig að draga sig út úr stríðinu.

STJARNNA Drake er líklega vinsælasti rappari heims um þessar mundir og hefur slegið hvert metið á fætur öðru á Billboard-listunum frægu.

ER QUENTIN MILLER SKUGGASKRIFARINN?

Nafn óþekktis rappara frá Georgíufylki í Bandaríkjunum var fljótlega dregið inn í stríðið á milli Meek Mill og Drake. Rapparinn Quentin Miller er sagður hafa samið nokkur laga Drake á síðustu plötu hans. Miller er kallaður „ghost writer“, eða skuggaskrifari, en þrátt fyrir það er hann nefndur sem einn af höfundunum á bak

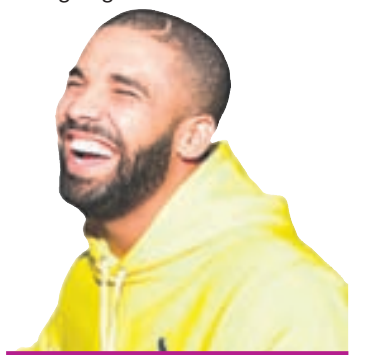
við nokkur af vinsælustu lögum Drake um þessar mundir.

Miller hefur greinileg tengsl við OVO-fjölskylduna, plötufyrirtæki Drake. En samkvæmt fréttamiðlum vestanhafs hefur fjöldi mynda á Instagram-síðunni hans verið fjarlægður, myndir þar sem hann sást til að mynda í hljóðveri OVO.

Þáttastjórnandinn og plötusnúðurinn heimspækkti Funkmaster Flex blandaði sér í baráttuna á milli Drake og Meek Mill og tók sér stöðu með þeim síðarnefnda. Hann birti þrjú lög með Quentin Miller og kemur í ljós að Drake hefur notað þau nákvæmlega eins og Miller samdi þau og tók þau upp, meðal annars erindi Drake í laginu

R.I.C.O., og þykir því ljóst að Meek Mill hafi haft eitthvað til síns máls.

En það virðist engin áhrif hafa á almenningssálitið; Drake er enn ótvíráður sigurvegari þessa rappstríðs og má jafnvel túlka það sem svo að gildismati í rappsenunni hafi breyst; að það skipti ekki jafn miklu máli að rapparar semji sína eigin texta, svo fremi að lögin séu góð.



20% afsláttur
af öllum Blue Lagoon húðvörum

Fegurðin
kemur
að innar



Dagana 13.-19. ágúst verður 20% afsláttur af öllum Blue Lagoon húðvörum í verslunum Hagkaups.

HAGKAUP
Stemntilegast að versla

LAUGARÁSBIÓ

mid.is
Míðalaða og nýjari uppbygging

Coca-Cola
Leigubíll

VACATION 12

THE GIFT 16

FRUMMAÐURINN L

TRAINWRECK 12

MINIONS L

MISSION IMPOSSIBLE 12

LAUGARÁSBIÓ
Sýningartímar

VACATION	3:50, 5:50, 8, 10:10
THE GIFT	8, 10:20
FRUMMAÐURINN 2D	3:40, 5:50
TRAINWRECK	8
SKÓSVEINARNIR 2D	3:50
MINIONS - ENS TAL 2D	6
MISSION IMPOSSIBLE	10:35

SAMBIÓIN SAMbio.is

Það muna allir eftir ógleymanlegu grínmyndunum um Griswold fjölskylduna. Nú er komið að syninum að fara með sína fjölskyldu í frí!

"VACATION ER FYNDNASTA MYND ÁRSINS"
JAMES OSTER - JOBLD

"BRJÁLÆDISLEGA FYNDIÐ FRAMHALD"
MATT SULLIVAN - IN TOUCH

"ÉG HEF EKKI HLEGIÐ SVONA OFT UPPHÁTT Í LANGAN TÍMA"
DAVE KARGER - FANDANGO

VACATION 12

MISSION: IMPOSSIBLE 12

ANT-MAN 12

THE GALLOWS 12

SKÓSVEINARNIR 2D L

INSIDE OUT 2D L

JURASSIC WORLD 2D 8

VACATION 12

MISSION: IMPOSSIBLE 12

TRAINWRECK 12

LAUGARÁSBIÓ

ALFABAKKA	EGILSHÖLL	KEFLAVÍK	AKUREYRI
VACATION kl. 3:40 - 4:40 - 5:50 - 6:50 - 8 - 9 - 10:20 - 11:10	VACATION kl. 5:40 - 8 - 10:45	VACATION kl. 8 - 10:40	VACATION kl. 5:50 - 8 - 10:10
VACATION VIP kl. 3:40 - 5:50 - 8	MISSION: IMPOSSIBLE kl. 5:20 - 8 - 10:20	MISSION: IMPOSSIBLE kl. 10:10	MISSION: IMPOSSIBLE kl. 8 - 10:45
MISSION: IMPOSSIBLE kl. 5:15 - 8 - 10:45	FANTASTIC 4 kl. 5:40 - 8 - 10:20	MISSION: IMPOSSIBLE kl. 3:40 - 5:50	MAGIC MIKE XXL kl. 8
MISSION: IMPOSSIBLE VIP kl. 10:20	ANT-MAN 2D kl. 5:30 - 8 - 10:30	INSIDE OUT 2D kl. 3:40 - 5:50	INSIDE OUT 2D kl. 5:50
ANT-MAN 2D kl. 8 - 10:45	NUMERÚÐ SÆTI		
THE GALLOWS kl. 10:45	VACATION kl. 5:50 - 8 - 10:20		
SKÓSVEINARNIR 2D kl. 3:40 - 5:50	MISSION: IMPOSSIBLE kl. 6 - 9 - 10:30		
INSIDE OUT 2D kl. 3:40 - 5:50	MAGIC MIKE XXL kl. 8		
JURASSIC WORLD 2D kl. 8	INSIDE OUT 2D kl. 5:50		
	AKUREYRI		
	VACATION kl. 5:50 - 8 - 10:10		
	MISSION: IMPOSSIBLE kl. 8 - 10:45		
	ANT-MAN 2D kl. 5:30		

SMÁRA BIÓ HÁSKÓLA BIÓ

SOUTHPAW 12

FRUMMAÐURINN L

FANTASTIC 4 12

TRAINWRECK 12

Sýningartímar á eMid.is og mid.is



JAKE OG MAGGIE GYLLENHAAL Faðir þeirra var leikstjóri og þau fengu bæði lítil hlutverk í nokkrum kvikmyndum hjá honum þegar þau voru yngri. Nú eru þau bæði stórleikarar en Jake er þó heldur þekktari en hann hefur náð að landa aðalhlutverkum í fjölda stórmynda, þar á meðal Everest eftir Baltasar Kormák.



LUKE OG OWEN WILSON Bræðurnir eru báðir grínleikarar en það er erfitt að skera úr um hvor þeirra hefur náð lengra. Owen hefur oftara ratað á síður slúðurblaðanna en þeir hafa báðir fengið svipuð hlutverk í kvikmyndum.



ZOOEY OG EMILY DESCHANEL Þær hafa báðar leikið aðalhlutverk í vinsælum sjónvarpsþáttum, Zooey í New Girl og Emily í Bones, en sú fyrrnefnda hefur leikið í mun fleiri kvikmyndum og komið sér fyrir sem ein vinsælasta leikkona Hollywood í dag.



JESSICA OG ASHLEY SIMPSON Þær hafa báðar verið til að verða fræg þá virðist eins og fólk haldi að hún hafi náð lengra á ferlinum þegar raunin er að þær hafa báðir átt söngferil, verið með eigin raunveruleikaþátt og verið í samböndum sem hafa ratað á síður slúðurblaðanna.

Systkini sem gera það gott

Það er mikið af systkinum í Hollywood sem hafa náð frægð og frama saman og hvort í sínu lagi. Sum systkinin hafa oft náð lengra en önnur og er því spurning hvort það verði einhvern tíma vottur af afbrýðisemi í fjölskylduboðunum en við skulum vona að svo sé ekki.



KEVIN OG MATT DILLON Matt náði hápunkti sínum sem unglingur á níunda áratugnum en ferill hans hefur hægt töluvert á sér seinustu ár á meðan Kevin skaust upp á stjörnuhimininn eftir að hafa leikið í HBO-þáttunum Entourage sem slógu rækilega í gegn.



SHAWN OG MARLON WAYANS Bræðurnir koma úr fjölskyldu þar margir hafa náð langt í leiklistinni. Þeir leika oft saman í myndum en flestir ættu að kannast við þá úr bráðföndu gamanmyndinni White Chicks.

Léttasta bókin í skólatöskunni?

MacBook Air



TRUNK
SLÍÐUR
fylgir með
MacBook Air*



Allt að
12 klst
Rafhloðuending

MacBook Air

Fimmta kynslóð Intel Core örgjörva
Thunderbolt 2
Rafhlaða sem dugur daginn
Aðeins 1.08 kg. (11") / 1.35 kg. (13")
Íslenskt baklýst lyklaborð

Verslanir á Laugavegi 182 og í Smáralind • sími 512 1300 • epli.is





MIKIL EFNÍ Gísli er ein bjartasta von Íslands í golfinu. FRÉTTABLAÐIÐ/DANIEL

Mikil upphefð fyrir Gísli

GOLF Gísli Sveinbergsson úr Golfklúbbnum Keili var í gær valinn í úrvalslið drengja frá meginlandi Evrópu sem leikur gegn úrvalsliði pílta frá Englandi og Írlandi á Royal Dornoch-vellinum í Skotlandi.

Gísli er einn nýu kylfinga sem valdir voru í liðið en mótið fer fram 28. og 29. ágúst næstkomandi. Gísli verður fyrsti kylfingurinn í sögu Íslands sem er boðaður í liðið.

Gísli er í 156. sæti á heimslista áhugamanna í golfi en hann er stigahæsti íslenski kylfingurinn á lista.

Kylfingarnir sem verða með Gísli í liði eru þeir John Axelsen (Danmörk), Christoffer Bring (Danmörk), Viktor Hovland (Noregur), Kristoffer Reitan (Noregur), Maximilian Schmitt (Þýskaland) og Tim Widing (Svíþjóð) en síðustu tveir kylfingarnir verða tilnefndir á næstu dögum. Þá verður Miguel Franco de Sousa fyrirliði liðsins. -kpt

GOLF

PGA-meistaramótið hefst í dag

Síðasta risamót ársins í golfinu, PGA-meistaramótið, fer af stað síðar í dag. Bestu kylfingar heims í dag, Jordan Spieth og Rory McIlroy, eru saman í ráshóp og verða flestra augu á þeim. Mótið verður í beinni útsendingu alla dagana á Golfstöðinni og hefst útsending í dag klukkan 18.00.

Smellirnir kveikja á manni

Grétar Ari Guðjónsson og félagar í U-19 ára landsliðinu í handbolta hafa unnið alla sína leiki á HM í Rússlandi og eru til alls líklegir. Grétar hefur vakið athygli á mótinu, bæði fyrir frammistöðu, sem og klæðaburð.

HANDBOLTI Strákarnir í U-19 ára landsliði Íslands í handbolta unnu í gær sinn fjórða sigur í jafn mörgum leikjum á heimsmeistarumótinu í Ural í Rússlandi. Ísland lagði þá Noreg að velli, 32-29, eftir sveiflukennndan leik en Norðmenn voru með fimm marka forystu þegar 16 mínútur voru eftir af leiknum. En á lokakaflanum breyttu Íslendingar um vörn og hún lagði grunninn að frábærum endaspretti sem tryggði Íslandi stigin tvö og um leið sigur í B-riðli.

Breytt vörn skipti miklu

„Þetta var frábært,“ sagði Grétar Ari Guðjónsson, markvörður íslenska liðsins, í samtali við Fréttablaðið í gær. Markverðir Íslands, Grétar og Einar Baldvin Baldvinsson, áttu erfitt uppdráttar framan af leik í gær en Grétar kom sterkur inn á lokakaflanum og varði mikilvæg skot. En hvað skilaði sigrinum að hans mati?

„Mjög góður sóknarleikur. Ég veit reyndar ekki mikið um sóknarleik en mér fannst hann góður sem og hraðauppflaupin,“ sagði Grétar og bætti við: „Það var líka ákveðinn vendipunktur þegar þeir fengu tveggja mínútna brottvísun og við breyttum í 4-2 vörn. Þá batnaði vörnin og markvarslan. Við vorum ekki góðir í markinu fram að því.“

Grétar, sem leikur með Haukum og varð Íslandsmeistari með liðinu í vor, er annars nokkuð sáttur með markvörsluna á mótinu: „Það hefur mestmegnis gengið vel, held ég, en það er erfitt að segja. Persónulega finnst mér alltaf eitthvað sem má bæta,“ sagði Grétar.

Verðum að taka leikinn alvarlega

Ísland hefur sem áður segir unnið alla fjóra leiki sína á HM; gegn Þýskalandi, Spáni, Egyptalandi og Noregi. Íslensku strákarnir eiga einn leik eftir, gegn Venesúela sem er með langlélegasta liðið í riðlinum. Þótt venesúelska liðið sé fallbyssufóður segir Grétar að íslenska liðið verði að mæta

„Ég hef alveg spilað aftur í síðbuxum en er búinn að sætta mig við að það gengur betur í stuttbuxum.“

Grétar Ari Guðjónsson

einbeitt til leiks á morgun.

„Við skulum okkur það sjálfum og öllum öðrum að sýna leiknum virðingu og gera þetta almennilega. Það er ekkert gaman að spila ef þú tekur þetta ekki alvarlega,“ sagði Grétar en Ísland mætir liðinu sem endar í 4. sæti A-riðils í 16-liða úrslitum á sunnudaginn. Líklegast er að Serbía eða Pólland verði fyrsti mótherji Íslands í útsláttarkeppninni.

Grétar hefur vakið töluverða athygli á HM, ekki einungis fyrir skotin sem hann ver heldur einnig fyrir þá staðreynd að hann spilar í stuttbuxum en ekki í síðbuxum eins og langflestir markmenn.

Gengur betur í stuttbuxum

„Þetta byrjaði á EM Póllandi í fyrra þar sem var mjög heitt í höllunum. Við vorum búnir að spila tvo leiki og markvarslan var ekki góð. Ég vildi breyta einhverju og ákvað að vera í stuttbuxum,“ sagði Grétar sem segir að það hafi tekið tíma að fá það í gegn að spila í stuttbuxum en ekki síðbuxum.

„Það gekk miklu betur í stuttbuxum. Ég hef alveg spilað aftur í síðbuxum en er búinn að sætta mig við að það gengur betur í stuttbuxum,“ sagði Grétar en af hverju er betra að vera í stuttbuxum?

„Maður er léttari á sér og það er léttara að komast í gang. Þegar boltinn smellur í löppunum kveikir það á manni,“ sagði Grétar sem er ekki enn byrjaður að spila í stuttbuxum í Olís-deildinni en hann segir kuldann helstu fyrirstöðuna. Þessi efnilegi markmaður útilokar þó ekki að áhorfendur fái að sjá hann í stuttbuxumum í vetur.

ingvithor@365.is



KATTIÐUGUR Grétar Ari Guðjónsson og félagar hans í U-19 ára landsliðinu eru líklegir til afreka á HM í Rússlandi. FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY

Hef fórnað ýmsu til þess að ná markmiðum mínum

Helgi Sveinsson setti nýtt heimsmet á dögum en hann segir það gefa honum aukinn kraft við æfingar fyrir Ólympíuleikana í Brasilíu.



ENN Á UPPLÉIÐ Helgi er sífellt að bæta sig og hefur sett stefnuna á að vinna Ólympíugull á næsta ári. FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY

FRJÁLSAR ÍPRÓTTIR „Þetta er búið að vera á teiknborðinu mjög lengi sem gerir það að verkum að það er enn þá sætara að hafa loksins náð þessu,“ sagði Helgi Sveinsson, spjótkastari úr Ármanni, í samtali við Fréttablaðið í gær en Helgi setti nýtt heimsmet í spjót-kasti fatlaðra í flokki F-42.

Var þetta í þriðja sinn sem Helgi kastaði lengra en fyrra heimsmet en þetta var í fyrsta sinn sem hann gerði það á móti sem er viðurkennt af Alþjóðafriðsamtökum fatlaðra.

Stór áfangi að ná þessu

„Þetta er mjög skrítið í íþróttahæmi fatlaðra, það er tekin ákvörðun um hvort mót teljist vera gild á skrifstofu nefndarinnar og ef þetta er ekki á slíku móti telst kastið ekki til metabókanna,“ sagði Helgi sem furðaði sig á þessu.

„Ég fékk þessi fyrri tvö köst ekki gild þrátt fyrir að allt saman væri eftir bókinni. Þetta eru reglurnar og það er víst ekki hægt að breyta þeim neitt svo ég þurfti bara að endurtaka leikinn úti,“ sagði Helgi en hann setti metið í Noregi.

Helgi er heims- og Evrópumeistari í greininni og hann náði loksins heimsmetinu af Fu Yanlong með 56,04 metra kasti. Fu setti sitt met á Ólympíuleikunum 2012 með kasti upp á 52,79 metra og bætti Helgi því metið um rúmlega þrjú metra

en hann hafði áður kastað 53,06 metra á mótinu í Noregi.

„Þetta er stór áfangi. Ég vissi að ég gæti þetta en það er gott að ég náði að klára þetta og stimpla mig inn og sýna að ég sé ekkert í þessu til gamans. Ég er að þessu til þess að ná árangri.“

Stækkar sjóndeildarhringinn

Helgi verður meðal þátttakenda á Ólympíuleikum fatlaðra í Ríó á næsta ári en keppt verður í flokkum F42-44 saman. Helgi sagði að metið myndi gefa honum aukinn kraft við æfingar fyrir Ólympíuleikana.

„Þetta stækkar sjóndeildarhringinn í markmiðum fyrir Ólympíuleikana. Núna get ég reynt að leggja meira á mig til þess að ná settum markmiðum og markmiðin stækka á sama tíma. Stefnan er auðvitað að verða Ólympíumeistari og það hefur verið markmið mitt lengi. Þetta markmið kom fyrir en ég bjóst við og þetta á bara eftir að gefa mér aukinn kraft við æfingarnar.“

Allur frítími minn fer í þetta

Helgi hefur undanfarna mánuði minnkað við sig vinnu til þess að geta nýtt tímann betur til æfinga. Hann segir að það hafi borgað sig og að hann hafi tekið miklum framförum á þessum tíma.

„Ég hef unnið hjá Össuri í gegn um allan minn spjótkastriferil en

ég ákvað fyrir stuttu að minnka við mig vinnu til þess að geta náð markmiðum mínum í íþróttinni. Það hefur skilað sér, bæði hef ég fundið fyrir því og þjálfarar mínir segja að það sé auðvelt að sjá bætinguna undanfarna mánuði.“

Helgi hefur nýtt allan þann frítíma sem hann hefur til þess að æfa en hingað til hefur hann að mestu greitt kostnað við þetta sjálfu

„Það er eiginlega það erfiðasta í þessu, ég er varla með styrktaraðila í þessu. Frítíminn minn frá vinnu og mínir eigin peningar hafa farið í þessa íþrótt en það sem drífur mig áfram er þorstinn í árangur. Ég hef fórnað ýmsu til þess að ná markmiðum mínum á undanförunum árum,“ sagði Helgi.

Dreymir um atvinnumennsku

Helgi sagði að draumurinn væri að fá styrktaraðila sem gerði það að verkum að hann gæti einbeitt sér alfarið að æfingum árið fyrir leikana.

„Stærsti draumurinn er að fá styrktaraðila næsta árið sem gerði það að verkum að ég gæti einbeitt mér algerlega að því að æfa fyrir Ríó. Þá yrði ég fyrsti maðurinn í íþróttagrein fatlaðra á Íslandi sem væri atvinnumaður með það að markmiði að ná gulli í Ríó. Þá gæti ég einbeitt mér að því að æfa tvisvar á dag og einbeitt mér betur að undirbúningnum.“ -kpt



TRYGGÐU
ÞÉR ÁSKRIFT Í
SÍMA 1817 EÐA
Á 365.IS

BEINAR ÚTSENDINGAR FRÁ MÓTINU:

Fimmtudaginn	13. ágúst	kl. 18:00
Föstudaginn	14. ágúst	kl. 18:00
Laugardaginn	15. ágúst	kl. 18:00
Sunnudaginn	16. ágúst	kl. 18:00



Nánar á 365.is og í síma 1817

EKKI MISSA AF SÍÐASTA RISAMÓTI ÁRSINS!

PGA CHAMPIONSHIP 13.-16. ÁGÚST Á GOLFSTÖÐINNI

Allir helstu kylfingar heims hafa boðað þátttöku sína á PGA Championship-mótinu sem er fjórða og síðasta risamót ársins og fer fram á Whistling Straits í Wisconsin í Bandaríkjunum. Gera má ráð fyrir mikilli dramatík á mótinu enda hefur Rory McIlroy titil að verja eftir að hann sigraði Phil Mickelson með eins höggs mun í fyrra.

Fylgstu með frá byrjun á Golfstöðinni.

3.490 kr. ef þú ert með Stóra pakkann eða Sportpakkann.

5.490 kr. ef þú ert með aðra áskrift hjá 365.

6.490 kr. ef þú ert ekki með neina áskrift hjá 365.



Allt það besta hjá 365

ENDALAUST TAL OG
10 GB Á 3.990 KR.

Með Golfstöðinni færðu endalaust tal og 10GB á 3.990 kr.

365

1817
365.is



MISSA EKKI AUGUN AF BOLTANUM Málfríður Erna Sigurðardóttir og Guðrún Arnardóttir hrósa hvor annarri fyrir bæði að tala og hlusta í leikjum Breiðablikslíðsins í sumar.

FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

→ 28 Blikamörk í röð í Pepsi-deildinni

Miðverðirnir Málfríður Erna Sigurðardóttir og Guðrún Arnardóttir eru tvær af nýu leikmönnum liðsins sem hafa skorað fleiri mörk en mótherjar Blika í síðustu tíu leikjum liðsins í Pepsi-deildinni. Breiðablik hefur skorað 28 mörk í röð í deildinni án þess að mótherjum liðsins hafi tekist að svara fyrir sig. Þær sem hafa skorað þessi 28 mörk eru eftirtaldir: Fanndís Friðriksdóttir (11 mörk), Telma Hjaltalín Prastardóttir (5), Aldís Kara Lúðvíksdóttir (4), Rakel Hönnudóttir (3), Andrea Rán Snæfeld Hauksdóttir (1), Guðrún Arnardóttir (1), Hildur Sif Hauksdóttir (1), Jóna Kristín Hauksdóttir (1), Málfríður Erna Sigurðardóttir (1).

Stelpurnar sem skelltu í lás

Það munar ellefu árum á miðvarðapari Breiðabliks í Pepsi-deild kvenna í fótbolta en þrátt fyrir að vera á fyrsta ári saman spila þær eins og þær hafi aldrei gert neitt annað. Fyrir vikið hefur ekki verið skorað hjá Blikum í Pepsi-deildinni í 77 daga og 920 mínútur.

FÓTBOLTI „Það er búið að ganga mjög vel hjá okkur og við höfum náð ótrúlega vel saman,“ segir Málfríður Erna Sigurðardóttir aðspurð um samstarf sitt við hinn miðvörð Blikanna, Guðrúnu Arnardóttur. Málfríður er á fyrsta ári með Blikum en hefur orðið fimm sinnum Íslandsmeistari með Val á ferlinum. Hún þekkir því vel að vinna Íslandsmeistaratitilinn.

Ellefu árum yngri og hægra megin við hana í miðri vörninni er hin tvítuga Guðrún Arnardóttir. Guðrún er á sínu fjórða ári með Blikum en lék áður með Selfossi í b-deildinni. Líkt og margar í Blikaliðinu hefur Guðrún aldrei orðið Íslandsmeistari en eftir frábæra frammistöðu í sumar er titillinn í sjónmáli þegar fimm umferðir eru eftir.

Varnarleikur Breiðablikslíðsins hefur verið magnaður í Pepsi-deild kvenna í sumar enda liðið aðeins búið að fá sig tvö mörk í fyrstu þrettán umferðunum. Það sem meira er, liðið fékk síðast á sig mark í deildarleik í maí.

Í sigurleiknum gegn Fylki á þriðjudagskvöldið héldu Blika-stúlkur marki sínu hreinu í tíunda deildarleiknum í röð. Frammistaða Málfríðar Ernu Sigurðardóttur og Guðrúnar Arnardóttur hefur líka nánast verið upp á tíu í sumar.

Farnar að þekkja hvor aðra

„Þegar hún kom yfir í Breiðablik í vetur þá tók okkur smá tíma að slípa okkur saman. Ég vil líka meina að við höfum verið aðeins að því í byrjun móts og í fyrstu leikjunum. Nú erum við orðnar vel samstilltar og farnar að þekkja hvor aðra,“ segir Guðrún.

„Við erum báðar tilbúnar að hlusta hvor á aðra og leiðbeinum hvor annarri mjög vel. Hún er líka ótrúleg,“ segir Málfríður og er alveg til í að hrósa Guðrúnu. „Hún er ótrúleg í öllu, mjög góð ein á móti einum, sterk í skallaboltum og er orðin mjög góð,“ segir Málfríður og virðingin er gagnkvæm.

„Það er mjög gaman að hafa hana hjá sér því hún er mjög skemmtileg manneskja. Hún er frábær leikmaður. Hún hefur reynsluna og er alltaf að hjálpa manni. Hún er góð í varnarvinnunni og gefur ekki dropa eftir sama hvað gerist,“ segir Guðrún og bætir við:

Eru ólíkar típur

„Við erum samt frekar ólíkar típur. Hún er líka með reynsluna en ég er ný í þessu. Ég held að það sé bara góð blanda því okkar kostir passa vel saman,“ segir Guðrún. „Ég held að hún sé ekki bara að hjálpa mér heldur öllum í liðinu. Við erum líka allar að deila smá vitneskju hver til annarrar en hún er þar í stóru hlutverki. Við tvær þurfum ekki lengur eins mörg orð enda farnar að skilja fljótt hvað hin er að hugsa. Við Fríða náum að halda hvor annarri á tánum og erum ekkert að gleyma okkur,“ segir Guðrún.

Þær eru báðar fljótar að fara að tala um mikilvægi annarra leikmanna í liðinu og að það sé ekki bara þeim að þakka að Breiðablik hefur haldið marki sínu hreinu í 920 mínútur samfelld. „Sonny Lára er að tala mjög mikið við okkur og vörnin öll er búin að standa sig frábærlega. Svo má heldur ekki gleyma þeim sem spilar fyrir framan okkur,“ segir Málfríður og Guðrún talar á svipuðum nótum.

„Þetta er ótrúlega gott og það er alltaf markmiðið að halda hreinu en það gerir þetta auðveldara fyrir okkur í vörnin ef fremstu mennirnir sinna sinni varnarvinnu. Um leið og sú vinna er til staðar þá gerir þetta allt auðveldara fyrir okkur hinar. Varnarleikurinn okkar byrjar uppi á topp,“ segir Guðrún.

Að breyta til eða að hætta

Málfríður Erna Sigurðardóttir ákvað að söðla um í vetur hálfu ári eftir að hún eignaðist sitt þriðja barn. Löngunin í fótboltann var



STERKAR SAMAN Málfríður Erna Sigurðardóttir og Guðrún Arnardóttir hafa spilað frábærlega í miðri vörn Blika í sumar.

FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

enn til staðar.

„Í vetur ætlaði ég annaðhvort að breyta til og gera eitthvað nýtt eða bara að hætta. Það er rosalega gaman að hafa tekið þessa ákvörðun og að hafa ekki hætt núna þegar gengur svona vel,“ segir Málfríður sem hefur ekki látið meislis eða barneignir stoppa sig.

„Ég ætla að sýna þessum stelpum að þetta er ekkert búið þó að maður sé búin að eignast börn. Þetta verður líka ekki síðasta tímabilið. Þegar gengur svona vel þá vill maður vera áfram,“ segir Málfríður í léttum tón.

Breiðablikslíðið hefur unnið 12 af 13 leikjum í Pepsi-deildinni og ekki tapað deildarleik í sumar. Málfríður segir samt að það hafi nú verið heilmikið að gera hjá þeim. „Deildin er orðin allt öðruvísi og í gamla daga var miklu minna að gera hjá manni heldur en núna. Það hefur oft mun að litlu að við höfum fengið á okkur mark í þessum tíu leikjum og meðal annars oft á móti Stjörnunni. Við höfum oft náð að bjarga á síðustu stundu og Guðrún bjargaði meðal annars mjög vel á síðustu stundu í síðasta leik á móti Fylki,“ segir

920

mínútur síðan KR-ingurinn Margrét María Hólmarsdóttir skoraði síðust allra hjá Breiðabliki í Pepsi-deild kvenna.

Málfríður. Málfríður vann síðast Íslandsmeistaratitilinn með Val sumarið 2010 en síðasta bikargullíð fór um háls hennar árið eftir. Breiðablik vann síðast Íslandsmeistaratitilinn fyrir tíu árum. Málfríður talar sérstaklega um hungrið í Blikaliðinu nú.

Mikið hungur í Blikaliðinu

„Það er mjög mikið hungur í stelpunum í liðinu að vinna Íslandsmeistaratitilinn og það er mjög gaman fyrir mig að finna þetta hungur aftur og vera í liði sem vill svona mikið vinna. Leikurinn við Stjörnunna er næsti leikur og það er mjög gaman að fara að mæta þeim,“ segir Málfríður.

„Þetta er fjórða árið hjá mér í Breiðabliki og það eina sem við erum búnar að vinna er að taka bikarinn einu sinni. Ég hef aldrei unnið Íslandsmeistaratitilinn og það er langt síðan að Breiðablik vann hann síðast. Auðvitað langar mann alltaf að vinna.“

Þetta er búið að vera framar okkar vonum. Þegar liðið er orðið svona samstillt og allar skila sinni vinnu þá er allt hægt,“ segir Guðrún og viðurkennir fúslega að það er auðveldara að landa sigrum þegar vörnin heldur.

„Við höfum unnið nokkra mikilvæga sigra í sumar 1-0 og í þeim leikjum hefur verið þægilegt að þurfa bara að skora eitt mark til þess að vinna,“ segir Guðrún.

Þær tala báðar af virðingu um næstu mótherja, ríkjandi Íslandsmeistara úr Garðabænum.

Nóg af skrefum eftir í sumar

„Þetta fjögurra stiga forskot er ekki neitt neitt. Við eigum Stjörnunna í næsta leik og við einblínum núna á þann leik. Við tökum bara einn leik í einu og reynum að klára hann með stæl. Þær eru búnar að fá nokkra leikmenn og eru að standa sig vel í Evrópukeppninni,“ segir Guðrún en viðurkennir að mikilvægt sé að klára toppslaginn. „Það væri stórt skref í rétta átt að ná góðum úrslitum á móti Stjörnunni en það er alls ekki lokaskrefið. Það er alveg nóg af skrefum eftir á þessu Íslandsmóti. Það eru fimm leikir eftir og við verðum að passa okkur á því að taka bara eitt skref í einu,“ segir Guðrún.

„Við erum búnar að vera að spila mjög vel saman og allt liðið er að standa sig vel. Það hefur allt smellið saman hjá okkur í sumar,“ segir Málfríður og það er hægt að taka undir það. Miðverðirnir tveir eiga líka mikið hrós skilið. Að fá ekki mark á sig í yfir 900 mínútur í efstu deild er ekkert venjulegt afrek og kæmi aldrei til nema að miðja varnarinnar væri í toppstandi.

ooj@frettabladid.is

Markaðsmun ehf

nettó
fræsingar & kostakjör

KJARNAFÆÐI

PRENGJA! VERÐSPRENGJA! VERÐSPRENGJA! VERÐS



-40%

**LAMBASÚPUKJÖT
KJARNAFÆÐI**

599

ÁÐUR 998 KR/KG

Tilboðin gilda 13. ágúst – 16. ágúst 2015

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



TRISTAR

Samlokugrill,
750 W.

4.495 kr.

41724032



Russell Hobbs

RUSSELL HOBBS
George Foreman
heilsugrill.

15.995 kr.

2084056



TRISTAR

TRISTAR vöflujárn, belgiskar.

5.995 kr.

42378777



17 L

Galanz

Örbylguofn, 17 l. 700W.

12.995 kr.

65103260

GERUM HEI

KitchenAid

KitchenAid 150
hrærivél, hvít.

87.895 kr.

65602057

KitchenAid

KitchenAid
blandari, hvítur.

41.895 kr.

65602077

HELGARTILBOD



Geymslubox með loki,
10, 20 eða 28 l.

Verð frá:

695 kr.

58099920-6
Almennt verð: 895 kr.



HELGARTILBOD

OBH NORDICA

OBH Smoothie mixer, 2x600 ml.

4.995 kr.

42351498
Almennt verð: 6.995 kr.



Hraðsuðukanna,
1,7 l, 2000 W.

2.995 kr.

41721068



Blandari, 1,5 l, 500 W.

7.995 kr.

41724801



PHILIPS

PHILIPS kaffivél sem sjður
vatnið, 1300 W.

19.995 kr.

65103340



HELGARTILBOD

BEONE SP barna-
bílstóll, fyrir
0-13 kg þung börn.

12.595 kr.

50698058-2
Almennt verð: 16.995 kr.



HELGARTILBOD

I-MAX barnabil-
stóll, fyrir 9-36 kg
þung börn.

15.745 kr.

50698062-1
Almennt verð: 20.995 kr.



SAFETY barnabil-
stóll, fyrir 0-18 kg
þung börn.

18.995 kr.

50698060



COSMO SP barnabil-
stóll, fyrir 0-18 kg
þung börn.

24.995 kr.

506980611

20 STK.

**25%
AFSLÁTTUR**

HELGARTILBOÐ

Matar- og kaffistell, hvítt, 20 stk.

4.495 kr.

41100108
Almennt verð: 5.995 kr.

MILIÐ BETRA

HELGARTILBOÐ

Matar- og kaffistell fyrir 6 manns, alls 39 stk, þrjú litir.

10.865 kr.

41100142-7
Almennt verð: 14.495 kr.

39 STK.

HELGARTILBOÐ

Matarstell, hvítt, 30 stk.

5.995 kr.

41100119
Almennt verð: 7.995 kr.

30 STK.

HELGARTILBOÐ

KÄRCHER

KÄRCHER SC1 gufutæki.

16.495 kr.

54905149
Almennt verð: 21.995 kr.

**ÞRÍJIN VERÐA
AUGVELDARI**

Sjáðu hvernig
tækið virkar!




HELGARTILBOÐ

MELISSA ryksuga 1200 W.

5.995 kr.

42352630
Almennt verð: 7.995 kr.




byko.is

AUGVELT AÐ VERSLA Á BYKO.IS
SENDUM ÚT UM ALLT LAND

BYKO

GERUM ÞETTA SAMAN



SNÝR AFTUR

**4 19:40
MASTERCHEF USA**

Stórskemmtilegur matreiðluþáttur með Gordon Ramsey í forgrunni þar sem áhugakokkar keppast við að vinna bragðlauka dómnefndarinnar yfir á sitt band.

FRÁBÆR
FIMMTUDAGUR

Fáðu þér áskrift á 365.is

365



NÝTT!

**4 21:55
DEATH ROW STORIES**

Vandaðir og spennandi heimildarþættir þar sem fjallað er um alríkisglæpi sem varða við dauðarefsingu í Bandaríkjunum. Í hverjum þætti er eitt mál krufið til mergjar. Pulur er Óskarsverðlaunaleikkonan Susan Sarandon.

**4 20:25
NCIS**

Stórgóðir spennuþættir sem fjalla um Leroy Jethro Gibbs og félagi hans í rannsóknardeild bandaríska sjóhersins.



**4 21:10
TYRANT**

Hörkuspennandi þáttaröð um afar venjulega bandaríska fjölskyldu sem dregst inn í óvænta og hættulega atburðarás í Mið-Austurlöndum.



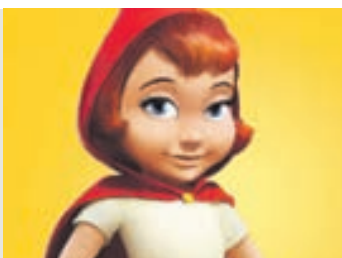
**G 21:25
SHETLAND**

Vandaðir breskir sakamálaþættir frá BBC og fjalla um lögreglumanninn Jimmy Perez sem starfar í afskekktum bæ á Hjaltrandseyjum.



**Krakkastöðin 19:00
RAUÐHETTA MEÐ NÝJU BRAGÐI 2**

Skemmtileg teiknimynd þar sem rækilega er snúið út úr ævintýrinu um Rauðhettu og úlfinn.



STÖÐ 2

- 07.00 Barnatími Stöðvar 2**
- 07.40 iCarly**
- 08.05 The Middle**
- 08.30 Masterchef USA**
- 09.15 Bold and the Beautiful**
- 09.35 The Doctors**
- 10.15 60 mínútur**
- 11.00 Jamie's 30 Minute Meals**
- 11.25 Dads**
- 11.45 Undateable**
- 12.10 Á fullu gazi**
- 12.35 Nágarnnar**
- 13.00 The Armstrong Lie** Áhrifamikil mynd sem tilnefnd var til Bafta-verðlaunanna árið 2014 um ris og fall bandaríska hjólreiðakappans Lance Armstrong.
- 15.00 Dodgeball. A True Underdog Story**
- 16.30 iCarly**
- 16.55 Frikki Dór og félagar**
- 17.20 Bold and the Beautiful**
- 17.40 Nágarnnar**
- 18.05 The Simpsons**
- 18.30 Fréttir Stöðvar 2**
- 18.47 Íþróttir**
- 18.55 Modern Family**
- 19.15 Fóstbræður** Fóstbræður eru mættir aftur til leiks. Dreppfýndin þáttaröð með Sigurjóni Kjartanssoni, Jóni Gnarr, Helgu Brögu Jónsdóttur, Þorsteini Guðmundssyni og Gunnari Jónssyni. Leikstjóri er Ragnar Bragason.
- 19.40 Masterchef USA**
- 20.25 NCIS**
- 21.10 Tyrant**
- 21.55 Death Row Stories** Vandaðir og spennandi heimildarþættir þar sem fjallað er um alríkisglæpi sem varða við dauðarefsingu í Bandaríkjunum. Í hverjum þætti er nýtt mál kynnt til sögunnar og krufið til mergjar. Meðal framleiðenda er Óskarsverðlaunahafinn Robert Redford og þulur er Óskarsverðlaunaleikkonan Susan Sarandon.
- 22.40 Married**
- 23.00 Rizzoli & Isles**
- 23.45 The Third Eye**
- 00.30 Shameless**
- 01.25 NCIS. Los Angeles**
- 02.10 The Last Stand**
- 03.55 The Middle**
- 04.20 Fóstbræður**
- 04.45 The Armstrong Lie**

SPORT besta sætið

- 07.30 Portsmouth - Derby**
- 13.15 Pepsímörkin 2015**
- 14.45 Einvígið á Nesinu**
- 15.40 N1 mótið**
- 16.25 Monaco - Arsenal**
- 18.10 Sounds of the Finals**
- 19.00 Portsmouth - Derby**
- 20.40 MotoGP 2015 - Indianapolis**
- 21.45 UFC Now 2015**
- 22.35 UFC Unleashed 2015**
- 23.20 Community Shield 2015**

SPORT 2 enski boltinn

- 11.00 Valur - Breiðablik**
- 12.50 Pepsímörkin 2015**
- 14.05 Everton - Watford**
- 15.40 Premier League Review 2015**
- 16.35 Stoke - Liverpool**
- 18.15 Chelsea - Swansea**
- 20.00 Premier League World 2014**
- 20.30 Manstu**
- 21.00 Man. Utd. - Tottenham**
- 22.45 Leikirnir í enska boltanum gerðir upp.**
- 00.00 Premier League World 2014**

INN

- 20.00 Landsbyggðin á Hrafnáþingi**
- 20.30 Landsbyggðin á Hrafnáþingi**
- 21.00 Landsbyggðin á Hrafnáþingi**
- 21.30 Sjónvarp Víkurfréttá**

3 STÖÐ 3

- 19.00 Community**
- 19.25 Last Man Standing**
- 19.45 Cristela**
- 20.10 Sirens**
- 20.35 Witches of East End**
- 21.20 Supernatural** Áttunda röðin af yfirnáttúrulegu spennuþáttunum um Winchester-bræðurna sem halda ótrauð-ir áfram baráttu sinni við yfirnáttúrulegar furðuskepnur. Englar og djöflar eru hluti af daglegu lífi bræðranna og í fjórðu þáttaröðinni þurfa þeir einnig að gera upp nokkur mál sín á milli.
- 22.05 Grimm**
- 22.50 In the Flesh** Kieran Walker snýr aftur í heimabæ sinn eftir dularfullan atburð sem olli því að menn dóu ekki, heldur sneru aftur sem uppvakningar sem hluti af sérstakri endurhæfingu á vegum ríkisstjórnarinnar.
- 23.45 Cristela**
- 00.05 Sirens**
- 00.30 Witches of East End**
- 01.10 Supernatural**
- 01.55 Tónlistarmyndbönd frá Bravo**

Krakkastöðin

- 07.00** Ævintýri Tinna **07.25** Latibær **07.47** Mæja býfluga **08.00** Dóra könnuður **08.24** Mörgæsirnar frá Madagaskar **08.45** Doddi litli og Eyrnastór **08.55** Sumardalsmyllan **09.00** Áfram Diego, áfram! **09.24** Svampur Sveinsson **09.49** Tommi og Jenni **09.55** UKI **10.00** Brunabílarnir **10.22** Kalli á þakinu **10.47** Ævintýraferðin **11.00** Ævintýri Tinna **11.25** Latibær **11.47** Mæja býfluga **12.00** Dóra könnuður **12.24** Mörgæsirnar frá Madagaskar **12.45** Doddi litli og Eyrnastór **12.55** Sumardalsmyllan **13.00** Áfram Diego, áfram! **13.24** Svampur Sveinsson **13.49** Tommi og Jenni **13.55** UKI **14.00** Brunabílarnir **14.22** Kalli á þakinu **14.47** Ævintýraferðin **15.00** Ævintýri Tinna **15.25** Latibær **15.47** Mæja býfluga **16.00** Dóra könnuður **16.24** Mörgæsirnar frá Madagaskar **16.45** Doddi litli og Eyrnastór **16.55** Sumardalsmyllan **17.00** Áfram Diego, áfram! **17.24** Svampur Sveinsson **17.49** Tommi og Jenni **17.55** UKI **18.00** Brunabílarnir **18.22** Kalli á þakinu **18.47** Ævintýraferðin **19.00** Rauðhetta ... með nýju bragði 2

GULLSTÖÐIN

- 17.40 Strákarnir**
- 18.10 Mike and Molly**
- 18.30 Friends**
- 18.55 New Girl**
- 19.20 How I Met Your Mother**
- 19.40 Ally McBeal**
- 20.30 Cold Feet**
- 21.25 Shetland**
- 22.20 Curb Your Enthusiasm**
- 22.50 It's Always Sunny in Philadelphia**
- 23.10 Footballers' Wives**
- 23.55 Ally McBeal**
- 00.45 Cold Feet**
- 01.35 Shetland**
- 02.30 Curb Your Enthusiasm**
- 03.00 Tónlistarmyndbönd frá Bravo**

BÍÓSTÖÐIN

- 11.20 When the Game Stands Tall**
- 13.15 Diary of a Wimpy Kid. Dog Days**
- 14.50 The Other Woman**
- 16.40 When the Game Stands Tall** Myndin segir sögu hins stórkostlega fót-boltaþjálfara Bob Ladouceur og liðs De La Salle High School sem hann tók að sér að þjálfra. Á stuttum tíma náði hann að stýra fótboltaliðinu frá botninum til stórbrotinna sigra. Með sigurgöngu liðsins slógu þeir öll fyrri met amerískrar íþróttasögu.
- 18.35 Diary of a Wimpy Kid. Dog Days**
- 20.10 The Other Woman** Lögræðingurinn Carly telur sig eiga hinn fullkomna unnusta en kemst svo að því að hann leikur tveimur skjöldum, hann er nefnilega harðgíftur. Hún er þó ekki ein um að átta sig á svikseminni því eiginkonan er líka komin á sporð. Þær ákveða að taka höndum saman og hefna sín á honum í sameiningu.
- 22.00 In a World ...**
- 23.35 Snitch** Spennumynd
- 01.25 Night of the Demons**
- 03.00 In a World ...**

RÚV

- 16.20 Matador**
- 17.20 Stundin okkar**
- 17.45 Kungfú Panda**
- 18.07 Nína Pataló**
- 18.15 Tákn málsfréttir**
- 18.25 Drengjaskólinn**
- 19.00 Fréttir**
- 19.25 Íþróttir**
- 19.30 Veðurfréttir**
- 19.35 Sumardagar**
- 19.50 Körfubolta landsliðið** Heimildarþáttaröð um íslenska körfubolta landsliðið. Í þáttunum er skyggnst bak við tjöldin hjá landsliðinu, leikmenn, þjálfarar og sérfræðingar teknir tali og fylgst með undirbúningi liðsins. Fram undan er stærsta stund í körfuboltasögu Íslands þegar karlalandsliðið tekur þátt í lokakeppni Evrópumótisins í fyrsta skipti.
- 20.20 Best í Brooklyn**
- 20.45 Íslenskar stuttmyndir - Heilabrotinn**
- 21.05 Skytturarnir**
- 22.00 Tíufréttir**
- 22.15 Veðurfréttir**
- 22.20 Glæpahneigð**
- 23.05 Stúlkurnar í Anzac**
- 00.05 Fréttir**

SKJÁREINN

- 06.00 Pepsi MAX tónlist**
- 08.00 Everybody Loves Raymond** (2.16)
- 08.20 Dr. Phil**
- 09.00 The Talk**
- 09.45 Pepsi MAX tónlist**
- 13.30 Cheers** (27.27)
- 13.55 Dr. Phil**
- 14.35 Growing Up Fisher**
- 15.00 America's Next Top Model**
- 15.45 Survivor**
- 16.25 Benched**
- 16.45 Parks & Recreation**
- 17.05 Playing House**
- 17.30 Men at Work**
- 17.50 Dr. Phil**
- 18.30 The Talk**
- 19.10 Hotel Hell**
- 19.55 The Royal Family** Sænskir grínþættir um vinalega konungsfjölskyldu sem glímir við sambærileg vandamál og við hin ... bara á aðeins ýktari hátt. Þættirnir fjalla um hinn elskulega en einfalda Svíakonung Eric IV. og fjölskyldu hans sem reyna eftir fremsta megni að sinna konunglegum skyldum sínum í takt við væntingar samfélagsins en þeim bregst æði oft bogalistin.
- 20.15 Royal Pains**
- 21.00 Agents of S.H.I.E.L.D.**
- 21.45 Extant**
- 22.30 Sex & the City**
- 22.55 Scandal**
- 23.40 Law & Order. UK**
- 00.25 American Odyssey**
- 01.10 Hannibal**
- 01.55 Agents of S.H.I.E.L.D.**
- 02.40 Extant**
- 03.25 Sex & the City**
- 03.50 Pepsi MAX tónlist**

Golfstöðin

- 08.15** World Golf Championship 201 (4:4)
- 14.15** PGA Tour 2015 - Highlights (28:44)
- 15.10** Golfing World 2015 (9:17.5)
- 16.00** PGA Championship 2015 (1:4)
- 23.00** Inside the PGA Tour 2015 (30:44)
- 23.25** 2015 Players Official Film

HRINGBRAUT

- 12.00** Mannamál (e)
- 12.30** Matjurtir (e)
- 12.45** Golf með Eyfa (e)
- 13.15** 433 (e)
- 13.45** Grillspaðinn (e)
- 14.00** Mannamál (e)
- 14.30** Matjurtir (e)
- 14.45** Golf með Eyfa (e)
- 15.15** 433 (e)
- 15.45** Grillspaðinn (e)
- 16.00** Mannamál (e)
- 16.30** Matjurtir (e)
- 16.45** Golf með Eyfa (e)
- 17.15** 433 (e)
- 17.45** Grillspaðinn (e)
- 18.00** Mannamál (e)
- 18.30** Matjurtir (e)
- 18.45** Golf með Eyfa (e)
- 19.15** 433 (e)
- 19.45** Grillspaðinn (e)
- 20.00** Við árbakkann (e)
- 20.30** Lífsins list (e)
- 21.00** Afsal (e)
- 21.30** Vesturfarar (e)
- 22.00** Við árbakkann (e)
- 22.30** Lífsins list (e)
- 23.00** Afsal (e)
- 23.30** Vesturfarar (e)

Fyrir þínar bestu stundir



Boogie hægindastóll

Slitsterkt áklæði.
Margir litir.

Fullt verð: 54.900 kr.

43.900 kr.

MEIRA Á
dorma.is



ÁTTU VON Á
gestum?

River svefnsófi með tungu

Rúmfatageymsla í tungu. Grænt, blátt rautt og grátt,
slitsterkt áklæði. Hægri og vinstri tunga. Stærð: 140 x 195 cm.

Fullt verð: 159.900 kr.

Aðeins **129.900 kr.**

KLASSÍSK
hönnun



Boogie 3ja sæta sófi

Slitsterkt áklæði í mörgum litum.
Hægri og vinstri tunga. Stærð: 186 x 77 cm, H: 85 cm.

Fullt verð: 99.900 kr.

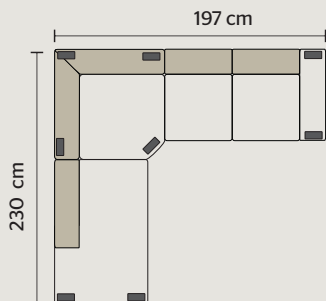
Aðeins **79.900 kr.**



Jackpot horntungusófi

Slitsterkt áklæði, grátt eða antrasite.
Hægri eða vinstri tunga.

Fullt verð: 159.900



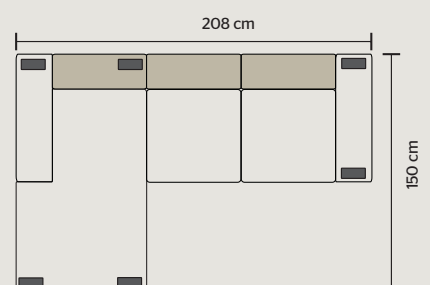
Aðeins **129.900 kr.**



Jackpot tungusófi

Slitsterkt áklæði, grátt eða
antrasite. Hægri og vinstri tunga.

Fullt verð: 119.900



Aðeins **99.900 kr.**

Afgreiðslutími
Mánudaga til föstudaga frá kl. 10-18
Laugardaga frá kl. 11-16
www.dorma.is

Holtagörðum
512 6800
Dalsbraut 1, Akureyri
558 1100

DORMA

Láttu drauminn rætast

UPPÁHALDSDYR



„Það er að sjálfsögðu letidýrið, það er ekki til neitt sætara en letidýr að borða. Ef ég ætti svona letidýr myndi ég láta það hanga utan á mér allan daginn.“

Marín Manda Magnúsdóttir, bloggari og nemi í nútímafræði

Ætlar bara að rappa þetta helvítis rapp

Nýtt myndband rapparans Emmsjé Gauta verður frumsýnt í kvöld á Loft Hosteli. Lagið er af nýrri plötu Gauta sem kemur út seinna á árinu. Myndbandinu er leikstýrt af Magnúsi Leifssyni og lagið er gert af Auðuni Lútherssyni.

Emmsjé Gauti frumsýnir nýtt tónlistarmyndband í kvöld við lagið Strákarnir. Lagið er af nýrri plötu rapparans sem mun heita Vagg og velta en hún kemur út seinna á árinu. Það er enginn annar en Magnús Leifsson sem leikstýrir myndbandinu en hann gerði meðal annars myndbandið við Brennum allt með Úlfur Úlfur. Útgáfupartíði verður haldið á Loft Hosteli klukkan átta og eru allir velkomnir.

„Það er geðveikt að vinna með

Magga, hann er svo pró. Hann sagði mér að hætta að reyna að vera töff þegar við vorum að taka upp og vildi bara að ég væri broandi og kæmi til dyranna eins og ég er klæddur. Maður á það til að hætta að brosa þegar maður er að taka upp myndbönd. Þetta er bara skemmtilegt myndband og er þannig séð ekki með neinn söguþráð. Vídeóíð er stúfult af vinum mínum enda heitir lagið Strákarnir.“

Gauti hefur verið að vinna að nýju plötunni lengi og það verður spennandi að sjá útkomuna. „Ég var svolítið alvarlegur á seinustu plötu en núna er ég búinn að vera að „dumb it down“ og ætla bara að rappa þetta helvítis rapp. Dóri DNA, Úlfur Úlfur og Hlynur úr Skyttunum verða með mér á plötunni. Ég hef verið að vinna með Auðuni Lútherssyni, Red Lights og Joe Fraizer í stúdíóinu fyrir plötuna.“



STRÁKARNIR Myndbandið endurspeglar vinahóp Gauta en lagið heitir Strákarnir.

MYND/VILHELM

ÍSLENSKIR SÓFAR SNIÐNIR AÐ ÞÍNUM ÞÖRFUM

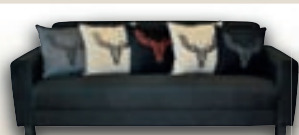
MÁL OG ÁKLÆÐI AÐ EIGIN VALI



Torino



Með nýri AquaClean tækni er nú hægt að hreinsa nánast alla blötti aðeins með vatni! Erðir blötti eins og eftir tömatöðu, léttu, kaffi, olíu, veggju, veggju, næst á auðveldan hátt úr álíðinu.



Roma



Basel

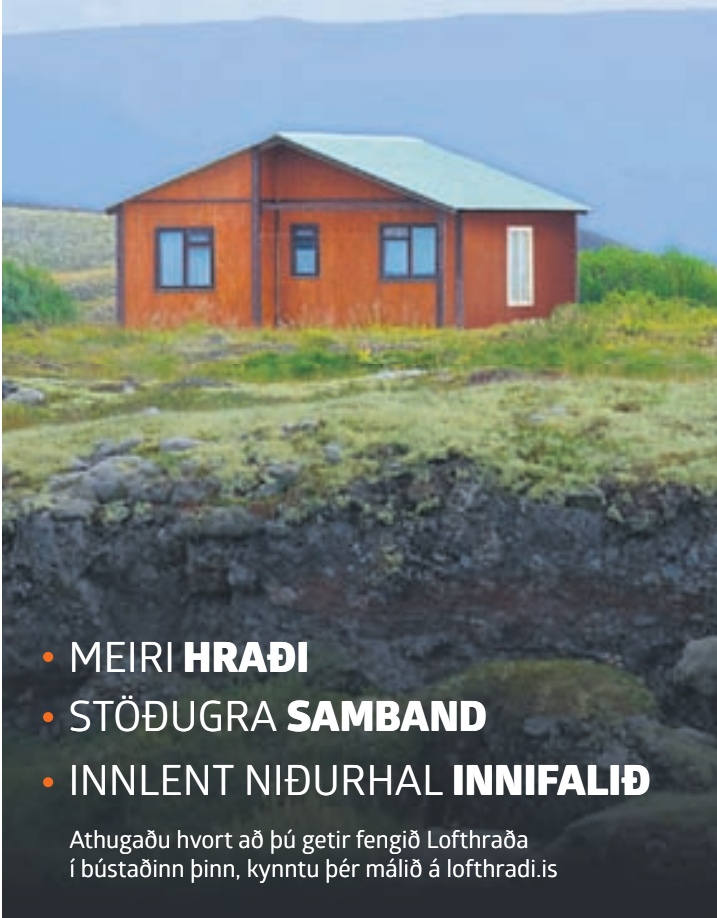
Opið virka daga kl. 10-18

Patti
HÚSGÖGN

Bildshöfða 18 - 110 Reykjavík - sími: 557 9510 - www.patti.is

365 Lofthraði

MEIRI HRAÐI Í BÚSTAÐINN



- MEIRI HRAÐI
- STÖÐUGRA SAMBAND
- INNLENT NIÐURHAL INNIFALIÐ

Athugaðu hvort að þú getir fengið Lofthraða í bústaðinn þinn, kynntu þér málið á lofthradi.is

Lofthradi.is | Sími 1817

365



HEFUR GENGIÐ VEL Ilmur Kristjánsdóttir og Rúnar Guðbrandsson segja hæfileikaríka einstaklinga vera í hópnunum og að sífellt fleiri einstaklingar séu að safnast í hópinn.

FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

Hæfileikar heimilislausra leiddir í ljós

Ilmur Kristjánsdóttir og Rúnar Guðbrandsson standa á bak við leikhóp sem er skipaður heimilislausu fólki og hælisleitendum. Fyrsta sýningin á menningarnótt.

Þau Ilmur Kristjánsdóttir leikkona og Rúnar Guðbrandsson leikstjóri standa á bak við verkefnið heimilislausra leikhúsið ETHOS sem sýnir sitt fyrsta verk á menningarnótt. Um er að ræða leikhóp sem skipaður er fólki sem ekki hefur fengið tækifæri til þess að láta hæfileika sína í ljós, eru heimilislausir, hælisleitendur, glíma við geðfötlun og annað slíkt. „Markmið okkar er að virkja hæfileikana hjá fólki sem hefur ekki burði til að koma sjálfu sér á framfæri. Þetta er ekki þerapía, ætlinin er ekki að bjarga mannlífum, í besta falli að reyna að gera lífið aðeins bærilegra, gefa fólki tækifæri til að gefa tíma sínum tilgang, en fyrst og síðast er tilgangurinn að skapa listaverk,“ segir Ilmur Kristjánsdóttir.

Hún segist hafa fengið hugmyndina að stofnun hópsins þegar hún byrjaði að vinna fyrir velferðarráð Reykjavíkurborgar en hún er nýtekin við stöðu formanns ráðsins. „Ég fór á ráðstefnu um skapandi leiðir til þess að virkja jafnarhópa og þar var maður sem rekur leikhús heimilislausra í Bratislava, Patrik Krebs. Leikhús heimilislausra þar í borg hefur

verið starfandi í tólf ár með góðum árangri og alltaf sífellt fleiri sem taka þátt þar.“ útskýrir Ilmur.

Rúnar hefur áður verið að vinna að sams konar verkefnum en hann stofnaði til að mynda Götuleikhúsið á sínum tíma sem var upphaflega hugsað sem úrræði til virkja ungt atvinnulaust fólk.

Þau fengu 200.000 krónur í styrk til að búa til þessa sýningu sem sýnd verður á menningarnótt. „Við vitum ekki hvað við gerum í framhaldinu, við erum að keyra þetta áfram á ástríðu og sjáum svo hvað kemur út úr þessu,“ segir Ilmur spurð út í framhaldið.

Í hópnunum eru miklir hæfileikar og eru þau Ilmur og Rúnar ánægð með hvernig þessari hugmynd hefur undið fram. „Þetta hefur gengið mjög vel. Það eru sífellt fleiri að safnast í hópinn og greinilega eftirspurn eftir svona iðju. Það er alls kyns fólk í hópnunum, til dæmis einn hælisleitandi frá Egyptalandi sem getur flutt Hamlet á arabísku og svo eru þarna úti-gangsmenn- og konur, fólk sem hefur glímt við geðfatlanir og alls kyns fólk.“

En gengur ekkert erfiðlega að

halda uppi aga á æfingum ef menn mæta jafnvel undir áhrifum áfengis á æfingar? „Við reyndum að setja reglur í upphafi. Það er til dæmis mjög skýrt í leikhúsinu á Bratislava að einstaklingar megi ekki vera undir áhrifum á æfingum eða á sýningum. Stundum hefur fólk mætt undir áhrifum en þá er það yfirleitt farið snemma af æfingum og hefur ekki athygli, það er ástæðan fyrir því að fólk á ekki að vera undir áhrifum. Hins vegar reynum við bara að vinna með það sem við náum út úr fólki,“ útskýrir Ilmur.

Verkið sem þau ætla að sýna er frumsamið brotakernt verk úr öllum áttum sem er skapað út frá áhuga og hæfileikum meðlima hópsins, sem eru jafn ólíkir og þeir eru margir. „Þetta verk er algjör samsuða. Við höfum nýtt það ef það er eitthvað sem fólk vill segja, eitthvað sem brennur á fólki. Þarna eru líka frumsamin lög eða ljóð eftir meðlimina. Fólk kemur til dæmis með frumsamið lag til okkar en svo hverfur það á braut á vit einhverra ævintýra.“

Sýningin hefst klukkan 20.00 á menningarnótt í Samkomusal Hjalpræðishersins og er frítt inn.

gunnarleo@frettabladid.is

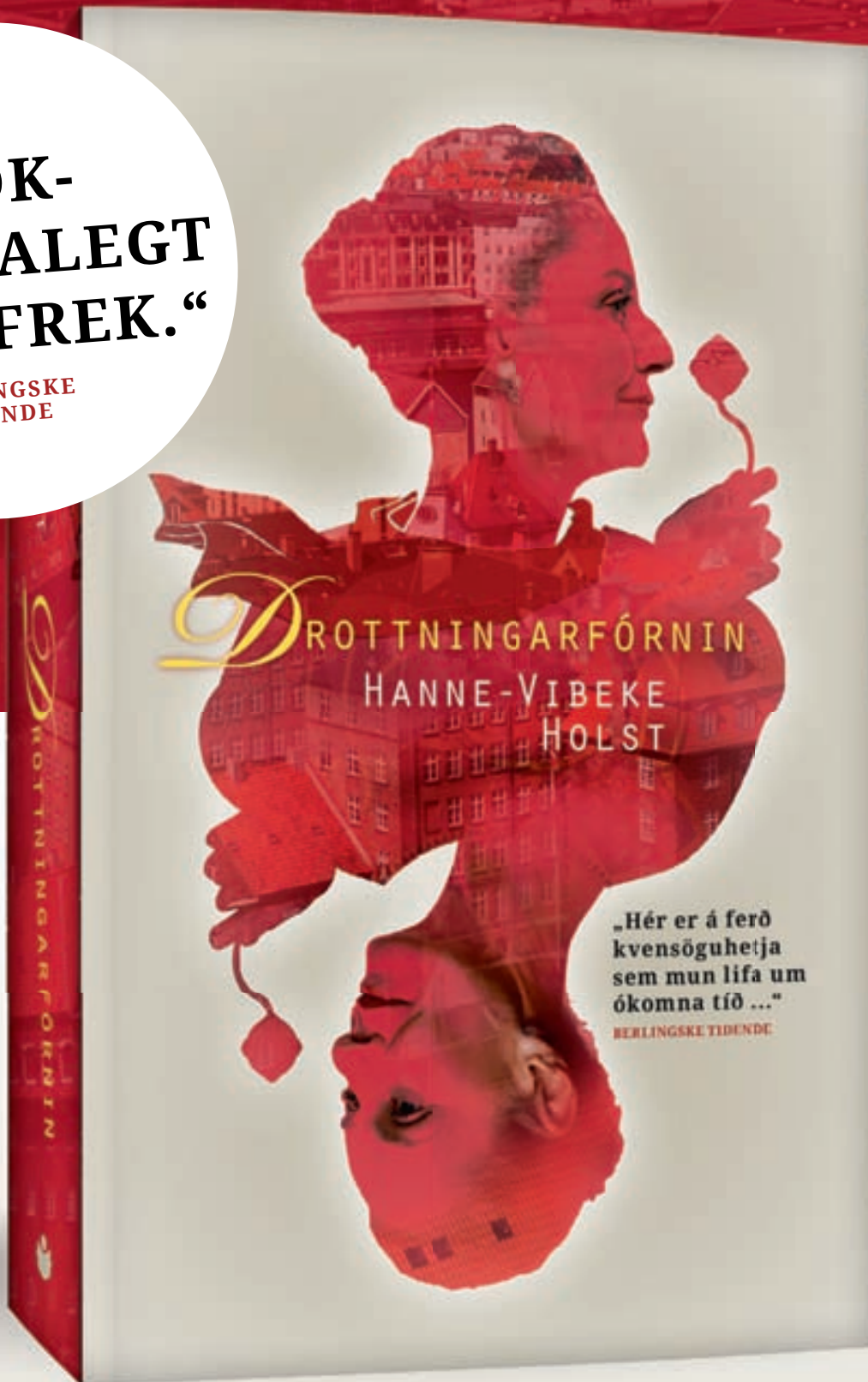
SÍMAR AUGLÝSINGAEIÐLIR – AUGLÝSINGASTJÓRI: Svanur Valgeirsson svananur@365.is ALMENNAR AUGLÝSINGAR: SÍMI 512-5401: Gústaf Bjarnason gustaf@365.is, Hjalti Egilsson hjalti@365.is, Hjördís Zoëga Hjördís@365.is, Sigríður Órn Einarsdóttir sigfus@365.is, Svanhildur Ólív Þorsteinsdóttir svansi@365.is, Órn Geirsson orn.geirsson@365.is FÓLK/LÍFÍÐ/SÉRBLÓÐ SÍMI 512-5402: Atli Bergmann atli.bergmann@365.is, Bryndís Hauksdóttir bryndis@365.is, Gunnhildur Geira Dan Þorláksdóttir geira@365.is, Jón Ívar Vilhelmsson jonivar@365.is, Jónatan Atli Sveinsson jonatan@365.is, FÓLK OG SÉRBLÓÐ EFNÍ: Sólveig Gísladóttir solveig@365.is og Vera Einarsdóttir vera@365.is RÁÐAUGLÝSINGAR /FASTEIGNIR SÍMI 512-5403: Hrónnar Helgason hronnar@365.is, Viðar Ingi Pétursson vip@365.is PIÖNUSTUAUGLÝSINGAR SÍMI 512-5407: Arna Rut Kristinsdóttir arnarut@365.is, Sigrún Helga Guðmundsdóttir sigrunh@365.is

KONUR OG VÖLD

margverðlaunaður lokahluti
æsispennandi þrileiks í anda Borgen

„BÓK-
MENNTALEGT
STÓRAFREK.“

BERLINGSKE
TIDENDE



„... Hanne-Vibeke Holst fangar
vel þessa sviðsmynd ...“

SG/MBL (UM KONUNGSMORÐIÐ)

„Framúrskarandi skáldsaga. Bók
sem þú leggur ekki auðveldlega
frá þér og gleymir ekki í bráð.“

BERLINGSKE TIDENDE
(UM KONUNGSMORÐIÐ)

„Algjörlega frábær skemmtun
– sú besta frá Hanne-Vibeke Holst.“

BØRSEN (UM KRÓNPRINSESSUNA)



Póst : dreifing

DREIFING: dreifing@postdreifing.is
 EF BLAÐIÐ BERST EKKI: 800 1177

Opið allan sólarhringinn
 í Engihjalla,
 Vesturbergi og
 Arnarbakka



Iceland



BAKPANKAR

Frosta
 Logasonar

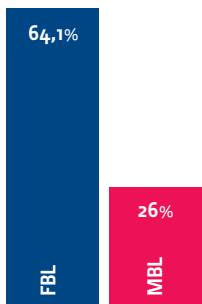
Nytsamlegir handrukkarar

Ísiðprúðu þjóðfélagi hættir fólki oft til þess að líta á handrukkara sem mikla meinsemd. Menn sem ógna og meiða eru ekki hátt skrifaðir í samfélögum sem vilja byggja á heiðarleika, réttlæti og náungakærleik. Heilbriggt réttarfar er það sem við viljum notast við. Það á að láta lögreglu og dómstóla skera úr um ágreiningsmál. Ákveðin mál geta þó höfðað meira til samvisku okkar en önnur og stundum er eins og dómgreindin sljóvgist þegar réttlætiskennð okkar verður illa misboðið.

SÉRSTAKLEGA er okkur illa við ofbeldi gagnvart börnum og konum. Menn sem gerast sekir um slíkt eiga sér litlar eða engar málsbætur og samúð með slíku er vandfundið fyrirbæri. Kona sem ofsótt er af fyrrverandi maka, og fjölskylda hennar sem haldið er í heljargreipum óttans, getur farið með mál sitt fyrir dómstóla og fengið yfirvöld til þess að framfylgja þeim úrskurði sem þar fæst. Auðvitað þarf þá að skera úr um hvort samskiptin teljast til ofsókna og hvort um eiginlegar hótanir sé að ræða.

EF um er að ræða samskipti sem valda réttmætum ótta rannsakar lögreglan það sem sakamál og viðkomandi aðili getur fengið á sig ákæru og síðar dóm sem hann þarf að taka út með viðeigandi refsingu sem vonandi verður honum sú lexía sem gerir hann á endanum að betri borgara. Þannig getur hin ofsótta leitað undir verndarvæng samfélagsins sem hún er hluti af og fengið þar nauðsynlegt skjól sem gerir henni kleift að lifa því eðlilega lífi sem við eigum öll rétt á.

PEGAR dómstólar hafa komist að þeirri niðurstöðu að ofsækjandinn hafi gerst brotlegur við lög og sakfella hann meðal annars fyrir líkamsárás, ítrekuð brot á nálgunarbanni, brot gegn barnaverndarlögum og fyrir að særa blygðunarsemi hinnar ofsóttu ætti hún loks að geta fengið einhvern frið. Gerum við ráð fyrir. Ef ekki, þá er alveg spurning hvort hægt sé að finna númer hjá einhverjum góðum handrukkara.



YFIRBURÐIR

Fréttablaðsins staðfestir

Höfuðborgarsvæðið, meðallestur kvenna á tölublað, 12–80 ára. Prentmiðlakönnun Gallup, jan.–mar. 2015

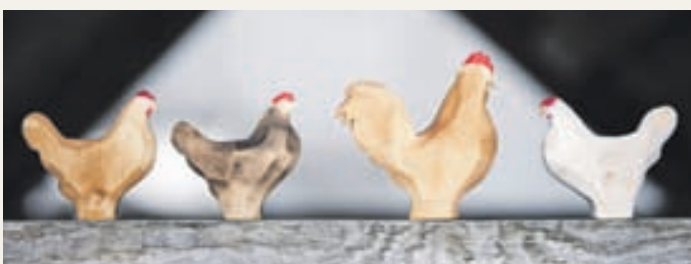
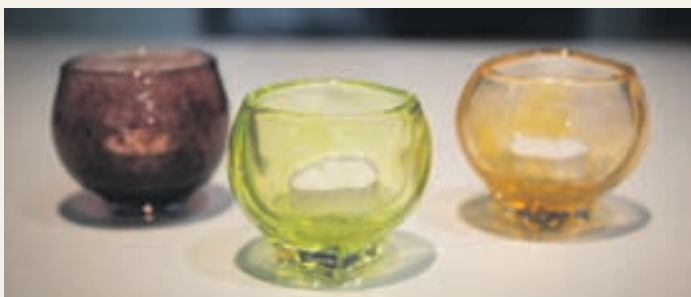
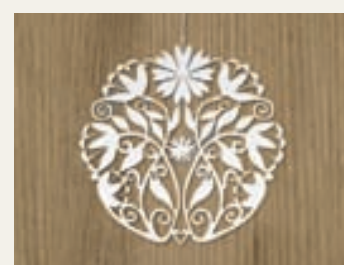
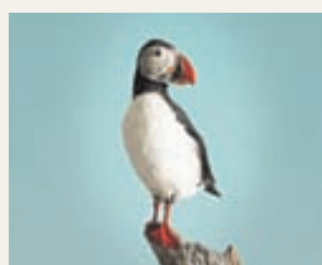
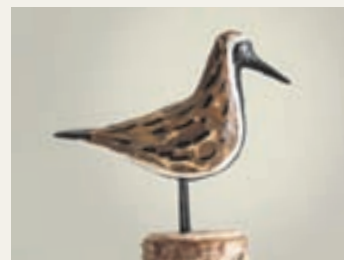
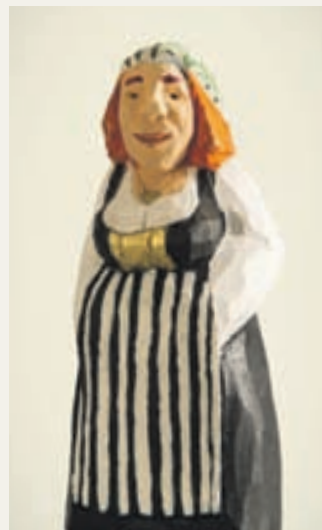


Allt sem þú þarft ...



Velkomin í endurnýjaðar
 verslanir okkar í brottfararsal
 Flugstöðvar Leifs Eiríkssonar
 og í Reykjavík

Við erum stolt af samstarfi okkar
 við um 400 íslenska hönnuði
 og handverksmenn



RAMMAGERÐIN

Iceland Gift Store

Síðan 1940

Bankastræti 9 - Reykjavík | Skólavörðustígur 20 - Reykjavík | Hafnarstræti 94 - Akureyri

Flugstöð Leifs Eiríkssonar - Keflavíkurflugvöllur [Beta verð]

rammagerdin.is