



SKOÐUN Porvaldur Davíð skrifar um LÍN og grunnfræfærslu námsmanna. **17**



MENNING Þrjár sýningar opnaðar í Listasafni Reykjavíkur á morgun. **24**



LÍFIÐ Stelpurnar hjá Anthems of Our Youth vilja fleiri konur í kvikmyndagerð. **38**



SPORT Guðmundur Þórarinnsson stefnir á að komast í betra lið á næstunni. **34**



KitchenAid

THE MORE YOU USE IT THE BETTER IT LOOKS
Einar Farestveit & Co.hf.
Borgartúni 28 • Sími: 520 7900 • ef@ef.is • www.ef.is

50
1964-2014

FRÉTTABLAÐIÐ

Föstudagur 5. september 2014
208. tölublað 14. árgangur
Sími: 512 5000

MEST LESNA
DAGBLAÐ A ÍSLANDI*

LÍFIÐ



Finnst kinkí skemmtilegt

Kynfræðingurinn Sigríður Dögg Arnardóttir, betur þekkt sem Sigga Dögg, varð kornung upptekin af ástinni. Hún vill opna umræðu um samskipti og kynlíf sem hún segir lykilinn að góðu kynlífi.

FRÉTTIR

Erum umhverfissóðar Íslendingar eru umhverfissóðar og eru stilltir inn á neyslu eins og aðrar þjóðir **4**
Vill eignast vini Móðir ellefu ára drengs með Downs-heilkenni vill að sonur sinn þroskist félagslega. **11**
Fundað í Wales Leiðtogar NATO-ríkjanna ræða heimsmálin á tveggja daga fundi sínum í Wales. **12**



Bolungarvík	9°	SSV 10
Akureyri	14°	SSV 4
Egilsstaðir	14°	SSV 2
Kirkjubæjarkl.	12°	V 3
Reykjavík	12°	SSV 5

Bjart með köflum austan til en skýjað og lítilsháttar úrkoma eftir hádegi um landið vestanvert. Strekkjngur NV-lands en annars hægari vindur. **4**

2 SÉRBLÖÐ

Lífið | Fólk

next

NÝJAR VÖRUR KOMNAR Í HÚS

NEXT • KRINGLUNNI • SÍMI 551 3200

Unnið fram á nótt við leiðréttinguna

Álag á starfsfólk Ríkisskattstjóra vegna skuldaleiðréttingarinnar hefur verið margfalt meira en búist var við. Vinna þarf úr 69 þúsund umsóknum. Ríkisskattstjóri segir verkefnið flókið og mikið en stofnunin hefur getað tekist á við auknið álag.

STJÓRNSÝSLA „Hér hefur fólk unnið fram á nótt í mjög langan tíma og hjá þeim sem unnu mest náði sólarhringurinn alveg saman,“ segir Skúli Eggert Þórðarson ríkisskattstjóri. Starfsmenn embættisins vinna nú úr 69 þúsund umsóknum, frá 105 þúsund einstaklingum, sem bást um leiðréttingu verðtryggðra fasteignalána. Þeir sjá einnig um úrvinnslu umsókna um ráðstöfun séreignarsparnaða inn á húsnæðis- íslán. Um 27.500 einstaklingar hafa sótt um þann hluta aðgerða stjórnvalda og enn er tekið við umsóknum. „Verkefnið er flókið og mikið en þetta er stór stofnun og því



SKÚLI EGGERT ÞÓRÐARSON

einum eða öðrum hætti. Skúli segir starfsfólk embættisins hafa þurft að skoða skattframtöl margra umsækjenda fimm til sex ár aftur í tímann að þeirra beiðni. Margir þeirra hafa á þeim tíma skipt um maka og húsnæði

höfum við getað tekist á við þetta,“ segir Skúli.

Hjá Ríkisskattstjóra starfa um 270 manns en um 80 starfsmenn hafa komið að leiðréttingunni með einum eða öðrum hætti. Skúli segir starfsfólk embættisins hafa þurft að skoða skattframtöl margra umsækjenda fimm til sex ár aftur í tímann að þeirra beiðni. Margir þeirra hafa á þeim tíma skipt um maka og húsnæði

25.381

símtali var svarað hjá embætti Ríkisskattstjóra í ágúst.

og lán þeirra tekið breytingum. „Þegar mest var hringdu á fjórða þúsund manns hingað inn á þremur dögum og það voru átján starfsmenn sem voru einungis settir í það. Þú getur því ímyndað þér að þá voru menn orðnir vel heitir á eyrunum,“ segir Skúli.

- hg / sjá síðu 10



ÞINGVELLIR Sumarbústaður forstjóra Orkuveitunnar er á afar fallegum stað. Þegar skorið var niður í rekstri fyrirtækisins var ákveðið að selja bústaðinn ekki. Upplýsingafulltrúi segir ástæðuna þá að bústaðurinn sé á vatnstökusvæði. FRÉTTABLAÐIÐ/PÉTUR

Orkuveitan selur ekki sumarbústað, ætlaðan forstjóranum, við Þingvallavatn: Forstjóri með bústað í einkavík

FJÁRMÁL „Í gegnum tíðina hafa hitaveitustjórar og síðar forstjórar Orkuveitunnar haft ráðstöfunarétt yfir húsinu,“ svarar Eiríkur Hjálmarsson upplýsingafulltrúi spurður um notkun á sumarhúsi sem fyrirtækið á við Þingvallavatn. Á sama tíma og Orkuveitan hefur verið að selja eignir sem ekki tengjast kjarnastarfsemi fyrirtækisins er þetta sumarhús í landi Nesjavalla ekki sett á sóluhlusta.

Orkuveitan hyggst ekki fram- lengja hálfrar aldar gamla lóðar- leigusamninga sumarhúsa sem standa skammt norðan við for- stjórabústaðinn og eru í eigu ein- staklinga. Eiríkur segir sumarhúsið á vatnstökusvæði og því hafi ekki þótt rétt að selja lóðina. „Húsið hefur lítið verið notað undanfarinn áratug eða svo sökum ástands þess,“ segir Eiríkur.

“Húsið hefur lítið verið notað undanfarinn áratug eða svo

Eiríkur Hjálmarsson
upplýsingafulltrúi Orkuveitunnar

Bústaðurinn sýnist þó í afbragðs standi, nýklæddur að utan og með veglegt gasgrill á veröndinni. Húsinu fylgir hraðbátur. Að sögn Eiríks er framtíð þess óráðin. - gar / sjá síðu 8

FLJÓTLEGT OG ÞÆGILEGT



KLÆÐSKIPTINGAR Nemendur á öðru og þriðja ári á leikara- og sviðshöfundabráut í karakter. MYND/VÍÐIR GUÐMUNDSSON

Valáfangi í Listaháskólanum: Skipta um kyn

MENNING „Í þessum áfanga erum við að kynast hinu kyninu,“ útskýrir Viktoría Blöndal, nemandi í fræðum og framkvæmd í LHÍ, sem sækir áfangann Skipt um kyn. „Síðan sköpum við okkar eigin karakter, af hinu kyninu. Þær týpur sem hafa sprottið upp úr þessu eru B5-djammtypan, maður sem glímur við forhúðarþrengingu, „goth“-stelpa sem stundar nám í húsgagnasmíðum og miðaldra kona sem fer til Ibiza á fröðudiskó. Þetta er sem sagt þverskurður af þjóðfélaginu,“ segir Viktoría.

- ósk / sjá síðu 38

Í fyrsta sinn í efstu deild

FÓTBOLTI Leiknir komst í fyrsta sinn í sögu félagsins í efstu deild karla í knattspyrnu eftir 2-1 sigur á Þrótti í gær. Leiknir er með 12 stiga forskot á Víking Ólafsvíkur þegar Ólafsvíkingar eiga þrjá leiki eftir.

Það var mikil spennan í Breiðholtinu fyrir leikinn en vitað var að stig myndi

nægja til þess að tryggja sæti í Pepsi-deildinni. Tvö glæsímörk í fyrri hálfleik tryggðu Leiknismönnum hins vegar þrjú stig og sæti í deild þeirra bestu.

- kpt / sjá síðu 34

Vertu laus við LÍÐVERKINA!

NUTRILENT GOLD

www.gengurvel.is

SPURNING DAGSINS



Gunnar Þór, eru Íslendingar algjört „eurotrash“?

„Við erum alltaf í sérflokki.“

Íslensk stjórnvöld hafa trassað að innleiða Evrópulöggjöf um raforku í sjö ár. Dr. Gunnar Þór Pétursson er dósent við lagadeild HR og sérfræðingur í Evrópurétti.

Stjórnendur Haga segja að viðskiptavinir hafi notið góðs af sterkara gengi:

Segjast hafa lækkað vöruverð

VIÐSKIPTI Stjórnendur Haga fullyrða að álagning fyrirtækisins fyrir fyrsta ársfjórðung sem lauk í lok maímánaðar í samanburði við álagningu á fyrsta ársfjórðungi á síðasta ári hafi verið sú sama. Þetta segir í tilkynningu sem stjórnendur sendu frá sér í ljósi umfjöllunar undanfarna daga um samspil gengisbreytinga og verðlagsbreytinga á dagvörumarkaði.

Þá segir í tilkynningunni að framlegð Haga á síðasta rekstrarári hafi verið 0,2% hærrí en árið á undan, en 0,5% lægri en til að mynda árin 2009

til 2011. „Undanfarin ár hefur álagning félagsins því verið stöðug í samanburði við miklar gengissveiflur íslensku krónunnar,“ segir í tilkynningunni. Stjórnendur Haga hafna því alfarið fullyrðingum um að styrking krónunnar hafi ekki skilað sér í lægra vöruverði. „Því ef verslanir Haga hefðu haldið eftir, þó ekki væri nema hluta af styrkingu íslensku krónunnar á umræddu tímabili, þá hefði það strax komið fram í hærri framlegð félagsins á fyrsta ársfjórðungi,“ segja þeir.



BÓNUS Stjórnendur Haga segja viðskiptavinir hafa notið góðs af styrkingu íslensku krónunnar. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON



JOAN RIVERS Þekktust var hún fyrir uppistand sitt og sjónvarpsþáttinn Fashion Police. NORDICPHOTOS/AFP

Lést á spítala 81 árs að aldri:
Joan Rivers látin

FÓLK Bandaríska leikkonan, grínistinn og rithöfundurinn Joan Rivers lést á spítala í New York í gærkvöldi. Hún var 81 árs.

Rivers sló í gegn í bandarísku sjónvarpi á sjöunda áratugnum, fyrst í spjallþætti Johnnys Carson. Hún var þekkt fyrir hárbeytt skopskyn sitt og einkennilegt útlit, sem hlaust af ítrekuðum fegrunaraðgerðum.

Henni var haldið sofandi á gjörgæslu síðustu viku ævi sinnar, en hún hætti að anda í miðri hálsskurðaðgerð síðastliðinn fimmtudag.

Bregðast við athugasemdum:
**Svara fyrir
15. nóvember**

STJÓRNSÝSLA Atvinnuvegaráðuneytið segist ætla að svara athugasemdum ESA, Eftirlitsstofnunar EFTA, fyrir fimmtánda nóvember. Eins og fram kom í Fréttablaðinu í gær hafa íslensk stjórnvöld ekki innleitt raforkutillskiptun Evrópusambandsins rétt og hefur ESA gert athugasemd við það.

Í tilkynningu frá ráðuneytinu segir að á árunum 2008 til 2010 hafi ráðuneytið átt í bréflægum samskiptum við ESA vegna innleiðingar á umræddri tillskiptun. Síðasta bréf þess efnis hafi farið frá ráðuneytinu til ESA þann 7. maí 2010.

Fjölmíðlar flytji ekki hræðsluáróður

Íslandsstofa leggur mikla áherslu á að erlendir ferðamenn hætti ekki við að koma til Íslands vegna eldgossins í Holuhrauni. Æsifréttamennska í tengslum við gosið sé ekki heppileg. Engin herferð í líkingu við Inspired By Iceland er í undirbúningi.

FERÐAÞJÓNUSTA „Það skiptir gríðarlega miklu máli að allir aðilar sýni ábyrgð, andi djúpt og búi ekki til hræðsluáróður,“ segir Inga Hlín Pálsdóttir, forstöðumaður ferðaþjónustu og skapandi greina hjá Íslandsstofu.

Vika er liðin síðan eldgosid í Holuhrauni hófst. Starfsfólk Íslandsstofu hefur gert allt sem í þess valdi stendur til að miðla upplýsingum um gosið til útlendinga í samvinnu við Almannavarnir. Miklu máli skipti að fæla erlenda ferðamenn ekki frá landinu að ástæðulausu, enda háar fjárhæðir í húfi.

„Það skiptir mestu máli að miðla því að Ísland sé öruggur áfangastaður. Það skiptir líka miklu máli að vera ábyrgur í fréttaplutningi og vera ekki með æsifréttamennsku. Við erum að vinna með okkar PR-skrifstofum úti og erum að fylgjast með umfjölluninni þar. Við erum að tala við erlenda ferðamenn og senda erlendum söluáðilum upplýsingar,“ segir Inga Hlín, spurð út í starf Íslandsstofu vegna gossins.

„Við viljum halda fólki upplýst. Okkar skilaboð eru líka að Ísland hefur ekki þetta fallega landslag og náttúru nema af því að það er eldgosaeýja. Á sama tíma verðum við að vera ábyrg fyrir því að þarna er hættuástand og við notum það ekki sem sölutæki fyrr en allt er orðið öruggt.“

Engin herferð vegna Holuhrauns er því í undirbúningi í líkingu við Inspired By Iceland sem Íslandsstofa réðst í vegna gossins í Eyjafjallajökli og er enn í gangi. „Það er náttúrulega ekkert hægt



ELDGOŠIÐ Í HOLUHRAUNI Miklu máli skiptir að fæla erlenda ferðamenn ekki frá Íslandi að ástæðulausu, að mati Ingu Hlínnar Pálsdóttur. FRÉTTABLAÐIÐ/AUDUNN



„Okkar skilaboð eru líka að Ísland hefur ekki þetta fallega landslag og náttúru nema af því að við erum á eldgosaeýju.“

Inga Hlín Pálsdóttir hjá Íslandsstofu

á meðan óvissan er svona mikil,“ segir Inga Hlín. „Við megum ekki gleyma að það var allt öðru vísi gos. Myndirnar af því voru allt öðru vísi og kannski meira til að hræða ef eitthvað er. En allt vekur þetta athygli á Íslandi til lengri tíma og við munum að sjálfsögðu horfa til framtíðar ef þetta verður til dæmis í líkingu við Kröfluelda.“

freyr@frettabladid.is

**Aukahluta-
pakkar á tilboði**

**FREISTANDI
AUKAHLUTA-
PAKKAR
FYRIR AURIS
MEÐAN
TILBOÐIÐ
VARIR**

**SPORT
PAKKI**

- Filmur í rúður
- Toppgrindarbogur
- Skíðafestingar fyrir 4 skíði
- Gúmmímotta í skott
- Hlíf á afturstuðara (póleruð)

Tilboðsverð **105.000 kr.**
Fullt verð 173.568 kr.

**HLÍFÐAR
PAKKI**

- Toyota ProTect 5 ára lakkvörn
- Filmur í rúður
- Gluggavindhlífir 4 stk.
- Hliðarlistar (svartir)
- Hlíf á afturstuðara (póleruð)
- Stuðaravörn (svört)
- Gúmmímotta í skott
- Filmur á handföng að framan

Tilboðsverð **168.000 kr.**
Fullt verð 246.581 kr.

**LIVE
PAKKI**

- Filmur í rúður
- Krómlisti á skott
- Krómstútur á púst
- Pokuljósasett
- Krómlistar á hliðar
- 16" álfelgur (Orion)

Tilboðsverð **259.000 kr.**
Fullt verð 426.829 kr.

Holuhraun verður hluti af nýrri heimildarmynd:

Mynduðu fyrir BBC

NÁTTÚRA Andrew Chastney hefur verið staddur á Íslandi síðan í mars ásamt tveimur samstarfsmönnum sínum. Þeir eru að taka upp heimildarmynd fyrir dagskrárlíðinn Natural World sem hefur verið sýndur í breska ríkisútvarpinu, BBC, í 25 ár.

Þangað til í síðustu viku höfðu þeir einbeitt sér að náttúrufræðis mynd sinni þar sem aðaláherslan var á refinn, æðarfuglinn og íslenska hestinn.

Eldgosið í Holuhrauni setti strík í reikninginn. „Við höfðum allir áhuga á því að mynda eldgos á Íslandi en það er að sjálfsögðu ekki hægt að sjá slíkt fyrir. Þannig að um leið og gosið kom vildum við fjalla um það,“ segir Chastney, sem var bergnuminn af því sem fyrir augu þar. „Við vorum mjög heppin að ná myndefninu sem við höfum náð. Þetta var algjör-



HJÁ ELDGOŠINU Erlendir fjölmiðlar hafa verið á Íslandi að mynda. MYND/ANDREW CHASTNEY

lega stórfenglegt. Ég hef aldrei séð neitt þessu líkt.“

Eldgosið verður hluti af heimildarmynd þeirra og verða þeir við tölur á henni þar til í október. -þ

Trans - Atlantic **10** ár

HORFNIR HEIMAR

MEXÍKÓ, GUATEMALA & BELIZE
Á SLÓÐUM MAYA INDIANA
3-17 OKTÓBER 2014

Kynntu þér málið á transatlantic.is
og í síma **588-8900**

*Live pakkinn er ætlaður fyrir grunnútgáfu Auris og Auris TS. Óskir um Live pakka fyrir aðrar útgáfur bílanna kalla á sérsníðna aðlögun í samráði við söluáðgjafa.

Aukahluta-
pakkar á tilboði



TOYOTA

ALWAYS A
BETTER WAY

ENN RÍKARI ÁSTÆÐA TIL AÐ KAUPA AURIS Verð frá 3.190.000 kr.



TÍMABUNDIN VERÐLÆKKUN Á AURIS

Nú er enn ríkari ástæða til að koma við hjá viðurkenndum söluaðilum Toyota og nýta sér verðlækkun á velflestum útfærslum á Auris. Meðan tilboðið varir bjóðast freistandi aukahlutapakkar fyrir Auris.

Komdu við hjá viðurkenndum söluaðilum Toyota og finndu Auris sem er eins og skapaður fyrir þig.

Fáðu nánari upplýsingar á www.toyota.is.



Toyota Kaupúni
Kaupúni 6
Garðabæ
Sími: 570-5070

Toyota Akureyri
Baldursnesi 1
Akureyri
Sími: 460-4300

Toyota Reykjanesbæ
Njarðarbraut 19
Reykjanesbæ
Sími: 420-6600

Toyota Selfossi
Fossnesi 14
Selfossi
Sími: 480-8000

Bíllinn á myndinni kann að vera búinn aukahlutum sem ekki eiga við uppgefið verð og allar upplýsingar eru birtar með fyrirvara um villur.

HEILSA Í HAGKAUP

PROFESSIONAL
Dry Fit bolur
st. S-XXL
vnr. 906903
3.990



PROFESSIONAL
Stuttbuxur
st. S-XXL
vnr. 906902
4.990

TRUE
Bolur
st. S-XXL
vnr. 912730
3.999



TRUE
Bolur
st. S-XXL
vnr. 912727
4.999



PROFESSIONAL
Íþróttabolur
st. S-XL
6.999



PROFESSIONAL
Hlaupabuxur
st. XS-XL
6.999

TRUE
Joggingbuxur
st. S-XXL
vnr. 912731
5.999



TRUE
Hettupeysa
st. S-XXL
vnr. 912732
6.999

TRUE
Yogabuxur
st. S-XXL
vnr. 912733
3.999
5.999



Valencia
Íþróttatoppur
st. S/M-M/L-L/XL
vnr. 902228
1.999



BRAVE SOUL
Hettupeysa
st. S-XXL
vnr. 912909
4.999



Dry Fit bolur
st. M-XXL
vnr. 908011
1.999

PROFESSIONAL
Íþróttabolur
st. S-XL
6.999



BRAVE SOUL
Joggingbuxur
st. S-XL
vnr. 911111
4.999

TRUE
Joggingbuxur
st. S-XXL
vnr. 912723
5.999

HAGKAUP
Skemmtilegast að versla

VEISTU SVARIÐ?



1. Hvað kostar að taka tösku með sér fram og til baka ef farið er útlanda með WOW air?
2. Hversu mikið magn af ull var flutt til landsins í fyrra?
3. Hver voru úrslitin í leik íslenska U21 landsliðsins gegn Armeníu?

SVÖR:

1. Átta þúsund krónur.
2. 107 tonn.
3. £ 4-4 til Ísland.

Umsjónarmaður yngri flokka hjá KR segir íþróttahúsið ekki standa undir þeim fjölda sem þar æfir: Unglingar æfa til ellefu vegna plássleysis

FÉLAGSMÁL „Aðstaðan er löngu, löngu sprungin og aldrei neitt gert í því,“ segir Halldór G. Eyjólfsson, sem hefur umsjón með yngri flokkum körfuknattleiksdeildar KR. Samkvæmt æfingatöflu yngri flokka fyrir komandi vetur munu 14 ára drengir æfa til klukkan korter fyrir ellefu á þriðjudagskvöldum og 16 ára drengir til klukkan ellefu á fimmtudögum.

„Ég á sjálfur tvö börn sem eru búin að vera í þessu undanfarnin ár og þetta er alltof lengi,“ segir

Halldór, en lögbundinn útivistar-tími barna á aldrinum 13 til 16 ára er til klukkan tíu á kvöldin. Þó má bregða út af reglunum séu börn á leið heim frá víðurkenndri íþróttasamkomu.

Halldór segir að þörf sé á nýju íþróttahúsi hjá félaginu svo hægt sé að nýta daginn betur.

„Þetta er búið að vera svona í fjölda ára,“ segir Halldór. „Iðkendum hefur fjölgað mikið og við fäum bara enga tíma í KR-heimilinu.“

Hann segir þetta líka vandamál

í öðrum æfingahópum sem sækja í íþróttahúsið, til að mynda í badminton og handbolta. ÍR hefur nýtt íþróttahús Seljaskóla undir körfuboltaíðkun og segir Halldór að það myndi ábyggilega hjálpa að semja um að fá afnot af íþróttahúsum Grandaskóla eða Hagaskóla seinni part dags.

„En Reykjavíkurborg hefur ekki viljað sleppa því húsi,“ segir Halldór. „Það væri strax skref í rétta átt en ég held að það yrði samt ekki nóg.“



SEGIR AÐSTÖÐUNA EKKI DUGA Halldór er sammála því að æfingar standi of lengi fram eftir. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

JAPAN

Á þriðja tug smitast

Að minnsta kosti 22 manneskjur hafa smitast af beinbrunasótt í Japan að undanfögnu. Þetta eru fyrstu tilfelli sóttarinnar í næstum sjötíu ár í landinu. Japanska heilbrigðisráðuneytið telur að fólkið hafi smitast er það heimsoðtt almenningsgarðinn Yoyogi Park í borginni Tókýó. Beinbrunasótt er hitabellisótt sem moskítóflugur dreifa og veldur hún miklum hita og sársauka í liðamótum.

Tryggðu þér
SIMS 4
Limited Edition!

GAME
STÖÐIN

KRINGLAN OG SMÁRALIND
591 5300 · GAMESTODIN.IS

Bréf frá borgarstjóra Óslóar: Óslóartréð verður áfram

SAMFÉLAG Borgarstjórinn í Ósló, Fabian Stang, hefur sent Degi B. Eggertssyni, borgarstjóra í Reykjavík, bréf þar sem hann lýsir því yfir að Óslóarborg muni áfram færa Reykjavíkurborg jólatré að gjöf.



DAGUR B. EGGERTSSON

Í bréfinu er einnig upplýst að skipafélagið sem hefur flutt tréð á milli

landanna borgunum að kostnaðarlausu muni gera það áfram. Þetta kemur fram í tilkynningu frá Reykjavíkurborg.

Nokkur umræða varð um Óslóartréð síðasta vetur eftir að borgarstjórn Óslóar tók ákvörðun um að hætta við að gefa Reykjavíkurborg tréð. Ákvörðunin vakti mikla athygli í Noregi og á Íslandi og fjölluðu norskir miðlar talsvert um málið. Ákvörðun Óslóarborgar hefur því verið dregin til baka og norskt tré mun áfram prýða Austurvöll á adventunni borgarbúum væntanlega til mikillar gleði.

Eimskip hefur jafnan flutt tréð frá Noregi til Íslands og ekki tekið fyrir það gjald.

Auk Reykvíkinga hafa íbúar Rotterdam og Lundúnabúar fengið jólatré frá Norðmönnum um árabil. -fb



ÖLFUS Úrskurður þess efnis að sveitarfélagið þurfi að láta í té trúnaðargögn gæti breytt framtíðarskipulagi útboða að mati lögfræðinga.

Samtök iðnaðarins gagnrýna úrskurð

Samtök iðnaðarins og Samband íslenskra sveitarfélaga ósammála úrskurðarnefnd um upplýsingamál. Gæti umturnað öllum útboðum á almennum markaði. „Mikilvægt á samkeppnismarkaði að trúnaður haldi um gögn,“ segir lögfræðingur SI.

SAMKEPPNISMÁL Samtök iðnaðarins og Samband íslenskra sveitarfélaga gagnrýna úrskurð úrskurðarnefndar um upplýsingamál þess efnis að sveitarfélaginu Ölfusi sé skylt að afhenda trúnaðargögn varðandi tilboð í sorphirðu í bæjarfélaginu. „Þetta mál vísar út fyrir sig og gæti haft veruleg áhrif á útboðsmarkað hér á landi,“ segir Sigurður B. Halldórsson, lögfræðingur Samtaka iðnaðarins.

Úrskurðarnefnd um upplýsingamál komst að þeirri niðurstöðu, 24. júlí síðastliðinni, að sveitarfélaginu Ölfusi væri skylt að veita samkeppnisaðila þess sem bauð lægst í sorphirðu, aðgang að upplýsingum um tilboð þess sem og fylgigögn. Þessi tilboðsgögn voru trúnaðarmál milli sveitarfélagsins og lægstbjóðanda. Lægstbjóðandi telur slíkar upplýsingar á samkeppnismarkaði ekki eiga að rata í hendur samkeppnisaðila.



SIGURÐUR B. HALLDÓRSSON

Undir þessi sjónarmið tekur Sigurður B. Halldórsson, lögfræðingur SI. Hann telur að verði fyrirtækjum á opnum markaði gert skylt að veita samkeppnisaðilum ítarlegar upplýsingar um tilboðsgerð sína geti það haft gríðarlegar afleiðingar í för með sér. „Í málinu er deilt um hvort tilboðsskrár bjóðenda í opinberum útboðum verða strax aðgengilegar samkeppnisaðilum við opnun tilboða. Slíkt hefur hvorki tíðkast hér á landi né erlendis og því teljum við rétt að dómstólar skeri úr um réttmæti þess. Þessi úrskurður getur á margan hátt breytt framtíðarskipulagi útboða hins opinbera. Í grunninn er skoðun Samtaka iðnaðarins sú að fyrirtæki eigi ekki að

geta grandskodað tilboðsgerðir annarra fyrirtækja. Samkeppnishagsmunir eru það ríkir.“

Samband íslenskra sveitarfélaga er einnig á þeirri skoðun að full ástæða sé að látið verði reyna á niðurstöðu úrskurðarnefndar fyrir dómstólum. Tryggvi Þórhallsson, lögfræðingur sambandsins, segir að trúnaður eigi að ríkja um meðferð gagna. „Óskoruð meginregla á verktakamarkaði er að trúnaður ríki um sundurliðuð einingaverð í tilboðum. Þessi meginregla og venja henni tengd styðst meðal annars við veigamikil samkeppnissjónarmið. Að mati sambandsins er kaupanda í slíku ferli því bæði rétt og skylt að tiltaka að trúnaður ríki um meðferð gagna. Niðurstaða úrskurðarnefndar grefur undan trúnaðarákvæðum sem eru mikilvæg trygging fyrir því að sveitarfélög fái eins hagstæð tilboð í verk og þjónustu og mögulegt er.“ svinn@frettabladid.is

BLÁSKJÁR
eftir Tyrking Tyrkingsson

Griman 2014: Sproti ársins

„Galsafengin og frumleg ádeila“
H.A. - DV

„Framvindan er fáránleg, myndin og áhugaverð. ... Bláskjár er verk sem heitdur áhorfendum á tánum.“
S.G.V. - M.bl

„Frábærlega skemmtilegt og skrifað af miklum skáldskap“
G.S.E. - Djölfeyjan.

„Bráðskemmtileg og sterk sýning þar sem leikarar fara á kostum í vel skrifuðu verki.“
F.B. - F.bl

Sýningar hefjast í kvöld!

Fös 6/9 kl. 20	Órfá sæti	Fim 2/10 kl. 20
Lau 13/9 kl. 20	Órfá sæti	Sun 12/10 kl. 20
Lau 20/9 kl. 20	Órfá sæti	Sun 19/10 kl. 20
Sun 21/9 kl. 20	Órfá sæti	aukasýn.

MIÓASALA | 568 8000 | borgarleikhus.is

Óskabörn
Sæfunnar
Borgarleikhúsið

Skrýtið ef gjaldskrárbreytingar fóru fram hjá viðskiptavinum, segir MP banki:

Upplýsa ekki hve margir hættu

VIÐSKIPTI MP banki vill ekki upplýsa hversu margir viðskiptavinir hafa flutt sig í annan banka í kjölfar umdeilda gjaldskrárbreytinga sem tóku gildi 1. ágúst.

Mánaðarlegt viðskiptagjald var 1.100 krónur en er nú 5.000 krónur. Það gerir 60.000 krónur á ári. Til að sleppa við gjaldið þarf viðskiptavinur að eiga meira en tvær milljónir í bankanum.

Fréttablaðið hefur fengið ábendingar um óánægða viðskiptavini sem vissu ekki af breytingunum en

Hildur Þórisdóttir, yfirmaður kynningarmála hjá MP banka, segir það skrítið ef breytingarnar hafi farið fram hjá fólki. Bankinn hafi sent út bréf í byrjun júní og svo tölvupóst þegar nær dró því að breytingarnar tækju gildi.

„Fólk var kannski í sumarfrí og þetta fór þess vegna fram hjá einhverjum,“ segir Hildur. „Við höfum komið til móts við viðskiptavini sem hafa verið að flytja sig yfir í aðra banka og endurgreitt þeim þetta mánaðargjald.“ -skh



MP BANKI Með breytingunum vill bankinn leggja aukna áherslu á sérhæfða þjónustu. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

NÝR CITROËN C3

LÆGRA BÍLVERÐ - MINNI EYÐSLA



CRÉATIVE TECHNOLOGIE

LÆGRA VERÐ - FRÁ 2.250.000 KR.

Við frumsýnum nýja bíltækni á lægra verði. Hinar nýju PureTech vélar frá Citroën hafa meiri kraft, lægri eldsneytiseyðslu og 25% minni losun koltvísýrings en fyrri kynslóðir slíkra véla. Eldsneytiseyðsla Citroën C3 með nýju PureTech vélinni er aðeins 4,3 l/100 km í blönduðum akstri.

Komdu og reynsluaktu vel búnum Citroën C3.



Nýir og notaðir bílar: Söludeild er opin alla virka daga kl. 9-17 og laugardaga kl. 12-16.
Brimborg Reykjavík: Bildshöfða 8, sími 515 7040 | Brimborg Akureyri: Tryggvabraut 5, sími 515 7050



Orkuveitan leggur forstjóranum til bústað í einkavík við Þingvallavatn

Pótt Orkuveitan hafi í kjölfar hrunsins keppst við að grynna á skuldum með því að selja eignir sem ekki tengjast rekstrinum er sumarhús við Þingvallavatn sem ætlað er forstjóranum ekki á söluskrá. Húsið er sagt lítið notað sökum ástands en lítur samt óaðfínanlega út.

FASTEIGNIR Á sama tíma og Orkuveita Reykjavíkur selur eignir sem ekki tengjast kjarnastarfsemi fyrirtækisins er sumarhús við Þingvallavatn sem ætlað er forstjóranum ekki sett á sölulista.

Eiríkur Hjálmarsson, upplýsingafulltrúi Orkuveitunnar, segir að þar sem sumarhúsið standi á vatnstökusvæði á Grámel hafi ekki þótt rétt að hafa lóðina á sölulista eigna fyrirtækisins, sem samþykktur var af stjórn OR á árunum 2010 og 2011.

„Í gegnum tíðina hafa hitaveitustjórar og síðar forstjórar Orkuveitunnar haft ráðstöfunarétt yfir húsinu,“ svarar Eiríkur aðspurður um hverjir hafi afnotarétt að húsinu. Eiríkur kveður Bjarna Bjarnason forstjóra vera erlendis og því geti hann ekki að svo stöddu svarað því hver hafi notað bústaðinn síðast og hvenær.

„Húsið hefur lítið verið notað undanfarinn áratug eða svo sökum ástands þess,“ heldur Eiríkur áfram og bætir við: „Ákveðið var þó að gera það múshelt með því að endurbæta klæðningu að utan nú nýverið.“

Sumarhús forstjórans er á afviknum stað við lítinn tanga milli tveggja víkna og sýnist reyndar í afbragðs standi. Þótt bústaðurinn sé upphaflega frá 1946 virðist hann hafa verið mikið endurnýjaður og er meðal annars með nýja viðarklæðningu. Innandyra er arinn og leðurhúsgögn.

Á veröndinni eru garðhúsgögn og veglegt gasgrill. Í fállegri víkinni er stórt bátaskýli sem byggt var 1998. Skýlið geymir viðarhraðbát og annan minni léttabát.

Að sögn Eiríks er framtíð forstjórahússins óráðin. „Reiknað er með að það verði á sömu lóð og vatnstökhusið á Grámel og í umsjá Orku náttúrunnar, dótturfyrirtækis OR sem sér um rekstur virkjananna og þar með vatnstökuna á Grámel. Þetta er þó ekki frágengið,“ segir hann.



NÆGT RÝMI Langt er í næstu bústaði frá sumarhúsi sem forstjóri Orkuveitunnar ræður yfir á litlum tanga milli tveggja víkna í Þingvallavatni.

FRÉTTABLAÐIÐ/PIETUR

LÆST HLÍÐ Ekki er ætlast til að almenningur komist að bústað forstjóra Orkuveitunnar.

GOTT ÁSTAND Á veröndinni standa húsgögn og stórt gasgrill tilbúið til notkunar.

Eins og fram hefur komið hyggst Orkuveitan ekki framlengja hálfra aldar gamla lóðarleigusamninga sumarhúsa sem standa við Þingvallavatn skammt norðan við forstjórabústaðinn.

Til stóð á tímabili að selja eignum húsa lóðirnar eða að minnsta kosti endursemja um leiguna sem Orkuveitunni þótti orðin alltof lág enda ekki vísitölubundin í upphafi.

Í júní ákvað stjórn OR hins vegar að hætta við söluna og að hætt yrði að nýta lóðirnar undir sumarhús þar sem stórt vatnsból sé á svæðinu og mikilvægt væri fyrir rekstur Nesjavallavirkjunar að ráða yfir strandlengjunni við vatnið. Forstjóranum var falið að annast málið.

Eigendur sumarhúsanna mótmæltu bæði fyrrgreindum áformum um sölu lóðanna og um hækk-

un leiguverðs. Ekki hefur náðst tal af lögmanni þeirra en Eiríkur segir fulltrúa Orkuveitunnar og húseigenda hafa átt í samskiptum síðustu vikur.

„Hvort þau leiða til niðurstöðu eða þá hvaða er ekki hægt að segja til um núna og ég vil ekki vera með neinar vangaveltur þar um,“ segir upplýsingafulltrúinn.

gar@frettabladid.is

„Ákveðið var þó að gera það múshelt með því að endurbæta klæðningu að utan nú nýverið.“

Eiríkur Hjálmarsson,
upplýsingafulltrúi Orkuveitunnar.

Framboðsfrestur

Ákveðið hefur verið að viðhafa allsherjaratkvæðagreiðslu í VR við kjör fulltrúa á þing Alþýðusambands Íslands 2014.

Kjörnir verða 85 fulltrúar og 30 til vara. Framboðslistar ásamt meðmælum 300 fullgildra félagsmanna VR þurfa að hafa borist kjörstjórn á skrifstofu VR, Húsi verslunarinnar, Kringlunni 7, fyrir kl. 12:00 á hádegi þann 12. september næstkomandi.

Kjörstjórn VR

Virðing
Réttlæti

VR



FORSTJÓRINN Páll Matthíasson mun mæta í millipinghald, þar sem ekki þótti nóg að lögmaður svaraði fyrir spítalann. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

Páll Matthíasson mætir fyrir Héraðsdóm Reykjavíkur:

Mun lýsa afstöðu spítalans fyrir dómi

DÓMSMÁL Óskað var eftir frekari gögnum, meðal annars sjúkragögnum hins látna, þegar fyrirtaka fór fram í Héraðsdómi Reykjavíkur í gær í máli hjúkrunarfræðings sem ákærður er fyrir manndráp af gáleysi. Bodað hefur verið til millipinghalds þar sem Páll Matthíasson, forstjóri Landspítalans, mun lýsa yfir afstöðu spítalans til ákærunnar. Aðalmeðferð málsins fer fram í Héraðsdómi Reykjavíkur á næsta ári.

Hjúkrunarfræðingurinn lýsti yfir sakleysi sínu við fyrirtöku málsins hinn 24. júní síðastliðinn og gerði Landspítalinn hið sama. Þá hafnaði hjúkrunarfræðingurinn bótakröfu líkt og lögfræðingur spítalans fyrir hönd hans. Dómara þótti yfirlýsing lögfræðingsins ekki nægja.

Ríkissaksóknari lagði fram ákæru á hendur Landspítalanum og hjúkrunarfræðingi gjörgæsludeildar í maí síðastliðnum fyrir manndráp af gáleysi. Er hjúkrunarfræðingurinn sakaður um röð mistaka sem drögu sjúkling til dauða árið 2012. Samkvæmt niðurstöðum rannsóknar spítalans ollu margir samverkandi þættir mistökunum, en það er algengasta ástæða mistaka í heilbrigðiskerfinu.

Aldrei fyrr hefur starfsmaður Landspítalans, né Landspítalinn, verið ákærður fyrir atvik af þessu tagi. Landspítalinn úthlutaði hinum ákærða lögmanni ásamt því að hafa sinn eigin lögmann. Landspítalinn standi þó með hinum ákærða.



NÝR E-UP!

Framtíðin er á uppleið með fyrsta Volkswagen rafbílnum.

Við kynnum fyrsta meðlim Volkswagen fjölskyldunnar sem gengur eingöngu fyrir rafmagni. Komdu og skoðuðu þetta netta tækniundur.



NÝR GOLF SPORTSVAN

Draumi líkastur á degi hverjum.

Ef þú ert að leita að öruggum, rúmgóðum, kraftmiklum og fallegum fjölskyldubíl er nýr Golf Sportsvan svarið.

Ekkert sparað nema eldsneytið.

Náðu þér nýjan Passat með löngum lista af aukahlutum á frábæru verði sem býðst aðeins í stuttan tíma.



Tiguan Sport & Style Diesel 2.0 TDI á freistandi tilboði:
6.750.000 kr.
þú sparar 715.000 kr.

TIGUAN

VELKOMIN Í VOLKSWAGEN FJÖLSKYLDUNA

Hvort sem fjölskylda þín er stór eða smá finnur þú örugglega Volkswagen sem passar ykkur.



Passat Comfortline Variant 1.4 EcoFuel AT á tilboði:
5.050.000 kr.
þú sparar 680.000 kr.

PASSAT

Það eru svo margar ástæður fyrir því að eignast Volkswagen. Ein sú helsta er að maður hreinlega fellur fyrir honum. Komdu við í HEKLU eða hjá umboðsmönnum um land allt og heilsaðu upp á Volkswagen fjölskyldumeðlimina. Þeir hlakka til að sjá þig.



Das Auto.



FRÉTTABLAÐIANTON

Álagið miklu meira en búist var við

Sumir starfsmenn Ríkisskattstjóra hafa unnið myrkra á milli við verkefni sem tengjast skuldaleiðréttingunni. Starfsmenn vinna úr 69 þúsund umsóknum frá 105 þúsund einstaklingum. Ríkisskattstjóri segir verkefnið flókið en stofnunin hafi getað tekist á við aukið álag.

Haraldur Guðmundsson
haraldurg@frettabladid.is

STJÓRNSÝSLA „Þetta hefur verið margfalt meira álag heldur en við nokkurn tímann reiknuðum með. Hér hefur fólk unnið fram á nótt í mjög langan tíma og hjá þeim sem unnu mest náði sólarhringurinn alveg saman,“ segir Skúli Eggert Þórðarson ríkisskattstjóri.

Starfsmenn embættisins vinna nú úr 69 þúsund umsóknum, frá 105 þúsund einstaklingum, sem bár-ust um leiðréttingu verðtryggðra fasteignalána. Þeir sjá einnig um úrvinnslu umsókna um ráðstöfun séreignarsparnaðar inn á húsnæðislán. Um 27.500 einstaklingar hafa sótt um þann hluta aðgerða stjórnsvalda og enn er tekið við umsóknum.

„Verkefnið er flókið og mikið en þetta er stór stofnun og því höfum

við getað tekist á við þetta. Gagnvart umsækjandanum á þetta að virka einfalt og þægilegt en á bak við einfaldleikann er gríðarleg vinna,“ segir Skúli.

Skóða sex ára gömul framtöl

Leiðréttingin er umfangsmikil enda stefnt að lækkun höfuðstóls fasteignalána, sem tekin voru 2008 og 2009, um 80 milljarða króna. Fjöl- margir koma að verkefninu og má þar nefna starfsmenn fjármála- og efnahagsráðuneytisins, fjármála- fyrirtækja, lífeyrissjóða og Ríkisskattstjóra. Gert er ráð fyrir að vinnslu umsókna ljúki á nokkrum vikum.

Skúli segir starfsfólk embættisins hafa þurft að skoða skattframtöl margra umsækjenda fimm til sex ár aftur í tímann að þeirra beiðni. Margir þeirra hafa á þeim tíma skipt um maka og húsnæði og lán þeirra tekið breytingum þegar

fjármálafyrirtæki voru lögð niður og önnur komu í staðinn.

„Þarna er verið að vinna með flókin atriði sem ná langt aftur í tímann. Fólk er jafnvel búið að hverfa frá maka sínum og það eru dæmi um tvo til þrjú maka á þessum tíma. Þetta þarf að handvinna allt aftur í tímann sem þýðir að afgreiðsla þessara erinda tekur nokkra klukkutíma. Þessi mál voru samtals um 1.500 talsins og við urðum því að taka fólk úr öðrum verkefnum,“ segir Skúli.

Húsnæðið sprungið

Um 270 manns starfa hjá Ríkisskattstjóra en um 80 starfsmenn hafa komið að leiðréttingunni með einum eða öðrum hætti og sumir í mjög skamman tíma.

„Sá áfangi náðist á miðvikudag að við fækkuðum í hópnum í fyrsta skipti frá því þetta hófst í mars. Hér var mest að gera í síðustu viku og

SVÖRUÐU 25.381 SÍMTALI

Starfsmenn Ríkisskattstjóra svöruðu 25.381 símtali í ágúst eða 1.269 símtölum á dag. Skúli segir að ekki hafi náðst að svara öllum símtölum og að þau hafi í heildina verið um 1.600 á dag að meðaltali. Til samanburðar má nefna að á háannatímanum, í marsmánuði þegar skattframtölum er skilað inn fær embættið um 1.871 símtal á meðaldeg. „En þetta var mjög snarpur skammtur sem kom þarna inn í ágúst,“ segir Skúli.

Í byrjun þessarar viku þegar við þurftum að leiðrétta framtöl sem ekki voru rétt,“ segir Skúli.

Hann segir húsnæði embættisins ekki hafa borið þessi auknu umsvif og því hafi þurft að færa starfsmenn inn í kennslu- og fundarsali.

„Þetta á hins vegar að lagast á morgun [í dag] þegar við fáum viðbótarplass annars staðar í húsinu.“

Fá mörg símtöl og tölvupósta

Starfsmenn Ríkisskattstjóra sáu um að hanna leidretting.is í samstarfi við hugbúnaðarfyrirtæki og sjá um daglegan rekstur síðunnar.

Því fylgir að sögn Skúla mikil vinna við að svara fyrirspurnum umsækjenda.

„Þegar mest var hringdu á fjórða þúsund manns hingað inn á þremur dögum og það voru 18 starfsmenn sem voru einungis settir í það. Þú getur því ímyndað þér að þá voru menn orðnir vel heitir á eyrunum,“ segir Skúli og heldur áfram.

„Síðan kemur hingað gríðarlegur fjöldi af tölvupóstum og það þarf að vinna úr þeim öllum. Einnig hafa komið upp lögfræðileg álitamál sem hefur þurft að taka á og leysa,“ segir Skúli.



Íslandsbanki var annað árið í röð valinn besti íslenski bankinn af hinu virta tímariti Euromoney.

Hefur rétt á að eignast eigin vini

Móðir ellefu ára drengs með Downs-heilkenni vill að sonur sinn öðlist félagsþroska og finni sér féлага til framtíðar. Hún hefur ítrekað beðið um að hann fái að taka þátt í félagsstarfi fyrir fatlaða. Svareð er þvert nei því hann býr í Mosfellsbæ en starfið er í Reykjavík.

Erla Björg Gunnarsdóttir
erlabjorg@frettabladid.is

VELFERÐARMÁL „Ég vil að hann geti leikið sér, verið í félagsskap og eignast vini eins og önnur börn en það stendur honum ekki til boða því hann fær ekki aðgang að hópi við sitt hæfi,“ segir Sigrún Þórarinsdóttir, móðir Ásmundar Stefánssonar, 11 ára drengs með Downs-heilkenni.

Ásmundur er fæddur og uppalinn í Mosfellsbæ og gengur í Lágafellsskóla með jafnöldrum sínum í hverfinu. Sigrún segir hann þó vanta félagskap við hæfi eftir skóla, því þótt skólafélagarnir séu góðir við hann, eignist hann ekki vini á jafningjagrundvelli.

„Sveitarfélagið er lítið og því ekki mörg börn á hans aldri með svipaðar fatlanir. Það sem er í boði fyrir hann er að vera með miklu yngri börnum í frístund eftir skóla eða í frístund sérdeildar með einu öðru barni.“

Í Fréttablaðinu í gær var fjallað um að meirihluti foreldra fatlaðra barna hafi áhyggjur af félagslífi barna sinna og að þau séu einmana.

Sigrún þekkir þær áhyggjur og þá sérstaklega eftir því sem Ásmundur eldist og þörfin fyrir meira félagslíf og vini eykst. Því hafði hún samband við Reykjavíkurborg, fyrst fyrir tveimur árum og svo endurtekið síðar, í von um að hann fengi að

ÞJÓNUSTA FLUTT FRÁ RÍKI TIL SVEITARFÉLAGA

Í janúar 2011 færðist þjónusta við fatlað fólk frá ríki til sveitarfélaga. Í nýrri könnun, þar sem m.a. foreldrar fatlaðra barna voru spurðir út í þjónustuna, kemur í ljós að yfir þrjátíu prósent eru óánægðari með hana eftir flutninginn. Helstu ástæður eru að kerfið sé orðið flóknara og boðleiðir lengri en einnig að aukna þjónustu vanti og þar á meðal aukinn stuðning og bætt félagsleg úrræði.

Athygli vekur að ríflega helmingur foreldranna segir skort á félagsskap vera hindrun í félagslegri þátttöku og tómstundastarfi barnsins, sem er heldur hærra hlutfall en í könnun sem var gerð fyrir yfirfærsluna á þjónustunni.



„Það eiga allir rétt á að eignast vini en þarna er verið að segja hreint og beint nei við hann og að hann fái ekki að vera með.“

Sigrún Þórarinsdóttir, móðir 11 ára drengs með Downs-heilkenni

taka þátt í fjölmennari frístunda-klúbbum fyrir börn með fatlanir í Reykjavík. „Ég fékk bara þvert nei frá borginni og litlar útskýringar fyrir utan að þetta væri bara ekki í boði þar sem hann er ekki með búsetu í Reykjavík,“ segir Sigrún.

Sigrún segir Ásmund þó oftast gláðan í skólanum og mikilvægt sé fyrir hann að vera hluti af bæjarfélaginu, í stað þess að fara eitthvert annað í skóla. Aftur á móti hafi hann þörf fyrir að eiga innihaldsríkan hversdag, eins og önnur börn, þar sem hann hitti féлага og taki þátt í bæði skipulögðu starfi og frjálsum leik. Eftir því sem hann stálpist finni

hann að hann sé utangátta félagslega meðal jafnaldra í skólanum.

„Ég hef tekið eftir að hann er farinn að draga sig út úr samskiptum í skólanum því hann upplifir höfnun og finnur að hann á ekki samleið lengur með ýmsa hluti. Það eiga allir rétt á að eignast vini en þarna er verið að segja hreint og beint nei við hann og að hann fái ekki að vera með. Hann þarf svo að fá tækifæri til að vera gláður,“ segir Sigrún og bætir við að mikilvægt sé fyrir Ásmund, eins og aðra, að öðlast félagsþroska og fá tækifæri til að finna féлага til framtíðar sem og lífsförunaut seinna meir í lífinu.



MÆÐGIN Sigrún og Ásmundur eru sammála um að það sé gott að búa í Mosfellsbæ og þar vilji þau búa áfram. Þau vona að þau neyðist ekki til að flytja í stærra sveitarfélag til að Ásmundur geti fengið félagskap við hæfi eða þurfi að skipta um skóla.

FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI



Fyrirtækjapjónusta

Stoltur samstarfsaðili



65 hótélherbergi • 4 hæðir • 4 stjörnur • www.aldahotel.is

Við óskum Hótel Öldu innilega til hamingju með flottan áfanga!

Íslandsbanki lauk nýverið við fjármögnun á Hótel Öldu, sem er nýtt 4* lúxushótel með 65 herbergjum við Laugaveg 66-68. Íslandsbanki er framsýnn og öflugur samstarfsaðili í framkvæmdafjármögnun í fasteigna- og verktakaiðnaðinum.

Við leggjum metnað okkar í að bjóða fyrirtækjum sérþekkingu og erum traustur samstarfsaðili alla leið.

Þekking okkar sprettur af áhuga.



Skólar og lestarferðir liggja niðri vegna öflugra skyndiflóða sem skoluðu burt 50 manna rútu í gær:

Verstu flóðin í Kasmír-héraði í áraraðir

INDLAND, AP Að minnsta kosti átján eru látnir og þurft hefur að loka skólum og leggja niður lestarferðir í Kasmír-héraði vegna mestu flóða á svæðinu í 22 ár. Um fimmtíu manns er nú saknað eftir að rúta á leið úr brúðkaupi skolaðist burt í indverska hluta héraðsins í gær.

Í samtali við fréttaveituna AP segir Rajesh Kumar, lögreglustjóri á svæðinu, það hafa tekist að bjarga þremur farþegum sem sluppu úr bifreiðinni. Rútan sjálf er hins vegar enn ekki fundin og

óvíst um afdrif hinna farþeganna. Regn og aurskriður hindra aðgengi að svæðinu þar sem rútan týndist.

Öflug skyndiflóð herja á um hundrað þorp í Kasmír þar sem gríðarmikil rigning hefur valdið því að ár flæða yfir bakka sína. Veðurfræðingar segja líklegt að áfram muni rigna næstu tvo daga eða svo.

Aurskriður og flóð eru nokkuð algeng í Indlandi á rigningartímabilinu, sem nær frá júní og út september.



FLÝJA FLÓÐIN Íbúar í borginni Srinagar í Kasmír reyna að berjast gegn öflugum vatnsstraumnum. Héraðið, sem liggur á landamærum Indlands og Pakistans, hefur orðið mjög illa úti vegna skyndiflóða síðustu daga.

FRÉTTABLAÐIÐ/AP

Ákærður en sýknaður: Kona mynduð í mátunarklefa

SVÍPJÓÐ Ung kona sem var hálfklædd í mátunarklefa í verslun í Svíþjóð sá allt í einu hendi með farsíma smeygt undir hurðina. Hún óttaðist að myndum af henni yrði dreift á netinu og kærði atvikið.

Sextán ára piltur, sem var eigandi símans, kvaðst hafa haft áhuga á skóm konunnar. Hann var ákærður en þar sem konan sá símann taldi dómurinn að ákvæði um leynd í nýjum lögum um leyningar niðurlægjandi myndatökur ætti ekki við. Dagens Nyheter greindi frá.

Cameron útilokar ekki loftárásir

Leiðtogar NATO-ríkjanna ræða heimsmálin á tveggja daga fundi sínum í sveitasælunni í Wales. Þar er af nógu að taka: Vígasveitir herskárra íslamista sem vaða uppi í Írak og Sýrlandi, átök við uppreisnarmenn í Úkraínu og svo næstu skref bandalagsins í Afganistan.

BRETLAND, AP „Þeir sem vilja taka upp einangrunarstefnu misskilja eðli öryggismála á 21. öldinni,“ skrifuðu þeir Barack Obama Bandaríkjaforseti og David Cameron, forsætisráðherra Bretlands, í sam-eiginlegri grein þeirra sem birtist á leiðarasiðu breska dagblaðsins Times of London í gær.

Síðar um daginn mættu þeir til Newport í Wales ásamt leiðtogum annarra aðildarríkja Atlantshafsbandalagsins, þar sem þeir ræddu öryggismál í heiminum vítt og breitt.

Þrjú mál voru efst á dagskrá í gær: Vígasveitir íslamista í Írak og Sýrlandi, átök við uppreisnarmenn í austanverðri Úkraínu og svo næstu skref, sem bandalagið íhugar í Afganistan.

Þeir Obama og Cameron lýstu því yfir að þeir muni ekki láta öfgamenn Íslamska ríkisins kúga sig til undirgefni með ofbeldisverkum sínum, og skoruðu á leiðtoga hinna NATO-ríkjanna að víkja sér ekki undan þeirri ógn sem þar er við að eiga.

„Við þurfum að sýna raunverulega festu og ákveðni, við þurfum að nota allan okkar mátt og allan okkar vígbúnað í samvinnu við bandamenn okkar – og þá sem standa í baráttunni á jörðu niðri – til að tryggja að við gerum allt sem í okkar valdi stendur til þess að kreista líftórana úr þessum skelfilegu samtökum,“ segja þeir Obama og Cameron.

Bandaríkin hafa nú í nokkrar vikur komið íbúum í Írak til hjálpar með sprengjuárásum á vígamenn Íslamska ríkisins.

Á fundinum í gær sagðist Cameron svo ekki vilja útiloka að Bretar hefji einnig loftárásir á Íslamska ríkið. Ekki þyrfti að biða samþykkis frá stjórn Bashars al Assad í Sýrlandi þar sem hún væri ólöglegt vegna stríðsglæpa, sem hún hefði framið.

Hvað varðar Úkraínu ítrekuðu leiðtogarnir ásakanir sínar um að rússnesk stjórnvöld græfu undan stöðugleika í austanverðri Úkraínu. Þeir segja að þrýstingur á Rússland verði aukinn, láti þeir ekki af þessu.

Petró Porosjenkó Úkraínuforseti kom til Cardiff í gær og átti þar fund með Obama, Cameron, Angelu Merkel Þýskalandskanslara, François Hollande Frakklandsforseta og Matteo Renzi, forsætisráðherra Ítalíu.

Leiðtogarnir ítrekuðu þar jafnframt stuðning sinn við Úkraínustjórn.

Anders Fogh Rasmussen, framkvæmdastjóri NATO, skýrði svo frá því á blaðamannafundi síðdegis að gerðar verði breytingar á starfsemi fjölþjóðaliðs NATO í Afganistan. Bandalagið muni áfram veita Afgönnum stuðning, en ekki með því að taka þátt í hernáðaráttökum heldur með fjárstuðningi og með því að þjálfra her og lögreglu heimamanna.

Á meðan leiðtogarnir sátu á fundum kom hópur fólks saman í Newport til að mótmæla NATO og hernáðarhyggju Vesturlanda.

gudsteinn@frettabladid.is



LEIÐTOGAR STILLTU SÉR UPP Að venju var tekin „fjölskyldumynd“ af leiðtogum NATO-ríkjanna þegar þeir voru allir saman komnir í Wales í gær. Þarna má meðal annarra sjá fulltrúa Íslendinga, Sigmund Davíð Gunnlaugsson forsætisráðherra.

NORDICPHOTOS/AFP

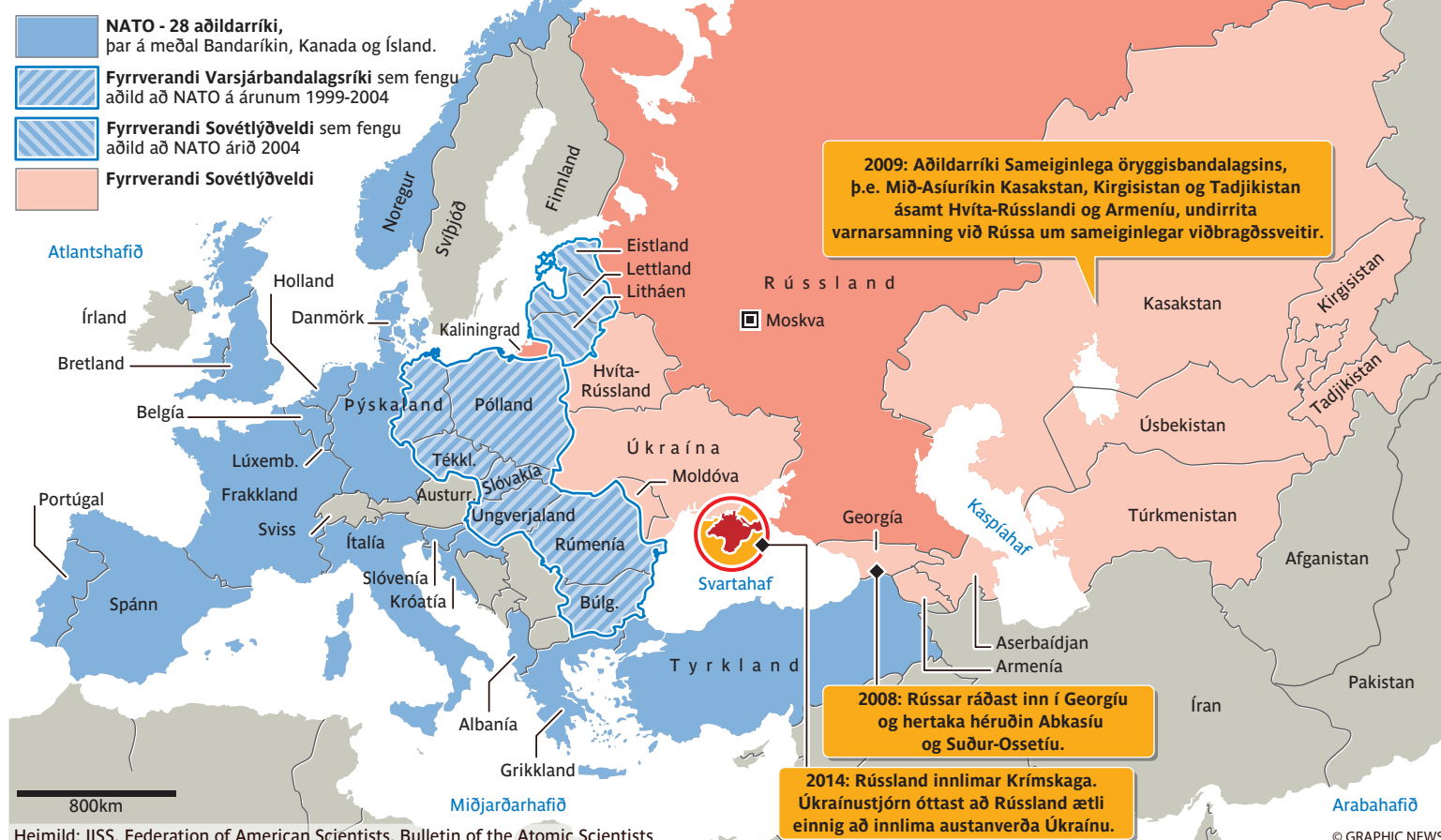
→ Vonir glæðast um vopnahlé

Uppreisnarmenn í austanverðri Úkraínu virtust í gær reiðubúnir til að undirrita samkomulag um vopnahlé. Þeir krefjast þess að friðarplan Vladímír Pútíns Rússlandsforseta verði lagt til grundvallar.

Petró Porosjenkó Úkraínuforseti hefur sagst reiðubúinn til að fallast á vopnahlé ef friðarsamkomulag verður undirritað í dag á fundi með leiðtogum uppreisnarmanna í Minsk í Hvíta-Rússlandi.

Atlantshafsbandalagið og Rússland

Frá því Sovétríkin og Varsjárbandalagið liðu undir lok árið 1991 hafa flest fyrriverandi austantjaldsríkin og þrjú fyrriverandi Sovétlýðveldi gengið í Atlantshafsbandalagið (NATO). Rússar hafa á móti fengið fimm fyrriverandi Sovétlýðveldi til liðs við Sameiginlega öryggisbandalagið, sem stofnað var árið 1992.





Rétta umhverfið fyrir þitt fyrirtæki

Reitir eru stærsta fasteignafélag landsins á sviði útleigu atvinnuhúsnæðis. Með vönduðu viðhaldi á eignum stuðla Reitir að fallettri ásýnd, varðveita sögu húsnæðis og skapa ímynd sem er fyrirtækinu þínu til sóma.

Reitir eru með yfir 130 eignir til leigu fyrir hvers kyns rekstur, á höfuðborgarsvæðinu, á Akureyri og í fjölda annarra bæjarfélaga.

Finndu húsnæði sem hentar þínum rekstri. Hafðu samband við Reiti í síma 579 9000 eða í reitir@reitir.is.

Kringlan 4-12

103 Reykjavík

www.reitir.is

575 9000

REITIR

Velkomin til starfa

BONUS BONUS BONUS BONUS BONUS BONUS

Gott verð í Bónus 4.-7. sept.

**BÓNUS
BRAUÐ 1 kg.**



229
kr. 1 kg.

Bónus kornbrauð 1 kg.
13 SAMLOKUR

GOTT VERÐ Í BÓNUS
Góðan daginn!
Góður morgunmatur



530
kr. 518g.

10% afsláttur
Við kassann; verð áður 589 kr.



719
kr. 2 kg.

10% afsláttur
Við kassann; verð áður 798 kr.



698
kr. 6 stk

Hleðslu tilboð
Sex í pakka á verði fjögurra

GOTT VERÐ Í BÓNUS
HÁMARK 3 FERNUR



459
kr. 3x250ml

GOTT VERÐ Í BÓNUS
Fjórar nýbakaðar
kjallarabollur með osti



298
kr. 4 stk



698
kr. 750ml

Berio extra virgin
olía 500+250 ml

598
kr. 750ml

Berio ólívuolía
500+250 ml



398
kr. 870ml



1598
kr. 38 þvottar

Aðeins 42 kr.
þvotturinn

GOTT VERÐ Í BÓNUS
m&m 1 kg.
Partypokinn



1498
kr. 1 kg.

NÝTT Í BÓNUS

GOTT VERÐ Í BÓNUS
7UP



179
kr. 1 ltr.



98
kr. 500ml



129
kr. 1 ltr.



898
kr.

Pepsi 4x2 lítrar+170g snakkpoki

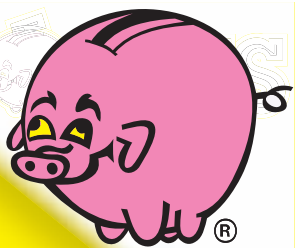
AFGREIÐSLUTÍMI
FÖSTUDAGUR
10:00-19:30

BONUS EKKERT BRUÐL

VISA

Ath. Vöruverð í þessari auglýsingu
gildir frá fimmtudegi til sunnudags

BÓNUS BÓNUS BÓNUS BÓNUS



Gott verð í Bónus 4.-7. sept.



298 kr. 500g.  Íslenskar gulrætur 500g



359 kr. 500g.  Akursel Lífrænar íslenskar gulrætur 500g



259 kr. kg.  Íslenskar gulrófur



198 kr. kg.  NÝJAR ÍSLENSKAR KARTÖFLUR Rauðar og Gullauga í lausu



669 kr. kg.  Goða frosið Lambasúpukjöt



398 kr. 125g  Bónus Lambhagablenda

GOTT VERÐ Í BÓNUS
Ferskur Bónus kjúklingur



745 kr. kg.

Bónus ferskur heill kjúklingur



Sérskorið ferskt lambalæri
Sérskorið lambalæri: þá er efsti hluti mjaðmabeins og rófubein skorið frá og því er meira kjöt og minna bein á lærinu!

1398 kr. kg. 



Sérskorið kryddað ferskt lambalæri
Sérskorið lambalæri: þá er efsti hluti mjaðmabeins og rófubein skorið frá og því er meira kjöt og minna bein á lærinu!

1398 kr. kg. 



BÓNUS Kjúklingur
Bringur
1995 kr. kg. 

Bónus ferskar kjúklingabringur



BÓNUS Kjúklingur
Vængir
298 kr. kg. 

Bónus ferskir kjúklingavængir



KIARNAFÆÐI
LAMBAGULLAS
1898 kr. kg. 



ISLANDS GRIS
Stál kjótt
998 kr. kg. 

Ferskar Grisakótilettur

BÓNUS EKKERT BRUÐL



AFGREIÐSLUTÍMI
FOSTUDAGUR
10:00-19:30

Það er efnahagsstjórnin sem dregur landið niður:

Þriðja heims Ísland

Silja Dögg Gunnarsdóttir, þingkona Framsóknarflokksins, skrifaði grein í Fréttablaðið í fyrradag þar sem hún full-yrta að á aðeins einu ári hafi núverandi ríkisstjórn lyft grettistaki og komið efnahagslífi landsins á réttan kjöl. Þingkonan tók nokkur dæmi um þau „ótrúlegu umskipti“ sem orðið hafa í efnahags- og atvinnulífi hér á árinu, hagvöxt, minnkandi atvinnuleysi, jákvæðan viðskiptajöfnuð (sem reyndar er kolrangt) og fleira. Þá lofar hún skuldaniðurfellingu ríkisstjórnarinnar upp í hástert og segir hana hafa hlotið jákvæðar umsagnir hjá erlendum lánshæfismatsfyrirtækjum (reyndar líka rangt).

Alþjóðaefnahagsráðið (World Economic Forum) birti á dögunum skýrslu sína um samkeppnishæfni ríkja fyrir árin 2014 til 2015. Þar er lönnum raðað á lista eftir samkeppnishæfni þeirra, almennt og einnig eftir ákveðnum sviðum. Á almenna listanum er Ísland í þriðugasta sæti. Það þætti alla jafna ekkert skelfilegt en þegar staðsetningin er athuguð út frá stöðu annarra Norðurlandarákja kemur í ljós að Ísland stendur þeim langt að baki. Danmörk er næst Íslandi á listanum í þrettánda sæti – sautján sætum fyrir ofan Ísland.

Gunnar Smári Egilsson, þjóðfélagsrýnir og fyrrverandi ritstjóri, hefur greint stöðu landsins út frá skýrslunni á Facebook-síðu sinni um að Ísland skuli verða 20. ríki Noregs. Þar kemur meðal annars fram að þegar undirlistar að baki aðallista séu skoðaðir sjáist vel hvar styrkur og veikleikar landsins liggja. Það er nefnilega efnahagsstjórnin sem dregur landið niður en góð heilsa, innviðir og grunnmenntun vega það upp. Þannig er viðskipta- hverfið á Ísland ekki jafn þróað og á hinum Norðurlöndunum og við erum komin mun styttra á veg þegar kemur að nýsköpun. Við erum í 49. sæti þegar kemur að skilvirkni viðskipta- hverfisins, 68. sæti í þroska fjármálalífsins og 92. sæti þegar kemur að efnahagslegri stöðu þjóðarbúsins. Þar eru helstu nágrannar okkar á listanum Kamerún, Króatía, Kosta Ríka og Dóminíska lýðveldið.

Viðskipta- og efnahagslífi okkar er sem sagt miklu frekar á pari við þriðja heiminn en önnur ríki í okkar heimshluta. Auðvitað hlýtur það að vekja áleitnar spurningar hjá ráðamönnum þjóðarinnar, en þegar betur er að gáð kemur þessi niðurstaða ekki á óvart. Dæmin eru allt í kringum okkur. Sem nýlegt dæmi má nefna starfshætti Seðlabanka Íslands en bankinn ákveður hver fái undanþágur frá hinum alræmdu gjaldeyrishöftum. Þegar höftunum var upprunalega komið á fót óttuðust margir afturhvarf til þess tíma þegar flokksskirteini eða klíkuskapur voru forsenda þess að fá gjaldeyri úthlutaðan. Í bréfi sem Viðskiptaráð sendi fjármálaráðherra í gær er staðfest að þessi ótti átti fullkomlega við rök að styðjast. Ógagnsæi og ójafnræði einkenni ákvarðana- töku gjaldeyriseftirlits Seðlabankans og ákveðni „ráðgjafar“ fái, í gegnum tengsl sín við bankann, skjótari og hagstæðari úrlausn mála sinna.

Hvort á þessi lýsing á starfsháttum bankans meira skylt við seðlabanka í öðru vestrænu ríki eða þriðja heiminn? Svárið er augljóst og í þessu einstaka dæmi, eins og svo mörgum öðrum er snúa að viðskipta- og efnahagslífi þjóðarinnar, verða stjórnvöld að fara að taka á málunum. Efnislega vafasamar lofgreinar fótgönguliða þeirra breyta engu þar um.

Þetta er mynd af því hvernig efnahagsstjórnin hefur verið stýrt. Þetta er mynd af því hvernig efnahagsstjórnin hefur verið stýrt. Þetta er mynd af því hvernig efnahagsstjórnin hefur verið stýrt.

FRÉTTABLAÐIÐ

ÚTGÁFUFLAG: 365 miðlar ehf. STJÓRNARFORMAÐUR: Ingibjörg S. Pálmadóttir FORSTJÓRI: Sævar Freyr Práinsson ÚTGEFANDI OG AÐALRITSTJÓRI: Kristín Þorsteinsdóttir kristin@frettabladid.is FRÉTTARITSTJÓRI: Sigurjón M. Egilsson sme@frettabladid.is. Fréttablaðið kemur út í 90.000 eintökum og er dreift ókeypis á heimili á höfuðborgarsvæðinu og Akureyri. Einnig er hægt að fá blaðið í völdum verzlunum á landsbyggðinni. Fréttablaðið áskilur sér rétt til að birta allt efni blaðsins í stafrænu formi og í gagnaböndum án endurgjalds. ISSN 1670-3871

Muna að drekka vatn

Frábær vatnsvél fyrir fyrirtæki



- Venjulegt vatn + sóðavatn
- Tengist beint við vatnslögn
- Nett og fyrirferðalítill
- Hitastig á vatni stillanlegt. 5-20°C



Síðumúli 16 • 108 Reykjavík • sími 580 3900 • www.fastus.is
Opíð mán - fös 8.30 - 17.00

FRÁ DEGI TIL DAGS

Rússneski björninn

Á leiðtogafundi Nató kveður við nýjan en þó gamalkunnan tón í fréttablutningi frá Rússlandi. Orð eins og þau að rússneski björninn sé kominn út fyrir girðingu sína, sem höfð voru eftir utanríkisráðherra í gær, hljóma eins og tilvitnun í kvöldfréttatíma fyrir rúmum aldarfjórðungi og hálfu öld þar á undan. Nú er spurningin hvort kynslóðin sem fædd er um og eftir 1980 verði sú eina, sem fær að upplifa þjóðuna, sem ríkt hefur í samskiptum Rússa og Vestur-Evrópuríkja undanfarið – sú eina sem ekki elst upp við Rússagrýlu.

Línur ekki eins skýrar

Pó að svo fari sjáum við

varla fram á einfalda heimsmynd kaldastríðstímans á nýjan leik. Þá skiptist heimurinn í grófum dráttum í tvær blokkir, þá sem aðhylltist einhvers konar kommúnisma, og hina sem aðhylltist eitthvert afbrigði kapitalisma. Vitaskuld voru alls kyns blæbrigði á milli. Línurnar eru óskýrari núna. Hvar flokkast Kína? Er styrkur Bandaríkjanna ótvíráður?

Ein skilgreind ógn?

Madeline Albright, fyrrverandi utanríkisráðherra, sagði nýlega það augljósa að miklu erfiðara væri að fá bandaríska þjóðina til að sameinast um utanríkisstefnu, meðan

ekki sé hægt að skilgreina eina ógn eins og á tímum kalda stríðsins. Nú sé myndin flóknari – og vísar þá meðal annars í hildarleikina í Írak og Sýrlandi. Spurning er hver áhrif þessi þróun, ef hún gengur eftir, hefur á pólitíkina hér heima. Hver mun skipa sér á hvaða bás? Verður hægt að mynda fylkingar um einhvers konar vestræna samvinnu, sem var lykilhugtak í umræðunni um og upp úr öldinni sem leið, og aðrar um eitthvað annað, sem verður samilega skilgreint – eða verðum við meira og minna öll á sömu línunni? osk.frettabladid.is



Fanney Birna Jónsdóttir

fanney@frettabladid.is

HALLDÓR



Náttúra og umhverfi undirstaða velferðar

UMHVERFISMÁL



Sigurður Ingi Jóhannsson umhverfis- og auðindaráðherra

Íslensk náttúra gegnir lykilhlutverki í efnahagsbata landsins, bæði vegna sérstöðu sinnar hvað endurnýjanlega orku varðar og einstakrar náttúrufergurðar sem er helsta aðráttarfl fyrir erlenda ferðamenn. Lífsgæði Íslendinga felast ekki síst í hreinu umhverfi sem tryggir okkur framúrskarandi vatnsgæði, litla loftmengun og mikið aðgengi að óspilltri náttúru. Þetta eru nokkrar af meginúrstöðum heildarúttektar Efnahags- og framfarastofnunar Evrópu (OECD) á umhverfismálum á Íslandi árin 2001-2013, sem kynnt var í gær.

Meðal annars er fjallað um hvernig efnahagur og náttúra tengjast – hvernig vöxtur og samdráttur hefur ein áhrif á umhverfið og hvernig náttúran hefur lagt grunninn að endurreisn efnahagslífsins. Við getum verið stolt af þeirri eindregnu jákvæðu umsögn sem gefin er en um leið eru settar fram gagnlegar ábendingar um að hverju beri að gæta. Svo jákvæð umsögn vekur okkur til umhugsunar um mikilvægi þess að varðveita gæðin sem felast í umhverfinu og náttúrunni. Við nýtingu auðlinda okkar þurfum við að bera virðingu fyrir umhverfi, náttúru og sérkennum landsins svo þau haldist jafn óspillt og raun ber vitni. Slíkt er brýnt fyrir þjóð sem byggir afkomu sína á sjálfbærri nýtingu náttúruauðlinda og hreinni náttúru.

Þannig er undirstrikað í skýrslunni að

→ Niðurstöður OECD-skýrslunnar undirstrika einnig að náttúra og umhverfi eru undirstaða velferðar í landinu...

náttúrutengd ferðamennska sé mikilvæg auðlind og að ferðaþjónustan hefur átt hvað ríkastan þátt í viðreisn efnahags landsins. Þá er fjallað um mikilvægi þess að formgera langtímaáætlun um byggingu innviða á ferðamannastöðum sem er í takt við frumvarp til laga um framkvæmdáætlun um uppbyggingu ferðamannastaða sem ég mun leggja fram í haust. Í umfjöllun um orkumál fá Íslendingar rós í hnappagatið fyrir að vera það OECD-ríki sem státar af hæsta hlutfalli endurnýjanlegrar orku en bent er á að velja þarf af kostgæfni áframhaldandi nýtingu með hámarks arðsemi og langtíma-hagsmunni heildarinnar að leiðarljósi.

Niðurstöður OECD-skýrslunnar undirstrika einnig að náttúra og umhverfi eru undirstaða velferðar í landinu en þrjár greinar – sjávarútvegur, orkuvinnsla og náttúrutengd ferðaþjónusta – standa undir um 1/3 allra okkar útflutningstekna. Því þarf umhverfis- og náttúruvernd að vera samofin allri stefnumörkun, opinberri starfsemi og stjórnsýslu, þvert á alla mála-flokka.

Réttur til menntunar

Eitt af mikilvægari verkefnum stjórnvalda er að tryggja það að Íslendingar geti sótt sér menntun. Um það ríkir almenn sátt í þjóðfélaginu að Jón á ekki meira tilkall til menntunar en Gunnir af þeirri ástæðu að foreldrar Jóns eru efnameiri en foreldrar Gunna. Við eigum að búa í samfélagi þar sem allir geta menntað sig burt séð frá efnahagslegri stöðu einstaklingsins sjálfs eða foreldra hans.

MENNTUN



Þorvaldur Davíð Kristjánsson
formaður SÍNE
(Sambands íslenskra námsmanna erlendis)

sérfræðinám sem þeim hagnast hér á Íslandi, aðrir fara út til að takast á við þá áskorun að nema við þekktu og mikilvirkta háskóla og mynda þannig tengsl við góða leiðbeinendur og samnemendur. Enn aðrir mennta sig í útlöndum til að víkka sjónveldarhringinn í öðru landi og læra jafnvel nýtt tungumál í leiðinni.

Við eigum að styðja við bakið á ungu íslensku fólki sem vill mennta sig í útlöndum því það er ekki bara gott fyrir menntastigið í landinu heldur

hefur það einnig jákvæð áhrif á efnahagslífið í heild sinni að fá inn ungt fólk á markaðinn til að þróa og þroska atvinnulífið. Við græðum öll á því þegar þekking fólksins í landinu dýpkar og breiðkar. Stöndum því ekki í vegi fyrir að fjölga námsmönnum erlendis heldur styðjum við bakið á þeim og hvetjum þá til að snúa heim og láta gott af sér leiða.

Geta ráðið úrslitum

Tilgangur SÍNE hefur frá stofnun verið sá að standa vörð um réttindi og lánakjör íslenskra námsmanna í útlöndum og þá meðal annars í gegnum fulltrúa SÍNE í stjórn LÍN. Staðan er þó sú að í stjórn LÍN sitja átta full-

trúar. Fjórir af þeim eru skipaðir af stjórnvöldum en námsmannahreyfingarnar eiga fjóra fulltrúa og þar af á SÍNE einn af þeim og reyna þær að berjast eftir fremsta megni fyrir réttindum sinna félagsmanna. Til að ákvörðun stjórnarfundar teljist gild þarf hún stuðning meirihluta stjórnarmanna. Verði atkvæði jöfn við afgreiðslu mála í stjórn sjóðsins sker atkvæði formanns úr. Fulltrúar stjórnvalda fara því með meirihluta atkvæða í stjórninni og geta þar af leiðandi ráðið úrslitum í öllum ákvörðunum sem stjórn LÍN tekur.

Síðastliðið vor tók meirihluti stjórnar LÍN ákvörðun um það að skera flatt niður grunnfram-

færslu til námsmanna erlendis um 10%. Þessi skjóti niðurskurður kom sér afar illa fyrir marga námsmenn erlendis og fékk SÍNE fjöldann allan af erindum og fyrirspurnum frá námsmönnum sem lýstu yfir furðu sinni vegna þessarar ákvörðunar og þá sérstaklega hversu skyndilega hún kom til og þá án allra viðvarana.

Undirritaður vonast til þess að þessi niðurskurður boði ekki ófögru fyrirheit þegar kemur að grunnframfærslu námsmanna erlendis almennt. Það er nógu erfitt að stíga skrefið og halda einn síns liðs út í óvissuna og nema í fjarlægum landi. Við skulum ekki letja fólk til náms heldur hvetja það!

Best varðveitta leyndarmálið

Á síðasta ári voru 355 heimilisofbeldismál skráð hjá lögreglunni á höfuðborgarsvæðinu. Ætla má að þetta sé aðeins lítil hluti þeirra brota sem eiga sér stað og að þessi mál skipti þúsundum – heimilisofbeldi er nefnilega oft best varðveitta leyndarmál fjölskyldunnar. Umfangið er slíkt að það er full ástæða til að gefa málaflöknum mun meiri athygli en gert hefur verið. Konur eru oftast þolendur heimilisofbeldis, en íslensk könnun sem gerð var árið 2010 leiddi í ljós að um 22% kvenna sögðust hafa verið beittar ofbeldi af maka eða fyrrverandi maka.

SAMFÉLAG



Karl Garðarsson
þingmaður
Framsóknarflokksins



Vilhjálmur Arnason
þingmaður
Sjálfstæðisflokksins

hjón eða sambýlisfólk. Börn sem búa á heimili geta verið beinir eða óbeinir þolendur heimilisofbeldis. Þetta eru oft mjög erfið mál að eiga við þar sem þau tengjast einkalífi og tengsl milli geranda og þolanda eru oft mjög mikil.

Það leiðir síðan oft til þess að þeir sem verða fyrir slíku ofbeldi eru tregir til að leggja fram kæru og halda áfram með málið í gegnum dómskerfið. Þá er vantrú á að dómskerfið taki í raun á vandamálinu. Oft er fallið frá kærnu, enda er viðkomandi oft háður gerandanum, t.d. fjárhagslega. Hótanir um frekara ofbeldi fæla fólk líka frá því að kæra. Slík mál stoppa gjarnan í réttarvörsluferfinu, en aðeins er haldið áfram með þau alvarlegustu.

Oft er gripið til þess ráðs að veita þolendum heimilisofbeldis vernd með nálgunarbanni. Rökin á bak við slíkt bann eru að gerandi á oft greiðan aðgang að þolandanum vegna náinna tengsla á milli þeirra. Ítrekaðar ofsóknir og ofbeldi eru nefnilega ein helsta birtingarmynd

heimilisofbeldis, en það vill gjarnan stigmagnast.

Árangursríkt verkefni

Lögreglan á Suðurnesjum og félagsþjónustan hafa staðið fyrir tilrauna-verkefni „Að halda glugganum opnum“ og hefur það skilað miklum árangri. Tilgangur þess er að sporna gegn heimilisofbeldi með því að grípa strax inn í þau mál sem koma upp og freista þess að veita þolandanum þá aðstoð sem hægt er. Vandamálið er hins vegar að kerfið hefur ekki boðið upp á fullnægjandi úrræði til að fylgja þessum málum eftir. Það er ekki nóg að koma þolanda undir læknishendur og setja á nálgunarbann ef frekari úrræði eru ekki fyrir hendi.

Til að bæta úr höfum við ákveð-

id að leggja fram frumvarp á fyrstu dögum þingsins þar sem lögð er til breyting á almennum hegningarlögum. Þar er gert ráð fyrir sérstöku ákvæði um heimilisofbeldi til að leggja áherslu á alvarleika slíkra brota. Mikilvæg breyting er líka lögð til varðandi nálgunarbann. Í dag getur bara þolandi kært brot á nálgunarbanni, en við leggjum til að lögregla fái einnig slíka heimild. Það mun styrkja stöðu þolanda, sem eru oft viðkvæmir og sýna einkenni meðvirkni þegar kemur að kærnu.

Sigríður Björk Guðjónsdóttir, nýskipaður lögglustjóri á höfuðborgarsvæðinu, hefur tilkynnt að baráttan gegn heimilisofbeldi verði sett í forgang á næstunni. Það er vel. Vonandi verður innlegg okkar í þá baráttu til góðs.

LOK Á HEITA POTTA

Lokin þola 1.000 kg snjóbunga.

- Lok til á lager:
- Stærðir:
- 174x217 cm
- 200x200 cm
- 210x210 cm
- 217x217 cm
- 220x220 cm
- 217x235 cm
- 235x235 cm
- 8 hyrnd lok, (passar á Unaðskel)

HITAVEITUSKELJAR

1250 - 1600 LÍTRAR

Sölustaður

FISKIKÓNGURINN
SOGAVEGI 3
SÍMI: 777 2000

HEITIRPOTTAR.IS

SKÖTUSTAPPA

ALVÖRU SKÖTUSTAPPA
MEÐ VESTFIRSKUM
HNOÐMÖR

NÝ VARA

EITTHVAÐ SEM MARGIR Hafa BEÐIÐ EFTIR

HUMAR 8.900 kr.kg
Stærð 7/9

HUMAR 2.600 kr.kg
Stærð 30/40

OPIÐ LAUGARDAG
10 - 15

FISKIKÓNGURINN
SOGAVEGI 3
HÖFDABAKKA 1

www.fiskikongurinn.is

Finndu Fiskikónginn á

Haustuppskeran

MÚRBÚÐARVERÐ

Úrvals ílát



Hvitt = fyrir matvælaíðnað
– lok fáanleg

12 lítrar
345

35 lítrar
2.490

50 lítrar
2.590

75 lítrar
5.190

45 lítrar
2.990

50 lítrar
4.040

20 lítrar
995

35 lítrar
2.995

20 lítrar
595

Margar stærðir af
fötum og böllum á
góðu verði!



Hjólbörur 80 lítra
4.190

TFA hitamælir
835

MIKIÐ ÚRVAL AF
HITAMÆLUM!



TFA hitamælir
795

Malarhrífa verð frá
1.890



Haki
2.390

Laufhrífa
790

Delta-Plus hanskar
220



Black&Decker
hábrýstidæla Max bar 110
14.990

1400W, 360 min/
lit/klst
Polir 50°C heitt vatn
5 metra barki,
sápubox



Strákústur
30cm breiður
795



Mako sterkir ruslapokar
120 lítra 10stk
390

MARGAR
GERÐIR
AF HJÓLBÖRUM

Skóbakkar, tilvalið á
heimilið eða í bílinn

990



Öflugar hjólbörur 90 lítra
8.590



Garðkarfa 25L
990



G 002 með hjólum 52
lítra 58x42x34cm
1.740



G B003 með
hjólum 28 lítra 49x36x28cm
1.470



Garðverkfærasett
490



5 lítra bensínbrúsi
995
einnig til 10 lítra
kr **1.495**



2 stk strigapokar
60x105cm
1.190



Jarðvegspokar 60 L
1.190
120 L kr. **1.890**



Mako plastdúkur 2x25metrar
1.995

Sterkur poki
135



Garðklóra 12"
399



MÚRBÚÐIN

Sími 412 2500 - sala@murbudin.is - www.murbudin.is

Reykjavík Kletthálsi 7. Ópið virka daga kl. 8-18, laug. 10-16
Reykjanesbær Fuglavík 18. Ópið virka daga kl. 9-12 & 13-18

Neytendur athugið! Murbúðin selur allar vörur sínar á lágmarksverði fyrir alla, alltaf. Gerið verð- og gæðasamanburð!

MERKISATBURÐIR

1698 Pétur mikli Rússakeisari lagði skatt á skegg sem tilraun til að nútímavæða Rússland.

1910 Berklahælið á Vífilsstöðum tók til starfa undir stjórn Sigurðar Magnússonar yfirlæknis.

1942 Fjórir drengir slösuðust og skemmdir urðu á húsum er þýskar sprengjuflugvélar gerðu loftárás á Seyðisfjörð.

1972 Togvirklippum var beitt á breskan landhelgisbrjót í fyrsta sinn á íslensku miðunum.

1989 Leikarar úr Leikfélagi Reykjavíkur fluttu sig úr Iðni í Borgarleikhúsið.

PETTA GERÐIST: 5. SEPTEMBER 1997

Móðir Teresa lést úr hjartaáfalli

Nóbelsverðlaunahafinn Móðir Teresa lést þennan mánaðardag árið 1997, 87 ára að aldri. Hún fékk hjartaáfali á aðalskrifstofum trúboðsstöðvarinnar Charity í Kalkúta á Indlandi. Jóhannes Páll páfi II. lét svo ummælt að með henni færi kona sem hefði sett mark sitt á sögu aldarinnar þegar hann fékk andlátsfréttina.

Foreldrar Teresu voru albanskir en fluttu til Skopje sem þá tilheyrði Júgóslavíu og þar

fæddist Teresa sem var skírd Agnes Gonxha Bojaxhiu. Hún tók nafnið Systir Teresa í klaustri á Írlandi en 1948 setti hún á stofn eigin reglu og hóf hjálparstörf í fátækrahverfum Kalkúttaborgar á Indlandi. Þegar hún lést rak sú regla 3.000.544 heimili fyrir fátæka í meira en 80 borgum víða um heim.

Pótt Móðir Teresa hafi ekki verið óumdeild líta flestir á nafn hennar sem tákn fyrir góðmennsku og samhug.



SÖNGKENNINGARINN „Minn metnaður liggur í að sem flestir fái að kynnastránægjunni sem felst í því að syngja,“ segir Sólveig Unnur.

FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

→ Nám og starf Sólveigar Unnar

Sólveig Unnur er með söngkennarapróf (DipLRSM) frá Söngskólunum í Reykjavík og hefur klassískan bakgrunn sem söngkona og kennari. Nú stundar hún framhaldsnám í Complete Vocal Technique við Complete Vocal Institute í Kaupmannahöfn og stefnir á að útskrifast þaðan með kennararéttindi vorið 2015.

Hún hefur starfað sem söngkennari og stjórnandi söngdeildar við Tónlistarskóla Vestmannaeyja síðastliðin fimm ár og tekið þátt í tónlistarlífi bæjarins.



Allir eiga nefnilega séns

Ýmsir söngstílar, allt frá klassík til þungarokks, eru kenndir í hinum nýjum söngskóla Vocalist sem Sólveig Unnur Ragnarsdóttir söngkennari rekur að Laugavegi 178.

„Markmið skólans er að allir geti þar fundið söngnám við sitt hæfi, hvort sem fólk er að læra ánægjunnar vegna eða til að ná lengra sem atvinnusöngvarar.“ Þetta segir Sólveig Unnur Ragnarsdóttir söngkennari um skólann sinn Vocalist sem er á efstu hæð á Laugavegi 178. Hún kveðst kenna þar allt frá klassík til þungarokks. „Kennslan byggist upp á Complete Vocal Technique en sú tækni er orðin mjög vinsæl meðal söngvara á Íslandi og víða um Evrópu og er talin áhrifarík og fljótverk,“ segir hún.

Reyndar hóf Sólveig Unnur starfsemi Vocalist um síðustu áramót og þá með einkatíma en nú vikkar hún sviðið verulega og býður líka upp á þrens konar námskeið. Þau nefnast Reynsluboltinn, Sturtusöngvarinn og Sá laglausi og standa frá 18. september til 5. desember. Þessa dagana hrannast fólk til hennar í ókeypis prufutíma, syngur fyrir hana og kynnis sér námsframboðið.

„Reynsluboltinn er námskeið fyrir þá

sem hafa einhverja reynslu af að syngja í kór eða sem einsöngvarar. „Mig langar að kynna tæknina Complete Vocal Technique fyrir þeim,“ útskýrir Sólveig Unnur og lýsir fyrirkomulaginu. „Í Reynsluboltanum er unnið í hóp. Einn fer upp og syngur og ég leiðbeini söngvaranum með það sem hann vill ná fram en hinir nemendurnir fylgjast með í tímunum. Fólk lærir svo mikið á að hlusta á aðra.“

Námskeiðin Sá laglausi og Sturtusöngvarinn byggjast upp á hóptímum þar sem fyrirlestrar eru um raddbeitingu, að sögn Sólveigar Unnar. „Svo eru einkatímar þess á milli þar sem fólk vinnur með tæknina í eigin söng. Það eiga nefnilega allir séns,“ fullyrðir hún. „Minn metnaður liggur í að sem flestir fái að kynnastránægjunni sem felst í því að syngja.“

Spurð hvort henni þyki ekki þreytandi að hlusta á laglaust fólk syngja fyrir sig allan daginn, svarar Sólveig Unnur:

„Ég er þolinmæðismannskja og mér finnst gaman að upplifa persónulega sigra hvers og eins. Fólk hefur brostið í grát í tímum hjá mér, það eru svo miklar tilfinningar sem fylgja því að hafa verið álitinn laglaus en geta sungið.“ Hún telur meint lagleysi fólks ekki lélegu tóneyra að kenna heldur hjálfunarleysi og skorti á raddtækni. „Til eru dæmi um færustu píanista sem halda ekki lagi,“ segir hún.

Fólk getur pantað einkatíma hjá Sólveigu Unni, keypt staka tíma eða fimm og tíu tíma kort. „Það hentar þeim uppteknu sem geta ekki komið á vissum tíma í hverri viku,“ bendir hún á og kveðst einnig ætla að vera með unglinganámskeið fyrir 12 til 16 ára, plús helgarnámskeið. Það er ljóst að hún er að skapa sér næg viðfangsefni því fyrir utan að reka Vocalist kennir hún söng við Tónlistarskóla Vestmannaeyja tvisvar í viku og á því mikið undir göðum samgöngum milli lands og Eyja.

gun@frettabladid.is

Hlustað á vindinn syðra og vestra

Fjölskyldusýningin Ég hlusta á vindinn verður í Norræna húsinu nú um helgina, 6. og 7. september, og í Edinborgarhúsinu á Ísafirði 9. og 10. september.

Leikararnir Marjo Lahti og Henna-Riikka Nurmi hafa þýtt og stílfært sýninguna Puhu tuuli purtteni sem útleiggst á íslensku Ég hlusta á vindinn. Hún verður sýnd í Barnahelli Norræna hússins á laugardag og sunnudag og í Edinborgarhúsinu á Ísafirði 9. og 10. september.

Sýningin fer fram á íslensku og finnsku og tekur um 45 mínútur. Hugmyndin að henni er byggð á foreldrahlutverknu og hinu einstaka sambandi milli barns og foreldris. Söngvar og textar sem farið er með eru úr Kanteletar úr Kalevala og Eddukvæðum. Þetta er fjölskyldusýning, sérstaklega sniðin að börnum, allt frá 3 mánaða til 5 ára, þó allir geti notið sýningarinnar sem er persónuleg, litrík og skemmtileg. Hún hefur verið vinsæl í Finnlandi frá árinu 2009 þegar hún var frumsýnd.



LEIKARARNIR Henna-Riikka Nurmi dansari hefur búið á Ísafirði frá 2005. Marjo Lahti leikari býr í Finnlandi en ver sumrunum á Flateyri.



Elskulegur eiginmaður minn, faðir okkar, tengdafaðir og afi,

HALLDÓR GUÐMUNDSSON

Kópavogsbraut 93,

sem lést af slysförum 28. ágúst, verður jarðsungið frá Kópavogskirkju miðvikudaginn 10. september kl. 13.00. Þeim sem vilja minnast hans er bent á Björgunarfélag Hornafjarðar, reikn.: 1147-26-56, kt.: 640485-0439.

Inga Lucia Þorsteinsdóttir
Kristín Harpa Halldórsdóttir
Guðmundur Steinar Halldórsón
Þórdís Fjóra Halldórsdóttir
Vignir Már Halldórsón
Jón Halldór Kristínarson

Magnús Árnason



Eiginmaður minn, sonur okkar, stjúpi, bróðir og afi,

EGGERT STEFÁN SVERRISSON

Þórðarsveig 2,

lést 29. ágúst á líknardeildinni í Kópavogi. Útför hans fer fram frá Árbæjarkirkju mánudaginn 8. september kl. 15.00. Blóm og kransar afþakkaðir.

Guðrún Sigurðardóttir
Karítas Melstað
Þóra Stefánsdóttir
Haraldur A. Stefánsson
barnabörn og systkini.

Sverrir Ragnarsson
Ágúst Þór Sigurjónsson
Jóhanna Njálisdóttir



Okkar ástkæra móðir, tengdamóðir, amma og langamma,

SIGRÍÐUR JÓNSDÓTTIR

frá Brúsastöðum, Þingvallasveit,

lést á hjúkrunarheimilinu Eir 23. ágúst sl. Útför hefur farið fram í kyrrþey að hennar ósk. Innilegar þakkir fyrir samúð og hlýhug við andlát og útför.

Friðþjófur Daníel Friðbjófsón
Edda Dagný Örnólfsson
Ingi Þórir Bjarnason
barnabörn og barnabarnabörn.

Jakobína Óskarsdóttir
Rúnar Gunnarsson



Ástkær móðir okkar, tengdamóðir og amma,

SIGRÍÐUR JÓNA SVEINSDÓTTIR

Vík í Mýrdal,

andaðist á hjúkrunarheimilinu Hjallatúni í Vík þann 27. ágúst. Útförin fer fram frá Víkurkirkju laugardaginn 6. september nk. kl. 14.00.

Anna Sigríður Pálsdóttir
Sólveig Pálsdóttir
Ása Jóna Pálsdóttir
Sveinbjörg Pálsdóttir
Sveinn Pálsson
Bjarni Jón Pálsson
og ömmubörnin öll.

Auðbert Vigfússon
Jón Þorbergsson
Axel Wolfram
Gunnar Þór Jónsson
Soffía Magnúsdóttir
Ásta Ósk Stefánsdóttir



Nýtt á heimsvísu
VARANLEGT LETUR
Eingöngu hjá Granithöllinni

Eitt mesta úrval landsins af fallegum legsteinum og fylgihlutum hjá Granithöllinni

Granithöllin Legsteinar
www.granithollin.is
Bæjarhrauni 26 Hafnarfirði 555-3888

FÓLK

KYNNINGARBLAÐ

ZUMBA OG DISKÓ

Söguhringur kvenna hefur göngu sína á ný í Gerðubergi á morgun kl. 13.30. Boðið verður upp á litríka dagskrá þar sem danskennarinn Tanya Dimitrova leiðir þátttakendur í gegnum zumba, bollywood og diskó.



25 ára

Innritun og upplýsingar á dansskoli.is eða í síma 553 6645

Salsa
Break
Zumba
Hip Hop
Freestyle
Brúðarvals
Barnadansar
Samkvæmisdansar
Sérnámskeið fyrir hópa
Börn - Unglingar - Fullorðnir



Ýmis starfsmanna-, stéttar- og sveitarfélög veita styrki vegna dansnámskeiða.



DANSSKÓLI
Jóns Péturs og Kóru
Dansfélag Reykjavíkur

Danskennarasamband Íslands | Faglærðir danskennarar
Valsheimilið Hlíðarenda | sími 553 6645 | dans@dansskoli.is

DETOX OG DEKUR JÓNÍNU BEN

JONINABEN.IS KYNNIR Líkamsræktarfrömuðurinn Jónína Ben býður detox-heilsu meðferðir á Hótel Örk og á glæsilegu heilsuhótelu í Gdansk í Póllandi. Jónína er í samstarfi við lækni, sjúkraþjálfara, nuddara og snyrtifræðinga.

Jónína Ben hefur starfað í heilsu- og líkamsræktargeiranum í 30 ár. Hún er frumkvöðull á því sviði og hefur meðal annars kynnt eróbíkk, spinning, spa og aðrar nýjungar fyrir landsmönnum ásamt því að stofna Heilsuhótel Íslands.

Jónína býður bæði upp á lúxus-detoxnámskeið í samvinnu við heimilislækni á Hótel Örk og á heilsuhótelinu Wichrowe Wzgórze og Hótel ELF í Póllandi.

Á Hótel Örk er hægt að velja milli tveggja vikna fullrar meðferðar eða þriggja sólarhringa safe-detox um helgi.

Heilsuhótelu Wichrowe Wzgórze í Póllandi er einstakt að sögn Jónínu. „Ég hef fundið perlu í þjóðgarðinum nærri Gdansk. Hóteluð er stórglæsilegt og umhverfuð eins og ævintýraland. Aðstaðan er eins og best verður á kosið. Spa-deildin er framúrskarandi og fagmennskan til fyrirmyndar,“ segir Jónína en læknirinn dr. Agnesku Lemansik, sem hún hefur unnið með í gegnum tíðina, starfar við hóteluð.

Jónína segir mikilvægt að vel fari um fólk á meðan það fastar. „Margir reyna að fasta heima í stressi en það getur beinlínis verið hættulegt. Þarna í sveitasælunni er allt til alls. Auk þess vinn ég ávallt einstaklingsmiðað og er árangurinn eftir því,“ segir Jónína en hægt er að velja um mismunandi fæðu, 600 hitaeiningar (Detox), 1.200 hitaeiningar og svo 2.000 hitaeiningar.

Meðal þess sem hægt er að njóta á báðum hótelunum er: Vatnsleikfimi, sauna, heitir pottar, innrauður klefi, gönguferðir, líkamsrækt, fyrirlestrar, einkaráðgjöf, skoðunarferðir, kvöldvökur, skemmtidagskrá, nudd/dekur, snyrtistofa, hvíldarherbergi, jóga, teygjur og djúpslökun.

Meðferðin í Póllandi fer fram á íslensku, ensku og skandinavísku/færeysku/norsku.



Jónína Ben vinnur með lækni, sjúkraþjálfara, nuddara og snyrtifræðingum.

DAGSETNINGAR:

2014

Pólland: Fullbókað
Hótel Örk 07.-21. nóvember

2015

Pólland:
4. - 18. janúar
14. - 28. mars
27. mars - 10. apríl Páskaferð
24. maí - 7. júní
15. - 29. júlí
6. - 20. september
Ísland
23. janúar - 6. febrúar
11. - 25. apríl

VERÐSKRÁ

- **Innifalið:** Hótel, fæði, mikil fræðsla, hreyfing, sundlaugar, spa, læknisviðtal, einkaviðtal og kvöldvökur.
- **Pólland frá 160.000 kr.** fer eftir herbergjum og fjölda sem býr saman.
- **Ísland 170.000 kr.** í tveggja manna herbergi.
- **Ísland 190.000 kr.** í eins manns herbergi.
- **Helgarverð 60.000 kr.** í þrjár nætur.

Bókanir á joninaben@nordichealth.is og í síma 8224844.
Heimasíða joninaben.is

ora

Ástríða í matargerð

HEIMILISMATUR



PRÓFAÐU NÝJA HEIMILISMATINN FRÁ ORA

PLOKKFISKUR
PLOKKFISKUR M/BERNAISE
KJÖTBOLLUR
HAKKBOLLUR
GRJÓNAGRAUTUR

AUÐVELT AÐ HITTA
UPP Í OFNI, POTTI
EDA ÖRBYLGJUOFNI



WWW.ORA.IS

KITLAÐU BRAGÐLAUKANA OG FÁÐU ÞÉR LJÚFFENGAN HEIMILISMAT FRÁ ORA Í NÆSTU VERSLUN

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

Útgefandi: **365 miðlar** | Ábyrgðarmaður: **Jón Laufdal** | Hönnun: **Silja Ástþórsdóttir**
 Sölumenn: **Bryndis Hauksdóttir**, bryndis@365.is, s. 512 5434
Kolbeinn Kolbeinsson, kkolbeins@365.is, s. 512 5447

Fararstjórn erlendis

Meðal námsefnis:

- Mannleg samskipti.
- Helstu áfangastaðir erlendis í máli og myndum.
- Mismunandi trúarbrögð.
- Saga landsins, menning og listir.
- Frumbyggjar og saga staðarins.
- Þjóðlegir siðir og hefðir.
- Leiðsögutækni og ræðumennska.



Ferðalandafræði: Evrópa, Asía, Africa, Ameríka og Eyjaálfan.

Námið fer fram í formi fyrirlestra og reynslu fararstjóra í leiðsögn á erlendra grund.

Leiðbeinendur eru: Kjartan Trausti Sigurðsson fararstjóri, Pétur Björnsson konsull Ítalíu á Íslandi, Jóhanna Kristjónsdóttir blaðamaður og fararstjóri, Höskuldur Frimannsson viðskiptafræðingur, Ómar Valdimarsson blaðamaður, Magnús Björnsson fararstjóri í Kína, Pétur Óli Pétursson fararstjóri í Rússlandi, Bjarni Randver Sigurvinsson kennari við Guðfræðideild H.I., Sr. Bragi Skúlason sjúkráhusprestur.



Ferðamálastofnun Íslands

Ferðamálastofnun Íslands • www.menntun.is • Sími 567 1466



TÓNLISTARSAGA MEÐ NOSTALGÍUBLÆ

GÓÐAR MINNINGAR Kanaútvarpið er þungamiðja hátíðartónleikanna Keflavík og kanaútvarpið sem haldnir eru á Ljósanótt í Reykjanesbæ um helgina.

Tími bandaríska hersins á Miðnesheiði er að mörgu leyti stórmerki- legur í íslenski samtímasögu. Herinn átti stóran þátt í að breyta íslensku samfélagi og færa það inn í nútímann. Samskipti hermanna við íbúa á Suðurnesjum voru þó með allt öðrum hætti enda nálægðin mun meiri auk þess sem mikill fjöldi Suðurnesjamanna starfaði innan vallargirðingarinnar í áratugi.

Einn af vinsælustu dagskrárliðum Ljósanætur í Reykjanesbæ undanfarin ár eru hátíðartónleikarnir Með blik í auga. Tónleikarnir í ár bera heitið Keflavík og Kanaútvarpið og eru helgaðir þessum tíma þar sem sérstaklega er dvalið við Kanaútvarpið, útvarp bandaríska hersins. Sögumaður sýningarinnar, Kristján Jóhannsson, segir snert á ýmsum þáttum sögunnar í sýningunni. „Við dveljum helst við tímabilið 1960-1980 og tökum því fyrir Bítlana fram til diskóáranna. Einnig verður nokkur áhersla á kántrítónlistina sem er auðvitað mjög bandarískt fyrirbæri.“

Þótt tónlistin skipi stóran sess verður sýningin líka brotin upp með skemmtilegum sögum og myndböndum. „Við förum yfir samskipti heimamanna við hermennina þar sem tungumálaerfiðleikar spiluðu oft stórt hlutverk, hvernig var að vinna á Vellinum, hvaða útvarpsmenn störfuðu þar og hvernig Kanaútvarpið hafði mikil áhrif á okkur.“

Kristján segir að þeir sem ólust ekki upp á Suðurnesjum á þessum tíma eða störfuðu þar geri sér vafalaust litla

grein fyrir hvers konar samfélag var þar. „Hér flugu herþotur um oft margar í einu og lætin voru svo mikil að varla var hægt að halda uppi samræðum. Kvikmyndahúsið á Vellinum sýndi nýjustu myndirnar oft nokkrum árum á undan íslenskum kvikmyndahúsum. Kanaútvarpið sendi út efni allan sólarhringinn, mörgum áratugum áður en Íslendingar hófu slíkar útsendingar. Suðurnesjamenn lærðu ný blótsyrði, kynntust bandarískum mat og nýjum íþróttum á borð við pílu og keilu á undan öðrum landsmönnum.“

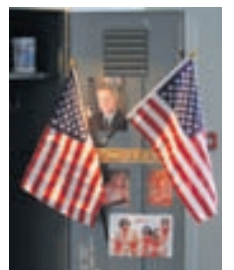
Kanaútvarpið skipaði auðvitað sérstakan sess á þessum tíma en starfsmenn þess framleiddu eigin þætti og það hafði eigin plötusnúða. Auk þess voru útvarpsþættir frá öðrum bandarískum útvarpsstöðvum sendir út en margir þeirra innihéldu fræga útvarpsmenn á borð við Wolfman Jack. „Ekki má gleyma Kasey Casem sem kynnti vikulega 40 vinsælustu lögin í Bandaríkjunum. Kanaútvarpið var gjörólíkt Ríkisútvarpinu á þessum árum en ekki er hægt að segja að íslenskt útvarp hafi á þeim tíma létt lund þjóðarinnar neitt sérstaklega mikið. Það mátti halda að Ríkisútvarpinu væri stjórnað frá Biskupsstofu fyrir hádegi og Sífoníuhljómsveitinni eftir hádegi.“

Stór hópur kemur að sýningunni, þar af nýu manna hljómsveit undir stjórn Arnórs Vilbergssonar. Söngvarar sýningarinnar eru Bjarni Ara, Regini Ósk, Matti Matt og Sverrir Bergmann. Lokasýningararnar verða á sunnudaginn í Andrews Theater á Ásbrú kl. 16 og 20.

GÓÐIR TÍMAR

Kanaútvarpið átti þátt í að breyta sögunni á árum áður. Tónleikarnir voru frumfluttir á miðvikudaginn.

MYND/OZZO



SKEMMTILEG UPPRIFJUN

Ýmsir gamlir munir sjást á tónleikum og í anddyri leikhússins.

MYND/HILMAR BRAGI

LYFSALINN
Glæsibæ | lyfsalinn.is | 517 5500

Hjarta-Aspirín

75 mg acetylsalisýlsýra
100 magasýrupolnar töflur



20%
AFSLÁTTUR

Ódýrara frá LYFIS

Opið virka daga: 8:30 til 18:00
laugardaga: 10:00 til 14:00

Við tökum vel á móti þér

Frábært buxnaúrval!
stærðir 34-46
Með stretch og háar í mittið!

DRANELLA®

TUZZI
KRINGLUNNI
SÍMI 5688777



Vertu vinur okkar á Facebook



SÖGUMAÐUR Kristján Jóhannsson er sögumaður sýningarinnar.

MYND/HILMAR BRAGI



GAMLIR TÍMAR Herstöðinni á Miðnesheiði var lokað árið 2006.

MYND/ÚR EINKASAFNI

Lífið

FÖSTUDAGUR
5. SEPTEMBER 2014

*Kokkurinn Gunnar
Karl Gíslason:*
**GEFUR ÚT SÍNA
FYRSTU MAT-
REIÐSLUBÓK 2**

*Thelma Einarsdóttir
hönnuður:*
**BJÓ TIL ORD Í
RAMMA Í FÆÐ-
INGARORLOFI 4**

*Drífa Atladóttir
jógakennari*
**SÝNIR VEL VALDAR
FLÍKUR ÚR
FATASKÁPNUM 8**

Sigga Dögg

**FINNST
KINKÍ ROSA
SKEMMTILEGT**

FRÉTTABLAÐIÐ

➤ visir.is/lifid

HVER ER?



Nafn?

Halldóra Víðisdóttir

Aldur: 29 ára

Starf?

Aðstoðardeildarstjóri á endurhæfingardeild LR fyrir ungt fólk með byrjandi geðrofsjúkdóma og formaður Krafts, félags fyrir ungt fólk með krabbamein og aðstandendur.

Maki?

Erlingur Fannar.

Stjörnumerki?

Naut.

Hvað fékkstu þér í morgunmat?

Örnu AB-mjólk og músli.

Uppáhaldsstaður?

Ég er mjög hrifin af Kaupmannahöfn.

Hreyfing?

Engin eins og er en það stendur til bóta.

Uppáhaldslistamaður?

Mér finnst listaverkin hennar Sigríðar Önnu Garðarsdóttur mjög flott, fékk eitt verk frá henni í 30 ára afmælisgjöf.

Uppáhaldsmynd?

Allra tíma er það Shawshank Redemption. Love Actually er svo mynd sem ég horfi á fyrir hver einustu jól.

A-eða B-manneskja?

Ég er meiri A-manneskja.

HVERJIR HVAR?

Gestum forýningarinnar á París norðursins var boðið að koma að fagna á KEXI. Prins Póló kom og tók að sjálfsgöðu titillag myndarinnar París norðursins. Meðal þeirra sem mættu í eftirpartíð voru



Hallgrímur Helgason rithöfundur, Tómas LeMarquis leikari, Börkur Sigbórsson leikstjóri, Halla Ólafsdóttir dansari, Ýr Þrastardóttir fatahönnuður og **Eva Einarsdóttir** varaborgarfulltrúi.



MATUR UPPHEFUR HINAR GÖMLU MATREIÐSLUHEFÐIR

Matreiðslumeistarinn Gunnar Karl Gíslason gefur nú út sína fyrstu matreiðslubók, *North: The New Nordic Cuisine of Iceland*, hjá bandarísku forlagi þar sem gamlar íslenskar matreiðslu hefðir eru í brennidepli. Gunnar heldur í kynningartúr um Bandaríkin í næstu viku þar sem hann byrjar á fyrirlestri í höfuðstöðvum Google.

Þetta var skemmtileg en gríðarlega mikil vinna. Sérstaklega var gaman að kynna landinu og öllum því góða fólk sem býr til þetta frábæra hráefni,“ segir Gunnar Karl Gíslason, matreiðslumeistari sem gefur út sína fyrstu matreiðslubók, *North: The New Nordic Cuisine of Iceland*, á næstu dögum.

Gunnar Karl er löngu orðið þekkt nafn en hann rekur meðal annars Dill Restaurant ásamt því að búa til matseðlana fyrir Sæmund í sparifötunum á Kexi Hosteli og á veitingastaðnum við Hverfisgötu. Gunnar segist lengi hafa gengið með bókina í maganum en það var ekki fyrr en hann hitti matreiðslubókarhöfundinn Jody Eddy að boltinn fór að rúlla. Þau byrjuðu á að láta umboðsmenn fara með prufukafla milli forlaga vestanhafs sem voru hrifin og á endanum hafði Ten Speed Press í Kaliforníu vinninginn. „Við höldum á mánuðaginn út til að hefja smá kynningartúr um Bandaríkin og byrjum á fyrirlestri í höfuðstöðvum Google sem er mjög spennandi.“

Bókin er umfangsmikil þar sem bæði eru í henni uppskriftir, viðtöl við birgja úti um allt land og ljósmyndir. „Mig langaði að gefa þeim sem sjá okkur fyrir hráefninu í uppskriftunum orðið þar sem þau eru svo stór hluti af útkomunni. Jody sér um að taka þau viðtöl og svo er íslenska landslagið endalaus uppspretta hugmynda. Uppskriftirnar eru svo mínar af Dillinu þar sem má finna til dæmis taðreykta bleikju sem er færð í nútímalegan búning,“ segir Gunnar Karl sem þvertækur fyrir að hann sé að færa sig alfarið yfir í bókaútgáfu um heiminn enda nýtur hann þess að standa í eldhúsinu.

Bókin verður fáanleg frá og með 9. september og hefur þegar fengið lofsamlega umfjöllun í *Food & Wine Magazine*, *Tasting Table*, *Eater*, *Food Arts* og *The Martha Stewart Show*.



Gunnar Karl Gíslason kynnir bókina vestanhafs á næstunni. Meðal annars verður hann með fyrirlestur í höfuðstöðvum Google.

FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

MASTERLINE Professional Beauty

ÉG NÆRI BODY BUTTER

Ég er súper mjúk og góð blanda fyrir líkamann þinn ef þú ert með þurra og mjög þurra húð. Flott blanda með góðum innihaldsefnum eins og Shea Butter og Argan olíunni sívinsælu.



www.master-line.eu

Made in Italy

Fæst í apótekum og Hagkaup

LÍFIÐ MÆLIR MEÐ

Opnanir, útivera og bíó

Það er um að gera að njóta haustsins þessa fyrstu helgi í september enda veðurspáin ágæt. Til dæmis er góð hugmynd að bregða sér út fyrir höfuðborgarsvæðið með fjölskylduna í berjamó eða bara njóta haustlitanna sem eru farnir að láta sjá sig.

Íslenskir herra menn geta tekið gleði sína því í dag klukkan 17 verður herra fataverslunin Húrra Reykjavík opnuð á Hverfisgötu. Tískubloggarinn og knattspyrnumaðurinn **Sindri Snær Jenson** er meðal aðstandenda búðarinnar og hefur lofað fjölbreyttu vöruúrvali fyrir herra menn landsins.

Kvikmyndin **París norðursins** var frumsýnd í vikunni og um að gera að skella sér í bíó og styrkja íslenska kvikmyndagerð. Hafsteinn Gunnar Sigurðsson er leikstjóri og með aðalhlutverk fara Björn Thors, Helgi Björns og Nanna Kristín Magnúsdóttir.

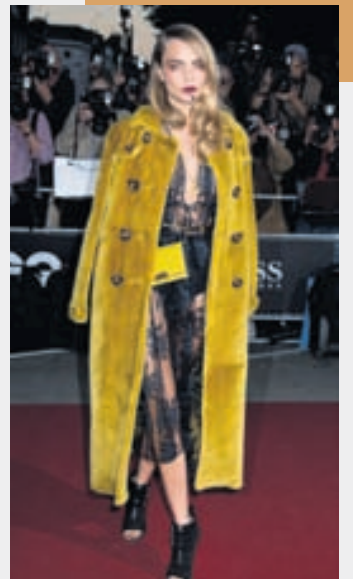


Þingvellir í haustlitunum.



Björn Thors í París norðursins.

AUGNABLIKIÐ



Fyrirsætan **Cara Delevingne** var senuþjófur á GQ-verðlaununum í byrjun vikunnar þegar hún mætti í gegnsæjum svörtum blúndukjól á rauða dregilinn. Hún skýldi sér fyrir haustkuldunum í London með fallegri gulri kápu og veski í sama lit. Dramatísk augnförðun og vinnrauðar varir settu svo punktinn yfir i-ið.

Lífið
www.visir.is/lifid

ÚTGÁFUFLAG 365 miðlar ehf., Skaftahlíð 24, 105 Reykjavík, sími 512 5000
Ritstjórnarfulltrúi **Álfrún Pálsdóttir** alfrun@frettabladid.is
Auglýsingar **Atli Bergmann** atlib@365.is
Hönnun **Silja Ástþórsdóttir** silja@frettabladid.is • Forsíðumynd **Stefán Karlsson**

Fylgstu með á Facebook
Lindex Iceland
Væntanlegt 10. sept.

THE NEW SOFT

CELEBRATING 60 YEARS IN FASHION

Celebrating with
great prices from
3995,-

LINDEX

HÖNNUN VAR MEÐ NEIKVÆÐAR HUGSANIR GAGNVART MÓÐURHLUTVERKINU

Thelma Einarsdóttir margmiðlunarfræðingur fékk hugmyndina að Orð í ramma í fæðingarorlofinu og segir sköpunargleðina hafa hjálpað sér í fæðingarpunglyndinu sem hún fékk eftir að hún eignaðist sitt annað barn. Hún vonar að sín saga geti hjálpað konum í sömu sporum til að vinna úr sínum málum.

Ég átti alltaf erfitt með að tengjast honum frá fyrstu stundu, hafði miklar neikvæðar hugsanir gagnvart móðurhlutverkinu, lá oft bara uppi í rúmi og gat ekki hugsað mér að sinna stráknum. Ég fékk síðan svo mikið samviskubit yfir að hugsa þannig og fannst ég algerlega óhæf móðir,“ segir Thelma Einarsdóttir margmiðlunarfræðingur, bloggari á fagurkerar.is og tveggja drengja móðir sem lenti í alvarlegu fæðingarpunglyndi.

Í fæðingarorlofinu fékk Thelma hugmynd sem hefur svo sannarlega undið upp á sig og hjálpaði henni að vinna á fæðingarpunglyndinu.

„Hugmyndin að Orð í ramma kom þegar vinkona mín póstaði í hóp á Facebook sem heitir Barna-herbergin að hana langaði í mynd með fæðingardegum barnsins síns. Ég hugsaði að þetta væri auðvelt með mína Photoshop-kunnáttu svo ég sló til. Mér fannst þetta svo gaman að ég hannaði líka myndir fyrir strákana mína. Síðan vatt þetta upp á sig og fleiri vildu svona myndir,“ segir Thelma, en í framhaldinu stofnaði hún Orð í ramma á Facebook sem hefur notið vinsælda.

Hún er sannfærð um að þessi sköpunargleði hafi eflaust átt þátt í að hjálpa henni að vinna úr fæðingarpunglyndinu. „Ég viðurkenni alveg að ég er oft þreytt með tvo



Orð í ramma hefur notið mikilla vinsælda og kjörið að hengja upp á vegg í barnaherberginu.

litla gutta, en þegar þeir eru sofnadír á kvöldin þá sest ég fyrir framan tölvuna og fer að vinna í þessu. Þetta gefur manni ákveðna lífsfyllingu að vera að skapa eitt-hvað fallegt, horfa á það stækka og sjá hvað fólk er virkilega ánægð með það sem maður gerir.“

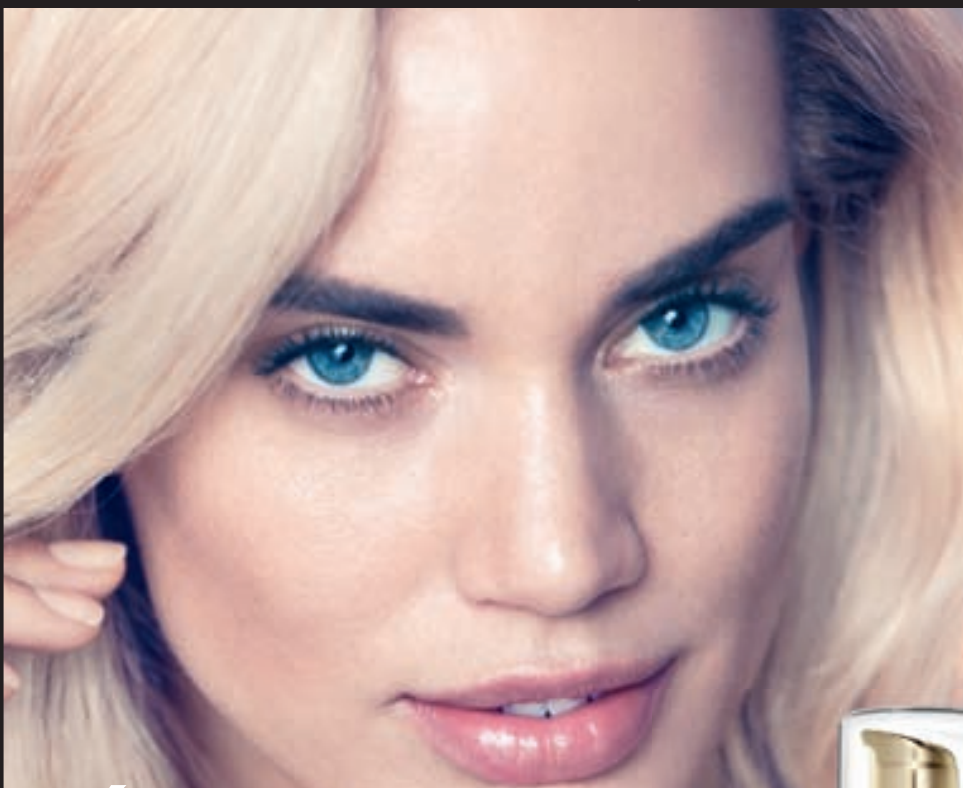
Þegar Thelma átti eldri drenginn sinn í nóvember 2012, en hann var tekinn með bráðakeisara eftir sextán tíma hríðir, fann hún fljótlega að ekki var allt eins og það átti að vera. Það var ekki fyrr en drengurinn var orðinn sjö mánaða að Thelma viðurkendi vandamálið fyrir sjálfri sér og leitaði sér aðstoðar á bráðamóttöku geðdeildar. „Ég fékk að tala við geðlækni, fór á videigandi lyf og það bjargaði mér alveg, sérstaklega að fá greininguna var rosalegur léttir og að vita að ég var ekki vond manneskja og móðir heldur lá eitthvað annað að baki.“

Í sumar eignaðist Thelma annað barn sitt og segir seinni meðgönguna hafa verið líkamlega erfiðari, en hún hafi strax leitað sér aðstoðar og fengið mikinn styrk frá teymi sem kallar sig FMB, foreldrar, meðganga, barn. Þau sérhæfa sig í að hjálpa konum sem glíma við fæðingarpunglyndi, og fjölskyldum þeirra, bæði á meðgöngu og eftir hana. Hún vonar að hennar saga geti hjálpað fleiri ungum mæðrum í sömu sporum að vinna úr sínum málum.



Thelma Einarsdóttir hennar Orð í ramma en hún starfar sem margmiðlunarfræðingur. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

MAX FACTOR X



NÝTT

SKIN LUMINIZER FOUNDATION & EYE LUMINIZER BRIGHTENER

Dásamlegur farði sem dregur fram þinn náttúrulega húðljóma og hyljari sem lýsir dökk svæði undir augum

Gefa saman fullkomna áferð og húðljóma.

Fullkomnaðu útlitid með MAX FACTOR



THE MAKE-UP OF MAKE-UP ARTISTS

Sölustaðir: Frihöfnin Keflavíkurflugvelli. HAGKAUP – Holtagörðum, Kringlunni, Smáralind, Skeifunni. Lyf og heilsa: Austurverri, Eiðistorgi, Hringbraut, Kringlunni. Apótek Hafnarfjarðar, Apótek Garðabæjar, Árbæjarapótek, Garðsapótek, Lyfjaver, Lyfjaval Bilaapótek, Nana Hólagarði, Lyfsalinn Glæsibæ, Urðarapótek. Landið: Lyf og Heilsa: Glerártorgi, Hrisalundi, Hverargerði og Vestmannaeyjum. KS Sauðarkróki, Apótek Suðurnesja.

10 SPURNINGAR

VILDI ÓSKA ÞESS AÐ ALLT VÆRI GLIMMERAÐ

Heiðís Austfjörð Óladóttir, förðunarmeistari, hárgreiðslukona og glimmeraðáandi

1. Þegar ég var ung hélt ég að allt væri betra með glimmeri.

2. En núna er ég fullorðin og veit að allt er betra með glimmeri.

3. Ég mun eflaust aldrei fara aftur í skóla, almáttugur hvað próf eru leiðinleg!

4. Ég hef engan sérstakan áhuga á fótbolta, en get ekki beðið eftir að fara á Manchester-leik í október!

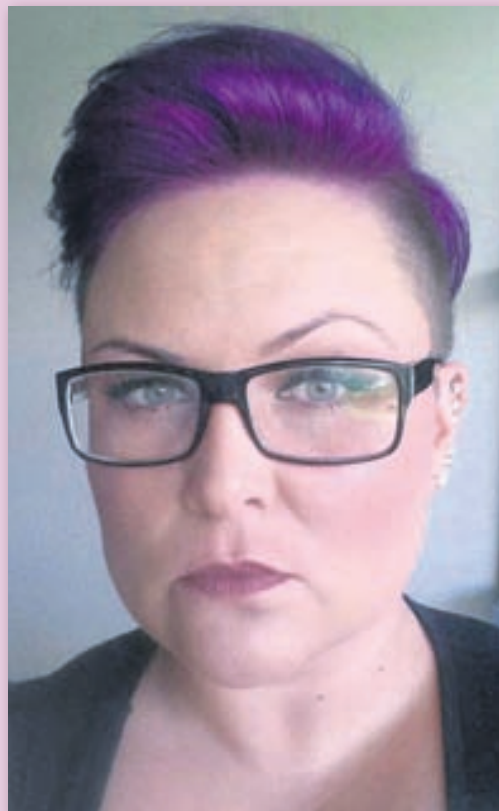
5. Karlmenn eru algjörlega dásamlegir! Ég er sjúk í þá!

6. Ég hef lært að maður ber sjálfur ábyrgð á því hvernig fólk kemur fram við mann, þ.e.a.s. hvað maður leyfir því að komast upp með.

7. Ég fæ samviskubit þegar það líður of langur tími á milli þess sem ég tala við eða hitti foreldra mína.

8. Ég slekk á sjónvarpinu voða sjaldan því ég sofna alltaf fyrir framan það og það slekkur sjálfkrafa á sér eftir ákveðinn tíma.

9. Um þessar mundir er ég að vinna í að finna fleiri flott merki fyrir haustjford.is.





HÖFUM OPNAÐ Í SMÁRALIND

Kvenlegt, fágað, fallett og töff - Eitthvað sérstakt í hverri comma flík fyrir það sérstæða í hverri konu.

PÍKA ER BARA PÍKA

Kynfræðingurinn Sigríður Dögg Arnardóttir, betur þekkt sem Sigga Dögg, varð kornung upptekin af ástinni. Hún vill opna umræðu og samskipti um kynlíf sem hún segir lykllinn að góðu kynlífi. Sigga Dögg er hispurslaus og hreinskilinn og stuðar marga en hún er með kjaft og svarar fyrir sig.

Lilja Katrín Gunnarsdóttir

liljakatrin@frettabladid.is

Ég hef alltaf verið mjög góð í að tala um kynlíf og haft einlægán áhuga á öðru fólki og hvað því finnst um sambönd, ástina og ástar-sorg. Þannig að þetta er í raun áhugamál, ástríða og vinna flétt-að saman í eitt,“ segir kynfræðingurinn Sigríður Dögg Arnardóttir, betur þekkt sem Sigga Dögg. Hún er með meistaraþróf í kynfræði frá Curtin-háskóla í Vestur-Ástralíu og segir að það hafi í raun legið beinast við frá unga aldri að hún ætlaði að verða kynfræðingur.

„Ég byrjaði að vera mjög ást-sjúk þegar ég var rosalega ung. Ég var mjög upptekin af ástinni. Ég lét Barbie og Ken lenda í mega-ástarævintýrum þar sem var mikil dramatik. Barbie fór til dæmis frá honum fyrir annan mann og Ken sat eftir grátandi. Ég fann mig í öllu sem tengdist ást þó ég væri ekkert fremst í flokki í þessum málum þegar kom að því að prufa sjálf. En ástin sagar mig til sín. Mér finnst hún ótrúlega áhuga-verð,“ segir Sigga Dögg.

Með algjöra stæla og kjaft

Sigga Dögg er gift Hermanní Sigurðssyni og þau eiga tvö börn saman, Írisi Lóu sem er þriggja ára og Henry Nóa sem er eins árs. Það má með sanni segja að Sigga Dögg hafi fundið draumaprinsinn. „Ég hef gaman af tilviljunum og örlagahugsun. Kvöldið sem við hittumst reyndi ég allt sem í mínu valdi stóð til að hitta hann ekki. Svo fór röð atburða af stað og mér var nánast ýtt í fangið á honum. Síminn minn dó og ég var alltof

full. Ég var með algjöra stæla og kjaft. Sagði við hann að ég nennti ekki að tala við hann því hann vildi örugglega bara fara heim að ríða og ég stæði ekki í svoleiðis. En svo sagði hann: Ég er edrú. Ég er búinn að hafa ógeðslega mikið fyrir því að finna þig. Er þetta það eina sem þú hefur að segja? Þá fékk ég mér vatnsglas og slakaði á,“ segir Sigga Dögg brosandí.

„Ég er rosalega hreinskilinn og það kemur illa við mjög marga. Ég hef stuðað mjög marga og mörgum finnst ég óþægileg. En ég fann maka sem fannst ég ekkert óþægileg heldur ógeðslega skemmtileg,“ bætir Sigga Dögg við. Hún segir líf þeirra skötuhjúa hafa breyst talsvert þegar börnin komu til sögunnar.

„Það er skrítið að vera foreldri í rútínu því við erum bæði brjálaðar flökkukindur. Okkar klámsíður eru Icelandair og Wow. En svo allt í einu eru komin tvö börn sem þurfa að lúra og borða mat klukkan akkúrat þetta því annars verða þau sturluð eins og Gremlins. Þá þarf að spyrja sig hvernig við ætlum að ganga upp sem par? Við reynum alltaf að finna okkur stað til að búa til stund fyrir okkur tvö innan þess ramma sem við getum. Við fáum stundum pössun og gerum eitthvað saman. Það þarf ekki að vera merkilegt, kannski bara göngutúr þar sem við tölum ekkert um praktísk atriði og það sem tengist fjölskyldunni.“

Áreynslulaus kynfæramyndataka

Bók Siggú Daggar, Kjaftað um kynlíf, kemur út í þessum mánuði og hefur vakið gríðarlega athygli. Við vinnslu bókarinnar auglýsti hún eftir Íslendingum sem



Mér finnst kinkí rosalega skemmtilegt. Ég kynnti mér það almennilega þegar ég kom heim úr námi og fór að vinna með BDSM-félaginu.

væru til í að láta mynda kynfæri sín til að nota sem skýringarmyndir í bókinni.

„Ég hef sýnt kynfæramyndir allt frá því ég byrjaði með kynfræðslu árið 2010. Mér finnst mikilvægt að sýna myndir svo við sjáum fjölbreytileikann og sjökum á kröfum um eigin líkama. Ég fann þessar myndir á netinu og var ekki tilbúin til að taka þessar myndir sjálf á þessum tíma. Ég var ný, það vissi enginn hver ég var og ég vildi ekki vera skrítna týpan. En þegar ég var að skrifa kaflann í bókinni um mikilvægi þess að þekkja eigin líkama áður en þú býður öðrum upp í rúm til þín hugsaði ég með mér: Hvernig get ég talað um þessar myndir ef ég er ekki búin að taka þær sjálf?“ segir Sigga Dögg og ákvað því að auglýsa eftir sjálfboðaliðum í verkefnið.

„Það gekk fátánlega vel. Það voru ótrúlega margir sem báðu um að fá að koma og það skapaðist mjög þægilegt andrúmsloft. Við spjölluum og spjölluum, fólk fékk sér kannski Hraun og djús og svo fór það bara. Þetta var mjög áreynslulaust og hefði ekki getað verið eðlilegra. Það er nefnilega eiginlega erfiðara að standa fyrir framan myndavél og reyna að vera sætur. Í þessari myndatöku þurfti ekkert að vera sætur. Píkan er eins og hún er. Hún brosir ekki, hún ullar ekki, hún er bara eins og hún er. Sama er að segja um typpi.“

Ég vil ríða þér núna

Bókin er hugsuð fyrir foreldra til að fræða börn sín um kynlíf allt frá því þau fæðast og þangað til þau verða lögráða. Sigga Dögg vill opna umræðuna um kynlíf til muna og vonar að bókinni geri það.

„Við ættum í raun að vera komin mun lengra. Það sem ég vona að gerist með bókina er það að þegar unglingar stíga sín fyrstu skref

í kynlífi viti þeir mikið um kynlíf og komi fram við hvort annað af mikilli virðingu. Einn liður í því að opna málefni sem er tabú er að létta á því. Ef kynlíf er skoðað í sögulegu samhengi er það mikil skömm. Fyrr á tíðum voru konur brenndar á báli fyrir að vera „lauslátar“. Það er hræðilegt. Það örlar á alls konar svona hugsunarhætti enn þann dag í dag. Allt þetta klám skilar okkur sem betur fer takmarkaðri þekkingu því þeir sem framleiða það eru ekki upplýstir einstaklingar. En í klámi eru sömu myturnar endurteknar aftur og aftur þangað til við segjum stopp,“ segir hún og bætir við að lykillinn að góðu kynlífi séu samskipti.

„Það vilja allir lifa góðu kynlífi. Við viljum öll að okkur líði vel með okkur sjálf. Það eru engar heilagar reglur í kynlífi annað en samskipti. Það er það eina sem við tókum út úr kynlífi sem er skrítið. Við skrifuðum um stellingar og kennum alls konar tækni um hvernig eigi að totta en við tókum það út að segja hvað okkur þykir gott, tala um kynlíf, spyrja um leiðbeiningar, biðja um það. Þetta var tekið út því við áttum að vera svo klár og kunna margar stellingar og vera liðug. Allt átti að vera ósagt og við áttum að gefa hitt og þetta í skyn með augngotum. Hvað er meira æsandi en að segja: Ég vil ríða þér núna. Skýrt og hreint. Let's go.“

„Finniði túrlyktina! Ojji!“

Sigga Dögg hefur frá árinu 2010 boðið upp á kynfræðslu í efstu bekkjum grunnskóla í landinu. Hún hefur fengið jákvæð viðbrögð frá kennurum og foreldrum vegna fræðslunnar og ekki síst nemendum sem hafa oft frumkvæði að því að hún heimsæki skólann. Spurningar nemendanna eru jafn mismunandi og þær eru margar en Sigga Dögg segir fátt slá sig út af laginu.

„Ein spurði mig um daginn hvort konur gætu eignast hvolpa því hún hefði séð það á netinu. Ég sá að spurningin olli því að kennarinn tók andköf en fyrir mér var þetta tækifæri til að tala um klám og það sem er á netinu,“ segir hún. Henni finnst merkilegt hvað unglingar eru illa upplýstir um eitt og annað, þar á meðal um blæðingar kvenna.

„Nýleg rannsókn nemenda-verkefnis í Háskóla Íslands sýndi að stúlkur væru óundirbúnar fyrir blæðingar enn þann dag í dag. Þetta kvenlega er svo mikil skömm. Stelpur fela túrtappa og það má helst enginn sjá mann halda á þeim inn á klósett. Strákar eru mjög forvitnir um blæðingar en þeim er stundum sleppt við þá fræðslu því þeir fara ekki á blæðingar. Einn spurði mig til dæmis um daginn hvort ég gæti lýst túrlykt. Ég hugsaði mig um og gat það eiginlega ekki. En ég man eftir þessu sem krakki. Ein stelpa var á blæðingum og kom út af klósettinu og þá hlupu allir strákar inn á klósett og óskruðu. Finniði túrlyktina! Ojji! Túrlykt! Túrlykt! Ég man svo eftir því þegar ég byrjaði á blæðingum að ég hafði svo miklar áhyggjur af að það væri túrlykt í kringum mig. Þetta er svona enn þann dag í dag og það er svo merkilegt. Þetta er út af því að við erum ekki byrjuð á samræðunum.“

Barnið sem kynvera

Annað sem Sigga Dögg er með í bígurð er fyrirlestur þann 16. september fyrir leikskólakennara og leiðbeinendur um barnið sem kynveru frá núll til sex ára. Þar fjallar hún meðal annars um líkamsvirðingu, hvað sé eðlilegt að börn á þessu aldursskeiði viti mikið um kynlíf og réttnefni kynfæra.

„Okkur finnst nafnið píka stinga því við erum óvön því og það ▶



Fáðu flatan maga!

...Með hjálp Optibac Probiotics-gerlana



Marta Eiríksdóttir starfar í Lifandi markaði og sem jógakennari.

„Ég nota „For a Flat Stomach“ sem dregur úr lofti í maga og gerir þaninn kvið flatari. Ég hef notað þá að staðaldri í tæpt ár og get ekki hugsað mér að vera án þeirra!“



www.facebook.com/optibacieland

Þú færð Optibac probiotics í öllum helstu apótekum

► hefur neikvæðar tengingar. En við getum breytt því og við erum að breyta því. Um leið og við segjum það oftast hættir það að stinga. Öll börn í þessum heimi spyrja á einhverjum tímamarki út í þíkuna og typpið. Typpið er ekki brunaslaga. Það er bara typpi. Er þá ekki þíka líka bara þíka? Það er líka valdeflandi að vita hvað líkami manns heitir. Sumum finnst þjalla gott orð og nota það. Dóttir mín er hrifnari af því orði. Hún þolir ekki orðið þíka. Við förum í gegnum þetta og ég sagði við hana: Þú veist að þú ert með maga? Við köllum hann líka stundum bumbu en hann heitir magi. Þannig að þetta heitir þíka en þú mátt kalla hana þjöllu ef þú vilt. Þetta er samt þíka. Við erum með alls kyns samnefni um líkama okkar en við förum ekki 23 ára til læknis og segjum: Mér er illt í bumbunni, er það?“

Frelsi til að raka sig

Sigga Dögg segir fólk oft og tíðum hafa ranghugmyndir um hennar persónu þar sem hún talar hreint út og lætur mótbyr ekki á sig fá.

„Fólk hefur alltaf fundið þörf fyrir að gagnrýna mig mjög markvisst. En ég hef alltaf verið með kjaft og svarað fyrir mig. Fólk heldur oft að ég sé massasnobbuð og ofurpæja. Ég er það minnst. Mig langar að vera pæja en ég held að ég sé meiri pæja í hausnum á mér. Mér finnst samt gaman að pota í fólk. Mér finnst gaman að mæta pínulítið loðin undir höndunum í sund bara svo einhver horfi og verði vandræðalegur. Ég vil hafa frelsi til að raka mig þegar ég vil raka mig. Mér finnst það ekki koma neinum við því þetta er minn líkami. Ég held að við værum á miklu betri stað ef við myndum beita þessari orku í okkur á okkar nánustu sambönd á jákvæðan hátt.“

Kinkí rosalega skemmtilegt

Sigga Dögg er með vikulega pistla í Fréttablaðinu um kynlíf og samskipti kynjanna þar sem hún svarar spurningum lesenda. Hún segir fólk líka mjög duglegt að senda henni spurningar í gegnum Facebook.

„Það eru frekar litlar spurningar eins og: Mér finnst skritin lykt af þíkunni minni, hvað á ég að gera? Þessum spurningum er ekki flókið að svara en mér finnst þægilegt að fólki líði þannig að það geti sent á mig. Mér finnst þægilegt að þetta fái að vera óformleg samskipti.“

En hvað finnst henni sjálfri áhugaverðast í hinum stóra heimi kynlífsins?

„Mér finnst kinkí rosalega skemmtilegt. Ég kynnti mér það almennilega þegar ég kom heim úr námi og fór að vinna með BDSM-félaginu. Mér finnst áhugavert hvernig líkaminn er notaður til kynferðislegrar ánægju og margt í þeim efnum sem kom mér á óvart. Þetta var heimur sem ég þekkti mjög lítið en besta leiðin til að kynnast honum er að tala við og umgangast þá sem stunda BDSM ef þú ætlar ekki að stunda það sjálfur. Mér finnst skemmtilegt að heyra hvernig fólk prófar sig áfram og þegar það finnur eitthvað sem virkar fyrir það. Ég er oft spurð að því hvað sé það klikkaðasta sem ég hafi prófað eða hvort ég hafi prófað allt í kynlífi. Þá minni ég á að það er stuð og stemmari hverju sinni og að maður sé ekki alltaf ógeðslega spennandi og frumlegur. Ég veit bara rosalega mikið um kynlíf og ég er dugleg að tala um það. Ég er dugleg að láta manninn minn vita hvað ég vil og við eigum opnari samskipti en mörg þör um þessi mál. Og ég veit hvaða sleipiefnategund er góð,“ segir Sigga Dögg og brosir.

„Margir misskilja og halda að maður þurfi að hafa prufað svo mikið áður en maður verður kynfræðingur. Þú þarft þess ekkert frekar en þú vilt. Maður miðlar aldrei eigin reynslusögum. Það væri fátíðlegt því það virkar ekkert eitt fyrir alla. Besta kynlífið er þegar þú getur gleymt öllu öðru og ert bara í stund og stað.“

Myndaalbúmið



Fjölskyldan í flippstuði.



Á ról með börnunum.



Fyrsta eintakið af bókinni.



Skötuþjúin með kóalabirni í Ástralíu.

Call 800.341.9999 or visit opi.com • ©2014 OPI Products Inc.

COLLECTION BY OPI
FALL | WINTER 2014

NÖFN Á LÖKKUM FRÁ HÆGRI TIL VINSTRI:
My Voice is a Little Norse, How Great is Your Dane?, Ice-Bergers & Fries, Going My Way or Norway?, OPI with a Nice Finn-ish
My Dogsled is a Hybrid, Can't afjörd Not To, Suzi Has a Swede Tooth, Thank Glogg It's Friday!
Do You Have this Color in Stock-holm?, Skating on Thin Ice-Land, Viking in a Vinter Vonderland
Model is wearing Can't afjörd Not To

Try it on at opi.com • All Nordic Collection shades are available in GELCOLOR BY OPI #OPINordic

FATASKÁPURINN KÖLLUÐ KRÚTTÖFFARI

Drífa Atladóttir, uppeldis- og menntunarfræðingur og jóga-kennari, rekur JógaStúdíó í Vesturbænum. Samhliða því er hún verslunarstjóri hjá GK Reykjavík og Suit, Skólavörðustíg.



„Ég er yfirleitt kölluð krúttöffari og ætli það lýsi mínum stíl ekki nokkuð vel. Í dag vel ég að kaupa færri flikur og vandaðri. Þær eru kannski dýrari en ég spái meira í notagildi og þægindi. Annars er ég sjúk í hælaskó og yfirhafnir og mætti segja að það væri minn helsti veikleiki.“



1 „Þetta skart fékk ég í afmælisgjöf frá sjúklega sæta kærastanum mínum, honum Tandra, flott hönnun frá Steinunni í Aurum. Ég er svo hrikalega ánægð með valið hjá stráknum og finnst ég alltaf svaka fin þegar ég set þetta upp.“



2 „Air Max-skóna fékk ég í London í sumar. Síðan ég fékk þessa hefur fatavalið svolítið snúist um að það passi við þá og einhvern veginn virðist flest passa við þessar elskur.“



3 „Nýjasta flikin í skápnum. Kjöll frá Won Hundred sem er eitt af uppáhaldsmerkjunum mínum en við seljum það í GK. Hann er bara eitthvað svo flottur, fansí og sexí um leið. Er nokkuð viss um að hann verði mikið notaður í vetur.“



4

„Svarta parka-leðurkápan frá McQ held ég að sé í einna mestu uppáhaldi hjá mér. Ég reyndi alls kyns krókaleiðir til að eignast hana og endaði á að gefa sjálfri mér hana í jólagjöf. Þessa ætla ég að eiga og nota svo lengi sem ég lifi.“



6

„Þetta er vintage-kjöll sem ég fann í Nostalgiu, ég fór mörgum sinnum og mátaði hann áður en ég loksins keypti hann. Það er eitthvað við rómantíkuna í honum sem heillaði upp úr skónum, kjöll sem mér finnst alltaf gaman að klæðast.“



5

„Það er einfaldlega skylda að eiga góðan leðurjokka, flik sem maður getur endalaust notað. Blái liturinn ... hann er frá Won Hundred og eins og flestar flikurnar mínar fékk ég hann í GK.“

NANOGEN®

The Science of Thicker Hair™

NÁTTÚRULEGAR ÞYKKINGA TREFJAR

Ofur fínar trefjar sem bindast þínu eigin hári og skapa náttúrulega þykkt og þéttleika sem þú finnur um leið. Hylur viðkvæm svæði á náttúrulegan hátt.

Fáðu þykkara hár í dag

20%

afsláttur í september

Lyf & heilsa
Við hlustum!

TREND TAGLIÐ Í HNAKKANN

Hártískan þessa dagana er einföld og náttúruleg. Maður þarf ekki að vera með mikla færni í hárgreiðslu til að geta gert eina af tiskugreiðslum vetrarins, tagl í hnakkannum sem hægt er að töfra fram með teygju, burstu og mögulega smá hárspreyi.

Það er líka hægt að vera með einfalt lágt tagl við finan galakjól eins sést hér.

Gott er að fela teygjuna með hári.

FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY



Unnur Erlendsdóttir, markaðsfulltrúi sérvörusviðs hjá Ásbirni Ólafssyni ehf., segir Margrétarskálina vera fallega, hagnýta og þægilega.

MYNDIR/GVA

60 ÁRA AFMÆLI MARGRÉTARSKÁLARINNAR FRÁ ROSTI MEPAL

Margrétarskálín frá Rosti Mepal vekur ljúfar minningar í hugum margra, þar sem skálín hefur verið áberandi í íslenskum í eldhúsum um áratuga skeið. Skálarnar eru margverðlaunaðar fyrir hönnunina og í tilefni afmælisins eru gömlu retrólitirnir nú fánlegir á ný.

„Skálarnar voru hannaðar af danska hönnuðinum Jacob Jensen árið 1954. Á þeim tíma vann hann hjá hönnuðunum Sigvard Bernadotte og Acton Björns í Kaupmannahöfn,“ segir Unnur Erlendsdóttir, markaðsfulltrúi sérvörusviðs hjá Ásbirni Ólafssyni ehf, dreifingaraðila. „Margrétarskálín er nefnd eftir frænku Sigvards, Margréti Þórhildi Danadrottningu, sem var krónprinsessa á þeim tíma.“

Hönnun skálarinnar er í senn falleg, hagnýt og þægileg. „Einkenni skálarinnar er gúmmíhringur undir botni hennar sem veitir einstakan stöðugleika. Skálín hefur einnig sérlega gott grip og auðvelt er að hella úr henni. Fyrst um sinn voru skálarnar eingöngu framleiddar í hvítum lit, en skömmu seinna voru þær einnig fánlegar í ljósbláum, ljósgulum og ljósgrænum lit. Í tilefni af sextíu ára afmæli Margrétarskálarinnar eru þessir gömlu retrólitirnir nú aftur fánlegir, ásamt nýjum lit, ljósbleikum,“ segir Unnur.

Margrétarskálarnar eru margverðlaunaðar fyrir hönnunina og eru meðal annars til sýnis á Museum of Modern Art í New York. Einnig hafa þessar fallegu skálar ratað á frímerki í Danmörku.

„Auk retrólitanna eru fjölmargir fallegir litir í boði. Skálarnar eru einnig til í ýmsum stærðum, allt frá örsmáum eggjabikum upp í stórar hnoðskálar. Lok eru einnig fánleg á flestar stærðir.“

Söluastaðir:

Epal • Hagkaup • Húsgagnahöllin Fjarðar kaup • Þorsteinn Bergmann



Margrétarskálín er til í mörgum litum og lok á flestar stærðirnar líka.



Margrétarskálín er til í mörgum stærðum, allt niður í litla, krúttlega eggjabikara.



Bleiki liturinn kemur vel út á Margrétarskálinni.



Gömlu retrólitirnir eru fánlegir á ný.



Filippa K



J. Lindeberg



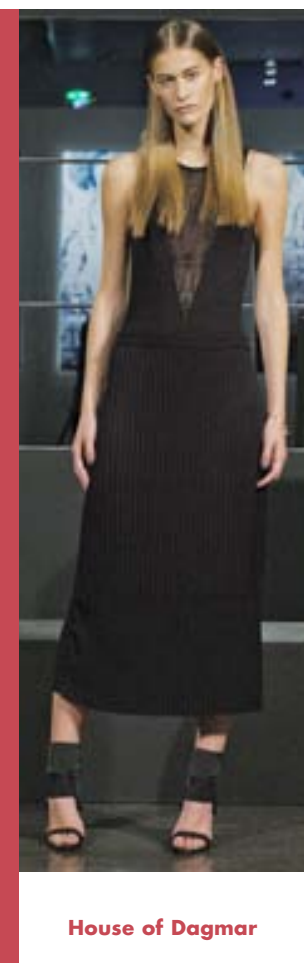
Whyred



Cheap Monday



Altwai Saome



House of Dagmar

TÍSKA BEINT Í FATASKÁPINN AF PÖLLUNUM

Tískuvikan í Svíþjóð fór fram um síðustu helgi og forvitnilegt að sjá hvernig sænskir hönnuðir spá um strauma og stefnur næsta sumar. Eins og frænda okkar í Skandinavíu er von og vísa ræður einfaldleikinn ríkjum í sumarlinum merkja á borð við Filippa K, Whyred og Carin Wester ef marka má tískupallana. Það kom á óvart að svarti liturinn var áberandi í sumarlinunni en ljósir litir fengu að fljóta með. Það sem þessar fatalínur eiga sameiginlegt er að fatnaðurinn passar beint inn í fataskápinn af pöllum.



HAUST-VÖRURNAR ERU KOMNAR

Full búð af flottum fötum í stærðum 14-28

Skoðaðu úrvalið á www.curvy.is

Afgreiðslutími í verslun okkar að Fákafeni 9

Alla virka daga frá kl. 11-18
Lagardagar frá kl. 11-16

Curvy.is

Fákafeni 9, 108 RVK | Sími 581-1552 | www.curvy.is



UPPSKRIFT FLJÓT-LEGAR OG GIRNILEGAR OMMELETTUMÚFFUR

Heilsuvísir ætla að stuðla að bættri heilsu og betra líf-erni með átakinu Sykurlaus september. Heilsuvísir verður með góð ráð og greinar um hvernig hægt er að sneiða fram hjá sykri allan september. Hér er uppskrift að sykurlausum múffum frá Rikku úr Léttum sprettum.

Dugar í sex múffur.
½ msk. smjör
½ þúrrulaukur, saxaður
½ rauð paprika, fræhreinsuð og söxuð sveppir steiktir
1 Camembert-ostur
50 g söxuð skinka
3 egg
sjávarsalt og nýmaláður pipar

Hitið ofninn í 180°C. Smyrjið múffuform og setjið til hliðar. Steikið laukinn, paprikuna, sveppina og skinkuna upp úr smjörinu þar til laukurinn er orðinn mjúkur í gegn og brúnaður. Sláið eggjunum saman og kryddið með salti og pipar.

Hærið skinkublöndunni ásamt camembert-ostinum út í egginn og fyllið kökuformin upp að ¾. Bakið í 25-30 mínútur eða þar til eggjammassinn er orðinn stífur. Ommelettan er góð hvort sem er volg eða köld.



MJ
MARTA
JONSSON

ÍSLENSK HÖNNUN
HÁGÆÐA LEÐURSKÓR

MARTA JONSSON
LAUGAVEGI 51
S. 553 0816
Póstsendum



Full búð af nýjum vörum

AFMÆLISTILBOÐ

LANGUR LAUGARDAGUR

5.000 kr. afsláttur af öllum skóm og töskum föstudag til sunnudags



www.martajonsson.com

facebook



Time
facebook.com/time

Fjölmiðillinn Time heldur úti öflugri Facebook-síðu sem er uppfærð með nokkurra mínútna millibili. Eitt-hvað sem allir fréttafiklar verða að fylgjast með til að missa ekki af neinni frétt, fréttaskýringu eða pistlum frá beittum pennum miðilsins um málefni líðandi stundar.

Instagram



Hennes & Mauritz
Instagram.com/hm

Vinsæla sænska verslanakeðjan er með Instagram-síðu þar sem hægt er fá reglulegar myndir af því sem er að gerast hjá keðjunni. Innblástur til að uppfæra fataskápin, nýjar vörur sem eru að berast, nýjar auglýsingaherferðir og innsýn í heiminn bak við tjöldin hjá H&M. Eitthvað fyrir aðdáendur sænska risans að fylgjast með.

Pinterest



1960's Magazine Covers
pinterest.com/terrebella/1960s-magazine-covers/

Pinterest-síða sem safnar saman forsiðum tímarita frá sjöunda áratugnum en þar á meðal eru titlar á borð við Harpers Bazaar, Glamour, Seventeen og Vogue. Það er gaman að renna yfir gamlar forsiður og sjá strauma og stefnur sem voru í gangi þá og eru – ótrúlegt en satt – ekkert svo ólíkt því sem er í gangi í dag.

BLOGGARINN TÍSKURITSTÝRA MEÐ PUTTANA Á PÚLSINUM

Columbine Smille
Columbinesmille.com

Hin unga og sænska Columbine Smille hefur unnið sig hratt upp í sænska tískuheiminum. Hún byrjaði sem aðstoðarkona Elinu Kling og fór í kjölfarið að blogga þar sem lesendafjöldinn og vinsældir hennar uxu hratt. Hún var ráðin sem tískurítstjóri á tímarit Elínar Kling, Styleby, þar sem hún vinnur í dag. Smille er ekki bara gullfalleg heldur með einstakan stíl sem er eins konar blanda af frönskum og sænskum. Stórir fylgihlutir í bland við einföld snið eru aðalmerki hennar í klæðaburði.



ER ALLT KLÁRT Í HAUSTVEIÐINA?

Verslaðu í einu sérhæfðu fluguveiðiverslun landsins

HAUSTÚTSALA

20-70%

AFSLÁTTUR*

Flugustangir
Fluguhjól
Flugubarinn

GUIDELINE
LEED

Alta vöðlur

stóru merkin í Skandinavíu

Veiðiflugur
Langholtsvegi 111 | Sími: 527 1060

* á öllum vörum nema Einarsson veiðihjólum



MEGA ÚTSALAN HELDUR ÁFRAM 25-90% AFSLÁTTUR BARA 3 DAGAR EFTIR

FLUGUSTANGIR	- 6.500 KR
FLUGUHJÓL	- 2.500 KR
KLOFSTIGVÉL	- 6.000 KR
HÁFAR	- 2.000 KR
VÖÐLUR	- 7.500 KR
FLUGUSTANGIR	- 40 % AFSL.
VEIÐIVESTI	- 30 % AFSL.
SJÓNAUKAR	- 30 % AFSL.
FLOTVEIÐIVESTI	- 40 % AFSL.
ÖNDUNARVÖÐLUR	- 30 % AFSL.
STRANSVEIÐISTANGIR	- 40 % AFSL.
NÆRFÖT	- 90 % AFSL. (ST.XL XXL)
STRANDVEIÐIHJÓL	- 50 % AFSL.
FLUGUR	- 30 % AFSL.
SPÚNAR	- 30 % AFSL.
STRANDVEIÐISLÓÐAR	- 40 AFSL.
VEIÐIKASSAR	- 60 % AFSL.
FLUGULÍNUR	- 50 %AFSL.

SÍÐASTI DAGUR Á SUNNUDAG

OPNUNARTÍMAR YFIR ÚTSÖLUNA

föstudag kl. 9 - 19

laugardag kl. 9 - 16

sunnudag kl. 10 - 16

Göngum til góðs

Rauði krossinn

KL. 19:20

Göngum til góðs

Söfnunarpáttur í opinni dagskrá til styrktar innlendu starfi Rauða Kross Íslands. Helstu listamenn þjóðarinnar skemmta áhorfendum með leik og söngatriðum. Sindri Sindrason og Sigrún Ósk hafa umsjón með þættinum.

Skemmtilegt föstudagskvöld

KL. 21:30

NCIS: Los Angeles

Spennuþáttaröð með Chris O'Donnell og LL Cool J í aðalhlutverkum.



KL. 22:15

Louie

Gamanþættir um fráskilinn og einstæðan föður sem baslar við að ala dætur sínar upp í New York.



KL. 22:00

Hunger Games

Spennandi mynd með Jennifer Lawrence, Liam Hemsworth, Stanley Tucci og Elizabeth Banks í aðalhlutverkum.



KL. 19:05

Seinfeld

Ein vinsælasta gamanþáttaröð allra tíma með Jerry Seinfeld í aðalhlutverki.



KL. 07:00-20:30

Barnaefni alla daga

Vandað talsett barnaefni og skemmtilegir þættir fyrir yngstu áhorfendurna alla daga á Krakkastöðinni.



KL. 20:30

X Factor UK

Einn vinsælasti þáttur veraldar er loksins komin til Íslands. Simon Cowell, Mel B, Cheryl Cole og Louis Walsh skipa dómnefndina.



SUDOKU

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

LÉTT

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

MIDLUNGS

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

PUNG

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

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.

Myndasögur

PONDUS

Eftir Frode Øverli



GELGJAN

Eftir Jerry Scott & Jim Borgman



BARNALÁN

Eftir Jerry Scott & Rick Kirkman



SPAKMÆLI DAGSINS

„Því meiri velgengni sem ég nýt, því meira þarfnast ég karlmanns.“

Beyoncé Knowles.

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

KROSSGÁTA

LÁRÉTT

2. teikniblek, 6. í röð, 8. að, 9. klampi, 11. bókstafur, 12. heningartré, 14. safna saman, 16. berist til, 17. forað, 18. dá, 20. pys, 21. fyrr.

LÓÐRÉTT

1. ílát, 3. stefna, 4. eyja, 5. rá, 7. stífa, 10. angan, 13. útdeildi, 15. svara, 16. hrökk við, 19. í röð.

LAUSN

23. ... b6! 24. cxb6 c5! 25. Rb5 Bb7 26. bxa7 d4+! 27. exd4 Rxd3 28. Kxd3 Bxh1. Svartur vinnur nú heilan hrök þar sem 29. Hxh1 er svarað með 29. ... De4+ og 30. ... Dxh1+. Hvítur gaf skömmu síðar. Árangur Ítalans er einn sá besti í gjörvallri skáksögunni. www.skak.is Bikarsyrpa TR hefst í dag.

SKÁK

Gunnar Björnsson

Fabiano Caruana (2.801) vann sína sjöundu skák í röð þegar hann vann Maxime Vachier-Lagrave (2.768) í St. Louis.

Svartur á leik:



KANNSKI
BESTU PIZZUR
Í HEIMI

GILDIR EINGÖNGU Í TAKE AWAY



40% AFSLÁTTUR AF STÓRUM PIZZUM AF MATSEÐLI UM HELGINA

STÓR RAMBÓ

PIZZASÓSA, OSTUR,
KJÚKLINGUR, PEPPERONI,
SVEPPIR, JALAPENO,
CHEDDAROSTUR

1794 kr.
~~2990~~



STÓR HAWAIIAN

PIZZASÓSA, OSTUR,
SKINKA, ANANAS

1494 kr.
~~2490~~



STÓR DOUBLE PEPP

PIZZASÓSA, AUKA OSTUR,
TVÖFALT PEPPERONI,
CHILLI (LÍTIÐ)

1674 kr.
~~2790~~



þarftu
á netinu



581 15 15 wilsons.is



Ánanaustum Gnoðavogi 44 Eddufelli 6 Vesturlandsveggi

MENNING



ÚR PREDATOR EFTIR SÖGU SIGURÐARDÓTTUR Hópatríði úr kaflanum Að finna til í striti og velúr. FRÉTTABLAÐIÐ/ANDRI MARINÓ

Hátíð danslistamanna

DANS ★★★★★

Reykjavík dansfestival hófst þetta árið í blíðskaparveðri með skemmtilegu opunartriði á Njálsgötunni. Þar bauð Ásrún Magnúsdóttir danshöfundur, ásamt nokkrum nágrönnum sínum, opunargestum heim til að dansa við vel valda tónlist húsraðanda. Það verður að segjast að þetta upptæki var sérlega vel heppnað og var skemmtileg tilbreyting frá hefðbundnum opnum þar sem fólk stendur með glas í hendi og ræðir fjálglega við aðra gesti.

Í kjölfarið fylgdi fjöldi danssýninga sem allar voru eftir íslenska danshöfunda og áttu það sameiginlegt að bera sterk höfundareinkenni. Það er ánægjulegt að sjá hvernig höfundarnir hafa þróað og þroskað sinn ákveðna stíl og ekki síður skemmtilegt hvað þessir stílar eru margvíslegir.

Í verkinu Predator fjallaði Saga Sigurðardóttir í þremur þáttum um fegurð þjáningarinnar. Þættirnir voru mjög ólíkir. Sá fyrsti var hugljúfur og myndrænn en þar skapaði fínlegt velúefni ásamt söng flytjendanna steninguna. Í öðrum hluta réð kraftmikil dansrútna í anda aerobics ríkjum. Sá kafla reyndi gríðarlega á líkamsgetu dansaranna og verður að segjast að það var áhrifamikil að sjá fegurðina í ofurmennskunni og töffaraskapnum. Að síðustu var leitað í mjög hægari hreyfingar sem var falleg andstaða við djöflaganginn á undan. Saga er að vinna með mjög skemmtilega hugmynd í verkinu en það truflaði rýnn hversu veik tengingin var á milli „kirkjutónlistar vofanna“ og „aerobics-töffaranna“. Á sama tíma virkaði rólegi kaflinn í lokin mjög vel í kjölfar átakakafans.

Framlag Ásgeirs Helga Magnússonar og Ingu Marenar Rúnaradóttur til hátíðarinnar, verkið Okkar á milli, var yndislegt hreyfijóð samansett úr dansi, tónlist og sviðsetningu. Heildarsvipur verksins var fagur og bæði sýndu þau seiðandi fallegar hreyfingar og samspilið þeirra á milli var gefandi og áreynslulaust.

Steinunn Ketilsdóttir opnaði sig

fyrir áhorfendum í verkinu This is it og kynnti sig og sín innstu leyndarmál fyrir þeim. Steinunn hefur til einka sér mjög persónulegan stíl þar sem hún, í gegnum samtal við áhorfendur, afhjúpar margt af því sem einkennir líf hennar og annarra kvenna í okkar samfélagi. Verkið nú var bragðdaufara en oft áður.

Í verkinu Wilhelms Scream fluttu Inga Huld Hákonardóttir og Rósa Ómarsdóttir „hreyfikonsert með tveimur dönsurum og hlutasveit“. Verkið var vel unnið og skemmtilega fram sett og gaf nýjan tón í dansverkaflóru landsins.

Katrín Gunnarsdóttir bauð áhorfendum að kynna þeim dansstílum og danshöfundum sem haft hafa áhrif á hana sem danshöfundur í verkinu Saving History. Hún mætti á sviðið í einföldum æfingafötum og án tónlistar og byrjaði að dansa. Það er ekki auðvelt að standa ein og óstudd fyrir framan áhorfendur en Katrín virtist fara létt með það. Fyrir þá sem fylgst hafa með sviðsdansi undanfarin ár og þekkja til danssögunnar var verk Katrínar einkar skemmtilegt samansafn spora og hreyfinga. Það kætti ekki síst að sjá danshreyfingar og takta frá öðrum íslenskum danshöfundum hátíðarinnar sem á einhverjum tímupunkti hafa skilið eftir spor í dansreynslu Katrínar, annaðhvort sem danshöfundar eða kennarar. Skondið verk en full langt.

Lengdín var sameiginlegur galli á verkunum sem nefnd eru hér á undan. Höfundar hefðu þurft að líta til danshöfunda Ballet Russes og hafa verkin styttri og hnitmiðaðri.

Reykjavík dansfestival 2014 var í heild sinni vel skipulögð hátíð og bar grósku íslensks sviðsdans ljós merki. Nýjungar eins og innlegg danshöfunda í Víðsjá voru líka skemmtileg viðbót. Litrænir stjórnendur hátíðarinnar, Ásgerður G. Gunnarsdóttir og Alexander Roberts, og framkvæmdastjóri hennar, Hlynur Páll Pálsson, eiga því hrós skilið.

Sesselja G. Magnúsdóttir

NIÐURSTAÐA: Vel heppnað dansfestival sem sýndi hversu sterka danshöfunda við eigum hér á landi.

Listasagan, vídeó og gagnvirkt verk

Dagur B. Eggertsson borgarstjóri opnar þrjár sýningar í Listasafni Reykjavíkur á morgun: Erró og listasagan, Skipbrot úr framtíðinni/Sjónvarp úr fortíðinni eftir Ásdís Sif Gunnarsdóttir og Gagnvirkur veggur eftir Mojoko og Shang Liang.

Erró fær að láni myndir og myndbrot úr verkum eftir marga þekktustu listamenn sögunnar eins og Picasso og Léger á sýningunni Erró og listasagan sem opnuð verður í Listasafni Reykjavíkur, Hafnarhúsi, á laugardaginn. Enn fremur er Erró með tilvísanir í verk minna þekkttra listamanna frá ólíkum skeiðum sögunnar. Þannig má segja að hann skrifi sína eigin útgáfu af listasögunni í verkum sínum. Sýningarstjóri er Danielle Kvaran.

Við þetta tækifæri mun Erró afhenda viðurkenningu og verðlaunafé úr Listasjóði Guðmundu S. Kristinsdóttur til listakonu sem þykir skara fram úr.

Skipbrot úr framtíðinni ...

Ásdís Sif Gunnarsdóttir vinnur með gjörninga í vídeóverkum sínum. „Þetta eru upptökur úr verki sem ég sýndi í Hafnarhúsinu 2006, á stórrí höpsýningu sem hét Pakkhús postulanna,“ útskýrir hún. „Mitt verk á þeirri sýningu var innsetning sem ég vann meðan á sýningunni stóð. Einnig gerði ég af og til upptökur þar inni og það eru þær sem ég er nú að sýna á átta skjáum. Stundum sjást sýningargestirnir labba í gegn, sem er mjög skemmtilegt.“

Gestir geta breytt verkinu

Verkið Gagnvirkur veggur eftir listamennina Mojoko og Shang



Á SÝNINGUNNI Eitt af verkum Errós.

Liang er gagnvirkt listaverk samsett úr 200 myndum frá popplist og dægurmenningu Asíu og Vesturlanda. Mojoko gerði grafíkuna en Shang Liang sá um forritunina.

Hljóðnemi er tengdur í verkið og geta sýningargestir talað, blístrað eða kallað í hann og myndirnar í verkinu breytast eftir hljómi eða hljóðstyrk.

Sýningarnar þrjár verða opnaðar klukkan 16 en þar að auki býður Listasafn Reykjavíkur til formlegrar afhjúpunar á vegglistaverki Errós á Álfthahólum



BROT ÚR VERKI Upptökur af innsetningu eftir Ásdís Sif.

4-6 klukkan 14. Það gerir borgarstjórninni að viðstöddum listamanninum. gun@frettabladid.is

Lífshætta í Útvarpsleikhúsinu

Vetrardagskrá Útvarpsleikhússins hefst á Rás 1 á sunnudaginn með frumflutningi á nýju íslensku verki, Lífshættu, eftir Þóreyju Sigþórsdóttur.

„Verkið er byggt á tveimur sögum eftir Jakobínu Sigurðardóttur, annars vegar smásögu sem heitir Lífshætta og birtist í Sjó vindur gráar árið 1970 og hins vegar skáldsögunni Í sama klefa frá 1981,“ segir Þórey Sigþórsdóttir leikkona, spurð um útvarpsleikrit hennar Lífshættu sem frumflutt verður í Útvarpsleikhúsinu á sunnudaginn. „Að mestu leyti er þetta texti Jakobínu, enda er það mjög flottur texti, en ég raða honum upp á nýtt og bæti inn í nokkrum atriðum.“

Það sem gerir þetta verk einstakt er stílbragð sem tæplað væri hægt að beita nema í útvarpsleikriti: Í leikritinu er notuð upptaka á rödd Jakobínu Sigurðardóttur þegar hún las sögu sína. Í sama klefa, í útvarpið árið 1989. Þannig fer Jakobína, sem lést árið 1994, með eitt aðalhlutverkið í leikritinu.

Flutningurinn hefst klukkan 13 á sunnudaginn. Leikstjóri er Þórey Sigþórsdóttir og um hljóðvinnslu sá Einar Sigurðsson.

- fsb



HÖFUNDUR OG LEIKSTJÓRI Þórey byggir Lífshættu á tveimur verkum Jakobínu Sigurðardóttur. FRÉTTABLAÐIÐ/DANIEL

16BLS
BÆKLINGUR

STÚTFULLUR AF
ÖLLUM HEITUSTU TÖLVU-
GRÆJUNUM

AFMÆLIS
VEISLA

FJÓRÐ HELDUR AFRAM • ÖTRULEG AFMÆLISVEISLA

0%
VEXTIR

ALLAR VÖRUR
VAXTALAUST Í 12 MÁNUÐI

TÖLVUTEK

AMERÍSKIR ÍSSKÁPAR

**VORUM AÐ FÁ SENDINGU
AF AMERÍSKUM ÍSSKÁPUM
FRÁ DAEWOO
Á HREINT FRÁBÆRU VERÐI!**



DAEWOOFRNQ19D1C HVÍTUR

VERÐ

199.995

- Perfect No Frost
- Vatns- og klakavél
- LED lýsing
- Skjár sýnir hitastig
- **353L kæli**
- Kælivífta sem jafnar hitastig
- 4 glerhillur (3 færanlegar)
- 4 hillur í hurð
- 2 grænmetisskúffur

- **156l frystir**
- 3 hillur
- 2 hillur í hurð
- 2 skúffur
- Orkuflokkur A+
- Mál (HxBxD): 177 x 90,6 x 60sm án hurða, 73,5sm með hurðum



DAEWOO FRNQ19D1T KÁMFRÍTT STÁL

VERÐ

219.995

DAEWOO 
ELECTRONICS



 **Heimilistæki** ht.is

UMBODSMENN UM LAND ALLT

FÖSTUDAGUR

HVAD?
HVENÆR?
HVAR?FÖSTUDAGUR
05. SEPTEMBER 2014

Sýningar

20.00 Listahópurinn DFM, sem færði okkur Dansaðu fyrir mig síðasta vetur, sýnir tvær aukasýningar á nýja verkinu Petra. Sýningarnar fara fram 5. og 11. september. Margir Íslendingar kannast við Petru, en hún kom á fót glæsilegu steinasafni á Austfjörðum. Sýningarnar fara fram í Tjarnarbíói.

20.00 Opnun á sýningunni Brot (Manneskjan sér sig ekki) í veitingahúsinu Gló, Laugavegi. Þar sýnir Steingrímur Eyfjörð tólf málverk frá árinu 2006, sem ekki hafa verið sýnd áður. Opnunin hefst klukkan 20.00. Boðið verður upp á veitingar. Sýningin verður opin 5. til 30. september.

21.00 Kría Brekkan er Kristín Anna Valtýsdóttir; tónlistarkona, gjörninga-listamaður, lambaljósmodir, stjörnu-spekingur, myndlistar- og handverkskona, hænsna- og bílabóndi, hugmyndaarkitekt og áhugamanneskja um tengsl manneskjunnar við stokka, steina, sólkerfið sjálf, segulsvið þess og aðráttarafl alls hvort heldur sem er eður ei. Í kvöld ætla hún að leika og syngja frumsamin píanólög í Mengi.

Hátíðir

15.00 Icelandic tattoo expo hefst í dag klukkan 15.00 og fer fram í Súlnasalnum á Hótel Sögu. 56 listamenn hvaðanæva úr heiminum mæta á svæðið og munu taka á móti viðskiptavinum.

17.00 Bókaútgáfan Sæmundur heldur útgáfuteiti í bókaverslun Máls og menningar í dag klukkan 17.00. Þar verður fagnað með rithöfundunum Guðmundi Brynjólfssyni og Heiðrunu Ólafsdóttur sem senda nú frá sér skáldsögurnar Gosbrunninn og Leið. Upplestur, veitingar og samvera. Allir velkomnir.

Tónlist

20.00 Gestaboð Kristjönu Arngríms.

Fyrstu gestir hennar í kvöld eru þeir Steindór Andersen kvæðamaður og Hilmar Örn Hilmarsson allsherjargoði og tónskáld. Rammíslenskt boð á Rosenberg Klapparstíg. Miðaverð 2.500 krónur.

21.00 Síðasta heimsókn Ljótu hálfvitanna á Græna hattinn á Akureyri á árinu verður núna um helgina. Sveitin kemur fram á tónleikum klukkan 22.00 en húsið verður opnað klukkustund fyrr.

21.00 Stúdentakjallarinn fagnar nýju skólaári með stórtónleikum í boði Bláa kortins í kvöld. Dagskráin hefst klukkan 21.00 með DJ Yamaho en klukkan 23.30 stígur Agent Fresco á svið.

22.00 Í kvöld ætla hljómsveitin Valdimar að halda tónleika á Húrra. Talið er ansi líklegt að hljómsveitin muni flytja eitthvað af nýju efni á þessum tónleikum en sexmenningarnir stefna á að gefa út plötu í október á þessu ári en auk þess mun hljómsveitin einnig flytja eldri lög sem farið hafa vel í lýðinn í gegnum tíðina. Miðaverð er 2.500 krónur.

23.00 Pálmi Hjaltason leikur og syngur á Ob-La-Di-Ob-La-Da, Frakkastíg 8 í kvöld klukkan 23.00. Aðgangur er ókeypis.

23.55 Rix mun taka yfir efri hæðina á Dolly í kvöld. Það verður nýtt hljóðkerfi á svæðinu, mikil gleði brjálaðislega mikið fjör.

Samkoma

20.00 Hópur sagnaþula frá Sagomuseum í Ljungby bjóða til sagnakvöldis í Norræna húsinu í kvöld klukkan 20.00. Hópur þessi hefur farið víða um Norðurlönd og haldið á lofti hinni fornu frásagnarhefð. Dagskráin fer fram á skandinavísku. Sænskir sagnaþulir leiða dagskrána, ásamt Sigurði Sigurðarsyni dýralækni og kvæðamanni og Ólöfu Erlu Halldórsdóttur frá Búrfelli. Viðburðurinn er opin og frjálsglegur og því er möguleiki á að gestir geti tekið þátt í dagskránni með einhverri skemmtilegri munnlegri frásögn sem þeir luma á. Frábær skemmtun fyrir fólk á öllum aldri. Ókeypis aðgangur.

Upplýsingar um viðburði sendist á hvar@frettabladid.is

GusGus með nýja sýningu og nýjan ljóma

Hljómsveitin GusGus fagnar útgáfu sinnar nýjustu plötu, Mexico, í kvöld. Sveitin prufukeyrir þar nýja sýningu sem er á leið um allan heim á næstu mánuðum.

„Við erum að prufukeyra nýtt sjó sem við erum að fara með um allan heim, alveg austur til Síberíu og alveg vestur til Mexíkós, og allt þar á milli,“ segir Högni Egilsson, einn söngvara hljómsveitarinnar GusGus sem heldur útgáfutónleika í Hafnarhúsinu í kvöld.

Nýjasta plata sveitarinnar, Mexico, kom út fyrr á þessu ári og ætla GusGus að fylgja henni eftir með heljarinnar tónleikaferðalagi um allan heim. „Við erum að fara með þetta sjó út um allan heim og verðum á miklu tónleikaferðalagi fram að júlum,“ segir Högni.

GusGus er þekkt sem afbrigðs tónleikasveit og eru tónleikar sveitarinnar jafnan mikið sjónarspil. „Við höfum unnið nýtt „visual“ efni sem er unnið af sama teymi og hannaði nýju plötuna. Við verðum með stóra skjái þar sem keyrt verður myndefni í bland við tónlistina,“ útskýrir Högni um tónleikana.

Sveitin kom fram á uppseldum tónleikum í Kaupmannahöfn um síðustu helgi. „Það gekk mjög vel í Köben og við prufuðum við sjóid þar. Þetta er ný lína frá GusGus og nýr ljómi,“ bætir Högni við. Uppsett er á marga tónleika sveitarinnar í Evrópu, sem sýnir hversu vinsæl hún er.

GusGus ætla að leika efni af nýjustu plötunni en einnig eldra efni. „Þórrinn af lögunum er af síðustu tveimur plötum en við spilum líka eitthvað af eldra efni.“ Tónleikarnir hefjast klukkan 21.00 í Listasafni Reykjavíkur í kvöld. „Ég hlakka mikið til þess að syngja þetta fyrir fólk. Við hlökkum mikið til tónleikaferðalagsins,“ bætir Högni við.



„Við höfum unnið nýtt „visual“ efni sem er unnið af sama teymi og hannaði nýju plötuna. Við verðum með stóra skjái þar sem keyrt verður myndefni í bland við tónlistina.“

Högni Egilsson

ÚTGÁFUTÓNLEIKAR Hljómsveitin GusGus heldur útgáfutónleika í Listasafni Reykjavíkur í kvöld.

MYND/ARI MAGG

FRÉTTABLAÐIÐ ER HELGARBLAÐIÐ

STÆRSTA FRUMSÝNINGIN
FRAMUNDAN

Hafsteinn Gunnar Sigurðsson frumsýnir París norðursins í kvöld og kona hans, Valgerður Rúnarsdóttir, dansar í Reið í Borgarleikhúsinu. Þær sýningar falla þó í skuggann af væntanlegri fæðingu frumburðarins sem þau segja verða stærstu frumsýningu sem þau geti hugsað sér.

FRÉTTABLAÐIÐ Skaftahlíð 24 | 105 Reykjavík | 512 5000 | Auglýsingar 512-5401 | visir.is
HELGARBLAÐ FRÉTTABLAÐSINS Ómissandi hluti af góðri helgi

Trúin skiptir ekki máli

Öfgafólk og hryðjuverkamenn eru stærsta vandamál Mið-Austurlanda. Það hefur ekkert með trúarbrögð að gera. Þetta fullyrðir Majid Nili, sendiherra Írans, sem var í heimsókn hér á landi nýverið.

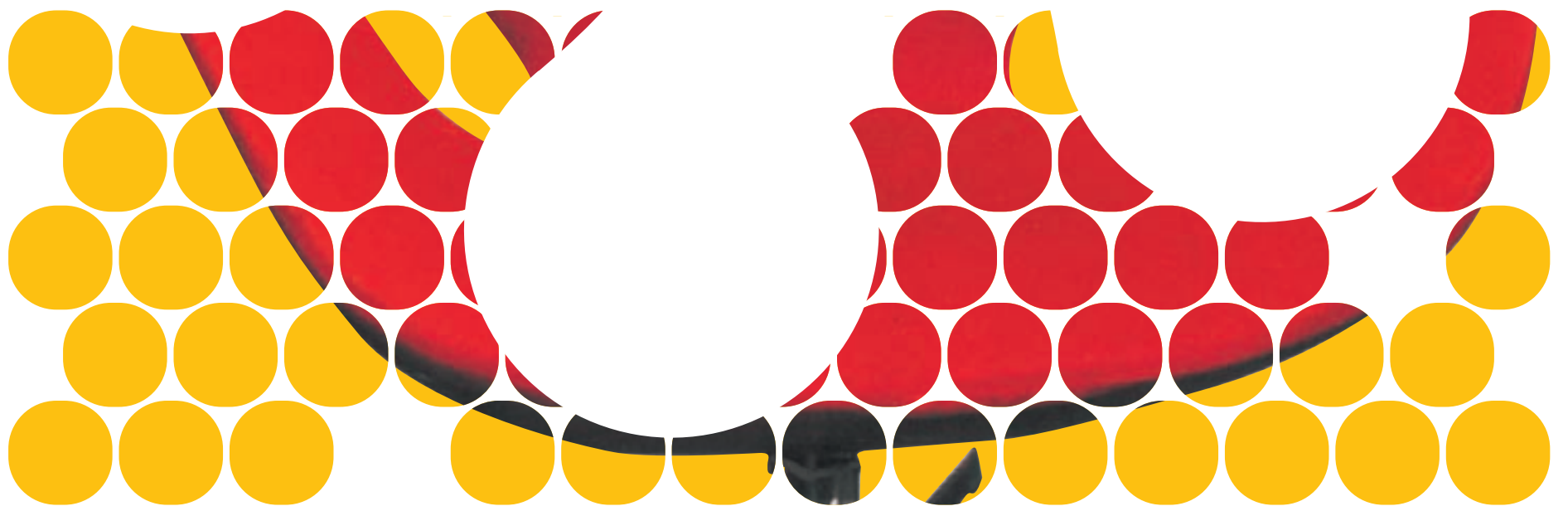
Afglæpavæðing
fíkniefna í
brennidepli

Mikil umræða hefur verið undanfarið um afglæpavæðingu einkaneyslu fíkniefna. Skiptar skoðanir eru um hvort eigi að stíga skrefið til fulls. Fréttablaðið tók púlsinn á stjórnmalámonnum, sálfræðingi, fíkli og fyrrverandi lögreglumanni, en ekki eru allir sammála.

Tónlist, vísindi og tækni

Söngkonan Björk Guðmundsdóttir í viðtali við Fréttablaðið um heimildarmyndina Biophilia Live sem frumsýnd er hér á landi um helgina. Myndin er upptaka af síðustu tónleikum Bjarkar á tónleikatúrnum sem hún hélt til að fylgja eftir samnefndri plötu.





Í DAG OG Á MORGUN

Allt að sjötíu
prósenta afsláttur
af sýningarvörum

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

Skeifan 6 / 5687733 / www.epal.is



ÚT
SÖLU
LOK

UPP Í HÁLS

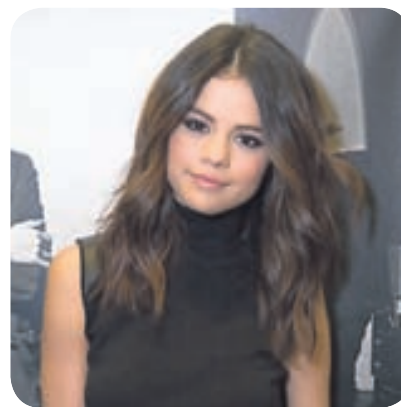
Nú þegar hitastigið fer ört lækkandi og veturinn á næsta leyti er nýjasta tískubólan kærkomin, en það eru bolir, kjólar og peysur með rúllukraga. Eitthvað sem smellpassar í hinn íslenska fataskáp.



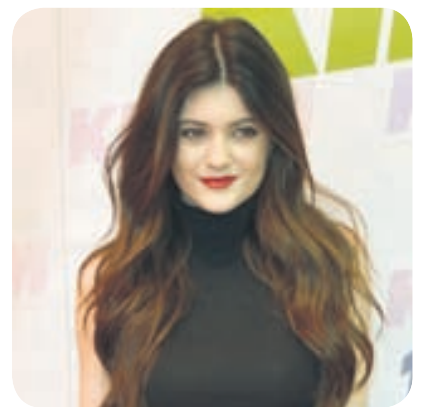
RAUÐUR Kim Kardashian í rúllukragakjól í vínrauðu.



FLOTT Alexa Chung slær ekki feilnótu í fatavali frekar en venjulega.



SVARKLÆDD Selena Gomez í svörtum og ermalausum bol.



MAGABOLUR Kylie Jenner í magabol með háum kraga.

Sykurlaus september – ertu með?

Heilsuvísir vill stuðla að bættri heilsu og skorar á þig að taka þátt í Sykurlausum september. Á vef Heilsuvísis er að finna sykurlausar uppskriftir, hvatningu og greinar um hvernig þú getur forðast sykur. Grunnreglurnar eru að sniðganga gos, sælgæti og sætmeti.

Átakið fer þannig fram að þú átt að sneiða hjá viðbættum sykri út september. Heilsuvísir verður með góð ráð og greinar um hvernig þú getur forðast sykur. Kostirnir við að minnka sykri í mataræðinu eru óendanlegir en það stuðlar meðal annars að betri líðan, betri svefni, minnkar mittismálið og sléttir húð og hár. Margir vísindamenn bera sykurlausu saman við áfengi og tóbak. Aðrir vilja ganga svo langt að líkja sykri við alvarlega ávanabindandi eiturlyf. Eitt er víst að hann er verri fyrir okkur en við gerum okkur grein fyrir. Það er undir hverjum og einum komið hvað hann/hún vill ganga langt í átakanu enda stöndum

við misjafnlega vel og illa gagnvart sykurpúkanum. Grunnreglurnar eru að sniðganga gos, sælgæti og sætmeti en borða venjulega og holla fæðu að öðru leyti. Fyrir þá sem vilja ganga lengra er mælt með að taka út allan sykur.

Heilsuvísir vill hvetja fólk áfram og dregur út heilsutengda vinninga vikulega í september. Vertu með á Facebook og Instagram og kassamerktu #Heilsuvísir #sykurlausseptember. Myndirnar geta verið af hvatningarorðum, drykkjum, sykurlausum mataruppskriftum, sætum bitum án sykurs, fyrirmyndum og öllu sem tengist sykurlausum september.



→ Heilsuvísir vill hvetja fólk áfram og dregur út heilsutengda vinninga vikulega í september. Vertu með á Facebook og Instagram og kassamerktu #Heilsuvísir #sykurlausseptember.



Nýjar vörur

KLAPPARSTÍGUR 40 101 REYKJAVÍK SÍMI 5714010

finndu okkur á facebook

Endaparmsörvun alltaf fylgt manninum

? Sæl, Sigga Dögg. Mig langar að leggja fyrir þig eftirfarandi: Endaparmsmök virðast vera orðin „trend“ og, að því er mér skilst, sjálfsgöður liður í kynlífi ungu kynslóðarinnar. Í þínum skrifum eru endaparmsmök eðlilegur valkostur í fjölbreyttu kynlífi. Spurning mín, reyndar tvær, eru þessar: eru einhverjar taugar í endaparmi karla og kvenna, sem kalla fram kynferðislegan unað og vellíðan. Er hægt að stunda þessi mök án þess að limurinn atist í saur? Mér þætti vænt um að fá svör þín við þessu.

SVAR Þetta þykir mér sérstaklega skemmtilegt umræðuefni því þetta er einmitt svona tabú og út af því að algengi þess er að aukast þá eykst mikilvægi fræðslu og opinskárrar umræðu. Endaparmsörvun hefur alltaf fylgt manninum í kynlífi en hjá sumum er það sérstakt markmið að „fá að“ setja í rassinn, eins og það veiti einhver sérstök verðlaun. Klámið hefur svo sýnt rassinn og kynferðislega örvun á honum í röngu og óraunhæfu ljósi.

Byrjum á smá líffræðikennslu. Í endaparmi eru næmir taugar og því þykir sumum örvun þar vera ánægjuleg. Örvun getur verið við endaparmsþið eða inni í honum. Hringvöðvinn er ansi teygjanlegur en það er hann sem gefur eftir þegar við höfum hægðir en er þess á milli frekar lokaður. Saur er ekki geymdur í endaparmi en þegar líkaminn þarf að losa saurinn þá ferðast hann niður endaparminn og út úr líkamnum. Því ætti ekki að koma saur við þessa örvun nema viðkomandi sé sérstaklega mál á nákvæmlega þessum sama tímamarki. Það geta verið einhverjar sauragnir og saurgetlar í endaparminum en limur eða fingur ætti ekki að atast út í saur. Það er algengur misskilningur og leiðigjarn hræðslu-

áróður. Hins vegar er nauðsynlegt að taka fram að það er aukin sýkingar- og smithætta við örvun í endaparmi og því er vissara að nota alltaf smökk.

Annað sem er mikilvægt í þessu sambandi er löngun, vilji og samþykki. Ef þú vilt ekki fá eitthvað inn í endaparm þá verður það ekki gott. Þú getur ímyndað þér hvernig þú klemmir saman rasskinnarnar ef skyndileg stroka fer of nálægt þínu þægindasvæði. Rassinn þarf að bjóða í heim-sókn, maður mætir ekki þangað óboðinn í óvænt partí. Hann þarfnast undirbúnings. Bæði þarf sleipiefni, og vel af því, og einstaklingur þarf að vera afslappaður, líkamlega og andlega. Þetta reynir einnig á samskiptin. Það þarf að taka við leiðbeiningum en einnig að gefa þær. Það er best að fara rólega af stað og byrja bara á fingri og ekki troða beint inn heldur nudda fyrst rétt við gatið. Ef áhugi er fyrir þá má smám saman vinna sig í að setja inn fingurinn.

Þetta er því samvinna og samtal milli bólfélaga. Ef þú ert mjög spenntur fyrir þessari örvun þá mæli ég með því að þú byrjir fyrst á þínum rassi. Þú ferð ekki inn í annarra manna rass fyrir sjálfan þig heldur fyrir bólfélagann, því er þetta ekki eitthvað sem einhver „leyfir“ þér að gera við sig af því að þig langar svo mikið til þess.

Það er engin skylda að örva endaparminn í kynlífi en þeim sem þykir það ánægjulegt þykir það oft mjög fullnægjandi. Svo lengi sem þú kannst vinnureglurnar og ferð eftir þeim þá getur þú metið hvort þetta henti þér og þínum bólfélag.

KYNLÍF TAKTU ÞÁTT!

Sendu Siggu Dögg póst og segðu henni frá vandamáli úr bólinu. Lausnir gæti birst í Fréttablaðinu. kynlif@frettabladid.is



SPENNANDI HAUSTÖNN HEFST MEÐ

DANSKRAFTI

8. SEPTEMBER!

Vöndud & fjölbreytt námskeið þar sem einstaklingurinn er í fyrirrúmi!

JAZZFUNK · RAGGATONE (DANCEHALL)
HIP HOP · BREAK · NÚTÍMADANS · BALLETT

BARNADANSAR

Mini-Hip Hop · Jazzballett og ballett · Dans · Yoga

MINI-BOLLYWOOD – börn ásamt foreldrum

ALDURSFLOKKAR

4-6, 7-9, 10-12, 13-15, 16-19, DANSSKVÍSUR 20+

KENRARAR

JÚLÍ HEIÐAR · KOLLA · EVA DRÖFN · NANNA · MAXINE



Skráning á
dancecenter.is og
reebokfitness.is

Sjóðheitir tímar í anda

**JUSTIN
TIMBERLAKE**

-beint frá danshöfundi Meistarans!

Framkomu-, dans-, söng-
og leiklistarnámskeið

8 VIKUR

Landspekt listafólk sem gestakennarar

MEÐAN FORELDRARNIR ÆFA LÍKAMSRAEKT

- UPPLIFA UNGMENNIN DANSGLEDINA!

GLÆSILEG SÝNING Í LOK ANNAR!

GLÆSILEG AÐSTAÐA

REYKJAVÍK

Reebok Fitness, Holtagörðum

KÓPAVOGUR

HK, Digranesi

GARÐABÆR

Sjáländsskóli, danssalur, 2.hæd

HAFNAFJÖRÐUR

FH, Kaplakrika



Nánari upplýsingar:

Júlí Heiðar 779 5854 og Eva Dröfn 845 4005

eða með því að senda tölvupóst á

dancecenter@dancecenter.is og á www.dancecenter.is

Reebok
FITNESS

Allt frá ljúfum tónum yfir í grín hjá Jónínu Ara

Söngkonan og lagasmiðurinn Jónína Aradóttir efnir til stórtónleika í Salnum annað kvöld, 6. september, með vaskri sveit hljómlistarmanna.

„Þetta eru fyrstu stóru tónleikarnir sem ég held hér heima og með þessum líka snilldar tónlistarmönnum sem munu deila sviðinu með mér. Þetta verður svakalega gaman, það er engin spurning,“ segir Jónína Aradóttir söngkona um tónleikana í Salnum annað kvöld klukkan 20. Hún flokkar stíl sinn undir þjóðlagatónlist, popp og rokk með vott af blúsi. „Þetta er allt frá fallegum, ljúfum tónum yfir í léttleika og grín,“ segir hún glaðlega. Jónína semur bæði texta og tónlist

sjálf og kveðst oft sækja innblástur til mikilfenglegra æskustöðva sinna í Öræfum. Síðustu tvö sumur hefur hún starfað við ferðaþjónustu á Jökulsárlóni hjá Ice Lagoon ehf. og lætur ekki strákana eina um að stjórna bátunum heldur er líka siglari sjálf. Eftir að Jónína vann trúðadorakeppni Rásar 2 árið 2003 ákvað hún að fara í tónlistarnám og nam meðal annars við tónlistarskólann Musicians Institute í Los Angeles í þrjú ár. Hún fór í sjö vikna tónleikatúr um vesturhluta Bandaríkjanna fyrir á

þessu ári og þó þetta séu hennar fyrstu tónleikar í stórum tónleikasal á Íslandi hefur hún komið fram hér á landi, í Danmörku og Bandaríkjunum. Meðal staða sem hún hefur sungið á má nefna House of Blues og Hard Rock Café í Hollywood. Jónína gaf út smáskífu 2013 í LA með fimm lögum. Eitt þeirra, Into the Water, var valið á safndisk sem kemur út í Bandaríkjunum í lok þessa árs, til styrktar Global Women's Empowerment Network.



JÓNÍNA ARADÓTTIR

→ Með Jónínu verður sex manna sveit

- Árni Steingrímsson, gítar
- Björn Erlingsson, bassi
- Hrafnhildur Ýr Vilbergsdóttir, bakraddir
- Sigfús Óttarsson, trommur
- Jósep Gíslason, píanó
- Gunnþóra Halla Guðmundsdóttir, selló

Aðeins of óljós saga

KVIKMYND ★★★★★

París norðursins

LEIKSTJÓRI
HAFSTEINN GUNNAR SIGURÐSSON
AÐALLEIKARAR
BJÖRN THORS, HELGI BJÖRNSSON, NANNA KRISTÍN MAGNÚSDÓTTIR, JÓN PÁLL EYJÓLFSSON OG SIGURÐUR SKÚLASON

Ég lærði einu sinni að í góðri kvikmynd ætti maður að geta ýtt á pásu hvenær sem er og hver rammi stæði þannig sem sjálfstætt listaverk. Hver rammi væri útpældur og ekkert innan rammans óþarft. Í París norðursins er það nær undantekningarlaust reglan. Stjórn kvikmyndatöku er í höndum G. Magna Ágústssonar og oft og tíðum gleymdi ég mér í því að stoppa myndina í huganum og dást að fallegum römmum. Leikararnir standa sig líka með þryði og skila sínu verki vel. Sigurður Skúlason er senuþjófurinn hér að mínu mati. Listilega vel uppbyggður karakter og skemmtilegir núansar í blæbrigðum raddar og fasi sem gæða þessa persónu þessu extra úmfí sem sagnar manni til sín. Jón Páll Eyjólfsón á líka góða spretti í „comic relief“ og er sannfærandi sem önytungurinn sem hann túlkar, oft og tíðum.



PRUSULEIKARI
Björn Thors er einn okkar bestu leikara en fær ekki að blómstra í viðjum litlauss handrits.

allt er frekar óljóst gerir það leikurunum erfitt fyrir að vita nákvæmlega hvert persónur þeirra stefna, hvað þær vilja og af hverju í ósköpunum þær gera það sem þær gera. Það gerir það svo að verkum að ég sem áhorfandi skil ekki neitt í neinu. Skil ekki af hverju þetta fólk er á Flateyri, hvaða hvatir búa að baki viðbrögðum þeirra og ákvörðunum og hvert myndin stefnir. Það er engin yfirvofandi hætta, yfirvofandi gleðitíðindi, yfirvofandi sorg. Það er akkurat ekkert yfirvofandi og svo er myndin bara búin. Og skilur nákvæmlega ekkert eftir sig.

Ég veit að leikstjórnin Hafsteinn Gunnar Sigurðsson vill kynna áhorfendur fyrir persónum og þeirra tengslum og það er gott svo langt sem það nær. En handritið þarf að bjóða upp á þróun þessara karaktera, alvöru árekstra og vandamála sem þeir þurfa að leysa svo að maður fái tækifæri til að halda með þessum persónum. Því ef við lítum á raunveruleikann í alvör- unni kynnist maður í raun ekki fólki fyrr en maður þarf að leysa með því vandamáli, eða eitthvað kemur upp á og maður sér hvernig fólk bregst við. Það er nefnilega í ýktum aðstæðum, sem skipta sköpum í lífi fólks, að þess rétta eðli kemur fram. Í sannleika sagt var mér alveg skít-sama um örlög þessa fólks í París norðursins. Það er ekki gott. Maður vill halda með karakterum, þykja vænt um þá og taka andköf þegar maður sér að þeir eru að taka rangar ákvarðanir sem eiga eftir að koma þeim í klandur.

Lilja Katrín Gunnarsdóttir

NIÐURSTAÐA: Myndin er vel gerð að mörgu leyti en handritið er slappt og óljóst sem veldur því að lítið gerist sem snertir mann.

Tónlistin er líka frábær. Tónar vel við smábænn Flateyri, sem er auðvitað karakter út af fyrir sig. Þessir góðu kostir Parísar norðursins skipta hins vegar ekki svo miklu máli því sagan heldur ekki. Hér er einhvers konar tilraun til að búa til úber-realíska mynd um líf í smábæ og tengsl fólksins sem þar býr. Hér er allt svolítið óljóst. Engar skarpar línur. Engir skarpir árekstrar. Engin skýr vandamál. Allt er svolítið bla. Og út af því að



Í AÐALHLUTVERKI
Björn Thors fer með aðalhlutverkið í myndinni en hér er hann ásamt sinni heitelskuðu, Unni Ösp Stefánsdóttur, og syni þeirra, Degi.



KÁTUR
Leikarinn og leikstjórnir Benedikt Erlingsson lét sig ekki vanta.



HUNDURINN OG HELGI
Stórleikarinn Helgi Björnsson sat við hliðina á hundinum Flóka sem klæddi sig upp á fyrir tilefnið enda fer hann með veigamikil hlutverk í myndinni.



ÍSLENSKT, JÁ TAKK
Tinna Gunnlaugsdóttir þjóðleikhústjóri brosti sínu blíðasta.

Leikstjórnin á gólfinu

Kvikmyndin París norðursins var forsýnd í Háskólabíói á miðvikudag en myndin er frumsýnd í dag. Stóri salur Háskólabíós var smekktullur af gestum og þurfti leikstjórnin sjálfur, Hafsteinn Gunnar Sigurðsson, að sitja á gólfinu.

Íslenska bíómyndin París norðursins var forsýnd í Háskólabíói á miðvikudag en myndin var heimsfrumýnd á kvikmyndahátíðinni Karlovy Vary í Tékklandi í sumar. Stóri salur Háskólabíós var troðfullur af gestum og þurfti að bæta við nokkrum tugum stóla svo allir kæmst að. Leikstjóri myndarinnar, Hafsteinn Gunnar Sigurðsson, þurfti meira að segja að sitja á gólfinu.

Hafsteinn hélt ræðu áður en myndin var sýnd og minnst á að hann sæi engan ráðherra eða alþingismann í salnum og skaut allhressilega á ríkisstjórnina. „Það voru ákveðin mistök gerð. Þau voru ný í embætti og vissu ekki hvað þau voru að gera. Getum kall- að þetta byrjendamistök,“ sagði Hafsteinn og vísaði í skert framlög til íslenskrar kvikmyndagerðar.

Myndin var að mestu tekin upp á Flateyri og þakkar Sindri Kjartansson, framleiðandi myndarinnar, bæjarbúum fyrir liðlegheitin. Hann segir jafnframt að betra sé að beita öðrum leiðum en að taka upp símann þegar á að redda hinu og þessu. „Það er betra að fara í bíltúr, þá hittir maður menn þannig að þetta reddast allt á rúntinum,“ segir hann. liljakatrin@frettabladid.is



STOLTUR HÓPUR Hér er hluti hópsins sem gerði París norðursins að veruleika.



STJÖRNULJÓMI Hafsteinn Gunnar ásamt Nönnu Kristínu Magnúsdóttur sem fer með eina kvenhlutverkið í myndinni.



JÖR OG HEMM Guðmundur Jörundsson og Benni Hemm Hemm voru flóttir í tainu.

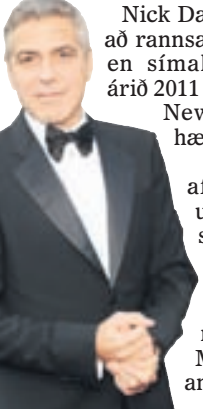


PRUSUPRENNNA Ármann Reynisson, Sindri Kjartansson og Þórir Sigurjónsson.

Hleranamynd í bígerð

George Clooney sest í leikstjórastólinn á ný.

George Clooney hefur tekið að sér að leikstýra kvikmynd sem byggð er á bókinni Hack Attack: The Inside Story of How the Truth Caught Up With Rupert Murdoch eftir blaðamanninn Nick Davies, sem fjallar um breska símahlerunar-hneykslið í kringum fréttaveldi Ruperts Murdoch. Tökur hefjast á næsta ári en George framleiðir einnig myndina ásamt Grant Heslov.



Nick Davies eyddi sex árum í að rannsaka fyrirtæki Ruperts en símahlerunarskandallinn árið 2011 varð til þess að útgáfu News of the World var hætt eftir 168 útgáfuár. George hefur gaman af að leikstýra myndum sem byggðar eru á sögulegum atburðum. Meðal fyrri mynda sem hann hefur leikstýrt eru The Monuments Men, The Ides of March og Good Night, and Good Luck. -lkg



netto

Kræsingar & kostakjör

14
Superior
SUPPLEMENTS

25%
AFSLÁTTUR
VIÐ KASSA



SUPERIOR 14 FÆÐUBÓTAREFNI

AAKG **ARGININE**
BCAA **AMÍNÓSÝRUR**
CREABLAST **KREATÍN**
GLUTAMAX **GLÚTAMÍN**
KREATÍN MAX **KREATÍN**
MASS PROTEIN **PRÓTEIN**
PRO6 **HÁGÆÐA PRÓTEIN**
MULTI VITAMÍN **VÍTAMÍNBLANDA**
NO REBIRTH **FYRIR ÆFINGU**
WMB AMINO 6300 **ORKUD. FYRIR ÆFINGU**
RASP **FATBURNER BRENNSLUTÖFLUR**
WHEY PROTEIN **MYSUPRÓTEIN**



...LOKSINS A ÍSLANDI

www.netto.is

| Mjódd · Salavegur · Hverafold · Grandi · Akureyri · Höfn · Grindavík · Reykjanesbær · Borgarnes · Egilsstaðir · Selfoss |

SAMBio.is

FRÁ FRANK MILLER HÖFUNDI 300 OG SIN CITY

FÓR BEINT Á TOPPINN Í USA!

SIN CITY
"IMPRESSIVE STUFF"
"THIS IS ONE BADASS MOVIE"
MICKEY ROURKE, JOSEPH GORDON-LEVITT, JOSH BROLIN, JESSICA ALBA, BRUCE WILLIS, EVA GREEN

NINJA TURTLES
Raphael, Michelangelo, Leonardo, Donatello og Megan Fox eru frábær í þessari stórmýnd sem framleidd er af Michael Bay.

FADING GIGOLO
FRÁ ÆR GAMANMYND MEÐ WOODY ALLEN, JOHN TURTURRO, SHARON STONE OG SOFÍU VERGARA Í AÐALHLUTVERKUM.

GUARDIANS OF THE GALAXY
NEW YORK DAILY NEWS

INTO THE STORM
"PREPARE TO BE BLOWN AWAY"
CHICAGO SUN

FLUGVÉLAR
SÝND MEÐ ÍSLENSKU TALI Í 2D OG 3D

SMÁRA BÍÓ	EGILSHÖLL
SIN CITY: A DAME TO KILL FOR 2D: KL. 5:40 - 8 - 10:20	SIN CITY: A DAME TO KILL FOR 2D: KL. 5:40 - 8
SIN CITY: A DAME TO KILL FOR VIP 2D: KL. 3:40 - 5:40 - 8 - 10:20	SIN CITY: A DAME TO KILL FOR 3D TEXTAUS: KL. 10:20
NINJA TURTLES 3D: KL. 3:40 - 5:50 - 8 - 10:10	NINJA TURTLES KL. 3D: 5:40 - 8 KL. 2D: 10:20
NINJA TURTLES 2D: KL. 4:10 - 6:20	GUARDIANS OF THE GALAXY 2D: KL. 8 - 10
FADING GIGOLO KL. 8:30	FADING GIGOLO KL. 10:30
INTO THE STORM KL. 10:20	STEP UP: ALL IN KL. 5:30
STEP UP: ALL IN KL. 5:40 - 8	INTO THE STORM KL. 8
FLUGVÉLAR: BJÖRGUNARSVEITIN ISL TAL: 2D: 3:30 KL. 3D: 3:40	FLUGVÉLAR: BJÖRGUNARSVEITIN ISL TAL: 2D: KL. 5:50
GUARDIANS OF THE GALAXY 2D: KL. 5:30 - 8 - 10:30	AKUREYRI
LUCY KL. 10:30	SIN CITY: A DAME TO KILL FOR 2D: KL. 8 - 10:10
TARZAN ISL TAL: KL. 3:30	NINJA TURTLES 3D: KL. 5:50 - 8
KRINGLUNNI NÚMÉRUD SÆTI	FLUGVÉLAR: BJÖRGUNARSVEITIN ISL TAL: 2D KL. 6
SIN CITY: A DAME TO KILL FOR 2D: KL. 8 - 10:20	INTO THE STORM KL. 10:10
NINJA TURTLES 2D: KL. 5:50 - 8	KEFLAVÍK
FADING GIGOLO KL. 6 - 8 - 10:10	NINJA TURTLES 3D: KL. 5:50
GUARDIANS OF THE GALAXY 2D KL. 10:10	SIN CITY: A DAME TO KILL FOR 2D: KL. 8 - 10:20
JERSEY BOYS KL. 5:20	FLUGVÉLAR: BJÖRGUNARSVEITIN ISL TAL: 2D KL. 6
SPARBÍÓ	PARÍS NORDURSINS KL. 8 - 10:20

Djamm í kvöld

BAKPANKAR Fyrir tíu árum hefði mér aldrei dottið í hug að ég myndi rita þessi orð. Tvitugi Tumi hefði fallið í yfirlíð af hneykslun. Ætti að stytta opunar-tíma skemmtistaða? Hvílík firra. Djamm er ekki djamm nema maður sé að skrifa á hús á sjötta tímanum. Undanþága hafi maður dottið í lukkupottinn einhverju fyrr.



ÆTLA mætti að skoðun mín væri aldurstengd. Skriðinn yfir þrjúg og farinn að fussa og svei. „Svei attan, unga fólkíð í dag...“ en það er ekki svo. Ég hef verið á þessari skoðun frá því haustið 2005 þegar ég hélt á vit ævintýrana vestur um haf.

FYRSTU partíin ein-kennust af því að við útflendingarnir mætum „fashionably late“ eða á milli ellefu og tólf. Við létum fljótt af því þegar okkur mættu endurtekið

eldhressir Kanar sem voru langt á undan okkur í drykkju og stuði. Partíð sem hafði verið auglýst klukkan 20 hófst á þeim tíma. Þegar við vorum svo loksins að komast í stuð var vel á nóttina liðið. „Eigum við ekki að kíkja eitthvað út?“ Svárið var einfalt. Það er allt lokað.

ÞAÐ var reyndar svo í „gamla daga“ að það var hvorki fyrir náms- né vinnandi mann að hefja gleðskap niðri í bæ. Maður þurfti að hella sig haugfullan áður en í miðbæinn var komið nema maður væri staðráðinn í að fara á hausinn. Í dag má finna „happy hour“ á hverjum einasta bar í bænum. Það býður upp á hitting að loknum vinnudegi líkt og tíðkast í öðrum löndum.

BYRJA fyrr og hætta fyrr. Það er málið. Kíkja á barinn eftir vinnu, ræða málin, grípa sér bita og halda heim nógu snemma til að eiga allan morgundaginn fyrir höndum. Það er markmiðið í kvöld. Hvort ég hef viljastyrk til að standa við stóru orðin þegar spurningin „ætlarðu að fara heim strax?“ hljómar verður að koma í ljós.

Saga um að taka ábyrgð á eigin líkama

Stelpurnar hjá Anthems of Our Youth sýna mynd á Northern Wave-hátíðinni.

„Þetta byrjaði þannig að okkur langaði að segja sögu sem fjallar um að fara í gegnum gelgjuskeiðið, það að þroskast líkamlega og að þurfa allt í einu að taka ábyrgð á sínum líkama og að hafa ekki fulla stjórn yfir honum,“ segir Lovísa Lára Halldórsdóttir. Hún ásamt Margréti Buhl og Nönnu Höjgaard Grettisdóttur útskrifaðist úr Kvíkmyndaskóla Íslands í vor. Þær eru höfundar og framleiðendur stuttmyndarinnar Smástirnis sem valin var til sýninga á kvíkmyndahátíðinni Northern Wave á Grundarfirði dagana 17. til 19. september. Lovísa segir það mikinn heiður fyrir þær að myndin þeirra hafi verið valin „Okkur finnst þetta mjög spennandi hátíð og vorum búnar að plana að fara hvort sem við kæmumst inn eða ekki þannig að það var bara plús að komast inn.“

Þær vildu segja sögu sem þessa frá sjónarhorni kvenna, en að þeirra mati er umfjöllun um slík mál ábótavant og mættu fleiri konur vera virkar í kvíkmyndagerð því þær eiga margar sögur ósagðar. „Þó engin okkar hafi gengið í gegnum nákvæmlega það sem aðalpersónan gengur í gegnum í myndinni, þá samsömuðum við okkur allar karakternum á ákveðinn hátt og þekktum þá tilfinningu að ganga í gegnum þessar breytingar og vera skíthræddar við það sem er að gerast og ekki þora að tala við neinn um það,“ bætir Lovísa við. Myndin hlaut viðurkenningu sem besta myndin, bæði í handrits- og framleiðsludeild, hjá Kvíkmyndaskólunum í vor. Í dag reka þær saman kvíkmyndaframleiðslufyrirtæki Anthems of Our Youth og eru með ýmislegt í pípuinum. „Við erum að gera mynd fyrir vinkonu okkar, Söndru Helgadóttur leikkonu, sem heitir Litla hetjan og erum við þá að halda áfram að velta fyrir okkur mannlegu eðli og hræðilegum hlutum sem fólk gerir, líkt og í Smástirni“, bætir Lovísa við. „Svo er margt fleira skemmtilegt í vinnslu.“ -asi



VILJA FLEIRI KONUR Nanna, Margrét og Lovísa eiga framtíðina fyrir sér í kvíkmyndaheiminum.

Um Northern Wave

Á Northern Wave-hátíðinni er lögd áhersla á listræn gildi myndanna sem sýndar eru á hátíðinni, fremur en annað. Markmið hátíðarinnar er að aðstoða upprennandi kvíkmyndaagerðarmenn, sem eru að stíga sín fyrstu skref í þessum bransa, að kynna reyndari kvíkmyndaagerðarmönnum og koma sér upp tengslaneti.

SMÁRA BÍÓ **HÁSKÓLA BÍÓ**

PARÍS SA SÉR LEBBAM LEBBAST TILT NIANSI NORDURSINS

THE GIVER MISSIÐ EKKI AF ÞESSARI. BYGGD Á SAMNEFDRI MEITSLUBOK!

LET'S BE COPS LAUFLETT SKEMMTUN Í 100 MÍNÚTUR. -V.J.V., SVARTHÖFOLIS

SMÁRA BÍÓ	HÁSKÓLA BÍÓ
PARÍS NORDURSINS KL. 5:45 - 8 - 10:15	PARÍS NORDURSINS KL. 5:45 - 8 - 10:15
PARÍS NORDURSINS LÚXUS KL. 3:30 - 5:45 - 8 - 10:15	THE GIVER KL. 8 - 10:15
TMNT 2D KL. 3:30 - 5:45	ARE YOU HERE KL. 10:40
TMNT 3D KL. 3:30 - 8	LET'S BE COPS KL. 5:45 - 8
THE GIVER KL. 5:45 - 10:15	NIKULÁSI FRÍI KL. 5:45
LET'S BE COPS KL. 3:30 - 5:40 - 8 - 10:20	DAWN... PLANET OF THE APES 3D KL. 10:15
EXPENDABLES KL. 8 - 10:40	VONARSTRÆTI ENSKUR TEXTI KL. 5:20
AD TEMJA DREKANN 2 ISL TAL 2D KL. 3:30	VONARSTRÆTI KL. 8

FJÖLSKYLDUPAKKINN Barnafjölskyldur fá alla miða á barnaverði Miðasala á: eMiði

LAUGARÁS BÍÓ **mid.is** Miðasala og nánari upplýsingar

PARÍS **LIFE OF CRIME** **NINJA TURTLES** **LET'S BE COPS**

LUCY **THE EXPENDABLES 3** **ISL TAL**

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

LAUGARÁS BÍÓ	Sýningartímar
PARÍS NORDURSINS	8, 10:10
LIFE OF CRIME	5, 8
TMNT 3D	5
LET'S BE COPS	10:10
LUCY	8
THE EXPENDABLES 3	10
TEMJA DREKANN SINN 2D	5

Sími: 553-2075 www.laugarasbio.is

BÍÓ PARADÍS MIÐASALA Á **mid.is**

EUROPA CINEMAS

biophilica

fransýnd 6. sept

miðasala hafin á **mid.is**

SJÁ FLEIRI SÝNINGAR Á WWW.BIOPARADIS.IS - Miðasala: 412 7711 - Hverfisgata 54 - bioparadis.is - Hluti af Europa Cinemas

nettó

Kræsingar & kostakjör

GRÍSAHRYGGUR

1/2

KÍLÓVERÐ

VERÐ ÁÐUR 2.198,-

1.099,-

-50%

GRÍSAGÚLLAS
BAUTABÚRÍÐ
KÍLÓVERÐ
VERÐ ÁÐUR 1.898,-

1.291,-

-32%

PORK ROAST
GRÍSAHNAKKI
KÍLÓVERÐ
VERÐ ÁÐUR 1.989,-

1.293,-

-35%

NAUTAGRILLSTEIK
SANTO DOMINGO
KÍLÓVERÐ
VERÐ ÁÐUR 3.298,-

2.375,-

-28%

NAUTAKÓTELETTUR
HVÍTLAUKUR/RÓSAPIPAR
2 STK
VERÐ ÁÐUR 3.498,-

2.449,-

-30%

LAMBAHRYGGUR
FERSKT-FYLLTUR
KÍLÓVERÐ
VERÐ ÁÐUR 3.099,-

2.196,-

-30%

LAMBAFILE M/FITU
FERSKT
KÍLÓVERÐ
VERÐ ÁÐUR 4.595,-

3.676,-

LAMBÆRISSNEIÐAR
SIRLOIN - KRYDDAÐAR - ESJA
KÍLÓVERÐ
VERÐ ÁÐUR 1.794,-

1.489,-

PYLSUBRAUÐ
NETTÓ GRÓF 5 STK
PAKKAVERÐ

249,-

HUMAR
1 KG SKELBROT MINNA EN 20G
KÍLÓVERÐ
VERÐ ÁÐUR 3.989,-

2.992,-

-25%

HUMAR
2 KG ASKJA
PAKKAVERÐ
VERÐ ÁÐUR 8.989,-

4.764,-

-47%

HUMAR
ÁN SKELJA 1 KG
PAKKAVERÐ
VERÐ ÁÐUR 5.968,-

3.282,-

-45%

HAMBORGARABRAUÐ
NETTÓ GRÓF 2 STK
PAKKAVERÐ

149,-

FLÓRÍDANA SAFAR 1 L
HEILSU EDA EPLA
STYKKJAVERÐ

199,-



-10%



-10%

KRYDDBRAUÐ
KRISTJÁNS
STYKKJAVERÐ
VERÐ ÁÐUR 894,-

671,-

-25%



Tilboðin gilda 4. - 7. sept 2014

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

Birgir Leifur í fjórða sæti fyrir lokadaginn

GOLF Birgir Leifur Hafþórsson, einn fremsti kylfingur Íslands, er í fjórða sæti á Willis Masters-mótinu eftir fyrstu tvo keppnisdagana í Danmörku á nýu höggum undir pari. Birgir Leifur fylgdi eftir góðum hring á miðvikudaginn með því að fá fimm fugla í röð á fyrstu níu holum gærdagsins.

Um er að ræða mót sem er hluti af Nordea-atvinnu- og mótunum og er að miklu að keppa fyrir Birgi Leif en sigurvegari mótsins fær tæplega 8,3 milljónir fyrir að vinna mótið. Lokadagur mótsins verður á morgun en Birgir Leifur er aðeins þremur höggum á eftir sænska kylfingnum Oscar Zettervall.

Axel Bóasson og Ólafur Björn Loftsson luku báðir keppni í gær en þeir náðu sér ekki á strik.



- kpt

Leiknir og ÍA komust upp í Pepsi-deildina í gær með sigrum

FÓTBOLTI Leiknir Reykjavík komst í gær í fyrsta sinn upp í efstu deild í fótbolta í 41 árs sögu félagsins eftir 2-1 sigur á Prótti í Breiðholti. Þrátt fyrir að tveir umferðir séu eftir náðu bæði Leiknir og ÍA að tryggja sæti sitt í Pepsi-deildinni í gær.

Leiknismenn komust í 2-0 í fyrri hálfleik með tveimur glæsilegum mörkum en var kippt niður á jöfnu á ný þegar Oddur Björnsson minnkaði muninn í upphafi seinni hálfleiks. Lengra komst Próttur hins vegar ekki og varð allt vitlaust þegar flautað var til leiksloka og sæti Leiknis var tryggt.

„Strákarnir lugu að mér að þeir væru pollrólegir. Þeir náðu því. Eg trúði að

þeir væru með fínt spennustig en þeir voru víraðir. En svo eftir um 20 mínútur þá réðumst við á þá og vorum mjög góðir seinni hluta fyrir hálfleiks,“ sagði Freyr Alexandersson, þjálfari Leiknis, sáttur í leikslök.

Í Laugardalnum tryggði ÍA sæti sitt í Pepsi-deildinni með 2-0 sigri á KV. ÍA sem féll úr Pepsi-deildinni á síðasta ári verður með í deildinni á ný á næsta tímabili eftir árs fjarveru.

Jón Vilhelm Ákason og Garðar Bergmann Gunnlaugsson skoruðu mörk ÍA með einnar mínútu millibili í fyrri hálfleik og tryggðu sæti ÍA í deild þeirra bestu á ný.



FÖGNUMUR Leiknismenn voru gróðarlega sáttir í leikslok.

FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI



MARKAHÆSTUR Zlatan skoraði tvö í leiknum gegn Eistland.

Alltaf bestur þegar gaman er

Guðmundur Þórarinnsson, knattspyrnumaður hjá Sarpsborg í Noregi, spilaði mjög vel þegar U21 árs landsliðið vann Armeníu, 4-0, á miðvikudaginn. Strákarnir þurfa nær örugglega að fá eitt stig til viðbótar til að ná umspilssæti. Guðmundur átti erfitt uppdráttar í byrjun leiktíðar eftir að vinur hans var seldur.

Setti nýtt met í sigri á Eistlandi

FÓTBOLTI Zlatan Ibrahimović varð í gær markahæsti leikmaðurinn í sögu sænska landsliðsins þegar hann skoraði bæði mörk liðsins í 2-0 sigri á Eistlandi í Svíþjóð. Zlatan sem er einn besti knattspyrnumaður í sögu landsins skoraði 49. og 50. mark sitt fyrir þjóð sína í sigrinum og komst með því upp fyrir Sven Rydell en Zlatan var að leika sinn 99. landsleik. Hann jafnaði metið eftir aðeins fjögurra mínútna leik og bætti við öðru marki seinna í fyrri hálfleik.

Þá tapaði Holland fyrsta leik sínum undir stjórn Guus Hiddink gegn Ítalíu. Hiddink tók við liðinu af Louis Van Gaal eftir Heimsmeistaramótið í sumar. Hinn hollenski Hiddink hefur þjáfað ýmis landslið undanfarna ár en tók við liði Hollands í sumar. Ítalir fengu sannkallaða draumabyrjun þegar Ciro Immobile kom Ítölum yfir eftir þrjár mínútur og stutta síðar fékk hollenski miðvörðurinn Bruno Martins Indi reisupassann. Eftirleikurinn var auðveldur fyrir Ítala sem bættu við marki og unnu náðugan sigur.

Þá vann Frakkland nauman sigur á Evrópumeisturinum, Spáni á heimavelli í gær.

Tómas Þór Þórðarson
tomas@365.is

FÓTBOLTI „Það var gott að halda hreinu, skora fjögur mörk og vinna leikinn,“ segir Guðmundur Þórarinnsson, miðjumaður U21 árs landsliðsins, í viðtali við Fréttablaðið, en Guðmundur og strákarnir völtuðu yfir Armeníu, 4-0, á Fylkisvelli á miðvikudaginn þar sem Guðmundur lagði upp eitt mark.

Hann hefur verið jafnbesti leikmaður U21 í undankeppninni, en liðið þarf nú nær örugglega að ná í stig gegn Frakklandi – langbesta liði riðilsins – á útivelli á mánudagskvöldið.

„Við eigum hiklaust möguleika á því, en þá þurfum við að spila mjög vel jafnt í vörn sem sókn. Maður getur alveg verið hreinskilinn og sagt Frakkana klassa betri en öll hin liðin í riðlinum. Við þurfum bara að stefna á sigur og vonandi hriða eitt stig,“ segir Guðmundur, en í franska liðinu eru strákar sem keyptir hafa verið hingað og þangað um Evrópu fyrir mörg hundruð milljónir undanfarna misseri.

„Það var einhver sem bar verðið á leikmönnum liðanna saman og það var alveg fánæglegur munur. En það á bara að hvetja okkur enn frekar. Þetta er sterkt lið sem refsar fyrir öll mistök, en við erum líka með góða leikmenn; stóra og sterka durga í vörninni sem eru líkamlega sterkir,“ segir Guðmundur.

Besti vinurinn seldur

Guðmundur átti bara eftir að klæða sig í sokkana eftir æfingu þegar Fréttablaðið náði tali af honum í gær. Hann var þá á leið í mat með æskuvini sínum frá Selfossi, Jóni Daða Böðvarssyni, sem fiskaði víti í leiknum á miðvikudaginn.

Báðir spila sem atvinnumenn í Noregi, Guðmundur með Sarpsborg 08, þar sem honum gekk frábærlega í fyrri. Hann var einn besti miðjumaður deildarinnar og á meðal efstu manna í nær öllum sendingaflokkum samkvæmt tölfræði norska blaðsins Verdens Gang. Guðmundur hefur einnig gengið vel í ár, en fór þó kannski

ekki jafn vel af stað og hann hefði kosið.

„Ég komst almennilega í gang núna seinni partinn í deildinni. Ég spilaði ekkert illa fyrri partinn, en það voru hlutir í gangi eins og þegar maður hélt sig vera að fara frá liðinu. Svo gerðist það ekki og ofan á það var besti vinur minn seldur,“ segir Guðmundur og á þar við norska markahrókinn Mohamed Elyounoussi sem raðar nú inn mörkum fyrir topplið Molde.

„Það var svekkjandi að sjá á eftir honum því við vorum bestu vinir jafnt innan sem utan vallar. Mér var lofað að hópnum yrði haldið saman sem hafði áhrif á val mitt að vera áfram. Svo fer hann og þá var ég ekki alveg jafn hamingjusamur. Ég er frekar léttur gæi og meðan það er skemmtilegt og jákvætt í kringum mig er ég alltaf bestur. En ég vann mig bara í gegnum þetta og tók andlega þáttinn í gegn. Þarna lenti maður í hlut sem maður gat ekki stjórnað sjálfur og þá tók maður bara stjórnina sjálfur og styrkti sig inn á við,“ segir Guðmundur.

Vill taka næsta skref

Selfyssingurinn sparkvissi vakti áhuga annarra liða eftir frammi-stöðuna á síðustu leiktíð og hafði hann möguleika á að fara til nýs liðs á lokadegi félagskipta í janúar. Hann ákvað þó að vera áfram og segist ekki sjá eftir því. Þegar tímabilinu lýkur í vetur stefnir hann þó að því að taka næsta skref.

„Ég hef verið að spila álíka vel og í fyrri og maður heyrir alltaf af áhuga annarra liða. Það er samt aldrei neitt öruggt fyrir en maður skrifar undir. Ég vil fara til stærra liðs og ef það verður innan Noregs vil ég fara í toppþáttu. En ef það kemur eitthvað upp utan Norðurlandanna skoða ég það bara,“ segir Guðmundur.

„Þetta er bara svo harður bransi eins og ég fékk að kynna þegar þeir töldu mig á að halda áfram en seldu svo Elyounoussi. Þetta er miklu harðara en maður bjóst við þó ég sé „bara“ í Sarpsborg í Noregi. Maður getur bara rétt ímynd að sér hvernig hlutirnir ganga fyrir sig í ensku úrvalsdeildinni eða stærri deildum Evrópu.“



SIGUR Guðmundur og strákarnir unnu Armena í Lautinni og þurfa nú stig á mótí Frökkum ytra til að komast í umspilið.

FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON

1. DEILDIN 2014

STAÐAN

Leiknir	20	13	5	2	37-17	44
ÍA	20	14	0	6	44-20	42
Víkingsur Ó.	19	10	2	7	31-28	32
Próttur R.	20	9	4	7	30-25	31
HK	19	8	5	6	30-25	29
KA	19	7	6	6	35-25	27
Grindavík	19	7	5	7	28-22	26
Haukar	20	7	5	8	33-31	26
Selfoss	20	7	5	8	21-25	26
BÍ/Bolungarv.	19	7	3	9	31-40	24
KV	20	5	3	12	32-45	18
Tindastóll	19	0	3	16	15-64	3

NÆSTU LEIKIR

Laugardagur 13. september: 14.00 BÍ/Bolungarv. - Víkingur Ó., 14.00 Grindavík - KA, 14.00 Tindastóll - HK.

Stoðsendingaprennur í tveimur leikjum í röð

Atli Guðnason fylgdi eftir afreki liðsfélaga síns hjá FH, Ólafs Páls Snorrasonar, í leiknum á undan.

FÓTBOLTI Það eru fjórar umferðir og tveir leikir eftir af Pepsi-deild karla og enn hefur engin þrenna liði dagsins ljós í deildinni í sumar. FH-ingar hafa aftur á móti boðið upp á aðeins öðruvísi þrennur í síðustu tveimur leikjum sínum.

FH-liðið hefur unnið þrjá síðustu leiki sína en í þeim tveimur síðustu hefur liðið skorað samtals sjö mörk og þar hafa tveir menn farið á kostum við að spila uppi

samherja sína. Atli Guðnason og Ólafur Páll Snorrason hafa lagt upp ófá mörkin í úrvalsdeild karla í gegnum tíðina og sýndu í þessum tveimur leikjum á móti nýliðum Víkinga og Fjölnis að þeir ætla sér einnig að berjast um stoðsendingatitilinn í ár. Ólafur Páll vann hann í fyrri og Atli árið á undan.

Síðasta sunnudag fylgdi Atli nefnilega eftir afreki Ólafs Páls í leiknum á undan og gaf þrjár stoðsendingar í sama leiknum.

Ólafur Páll Snorrason átti þrjár stoðsendingar í 3-2 sigri á Víkingum en lagði upp mörk fyrir Ingimund Niels Óskarsson og Atla Viðar Björnsson auk þess að síðasta markið var sjálfsmark Víkinga eftir fyrirgjöf hans. Öll þessi mörk komu eftir fyrirgjafir frá Ólafi Páli.

Atli Guðnason átti þrjár stoðsendingar í 4-0 sigri á Fjölni á sunnudagskvöldið en auk þess þá skoraði Atli fjórða markið sjálf-

ur. Atli átti þar fyrst stoðsendingu á Ingimund Niels og svo tveir stungusendingar inn á Steven Lennon en öll mörkin komu eftir að Atli fann sér pláss á milli miðju og varnar og sprengdi síðan upp varnarliðu Grafarvogslíðsins með hnitmiðaðri sendingu.

Þetta voru þó ekki fyrstu stoðsendingaprennur sumarsins því Fjölnismaðurinn Ragnar Leósson lagði upp þrjú mörk í sigri Fjölnisliðsins á Þór í lok júlí.



HEITIR Atli og Ólafur eru iðnir við að mata félag sína.

FRÉTTABLAÐIÐ/DANIEL

KRÓNAN



- fyrst og fremst ódýr!

NÝTT!
MEÐ SÍTRÓNU-
OG LIMEBRAGÐI



HEILSU-DAGAR



20% afsláttur **3118** kr. stk.
Verð áður ~~3898~~ kr. stk.
Amino orkudrykkjarduft, 7 góðar bragðtegundir, 270 g

Biotta safar

Lífrænar ávaxta- og grænmetis-safar, enginn viðbættur sykur!



15% afsláttur



338 kr. stk.

Verð áður ~~398~~ kr. stk.
Biotta gulrótar-, tómát- og rauðbeðusafi, 500 ml

423 kr. stk.

Verð áður ~~498~~ kr. stk.
Biotta Vita 7, Breuss og morgundrykkur, 500 ml

27% afsláttur



399 kr. pk.

Verð áður ~~549~~ kr. kg
Kitchen Joy Thai austurlenskir réttir, 250 g

25% afsláttur



3498 kr. kassinn

Verð áður ~~4680~~ kr. kassinn
Hámark - kaffi & karamellu, 8 x 3 í kassa

Mest 2 kassar á mann á meðan birgðir endast

Kauptu heilan kassa af HÁMARKI kaffi & karamellu 8 x 3 pakk

Oll verð eru birt með fyrirvara um þrennivúru og/óla myndabreytingu

Stöð 2 kl. 19.20 Göngum til góðs

Söfnunarpáttur í opinni dagskrá til styrktar innlendu starfi Rauða kross Íslands í tilefni af 90 ára afmæli Rauða krossins. Helstu listamenn þjóðarinnar skemmta áhorfendum með leik og söngatriðum. Umsjónarmenn eru Sindri Sindrason og Sigrún Ósk Kristjánsdóttir.



Í KVÖLD



Grínistinn

SJÓNVARPIÐ KL. 19.35 Laddi hefur skemmt þjóðinni um áratugaskeið. Flest þekktum við þó persónurnar sem hann leikur betur en manninn sjálfan. Gísli Einarsson fær vini og samferðamenn Ladda sér til aðstoðar við að draga upp nærmynd af Þórhalli Sigurðssyni, Ladda.



America's Funniest Home Videos

SKJÁR EINN KL. 19.50 Bráðskemmtilegur fjölskylduþáttur þar sem sýnd eru myndir atvika sem venjulegar fjölskyldur hafa fest á filmu.



Modern Family

STÖÐ 2 GULL KL. 19.30 Önnur þáttaröðin um líf þriggja tengdra en ólíkra nútímafjölskyldna, hefðbundinnar fimm manna fjölskyldu, samkynhneigðra manna sem eru nýbúinir að ættleiða dóttur og svo pars af ólíkum uppruna þar sem eldri maður hefur yngt upp og náð í suðurameríska feegurðardís.

Bylgjan kl. 6.50 í bítið

Í bítið er alla virka daga á Bylgjunni. Heimir Karlsson, Hulda Bjarna og Gunnlaugur Helgason vakna eld-snemma og koma þér af stað alla morgna. Fylgstu með fréttum og taktu púlsinn á þjóðmálunum, færðinni, veðrinu og íþróttunum strax í bítið.



Hamskiptin

eftir Franz Kafka í leikgerð Vesturports

Rómuð sýning Vesturports snýr aftur eftir sigurgöngu um heiminn.

Sýnt frá 17. september.

Aðeins 9 sýningar.

Tryggðu þér leikhúskort!

WWW.LEIKHUSID.IS

★★★★★
The Australian Stage

★★★★★
Time Out Hong Kong

★★★★★
The Guardian

★★★★★
Sunday Express

★★★★★
Daily Mail

★★★★★
Daily Telegraph

★★★★★
What's On Stage

„Snildarverk“
New York Times

STÖÐ 2

- 07.00 Barnatími Stöðvar 2
- 08.05 Malcolm in the Middle
- 08.30 Drop Dead Diva
- 09.15 Bold and the Beautiful
- 09.35 Doctors
- 10.15 Last Man Standing
- 10.40 The Smoke
- 11.25 Junior Masterchef Australia
- 12.15 Heimsókn
- 12.35 Nágrannar
- 13.00 How to Make an American Quilt
- 14.55 Hulk vs. Thor
- 16.00 Young Justice
- 16.25 The Michael J. Fox Show
- 16.50 The Big Bang Theory
- 17.10 Bold and the Beautiful
- 17.32 Nágrannar
- 17.57 Simpson-fjölskyldan
- 18.23 Veður
- 18.30 Fréttir
- 18.47 Íþróttir
- 18.54 Ísland í dag
- 19.11 Veður

19.20 Göngum til góðs Söfnunarpáttur í opinni dagskrá til styrktar innlendu starfi Rauða kross Íslands í tilefni af 90 ára afmæli Rauða krossins. Helstu listamenn þjóðarinnar skemmta áhorfendum með leik og söngatriðum. Umsjónarmenn eru Sindri Sindrason og Sigrún Ósk Kristjánsdóttir.

21.20 NCIS. Los Angeles (14:24)
22.05 Louie (9:13) Skemmtilegir gamanþættir um fráskilinn og einstæðan föður sem baslar við að ala dætur sínar upp í New York ásamt því að reyna að koma sér á framfæri sem uppstandari. Höfundur þáttanna ásamt því að leika aðalhlutverkði er einn þekktasti uppstandari Bandaríkjanna, Louie C.K.

- 22.30 21 and Over
- 00.05 Black Forest
- 01.30 Kill Theory
- 02.55 Donkey Punch
- 04.35 Ondine

SPORT

- 13.35 KR - Stjarnan
- 15.20 Pepsi-mörkin 2014
- 16.40 Lübbecke - Flensburg
- 18.00 Demantamótin Bein útsending
- 20.00 Meistaradeild Evrópu - fréttapáttur
- 20.30 Arsenal - Besiktas
- 22.10 UFC 177
- 00.45 Meistaradeild Evrópu - fréttapáttur

SPORT 2

- 13.00 Premier League Review 2014/2015
- 13.55 Aston Villa - Hull
- 15.40 Football League Show
- 16.10 Tottenham - Liverpool
- 17.50 Premier League World
- 18.20 Burnley - Man. Utd.
- 20.00 Swansea - WBA
- 21.40 Messan
- 23.05 West Ham - Southampton



20.00 Hrafnaping 21.00 0 21.30 Eldhús meistaranna

- ÚTVARP
FM 88,5 XA-Radíó
FM 89,5 Retro
- FM 90,1 Rás 2
FM 90,9 Gullbylgjan
FM 93,5 Rás 1

STÖÐ 3

- 17.10 Raising Hope
- 17.30 The Neighbors
- 17.50 Cougar Town
- 18.15 The Secret Circle
- 19.00 Top 20 Funniest
- 19.45 Britain's Got Talent
- 20.10 Community (24:24) Önnur gamanþáttaröðin um sjálfumgláðan lögfræðing sem missir lögfræðiréttindin sín og neyðist til að setjast á ný á skólabeck. Þar kynnist hann heldur betur skrautlegum hópi samnemenda og nýtir sér óspart alla klækina sem hann hefur lært af lögmansstarfinu.
- 20.30 X-factor UK (2:30)
- 21.15 Grimm (8:22)
- 21.55 Sons of Anarchy (10:14)
- 22.40 Longmire (8:10)
- 23.20 Top 20 Funniest
- 00.00 Britain's Got Talent
- 00.25 Community
- 00.45 X-factor UK
- 01.30 Grimm
- 02.10 Sons of Anarchy
- 02.55 Tónlistarmyndbönd

Krakkastöðin

- 07.00 Könnuðurinn Dóra 07.24 Mörgæsinar frá Madagaskar 07.45 Dóddi litli og Eyrnastór 07.55 Sumardalsmyllan 08.00 Áfram Diego, áfram! 08.24 Svampur Sveinsson 08.45 Elías 08.55 UKI 09.00 Ofurhundurinn Krypto 09.22 Skógarýrið Húgó 09.44 Gulla og grænjaxlarnir 09.56 Tommi og Jenni 10.00 Lukku-Láki 10.25 Latibær 10.47 Hvellur keppnisbill 11.00 Könnuðurinn Dóra 11.45 Dóddi litli og Eyrnastór 11.55 Sumardalsmyllan 12.00 Áfram Diego, áfram! 12.24 Svampur Sveinsson 12.45 Elías 12.55 UKI 13.00 Ofurhundurinn Krypto 13.22 Skógarýrið Húgó 13.44 Gulla og grænjaxlarnir 13.56 Tommi og Jenni 14.00 Lukku-Láki 14.25 Latibær 14.49 Hvellur keppnisbill 15.00 Könnuðurinn Dóra 15.45 Dóddi litli og Eyrnastór 15.55 Sumardalsmyllan 16.00 Áfram Diego, áfram! 16.24 Svampur Sveinsson 16.45 Elías 16.55 UKI 17.00 Ofurhundurinn Krypto 17.22 Skógarýrið Húgó 17.44 Gulla og grænjaxlarnir 17.56 Tommi og Jenni 18.00 Lukku-Láki 18.25 Latibær 18.49 Hvellur keppnisbill 19.00 Alvin og íkornarnir 3 20.25 Sögur fyrir svefninn

GULLSTÖÐIN

- 17.55 Strákarnir
- 18.20 Frasier
- 18.45 Friends
- 19.05 Seinfeld
- 19.30 Modern Family (12:24)
- 19.55 Two and a Half Men (8:24)
- 20.15 Réttur (3:6)
- 21.00 Homeland (11:13)
- 21.55 A Touch of Frost (1:4) Klassísk sakamálaþáttur þar sem lögreglufróinginn Jack Frost fær á borð til sín flókin glæpamál en hann er þekktur fyrir að fara sínar eigin leiðir í rannsóknum mála.
- 00.00 Boardwalk Empire
- 00.55 Footballers' Wives
- 01.45 Réttur
- 02.30 Homeland
- 03.25 A Touch of Frost
- 05.25 Boardwalk Empire

BÍÓSTÖÐIN

- 11.40 One Fine Day
- 13.30 Arbitrage
- 15.15 The Big Wedding
- 16.50 One Fine Day
- 18.40 Arbitrage
- 20.25 The Big Wedding
- 22.00 Hunger Games
- 00.20 The Details
- 02.00 Red Dawn
- 03.35 Hunger Games

RÚV

- 15.40 Ástareldur
- 17.20 Kúlugúbarnir
- 17.44 Nína Pataló
- 17.51 Sanjay og Craig
- 18.15 Táknmálsfréttir
- 18.25 Nautnir norðursins (1:8)
- 19.00 Fréttir
- 19.20 Veðurfréttir
- 19.25 Íþróttir
- 19.35 Grínistinn (3:4) Laddi hefur skemmt þjóðinni um áratugaskeið. Flest þekktum við þó persónurnar sem hann leikur betur en manninn sjálfan. Hver er maðurinn á bakvið gervin? Gísli Einarsson fær vini og samferðamenn Ladda sér til aðstoðar við að draga upp nærmynd af Þórhalli Sigurðssyni, Ladda. Dagskrárgerð: Björn Emilsson.
- 20.20 Séra Brown (9:10) (Father Brown) Breskur sakamálapáttur um hinn slungna séra Brown sem er ekki bara kaþólskur prestur heldur leysir sakamála á milli kirkju-athafna. Aðalhlutverk: Mark Williams.
- 21.10 Loftkastalar (Castles in the Sky) Ný sannsöguleg bresk kvikmynd með Eddie Izzard í aðalhlutverki. Í aðdraganda seinni heimsstyrjaldar keppa breskir vísindamenn við tímann. Í mestu leynd vinna þeir að nýrri uppfinningu en ratsjóni átti eftir að bjarga Bretlandi undan ofurefli þýska flughersins.
- 22.40 Ströndin (The Beach) Leonardo DiCaprio leikur bandarískan puttaferðalang sem ferðast til Tailandis í leit að ævintýrum. Atriði í myndinni eru ekki við hæfi barna.
- 00.35 Syllan (The Ledge)
- 02.10 Útvarpsfréttir í dagskrárlok

SKJÁREINN

- 06.00 Pepsi MAX tónlist
- 08.00 Everybody Loves Raymond
- 08.20 Dr. Phil
- 09.00 Pepsi MAX tónlist
- 15.35 Bruce Almighty
- 17.20 Dr. Phil
- 18.00 Friday Night Lights
- 18.45 The Moaning of Life
- 19.30 30 Rock (18:22)
- 19.50 America's Funniest Home Videos (5:44) Bráðskemmtilegur fjölskylduþáttur þar sem sýnd eru myndir brot sem venjulegar fjölskyldur hafa fest á filmu.
- 20.15 Survivor - LOKAPÁTTUR (15:15) Það er komið að 25. þáttaröðinni af Survivor með kyninn Jeff Probst í fararbroddi og í þetta sinn er stefnan tekin á Filippseyjar. Keppendur eru átján talsins að þessu sinni. Fimm títan þeirra eru nýliðar en þrír eru að spreyta sig í annað sinn eftir að hafa dottið út á sínum tíma sökum veikinda eða meiðsla.
- 21.00 The Bachelorette - LOKAPÁTTUR (12:12)
- 21.45 Top Gun
- 23.30 The Tonight Show Grínleikarinn Larry David úr þáttunum Curb Your Enthusiasm er gestur kvöldins ásamt ofurfyrirsætunni Gisele Bündchen. Rapparin Jeezy sér um tónlist.
- 00.15 Law & Order. SVU
- 01.00 Revelations
- 01.45 The Tonight Show
- 02.30 Survivor.
- 03.15 Pepsi MAX tónlist

Golfstöðin

- 08.00 PGA Tour 2014 12.00 Countdown to the Ryder Cup 12.25 Golfing World 2014 13.15 Web.com Tour Highlights 14.10 Inside the PGA Tour 2014 14.35 LPGA Tour 2014 18.15 Champions Tour 2014 - Highlights 19.10 Golfing World 2014 20.00 PGA Tour 2014

- FM 95,7 FM957
- FM 97,7 X-ið
- FM 96,3 FM Suðurland
- FM 98,9 Bylgjan
- FM 96,7 Létt Bylgjan
- FM 99,4 Útvarp Saga
- FM 100,5 K100
- FM 102,9 Lindin

ÞJÓÐLEIKHÚSIÐ



Ekki klikka á skoðun!

Örugg bifreið tryggir betri akstur



Mundu að aftasti stafurinn í bílnúmerinu þínu tákna þann mánuð sem mæta á með bílinn í skoðun.

HAGSTÆTT VERÐ HJÁ FRUMHERJA

Verð á aðalskoðun bíls undir 3.500 kg*

FYRIRTÆKI

Frumherji 9.700 kr.

Frumherji með afslætti 8.320 kr.*

Aðalskoðun 10.420 kr.

Tékkland 8.995 kr.

* Verðskrár fyrirtækjanna með opinberum gjöldum þ. 5.8.2014

BETRI STOFAN



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



- örugg bifreiðaskoðun um allt land

FÖSTUDAGSLAGIÐ



„Lagið Hip to Be Square með Huey Lewis and The News er klárlega mitt föstudagslag.“

Heimir Örn Heimisson tónlistarmaður.

Var fleygt út af virtri listavefsíðu

Listamaðurinn Oddur Eysteinn Friðriksson, betur þekktur sem Oddee, býr til ný listaverk úr gömlum verkum og lætur prenta verk sín á ál í Bandaríkjunum.

„Þetta er í rauninni tjáningarfrelsi gagnvart höfundinum, segjum sem svo að ég taki mynd innan úr ísskápnum, og segi það vera listaverk, þá myndi Vífilfell kannski hringja og segja að það megi ekki nota Kók í listaverkinu. Þar sem ég er samtímalistamaður þá fjalla ég í rauninni myndrænt um vinsæla minningu og til dæmis margt sem er vinsælt núna,“ segir listamaðurinn Oddur Eysteinn Friðriksson, betur þekktur undir listamanns-

nafninu Oddee. Hann hefur valdið talsverðu fjaðrafoki á stærstu listamannasíðu á netinu, deviantart.com, en á fjórum dögum fékk hann 10.000 hitt, og rúmlega 1.000 skilaboð. „Svona 950 af skilaboðunum voru neikvæð þar sem menn voru að kalla mig þjóf og ég fékk meira að segja hótanir,“ segir Oddee en honum var fleygt út af síðunni í kjölfarið. Ástæðan er sú að Oddee tekur í raun höfundarréttarvarið efni og notar það nánast óbreytt til

þess að búa til ný listaverk úr því, um er að ræða svokallaðan klippi-myndastíl.

„Ég tók tíma í rannsóknarvinnu því ég vildi vera viss um að þetta væri einstakt. Ég þurfti að rannsaka hvort þetta væri löglegt, þetta er á svo gráu svæði í listaheiminum,“ útskýrir Oddee.

Hann sendir verkin til Bandaríkjana og lætur prenta þau í ál. „Ég veit ekki um neinn annan hér á landi sem gerir þetta. Ég hef séð



UMDEILDUR Listamaðurinn Oddee heldur sýningu á Ljósanótt í Keflavík.

MYND/JÓN TRYGGVASON

menn líma filmur á álplötur, en ég læt brenna í álið, líkt og gert er með kókdósina.“

Oddee verður með sýningu á Ljósanótt í Keflavík um helgina í Svarta pakkhúsinu. -gfp

VILTU VERÐA
STÍLISTI?

ÚTLITS- OG FÖRÐUNARSKÓLI

The Academy of Colour and Style er skóli sem kennir útlitsráðgjöf. Námið byggir á helstu atriðum útlitshönnunar og er meðal annars tekið fyrir litgreiningu, fatastíll og textill. Eftir nám fá nemendur alþjóðlegt diplóma í útlitsráðgjöf (fashion consultant).

Starfsmöguleikar eftir nám eru margir og spennandi og geta nýst á ýmsum sviðum og atvinnugreinum. Hver önnur tekur þrjá mánuði og fylgja öll kennslugögn með náminu. Kennsla fer fram í Tækniskólanum einu sinni í viku frá kl. 18-22.

Stundskrá	1. önn	2. önn	Starfsmöguleikar:
Fatastill	Litgreining	Förðun út frá litgreiningu	Innkaupstjóri
Fatasamsetning	Förðun út frá litgreiningu	Litgreining	Útlitsráðgjafi
Textill	Litgreining	Litasamsetning	Stílisti
			Verslunarstjóri

UPPLÝSINGAR OG SKRÁNING Í SÍMA 533 5101

www.utlit.is

SAMSTARF VIÐ
KVIKMYNDASKÓLA ÍSLANDS

The Academy of Colour and Style og Kvikmyndaskóli Íslands hafa hafið samstarf sín á milli, sem felst í því að nemendur í innanhússtílanámi og útlits- og förðunarnámi koma að verkefnum nemenda í Kvikmynda-skólanum. Nemendur í útlits- og förðunarnáminu vinna að búningagerð og förðun fyrir verkefni í skólanum en nemendur í innanhússtílanáminu aðstoða við þróun á leikmynd og útfærslu hennar.

The Academy of
Colour and Style

INNANHÚSSTÍLISTANÁM

Dæmi um það sem tekið er fyrir í náminu:

- Lita- og línufraeði
- Tónalgreining
- Vaxtarbygging
- Heitt og kalt rými
- Stórt og lítið rými
- Uppröðun hluta
- Stílistun á:**
- Baðherbergi
- Svefnherbergi
- Barnaherbergi
- Eldhúsi
- Garðhúsi
- Stofu
- Og margt fleira.

The Academy of Colour and Style býður nú upp á nám í innanhússtílistun. Farið er í helstu grunnþætti í lita- og línufraeði. Einnig er kennt að meta stíl út frá persónunni sjálfri. Þá er hún greind út frá vaxtarbyggingu og litgreiningu en þær upplýsingar segja mikið til um hvernig einstaklingur vill hafa sitt nánasta umhverfi eins og liti og stíl. Nemendur vinna svo verkefni í hverri viku og taka þá fyrir stílistun á stofu, baðherbergi, barnaherbergi o.fl. Gestafyrirlesarar koma í tíma og kynna fyrir nemendum ýms atriði sem koma þeim til góða. Hver önnur tekur þrjá mánuði. Kennsla fer fram í Tækniskólanum einu sinni í viku frá 18-22.

Anna F. Gunnarsdóttir
Stílisti

Helga Sigurbjarnadóttir
Innanhússarkitekt

Þorsteinn Haraldsson
Byggingafræðingur

UPPLÝSINGAR OG SKRÁNING Í SÍMA 533 5101

www.utlit.is



HÓPURN Anna Katrín/Rökkvi, Gréta Kristín/Pór, Íris Tanja/Eddi, Guðmundur/Sigga flipp, Jóhann Kristófer/Sólveig, Sigurbjartur/Birta Björt, Ólafur/Veró, Katrín Halldóra/Siggi Birgis, (fremri röð) Viktoría Blöndal/Fiddi bagg og Nína/Gabriel, en allt eru þetta krakkar á öðru og þriðja ári á leikarbraut eða sviðshöfundabrot. MYND/VÍÐIR GUÐMUNDSSON

Skrýtið að leika karlmann og vera á túr

Listaháskólinn býður í annað sinn upp á valáfangann Skipt um kyn. Viktoría Blöndal sækir áfangann, ásamt öðrum, sem hún segir verulega áhugaverðan.

„Við erum í áfanga í skólanum sem heitir Skipt um kyn,“ segir Viktoría Blöndal, nemandi á þriðja ári í Fræðum og framkvæmdum í Listaháskólanum, en áfanginn er kenndur af leikurunum Maríu Pálsdóttur og Víði Guðmundssyni.

„Í þessum áfanga erum við að kynna toppnæs hlutum um hitt kynið. Við förum út til dæmis og horfum á hreyfingar hjá hinu kyninu og hvernig þau bregðast mismunandi við í mismunandi aðstæðum,“ útskýrir Viktoría, en námskeiðið er valnámskeið og er kennt í tvær vikur í byrjun annar.

„Síðan sköpum við okkar eigin karakter og þeir eru flestir ótrúlega myndir og áhugaverðir. Þær týpur sem hafa sprottíð upp úr þessu eru B5-djammtýpan, spænskur bifvélavirki, félags-

lega heftur munntóbaksunnandi, maður sem glímur við forhúðarþrengingu, „goth“-stelpa sem stundar nám í húsgagnasmíðum og flippuð miðaldra kona sem fer til Ibiza á fröudískó. Þetta er sem sagt þverskurður af þjóðfélaginu,“ segir Viktoría og hlær.

Hún segir jafnframt að hennar karakter, sem er félagslega heftur munntóbaksunnandi, hafi komið algjörlega af sjálfu sér.

„Ég lagði upp með að vera svaalur fótboltapungur, en í staðinn kom félagslega heftur Breiðhlytingur sem hangir í Mjóddinni og elskar munntóbak. Þannig að ég hlýt að vera glataður munntóbaksunnandi inn við beinið,“ segir Viktoría, létt í bragði, og bætir við að þau ráði ekki beint ferðinni þegar karaktarsköpunin fer fram.

„Þetta er allt byggt á spuna og

„Ég lagði upp með að vera svaalur fótboltapungur, en í staðinn kom félagslega heftur Breiðhlytingur sem hangir í Mjóddinni og elskar munntóbak.“

Viktoría Blöndal, nemandi á þriðja ári í Fræðum og framkvæmdum í Listaháskólanum

þessir karakterar mætast því þau unnu öll í Neskafla- og Bylgjuleik. Svo skapað fjórlegar umræður og senur. Ég hugsa að þessi karakter muni lifa eitthvað áfram. Hann hefur til dæmis verið að spreyta sig í dansi,“ segir Viktoría. „Það er samt óneitanlega skrítíð að leika karlmann og vera á túr.“ olof@frettabladid.is

Smíðar jólaþötu í sumarþústað

Stefán Hilmarsson er kominn í jólastuð og hljóðritar sína aðra jólaþötu í sveitinni.

„Ég fékk með mér mikið stórkotalið og dvöldum við tví dægra í Grímsnesi og hljóðrituðum grunna að þötuinni,“ segir Stefán Hilmarsson sem er nýkominn heim menninguna eftir stutta dvöl í Grímsnesinu þar sem hann lagði grunn að nýrri jólaþötu. Hann segir það nú til dags svo auðvelt að hljóðrita hvar sem er. „Þetta er svo auðvelt í dag, við erum að tala um tölvu og nokkrar snúrur, þetta var öðruvísi í gamla daga þegar umstangið var talsvert meira,“ segir Stefán um upptökur.

Hann hefur þó áður gefið jólaþötu en sú kom út árið 2008. „Þeir sem kannast við fyrri þötu geta látið sig hlakka til þessarar þötu því það má segja að hún kallist svolítið á fyrri þötu,“ bætir Stefán við.

Á nýju þötuinni verður aðallega að finna erlend lög sem Stefán gerir að sínum og þá eru flestir textarnir smíði Stefáns. Hún inniheldur nokkra dúetta, meðal annars með Ragnheiði Gröndal.

Hann hefur í hyggju að klára þötu á næstum vikum. „Upptökur færast nú til borgarinnar og



JÓLAGLEÐI Stefán Hilmarsson hlustar hér á sína menn hljóðrita í Grímsnesinu

MYND/EINKASAFN

lýkur innan þriggja vikna.“ Stefnt er að því að gefa þötuuna út síðla í október eða í byrjun nóvember. „Ég mun fylgja þötuinni eftir með jólatónleikum í Salnu líkt og í fyrra, 5. og 6. desember og 11. og 12. desember,“ bætir Stefán við en miðar fara í sölu á næstunni. -gfp



Petta segir sig sjálf!



FRÉTTIR AF FÓLKI

Ráðherra með stjörnuhljó í augum

Hanna Birna Kristjánsdóttir innanríkisráðherra fór í frí til New York í vikunni ásamt eiginmanni sínum. Þau snæddu á veitingahúsi í Village og brá þeim heldur betur í brún þegar þau sáu að á næsta borði við þau var leikkonan Sarah Jessica Parker ásamt vinkonu sinni og börnum. Hanna Birna varð stjórnustjörf en þótt hún hafi reynt að telja í sig kjark þorði hún ekki að biðja um mynd af sér með mestu skvísu New York.



-ebg

Poppstjörnur vilja frjálsa Palestínu

Músikölsku bræðurnir Unnsteinn Manuel og Logi Pedro Stefánssynir úr hljómsveitinni Retro Stefson halda sameiginlega upp á afmæli sín á laugardagskvöldið.

Fyrir sama kvöld kemur eldri bróðirinn til með að halda fyrstu tónleika Uni Stefson, sem er nýtt sólóverkefni úr smíðju Unnsteins, á KEXÍ hosteli.

Eftir tónleikana munu þeir bræður svo fagna fæðingardögum sínum en hafa afþakkað allar gjafir. Þeir hafa í staðinn bent áhugasömum á neyðarsöfnun Palestínufélagsins, en bræðurnir hafa ekki farið leynt með stuðning sinn við Palestínu undanfarin misseri. -lk



Mest lesið **VÍSIR**

- 1 Rútur stífla götur í miðborginni: Skiljanlegt að íbúum sé misboðið
- 2 Sjáðu samninginn: 5,5 milljónir í leigutekjur til Kópavogs vegna tónleika Justin Timberlake
- 3 Stórfenglegt eldgos - Myndasýrpa frá Holuhrauni
- 4 Gefa ekki upp hagnaðinn: „Þjóðhátíð er okkar einkamál“
- 5 Gunnar: Menn geta rífið kjaft eins og þeir vilja

SONOS
FÁÐU ÞRÁÐLAUSAN AÐGANG AÐ TÓNLISTINI Í ÖLLUM HERBERGJUM

Spotify | Google play

Sjónvarpsmiðstöðin
RASTTEKJAVERSLUN • SÍJUNULA 2 • SÍMI 566 9090 • WWW.SM.IS



EIN STÆRSTA LAGERSALA FYRR OG SÍÐAR Á ÍSLANDI

RISA LAGER SALA

EKKI
MISSA AF
ÞESSU!

HEFST Á MORGUN
LAUGARDAG KL. 11⁰⁰

20-10%

AFSLÁTTUR

KLETTAGÖRÐUM 6
GEGNT HRINGRÁS

OPNUNARTÍMI: LAU. 11⁰⁰-17⁰⁰, SUN. 13⁰⁰-17⁰⁰, MÁN.-FÖS. 12⁰⁰-18⁰⁰



AÐEINS
Í NOKKRA
DAGA!

**Betra
BAK**
Leggur grunn að góðum degi

HÚSGAGNAHÖLLIN
- fyrir lifandi heimili -

DORMA
- býður góða nótt

FYRSTUR
KEMUR
FYRSTUR
FÆR