FRÉTTABLAÐIÐ

195. TÖLUBLAÐ 16. ÁRGANGUR — MEST LESNA DAGBLAÐ Á ÍSLANDI* — FÖSTUDAGUR 19. ÁGÚST 2016

Föstudagsviðtalið

Lögleiðing fíkniefna ómöguleg á Íslandi

Gunnar Hrafn Jónsson
Pírati segir að ef Ísland myndi einhliða lögleiða fíkniefni byði það heim fíkniefnaferðamennsku á borð við þá sem Holland stendur frammi fyrir. Sjálfur hefur hann barist við fíkn en hluti af bataferlinu var að venda kvæði sínu í kross og hella sér af kappi í stjórnmálin. SÍÐA 10

FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Fréttablaðið í dag

SKOÐUN Ögmundur Jónasson skrifar um hættulegan heilsukokteil. 17

SPORT Fáum við íslenskan úrslitaleik í handboltanum á ÓL? 18

MENNING Grjótaþorp – Einstakt þorp þar sem tíminn hefur staldrað við. 26

LÍFIÐ Flugfélagið WOW air býður um 650 starfsmönnum á tónleika Justins Bieber. 34

PLÚS 2 SÉRBLÖÐ ● FÓLK ● RÁÐSTEFNUR, VEISLUÞJÓNUSTUR OG SALIR

*Samkvæmt prentmiðlakönnun Gallup apríl-júní 2015

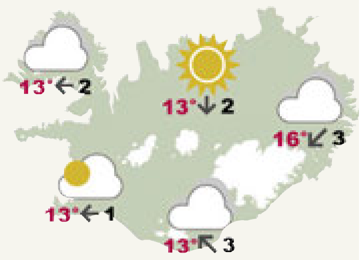
Eiginmaðurinn æfði óvart með hryðjuverkamönnum

TRÚMÁL Eiginmaður stjórnarmanns í Stofnun múslima á Íslandi tók þátt í þjálfun á vegum hryðjuverkasamtakanna Jemaah Islamiah árið 2000. Samtökin eru skilgreind sem hryðjuverkasamtök af Sameinuðu þjóðunum og eru tengsl á milli þeirra og Al Kaída. Stjórnarmaðurinn Sandra Maryam Moe segir að eiginmaður hennar, Andrew Ibrahim Wenham, hafi ekki vitað að Jemaah Islamiah væru hryðjuverkasamtök þegar hann var þar í þjálfun. Sandra segir að hún og eiginmaður hennar fordæmi bæði hryðjuverk og að tengsl eignmanns hennar ættu ekki vera nokkrum manni áhyggjuefni. Hún býr ásamt eiginmanni sínum í Tromsø í Noregi þar sem þau reka mosku.

Stofnun múslima á Íslandi er sjálfseignarstofnun sem stefnir að byggingu mosku á Íslandi með fjárstuðningi, meðal annars frá Sádi-Arabíu. Stofnunin er ótengd tveimur starfandi trúfélögum múslima á Íslandi sem hafa gagnrýnt aðkomu Stofnunar múslima að fyrirhugaðri byggingu mosku. Fréttablaðið ræddi í gær við múslima úr báðum söfnuðum sem voru sammála um að þetta væri afar óþægileg tenging. Einnig nefndu þeir að óheppilegt væri að fjórir stjórnarmenn Stofnunar múslima á Íslandi væru búsettir erlendis með litla sem enga tengingu við Ísland.
– ngy / sjá síðu 6

> Hann var í þessari þjálfun fyrir hryðjuverkin 11. september og þá voru hryðjuverk ekki svo áberandi. Við fordæmum hryðjuverk.
>
> Sandra Maryam Moe, stjórnarmaður Stofnunar múslima á Íslandi

Veður



Hæg norðaustlæg eða breytileg átt í dag og víða bjartviðri, en þokubakkar úti við norður- og austurströndina. Milt veður áfram. SJÁ SÍÐU 24

Frá Reykjavík til Akureyrar fyrir 1.900 krónur

Ómar Ragnarsson vakti athygli á ódýrum ferðamáta og fór í gær á vespu frá Reykjavík til Akureyrar fyrir undir tvö þúsund krónum í eldsneyti. Hann stefnir nú að því að klára hringinn um Ísland. Ómar fór eftirminnilega á rafhjóli um landið fyrir nákvæmlega ári. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

Fyrrverandi varaforseti farinn í útlegð

SUÐUR-SÚDAN Riek Machar, sem var í sumar rekinn úr embætti varaforseta nýjasta ríkis heims, Suður-Súdans, hefur flúið land og er farinn í útlegð. Nokkrar vikur eru frá því að hersveitir honum hliðhollar réðust á höfuðborgina og börðust við her ríkisstjórnarinnar.

Eftir orrusturnar í júlí flúði hann höfuðborgina Júba og krafðist þess að hlutlausir aðilar gættu öryggis hans. Við því var ekki orðið og nú hefur hann flúið land.

Minna en ár var liðið frá undirritun friðarsamninga á milli hersveita hans og ríkisstjórnarinnar þegar hans menn réðust á höfuðborgina. Bundu þeir samningar enda á eins og hálfs árs borgarastyrjöld í landinu.

Að minnsta kosti þrjátíu þúsund fórust í borgarastyrjöldinni en mögulega fórust enn fleiri, allt að 300 þúsund. Þá misstu nærri tvær milljónir almennra borgara heimili sín. – þea

Hefði viljað gera meira

STJÓRNMÁL Eygló Harðardóttir félags- og húsnæðismálaráðherra og Þorsteinn Sæmundsson, þingmaður Framsóknarflokksins, sátu hjá við atkvæðagreiðslu á Alþingi í gær er greidd voru atkvæði um annars vegar fjármálastefnu 2017-2021 og fjármálaáætlun sömu ára. Bæði málin voru þó samþykkt

„Þessi afstaða mín gagnvart ríkisfjármálaáætlun fjármálaráðherra hefur legið fyrir í langan tíma, þannig að það ætti ekki að koma neinum á óvart að ég sé vön að standa við það sem ég segi,“ segir Eygló.

Hún segir að ríkisstjórnin hafi starfað samkvæmt gildandi stjórnarsáttmála þar sem lögð hafi verið áhersla á að lækka skuldir heimilanna og hækka laun fólks. „Þar af leiðandi fáum við meira fjármagn inn í ríkissjóð til að geta ráðstafað í velferðarmálin. Við erum búin að setja aukna fjármuni inn í velferðarmálin en ég hefði viljað gera meira og þess vegna sat ég hjá.“ – sg

Eygló Harðardóttir sat hjá í atkvæðagreiðslunni í gær. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Eygló sagði ekki nægilega hugað að lífeyrisþegum og barnafjölskyldum í fjármálastefnu og fjármálaáætlun 2017 til 2021

Fagna áformum um að efla tölvubrotadeild

Stjórnarformaður FRÍSK er hrifinn af áformum um að efla tölvubrotadeild lögreglunnar í starfi sínu gegn niðurhali höfundarréttarvarins efnis. Málaflokkinn segir hann fá of litla athygli. Formaður nefndar sem vann að áformunum fyrir innanríkisráðuneytið segir mikið tjón af slíku niðurhali.

STJÓRNMÁL Hallgrímur Kristinsson, stjórnarformaður Félags rétthafa í sjónvarps- og kvikmyndaiðnaði (FRÍSK), segist taka áformum Ólafar Nordal innanríkisráðherra um að efla tölvubrotadeild lögreglunnar fagnandi. „Við gerum það eðlilega. Við höfum oft reynt að benda á að þessi málaflokkur fái allt of litla athygli hjá hinu opinbera og þarna virðist ráðherra sem betur fer vera sammála okkur,“ segir Hallgrímur.

Innanríkisráðherra skipaði nefnd sem vann tillögur til að gera úttekt á umfangi ólöglegs niðurhals síðasta vetur og lagði hún fram tillögur til að vinna gegn því á dögunum. Brynjar Níelsson, þingmaður og formaður nefndarinnar, segir tillögurnar snúast um að veita fjármagn til tölvubrotadeildar. Ekki til almenns eftirlits heldur til að taka á stórum málum sem kæmu inn og bregðast við þeim.

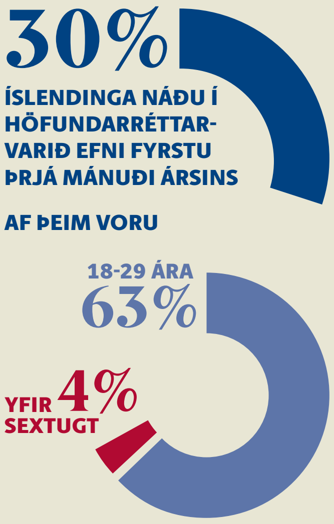
„Svo eru önnur atriði sem koma lögreglumálum ekki við heldur eru einhverjar aðferðir til að draga úr þessu,“ segir Brynjar. Eitt þeirra áforma er að skylda fjarskiptafyrirtæki til þess að upplýsa notendur skráarskiptasíðna um hugsanleg lögbrot með viðvörunarglugga (e. pop-up).

Ekki verður stofnað sérstakt embætti fyrir málaflokkinn og þá ná áformin ekki til annarra netglæpa á borð við hatursáróður.

Hallgrímur segir FRÍSK ekki hafa komið að starfi nefndarinnar með beinum hætti en veitt henni upplýsingar. Lét FRÍSK nefndina fá skýrslu sem gerð var fyrir félagið fyrr í ár. Í skýrslunni segir að tap höfundarréttarhafa vegna niðurhals á höfundarréttarvörðu efni nemi um milljarði króna ár hvert. Sú tala tekur þó einungis til sjónvarpsefnis og kvikmynda. Hallgrímur vill hins vegar vara við þeim misskilningi að talan ætti að vera lægri þar sem ekki allir myndu annars kaupa efnið. „Þarna er einungis búið að taka saman þá prósentu sem annars hefði keypt efnið,“ segir hann og bætir því við að ella væri talan miklu hærri. Þá er tap vegna samkeppni við þjónustur á borð við Netflix, um 650 milljónir á ári, heldur ekki innifalið í tölunni.

„Það var mat manna að þetta væri umtalsvert tjón fyrir marga. Það var spurning hvernig ætti að bregðast við því og það var farið í ýmis atriði sem kæmu til álita. Eitt af þeim var að lögregla gæti brugðist við þessum stærstu málum,“ segir Brynjar. Hann segir umrætt niðurhal skapa gríðarlegt tjón. Þegar álíka mál komi upp um brot á höfundarrétti hönnuða sé gripið til aðgerða. Þó segir Brynjar ekki mega ganga of mikið á friðhelgi einkalífs fólks. thorgnyr@frettabladid.is

Þriðjungur hefur náð í ólöglegt efni



Heimild: Rannsókn Jónasar Orra Jónassonar og Helga Gunnlaugssonar á netbrotum. Gerð í apríl 2016.

Við höfum oft reynt að benda á að þessi málaflokkur fái allt of litla athygli hjá hinu opinbera.

Hallgrímur Kristinsson, stjórnarformaður FRÍSK

Það var mat manna að þetta væri umtalsvert tjón fyrir marga.

Brynjar Níelsson þingmaður

ÚTSALA

LANDMANN gasgrill 3ja brennara

Skoðið útsöluna á www.grillbudin.is

FULLT VERÐ 49.900
39.900

- Afl 10,5 KW
- 3 brennarar úr ryðfríu stáli
- Postulínsemalerað eldhólf
- Postulínsemaleraðar grillgrindur
- Niðurfellanleg hliðarborð
- Kveiking í öllum tökkum
- Hitamælir í loki
- Postulínsemalerud efri grind
- Auðveld þrif - Bakki fyrir fitu undir öllu grillinu

LANDMANN 50 ÁRA Nr. 12220

Grillbúðin

Smiðjuvegi 2, Kópavogi - (við hliðina á Bónus) - Sími 554 0400

OPNUNARTILBOÐ
Í TILEFNI AF OPNUN NÝRRAR OG GLÆSILEGRAR VERSLUNAR Í KJARNANUM Á SELFOSSI BJÓÐUM VIÐ UPP Á FRÁBÆR OPNUNARTILBOÐ Í ÖLLUM VERSLUNUM OKKAR!
KOMDU OG GERÐU GÓÐ KAUP!
mascot
Koddi
50 x 70 sm.
1.295
50%
SÆNG FULLT VERÐ: 3.995
1.995
KUNNA SÆNG
Sæng á frábæru verði! Sæng með polyestertrefjafyllingu. Þyngd: 900 gr. Koddinn er fylltur með 750 gr. polyester-trefjafyllingu. Stærð: 135 x 200 sm. Má þvo við 40°C.
Vnr. 4116350, 4317504
KRONBORG OF DENMARK GOLD
ALLT AÐ 48%
LÚXUS HANDKLÆÐI
NÚ VERÐ FRÁ:
695
KUNGSBACKA HANDKLÆÐI
Einstaklega þykk og mjúk lúxus handklæði í fallegum litum. Efni: 100% bómull. Stærðir: 50 x 100 sm. 1.295 nú 695 65 x 130 sm. 2.495 nú 1.295
Vnr. 2123901
46%
FULLT VERÐ: 12.950
6.950
DALMOSE SKRIFBORÐSSTÓLL
Skrifborðsstóll á krómfæti með lágu baki. Þverband er í bakinu sem gefur stuðning. Hægt að rugga. Litur: Svartur. Vnr. 3620061
40%
FULLT VERÐ: 99.950
59.950
GEDSER TUNGUSÓFI
Flottur, dökkgrár tungusófi úr slitsterku tauefni. Stærð: B211 x H85 x D141/85 sm.
Vnr. 3690086
30%
PIANO GÓLFLAMPAR
Stórir og flottir gólflampar, fást í 4 gerðum. Hæð: 174 sm.
Vnr. 308-14-1003, 308-14-1004 308-15-100, 308-15-1007
NÚ VERÐ FRÁ:
8.995
ÖLL LEIKFÖNG 30%
ALLAR KLUKKUR 40%
30%
LAUE OG ALVIN PLASTKÖRFUR
Fást í nokkrum litum og stærðum. Vnr. 3937902 10200800, 3965001, 3965002, 3937901,
NÚ VERÐ FRÁ:
62
36%
RÚM + DÝNA
FULLT VERÐ: 139.950
89.950
KAZO RÚM + GOLD F85 DÝNA
Stílhrein rúmgrind með ljósgráu tauáklæði og góðri GOLD F85 MEMORY FOAM dýnu. Stærð: 160 x 200 sm.
Vnr. 8880000915-A
ÖLL STÍGVÉL 25%
NÚ VERÐ FRÁ:
2.995
ULAN OG AUDRA STÍGVÉL
Barnastígvél fáanleg í bleikum og bláum lit. Stærð: 21-35. AUDRA svört gúmmí-stígvél í fullorðinsstærðum: 38-46. Vnr. RL-207RED21, RL-207BLK21, RL-617 35
40%
FULLT VERÐ: 16.950
9.995
LONE SPEGILL MEÐ SKARTGRIPASKÁP
Hæð: 145 sm. Vnr. 43907001
RÚMFATA LAGERINN
HERBERGIÐ • BAÐIÐ • HEIMILIÐ
GILDIR 19.08 - 21.08
50%
FULLT VERÐ: 399
199
SÆLGÆTI
Vnr. 411096, 411097, 411098, 411099

Getur tekið allt að sjö mánuði að flytja hund til landsins

DÝRAHALD Í hverjum mánuði dvelja allt frá sjö til tuttugu hundar í Einangrunarstöðinni í Reykjanesbæ. Lögum samkvæmt þurfa öll dýr sem koma til landsins að dvelja í einangrun í fjórar vikur.

Einangrunarstöðin tók við þjónustunni eftir að einangrun dýra var hætt í Hrísey árið 2015, eftir fjörutíu ára hefð. Jón Magnússon er eigandi stöðvarinnar og segir að í kjölfar verkfalls dýralækna hjá Matís fyrir rúmlega ári hafi myndast biðlisti fyrir hunda á stöðinni.

„Það er bið en það er að lagast. Fyrir verkfallið var aldrei bið," segir hann. Samkvæmt heimildum Fréttablaðsins var hundaeiganda tjáð á dögunum að biðin væri fimm mánuðir. Jón þverneitar því.

„Aftur á móti tekur bólusetningarferlið tvo til þrjá mánuði áður en hægt er að flytja hundinn til landsins. Svo er tveggja til þriggja mánaða bið eftir að komast að, það fer eftir stærð hunda."

Jón segist ekki verða var við mikla aukningu á flutningum dýra til landsins en fyrst og fremst eru það Íslendingar sem eru að flytja heim frá útlöndum, hundaræktendur og ferðamenn sem ætla að dvelja á landinu til lengri tíma, sem flytja dýrin sín til landsins.

Jón segir að alls staðar í Evrópu sé verið að herða flutning á dýrum milli landa en sérstaklega erfitt þykir að flytja dýr til Íslands. „Þetta snýst um að við erum að varna því að fá sníkjudýr sem eru í Evrópu til landsins og pestir sem geta smitast með hundum." – **ebg**

Öll dýr sem koma til landsins þurfa að dvelja í fjórar vikur í einangrun.

Þetta snýst um að við erum að varna því að fá sníkjudýr sem eru í Evrópu til landsins.

Jón Magnússon, eigandi Einangrunarstöðvarinnar

34.000

krónur tæpar kostar innflutningsleyfið frá MAST, auk kostnaðar vegna undirbúnings innflutnings, bólusetningar og sýnatöku.

Lagt er til að engin krafa verði um prófmál í Hæstarétti. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

Vilja bara prófmál í Landsrétti

LÖGMÁL Stjórn Lögmannafélagsins leggur til breytingu á lögmannalögum sem gerir lögmönnum sem stunda málflutning auðveldara fyrir að afla sér réttinda til málflutnings á æðri dómstigum frá því sem verið hefur. Lagt er til að engin krafa verði um prófmál í Hæstarétti.

Stjórnin telur breytingarnar nauðsynlegar vegna stofnunar Landsréttar. Lagt er til að kröfur um prófmál verði aðeins gerðar í Landsrétti. Þar geti öll mál talist prófmál. Til að vega á móti þessari tilslökun verður gerð krafa um aukna reynslu af málflutningi bæði um tímalengd og fjölda mála. Fækkað verði málum sem lögmenn þurfa að hafa flutt í héraði áður en þeir geti tekið prófmál fyrir Landsrétti.

Tillögurnar fela í sér ákveðna tilslökun handa þeim sem þegar hafa flutt prófmál fyrir Hæstarétti en sem auðnast ekki að ljúka flutningi þeirra allra áður en Landsréttur tekur til starfa í byrjun árs 2018. Þeir sem hafa réttindi til málflutnings í Hæstarétti á þeim degi halda sínum réttindum. – **sg**

Vissi ekki að hann var í þjálfun hjá hryðjuverkasamtökum

Eiginmaður stjórnarmanns Stofnunar múslima á Íslandi, Söndru Maryam Moe, tók þátt í þjálfun á vegum Jamaah Islamijah árið 2000. Hún segir hann ekki hafa vitað að samtökin væru hryðjuverkasamtök. Blaðamaður ræddi við múslima á Íslandi sem segja tengslin óþægileg. Sandra segir hjónin fordæma hryðjuverk.

SAMFÉLAG „Hann fór í þjálfun með þessum hópi í nokkrar vikur en vissi ekki að þetta væru hryðjuverkasamtök," segir Sandra Maryam Moe, stjórnarmaður Stofnunar múslima á Íslandi. Hún á við eiginmann sinn, Andrew Ibrahim Wenham, en hann tók þátt í þjálfun á vegum hryðjuverkasamtakanna Jamaah Islamijah (JI) á Filippseyjum árið 2000. JI tengist hryðjuverkasamtökunum Al Kaída.

Fjallað var um tengsl Wenhams við samtökin í áströlskum og norskum miðlum á sínum tíma eftir að Wenham flutti til Noregs ásamt Söndru. Þau reka mosku saman í bænum Tromsø. Í samtali við miðlana sagðist Wenham, sem er ástralskur ríkisborgari, sjá eftir því að hafa komið sér í slíkan félagsskap. Hann hafi aldrei ætlað sér að verða partur af hryðjuverkasamtökum. Þvert á móti. Hann hafi ekki vitað að þetta væru hryðjuverkasamtök fyrr en eftir að hann var hættur í þjálfuninni og kominn aftur til Ástralíu.

Bæði trúfélög múslima á Íslandi, Félag múslima á Íslandi og Menningarsetur múslima, eru andsnúin starfsemi Stofnunar múslima á Íslandi sem er sjálfseignarstofnun. Fréttablaðið ræddi við nokkra múslima á Íslandi í röðum trúfélaganna tveggja sem allir könnuðust við mál Wenhams. Þeir sögðu það óþægilega staðreynd að stjórnarmaður stofnunar sem kenni sig við múslima hér á landi hafi haft tengsl við hryðjuverkasamtök. Deilur trúfélaganna tveggja við Stofnunina hafa staðið yfir lengi og snúast meðal annars um fjármagn frá Sádi-Arabíu til byggingar mosku á Íslandi sem Stofnun múslima fékk. Þeir múslimar sem Fréttablaðið ræddi við segja það afar óheppilegt að sjálfseignarstofnun sem stýrt er frá Svíþjóð sé með afskipti af málefnum múslima á Íslandi. Fjórir stjórnarmeðlimir stofnunarinnar eru búsettir erlendis og hafa lítil sem engin tengsl við landið.

„Þetta eru deilur við hin félögin á Íslandi sem hafa staðið lengi. Þarna eru einstaklingar sem virðast vilja koma slæmu orði á stofnunina. Það þarf enginn að óttast þessi tengsl enda er eiginmaður minn góður maður og hefur unnið gott starf hér í Tromsø í þágu múslima. Við störfum í nánu samstarfi við aðra mosku hérna og við kirkjuna," segir Sandra og ítrekar að maður hennar hafi ekki áttað sig á því að hann væri partur af hryðjuverkasamtökum.

„Samkvæmt íslam er stranglega bannað að ráðast á saklaust fólk og það er brot á íslömskum lögum. Hann var í þessari þjálfun fyrir hryðjuverkin 11. september og þá voru hryðjuverk ekki svo áberandi. Við fordæmum hryðjuverk og þetta er ekki neitt til að hafa áhyggjur af," segir Sandra. Ekki náðist í Wenham við vinnslu fréttarinnar en hann er á ferðalagi. **nadine@frettabladid.is**

Deilur hafa lengi staðið yfir milli Stofnunar múslima á Íslandi sem á Ýmishúsið og annarra trúfélaga múslima á Íslandi. FRÉTTABLAÐIÐ/HARALDUR

Hann var í þessari þjálfun fyrir hryðjuverkin 11. september og þá voru hryðjuverk ekki svo áberandi. Við fordæmum hryðjuverk og þetta er ekki neitt til að hafa áhyggjur af.

Sandra Maryam Moe, stjórnarmaður Stofnunar múslima á Íslandi

Verðdæmi: SsangYong **Tivoli** ~~Verð frá: 3.790.00 kr.~~ **Verð frá: 3.490.000 kr.**

Verðdæmi: Opel **Astra** ~~Verð frá: 3.190.00 kr.~~ **Verð frá: 2.990.000 kr.**

ÞITT TÆKIFÆRI TIL AÐ EIGNAST DRAUMABÍLINN ...Á LÆGRA VERÐI!

Bílabúð Benna

Sjá fleiri verðdæmi á benni.is

Reykjavík
Tangarhöfða 8
590 2000

Opið virka daga frá 9 til 18
Laugardaga frá 12 til 16
Verið velkomin í reynsluakstur

PORSCHE | OPEL | CHEVROLET | SSANGYONG

Bílabúð Benna áskilur sér rétt til breytinga á verði og búnaði án fyrirvara

Hjálpargögn komast ekki til Aleppo

Fulltrúi Sameinuðu þjóðanna segir tilgangslaust að skipuleggja hjálparstarf í Sýrlandi. Stríðandi fylkingar verði að taka sig á og sýna svolitla mannúð.

Myndin af Omran Daqneesh í sjúkrabifreið í Aleppo fór víða í gær. Hann bjargaðist úr loftárás sem kostaði að minnsta kosti átta manns lífið. NORDICPHOTOS/AFP

SÝRLAND „Ekki ein einasta bílalest hefur komist til umsáturssvæðanna í heilan mánuð,“ sagði Staffan de Mistura, fulltrúi Sameinuðu þjóðanna gagnvart Sýrlandi, þegar hann sleit fundi sínum með hjálparstarfshópi, sem hefur það verkefni að útvega íbúum Sýrlands aðstoð.

Hann sagði engan tilgang vera í því að skipuleggja hjálparstarf þegar engin leið er að komast á staðinn. Hjálparstarfsfólkinu sé ekki hleypt inn á átakasvæðin.

Hann krafðist þess að tveggja sólarhringa vopnahlé verði gert í Aleppo til þess að hægt verði að koma þangað hjálpargögnum. Stríðandi aðilar verði að sýna svolitla mannúð.

„Það sem við heyrum og sjáum er ekkert annað en átök, árásir, gagnárásir, flugskeyti, tunnusprengjur, sprengjuvörpur, vítisfallbyssur, napalm, klór, leyniskyttur, loftárásir, sjálfsvígsárásarmenn,“ sagði de Mastura.

Ekkert muni breytast nema allir sem hafa einhver áhrif á átökin taki sig á. Ekki dugi að Rússar og Bandaríkjamenn sýni einhverja viðleitni.

Sýrlenskir hjálparstarfsmenn birtu í gær mynd af fimm ára gömlum dreng sem bjargað var úr rústum heimilis síns í Aleppo eftir að loftárás hafði verið gerð þar.

Myndin vakti sterk viðbrögð.

Drengurinn, þrjú systkini hans og báðir foreldrar lifðu af árásina, sem kostaði að minnsta kosti átta manns lífið, þar á meðal fimm börn.

> **Það sem við heyrum og sjáum er ekkert annað en átök, árásir, leyniskyttur og loftárásir.**
>
> Staffan de Mastura, fulltrúi Sameinuðu þjóðanna gagnvart Sýrlandi

Stjórnarher Bashars al Assad Sýrlandsforseta hefur gert harðar loftárásir á Aleppo undanfarna sólarhringa. Hann nýtur stuðnings rússneska hersins, sem rétt eins og stjórnarherinn segist beina árásum sínum gegn hryðjuverkamönnum.

Mannréttindasamtök fullyrða hins vegar að loftárásirnar hafi kostað hundruð almennra borgara lífið nú á fáum sólarhringum.

gudsteinn@frettabladid.is

ÁRSFUNDUR HÁSKÓLA ÍSLANDS

Öflugur háskóli – farsælt samfélag

Ársfundur Háskóla Íslands verður haldinn í Hátíðasal í Aðalbyggingu Háskólans, Sæmundargötu 2, fimmtudaginn 25. ágúst 2016 kl. 14.00-15.15.

Dagskrá

Kl. 14.00 Illugi Gunnarsson mennta- og menningarmálaráðherra – *Ávarp*
Kl. 14.10 Jón Atli Benediktsson rektor – *Staða og framtíð Háskóla Íslands*
Kl. 14.30 Steinunn Gestsdóttir, aðstoðarrektor kennslu og þróunar – *HÍ 21, ný stefna Háskóla Íslands 2016-2021*
Kl. 14.45 Guðmundur R. Jónsson framkvæmdastjóri og Jenný Bára Jensdóttir fjármálastjóri – *Fjárhagur Háskóla Íslands*
Kl. 15.00 Jón Örn Guðbjartsson, sviðsstjóri markaðs- og samskiptasviðs – *„Fjársjóður framtíðar“ – brot úr nýrri sjónvarpsþáttaröð um vísindin í Háskóla Íslands*

Fundarstjóri: Ebba Þóra Hvannberg prófessor

Að loknum ársfundi verður boðið upp á kaffiveitingar.
Fundurinn er öllum opinn meðan húsrúm leyfir.

Háskóli Íslands er í fararbroddi íslenskra háskóla og virkur þátttakandi í alþjóðlegu vísinda- og fræðasamfélagi. Skólinn hefur verið meðal 300 bestu háskóla í heiminum frá árinu 2011 skv. matslista Times Higher Education World University Rankings og er nú í 222. sæti.

PIPAR\TBWA · SÍA

HÁSKÓLI ÍSLANDS

Stefán var hæstánægður með bíltúrinn í gegnum göngin. Hér er hann með Kristjáni Möller þingmanni. MYND/GUÐMUNDUR R. GÍSLASON

100 ára gamall ók í gegn um Norðfjarðargöngin

SAMFÉLAG Stefán Þorleifsson hefur lengi verið mikill áhugamaður um að bæta samgöngur á Austfjörðum. Á þorrablóti fyrir tæpum sjö árum gaf Kristján Möller, alþingismaður og þáverandi samgönguráðherra, honum loforð.

„Stefán var alltaf að ræða við mig um nauðsyn Norðfjarðarganganna. Á Hvammablótinu sögufræga spurði hann mig hvort ég gæti lofað honum að við gætum keyrt saman í gegn um göngin daginn sem hann yrði hundrað ára. Ég játaði því,“ segir Kristján.

Og hann efndi loforðið. Í gær keyrðu þeir félagarnir saman í gegn um göngin jafnvel þótt þau verði ekki tilbúin fyrr en eftir ár. Verktakinn gaf leyfi og þeir fengu góða fylgd í gegnum göngin. Afmælisbarnið hafði annars lítinn tíma til að ræða við blaðamann enda upptekinn við að spila golf. „Hér er ég í glampandi sól. Búinn að fara í sund, búinn að skoða þetta merkilega samgöngumannvirki og nú er ég að fara að slá í viðurvist barnabarna sem komu alla leið frá Suður-Ameríku,“ segir Stefán.

Hann segir göngin hafa geysilega þýðingu fyrir Austurland. „Nú fyrst er búið að sameina sveitarfélögin þannig að hægt sé í raun að kalla þau eitt sveitarfélag,“ segir Stefán og réttir svo Kristjáni símann enda upptekinn við golfið.

„Hann tók þetta fína högg núna,“ segir Kristján að lokum. **– ebg**

Uber býður upp á sjálfkeyrandi leigubíla í Bandaríkjunum

VIÐSKIPTI Leigubílaþjónustan Uber tilkynnti í gær að notendum yrði boðið upp á að leigja sjálfkeyrandi bíla innan tveggja vikna. Fyrst verður boðið upp á þjónustuna í borginni Pittsburgh í Pennsylvaníufylki Bandaríkjanna.

Bílarnir sem notaðir verða við aksturinn eru frá sænska bílaframleiðandanum Volvo. Þó mun bílstjóri sitja við stýrið, að minnsta kosti til að byrja með, til að grípa inn í ef eitthvað misferst. Hugbúnaðurinn er smíði Uber þó að bifreiðarnar sjálfar komi frá Svíþjóð.

Tvö ár eru frá því að Uber tilkynnti um áform sín að skipta alfarið út mennskum bílstjórum fyrir sjálfkeyrandi hugbúnað. Rúmlega milljón manns hafa boðið bílinn sinn til leigu á Uber en teljast þeir þó ekki starfsmenn fyrirtækisins. **– þea**

Austurstræti 18
Skólavörðustíg 11
Laugavegi 77
Hallarmúla 4

Álfabakka 16, Mjódd
Kringlunni norður
Kringlunni suður
Smáralind

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

Ísafirði - Hafnarstræti 2
Vestmannaeyjum - Bárustíg 2
Húsavík - Garðarsbraut 9

Penninn Eymundsson

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

Vöruúrval mismunandi eftir verslunum. Upplýsingar eru birtar með fyrirvara um villur og myndabrengl.

Óttast sundklæðnað múslimakvenna

Forsætisráðherra Frakklands fagnar búrkinibanni nokkurra bæjarstjóra landsins. Hann segir fatnaðinn brjóta gegn gildismati Frakka.

FRAKKLAND Manuel Valls, forsætisráðherra Frakklands, segir að búrkinísundklæðnaður múslimskra kvenna brjóti gegn gildismati Frakka.

Í vikunni tilkynntu bæjarstjórnir þriggja bæja í Frakklandi að bannað verði að vera í svonefndu búrkiní á baðströndum þeirra. Fyrir höfðu þrír aðrir bæir í Frakklandi bannað búrkiní.

Orð forsætisráðherrans hafa víða vakið hörð viðbrögð. Andrew Stroehlein hjá Human Rights Watch skrifar á Twitter-síðu sína: „Forsætisráðherra Frakklands segir búrkiní ekki samræmast frönsku gildismati. En bann við fatnaði samræmist því?“

Hann spyr einnig hvort næst eigi að banna hatta á veitingastöðum.

Búrkiní-bannið í Frakklandi kemur í kjölfar blóðugra hryðjuverka sem framin hafa verið í nafni íslamskrar öfgatrúar, þótt ekki sé sjáanlegt að árásarmennirnir hafi verið sérlega trúaðir sjálfir.

Manuel Valls segist reyndar ekki vilja leiða búrkiní-bann í landslög. Hins vegar fagni hann því að bæjarstjórar taki upp slíkt bann.

Egypska blakkonan Doaa Elghobashy fagnar í strandblaksleik Egyptalands og Þýskalands, með hidjab um höfuðið, en hin þýska Laura Ludwig horfir á. NORDICPHOTOS/AFP

Ákvarðanir bæjarstjóranna hafa orðið til þess að auka spennu sums staðar á ströndum Frakklands. Á eyjunni Korsíku kom á sunnudag til átaka milli heimamanna og nokkurra kvenna sem klæddu sig í búrkiní.

Í Frakklandi hefur hins vegar verið í gildi síðan árið 2010 bann við því að konur gangi í klæðnaði sem hylur andlit þeirra, þar á meðal búrkum og níkab. Þetta bann er rökstutt með því að ekki sé hægt að bera kennsl á fólk sem hylur andlit sitt. Enda nær bannið einnig til hjálma, gríma og annars höfuðbúnaðar sem hylur andlit fólks.

Búrkiní-bannið styðst ekki við þessi rök, enda er andlit kvenna ekki hulið þótt þær klæðist búrkiní þegar þær bregða sér í sund.

„Búrkiní er ekki ný tegund af sundfatnaði, tíska,“ sagði Valls forsætisráðherra. „Með þessu er verið að tjá pólitísk áform, andfélag, sem greinilega er byggt á þrældómi kvenna.“

gudsteinn@frettabladid.is

Höfuðbúnaður kvenna í islam

Hídjab er arabíska orðið fyrir höfuðslæðu eða höfuðsjal af ýmsu tagi. Þetta er almenna orðið en hér getur að líta nokkrar helstu útfærslurnar.

Sjaíla

Einfaldar ferningslaga höfuðslæður af ýmsu tagi eru algengar meðal múslimakvenna. Þær hylja ekki andlit og ekki alltaf hálsinn heldur, en afar misjafnt er hvernig þeim er vafið um höfuð og háls.

Kímar

Höfuðkufl sem oft nær niður undir mitti, hylur ekki andlit. Sams konar kufl sem er mun síðari, nær alveg niður til fóta, nefnist tsjador. Undir þessum kuflum bera konurnar oft eins konar skuplu eða undirklút.

Níkab

Andlitsblæja sem notuð er með höfuðsjali, hylur ekki augun. Þessi höfuðbúnaður er algengur víða á Arabíuskaga og í Pakistan.

Búrkur

Alkuflar sem hylja allan líkamann en fyrir augunum er oft möskvótt dula sem gerir konunum kleift að sjá út. Búrkur tíðkast sums staðar í löndum múslima, einkum í Afganistan.

Al amira

Hólklaga höfuðklútur sem smeygt er yfir höfuðið, misvíður en nær niður að öxlum og hylur bæði hár og háls. Með honum er yfirleitt notuð eins konar skupla sem fellur þétt að höfðinu.

Rakavarnarplast og þéttiefni á frábæru verði

Raka- og vatnsþéttiefnin frá Múrbúðinni eru vottuð hágæða vara á sérlega hagstæðu verði.

Rakaþolplast 0,2 mm
Stærð 4x25metrar= 100m²
kr. 11.990

HEY'DI ABDICHTUNGSTECHNIK

Bostik Folien rakavarnarlím 315g
kr. 1.195

Bostik/Heydi K11 þéttimúr kr. 4.290

Kletthálsi Reykjavík
Reykjanesbæ

Meiri gæði Lægra verð MÚRBÚÐIN

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

Blæjubann umdeilt í Þýskalandi

Búrkur og andlitsblæjur múslimakvenna hafa verið bannaðar víðar en í Frakklandi, þar á meðal í Belgíu og raunar einnig í Tyrklandi þar sem óheimilt hefur verið áratugum saman að ganga með slíkan höfuðbúnað í opinberum stofnunum.

Í Þýskalandi hafa nú verið uppi kröfur um að banna búrkur þótt ekki hafi verið samstaða um það innan þýsku stjórnarinnar.

Hvorki Angela Merkel kanslari né Thomas de Maizière innanríkisráðherra styðja bann.

„Það er ekki hægt að banna allt sem menn eru ósáttir við,“ sagði de Maizière innanríkisráðherra um þessar kröfur.

Peter Tauber, framkvæmdastjóri CDU-flokksins, sendi nú í vikunni frá sér yfirlýsingu þar sem hann sagði flokk þeirra Merkel og de Maizière sammála um að notkun múslimakvenna á andlitsblæjum torveldi aðlögun innflytjenda að þjóðfélaginu.

Merkel tók undir þetta: „Að mínu mati á kona í Þýskalandi, sem hylur allan líkamann, varla neinn möguleika á að aðlagast,“ sagði hún í viðtali í gær.

> Það er ekki hægt að banna allt sem menn eru ósáttir við.
>
> Thomas de Maizière, innanríkisráðherra Þýskalands

VERIÐ VELKOMIN Í REYNSLUAKSTUR Á NÝJUM BMW X1

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

B|L

FÖSTUDAGSVIÐTAL

Reiðir ungir karlmenn alltaf verið vandamál

Gunnar Hrafn Jónsson, fyrrverandi fréttamaður, skipar nú annað sætið á lista Pírata í Reykjavíkurkjördæmi suður fyrir komandi alþingiskosningar. Hann er gríðarlega fróður um utanríkismál eftir árin á RÚV og hefur meðal annars átt í beinum samskiptum við liðsmenn hryðjuverkasamtakanna ISIS.

Snærós Sindradóttir
snaeros@frettabladid.is

Þótt þetta sé fyrirlitin starfsstétt og allt það þá held ég að Pírataflokkurinn sé einmitt svolítill andstjórnmálaflokkur sem er kominn til að breyta því hvernig þetta virkar," segir Gunnar Hrafn Jónsson um það hvernig honum venst starfsheitið stjórnmálamaður. Hann var fréttamaður á RÚV í átta ár en sagði starfi sínu lausu fyrir nokkrum vikum til að taka þátt í prófkjöri Pírata. Allar skoðanakannanir benda til þess að hann verði þingmaður í haust.

„Ég hef alla tíð haldið að ég yrði áfram í fjölmiðlum. Ég myndi bara deyja frá starfinu eins og margir fréttahaukar hafa gert í gegnum tíðina. Mér finnst þetta óraunverulegt en mjög gaman og skemmtileg tilfinning."

Gunnar er samt enginn nýgræðingur í heimi stjórnmálanna en faðir hans, Jón Ormur Halldórsson, var aðstoðarmaður Gunnars Thoroddsen, fyrrverandi forsætisráðherra. Móðir hans er Jónína Leósdóttir sem er eiginkona Jóhönnu Sigurðardóttur, en hún var forsætisráðherra á meðan Gunnar starfaði á fréttastofu RÚV.

„Það var pínu flókið. Maður verður einhvers staðar að draga mörk. Það komu upp neyðartilvik þar sem við héldum kannski að ríkisstjórnin væri að springa tíu mínútur í fréttir og þá viðurkenni ég að maður misnotaði af og til stöðu sína og hringdi til að athuga hvort eitthvað hræðilegt væri að gerast eða ekki. En maður reyndi eftir allra fremsta mætti að bóka ekki viðtöl í fjölskylduboðum."

Þó var passað upp á að Gunnar fjallaði ekki um málefni Jóhönnu. „Þó að ég reyndi að nálgast einhverjar upplýsingar, þá var það alltaf mjög beisik hlutir og engin skúbb eða slíkt."

Valdið til þingsins

Náin tengsl Gunnars við stjórnmálin síðustu ár gerðu hann engu að síður fráhverfan þessum hefðbundnu stjórnmálaflokkum. „Í núverandi kerfi fær einhver á fjögurra ára fresti umboð til að mynda ríkisstjórn – oftast með formanni annars flokks. Þeir ákveða hverjir verða ráðherrar og þeir ráðherrar framleiða svo frumvörp á færibandi út úr ráðuneytunum. Þetta er allt mjög ógagnsætt og mjög ó-píratalegt. Frumvörpin koma ekki frá þinginu sjálfu heldur er þingið notað til að stimpla lögin eftir á. Mér finnst það vega að þingræðinu að styrkja framkvæmdarvaldið svona mikið."

Píratar hafa sett fram nokkuð skýra sýn á hvernig þeir vilja haga stjórnkerfinu. Ráðherrar eigi ekki að sitja á þingi og eitt aðaláhersluefnið verði að klára stjórnarskrárfrumvarpið. „Ég held að það sé ljóst að við stefnum ekki á völd valdanna vegna. Við erum með ákveðin stefnumál í huga og það þyrfti að tryggja að þau mál fengju framgang. Auðvitað er alltaf nauðsynlegt að gera einhverjar málamiðlanir en við ætlum ekki að slá af málunum fyrir kosningar að minnsta kosti."

Biðlistar á geðdeild

Gunnar segir að áherslumál Pírata fyrir næstu kosningar verði meðal annars að snúa við niðurskurði í heilbrigðiskerfinu. „Það er alltaf deilt um hvort öryggi sjúklinga sé stefnt í hættu. Ég held að það sé engin spurning að öryggi sjúklinga er stefnt í hættu. Það segir mér enginn að þegar fólk er látið bíða vikum saman eftir greiningu á krabbameini eða sjúkdómi deyi ekki einhverjir af þeim völdum. Ég bloggaði sjálfur um geðheilbrigðiskerfið um daginn þar sem það er mjög takmarkaður opnunartími á bráðamóttöku geðsviðs og fólki er snúið frá og látið bíða á slysamóttöku, jafnvel í geðrofi. Það getur verið stórhættulegt, lífshættulegt. Fólk hefur örugglega liðið lífs- og sálarkvalir ef ekki bara látið ➡

SIMPLY CLEVER

ŠKODA

ŠKODA Superb. Stærri, rúmbetri og þægilegri.

Superb er stærri og rúmbetri en áður og útbúinn þægindamöguleikum sem gera aksturinn draumi líkastan fyrir alla, jafnt ökumann sem farþega. ŠKODA Superb er tilkomumeiri og hlaðinn meiri tilfinningu en nokkru sinni fyrr. Komdu í reynsluakstur og gefðu gleðinni lausan tauminn.

Verð frá aðeins
4.590.000 kr.

Eigum nokkra bíla til afhendingar strax!

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

www.skoda.is

Gunnar Hrafn Jónsson sneri við blaðinu eftir að hafa náð tökum á þunglyndi og fíkn og ákvað að reyna að komast á þing. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

lífið af þessum völdum.“

Gunnar segist skeptískur á einkavæðingaráform í heilbrigðiskerfinu en ekki sé alveg einhugur um það innan Pírata. „Það er hætta á því að þegar þetta er komið í bland við aðra þjónustu þá verði í boði fimm stjörnu meðferð fyrir þá sem eiga pening og lakari heilsa og lakari lífslíkur fyrir þá sem eiga minni pening. Það er ekki samfélag sem við Íslendingar viljum búa við.“

Neytti fíkniefna

Sjálfur hefur Gunnar reynslu af geðheilbrigðiskerfinu, sem hann segir merkilega góða. „Ég hef verið heppinn og meðferðin sem ég hef fengið hefur heppnast. En það eru margir sem hafa gengið á milli lækna lengi og eru erfið tilfelli. Þeir fá jafnvel hvergi inni því þeir eru einhvers staðar á mörkum þess að vera fíklar eða sjúklingar. Ég hef átt vini sem hafa átt við geðrænan vanda að stríða og leiðst út í fíkniefnaneyslu og þá er þessi tvíþætti vandi orðinn mjög erfiður. Vogur er ekki í stakk búinn til að taka á móti fólki í geðrofi.

Þegar ég var unglingur var ég töluvert í fíkniefnum áður en ég flutti til útlanda og skipti um félagsskap. Ég var í öllu mögulegu. Djammaði og gerði það sem fólk í kringum mig var að gera en ég festist mest í kannabisinu. Ég gat alveg hætt að djamma og fara niður í bæ en þá var maður enn með reykingarnar, að leigja spólu og vera framtakslaus. Ég held að kannabis sé ekki hættulegt flestu fólki en ég er þunglyndur að eðlisfari og það passaði ekki við minn persónuleika og dró mig frekar niður.“

Sneri við blaðinu í meðferð

Gunnar fór í meðferð á síðasta ári og er nú laus við öll vímuefni. „Ég held að minn veikleiki fyrir vímuefnum almennt stafi af þunglyndi. Það er oft erfitt að segja hvar byrjunin er og hvar endirinn en í mínu tilfelli var ég þunglynt barn. Með góðri hjálp og góðum læknum hefur mér tekist að vinna ótrúlega vel úr því.“

Gunnar fór í hugræna atferlismeðferð sem hefur hjálpað mikið. „Það var í kjölfarið á því sem mér fannst ég standa á krossgötum í lífinu og vilja láta til mín taka á einhverjum öðrum sviðum. Það voru svona kaflaskipti.

Að vita af þeirri hækju sem áfengi er, er bara ekki gott fyrir mig. Mér er hún of hugleikin. Það hvernig maður hugsar getur oft verið sjúkdómseinkenni og hjálpar manni að greina fyrirfram hvað geta verið vandamál morgundagsins. Ég drekk ekki í dag svo að ég þurfi ekki að pæla í því á morgun. Það er betra að þurfa ekki að taka afstöðu til þess og segja bara, ég geri þetta ekki.“

Afglæpavæðing nauðsynleg

Píratar hafa rækilega komið umræðunni um afglæpavæðingu fíkniefna á kortið. „Við lítum á fíkniefnafíkn í raun sem heilbrigðisvandamál og ekki lögreglumál eða dómsmál. Við viljum nýta þá fjármuni sem annars fara í að eltast við einhverja smáskammta af grasi til að veita raunverulega hjálp því fólki sem þarf að losna úr viðjum fíknarinnar og viðjum þess heims sem ólögleg fíkniefnaneysla leiðir af sér. Refsistefnan gerir það að verkum að fólk lendir á jaðri samfélagsins og á erfitt uppdráttar og einangrast frá sinni fjölskyldu. Með afglæpavæðingu mætti nýta þá fjármuni sem fara í málaflokkinn miklu betur.“

Fullkomin lögleiðing fíkniefna, þar sem sala og framleiðsla er lögleg, gangi hins vegar ekki upp. „Ég er persónulega ekki fylgjandi því að eitt ríki, sérstaklega ekki lítið ríki eins og Ísland, lögleiði sölu fíkniefna. Sorrí, það er útópísk og falleg hugsun en Hollendingar lentu í því að fá fíkniefnatúrisma yfir sig. Merkilegt nokk jókst neyslan ekki á meðal Hollendinga en þeir fengu innflutt vandamál frá útlöndum í staðinn. Það er bara staðan fyrir öll ríki sem ætluðu að lögleiða fíkniefni einhliða.“

Gunnar segir sölumenn fíkniefna hafa grætt mest á bannstefnunni. „Með afglæpavæðingu væri áfram ólöglegt að framleiða og selja fíkniefni. Með því er eingöngu verið að velta ábyrgðinni af fórnarlambinu, sem er neytandinn, yfir á þann sem græðir á því. Það er ekki ósvipað og sænska leiðin í vændi. Hvernig á síðan að sjá um dreifingu og sölu fíkniefna er umræða sem við eigum eftir að taka miklu dýpra í Pírötum. Ég veit að það er fólk innan Pírata sem vill fara leiðir sem hafa verið prófaðar í Sviss og öðrum löndum og gefa fíklum fíkniefnin. Það myndi gera það að verkum að þeir þurfa ekki að standa í afbrotum. Mér finnst alveg hægt að skoða það.“

Upplifði tímamót í Kína

Gunnar Hrafn hætti mestu fíkniefnaneyslunni þegar hann fluttist frá vondum félagsskap til föður síns í Kína. Þar upplifði hann mikla umbrotatíma. „Þarna var kommúnisminn að mæta þessum gegndarlausu markaðsöflum. Ég var einmitt þarna þegar Ólympíuleikunum var úthlutað og það sturlaðist allt. Þetta var um miðja nótt og við heyrðum allt fara á annan endann. Menn voru að klifra yfir girðingar og lögreglan réð ekki við neitt. Svo við fórum bara út og keyrðum niður á Torg hins himneska friðar og þar var ótrúleg stemning. Þetta er svo víðfeðmt torg að það er eins og að standa á túni. Það var allt pakkað af fólki með kínverska fánann og fólk grét af gleði.

Þetta voru svona tímamót að manni fannst. Kína var að stíga inn á alþjóðaviðskiptamarkaðinn og komið með alþjóðasamninga við Bandaríkin. Kína var orðið hraðast vaxandi hagkerfi heims. Þarna fannst Kínverjum þeir loksins teknir inn í alþjóðasamfélagið aftur. Ég var einmitt að stúdera stjórnmálafræði á þessum tíma og hafði mikinn áhuga á að fylgjast með þessu.“

Á spjalli við hryðjuverkamenn

Sem fréttamaður á RÚV varði Gunnar mestum tíma í erlendar fréttir. Þegar fréttir fóru að berast af voðaverkum ISIS í Sýrlandi og víðar varð hann forvitinn og setti sig í samband við virka félaga samtakanna. „Mér finnst aldrei gott að skrifa frétt um eitthvað sem ég skil ekki sjálfur þannig að ég fór að fylgjast betur með þessum Twitter-reikningum sem CNN og fleiri voru að vitna í, fylgjast með hvað þeir voru að segja og hverjir voru að fylgja þeim, og þannig gat ég rakið slóðina þar til maður er kominn með ágætis hóp af nokkur hundruð vitleysingum sem eru herskáir íslamistar og styðja samtökin með einum eða öðrum hætti. Þegar ég var kominn með það gat ég farið að senda þeim bein skilaboð, fá þá til að fylgjast með mér og reyna að fá frekari upplýsingar.“

Fljótlega eftir fyrstu kynni vildu mennirnir skipta yfir í önnur og öruggari samskiptaform, meðal annars á Tor-vefnum, eða dulda vefnum þar sem nafnleysi og órekjanleiki eru helstu kostirnir.

Þeir sem ég talaði við voru flestir af annarri eða þriðju kynslóð innflytjenda. Þeir sem töluðu á annað borð ensku voru líklegastir til að koma frá Vesturlöndum og voru þá í einhvers konar uppreisn gegn foreldrum sínum sem höfðu flutt til Vesturlanda. Foreldrarnir voru yfirleitt frekar veraldlega þenkjandi og hugsuðu um að vinna baki brotnu til að setja upp framtíð fyrir fjölskyldu sína. Þetta eru afkomendur þessa fólks sem hafa orðið fyrir aðkasti og finna að þeir hafa minni möguleika í samfélaginu en aðrir.“

Ekki höfuðlaus her

„Þeim er yfirleitt lofað að handan við hornið verði þetta miklu betra. Nú þurfi þeir að berjast svolítið, sýna hvað í þeim býr áður en þeir geti orðið hetjur. Þau skipti sem ég var að tala við fólk var það ekki á vígstöðvunum heldur í pásu. Og þeir sem ég talaði við voru margir ekki í Sýrlandi heldur í nágrannalöndum að styðja ISIS þaðan. En þeir sem voru raunverulega í ríki íslams eða Íslamska ríkinu, yfirráðasvæði þeirra, voru meira eða minna í fríi frá bardögum þegar þeir gátu talað.“

Mennirnir vissu fljótlega að Gunnar væri blaðamaður. „Ég gerði þeim ljóst að ef ég fengi trúverðugar upplýsingar frá fleirum en einum stað, sem ég gæti staðfest, þá myndi ég birta þær. Ég fékk ýmislegt áhugavert frá þeim í sambandi við stöðu mála hvern dag, bardaga um héröð, sem svo birtist kannski tveimur tímum síðar í áróðursriti frá þeim. Þetta var smá forskot á það sem þeir voru að gefa út.“

Tilfinning margra er að ISIS sé að einhverju leyti höfuðlaus her. Hryðjuverkamenn í Evrópu virðast sumir hverjir heita hollustu sinni við samtökin en ekki hafa bein tengsl við þau. „Erlendu árásirnar eru formlega undir manni sem heitir Abu Mohammad al-Adnani og er áróðursmeistari ISIS. Það segir mikið að hann er bæði áróðursmeistari og stýrir árásum á erlendri grundu. Þetta skarast, því að mikið af áróðri þeirra gengur út á að fremja hryðjuverk í þeirra nafni. Það þurfi ekkert að hafa samband við þá því að það geri þeim bara erfiðara fyrir. Ef þú ert í samskiptum við þá áttu alltaf á hættu að lenda á svörtum lista. Ég veit til dæmis ekki hvort ég kemst til Bandaríkjanna.“

> Það er einhver rosaleg reiði sem býr innra með manni á þessum aldri. Hormónarnir flæða og maður veit ekki hver maður er.

> Það segir mér enginn að þegar fólk er látið bíða vikum saman eftir greiningu á krabbameini eða hjartasjúkdómi að það deyi ekki einhverjir af þeim völdum.
>
> Gunnar Hrafn

Hversdagsleiki illskunnar

Rannsóknir Gunnars leiddu þó í ljós að í grunninn er líka um ákveðinn hallærisskap að ræða. „Þeir eru að tuða yfir að einhver batterí í sprengjunum þeirra virki ekki og samtalið þeirra er oft praktískt. Ein greinin hét „How to make a bomb in the kitchen of your mom“. Önnur fjallaði um það hvað þú ættir að gera ef vinir þínir sprengja sig í loft upp og hét „Don‘t be sad, carry on“. Þetta er svona sálfræðipepp til hryðjuverkamanna. Þegar öllu er á botninn hvolft þá er þetta bara fólk. Ef maður les dagbækur Osama bin Laden er hann oft að skrifast á við undirmenn sína um einhver tékkhefti.“

Bandarískir sérfræðingar sem Gunnar hefur talað við segi að ungu mennirnir sem gangi til liðs við hryðjuverkasamtök á borð við ISIS séu fylgjendur en ekki leiðtogar í eðli sínu. „Það er vanmetið hvað ungir karlmenn eru herskáir. Alveg sama hvert þú ferð í sögunni eða heiminum þá eru það ungir karlmenn sem eru að grípa til vopna gegn öðrum og fremja hryðjuverk. Þetta er af einhverjum ástæðum sá samfélagshópur sem virðist vera hægt að etja út í vitleysu frekar en annað fólk. Við höfðum ekki haft stríð eða herskyldu í gegn um tíðina ef svo væri ekki. Þetta er mjög sorglegt og áhugavert mál á sama tíma. Ef maður ætlar að fara út í sófafræðipælingar þá er árásargirnin í ungum karldýrum ekkert óþekkt í náttúrunni.

Eins og ég talaði um áðan lenti ég í fíkniefnaneyslu og slæmum félagsskap þegar ég var unglingur. Var þunglyndur og hafði lent í áföllum í æsku sem ég hafði ekki unnið úr. Það er þess vegna sem ég skil það að einhverju leyti unga sturlaða karlmenn á stríðshrjáðum svæðum. Það er einhver rosaleg reiði sem býr innra með manni á þessum aldri. Hormónarnir flæða og maður veit ekki hver maður er.“

Utanríkismál hugðarefni

Gunnar hefur mestan áhuga á utanríkismálum og sér fyrir sér að setjast jafnvel í utanríkismálanefnd Alþingis, fari kosningar eins og skoðanakannanir gera ráð fyrir. „Það sem mér finnst fyrst og fremst bagalegt við íslenska utanríkisstefnu er að hún virðist ekki vera til staðar sem heildstætt plagg. Við erum yfirleitt að spyrja Bandaríkjamenn og Norðurlandaþjóðirnar hvað þeir vilja og svo ákveðum við með hverjum við viljum vera. Við erum yfirleitt ekki að taka afstöðu til málanna beinlínis heldur frekar hver er að leggja þau fram. Ég myndi vilja skoða það ferli og vera með einhvers konar prinsipp. Segjum að það yrði annað árásarstríð sem NATO myndi lýsa yfir. Þá myndum við ekki gúddera það sem beiðni frá Bandaríkjamönnum heldur myndum við taka það efnislega fyrir óháð því hvað Bandaríkjamenn gera.“

visir.is Viðtalið má hlusta á í lengri útgáfu á Vísi, í hlaðvarpinu Föstudagsviðtalið.

peugeotisland.is

PEUGEOT
FRUMSÝNING

KOMDU Á FRUMSÝNINGU PEUGEOT
HJÁ BRIMBORG Á MORGUN MILLI KL. 12 OG 16

108

208

308

308SW

508 / 508SW

2008

3008

5008

Partner Tepee

Partner Van

NÝTTU ÞÉR FRUMSÝNINGARTILBOÐ PEUGEOT

Brimborg frumsýnir glæsilega bílalínu Peugeot í nýjum sýningarsal að Bíldshöfða 8 í Reykjavík og hjá Brimborg Akureyri, Tryggvabraut 5. Öll bílalína Peugeot er í boði hjá Brimborg með meiri búnaði en áður og á einstaklega hagstæðu verði.

> Nýttu þér frábær frumsýningartilboð. Komdu á morgun milli kl. 12 og 16.

Lægra varahlutaverð og öflug verkstæðisþjónusta. Brimborg hefur þegar hafið innflutning á varahlutum í Peugeot bíla og hefur náð að lækka varahlutaverð með hagstæðum innkaupum beint frá framleiðanda. Verkstæðisþjónusta og ábyrgðarviðgerðir fyrir alla Peugeot bíla, hvort sem þeir eru fluttir inn af Brimborg eða öðrum, er einnig í boði hjá Brimborg.

MOTION & EMOTION

PEUGEOT

brimborg

Öruggur staður til að vera á

Brimborg Reykjavík
Bíldshöfða 8
Sími 515 7000

Brimborg Akureyri
Tryggvabraut 5
Sími 515 7050

Nýir og notaðir bílar:
Söludeildir eru opnar alla virka daga kl. 9-17
og laugardaga kl. 12-16

Brimborg og Peugeot áskilja sér rétt til að breyta verði og búnaði án fyrirvara. Útbúnaður getur verið frábrugðinn mynd í auglýsingu.

ÍSLENSKA SIA.IS ICE 78190 08/16

Er Chicago þín borg?

Hverskonar leikir eru heimamönnum ástríða. Þeir sem fylgjast með nær öllum mögulegum íþróttum eiga sinn sálufélaga í Chicago.

Bentu í vestur. Chicago bíður eftir þér.

* Innifalið: Flug aðra leiðina og flugvallarskattar.

Þú getur tekið tvær töskur með þér
á leiðinni til og frá Norður-Ameríku.

Þú getur bæði notað og safnað
Vildarpunktum um borð.

ICELANDAIR

Bara ef það hentar mér

Magnús Guðmundsson
magnus@frettabladid.is

Þjóðaratkvæðagreiðslur eru athyglisvert fyrirbæri, ekki síst fyrir þær sakir að eiga það til að ganga gegn vilja ráðandi stjórnmálaafla. Icesave-atkvæðagreiðslurnar eru í fersku minni og flestir muna eftir þjóðaratkvæðagreiðslu um tillögur stjórnlagaráðs.

Það er líka forvitnilegt að skoða eitthvað af þjóðaratkvæðagreiðslunum sem stóð til að halda en aldrei varð af. Vinstri græn sögðu kjósendum sínum árið 2009 að ekki stæði til að sækja um aðild að Evrópusambandinu án þess að spyrja kjósendur álits í þjóðaratkvæðagreiðslu. Sjálfstæðisflokkurinn sagði fyrir kosningar fjórum árum síðar að ekki stæði til að afturkalla umsóknina í Evrópusambandið án þess að spyrja þjóðina. Þjóðina sem fór hálfa leið inn í Evrópusambandið og úr því aftur án þess að vera spurð álits. Þetta einfaldlega hentaði ekki pólitíkinni á þeim tíma og hefði staðið í vegi fyrir samstarfsbrölti ríkisstjórnarflokka. Í vegi fyrir hrossakaupum.

Nú í vikunni tilkynnti Elín Hirst að lögð verði fram þingsályktunartillaga um að efna til þjóðaratkvæðagreiðslu um Reykjavíkurflugvöll. Um mál sem var reyndar endanlega útkljáð í Hæstarétti fyrir ekki all löngu og snýst um skipulagsrétt Reykjavíkurborgar inni í miðri Reykjavíkurborg. Af því tilefni er ágætt að rifja upp að Sjálfstæðisflokkurinn taldi ekki ástæðu til þess að þjóðin fengi að segja álit sitt á því að sökkva 57 ferkílómetra svæði með tilheyrandi stórkostlegum áhrifum á víðfeðmt og viðkvæmt lífríki austur á landi að ógleymdri meðfylgjandi skuldsetningu. Nei, Kárahnjúkavirkjun skyldi rísa með eða án þjóðarvilja. Sumt kemur þjóðinni greinilega ekkert við.

Engu að síður lýkur tilkynningu Elínar með orðunum: „Einnig er frábært að fá fólkið í landinu til að segja sína meiningu milliliðalaust í slíkri atkvæðagreiðslu.“ Þegar horft er til örlaga þjóðaratkvæðagreiðslna stjórnlagaráðs svo dæmi sé tekið, þá veit maður ekki hvort maður á að hlæja eða gráta. Eina rökrétta niðurstaðan af því að skoða íslensk stjórnmál og þjóðaratkvæðagreiðslur er nefnilega sú að stjórnmálamönnum sé illa eða hreint út sagt alls ekki treystandi til ákvarðana um þjóðaratkvæði eða ekki þjóðaratkvæði. Af því tilefni er ekki úr vegi að rifja upp sjötta lið tillagna stjórnlagaráðs: „Vilt þú að í nýrri stjórnarskrá verði ákvæði um að tiltekið hlutfall kosningabærra manna geti krafist þess að mál fari í þjóðaratkvæðagreiðslu?“ Niðurstaðan, sem er eflaust mörgum stjórnmálamönnum gleymd, var þessi: Já, sögðu 63,4%. Nei, sögðu 23,1%.

Er nú ekki kominn tími til þess að virða meiningu fólksins í landinu milliliðalaust? Stjórnmálaástandið sem þjóðin býr við í dag er að stjórnmálamenn eru reiðubúnir til þess að beita fyrir sig þjóðaratkvæðagreiðslum og loforðum um þær, ef og þegar þeim hentar. Það er ekki vilji þjóðarinnar sem þeir eru að vinna fyrir. Það er vandræðalegur endurómur á Stuðmannalaginu góða og með endurtekningu: „Bara ef það hentar mér. Bara ef það hentar mér.“

Stjórnmálaástandið sem þjóðin býr við í dag er að stjórnmálamenn eru reiðubúnir til þess að beita fyrir sig þjóðaratkvæðagreiðslum og loforðum um þær, ef og þegar þeim hentar.

Halldór

Frá degi til dags

Tóm skel Bjarna

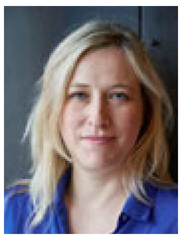
Fjármálaráðherra vandar fjölmiðlum ekki kveðjurnar á Facebook-síðu sinni. Þar gagnrýnir hann stefnuleysi fjölmiðla og skort á ritstjórnarstefnu. „Þeir skiptast síðan á að grípa gjallarhornið sem fjölmiðillinn er orðinn fyrir þá og dæla út skoðunum yfir samfélagið. Ein í dag – önnur á morgun,“ segir hann og segir fjölmiðla standa eftir sem tóma skel. Tilefnið er skrif í Fréttablaðinu þar sem úrræði stjórnvalda vegna lánamála ungs fólks eru gagnrýnd. Gæti verið að Bjarni hjóli í miðilinn frekar en að mæta skrifunum með gagnrökum þar sem úrræði stjórnvalda eru tóma skelin í þessu tilfelli?

Tóm skel fjölmiðla

Bjarni Benediktsson velti í gær upp vandasamri stöðu á fjölmiðlamarkaði í stöðufærslu á Facebook. Þar hefur hann áhyggjur af stefnuleysi fjölmiðla. „Þeir skiptast síðan á að grípa gjallarhornið sem fjölmiðillinn er orðinn fyrir þá og dæla út skoðunum yfir samfélagið. Ein í dag – önnur á morgun,“ segir Bjarni og hefur lög að mæla. Í krafti fjárskorts og manneklu eru fjölmiðlamenn víðast hvar orðnir kóngar í eigin veldi, ganga lausum hala með eigin áróður sökum þess að engin ritstjórnarstefna er til staðar. Lesendur eiga að vita hvar þeir hafa miðlana sína og hananú.

stefanrafn@frettabladid.is

Lóðir óskast



Eygló Harðardóttir,
félagsmálaráðherra

Að byggja sjálfur sitt eigið hús er draumur sem hefur orðið æ fjarlægari fyrir marga eftir því sem aðgengi að lóðum hefur minnkað og kröfur til húsnæðis aukist.

Við endurskoðun á húsnæðismarkaðnum höfum við einkum horft til nágrannaríkja okkar sem fyrirmynda. Eitt af því sem vakti athygli mína var hin ríka hefð í Noregi fyrir að byggja sjálfur. Árangurinn er ótvíræður því ekkert Norðurlandanna er með jafn hátt hlutfall séreignar og ein- og tvíbýla á húsnæðismarkaðnum og Noregur.

Í Hollandi lagði stjórnmálamaðurinn Adri Duivesteijn upp með þá hugmyndafræði að íbúarnir sjálfir ættu að fá valdið aftur til sín og byggja sitt heimili. Árangurinn má sjá í hverfinu Almere Poort. Lóðirnar voru seldar á mismunandi verði eftir tekjum fólks. Tekjulægra fólk gat keypt lóð fyrir 2,6 m.kr. og valið svo úr nokkrum tegundum af forsmíðuðum húsum. Jafnframt voru í boði lóðir fyrir fólk með hærri tekjur og lóðir fyrir fjölbýlishús.

Markmiðið er að á endanum rísi í Almere Poort 3.500 hús sem fólk hefur byggt sjálft eða með aðstoð iðnaðarmanna og arkitekta. Litlar sem engar kröfur eru gerðar til húsanna umfram lágmarkskröfur um gæði húsa, þéttleikinn er ýmist mikill eða lítill og sveitarfélagið fer ekki í lokafrágang á vegum og grænum svæðum fyrr en búið er að byggja öll hús í einstökum hluta.

Í grunninn er þetta ekki flókið – við þekkjum til sambærilegra dæma í íslenskri byggingarsögu, t.d. í Smáíbúðahverfinu og Grafarvogi.

Land er einfaldlega skipulagt með fjölbreyttum valkostum, litlar lóðir og stórar, litlar íbúðir og stórar íbúðir, einbýlishús og fjölbýlishús, íbúðar- og atvinnuhúsnæði eða jafnvel blöndu af hvoru tveggja.

Og lóðirnar eru boðnar til sölu.

Engar niðurgreiðslur, engar sérstakar kvaðir um húsagerð, stærðir, bílskúra, þakhalla, mænisstefnu, gerð klæðninga eða lit á gluggapóstum.

Því óska ég hér með eftir byggingarfulltrúum og sveitarstjórnarmönnum sem eru tilbúnir að brjótast út úr kassanum og hjálpa fólki að byggja sjálft.

Lóðirnar voru seldar á mismunandi verði eftir tekjum fólks.

FRÉTTABLAÐIÐ
ÚTGÁFUFÉLAG: 365 miðlar ehf. STJÓRNARFORMAÐUR: Ingibjörg Stefanía Pálmadóttir **FORSTJÓRI:** Sævar Freyr Þráinsson **ÚTGEFANDI OG AÐALRITSTJÓRI:** Kristín Þorsteinsdóttir *kristin@frettabladid.is*
AÐSTOÐARRITSTJÓRAR: Andri Ólafsson *andri@frettabladid.is*, Hrund Þórsdóttir *hrund@stod2.is*, Kolbeinn Tumi Daðason *kolbeinntumi@365.is*. Fréttablaðið kemur út í 90.000 eintökum og er dreift ókeypis á heimili á höfuðborgarsvæðinu og Akureyri. Einnig er hægt að fá blaðið í völdum verslunum á landsbyggðinni. Fréttablaðið áskilur sér rétt til að birta allt efni blaðsins í stafrænu formi og í gagnabönkum án endurgjalds. ISSN 1670-3871
FRÉTTABLAÐIÐ Skaftahlíð 24, 105 Reykjavík Sími: 512 5000, *ritstjorn@frettabladid.is* **ÞRÓUNARSTJÓRI:** Tinni Sveinsson *tinni@365.is* **HELGARBLAÐ:** Kristjana Björg Guðbrandsdóttir kristjanabjorg@frettabladid.is
MENNING: Magnús Guðmundsson *magnus@frettabladid.is* **LÍFIÐ:** Gyða Lóa Ólafsdóttir *gydaloa@frettabladid.is* **FRAMLEIÐSLUSTJÓRI:** Sæmundur Freyr Árnason *sfa@frettabladid.is* **ÚTLITSHÖNNUN:** Silja Ástþórsdóttir *siljaa@frettabladid.is*

Hraðar, hærra, sterkar

Í DAG

Bergur Ebbi

Michael Phelps hefur hlotið 23 gullverðlaun á Ólympíuleikum og 28 verðlaun alls, fleiri en nokkur annar. Ég sá viðtal við hann í sjónvarpinu eftir eitt gullið og hann talaði um að tilfinningin við að standa á pallinum með nýpressaða medalíu um hálsinn væri mjög góð. Hann talaði af einlægni en samt svo hversdagslega að ég gat ekki annað en sett hluti í samhengi. Hann hefur líklega fengið Ólympíugull oftar en maður eins og ég hef keyrt bílinn minn í gegnum sjálfvirka þvottastöð – sem er eitthvað sem ég myndi einnig segja að væri mjög góð tilfinning.

En svo er það svarti hundurinn. Michael Phelps hefur viðurkennt að hafa þjáðst af þunglyndi. Í viðtali við sjónvarpsmanninn Matt Lauer sagði hann um ástand sitt árið 2014, skömmu eftir að hann hafði í annað skipti verið dæmdur fyrir ölvunarakstur: „Ég var á lægsta plani sem ég hafði verið á. Í fullri hreinskilni, þá leið mér á tímabili eins og ég vildi ekki lifa, mér leið eins og þessu ætti öllu að ljúka.“

Kannski eigum við einmitt ekki að hlaupa hraðar, stökkva hærra eða lyfta þyngra í hvert sinn sem mótlæti ber á góma.

Þetta er mjög opinská játning og engin ástæða til að efast um einlægni hennar – þó einhverjir telji eflaust að Phelps noti þunglyndi sem afsökun til að minnka dómhörku fólks vegna frétta af ölvunarakstri hans og hassreykingum. En prófum að gera einmitt ekki það. Höldum fókus og greinum hvað hér hefur komið fram. Verðlaunaðasti íþróttamaður í sögu Ólympíuleikanna hefur þjáðst af þunglyndi og misst tökin á eigin lífi vegna þess. Hvaða skilaboð fylgja þessari staðreynd?

Tvær túlkunarleiðir

Það er hægt að túlka játninguna þannig að maður eigi aldrei að gefast upp. Allir eigi möguleika. Það skipti ekki máli hvers konar mótlæti maður lendir í. Maður geti alltaf rifið sig upp. En það er alveg eins hægt að túlka þetta þannig að það sem keppt er að sé tilgangslaust. Til hvers að þræla sér út alla daga til að vinna verðlaun sem munu síðan ekki gera mann glaðan? Ef maður með 18 Ólympíugull, eins og Phelps 2014, íhugar sjálfsmorð – hvers vegna ætti einhver að stefna að því að fá svo mikið sem eitt Ólympíugull?

Ég set fram þessar spurningar því ég held að sagan af Phelps kristalli stórar þversagnir í umfjöllun samfélagsins um bæði afrek og þunglyndi. Álitamálin eru fleiri. Er fordæmi Phelps frábær vitundarvakning um geðsjúkdóma? Ef þunglyndur maður getur unnið fleiri Ólympíugull en nokkur annar þá þýðir það að þunglyndi er kannski ekkert svo slæmt. En er það góð vitundarvakning? Er tilgangurinn með vitundarvakningu ekki einmitt þveröfugur, að benda á alvöru sem fylgir málefnum – að benda fólki á að þunglyndi geti leitt til sjálfsvíga og að sýna þurfi fólki með þunglyndi ríkulegan skilning, ást og umhyggju? Ef maður tekur sögu Phelps bókstaflega þá eru skilaboðin meira í þá átt að óþarfi sé að gefa þunglyndi gaum, þeir sem eru þunglyndir geta auðveldlega hrist það af sér og unnið nokkur Ólympíugull.

Önnur túlkunarleið væri svo að tengja árangur Phelps ekkert við þunglyndi. Kannski eru þetta bara tvö algjörlega aðskilin málefni. Hann er margverðlaunaður íþróttamaður sem einnig er þunglyndur. En erum við þá ekki að horfa fram hjá þeirri gapandi staðreynd að auðvitað fylgir því einmanaleiki að hafa frá barnsaldri borið stolt skólans síns, borgar sinnar, lands síns á herðunum og verið fyrirmynd milljóna annarra en samt eytt allri ævinni ofan í sundlaug í litlum sem engum tengslum við drauma, væntingar og líf annars fólks. Svo ekki sé talað um tómleikann sem fylgir því að vera svona ósigrandi í vatni en hafa samt svo litla stjórn á því sem fram fer þegar upp á bakkann er komið. Það er barnaskapur að halda að það sé engin tenging á milli andlegrar depurðar Michael Phelps og lífs hans sem íþróttamanns.

Það eru ekki allir sögur

Er hægt að sammælast um að saga Michaels Phelps sé allavega þversagnakennd, en samt svo fyrirsjáanleg? Er hún ekki opinberun á takmörkum menningar okkar þar sem krafan er hraðar, hærra, sterkar hvort sem um er að ræða afrek eða áhrifamátt skilaboða? Allt á að slá í gegn, vera skýrt og einfalt og áhrifamikið. Sérhver frétt eða fyrirsögn á að hafa meiningu – sterkari meiningu en fyrri fréttir – ekkert má vera til einskis. Sigrar eiga að veita öðrum innblástur til góðra verka, hjálpa sjúkum, tryggja frið, metta hungraða. Og það er ekki lítil pressa fyrir mann í sundskýlu með Beats-heyrnartól, sem á alla mína samúð rétt eins og aðrir sem þjást af depurð.

Sumt finnst mér glórulaust. Hvort sem það er að hella yfir sig ísköldu vatni til styrktar MND-sjúklingum eða taka 22 armbeygjur til að minnast þeirra sem framið hafa sjálfsvíg í Bandaríkjunum. Kannski eigum við einmitt ekki að hlaupa hraðar, stökkva hærra eða lyfta þyngra í hvert sinn sem mótlæti ber á góma. Kannski eigum við frekar að ná hjartanu niður og horfast í augu við depurð veraldarinnar með öllum sínum þunga og læra að greina hana og skilja hana. Fólk er þunglynt og sumir vilja ekkert tala um það. Sú krafa um að allir eigi að tala um veikindi sín, kristalla þau í sögu og setja sér takmörk – sjá ljósið við enda ganganna – er menningarleg einhyggja. Ég held að þar sé einmitt að finna mestu þyngslin í persónu Phelps. Að hann þurfi að vera saga með upphaf og endi og öðru fólki hvatning eða víti til varnaðar. Það er alls ekki fyrir alla og það er ekki endilega mannúðlegt að ætlast til þess af fólki. Þar sé ég stór varúðarmerki í menningu okkar eins og hún birtist í dag.

Hættulegur heilsukokteill

Ögmundur Jónasson
þingmaður
Vinstri grænna

Nú er að koma í ljós víðtækari andstaða gegn áformum um stóran einkaspítala en dæmi eru um áður. Draumar um gullmulningsvélar af því tagi sem menn vilja reisa í Mosfellsbæ til að græða á sjúkum eru að sjálfsögðu engin nýlunda og vísa ég þar til dæmis í svipuð áform frá árinu 2009.

Fleiri sjá nú hætturnar

Það sem hins vegar er breytt núna, og það er góðs viti, er að fleiri sjá nú hætturnar þessu samfara fyrir íslenskt heilbrigðiskerfi. Starfsmenn stofnana heilbrigðisþjónustunnar stíga nú fram hver á fætur öðrum og færa rök fyrir því að nýtt risasjúkrahús væri líklegt til að rústa okkar kerfi. Auk þess sem fjárfestarnir fari fram á fyrirgreiðslu og fjárhagslegan stuðning, sem í sjálfu sér er siðlaust, muni þeir soga til sín starfsfólk úr kerfi sem engan veginn er aflögufært. Allt tal um að flytja inn bæði sjúklingana og þúsund manna starfslið, sem starfi hér í eins konar félagslegu eylandi, er út í hött.

Það eru áformin sem eru sjúk

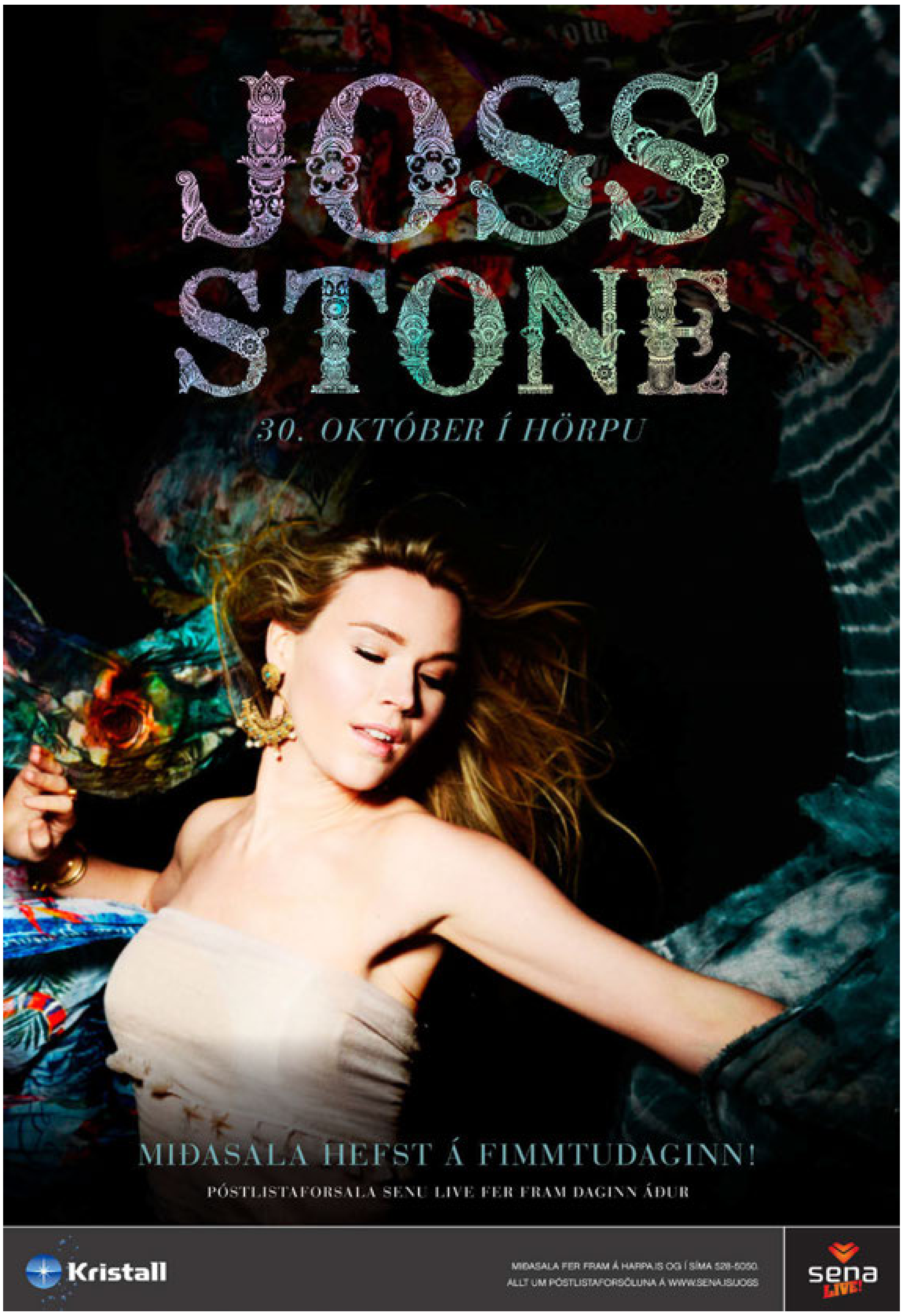
Þótt dæmi séu um sjúkrahús af þessu tagi víða, ekki síst í fátækari löndum, þá þurfa þau alls staðar á baklandi að halda þegar eitthvað fer alvarlega út af sporinu. Og gleymum því ekki heldur að á endanum tekur þessi tegund sjúkrahúsa aðeins við þeim sjúklingum sem gefa eitthvað af sér. Sennilega er hugarfar fjárfestanna það sjúkasta sem er að finna í þessum stofnunum. Á komandi árum mun það verða viðfangsefni íslenskra stjórnmálamanna að glíma við þetta hugarfar sem þegar er farið að grafa um sig hér á landi með vaxandi einkarekstri. Núverandi ríkisstjórn hefur gefið þessum rekstri undir fótinn, þar með talið núverandi heilbrigðisráðherra sem nýlega lét bjóða út rekstur nýrra heilsugæslustöðva á höfuðborgarsvæðinu. Hann má þó eiga það, og á þar lof skilið, að hann lagði bann við því að rekstraraðilar taki arð út úr starfseminni. Eftir stendur Klíníkin, nýtt einkarekið sjúkrahús, sem varð til á þessu kjörtímabili, og eflaust eiga fleiri eftir að stinga upp kollinum. Þetta er bara byrjunin ef stjórnvöld spyrna ekki við fótum.

Hinn göróttí drykkur

Ástæðan er sú að við búum við kokteil í rekstrarformum sem getur reynst göróttur ef hann er vitlaust blandaður. Þannig finnst okkur mörgum að einkapraksís í smáum skömmtum geti verið í góðu lagi og skapað jafnvel æskilegan sveigjanleika í heilbrigðiskerfinu. Verði þessi geiri hins vegar stór, hvað þá þegar hann er skipulagður sem hver annar atvinnurekstur sem fjárfestar setja fjármagn í til að hafa af honum arð, þá eru strax blikur á lofti. Við skulum aldrei gleyma því að allt heilbrigðiskerfið, ekki bara hið opinbera heldur einnig hið einkarekna, er fjármagnað með skattfé, að ógleymdum sjúklingagjöldum sem illu heilli hafa færst í vöxt á undanförnum áratugum. Þegar síðan inn í þetta kerfi sem er fjármagnað með þessum hætti, kemur eindregin krafa þjóðfélagsins um gjaldfrelsi þar sem við viljum ekki heilbrigðiskerfi sem fælir efnalítið fólk frá sér eða yfirleitt mismunar fólki, þá fer vandinn að verða alvarlegur og kokteillinn baneitraður.

Gjaldfrelsi en ekki reikningskröfufrelsi

Gjaldfrelsi sem á að vera krafa morgundagsins má nefnilega aldrei leiða til kerfis sem veitir óheft frelsi til að skrifa reikning á skattborgarann eða okkur sem notendur þessarar þjónustu, sem dýrmætust er í hverju þjóðfélagi. Hún er ekki bara dýrmæt okkur sem einstaklingum heldur líka sem samfélagi. Heilbrigðiskerfi sem mismunar leiðir af sér félagslegan ójöfnuð og óheilbrigt samfélag. Hið gagnstæða er uppi þegar heilbrigðiskerfið er okkar allra. Þess vegna skiptir máli hvaða sjónarmið ráða þegar heilsukokteillinn er blandaður.



Fáum við íslenskan úrslitaleik?

Dagur Sigurðsson og Guðmundur Guðmundsson eru komnir með lið sín í undanúrslit á Ólympíuleikunum í Ríó og vinni Þýskaland og Danmörk leiki sína í dag mætast þeir í úrslitaleiknum á sunnudaginn.

Rio2016

Óskar Ófeigur Jónsson
ooj@365.is

HANDBOLTI Dagur Sigurðsson og Guðmundur Guðmundsson fóru saman á Ólympíuleikana í Aþenu fyrir tólf árum, Dagur sem fyrirliði íslenska liðsins og Guðmundur sem þjálfari. Þeir hafa því unnið saman á Ólympíuleikum en nú keppast þeir um að hjálpa „sinni“ þjóð að vinna Ólympíugullið.

Undanúrslitin í handbolta karla á Ólympíuleikunum í Ríó fara fram í dag þar sem Þjóðverjar mæta heims- og Ólympíumeisturum Frakka en Danir spila við Pólverja. Bæði lið Þýskalands og Danmerkur hafa spilað mjög vel á mótinu og unnu til dæmis sannfærandi sigra í átta liða úrslitunum.

„Það er frábært að spila um verðlaun á öðru stórmótinu í röð og ég er virkilega stoltur af því hvernig sem framhaldið verður,“ sagði Dagur Sigurðsson sem gerði Þjóðverja að Evrópumeisturum í upphafi ársins. Frammistaða þýska liðsins hefur minnt menn á þá stemningu sem Degi tókst að búa til fyrir átta mánuðum.

Danir hafa aldrei spilað í undanúrslitum á ÓL og höfðu dottið út úr átta liða úrslitunum á tvennum síðustu leikum. „Þetta er mjög stórt skref. Það hefur verið yfir ákveðinn vegg að fara fyrir þá en veggurinn sem bíður okkar er enn stærri. Það er rosalegur leikur sem er fram undan í fjögurra liða úrslitum,“ sagði Guðmundur. Hann er nú að komast í fyrsta sinn í leiki um verðlaun síðan hann tók við danska liðinu en Danir enduðu í 5. sæti á HM í Katar og í 6. sæti á EM Póllandi undir hans stjórn.

„Ég er búinn að reyna að draga úr væntingum eins og ég get því það er alltaf verið að tala um medalíu fyrir fram. Það eru allir að setja svo rosalega pressu á liðið, mig og alla. Ég hef reynt eins og ég hef getað að draga aðeins úr því og taka einn leik í einu,“ sagði Guðmundur.

Hann kom Íslandi alla leið í úrslitaleikinn fyrir átta árum en er þetta eitthvað líkt og þá? „Þar spiluðum við frábærlega á móti Pólverjum sem voru með mjög sterkt lið og búnir að standa sig vel. Núna vorum við að spila á móti mjög erfiðu liði líka og þetta var því ekkert ósvipað þannig. Þetta er góð tilfinning,“ sagði Guðmundur. Hann bjóst við að fá Króatíu í undanúrslitunum en fékk Pólland. Danir töpuðu á móti Króötum í riðlinum og því allt eins gott að sleppa við þá.

> **Ég er búinn að reyna að draga úr væntingum eins og ég get því það er alltaf verið að tala um medalíu fyrirfram.**
>
> Guðmundur Guðmundsson

„Við erum núna að fara í undanúrslit en lendum reyndar á móti Frökkum sem er eins og það er. Ég hefði heldur ekkert viljað spila á móti okkur því við erum með seiglulið þegar það er komið í svona leiki,“ segir Dagur. Frakkar hafa unnið gullið á síðustu tvennum leikum þar af unnu þeir Ísland í úrslitaleik í Peking 2008.

„Núna höfum við fengið inn menn eins og Uwe Gensheimer, Patrick Wiencek, Paul Drux og Silvio Heinevetter inn í Evrópumeistaraliðið. Þeir eru til í þetta líka,“ sagði Dagur. Liðið er í góðu jafnvægi og hefur unnið alla leiki sína nema á móti heimamönnum í Brasilíu.

Hér heima horfa margir á þann möguleika að fá „íslenskan“ úrslitaleik um Ólympíugullið.

„Væri það ekki draumaúrslitaleikur?“ sagði Guðmundur og brosti. „Það er aldrei að vita hvað gerist. Við skulum byrja á því að koma okkur í gegnum leikinn í undanúrslitum,“ sagði Guðmundur.

Dagur Sigurðsson notaði líka tækifærið og setti smá pressu á sinn gamla þjálfara. „Ég held að Gummi fari pottþétt alla leið ef ekki bara alla, alla leið. Það verður ekki nema ef við náum að stoppa hann,“ sagði Dagur brosandi.

„Ætli hann sé ekki bara að reyna að stríða gamla þjálfaranum sínum,“ sagði Guðmundur hlæjandi að lokum.

Gensheimer um Dag **Hugrakkur og klár**

Uwe Gensheimer, fyrirliði þýska landsliðsins í handbolta, missti af EM í byrjun ársins en er nú aftur kominn inn í þýska liðið sem er komið í undanúrslit á ÓL í Ríó.

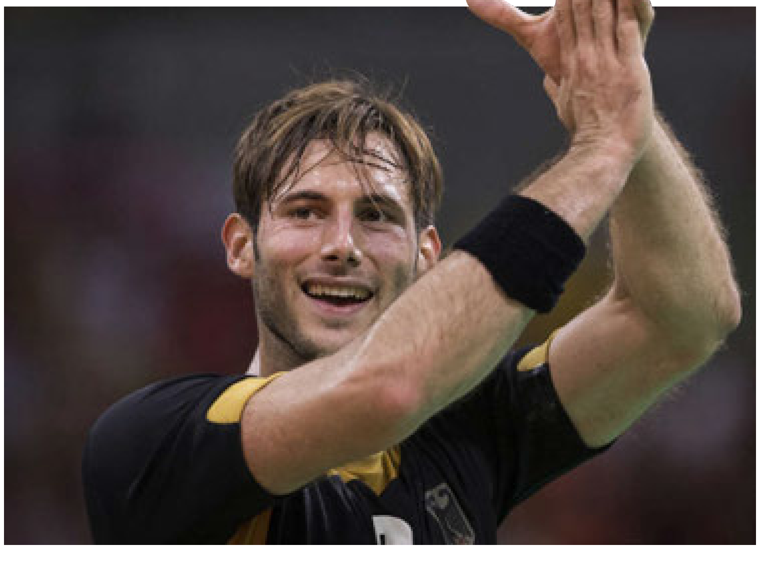
„Það er gott að vera kominn aftur inn í liðið. Það var erfitt fyrir mig að horfa á liðið vinna á EM því ég vildi vera inni á vellinum sem fyrirliði liðsins en ekki á hliðarlínunni,“ segir Gensheimer og hann er ánægður með íslenska þjálfarann.

„Þegar þú spilar fyrir Dag þá veistu alltaf við hverju er að búast frá mótherjanum. Hann er virkilega klár þjálfari og á alltaf svör á móti mismunandi taktík hjá mótherjunum,“ segir Gensheimer.

„Hann er líka hugrakkur og duglegur að koma inn með nýja hluti. Það sýndi hann til dæmis á Evrópumeistaramótinu. Það er gaman að spila fyrir hann. Hann er alltaf með leikaðferðina í hausnum og missir aldrei einbeitinguna,“ segir Gensheimer.

> **Þú veist alltaf við hverju er að búast frá mótherjanum.**
>
> Uwe Gensheimer

„Það er frábært að vera hérna á Ólympíuleikunum enda eru allir í okkar liði hér í fyrsta sinn. Það er síðan enn betra að það gangi svona vel. Allir leikmenn liðsins ætluðu sér að komast í leikina um verðlaun. Við ræddum það og höfum verið einbeittir á markmiðið okkar,“ segir Uwe Gensheimer. – óój



Nýjast

Pepsídeild karla

ÍBV - Fylkir 1-2
0-1 Albert Brynjar Ingason (15.), 1-1 Elvar Ingi Vignisson (57.), 1-2 Albert (79.).

Albert Brynjar skoraði bæði mörk Fylkismanna í Eyjum. Árbæingar eru enn á lífi í botnbaráttunni.

Valur - Víkingur R. 7-0
1-0 Kristinn Freyr Sigurðsson (19.), 2-0 Kristinn Freyr (29.), 3-0 Kristinn Ingi Halldórsson (46.), 4-0 Sigurður Egill Lárusson (53.), 5-0 Kristinn Ingi (65.), 6-0 Ívar Örn Jónsson, sjálfsmark (68.), 7-0 Sigurður Egill (84).

Það var engin bikarþynnka í Valsmönnum sem niðurlægðu slaka Víkinga. Staðan var 2-0 í hálfleik en í seinni hálfleik bætti Valur fimm mörkum við.

Efri		Neðri	
FH	31	ÍA	22
Stjarnan	27	Víkingur R.	21
Fjölnir	26	Víkingur Ó.	18
Breiðablik	26	ÍBV	17
Valur	22	Fylkir	13
KR	22	Þróttur	8

SOLSKJÆR FYLGDIST MEÐ ÓTTARI MAGNÚSI Á VALSVELLINUM
Ole Gunnar Solskjær, þjálfari Molde og Manchester United-goðsögn, var staddur á leik Vals og Víkings R. í gær. Samkvæmt heimildum Fréttablaðsins var Solskjær mættur til að fylgjast með Víkingnum unga, Óttari Magnúsi Karlssyni, sem hefur slegið í gegn í sumar. Með Molde leikur einn Íslendingur, Björn Bergmann Sigurðarson. Eiður Smári Guðjohnsen var á mála hjá Molde en yfirgaf félagið á dögunum.

> **Solskjær hendir bara í tilboð í Kristin Frey líka ... eða bara bíður í nokkrar vikur. Kristinn samningslaus eftir tímabilið.**
>
> Elvar Geir Magnússon
> @elvargeir

ARON EINAR Á SÉR FRAMTÍÐ HJÁ CARDIFF CITY
Svo gæti farið að landsliðsfyrirliðinn Aron Einar Gunnarsson verði áfram í herbúðum Cardiff City. Aron Einar spilaði allan leikinn þegar Cardiff vann Blackburn í fyrradag og fékk góðar móttökur hjá stuðningsmönnum velska liðsins. „Aron er virkilega mikilvægur leikmaður fyrir okkar lið,“ sagði Paul Trollope, knattspyrnustjóri Cardiff. „Hann kom úr fríinu fullur sjálfstrausts eftir EM. Þar sem hann kom seint til baka út af EM þá missti hann af mörgum mínútum í undirbúningnum. Ég var mjög ánægður með hans framlag í leiknum.“

Í dag

Körfubolti karla:
18.30 Spánn - Bandaríkin Sport 2
22.00 Ástralía - Serbía Sport

Aðrir dagskrárliðir:
13.00 Golf kvenna Sport 4/Golfst.
18.50 Man Utd - Southampt. Sport
19.00 Wyndham Champ. Golfst.

Inkasso-deildin:
18.50 Fjarðabyggð - Selfoss Eskjuv

FÓLK
KYNNINGARBLAÐ
19. ÁGÚST 2016 FÖSTUDAGUR

Lífsstíll

ÞAÐ SKIPTIR ÖLLU MÁLI AÐ FINNA ÞAÐ SEM LÆTUR ÞÉR LÍÐA VEL

Sigríður Pétursdóttir ætlaði að verða textílkennari því hún vildi vera skynsöm. Hún hætti við það og ákvað að vera dugleg í staðinn og eins og svo margir Íslendingar vann hún langt umfram fulla vinnu þangað til hún hrundi. Undanfarin tvö ár hefur hún verið að byggja sig upp líkamlega en ekki síst andlega.

»

MYND/ERNIR

Brynhildur Björnsdóttir
brynhildur@365.is

Sigríður er fædd og uppalin á Húsavík og gekk í MA. „Svo langaði mig að verða fatahönnuður eða leikari eða söngvari því ég hafði verið að gera það allt saman í skólanum. En ég var að skræfast og vera skynsöm og fór í textíldeild Kennaraháskólans til að fá útrás fyrir myndlistina því ég ætlaði sko aldrei að láta einhvern kall sjá fyrir mér.“ Sigríður var fljótlega fastráðin á Ríkisútvarpinu við sjónvarps- og útvarpsþáttagerð og vann þar með stuttum hléum í þrjátíu ár. Hún tók sér meðal annars námshlé og fór til Svíþjóðar í nám í kvikmyndafræðum þegar hún var 35 ára. „Ég fór út með mann og barn en skildi við manninn í miðju náminu og allt í einu var ég einstæð móðir í krefjandi námi í útöndum sem var ekkert sérstaklega auðvelt. Ég fór heim þegar ég var búin með tvö ár af þremur og kláraði þriðja árið í fjarnámi meðfram fullri vinnu á RÚV og að ala upp barn. Ég var ofsalega dugleg,“ segir Sigríður og setur gæsalappir utan um síðasta orðið. Hún var einstæð móðir í mörg ár og eiginlega alveg búin að ákveða að hleypa aldrei framar karlmanni inn í líf sitt. „Svo kynntist ég Garðari Hall matreiðslumanni sem reyndist vera sonur samstarfsmanns sem ég mat mikils og það var eiginlega ástæðan fyrir sénsinum sem ég gaf honum. Við kynntumst 2002 og giftum okkur 2005.“ Við tóku nokkur ár þar sem bæði unnu margfalda vinnu, hann við að koma á fót fyrirtæki og hún á útvarpinu í 100% starfi með ótakmarkaða ólaunaða yfirvinnu. Þegar Alexander Briem, sonur Sigríðar, komst inn í leiklistarskóla í London 2012 sáu þau tækifæri til að láta gamlan draum rætast. „Okkur hafði bæði alltaf langað til að flytja til London og ákváðum að nýta tækifærið. Við ætluðum bara að vera stutt en nú eru þetta orðin fjögur ár.“

VIRÐINGARLEYSI TEKUR Á

Flutningurinn gekk vel enda voru forsendurnar góðar. „Við leigðum út íbúðina okkar og leigjum íbúð úti. Garðar var enn þá að vinna hjá sínu fyrirtæki þá og ég var í fullri fjarvinnu hjá RÚV svo þetta var ekki svo mikið rask. Raskið kom ekki fyrr en ári seinna þegar stóru uppsagnirnar voru á RÚV. Þá fékk ég stutt símtal og í kjölfarið var tölvupóstinum mínum lokað svo ég gat ekki einu sinni látið fólk vita sem ég var í samskiptum við út af viðtölum og ég eiginlega brotnaði niður.“ Það hvernig að brottrekstrinum var staðið var ekki síður erfitt en að missa vinnuna. „Svona kalt virðingarleysi frá fyrirtæki sem maður hefur þjónað dyggilega áratugum saman sest á sálina á fólki. Það varð mér hins vegar til bjargar að hluta að Skarphéðinn Guðmundsson sjónvarpsstjóri og Brynja Þorgeirsdóttir höfðu strax samband til að biðja mig að vera áfram í sjónvarpsþættinum Djöflaeyjunni. Ég er enn að vinna sem verktaki fyrir Sjónvarpið og tek ýmis menningarviðtöl í London. Það er gefandi en ekki mikið atvinnuöryggi.“

ÞAÐ ER ENGIN TÖFRALAUSN

Eftir langavarandi vinnuálag varð áfallið við að missa vinnuna til þess að Sigríður hrundi, eins og hún kallar það. „Ég taldi mér alltaf trú um að ég gæti þetta alveg því ég hefði svo gaman af vinnunni en ég var auðvitað að ganga ansi hratt á mig og í kjölfar uppsagnarinnar þá hrundi ég bara. Ég byrjaði á því að fá lungnabólgu og svo tók hver sýkingin við á fætur annarri, himinhár næturblóðþrýstingur sem getur leitt til blóðtappa, og frosin öxl og svimavírus, ég stóð ekki undir sjálfri mér. Ég var send í alls konar rannsóknir því þessi einkenni geta verið byrjunareinkenni svo margra sjúkdóma en á endanum fékk ég greininguna, þetta væri stress.“ Sigríður fékk mjög góðar leiðbeiningar í breska heilbrigðiskerfinu um hvernig er best að byggja sig upp aftur og hefur unnið að því hægt og rólega í tvö ár. „Ég segi stundum að Primrose Hill hafi bjargað lífi mínu því ég byrjaði að labba aðeins upp hana og auka við á hverjum degi. Svo varð ég eins og hálfgerður Forrest Gump og labbaði og labbaði um alla London og til að gera langa sögu stutta er ég farin að borða brjálæðislega hollan mat, ganga rosalega mikið og dansa eins mikið og ég get því það er það sem ég hef gaman af. Ég trúi því að heilsan fari aðallega eftir því hvernig manni líður andlega. Ég missti tuttugu kíló á tveimur árum og er oft spurð hvað ég hafi gert til þess. En svarið er að það er engin töfralausn. Ég held að skyndilausnir séu það versta sem hægt er að hugsa sér í – öllu samhengi. Ég var svo reið þegar ég las um slönguna sem á að setja í magann á fólki til að fá það til að grennast. Eins og það lækni það hvernig fólki líður. Skyndilausnir virka ekki. Það er alveg sama hvort það er þjóðfélag eða einstaklingur, fólki þarf að líða vel og vera sátt í eigin skinni til að hlutirnir virki.“

MIRREN Á RAUÐA DREGLINUM

Sigríður hefur hitt ýmsar stórstjörnur vegna starfa sinna fyrir RÚV. „Þetta eru svona viðtöl þar sem þú ert boðuð á hótel og bíður klukkutímum saman með hjörð annarra blaðamanna frá öllum heiminum og svo ferðu milli herbergja og tekur viðtöl. Þú færð fimm mínútur með hverjum og þarft bæði að heilsa og kveðja á þeim tíma og samt að ná einhverju almennilegu frá viðmælandanum. Svo fór ég á rauða dregilinn þar sem blaðamönnum er raðað eftir því hversu merkilegir þeir þykja og svo bíður maður marga klukkutíma á sama blettinum. Svo verða allir bara að öskra til að reyna að ná viðmælandanum að sér í þessar örfáu mínútur. Ég átti því alveg eins von á því að standa þarna til einskis. En ég náði athygli Helen Mirren með því að æpa að þetta væri í fyrsta sinn sem blaðamaður frá Íslandi væri á rauða dreglinum á London FilmFestival og henni fannst það svo spennandi að hún valdi mig.“

FYRIRSÆTAN Í STÓRBORGINNI

Sigríður hefur einnig sinnt fyrirsætustörfum í stórborginni. „Það var nú eiginlega bara fyndið og alveg óvart,“ segir hún og hlær. „Vinkona vinkonu minnar vildi fá að mynda mig. Hún sérhæfir sig í að mynda konur á öllum aldri, lit og lögun með það að markmiði að láta þeim líða vel og finnast þær fallegar. Og það tókst svo sannarlega í mínu tilfelli, mér fannst ég fallegasta kona í heimi í þessari myndatöku.“ Í kjölfarið fékk Sigríður fleiri tilboð og fór til dæmis sem hárgreiðslumódel í hið þekkta Pinewood Studios þar sem hún var notuð sem módel fyrir hárgreiðslufólk sem er að færa sig úr leikhúsi yfir í kvikmyndir. „Og svo hef ég lent í ýmsum fleiri ævintýrum sem of langt er að telja upp hér.“

Sigríður Pétursdóttir ákvað að setja sjálfa sig, vellíðan og heilsu í fyrsta sæti þegar ónæmiskerfið hrundi eftir margra ára stöðugt vinnuálag. MYND/ERNIR

Ljósmyndarinn Helen hefur það að markmiði með myndatökum sínum að konum finnist þær vera fallegar og líði vel. „Og það tókst í mínu tilfelli.“ MYND/HELEN BOOTH

Faðir Sigríðar, Pétur Jónasson, rak ljósmyndastofu á Húsavík og tók margar fallegar myndir af dóttur sinni þegar hún var barn. Fyrirsætuhæfileikarnir komu því fljótt í ljós.

> Vinkona vinkonu minnar vildi fá að mynda mig. Hún sérhæfir sig í að mynda konur á öllum aldri, lit og lögun með það að markmiði að láta þeim líða vel og finnast þær fallegar. Og það tókst svo sannarlega í mínu tilfelli, mér fannst ég fallegasta kona í heimi í þessari myndatöku.
>
> Sigríður Pétursdóttir

Spennan magnast á rauða dreglinum. Hér má sjá augnablikið rétt áður en Sigríður náði athygli Helen Mirren.

FIMMTUGT HIÐ NÝJA FERTUGT

Sigríður er eins og áður sagði fimmtíu og fimm ára. Margar konur kvíða því að ná þessum aldri og halda að þá verði allt búið en það er nú eitthvað annað í hennar tilfelli. „Þegar ónæmiskerfið hrundi varð það til þess að ég lærði hægt og rólega á það hver ég er og að bera virðingu fyrir sjálfri mér og setja sjálfri mér og öðrum mörk. Orkan sem ég fékk eftir að byggja mig upp gerir það að verkum að mér finnst mér allir vegir færir. Ég predika ekki yfir neinum og kíló eru enginn mælikvarði á hamingju. Það skiptir öllu máli að finna hvað það er sem lætur þér líða vel og búa til pláss í lífinu til að gera það. Og passa að verða ekki streitunni að bráð.“

Eitt af því sem lætur Sigríði líða vel er að skrifa. „Ég hef skrifað eina bók og er núna bæði að skrifa kvikmyndahandrit og ýmislegt annað. Ég hef verið að skrifa síðan ég var lítil en hef ekki gefið mér tíma til þess fyrr en núna. Ég hugga mig við það að Agatha Christie og Astrid Lindgren byrjuðu að skrifa um og yfir fertugt. Og fimmtugt er hið nýja fertugt.“

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

ÚTGEFANDI: 365 MIÐLAR | **ÁBYRGÐARMAÐUR:** Svanur Valgeirsson
UMSJÓNARMENN EFNIS: Elín Albertsdóttir, *elin@365.is, s. 512 5349* | Lilja Björk Hauksdóttir, *liljabjork@365.is, s. 512 5372* | Ragnheiður Tryggvadóttir, *heida@365.is, s. 512 5367*
Sólveig Gísladóttir, *solveig@365.is, s. 512 5351* | Starri Freyr Jónsson, *starri@365.is, s. 512 5358* | Vera Einarsdóttir, *vera@365.is, s. 512 5357*
SÖLUMENN: Atli Bergmann, *atlib@365.is, s. 512 5457* | Jóhann Waage, *johannwaage@365.is, s. 512 5439* | Jón Ívar Vilhelmsson, *jonivar@365.is, s. 512 5429* | Ólafur H. Hákonarson, *olafurh@365.is, s. 512 5433*

SENDUM FRÍTT UM ALLT LAND
www.smartboutique.is
Laugavegur 55, sími 551 1040
Opnunartímar
mánud.-föstud 10 – 18
Laugard. 10 – 21
sunnud. 12 – 16

Opið til 21 menningarnótt

Smart Boutique
Laugavegur 55 • www.smartboutique.is

SENDUM FRÍTT UM ALLT LAND
www.smartboutique.is

120 litir og 150 tegundir af leðurhönskum enginn er með meira úrval en við.

OKKAR SÍÐASTA ÚTSALA Á LAUGAVEGINUM

EFTIR 12 Á LAUGAVEGINUM RÝMUM VIÐ FYRIR ENN EINU HÓTELINU OG FLYTJUM Í VERSLUNARMIÐSTÖÐINA FJÖRÐINN HAFNARFIRÐI

FJÖRÐUR

2 fyrir 1
af öllum leðurhönskum

25-35%
af loðhúfum og krögum

40%
af gervifeldsvörum

35%
af seðlaveskjum

40%
af slæðum og treflum

ÚTSALAN GILDIR TIL OG MEÐ SUNNUDAGS 21. ÁGÚST

SUSHI OG BURRITO Í EINA SÆNG

Sushiburrito er ein heitasta nýjungin í skyndibitaheiminum í dag en rétturinn á rætur rekja til San Francisco. Eins og nafnið gefur til kynna er um að ræða blöndu af sushi og burrito og stendur til að opna slíkan stað hér á landi.Hægt er að fá smjörþefinn á sérstökum pop-up stað sem verður starfræktur á Fit & Run sýningunni í Laugardalshöll í dag.

Vera Einarsdóttir
vera@365.is

„Þetta er nýjung sem nýtur sívaxandi vinsælda en bylgjan hófst í San Francisco fyrir nokkrum árum. Þar eru nú starfræktir nokkrir sushiburrito-staðir en auk þess er t.d. að finna staði í New York, London og Toronto,“ segir Emilía Borgþórsdóttir, sem var búsett í San Francisco um tíma og kynntist réttinum þar. „Þetta er eins konar sushi-rúlla sem er þó þykkari en þessi hefðbundna og borðuð eins og burrito. Rúllan sem inniheldur þunnt lag af hrísgrjónum, grænmeti, kjöt eða fisk er vafin inn í noriblöð. Hún er svo fyllt með sósu og því hægt að njóta hennar beint án þess að þurfa að dýfa í sojasósu. Innihaldið er sömuleiðis svolítið frábrugðið því sem þekkist í hefðbundnu sushi og gætir jafnt japanskra sem mexíkóskra áhrifa,“ útskýrir Emilía.

Emilía er iðnhönnuður að mennt og hefur að sögn gaman af því að skapa eitthvað nýtt og koma hlutum í framkvæmd. „Ég fékk Unni Guðrúnu Pálsdóttur, eða Lukku hjá Happi, til liðs við mig en hún er snillingur í matargerð og skemmtilegum samsetningum og stefnum við að því að opna á nýju ári.“

Sushiburrito er eins konar sushi-rúlla sem er þó þykkari en þessi hefðbundna og borðuð eins og burrito.

Hvar staðurinn, sem kemur til með að heita SuBu, verður til húsa liggur að sögn Emilíu ekki fyrir en áhugasamir geta komið og smakkað á sérstökum pop-up stað á Fit & Run sýningunni sem haldin er í Laugardalshöll í dag í tilefni af Reykjavíkurmaraþoninu. „Við erum með tvenns konar rúllur að þessu sinni. Önnur er með kjúklingi og hin með bökuðum laxi. Í laxarúllunni erum við meðal annars með jalapeño og steiktan lauk og í kjúklingarúllunni er lárpera og kóríander.

Í framtíðinni stefnum við svo að því að auka framboðið og bjóða upp á fleiri útgáfur.“

Emilía segir sushiburrito sannarlega hafa slegið í gegn í San Francisco og á ekki von á öðru en að Íslendingar taki nýjunginni jafn vel. Pop-up staðurinn í Laugardalshöllinni er í veitingahorni sýningarinnar. Emilía hvetur alla sem vilja hlaða sig með hollum bita fyrir hlaupið að koma við og sömuleiðis þá sem vilja smakka skemmtilega nýjung.

SuBu-staður verður opnaður í Reykjavík innan tíðar. Þeir sem ekki geta beðið geta rennt við í Laugardalshöll í dag og smakkað. Þær Lukka, Emilía og fjölskyldur taka vel á móti. MYND/ERNIR

Katy hefur undanfarið sótt inn á tískumarkaðinn en bæði ilmvötn og varalitir með hennar nafni eru fáanlegir frá Covergirl.

NÝ SKÓLÍNA FRÁ KATY PERRY

Bandaríska söngkonan Katy Perry getur nú bætt starfsheitinu skóhönnuður við sig en hún hyggst setja nýja skólínu á markað í samstarfi við Global Brands Group. Katy hefur undanfarið sótt inn á tískumarkaðinn en bæði ilmvötn og varalitir með hennar nafni eru fáanlegir frá Covergirl.

Í nýju skólínunni verða sandalar, hælaskór og strigaskór sem eru sagðir eiga að endurspegla djarfan og litríkan stíl söngkonunnar. Skórnir koma á markað næsta vor og munu kosta frá 59 til 299 dollara eða frá sjö til 35 þúsund króna.

Katy er þekkt fyrir djarfan, daðurslegan og jafnvel teiknimyndalegan stíl og skólínan hennar ber þess merki en meðal efna sem eru notuð í skóna eru vínyl, lucite og málmar. Auk þess verða einhverjir þeirra með blómamynstri.

Taktu þátt
í Pågen
snúðaleik
Þú finnur þátttökuseðil á flestum
sölustöðum Pågen snúða og...
þú gætir unnið
Fjallraven
bakpoka
Pågen
gifflar
Cinnamon
CANNELLE ZIMT
260g
Pågen smásnúðar
eru með dásamlegri
kanilfyllingu og alltaf
mjúkir
FJALLRAVEN
KÅNKEN
Pågen
Dregið verður um 100 Fjallraven bakpoka 5. sept. nk.

Starri Freyr Jónsson
starri@365.is

Hvíti bolurinn, undir svörtum bomberjakkanum, er eigin hönnun frá OlafssonZoëga. Ljósbláu buxurnar eru úr H&M sem hann reif sjálfur. Skórnir eru Yeezy Pirate Black.

Jón Gunnar klæðist hér vínrauðri hettupeysu og hvítum bol frá OlafssonZoëga. Buxurnar eru frá Zöru og skórnir eru Adidas triple white ultra boost. MYND/EYÞÓR

UNGUR OG AFKASTAMIKILL

Fatamerkin **OlafssonZoëga** og **Modern Day Slaves** eru bæði hugarfóstur hins tvítuga Jóns Gunnars Zoëga. Bæði fatamerkin eru götutískumerki en í ólíkum verðflokkum.

Þrátt fyrir ungan aldur hefur hinn tvítugi Jón Gunnar Zoëga sett á fót tvö fatamerki, OlafssonZoëga og Modern Day Slaves. Tískuáhugi Jóns Gunnars hófst fyrir alvöru fyrir um þremur árum þegar hann var á öðru ári í framhaldsskóla og rekur hann áhugann til samfélagsmiðlanna. „Á þessum tíma steig ég mín fyrstu skref varðandi eigin hönnun, aðallega vegna þess að mér fannst fatabúðir á Íslandi ekki bjóða upp á nógu mikið úrval af götufötum. Maður keypti sér kannski mjög flotta peysu í Kringlunni en sá svo fljótlega tvo aðra í sömu peysunni. Auk þess eru flest föt frekar dýr hér á landi."

Fyrsta hönnunin var einföld en þá krotaði hann orðið „slaves" með tússpenna á hvíta boli sem hann reif og ýmist gaf vinum sínum eða seldi á 1.000 kr. „Hálfu ári síðar áttum við Björn Sigþór Ólafsson vinur minn tal saman í partíi heima hjá mér. Þar ákváðum við að búa til alvöru fatamerki saman og hófum þá að framleiða flíkur í gegnum mjög góða verksmiðju sem er í Pakistan. Þannig varð OlafssonZoëga til."

VETRARLÍNAN NÆST

Skömmu síðar setti Jón Gunnar á fót fatamerkið Modern Day Slaves sem framleiðir helst hettupeysur og boli. „Modern Day Slaves er dýrara og vandaðra götutískumerki. Þar reyni ég að bjóða upp á föt í mjög takmörkuðu upplagi og býð bara upp á eina framleiðslu þannig að þessar flíkur koma aldrei aftur í verslanir."

OlafssonZoëga er líka götutískumerki að sögn Jóns Gunnars en þar reynir hann að halda flíkunum á mjög viðráðanlegu verði þótt efnin séu vönduð og góð. „Næst á dagskrá hjá OlafssonZoëga er vetrarlína sem mun koma í nokkrum hlutum í verslanir á næstu mánuðum."

Þegar Jón Gunnar vinnur ekki að eigin fatahönnun er hann í fullu starfi í versluninni Zöru í Smáralind. „Þess á milli elska ég að spila skemmtilega tölvuleiki og bara að vera innan um fólk sem ég elska."

Hægt er að skoða hönnun Jóns Gunnars á Facebook undir Modern Day Slaves og OlafssonZoega og á Instagram (@**olafssonzoega**) og (@**slavesclo**).

Hvernig fylgist þú með tískunni? Ég fylgist aðallega með tísku í gegnum Instagram og ýmis tískublogg auk þess sem ég fíla líka að skoða föt í netverslunum.

Lýstu fatastílnum þínum. Venjulega er ég klæddur í stóra boli eða peysur, rifnar þröngar gallabuxur og annað hvort Adidas-skó eða Chelsea-boots. Bara svona flott götutíska.

Hvað einkennir klæðnað karlmanna? Buxur sem búið er að bretta upp á og bomberjakkar er algjörlega það sem meðal-Íslendingurinn klæðist núna.

> Þar ákváðum við að búa til alvöru fatamerki saman og hófum þá að framleiða flíkur.

Áttu þér uppáhaldsverslanir? Þótt ég kaupi lítið föt hérlendis þá eru uppáhaldsbúðirnar mínar Húrra og Zara. Í útlöndum mundi ég helst nefna Footlocker.

Uppáhaldshönnuðir? Uppáhalds íslenski hönnuðurinn minn er Anton Bjarki Olsen sem rekur fatamerkið Olsen Clothing. Auk þess lít ég upp til manna eins og Jör og ég elska dugnaðinn í strákunum hjá Inklaw Clothing. Uppáhalds erlendu hönnuðurnir mínir eru Virgil Abloh og Jerry Lorenzo.

Áttu þér uppáhaldsflík? Bleika Anti Social – Social Club hettupeysan mín er klárlega uppáhaldsflíkin mín

Bestu og verstu fatakaupin? Bestu fatakaupin mín eru pottþétt Pirate Black Yeezys Arnir-skórnir mínir en ég man ekki eftir að hafa gert það slæm kaup að þau hafi orðið eftirminnileg.

Notar þú fylgihluti? Ég nota sjaldan fylgihluti en ber þó alltaf á mér 25 ára gamalt Gucci-gullúr.

Hvíta hettupeysan og bolurinn eru frá Modern Day Slaves. Buxurnar eru frá Zöru og skórnir Adidas triple white ultra boost.

Ráðstefnur, veisluþjónustur og salir

19. ágúst 2016

KYNNINGARBLAÐ Hljómahöll í Reykjanesbæ | Exton | Meet in Reykjavík

NORDICPHOTOS/GETTYIMAGES

Komdu með ráðstefnuna í Hof

Í menningarhúsinu Hofi er fyrirmyndaraðstaða fyrir ráðstefnur, fundahöld, sýningar og móttökur.

MAK
MENNINGARFÉLAG AKUREYRAR

Menningarfélag Akureyrar | Strandgata 12 | 600 Akureyri | mak.is | s 450 1000

Reykjavík æ eftirsóttari ráðstefnuborg

Meet in Reykjavík var stofnað árið 2012 og hefur það hlutverk að markaðssetja Reykjavík og Ísland sem áfangastað fyrir alþjóðlegar ráðstefnur. Að Meet in Reykjavík standa 45 fyrirtæki sem starfa innan ráðstefnumarkaðarins eða sjá hag sinn í styrkingu hans. Þá er starfandi sendiherraklúbbur innan Meet in Reykjavík sem heldur árlegan kynningarviðburð. Hann verður í Hörpu 15. september nk.

Markaðsstarf okkar hjá Meet in Reykjavík miðar að því að gera Reykjavík að einni helstu ráðstefnuborg Evrópu á komandi árum,“ segir Hildur Björg Bæringsdóttir, verkefnastjóri rannsókna og öflunar nýrra ráðstefnuverkefna hjá Meet in Reykjavík. „Ísland verður sífellt eftirsóttari áfangastaður fyrir alþjóðlegar ráðstefnur. Þar hefur tilkoma Hörpu og mikil uppbygging í hótelflóru landsins haft mikið að segja,“ segir Hildur.

Ambassador Club

Hildur segir marga halda að starfsfólk Meet in Reykjavík skipuleggi ráðstefnur, hvataferðir eða viðburði en svo er ekki. „Við vinnum hins vegar við að kynna áfangastaðinn fyrir erlendum skipuleggjendum og náum til þeirra með margvíslegum markaðsaðgerðum. Þá hjálpum við Íslendingum sem vilja sækja ráðstefnur til landsins að gera markaðsefni og fleira. Við köllum þá ambassadora eða sendiherra Meet in Reykjavík sem saman mynda Ambassador Club.“

Af hverju eru ambassadorar mikilvægir? „Þar sem persónuleg tengsl vega þungt þegar áfangastaður er valinn fyrir ráðstefnu eða stærri viðburð þá er aðkoma þeirra mjög mikilvæg. Sumum kann að þykja einkennilegt að nota enska orðið ambassador en ástæðan er sú að þessir einstaklingar eru að kynna Ísland erlendis. Þá er algengt að borgir erlendis noti þetta hugtak. Þetta eru allt einstaklingar sem eru með sterkt erlent tengslanet og eru í þeirri aðstöðu að geta fengið alþjóðlegar ráðstefnur eða viðburði hingað til lands,“ segir Hildur. Hún segir alla geta sótt um að gerast Meet in Reykjavik ambassador en í dag eru þeir 140. „Þetta er til dæmis fólk innan akademíunnar, í viðskiptalífinu, menningarlífinu og íþróttum. Umbun fyrir óeigingjarnt starf felst í tengslamyndun og faglegum ávinningi, svo ekki sé minnst á efnahagsleg áhrif sem hver viðburður hefur í för með sér fyrir þjóðarbúið.“

Gjaldfrjáls þjónusta

Hvernig aðstoð veitir Meet in Reykjavík? Starfsmenn Meet in Reykjavík veita hlutlausa ráðgjöf varðandi þætti sem geta haft áhrif á að ráðstefna eða viðburður verði haldin í Reykjavík. „Þjónusta okkar er gjaldfrjáls og við vinnum í þágu aðildarfélaga okkar. Við aðstoðum við tilboðsgerð og gefum út tilboðsbók með almennum og sértækum upplýsingum sem erlendar fagnefndir ráðstefna óska eftir. Þá tökum við á móti nefndum sem ferðast um og velja áfangastaði fyrir fagráðstefnur eða viðburði. Eins útvegum við markaðsefni eins og myndbönd, glærusýningar, nafnspjöld, smáforrit, usb-lykla og kynningarbæklinga,“ segir Hildur

Hildur og Sigurjóna hvetja þá, sem ganga með þann draum í maganum að bjóða stórum fundi eða ráðstefnu til landsins, að kynna sér starfsemi Meet in Reykjavík í Hörpu fimmtudaginn 15. september næstkomandi. MYND/ERNIR

30 þúsund gestir

Nú þegar hafa fjölmargar ráðstefnur verið haldnar hér á landi fyrir tilstuðlan ambassadora Meet in Reykjavík. „Með því að leggja saman tengslanet ambassadoranna við reynslu og markaðsefni Meet in Reykjavík aukast líkur til muna á að alþjóðlegar ráðstefnur, fundir og viðburðir séu haldnir á Íslandi,“ segir Hildur. „Leitast hefur verið við að fá um 70 ráðstefnur og viðburði til Íslands, með aðkomu Meet in Reykjavík. Samanlagður gestafjöldi staðfestra viðburða er um 30 þúsund og áætlaðar heildargjaldeyristekjur af þeim um 12 milljarðar króna,“ segir Hildur.

Árlega heldur Meet in Reykjavík viðburð undir yfirskriftinni Sendiherrar Meet in Reykjavík. „Hann er hugsaður sem hvatning fyrir núverandi og verðandi ambassadora til að stuðla að komu alþjóðlegra funda og ráðstefna til Íslands,“ segir Sigurjóna Sverrisdóttir, verkefnastjóri sýninga og viðburða hjá Meet in Reykjavík. Viðburðurinn verður haldinn í Silfurbergi, Hörpu, þann 15. september milli klukkan 15.00 og 17.00.

Í ár er Scott Taylor einn af frummælendum en á síðastliðnum tíu árum má rekja 3.500 ráðstefnur til Glasgow Ambassador Programme undir hans stjórn og þær tryggðu Glasgow meira en 187,3 milljarða króna í tekjur. Farið verður almennt yfir starfsemi Meet in Reykjavík og í lok viðburðarins verða einn til tveir framúrskarandi ambassadorar heiðraðir fyrir að standa að komu stórra viðburða til Íslands.“

Sigurjóna býður alla þá, sem ganga með þann draum í maganum að bjóða stórum fundi eða ráðstefnu til Íslands, velkomna á Sendiherrar Meet in Reykjavík. Skráning er á ambassador@meetinreykjavik.is.

Nánari upplýsingar má finna á meetinreykjavik.is.

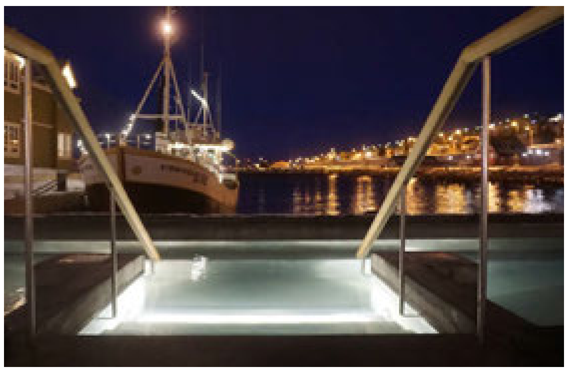
VILTU HALDA VEISLU?

FERMINGAR
BRÚÐKAUP
ÁRSHÁTÍÐIR
ERFIDRYKKJUR
FUNDIR
RÁÐSTEFNUR
AFMÆLI

EFRI SALURINN ER LAUS FYRIR ÞIG ...

SÓLON BISTRO • BAR
BANKASTRÆTI 7A - 101 REYKJAVÍK - S. 562 3232

ÁRANGURSRÍKIR FUNDIR
á Sigló



Láttu fara vel um þig og þína á Sigló Hótel.
Við bjóðum uppá vel búna veislu- og fundasali sem henta jafnt fyrir stóra sem smáa viðburði. Þráðlaust internet í boði fyrir alla gesti. Á hótelinu er veislu- og fundarsalur fyrir allt að 80 manns en í tveggja mínútna göngufjarlægð eru veitingahús okkar við höfnina með sali fyrir allt frá 10-150 manns. Heitur pottur, gufa og einstakt umhverfi gefa rétta tóninn fyrir þinn fund.

SIGLÓ HÓTEL

Snorragötu 3b • 580 Siglufirði • Sími 461-7730 • siglohotel@siglohotel.is • www.siglohotel.is

ANTON&BERGUR

Góð og gagnleg ráð fyrir ráðstefnufara

Ráðstefnur og fundir geta gert heilmikið bæði fyrir feril og persónulegan þroska fólks. Hægt er að kynnast betur innviðum bransans, læra nýja hluti og mynda ný tengsl við fólk innan atvinnugreinar. Ráðstefnur geta oft og tíðum verið yfirþyrmandi enda framboð fyrirlestra mikið. Því er gott að skipuleggja sig og fylgja nokkrum góðum ráðum sem gefin eru á vefsíðunni www.themuse.com.

Félagsleg samskipti eru afar mikilvæg á ráðstefnum enda eru þær vettvangur til að hitta áhugavert fólk sem getur orðið hluti af góðu tengslaneti.

FYRIR RÁÐSTEFNUNA

1 Öðlastu sýnileika Á ráðstefnunni eru hundruð eða þúsundir annarra en með því að taka að þér eitthvert hlutverk aðgreinir þú þig frá öllum hinum. Þú gætir til dæmis athugað með góðum fyrirvara möguleikana á því að vera kynnir, leiðbeinandi eða sjálfboðaliði.

2 Styrktu tengslin Ráðstefna er kjörinn vettvangur til að kynnast nýju fólki, en einnig góð leið til að byggja ofan á þau sambönd sem þú hefur nú þegar. Ef þú veist af fólki á ráðstefnunni, viðskiptavinum, birgjum eða vinum vina, er gott að hafa samband við þá nokkrum vikum fyrir viðburðinn til að skipuleggja hitting.

Á RÁÐSTEFNUNNI

3 Fáðu allar upplýsingar Fjölmargar ráðstefnur bjóða nýjum ráðstefnugestum á upplýsingafund. Gott er að sækja slíka fundi, ekki aðeins til að fá allar upplýsingar, heldur einnig til að kynnast öðrum þátttakendum.

4 Veldu rétt Framboð af fundum og fyrirlestrum er yfirleitt yfirdrifið og engin leið að fylgjast með öllu. Því er mikilvægt að velja úr það sem þér finnst áhugaverðast og raða niður eigin dagskrá. Passaðu þó að yfirhlaða hana ekki og gera ráð fyrir smá frítíma. Ekki vera hræddur við að yfirgefa fundi sem eru ekki jafn spennandi og þú hélst.

5 Mundu hvað þú lærðir Upplýsingarnar sem fólk fær á ráðstefnum eru miklar og ólíklegt að hægt sé að muna þær allar þegar heim er komið. Því er gott að skipuleggja vel glósur og upplýsingabæklinga til upprifjunar.

6 Reyndu að tengjast fyrirlesurum Fyrirlesarar eða þátttakendur í pallborðsumræðum eru líklegir til að vera sérfræðingar á sínu sviði og því fólk sem gott er að þekkja. Ekki vera hræddur við að spyrja spurninga eða bíða til loka fundarins til að heilsa upp á fyrirlesarana og fá hjá þeim nafnspjald.

7 Sinntu félagslega hlutanum Gefðu þér tíma til að taka þátt í uppákomum á vegum ráðstefnunnar. Þar er gott að tengjast fólki í afslappaðra umhverfi.

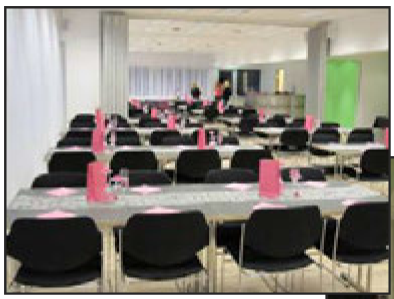
8 Leggðu frá þér símann Ekki sökkva þér í tölvupóst eða annað í símanum meðan þú bíður eftir næsta fundi. Opnaðu fyrir samskipti við aðra ráðstefnugesti, þú færð meira út úr því.

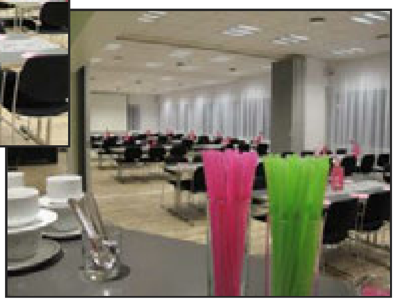
EFTIR RÁÐSTEFNUNA

9 Vinaleg eftirfylgni Á ráðstefnunni safnaðir þú saman nafnspjöldum, eignaðist nýja Facebook-vini og Twitter-fylgjendur. Innan viku frá ráðstefnunni er gott að senda persónuleg skilaboð til allra sem þú hittir til að láta þá vita að þér fannst gaman að kynnast þeim. Skipuleggðu símtöl eða mæltu þér mót við það fólk sem þú vilt komast í betra samband við.

10 Gefðu af þér Deildu upplýsingum og samböndum sem þú aflaðir á ráðstefnunni með samstarfsfélögum þínum. Haltu fyrirlestur um það sem þú lærðir og komdu þannig þekkingunni áfram inn í fyrirtækið.

AFMÆLI
BRÚÐKAUP
FERMINGAR





ERFIDRYKKJUR
FUNDIR
RÁÐSTEFNUR

GALA VEISLUSALUR
Smiðjuvegur 1 - 200 Kópavogur - S: 5806720 - gala@gala.is

rauða húsið restaurant Eyrarbakka
483-3330 • raudahusid.is
raudahusid@raudahusid.is
Búðarstíg 4, 820 Eyrarbakka

Fullkomnar veislur fyrir öll tækifæri
Kyrrlátt og fallegt umhverfi við sjávarsíðuna nálægt höfuðborgarsvæðinu og fjarri öllu amstri
Við bjóðum upp á fyrirtaks aðstöðu fyrir hvers kyns veislur og boð eins og brúðkaup, fermingar, afmæli og árshátíðir. Staðsetningin er einkar hentug fyrir fundi og ráðstefnur.
483-1000 • hafidblaa.is
hafidblaa@hafidblaa.is
Óseyrartanga við ósa Ölfusá, 816 Ölfus
Hafið Bláa útsýnis & veitingastaður verið velkomin

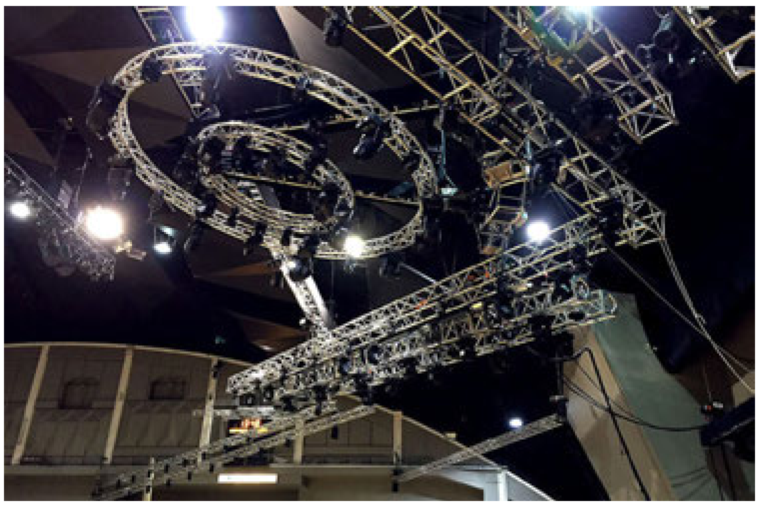
NÝ OG GLÆSILEG FUNDARAÐSTAÐA Á FOSSHÓTEL HÚSAVÍK
ÁTTA VEL ÚTBÚNIR FUNDAR- OG RÁÐSTEFNUSALIR SEM TAKA FRÁ 6 TIL 400 Í SÆTI.
OPNUNARTILBOÐ Í OKTÓBER OG NÓVEMBER: Frí fundaraðstaða fyrir gesti sem gista á hótelinu. Tilboðið gildir fyrir dvöl í miðri viku eða frá sunnudegi til fimmtudags.
Hafðu samband við okkur og við finnum það sem hentar þér og þínum best.
meetings@fosshotel.is
fosshotel.is/fundir
FOSSHOTEL HÚSAVÍK

Salurinn í Listasafni Íslands er glæsilegur, með lýsingu, skjávörpum og öllum öðrum tæknibúnaði frá Exton.

Exton vinnur að því að finna þá lausn sem hentar best fyrir hvert tækifæri.

Exton hefur tuttugu ára reynslu í tónleikahaldi af öllum stærðum og gerðum.

Starfsmenn Exton sjá um alla uppsetningu á tækjabúnaði, aðstoða meðan á viðburði stendur og ganga að lokum frá öllu á ný.



Engin takmörk eru fyrir því hvaða tækjabúnað Exton getur útvegað.

Tæknilegar heildarlausnir fyrir ráðstefnur, viðburði og veislur

Hjá **Exton** má leigja allan búnað sem þarf fyrir ráðstefnur og veislur af öllum stærðum og gerðum. Exton býður upp á margar tæknilegar lausnir enda stærsta fyrirtæki á sínu sviði á Íslandi. Úrvalið er mikið hvort sem fólk vantar hljóð, ljós, vídeó, ráðstefnukerfi eða túlkakerfi.

„Við erum eina sérhæfða fyrirtækið á Íslandi sem einbeitir sér að búnaði og lausnum fyrir ráðstefnur, fundi, tónleika og kynningar hvort sem er í minnstu fundarherbergi eða stærstu leikhús," segir Ingólfur Magnússon, framkvæmdastjóri leigusviðs hjá Exton. „Við erum þar af leiðandi langstærstir í þessum bransa hér á landi."

Það eru engin takmörk fyrir því hversu lítil eða stór ráðstefnan getur verið.
Ingólfur Magnússon

Ráðstefnubúnaður og túlkakerfi

Exton hefur áralanga reynslu af tækniþjónustu fyrir innlendar sem alþjóðlegar ráðstefnur. „Það eru engin takmörk fyrir því hversu lítil eða stór ráðstefnan getur verið. Stundum þarf bara lítinn búnað á borð við borðmíkrófóna eða jafnvel bara skjávarpa. Í öðrum tilvikum þarf fjölbreyttari búnað eins og flókinn myndbúnað, margþættan ráðstefnubúnað og túlkakerfi. Við eigum góðan grunn sem dugar í flestum tilvikum en svo erum við einnig með góð tengsl við tækjaleigu í Danmörku ef þörf krefur," segir Ingólfur.

Þörfin fyrir túlkakerfi hefur aukist mjög undanfarin ár að sögn Ingólfs. „Við bjóðum upp á alþjóðlega viðurkenndan ráðstefnu- og túlkabúnað. Við eigum tvo túlkaklefa en getum auðveldlega fjölgað þeim ef þörf krefur þannig að hægt sé að hafa eitt tungumál í hverjum klefa," upplýsir Ingólfur. Hann bendir á að Exton noti sama túlkakerfi og Háskóli Íslands þar sem kennd er ráðstefnutúlkun.

Tæknimenn til aðstoðar

Í flestum tilvikum setja tæknimenn frá Exton búnaðinn upp fyrir viðskiptavini og eru á staðnum meðan á ráðstefnunni stendur til að aðstoða ef eitthvað kemur upp á. Við lok viðburðarins sjá tæknimenn um að taka búnaðinn niður og ganga frá. Ingólfur bendir á að oft fari dýrmætur fundartími í að ráða fram úr tæknilegum vandamálum en þjónusta Exton gangi meðal annars út á að tæknihliðin sé ekki hindrun.

„Við erum stærstir í þessum bransa hér á landi," segir Ingólfur Magnússon, framkvæmdastjóri leigusviðs hjá Exton.

Allt fyrir vörukynningar

Ráðstefnur eru jafn fjölbreyttar og þær eru margar. Sumar snúast að einhverjum hluta um vörukynningar og þar er ekki komið að tómum kofanum hjá Exton. „Við höfum áralanga reynslu af hönnun tæknilausna fyrir vörukynningar, hvort sem það viðkemur lýsingu, myndskjáum eða hljóði," segir Ingólfur og bendir á að Exton hafi starfað við flestar vörusýningar á Íslandi síðustu tuttugu ár.

Gera veisluna betri

Góð tónlist og lýsing gerir góða veislu enn betri. „Við getum séð um tæknibúnað í lítil partí þar sem tveir hátalarar og ein diskókúla eru fullkomin lausn, eða tvö þúsund manna veislur í íþróttahúsum þar sem þarf borðalýsingu, hringsvið, vídeótjöld og stór hljóðkerfi," segir Ingólfur

Allar nánari upplýsingar má nálgast á www.exton.is

Lambalærið er besti veislurétturinn

Matreiðslumaðurinn **Eyþór Rúnarsson** segir lambalæri vera góðan rétt í veisluna, það sé hægt að elda það fyrirfram og það er gott með ýmsu meðlæti. Einnig eru kaldir réttir, fiskur, kjöt og salöt, hentugir. Við matargerðina er best að hafa hlutina einfalda og hnitmiðaða.

Þegar góða veislu gjöra skal þarf að huga að mörgu en aðalatriðið í huga flestra er eflaust veitingarnar. Eyþór Rúnarsson, matreiðslumaður á Bazaar Oddsson, segir mat sem þolir að hann sé undirbúinn fyrirfram henta best í stærri veislur. „Og matur sem verður ekki ofeldaður fljótt og þornar upp. Lambalæri er sennilega besti veislurréttur sem til er að mínu mati. Það er hægt að elda það fyrirfram og það helst mjúkt og djúsí ótrúlega lengi og er gott með mörgu meðlæti. Allir kaldir réttir eru líka sniðugir, salöt, dressingar og kaldur fiskur og kjöt. Fólk gleymir oft hvað kaldur matur er góður ef það er vandað vel til verks. Það er líka hægt að undirbúa hann fyrirfram,“ útskýrir Eyþór.

Lykillinn að því að allir veislugestir verði ánægðir er að hafa heita matinn heitan og kalda matinn kaldan að sögn Eyþórs. „Að sjálfsögðu þarf líka að vera vel undirbúinn og til með allt á réttum tíma. Einnig er mikilvægt að gleyma ekki fólki sem er á sérfæði og með fæðuofnæmi. Helstu mistökin sem fólk gerir í undirbúningi veislu er sennilega að hafa of mikinn eða of lítinn mat. Oftar er það að hafa of mikið. Sumir ætla sér líka um of og gera flóknari mat en þeir ráða við. Það er best að hafa hlutina einfalda og hnitmiðaða.“

Hann bætir við að það sé líka gott að hafa í huga að segja fólki hvað sé í boði þegar verið er að bjóða í veislu. Hvort það sé til dæmis boðið upp á léttan pinnamat eða þriggja rétta máltíð svo gestirnir mæti ekki of saddir eða of svangir í veisluna.

Mörgum leikmanninum finnst erfitt að áætla fjölda rétta eða magn matar í veislu en Eyþór hefur góð ráð við því. „Það er góð regla að miða við um það bil tvö hundruð grömm á mann af próteini í aðalrétt og þrenns konar meðlæti, kartöflur og tvö salöt, já, og að sjálfsögðu sósu. Það eru sennilega fáar þjóðir í heiminum sem elska sósurnar sínar jafn mikið og Íslendingar. Ef fólk er með pinnaveislu er full máltíð tólf til fjórtán bitar á mann. En annars fer þetta allt eftir tilefninu og á hvaða tíma dags veislan er.“

Eyþór gefur hér uppskrift að lambalæri sem hentar vel í veisluna og honum finnst alltaf gott.

Eyþór er yfirkokkur á Bazaar sem er nýr veitingastaður í JL húsinu. „Þar bjóðum við einmitt upp á veislubakka með ítölsku þema sem er tilvalið í smærri eða stærri veislur.“ MYND/ERNIR

„Lambalæri er sennilega besti veislurréttur sem til er,“ s egir Eyþór.

> **Allir kaldir réttir eru líka sniðugir**
>
> *Eyþór Rúnarsson*

LAMBALÆRI MEÐ DILLI, KAPERS OG HVÍTLAUK

fyrir fjóra

1 lambalæri
1 bréf ferskt dill – gróft skorið
5 hvítlauksgeirar grófskornir
2 msk. grófmalaður svartur pipar
3 msk. lítill kapers
2 msk. sjávarsalt
100 ml ólífuolía

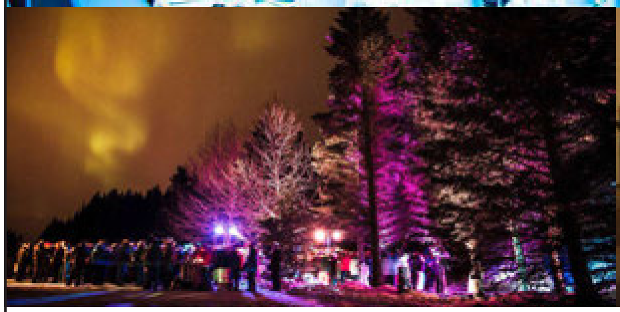
Setið lambalærið í eldfast mót, blandið öllu hinu hráefninu saman í skál og hjúpið lærið með því. Látið standa inni í ísskáp í tvo sólarhringa. Setjið inn í 150 gráða heitan ofninn í tvær klukkustundir.

KREMAÐ BROKKÓLÍ OG GRÆNKÁL

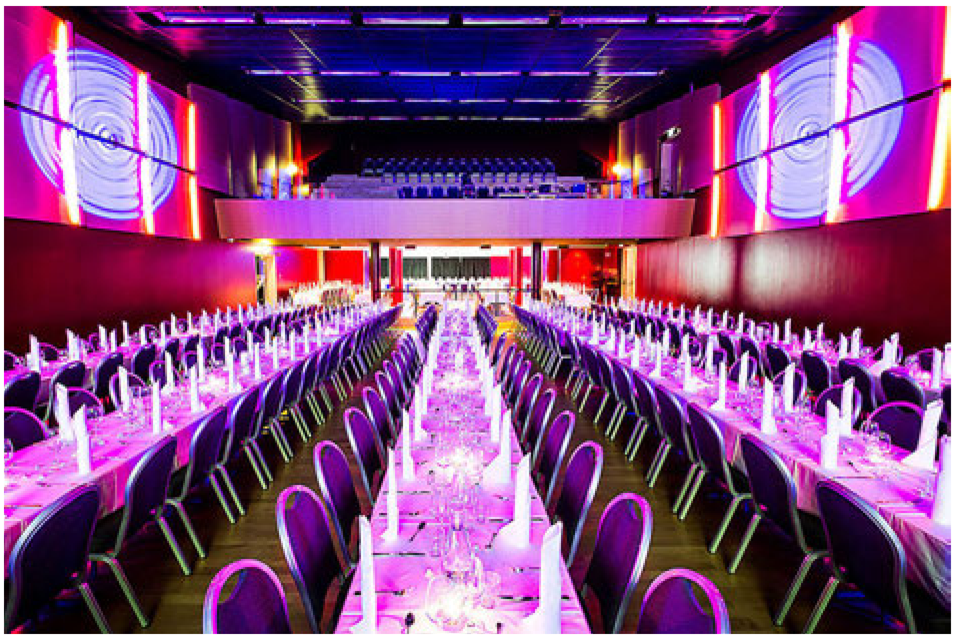
1 stór brokkólíhaus
150 g grænkál
1 steinseljurót, um 200 g
1 hvítlauksgeiri fínt rifinn
olía til steikingar
safi úr ½ sítrónu
250 ml rjómi
grænmetiskraftur
svartur pipar úr kvörn
sjávarsalt

Skerið brokkólíið niður í toppa, skrælið og skerið steinseljurótina niður í litla teninga. Takið stilkinn úr grænkálinu og skerið það fínt niður. Hitið pönnu með olíu og setjið steinseljurótina og brokkólíið á pönnuna og steikið í um fimm mínútur. Bætið rjómanum, hvítlauknum og grænkálinu út á pönnuna og látið sjóða í um tíu mínútur eða þar til grænmetið er orðið mjúkt í gegn. Smakkið til með saltinu, piparnum og grænmetiskraftinum.

Árshátíðir // Óvissuferðir // Aðrir viðburðir



g-events
Viðburðaþjónusta // g-events.is // 527 0777



Stapi tekur um 500 manns í sæti, t.d. á árshátíðum og í stærri veislum. MYND/OZZO PHOTOGRAPHY

Rokksafn Íslands setur mjög skemmtilegan svip á anddyri Hljómahallar. MYND/OZZO PHOTOGRAPHY

Salurinn Félagsbíó býður upp á stórt breiðtjald, skjávarpa og frábært hljóðkerfi auk mjög þægilegra sæta. MYND/ARNAR BERGMANN SIGURBJÖRNSSON

Það er alltaf frábær stemning á árshátíðum í Stapa. MYND/ARNAR BERGMANN SIGURBJÖRNSSON

Salurinn Stapi hentar líka mjög vel fyrir ráðstefnur og fundi af ýmsum stærðum og gerðum. MYND/ARNAR BERGMANN SIGURBJÖRNSSON

Nýr og mjög spennandi valkostur

Sífellt færist í vöxt að stærri viðburðir fari fram í **Hljómahöll í Reykjanesbæ**. Hljómahöll býður upp á nokkra misstóra sali sem henta viðburðum af öllum stærðum og gerðum. Anddyri hússins, þar sem Rokksafn Íslands er, setur mikinn svip á viðburði sem þar fara fram.

Hljómahöll í Reykjanesbæ er nýr og spennandi valkostur fyrir þá sem vilja halda árshátíðir, ráðstefnur, ýmiss konar veislur eða fundi í fallegu og spennandi umhverfi. Boðið er upp á fjóra misstóra sali sem rúma frá 16 upp í 500 manns en húsið rúmar um 1.000 manns í standandi viðburði. Rokksafn Íslands er einnig til húsa í Hljómahöll og byrja flestir stærri viðburðir, sem haldnir eru í húsinu, þar með fordrykk og forréttum í skemmtilegu umhverfi safnsins.

Að sögn Tómasar Young, framkvæmdastjóra Hljómahallar og Rokksafns Íslands, færist sífellt í vöxt að fyrirtæki og stofnanir á höfuðborgarsvæðinu, og raun um allt land, skoði valkosti á Reykjanesi þegar kemur að staðsetningu árshátíða, ráðstefna og annarra viðburða.

„Hljómahöll býður upp á mesta og besta úrval af sölum hér á Reykjanesi. Þetta er virkilega fallegt hús og ekki skemmir fyrir að hafa Rokksafnið innanhúss. Safnið myndar eitt fallegasta anddyri landsins enda er það frekar regla en undantekning að boðið sé upp á fordrykk og forrétti þar í tengslum við stærri viðburði. Það er ekki ónýtt að byrja gott kvöld í félagsskap sex metra hárra mynda af t.d. Of Monsters and Men, Björk og Sigur Rós. Þaðan er síðan haldið í þann sal sem viðburður kvöldsins fer fram í.“

Ólíkir salir

Vinsælasti og um leið stærsti salur Hljómahallar er Stapi sem áður hýsti hið sögufræga félagsheimili Stapann. „Þar er hægt að halda árshátíðir og ýmsar veislur fyrir 100-500 manns en hægt er að stækka salinn með því að opna yfir í Merkines-salinn. Stapi tekur auk þess um 900 manns á standandi tónleikum og dansleikjum.“

Fyrrnefndur Merkines-salur er við hlið Stapans og nefndur eftir fæðingarstað Elly og Vilhjálms Vilhjálmsbarna í Höfnum. „Merkines hentar vel undir viðburði á borð við fermingarveislur, afmæli og fundi. Salurinn getur tekið allt að 120-140 manns í borðhald en hentar einnig vel fyrir 40-50 manna samkomur og auðvitað allt þar á milli.“

Tómas Young er framkvæmdastjóri Hljómahallar og Rokksafns Íslands. MYND/ERNIR

> **Ekki skemmir fyrir að hafa Rokksafnið innanhúss.**
> *Tómas Young*

Salurinn Berg hentar vel fyrir tónleika, fundi og ráðstefnur. „Berg býr yfir mjög öflugu hljóðkerfi, skjávarpa og sýningartjaldi. Þar eru 104 sæti og er stólunum raðað á bekki í sjö stighækkandi raðir.“

Allur búnaður til staðar

Að lokum nefnir Tómas salinn Félagsbíó sem er notaður dagsdaglega sem hluti af Rokksafni Íslands. „Þar rúllum við heimildarmyndum um íslenska tónlist yfir daginn en salinn er hægt að leigja morgna og kvölds, t.d. undir smærri fyrirlestra. Þar er stórt breiðtjald, góður skjávarpi og frábært 7.1 hljóðkerfi. Þetta er virkilega flottur salur með sérstaklega þægilegum sætum.“ Á vef Hljómahallar, www.hljomaholl.is, má skoða alla salina betur í skemmtilegu 360° umhverfi.

Allur nauðsynlegur búnaður er í sölum Hljómahallar, t.d. skjávarpar og gott hljóðkerfi. „Mjög hæfir tæknimenn fylgja auk þess öllum sölum okkar og kunna svo sannarlega sitt fag. Veitingarekstur er í húsinu og við tökum einnig að okkur að útvega veislustjóra, skemmtiatriði og hljómsveitir ef óskað er eftir því. Þannig getum við í raun séð um alla viðburði frá a-ö ef þess þarf.“

Nánari upplýsingar má finna á www.hljomaholl.is.

KARÓKÍ HRISTIR FÓLK SAMAN

Ráðstefnugestir koma saman á ráðstefnum vegna sameiginlegra áhugamála, hagsmuna, til að bæta við sig þekkingu og síðast en ekki síst til að kynnast öðrum af sama meiði og stofna til tengsla við þá. Fyrirlestraskrá ráðstefna er oftar en ekki þéttskipuð og lítið ráðrúm til að kynnast þegar athyglin beinist að því að hlusta og taka inn upplýsingar. Það er því mikilvægt að gera ráð fyrir tíma á ráðstefnunni þar sem fólk getur kynnst og myndað tengsl. Oftast er þessi tími í kringum neyslu á mat og drykk, ýmist í standandi kokteilpartíum eða sitjandi borðhaldi þar sem gert er ráð fyrir skemmtiatriðum og jafnvel ræðuhöldum. Þegar öllu því er lokið er ekki úr vegi að skella í svolítið karókí! Það er fátt sem losar betur um hömlur og hristir fólk betur saman en samsöngur og að horfa á félaga sína takast á við áskoranir þekktustu popplaga heimsins. Mælt er með að einhver taki að sér stjórn á karókíinu, jafnvel að ráða þrautreynda karókístjóra, en svo er hægt að styðjast við YouTube og hljóðkerfi hússins. Látum svo sönginn hljóma!

Súpa í veisluna

Það er þægileg lausn að bjóða upp á matarmikla súpu í veislunni og hafa gott brauð með henni. Bjóða svo upp á eina til tvær kökur í eftirrétt með kaffinu og allir verða saddir og sáttir.

Gulróta- og sætkartöflusúpa er tilvalin í veisluna nú þegar haustið fer að skella á.

GULRÓTA- OG SÆTKARTÖFLUSÚPA

fyrir átta

- **4 msk. ósaltað smjör**
- **2 laukar, saxaðir**
- **1 msk. karríduft (curry powder)**
- **500 g gulrætur, skrældar og skornar í bita**
- **700 g sætar kartöflur (ein lítil), skrældar og skornar í bita**
- **8 bollar kjúklingaseyði**
- **1¾ tsk. salt**
- **1 sætt epli, skrælt og skorið**
- **2 msk. hunang**
- **Svartur pipar**

Bræðið smjörið í stórum potti. Bætið lauknum við og hrærið reglulega þar til hann er mjúkur og gegnsær. Brúnið ekki. Bætið við karrídufti og látið malla í mínútu í viðbót.

Bætið gulrótum, sætum kartöflum, kjúklingaseyði og salti við og látið suðuna koma upp. Lokið pottinum og látið malla á lágum hita þar til grænmetið er orðið mjúkt, í um 25 mínútur. Hrærið svo epli og hunangi saman við. Maukið síðan súpuna í pottinum með töfrasprota. Kryddið með salti og pipar eftir smekk og hunangi ef þarf. Berið fram í skálum og sáldrið örlitlu af karrídufti yfir.

Barack Obama Bandaríkjaforseti þykir einstaklega góður ræðumaður.

Að halda fyrirlestur

Fyrirlestrarkvíði er æði algengur og þó æfing og endurtekning dragi úr kvíðanum eru margir sem yfirvinna hann aldrei alveg.
Þá er gott að gera sér grein fyrir því að margir eru í sömu sporum auk þess sem miklar líkur eru á því að enginn annar en ræðumaðurinn sjálfur taki eftir stressinu.
Hér eru nokkur góð ráð sem reyndir ræðuhaldarar hafa gefið fólki um hvernig best sé að halda góða ræðu:

- Vertu vel undirbúinn og þekktu vel það efni sem þú ætlar að fjalla um. Einbeittu þér að fáum lykilatriðum, ekki reyna að komast yfir of breitt svið.
- Eitt af því sem er hvað mest áberandi hjá stressuðum ræðumönnum er hvað þeir tala hratt. Hægðu á þér og mundu að tala á eðlilegum hraða, jafnvel hægar þegar þú talar opinberlega.
- Náðu augnsambandi. Fólk treystir þeim sem horfa í augun á því. Ekki líta niður á gólfið og ekki horfa eingöngu á blöðin þín.
- Gættu að líkamsstöðunni. Ekki vera lotinn.
- Byrjaðu ræðuna á öruggan hátt, ekki vera með langdreginn inngang. Komdu þér strax að efninu.
- Notaðu glærur sem hjálpartæki, ekki lesa bara það sem stendur á þeim.

Hollt heilafóður

Það er til siðs að efna til kaffihlés á ráðstefnum og fundum enda gott fyrir fundargesti að standa upp, teygja úr sér og ræða það sem fram hefur farið sín á milli. Algengast er að bjóða upp á sætmeti með kaffinu og eru snúðar, kökubitar og kex oftar en ekki á borðum. Vandinn er sá að fólk syfjar gjarnan eftir slíkan mat og einbeitingin verður síðri.

Það er því ekki úr vegi að prófa að bjóða upp á næringarríkara nasl. Þetta getur til dæmis verið niðurskorið grænmeti, ávextir, hnetur og fræ, ostbitar eða ólífur svo eitthvað sé nefnt. Eins er hægt að bjóða upp á hressandi safa sem tilbrigði við kaffið. Eftir slíkt heilafóður eru allar líkur á að gestir gangi endurnærðir til sætis og meðtaki efnið betur.

VALDAMIKIL SAMKOMA

Árlegur fundur Bilderberg-hópsins er vafalaust valdamesta samkoma nútímans. Þar mætast árlega um 120-150 af valdamesta og auðugasta fólki í Evrópu og Bandaríkjunum og ræða um alþjóða- og efnahagsmál. Um þriðjungur hópsins er frá Bandaríkjunum en Evrópubúar skipa hinn hlutann. Meðal þátttakenda eru stjórnmálamenn, bankamenn, forstjórar alþjóðlegra fyrirtækja og þjóðhöfðingjar. Upphaflegt markmið hópsins, sem hittist fyrst árið 1954 í bænum Oosterbeek í Hollandi, var að berjast gegn kommúnistum. Undanfarna áratugi hefur þó hlutverk hans breyst talsvert og snýst í dag helst um það að styrkja tengslanet milli hinna valdamiklu og auðugu einstaklinga sem þar hittast.
Mikil leynd hvílir alltaf yfir því hverjir sitja fundina og um hvað er rætt. Fyrir vikið hefur hópurinn og árlegir fundir hans hlotið mikla gagnrýni gegn um árin úr ýmsum áttum.
Síðasti fundur var haldinn í júní síðastliðnum í þýsku borginni Dresden í Þýskalandi. Nokkrir Íslendingar hafa setið fundina undanfarna áratugi, þ.á m. ráðherrarnir fyrrverandi Davíð Oddsson, Björn Bjarnason (þá aðstoðarritstjóri Morgunblaðsins), Geir H. Haarde og Jón Sigurðsson.

Allar gerðir af veislum sérsniðnar að þínum þörfum

FERMINGARVEISLUR
BRÚÐKAUP
ERFIDRYKKJUR
VEITINGAR FYRIR FUNDI
MÓTTÖKUR
ÚTSKRIFTIR

VEISLUÞJÓNUSTA MARENTZU

www.marentza.is - 553 8872 - info@marentza.is

SÆT SÍÐSUMARS SÍTRÓNUKAKA

Sítrónur eru frískandi og sumarlegar og eru í uppáhaldi hjá Valgerði Grétu Guðmundsdóttur. Hún heldur úti blogginu Eldhúsið hennar Völlu og gefur hér uppskrift að ítalskri sítrónuköku sem er tilvalið að gæða sér á nú í lok sumars.

Valgerði Grétu Guðmundsdóttur bókmenntafræðinema þykir skemmtilegra að baka en að elda, þó ekki endilega fallegar kökur. „Allt sem heitir fondant og þannig fínerí er eitthvað sem ég nenni helst ekki. Kökurnar eiga bara fyrst og fremst að vera girnilegar og mannlegar,“ segir Valgerður brosandi.

Valgerður heldur úti blogginu Eldhúsið hennar Völlu þar sem hún deilir ljúffengum uppskriftum með lesendum sínum. Hún segir matargerðaráhugann vera genetískan. „Báðir foreldrar mínir þóttu liðtæk í eldhúsinu og mér þótti alltaf gaman að fylgjast með þeim og læra þannig handtökin. Pabbi heitinn lærði til sjókokks og þótti sérlega lunkinn við að gera sósur. Mamma er líka alveg ótrúleg, barnabörnin geta alltaf gengið að vöfflunum vísum í eldhúsinu þegar við komum í heimsókn og hún reiðir fram ótrúlegar krásir þegar hún heldur boð.“

Sítrónur eru í sérstöku uppáhaldi hjá Valgerði og segist hún hafa gert alls kyns útgáfur af sítrónukökum, tertum og „lemon curd“ sem hún setur á skonsur. Hún gefur lesendum hér uppskrift að gómsætri sítrónuköku. „Sítrónur eru svo frískandi og sumarlegar og þessi kaka er algjörlega fullkomin með smá rjómaslettu og ferskum jarðarberjum. Þessi uppskrift er eiginlega samsuða af nokkrum sem ég hef skoðað á netinu og breytt og bætt eftir eigin höfði. Ég les ótrúlega mikið af matarbloggi og skoða mikið á Pinterest þaðan sem ég fæ mikinn innblástur,“ segir Valgerður.

ÍTÖLSK SÍTRÓNUKAKA

3 bollar hveiti
1 tsk. lyftiduft
¼ tsk. salt
1 bolli mjúkt smjör
2 bollar sykur
3 stór egg
½ bolli 18% sýrður rjómi
½ bolli súrmjólk
Börkur af tveimur meðalstórum sítrónum eða um 2 msk.
4 msk. ferskur sítrónusafi
1 tsk. vanillu essence

Krem
¼ bolli mjúkt smjör
1 ½ bolli flórsykur
2 msk. ferskur sítrónusafi

Byrjið á því að hita ofninn í 150°C.

Valgerði Grétu þykir gaman að baka og finnst henni meiru máli skipta að kökurnar séu góðar en að þær séu fallegar. Hún gefur hér uppskrift að ljúffengri sítrónuköku. MYND/EYÞÓR

Sigtið saman í skál, hveiti, lyftiduft og salt og setjið til hliðar. Setjið í hrærivélarskál smjör og sykur og þeytið þar til blandan er orðin ljós. Setjið þá eitt egg út í í einu og hrærið vel á milli. Þegar eggin eru öll komin þeytið þá vel þar til blandan er orðin mjög létt og nánast hvít. Setjið því næst saman við sýrða rjómann, börkinn, safann og vanilludropana og hrærið aðeins.

Blandið helmingnum af hveitinu saman við og hrærið bara rétt aðeins. Setjið súrmjólkina saman við og því næst restina af hveitinu.

Smyrjið mjög vel ílangt kökuform eða kringlótt formkökuform og smyrjið deiginu í formið en það er frekar þykkt. Bakið í 1 klst. og 10 mín. en fylgist með kökunni. Hún gæti þurft örlítið lengri eða styttri tíma, kakan er tilbúin þegar hún er orðin gullinbrún og prjónn kemur hreinn úr þegar stungið er í hana.

Þegar fer að styttast í að kakan sé tilbúin er ágætt að gera kremið. Þeytið öll innihaldsefnin saman og smyrjið helmingnum á kökuna þegar hún kemur heit út úr ofninum. Passið ykkur bara á því að fjarlægja hana afar varlega því kökur eru gjarnan viðkvæmar þegar þær eru enn þá heitar og gjarnari á að festast í forminu. Kremið bráðnar niður í kökuna sem gerir hana ómótstæðilega. Þegar kakan er alveg orðin köld er restinni af kreminu sprautað yfir hana í röndum.

GAGA Á STÓRA TJALDIÐ

Söngkonan Lady Gaga mun leika í endurgerð hinnar klassísku kvikmyndar A Star Is Born, en myndin verður einnig frumraun Bradley Cooper sem leikstjóra.

Lady Gaga þarf að feta í mikilfengleg fótspor enda hafa stjörnur á borð við Judy Garland og Barbru Streisand farið með aðalhlutverkið í myndunum sem komu út 1954 og 1976.

Fyrstu fréttir hermdu að Beyoncé myndi fá hlutverkið en ekki náðust samningar. Lady Gaga hreppir því hnossið og leikur ekki aðeins aðalhlutverkið heldur mun hún einnig semja tónlist fyrir myndina.

Þetta er fyrsta stóra hlutverk Gaga á stóra skjánum en hún hefur verið að fikra sig inn á leiklistarbrautina að undanförnu og hefur nú þegar hlotið lof fyrir frammistöðu sína í American Horror Story: Hotel.

VISSIR ÞÚ

… að í Róm til forna var algengast að fólk gifti sig í gulu.

… að blár er algengasti fataliturinn og ráða bláar gallabuxur þar mestu. Blái liturinn hefur róandi áhrif. Hann táknar tryggð og hollustu og er fólki af þeim sökum ráðlagt að klæðast bláu í atvinnuviðtölum. Af sömu ástæðum klæðist lögreglan bláu.

… að þótt flestar konur á Vesturlöndum gifti sig í hvítu er hvítur táknrænn fyrir sorg í Kína. Óhreinindi sjást vel á hvítu og er það ástæða þess að læknar og hjúkrunarfólk klæðast hvítu, enda fara óhreinindi og læknisverk illa saman.

… að fjólublár hefur ávallt verið litur kónga- og hefðarfólks því lengi vel var erfitt að verða sér úti um hann.

… að græni liturinn þykir róandi. Hann minnir á náttúruna og á miðöldum þótti það tákna frjósemi ef brúðir klæddust grænu.

Blár er algengasti fataliturinn í heiminum og ráða bláar gallabuxur þar mestu.

Heilsuréttir fjölskyldunnar

Hollusturéttir

við allra hæfi

Eftir að bækurnar okkar **Heilsuréttir fjölskyldunnar** og **Nýir heilsuréttir** komu út kom í ljós að fólk hefur því miður ekki alltaf tíma til þess að elda næringarríkan mat frá grunni eins og það vildi gera, m.a. til þess að forðast aukaefni og of mikinn sykur. Þannig að fljótlega varð okkar næsta verkefni að búa til heilsurétti án aukaefna, viðbætts sykurs, eins og maturinn væri í raun matreiddur í eldhúsinu heima, en samt hægt að kaupa tilbúna úti í búð. Nú eru komnir tveir nýir réttir frá okkur, **Grænmetispottréttur með viðbættu Omega-3** og **Fiskibollur með viðbættu Omega-3.** Bragðgóðir réttir, fullir af þarflegum næringarefnum.

Bestu kveðjur, Berglind og Siggi.

BÍLAR & FARARTÆKI

NETBÍLAR
www.netbilar.is

FRÁBÆR FJÖLSKYLDUBÍLL Á FLOTTU VERÐ!
PEUGEOT 5008. Árgerð 2013, ekinn 57 Þ.KM, bensín, 5 gírar. rúmar vel 3 barnastóla í öftustu sætaröð ásett 2590 tilboðsverð 2.190.000. Rnr.114164. Bíllinn er á staðnum netbílar Núpalind 1 5885300

Netbílar.is
Núpalind 1 .Lindum Kópavogi, 201 Kópavogur
Sími: 588 5300
http://www.netbilar.is

Ábendingahnappinn má finna á **www.barnaheill.is**

SAFT

PLANIÐ bílasala 5170000

TOYOTA Corolla wagon terra vvti. Árgerð 2007, ekinn 184 Þ.KM, bensín, 5 gírar. Verð 790.000. Rnr.107317.Á staðnum

BMW 5 525ia. Árgerð 2005, ekinn 113 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur. Verð 2.490.000. Rnr.302066.Á staðnum

VW Touareg r5. Árgerð 2004, ekinn 183 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 1.950.000. Rnr.107293.

Bílasalan Planið
Korputorgi, Reykjavík
Sími: 517 0000
Opið 10-18. Lau 12-16
www.planid.is

SUZUKI

Rafmagnsfjallareiðhjólin vinsælu fást hjá okkur. Þægileg 26" reiðhjól sem henta vel fyrir íslenskar aðstæður. Verð 188.900.- kr. Einnig til 28" borgarhjól.

SUZUKI UMBOÐIÐ ehf
Skeifunni 17, 108 Reykjavík
Sími: 565-1725
suzuki@suzuki.is
Suzuki.is / suzukisport.is

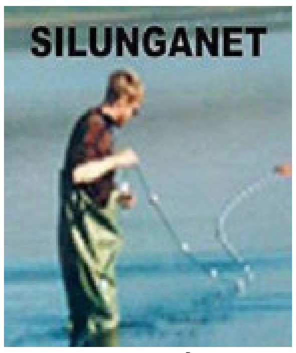
Bílar óskast

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

Mótorhjól

KAWASAKI VERSYS 650 ABS
Frábært ferðahjól
1.550.000,-
KAUPAUKI
Töskusett að verðmæti kr. 149.000,-
NITRO
Nítró - Kirkjulundi 17 - 557 4848 - nitro.is

Bátar



HEIMAVÍK
Silunganet, flotnet, sökknet. Nýju sjóbleikjunetin komin. Heimavík Höfðabakka 1, S. 555 6090 www.heimavik.is

MARÁS
TOHATSU
UTANBORÐSMÓTORAR

Léttir
Fyrirferðalitlir
Hljóðlátir

Kraftmiklir
Sparneytnir
2,5-250 hö

Miðhraun 13 - 210 Garðabær
Sími: 555 6444 - www.maras.is

Hjólbarðar

VAKA

FRÁBÆR DEKKJATILBOÐ
Ný og notuð dekk í miklu úrvali. Tökum notuð dekk uppí ný. VAKA S: 567 6700.

ÞJÓNUSTA

Garðyrkja

GARÐAUMSJÓN
Sláttur f. húsfélög og einstaklinga. Almenn garðvinna. Halldór garðyrkjumaður. S: 6981215

Bókhald

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

Búslóðaflutningar

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

Spádómar

SÁ SÍMASPÁ Í
S. 844 6845 / 462 4564
Frá kl. 14:00. Spái í spil og bolla. Leiðb. Geymið auglýsinguna. Er á facebook: SÁ

Rafvirkjun

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

» **Ráðningarþjónusta**

Leitar þú að starfsmanni?

HH Ráðgjöf hefur vönduð vinnubrögð og fagmennsku að leiðarljósi. Við leggjum metnað okkar í að veita afburðarþjónustu og finna réttan einstakling fyrir þá aðila sem leita okkar aðstoðar við ráðningu starfsfólks.

» Kostir þess að nýta sér þjónustu HH Ráðgjafar eru m.a.:

- **Vinnusparnaður**
Við vinnum úr umsóknum, leitum í gagnagrunni okkar, tökum forviðtöl og öflum umsagna.
- **Markviss leit**
Sérskrifaður hugbúnaður gerir leit afar markvissa og tryggir að við finnum hæfasta einstaklinginn.
- **Þriggja mánaða ábyrgð**
Ef starfsmaður hættir störfum innan þriggja mánaða er ráðning í hans stað án endurgjalds.
- **Ekkert staðfestingargjald**
Við leggjum áherslu á að rækta árangursríkt og ánægjulegt langtímasamband við viðskiptavini okkar og því greiðir þú ekkert ef ekki verður af ráðningu.
- **Fjöldi hæfra umsækjenda**
Fjöldi umsækjenda er á skrá í almennum gagnagrunni okkar sem tryggir að við finnum rétta einstaklinginn fyrir starfið.
- **Fjölbreyttar þjónustuleiðir**
Í boði eru fjölbreyttar þjónustuleiðir sniðnar að þörfum og væntingum viðskiptavina okkar. Þú finnur lausnina hjá okkur.
- **Reynsla og þekking**
Hjá HH Ráðgjöf starfa sérfræðingar á sviði starfsmannamála sem búa m.a. yfir mikilli reynslu af ráðningum og hagnýtri menntun.
- **Sanngjarnt verð**
Bjóðum mjög hagstætt og samkeppnishæft verð á þjónustu okkar. Gerðu verðsamanburð!

HH Ráðgjöf er alhliða ráðningarþjónusta og við státum okkur af því að veita framúrskarandi þjónustu hvort sem um ræðir ráðningu ófaglærðra, faglærðra eða sérfræðinga.

» Ráðgjafar okkar veita fúslega frekari upplýsingar í síma 561 5900 eða sendu okkur tölvupóst: hhr@hhr.is

HH RÁÐGJÖF
RÁÐNINGARÞJÓNUSTA

» HH Ráðgjöf • Fjarðargata 13 - 15 • 220 Hafnarfjörður • Sími: 561 5900 • Fax: 561 5909 • hhr@hhr.is • www.hhr.is

markaður

Símar 662 7222 og 578 6262
Vefverslun: vonogbjargir.is
Viltu gefa kompudót, fatnað, bækur og fleira? ...við sækjum.
Höfum kaupendur að heilum búslóðum og lagerum.

þjónusta

Snorri Hermannsson hefur opnað Dekkjaþjónustuna í Auðbrekku 2, Kópavogi

Hjólbarðaþjónusta

Ný og notuð dekk
Umboðssala fyrir dekk og felgur

Tökum notuð dekk upp í ný dekk
- Pólýhúðun á felgum - Dekkjahótel
Tökum einnig að okkur smáviðgerðir, smurningu og ýmsa bílaþjónustu

Áratuga reynsla og persónuleg þjónusta

Tilboð á dekkjum út ágúst!

DEKKJAÞJÓNUSTAN
Auðbrekku 2, Kópavogi

S: 557 6644 / 823 6644 - Verið velkomin - þú finnur okkur líka á facebook.

KEYPT & SELT

Óskast keypt

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

s. 552-4910.

Sjónvarp

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

HEILSA

Nudd

TANTRA NUDD
Ekta vígsla í leyndardóma Tantra með Tantra nuddi. Einstæð upplifun fyrir pör, konur og karla. S. 698 8301 www.tantratemple.is

HEIMILIÐ

Fatnaður

ÞÚ FÆRÐ FULLAN FATAPOKA Á 500 KR STK
í Nytjamörkuðum Fjölskylduhjálpar Íslands í Iðufelli 14 opið virka daga frá kl. 13 til 17 og í Hamraborg 9 í Kóp opið virka daga frá 13 til 18.
Allir velkomnir.

HÚSNÆÐI

Geymsluhúsnæði

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

GEYMSLUR.IS
SÍMI 555-3464
Suma hluti er betra að geyma. Geymslur fyrir dánarbúið, allt að 25% afsláttur. www.geymslur.is

FYRSTI MÁNUÐUR FRÍR
WWW.GEYMSLAEITT.IS
Og ódýrt eftir það. Stærðir 1 til 17 m2. Nýtt, upphitað og vaktað. S: 564-6500

ATVINNA

Atvinna í boði

MOSFELLS BAKARÍ

VILT ÞÚ VINNA MEÐ OKKUR.
Óskum eftir hressu, þjónustulunduðu og samviskusömu fólki til að vinna með okkur í bakaríinu okkar í Reykjavík og Mosfellsbæ. Vinnutíminn er frá 13:00 - 18:30 alla virka daga og einn dag aðra hverja helgi. Umsækjendur þurfa að tala góða íslensku.
Hægt er að fylla út umsókn á staðnum eða á netinu. Slóðin er www.mosfellsbakari.is/atvinnu-umsokn/

HÁDEGIS-, KVÖLD OG HELGARVINNA:
Gamla smiðjan óskar eftir að ráða starfsmenn í afgreiðslu og matvinnslu. Óskum eftir jákvæðum, duglegum og samviksusömum starfskröftum til að vinna hádegis-, kvöld- og helgarvinnu.
Nánari upplýsingar og umsóknir sverrr@brimhotel.is

VEGNA GRÍÐARLEGRA VINSÆLDA
óskar veitingastaðurinn Public House Gastropub eftir starfsmönnum í eldhús.

Hægt er að hafa samband á eldhus@publichouse.is

HANDVERK Í HÁVEGUM HAFT
KORNIÐ
BAKARÍ

Kornið Bakery is looking for assistants in the Bakery. Please send you job application to umsokn@kornid.is market as "bakery"

FISKVINNSLA Í HFJ.
Óska eftir vönu starfsfólki við snyrtingu og pökkun. Uppl. í s. 669 0089

VEITINGAHÚSIÐ LAUGA-ÁS
óskar eftir hressu og glaðlyndu starfsfólki til að vinna í hádeginu alla virka daga frá 10:00-15:00 og einnig í kvöld og helgarvinnu. Ef þú ert orðinn 18 ára, reyklaus og vilt vinna á góðum og skemmtilegum stað sendu þá ferilskrá á johann@laugaas.is

Atvinna óskast

PROVENTUS STARFSMANNAÞJÓNUSTA
Útvegum starfsmenn til fjölbreytilegra starfa um lengri eða skemmri tíma.
Nánari upplýsingar í síma 775-7373 eða sendið fyrirspurn á netfangið proventus@proventus.is

skemmtanir

Cafe Catalina

Hamraborg 11 • 200 Kópavogur • Sími 554 2166 • www.catalina.is

"Best geymda leyndarmál Kópavogs"

Leikir helgarinnar:

Föstudaginn 19. ágúst
18:50 Man.United - Southampton

Laugardaginn 20. ágúst
13:50 Burnley - Liverpool
16:20 Leicester City - Arsenal

Sunnudaginn 21. ágúst
14:50 W.H.United - Bournemouth

Hljómsveitin Klettar

Rúnar Þór,
Rúnar Vilbergs,
Björgvin Gísla
og Siggi Árna
spila í kvöld.

Gullnáman

Heimilismatur í hádeginu virka daga • Eldhúsið opið alladaga til kl. 21:00 • Boltatilboð • Snyrtilegur klæðnaður áskilinn

tilkynningar

Reykjavíkurborg
Umhverfis- og skipulagssvið

Tillaga að breytingu á Aðalskipulagi Reykjavíkur 2010-2030

Fjölgun íbúða

Nýtt svæði fyrir samfélagsþjónustu

Breytt lega stíga

Borgarráð Reykjavíkur samþykkti þann 23. júní 2016 að auglýsa tillögu að breytingu á Aðalskipulagi Reykjavíkur 2010-2030, samkvæmt 1. mgr. 36. gr, sbr. 31. gr. laga nr. 123/2010.

Breytingartillagan nær til Vogabyggðar, svæðis sem markast af Sæbraut til vesturs, Kleppsmýrarvegi til norðurs og Elliðaárvogi til austurs. Í tillögunni felst að fjöldi íbúða á svæðinu er aukinn úr 400 í 1300, ný lóð fyrir samfélagsþjónustu er skilgreind við Naustavog, legu stíga er breytt lítillega og forgangsröðun byggingarsvæða er endurskilgreind. Aðalskipulagstillagan er kynnt samhliða tillögu að nýju deiliskipulagi fyrir hluta svæðisins. Einnig er lögð fram skýrsla er lýsir helstu umhverfisáhrifum uppbyggingar.

Tillagan liggur frammi í þjónustuveri Reykjavíkurborgar að **Borgartúni 12-14**, 1. hæð, virka daga kl. 8:20 – 16:15, **frá 19. ágúst 2016 til og með 30. september 2016.** Tillagan er einnig til sýnis á Skipulagsstofnun, Laugavegi 166, 3. hæð. Einnig má sjá tillöguna á vefsíðunni, ***www.reykjavik.is*, skipulag í kynningu**.

Eru þeir sem telja sig eiga hagsmuna að gæta hvattir til að kynna sér tillöguna. **Ábendingum og athugasemdum við tillöguna skal skila skriflega til Umhverfis- og skipulagssviðs, Borgartúni 12-14 eða á netfangið *skipulag@reykjavik.is*, eigi síðar en 30. september 2016. Vinsamlegast notið uppgefið netfang fyrir innsendar athugasemdir með tölvupósti**.

Umhverfis- og skipulagssvið Reykjavíkurborgar

Borgartúni 12-14, 105 Reykjavík, sími: 411 1111, www.reykjavik.is

Reykjavíkurborg
Umhverfis- og skipulagssvið

Auglýsing um nýtt deiliskipulag í Reykjavík

Í samræmi við 1. mgr. 43. gr. skipulagslaga nr. 123/2010, er hér með auglýst tillaga að deiliskipulagi í Reykjavík.

Vogabyggð svæði 2

Umhverfis og skipulagsráð Reykjavíkur samþykkti þann 15. júní 2016 og borgarráð Reykjavíkur þann 30. júní 2016 að auglýsa tillögu að deiliskipulagi Vogabyggðar svæði 2 fyrir svæðið sem afmarkast milli Tranavogar og að Kleppsmýrarveg. Um er að ræða nýtt deiliskipulag fyrir svæði 2 í Vogabyggð. Í tillögunni felst endurskipulagning á svæðinu, þar sem iðnaðarstarfsemi víkur fyrir blandaðri byggð íbúða, atvinnu, skrifstofu, verslana og þjónustu. Í skipulaginu er lögð áhersla á 3-5 hæða byggð, heildstæðar götumyndir og borgarmiðað gatnakerfi. Lagt er upp með fjölbreyttar lausnir almenningsrýma með áherslu á sólríka og skjólmyndandi staði.

Tillagan ásamt greinargerð og skilmálum liggja frammi í þjónustuveri Reykjavíkurborgar að Borgartúni 12-14, 1. hæð, virka daga kl. 8:20 - 16:15, **frá 19. ágúst 2016 til og með 30. september 2016**. Einnig má sjá tillöguna á vefsíðunni, ***www.reykjavik.is*, skipulag í kynningu**.

Eru þeir sem telja sig eiga hagsmuna að gæta hvattir til að kynna sér tillöguna. **Ábendingum og athugasemdum við tillöguna skal skila skriflega, til umhverfis - og skipulagssviðs, b.t. skipulagsfulltrúa, eða á netfangið *skipulag@reykjavik.is*, eigi síðar en 30. september 2016. Vinsamlegast notið uppgefið netfang fyrir innsendar athugasemdir með tölvupósti**.

Reykjavík 19. ágúst 2016
Skipulagsfulltrúi Reykjavíkur

Borgartúni 12-14, 105 Reykjavík, sími: 411 1111, www.reykjavik.is

Skipulagsstofnun

Mat á umhverfisáhrifum

Ákvörðun um matsskyldu

Skipulagsstofnun hefur tekið ákvörðun um að

Bygging flýtireina á Keflavíkurflugvelli

skuli ekki háð mati á umhverfisáhrifum samkvæmt lögum nr. 106 /2000. Ákvörðunin liggur frammi hjá Skipulagsstofnun, Laugavegi 166, Reykjavík og á vef stofnunarinnar www.skipulag.is. Ákvörðunina má kæra til úrskurðarnefndar umhverfis- og auðlindamála til **20. september 2016.**

atvinna

ATVINNA

STARFSKRAFTUR ÓSKAST Í VERSLUN OKKAR Á KORPUTORGI

Leitum að jákvæðum og þjónustulunduðum einstaklingi til að sjá um smávörudeildina okkar. Skemmtilegt starf í lifandi umhverfi.

Spennandi og krefjandi starf þar sem miklir möguleikar eru á að vaxa í starfi.
Góð árangurstengd laun í boði fyrir réttan aðila.
Ath. umsækjandi þar að vera yfir tvítugt.

Starfslýsing:
- Sjá um pantanir
- Verðbreytingar og fara yfir bæklinga
- Fylla á og sjá um að deild sé í lagi

Áhugasamir hafið samband við
Ívar 820-8011
Vilma 842-8064
korputorg.verslun@rfl.is

Umsóknarfrestur er til 31. Ágúst 2016

RÚMFATA LAGERINN
HERBERGIÐ • BAÐIÐ • HEIMILIÐ
www.rumfatalagerinn.is

Endalaust sumar

ENDALAUS GSM
2.990 KR.

ÓTAKMARKAÐ TAL, SMS OG 30 GB GAGNAMAGN*

EKKI HAFA ÁHYGGJUR AF SÍMNOTKUNINNI Í SUMAR!

Settu þig í samband og fáðu **Endalausan GSM** 1817 | 365.is 365

*Greitt er aukalega fyrir farsímanotkun erlendis, til útlanda og í upplýsinganúmer. Nánari upplýsingar er að finna í GSM skilmálum á 365.is
*30 GB gagnamagn er innifalið í hverjum mánuði en endalaust gagnamagn fyrir 2.000 krónur bætist við ef farið er umfram 30 GB

Við finnum rétta einstaklinginn í starfið

Ráðgjafar okkar búa yfir víðtækri þekkingu á atvinnulífinu og veita trausta og persónulega ráðgjöf.

capacent

www.capacent.is

PIZZUVEISLA!

Kauptu 5 pizzur að eigin vali en borgaðu fyrir 4.
Gildir um allar pizzur

Úrval er breytilegt eftir verslunum. Allar vörurnar fást í Iceland, Engihjalla.

OPIÐ 24 TÍMA

OPIÐ ALLAN SÓLARHRINGINN
ICELAND, ENGIHJALLA,
VESTURBERGI OG ARNARBAKKA

Iceland

Rúmlega 11.000 íþróttamenn frá 207 löndum taka þátt á Ólympíuleikunum í Ríó. Skipuleggjendur leikanna hafa í mörg horn að líta enda mikið um að vera. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON

Svipmyndir frá Ríó

Það styttist í að keppni á 28. sumarólympíuleikunum ljúki. Margir glæsilegir sigrar hafa unnist í Ríó og falleg tilþrif litið dagsins ljós eins og sjá má á myndunum hér á síðunni.

Spænski langstökkvarinn Juliet Itoya í loftköstum í keppni í undanriðlinum. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON

Keppni á Ólympíuleikunum reynir á styrk, hraða og liðleika keppenda eins og sést á tilþrifunum hjá þessum danska badmintonkappa. Hann reynir hér að halda flugunni í leik. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON

Danski landsliðsmaðurinn Mads Mensah fær óblíðar móttökur hjá slóvensku vörninni í leik liðanna í 8-liða úrslitum handboltakeppninnar. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON

LLOYD VAGABOND SHOEMAKERS adidas Gabor SIXMIX hummel ecco

LOKADAGAR ÚTSÖLUNNAR UM HELGINA

60% 70% 50% 90%

LÁGMARKS-AFSLÁTTUR AF ÖLLUM VÖRUM NÚ 50%

80% 50% 60%

Toppskórinn Markaður Smáratorgi

Toppskórinn Outlet Grafarvogi

Smáratorgi, Kópavogi
Opið virka daga 11.00-18.00
Laugardaga 11.00-18.00
Sunnudaga 12.00-18.00

Vínlandsleið, Grafarholti
Opið virka daga 11.00-18.00
Laugardaga 11.00-16.00
Sunnudaga 13.00-17.00

FRÉTTABLAÐIÐ
TÍMAMÓT
19. ÁGÚST 2016 FÖSTUDAGUR

ÞETTA GERÐIST: 19. ÁGÚST 1993

Sjómenn flykkjast í Smuguna

Fyrstu íslensku skipin hófu veiðar í Smugunni þennan dag árið 1993. Smugan er hafsvæði á milli fiskveiðilögsagna Noregs og Rússlands og þau ríki töldu sig ein eiga rétt á veiðum þar því fiskurinn kæmi jú úr þeirra lögsögu. Úr varð að upp blossuðu strax deilur og sendi norska strandgæslan skip á vettvang til að fylgjast gaumgæfilega með veiðum Íslendinga.

Á sama tíma blasti deilan þannig við íslenskum útgerðarmönnum að Smugan væri alþjóðlegt hafsvæði. Sumir gengu meira að segja svo langt að fjárfesta í sérstökum skipum til að senda á svæðið. Á tímabili voru á milli sjö og átta hundruð íslenskir sjómenn við störf í Barentshafi og er það ágætis vitnisburður um hversu vel veiðarnar gengu. Árið 1994 komu um þrjátíu og sjö þúsund tonn um borð í skipin beint úr Smugunni og á Svalbarðasvæðinu. Það þýddi þá fimm milljarða króna í kassann og rétt til reiknað voru það 5,5% af útflutningsverðmætum Íslands. En ekki var Adam lengi í Paradís, því fiskigengd í Smugunni fór síðan ört minnkandi og árið 1997 skiluðu veiðarnar litlu öðru en tapi.

Hugarró í götumerkingunum

Elísbetu Davíðsdóttur ljósmyndara gafst loks tími til að blása til sinnar fyrstu ljósmyndasýningar. Hún þurfti þó á dálitlu sparki í rassinn að halda til að sýningin Surface yrði að veruleika. Hún er opnuð í dag.

Elísabet er vön að vinna í tískuheimum svo hún viðurkennir að vera hálf feimin við að vera svona berskjölduð. Sýningin verður opnuð klukkan 17.00. FRÉTTABLAÐIÐ/HANNA

„Ætli það sé ekki erfiðast að vera ekki með „deadline“ og svo er kannski einhver smá feimni við að setja sjálfa sig svona fram,“ segir ljósmyndarinn Elísabet Davíðsdóttir sem opnar sína fyrstu ljósmyndasýningu á Íslandi í Mengi í dag. Elísabet hefur getið sér gott orð í New York sem ljósmyndari undanfarin sex ár og einbeitt sér mestmegnis að tískuþáttum og slíku. Myndir hennar hafa til dæmis birst í tímaritum á borð við New York Times, Vogue og Purple Magazine. Auk þess hefur hún unnið mikið með listamönnum á borð við Ragnar Kjartansson og fleirum.

Elísabet segist alltaf hafa fundið ákveðna hugarró í því að fara út á land og upplifa þar áferðina sem býr í landslaginu. Búandi í New York, hafi hún svo fundið svipaða punkta í götumerkingum, sem eru sannarlega ófáar. Til að gera langa sögu stutta varð úr sýningin sem ber heitið Surface. „Daglegar hreyfingar okkar eru rammaðar inn af götumerkingum sem við veitum sjaldnast mikla athygli. Þessar merkingar, línur sem bæjarstarfsmenn mála á göturnar, eru kannski þau inngrip í landslagið sem minnsta athygli vekja, en jafnframt þau róttækustu,“ segir hún og bætir við: „Á sýningunni eru einstök atriði götumerkinga einangruð sem leiðir fram nýjar myndbyggingar, óþekkjanlegar frá upprunalegum tilgangi sínum. Teknar af jörðinni og lyft í augnhæð, stöndum við eftir með hugleiðingu um það sem við lítum oftast fram hjá, jafnvel þegar við stöndum á orðinu STOP.“

Elísabet segir það Ragnheiði Pálsdóttur að þakka að hún láti loks verða af því að halda sýningu á verkum sínum hér heima. „Ég sýndi henni þessar myndir fyrr í vetur og henni leist vel á. Þá spurði hún mig hvort ég ætlaði ekki að fara af stað með sýningu. Ég gekk svo með það í huganum og tíminn leið. Mér gafst aldrei almennilegur tími til að klára. Svo reddaði hún stað fyrir sýningu á Íslandi ef ég hefði áhuga,“ útskýrir Elísabet og bætir við að það hafi verið nauðsynlegt spark í rassinn, einhvers staðar verði maður að byrja. Aðspurð um hvort Surface sé aðeins byrjun á sýningarferli Elísabetar, segist hún ætla að leyfa þessari að hefjast og klárast áður en hún segi nokkuð til um það, þó hún hefði eflaust mjög gaman af því.

> **Daglegar hreyfingar okkar eru rammaðar inn af götumerkingum sem við veitum sjaldnast mikla athygli.**

gudrun@frettabladid.is

✝

Ástkær faðir okkar,
tengdafaðir, afi og langafi,

Haraldur Jónasson
rafvirkjameistari,
Lækjargötu 30, Hafnarfirði,

lést á Landspítalanum 13. ágúst. Útförin fer fram frá Fríkirkjunni í Hafnarfirði þriðjudaginn 23. ágúst klukkan 13.

Ólafur Haraldsson
Jónas Haraldsson — **Halldóra Teitsdóttir**
Hulda Sólborg Haraldsdóttir — **Einar Örn Einarsson**
Oddný Halla Haraldsdóttir — **Finnur Logi Jóhannsson**
Haraldur Haraldsson — **Bergljót Vilhjálmsdóttir**
barnabörn og barnabarnabörn.

✝

Elskulegur eiginmaður minn, faðir,
bróðir okkar og mágur,

Jón Egill Kristjánsson
prófessor í Ósló,

lést af slysförum sunnudaginn 14. ágúst.
Útför hans fer fram í Asker í Noregi
miðvikudaginn 24. ágúst kl. 12.00.

Rita Moi
Kristian Jonsson Moi
Ingólfur Kristjánsson — **Ólafía Einarsdóttir**
Sigurður Kristjánsson — **Ingibjörg Birna Ólafsdóttir**

✝

Hugheilar þakkir og kveðjur sendum
við þeim fjölmörgu sem sýndu okkur
samúð eftir andlát

Halldórs Sigurðssonar
frá Valþjófsstöðum í Núpasveit,

með því að koma að jarðarför hans eða
hafa samband með ýmsu móti.

Innilegar þakkir sendum við einnig starfsfólki sjúkrahúsa Húsavíkur og Akureyrar fyrir hlýlega umönnun.

Kristveig Björnsdóttir og fjölskylda.

✝

Þökkum auðsýnda samúð, vináttu og
hlýju vegna andláts og útfarar ástkærs
eiginmanns, sonar, föður okkar,
tengdaföður, afa og langafa,

Ragnars Geralds Ragnarssonar
skipstjóra,
Ægisvöllum 17, Reykjanesbæ.

Starfsfólki heimahjúkrunar Heilbrigðisstofnunar Rnb. og Hafnistu í Reykjanesbæ eru sendar sérstakar þakkir fyrir einstaka umönnun.

Guðrún Árnadóttir
Ragnar Jónasson
Inga Birna Ragnarsdóttir — **Hrafn Árnason**
Árni Ragnarsson
Einar Ragnarsson — **G. Marta Guðmundsdóttir**
Albert Óskarsson
barnabörn og langafastelpan.

✝

Ástkær eiginmaður minn, faðir okkar,
tengdafaðir, afi, sonur og tengdasonur,

Stefán Sigurðsson
framkvæmdastjóri,
Þinghólsbraut 53b, Kópavogi,

sem lést laugardaginn 13. ágúst
verður jarðsunginn frá Kópavogskirkju
þriðjudaginn 23. ágúst kl. 13.

Blóm og kransar eru vinsamlegast afþakkaðir en þeim sem vilja minnast hans er bent á Hjartavernd eða Krabbameinsfélagið.

Elín Friðbertsdóttir
Stefán Elí Stefánsson — **Natalía Stefánsson**
Lára Karítas, Viktor Berg og Anna Margrét
Sigurður Helgi Stefánsson — **Auður Lilja Harðardóttir**
Breki Már og Róbert Darri
Bjarki Már Stefánsson — **Hrafnhildur Jónasdóttir**
Óliver Hrafn
Gyða Stefánsdóttir
Lilja Guðrún Eiríksdóttir
systkini hins látna og aðrir aðstandendur.

✝

Elskulegur faðir minn,

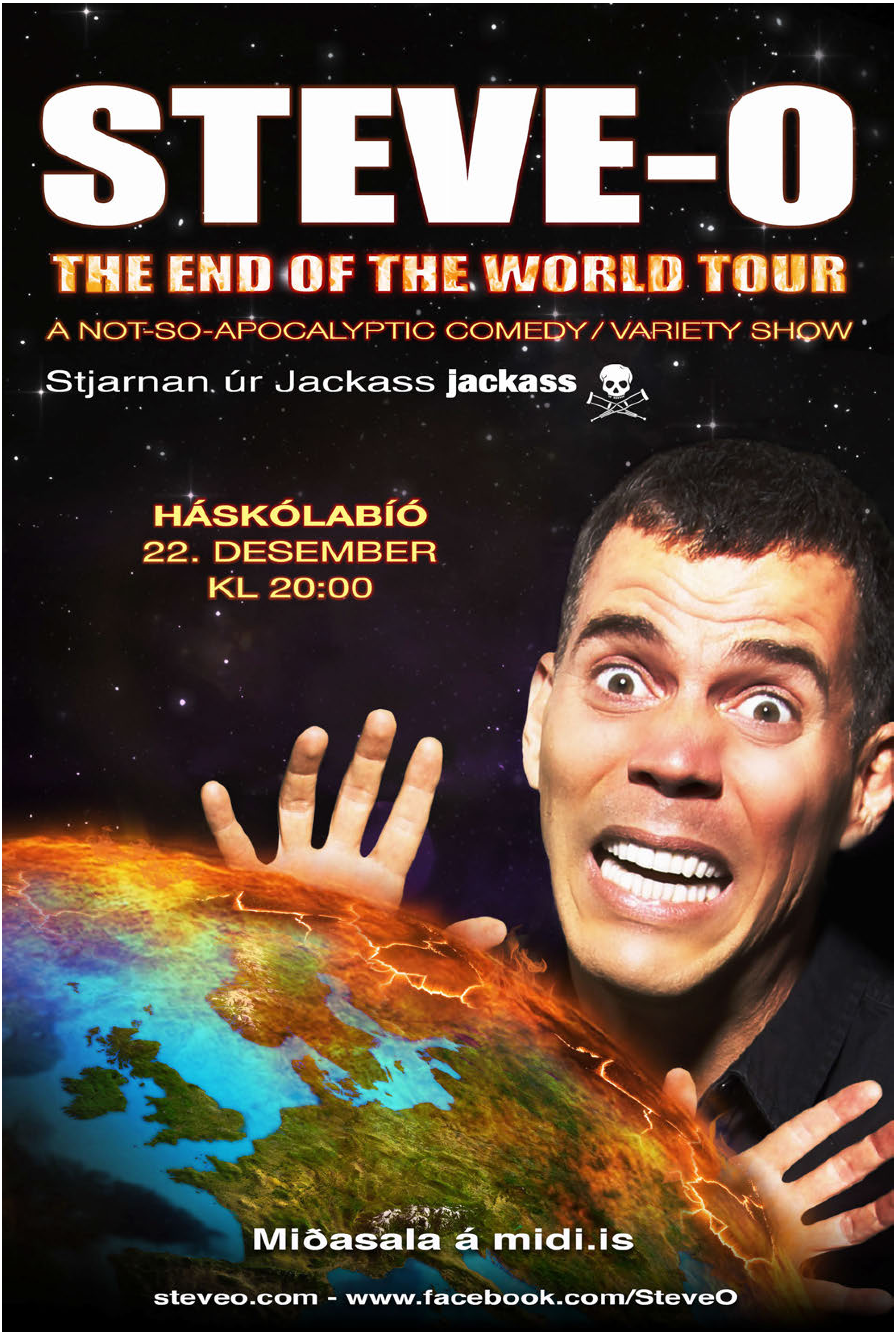
Gunnar Hjálmar Jónsson
tónlistarkennari,
Lundargötu 13, Akureyri,

lést 13. ágúst á Sjúkrahúsinu á Akureyri. Útförin fer fram frá Akureyrarkirkju miðvikudaginn 24. ágúst klukkan 13.30. Þeim sem vilja minnast hans er bent á Hollvinasamtök Sjúkrahússins á Akureyri.

Fyrir hönd aðstandenda,
Geir Gunnarsson

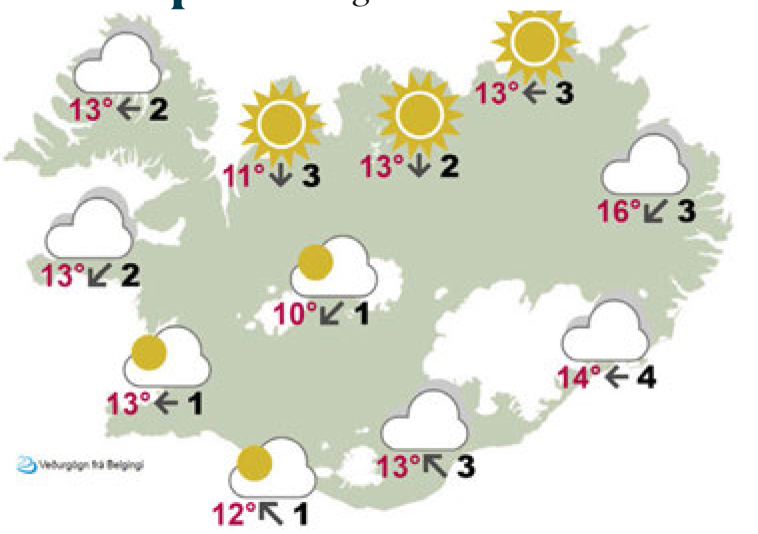
Tilkynningar um merkisatburði, stórafmæli og útfarir má senda á netfangið **timamot@365.is.**

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


STEVE-O
THE END OF THE WORLD TOUR
A NOT-SO-APOCALYPTIC COMEDY / VARIETY SHOW
Stjarnan úr Jackass jackass
HÁSKÓLABÍÓ
22. DESEMBER
KL 20:00
Miðasala á midi.is
steveo.com - www.facebook.com/SteveO

VEÐUR & MYNDASÖGUR

Veðurspá Föstudagur



Hæg norðaustlæg eða breytileg átt í dag og víða bjartviðri, en þokubakkar úti við norður- og austurströndina. Milt veður áfram.

Laugardagur

Reykjavík	Ísafjörður	Akureyri
15°	11°	14°
↙ 2	↙ 4	↙ 2

Egilsstaðir	Kirkjubæjarkl.	Hveravellir
12°	15°	13°
↓ 6	↖ 2	↙ 5

Sunnudagur

Reykjavík	Ísafjörður	Akureyri
11°	13°	15°
↘ 4	← 3	← 4

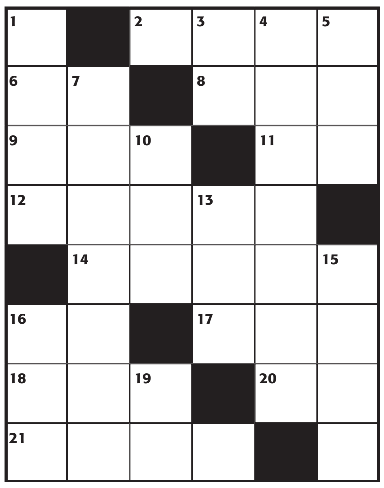
Egilsstaðir	Kirkjubæjarkl.	Hveravellir
11°	13°	12°
↓ 2	← 5	↑ 5

Þrautir

Krossgáta

LÁRÉTT
2. kjaft
6. í röð
8. jarðsprunga
9. skref
11. bardagi
12. sannfæringar
14. fugls hljóð
16. tveir eins
17. frostskemmd
18. drulla
20. átt
21. krukka

LÓÐRÉTT
1. fugl
3. einnig
4. fúslega
5. athygli
7. auðkenndur
10. ferð
13. í viðbót
15. útungun eggja
16. hald
19. ullarflóki



LAUSN

Lárétt: 2. gogg, **6.** lm, **8.** gjá, **9.** fet, **11.** at, **12.** trúar, **14.** krunk, **16.** tt, **17.** kal, **18.** aur, **20.** na, **21.** krús. **LÓÐRÉTT: 1.** álft, **3.** og, **4.** gjarnan, **5.** gát, **7.** merktur, **10.** túr, **13.** auk, **15.** klak, **16.** tak, **19.** rú.

Skák Gunnar Björnsson

Blomberg átti leik gegn Danielsson í Svíþjóð 1967.

1. ... Hfe8 (eða 1. ... Hae8) **2. Df1** (2. De3 hefði veitt smá vörn.) **2. ... Dxf2+! 3. Dxf2 He1#.** EM ungmenna hófst í gær í Prag í Tékklandi. Ellefu íslensk ungmenni taka þátt.

www.skak.is: Helgi Áss vann Borgarskákmótið.

Svartur á leik

Sudoku

LÉTT

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

MIÐLUNGS

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

ÞUNG

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

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

Lausn síðustu sudoku →

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

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

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

FRÉTTABLAÐIÐ er Helgarblaðið

Að vera úrhrak og ljós heimsins

Ragnar Kjartansson er stjarna í heimi alþjóðlegrar myndlistar. Hann segir frá baklandi sínu og þroskaferli listamannsins.

Tækifærunum fjölgar

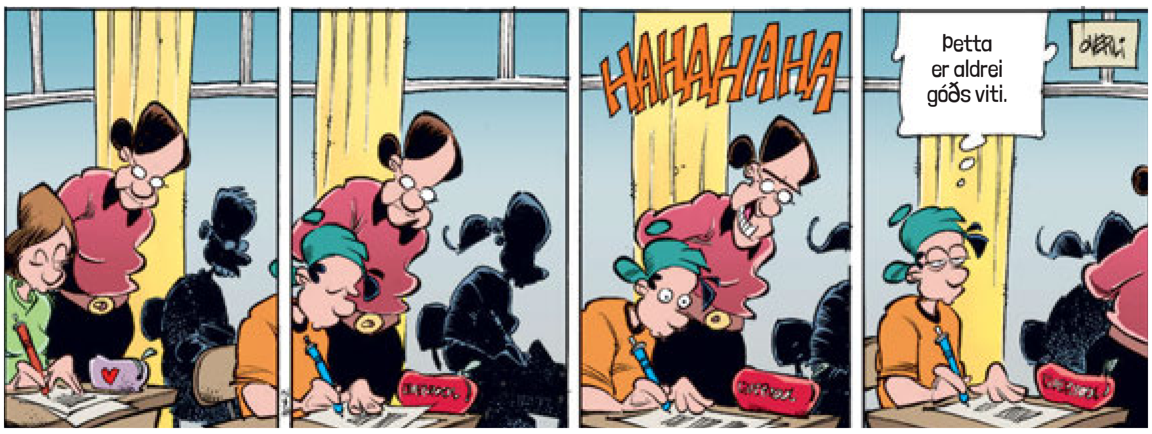
María Thelma Smáradóttir er íslensk-taílensk og nýútskrifuð leikkona frá Listaháskóla Íslands. Hún segir menningararf vera sinn styrk og tækifærum Íslendinga af erlendum uppruna sé að fjölga.

Lystugir réttir úr bláberjum

Berjasprettan er góð um allt land. **Jói Fel** og **Svavar Helgi Ernuson** leggja til uppskriftir sem upplagt er að spreyta sig á þegar búið er að fara til berja.

Myndasögur

PONDUS Eftir Frode Øverli



GELGJAN Eftir Jerry Scott & Jim Borgman

BARNALÁN Eftir Jerry Scott & Rick Kirkman

Ali
Gæði
Hunangs skinka
Ali
Skinka
Reykt skinka
METNAÐARFULL FRAMLEIÐSLA
Ali
SÍÐAN 1944
Silkiskorin
Hunangsskinka
Silkiskorin
Skinka
Ali skinkur bera Græna skráargatið
og eru án ofnæmisvaldandi efna
Ali

Einstakt þorp þar sem tíminn hefur staldrað við

Grjótaþorp – Hjarta Reykjavíkur er yfirskrift opnunarhátíðar Menningarnætur í ár en þau Sverrir Guðjónsson og Jóna Þorvaldsdóttir hafa lengi unnið að undirbúningi þessa fjölbreytta listviðburðar.

Magnús Guðmundsson
magnus@frettabladid.is

Grjótaþorpið í Reykjavík er sérstakt hverfi, þorp í borg, þar sem tíminn virðist hafa numið staðar á síðustu öld. Litrík og falleg gömul hús við þröngar götur og Álfasteinsgarður í miðju þessarar smáu og furðu kyrrlátu veraldar. Sverrir Guðjónsson söngvari er upphafsmaðurinn að opnunarhátíð Menningarnætur í Reykjavík að þessu sinni undir yfirskriftinni Grjótaþorp – Hjarta Reykjavíkur. Hugmyndin að viðburðinum fæddist hjá Sverri fyrir fimm árum og hann hefur unnið að henni síðan í samstarfi við Jónu Þorvaldsdóttur ljósmyndara.

Sverrir og Jóna í Álfasteinsgarðinum í Grjótaþorpinu. Á milli þeirra sést í hús Sverris en sólpallur hússins mun gegna hlutverki sviðs við setningu Menningarnætur. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

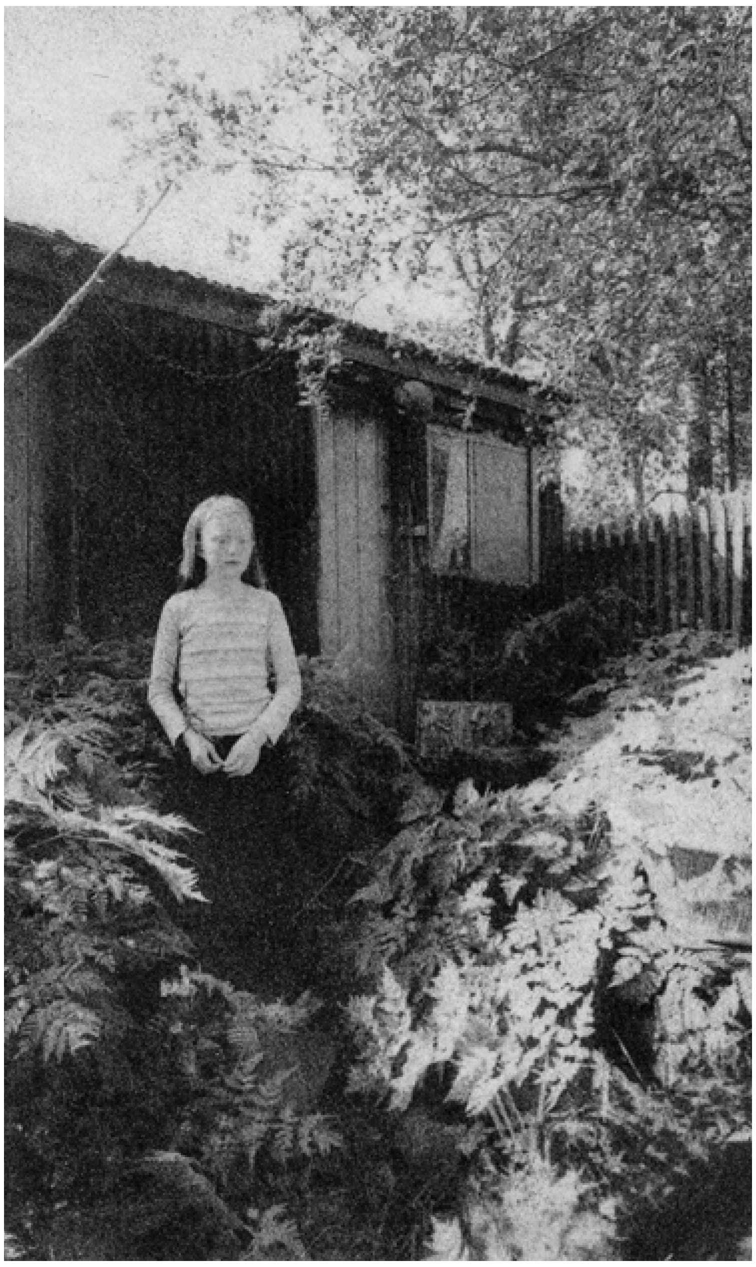
Stofan og gluggarnir

Sverrir segir að upphafið megi rekja til þess að hann hafi lengi langað til þess að vinna verkefni tengd þessu sérstaka þorpi í miðborginni. Ég hef búið hér um tuttugu ára skeið, flutti inn á afmælisdaginn minn 10. janúar 1996. Ég sá sýningu sem Jóna var með í Ljósmyndasafninu og mér leist þannig á myndirnar hennar að þær gætu talað máli þorpsins. Bæði er tilfinningin mjög sérstök, myndirnar eru oft nær því að vera grafískar, og það sem mér fannst sérstaklega spennandi er að tilfinningin fyrir tíma hverfur einhvern veginn. Maður horfir á myndina og finnst hún geta verið frá hvaða tímabili sem er. Það eina sem getur komið upp um tímasetningu er kannski fatnaður eða ef einhver er með farsíma í hendinni. Þannig að ég setti mig í samband við Jónu, skýrði út fyrir henni hvað ég var með í huga og síðan fór hún að mæta hér og taka myndir á ýmsum árstímum og kynnast fólkinu. Þannig náði hún fjölbreyttum og skemmtilegum myndum. Þessar myndir verða til sýnis á Stofunni, kaffihúsi sem er til húsa þar sem Fríða frænka var áður, en svo höfum við fengið leyfi frá húseigendum til að setja myndir í glugga svo fólk geti líka farið í gluggagöngu um Grjótaþorpið.“

Hver mynd einstök

Jóna Þorvaldsdóttir myndar og vinnur verk sín alfarið samkvæmt upprunalegum aðferðum ljósmyndatækninnar. Það er áferðin og nálgunin í myndunum sem heillaði Sverri og Jóna segist lengi vera búin að leggja upp með að fanga stemninguna í Grjótaþorpinu. „Ég lagði upp með að hafa þetta ekki einhvers konar heimildarverkefni þó svo að það væri það óneitanlega að einhverju leyti. En mér finnst bara svo merkilegt að þessi hús skuli vera þarna enn þá og svona vel við haldið í stað þess að þau hefðu verið rifin og byggð einhver hraðbraut þarna í gegn.

Þetta er búið að vera sérstakt verkefni fyrir mig þar sem ég vinn venjulega sjálfstætt sem myndlistarmaður og tek myndir eftir mínum hentugleikum. En þetta er búið að gefa mér mikið og fólkið í þorpinu hefur tekið mér vel og boðið mig velkomna. Aðferðirnar sem ég nota eru tímafrekar og óttalegt vesen að mörgu leyti. En þetta er allt saman vel þess virði og það er gott fyrir mig að vera löngum stundum inni í myrkraherberginu því ég hef enga þolinmæði í að vera fyrir framan tölvu. Þetta er róandi og gott og svo er líka hver og ein mynd einstök.



Það er óneitanlega kyrrlát og falleg stemning í myndum Jónu úr Grjótaþorpinu.

Ein af myndum Jónu Þorvaldsdóttur sem verður á sýningu hennar á Stofunni neðst í Grjótaþorpinu.

Það kemur dálítið rómantískur og gamall blær yfir myndirnar þegar maður notar þessar gömlu aðferðir og það er óhætt að taka undir með Sverri að myndirnar verði tímalausar. Mig langaði til þess að láta gamla og nýja tímann mætast í þessum myndum svo fólk geti látið hugann reika þegar það skoðar myndirnar og kannski aðeins ímyndað sér hvernig þetta var.“

Hljóðmynd og blásarar

En opnunarhátíðin einskorðast ekki við ljósmyndir Jónu því Sverrir hefur lengi unnið að því að taka upp hljóðmyndir þorpsins sem eru mjög fjölbreytilegar. „Stundum er það þannig þegar maður er í rólegheitum hérna uppi í þorpi að það er eins og að vera einhvers staðar í útlöndum. Þú ert með fuglasönginn og krakka að leik í garðinum og svo kemur kannski þyrla eða flugvél inn til lendingar á Reykjavíkurflugvelli. En maður venst þessum sérstaka hljóðheimi sem er svo breytilegur. Þetta er mjög áhugavert fyrir mig og mér fannst þegar ég fór að taka upp að þá færi ég að heyra betur í þorpinu. Ég er að láta þetta flæða með innsetningunni. Í beinu framhaldi af opnun hátíðarinnar verður gengið eftir Mjóstræti, þar sem innsetning hljóðs og myndar birtast í nokkrum gluggum húsanna undir gjörningsheitinu Útvarp Reykjavík.

Við Jóna höfum unnið þetta á löngum tíma og ég vissi að svona verkefni þyrfti tíma. Hugsunin í dag er svo mikið að allt átti að gerast í gær. En þarna förum við inn í þessa tilfinningu sem ég get ímyndað mér að hafi verið hér áður þegar ég held að fólk hafi haft meiri tíma. Þetta verkefni tengist þessari hugsun – þessari nálgun.

Borgarstjórinn setur svo hátíðina kl. 12.30 í litla garðinum en ég var lengi búinn að hugsa um að mig langaði til þess að fá blásara til þess að blása okkur inn í þessa hátíð. Stundum koma hlutirnir til manns þegar maður hugsar um þá, því að þá hringdi til mín maður að nafni Julian Gibbons frá Þýskalandi sem hafði áhuga á að spila við opnunina. Núna er hann á leiðinni með 60 manna blásarasveit sem er sérvalin úr 120 blásarasveitum frá Þýskalandi. Þau ætla að byrja að blása fyrir kl. 12 og fjörið verður byrjað hjá okkur strax fyrir hádegi og margt skemmtilegt á seyði.“

markhönnun ehf

netto

SKIPULAGÐUR SNÆÐINGUR Í SKEMMTILEGU BOXI FRÁ sistema®

598 KR

Nestisbox To-Go
698 KR

1.298 KR

Tvískipt box og 330 ml brúsi

Twist 'n Sip - 330 ml
698 KR

Gripper - 800 ml
998 KR

Twist 'n Sip - 460 ml
798 KR

998 KR
Margskipt box með skál

1.298 KR
Þrískipt box - 1,5 L

798 KR
Tvískipt Snarlbox - lítið

1.198 KR
Tvískipt Snarlbox - stórt

www.netto.is

Birt með fyrirvara um prentvillur og myndavíxl · Vöruúrval getur verið breytilegt milli verslana.

Mjódd · Salavegur · Búðakór · Grandi · Hrísalundur · Glerártorg · Húsavík · Höfn · Iðavellir · Grindavík · Krossmói · Borgarnes · Egilsstaðir · Selfoss

LAUGARÁS BÍÓ
midi.is Miðasala og nánari upplýsingar
Coca-Cola
SAUSAGE PARTY
BAD MOMS
TILBOÐ KL 4

LAUGARÁSBÍÓ	Sýningartímar
HELL OR HIGH WATER	5:50, 8, 10:10
NERVE	10:10
SAUSAGE PARTY	8, 10:10
LEYNILÍF GÆLUDÝRA 2D ÍSL.TAL	4, 6
LEYNILÍF GÆLUDÝRA 3D ÍSL.TAL	4
LEYNILÍF GÆLUDÝRA 2D ENS.TAL	4, 6
BAD MOMS	8

SAMBÍÓIN SAMbio.is
Frá James Wan, leikstjóra The Conjuring 1 og 2, kemur einn magnaðasti spennutryllir ársins!
77%
WASHINGTON POST
CHICAGO TRIBUNE
lights out
Þorir þú?
Frá þeim sömu og færðu okkur The Jungle Book
ROGEREBERT.COM
LOS ANGELES TIMES
VARIETY
86%
PETE'S DRAGON
Fullkomin mynd fyrir alla fjölskylduna
SUICIDE SQUAD
Stærsta mynd sumarsins er komin

SAMBÍÓIN ÁLFABAKKA	
LIGHTS OUT	KL. 6 - 8 - 10 - 10:40
LIGHTS OUT VIP	KL. 10:40
PETE'S DRAGON	KL. 1 - 3:20 - 5:40 - 8 - 10:40
SUICIDE SQUAD 2D	KL. 5:20 - 8 - 10:40
SUICIDE SQUAD 2D VIP	KL. 2:40 - 5:20 - 8
LEYNILÍF GÆLUDÝRA ÍSLTAL 3D	KL. 2 - 4
LEYNILÍF GÆLUDÝRA ÍSLTAL 2D	KL. 1 - 3:10 - 5:50
JASON BOURNE	KL. 8 - 10:40
STAR TREK BEYOND 2D	KL. 8
THE BFG	KL. 3 - 5:30
LEITIN AÐ DÓRU ÍSLTAL 2D	KL. 1 - 3:20

SAMBÍÓIN KEFLAVÍK	
LIGHTS OUT	KL. 10:40
PETE'S DRAGON	KL. 5:40 - 8
HELL OR HIGH WATER	KL. 10:10
SUICIDE SQUAD 3D	KL. 8
LEYNILÍF GÆLUDÝRA ÍSLTAL 2D	KL. 5:50

SAMBÍÓIN EGILSHÖLL	
LIGHTS OUT	KL. 6 - 8 - 10
PETE'S DRAGON	KL. 5:40 - 8 - 10:10
SUICIDE SQUAD 3D	KL. 8
SUICIDE SQUAD 2D	KL. 5:30 - 10:30
JASON BOURNE	KL. 8 - 10:30
LEYNILÍF GÆLUDÝRA ÍSLTAL 2D	KL. 5:30

SAMBÍÓIN KRINGLUNNI — NÚMERUÐ SÆTI	
LIGHTS OUT	KL. 10:40 - 11:40
PETE'S DRAGON	KL. 4:20 - 5:40 - 6:40
SUICIDE SQUAD 3D	KL. 5:20 - 8
SUICIDE SQUAD 2D	KL. 9
NOW YOU SEE ME 2	KL. 8
THE LEGEND OF TARZAN 2D	KL. 10:40

SAMBÍÓIN AKUREYRI	
LIGHTS OUT	KL. 10:10 - 10:40
PETE'S DRAGON	KL. 5:40 - 8
SUICIDE SQUAD 3D	KL. 5:20 - 8

SPARBÍÓ MERKTAR MEÐ GRÆNU EÐA APPELSÍNUGULU KR.950 Á APPELSÍNUGULT OG KR. 1250 Á GRÆNT
Leynilíf Gæludýra
Frá leikstjóranum Steven Spielberg
BFG
VARIETY
MATT DAMON JASON BOURNE

SMÁRABÍÓ HÁSKÓLABÍÓ
SAUSAGE PARTY
Fáðu fylli þína
Gróf, snjöll og óborganlega grilluð. Fyndnasta mynd sumarsins.
T.V. - BÍÓVEFURINN
HELL OR HIGH WATER
FORELDRABÍÓ KL. 12 Í DAG Í SMÁRABÍÓI
Í beinni TURANDOT 15. september í Háskólabíói
BAD MOMS
Gæludýra
NERVE
Sýningartímar á eMiði.is, miði.is og smarabio.is

Hvað? Hvenær? Hvar? Föstudagur

hvar@frettabladid.is

19. ÁGÚST 2016

Tónlist

Hvað? Teitur og Markús
Hvenær? 20.00
Hvar? Frystiklefinn, Rifi
Tónlistarmennirnir Teitur Magnússon og Markús Bjarnason verða í stuði í Frystiklefanum í kvöld. Teitur gaf á síðasta ári út sólóplötuna 27 en hann hefur einnig verið viðriðinn hinar ýmsu sveitir, til dæmis má nefna Ojba Rasta. Markús hefur einnig spilað með hinum ýmsu hljómsveitum í gegnum tíðina en sólóverkefni hans ber nafnið Markús & The Diversion Sessions. Nú koma Teitur og Markús báðir fram í Frystiklefanum og verða plötur beggja listamanna til sölu á staðnum. Miðaverð er 2.000 krónur.

Hvað? Útgáfutónleikar CeaseTone
Hvenær? 20.00
Hvar? Tjarnarbíó, Tjarnargötu 12
Indie-electro bandið CeaseTone fagnar útgáfu sinnar fyrstu breiðskífu, Two Strangers. Miðaverð er 2.900 krónur.

Hvað? Stebbi Jak og Andri Ívars
Hvenær? 21.00
Hvar? Café Rosenberg, Klapparstíg 25
Félagarnir Stebbi Jak og Andri Ívars efna til tónleika á Café Rosenberg í kvöld. Þeir leika þungarokk, poppmúsík, hugljúfar ballöður og allt þar á milli. Miðaverð er 2.500 krónur.

Hvað? Kongó
Hvenær? 22.00
Hvar? Hressingarskálinn, Austurstræti 20
Hljómsveitin Kongó kemur fram á Hressó.

Hvað? Seiðandi elektróník
Hvenær? 22.00
Hvar? Gaukurinn, Tryggvagötu 22
Tónlistarkonurnar Bláskjár og Magnetosphere leiða saman hesta sína á Gauknum í kvöld. Bláskjár er hliðarverkefni og sólóverkefni tónlistarkonunnar Dísu Hreiðarsdóttur og er tónlist hennar blanda af neó-klassískri og elektrónískri alþýðutónlist þar sem áhersla er lögð á að segja sögur og túlka tilfinningar. Magnetosphere er sólóverkefni Margrétar G. Thoroddsen þar sem seiðandi raftónlist nærist á sálarskotinni rödd með magnaðri uppbyggingu. Margrét starfar við tónlist sem laga- og textahöfundur, söngkona, hljómborðsleikari og ásláttarleikari. Aðgangur er ókeypis.

Teitur Magnússon og Markús Bjarnason spila á tónleikum í Frystiklefanum í kvöld. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

Hvað? Á móti sól
Hvenær? 22.00
Hvar? Græni hatturinn, Akureyri
Hljómsveitin góðkunna Á móti sól fagnar tuttugu ára afmæli um þessar mundir og leika piltarnir af því tilefni nokkur af sínum þekktari lögum og segja hinar ýmsu sögur tengdar söngvunum. Miðaverð er 3.000 krónur.

Hvað? Eric Clapton Tribute
Hvenær? 22.00
Hvar? Græna herbergið, Lækjargötu 6a
Rennt verður í gegn um allt það helsta frá ferli Eric Clapton. Um sönginn sér Rúnar Eff, gítarleikarar eru Hallgrímur Jónas Ómarsson og Reynir Snær Magnússon, bassaleikari er Stefán Gunnarsson og trommuleikari Valgarður Óli Ómarsson.

Magni treður upp ásamt hljómsveitinni Á móti sól á Græna hattinum.

Opnanir

Hvað? Pensill, nál og hnífur
Hvenær? 15.00
Hvar? Ingustofa, Sólheimum í Grímsnesi
Sýning á verkum feðginanna Jóns Geirs Ágústssonar, Þórdísar Jónsdóttur og Maríu Sigríðar Jónsdóttur. Á sýningunni má berja augum olíumálverk Maríu, handbróderaða púða og myndir Þórdísar auk verka Jóns Geirs sem unnin eru meðal annars úr tré, leðri og hvaltönn. Allir velkomnir.

Hvað? Ljósmyndasýningin Eiðurinn – á bak við tjöldin
Hvenær? 17.00
Hvar? Kex hostel, Skúlagötu 28
Lilja Jónsdóttir heldur sýningu á ljósmyndum sem teknar voru við tökur myndarinnar Eiðsins í leikstjórn Baltasars Kormáks. Myndin verður frumsýnd þann 9. september næstkomandi og skartar þeim Balta, Heru Hilmarsdóttur og Gísla Erni Garðarssyni í aðalhlutverkum. Allir velkomnir.

Hvað? Töluvert
Hvenær? 17.00
Hvar? Listamenn – Gallerí, Skúlagötu 32
Þórunn Elísabet opnar sýningu í Listamenn – Galleríi í kvöld. Þórunn hefur starfað innan leikhússins í rúm þrjátíu ár, meðal annars í búningahönnun og við gerð sviðsmynda. Árin 2003 og 2007 hlaut hún Grímuverðlaunin fyrir búninga og samhliða starfinu hefur hún sinnt myndlistinni. Allir velkomnir.

Hvað? Surface
Hvenær? 17.00
Hvar? Mengi, Óðinsgötu 2
Elísabet Davíðsdóttir opnar sína fyrstu sýningu hér á landi. Hún hefur fengist við ljósmyndir síðastliðin tíu ár og hafa myndir hennar birst víða í tímaritum erlendis. Á sýningunni Surface eru einstök atriði götumerkinga einangruð og leiðir það fram nýja myndbyggingu sem óþekkjanleg er frá upprunalegum tilgangi sínum. Þegar merkingarnar eru teknar af jörðinni og lyft í augnhæð stöndum við eftir með hugleiðingu um það sem við lítum oftast fram hjá, jafnvel þegar staðið er á orðinu Stop.

Hvað? New Nordic Animal Art
Hvenær? 19.00
Hvar? Kaktus, í kjallara Listasafnsins á Akureyri
Listamennirnir Jónína Mjöll Þormóðsdóttir, Ingrid Elsa Maria Ogenstedt og Arne Rawe opna listasýninguna New Nordic Animal Art í kvöld. Hið dýrslega í norrænni myndlist var áður bundið í fléttur og form en á sýningunni er dýrið óbundið og fer sínar eigin leiðir. Hér er á ferð fjölþjóðlegur hópur listamanna sem sameinast í greiningu sinni á samtímanum. Jónína Mjöll er fædd og uppalin á Akureyri en býr og starfar í Þýskalandi. Í listsköpun sinni notast hún við fjölbreyttar vinnuaðferðir. Ingrid Elsa er fædd í Stokkhólmi en starfar í Berlín. Verk hennar standa að mestu saman af blýantsteikningum og stórum innsetningum og skúlptúrum. Í listinni skoðar hún mörkin á milli menningar og náttúru. Arne er fæddur í Þýskalandi en er nú búsettur á Vestfjörðum. Hann skoðar listina í víðu sögulegu og vísindalegu samhengi.

Kvikmyndir

Hvað? Cemetery of Splendour
Hvenær? 17.30
Hvar? Bíó Paradís
Myndin Cemetery of Splendour fjallar um Jenjiru, sjálfboðaliða á sjúkrahúsi, sem annast hermenn sem þjást af dularfullri svefnsýki. Hún heillast af ungum og myndarlegum sjúklingi og fær hina ófresku Keng til að skyggnast inn í furðulegan draumaheim hans. Miðaverð er 1.600 krónur.

Reykjavík Bíldshöfði 20 — **10 – 18** virka daga, **11 – 17** laugardaga, **13 – 17** sunnudaga

Akureyri **Dalsbraut 1** — **10 – 18** virka daga, **11 – 16** laugardaga

Ísafjörður **Skeiði 1**

www.husgagnahollin.is
558 1100

HÚSGAGNA HÖLLIN

DAGSKRÁ

Föstudagur

STÖÐ 2

07.00 Simpson-fjölskyldan
07.20 Litlu Tommi og Jenni
07.45 Kalli kanína og félagar
08.05 The Middle
08.30 Pretty Little Liars
09.15 Bold and the Beautiful
09.35 Doctors
10.20 The Smoke
11.05 Grand Designs
11.50 Restaurant Startup
12.35 Nágrannar
13.00 Sumar og grillréttir Eyþórs
13.25 Cider With Rosie
14.55 Just Married
16.30 Chuck
17.15 The New Girl
17.40 Bold and the Beautiful
18.05 Nágrannar
18.30 Fréttir Stöðvar 2
18.50 Íþróttir
19.10 Haustveisla Stöðvar 2 Auðunn Blöndal fer yfir það helsta sem verður á dagskrá Stöðvar 2 í vetur. Skyggnst verður á bak við tjöldin hjá íslensku þáttagerðarmönnunum og Auðunn bregður á leik með skemmtilegum gestum.
19.40 Nettir kettir
20.30 War Room
22.30 Klovn Forever Geggjuð gamanmynd frá 2015. Önnur myndin frá dönsku kumpánunum Frank og Casper en nú reynir á vináttu þeirra þegar Casper ákveður að flytja frá Danmörku til Los Angeles til að eltast við frekari frægð og frama. Frank er ákveðinn í að vinna vináttu Caspers á ný og eltir hann til LA, en það getur ekki endað nema með ósköpum.
00.10 The Mummy Ævintýramynd sem gerist á fyrri hluta 20. aldar. Harðjaxlinn Rick O'Connell er kominn til hinnar fornu borgar Hamunaptra í Egyptalandi. Hlutverk hans er að aðstoða fornleifafræðinga sem eru að kynna sér sögulegt grafhýsi. Þar er m.a. að finna háttsettan klerk sem var lokaður inni lifandi fyrir mörgum öldum í kjölfar ástríðuglæps. Svo illa vill til að múmían vaknar til lífsins þegar Rick og félagar eru að sinna sínum störfum og í kjölfarið verður fjandinn laus.
02.10 The Thin Red Line Firring seinni heimsstyrjaldarinnar er að gera út af við bandaríska hermenn sem berjast fyrir þjóð sína á eyju í Kyrrahafinu. Æðri tilgangur sem felst í því að fórna lífi sínu fyrir þjóð sína víkur fyrir sjálfsbjargarviðleitni þeirra og þeirri tilhugsun að þeir muni jafnvel ekki sjá ástvini sína aftur.
04.55 Ex Machina

STÖÐ 2 SPORT

07.35 Premier League
09.20 Messan
11.00 Markaþáttur Pepsí deildar kvenna
11.50 Pepsídeildin
13.40 Pepsídeildin
15.30 Pepsímörkin
17.05 Sumarmótin
17.45 La Liga Report
18.15 PL Match Pack
18.45 Premier League
21.20 Premier League Preview
21.50 ÓL 2016 - Körfubolti karla
00.00 ÓL 2016 - Körfubolti karla
01.50 UFC 2016 sérstakir þættir

STÖÐ 2 SPORT 2

14.50 Premier League
16.35 Premier League
18.20 ÓL 2016 - Körfubolti karla

STÖÐ 3

17.45 Raising Hope
18.10 The Big Bang Theory
18.30 Modern Family
18.55 Fóstbræður
19.25 Entourage
19.50 Svínasúpan
20.15 Lip Sync Battle
20.40 NCIS. New Orleans
21.25 The Sandhamn Murders
22.10 Supernatural
22.55 Breakout Kings
23.40 Fóstbræður
00.10 Entourage
00.35 Svínasúpan
01.00 Lip Sync Battle
01.20 NCIS. New Orleans
02.05 Tónlist

KRAKKASTÖÐIN

07.00 Dóra könnuður
07.24 Mörgæsirnar frá Madagaskar
07.47 Ævintýraferðin
08.00 Áfram Diego, áfram!
08.24 Svampur Sveinsson
08.49 Lalli
08.55 Rasmus Klumpur og félagar
09.00 Lína Langsokkur
09.25 Latibær
09.48 Stóri og litli
10.00 Ljóti andarunginn og ég
10.25 Ævintýri Tinna
10.47 Mæja býfluga
11.00 Dóra könnuður
11.24 Mörgæsirnar frá Madagaskar
11.47 Ævintýraferðin
12.00 Áfram Diego, áfram!
12.24 Svampur Sveinsson
12.49 Lalli
12.55 Rasmus Klumpur og félagar
13.00 Lína Langsokkur
13.25 Latibær
13.48 Stóri og litli
14.00 Ljóti andarunginn og ég
14.25 Ævintýri Tinna
14.47 Mæja býfluga
15.00 Dóra könnuður
15.24 Mörgæsirnar frá Madagaskar
15.47 Ævintýraferðin
16.00 Áfram Diego, áfram!
16.24 Svampur Sveinsson
16.49 Lalli
16.55 Rasmus Klumpur og félagar
17.00 Lína Langsokkur
17.25 Latibær
17.48 Stóri og litli
18.00 Ljóti andarunginn og ég
18.25 Ævintýri Tinna
18.47 Mæja býfluga
19.00 House of Magic

15.00
11.00
07.00
Dóra könnuður

GOLFSTÖÐIN

09.00 Wyndham Championship
13.00 ÓL 2016 - Golf kvenna
19.00 Wyndham Championship
23.00 Golfing World 2016

BÍÓSTÖÐIN

11.00 Fed up
12.35 Dumb and Dumber To
14.25 Julie & Julia
16.30 Fed up
18.05 Dumb and Dumber To
19.55 Julie & Julia Rómantísk og hugljúf mynd frá 2009 með Meryl Streep og Amy Adams í aðalhlutverkum. Myndin fjallar um Julie Powell (Amy Adams), sem ákveður einn daginn að prófa að matreiða allar 524 uppskriftirnar í matreiðslubók eftir Juliu Child (Meryl Streep), en hún ber nafnið Mastering the Art of French Cooking. Heldur Julie skrá yfir tilraunir sínar í þeim tilgangi að gefa út bók byggða á reynslunni, og hefur bæði skrásetningin og matreiðslan sjálf mikil áhrif á líf hennar og fólksins í kringum hana.
22.00 Wild
23.55 To Write Love On Her Arms Sönn saga Renee Yohe, en barátta hennar við eiturlyfjafíkn, þunglyndi og sjálfsvígshugsanir varð rótin að fjöldahreyfingunni To Write Love on Her Arms. Renee Yohe leiddist á unglingsaldri út í lyfjaneyslu sem fljótlega varð til þess að hún fór að neyta krakks og annarra hættulegra vímuefna.
01.40 The Expendables 2
03.25 Wild

RÚV

09.00 ÓL 2016: Strandblak
11.25 ÓL 2016: Badminton
16.00 ÓL 2016: Blak
18.00 Táknmálsfréttir
18.10 KrakkaRÚV
18.11 Lautarferð með köku
18.15 Pósturinn Páll
18.28 Drekar
18.50 Öldin hennar
19.00 Fréttir
19.25 Íþróttir
19.30 Veður
19.40 Augnablik - úr 50 ára sögu sjónvarps
20.00 Saga af strák
20.25 Johnny English Reborn
22.05 ÓL 2016: Samantekt
22.35 Abba á tónleikum
23.30 ÓL 2016: Frjálsar íþróttir
02.10 Útvarpsfréttir í dagskrárlok

SJÓNVARP SÍMANS

06.00 Pepsi MAX tónlist
08.00 Rules of Engagement
08.20 Dr. Phil
09.00 Kitchen Nightmares
09.45 Secret Street Crew
10.35 Pepsi MAX tónlist
12.50 Dr. Phil
13.30 Cooper Barrett's Guide to Surviving Life
13.55 Girlfriend's Guide to Divorce
14.40 Jane the Virgin
15.25 The Millers
15.50 The Good Wife
16.35 The Tonight Show
17.15 The Late Late Show
17.55 Dr. Phil
18.35 Everybody Loves Raymond
18.55 King of Queens
19.20 How I Met Your Mother
19.45 Korter í kvöldmat
19.50 America's Funniest Home Videos
20.15 The Bachelor
21.45 Under the Dome
22.30 The Tonight Show
23.10 Prison Break
23.55 Elementary
00.40 Code Black
01.25 The Bastard Executioner
02.10 Billions
02.55 Under the Dome
03.40 The Tonight Show
04.20 The Late Late Show
05.00 Pepsi MAX tónlist

ÚTVARP

FM 88,5 XA-Radíó
FM 89,5 Retro
FM 90,1 Rás 2
FM 90,9 Gullbylgjan
FM 93,5 Rás 1
FM 95,7 FM957
FM 96,3 FM Suðurland
FM 96,7 Létt Bylgjan
FM 97,7 X-ið
FM 98,9 Bylgjan
FM 99,4 Útvarp Saga
FM 100,5 K100
FM 102,9 Lindin

2
HAUSTVEISLA STÖÐVAR 2
Auðunn Blöndal fer yfir það helsta sem verður á dagskrá Stöðvar 2 í vetur. Skyggnst verður á bak við tjöldin hjá íslensku þáttagerðarmönnunum og Auðunn bregður á leik með skemmtilegum gestum.

FRÁBÆRT
FÖSTUDAGSKVÖLD
Fáðu þér áskrift á 365.is
365

2
NETTIR KETTIR
Skemmtilegur spurningaþáttur í umsjón Hreims Heimissonar þar sem íslenskt tónlistarfólk spreytir sig á spurningum um allt milli himins og jarðar úr tónlistarheiminum.

2
KLOVN FOREVER
Nú reynir á vináttu þeirra þegar Franks og Caspers er sá síðarnefndi ákveður að flytja frá Danmörku til Los Angeles til að eltast við frekari frægð og frama.

3
ENTOURAGE
Lífið er ekki dans á rósum fyrir leikara á framabraut í hörðum heimi kvikmyndanna. Fimmta þáttaröðin um framabrölt Vincent og fylgdarlið hans í Hollywood.

3
NCIS: NEW ORLEANS
Þættirnir gerast í New Orleans og fjalla um starfsmenn NCIS í Washington sem hafa það sérsvið að rannsaka alvarlega glæpi sem tengjast sjóhernum eða strandgæslunni á einn eða annan hátt.

WILD
Sönn saga sem segir frá konu sem gekk 1.770 km til þess að jafna sig eftir áfall. Frábær ævintýramynd frá árinu 2014 sem var tilnefnd til tvennra Óskarsverðlauna og er með Reese Witherspoon í aðalhlutverki.

Allt þetta og meira til í Skemmtipakkanum á aðeins 333 kr. á dag.
365.is

SINFÓNÍUHLJÓMSVEIT ÍSLANDS

MENNINGAR NÓTT

OPIÐ HÚS 20. ÁGÚST

Sinfóníuhljómsveit Íslands býður á tvenna tónleika í Hörpu.

Ókeypis er á tónleikana og eru allir velkomnir á meðan húsrúm leyfir.

Hægt verður að sækja aðgöngumiða í miðasölu Hörpu á tónleikadegi.

15:00

BÍÓTÓNLEIKAR

PÉTUR OG ÚLFURINN

Bjarni Frímann Bjarnason
hljómsveitarstjóri

Jóhanna Vigdís Arnardóttir
kynnir

Sergei Prokofíev
Pétur og úlfurinn

17:00

RÚSSNESK VEISLA

Bernharður Wilkinson
hljómsveitarstjóri

Páll Palomares
einleikari

Mikhaíl Glinka
Rúslan og Lúdmíla, forleikur

Pjotr Tsjajkovskíj
Fiðlukonsert

SINFONIA.IS

Aðalstyrktaraðili :
GAMMA

BÓNUS BÓNUS BÓNUS BÓNUS BÓNUS

Verð gilda til og með **21. ágúst** eða meðan birgðir endast

ÚRBEINAÐAR KÓTILETTUR

1.498 kr. kg

Stjörnugrís Grísakótilettur
Í raspi, úrbeinaðar, ferskar

100% Íslenskt ungnautakjöt

3.998 kr. kg

Íslandsnaut
Ungnauta Ribeye, ferskt

GOTT Á GRILLIÐ!

2.998 kr. kg

Íslandsnaut Piparsteik
Ungnautasteik, fersk

SPARAÐU MEÐ BÓNUS

1.898 kr. kg

Kjörfugl Kjúklingabringur
Ferskar

759 kr. kg

Kjörfugl Kjúklingaleggir
Ferskir

759 kr. kg

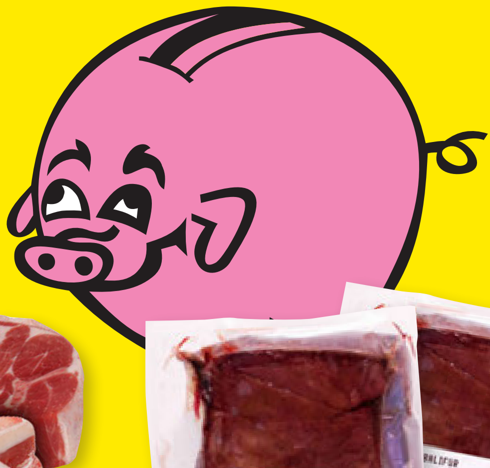
Kjörfugl Kjúklingur
Ferskur, heill

100% kjöt

2.198 kr. kg

Bónus 100% Kjúklingabringur
Ferskar, ekkert viðbætt vatn

KJÚKLINGUR Á GÓÐU VERÐI Í BÓNUS



ÓDÝRARA AÐ KRYDDA SJÁLFUR

698 kr. kg

KS Lambasúpukjöt
Frosið

259 kr. kg

KS Lambalifur
Frosin

1.298 kr. kg

KS Lambalæri
Frosið

BÓNUS EKKERT BRUÐL

Bieber í góðum gír í Ameríkuhluta Purpose-tónleikaferðalagsins. Ætli drengurinn verði í svipuðum gír í Kórnum?

Bjóða starfsfólki sínu á Justin Bieber

Flugfélagið **WOW air** býður um 650 starfsmönnum fyrirtækisins á tónleika Justins Bieber í Kórnum í september til að fagna góðu gengi félagsins og þakka starfsfólkinu fyrir vel unnin störf í sumar.

Það var ákveðið að fagna góðu sumri hjá WOW air með því að bjóða öllu starfsfólkinu okkar á tónleika með Justin Bieber. Þetta er búið að vera annasamt sumar, við höfum bætt við okkur áfangastöðum og viljum þakka starfsfólkinu fyrir.

Þetta eru um 650 manns en það eru einhverjir sem þurfa auðvitað að vinna, ekki förum við að leggja niður flug – þannig að ég veit ekki nákvæmlega hversu margir geta þegið boðið. WOW air er síðan auðvitað styrktaraðili tónleikanna,“ segir Svanhvít Friðriksdóttir, upplýsingafulltrúi WOW air.

Eins og alþjóð veit eru tónleikar Justins Bieber á næsta leiti, en þeir verða 8. og 9. september í Kórnum í Kópavogi. Miðarnir sem WOW air gefur starfsfólki sínu eru á tónleikana 9. september en á þá tónleika seldist upp á örskotsstundu í desember á síðasta ári og fengu færri miða en vildu. Því var brugðið á það ráð að halda aukatónleika. WOW air hefur því fengið að taka frá miða fyrir starfsfólk sitt og þá í skiptum fyrir að styrkja tónleikana.

Justin kemur við á Íslandi á leið sinni til Evrópu þar sem hann mun halda tónleika á nokkrum af stærstu tónleikastöðum álfunnar og halda um þrjátíu tónleika, meðal annars í Frakklandi, á Englandi og Spáni – stoppið á Íslandi er því það fyrsta í þessu risatónleikaferðalagi söngvarans.

Með poppstjörnunni, sem er ein sú vinsælasta í heimi, kemur stórt teymi af fólki úr bransanum auk þess sem Vic Mensa, ungur rappari á uppleið, mætir með kappanum og mun sjá um að hita fólkið upp áður en stórstjarnan kanadíska stígur á sviðið. Vic Mensa þessi hefur unnið með nokkrum af stærstu nöfnunum í tónlistarbransanum eins og til dæmis Íslandsvininum Kanye West, sem kom sjálfur hingað til lands fyrr á árinu til að taka upp tónlistarmyndband við lagið Highlights af plötu sinni The Life of Pablo.

stefanthor@frettabladid.is

JUSTIN BIEBER Í TÖLUM

22 ára

Metinn á **225 milljónir dollara** – um það bil 26 milljarða íslenskra króna

Þénar **80 milljónir dollara** á ári – um það bil 9 milljarða íslenskra króna

Hefur selt samtals um **15 milljónir platna**

Hefur spilað á tónleikum fyrir framan **4 milljónir manna**

Platan My Worlds hefur verið yfir **600 vikur á Billboard-listanum**

ÞETTA ER BÚIÐ AÐ VERA ANNASAMT SUMAR, VIÐ HÖFUM BÆTT VIÐ OKKUR ÁFANGASTÖÐUM OG VILJUM ÞAKKA STARFSFÓLKINU FYRIR.

Svanhvít Friðriksdóttir, upplýsingafulltrúi WOW air

SÍMAR AUGLÝSINGADEILDIR – AUGLÝSINGASTJÓRI: Svanur Valgeirsson *svanur@365.is* **ALMENNAR AUGLÝSINGAR: SÍMI 512-5401:** Gústaf Bjarnason *gustaf@365.is*, Hafsteinn Hafsteinsson *hafsteinn@365.is*, Hjördís Zoëga *hjordis@365.is*, Sigfús Örn Einarsson *sigfus@365.is*, Örn Geirsson *orn.geirsson@365.is* **FÓLK/SÉRBLÖÐ SÍMI 512-5402:** Atli Bergmann atli.*bergmann@365.is*, Jóhann Waage *johannwaage@365.is*, Jón Ívar Vilhelmsson *jonivar@365.is*, Ólafur H. Hákonarson *olafurh@365.is*, **FÓLK OG SÉRBLÖÐ EFNI:** Sólveig Gísladóttir *solveig@365.is* og Vera Einarsdóttir *vera@365.is* **RAÐAUGLÝSINGAR /FASTEIGNIR SÍMI 512-5403:** Hrannar Helgason *hrannar@365.is*, Viðar Ingi Pétursson *vip@365.is* **ÞJÓNUSTUAUGLÝSINGAR SÍMI 512-5407:** Arna Rut Kristinsdóttir *arnarut@365.is*, Sigrún Helga Guðmundsdóttir *sigrunh@365.is*

HINAR SÖNNU ÚTIVISTARHETJUR! SKÓLABÖRNIN OKKAR

FULL BÚÐ AF SKÓLAFATNAÐI FRÁ

DIDRIKSONS, VIKING, NIKE, UNDER ARMOUR, ADIDAS, MUCK OG DEVOLD

DIDRIKSONS NAKOSI ÚLPA
STÆRÐIR: 80-90-100-110-120-130-140
13.990.KR

DIDRIKSONS AMITOLA SNJÓBUXUR
STÆRÐIR: 80-90-100-110-120-130
10.990.KR

DIDRIKSONS ROVDA
STÆRÐIR: 80-90-100-110-120-130
13.990.KR

FRÁBÆRU ULLAR UNDIRFÖTIN FRÁ DEVOLD

HENTA VIÐ ÖLL TÆKIFÆRI

DIDRIKSONS WATERMAN
STÆRÐIR: 80-90-100-110-120-130
8.990.KR

VIKING FROST FIGHTER
8.499.KR

DIDRIKSONS HAMRES
STÆRÐIR: 80-90-100-110-120-130
10.990.KR

MUCK BOOT HALE
8.990.KR

TRYGGVABRAUT 1-3
AKUREYRI
580-8550

ELLINGSEN
SÍÐAN 1916
ELLLINGSEN.IS

FISKISLÓÐ 1
REYKJAVÍK
580-8500

FRÉTTABLAÐIÐ
Við segjum fréttir Smáauglýsingasíminn og skiptiborð 512 5000 Vísir
Ritstjórn 512 5200 Fax: 512 5301 ritstjorn@frettabladid.is Auglýsingadeild auglysingar@frettabladid.is Prentun Ísafoldarprentsmiðja
Póst dreifing
Dreifing dreifing@postdreifing.is
Ef blaðið berst ekki 800 1177

Bakþankar

Maríu Bjarnadóttur

Pulsur og lög

Tengdalangalangafi Kate Moss, Otto von Bismarck, sagði að lög væru eins og pulsur; það væri vissara að vita ekki hvernig þau eru búin til. Ég fullyrði ekkert um afstöðu pulsugerðarmanna, en hafandi reynslu af undirbúningi lagasetningar held ég að máltækið eigi sjaldan við á Íslandi.

Helgi Hrafn þingmaður afhjúpaði í nýlegu vídeói að mótmælendur nýrra útlendingalaga voru ekki alveg búnir að lesa innihaldslýsingu laganna. Mér virtist sem þeir skildu ekki alveg framleiðsluferlið á löggjöf heldur.

Á stjr.is eru heimasíður ráðuneyta. Þegar frumvörp eru á undirbúningsstigum eru þau oft kynnt og óskað eftir umsögnum til að breyta þeim eða bæta þau. Það er hægt að bregðast við því. Útlendingalögin hafa verið í vinnslu frá 2011 og um þau eru tugir tilkynninga, fundarboða og frétta á heimasíðu viðkomandi ráðuneytis. Það er hægt að mæta á fundi. Þegar frumvarp er lagt fram á Alþingi er svo hægt að senda viðkomandi þingnefnd formlega umsögn. Þetta er allt á Alþingi.is, sem er besta heimasíða á Íslandi þrátt fyrir að innihalda ýmislegt vafasamt efni.

Á Alþingisvefnum er líka frábær leitarvél og þegar rétt mál er fundið er ýtt á hnapp sem heitir ferill málsins. Þá er hægt að sjá ýtarlega innihaldslýsingu á lögum, lýsingu á framleiðsluferlinu og helstu breytingum sem uppskrift laganna hefur tekið.

Þessar ábendingar gagnast illa þeim sem tala fyrir skaðlegu innihaldi í lögum. Fyrir þá er líklega betra að fá sér bara pulsu á Austurvelli.

Opið allan sólarhringinn
í Engihjalla, Vesturbergi og Arnarbakka
OPIÐ 24 TÍMA
Iceland

Endalaust sumar
ENDALAUS GSM
2.990 KR.*

ÓTAKMARKAÐ TAL, SMS OG 30 GB GAGNAMAGN*
*Greitt er aukalega fyrir farsímanotkun erlendis, til útlanda og í upplýsinganúmer. Nánari upplýsingar er að finna í GSM skilmálum á 365.is
*30 GB gagnamagn er innifalið í hverjum mánuði en endalaust gagnamagn fyrir 2.000 krónur bætist við ef farið er umfram 30 GB
1817 | 365.is
365

LÚXUSRÚM á Dormaverði

Svart PU leður á botni.
Nature's Bedding
- Svæðaskipt pokagormakerfi
- Góðar kantstyrkingar
- Burstaðir stálfætur
- Sterkur botn
- 320 gormar pr fm²

DORMA VERÐ
NATURE'S REST
heilsurúm m/classic botni
Verðdæmi 160 x 200 cm
Aðeins 99.900 kr.

Svart PU leður á botni.
Nature's Bedding

Stærð cm.	Fullt verð	Ágúst-tilboð
120x200	119.900	95.920
140x200	138.900	111.120
160x200	149.900	119.920

NATURE'S COMFORT
heilsurúm m/classic botni
- Svæðaskipt pokagormakerfi
- Burstaðir stálfætur
- Sterkur botn
- 320 gormar pr fm²
- Steyptar kantstyrkingar

20% AFSLÁTTUR
af 120/140/160 x 200 cm á meðan birgðir endast.

SHAPE DELUXE HEILSURÚM
m/classic botni
Endurnýjanleg hráefni · Cool Comfort gel foam · Memory foam · Bambus trefjar · Aloe Vera · Open cell structure
Shape deluxe heilsurúm:
- Lagar sig fullkomlega að líkama þínum
- 26 cm þykk heilsudýna
- 2 cm latexlag bólstrað í áklæði
- 4 cm gel memoryfoam
- 4 cm shape memoryfoam
- Non-slip efni á botni dýnunnar
- Engir rykmaurar
- 5 ára ábyrgð!
- Ofnæmisprófuð
- Burstaðir stálfætur

Stærð cm.	Fullt verð	Ágústtilboð
100x200	129.900	103.920
120x200	164.900	131.920
140x200	184.900	147.920
160x200	209.900	167.920
180x200	234.900	187.920

Ágústtilboð 20% afsláttur

Fullkominn stuðningur – enn meiri mýkt
20% AFSLÁTTUR

SHAPE BY NATURE'S BEDDING

Afgreiðslutími Rvk
Mánudaga til föstudaga kl. 10-18
Laugardaga kl. 11-17
Sunnudaga kl. 12-16 (Smáratorg)
www.dorma.is

Holtagörðum, Reykjavík
512 6800
Smáratorgi, Kópavogi
512 6800

Dalsbraut 1, Akureyri
558 1100
Skeiði 1, Ísafirði
456 4566

DORMA
Láttu drauminn rætast