

Samstarf ólíkra listamanna



Lögðu sveitaböllin óvart undir sig



Lægra vöruverð lyfjaver.is

LYFJAVÉR

Menning > 18

Lífið > 20

FRÉTTABLAÐIÐ

198. TÖLUBLAÐ 22. ÁRGANGUR

frettabladid.is

FÖSTUDAGUR 2. SEPTEMBER 2022



Mikið fjör og gleði var í gær er hressir sjöttu bekkingar í Menntaskólanum í Reykjavík tóku á móti nýnemum og tollerðu busana vel og vandlega eins og hefðin býður.

FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

Tæplega tólf hundruð börn á biðlista

Ekki hefur gengið að fullmanna frístundaheimili og sértækar félagsmiðstöðvar í Reykjavík og í dag vantar áttátíu starfsmenn til þess að hægt sé að bjóða öllum börnum pláss. Á tólfta hundrað börn eru á biðlista.

ninarichter@frettabladid.is

SAMFÉLAG Hjördís Rut Sigurjónsdóttir, upplýsingafulltrúi á skóla- og frístundasviði Reykjavíkurborgar, segir að búið sé að manna sjötíu og fimm prósent starfa á frístundaheimilum og sértækum félagsmiðstöðvum borgarinnar. „Á biðlista eru núna 1.155 börn og

búið er að samþykkja 3.368 börn inn í dvöl í frístundaheimili og sértækar félagsmiðstöðvar,“ segir hún. Hjördís segir atvinnuástand í samfélaginu ráða því hvenær málin leysist. „Í Covid-ástandinu gekk nokkuð vel að manna frístundaheimilin og sértæku félagsmiðstöðvarnar, í október 2018 hafði til dæmis náðst að manna 89 prósent starfa en í október 2019 95 prósent starfa,“ segir Hjördís. Unnið sé hörðum höndum að því að manna allar stöður. „Um er að ræða hlutastörf og stærsti hluti starfsfólks er námsmenn sem eru ekki tilbúnir að festa sig á ákveðna daga í vinnu fyrr en stundatöflur liggja fyrir í háskólunum.“



Á biðlista eru núna 1.155 börn og búið er að samþykkja 3.368 börn inn í dvöl í frístundaheimili og sértækar félagsmiðstöðvar.

Hjördís Rut Sigurjónsdóttir, upplýsingafulltrúi á Skóla- og frístundasviði Reykjavíkurborgar

Ljóst er að fjöldi foreldra þarf að brúa bilið og ráðstafa dagvistun á meðan beðið er eftir plássi. „Yngstu börnin sem eru að byrja í grunnskóla eru í forgangi og það hefur tekist að taka þau öll inn á frístundaheimili í borginni. Það er síðan í einhverjum tilfellum verið að bjóða eldri börnunum hlutavistun sem þýðir að þau mæta einhverja ákveðna vikudaga og börnin eru jafnvel í öðru skipulögðu starfi aðra daga,“ segir Hjördís. „Foreldrar barna sem eru ekki komin inn á frístundaheimili eru síðan í einhverjum tilfellum í samstarfi sín á milli og leyfa börnunum að leika saman og skiptast á að annast þau.“ ■

Þingnefnd skoðar skipun í embætti

STJÓRNSÝSLA Þórunn Sveinbjarnardóttir, formaður stjórnskipunar- og eftirlitsnefndar Alþingis, staðfestir að á dagskrá fundar nefndarinnar næsta mánudag sé kominn liður um ráðningar embættismanna og 36. grein starfsmannalaganna. Sýnist ólgan í kringum skipun þjóðminjavarðar kveikja þeirrar umræðu. Félag fornleifafræðinga hefur sent umboðsmanni Alþingis kvörtun vegna ákvörðunar Lilju Alfreðsdóttur menningarmálaráðherra um skipun í embætti þjóðminjavarðar. Samráðherrar Lilju eru meðal þeirra sem hafa bent á að heimild sé í lögum til að færa til embættismenn samkvæmt 36. greininni. **SJÁ SIÐU 6**

Allt fyrir barnið

➔ Bílstólar og sessur, brúsar, sparkbílur og margt fleira



H Hekla Laugavegi 174, 105 Rvk. ➔ www.hekla.is



Barnabílstóll Junior*
0-36 kg, grár, King - Isofix festingar
Verð **39.990 kr.**



Barnakerru- & bílstólaprenna*
Burðarrúm/vagnstykki,skiptitaska o.fl.
Verð **98.990 kr.**



Barnabílstóll Junior*
15-36 kg, svartur, Isofix festingar
Verð **23.900 kr.**



Sparkbíll Audi Junior quattro, rauður
Verð **22.990 kr.**

*Allir bílstólar og sessur uppfylla ESB staðal ECE R44/04 um öryggi.



Vestmannaeyjavöllur á leik.
MYND/VESTMANNAEYJABÆR

Eyjavöllurinn í þekktan tölvuleik

kristinnhaukur@frettabladid.is

ÍPRÓTTIR Vestmannaeyjavöllur verður tekinn inn í hinn vinsæla tölvuleik Microsoft Flight Simulator. Þetta var tilkynnt á miðvikudag en einnig munu bætast við flugvelli-irninir í Mumbai á Indlandi og Davao á Filippseyjum. Í tilkynningunni segir að Vestmannaeyjavöllur sé „lítill en áhugaverður völlur“.

Leikurinn fagnar nú 40 ára afmæli, en upprunalega kom hann út sem Flight Simulator 1.0 árið 1982. Það var hinn bandaríski Bruce Artwick sem hannaði leikinn fyrir IBM og hafa komið 14 uppfærslur á honum síðan þá, sú nýjasta frá árinu 2020.

Alls eru 37 þúsund flugvelli í leiknum en aðeins í kringum 40 hafa fengið sérstaka meðferð með auknum smáatriðum hjá hönnuð-um og bætist Vestmannaeyjavöllur í þann hóp. Einn íslenskur flugvöllur var fyrir í þeim hóp, flugvöllurinn á Ísafirði. ■

Fimmtíu ár frá útfærslu landhelginnar



Guðni Th. Jóhannesson, forseti Íslands, hefur skrifað bókina Stund milli stríða þar sem sögð er saga landhelgismálsins á árabílinu 1961-1971. Bauð Sögufélagið til höfs í tilefni útgáfu bókarinnar í Sjóminjasafninu í Reykjavík í gær en þá voru fimmtíu ár liðin frá því Íslendingar færðu landhelgi sína úr 12 í 50 millur. Guðni sagði frá verkinu og meðal þeirra sem á hlýddu voru fulltrúar Landhelgisgæslunnar og fyrrverandi formaður Sjómannadagsráðs.

FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

Mótorhjólafólk segist neita að skrá sig

helenaros@frettabladid.is

LÖGREGLUMÁL Mótorhjólaklúbburinn Harley á Íslandi hefur ákveðið að fara í hópakstur á Ljósanótt, sem fer fram í Reykjanesbæ um helgina, án þess að skrá sig líkt og óskað hefur verið eftir.

Þetta kemur fram á Facebook-síðu klúbbsins en þar segir einnig að þeir telji skráninguna gróft brot á persónuverndarlögum.

Úlfar Lúðvíksson, lögreglustjóri á Suðurnesjum, segist ekki vita til þess að það sé nokkur vandræðagangur varðandi hópaksturinn.

„Ég hef ekki heyrt af því,“ segir Úlfar. Ef menn skrá sig ekki, þá fara þeir ekki inn á lokaða svæðið.“

Á Ljósanótt hefur tíðkast að aka glæsikerrum niður Hafnargötu en



Atli Bergmann er í stjórn Harley-klúbbsins á Íslandi.

MYND/SPESSI

ekið er undir eftirliti lögreglu og björgunarsveita.

Til að tryggja öryggi bæði þátttakenda og áhorfenda þurfa þeir sem taka þátt í hópakstrinum að skrá bíl og ökumann hjá ábyrgðarmönnum til að öðlast þátttökurétt.

Dagskráin á Ljósanótt er að vanda afar fjölbreytt. ■

Dansa í tjaldi á Októberfest

Októberfest hófst í gær eftir tveggja ára hlé vegna faraldursins. Um fjörutíu tónlistaratriði verða á hátíðinni og er Rebekka Karlsdóttir, forseti Stúdentaráðs, spenntust fyrir Birgittu Haukdal.

birnadrofn@frettabladid.is

SAMFÉLAG Októberfest hófst í gær og fer hátíðin nú fram í átjándá sinn. Rebekka Karlsdóttir, forseti Stúdentaráðs, segir mikinn spenn- ing fyrir hátíðinni innan háskóla- samfélagsins.

„Þetta ætti að vera tuttugu ára afmælishátíð núna en hún féll niður síðustu tvö ár svo við höfum beðið spennt eftir þessu,“ segir Rebekka.

Hátíðin fer fram á háskólasvæðinu í Vatnsmýrinni, þar sem reist hafa verið tvö stór tjöld með sviðum þar sem tónlistaratriðin fara fram.

„Svo erum við með Símatjaldið þar sem er aðeins öðruvísi dagskrá eins og partí-karóki og silent-dískó og svo er matartjald,“ segir Rebekka.

Síðustu ár hefur verið lítið um félagslíf innan háskólans vegna Covid og segir Rebekka Októberfest mikilvægan hlekk í því að byggja félagslífið upp að nýju.

„Það var gerð tengslakönnun fyrir og eftir Covid þar sem kannað var hversu marga vini fólk ætti þegar það kom í háskóla og hversu mörg- um það kynntist fyrstu mánuðina. Í ljós kom að fólk var að kynnst mun færri fólki á þessum tíma sem far- aldurinn gekk yfir,“ segir Rebekka.

„Þetta er eitthvað sem við í Stú- dentaráði og háskólayfirvöld höfum haft miklar áhyggjur af og tökum því alvarlega að byggja upp þessi tengsl milli stúdenta aftur,“ segir hún. „Það er mikilvægt að kynnst fólkinu sem maður er með í námi og verður síðar kollegar manns.“

Á hátíðinni er boðið upp á um fjörutíu tónlistaratriði og er dag-



Októberfest er sögð mikilvæg fyrir félagslíf háskólanema. FRÉTTABLAÐIÐ/EYÞÓR

”
Það er frábært að byrja skólaárið á því að sameinast í dansi.



Rebekka Karls- dóttir, forseti Stúdentaráðs

skráin afar fjölbreytt. Meðal þeirra sem koma fram eru Sígga Beinteins, Birgitta Haukdal, Flóni, Friðrik Dór og Lil Curlý. Á morgun er svo boðið upp á fjölskylduskemmtun milli klukkan 14 og 16 þar sem í boði verða skemmtiatriði og hoppu- kastali fyrir börnin.

„Það sem kjarnar háskólasamfé- lagið er að við getum ekki bara haft eina tegund af tónlist ef við ætlum að höfða til allra háskólanema,“ segir Rebekka. „Atriðin eru því eins ólík og fólkið í háskólasamfélaginu. Þarna getum við öll komið saman og skemmt okkur,“ bætir hún.

Hátíðin er öllum opin, ekki bara nemendum í Háskóla Íslands. Allir sem sýna stúdentakort fá afslátt af aðgöngumiða.

Spurð hvað hún sjálf sé spennt- ust fyrir að sjá segir Rebekka það vera Birgittu Haukdal. „Ég var með plaköt af henni í herberginu mínu og blóm í hárinu og svo sá ég hana á Októberfest 2017 eða 2018 og það var ógleymanlegt.“

„Ég held að það sé líka haldið í september í Þýskalandi en við höldum þetta talsvert fyrr en Þjóð- verjarnir, það er bara út af veðrinu,“ svarar Rebekka spurð hvers vegna Októberfest fari fram í september.

„Og það er frábært að byrja skóla- árið á því að sameinast í dansi í tjöldunum,“ bætir Rebekka við. ■

Sölusýning á morgun

Afsláttur af öllum vörum laugardaginn 3. september.

SMITH & NORLAND
www.sminor.is



Ísland mætir Hvíta-Rússlandi í Laugardalnum í kvöld í undankeppni fyrir HM 2023.
Stelpurnar okkar eiga skilið að við sýnum þeim allan okkar stuðning. Mætum á völinn og
komum liðinu okkar – og stuðningsfólkinu – alla leið til Ástralíu og Nýja-Sjálands á næsta ári!

ICELANDAIR 

Stöðugildum á bráðamóttökunni hefur fækkað um fjórðung

herlamaria@frettabladid.is

HEILBRIGÐISMÁL „Vinnuaðstæður á bráðamóttökunni hafa verið erfðar og óásættanlegar í langan tíma og eðlilega hef ég miklar áhyggjur,“ segir Runólfur Pálsson, forstjóri Landspítalans, um fjölmargar uppsagnir hjúkrunarfræðinga á bráðamóttöku spítalans á síðustu mánuðum.

Í gær fækkaði stöðugildum á bráðamóttökunni um tæplega níu. Runólfur segir ákveðinn víta-hring hafa skapast þegar kemur að vinnuumhverfi. Það geri að verkum að starfsfólk hreinlega gefist upp sökum álags.

Samkvæmt tölulegum upplýsingum frá Landspítalanum gerir mönnunarlíkan spítalans ráð fyrir 90 stöðugildum hjúkrunarfræðinga



Runólfur Pálsson, forstjóri Landspítalans

á bráðamóttökunni, en í febrúar voru 84 þeirra fullmönnuð. Síðasta hálfa árið hefur stöðugildum hins vegar fækkað niður í 64, eða um tæplega 24 prósent.

„Álagið á bráðamóttökunni er mjög mikið og er búið að vera það í langan tíma. Við höfum verið með marga sjúklinga sem bíða eftir legurými og eru í umsjá hjúkrunarfræðinga sem jafnframt þurfa að taka á

móti nýjum sjúklingum, sem fyrir bragðið skapar mikið álag,“ segir Runólfur.

Við slíkt álag segir Runólfur hætt við að starfsfólk gefist hreinlega upp og hætti, eins og raun beri vitni.

„Okkar stærsta áskorun núna er að snúa þessari þróun við þegar kemur að vinnuumhverfi starfsfólks og við erum að vinna í þeim málum sem stendur.“ ■



Magnús Aron Magnússon árið 2019. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Tug milljóna krafa í manndrápsmáli

helenaros@frettabladid.is

DÓMSMÁL Aðstandendur mannsins sem myrtur var í Barðavogi þann 4. júní krefjast alls fjörutíu milljóna króna í bætur.

Magnús Aron Magnússon hefur verið ákærður fyrir manndráp en honum er gefið að sök að hafa ráðist á nágranna sinn, fyrst inni á stiga-gangi hússins og síðan fyrir utan húsið. Hann er meðal annars sagður hafa sparkað í, kýlt og traðkað ítrekað á höfði mannsins og brjóstkassa með þeim afleiðingum að hann lést.

Málið var tekið fyrir í Héraðsdómi Reykjavíkur fyrr í vikunni. ■

Bjóða ríkinu 240 þúsund fermetra

gar@frettabladid.is

FASTEIGNIR Ríkinu voru boðnir alls 240 þúsund fermetrar af skrifstofuhúsnæði eftir að auglýst var eftir átta til tíu þúsund fermetrum.

„Í flestum tilfellum er um að ræða húsnæði sem enn hefur ekki verið byggt, en er til afhendingar á næstu 36 mánuðum,“ segir á vef Framkvæmdasýslunnar-Ríkiseigna.

Tillögurnar verða í framhaldinu metnar, meðal annars út frá staðsetningu, verði og tímasetningu afhendingar húsnæðisins. ■

Konur á opinberum vettvangi eru í mestri hættu á áreitni eða ofbeldi

Samkvæmt nýrri rannsókn eru konur í mjög mismikilli hættu á að verða fyrir kynferðislegri áreitni eða ofbeldi eftir vinnustöðum. Vaktavinnukonur eru í meiri hættu en dagvinnukonur.

kristinnhaukur@frettabladid.is

SAMFÉLAG Konur sem starfa á opinberum vettvangi eru í mestri hættu á að verða fyrir kynferðislegri áreitni eða ofbeldi. Vaktavinna og óreglulegur vinnutími er stór áhættuþáttur.

Þetta kemur fram í nýrri rannsókn sem unnin er upp úr gögnum úr verkefninu Áfallasaga kvenna og var birt í heilbrigðismálatímaritinu Lancet í gær. Meginmarkmið hennar var að skoða kynferðislega áreitni og ofbeldi á vinnustöðum íslenskra kvenna og áhættuþætti.

„Konur sem vinna vaktavinnu eða eru með óreglulegan vinnutíma eru líklegri til að verða fyrir kynferðislegri áreitni og ofbeldi á vinnustað en konur eingöngu í dagvinnu. Konur á slíkum vinnustöðum eru líklegri til að vera einar með mögulegum geranda. Það er mikilvægt að huga að þessu þegar við skoðum hvernig hægt er að bæta öryggi kvenna á vinnustöðum,“ segir Edda Björk Þórðardóttir, lektor í lýðheilsuvísindum við Háskóla Íslands og einn höfundarannsóknarinnar.

Svarendur í rannsókninni voru tæplega 16 þúsund konur úr öllum atvinnugreinum. Hugað var vel að aldursdreifingu, búsetu, tekjudreifingu og fleiri þáttum til að endurspegla samfélagið sem best.

„Þær sem svöruðu endurspegla kvenþjóðina vel,“ segir Edda. Um þriðjungur kvennanna sagðist hafa orðið fyrir kynferðislegri áreitni eða ofbeldi í vinnu og 8 prósent á núverandi vinnustað.

Hlutfall kvenna sem hafa orðið fyrir áreitni eða ofbeldi á núverandi vinnustað



Hæst er hlutfallið hjá þeim sem starfa á opinberum vettvangi, 15,7 prósent. Þetta eru konur sem starfa til dæmis við tónlist, í sviðslistum, blaðamennsku, íþróttum og stjórnmálum. Í ferðamennsku er hlutfallið 15 prósent, 13,6 prósent í lög-gæslu og réttarkerfinu, 13,1 prósent í framleiðslu og viðgerðariðnaði og 12 prósent í heilbrigðisgreinum.

Lægst mældist hlutfallið í almennum skrifstofustörfum, 5,8 prósent. Þar á eftir 6,4 prósent í veitinga- og matreiðslugreinum og 6,8 í menntun.

„Gerendur geta verið samstarfsfólk eða yfirmenn en einnig utan-aðkomandi aðilar. Til dæmis viðskiptavinur, skjólstaðingur eða sjúklingur,“ segir Edda. En þar sem

Gerendur geta verið samstarfsfólk eða yfirmenn en einnig utanaðkomandi aðilar.



Edda Björk Þórðardóttir, lektor í lýðheilsuvísindum

áreitnin og ofbeldið er mest eru konur líklegri til að vera í miklum samskiptum við þriðja aðila.

Samkvæmt rannsókninni eru yngri konur í meiri hættu en eldri, hinsegin konur í meiri hættu en gagnkynhneigðar og háskólmenntaðar í meiri hættu en konur með minni menntun.

Rannsóknin er fyrsta lýðgrundaða rannsóknin af þessari stærðargráðu þar sem kynferðisleg áreitni og ofbeldi er skoðað eftir atvinnugreinum. Lítið er um eldri rannsóknir en hlutfall hefur mælst á bilinu 11 til 70 prósent. Fyrri rannsóknir hafa verið smærri í sniðum og oft aðeins bundnar við eina atvinnugrein. Þessi rannsókn brýtur því blað.

„Það er sláandi hvað kynferðisleg áreitni og ofbeldi er algengt á vinnustöðum hér á landi í ljósi þess að Ísland er í efsta sæti heimslista um kynjajafnrétti,“ segir Edda. ■

Sjálfvirkur opnunarbúnaður og snertilausir rofar frá

GEZE

Þýsk gæðavara.

JARN&GLER

Skútvogi 1h - Sími 585 8900

www.jarngler.is

Náðu ekki að gera úthafssáttmála

kristinnhaukur@frettabladid.is

UMHVERFISMÁL Aðildarríkjum Sameinuðu þjóðanna mistókst að koma sér saman um alheims-sáttmála um málefni úthafanna. Tveggja vikna samningalotu lauk á miðvikudag í New York.

Eins og Fréttablaðið hefur greint frá hafa Íslendingar verið meðal þeirra þjóða sem gerð úthafssáttmálans hefur strandað á. Auk Norðmanna, Rússa og Japana hafa Íslendingar verið tregir til að samþykkja reglur um fiskveiðar og fengið gagnrýni umhverfisverndar-samtaka fyrir.

Samkvæmt samtökunum World Wildlife Fund, sem fylgjast náið með samningagerðinni, hefur afstaða Íslendinga og Norðmanna hins vegar snúist mest á þessum fundi.



Íslendingar og Norðmenn eru jákvæðari í garð sáttmála en áður.

Eru þjóðirnar nú mun jákvæðari gagnvart sáttmála en áður.

Rússar eru hins vegar enn þá andvígir mörgum ákvæðum sáttmálans og Kínverjar hafa sínar efasemdir um sum þeirra.

Þrátt fyrir að þetta tækifæri hafi

runnið út í sandinn eru menn von-góðir um að lausn kunni að vera í sjónmáli. Einkum vegna þess hversu vel gekk að semja um málefni á seinni stigum fundarins. Hafi ríkin einfaldlega ekki haft nægan tíma til að koma saman sáttmála.

Sum umhverfisverndarsamtök, eins og Greenpeace, gagnrýna sendinefndirnar hins vegar fyrir að taka málið ekki nógu alvarlega. Úthafssáttmáli sé eitt stærsta umhverfismál samtímans, hann geti ekki beðið endalaust heldur þurfi að komast á blað sem fyrst.

Ekki hefur verið ákveðið hvenær næsti fundur verður en hugsanlegt er að boðað verði til hans undir lok ársins. Vegna þess hversu langt þjóðirnar komust á þessum fundi er buist við að sá næsti verði aðeins ein vika í stað tveggja. ■



Njótum helgarinnar

HAGKAUP

Tilboð gilda út 4. september



Crispy Duck
Pancake kit
frystivara

1.999

kr/pk



Sashi nauta ribeye
Verð áður 9.499

7.124

kr/kg



Lambahryggur 1/2
lundarhluti

3.599

kr/kg



Doritos Double
pepperoni

249

kr/pk

Nýtt



Highball kokteilar
Ljúffengir og áfengis-
lausir

459

kr/stk

Nýtt



Marabou kex
Daim, mjólkur- og
dökkt súkkulaði

299

kr/pk

Polinmæði lækna sögð vera á þrotum

benediktarnar@frettabladid.is

HEILBRIGÐISMÁL Steinunn Þórðardóttir, formaður Læknafélags Íslands, segir óboðlegt að ríkið semji ekki við lækna á stofum.

Í fyrradag rann reglugerð heilbrigðisráðherra um endurgreiðslu vegna þjónustu sérgreinalækna út án endurnýjunar sem olli því að sjúklingar þurftu að greiða þjónustu fullu verði í gærmorgun. Brugðist hefur verið við þessu og reglugerðin framlengd til 31. október.

Steinunn segir að þetta sé í þretánda skipti sem slík reglugerð sé sett. Það skapi mikla óvissu.

„Þetta varpar ljósi á undirliggjandi vanda, sem er samningsleysi sérfræðilækna á stofum við Sjúkra-tryggingar, sem er nú búið að vara í



Steinunn Þórðardóttir, formaður Læknafélags Íslands

tæp fjögur ár. Það býður upp á svona klúður að vera alltaf með endurgreiðslureglugerð sem er verið að endurnýja nokkra mánuði í senn, sem á að vera algjört bráðabirgða-úrræði á meðan verið er að semja,“ segir Steinunn. Hvorki hafi gengið né rekið í samningaviðræðum.

„Þetta er bara komið gott, þolinmæði lækna er orðin ansi lítil. Þetta er óboðlegt ástand.“ ■



Reykjavík slítur vinasamstarfi við Moskvu.

FRÉTTABLAÐIÐ/
GETTY

Fimmtán ára vinasamstarf nú á enda

birnadrofn@frettabladid.is

REYKJAVÍK Reykjavíkurborg hefur slitið vinaborgarsamstarfi og sagt upp samstarfssamningi við Moskvu, höfuðborg Rússlands. Samstarfssamningurinn á milli borganna hefur verið í gildi frá árinu 2007.

Tillaga um slitin var samþykkt einróma á fundi borgarráðs í gær en borgarstjóri átti fund með borgarstjóra Lvív í apríl og sendiherra Úkraínu á Íslandi í júní þar

sem rætt var um að slíta samstarfssamningnum og vinaborgarsamstarfinu. Borgarstjóri hefur einnig fundað um málið með utanríkisráðherra sem gerir ekki athugasemdir við tillöguna. Borgarstjórn Reykjavíkur hefur áður fordæmt innrás Rússa í Úkraínu og lýst samstöðu og stuðningi við fólkið í Úkraínu.

Að ráðgjöf borgarlögmans verður leitað viðbragða borgarstjórnar Moskvu áður en slit, á vinaborgarsamstarfi og ofangreindum samningi, verða formleg. ■



Stjórnskipunar- og eftirlitsnefnd Alþingis ræðir mál Lilju Alfreðsdóttur á fundi á mánudag. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

Skipun á þjóðminjaværðri fyrir eftirlitsnefnd Alþingis

Erfitt er að spá fyrir um áhrif umdeildrar skipunar á feril Lilju Alfreðsdóttur, að sögn prófessors, en pólitísk inn eign ráðherrans hafi rýrnað. Nefnd innan Alþingis mun ræða málið eftir helgi.

bth@frettabladid.is

STJÓRNMÁL Eiríkur Bergmann, prófessor í stjórnmálafræði, segir að skipunarmál Lilju Alfreðsdóttur, ráðherra menningarmála, í stöðu þjóðminjavarðar komi ofan í fleiri mál sem hana varði og valdið hafi usla.

„Lilja er farin að ganga allverulega á sitt pólitíska kapital með endurteknum skipunum fram hjá þeirri reglu að auglýsa beri opinberar stöður,“ segir Eiríkur.

Þórunn Sveinbjarnardóttir, formaður stjórnskipunar- og eftirlitsnefndar Alþingis, staðfesti í samtali við Fréttablaðið í gær að á dagskrá fundar nefndarinnar næsta mánudag væri kominn liður um ráðningar embættismanna og 36. grein starfsmannalaganna. Augljóst er að ólgan í kringum skipun þjóðminjavarðar er kveikja þeirrar umræðu.

Félag fornleifafræðinga hefur sent umboðsmanni Alþingis kvörtun vegna ákvörðunar Lilju.

Bætist kvörtunin ofan á hörð viðbrögð úr ýmsum áttum en Lilja hefur varið ákvörðun sína með hæfi Hörpu Þórsdóttur, sem hún skipaði.

Eiríkur Bergmann segir erfitt að segja til um hvort mælinn sé orðinn fullur.

„Ég held að Lilja sé ekki komin



Lilja er augljóslega að stilla sér upp svoltið utan við helstu forystu í ríkisstjórninni, hvort sem það er viljandi eða ómeðvitað.



Eiríkur Bergmann, prófessor í stjórnmálafræði

í þannig öngstræti að hún þurfi að hrökklast undan, en þetta mál hjálpar henni ekki í því að tryggja sig í sessi,“ segir Eiríkur.

„Lilja er augljóslega að stilla sér upp svoltið utan við helstu forystu í ríkisstjórninni, hvort sem það er viljandi eða ómeðvitað. Er það til marks um að hún sé að marka sér sérstaklega stöðu? Maður veit það ekki,“ segir Eiríkur.

Þeir sem hafa borið blak af ákvörðun Lilju, þar á meðal samráðherrar í ríkisstjórn, benda á að heimild sé í lögum til að færa til embættismenn samkvæmt 36. greininni. Margir telja að undanþáguákvæðið eigi ekki við í þessu máli.

„Ég held að andi þessara laga sé



Lilja Alfreðsdóttir, menningar- og ferðamálaráðherra

nokkur skýr. Stöður sem þessar á að auglýsa,“ segir Eiríkur.

Prófessorinn bendir á að skipan þjóðminjavarðar sé ekki hefðbundin tilfærsla líkt og varði sem dæmi flutning fólks milli ráðuneyta.

„Þetta er meiri háttar leiðandi staða í íslenskri akademíu og um slíkar stöður gilda almennar reglur. Mér finnst ekki fullnægjandi að rökstyðja svona ákvörðun með því einu að viðkomandi sé hæf,“ segir Eiríkur.

„Þetta er ekki spurning um hvort manneskjan sé hæf heldur jafna möguleika fólks á að bjóða fram krafta og vera metið að verðleikum. Aðrir eru rændir möguleika á starfinu og þar liggur vandinn. Það er auðvelt að hvort súa sem var skipuð sé hæf.“

Stundum má líta þannig á mál að átök um ákvarðanir ráðherra séu heilbrigðismerki, að sögn Eiríks. Um það hvort hætta sé á að Lilja missi traust leiðandi fólks innan menningargeirans sem ráðherra segir Eiríkur erfitt að meta það. Það þurfi ekki að vera slæmt fyrir ráðherra að eiga í ágreiningi við tiltekna stéttir, því almenningur ráði afdrifum stjórnmálamanna en ekki ráðandi stéttir á hverju sviði fyrir sig. ■

TikTok borgar meira en YouTube

ninarichter@frettabladid.is

TÓNLIST Tónlistarkonan Unnur Sara Eldjárn á og rekur kynningarstofuna Wrap my Music sem tekur að sér ráðgjöf við markaðssetningu fyrir tónlistarfólk.

Hún sagði frá því á Facebook-síðu sinni að TikTok hefði greitt henni fyrir notkun á tónlist, og sagði upphæðina töluvert hærri en þá sem hún fékk frá streymisveitunni YouTube, „þrátt fyrir ágætis spilun þar í hverjum mánuði.“ Hún deilir kvittun frá TikTok þar sem taldar



Unnur Sara Eldjárn, eigandi Wrap my Music

eru 1.833 íslenskar krónur í greiðslu fyrir notkun á tónlist síðustu þrjá mánuði.

„Maður hélt að TikTok væri bara frábær auglýsing,“ segir Unnur Sara

og bætir við að greiðslan hafi komið mikið á óvart. Hún segist ekki hafa fengið sundurliðun eða upplýsingar um fjölda spilana að baki upphæðinni, en hún segir að um þúsund myndbönd séu á miðlinum þar sem notast er við hennar tónlist.

„Það kom mér á óvart að sjá að ég væri að fá meira frá TikTok en YouTube og Facebook, sem er líka með Instagram. Á Instagram er ég með 1.500 myndbönd, samt er ég að fá tókalla þar. Mér finnst það benda til þess að þau borgi betur á TikTok, miðað við þessar upplýsingar.“ ■



Sjóðurinn veitir tvenns konar styrki

- Til rannsóknarverkefna sem tengjast vinnuumhverfi eða aðbúnaði félagsmanna VM og þróun námssefnis og kennsluaðferða til menntunar þeirra.
- Til ýmiss konar brautryðjenda- og þróunarstarfs sem hefur samfélagslegt gildi, menningarstarfsemi eða listsköpunar.
- Einstaklingar, fyrirtæki, rannsóknar- og menntastofnanir geta sótt um styrk úr sjóðnum.

Umsóknir berist Akki, Styrktar- og menningarsjóði VM, eigi síðar en 23. september 2022.

Nánari upplýsingar er að finna á heimasíðu VM, www.vm.is, þar sem nálgast má umsóknareyðublöð og nánari upplýsingar.

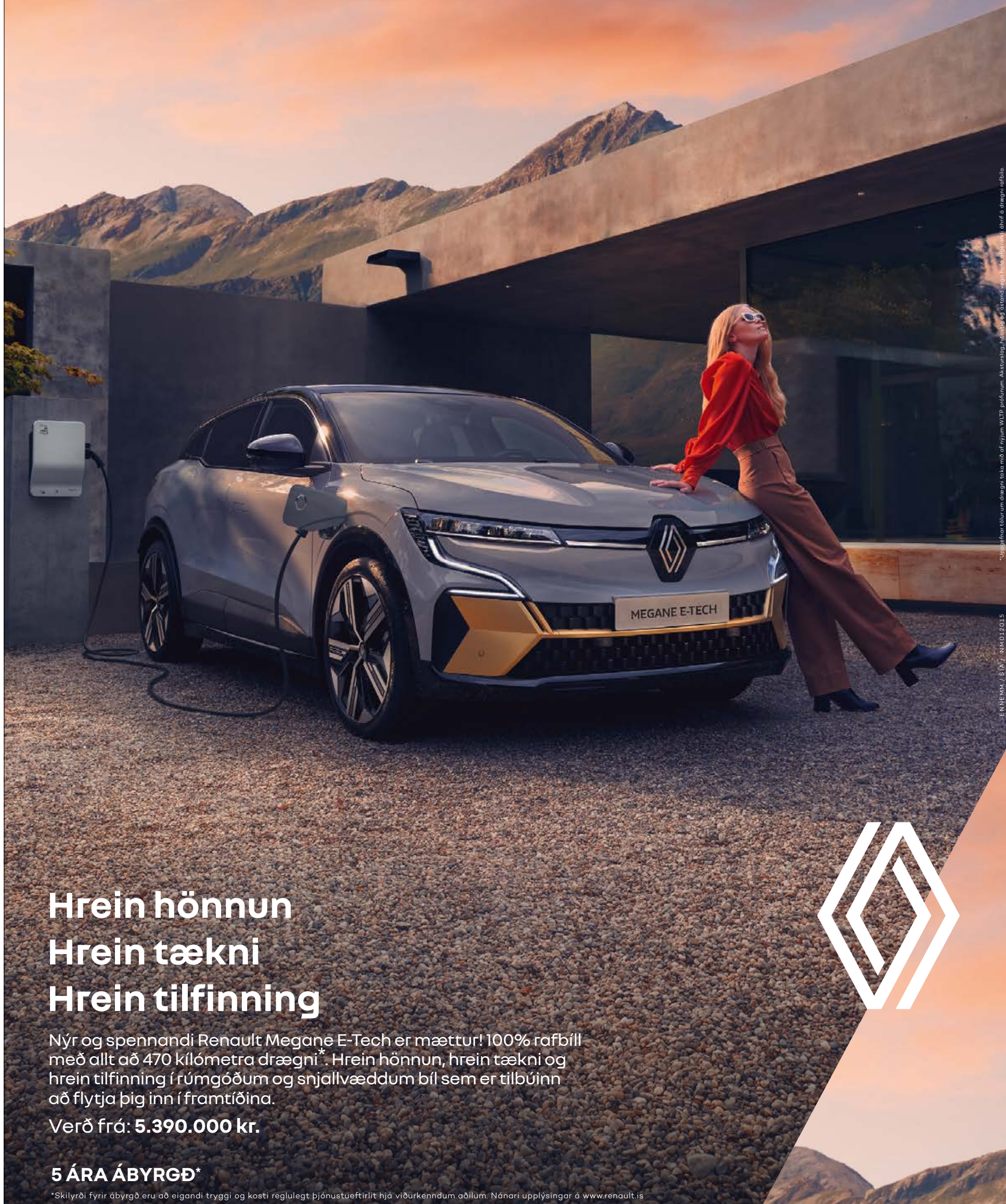


VM Félag vélstjóra og málmtæknimanna

Stórhöfða 29 • 110 Reykjavík • 575 9800

NÝR RENAULT MEGANE E-TECH

100% rafmagn



Hrein hönnun Hrein tækni Hrein tilfinning

Nýr og spennandi Renault Megane E-Tech er mættur! 100% rafbíll með allt að 470 kílómetra drægni*. Hrein hönnun, hrein tækni og hrein tilfinning í rúmgóðum og snjallvæddum bíl sem er tilbúinn að flytja þig inn í framtíðina.

Verð frá: **5.390.000 kr.**

5 ÁRA ÁBYRGÐ*

*Skilyrði fyrir ábyrgð eru að eigandi tryggi og kosti reglulegt þjónustueftirlit hjá viðurkenndum aðilum. Nánari upplýsingar á www.renault.is

Bílasala Akureyrar
Akureyri
www.bilak.is
461 2533

Bílaverkstæði Austurlands
Egilsstöðum
www.bva.is
470 5070

BL söluumboð
Vestmannaeyjum
481 1313
862 2516

Bílasala Reykjaness
Reykjanesbæ
www.bilasalareykjaness.is
419 1881

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



Stjórn Vladímírs Pútín vill hollustu fyrir rússnesk skólabörn

helenaros@frettabladid.is

RÚSSLAND Stjórn Vladímírs Pútín Rússlandsforseta vill hollustu fyrir hönd skólabarna landsins. Menntamálaráðuneytið hefur ákveðið að nemendur fái vikulega kennslustund í því sem kallast „samtöl um það mikilvæga“.

Norska blaðið VG greinir frá. Fyrsti skóladagur rússneskra barna var í gær en samkvæmt VG verður börnum kennt að stríðið í Úkraínu sé dæmi um sanna ást til landsins



FluxJet á að ná eitt þúsund kílómetra hraða. MYND/TRANSPOD

Ofurhraðlest kynnt í Kanada

gar@frettabladid.is

TÆKNI Fyrirtækið TransPod í Kanada hefur nú kynnt áætlun um hraðlest sem nær eitt þúsund kílómetra hraða á klukkustund og gengur fyrir rafmagni. Segist fyrirtækið geta selt farmiða í lestina á allt að 44 prósentum lægra verði en flugmiða á sömu vegalengd.



Áætlað er að lestin geti hafið ferðir árið 2023.

Lest TransPod ber nafnið FluxJet og er henni ætlað að fara um eins konar túpur. Sagt er að hún verði í raun blanda af flugvél og lest og verði drifin áfram af snertilausum orkuflutningi sem byggir á tækni sem kallast „veillance flux“. Hægt sé að flytja 54 farþega og tíu tonn af vörum í hverri ferð. Sú fyrsta gæti orðið árið 2035 milli borganna Calgary og Edmonton. Er það 300 kílómetra vegalengd með aðeins 45 mínútna ferðatíma. ■

Kúga og ofsækja kaþólska presta

helenaros@frettabladid.is

NÍKARAGVA Baráttukonan Bianca Jagger hefur staðið í ströngu síðustu mánuði í heimalandi sínu, Níkaragva, vegna pólitískrar kúgunar og ofsókna á hendur kaþólskum prestum þar í landi. Hún sakar forseta Níkaragva, Daniel Ortega, og eigin konu hans og varaforseta, Rosario Murillo, um að bera ábyrgð á þeim.



Baráttukonan Bianca Jagger

Jagger segir þau hjónin hafa hert árásir á presta kirkjunnar og lýst yfir opinberu stríði á hendur kirkjunni. Stríðið hefur aukið andstöðu Jagger gegn stjórn þeirra en hún hefur einnig gagnrýnt viðbrögð kirkjunnar. ■

og rússnesku þjóðarinnar. Sannir föðurlandsvinir eigi alltaf að vera reiðubúnir að deyja fyrir land og þjóð.

Með þessu sé menntamálaráðuneytið að efla rússnesk siðferðileg gildi og vernda rússneskt samfélag fyrir eyðileggjandi upplýsingum og mögulegum sálrænum áhrifum.

VG segir jafnframt að börnunum verði kennt að stríðið í Úkraínu snúist um að vernda íbúa í Donbas-héraði sem hafa orðið fyrir einelti og kúgun þar. Þá séu íbúar Donetsk-

og Lúhansk-héraða rússneskir og endurkoma Rússlands því mikilvæg. Lýsa eigi rússnesku hermönnum sem hetjum.

Prófessor sem VG ræddi við segir þetta ekki koma að óvart. Stjórn Pútíns vilji viðhalda þjóðernisstoltinu og að hann sé reiðubúinn til að beita ofbeldi ef þess þurfi. Þeir kennarar sem ekki fari eftir skipunum muni missa vinnuna eða verða hneptir í fangelsi. Hann segir hugmyndir stjórna Pútíns allsráðandi innan rússneska samfélagsins. ■



Fyrsti skóladagur rússneskra barna var í gær. FRÉTTABLAÐIÐ/EPA-EFE

Milljarða kostnaðarauki ríkis vegna vaktavinnufólks hjá hinu opinbera

Styttingu vinnuvikunnar hjá vaktavinnufólki sem vinnur hjá ríkinu fylgir mikill kostnaðarauki. Hjá Landspítalanum er áætlað að ráða þurfi um 200 manns til að mæta breytingunum.

bth@frettabladid.is

SAMFÉLAG Um eitt og hálf ár er liðið síðan stytting vinnuvikunnar tók gildi hjá vaktavinnufólki hjá ríkinu. Eins og fram kom í Fréttablaðinu í gær gæti þurft að ráða allt að 70 nýja lögregluþjóna á Íslandi vegna breytinganna. Árlegur kostnaðarauki ríkisins vegna alls vaktavinnufólks sem starfar hjá hinu opinbera hefur verið áætlaður 5,5 til 6 milljarðar króna.

Breytingin stytting vikuna um fjórar klukkustundir, vinnuvika sem áður var 40 tímar varð 36 tímar. Þar sem lögreglulið þarf víða að manna allan sólarhringinn eru áhrifin mikil á þá stétt sem og heilbrigðisstarfsfólk sem vinnur allan sólarhringinn svo tvö dæmi séu nefnd.

Samkvæmt áætlun ríkisins er vaktavinnufólk um þriðjungur ríkisstarfsmanna í um fjórðungi stöðugilda. Það fer nálægt því að um ræði 7.300 starfsmenn í um 5.500 stöðugildum að því er fram hefur komið í Kjarnanum.

Ríkislögreglustjóri lýsti í Fréttablaðinu í gær áhyggjum af stöðunni og nefndi ríka þörf á að fjölga í lögregluliðinu til að bregðast við styttingu vinnuvikunnar.

Það er ekki í fyrsta skipti sem slíkar raddir heyrast frá lögreglu. Stjórn Landssambands lögreglumannna sendi í fyrra frá sér ályktun þar sem sambandið lýsti yfir miklum áhyggjum af þeirri stöðu sem lögreglan stæði frammi fyrir eftir innleiðinguna. Að mati sambandsins væru of fáir lögreglumenn



Samkvæmt áætlun ríkisins er vaktavinnufólk um þriðjungur ríkisstarfsmanna í um fjórðungi stöðugilda.

við störf og hlutfall lærðra lögreglumannna orðið „hættulega“ lágt. Ráða þyrfti fleira fólk.

Hjá Landspítalanum einum hefur verið áætlað að ráða þurfi um 200 manns til viðbótar við þá sem störfuðu þar fyrir breytingar til að mæta nýjum tímum.

BHM sagði í ályktun á sínum tíma að með kjarasamningunum og styttingunni væri stigið mikilvægt skref í átt að auknum lífsgæðum starfsmanna.

„Með styttingu vinnuvikunnar verður vinnustaðurinn skilvirkari og um leið fjölskylduvænni og getur styttingin stuðlað að auknu jafnrétti kynjanna á vinnumarkaði og inni á heimilum,“ sagði í ályktun BHM.

Samtök atvinnulífsins voru aftur á móti skeptisk á styttinguna og bentu á samband verðbólgu og launahækkana.

„Á nýársdag 1972 tóku gildi lög um 40 stunda vinnuviku sem hækkaði allt tímakaup um 10% og launakostnað enn meira. Víxlverkun launahækkana og verðlags hófst og magnaðist með hverju árinu. Innan fárra ára virtist 50% verðbólga komin til að vera og þurfti að færa miklar fórnir á löngum tíma til að ná henni niður,“ sögðu Samtök atvinnulífsins.

„Stóri lærdómurinn fyrir þá sem vilja stytta vinnutíma nú með laga-breytingu á Alþingi ætti að vera sá að vinnutími – ef horft er til sögunnar – styttist lítið við það. Árið 1971 var til dæmis algengt að unnið væri til hádegis á laugardögum í dagvinnu en árið 1972 var algengt að fólk ynni til hádegis á laugardögum í yfirvinnu. Afleiðingin var að launakostnaður fyrirtækja jókst og verðbólgan fór af stað með tilheyrandi eignabruna.“ ■

Saka Bandaríkjaher um stórfelldan olíustuld

thp@frettabladid.is

SÝRLAND Sýrlensk stjórnvöld hafa sent aðalritara Sameinuðu þjóðanna og forseta öryggisráðsins bréf þar sem Bandaríkjaher er sakadur um stórfelldan stuld á olíu frá olíulindum landsins.

Um 900 bandarískir hermenn eru staðsettir í Sýrlandi og taka þátt í stríðinu gegn Íslamska ríkinu sem áður réði yfir stórum hluta landsins. Herseta Bandaríkjamanna þar er brot á alþjóðalögum þar sem hvorki Sýrland né Sameinuðu þjóðirnar hafa lagt blessun sína yfir hana.

Bandarískir hermenn eru staðsettir á yfirráðasvæðum stjórna-andstæðinga sem berjast undir

merkjum Sýrlenska lýðræðishersins, SDF, flestir í herstöðinni al-Tanf skammt frá írösku landamærunum. Hún hefur orðið fyrir árásum sem Bandaríkin saka uppreisnarmenn, sem njóti stuðnings Írans, um að bera ábyrgð á.

Að sögn yfirvalda í Damaskus er olían flutt yfir landamærin til Írak og fullyrða þau að Bandaríkjaher steli um því sem nemur 66 þúsund olíutunnum á dag. Það jafngildir um 83 prósentum af olíuframleiðslu landsins á degi hverjum.

Sýrlensk stjórnvöld fullyrða að 29. ágúst hafi 123 tankbilar fullir af illa fenginni olíu farið yfir landamærin til Írak frá Al-Hasakah-héraði í norðausturhluta Sýrlands. ■



Bandarískir hermenn í norðurhluta Sýrlands árið 2019. FRÉTTABLAÐIÐ/EPA

Sölusýning á morgun

Tilboðsbæklingurinn okkar er kominn út. Hann er fullur af gæðatækjum á sérstöku tilboðsverði sem gildir í september.

Í tilefni þess bjóðum við **afslátt af öllum vörum** á morgun, **laugardaginn 3. september**, sem eru ekki nú þegar á tilboði.

Opið frá 10 til 16.

Afsláttarkóði í vefverslun: **Haust20af**



Skoðaðu nýja
tilboðsbæklinginn
okkar á sminor.is!



100
ÁRA 1920-2020

5 ÁRA *****
ÁBYRGÐ

Athugið að þessi kjör gilda aðeins um heimilistækjahlutann í vefversluninni.

**SMITH &
NORLAND**

Nóatúni 4 · Sími 520 3000
www.sminor.is

Meinið



Guðmundur
Gunnarsson
ggunnars
@frettabladid.is

Skýrsla Ríkisendurskoðunar mun ekki segja okkur neitt sem skiptir máli um söluna á Íslandsbanka. Það er algjör óþarfi að halda niðri í sér andanum yfir þessari úttekt. Það er að segja ef blessað plaggið verður einhvern tímann tilbúið og Ríkisendurskoðandi hættir að fara mánaðarvillt í dagatalinu.

Skýrslan mun útlista það sem mögulega hefði verið hægt að gera þínulítið öðruvísi varðandi framkvæmdina. Á stofnanamáli. Það er allt og sumt. Með öðrum orðum, hún mun ekki innihalda neitt af því sem Íslandsbankagjörningurinn raunverulega afhjúpar.

Það er nefnilega ekki framkvæmdin við söluna sem skiptir máli, heldur ásetningurinn. Ákvörðunin um að gera þetta með þessum hætti.

Sleppum stofnanamálinu. Aðferð lokaðs útboðs var beitt í Íslandsbankamálinu til þess að tryggja að rétta fólk fengi að kaupa. Þess vegna hringdu vel valdir miðlarar í suma en ekki aðra.

Þeir sem ákváðu þetta vissu alveg að verðbréfamiðlararnir myndu hegða sér með þessum hætti. Enda afhjúpar listi yfir kaupendur, sem er eins og fimmtán ára gamall gestalisti inn á Skuggabaránn, þetta allt saman. Stútfullur af vinum og vandamönnum úr síðasta matarboði. Ásamt miðlurunum sjálfum auðvitað.

Þeir allra meðvirkustu hafa verið duglegir við að réttlæta fúskið með því að benda á að þessi aðferð sé þekkt í útlöndum.

Það kann að vera. En það er ekki þar með sagt að hún henti í samfélagi sem er svo lítið að því er stýrt af einstaklingum og ráðamönnum sem ýmist gengu saman í skóla eða tengjast fjölskylduböndum. Hringur valdsins á Íslandi er of þröngur til að við getum treyst því að lokað sala á ríkiseign verði ekki misnotuð.

Enda átti þessi aðferð aldrei að koma til tals, en varð samt fyrir valinu. Af ákveðinni ástæðu.

Þetta bankasölumál snýst ekki um pólitískan skotgrafahernað eða skeytasendingar á milli ráðuneyta. Það snýst heldur ekki um það hver seldi pabba sínum hvað.

Salan á Íslandsbanka snýst um endurtekna tilraunir örfárra manna til að sölsa undir sig eignir og auðlindir þjóðarinnar. Þetta mál er enn einn kaflinn í áratugalangri sögu íslenskrar sérhagsmunagæslu.

Það er stóra myndin sem við eigum að vera að ræða. Meinið sem við eigum að vera að uppræta. Skýrsla Ríkisendurskoðunar mun ekki gera neitt fyrir okkur í þeim efnum. ■

Halldór



Frá degi til dags

benediktboas@frettabladid.is

Símafólk mætir ekki

RÚV ræður leiktíma leiks Íslands og Hvíta-Rússlands. Leikurinn fer fram klukkan 17.30 í dag en þegar þetta er skrifað eru um 3.300 miðar farnir en völlurinn tekur um 10 þúsund manns. Það vantar því sjö þúsund manns til að fylla völinn. KSÍ auglýsti mikið á samfélagsmiðlum í aðdraganda leiksins en fór ekki hinar hefðbundnu leiðir, að auglýsa í dagblöðum og á öldum ljósvakans. Það er því ekki furða að enginn sé að mæta á leikinn í dag því það er gömul saga og ný að fólk sem lifir sínu lífi í gegnum símann er ekki mikið að borga sig inn á viðburði – þó að það hafi skoðun á ýmsu.

Skammið RÚV

„Ég held að leiktíminn hafi ekkert með mætingu að segja en þið verið bara að skamma RÚV,“ sagði Þorsteinn Halldórs-son landsliðspjálfi á blaðamannafundi í gær en ástæðan fyrir þessum leiktíma er að RÚV sýnir beint frá tónleikum Sinfó strax eftir fréttir og veður. Aðrir hafa bent á að miðaverð sé ástæðan en það kostar um 2.000 krónur fyrir börn yngri en 16 ára á finum stað en þúsund kall fyrir verri stað. Fimm manna fjölskylda þarf því að leggja út 14 þúsund krónur ef hún vill sitja á góðum stað. Og á þá allt hitt eftir ef hún vill eiga góðan dag. ■

Um hvað er varðstaðan



Hanna Katrín
Friðriksson
formaður þing-
flokks Viðreisnar

Á fimmta ári stjórnsamstarfsins er forsvarsfólk ríkisstjórnarflokka þriggja hætt að láta eins og markmiðið hafi verið að bjóða þjóðinni upp á hlaðborð af hægri og vinstri pólitík og allt þar á milli, einhvers konar brot af því besta.

Þetta hefur auðvitað legið fyrir lengi. En einhverjir hagsmunir tengja þessa flokka saman. Sennilega er VG ekki eini flokkurinn sem er þarna til að passa að ákveðnir hlutir gerist ekki, svo vitnað sé í orð varaformanns flokksins í opnunarræðu hans á flokksráðsfundi VG í síðustu viku. Það er alla vega ljóst að núverandi ríkisstjórn spilar ekki sókn. Flokkarnir þrír eru í varnarbandalagi þar sem alið er á hræðslu við breytingar, jafnvel þær sem yfirgnæfandi meirihluti þjóðarinnar kallar eftir.

Varnarbandalagið stendur til dæmis dyggan vörð um hagsmuni stórutgerðarinnar og vaxandi ítök hennar í samfélaginu. Passar upp á að kröfu þjóðarinnar um breytingar verði ekki svarað. Það má engan mun sjá á því hvort hægríð, miðjan eða vinstrið hafna af meiri ákefð öllum hugmyndum um að lögmál markaðarins, framboð og eftirspurn, ráði verðinu sem útgerðin greiðir þjóðinni fyrir afnot af sjávarauðlindinni. Öllum flokkunum þremur virðist henta frekar nakin ríkisafskipti af heilli atvinnugrein þar sem stjórnámálameinn leika sér að því að breyta veiðigjöldunum eftir hentugheitum.

Í heilbrigðis- og velferðarmálum virðist einkaframtakið öllum flokkunum jafn mikil ógn með þeim afleiðingum að biðlistar eftir nauðsynlegri þjónustu eru lengri en nokkurn tímann hafa sést og staðan á Landspítala versnar næstum dag frá degi.

Kerfið vex og dafnar við þessar aðstæður. Fögur fyrirheit um aukið samstarf hins opinbera og einka-fyrirtækja verða eins og hvert annað grín þegar veruleikinn blasir við í formi umfangsmikillar samkeppni ríkisins við fyrirtæki á samkeppnismarkaði án nauðsynlegs aðhalds og gegnsæis.

Dæmin eru mun fleiri.

Við þurfum ríkisstjórn sem breytir því sem þarf að breyta í þágu almannahagsmuna. Ekki ríkisstjórn sem einsetur sér helst að gera ekki neitt. ■

Laugardaga kl. 10.00

Lífið er lag
Hagsmunir eldri borgara
HLAÐVARP

www.hotelbokanir.is/lifid-er-lag-hladvarp og á Spotify

Sigurður K. Kolbeinsson ræðir við ýmsa þekktu og óþekktu Íslendinga um lífið og tilveruna og sagðar eru skemmtilega sögur og frásagnir aftur í tímann sem mörgum kunna að þykja skemmilegar.

Kristján L. Möller er næsti gestur hlaðvarpsins.

Stóru málin (svo)

Í dag



Karl Th. Birgisson

Eins og sumir aðrir átti ég von á því að þing kæmi saman í sumar. Til að ræða skýrslu ríkisendurskoðunar um sölu Bjarna Benediktssonar á hlutabréfum ríkisins í Íslandsbanka.

Boðað var að skýrslan yrði tilbúin í júní. Nú er kominn september og ekkert bólar á rannsókninni.

Varla þarf að rifja upp að eitt af þeim sem voru handvalin til að fá að kaupa hlutabréfin var Bananalýðveldið ehf. Það var í eigu uppi-standara. Einkar viðeigandi.

Við skoðun ársreikninga kom í ljós að félagið var með umtalsvert neikvætt eigið fé. Sumsé tækni-lega gjaldþrota, en var samt valið sérstaklega til að kaupa eignir almennings og græða svolítið á snúningnum.

Aftur mjög viðeigandi. Og kunnuglegt.

Forsenda velsældar

En úr því okkur skortir nýlegar þingræður til að vitna í, þá er hér ein af þeim síðustu sem fluttar voru í vor.

Sennilega hafa allir gleymt þessari ræðu nema við Njáll Trausti Friðbertsson. Umræðuefnið var frumvarp til laga um loftferðir.

Já, ég veit að þetta hljómar ákaflega ósexí, en ekki sofna alveg strax.

Meginefni málsins var að tryggja enn frekar flugöryggi. Svo eitthvað um hergagnaflutninga og svoleiðis smotteri.

Einhver hefði haldið að flug-umferðarstjórinn Njáll Trausti hefði þarna haft frumkvæði á sínu sérlega þekkingarsviði.

Nei, ekki var það svo.

Þarna var verið að staðfesta ýmsar reglugerðir Evrópusam-bandsins um öryggi í flugsam-göngum. Meginefni þeirra var frá 2018. Það tók íslensk stjórnvöld sumsé fjögur ár að lögfesta þær.

Þrátt fyrir – svo ég vitni beint í Njál Trausta: „[Þær eru] mikilvæg forsenda fyrir samkeppnishæfni íslenskra flugfélaga, rekstri flug-valla, flugleiðsögu og annarra aðila sem starfa á markaðnum. [Þetta ofangreint] er ein forsenda efnahagslegrar velsældar og sam-keppnishæfni nútímasamfélags.“

Atarna er ekki lítið sagt og aftur er nú bölvad Evrópusambandið að gera okkur óleik.

Trúlega er þarna þýðingarvilla og fyrra ellið hefur skotizt óvart inn í velsæld.

Dómstóllinn

Ræða Njáls var merkileg fyrir fleiri hluta sakir.



Meginefni málsins var að tryggja enn frekar flugöryggi. Svo eitthvað um hergagna-flutninga og svoleiðis smotteri.

Það er eilíft viðfangsefni þegar reglur ESB eru leiddar í lög, hvort slík samþykkt standist stjórnar-skrána.

Fullveldið og sjálfstæðið, munið? Okkar helgustu vé.

Njáll var með allt uppi á borðum og sagði nefndina hafa rannsakað „hvort slíkt væri annmörkum háð með tilliti til ákvæða stjórnar-skrárinnar í ljósi þeirrar aðkomu erlendra aðila að framkvæmdar-valdi og dómvaldi sem reglugerð-in felur í sér. Með hliðsjón af því svigrúmi sem löggjafinn hefur til mats á túlkun stjórnarskrárinnar var það hins vegar mat meiri hluta nefndarinnar að frumvarpið væri í samræmi við hana.“

Þetta er ekki beinlínis þjáll texti, en í honum felst samt þetta:

Umhverfis- og samgöngunefnd

Alþingis tók að sér að meta og túlka stjórnarskrána.

Um aðkomu erlendra aðila að framkvæmdavaldi og dómvaldi.

Niðurstaða nefndarinnar var að þetta stöff væri bara alltíla. Fint. Og nauðsynlegt. Enda velsældin í húfi.

Leiðum alveg hjá okkur efnis-atríði málsins, en þarna var þing-nefnd að taka sér stöðu sem stjórn-lagadómstóll, með því að ákveða hvað stæðist stjórnarskrána og hvað ekki.

Viðurhlutaminni verkefni hafa flugumferðarstjórar tekið að sér.

Hitt gleymdist alveg að segja okkur hinum, hvaðan þing-nefndir hefðu fengið þetta vald, sem allajafna ætti að vera á fororði dómstóla.

En það er áreiðanlega Evrópu-sambandinu að kenna líka.

Et tu, Birgir?

Þingnefndum er samt nokkur vorkunn. Öllum hefur orðið fyrir löngu ljóst að Evrópusam-starf Íslendinga er komið út fyrir þanþol stjórnarskrárinnar. Jafnvel hinum skáldgáfuðustu túlkendum hennar.

Af því að heimurinn breytist, en stjórnarskráin ekki.

Meiraðsegja Birgir Ármanns-

son, óþreytandi talsmaður engra breytinga á neinu nokkurs staðar, hefur viðurkennt þennan vanda.

Ég nenni ekki að fletta upp ummælunum, en get skrifað þetta fyrir hann:

„Mér sýnist ljóst á þeirri þróun, sem orðið hefur í alþjóðlegu samstarfi, að hér þurfi að gæta að ýmsum ákvæðum stjórnarskrár-innar, sem virðast að athuguðu máli ekki alveg hafa fylgt þeirri þróun sem þar hefur orðið. Við getum hins vegar ekki hrapað að breytingum á stjórnarskránni. Hún er grundvöllurinn að full-veldi okkar, en mér sýnist þegar allar aðstæður eru metnar og margvisleg sjónarmið hafa komið fram, að þá þurfum við að huga að breytingum að þessu afmarkaða leyti.“

Alþingi er semsagt að sveigja eða brjóta stjórnarskrána nokkrum sinnum á vetri, en hefur tekið sér vald til að ákvarða að svo sé ekki.

Stóru málin

En allt eru þetta nú neðanmáls-greinar, kærur lesendur, á meðan við biðum upplýsinga um stóru málin.

Til dæmis um hvers vegna Bananalýðveldið keypti hlut í ríkis-banka af Bjarna Benediktssyni. ■

Bílaréttingar
án
málningar



GÆÐASPRAUTUN og
GÆÐARÉTTINGAR



Sími: 557-1515

gspr.is

Tjónaskoðun - vinnum í samstarfi við tryggingafélögin



Merkisatburðir

- 44 f.Kr.** Keisaraynjan Kleópatra lýsir þriggja ára son sinn Sesarion meðstjóranda sinn í Egyptalandi.
- 1625** Kötlugos hefst með gríðarlegu öskufalli og flóðum.
- 1666** Bruninn mikli í Lundúnum hefst. 70 af 80 þúsundum heimila í borginni verða eldinum að bráð.
- 1876** Kveikt er á götuljósi í Reykjavík í fyrsta sinn, steinoliulugt á stólpa í Bakarabrekku.
- 1967** Vigð er brú yfir Jökulsá á Breiðamerkursandi.
- 1973 J.R.R. Tolkien**, höfundur Hringadróttinssögu og Hobbitans, fellur frá.
- 1990** Barnasáttmáli Sameinuðu þjóðanna gengur í gildi.



Það er allt öðruvísi að sjónlýsa söfnum og sýningu en sjónvarpsseríum, segir Þórunn.

MYND/JAVIER BALLISTER

Sjónlýsing á þjóðararfi

Sjónlýsingarleiðsögn verður í boði fyrir blinda og sjónskerta í Árbæjarsafni á laugardag en við sjónlýsingu þarf að horfa öðruvísi á hlutina en maður er vanur.

arnartomas@frettabladid.is

Árbæjarsafnið býður blindum og sjónskertum upp á sjónlýsingarleiðsögn á morgun klukkan 15. Þar munu Þórunn Hjartardóttir og Guðbjörg H. Leaman stýra ferðinni en þær hafa unnið saman við sjónlýsingar í um áratug.

„Það þarf í rauninni að horfa öðruvísi á hlutina en maður er vanur,“ segir Þórunn, um hverju þurfi að huga að þegar sjónlýst er. „Það er svo margt sem okkur finnst svo augljóst og við myndum venjulega aldrei fara að lýsa, en þarf að lýsa. Til dæmis var áður fyrr kannski boðið upp á sjónlýsingu á myndefni fyrir sjónvarp, en ekki fyrir fjarstýringuna.“

Í leiðsögninni á morgun verður gengið um safnsvæðið, en Þórunn segir dagskrána ekki fullmótaða þar sem hún muni fara eftir aðstæðum og þátttakendum.

„Auðvitað náum við ekki að skoða nema brot af því sem er á Árbæjarsafni,

”

Það er svo margt sem okkur finnst svo augljóst og við myndum venjulega aldrei fara að lýsa, en þarf að lýsa.

enda svo margt skemmtilegt að skoða,“ segir hún. „Það fer líka aðeins eftir áhugasviði þeirra sem koma hvað við endum á að skoða, svo þetta verði sem skemmtilegust upplifun fyrir alla.“

Flókið ferli

Þórunn og Guðbjörg kynntist fyrst sjónlýsingum árið 2012 þegar Blindrafélagið stóð fyrir námskeiði á vegum doktors Joels Snyder sem hefur kennt fræðin víða um heim.

„Blindrafélagið styrkti þátttakendur á námskeiðinu gegn því að þeir tækju mögulega þátt í verkefnum sem kæmu upp,“ segir Þórunn. „Það voru tíu manns sem kláruðu námskeiðið en eftir fyrstu verkefnið hélt enginn þessu áfram nema við tvær, eftir því sem við best vitum. Svo höfum við sótt nokkrar alþjóðlegar ráðstefnur sjónlýsenda og fengist við ýmis verkefni.“

Verkefnið sem ber á borð sjónlýsenda eru fjölbreytt og segir Þórunn verklagið og lýsingarnar ólíkar eftir viðfangsefniinu hverju sinni.

„Í haust verður þriðja serían af Ófærð sýnd á Netflix og við vorum í fyrsta skipti fengnar til að semja sjónlýsingu á íslensku fyrir íslenska þáttaröð. Ég þýddi svo sjónlýsingu á Kötlu og Broti fyrir Netflix. Það er svolítið skritið að þessar seríur hafi allar fengið sjónlýsingu á Netflix en ekki þegar þær voru sýndar hér.“

Getur ekki verið flókið að sjónlýsa svona þáttum?

„Jú, það er svo stuttur tími sem maður hefur til að skjóta inn orðum, velja hverju þurfi að lýsa og hvaða orð eigi best við, með sem fæstum atkvæðum.“

Sjónlýsingin á safninu á morgun er ókeypis og er blint og sjónskert fólk boðið sérstaklega velkomnið. ■



Elskuleg systir, mágkona og frænka,
Sólveig Jóna Jóhannsdóttir

sjúkraliði,
Ljósheimum 18a,
lést á Landspítalanum
í Fossvogi 30. ágúst.
Hún verður jarðsöngin frá Langholtskirkju
8. september klukkan 13.00.

Ásdís Jónsdóttir
Stefán G. Jónsson
Elisabet Stefánsdóttir
Ásgrímur S. Stefánsson
Sigurbjörg Stefánsdóttir
makar og aðstandendur.



Ástkær eigenmaður minn, faðir,
tengdafaðir, afi, langafi og bróðir,
Sæmundur Hrólfsen

lést á heimili sínu Austurmýri 3,
Selfossi, 26. ágúst.
Útför fer fram frá Selfosskirkju
föstudaginn 9. september kl. 13.

Heiðrún Hallgríms
Ólafur Jóhann Sæmundsson Elin Árnadóttir
Björn S. Sæmundsson Bryndís Guðmundsdóttir
Magnús P. Magnússon
Rósa B. Sæmundsdóttir Sverrir Ingimundarson
Jóhanna F. Sæmundsdóttir Birkir G. Guðnason
barnabörn, barnabarnabarn og systkini hins látna.



Elskulegur eigenmaður minn,
faðir okkar, tengdafaðir og agfi,
Aðalsteinn Grímsson

Eilífdsdal,

lést á Heilbrigðisstofnun Vesturlands
á Akranesi þann 26. ágúst.
Útför fer fram frá Guðriðarkirkju
mánudaginn 5. september kl. 13 en jarðsett verður
í Reynivallakirkjugarði að útför lokinni.
Blóm og kransar eru vinsamlega afþakkaðir en þeim sem
vilja minnast hans er bent á Krabbameinsfélag Íslands.

Hulda Þorsteinsdóttir
Erla Aðalsteinsdóttir Ólafur Þór Júlíusson
Lilja Aðalsteinsdóttir Þór Hauksson
Heiða Aðalsteinsdóttir Guðmundur Ingi Þorvaldsson
og barnabörn.



Ástkær eiginkona mín, móðir okkar,
tengdamóðir og amma,
Jóhanna Kristjana Friðfinnsdóttir

Urðargili 11,
Akureyri,

lést 28. ágúst. Útför hennar fer fram frá Akureyrarkirkju
föstudaginn 9. september kl. 13.

Gunnar Bergmann Arnkelsson
Sverrir Árnason Dýrleif Friða Haraldsdóttir
Arnar Árnason Ásta Arnbjörg Pétursdóttir
Andri Freyr Sverrisson
Alma Karen Sverrisdóttir
Aron Árni Sverrisson
Kristjana Líf Arnarsdóttir
Elmar Blær Arnarsson
Þórdís Birta Arnarsdóttir



Ástkær eiginkona, móðir,
tengdamóðir, amma og langamma,
Sigríður Erla Ragnarsdóttir

Reykjamörk 12, Hveragerði,
áður til heimilis á Flateyri,

lést í faðmi sinna nánustu, föstudaginn
26. ágúst, á Heilbrigðisstofnun Suðurlands.
Útför hennar fer fram frá Hveragerðiskirkju mánudaginn
5. september nk. klukkan 14.00.

Sigurður Sigurdórsson
Guðmundur Jón Sigurðsson Valgeir Ásgeirsson
Þórunn Jóhanna Sigurðardóttir Silla Vignisdóttir
Sigurdór Sigurðsson barna- og barnabarnabörn.



Elskuleg eiginkona, systir og frænka,
Ásdís Hrefna Ármanns Feifer

lést á heimili sínu í Flórída 13. júlí.
Jarðsett hefur verið í
Gufuneskirkjugarði hjá foreldrum
hennar að ósk hinnar látnu.

Peter Feifer

Hrafnhildur Elka Ármannsdóttir
Kristín Guðrún Ármannsdóttir
Guðrún Eva Guðmundsdóttir
Ásdís Birta Gunnarsdóttir
Ármann Kr. Stefánsson
Dagmar Kr. Hannesdóttir
Hannes Kr. Hannesson
Hannes Guðmundsson
Bjarki Elíasson
Sigurður Á. Hjartarson
Sanne Stefánsson
Freyr Halldórsson



FORLAGIÐ

Alltaf opið á www.forlagid.is

FÖSTUDAGUR 2. september 2022

KYNNINGARBLAÐ



Vonandi taka margir spettinn í Forsetahlaupinu. MYND/UMFI

Forsetahlaupið á Álftanesi

gummi@frettabladid.is

Á morgun verður tilvalinn fjölskylduviðburður á Álftanesi en þá verður Forsetahlaupið haldið. Hlaupið er hluti af íþróttaveislu Ungmennafélags Íslands og 100 ára afmælis UMSK en það eru hlaupahópar Stjórnunnar og Álftaness sem hafa umsjón með því.

Upphitun hefst klukkan 10 en ræst verður í hlaupið við Álftaneslaug. Forsetahlaupið er opið fyrir alla sem hafa gaman af því að taka þátt í íþróttaviðburðum og hver veit nema að Guðni Th. Jóhannesson, forseti Íslands, bregði sér af Bessastöðum og í hlaupaskóna.

Tvær vegalengdir í boði

Tvær vegalengdir eru í Forsetahlaupinu. Annars vegar 5 kílómetrar þar sem hlaupið er á malbiki, hellulögn og á malarstíg og hins vegar einnar mílu hlaup sem er 1,6 kílómetrar á sléttu undirlagi. Hlaupið verður frá Álftaneslaug að Bessastöðum og þar snúið við og endamarkið verður við laugina. Ýmislegt verður í boði annað en hlaupið sjálft en leikjagarður verður við íþróttamiðstöðina og gestir og gangandi geta fengið grillaðar pylsur. Ræst verður út í míluhlaupið klukkan 10.30 og klukkan 11 í 5 kílómetra hlaupinu.

Þátttökugjald er 1.000 krónur í míluhlaupinu og 2.000 krónur í 5 kílómetra hlaupinu. Frítt er fyrir börn og ungmenni 16 ára og yngri. Allir fá svo þátttökuverðlaun að hlaupinu loknu. ■

POWERFUL NUTRITION
FROM PLANTS**ALOE VERA**
MELTING & BÓLGURwww.celsus.is

Aukin einbeiting eykur lífsgæði

Neubria Focus er háþróað bætiefni sem inniheldur sjö náttúrulegar jurtir auk fjölvítamína sem vinna vel saman með það að markmiði að efla hugræna virkni. **2**

Athafnarmaðurinn Nökkvi Fjalar Orrason notar Neubria Focus með frábærum árangri.

MYND/ADSEND

Það kannast eflaust flestir við að eiga erfitt með að einbeita sér af og til en sumir dagar eru jafnframt erfiðari en aðrir. Segja má að einbeiting eigi stóran þátt í velgengni okkar í daglegu lífi. Einstaklingar sem stunda nám þarfnast góðrar einbeitingar og einstaklingar á vinnumarkaði þurfa jafnframt góða einbeitingu og fókus til að leysa fjölbreytt verkefni sín dag hvern. Að ná góðri einbeitingu eða fókus heilu dagana í skóla, vinnu eða daglegu amstri er alls ekki sjálfgefið. Því er mikilvægt að huga að því hvað hægt sé að gera til þess að halda einbeitingu.

Ráð til að halda einbeitingu
Þegar kemur að því að halda einbeitingu er mikilvægt að undirbúa hugann fyrir komandi verkefni. Ásamt því er gott að huga að því hvað gæti verið að trufla okkur í nærumhverfi og reyna eftir bestu getu að koma í veg fyrir það. Fyrir þá sem sitja mikið á daginn getur verið gott fyrir einbeitinguna að standa upp og taka sér pásur af og til sem og fá sér ferskt loft sem gerir ótrúlega mikið fyrir okkur. Jafnframt er nauðsynlegt að næra sig vel, huga að góðum nætur-svefni og drekka nægilega mikið vatn sem hefur ýmsa heilsusamlega kosti fyrir líkamsstarfsemi okkar. Að auki getur verið gott að taka inn hágæða bætiefni sem innihalda adaptogen-jurtir sem hafa það að markmiði að viðhalda andlegri og líkamlegri lðan, einbeitingu og fókus dagsdaglega.

Adaptogen-jurtir
Í náttúrunni leynist fjársjóður í jurtum sem kallast adaptogen, eða öðru nafni jafnvægisjurtir sem geta komið okkur að góðu gagni. Jurtir sem flokkast sem adaptogen eru taldar afar áhrifa-ríkar og öruggar en þær hafa verið notaðar um ómunatið til að efla heilsu okkar og auka aðlögunarhæfni líkamans gegn álagi. Adaptogen-jurtir hafa náð miklum vinsældum á Vestur-löndum en mikill áhugi er á að rannsaka eiginleika jurtanna og sífellt fleiri niðurstöður styðja við aldagamlar fullyrðingar forvera okkar um jákvæð áhrif þessara einstöku jurta á líkamann.

Neubria bætiefnablöndur
Hjá Neubria starfar úrvalslið sérfræðinga sem hafa það að markmiði að skapa fæðubótarefni sem mæta þörfum nútímans. Mikill metnaður er lagður í að setja saman öflugar blöndur af jurtum og öðrum náttúruefnum ásamt nauðsynlegum vítamínum með áherslu á eðlilega líkamsstarfsemi. Neubria línan samanstendur af fimm útvöldum bæti-efnablöndum sem allar innihalda adaptogen-jurtir sem lengi hafa verið þekktar fyrir heilsueflandi eiginleika sína.



Nökkvi Fjalar segist gera sitt besta til að nýta sér það sem hann veit að virkar til að auka einbeitinguna. Aukin einbeiting eykur lífsgæðin að mati Nökkva.

MYND/ADSEND



Neubria Focus er bætiefni sérstaklega hannað fyrir þá sem vantar aukna einbeitingu og fókus.

Neubria Focus
Neubria Focus er bætiefni sérstaklega hannað fyrir þá sem vantar aukna einbeitingu og fókus. Neubria Focus inniheldur meðal annars sitrónólín, gingko bilboa, bláber, rósmarín, lútín og bacopa monnieri sem er sennilega best þekkt fyrir jákvæð áhrif á heila-starfsemi ásamt ashwagandha sem lengi hefur verið þekkt fyrir heilsueflandi eiginleika sína. Einnig inniheldur blanda co-enzyme Q10, koffín og zeaxantín sem hefur það að markmiði að vernda augun gegn skadlegum bláum geislum sem til dæmis tölvuskjáir gefa frá sér. A-, D-, E-, K-, C- og B-vítamínblöndu sem stuðlar að eðlilegri starfsemi ónæmiskerfisins sem og dregur úr þreytu og lúá er einnig að finna í vörunni ásamt mikilvægum steinefnum á borð við

sink sem stuðlar að eðlilegri vitsmunastarfsemi. Athugið þó að Neubria Focus er koffínbætt bætiefni og er ekki ætlað 16 ára og yngri.

Neubria Focus eykur lífsgæðin
Athafnamaðurinn Nökkvi Fjalar hefur notað Neubria Focus með frábærum árangri en þetta hefur hann að segja um sína upplifun á vörunni: „Ég geri mitt besta til þess að nýta mér það sem ég þekki til þess að efla einbeitingu mína, því ég trúi að með aukinni einbeitingu auki ég lífsgæði mín. Neubria Focus er eitt af því sem ég nýti mér til þess að efla mína einbeitingu á daginn.“ ■

Neubria Focus fæst í Fjarðarkaupum, Hagkaupum, Nettó, Lyfju, Lyfja-veri, Heilsuveri og Heimkaupum.



Allt 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: Torgehf.
Ábyrgðarmaður: Jón Þórisson

Umsjónarmenn efnis: Elin Albertsdóttir, elin@frettabladid.is, s. 550 5761 | Guðmundur Hilmarsson, gummi@frettabladid.is s. 550 5766 | Sandra Guðrún Guðmundsdóttir, sandragudrun@frettabladid.is, s. 550 5762 | Starri Frey Jónsson starri@frettabladid.is, s. 550 5767 | Þórdís Lilja Gunnarsdóttir, thordisg@frettabladid.is, s. 550 5768

Sölumenn: Arnar Magnússon, arnarm@frettabladid.is, s. 550 5652, Jón Ívar Vilhelmsson, jonivar@frettabladid.is, s. 550 5654, Jóhann Waage, johannwaage@frettabladid.is, s. 550 5656, Ruth Bergsdóttir, ruth@frettabladid.is, s. 694 4103.

ENDURHEIMTU RAKANN Á METHRAÐA

Kiehl's
SINCE 1851

KIEHL'S 1851
ULTRA FACIAL CREAM
*24-Hour, Daily Lightweight Hydrating Formula
for Healthy-Looking Skin with Glacial Glycoprotein*

Unique, fast-absorbing cream provides water replenishment throughout the day by absorbing moisture from the air for continuous comfort and moisture-balanced skin. This "ultra hydrator" helps to strengthen the skin barrier and is formulated with olive-derived Squalane, highly effective at helping to lock in moisture, and Anarcticine™, a Glycoprotein extracted from micro-organisms in Antarctica for its ability to thrive in extreme climates.

OUR #1 WORLDWIDE BEST SELLER

Now **+55%** SKIN BARRIER

24-KLST RAKAGJÖF
FYRIR ALLAR HÚÐGERÐIR Í ÖLLU LOFTSLAGI

Rannsókn á 29 einstaklingum sýnir 55% hraðari árangur.
Niðurstöður rannsókna á 25 notendum kremsins versus ekki notendum við mismunandi veðurskilyrði, hita, þurrk, kulda og venjulegt veðurfar.

TAX FREE AFSLÁTTUR AF KIEHL'S 1.-7.SEPTEMBER

KIEHL'S FÆST Í HAGKAUP SMÁRALIND, KRINGLU OG VEFVERSLUN

Frímínútur

Nína Richter
ninarichter
@frettabladid.isIngunn Lára
Kristjánsdóttir
ingunnlara
@frettabladid.is

Sex atriði um líf fallegasta fólksins

Hefur þú velt fyrir þér hversu aðlaðandi þú ert? Færðu reglulega athugasemdir eða hrós og veist ekki hvort þú eigir að treysta því? Eða minnst aldrei nokkur lifandi manneskja orði á útlit þitt, og finnst þér kannski að fleiri mættu hrósa þér?

Rannsóknir sýna að mann-
eskjan er frekar léleg í að meta
eigið aðdráttarafl. Að auki hefur
tæknin litað upplifun fólks á eigin
fegurð. Til að mynda bjaga sjálfs-
myndarlinsur farsímanna hlutföll í
andlitum fólks. Þá hafa „filterar“ á
Instagram og TikTok ruglað marga
í ríminu og sett fólki ómöguleg og
óraunhæf viðmið um hvers konar
fegurð telst raunhæf.

Þá er rétt að minnst á að þokki
felst í fleiru en útliti, en persónu-
leiki, snrýttimennska, líkams-
beiting, klæðnaður og heilsu-
farslegir þættir hafa þarna áhrif.
Að ótöldum mismunandi smekk
fólks sem er líklega mikilvægasta
breytan.

Þó hafa sérfræðingar í mann-
legri hegðun tint saman sex atriði
sem virðist einkenna daglega upp-
lifun óvenjulega aðlaðandi fólks.

Sumir verja jarðvistinni með útlits-
legt forskot. FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY

- Aðlaðandi fólki er oft hrósað fyrir útlitið. Jafn einfalt og það kann að hljóma virðist aðlaðandi fólk oft heyra það beint frá öðrum. En þá er kominn önnur spurning, hvort það trúir hrósinu.
- Þvert á það sem margir kunna að halda virðist sumt aðlaðandi fólk einnig lenda í því að fá sjaldan hrós. Að fólk telji viðkomandi vita hversu aðlaðandi hann er, og sé jafnvel leiður á því að heyra það.
- Fólk hefur tilhneigingu til að hafa afgerandi skoðanir á aðlaðandi fólki. Gjarnan er fólki mjög illa við viðkomandi, eða mjög vel við hann. Uppsprettan er gjarnan afbrýðisemi eða óöryggi og virðist gjarnan á yfirborðinu, sprottið upp úr engu.
- Að okunnir sendi einkaskilaboð er eitthvað sem aðlaðandi fólk upplifir oft en þau sem líta út eins og hefðbundið almúgafólk.
- Fólk verður gjarnan vandræðalegt í kringum persónur sem eru meira aðlaðandi en meðalmanneskjan. Ef óhóflegur vandræðagangur samferðafólks er eitthvað sem þú upplifir á hverjum degi, eða fólk er allt öðruvísi í framkomu við þig en annað fólk, ertu mögulega bara aðlaðandi.
- Geislabaug-áhrifin eru fyrirbæri sem sérfræðingar í mannlegri hegðun tala um. Fólk ætlar aðlaðandi einstaklingum eiginleika á borð við gáfur, gæsku og heiðarleika, án þess að nokkuð styðji þá hugmynd.

Hvað er um að vera í næstu viku?

**5. september**
mánudagur

Hvanndalsbræður
Tehúsið, Egilsstöðum kl. 21.00
Hvanndalsbræður fagna 20 ára starfsafmæli með tónleikum.



Slökunarjóga
Bókasafni Kópavogs kl. 12.00-12.30
Boðið er upp á létt slökunarjóga í fjölnotasal aðalsafns. Aðgangur ókeypis.

6. september
þriðjudagur

Keppni á sundunum
Brokey kl. 18.00
Siglingafólk leikur sér á þriðjudagskvöldum í vinalegri mótaröð.

Músíkmóment
Bókasafni Hafnarfjarðar kl. 18.00
Dáðadrengirnir í hljómsveitinni Fjöru mæta með dansvænt strandrokk í sumarlokin.

**7. september**
miðvikudagur

Pönkganga með Dr. Gunna
Bókasafn Kópavogs kl. 12.15
Gengið um söguslóðir pönksins.

Teboðid x Smitten
Gamla Bíó kl. 20.00
Birta Líf og Sunneva Einarsdóttir verða með hlaðvarp í beinni þar sem teboðsgestir þeirra mæta og eiga gott sumarkvöld. Smitten heldur uppi stuðinu.

**8. september**
fimmtudagur

Stefán Ingvar – Fullkomið ójafnvægi
Tjarnarbíó kl. 17.30
Grínistinn og pistlahöfundurinn Stefán Ingvar Vigfússon mætir með glænýtt uppistand þar sem hann veltir fyrir sér lífinu, dauðanum, Hófi kærustu sinni og þvottavélum.

Purrlesque
Gaukurinn kl. 20.00
Góðgerðarsýning til styrktar Villiköttum. Cabaret- og burlesque-sýning þar sem sjálf kisan er í aðalhlutverki.

Stundum leynist Prosecco í tekönnunni

Birta Líf og Sunneva Einarsdóttir voru að leggja lokahönd á undirbúning að Teboðinu sínu í Gamla Bíói þegar Fréttablaðið náði af þeim tali. Mikið vatn hefur runnið til sjávar frá því að vinkonurnar tvær ýttu fyrst á upptökutakkann fyrir hlaðvarpsþáttinn. Sunneva hefur sett á laggirnar tvo sjónvarpsþætti, #samstarf og LXS, og Birta Líf hefur eignast erfingja til að taka við krúnunni.

Þær ætla að bjóða hlustendum sínum að upplifa þáttinn í beinni á sérstökum Smitten-viðburði í Gamla Bíói 7. september næstkomandi. Þær fagna tveimur árum og 150 þáttum saman.

„Upprunalega átti þetta að vera hlaðvarp um hinn vestræna heim en nú er þetta orðið vinkonuspjall. Við tölum um allt og ekkert, allt frá draugasögum í „dilemmas“. Þetta er bara ótrúlega skemmtilegt og við erum opnar bækur,“ segir Birta Líf aðspurð hvernig Teboðið hafi breyst í gegnum árin tvö.

Í hlaðvarpsþættinum geta hlust-



Sunneva og Birta ætla að bjóða hlustendum sínum í Gamla bíó 7. september.

endur lagt fram fyrirspurnir í gegnum Instagram og verður svipað fyrirkomulagi í beinni á sviðinu í Gamla Bíói.

„Þetta verður eins og að bjóða hlustendum okkar í stúdíóið. Við fáum sendar sögur frá teboðsgest-

■ Uppskriftin

Tína þá berjablá börn í lautu til og frá

Það er kominn september og þeir sem ætla að tína ber þetta árið þurfa að drífa sig í brekkurnar.

Það er frekar einfalt verk að útbúa bláberjasultu sem er auðvitað ljómandi góð með pönnukökum, vöfflum eða ofan á ost á ristaðri brauðsneið, svo að dæmi séu nefnd. Sultur eru líka bráðsniðugar tækifærisgjafir og auðvelt er að búa fallega um krukuna með textílút og teygju.



Það er einfaldara en margir halda að útbúa sultu. FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY

Bláberjasulta

Kiló af bláberjum
600 g sykurl
1 tsk. sítrónusafi
Smá vatn
½ tsk. salt

Leonardo DiCaprio kveður gamalt hró

Hinn 47 ára gamli stórleikari Leonardo DiCaprio hætti nýlega með fyrirsætunni Camilu Morone, rétt eftir 25 ára afmælið. Af fjölmörgum fyrirsætum sem hann hefur verið með hefur engin þeirra orðið eldri en 25 ára í sambandi með honum.

Leikarinn ber þú svo mikla virðingu fyrir konum að hann slítur sambandinu á kvartaldarafmælinu. Þetta er að sjálfsögðu svo að kærastan fái tækifæri til að stofna eigin fjölskyldu, enda tifar líkamsklukka kvenna á öðrum hraða og DiCaprio er ekki á þeim buxunum að festa ráð sitt. Ekki þess

verðugur til að sóa tíma þessara góðu kvenna. Þetta hefur ekkert að gera með það að framheiliinn nái fullum þroska við 25 ára aldur.

Framhaldsskólarnir í Beverly Hills senda reykmerki á siðsumarskvöldi og ungar konur á svæðinu vita hvað það þýðir. Nú ætlar DiCaprio að velja sér nýja kærustu. Klukkan á eldra módelinu hefur slegið 25. Farvel, gamla hró.

Bless bless, segir hann við hina háöldruðu tuttugu og fimm ára konu. Finndu lífsfyllinguna sem ég get ekki gefið þér. Njóttu efri árána án mín. ■

Þetta verður eins og að bjóða hlustendum okkar í stúdíóið. Við fáum sendar sögur frá teboðsgestum og hver veit nema við opnum fyrir spurningar.

orkudrykkir, stundum smá Prosecco.“

Aðspurð segir hún samstarfið hafa verið yndislegt. Þær Sunneva hafi báðar mjög skýra sýn fyrir stefnu Teboðsins og séu með ólíka kosti svo að samanlagt fullkomni þær spurningunni: „Ótrúlegt en satt þá hefur þetta alltaf verið þægilegt samstarf.“

Birta segir þær vinkonurnar vera eins og opna bók. „Stundum er eins og fólk sé farið að þekkja okkur of mikið,“ segir hún og hlær. „Við gleymum oft að það sé hljóðnemi fyrir framan okkur.“ ■

KVIKKMYNDIR

mánaðarins

KVIKKMYND EFTIR

ÁSU HELGU HJÖRLEIFSDÓTTUR

Svar í búi Helgu

ÞORVALDUR DAVÍÐ KRISTJÁNSSON

HERA HILMARSDÓTTIR

ANÍTA BRIEM

BJÖRN THORS

KVIKKMYND EFTIR ÁSU HELGU HJÖRLEIFSDÓTTUR. ZIK ZAK KVIKKMYNDIR. VINTAGE PICTURES. ROTTERDAM FILMS & ALLEFILM. KYNNA MEÐ STUÐNINGI FRÁ KVIKKMYNDAMISTÖÐ ÍSLANDS, NETHERLANDS FILM FUND, ESTONIAN FILM INSTITUTE & EURIMAGES. „SVAR VIÐ BRÉFI HELGU“
ÞORVALDUR DAVÍÐ KRISTJÁNSSON, HERA HILMARSDÓTTIR, ANÍTA BRIEM, BJÖRN THORS. LEIÐMYND: DRÍFA FREYJU-ÁRMANNSDÓTTIR. KVIKKMYNDATAKA: JASPER WOLF. NSC KLIPPING: ANTTI REIKKO. HLJÓÐHÖNNUN: TUOMAS KLAAVO. BÚNINGAR: EUGEN TAMBERG. FÖRÐUN: EVALOTTE OOSTEROP.
TÓNLIST: KRISTÍN ANNA VALTÝSDÓTTIR. SAMFRAMLÆBANDI: ÞÓRIR S. SIGURJÓNSSON. SAMFRAMLÆBENDUR: GUÐBJÖRG SIGURDARDÓTTIR, INGIBJÖRG SIGURJÓNSDÓTTIR, RAGNAR KJARTANSSON, SHUANG ZOU & SIGURÐUR G. PÁLMASSON.
MEÐFRAMLÆBENDUR: DIRK RIJNEKE, MILORED VAN LEEUWAARDEN & IVO FELT. FRAMLÆBENDUR: BIRGITTA BJÖRNSDÓTTIR & SKÚLI FR. MALMQUIST. HANDIT: BERGSVEINN BIRGISSON, OTTÓ G. BORG & ÁSA HELGA HJÖRLEIFSDÓTTIR.
BYGGT Á SKÁLDSÖGU EFTIR BERGSVEIN BIRGISSON. LEIÐSJÓRN: ÁSA HELGA HJÖRLEIFSDÓTTIR.

allfilm

Government of Iceland
Ministry of Industries
and InnovationGovernment of Iceland
Ministry of Industries
and Innovation

eurimages

Eurimages

Estonian
Film
InstituteISLANDIC
Film CentreNL FILM
FONDSNL FILM
INCENTIVEROTTERDAM FILMS
FUND & THE ROTTERDAM
FILM FESTIVAL

yle

svt

Vintage Pictures

TOTEM

ZIK ZAK

Hugljúf og ljóðræn eftirsjá á gamals aldri

Kvikmyndin Svar við bréfi Helgu er ástarsaga með þeim Þorvaldi Davíð Kristjánssyni, Heru Hilmarsdóttur og Anítu Briem í aðalhlutverkum.

Myndin er byggð á samnefndri bók eftir Bergsvein Birgisson og fjallar um Bjarna, ungan bónda sem verður ástfanginn af Helgu, konunni á næsta bæ. Þau hefja ástríðufullt, forboðið ástarsamband og brátt fara tilfinningarnar að flæða jafn hömlulaust og hafið sem umkringir þau. Sagan gerist á Ströndum á fimmta áratug síðustu aldar.

Í bók Bergsteins skrifar aldraður bóndi bréf til ástkonunnar sem honum bauðst að fylgja til borgarinnar forðum tíð. Gerði hann rétt í að taka sveitina fram yfir kærleikann? Hefði hann fremur átt að flytjast til Reykjavíkur til að moka skurð eða reisa bragga fyrir Ameríkana?

Minningar úr sveitinni fléttast inn í safaríkar frásagnir af því sem hann kallar fengitið lífs síns. Fornar ástir renna saman við sagnir af gleymdum líkum, lágfættum hrútum sem liggja afvelta milli þúfna og því þegar Farmallinn kom.

Líkt og bók Bergsteins er mynd Ásu Helgu Hjörleifsdóttur ljóðræn og á köflum hugljúf.

Auk þess að leikstýra myndinni skrifar Ása Helga handritið ásamt Bergsveini og Ottó Geir Borg.

Í öðrum helstu hlutverkum eru Björn Thors, Jóhanna Friðrika Sæmundsdóttir, Arnmundur Ernst Björnsson, Þröstur Leó Gunnarsson, Þorsteinn Gunnarsson, Sóley Elíasdóttir og Sigurður Sigurjónsson.



Fróðleikur

■ Svar við bréfi Helgu er önnur kvikmynd Ásu Helgu Hjörleifsdóttur í fullri lengd. Sú fyrsta var Svanurinn (2017) eftir sögu Guðbergs Bergssonar.

■ Árið 2009 lék Ása Helga Hjörleifsdóttir hlutverk Mastermind í stuttmyndinni Love Is in the Air eftir Simao Cayatte. Myndin er fjórar mínútur að lengd.

■ Útskriftarmynd Ásu Helgu úr kvikmyndagerð við Columbia University í New York (2012), Ástarsaga, var frumsýnd á RIFF sama ár og hlaut sérstaka viðurkenningu dómnefndar og var valin í alþjóðlega keppni á stuttmyndahátíðinni í Clermont-Ferrand í febrúar 2013.

» Gerði hann rétt í að taka sveitina fram yfir kærleikann?

Framleiðendur myndarinnar eru Birgitta Björnsdóttir og Skúli Fr. Malmquist fyrir Zik Zak og Vintage Pictures. ■

Komin í bíó

Aðalhlutverk:
Hera Hilmarsdóttir, Aníta Briem og Þorvaldur Davíð Kristjánsson

Handrit:
Bergsveinn Birgisson, Ottó Geir Borg og Ása Helga Hjörleifsdóttir

Leikstjóri:
Ása Helga Hjörleifsdóttir

9



Rosaleg og taktföst spenna

Íslenska dans- og söngvamyndin Abbababbb gerist vorið 1980 þegar Hanna, 11 ára, og vinir hennar í hljómsveitinni Rauðu hauskúpunni komast að því að óprútnir náungar ætla að sprengja upp skólann á loka-ballinu. Þau þurfa að beita öllum sínum ráðum til að ná söku-dölgnum.

Upphefst nú atburðarás þruginu spennu og mikið ævintýri. Þarna takast á gott og illt, diskó og pönk. Um tíma er allt mjög ógnvænlegt en fer þó vel að lokum, kannski á nokkuð óvæntan hátt.

Það er Nanna Kristín Magnúsdóttir sem leikstýrir myndinni. Hún skrifar líka handritið en myndin er byggð á samnefndum söngleik Gunnars Lárusar Hjálmarssonar, eða Dr. Gunna.

Eins og gefur að skilja er tónlistin áberandi í söngva- og dansmynd. Mjög skemmtilegt er hvernig tónlistin og umhverfið fanga andrúmsloftið fyrir rúmlega 40 árum þegar heimur unga fólksins nötraði af átökum milli pönksins sem var að hefja innreið sína hér á landi og diskósins sem átt hafði árin á undan.

Nanna Kristín er enginn aukvisi í leikstjórastólnum, það höfum við áður séð. Hér heldur hún upp-teknum hætti og án efa er ekki auðvelt að leikstýra ungum og öreyndum leikurum en það gerir hún með mikilli þrýði, auk þess sem öll umgjörð myndarinnar er til mikils sóma. ■



Fróðleikur

■ Fyrstu spor sín á hvíta tjaldinu steig Nanna Kristín í mynd Hilmars Oddssonar, Sporlaust (1998).

■ Nanna Kristín var framleiðandi að mynd Ragnars Bragasonar, Börn, (2006).

■ Árið 2007 hlaut Nanna Kristín Edduverðlaunin sem besta leikkona í aðalhlutverki í myndinni Foreldrar.

■ Frumraun hennar sem leikstjóri á hvíta tjaldinu var í myndinni Cubs (2016).

» Upphefst nú atburðarás þruginu spennu og mikið ævintýri. Þarna takast á gott og illt, diskó og pönk. Um tíma er allt mjög ógnvænlegt en fer þó vel að lokum, kannski á nokkuð óvæntan hátt.

Frumskýnd
16. september 2022

Aðalhlutverk:
Ísabella Jónatansdóttir, Óttar Kjerulf Þorvarðarson, Vilhjálmur Árni Sigurðsson, Eyþór Ingi Gunnlaugsson, Vala Snædal Sigurðardóttir, Jón Arnór Pétursson og Daði Viðisson.

Handrit:
Nanna Kristín Magnúsdóttir, byggt á söngleik Gunnars Lárusar Hjálmarssonar

Leikstjóri:
Nanna Kristín Magnúsdóttir

L





**MJÚKT
SÚKKULADI &
STÖKK
KARAMELLA**

Óborganleg dramatísk gamanmynd

Irina sem áður hét Laura (Rosalinde Mynster) ferðast aftur í heimabæ sinn þar sem hún ólst upp til þess eins að mæta í brúðkaup bróður síns. En hann er einmitt í þann mund að fara að bindast konunni sem lagði hana í einelti í barnæsku. Irina flutti til Kaupmannahafnar nokkrum árum áður til að vinna að draumi sínum um að verða útgefinn rithöfundur. Sá draumur rætist þegar hún skrifar bók um ömurlega æsku sína þar sem ein stærsta orsökinn er eineltishrellirinn og nú framtíðareiginkona bróður hennar, Catrine. Þegar Irina snýr aftur úr sínum nýja listræna og bóhemíska heimi kemur það henni ekki eingöngu á óvart að Catrine sé nú að verða partur af fjölskyldu hennar heldur einnig að hún hafi í raun tekið yfir hennar hlutverk í fjölskyldunni, og hvað ef Irina vill það hlutverk aftur?

Stórkostlegt fjölskyldudrama á léttari nótunum þar sem stutt er á milli hláturs og gráts. Fjallar á kómískan máta um það að sama hversu mikið við reynum getum við ekki forðast rætur okkar. Persona Non Grata er fyrsta mynd leikstýrunnar en engan byrjendabrag er á henni að finna. Hún sló í gegn á kvikmyndahátíðinni í Gautaborg og hlaut fjölda innlendra verðlauna í Danmörku. Verið er að vísa í ríku dogma kvikmyndahefðina – eina vinsælustu kvikmyndahefð Danmerkur. Persona Non Grata er gamanmynd sem kemur á óvart og áhorfandinn getur ekki varist því að hreinlega gráta úr hlátri. Atburðarásin er ófyrirsjáanleg og þessi fjölskylda er baneitruð



Fróðleikur:

- Bodil-verðlaunin 2022 fyrir bestu mynd og bestu leikkonu.
- Robert-verðlaunin 2022 fyrir bestu mynd, leikstjórn og handrit.
- Vann Oslo Grand Prix á Oslo Pix.
- Besta norræna myndin á Nordic International Film Festival.

með sprenghlægileg vandamál sem sífellt spretta fram. Sveitabrúðkaupið í myndinni gefur lífinu sannarlega lit – ömurlegt brúðkaup sem ekki er hægt annað en að hlæja að. Aðalpersóna myndarinnar er skemmtileg týpa – manneskja sem fór burt og tók upp nýtt nafn og nýtt líf kemur aftur og fellur strax í sitt gamla hlutverk í þessari sösuðu fjölskyldu. Segja má að þetta sé 101 á móti landsbygðinni og lengi býr að fyrstu gerð. Persona Non Grata er mynd sem fólk má ekki missa af. ■

Bíó Paradís

Frumskýnd
15. september 2022

Aðalhlutverk:
Rosalinde Mynster, Bodil Jørgensen og Anne Sofie Wanstrup

Handrit:
Sara Isabella Jønsson Vedde og Lisa Jespersen

Leikstjóri:
Lisa Jespersen

Tungumál:
Danska með íslenskum texta



Hörkuspennandi kvöldstund

Boiling Point gerist eina kvöldstund á veitingastað þar sem allt er undir og teymið er undir gríðarlegu álagi en kvikmyndin er tekin í einni samfelldri töku, kvikmynd sem hlotið hefur gríðarlega góða dóma með Stephen Graham í aðalhlutverki. Andy Jones (Stephen Graham) er yfirkokkur á veitingastaðnum Jones & Sons en hann er niðurlægður yfir fréttum af því að stiga-gjöf staðarins fór niður í þrjár stjórnur úr fimm sökum umdeildrar umsagnar heilbrigðiseftirlitsins. Starfslíð staðarins er óundirbúið fyrir eitt stærsta kvöld ársins þar sem ekki aðeins er setið í hverju sæti heldur er einnig væntanlegur stjórnukokkur, matargagnrýnandi, hópur pirrandi áhrifavalda og væntanlegt bónorð í salnum. Allt er niður á við eftir það þar sem ágreiningur kemur upp á milli eldhússins og starfsfólks í sal, tungumálaörðugleikar, fordómar og persónulegir erfðileikar starfsfólks birtast eftir því sem á líður. Sem fyrr segir var myndin tekin í einni samfelldri töku svo hlutir voru faldir um allt rýmið og teknir út á réttum tíma. Vegna Covid var myndin tekin upp á einungis tveimur dögum, fjögur rennsli og var það þriðja notað sem lokaútkoman. Myndin hlaut fjórar tilnefningar til BAFTA-verðlaunanna, meðal annars sem besta kvikmyndin, og vann fern verðlaun á British Independent Awards. Stephen Graham sem leikur aðalhlutverkið er meðal annars þekktur fyrir Peaky Blinders, Snatch, The Irishman, This is England og Line of Duty. ■

Bíó Paradís



» **Kvik-myndin er tekin í einni samfelldri töku.**

Frumskýnd
29. september 2022
Aðalhlutverk:
Stephen Graham, Vinette Robinson og Alice Feetham

Handrit:
Philip Barantini og James Cummings

Leikstjóri:
Philip Barantini



Er ekkert réttlæti?

Átakanleg kvikmynd þar sem fórnarlambið, menntskælingurinn Grzegorz Przemys, er barinn til dauða af hernum í landinu. Grzegorz (Mateusz Górski) og Jurek (Tomasz Ziętek) eru að fagna skólalokum þegar þeir eru stöðvaðir af lögreglunni og beðnir um skilríki. Þeir telja sig þekkja rétt sinn og neita að afhenda skilríkin en eru þá færðir niður á lögreglustöð þar sem að Grzegorz mun mæta örlögum sínum á hræðilegan máta. Hér hefst leið ríkisstjórnarinnar að því að breiða yfir það sem fór fram með því annars vegar að afvegaleiða Jurek og gaslýsa þannig eina vitni að atburðarásinni sem og að koma sökinni yfir á bráðaliðana sem færðu Grzegorz á sjúkrahúsið þar sem að hann lést af völdum barsmíðanna. Myndin var tilnefnd til Gullna ljósins á kvikmyndahátíðinni í Feneyjum og var framlag Póllands til Óskarsverðlaunanna 2022. Bíó Paradís er félagsmiðstöð fyrir pólskumælandi fólk á Íslandi – í Bíó Paradís eru sýndar nýjar pólskar kvikmyndir. Leave No Traces er ein af myndum ársins í Póllandi og ein áhrifamesta pólska mynd ársins. Titillinn má þýða á tvo vegu: Annars vegar að skilja ekki eftir nein sönnunargögn og hins vegar að skilja ekki eftir nein ummerki. Hér er fjallað um dauðsfall af völdum yfirvalda sem hægt er að máta við samtímann. Erú hinir seku alltaf lausir allra mála en hinir saklausu þurfa að gjalda fyrir syndirnar? Verður réttlætið aldrei ofan á? ■

Bíó Paradís



» **Eru hinir seku alltaf lausir allra mála en hinir saklausu þurfa að gjalda fyrir syndirnar?**

Frumskýnd
8. september 2022
Aðalhlutverk:
Tomasz Ziętek, Sandra Korzeniak og Jacek Braciak

Handrit:
Kaja Krawczyk-Wnuk

Leikstjóri:
Jan P. Matuszynski



Popp & Coke

HAMINGJUSAMT HJÓNABAND Í ÖLL ÞESSI ÁR





Óvinir sameinast um samsæri

Fráskilin hjón (George Clooney og Julia Roberts) taka sig saman og fara til Balí til að forða ástfanginni dóttur sinni frá því að gera sömu mistök og þau gerðu fyrir aldarfjórðungi.

Í myndinni fylgjumst við með Wren Butler sem er nýútskrifuð úr Háskólanum í Chicago. Hún ákveður að fara með Lily, bestu vinkonu sinni, í útskriftarferðalag til Balí. Þar kynnist Lily heima-manni og takast með þeim ástir. Úr verður að þau ákveða að láta þússa sig saman.

Þetta verður til þess að foreldrar Lily grípa til þess ráðs að reyna að koma í veg fyrir ráðahaginn til að forða dóttur sinni frá því að gera sömu mistök og þau gerður fyrir 25 árum.

Wren dvelur áfram á Balí og nýtur hátíðarhaldanna í kringum trúlofunina og brúðkaupið. Þar finnur hún líka ástina í myndarlegum heimamanni sem er læknir á staðnum.

Hjónin fyrrverandi eru ekki bara skilin að skiptum. Þau þola ekki tilvist hvort annars. Þegar þau fá fréttirnar af yfirvofandi brúðkaupi dóttur sinnar ákveða þau hvort í sínu lagi að fara rak-leiðis til Balí til að reyna að afstýra stórslysi.

Auðvitað hittist svo á að þau bóka sama flug til Balí. Ekki nóg með það, heldur fá þau sæti hlið við hlið og vélin er fullsetin. Þau sitja því uppi með hvort annað sem sessunaut í löngu flugi. Til allrar hamingju tekst þeim að fá konuna sem er þriðji farþeginn í sæta-röðinni til að sitja á milli sín.

Stuðpúðinn í miðjusætinu fær, ásamt fleiri farþegum og flug-

Fróðleikur

- Myndin gerist á Balí en er tekin upp í Queensland í Ástralíu.
- Þetta er í fimmta skipti sem George Clooney og Julia Roberts leika saman í mynd. Áður hafa þau leikið saman í Ocean's Eleven (2001), Confessions of a Dangerous Mind (2002), Ocean's Twelve (2004) og Money Monster (2016).
- Eftir að hafa leikið í rómantísku gamanmyndinni One Fine Day sagðist George Clooney aldrei framar ætla að leika í slíkum myndum, heldur einungis í alvarlegum myndum með mikilvæg samfélagsleg skilaboð. Þetta er fyrsta rómantíska gamanmyndin sem hann leikur í síðan 1996.

» Auðvitað hittist svo á að þau bóka sama flug til Balí. Ekki nóg með það, heldur fá þau sæti hlið við hlið og vélin er fullsetin.

liðum, þær upplýsingar að Clooney og Roberts komi svona illa saman vegna þess að þau hafi verið hjón. „Óhamingjusömustu níttján ár ævi minnar,“ segir Clooney. „Við vorum bara gift í fimm ár,“ segir Roberts. „Ég taldi með tímann sem það tók mig að jafna mig eftir hjónabandið,“ segir Clooney. Þrátt fyrir þessa fullkomlega gagnkvæmu andúd – eigum við að segja hatur – neyðast fyrrverandi hjónakornin til að snúa bökkum saman í samsæri sínu til að véla

Frumskýnd
16. september 2022

Aðalhlutverk:
Kaitlyn Dever, George Clooney og Julia Roberts

Handrit:
Ol Parker og Daniel Pipski

Leikstjóri:
Ol Parker

12

dóttur sína út úr hjónabandshugleiðingum.

Þau grípa til ýmissa ráða og sjást ekki fyrir í þeim efnum. Óhætt er að mæla með þessari mynd fyrir þá sem hafa gaman af að hlæja og skemmta sér.

Leikstjórinn er Ol Parker, sem áður hefur leikstýrt meðal annars Mamma Mia! Here We Go Again. Hann skrifaði líka handritið ásamt Daniel Pipski. ■

Háskólabíó, Laugarásbíó, Smára-bíó og Sambíóin Álfabakka, Egils-höll og Akureyri

GUNNAR ANTON · ÁRNI GESTUR

Tveir á toppnum.
Gunnar er kynnr...
Árni er Gestur.

Þeir verða á Hringbraut í vetur.

BÍÓBÆRINN

HRINGBRAUT Presents GUNNAR ANTON · ÁRNI GESTUR

A CIRCLELANE PICTURES Production A GANTON Film "BÍÓBÆRINN"

MARTYNA DANIEL Film Editor KÁRI JÓHANNSSON Production Designer SÓL HILMARSDÓTTIR

Director of Photography SVANUR JÓNSSON Music by RÍKEY EYDAL and WINSTON

Written by BIRGIR ÓLAFUR Produced by THE GOOD PEOPLE AT HRINGBRAUT Directed by GANTON

R RESTRICTED
UNDER 17 REQUIRES ACCOMPANYING
PARENT OR ADULT GUARDIAN

DOLBY STEREO
IN SELECTED THEATRES

READ THE JOVE BOOK SOUNDTRACK AVAILABLE ON WARNER BROS. RECORDS AND CASSETTES

FROM HRINGBRAUT
A HRINGBRAUT COMMUNICATIONS COMPANY

Blámar á ný

Avatar gerist í framtíðinni og segir frá fyrrverandi hermanninum Jake Sully sem lamaðist í bar-daga á Jörðinni og er bundinn við hjólastól. Er hann sendur út í geim í Avatar-verkefnið á fjarlægri plánetu sem heitir Pandora.

Pandora, undurfögur skógi vaxin pláneti sem býr yfir miklu magni af verðmætum málmum. Er ætlun jarðarbúa að nýta þær auðlindir sem þar eru og græða óheyrilega í leiðinni. Hins vegar stendur eitt vandamál í vegi fyrir þeim: þeir sem búa þar. Á Pandoru býr ættbálkur vera sem líkjust manningum í útliti og nefnast Na'vi. Eru þær taldar frumstæðari en mannfólkið, þrátt fyrir að vera með líkamlega yfirburði.

Na'vi búa í sátt og samlyndi við umhverfi sitt og vilja alls ekki flytja sig um set svo mannfólkið geti nýtt málmana sem leynast undir heimkynnum þeirra. Því er Jake fenginn til að taka þátt í verkefni þar sem líkami hans er sameinaður líkama Na'vi og hann sendur til plánetunnar sem svokallaður Avatar til að njósna fyrir hermennina sem eru að undirbúa árás á frumbyggjana. Þegar Jake kynnist og verður ástfanginn af hinni fallegu Na'vi-prinsessu Neytiri flækist leikurinn og hann þarf að ákveða hvorum megin víglínunnar hann ætlar að standa.

Avatar sló eftirminnilega í gegn þegar hún var fyrst frumsýnd, 2009. Nú kemur hún aftur í kvikmyndahús og ný kynslóð fær að njóta þess að sjá hana á hvíta tjaldinu, auk þess sem þeir eldri geta endurnýjað kynnin. ■

Sambíóin og Smárabíó



»

Nú kemur hún aftur í bíó og ný kynslóð fær að að sjá hana á hvíta tjaldinu.

Frumskýnd 23. september 2022

Aðalhlutverk: Sam Worthington, Zoe Saldana, Sigourney Weaver og Michelle Rodriguez

Handrit: James Cameron

Leikstjóri: James Cameron

12

Hrollur í anda King

Eftir að dr. Rose Cotter verður vitni að skelfilegu atviki sem hendir sjúkling hennar byrjar hún að upplifa undarlega og óhugnanlega – og óútskýranlega – hluti.

Rose verður að horfast í augu við slæma hluti úr fortíð sinni eigi hún að sleppa lifandi frá þessum skelfilega nýja veruleika.

» Fléttan og uppbygg-
ingin minnir óneitanlega á margt af því besta sem Stephen King hefur gert.

Hún kemst að því að fjöldi óhugnanlegra dauðsfalla hefur orðið og sameiginlegur þráður virðist tengja þau öll – eitthvað sem ekki er hægt að útskýra, eitthvað sem engin náttúruleg skýring er á.

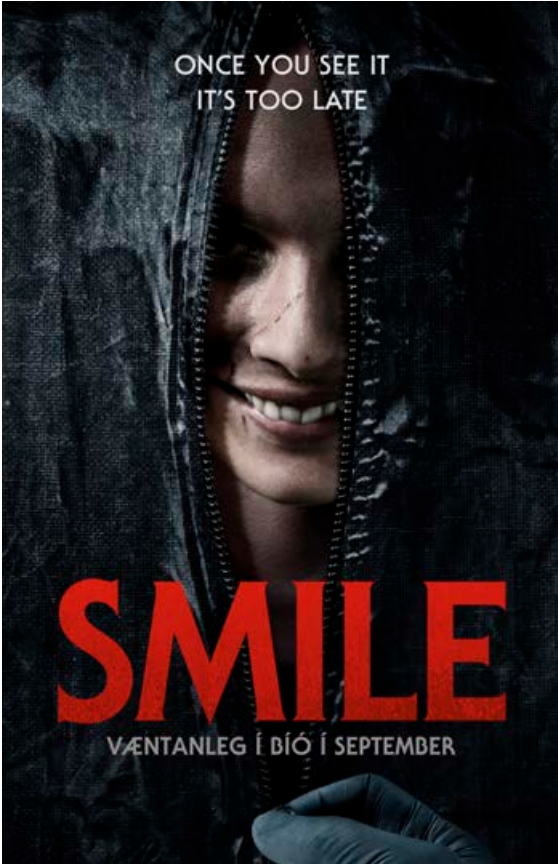
Fjöldi manns hefur látist voveiflega í kjölfar þess að upplifa sama hlutinn. Svo virðist sem allir sem upplifa þennan hlut séu bráðfeigir.

Ahorfandinn gleymir því að hann er með popp og gos og getur ekki annað en setið spenntur á sætisbríkinni og gefið þessari mynd alla sína athygli.

Fléttan og uppbyggingin minnir óneitanlega á margt af því besta sem Stephen King hefur gert.

Þetta er fyrsta kvikmynd leikstjórans Parker Finn í fullri lengd en engan byrjendabrag er að sjá á henni. Gaman verður að fylgjast með hrollvekjum og ráðgátum frá honum í framtíðinni. ■

Sambíóin



»

Rose verður að horfast í augu við slæma hluti úr fortíð sinni.

Frumskýnd 30. september 2022

Aðalhlutverk: Sosie Bacon, Jessie T. Usher og Kyle Gallner

Handrit: Parker Finn

Leikstjóri: Parker Finn

16

Martröð í eyðimörkinni

Ef það litur út fyrir að vera of gott til að vera satt eru líkur á að svo sé.

Á sjötta áratugnum búa ung hjón, Alice og Jack Chambers, í útópísku tilraunasamfélagi. Allt fólkið er ungt og fallegt, konurnar vinna heima og stunda alls kyns tómstundir sem eru skipulagðar fyrir þær. Húsin eru falleg og búin öllum þægindum, bílarnir flottir og tíska líka. Meira að segja veðrið er óaðfinnanlegt – alla daga.

Alice hefur samt vaxandi áhyggjur af því að ekki sé allt sem sýnist.

Hvað eru eiginmennirnir að bralla á daginn?

Í hverju felst vinna þeirra? Fleiri eiginkonur velta þessu sama fyrir sér.

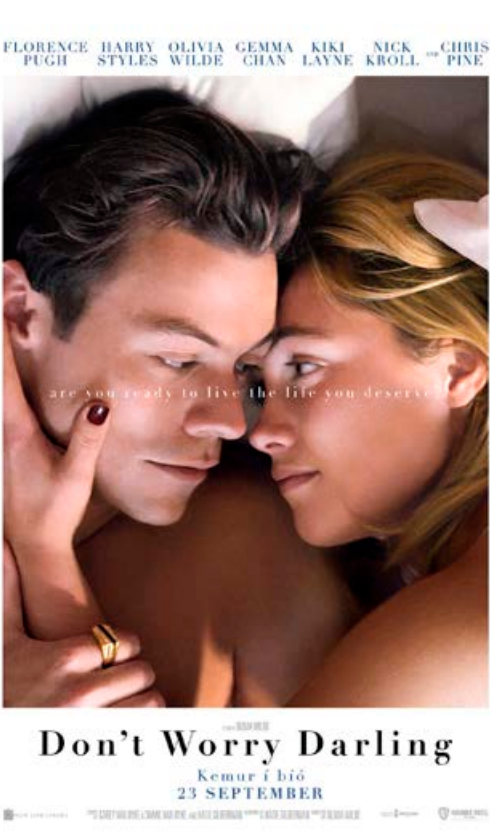
Alice fer að upplifa undarlega og hrollvekjandi hluti. Hún áttar sig ekki almennilega á því hvort þetta er að gerast í raun og veru eða hvort hana er að dreyma. Er hún föst í martröð? Er hún vakandi eða sofandi?

Leikstjóri myndarinnar, Olivia Wilde, leikur jafnframt í henni. Upphaflega ætlaði hún að leika aðalhlutverkið en snerist hugur eftir að hún sá Florence Pugh í Midsommar (2019) og bauð henni aðalhlutverkið.

Shia Labeauf var upphaflega ráðinn í hlutverkið sem Harry Styles leikur í myndinni en var látinn fara. Wilde staðhæfði að hann hefði verið erfiður á tökustað.

Don't Worry Darling er dularfull spennynd sem heldur áhorfandanum spennnum til síðustu sekúndu. ■

Sambíóin, Laugarásbíó og Smárabíó



»

Er hún föst í martröð? Er hún vakandi eða sofandi?

Frumskýnd 23. september 2022

Aðalhlutverk: Olivia Wilde, Florence Pugh, Chris Pine og Harry Styles

Handrit: Katie Silberman, Carey Van Dyke og Shane Vand Dyke

Leikstjóri: Olivia Wilde

16

Forvitnin verður ofan á

Einmana fræðimaður á ferð í Ísland kemst yfir íslamskan anda sem býður henni þrjár óskir gegn því að hún veiti honum frelsi.

Dr. Alithea Binne (Tilda Swinton) er fræðimaður – ánægð með lífið, rökhyggin og yfirveguð. Hún er mikið fyrir sig og vill ekki mikinn glaum og gleði. Hún er barnlaus en átti eitt sinn eiginmann.

» Á endanum stenst hún ekki freistinguna og gerir nokkuð sem kemur þeim báðum mjög á óvart.

Á ráðstefnu í Ísland kemst hún á íslamskan anda (Idris Elba) sem býður henni þrjár óskir í skiptum fyrir frelsi.

Þessu fylgja tvö vandamál. Í fyrsta lagi efast hún stórlega um að andinn sé raunverulegur og í öðru lagi er hún fræðimaður á sviði sögu og goðsagna. Hún þekkir því vel allar sögurnar um hrakfarir þeirra sem fá og nýta sér óskir af þessu tagi.

Andinn leggur sig allan fram um að sannfæra hana, segir henni stórkostlegar sögur úr fortíð sinni. Á endanum stenst hún ekki freistinguna og gerir nokkuð sem kemur þeim báðum mjög á óvart. ■

Sambíóin



»

Á ráðstefnu í Ísland kemst hún á íslamskan anda sem býður henni þrjár óskir.

Frumskýnd 9. september 2022

Aðalhlutverk: Tilda Swinton og Idris Elba

Handrit: George Miller, Augusta Gore og A.S. Byatt (byggt á smásögunni The Djinn in the Nightingale's Eye)

Leikstjóri: George Miller

12

Loksins aftur Ljósanótt

Ljósanótt, menningar- og fjölskylduhátíð Reykjanesbæjar, er haldin hátíðleg nú um helgina. Hátíðin er kennd við lýsingu á sjávarhömrum Keflavíkurbergs og nær hámarki á laugardagskvöldi með stórtónleikum á útisviði, lýsingu Bergsins og glæsilegri flugeldasýningu.

2. sept Föstudagur

3. sept Laugardagur

4. sept Sunnudagur



■ **Barnadagskrá**
Hafnargötu í Keflavík – alla helgina
Frábær skemmtun fyrir börn. Húllaffjör, Ávaxtakarfan, hæfileikakeppni, eldlistir og andlitsmálning.



■ **Aldamótatónleikar**
Andrews Theater, Reykjanesbæ kl. 21.00
Nostalgiupartí ársins. Fram koma Birgitta Haukdal, Jónsi, Magni, Einar Ágúst og Gunni Óla.

■ **GusGus**
Hljómahöllin, Reykjanesbæ kl. 23.30
Heimspökta raftónlistar-fyrirbrigðið GusGus kemur fram ásamt Margréti Rán úr Vök.

■ **Stjórnin með stórdansleik**
Lux, Reykjanesbæ kl. 22.00
Stjórnin stígur á svið klukkan 23.00 og plötusnúðar munu þeyta skífum til lokunar.

■ **Árgangagangan mínus 20**
Hafnargötu kl. 13.30-14.30
Þau sem eru fædd árið 1950 mæta við Hafnargötu 30. Árgangur '01 og yngri hittast við 88-húsið. Þau yngstu leggja fyrst af stað og svo bætist hver árgangurinn af fætur öðrum í gönguna.



■ **Stórtónleikar á aðalsviði**
Hafnargötu kl. 20.00
Ljósanótt nær hápunkti með tónleikum en fram koma Flott, Bubbi Morthens, Vök og Birnir.



■ **Bjartasta flugeldasýning landsins**
Hafnargötu kl. 22.00
Flugeldar lýsa upp næturhimininn og að lokinni sýningu verða ljósin á Berginu kveikt. Björgunarsveitin Suðurnes sér um framkvæmd sýningarinnar.

■ **Ljósanæturballið**
Hljómahöll kl. 23.45
Fram koma Bubbi, Ragga Gísla, Stuðlabandið, FM95BLÓ og Sverrir Bergmann. Aldurstakmark er 18 ára.



■ **Barnabróns**
KEF kl. 13.00
Furðuverur frá Leikfélagi Keflavíkur skemmta börnum meðan þau snæða bróns.



■ **Pakkið í Pakkhúsinu**
Svarta pakkhúsið kl. 13.00
Vinnustofuvínir Svarta pakkhússins skella upp í fjölbreytta myndlistar- og höggmynda-sýningu.

■ **Lay Low og Eliza Newman**
Kirkjuvogskirkju Höfnum kl. 16.30
Tónlistarkonurnar Lay Low og Eliza Newman verða með tónleika í litlu kirkjunni á Höfnum.

■ **Bítlamessa**
Keflavíkurkirkja kl. 20.00
Tónlist og skemmtun. Hljóm-sveitin Helter Skelter flytur bítlalög í kirkjunni.

Ljósanótt Reykjanesbær

Hvað?
Ljósanótt, menningar- og fjölskylduhátíð Reykjanesbæjar, er haldin hátíðleg nú um helgina. Ríflega eitt hundrað viðburðir hafa verið skráðir á vef Ljósanætur, ljosanott.is. Listsýningar eru opnar um allan bæ og dúndur-tilboð í verslunum.



Fyrir hvern?
Á Ljósanótt er áhersla lögð á fjölskyldu og menningu. Á föstudag er öllum hátíðargestum boðið í kjötsúpu frá Skólamat undir dagskrá á Götupartýssviði. Síðan hefjast fjölbreyttir og glæsilegir tónleikar í hverfum og á skemmti-stöðum. Íðandi dagskrá er allan laugardaginn sem nær hápunkti sínum með kvöldtónleikum á útisviði þar sem fram koma Flott, Bubbi Morthens, Vök og Birnir. Við tekur bjartasta flugeldasýning landsins áður en ljósin á sjávarhömrum Keflavíkurbergs, sem hátíðin dregur nafn sitt af, eru kveikt og lýsa íbúum fram á vor og minna á Ljósanótt og sköpunarkraftinn sem í bænum býr. ■

■ Skritin staðreynd vikunnar

Sofa uglubörn

Vissir þú að uglur leggjast fram fyrir sig þegar þær sofa?



Gefðu ungu fólki tækifæri

Það sem þátttakendur uppskera:

- Aukið sjálfstraust, sterkari sjálfsmynd og trú á eigin getu
- Hugrekki til að segja sína skoðun óháð áliti annarra
- Kjark til að tala um eigin líðan og annarra
- Leiðir til að eignast vini, bæta samskipti og styrkja sambönd
- Þor til að koma hugmyndum sínum á framfæri og hafa áhrif
- Betra skipulag og skýrari markmið
- Jákvætt viðhorf og kvíða/streitustjórnun



Núna er tíminn til að efla félagsfærni hjá ungu fólki og auka lífshamingjuna!

Námskeið hefjast:

- | | |
|---------------|--|
| 10 til 12 ára | 24. sept. 10.00 -13.00 á laugardögum, 9 skipti |
| 13 til 15 ára | 26. sept. 17.00 -20.30 einu sinni í viku, 9 skipti |
| 16 til 19 ára | 21. sept. 18.00 -22.00 einu sinni í viku, 9 skipti |
| 20 til 25 ára | 22. sept. 18.00 -22.00 einu sinni í viku, 9 skipti |

Námskeiðin eru metin til eininga í framhaldsskólum. Hægt að nota frístundastyrki.



*Hægt er að nota frístundastyrki bæjarfélaga sem greiðslu - Youth_Ad_081822

Skráning á dale.is

Draumurinn er að spila í NBA

Einn efnilegasti íþrótta- maður landsins, Almar Orri Atlason, mun leika með einum sterkasta mennta- skóla Bandaríkjanna í vetur. Almar vakti mikla athygli á EM í sumar með U18 ára liðinu og þykir eitt mesta efni sem komið hefur fram í körfuboltanum hér á landi í langan tíma.

starri@frettabladid.is

Fyrr í vikunni var greint frá því að einn efnilegasti íþröttamaður landsins, Almar Orri Atlason körfu- boltamaður úr KR, væri á leið til Bandaríkjanna þar sem hann mun leika með Sunrise Christian Aca- demy menntaskólanum í vetur.

Almar vakti mikla athygli með U18 liði Íslands á Evrópumótinu sem haldið var í Rúmeníu í ágúst og var valinn í fimm manna úrvals- lið mótsins auk þess sem fjöldi erlendra greinenda jós lofsyrðum yfir hann. Einn þeirra var Jonat- han Givony, greinandi ESPN fyrir nýliðaval NBA-deildarinnar vestan hafs, sem sagði frammistöðu hans á mótinu vera eina þá bestu sem hann hefði séð í sumar.

Sunrise Christian Academy er í Kansas-fylki og metinn sá besti í Bandaríkjunum undanfarin tvö ár en skólinn vann NIBC-deildina á síðasta ári. „Ég hlakka gríðarlega til að leika með skólanum í vetur,“ segir Almar. „Sunrise er virkilega gott lið sem endaði efst í NIBC- deildinni á seinasta tímabili sem er deild sem tíu bestu liðin í High school-boltanum stofnuðu. Þetta verður virkilega skemmtilegt verk- efni og það verður gaman að berjast við þá bestu í heiminum í mínum aldursflokki á hverjum degi og þróa leik minn enn frekar.“

Vakti mikla athygli á EM

Góður árangur U18 liðsins í ágúst kom Almari ekki á óvart en liðið hafnaði í fjórða sæti. „Fyrir mótið höfðum við sem lið mikla trú á okkur þar sem við vorum að koma af góðu Norðurlandamóti og leið vel með hópinn. Markmið okkar var að komast allavega upp úr riðlinum og inn í átta liða úrslitin. Liðið breytti þó fljótt markmiði sínu í að stefna á eitt af þremur efstu sætunum sem voru verðlaunasæti. Það náðist því miður ekki þar sem við enduðum í fjórða sæti eftir tap gegn Finnlandi í lokaleiknum.“

Persónulegur árangur hans kom honum ekki heldur á óvart. Hann segist einfaldlega hafa passað að spila sinn leik og gera allt til þess að hjálpa liðinu til að vinna. „En auðvitað var líka markmiðið að standa sig vel persónulega og að ná að vekja smá athygli.“

Mikið hefur verið skrifað og rætt um ummæli Jonathan Givony í íslenskum fjölmiðlum en hvað finnst Almari um þau?

„Það er auðvitað mjög gaman að fá athygli frá manni eins og Jonathan fyrir eitthvað sem maður gerir vel og hefur unnið lengi að. Ég passaði mig þó alltaf á að láta þetta ekki hafa áhrif á leik minn meðan á mótinu stóð og halda áfram að gera það sem var best fyrir liðið.“

Lærdómsrík dvöl á Ítalíu

Almar var einungis fjögurra ára gamall þegar hann hóf að æfa körfubolta með KR en þá voru bæði systkini hans að æfa körfu- bolta með félaginu. „Ég hef alltaf leikið með KR á Íslandi en ég lék svo tímabilið 2019–2020 með Stella Azurra í Róm á Ítalíu.“ Hann segir dvölin á Ítalíu hafa verið mjög skemmtilega þrátt fyrir leiðinlegan Covid-endi.

„Stella er frábært lið og þar kynntist maður því í fyrsta skipti að æfa eins og þeir bestu gera. Róm er náttúrulega stórkostleg borg og ótrúleg forréttindi að fá að prófa að búa þar. Körfuboltalega kynntist maður þessum hraða leik, þar sem pressað er allan völlinn allan tímann og mikið lagt upp úr því að vinna boltann snemma og refsa andstæðingnum hratt. Við spiluðum líka á mótum úti um alla Evrópu við mörg af bestu liðum álfunnar, svo sem Real Madrid, Barcelona, Valencia, Bayern München og Zalgiris.“

Rétta hugarfarið skiptir máli

Það var um 12-13 ára aldurinn sem Almar áttaði sig á því að hann vildi setja körfuboltann í fyrsta sæti og reyna að ná eins langt og hann gæti. „Það var ekkert eitt sem olli þessu breytta hugarfari. Það að spila, æfa og leika mér í körfubolta er einfaldlega það skemmtilegasta sem ég geri og maður stefnir ein- hvern veginn alltaf bara á að taka næsta skref. Og það sem maður gerir til þess að ná þangað er til- tölulega einfalt, bara æfa meira.“

Fyrirmyndir Almars á körfu- boltavellinum eru nokkrar og



„Þetta verður virkilega skemmtilegt verkefni og það verður gaman að berjast við þá bestu í heiminum í mínum aldursflokki á hverjum degi og þróa leik minn enn frekar,“ segir Almar Orri Atlason. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK



Almar Orri, fyrir miðju í bláum bol, var valinn í fimm manna úrvalslíð á EM í ágúst. MYND/FIBA

nefnir hann fyrst landsliðsmann- inn Martin Hermannsson sem einnig ólst upp hjá KR á sínum tíma. „Ég fylgist mikið með Martin Hermannssyni og lít mikið upp til hans. Þar skiptir mestu máli hugar- farið sem hann hefur sem ég held að sé stór ástæða fyrir því að hann hefur náð svo langt. En auðvitað fylgist maður með stjórnunum í NBA-deildinni og þar þykir mér gaman að fylgjast með leikmön- num eins og LeBron James, Nikola Jokic og Luka Doncic.“

Allt snýst um körfubolta

Það kemst fátt að í lífi Almars annað en körfuboltinn. „Ég geri mjög lítið annað en að spila eða horfa á körfubolta. Yfir sumartím- ann finnst mér þó gaman að veida og spila golf með vinum og fjöl- skyldunni. Körfuboltinn er hins

vegar farinn að taka ansi mikinn tíma á sumrin líka og hef ég bara náð að fara tvo eða þrjá golfhringi í sumar og ekkert í veiði.“

Almar flaug til Bandaríkjanna í vikunni og er að koma sér fyrir og undirbúa spennandi ár. En hvaða markmið hefur hann sett sér fyrir veturinn og næstu ár?

„Skammtíamarkmiðið er að komast í gott hlutverk hjá Sunrise- liðinu og reyna að vinna banda- ríska menntaskólatitilinn. Eftir næsta tímabil stefni ég á að spila með góðu háskólaliði og takast á við nýjar áskoranir þar sem ég mun æfa og leika gegn enn betri leikmönnum en ég mun spila á móti nú í vetur. Draumurinn er svo að spila í NBA-deildinni og hefur mig alltaf langað til þess. Loka- markmiðið er að uppfylla þann draum.“ ■

Eftir næsta tímabil stefni ég á að spila með góðu háskólaliði og takast á við nýjar áskoranir.

Almar Orri Atlason

Náttúruleg slökun & góður nætursvefn



Áttu erfitt með að slaka á, festa svefn eða fá næturhvíld?

Slakandi blanda sem inniheldur **Magnoliu börk** og **íslensk fjallagrös**

ICEHERBS
NATURAL SUPPLEMENTS

sofðu rótt

Hrein Magnolia með fjallagrös

60 HYLKI|FÆÐUBÓTAREFNI

Fæst í næsta apóteki, heilsuvörðslun og flestum stórvörumörkuðum.



CURVY KYNNIR NÝTT MERKI

fransa[®] PLUS SIZE

Fallegar og vandaðar danskar vörur í stærðum 42-56

Sjáðu úrvalið í netverslun Curvy.is

Eða komdu í verslun Curvy við Grensásveg

Ópið alla virka daga frá kl. 11-18 og laugardaga frá kl. 11-16

Golla
8.990 kr



Softy kjóll
10.990 kr



Peysukjóll
8.990 kr



Viscose Kjóll
12.990 kr



Peysukjóll
13.990 kr



Curvy

Fellsmúla 26 v/Grensásveg | 108 Reykjavík | sími 581-1552 | www.curvy.is

Opið hús sunnudaginn
4. september frá kl. 14-16

8 hektara land með sumarhúsi
til sölu - 55 mín. úr bænum.

- Geggjað svæði rétt við Þykkvabæ!
- 360 útsýni.
- Hentar vel fyrir hestamenn.
- Gott ræktunarland.
- Má byggja 2200 fm. á landinu.
- Skipulag.

Verð 22,9m. Uppl. 820-5181

Bílar & Farartæki

Nýr Fiat 500 e La Prima 42 kWh rafmagnsbíll. Flottasta type með leðursætum og glerpaki og öllum vinsælustu aukahlutunum í dag. Heimahleðaslustöð fylgir með. Drægni allt að 430 km. Þetta er sá al sætasti snattari sem hægt er að fá! Okkar verð aðeins 4.590.000,-

Búslóðaflutningar

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

Húsaviðhald

FLÍSLAGNIR - MÚRVERK - FLOTUN - SANDSPARSL - MÁLUN - TRÉVERK
Ásamt öllu almennu viðhaldi fasteigna.

Áratuga reynsla og þekking skilar fagmennsku og gæðum.

Tímavinna eða tilboð.

Strúctor byggingaþjónusta ehf.
S. 893 6994

Rafvirkjun

RAFLAGNIR, DYRASÍMAR. S. 663 0746.

Töfluskripti, myndsímar. Hagstæð verð. Straumblik ehf. Löggiltur Rafverktaki. straumblik@gmail.com

Keypt & Selt

Til sölu

Gítarinn ehf.

Stórhöfði 27
Sími 552 2125
www.gitarinn.is

Kassagítarar á tilboði

Gítarar og hljómborð í miklu úrvali
Verð við allra hæfi

Heilsa

Heilsuvörur

Húsnæði

Geymsluhúsnæði

WWW.GEYMSLAEITT.IS
Sérgeymslur á mjög góðum verðum. Frá 2-17 m2. S: 564-6500

GEYMSLUR.IS
SÍMI 555-3464
Suma hluti er betra að geyma. Geymslur fyrir dánarbúið, allt að 20% afsláttur. www.geymslur.is

intellecta.is

RÁÐNINGAR

intellecta

Þjónusta

Sparibill ehf
Hátún 6A, 105 Reykjavík
Sími: 577 3344
www.sparibill.is

Málarar

REGNBOGALITIR EHF
Getum bætt við okkur verkefnum innanhúss. Löggiltur málarameistari. Löggiltir málarar. Vönduð vinna, vanir menn. www.regnbogalitir.is malarar@simnet.is. Sími 8919890

Atvinnublaðið

— Mest lesna atvinnublað Íslands —

Beinn sími: 550 5625

Sölufulltrúar:
Hrannar Helgason, hrannar@frettabladid.is
Arna Rut Kristinsdóttir, arnarut@frettabladid.is

Aristarco

Uppþvottavélar fyrir allar stærðir eldhúsa

760
442
1969

Aristarco Undirborðs uppþvottavél AF50.35 DP DDE V400
Ytra mál: BxDxH: 57,2 x 63,0 x 81,4
Stærð á körfu 45 x 45 cm
Tveir þvottaspaðar efst og neðst
Innbyggður skammtari fyrir gljóa - Heit skolon Vatnsmagn 18 ltr

Aristarco Hood uppþvottavél AH 800
Stærðir BxDxH: 76,0 x 79,0 x 149 x 196 cm
Stærð á körfu 50 x 50 cm
Rafeindastýring
Innbyggður tilbúinn vatnstankur
Sjálfvirkur skammtari fyrir þvottaefni og gljóa - Heit skolon Vatnsmagn 18 ltr - Hurðaoþ 30,5 cm
Sjálfvirk start/Stoppi í loki

Er verið að leita að þér?

Viðskiptavinir Ráðum fela ráðgjöfum okkar oft að finna starfsmenn án þess að auglýsa stöðuna og með stuttum fyrirvara.

Skráðu þig í gagnagrunninn okkar til að tryggja að við finnum þig þegar rétta starfið býðst.

ráðum
ráðningarstofa

WWW.RADUM.IS | 519 6770 | RADUM@RADUM.IS

STÓRELDHÚS
FOODSERVICE DESIGN AND SHOPFITTINGS

Sýningarsalur - Draghálsi 4 - 110 Reykjavík - Sími: 535 1300 - verslun@verslun.is

Tækt: 5792 #

ÚTSALANER HAFIN

ÚTSÖLUBOMBUR! 50% AFSLÁTTUR

sherpa

Sherpa Makalu
3laga skeljakki
Nú: 24.995,-
Áður: 49.990,-

9" panna
Nú: 1.495,-
Áður: 2.990,-



Ferðaglös 2 stk
Nú: 2.345,-
Áður: 4.690,-



Hnífapör
fyrir einn
Nú: 1.345,-
Áður: 2.690,-



Halulite Minimalist
0,6L pottur og skaffall
Nú: 3.995,-
Áður: 7.990,-



Destination Kitchen Set 24
Ferðasett fyrir fjóra
Nú: 6.995,-
Áður: 13.990,-



Glæsilegt pottasett
Nú: 9.495,-
Áður: 18.990,-



Glæsilegt hnífasett,
skurðarbretti o.fl.
Nú: 4.495,-
Áður: 8.990,-

Matarsett fyrir einn
Nú: 1.995,-
Áður: 3.990,-



Einnig
fáanleg í
barnastærðum



icebreaker

30-50%
AFSLÁTTUR



OSPREY BAKPOKAR

Hágæða bakpokar.
Eitt mesta úrval landsins!

30-50%
AFSLÁTTUR



Klifurbakpokar
Leiðsögumannabakpokar
Fjallgöngubakpokar • Dufflar
Krakkabakpokar
Fjallaskíðabakpokar
Hjólábakpokar • Ferðatöskur

AFSLÁTTARBORÐIN
VERÐA Á SÍNUM STAÐ!

GG SPORT



Í vefverslun okkar á ggsport.is má finna meira úrval af öllu sem þarf í ævintýrið þitt!

f @ggsport.is @gg_sport

Smiðjuvegur 8, græn gata • 200 Kópavogi • Sími: 571-1020 • ggsport.is
Opnunartími: Virkir dagar 10:30-18, laugardagur 11-18, sunnudagur 12-16

Dagskrá

Hringbraut

- 18.30 Fréttavaktin Fréttir dagsins í opinni dagskrá.
- 19.00 Lengjudeildin í beinni Bein útsending frá leik í Lengjudeildinni.
- 21.00 Íþróttavikan með Benna Bó Íþrótta- og skemmtiþáttur með Benedikt Bóasi.

RÚV Sjónvarp

- 13.00 Heimaleikfimi
- 13.10 Kastljós
- 13.35 Útsvar 2013-2014
- 14.50 EM í körfubolta Bein útsending frá leik Króatíu og Grikklands á EM karla í körfubolta.
- 16.55 Lag dagsins
- 17.00 HM stofan
- 17.20 Undankeppni HM kvenna í fótbolta Bein útsending frá leik Íslands og Hvíta-Rússlands í undankeppni HM kvenna í fótbolta.
- 19.20 HM stofan
- 19.40 Fréttir
- 20.05 Veður
- 20.15 Klassíkin okkar Sjöunda árið í röð bjóða RÚV og Sinfóníuhljómsveit Íslands upp á tónlistarveislu í beinni útsendingu frá Hörpu þar sem landsmönnum hefur gefist kostur á að hafa áhrif á val verka á efnisskránni. Nú verður athyglinni beint að einleikskonertinum og spannar litrík efnisskráin fjölda vinsælla og hrifandi konsertkafla frá ýmsum tímum og ber því að þessu sinni yfirskriftina Einleikaraveisla. Hljómsveitarstjóri er Daniel Bjarnason. Kynnar kvöldsins eru Halla Oddný Magnúsdóttir og Guðni Tómasson.
- 22.30 Big Eyes Bandarísk bíómynd frá 2014. Margaret Keane sló í gegn á 6. áratug síðustu aldar með málverkum sínum af stóreygu fólki. Hún rekur sjálf upp stór augu þegar eiginmaður hennar eignar sér heiðurinn af málverkunum. Myndin er byggð á sannsögulegum atburðum. Leikstjóri: Tim Burton. Aðalhlutverk: Amy Adams og Christoph Waltz. Myndin er ekki við hæfi barna yngri en 12 ára.
- 00.15 Séra Brown
- 01.00 Dagskrárlok

Sjónvarp Símans

- 06.00 Tónlist
 - 12.30 Dr. Phil
 - 13.15 The Late Late Show
 - 14.00 The Block
 - 15.00 Best Home Cook
 - 16.55 90210
 - 17.40 Dr. Phil
 - 18.25 The Late Late Show
 - 19.10 American Housewife
 - 19.40 Black-ish
 - 20.10 The Bachelorette
 - 21.40 Chuck The Bleeder fjallar um þungavigtarboxarann Charles „Chuck“ Wepner, en bardagi hans við Muhammad Ali árið 1975 varð Sylvester Stallone innblásturinn að Rocky. Bardagi Charles og Muhammads Ali árið 1975 varð frægur enda munaði litlu að Charles ynni hann þegar honum tókst að slá Ali í gólfíð í níundu lotu.
 - 23.15 Days of Thunder
 - 01.05 Bel Canto
 - 02.45 10 Cloverfield Lane
 - 04.25 Tónlist
- Stöð 2
- 07.55 Heimsókn
 - 08.15 The Mentalist
 - 09.00 Bold and the Beautiful
 - 09.20 Framkoma
 - 09.45 Dýraspítalinn
 - 10.15 Ghetto betur
 - 11.05 10 Years Younger in 10 Days
 - 11.50 30 Rock
 - 12.10 Börn þjóða
 - 12.35 Nágrannar
 - 12.55 30 Rock
 - 13.15 Einkalífið
 - 13.45 All Rise
 - 14.30 Grand Designs
 - 15.15 Jón Arnór
 - 16.35 Real Time With Bill Maher
 - 17.35 Bold and the Beautiful
 - 18.00 Nágrannar
 - 18.27 Veður
 - 18.30 Fréttir Stöðvar 2
 - 18.50 Sportpakinn
 - 18.55 America's Got Talent: Extreme
 - 20.25 In the Name of the Father Sannsöguleg stórmynd sem segir frá Gerry Conlon og þrotlausri baráttu hans fyrir frelsi eftir að hann, ásamt þremur vinum sínum, hafði verið hnepptur í fangelsi að ósekju.
 - 22.35 Bennett's War
 - 00.05 Angel of Mine
 - 01.40 The Mentalist
 - 02.25 10 Years Younger in 10 Days
 - 03.10 30 Rock
 - 03.30 30 Rock
 - 03.50 All Rise

Íþróttavikan hefur göngu sína að nýju

Íþróttavikan með Benna Bó hefst að nýju eftir sumarleyfi í kvöld. Aðalgesturinn er Aron Jóhannsson, leikmaður Vals og ein aðalstjarnan í Bestu deildinni. Aron hefur frá mörgu að segja en átta ár eru liðin síðan hann spilaði á HM með Bandaríkjunum. Þar þurftu hermenn og sérsveitarmenn að fylgja leikmönnum bandaríska liðsins hvert fótíð. ■



Krossgáta

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

LÁRÉTT
1 flónskur
5 jafnvel
6 hæð
8 dandalast
10 í röð
11 stig
12 vísað
13 kríki
15 urðað
17 afhenda

LÓÐRÉTT
1 lestun
2 nýlega
3 ónóg
4 andin
7 jafnhliða
9 aðalsmaður
12 marr
14 tímabils
16 rómversk tala

LÁRÉTT: 1 fávís, 5 eða, 6 ás, 8 rangla, 10 mn, 11 rím, 12 bent, 13 nárt, 15 grafið, 17 skila. LÓÐRÉTT: 1 ferming, 2 óðan, 3 van, 4 sálin, 7 samtíða, 9 greifi, 12 brak, 14 árs, 16 il.

Sudoku

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

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

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

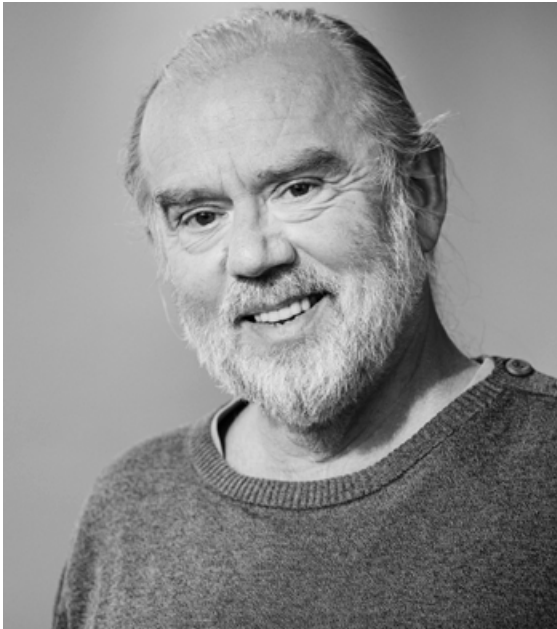
Pondus



Eftir Frode Øverli

Finnst svo gott að hafa rangt fyrir mér

Karl Ágúst Úlfsson kveður leiksviðið sáttur eftir rúmlega fjörutíu ára feril með sýningunni Fíflíð. Hann ætlar að snúa sér að skriftum og kveðst eiga margar skúffur fullar af handritum sem kalla á hann.



Nútíma tilfinningar

Nýjasta mynd Ásu Helgu Hjörleifsdóttur, Svar við bréfi Helgu, er aðlögun samnefndrar skáldsögu sem sló rækilega í gegn fyrir um áratug. Aníta Briem, Hera Hilmarsdóttir og Þorvaldur Davíð Kristjánsson fara fyrir öflugum leikhópi verksins.



Fjandskapurinn æ sýnilegri

Áttunda FO-herferð UN Women fer af stað í dag og er tileinkuð hinsegin verkefnum. Stella Samúelsdóttir, framkvæmdastýra UN Women hér á landi, segir málefnið hafa orðið fyrir valinu vegna gríðarlegs bakslags í réttindabaráttu hinsegin fólks á síðustu árum.

LIFANDI LAUGARDAGUR

Í FIRÐI ÞANN 3. SEPTEMBER

14:00 - 14:30 LATIBÆR

13:00 - 15:00 ANDLITSMÁLNING

**NAMMI Í BOÐI KRAMBÚÐARINNAR,
EINS LENGI OG BIRGÐIR ENDAST!**

**EINNIG ERU FRÁBÆR TILBOÐ Í
VERSLUNUM!**



Ný uppskera
frá Kaliforníu

1.098

kr./kg

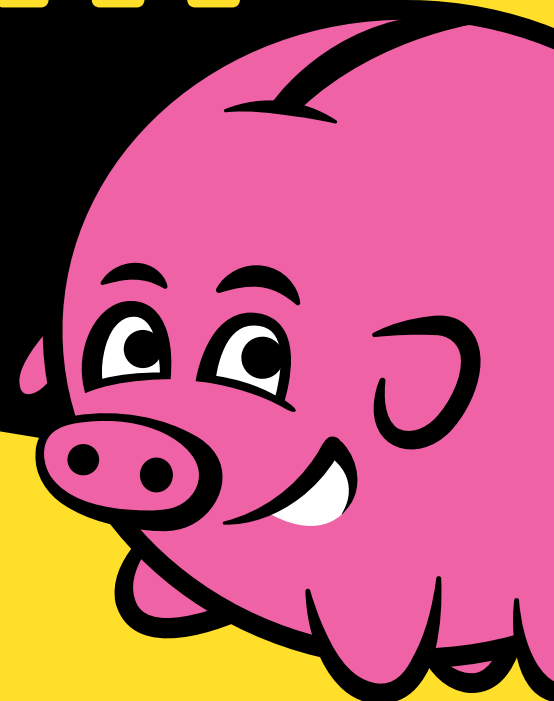
Rauð vínber



Með pér
í skólanum

BÓNUS

Verð gildir til og með 4. september eða meðan birgðir endast. Birt með fyrirvara um prentvillur.





298
kr./stk.

Ketó sósur
325 g
tvær teg.



**30%
verðlækkun
verð áður
398 kr.**

279
kr./pk.

Nóa hvellir
250 g
tvær teg.



398
kr./stk.

**Ekta
súrdeig**

**Verð áður
479 kr.**

Bónus ferskt súrdeigspizzadeig



225
kr./stk.

Bónus ferskur flóridasafi
1ltr

198
kr./pk.

**Prótein
snakk**



Popcrop
60 g
tvær teg.



159
kr./stk.

Hámark létt
250 ml
tvær teg.



798
kr./pk.

Egils Kristall
4x 2 ltr kippa
Mexíkó - Límónubragð

**Ódýrustu
kjúklinga-
bringurnar
í Bónus**

1.498
kr./pk.



Frosnar kjúklingabringur
900 g
Danmörk



398
kr./pk.



SS folaldahakk
800 g



419
kr./pk.

**100 kr.
lækkun**

Myllu heimilisbrauð
770 g



Aðaldansarar eru Anastasia Gurska og Nicolai Gorodiskii.

Kyiv Grand Ballet sýnir í Hörpu

tsh@frettabladid.is

Úkraínski ballettinn Kyiv Grand Ballet er væntanlegur til Íslands í lok nóvember og mun flytja Hnotubrjótinn eftir Tsjaikovskij í Hörpu í samstarfi við Sinfóníuhljómsveit Íslands. Dansflokkurinn hefur verið á ferðalagi um Evrópu síðastliðna mánuði og haldið sýningar í Svíþjóð og Frakklandi en hann var staddur í Frakklandi þegar Rússar réðust inn í Úkraínu í febrúar á þessu ári.

„Það er einstaklega ánægjulegt að geta nú aftur eftir þriggja ára hlé boðið upp á töfrandi ballettsýningar í Eldborg. Úkraínski ballettflokkurinn Kyiv Grand Ballet er skipaður mörgum af skærustu stjórnnum ballettsviðsins þar í landi og eru þessar sýningar liður í áframhaldandi stuðningi Hörpu við úkraínska listamenn á þessum erfiðu tímum í heimalandi þeirra. Hnotubrjóturinn er svo hið fullkomna verk fyrir alla fjölskylduna í upphafi aðventu en við veitum ríflegan afslátt af miðaverði fyrir börn,“ segir Svanhildur Konráðsdóttir, forstjóri Hörpu.

Aðaldansarar sýningarinnar eru þau Anastasia Gurska, aðaldansari hjá Þjóðaróperu Úkraínu, og Nicolai Gorodiskii, gestaadal-dansari hjá Þjóðaróperu Úkraínu. Listrænn stjórnandi er Alexander Gosachinsky sem hefur stýrt Gos-Orchestra frá 2016.

Hnotubrjóturinn er einn þekktasti ballett heims og tónlist Tsjaikovskijs meðal þekktustu tónverka tónlistarsögunnar. Boðið verður upp á fjórar sýningar í Hörpu dagana 24., 25. og 26. nóvember. ■

Umbreytingarferli vatns



Þorvaldur S. Helgason
tsh
@frettabladid.is

Nýlistasafnið sýnir verk fimm ólíkra listamanna frá ólíkum löndum. Rauði þráðurinn í sýningunni er listræn úrvinnsla á umbreytingu vatns.

Samsýningin þau standast ekki tímann var opnuð í Nýlistasafninu í síðustu viku. Sýningin samanstendur af verkum fimm listamanna frá ólíkum löndum sem voru valin í gegnum opið kall; Grahams Wiebe, Magnúsar Sigurðssonar, Minne Kersten, Patriciu Carolinu og Sigrúnar Hlínar Sigurðardóttur.

Sigrún Hlín: „Ég held að þau hafi valið okkur sem hóp af því það voru sameiginleg þemu sem við höfðum áhuga á, sameinandi þráður eða tilfinning. Síðan settu þau það bara í okkar hendur að ákveða hvernig við vildum vinna saman og við ákváðum að sýna öll okkar eigin verk. Eftir nokkurra vikna samtal fundum við að það sem við höfðum öll áhuga á og gæti verið sterkt þema væri vatnsafl og það hvernig vatn umbreytist og hefur áhrif á umhverfi sitt.“

Að sögn Grahams Wiebe, sem er ungur listamaður frá Kanada, hjálpaði það til við að móta hina listrænu sýn hversu snemma listamennirnir hófu samtal sín á milli.

Graham: „Við byrjuðum að tala saman um fjórum til fimm mánuðum áður en sýningin var opnuð. Sú hugmynd að samstarfi sem við vildum vinna með var að þegar fólk stigi inn í rýmið myndu ákveðin hljóð blandast saman og ákveðin verk eiga í samtali við önnur verk. Við vildum frekar gera það en að skapa eitt stórt verk saman öll fimm.“

Patricia: „Að vinna með öðrum þýðir ekki endilega að maður þurfi að gera sama hlutinn, það getur verið að aðstoða hvert annað við að setja upp verk eða að viðurkenna hvernig verk hinna hafi áhrif á þig. Það hefur gengið mjög vel með þessum hópi og ég er mjög ánægð með að hafa verið þöruð saman við þessa frábæru listamenn.“

Stúdía fyrir vatnsgreftrun

Graham gerði nokkur verk fyrir sýninguna, þar á meðal verk sem ber titilinn Study for a Water Burial 2 og samanstendur af tveimur saltberglömpum sem eru settir í svokallaða „ultrasonic“ hreinsivél. Graham gerði fyrri útgáfu af verkinu í Kanada en hann lenti í þeirri miður skemmtilegu upplifun að vinnu-



Graham Wiebe, Sigrún Hlín Sigurðardóttir og Patricia Carolina eru meðal þeirra fimm listamanna sem sýna verk sín á þau standast ekki tímann í Nýlistasafninu.

FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

stofa hans brann til grunna og svo flæddi inn á vinnustofuna sem hann fékk eftir það.

Graham: „Stundum þegar fólk sem er með sterka tengingu við vatn, hafið eða sjóinn deyr, þá er aska þess sett í svokallað saltker. Þessum kerjum er svo hent út í sjóinn af báti eða bryggju og svo leysast þau upp í vatninu á um það bil fjórum tímum. Þannig mig langaði að gera eins konar stúdíu fyrir það.“

Að sögn Grahams hermír hreinsivélin eftir hitastigi og titringi hafsinns og mun á endanum leysa upp saltberglampana sem munu leka yfir vélina og niður á gólf sýningar-rýmisins.

Elti gráa litinn

Sigrún Hlín gerði tvö verk fyrir sýninguna sem eru bæði gerð úr endurunnum efnum. Fyrri verkið ber titilinn Taka með og er þrjónað úr bandi sem Sigrún spann úr afgangsefnum sem hún fann á vinnustofu sinni.

Sigrún Hlín: „Ég er að reyna að elta gráan lit. Ég fékk það smá á heilann hvernig grái liturinn getur geymt hundruð lita í sér og maður sér það ekki fyrr en maður kemur alveg upp að honum. Mótífið kemur úr loftmyndum sem ég skoðaði í kortasjá Landmælinga Íslands af jökulám sem flétta sig niður eftir jöklum, brjóta landið undir sig og eru fullar af bergi í alls konar litum sem verður síðan að þessum einsleita gráa lit.“

Náttúra Íslands varð kveikja

Patricia Carolina er mexíkóskur listamaður og búsett í Noregi. Pat-



ricia stundaði myndlistarnám á Íslandi fyrir nokkrum árum og annað hinna tveggja verka sem hún sýnir á Nýlistasafninu byggir á fyrstu kynnum hennar af íslenskri náttúru. Verkið ber titilinn Windshield Wiper og er stórt veggteppi ofið í vélknúnum vefstól.

Patricia: „Ég tók myndina sem kveikti hugmyndina að þessu verki á fyrstu bilferðinni minni hér á Íslandi. Ég var mjög spennt að sjá landslagið og vinur minn leigði bíl til að við gætum farið í bíltúr. Veðrið var hræðilegt en þar sem þetta var fyrsta skiptið mitt á Íslandi var ég hrikalega spennt að fara út. Ég tók fullt af myndum af því sem ég hélt að væri landslagið en eftir á þegar ég skoðaði myndirnar frá ferðinni þá var ómögulegt að sjá eitthvað út úr þeim annað en bílrúðuna og regndropana á glerinu. Mér fannst það þó vera nokkuð skemmtileg leið til að virða fyrir sér landslagið.“

Þau standast ekki tímann er opin í Nýlistasafninu til 25. september næstkomandi. ■

Eitt af verkum Grahams Wiebe ber titilinn Study for a Water Burial 2.

FRÉTTABLAÐIÐ/
ANTON BRINK

Heilt kvöld af tilraunaleikhúsi

tsh@frettabladid.is

Borgarleikhúsið stendur fyrir sérstöku Umbúðalasu festivali næsta laugardag þar sem áhorfendum gefst tækifæri að sjá allar þrjár sýningar sem voru framleiddar í tilraunaverkefninu Umbúðalaust á síðasta leikári á einu kvöldi.

Um er að ræða þrjár sýningar; How to make love to a man eftir Toxic Kings, Á vísun stað eftir Slembilukku og FemCon. Umbúðalaust hlaut verðlaun sem Sproti ársins á Grímunni 2022. Sýningararnar hafa allar verið sýndar áður en að sögn Bryndísar Óskar Þ. Ingvarsdóttur, eins meðlima Slembilukku, koma þær til baka ferskari en nokkru sinni.

„Þegar maður nær að geyma sýningu í svolitinn tíma þá kemur hún ferskari til baka. Það er eitthvað sem ég hef séð í gegnum Covid að

þegar maður fær að geyma verkin sín og láta þau malla, þá hefur maður betri yfirsýn þegar maður fer í þau aftur,“ segir hún.

Að sögn Bryndísar er ekki um miklar breytingar á verkunum að ræða, þau fá þó betra pláss á Nýja sviði Borgarleikhússins en verkin voru áður sýnd í stúdíói leikhússins á þriðju hæð.

„Ég held að sýningarnar eigi það allar sameiginlegt að það er dálítið mikið rými í þeim fyrir persónuleika okkar að skína. Við getum alveg breytt setningum og svona eftir stemningunni í salnum.“

Sýningarnar eru allar um það bil klukkutími að lengd en hátíðin hefst klukkan 6 á laugardagskvöldið og stendur til sirka 11. Hlé verður gert á milli sýninga þar sem fólki gefst kostur á að kaupa sér veitingar.

Sviðslistahópurinn Slembilukka



Um er að ræða þrjár sýningar: How to make love to a man eftir Toxic Kings, Á vísun stað eftir Slembilukku og FemCon.

MYND/BORGARLEIKHÚSIÐ

mun sýna nýtt verk sem ber heitið Hvíta tigrisdýrið í byrjun næsta árs í samstarfi við Borgarleikhúsið og kveðst Bryndís vera gífurlega spennt fyrir því.

„Við fengum styrk frá Rannís til þess að setja upp ævintýrasýningu og fengum inni í Borgarleikhúsinu. Þannig að Umbúðalaust er að sýna það að verkefninu er að takast að hlúa að yngsta fólkinu okkar,“ segir hún.

Er verkefni eins og Umbúðalaust mikilvægt fyrir sviðslistafolk sem er að stíga sín fyrstu skref?

„Já, mér finnst það. Það er líka bara svo ótrúlega hollt að fá inni í leikhúsinu þar sem eru til dæmis dramaturgar sem geta komið og gefið góð ráð. Þannig að maður er ekki aleinn í einhverju litlu rými einhvers staðar úti í bæ að vesenast heldur er maður með smá stuðningsnet sem er rosalega gott.“ ■

Setjum gæðin í fyrsta sæti

Eitt mesta úrval af skrifborðsstólum á Íslandi, komdu í heimsókn og við aðstoðum þig að finna rétta stólinn sem hentar þér.

Herman Miller

Herman Miller er 115 ára amerískt fyrirtæki sem er leiðandi í þróun á skrifborðsstólum.

Fyrirtækið hefur átt í samstarfi við marga virtustu hönnuði heims og hlotið ótal viðurkenningar fyrir hönnun, gæði og sjálfbærni.

Skrifborðsstólar frá Herman Miller standast strangar gæðaprófanir, eru allt að 96% endurvinnanlegir og hafa 12 ára ábyrgð.



To-Sync

Tilboðsverð 79.900 kr.
VERÐ ÁÐUR 99.875 KR.

dauphin



Vandaður skrifborðsstóll með allar helstu stillingar. Stóllinn hentar vel á skrifstofuna eða fyrir vinnustöðina heima.

Kinnarps 6242

Tilboðsverð 119.900 kr.
VERÐ ÁÐUR 162.375 KR.

Kinnarps



6242 er einn vinsælasti skrifborðsstóll Pennans fyrr og síðar. Góður skrifborðsstóll með hæðarstillanlegu bólstruðu baki, fljótandi setu og öllum helstu stillingum.

Verus

Tilboðsverð 129.900 kr.
VERÐ ÁÐUR 162.375 KR.

 Herman Miller



Vandaður skrifborðsstóll með bólstraðari setu og sveigjanlegu gataplatti í baki. Stóllinn hefur fjölda stillimöguleika og er 91% endurvinnanlegur.

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

5 AÐ LÁGMARKI
ÁRA ÁBYRGÐ

540-2000 // Skeifunni 10, Reykjavík // Hafnarstræti 91-93, Akureyri

PENNINN
Húsgögn

Sssama bandið, sömu lögin og sama stemningin

SSSÓL, eða Síðan skein sól eins og hún hét í upphafi, hélt sína fyrstu tónleika í Hlað-varpanum í lok mars 1987 og fagnar 35 ára afmælinu með stórtónleikum í næsta mánuði. Jakob Smári bassaleikari segir engu breyta hvoru nafninu bandið sé kallað því þetta sé „sama bandið, sömu lögin og sama stemningin“.

toti@frettabladid.is

SSSÓL telst skuldaust til farsælustu og langlífustu rokkhljómsveita landsins en hún hélt sína fyrstu tónleika þar sem Tapasbarinn er núna í lok mars 1987 og er því orðin 35 ára og nokkrum mánuðum betur.

„Þetta er svolítið langur tími,“ segir Jakob Smári Magnússon bassaleikari og bætir aðspurður við að þrátt fyrir aldur og ýmis störf sé mannskapurinn vel gíraður í stórtónleika í Háskólabíói þann 15. október þar sem afmælinu verði fagnað með þeim stæl sem alltaf hefur einkennt hljómsveitina á sviði.

„Það er bara stemning í hópnum. Við erum náttúrliga ekkert að spila mikið saman, upprunalega bandið, þannig að þetta eru bara skemmtilegir endurfundir fyrir okkur og gaman að fagna þessu saman og við ætlum allavegana að skemmta okkur,“ segir Jakob Smári og bætir við að þeir hafi verið svo lengi í bandinu að það sé ekki aðeins hluti af ferli þeirra, heldur lífi og jafnvel sjálfsmynd.

Hann segist þó ekki muna nákvæmlega hvernig nafnabreytingin úr Síðan skein sól yfir í SSSÓL kom til en minnst þess að eithvað hafi verið um að fólk skammstafaði langt nafnið í SSSÓL og þeir hafi endað með að breyta nafninu formlega. „En þetta er svo sem sama bandið, sömu lögin og sama stemningin.“

Rokkaðir sunnudagsmorgnar

SSSÓL er í dag skipuð, auk Jakobs Smára, þeim Helga Björnssyni söngvara og Eyjólf Jóhannessyni gítarleikara sem allir eru upprunalegir meðlimir.

Ingólfur Sigurðsson er líka enn í sveitinni en hann kom í stað Péturs Grétarssonar sem byrjaði á trommum, en venjulega er litíð á Helga, Jakob, Eyjólf og Ingólf sem upprunalega mynd sveitarinnar þar sem þeir spiluðu á fyrstu plötunni.

„Við Helgi vorum saman í Grafík og hættum á sama tíma,“ segir Jakob Smári en nokkru eftir að þeir félagar yfirgáfu Grafík hafði Helgi samband. Þá voru hann og Pétur trommari að spá í að stofna band og vildu fá hann með. „Og á sama tíma vorum ég og Eyjó gítarleikari að tala um að gera eithvað en við höfðum verið saman í Tappa Tíkar-rassi þannig að þetta small svona. Þarna var komið bassaleikari, gítarleikari, trommur og söngur.“

Jakob Smári minnst þess að í upphafi hafi sunnudagsmorgnar verið eini tíminn þar sem þeir voru allir lausir fyrir æfingar. „Ekkert rokk í því en við allavegana hittumst alltaf á sunnudagsmorgnum og æfðum. Við Eyjó vorum í dagvinnu og hinir tveir í leikhúsinu. Eiginlega uppteknir öll kvöld og þannig byrjuðum við.“

Óvænt sveitaballaband

Síðan skein sól varð fljótlega en að sögn Jakobs nokkuð óvænt öflug og gríðarvinsæl sveitaballahljómsveit og Helgi annaður fyrir að keyra upp tryllta stemningu.

„Hann er rosalega góður í því. Náttúrliga mikill performer og stemningsmaður og ég held að menn hafi séð þetta strax þegar við vorum að halda tónleika. Það var alltaf svona ákveðin stemning og stuð og svo tók þetta bara við næstu árin og við vorum búnir að spila út um allt,“ segir Jakob um innreið þeirra á sveitaballamarkaðinn.

”

Við vorum svolítið eins og Stones og Bitlarnir eða Wham! og Duran.

„Sem er svolítið skemmtilegt því að þegar bandið var stofnað, þá var það ekkert hugmyndin. Okkur langaði bara að búa til músík, einhvers konar rokktonlist. Síðan bara svona þróaðist þetta,“ heldur hann áfram og rifjar upp að þegar sveitaballamöguleikinn kom upp hafi hljóm-sveitin fundað sérstaklega. „Er þetta eitthvað sem við ætlum að fara að gera?“

Órafmagnaður útúrdúr

Síðan skein sól lagði grunninn að velgengninni með mikilli vinnu og stífu tónleika haldi í félagsmiðstöðvum, skólum og ýmsum tónleikastöðum borgarinnar fyrstu árin þangað til allt varð brjáláð á sveitaböllunum.

„Við ákváðum að demba okkur ekki í sveitaböllin strax. Eða ætluðum svo sem ekkert að gera það,“ segir Jakob og bætir við að þeir hafi frekar ákveðið að fara í órafmagnaða hringferð um landið 1989. Ferð sem hann telur með ánægjulegustu hápunktunum á ferlinum sem hafi einnig markað ákveðin þáttaskil.

„Þetta var allskonar og ég held að þetta hafi lagt grunninn að því sem að síðar varð vegna þess að við fórum út um allt, lögðum á okkur mikla vinnu og höfðum náttúrliga rosa gaman að þessu. Þannig að svona eins og ég segi, það var lagt upp með allt annað. Svo urðum við svona sveitaballakallar.“

Staðið á skýi

Hljómsveitin varð ein sú allra vinsælasta á landinu og dældi út smellum á borð við Blautar varir, Geta pabbar ekki grátið, Ég verð að fá að skjóta þig, Halló, ég elska þig, Nóttin, hún er yndisleg, Ég stend á skýi, Svo marga daga, Síðan hittumst við aftur, Toppurinn, Háspenna, Nostalgia, Kartöflur, Klikkað, Leyndar-



Síðan skein sól í upphafi áður en nafnið breyttist í SSSÓL en í raun gildir einu hvort þeirra er notað. Bæði tryggja sama rokkið og stuðið. MYND/ADSEND



Fyrstu plöturnar þrjár dugðu til þess að koma Sólinni á kortið og vel það.

mál, Dís, Vertu þú sjálfur, Þú ert ekkert betri en ég, Einmana og Lof mér að lifa, svo eitthvað sé nefnt.

„Þetta er í raun miklu meira en maður gerir sér grein fyrir,“ segir Jakob og hefur eftir Ívari Guðmundssyni, tónlistarpáfa á Bylgjunni, að hæglega megi telja 32 lög með sveitinni til „hittara“.

„Þannig að þetta er slatti enda voru okkar lög uppistaðan af prógramminu þegar við vorum að spila á sveitaböllunum. Þau voru næstum því eins og tónleikar eða þannig enda lögðum við líka alltaf svo mikla áherslu á að vera að búa til músík.“

Sálarstrið

Sálin hans Jóns míns og fleiri hljóm-sveitir voru einnig frekar til fjörsins

”

Okkur langaði bara að búa til músík, einhvers konar rokktonlist. Síðan bara svona þróaðist þetta.

á sama tíma og Jakob Smári segir aðspurður að ekki sé hægt að neita því að rígur hafi verið milli bandanna.

„Já. Já, já, það var alveg svoleiðis, enda vorum við í samkeppni. Þetta voru Sálin, Sölin, Stjórnin var þarna líka og fleiri bönd eins og Todmobile.“ Og Sölin og Sálin voru tveir turnar. „Það var eitthvað svona á milli okkar. Einhver rígur. Við vorum svolítið eins og Stones og Bitlarnir eða Wham! og Duran. Það var svolítið svoleiðis filíngur. Það er ekki hægt að neita því þótt menn séu allir góðir vinir í dag. Þetta var bara einhver stemning.“

Miðasalan á 35 ára afmælistónleikana í Háskólabíói laugardagskvöldið 15. október hófst á Tix.is í gær. ■

15% afsláttur!
1. - 3. september.

Sérfræðingur frá String
verður í verslun okkar Skeifunni 6,
dagana **1. - 3. september.**



string®

String hillukerfið var hannað árið 1949 af sænska arkitektum Nils Strinning og hefur það síðan þá hlotið mörg alþjóðleg hönnunarverðlaun. String hillukerfið er hannað þannig að auðvelt er að bæta við skápum og hillum að vild og sérsníða hillurnar að þínum þörfum.



R I F
RESTAURANTKaffi
tilboðKaka að eigin vali
og kaffi/te/kakó

1.290 KR

Kl 14-17:00

Happy Hour

Bjór á krana, vínglas
hússins eða freyðivínsglas
990 kr

alla virka daga

14-17:00

laugardaga

12-17:00

f /rifrestaurant
o /rifrestaurant

2.HÆÐ - FJÖRÐUR VERSLUNARMIDSTÖÐ

rif.is

Stíliseraði Díönu nöfnu sína
fyrir örlagaríka Parísarferð

Díana Bjarnadóttir segir prinsessuna, nöfnu sína, hafa verið með ótrúlega sterka áru en hún starfaði hjá Giorgio Armani í London fyrir 25 árum og sá um að stílisera kærustuparið laði Díönu og Dodi al-Fayed rétt áður en þau héldu í sína hinstu för til Parísar.

toti@frettabladid.is

„Það eru 25 ár síðan ég fékk þann heiður að stílisera Díönu prinsessu og Dodi al-Fayed þegar ég starfaði hjá Giorgio Armani á Sloane Street í London,“ segir stílistinn Díana Bjarnadóttir sem rifjaði upp kynni sín af parinu á Facebook á miðvikudaginn þegar aldarfjórðungur var liðinn frá því þau létust í bílslysinu hörmulega í París.

„Ljósar Armani-dragtin sem hún var í þegar hún steig um borð í flugvélina á leið til Parísar var gjöf frá Giorgio Armani sjálfum og ég fékk það hlutverk að afhenda henni hana,“ segir Díana sem hitti prinsessuna nokkrum sinnum á meðan hún sinnti VIP-viðskiptavinum Black Label verslunar Armani í London.

Síðan náðust myndir af Díönu í dragtinni um borð í bát með Dodi rétt áður en leið þeirra lá til Parísar þar sem dauðinn beið þeirra en Díana segir að svört dragt og annar fatnaður prinsessunnar kvöldið örlagaríka hafi einnig komið verið frá Armani.

Geislandi hamingja

„Hún var bara ein af þessum manneskjum sem hafði alveg ótrúlega sterka áru en ég hitti hana þrisvar áður en hún fór til Parísar.“

Díana segir ríka og fræga fólkið hafa komið gagngert í Black Label verslunina til þess að láta dressa sig upp fyrir hverskyns viðburði, verðlaunaafhendingar og annað. „Þau komu þrjá



daga í röð að versla og hún var rosalega hamingjusöm,“ segir Díana um nöfnu sína og taldi auðsæð að prinsessan hefði sjaldan verið hamingjusamari.

„Og það var alveg gagnkvæmt. Hann var greinilega mjög skotinn í henni,“ segir hún um Dodi og lýsir honum sem karlmannlegum herramanni, ólíkum hinum dæmigerða Breta. „Mér fannst þau passa ágætlega saman,“ segir Díana.



Stílistinn Díana Bjarnadóttir á sterkar minningar um nöfnu sína prinsessuna sem hún óskaði góðrar ferðar til Parísar með Armani-dragt fyrir 25 árum.

MYND/ADSEND



Það var bara eins og einhver hefði kýlt mann í magann. Þetta var svo mikið sjokk.

Tónlistin þagnaði

„Ég fékk þann heiður að afhenda Díönu prinsessu gjöfina tveimur dögum fyrir ferðina þeirra og óska þeim góðrar ferðar til Parísar.“ Tveimur dögum seinna var Díana í leigubíl að næturlagi á leiðinni heim úr brúðkaupi á Kensington Hotel þegar tónlistin var rofin í útvarpinu vegna mikilvægrar fréttar.

„Ég var í hörkustuði þegar tónlistin stoppaði en við sem sátum í leigubílnum vorum öll frá Giorgio Armani og höfðum verið að dansa í brúðkaupi nóttina þegar atvikið gerðist í göngunum í París. Það var bara eins og einhver hefði kýlt mann í magann. Þetta var svo mikið sjokk.“

Díana segir að hún og vinnufélagar hennar, sem höfðu hitt prinsessuna og Dodi þrisvar í röð í versluninni örfáum dögum áður, hefði öll verið þess fullviss að hann myndi biðja prinsessunnar í þessari ferð.

Hún segir þau því öll hafa setið sem þrumu lostin í leigubílnum. Dofin, orðlaus og tárin hafi streymt. „Morguninn eftir var jafn erfiður,“ segir Díana og bætir við að það hafi haft mikil áhrif á hana að vera í London dagana á eftir þegar þjóðin sýndi sorg sína á torgum úti.

„Díana prinsessa var einstök kona, með öllu hrokalaus, mannleg, skemmtileg, brosandí. Mikill daðrari og með ótrúlega sterka útgeislun sem ég hef hvorki séð fyrr né síðar.“ ■

Ruðvalgur í útrás

toti@frettabladid.is

Íslenska roksveitin Chernobyl Jazz Club hefur gert samning við ítalska útgáfufyrirtækið Argonauta records um útgáfu og dreifingu á plötunni Grímulaust með áherslu á Bandaríkin og Evrópu.

„Þetta er spennandi og verður gaman að sjá hvort þetta opni einhverjar dyr fyrir okkur erlendis,“ segir trommarinn Hreiðar en fyrirtækið hefur starfað í tíu ár og sérhæfir sig í útgáfu á hörðu rokki.

Hljómsveitin gaf plötuna út sjálf stafrænt um mitt síðasta ár. Fyrsta lagið þeirra, Djazzklúbburinn, kom út í febrúar 2021 og féll að sögn Hreiðars vel í kramið hjá íslenskum rokkhundum þannig að því var fylgt eftir skömmu síðar með laginu Ruðvalgur sem söngkonan Amalía samdi um kvíða sinn og þunglyndi.

„Ruðvalgur er birtingarmynd



Fyrst tóku þau Reykjavík og nú á að taka heiminn í gegnum Ítalíu.

MYND/ADSEND

kvíða og þunglyndis og fjallar um hvernig þessar yfirþyrmandi tilfinningar geta heltekið fólk með skelfilegum afleiðingum,“ sagði Hreiðar við Fréttablaðið þegar lagið kom fyrst út og bætti aðspurður við að hljómsveitin sé þó alls ekkert þunglyndisband og beinn skyldleiki við samnefnt kjarnorkuver lítill.

Gero Lucisano, eigandi Argonauta, segir lög sveitarinnar hafa gripið hann tröllataki og hann hafi heillast gersamlega af einstöku andrúmsloftinu mettuðu hörðu rokki og einstökum sönghæfileikum Amalíu. Hann sé því stoltur af því að geta gefið stafrænu útgáfuna þeirra út í föstu formi á þessu ári. ■

AUGLÝSINGAÐEILDIR – AUGLÝSINGASTJÓRI: Guðmundur Örn Jóhannsson guðmundur@torg.is ALMENNAR AUGLÝSINGAR: SÍMI 550 5050: Andrés Bertelsen andres@frettabladid.is, Auður Hünfjörð audur@frettabladid.is, Reynir Elís Þorvaldsson reynir@frettabladid.is, Örn Geirsson orn@frettabladid.is FÖLK/SÉRBLÖÐ SÍMI 550 5078: Arnar Magnússon arnar@frettabladid.is, Jóhann Waage johannwaage@frettabladid.is, Jón Ívar Vilhelmsson jonivar@frettabladid.is, Ruth Bergsdóttir ruth@frettabladid.is FÖLK OG SÉRBLÖÐ EFNI: Elin Albertsdóttir elin@frettabladid.is RAÐAUGLÝSINGAR/FASTEIGNIR SÍMI 550 5056: Hrannar Helgason hrannar@frettabladid.is TÍMAMÓTA- OG ÞJÓNUSTAUGLÝSINGAR: SÍMI 550 5055: Arna Rut Kristinsdóttir arnarut@frettabladid.is

HAUSTPERLUR

vefuppbod á gæðaverkum 5. september



Þórarinn B. Þorláksson



Þorvaldur Skúlason



Davíð Örn Halldórsson



Kristján Davíðsson



Jóhannes S. Kjarval



Bragi Ásgeirsson



Karólína Lárusdóttir



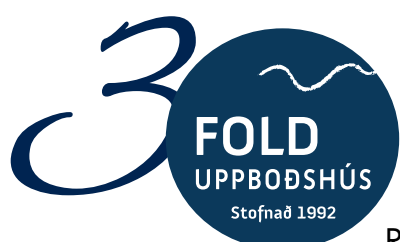
Kristín Gunnlaugsdóttir



Aðalheiður Eysteinsdóttir



Jóhannes S. Kjarval



Forsýning á verkunum alla helgina
hjá Fold uppbodshúsi og á vefnum uppbod.is

Opið laugardag og sunnudag kl. 12–16

Rauðarárstígur 12–14, sími 551 0400 · www.uppbod.is

Bakþankar

Jóhanna Vigdísar
Guðmundsdóttir

Fíflíð í speglinum

Eftir því sem fíflunum fjölgar í kringum okkur aukast líkurnar á að við sjálf séum fíflíð.

Amma á Snæbýli var vitur kona. Þegar einhver í fjöl-skyldunni var búinn að klúðra hressilega, bar sig aumlega og reyndi að kenna öðrum um sagði hún einfaldlega að hvert og eitt okkar yrði að liggja eins og við hefðum um okkur búið.

Í því fólst engin fordæming á persónum og leikendum – aðeins ábending um að ábyrgðin lægi hjá viðkomandi. Flest vandamál eru enda heimatilbúin, þau er best að leysa heima – og fíflíð er oftast í speglinum.

Vandamálín stækka eftir því sem völdin eru meiri – og hafa þá áhrif á stærri hóp fólks.

Stigvaxandi erfiðleikar við að viðurkenna mistök eru oftar en ekki í línulegu samhengi við völd. Þá upphefst gjarnan hringrás þar sem ný vandamál bíta í skottið á gömlum, endur-tekið.

Til að kynnast innri manni einhvers er skilvirkast að færa viðkomandi vald.

Vald til að hlutast til um fjár-magn, stefnu, velferð og stöðu annarra í samfélaginu. Það er nefnilega vandmeðfarið, valdið, og mörg falla í þá gildru að nota það til að hygla og hefna – og brenna um leið allar brýr að baki sér.

Erfiðasta verkefnið er stundum það einfaldasta; að vera almennileg manneskja, gera sitt besta, af heilindum, hugsa um hag heildarinnar.

Byggja brýr í stað þess að brenna.

Er ekki bara best að líta í spegil? ■

ÍÞRÓTTAVEISLA Á HRINGBRAUT

Í KVÖLD KL. 19.00

HK og Fjölnir mætast í Lengjudeild karla í knattspyrnu í beinni útsendingu. Strax eftir leik mætir Benni Bó í settið og ræðir íþróttavikuna sem leið.

HRINGBRAUT

5 STAR COLLECTION

CHANDON

NÝTT FRÁ SERTA – KOMDU OG PRÓFAÐU

Chandon er ný og glæsileg lína frá Serta þar sem hugsað er fyrir hverju smáatriði.

Chandon heilsurúmið er einnig hægt að fá með stillanlegum botnum og heilli yfirdýnu. Einnig fáanlegt í gráum lit. Einstaklega falleg hönnun þar sem þægindi og stuðningur veita þér þann svefn sem þú átt skilið.

SERTA CHANDON HEILSURÚM (dýna, botn, lappir og gafi) (Gafi er 20 cm breiðari en rúmið)

Stærð	Verð m/botni	Verð m/stillanlegum botni
160 x 200 cm	449.900 kr.	649.900 kr.
180 x 200 cm	484.900 kr.	679.900 kr.
180 x 210 cm	509.900 kr.	689.900 kr.
200x200 cm	524.900 kr.	739.900 kr.

WALK. HAPPY

KOSY INNISKÓR

Heilsuinniskórnir eru íslenskt hugvit. Nú svæða nuddinnlegg stuðla að slökun og vellíðan frá hvirfli niður í tær.

Nú 9.900 kr.

SILKIKODDAVER

Silkikodda-ver úr 100% Mulberry silki með koparögnum. Silki hjálpar að halda jöfnum líkamshita jafnt í kulda sem hita og er bæði mjúkt og nærandi fyrir húð og hár. 50x70 cm.

Nú 13.900 kr.

HORSENS HÆGINDASTÓLL

Einstakur rafdrifinn hægindastóll. Fæst í svörtu, gráu og koníaksbrúnu gæðaleðri.

Nú 269.900 kr.

LOLLY SVEFNSÓFI

Lolly er fáanlegur í ljósu- og dökkgráu slitsterku áklæði. Vönduð 18 cm. Þykk heilsudýna í stærðinni 140x190 cm.

Nú 289.900 kr.

SAMSO DÚNSÆNG

Vönduð dúnaseng. 100% lífræn bómull. Moskusdúnn, hitasprengdur og dauðhreinsaður. 140 x 200 cm.

Nú 45.900 kr.

FAXAFENI 5
Reykjavík
588 8477

DALSBRAUT 1
Akureyri
588 1100

SKEIDI 1
Ísafirði
456 4566

AFGREIÐSLUTÍMI
Mán.-fös. 11-18 | Lau. 11-16
www.betrabak.is

Verð og vöruupplýsingar í auglýsingunni eru birtar með fyrirvara um prentvillur.