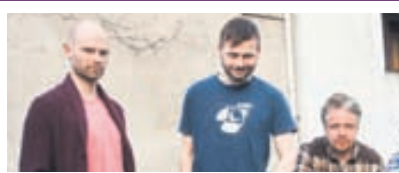




SKOÐUN Árni Páll Arnason segir boðaðar aðgerðir félagsmálaráðherra ekki nýttast þorra lífeyrispega. **24**



MENNING Helgi Rúnar Gunnarsson tónlistarmaður stígur á svið með Botnleðu í kvöld. **54**



SPORT Gunnar Steinn Jónsson telur sig eiga fullt erindi í íslenska landsliðið í handbolta. **48**

SPJALDTÖLVUR Í SUMARFRÍÐ

Lenco BARNATÖLVUR Í FLOTTUM LITUM
19.990
 TÖLVU LISTINN
 tl.is

FRÉTTABLAÐIÐ

Fimmtudagur
 27. júní 2013
 149. tölublað 13. árgangur
 Sími: 512 5000

MEST LESNA DAGBLAÐ Á ÍSLANDI*

FRÉTTIR



Kræsingar úr rabarbara

Sigurlaug Margrét Jónasdóttir er hætt að stela rabarbara úr annarra manna gördum. Nú rættar hún sjálf tröllasúruna og býr til margs konar kræsingar. **18**

Vilja vörn fyrir bullum Íbúar við Tröllakór í Kópavogi kvarta undan fólki sem horfir á fótþoltaleiki úr bílum sem lagt er í stæði íbúanna. **2**

Mikil óvissa um sæstreng Ráðgjafahópur segir Íslendinga geta grætt á bilinu 4 til 76 milljarða á ári á nýjum sæstreng. **8**

5,6 milljarða arður Framtaksjóður Íslands greiðir 5,6 milljarða í arð til eigenda sinna, lífeyrissjóða, banka og tryggingafélags. **22**



Bolungarvík	9°	S	11
Akureyri	12°	S	6
Egilsstaðir	13°	S	5
Kirkjubæjarkl.	10°	SA	6
Reykjavík	10°	SA	8

VÍÐA VÆTA Í dag verður yfirleitt sunnan 8-15 m/s, hvassast NV-til og rigning fyrst um landið SV-vert. Dregur úr vindi síðdegis. Hiti 8-15 stig. **4**

2 SÉRBLÖÐ

Konur á besta aldri | Fólki



Fyrstir til að ættleiða barn

Sindri Sindrason og eiginmaður hans eru fyrsta samkynhneigða parið hér á landi sem ættleiðir barn. Leið strax eins og hún væri okkar, segir Sindri. Hefðu fundið sér staðgöngumóður erlendis ef kerfið hér á landi hefði brugðist.

FÓLK „Um leið og hún kom til okkar í fóstur leið mér eins og hún væri okkar. Ættleiðingin tók rúmt ár að ganga í gegn, sem er reyndar methraði,“ segir Sindri Sindrason sjónvarpsmaður. Hann og eiginmaður hans eru fyrsta samkynhneigða parið hér á landi til að ættleiða barn. Lög um ættleiðingu samkynhneigðra tóku þó gildi hér á landi árið 2006.

Emilía Katrín, dóttir þeirra, kom til hjónanna í byrjun árs 2012, þá rúmlega þriggja ára. Hún er fjögurra og hálfis árs í dag. Sindri og eiginmaður hans höfðu sótt um að fá fósturbarn hjá barnaverndaryfirvöldum haustið 2011 og fengu samþykki eftir mikla og nákvæma skoðun á högum sínum.

„Þetta er strangt kerfi með mjög flottu og faglegu fólki, svo ekki sé talað um nákvæmu,“ segir Sindri. „Það liggur við að það sé skoðað í sokkaskúffuna hjá manni.“

Emilía á íslenska kynmóður og serbneskan kynföður. Sindri segist hafa mætt miklum skilningi af hálfu móðurinnar, sem býr erlendis. Faðirinn hefur aldrei verið inni í myndinni.

„Við fundum strax að móðirin vildi fyrst og fremst að Emilíu liði vel. Hún elskar hana augljóslega, skilur að hún geti ekki séð um hana og er sátt við umhverfið sem hún er komin í,“ segir hann. „Hún samþykkti ættleiðingu og þess vegna fór þetta svona fljótt í gegn.“

Emilía var búin að dvelja í einn



“Ef þetta hefði ekki gengið hér hefðum við farið til Indlands eða annað til að finna okkur staðgöngumóður.”

Sindri Sindrason

og hálfan mánuð á heimili fyrir fósturbörn þegar hún kom til hjónanna. Hún var þá á eftir í mál- og talþroska, sem og félagslega, en Sindri segir að með markvissri örvun og vinnu hafi hún nú náð jafnöldrum sínum í þroska.

„Það er ekki síst starfsfólkinu á

leikskólanum Laufásborg að þakka, sem er í alla staði frábært, og við gætum ekki verið ánægðari með Örtu Guðrúnu, Ásdísi og öll hin sem þar starfa,“ segir hann.

Spurður hvernig tilfinning það sé að vera meðal allra fyrstu samkynhneigðu paranna á Norðurlöndum til að fá að ættleiða barn segist Sindri aðallega vera hissa á því að fleiri hafi ekki farið í gegnum kerfið.

„Það er ekki auðvelt fyrir karlmenn í okkar stöðu að eignast börn,“ segir hann. „En sem betur fer ætla stjórnvöld að lögleiða staðgöngumæðrun. Ef þetta hefði ekki gengið hér hefðum við farið til Indlands eða annað til að finna okkur staðgöngumóður. Það er alveg ljóst.“



SAMKYNHNEIGÐIR FAGNA Mikil fagnaðarlæti brutust út víða í Bandaríkjunum í gær eftir að hæstiréttur landsins komst að þeirri niðurstöðu að bann við hjónavígslum samkynhneigðra væri andstætt stjórnarskrá. Þessir íbúar Vestur-Hollywood í Kaliforníuríki voru meðal þeirra sem syndu gleði sína á götum úti. **Sjá síðu 6**

Baltasar á Locarno-hátíðina: Búist við 8.000 gestum á frumsýningu 2 Guns

FÓLK „Þetta verður eins og rokk-tónleikar. Sýningin er úti, á torgi, og þar verða um það bil átta þúsund manns,“ segir Baltasar Kormákur, sem frumsýnir nýjstu kvikmynd sína, 2 Guns, á opunarhátíð hinnar árlegru Locarno-kvikmyndahátíðar 7. ágúst.



BALTASAR KORMÁKUR

„Þetta er náttúrulega alveg svakalega gaman. Þetta er ein af stóru hátíðunum í Evrópu, ásamt kvikmyndahátíðinni í Cannes, í Berlín og fleirum,“ segir Baltasar.

Fyrsta leikstjóraverkefni Baltasars Kormáks, 101 Reykjavík, var valið til þátttöku í keppni kvikmyndahátíðarinnar árið 2000.

- ósk / sjá síðu 54

Geislafræðingar á LSH ganga út nema umtalsverð launahækkun komi til:

Grunnlaunahækkun í veginum

HEILBRIGÐISMÁL Geislafræðingar á Landspítalanum (LSH) ætla að ganga út 1. ágúst nema umtalsverð hækkun launa komi til.

Katrín Sigurðardóttir, formaður Félags geislafræðinga, segir það hafa legið í loftinu síðastliðna fimm mánuði að á milli 40 og 50 geislafræðingar kveðji LSH 1. ágúst. Hún segir að viðræður síðustu vikna og mánaða hafi skilað nokkrum árangri. „Við



KATRÍN SIGURÐARDÓTTIR

segist ekki ráða við,“ segir Katrín.

sjáum til lands með sum mál en aðalatriðið er hækkun á grunnlaunum, og þar skilur á milli. Geislafræðingar vita hvað þeir vilja en það er nokkuð sem spítalinn

Hópurinn sagði upp í febrúar og áttu uppsagnirnar að taka gildi 1. maí. Fresturinn var framlengdur til 1. ágúst. „Við viljum umtalsverða grunnlaunahækkun. En ég vil ekki nefna tölu í því sambandi,“ segir Katrín en staðfestir að það sé meiri hækkun en þau 4,8% sem jafnlauna-átak fyrir ríkisstjórnar gerði ráð fyrir til handa kvennastéttum á heilbrigðisstofnunum.

- shá

Lóritin 10 mg
 10, 30 og 100 stk pakning fæst án lyfseðils í næsta apóteki
 Actavis

OPIÐ 24 TÍMA
 Nú er opið allan sólarhringinn í Engihjalla
 Iceland

Útsölu brjálæði
 Góð tilboð og frábær afsláttur.
 Opið til kl. 21 í kvöld
 Smáralind

SPURNING DAGSINS



En María, er ekki fall fararheill?

„EKKI ef maður hefur fengið lán frá LÍN.“

María Rut Kristinsdóttir er formaður Stúdentaráðs Háskóla Íslands. Hún hefur gagnrýnt áform stjórnar LÍN um hertar námskröfur. Falli nemandi í áfanga fær hann ekki útgreidd námslán eða situr uppi með fyrirframgreidd lán sem þarf að greiða af strax.

Talinn hafa brotist inn víða og í tvígang haft uppi kynferðislega tilburði:

Dæmdur níðingur aftur í haldi

LÖGREGLUMÁL Dæmdur kynferðisbrotamaður situr nú í gæsluvarðhaldi, grunaður um að hafa brotist inn á nokkur heimili í Þingholti og Kópavogi og í tveimur tilvikum haft uppi kynferðislega tilburði við unglingsstúlku og unga konu. RÚV greindi frá málinu í gærkvöldi.

Maðurinn hlaut árið 2009 fjögurra ára fangelsisdóm fyrir að brjótast inn í hús að næturlagi og brjóta kynferðislega gegn fimm ára stúlku.

Sakaferill hans nær aftur til

ársins 2000. Árið 2004 fékk hann tveggja ára fangelsisdóm fyrir að fara í tvígang inn á heimili í leyfisleysi og nema í annað skipti á brott fjögurra ára stúlku sem svaf í rúmi sínu. Árið áður fékk hann níu mánaða dóm fyrir að ráðast á konu á salerni veitingahúss, berja höfði hennar margsinnis við vegg, draga niður um hana buxurnar og kafa á kynfærum hennar.

Málið nú kom upp þegar hús-ráðendur hringdu í lögreglu vegna manns sem var kominn

Skipti um nafn

Maðurinn sem um ræðir er 45 ára gamall og hét Jóhann Sigurðarson síðast þegar hann fékk refsisdóm. Fram kom í fréttum RÚV í gær að hann hefði nú skipt um nafn.

inn á heimili þeirra. Kom þá í ljós að sams konar atvik höfðu fimm sinnum átt sér stað annars staðar stuttu áður. -sh

Forsetinn á fund kanslara:

Merkel lofaði endurreisnina

BERLÍN, FRÉTTABLAÐIÐ Angela Merkel, kanslari Þýskalands, fór lofsamlegum orðum um endurreisn íslensks efnahagslífs á fundi með Ólafi Ragnari Grímssyni, forseta Íslands, í gærmorgun. Merkel lýsti jafnframt áhuga á að sækja Ísland heim.

Ólafur Ragnar sagði fundinn hafa verið árangursríkan. Mestur tími hefði farið í umræður um norðurslóðir. Merkel sagðist sjá mikla möguleika á samvinnu við Ísland á þessum sviðum. -hks



Í ÓSLÓ Nýjar tölur hagstofunnar í Noregi sýna að atvinnuleysi er 3,5%.

Norskar atvinnuleysistöður:

3,5 prósent án vinnu í vor

NOREGUR Atvinnuleysi í Noregi mældist 3,5 prósent að meðaltali frá mars fram í maí í ár. Þetta kemur fram í hagtölum og Aftenposten segir frá.

Þetta er eilítið minna atvinnuleysi en búist var við, en þetta samsvarar því að um 95.000 manns séu án atvinnu.

Frá áramótum hefur atvinnulausum í Noregi fækkað um 2.000 og á sama tíma hefur fjölgað um 9.000 manns á vinnumarkaði. -þj

Snowden fastur í Moskvu:

Langt í ákvörðun í Ekvador

EKVADOR, AP „Það tók okkur tvo mánuði að taka ákvörðun í máli Assange, svo þið skulið ekki búast við því að við verðum neitt fljóttari að taka ákvörðun í þetta skiptið.“

segir Ricardo Patino, utanríkisráðgjafi Ekvadors.

Hann staðfesti í vikunni að bandaríski uppljóstrarinn Edward Snowden hefði sótt um hæli í Ekvador.

Snowden flaug frá Hong Kong til Moskvu um síðustu helgi, en situr enn á flugvælinum, þar sem hann fer leynt. -gb



EDWARD SNOWDEN

40% vilja viðræðuslit:

Helsingur vill klára viðræður

SKODANAKÖNNUN Rétt tæplega hellingur þjóðarinnar vill klára aðildarviðræður við Evrópusambandið samkvæmt nýrri könnun Capacent. Um 40% vilja slíta viðræðum.

49,6% sögðust vilja klára viðræðurnar, 41,1% sagðist vilja slíta viðræðunum og 9,3 prósent sögðust hlutlaus.

Um er að ræða netkönnun sem var unnin af Capacent fyrir samtökin Já Ísland dagana 13.-24. júní. Úrtakið var 1.450 manns. Fjöldi svarenda var 872, sem þýðir 60% svarhlutfall.

Hlutfall þeirra sem vilja klára viðræðurnar er hæst meðal þeirra sem hafa háskólaþróf; 63% þeirra vilja klára viðræðurnar en 30% slíta þeim. -þþ

Vinakot vill sætta sjónarmið:

Starfsemi Vinakots í óvissu

SKIPULAGSMÁL Bjarki Jóhannesson, skipulagsfulltrúi Hafnarfjarðar, telur að starfsemi Vinakots, vistun unglinga með hegðunarvanda, samræmist ekki aðalskipulagi bæjarins. Málið snýst um hvort um stofnun sé að ræða. Almennt eiga þær ekki heima á íbúðasvæðum, að mati Bjarka.

Forsaga málsins er að íbúar kvörtuðu til bæjaryfirvalda yfir atvinnustarfsemi í húsinu. Rekstraraðilar Vinakots segja öll tilskilin leyfi til staðar fyrir starfsemi og vilja leysa málið með nágrönnum sínum.

Eigandi hússins kveðst ánægður með að hafa getað útvegað Vinakoti húsnæði en sagði í viðtali við fréttastofu Stöðvar 2 að húsið færi í hendur nýrra eigenda í haust. Því væri margt sem skapaði óvissu um framtíð Vinakots. -hp, shá



DAUFHEYRAST Fótballaáhorfendur hirða ekki um ábendingar íbúa og leggja í innkeyrslu Tröllakórs 5-7 og loka fyrir aðkomu að bílageymslu fjölþýlishússins.



BESTU SÆTIN Útsýnið er gott yfir fótballavöllinn í Kórnum af lóð Tröllakórs 5-7.

MYND/ÍBÚAR TRÖLLAKÓRS 5-7.

Bærinn verji íbúana fyrir fótboltabullum

Íbúar við Tröllakór í Kópavogi kvarta mjög undan fólki sem horfir á fótballaleiki úr bílum sem lagt er á stæðum íbúanna og neitar að fara jafnvel þótt það loki aðgangi að bílageymslu. Bærinn þurfi að verja þá með því að loka útsýninu með trjám.

FÓLK „Dónaskapurinn sem við höfum lent í er alveg ótrúlegur,“ segir Brynjar Þór Sumarliðason, einn íbúa í Tröllakór 5-7, sem leita nú ásjár Kópavogsbæjar vegna mikils ágangs áhorfenda á fótballavellinum við Kórinn.

Brynjar segir svo hátta til í Tröllakór 5-7 að gott útsýni sé yfir fótballavöll Kórsins þar sem innkeyrsla á lóðinni sveigi að bílskýli fjölþýlishússins. Áhorfendur sem nenni ekki að standa úti leggi margir bílum sínum hist og her og fylgist þaðan með leikjum. Sumir skilji bílana eftir og standi við völinn. Íðulega sé lokað fyrir aðkomu að bílageymslunni.

„Það fer ekki fram hjá neinum að þetta er einkalóð og sumir sjá strax að sér en aðrir rífa bara kjaft,“ segir Brynjar um viðtökurnar sem

íbúarnir fá þegar þeir reyna að stugga við áhorfendahópnum í bílunum. Íðulega sé lögregla kölluð til og þá hafi sig loks allir á brott.

Brynjar segir að börn séu í slyshættu, gróður að skemmast, umferð um innkeyrsluna hindruð og að háreysti fylgi bílflautum. Íbúarnir hafi leitað til íþróttafélaganna, sem hafi tekið þeim af skilningi, en allt hafi komið fyrir ekki.

„Þetta hefur magnast mikið og farið út fyrir öll mörk. Okkur finnst nóg komið,“ segir Brynjar.

Í bréfi til bæjaryfirvalda óska íbúarnir eftir því að bærinn gróðursetji grenitré við lóðarmörkin svo útsýnið yfir fótballavöllinn hverfi – og vonandi þar með líka yfiringangur áhorfendanna í bílunum. Með bréfinu fylgja myndir

Sumir sjá strax að sér en aðrir rífa bara kjaft.

Brynjar Þór Sumarliðason viðskiptafræðingur

af bílum áhorfendanna í innkeyrslunni, meðal annars af bíl eins þjálfara sem íbúarnir segja „þverskallast“ við að vera góð fyrirmynd. Þjálfarinn sagðist í samtali við Fréttablaðið ekkert vilja segja um málið.

„Þegar við biðjum fólk sem situr í bílunum að færa bíla sína þá mætir okkur í langflestum tilfellum ekkert nema dónaskapur og fúkyrðaregn,“ segir í ákalli íbúanna sem orðið hefur til þess að fundi hefur verið komið á með fulltrúum þeirra og bæjarins.

gar@frettabladid.is

Kolvetnaskert, próteinríkt og fitulaust



Tvær nýjar bragðtegundir af Skyr.is

Skyr.is

Fáum ekki atkvæðisrétt nema bæði kyn skipi Íslandsdeild Evrópuráðsþingsins:

Vilji allra að fara að reglum

EVROPUMÁL Íslandsdeild Evrópuráðsþingsins verður svipt atkvæðisrétti á næsta þingi verði kynjahlutföllum ekki breytt. Nefndin fær þó að ljúka sumarþinginu, sem nú fer fram í Strassborg, með óbreyttri skipan.

Ógmundur Jónasson, einn nefndarmanna, segir þetta vissulega óheppilegt fyrir Ísland. Það sé þó lítið sem nefndarmenn sjálfir hafi getað gert, ákvörðunin hafi verið Alþingis.

„Það eru þingflokkarnir sjálfir sem sjá um tilnefningarnar og það fór því miður svo að fulltrúarnir voru allir karlar. En ég held að það sé að sjálfsögðu vilji allra að fara eftir settum reglum.“

Í vikunni gerði hópur þingmanna alvarlegar athugasemdir við skipan Íslandsdeildarinn-



ÓGMUNDUR JÓNASSON

ar sem samræmist ekki reglum um kynjakvóta. Þingskapa- og stofnana-nefnd Evrópuráðsþingsins ályktaði í kjölfarið um Íslandsdeildina.

Íslensku nefndina skipa þrjú þingmenn, þeir Brynjar Nielsson, Ógmundur Jónasson og Karl Garðarsson. Tvær konur eru varamenn og því ekki viðstaddir þingið sjálft.

Spurður hvort ekki hefði verið eðlilegast í stöðunni að taka inn varamann sagði Ógmundur: „Það má svo sem alveg spyrja að því. Minn varamaður er reyndar líka karl svo fyrir mitt leyti hefði það haft frekar lítið að segja.“

Íslendingar á meðal stofnþjóða ráðsins

Evrópuráðið var stofnað 5. maí árið 1949 í kjölfar hörmunga heimsstyrjaldarinnar síðari. Íslendingar hafa allt frá upphafi tekið virkan þátt í starfsemi Evrópuráðsins, sem staðsett er í Strassborg.

Þetta er gert til þess að tryggja jafna ákvarðanatöku beggja kynja í málefnum Evrópuráðsins.

Þá sagði Horst Schade, skrifstofustjóri þingsins, í samtali við fréttastofu að öllum aðildarríkjum ætti að vera ljóst hvernig reglurnar eru og að sér þættu þessi mistök Íslandsdeildarinnar frekar til þess fallin að rýra trúverðuleika hennar. -mlp



ÚTSALA
HEFST Í DAG

OPÍÐ TIL 21 Í KVÖLD

Kringlan

kringlan.is
facebook.com/kringlan.is

AF ÖLLU HJARTA

SVONA ERUM VIÐ



STÚLKUBARN FÆTT Á ÍSLANDI ÁRIÐ 2011 GETUR VÆNST PESS AÐ VERÐA 84,1 ÁRS. STRÁKAR FÆDDIR ÁRIÐ 2011 GETA VÆNST PESS AÐ VERÐA 80,7 ÁRA.

Á fimm árunum frá 2006 til 2011 jukust lífslíkur íslenskra kvenna og íslenskra karla um 1,2 ár.

Heimild: Eurostat

Nautabóndi neitaði því að bera kostnað vegna truflana á símalínu: Þarf að færa rafmagnsgirðingu

FJARSKIPTI Nautgripabóndi einn á Vestfjörðum þarf að bera kostnaðinn af því að breyta uppsetningu rafmagnsgirðingar á landareign sinni, að mati Póst- og fjarskipta- stofnunar (PFS), en girðingin hefur um árabíl valdið truflunum á símsambandi á nærliggjandi bæjum.

Í frétt á vef PFS segir að truflanirnar hafi lýst sér í smellum sem hafi gert símtöl illmöguleg auk þess sem þær hafi átt það til að hægja á eða stöðva nettengingu.

Við skoðun PFS og Mílu, eiganda

kerfisins, kom í ljós að girðingin, sem liggur samsíða símalínunni á kafla, er sannanlega truflana- valdurinn.

Til að bætt verði úr þarf að færa girðinguna á 3,2 kílómetra kafla og áætla eigandi girðingarinnar að breytingin muni kosta rúma milljón króna. Hvorki hann né Míla voru tilbúin að taka þátt í kostnaðinum.

PFS skar hins vegar úr um að samkvæmt lögum bæri eiganda rafvirkis sem truflar fjarskipti að

3,2 kílómetra af rafmagnsgirðingu þarf að færa og telur eigandinn það munu kosta rúma milljón króna.

bera kostnað af úrbótum. Fær viðkomandi því frest til 8. júlí næstkomandi til að bæta úr. Ella er hægt að beita hann dagsektum, eða láta rjúfa straum á girðingunni. -þj

Stofna minningarsjóð: Mál sem voru Hemma kær

FÓLK Til stendur að stofna minningarsjóð í nafni Hemma Gunn. Þetta verður gert til að styðja við þau málefni sem honum voru kærast. „Hann var aldrei að sækjast eftir auðæfum en hann var víða í tengslum við hjálparstarf. Hann lagði til dæmis baráttumálum til kaupa á hjarta- tækjum fyrir Landspítalann og unglingadeild SÁÁ lið,“ sagði Halldór Einarsson, einn nánasti vinur Hemma, í samtali við Bylgjuna í gær.

-þþ



LENTU Á SLÉTTU Wang Yaping, eina konan í hópnum, bar sig vel þegar henni var hjálpað út úr geimfarinu Shenzhou-10 í Innri-Mongólíu í gær. NORDICPHOTOS/AFP

Lengstu mönnumu geimferð Kínverja lauk í gær:

Farsæll endir á 15 daga ferðalagi

KÍNA Lengstu mönnumu geimferð Kínverja lauk farsælega í gær þegar geimfararnir þrjú lentu heilu og höldnu á sléttu í héraðinu Innri-Mongólíu nyrst í Kína.

Ferðalangarnir þrjú dvöldu úti í geimi í fimmtán daga og komu á leiðinni við í geimtilraunastofu Kínverja, þar sem eina konan í hópnum, Wang Yaping, hélt fyrirlestur um fjarfundarbúnað fyrir börn á jörðu niðri. Kínverjar stefna að því að koma sér upp sinni eigin geimstöð árið 2020 og er ferðin álitin mikilvægur þáttur í því. -sh

Óttast að ríkið klippi á heimtaug að Furu

Fyrirverandi oddviti sjálfstæðismanna í Hafnarfirði hefur stefnt hinu opinbera, sem hyggst klippa á heimtaug úr spennustöð að brotajárnsvinnslu hans í bænum. Hann segir aðganginn að stöðinni hafa fylgt með kaupunum fyrir þrjátíu árum.

DÓMSMÁL „Mér finnst helvíti hart ef Alþingi getur sett lög og tekið eigur manna og menn eigi bara að brosa og smæla,“ segir Haraldur Þór Ólason, fyrirverandi oddviti Sjálfstæðisflokksins í Hafnarfirði, sem rekur þar brotajárnsvinnsluna Furu og hefur nú stefnt hinu opinbera vegna nýrra raforkulaga frá árinu 2004.

Haraldur segir málið eiga rætur að rekja til loka níunda áratugar síðustu aldar, þegar hann keypti þrotabú Íslensku stálsmiðjunnar í Hafnarfirði. Í þeim kaupum hafi fylgt spennustöð og tuttugu megavatta heimtaug úr Hamranesi beint inn á dreifikerfið sem nú er í eigu Landsnets. Þá tengingu hefur Haraldur notað í brotajárnsvinnslu sína síðan.

„Árið 2004 setti Alþingi svo ný raforkulög sem sögðu að það væri engum heimilt að vera tengdur beint inn á Landsnet nema hann væri stórnotandi,“ segir Haraldur. Það hafi hann ekki verið og því hafi Orkustofnun ætlað að rjúfa tenginguna.

„Ég mótmælti, taldi að þetta væri eignaupptaka,“ segir hann. Síðan hafi hann staðið í stappi við yfirvöld, fyrst gegnum iðnaðar- ráðuneytið og nú fyrir dómstólum eftir að hann stefndi Orkustofnun, fjármála- og efnahagsráðuneytinu og Landsneti til ógildingar þeirri ákvörðun Orkustofnunar að klippa skyldi á taugina.



RAFMAGNSLAUST Í BRÁÐ? Brotajárnsvinnslan Fura við Hringhellu í Hafnarfirði verður kannski rafmagnslaust á næstunni ef dómstólar ákveða að Orkustofnun skuli klippa á heimtaugina. FRÉTTABLAÐIÐ/ARNPÓR

„Við viljum halda þessari tengingu þarna. Við erum með stóra lóð og þetta eykur verðmæti hennar, og ef það er ekki hægt þá viljum við að það komi einhverjar bætur til,“ segir Haraldur. „Alþingi getur sett lög en það getur ekki sett lög afturvirk. Ég var búinn að eiga þessa heimtaug og nota

hana í fjórtán ár þegar Alþingi setti lögin.“

Haraldur segir að ef honum yrði gert að tengja sig inn á dreifikerfi HS Orku þá mundi það kosta hann 30 til 40 milljónir. „Skilaboðin til mín eru að ég eigi bara að borga þetta sjálfur og sjá um þetta.“ Það geti hann hins vegar ekki sætt sig við.

„Það er ansi hart að þurfa að standa í svona slag vegna þess að einhverjum embættismanninum dettur eitthvað í hug,“ segir Haraldur. Mál hans var tekið fyrir í Héraðsdómi Reykjavíkur á þriðjudag. stigur@frettabladid.is

Minna fylgi við ríkisstjórnina

KÖNNUN Stuðningur við ríkisstjórnina hefur minnkað um fjögur prósentustig síðan í upphafi mánaðar, úr 59,8 prósentum í 55,8 prósent, samkvæmt nýrri könnun MMR.

Fylgi Sjálfstæðisflokksins mælist nú 27,3 prósent borið saman við 28,2% í síðustu mælingu, Framsóknarflokkurinn fer úr 21,2 prósentum í 19,9, Samfylkingin hækkar úr 11,7 prósentum í 13,0 og Björt framtíð úr 11,2 prósentum í 12,5. Vinstri græn mælast með 12,4 prósentu fylgi, borið saman við 13,8 í síðustu mælingu en Píratar fara úr 6,6 prósentum í 8,1. Allar breytingar á fylgi flokka eru innan vikmarka. -sh

Fjölgun vinnandi manna: Minna atvinnuleysi en í fyrra

ATVINNUMÁL Atvinnuleysi var 7,4 prósent í maí og hefur minnkað um 1,6 prósentustig á milli ára. Þetta kemur fram í Vinnumarkaðsrannsókn Hagstofu Íslands sem framkvæmd var nú í júní. Rannsóknin nær yfir fimm vikna tímabil, frá 29. apríl til 2. júní 2013.

Í maí á síðasta ári mældist atvinnuleysi 8,8 prósent og hafði þá ekki mælst lægra í maí síðan það mældist 4,3 prósent árið 2008.

Ef lítið er til þróunar síðustu 12 mánaða sést að fólki á vinnumarkaði hefur fjölgað um 3,5 prósent, atvinnulausum fækkað um 9,2 prósent. Atvinnuleysi hefur því lækkað umtalsvert frá því að það var hæst fyrir hrún en í maí 2010 mældist atvinnuleysi 11,9 prósent. -ne

VIÐ ÞEKKJUM TILFINNINGUNA

CINTAMANI
WWW.CINTAMANI.IS

Veðurspá

Gildistími korta er um hádegis

SKÚRIR Í KVÖLD Það dregur smám saman úr vindi er líður á daginn en hins vegar má búast við vætu víða um land síðdegis. Skúrir vestan til í kvöld og víða á morgun en síst suðaustanlands. Lítur út fyrir litla úrkomu um helgina.

Alicante 25°	Billund 18°	Gautaborg 17°	London 19°	Orlando 31°	San Francisco 22°
Basel 18°	Frankfurt 18°	Kaupmannahöfn 17°	Mallorca 25°	Ósló 18°	Stokkhólmur 21°
Berlín 17°	Friedrichshafen 16°	Las Palmas 26°	New York 27°	París 21°	

Elísabet Margeirsdóttir veðurfréttamaður

Útsölu brjálæði

Góð tilboð
og frábær
afsláttur.

Opið til
kl. 21
í kvöld

Útsalan er hafin hjá okkur!

Komdu og gerðu góð kaup fyrir alla fjölskylduna og heimilið.
Fullt af flottum vörum með góðum afslætti.

Kíktu við.



 Smáralind

VEISTU SVARIÐ?



1. Hvað heitir forseti Þýskalands?
2. Hver leikstýrir myndinni „Paris norðursins“?
3. Hvaða leikmaður karlalíðs Stjórnunnar var nýlega dæmdur í tveggja leikja bann fyrir brot í leik?

SVÖR:
1. Joachim Gäuck 2. Hafssteinn Gunnarsson 3. Veigar Páll Gunnarsson

Skiptastjóri Baugs telur ekkert til Jóns Ásgeirs Jóhannessonar að sækja án stjórnendatryggingar: Hætt við fimmtán milljarða skaðabótamál

DÓMSMÁL Skiptastjóri Baugs féll í gær frá fimmtán milljarða skaðabótamáli á hendur Jóni Ásgeiri Jóhannessyni sem höfðað var vegna viðskiptanna með Haga sumarið 2008.

Ástæðan er sú að í nóvember var máli skiptastjórans gegn þremur erlendum tryggingafélögum vísað frá dómi. Þau höfðu selt Baugi tryggingar sem áttu að



JÓN ÁSGEIR JÓHANNESSON

bæta tjón sem stjórnendur kynnu að valda. Þegar skiptastjóranum Erlendi Gíslasyni varð ljóst að ekkert yrði úr málsókn á hendur tryggingafélögum ákvað hann að hætta við málið, enda sá hann ekki fram á að geta sótt neitt sem heit-
ið gæti til Jóns Ásgeirs sjálfs, að hans sögn. Fréttablaðið sagði fyrst

frá málinu sumarið 2011. Það snerist um það þegar Hagar voru seldir frá Baugi til 1998 ehf. í lok júní 2008, í fléttu sem kölluð var Project Polo. Fimmtán milljarðar

af söluverðinu fóru beint í það að kaupa hlutabréf í Baugi af fjórum félögum, sem öll voru í eigu stjórnarmanna Baugs.

Skiptastjórinn leit svo á að bréfin í Baugi hefðu þá verið verðlaus og Jón Ásgeir hefði komið verðmætum frá félaginu í vasa sjálfs sín og sér nákominna.

Jón Ásgeir mótmælti þessu og sagði að Baugur hefði engu tapað á viðskiptunum. -sh

FRÉTTABLAÐIÐ 15. JÚNÍ 2011

Skiptastjóri Baugs krefur Jón Ásgeir um fimmtán milljarða

Jón Ásgeir Jóhannesson sagður hafa misnotað Skaðabótamál höfðað vegna svofenndrar Project Polo-fléttu. Jón Ásgeir Jóhannesson sagður hafa misnotað Skaðabótamál höfðað vegna svofenndrar Project Polo-fléttu. Jón Ásgeir Jóhannesson sagður hafa misnotað Skaðabótamál höfðað vegna svofenndrar Project Polo-fléttu.



Samkynhneigð pör fá sömu réttindi

Hæstiréttur Bandaríkjanna hefur kveðið upp tvo tímamótaúrskurði í málum er varða réttindi samkynhneigðra. Dómstóllinn hafnaði því að samkynhneigð hjón nytu minni réttinda en gagnkynhneigð en tók ekki afstöðu til banns í Kaliforníu.

BANDARÍKIN Barack Obama Bandaríkjaforseti fagnaði í gær niðurstöðu Hæstaréttar Bandaríkjanna, sem nam úr gildi lög frá 1996 er fela í sér mismunum gagnvart samkynhneigðum pörum sem gengið hafa í hjónaband.

Hann sagðist þegar hafa falið Eric Holden, dómsmálaráðherra ríkisstjórnar sinnar, að sjá til þess að lög einstakra ríkja Bandaríkjanna gangi ekki gegn þessari niðurstöðu dómstólsins.

„Megináhrif laganna felast í því að sum þeirra hjónabanda sem ríkisvald hefur lagt blessun sína yfir eru skilgreind sérstaklega og látin hafa minna gildi en önnur,“ segir í úrskurðinum, sem fimm af níu dómurum Hæstaréttar stóðu að.

Það var Bill Clinton, þáverandi Bandaríkjaforseti, sem árið 1996 undirritaði „Lög um vernd hjónabandsins“, sem kváðu á um að einungis gagnkynhneigð hjón gætu notið þeirra félagslegu réttinda sem veitt eru hjónum í alríkislögum.

Clinton hefur síðar skipt um skoðun og studdi nú, ásamt flokksbróður sínum, Barack Obama forseta, eindregið afnám laganna.

Í hinu málinu, er einnig varðar hjónabönd samkynhneigðra, forðaðist dómstóllinn að taka afstöðu til þess hvort bann við hjónaböndum samkynhneigðra, sem íbúar í Kaliforníu samþykktu í atkvæðagreiðslu árið 2008, stæðist stjórnarskrána. Hins vegar lét Hæstiréttur úrskurð undirréttar í Kaliforníu í málinu standa óhreyfðan, en undirrétturinn hafði ógilt bannið.

Alls hafa tólf af ríkjum Bandaríkjanna ásamt höfuðborginni Washington leitt hjónabönd sam-



ENN EINN SIGURINN Samkynhneigðir og stuðningsmenn þeirra fagna innilega fyrir framan byggingu Hæstaréttar Bandaríkjanna í Washington. NORDICPHOTOS/AFP

Kosningaréttur minnihluta í uppnámi

Á mánudaginn felldi Hæstiréttur Bandaríkjanna úr gildi lykílkvæði í lögum, sem sett voru árið 1965 til að tryggja minnihlutahópum óskoradan kosningarétt. Með þessum lögum var þeim ríkjum Bandaríkjanna sem höfðu mismunað fólki eftir litarhætti í kosningum gert skylt að fá samþykki alríkisstjórnvalda til þess að geta breytt kosningalögum sínum. Í fjórðu grein laganna var að finna viðmiðunarreglur um það hvaða ríki Bandaríkjanna þyrftu að sæta þessu.

Það var þessi fjórða grein sem Hæstiréttur taldi ekki lengur standast stjórnarskrá Bandaríkjanna. Ógilding hennar þýðir að nú verða andstæðar fylkingar á Bandaríkjaþingi að koma sér saman um ný viðmið.

Mikill fjandskapur ríkir á milli repúblikana og demókrata, þannig að ólíklegt þykir að þeir eigi auðvelt með að ná samkomulagi um þetta mál frekar en önnur. Af þeim sökum óttast margir að úrskurður Hæstaréttar hafi í reynd sett kosningarétt minnihlutahópa í uppnám.

kynhneigðra í lög. Að auki gengu þúsundir samkynhneigðra para í Kaliforníu í hjónaband þann til-
tölulega stutta tíma sem það var leyfilegt þar.

Búist er við því að Kaliforníubúar muni strax í næsta mánuði reyna að fá því framgengt að hjónabönd samkynhneigðra verði lögleidd þar á ný. gudsteinn@frettabladid.is

GÖNGUFERÐIN HEFST Í EVEREST

Vango Göngutjald Tempest 200 2,9 kg - 5000mm vatnsheldni
Tilboð 31.995

Vatnsheldar Cargo töskur frá Vango 45 - 120L verð frá
8.995

Vango Venom 300 dúnpoki, 900gr
Tilboð 34.995

Vango bakpoki-Transalp 30L
Tilboð 15.995

20% afsláttur af Mammut fatnaði
-20%

Vango og Mammut göngudýnur Verð frá
6.995

Göngustafir frá
6.995

Margar gerðir af primusum Verð frá
4.995

Allir gönguskór með 20% afslætti
-20%

EVEREST

FERÐA- OG ÚTIVISTARVERSLUN
Skeifunni 6 · Sími 533 4450 · www.everest.is
PERSÓNULEG ÞJÓNUSTA, FAGLEG RÁÐGJÖF

Tvö flöskuskeyti frá sama manningnum finnast við strendur Íslands: Lýst eftir skeytaóðum skipverja

FÓLK Tvær íslenskar konur hafa fundið flöskuskeyti frá sama danska manningnum nú í júnímánuði. Skeytin fundust bæði á vestanverðu landinu en Breiðafjörður skilur skeytin að.

Jørgen Sønderkær, danski skipverjinn sem sendi flöskuskeyti 200 mílum vestur af Orkneyjum fyrir sjö árum, ætlaði sér greinilega að einhver myndi þá. Þetta segir Steinunn Rán Helgadóttir en hún fann flöskuskeyti frá honum í byrjun júní er hún gekk í fjór-
unnni við Sellátranis í Patreksfirði.

Fréttablaðið greindi frá því í gær að ung kona hefði gengið fram á

flöskuskeyti í fjöru á Snæfellsnesi, en það var frá Sønderkær. Stein-
unni brá því í brún þegar hún fletti Fréttablaðinu í gærmorgun. „Ég hef geymt skeytið í dagbókinni minni og fór um leið og athugaði hvort þetta væri ekki eins,“ segir hún.

„Ég sendi manningnum línu í byrjun júní en hef ekki fengið svar.“ Hún segist hafa reynt að hafa uppi á Sønderkær en hann sé ekki á Facebook. „Mér datt í hug að þeir sem kynnu að leita í dönskum símaskráum gætu fundið hann. Nú, ef hann er þá ennþá til.“ -ne

FRÉTTABLAÐIÐ 26. JÚNÍ 2013



Undirbyr bréfaskeyti við danskan sjómann



VIÐÍS UNA Steinunn móðir hennar fann flöskuskeyti.

ÚTSALA

GERÐU FRÁBÆR KAUP!

40%

TIL

70%

AFSLÁTTUR



OPIÐ

allan sólarhringinn
Garðabær, Skeifan
& Eiðistorg

og á Akureyri
í sumar!

HAGKAUP

Ein ferð betra verð

Felldi fjórtán furutré: Gert að greiða 20 milljónir

NOREGUR Sumarbústaðareigandi í Søgne fyrir utan Kristiansand í Noregi verður að greiða 800 þúsund norskra króna í bætur og 140 þúsund krónur í málskostnað, jafngildi um 20 milljóna íslenskra króna, fyrir að hafa felld 14 furutré án leyfis. Trén felldi hann til þess að tryggja sér betra útsýni frá bústaðnum sínum.

Samtök sumarbústaðaeigenda á svæðinu höfðu einkamála og kröfðust bóta, að því er greint er frá í norskum fjölmiðlum. - ibs

Forsetahjónin í veislu hjá forseta Pýskalands: Væri mikil ánægja að fá Ísland í ESB

PÝSKALAND „Það væri okkur mikil ánægja að geta boðið Ísland velkomið sem hluta af Evrópusambandinu.“ Þetta sagði Joachim Gauck, forseti Pýskalands, í borðræðu sinni í hátíðarkvöldverði með forseta Íslands í fyrirkvöld.

Gauck sagði Pýskaland hafa stutt aðild Íslands „af fullum þunga“. Hann tók þó fram að hann vissi að Íslendingar væru klofnir í afstöðu sinni til ESB-aðildar og að fram

undan væri ákvörðun um framhald viðræðnanna.

Í niðurlagi sagðist Gauck vonast til þess, hvernig sem ákvörðun ríkisstjórnarinnar yrði, að haldið yrði áfram uppbyggilegu samstarfi við Ísland, „hvort sem það verður undir formerkjum aðildar að Evrópusambandinu eða sem áframhaldandi samstarf innan núverandi ramma evrópska efnahags-svæðisins.“ - þj



Á GÓÐRI STUND Forsetahjónin hittu þýsku forsetahjónin í opinberri heimsókn til Berlínar. MYND/RUT SIGURDARDÓTTIR



UPPREISNARMENN Í SÝRLANDI
Átökin hafa staðið yfir í 27 mánuði. NORDICPHOTOS/AFP

Mannfall eykst í Sýrlandi: Yfir hundrað þúsund látnir

SÝRLAND, AP Borgarastyrjöldin í Sýrlandi hefur kostað meira en 100 þúsund manns lífið undanfarna 27 mánuði, að því er aðgerðasamtök er fylgjast grannt með mannföllum fullyrða.

Samtökin nefnast Sýrlenska mannréttindaeftirlitið og hafa höfuðstöðvar í Bretlandi. Samkvæmt heimildum þeirra hafa nærri 37 þúsund almennir borgarar látið lífið í þessum hildar-leik.

Fyrr í mánuðinum sögðust Sameinuðu þjóðirnar hafa heimildir fyrir því að í það minnsta 93 þúsund manns hefðu látist í átökunum, þar af að minnsta kosti 6.300 börn. - gb

Raforkusala um sæstreng hagkvæm en óvissa mikil

Ráðgjafarhópur iðnaðarráðherra um lagningu sæstrengs til Evrópu leggur til að hafnar verði viðræður við breska aðila um tengingu raforkukerfa landanna. Hagkvæmniskýrsla bendir til að tenging sé arðbær en óvissa er mikil.

VIÐSKIPTI Ráðgjafarhópur iðnaðarráðherra um lagningu raf-sæstrengs til Evrópu leggur til að hafnar verði viðræður við breska aðila um tengingu á raforkukerfum landanna. Ráðgjafarhópurinn skiladi í gær skýrslu til ráðherra með tillögum sínum og niðurstöðum greiningar á þjóðhagslegri hagkvæmni slíkrar framkvæmdar.

Í skýrslu um heildstæða orkustefnu fyrir Ísland er sett fram það markmið að einangrun íslenska raforkukerfisins verði rofin með lagningu sæstrengs til Evrópu ef og þegar slík framkvæmd reynist þjóðhagslega hagkvæm.

Með hliðsjón af því markmiði skipaði Oddný G. Harðardóttir, þáverandi iðnaðarráðherra, í júní 2012 ráðgjafarhóp sem kanna átti nánar þjóðhagslega hagkvæmni slíkrar framkvæmdar auk þess að fjalla um tæknileg álitaefni og umhverfisáhrif verkefnisins.

Fékk hópurinn Hagfræðistofnun Háskóla Íslands (HHÍ) til þess að vinna úttekt á þjóðhagslegum áhrifum raf-sæstrengs og var sú úttekt kynnt í gær.

Niðurstaða úttektarinnar er sú að tenging raforkumarkaða Íslands og Evrópu leiði til hagkvæmari vinnslu og dreifingar en ella. Þá telur HHÍ að nettó útflutningstekjur þjóðarbúsins geti aukist um 4 til 76 milljarða króna með sölu á raforku til Evrópu en vegna þess að stærstur hluti íslenskra raforkufyrirtækja er í opinberri eigu geta verulegar skatt- og arðgreiðslur runnið frá raforkufyrirtækjum til ríkisins.

Þá er heildarávinningur þjóðarbúsins talinn jákvæður þó að raforkuverð á Íslandi gæti hækkað.

Þessar niðurstöður eru þó mikilli óvissu háðar þar sem þær byggja á forsendum um orkuverð,



RAGNHEIÐUR ELÍN ÁRNADÓTTIR

Leita þarf svara við ýmsum spurningum

Ragnheiður Elín Árnadóttir, iðnaðar- og viðskiptaráðherra, segir að niðurstöður og tillögur ráðgjafarhópsins verði nú teknar til vandlegrar skoðunar. „Við munum nú fara yfir efni skýrslunnar hér í ráðuneytinu – en í henni koma fram ýmsar spurningar sem leita þarf svara við. Nefndin telur til dæmis ekki hægt að fullyrða á þessu stigi hvort verkefnið sé þjóðhagslega hagkvæmt og því þurfi augljóslega að kanna þau mál frekar áður en lengra væri haldið. Eins eru atriði varðandi orkuöflun og orkunýtingu, virkjanir og rafliður, verð til íslenskra heimila og fyrirtækja, umhverfisþætti og fleira sem þarf að kanna frekar,“ segir Ragnheiður Elín.

orkumagn, lengd raforkusölusamninga, eignarhald og fleira. Óvissa ríkir um alla þessi þætti og því varasamt að draga of miklar ályktanir af niðurstöðunum.

HHÍ og ráðgjafarhópnum sömu-leiðis finnst þær vísbendingar um að framkvæmdin geti verið hagkvæm þó nægjanlega sterkar til að halda áfram könnun á verkefninu.

Þannig leggur ráðgjafarhópurinn meðal annars til að greiningu á þjóðhagslegri hagkvæmni verkefnisins verði haldið áfram og að upplýsinga sem varpað geti skýrara ljósi á málið verði aflað. Þá verði metin áhrif þess á rekstrar-skilyrði atvinnugreina sem ætla má að verkefnið hefði áhrif á.

Hópurinn telur einnig að

iðnaðarráðuneytið eða Orkustofnun ættu að greina sviðsmyndir mögulegrar orkuöflunar og að leiðir til fjármögnunar verkefnisins verði kannaðar. Þá telur hann að hefja ætti viðræður við breska aðila um málið.

Í því felst annars vegar að Landsnet, ásamt Landsvirkjun, fái heimild til viðræðna við rekstraradila raforkukerfis Bretlands og bresku orkustofnunar, Ofgem, um tengingu raforkukerfa landanna. Og hins vegar að ráðuneytið hefji könnunarviðræður við bresk stjórnvöld með hvaða hætti sala á íslenski orku gæti fallið undir breska löggjöf um ívilnanir fyrir endurnýjanlega orku.

magnus@frettabladid.is

mitsubishi.is

MITSUBISHI OUTLANDER

Rúmbetri, sparneytnari og betur búinn



Eyðir aðeins frá 5,5 l/100 km.

Outlander kostar frá
5.990.000 kr.
Intense 4x4, bensín, sjálfskiptur

Nýr fjórhjóladrifinn Mitsubishi Outlander er ríkulega búinn staðal- og þægindabúnaði sem ásamt nýrri tækni eykur öryggi og veitir þér nýja akstursupplifun. Má þar nefna hraðastilli með fjarlægðarskynjara, akreina vara og árekstrarvörn sem allt er staðalbúnaður í grunngerðinni Intense.



KEVIN RUDD OG JULIA GILLARD
Hafa þrisvar áður barist um leiðtogasætið. FRÉTTABLAÐIÐ/AP

Leiðtogakjör í Ástralíu: Rudd vann sigur á Gillard

ÁSTRALÍA, AP Kevin Rudd vann sigur í óvæntu leiðtogakjöri ástralska Verkamannaflokksins, sem Julia Gillard forsætisráðherra efndi til í gær.

Gillard ákvað að efna til leiðtogakjörs eftir að henni barst til eyrna að Rudd myndi reyna að endurheimta leiðtogasætið fyrir þingkosningar, sem haldnar verða í haust.

Rudd tók áskoruninni fegins hendi og tókst að sannfæra flokksfélag þeirra um að flokksins biði hroðalegt tap í þingkosningunum ef Gillard yrði áfram við stjórnvölinn.

Rudd hlaut 57 atkvæði en Gillard 47.

DEBENHAMS

Útsalan
er hafin
30-70%
AFSL.

 Finndu okkur á facebook

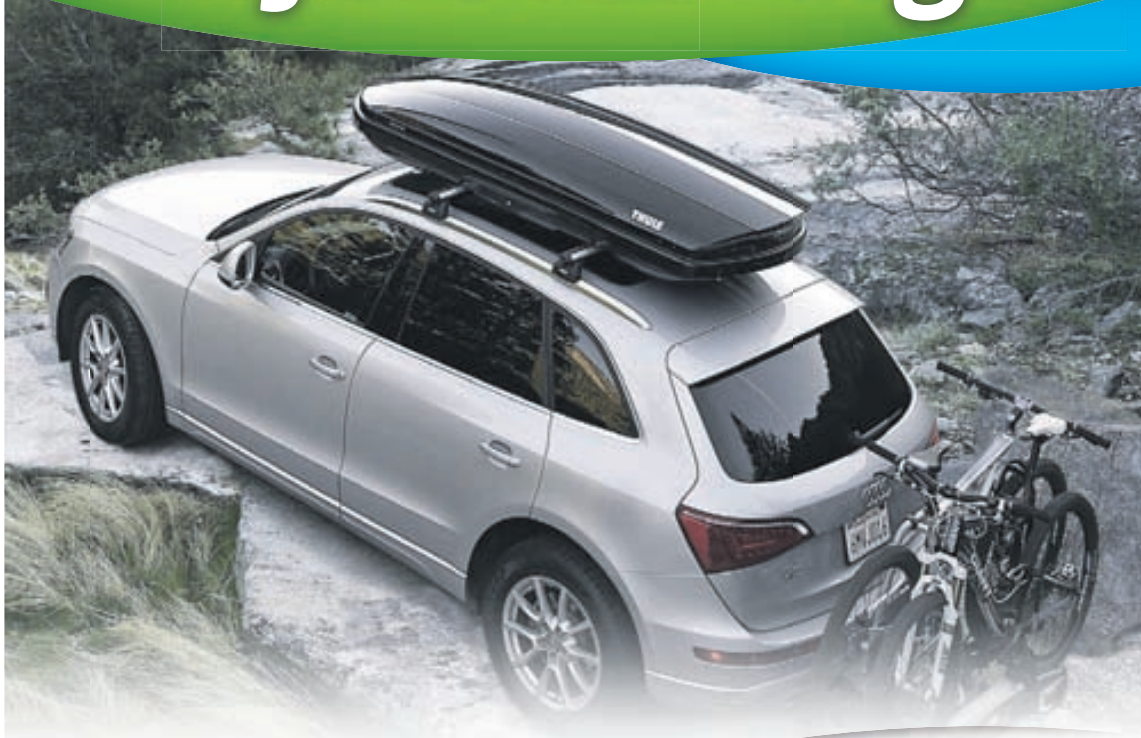
Gerðu
lífið
skemmtilegra

Opið til kl. 21:00 í kvöld

DEBENHAMS - SMÁRALIND
KONUR HERRAR BÖRN SNYRTIVÖRUR

THULE®
SWEDEN

Ferðabox og hjólafestingar



Stilling hf. | Sími 520 8000 | www.stilling.is | stilling@stilling.is



ÞRJAR SÓLIR Á HIMNI Svona gæti útsýnið verið frá einni af reikistjörnum þremur sem um ræðir. Sólin þeirra er stærst en hinar tvær væru eins og mjög bjartar stjörnur á himni að degi til.

MYND/ESO

Ný og merkileg uppgötvun í stjörnufræði: Þrjár lífvænlegar reikistjörnur

ALHEIMURINN Hópur stjörnufræðinga gerði nýlega merka uppgötvun þegar staðfest var að þrjár reikistjörnur líklegar til þess að vera lífvænlegar hefðu fundist á braut um stjörnuna Gliese 667C í 22 ljósára fjarlægð frá jörðu. Frá þessu segir á Stjörnufræðivefnum, en notast var við tækjabúnað ESO, Stjörnufræðistofnun Evrópulanda á suðurhveli.

Reikistjörnurnar þrjár sem um ræðir eru svonefndar risajarðir í lífbeltinu svonefnda í kringum stjörnuna, en þar eru aðstæður með þeim hætti að þar gæti verið fljótandi vatn.

Þetta er í fyrsta sinn sem þrjár reikistjörnur hafa fundist í lífbelti eins sólkerfis, en Gliese 667 er þrístirni þar sem Gliese 667C er

sú daufasta, rúmlega þriðjungur af massa sólar.

Reikistjörnurnar sem um ræðir eru massameiri en Jörðin, en massaminni en Úranus og Neptúnus.

Ein slík reikistjarna hafði áður fundist við Gliese 667C, en þegar farið hafði verið yfir eldri mælingar komu hinar tvær í ljós. Alls hafa sjö reikistjörnur fundist á braut um stjörnuna.

„Með því að bæta nýjum mælingum við og skoða eldri mælingar betur gátum við staðfest tilvist þriggja reikistjarna og fundið nokkrar í viðbót,“ segir Mikko Tuomi, annar forsvarsmanna rannsóknarinnar, á vef ESO og bætir við að þetta sé afar spennandi fundur.

-þj

ÁHRIFAPÆTTIR Á HEILSU OG VELLÍÐAN – FRÁ RANNSÓKNUM TIL AÐGERÐA

Embætti landlæknis, velferðarráðuneytið og Háskólinn í Reykjavík efna til ráðstefnu með Sir Michael Marmot föstudaginn 28. júní kl. 9–15.

DAGSKRÁ

- 8:30 Skráning
- 9:00 **Setning ráðstefnu**
Geir Gunnlaugsson, landlæknir.
Kristján Þór Júlíusson, heilbrigðisráðherra.
- 9:30 **Fair Society, Healthy Lives**
Sir Michael Marmot, prófessor við University College London og forstjóri Institute of Health Equity.
- 10:30 Kaffi
- 11:00 **Importance of wellbeing - and how to enhance it**
Felicia Huppert, prófessor og forstjóri The Well-being Institute við Cambridge háskóla.
- 13:00 **Heilsa og vellíðan Íslendinga eftir félags- og efnahagsstöðu**
Dóra Guðrún Guðmundsdóttir, sviðsstjóri áhrifapátta heilbrigðis, Embætti landlæknis.
- 13:30 **Rannsóknir, stefnumótun, starf á vettvangi: Þrýski í þágu ungs fólks**
Inga Dóra Sigfúsdóttir, prófessor við sálfræðisvið Háskólans í Reykjavík og Columbia háskóla í New York.
- 13:50 **Heilsuborgin – lýðheilsa í borgarumhverfi**
Dagur B. Eggertsson, formaður borgarráðs Reykjavíkur.
- 14:10 **Velferðarvaktin**
Ingibjörg Broddadóttir, sérfræðingur, velferðarráðuneytinu.
- 14:25 **Stefnumótun og áætlanagerð: erum við að gera það sem við segjumst ætla að gera?**
Héðinn Unnsteinsson, stefnumótunarsérfræðingur, forsætisráðuneytinu.
- 14:40 **Samantekt**
Vilborg Ingólfssdóttir, skrifstofustjóri gæða og forvarna í velferðarráðuneytinu.
- 15:00 Ráðstefnuslit

Fundarstjórn: Halldór Guðjónsson, framkvæmdastjóri og Bryndís Björk Ásgeirsdóttir, lektor við HR. Ráðstefnan er haldin til minningar um dr. Guðjón Magnússon, prófessor.

Fullbókað er í aðalsalinn en vegna mikils áhuga verður útsendingu frá aðalsal varpað á skjá í hlíðarsal. Skráning á: skraningar@hr.is. Verð er 3900 kr. og innifalið er morgunhressing og hádegisverður.

Hvar: Háskólanum í Reykjavík, Menntavegi 1. Nánari upplýsingar á www.landlaeknir.is

HÁSKÓLINN Í REYKJAVÍK
REYKJAVIK UNIVERSITY

VELFERÐARRÁÐUNEYTIÐ

Embætti
landlæknis
Directorate of Health



Í SVEITINNI Landbúnaðarstefna ESB hefur sætt gagnrýni um langa hríð, en nú hefur náðst saman um umbætur í málaflöknum.

NORDICPHOTOS/AFF

Evrópusambandið: Landbúnaðarstefnu breytt

EVROPA Helstu stofnanir Evrópusambandsins; Ráðherraráðið, Evrópuþingið og Framkvæmdastjórnin, hafa náð saman um víðtækar umbætur á landbúnaðarkerfi sambandsins.

Takmarkið er að gera greiðslur úr sjóðum sambandsins skilvirkari og gagnsærri og að umhverfissjónarmið verði í forgrunni.

Auk þess er gert ráð fyrir að greiðslurnar verði sanngjarnari þar sem meiri áhersla verði á að bæta hag ungra bænda og minni eigenda á kostnað stórbýla.

Sameiginlega landbúnaðarstefnan er stærsti einstaki útgjaldaliðurinn úr sjóðum ESB þar sem tæplega 60 milljarðar evra fara á ári hverju í þann málaflökk.

-þj

FERÐAIDNAÐUR

673 komu til landsins

Erlendir ferðamenn voru um 673 þúsund árið 2012. Um er að ræða 18,9 prósent fjölgun frá 2011 en þá voru erlendir ferðamenn um 565 þúsund talsins. Langflestir komu með flugi um Keflavíkflugvöll eða 96,2 prósent; 1,9 prósent komu með Norrænu um Seyðisfjörð og 1,9 prósent með flugi um Reykjavíkur-, Akureyrar eða Egilsstaðaflugvöll.



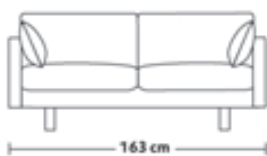
40 ára afmælistilboð á EJ 220 sófum

ERIK
Jørgensen

Harpa / Skeifan 6 / Leifsstöð / 5687733 / epal@epal.is / www.epal.is



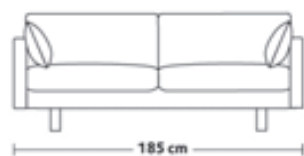
EJ 220-2



163 cm

Corvina, bómul: 398.000 kr.
Remix, ull: 424.000 kr.
Cava, leður: 667.000 kr.

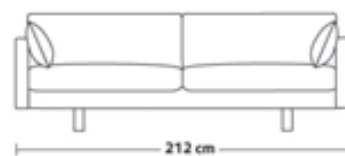
EJ 220-2L



185 cm

Corvina, bómul: 423.000 kr.
Remix, ull: 449.000 kr.
Cava, leður: 694.000 kr.

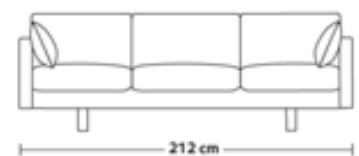
EJ 220-A



212 cm

Corvina, bómul: 475.000 kr.
Remix, ull: 498.000 kr.
Cava, leður: 758.000 kr.

EJ 220-3



73 cm

212 cm

Corvina, bómul: 475.000 kr.
Remix, ull: 498.000 kr.
Cava, leður: 758.000 kr.

Verðin gilda til 1. ágúst



Laugavegurinn lifnar við

Á Laugaveginum er mikið líf um þessar mundir með hækkanði sól og hlýrra lofti. Þar má finna ótal margar verslanir og athyglisvert er að sjá hversu margar ferðamannabúðir eru á þessu litla svæði. Rekstraraðilar við Laugavegin finna fyrir auknum straumi ferðamanna sem þeir segja að sé einkar þýðingarmikill fyrir reksturinn. Margar nýjar verslanir og veitingahús hafa skotið upp kollinum á undanförunum mánuðum og þar má nefna kaffihúsið Bubble Tea, veitingastaðinn Gló og íslensku herrafataverslunina JÖR. *Lovísa Eiríksdóttir* kynnti sér starfsemi á Laugaveginum.



Jakob Frímann Magnússon, framkvæmdastjóri Miðborgarinnar, segir að nýbreytni sumarsins á götunni sé helst auknar blómaskreytingar til þess að lífga upp á umhverfið. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA



Elskar gangandi lífið



„Mér finnst æðislegt að vera komin niður á Laugaveg, það er mikið skemmtilegra en ég átti von á,“ segir Sólveig Eiríksdóttir eða Solla eins og hún er gjarnan kölluð, eigandi staðarins Gló sem var opnaður nýverið á Laugavegi. „Ég fæ inn allt öðruvísi gesti og fæ til dæmis mjög mikið af ferðamönnum,“ bætir Solla við, sem er yfir sig hrifin yfir að vera komin í miðborgina. „Þessi mikli ferðamannaflaumur og þetta gangandi líf gerir þetta svo skemmtilegt og öðruvísi,“ segir Solla. Hún býður gestum miðborgarinnar upp á ferskt heilsufæði alla daga, en Solla rekur einnig tvo aðra staði, á Engjateig og í Hafnarfirði.

SÓLVEIG EIRÍKSDÓTTIR Finnur fyrir miklu þakklæti frá ferðamönnum og ánægju yfir að boðið sé upp á hráfæði og annað heilsufæði á Laugaveginum. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

Taívanskt te og pönnukökur

„Mér finnst frábær stemmning hér á Laugavegi og það er mjög mikið að gera hjá okkur núna,“ segir Katarína Nowakowska, eigandi veitinga- og kaffihússins Bubble Tea and Pancake Café sem opnaði á Laugavegi nú í vetur. Katarína er frá Póllandi og aðeins 24 ára gömul en hún fluttist hingað fyrir fjórum árum. Á staðnum býður Katarína meðal annars upp á pönnukökur og sérstakt te sem á rætur sínar að rekja til Taívan. „Þetta er te með alls konar brögðum og perlum sem freyða. Ég sá þetta fyrst í Pýskalandi þegar ég bjó þar og varð yfir mig hrifin,“ segir Katarína og bætir við að hún fái mjög góðar viðtökur á Laugaveginum. „Þetta gengur það vel að við erum jafnvel að hugsa um að opna staðinn einnig á Akureyri og í Pýskalandi,“ segir þessi unga og efnilega kona.



KATARÍNA NOWAKOWSKA Upplifir sannkallaða sumarstemningu á Laugavegi. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

Miðbærinn alltaf meira sjarmerandi



GUÐMUNDUR JÖRUNÐSSON Er jákvæður gagnvart umferð aðalgötunnar þrátt fyrir ótíð í byrjun sumars. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Fatahönnuðurinn Guðmundur Jörundsson opnaði nýverið verslun sína JÖR sem er ofarlega á Laugaveginum. Hann segir að lífið í miðbænum sé sjarmerandi og aukist sífellt með hækkanði sól. „Það er meira líf þegar sólin kemur en það er þó alltaf mikið líf hér á Laugavegi,“ segir Guðmundur og bætir við gatan sé sífellt að verða sterkari. „Laugavegurinn er með svo mikið af persónulegum lífsstíls- og hönnunarbúðum sem gerir umhverfið svo heillandi. Eins og alls staðar annars staðar í heiminum er miðbærinn alltaf meira sjarmerandi en að hanga í einhverjum verslunarmiðstöðvum,“ bætir Guðmundur við. Hann er jákvæður gagnvart umferð aðalgötunnar í sumar þrátt fyrir slæmt veður í byrjun sumars.

AEG

FULLKOMIN LÖGUN OG LEIKNI

- 1 **2 dagar eftir**
- 2 **- aðeins í dag og**
- 3 **á morgun!**
- 4 **FIMMTUDAGUR**
- 5 **FÖSTUDAGUR**



NÝKOMNIR

5 AEG GÁMAR Á 5 DÖGUM

Þess vegna:

AEG DAGAR ÞESSA VIKU AÐEINS

Um 1000 AEG tæki í eldhús og þvottahús Íslendinga.

Tilboð á AEG þvottavélum, þurrkurum og uppþvottavélum – á völdum módelum.

AEG ryksugur með 20% afslætti.

Úrval AEG kælikápa og frystiskápa – lítið við og skoðið.

AEG smáraftæki – 25% afsláttur.

Sölumenn okkar eru í samningsstuði – Þið komið og ræðið við sölufólkið okkar, sem er í góðu skapi eins og alltaf og sérstaklega fúst til að láta þig njóta besta verðs, bestu greiðsluskilmála, jafnvel vaxtalaust. Þú færð nútíma AEG tæki og hagnast á samningsstuðinu.

AEG hjá ORMSSON síðan 1927

ORMSSON

LÁGMÚLA 8 • REYKJAVÍK • SÍMI 530 2800 • ORMSSON.IS

ORMSSON
KEFLAVÍK
SÍMI 421 1535

ORMSSON
AKRANESI
SÍMI 530 2870

ORMSSON
ÞRISTUR-ÍSAFIRÐI
SÍMI 456 4751

KS
SAUÐÁRKRÓKI
SÍMI 455 4500

ORMSSON
AKUREYRI
SÍMI 461 5000

ORMSSON
HÚSAVÍK
SÍMI 464 1515

ORMSSON
VÍK-EGILSSTÖÐUM
SÍMI 471 2038

ORMSSON
PAN-NESKAUPSTAÐ
SÍMI 477 1900

ORMSSON
ÁRVIRKINN-SELFOSSI
SÍMI 480 1160

GEISLI
VESTMANNAEYJUM
SÍMI 481 3333

Summa

**70%
AFSLÁTTUR**
Af öllum ION vörum



Gítar f. iPad
Verð: 5.997.-
Verð áður: 19.990.-



Hægt að setja á vegg
USB plötuspilari
Verð: 5.397.-
Verð áður: 17.990.-



Scanner
Verð: 8.697.-
Verð áður: 28.990.-



Stýripinni
Verð: 2.997.-
Verð áður: 9.990.-



DJ f. iPad
Verð: 4.197.-
Verð áður: 13.990.-



Scanner f. iPhone
Verð: 2.697.-
Verð áður: 8.990.-



DJ 2 Controller
Verð: 3.597.-
Verð áður: 11.990.-



Hljómborð f. iPad
Verð: 4.497.-
Verð áður: 14.990.-



USB hljómborð
Verð: 5.397.-
Verð áður: 17.990.-



Blóðþrýstingsmælir
eftirlitsmyndavél, bluetooth vog

iLuv[®]

Hátalarar - heyrnatól

knomo[™]

Fartölvu, iPhone, iPod,
iPad töskur ofl.



iPhone/iPad hanskar

**SKULL
CANDY**

Heyrnatól, mikið úrval

**40%
AFSLÁTTUR**
AF VÖLDUM VÖRUM



Fartölvu, iPhone, iPod,
iPad töskur ofl.

Sölutorgs vörur á frábæru verði ATH: aðeins á Laugavegi



AÐEINS 1STK

MacBook Pro 15" Retina
2,6GHz i7/8GB/256GB flash
Verð: **349.990.-**
Verð áður: 439.990.- *Vöru nr. ZOML*



AÐEINS 1STK

MacBook Pro 17"
2,53GHz i5/4GB/500GB
Verð: **269.990.-**
Verð áður: 399.990.- *Vöru nr. ZOGP*



AÐEINS 3 STK

MacBook Pro 13"
2,5GHz i5/4GB/500GB
Verð: **189.490.-**
Verð áður: 209.990.- *Vöru nr. ZOMT*



AÐEINS 1 STK

MacBook Air 13"
1,7GHz i5/4GB/128GB flash
Verð: **149.990.-**
Verð áður: 259.990.- *Vörunr. ZOMD*



AÐEINS 2 STK

iPhone 4S/16GB
Verð: **89.990.-**
Verð áður: 99.990.- (ónotaðir)



AÐEINS 1STK

iMac 21,5" nýja gerðin
2,7GHz i5/8GB/1TB
Verð: **214.990.-**
Verð áður: 249.990.- *Vöru nr. ZOMP*



AÐEINS 1STK

iMac 27" nýja gerðin (sérpöntuð)
3,4GHz Quad Core i7/16GB/1TB
Verð: **389.990.-**
Verð áður: 469.970.- *Vöru nr. ZOMS*



iPod nano
Verð frá: **7.490.-**
4. kynslóð



iPad
iPad mini, iPad 2, iPad 3 og iPad 4 í alls
kyns stærðum og gerðum á frábæru verði.

Verðdæmi:
iPad 2 með 3G frá 45.000.-
iPad 3 frá 64.990.- o.fl.

Smáralind

Virka daga 11 - 19 / Fimmtudaga 11 - 21 / Laugardaga 11 - 18
Sunnudaga 13 - 18 | Sími 512 1330

epli.is

Laugavegi 182

Virka daga 10 - 18 | Laugardaga 11 - 16 | Sími 512 1300

rstuð

30.000
KR. AFSLÁTTUR

AÐEINS
20 STK



MacBook Air 11"
Verð: **149.990.-**

Verð áður: 179.990.- *Vöru nr. ZONA*

40.000
KR. AFSLÁTTUR

AÐEINS
15 STK



MacBook Air 13"
Verð: **179.990.-**

Verð áður: 219.990.- *Vöru nr. ZONC*

120.000
KR. AFSLÁTTUR

AÐEINS **1STK**



iMac 21,5"
2,8GHz i7/4GB/1TB
Verð: **209.990.-**

Verð áður: 329.990.- *Vöru nr. ZOM5*

AÐEINS **1STK**



MacBook Pro 15" Retina
2,6GHz i7/512/8GB
Verð: **399.990.-**

Verð áður: 499.990.- *Vöru nr. ZOML*



iPad 3 - 32GB svartur
Verð: **69.990.-**

Verð áður: 119.990.-



iPad 3 - 64GB hvítur
Verð: **79.990.-**

Verð áður: 139.990.-



iPod touch 8,16,32,64 GB
Verð frá: **19.990.-**

Verð áður frá: 39.990.- *4. kynslóð*



iPod nano 8GB
Verð: **19.990.-**

Verð áður: 34.990.- *6. kynslóð*



Zeppelin Air
Verð: **129.990.-**

Verð áður: 179.990.-



Airport Extreme
Verð: **27.990.-**

Verð áður: 37.990.-



Time Capsule 2/3TB
Verð frá: **44.990.-**

Verð áður frá: 62.990.-

HÁTÍÐIR HELGARINNAR

Brákarhátíð
29. júní
Fjölskylduhátíð í Borgarnesi

Gönguhátíðin Umfar
21.-28. júní
Gönguferðir alla daga um náttúru-perlur Vesturbyggðar.

Bíldudals grænar
28.-30. júní.
Sumarhátíð Arnfirðinga.

Hamingjudagar á Hólmavík
26.-28. júní
Bæjarhátíð á Hólmavík.

Blue North Music Festival

27.-29. júní
Blúshátíð í Ólafsfirði.

Lummudagar
27.-30. júní.
Héraðshátíð í Skagafirði.

Jazzhátíð á Austurlandi
26.-28. júní
Tónlistarhátíð á

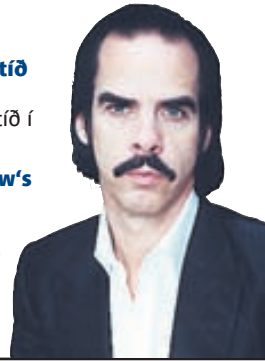
Egilsstöðum, Seyðisfirði og í Neskaupstað.

Sæluhelgi
28.-30. júní
100 ára afmæli Íþróttafélagsins Hugins á Seyðisfirði.

Humarhátíð
28.-30. júní
Humarhátíð á Höfn.

Sólseturshátíð
27.-30. júní
Fjölskylduhátíð í Garði.

All tomorrow's parties
28.-29. júní
Tónlistarhátíð á Ásbrú. Nick Cave kemur fram.



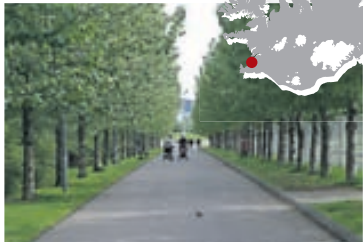
VEDUR

Föstudagur
7-15 °C HLÝJAST
AUSTANTIL
Vestanátt og skúrir, en skjáð með köflum á Austurlandi.

Laugardagur
10-15 °C HLÝJAST
NA-TIL
Líkur á þokulofti S- og V-lands en annars léttskýjað.

Sunnudagur
10-15 °C.
HLÝJAST NA-TIL
Rigning en úrkomulíftið NA-til.
Heimild: vedur.is

HÁLENDIÐ Allur akstur er bannaður á ýmsum hálendis-leiðum vegna aurbleytu og hættu á skemmdum. Nánari upplýsingar Vegagerdin.is eða í síma 1777.

UPPÁHALDSSTAÐUR-
INN MINN Á ÍSLANDI
LAUGARDALURINN

JÓHANNES HAUKUR
JÓHANNESSON

Gróðursæla í
Laugardal

Jóhannes Haukur Jóhannesson leikari á ekki í vandræðum með að velja sér eftirlætis stað á landinu og leitar ekki langt yfir skammt.

„Minn uppáhaldsstaður á landinu í augnablikinu er Laugardalurinn í Reykjavík. Ég er nýfluttur þangað og er að kynna öllum þeim dásæmdum sem þetta svæði hefur upp á að bjóða.“ Jóhannes segist alls ekki hafa orðið fyrir vonbrigðum með dalinn. „Hér er svo gróðursælt, mikið af leikvöllum og góðir skólar.“ Hann bendir einnig á að í dalnum séu Húsdýragarðurinn og Grasagarðurinn. „Þegar ég flutti hingað byrjaði ég að versla í búðinni Frú Lauga sem er með lífrænan mat beint frá býli.“
- ne



Íslandsævintýri fyrir alla

Þegar ungir og aldnir eru saman á ferðalagi er um að gera að hafa áfangastaðina við allra hæfi. Fréttablaðið fór fjölskylduvænan hring um landið. Gerður er stuttur stans á nokkrum stöðum sem mæta þörfum fjölskyldna.

1. Barnvænn bær

Dýraskoðun og fjöruferð með leiðsögn eru meðal þess sem hægt er að gera á bænum Bjarteyjarsandi í Hvalfirði. Auk þess er hægt að fá sér veitingar í Kaffi Álfhóli og kaupa inn beint frá bónda í sveitabúðinni á staðnum.

2. Einstakur leikvöllur

Einn skemmtilegasti leikvöllur landsins er Bjössaróló í Borgarnesi. Hann var reistur af Birni Guðjónssyni úr efnivið sem honum hafði áskotnast. Leiktækin eru því einstök.

3. Dýralíf á Vatnsnesi

Selir eru ævintýralegar verur sem krakkar hafa gaman af því að skoða og tækifærin eru næg á Vatnsnesinu. Á Hvammstanga er Selasetur, á Illugastöðum er gaman að labba niður í fjöru eftir nýgerðum stíg og skoða bæði fugla og seli. Þá er skemmtileg gönguleið niður í fjöru við Hvítserk og Sigríðarstaða og þar liggja selir í hrönnum og horfast í augu við mannfólkið sem á leið um.

4. Dorgað á Hofsósi

Hofsós er lítil en huggulegur bær þar sem hægt er að eiga góða stund með fjölskyldunni, fara í sund á einum flottasta baðstað landsins, skoða áhugavert Vesturfarasetur og þá má alltaf spreyta sig við dorg á bryggju.



5. Höfuðstaður Norðurlands

Akureyri er uppspretta alls kyns skemmtilegheita fyrir fjölskyldur á ferð. Það verður enginn svikinn af ferð í Kjarnaskóg, rölt um miðbæinn, túr í Lystigarðinn eða heimsókn á einhvern af fjölmörgum góðum kaffihúsum og veitingastöðum bæjarins.

6. Sænaútsel

Það er eins og að stíga inn í gamla tíma að sækja Sænaútsel heim, húsakostur er forvitnilegur og kaffihlaðborðið ógleymanlegt. Landnámshænur spigspora um hlaðið. Gestir eru á sögu-slóðum Sjálfstæðs fólks.

7. Hallormsstaðaskógur

Það er frábært að tjalda í Atlavík og fara svo í góða göngu um Hallormsstaðaskóg sem er sannarlega ævintýrastaður fyrir alla fjölskylduna.

8. Gönguferðir við allra hæfi

Náttúrufergurinn í Skaftafelli er ólýsanleg. Þar eru fjölmargar góðar gönguleiðir við allra hæfi og staðurinn því tilvalinn áfangastaður fjölskyldunnar.

9. Þórsmerkurferð

Þórsmerkur hefur lengi verið einn vinsælasti áfangastaður landans fyrir útilegur og ekki að ástæðulausu, þar er fríðsælt og gott að vera.

Birthing lýsingar

Útgefandi: ORK fagfjárfestastjóður, kennitala 650612-9730, Digranesvegi 1, 200 Kópavogi.

ORK fagfjárfestastjóður hefur birt lýsingu í tengslum við umsókn um að skuldabréfaflokkurinn FORK 17 0901 sé tekinn til viðskipta á skipulegum verðbréfamarkaði NASDAQ OMX Iceland hf.

Lýsingin er dagsett 25. júní 2013 og staðfest af Fjármálaeftirlitinu og aðgengileg á skrifstofu Rekstrarfélags Virðingar hf, kt. 531109-2790, Digranesvegi 1, 200 Kópavogi, sem er rekstraraðili sjóðsins. NASDAQ OMX Iceland hf. tilkynnir opinberlega ef skuldabréfin eru tekin til viðskipta og þá hvenær fyrsti mögulegi viðskiptadagur með bréfin er á hinum skipulega verðbréfamarkaði, en NASDAQ OMX Iceland hf. tilkynnir slíka dagsetningu með að lágmarki eins viðskiptadags fyrirvara.

Upphafleg höfuðstólsfjárhæð útgefina skuldabréfa, sem öll hafa verið seld, og heildarheimild útgáfu nemur 4.000.000.000 kr. að nafnverði. Bréfin eru gefin út rafrænt í kerfi Verðbréfaskráningar Íslands hf. Auðkenni flokksins er FORK 17 0901. ISIN-númer skuldabréfanna er IS0000021897. Bréfin eru gefin út í íslenskum krónum og er hver eining skuldabréfanna 10.000.000 kr. að nafnverði.

Nánari upplýsingar um Fagfjárfestastjóðinn ORK og skuldabréfaflokkinn FORK 17 0901, má finna í lýsingu sjóðsins. Umsjónaraðilar töku skuldabréfa Fagfjárfestastjóðsins ORK til viðskipta á NASDAQ OMX Iceland hf. eru Virðing hf., kt. 561299-3909, Digranesvegi 1, 200 Kópavogi og Centra Fyrirtækjaráðgjöf hf., kt. 560902-0350, Borgartúni 27, 105 Reykjavík.

Kópavogur, 25. júní 2013
Stjórn Rekstrarfélags Virðingar hf.

Rekstrarfélag Virðingar
Símar 571 6140 og 571 6142

sjodir@virdingsjodir.is
www.virdingsjodir.is

REKSTRARFÉLAG VIRÐINGAR

Grafískur hönnuður opnar vefsíðu til hjálpar ferðalöngum:

Ferðalangur hennar
rafrænan vegvísi

FERÐALÖG Vefsíðan vegvisir.is fór í loftið síðastliðinn mánudag, en tilgangur hennar er að auðvelda skipulagningu ferða um landið. Hugmyndina að síðunni átti Gunnar Þorvaldsson og hann vann síðuna í samvinnu við forritarann Pál Hilmarsson.

GUNNAR ÞORVALDSSON

„Þetta er ekki alveg fullklárað en okkur fannst þetta nógu tilbúið til þess að fara í loftið núna.“ segir Gunnar, sem er grafískur hönnuður á auglýsingastofunni Jónsson og Le'macks.

Hugmyndin að vefsíðunni er að skapa einfalda og aðgengilega síðu sem allir geta notað þegar kemur að því að skipuleggja ferðalög um landið.

„Ég hef verið að kenna sjálfum mér vefforritun í vetur og ákvað að gera þetta að fyrsta verkefninu mínu. Ég fékk Pál Hilmarsson vin minn, sem er forritari, til þess að sjá um gagnahlíðina á verkefninu en ég sá um hitt.“ Hann segist hingað til hafa nýtt sér vefsíðu Vegagerðarinnar í ferðaundirbúningu fjölskyldu sinnar en rekið sig á að sú síða hafi ekki verið nógu þægileg í notkun. „Ég bjó þetta verkefni til fyrir sjálfan mig en

AUÐVELT OG
AÐGENGILEGT

Simpli notandi inn brottfararstaðinn Hafnarfjörður og áfangastaðinn Ólafsvík kemur í ljós að leiðin er 200 km. Síðan má sjá að ferðin verður malbikuð meirihluta leiðarinnar, eða 196 km, en ferðalangar þurfa að aka 4 km á malarvegi. Að auki er ítarleg leiðarlýsing og vísað á nokkur kennileiti sem sjá má á leiðinni.

Til stendur að bæta við síðuna áætluðum bensínkostnaði og ferðatíma.

komst fljótt að því að fólk var spennt fyrir þessu.“

Hann segir síðuna fyrst og fremst til gamans gerða, hún sýni á einfaldan hátt hversu langt sé á milli staða en komi ekki til með að aðstoða villta ferðamenn á hálendinu. Hann ítrekar að síðan sé enn í vinnslu og hvetur fólk til þess að koma með ábendingar á Facebook-síðu verkefnisins.
nanna@365.is

Einn góðan veðurdag verður herbergið of lítið



50%
afsláttur af
lántökugjöldum*
og frítt
greiðslumat

Húsnæðissparnaður Íslandsbanka

Það kemur að því að þig langar að flytja að heiman. Hjá Íslandsbanka bjóðum við húsnæðissparnað fyrir ungt fólk sem er farið að búa sig undir framtíðina.

Þú getur valið um tvo góða kosti, **verðtryggðan** sparnað sem hentar vel fyrir langtímasparnað eða **óverðtryggðan** sem hentar vel ef stefnt er á íbúðarkaup í náiinni framtíð. Þegar komið er að húsnæðis kaupunum færðu **frítt greiðslumat** og **50% afslátt af lántökugjöldum*** hjá Íslandsbanka.

Kynntu þér málið betur á www.islandsbanki.is/sparnadur eða í næsta útibúi Íslandsbanka.

*M.v. vaxtatöflu Íslandsbanka 11.06.2013. Skilyrði fyrir afslætti af lántökugjöldum og fríu greiðslumati er reglulegur sparnaður sem nemur að lágmarki 5.000 kr. út binditíma reiknings. Lánveitingar eru háðar útlánareglum bankans hverju sinni.

Verðtryggður sparnaður

2,10%
vextir*

Hentugur
sparnaðartími
3 ár +

Óverðtryggður sparnaður

4,50%
vextir*

Hentugur
sparnaðartími
1,5 ár +

Við bjóðum
góða þjónustu

islandsbanki.is | Sími 440 4000


Íslandsbanki

Sulta málarans og aðrar kræsingar

Sigurlaug Margrét Jónasdóttir er hætt að stela rabarbara úr annarra manna gördum. Nú ræktar hún sjálf tröllasúruna og býr til margs konar kræsingar. Hún lumar á uppskrift að bestu rabarabaraköku í heimi.

Sigurlaug Margrét Jónasdóttir, matgæðingur og útvarpskona, segist fyllast hamingju þegar fyrsta rabarbarauppskeran er komin í hús. „Þá á maður að halda veislu. Þetta varð svo gaman þegar maður uppgötvaði að hægt væri að gera eitthvað annað við rabarbara en að stela honum úr gördum og borða hann með sykri.“

Nú er Sigurlaug með rabarbara í sínum eigin gördum, heima og við sumarbústaðinn. „Þar er ég með rabarbara frá Hesteyri fyrir vestan og svo tek ég líka uppskeru á Halldórsstöðum í S-Þingeyjarsýslu. Báðar þessar tegundir eru gamlar og mér líður stundum eins og vínþóna sem er að pæla í uppskerunni sinni.“

Hún tímir ekki að setja fyrstu uppskeru sumarsins í frysti. „Ég bý þá til sultu og pæ. Svo er líka gott að grilla rabarbara og hafa með kjöti. Þegar maður er búinn að gera rabarbararétti nokkrum sinnum yfir sumari verður maður rólegri. Þá er hægt að fara saxa niður, setja kíló í poka og í frysti.“

Uppskriftirnar hennar Sigurlaugar eru ýmsum áttum. „Fyrir mörgum árum gaf Albert Eiríksson mér uppskrift að bestu rabarabaraköku í heimi. Hann kom með hana glóðvolga í þátt til mín og við ræddum þessa köku og borðuðum með bestu lyst. Síðan þá hef ég ekki fundið rabarabaraköku sem toppar hana, en ég er alltaf að reyna, og hér er ein tilraun.“

Einföld rabarabarakaka með hindberjum

2 dl hveiti
2 msk. sykur
2 dl gróft kókosmjöl
75-90 g smjör
2 tsk. vanillusykur
350 g rabarbari (4-5 stíklar)
150 g fersk hindber
1 msk. kartöflumjöl
1/2 dl sykur

Hitið ofninn í 225 gráður. Blandið þurrefnum saman og bætið svo smjóri út í, vinnið deigið í matvinnsluvél.

Skerið rabarbara í litla bita og setjið í pæform ásamt hindberjum. Stráið kartöflumjöli og sykri yfir rabarbarann og hindberin.

Hellið blöndunni yfir og bakið í ofni í 25 mínútur. Berið fram með ís eða vanillurjóma.

„Listamaðurinn Þorri Hringsson gaf mér dásamlega uppskrift að sultu úr rabarbara og krækiberjum, ég var nú eitthvað efins með þessa blöndu, vilja ekki bara krummarnir borða krækiberin? En þegar þau eru bústin og falleg og tínd t.d. í Suður-Þingeyjarsýslu þá er þetta auðvitað algjör unauður, sultan verður svolítið sparileg og falleg á litinn, mjúk og ótrúlega góð. (Sérstaklega með franskbrauði!)“

Sulta málarans

500 g rabarbari
300-400 g krækiber
700 g sykur/hrásykur

Öllu blandað saman og soðið þar til sultan þykkar. Setjið í vel hreinar krukkur, geymið í kæli eða bara borðið strax!

Rabarbarasaft (í 10 glös)

500 g rabarbari
150 g hrásykur
1 l vatn
1 sítróna lífræn

Skerið rabarbara í bita og blandið saman sykri, vatni og sítrónu sem er skorin í bita.

Sjóðið í 5 mínútur, slökkvið undir og látið bíða í 30 mínútur.

Hellið í gegnum sigti og þrýstið vel á rabarbarann svo allur safinn skili sér.

Bætið klaka út í og nokkrum mintulaufum og þá er kominn sumarlegur drykkur sem minnir kannski örlítið á gamla æsku.



RABARBARABAKA Hindberjum er blandað saman við tröllasúruna.



FYLLIST HAMINGJU Sigurlaug Margrét Jónasdóttir heldur veislu þegar rabarbarinn er kominn í hús. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

tendence

24–27. 8. 2013
new Saturday – Tuesday

perfect date // perfect time

Mikilvægasti fundur atvinnuvegar síðari hluta árs // ómissandi vettvangur fyrir pantanir vetra- og jólavíðskipta // innsýn í strauma og stefnur vorsins // mikil fjölbreytni heimilis- og gjafavara // þekktustu merkin og mikilvægustu alþjóðlegu sölu- og víðskiptaaðilarnir // fyrir allar tegundir víðskipta

>> Hér eru 50 mikilvægustu ástæðurnar til að heimsækja Tendence
tendence-50reasons.com



Sími: +45 39 40 11 22 // dimex@dimex.dk

messe frankfurt

FJÖGUR PRÓSENT NÝRRA HJÓLA STANDAST REGLUGERÐ

Aðeins fjögur prósent allra þeirra 404 reiðhjóra sem könnuð voru í fimmtán stærstu verslunum á höfuðborgarsvæðinu stóðust alveg reglugerð um búnað reiðhjóra, að því er segir í fréttatilkynningu frá Brautinni – bindindisfélagi ökumanna. Þar segir jafnframt að í núverandi reglugerð frá 1994 sé gert ráð fyrir að eftirfarandi búnaður sé á öllum reiðhjólum: Bjalla, glitmerki að framan og aftan, glitmerki á fótstigum, teinaglit, bremsur á fram- og afturhjólum, keðjuhlíf og lás. Í rökkri og myrkri skal einnig hafa ljós að framan og aftan. Við könnun Brautarinnar kom oft í ljós að seljendur þekktu ekki reglugerðina.



HÆTTULEG TRAMPÓLÍN ENN Í NOTKUN

Neytendastofa ítrekar þau til-mæli sín að forráðamenn taki strax úr notkun trampólín með öryggisneti sem seld voru árið 2011 í Byko. Vörunúmerið er 88040048. Enn er ekki búið að skila 66 trampólínum af 220 sem seld voru. Á vef Neytendastofu segir að mikilvægt sé að forráðamenn bregðist við hið fyrsta í ljósi hættunnar sem kann að stafa af vörunni en suðusamsetning getur gefið sig og trampólínið þar með brotnað.



TÖFF TÖSKUHLÍFAR

Hrím Hönnunarhús á Laugavegi 25 hefur vakið mikla athygli fyrir nýstárlega hönnun sína síðan það var stofnað um miðbik árs 2011. Nú hafa þau hafið sölu á umhverfisvænum töskuhlífum fyrir ferðatöskur frá merkinu LOQI. Hlífarnar verja töskuna fyrir óhreindum og hjálpa ferðalöngum að þekkja sína tösku á ferðbandinu en ábreiðurnar eru til í sex mismunandi mynsturum. Efnit er vatns-helt og auðvelt að skella því í þvottavél.



FERÐAVÖRU

TAX FREE

HÚSASMÍÐJUNNAR

ALLT Í FERÐALAGIÐ OG BÚSTAÐINN Á TAX FREE



40,64%
AFSLÁTTUR

TVÖFALT
TAX FREE
AF TRJÁPLÖNTUM,
OG RUNNUM!

TJÖLD • SVEFNPOKAR • DÝNUR • KÆLIBOX
FERÐAGRILL • BUGG GASGRILL
FERÐAHÚSGÖGN • GARÐHÚSGÖGN
GÖNGUSKÓR • ÚTIVISTARFATNAÐUR
BÚSÁHÖLD • REIÐHJÓL OG FLEIRA

LÆGSTA
LÁGA
VERÐ

*Tax Free tilboð jafngildir 20,32% afslætti. Afsláttur gildir ekki af vörum merktum „Lægsta lága verð Húsasmiðjunnar“ og Weber grillum. Að sjálfsgöðu stendur Húsasmiðjan skil á virðisaukaskatti til ríkissjóðs. Gildir til 1. júlí.

blómaval



HÚSASMÍDJAN
HLUTI AF BYGMA

ALLT FRÁ GRUNNI AÐ GÓÐU HEIMILI
SÍÐAN 1956

SUMARGLEÐI

Fjardarkaup

úr
kjötborði



Svínalundur
1.698,kr./kg
verð áður 2.398,-/kg

úr
kjötborði



Svínahnakki
1.298,kr./kg
verð áður 1.598,-/kg



Hamborgarhryggur álegg
339,kr./kg
verð áður 429,-/kg



Ali svínakótilettur hunangs
1.998,kr./kg



Biotta safar
20% verðlækkun
5 tegundir

20%
verðlækkun



Ítalskar grísahnakkasneiðar
1.998,kr./kg
verð áður 2.545,-/kg



Herragarðs grísakótilettur
1.598,kr./kg
verð áður 1.698,-/kg



Skyndigrill
1.898,kr./kg
verð áður 2.379,-/kg



Kjúklíngavængir hvítlauskryddaðir
498,kr./kg
verð áður 644,-/kg



Nýtt

Kalkúna grillsneiðar
1.659,kr./kg



Íslenskt heiðalamb
1.398,kr./kg
verð áður 1.598,-/kg



Fjallalæri
1.398,kr./kg
verð áður 1.598,-/kg

Glæðilegt
SUMAR!

www.FJARDARKAUP.is



Bratwurstpýlsur
398,kr.

verð áður 471,-



SS pýlsur 10 í pk.
678,kr.



Goða pýlsur 10 í pk.
539,kr.

verð áður 649,-



Frosinn kjúklingur
598,kr./kg



Nóa kropp karamellu 200g
398,kr.



Weetos heilhevitihringir
498,kr.

verð áður 526,-



Kanilsnúðar eða súkkulaðisnúðar
298,kr./pk.

verð áður 342,-/pk.



Appelsín, pepsí eða pepsí max 6x0,33l
498,kr./kippan



Coca Cola 4x2L
998,kr.

verð áður 1.189,-



Real þurrmat
10% verðlækkun
margar tegundir

10%
verðlækkun



Síríus rúsínur rjóma
498,kr.



Oreo kex original
249,kr.



Haribo sykurrúðar BBQ
198,kr.

verð áður 238,-



Capri Sonne safi 10 í pk.
498,kr./pk.

verð áður 528,-/pk.



Prins pólo 56 x 18g
998,kr.

verð áður 1.498,-



Appelsínur
178,kr./kg

Íssalat
318,kr./kg



Nivea Welcome Sunshine krem
303,kr.

Nivea shower energy
245,kr.

Nivea body lotion
399,kr.

Nivea cleansing wipes 25stk.
268,kr.

SUMARGLEÐI
Fjarðarkaup

Taktu þátt í **skemmtilegum** sumarleik.

Heimsferðir | advania | ICEWEAR ICELAND | ódyrt bensín | FK FJARÐARKAUP

Fylltu út þátttökuseðilinn og skilaðu honum í kassann. Vinningar eru dregnir út einu sinni í viku í beinni útsendingu á Bylgjunni hjá Ívari á föstudögum. Fyrsti vinningur verður dreginn út þann 21. júní. Leik lýkur 2 ágúst. Fjöldi vinninga.

Tilboð gilda til laugardagsins 29. júní



Úr endurreisn í uppbyggingu

Kaflaskipti eru fram undan hjá Framtakssjóði Íslands. Þorkell Sigurlaugsson, stjórnarformaður sjóðsins, segir nú komið að því að byggja upp til framtíðar. Sjóðir á borð við Framtakssjóðinn geti liðsinnt við að afla erlendra fjárfesta, auka trúverðuleika og aflétta gjaldeyrishöftum.

Óli Kristján
Armansson
olikr@frettabladid.is



Hluthafafundur Framtakssjóðs Íslands samþykkti í vikunni sérstaka arðgreiðslu upp á 5,6 milljarða króna. Með greiðslunni hefur sjóðurinn greitt út til eigenda sinna 17,3 milljarða króna, meira en helming af öllu innkölluðu hlutafé sjóðsins. Eigendur sjóðsins eru 16 lífeyrissjóðir auk Landsbanka Íslands og VÍS.

„Fram til þessa höfum við fjárfest 32 milljarða og eigum eftir 22. Það eru þau loforð sem eigendurnir skuldbundu sig til að leggja til sjóðsins,“ segir Þorkell Sigurlaugsson, stjórnarformaður Framtakssjóðsins. Hann bendir á að með arðgreiðslunni nú hafi sjóðurinn endurgreitt meira en helminginn af öllu innkölluðu hlutafé.

„Um áramót voru eignir sjóðsins bókfærðar á 29 milljarða króna, en matsvirði þeirra var 46 milljarðar. Þannig mikið er eftir inni af verðmætum gangi áætlanir okkar um þessi fyrirtæki eftir. Við horfum á næstu ár sem mjög góð fyrir sjóðinn áfram.“

Sjóðurinn markaði tímamót

Hlutverk Framtakssjóðsins segir Þorkell fyrst og fremst hafa verið að endurreisa íslenskt atvinnulíf og vera þátttakandi í því eftir hrun. Koma fyrirtækjum út úr bankakerfinu og láta ekki staðar numið við að fjárfesta í fyrirtækjum, heldur breyta þeim og efla og koma þeim á hlutabréfamarkað eða selja þau.

„Þetta var nýjung því lífeyrissjóðir höfðu almennt áður fjárfest án þess að beita sér mikið innan fyrirtækja með sama hætti og við höfum gert.“

Þorkell segir sjóðinn með verkum sínum hafa slegið á gagnrýnisráddir sem heyrðust í upphafi um að með stofnun hans væri búið til gríðarstórt valdabatterí. Eignir hafi verið seldar að endurskipulagningu og uppbyggingu lokinni og fjármunirnir sem til hafi orðið runnið beint til eigenda sjóðsins. En vitanlega hafi ýmis mál tekið á, svo sem þegar taka þurfti afstöðu til þess hvort selja ætti Icelandic í einu lagi eða ekki. „Þá var á endanum ákveðið að selja ákveðna starfsemi og verksmiðjur sem ekki hentuðu inn í rekstrinn.“ Eftir stendur traust félag auk um það bil 75 milljón evra sem nýtast geta til erlendra fjárfestinga.

Eins segir Þorkell vel hafa tekist til við sölu á Húsasmíðjunni, en á sínum tíma hafi aðkoma sjóðsins að fyrirtækinu verið gagnrýnd harðlega og sumir jafnvel lýst þeirri skoðun að réttast væri að láta fyrirtækið fara í þrot. „Við hins vegar seldum félagið til erlendra aðila sem eru að byggja það upp og í samkeppni við þá sem fyrir eru á þessum markaði.“ Það er einnig mikill ábyrgðarhluti að láta félag fara í þrot til dæmis gagnvart starfsmönnum þegar áðrar leiðir eru færar.

Sama hafi átt við um Icelandair og talað um það þegar sjóðurinn keypti í félaginu á genginu 2,5 að fjárfestingin væri slæm. „Um það talar enginn í dag þegar gengið er komið í 13 og félagið orðið gífurlega öflugt,“ segir Þorkell.

Hlutverk sjóðsins segir Þorkell mjög skýrt. „Við erum ekki að kaupa fyrirtæki til að eiga til langs tíma, heldur til þess að gera úr þeim verðmæti fyrir eigendur sjóðsins.“ Starfsemi skipti líka máli fyrir hlutabréfamarkaðinn og þar með fyrir almenning sem sé eigandi að sjóðnum í gegnum lífeyrissjóðina og Landsbankann. Með starfsemi sinni hafi sjóðurinn átt þátt í því að bjarga lífvænlegum fyrirtækjum, efla þau og koma um leið í veg fyrir að þrotabú bankanna seldu þau, mögulega á hrakvirði, til erlendra fjárfesta.

Annað hlutverk í sjónmáli

Hvað framtíðina varðar segir Þorkell ljóst að fjárfestingafimabil sjóðsins renni sitt skeið og síðan þurfi að vinna úr þeim eignum sem sjóðurinn hafi á hendi sér.



MADUR MEÐ REYNSLU Þorkell Sigurlaugsson, stjórnarformaður Framtakssjóðs Íslands, hefur átt sæti í stjórnum fjölda fyrirtækja, jafnt stórra sem smárra, og um áratugaskeið látið sig varða þróun íslensks atvinnulífs með ritun greina og bóka.

FRÉTTABLAÐIÐ/PIJETUR

„En síðan erum við kannski að koma líka inn í nýja bylgju. Að lokinni endurreisn eftir hrun er verkefnið fram undan að losna út úr gjaldeyrishöftum, skapa trúverðuleika á alþjóðavísu og fjárfesta þannig að hagvöxtur aukist.“ Núna segir Þorkell að við taki uppbyggingarstarf og fjárfestar, lífeyrissjóðir sem aðrir, þurfi að horfa til þess hvaða tæki henti til starfans.

„Lífeyrissjóðir verða að geta treyst því að félögum sem þeir fjárfesta í sé vel sinnt og má nefna að fjárfestingar þeirra erlendis eru gjarnan í gegnum svona private equity-sjóði. Þeir kaupa ekki endilega beint í Microsoft, Apple eða Facebook og þess konar fyrirtækjum, heldur oft í framtakssjóðum sem eru sérfróðir á ákveðnum sviðum.“ Þorkell segist telja slíkt fyrirkomulag ekki síður mikilvægt á heimavelli, sér í lagi í ríkjandi aðstæðum innan hafta, mikilli nálægð og þrýstingi á að selja á einum stað og kaupa á öðrum.

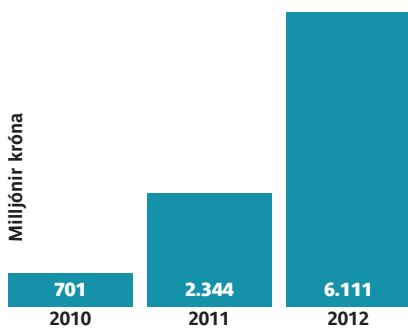
Eins segir Þorkell tækifæri fólgin í því að erlendir fjárfestar kaupir í framtakssjóðum hér. „Þeir kunna að vera viljugri til að kaupa í private equity-sjóði en að leggja fé sitt beint í einhverjar framkvæmdir. Með því að fjárfesta í svona sjóði, með íslenskum lífeyrissjóðum og öðrum fjárfestum, er áhættan minni fyrir erlenda fjárfesta og þeir geta betur réttlætt það að fjárfesta á Íslandi.“

Áhersla á góða stjórnarhætti

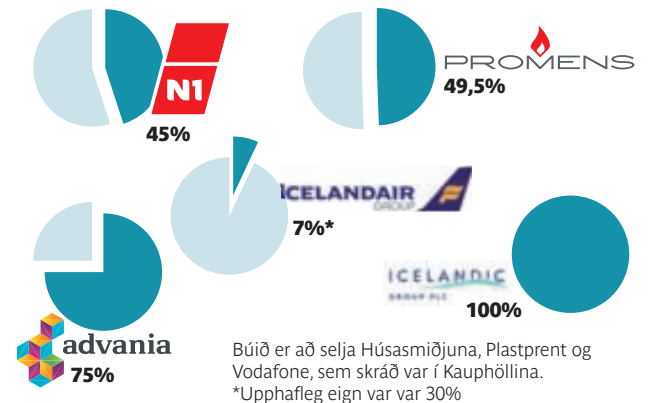
Þá segir Þorkell eignir og starfsemi sjóðsins skipta máli innan hafta því um 70 prósent af veltu eigna sjóðsins séu erlendar tekjur. Sjóðurinn hlíti skilmálum laga um gjaldeyrishöft en fyrirtæki í eigu hans og hann sjálfur hafa tækifæri til að skila verðmætum eða fjárfesta erlendis í þágu lífeyrissjóðanna. „Og þar sem þeir hafa takmarkaða fjárfestingargetu erlendis má segja að þarna séu þeir óbeint með erlendar eignir sem ekki koma fram sem slíkar í reikningum þeirra.“

Vegna hafta og fæðar fjárfestingarkosta segir Þorkell nær óhjákvæmilegt, þegar sjóðurinn selur eignir, að meðal kaupenda séu eigendur sjóðsins eða aðrir lífeyrissjóðir. „Við höfum haft þá reglu við eignasölu að fela öðrum að sjá um hana.“ Um leið er í starfsemi sjóðsins mikið lagt upp úr góðum stjórnarháttum og þeir innleiddir í þeim fyrirtækjum sem sjóðurinn á í. Þá eru stjórnarmenn Framtakssjóðsins að sögn Þorkells óháðir stjórnarmenn. „Svo höfum við til dæmis þá reglu að stjórnarmenn Framtakssjóðsins sitja ekki í stjórnum þeirra fyrirtækja sem við eigum í.“ Sama á við um framkvæmdastjóra sjóðsins.

HAGNAÐUR FRAMTAKSSJÓÐS ÍSLANDS EFTIR REKSTRARÁRUM



EIGNIR SJÓÐSINS



Á LANGA SÖGU Í ÍSLENSKU ATVINNULÍFI

Þorkell Sigurlaugsson er fæddur 2. maí árið 1953. Hann er stúdent frá MR 1973 og viðskiptafræðingur frá Háskóla Íslands 1977. Hann hefur komið víða við í íslensku atvinnulífi frá útskrift og ritað fjölda greina og bóka um íslenskt viðskiptalíf, síðast bókina „Ný framtíðarsýn“ árið 2009. Frá 2009 hefur Þorkell verið framkvæmdastjóri fjármála- og fasteignareksturs Háskólans í Reykjavík (HR). 2004 til 2008 var hann framkvæmdastjóri þróunarsviðs HR og þar áður framkvæmdastjóri þróunarsviðs Eimskips og Burðarás, sem var fjárfestingafélag Eimskips. Að auki hefur hann setið í stjórn fjölda fyrirtækja, stórra sem smárra. Þorkell hefur verið í stjórn Framtakssjóðs Íslands frá upphafi og stjórnarformaður frá sumri 2011.

„Að lokinni endurreisn eftir hrun er verkefnið fram undan að losna út úr gjaldeyrishöftum, skapa trúverðuleika á alþjóðavísu og fjárfesta þannig að hagvöxtur aukist.“

sjóðsins sitja ekki í stjórnum þeirra fyrirtækja sem við eigum í.“ Sama á við um framkvæmdastjóra sjóðsins.

Þess í stað taka starfsmenn sjóðsins sæti í stjórnum félaga auk þess sem valdir eru fagaðilar til stjórnarsetu. „Við leggjum mikla áherslu á að starfsmenn séu tengdir þessum félögum, því hlutverk þeirra er að fylgja eftir stefnumörkun og áherslum sjóðsins. Hjá sjóðnum starfar öflugur og skilvirkur, en lítill hópur starfsmanna þar sem liðsheildin er afar mikilvæg og það er þeim fyrst og fremst að þakka hve vel hefur gengið.“

Sjóðurinn er þolinmóður

„Við höfum líka lagt áherslu á að byggja félög þannig upp að eigið fé þeirra sé nægilega sterkt áður en kemur að sölu eða skráningu á markað. Við höfum enga hagsmuni af öðru en að þau félög sem við seljum standi undir nafni og standi undir fjárhagslegri getu. Okkur liggur ekkert á.“

Þorkell bendir á að sjóðurinn sé ekkert skuldsettur, með 96 prósentu eiginfjárlutfall. „Við eigum núna nokkur félög sem fólk kannast við og eru í umræðunni, svo sem N1, Advania,

Icelandic, Promens og Icelandair og horfum bara á hvenær þau eru tilbúin; hvenær stjórnendur þeirra og rekstur er orðinn það góður að forsvaranlegt sé og skynsamlegt að selja þau.“

„Allt sem við seljum fer beint til eigenda okkar. Við greiðum arð, en megum ekki endurfjárfesta samkvæmt reglum sjóðsins.“ Vilji sjóðurinn hins vegar fjárfesta sé jafnóðum kallað inn nýtt hlutafé.

Síðan þegar kemur að sölu þá sé fyrsti kostur að skrá félög á hlutabréfamarkað hér heima. „En það er auðvitað alls ekki sjálfgefið. Sum félög sem við eigum eru þess eðlis að ekki er víst að skynsamlegt sé að skrá þau á markað hér heima, svo sem vegna eðlis starfsemi þeirra, sem kannski fer fyrst og fremst fram erlendis,“ segir Þorkell.

Verkefni sjóðsins segir Þorkell hafa verið skemmtileg, spennandi og krefjandi. „Ég verð var við að aðkoma okkar að fyrirtækjum, jafnvel þótt henni hafi ekki fylgt fjárframlag, hefur ýtt undir jákvæðni og sjálfstraust innan þeirra.“ Starfsfólkið viti þá að þarna sé kominn eigandi sem ætli sér að vinna með fyrirtækinu og hjálpa því inn í framtíðina en geri líka miklar kröfur.

FYRIR SUMARIÐ

20% AF ÖLLUM VÖRUM 27.-30. JÚNÍ



LUKTIR



7.992

Áður 9.990

3 LITIR

Appelsínugult, grænt og hvítt

10.392

Áður 12.900



STÓLL

5.592

Áður 6.990

BORÐ

10.392

Áður 12.990

NÝ SENDING

PLASTSETT

Í ÚTILEGUNA



15.920

Áður 19.900

MÓSAÍKBORÐ



DOLIR
-15°C

23.920

Áður 29.900



23.920

Áður 29.900

11.120

Áður 13.900



FRÁBÆR Í BÚSTAÐINN

INGÖNGU Á SMÁRATORGI

MALTA SÓFI

199.920

Áður 249.900



VALDIR STÓLAR

20-50%

GLERVARA

the
PIER

Við eyðum miklu í menntun en útskrifumst seint:

Sumarið er tími tossanna

Í vor höfum við fengið að skyggast inn í veröld íslenskra tossa undir leiðsögn Lóu Pind Aldísardóttur á Stöð 2. Frábærir þættir sem sýna okkur að skólakerfið er langt frá því að vera allra. Mjög langt frá því. Lóa lagði af stað í þetta ferðalag sitt vegna reynslu sinnar og sonar hennar af skólakerfinu. Hann er tossi. Droppát. Fallisti. Brottfall eins og Jón Gnarr borgarstjóri og svo margt ágætt fólk.

Í Fréttablaðinu í gær slógum við því upp á forsíðu að Íslendingar útskrifuðust elstir allra í OECD-ríkjunum úr háskóla. Hvað veldur? Jú, við föllum og dettum úr framhaldsskólum af miklu meiri ákefð en þær þjóðir sem við viljum helst miða okkur við. Þrír krakkar af hverjum tíu sem fara í framhaldsnám ljúka ekki námi. Það er því ekki að undra að við séum komin yfir þrjúttug þegar við útskrifumst loksins úr grunnnámi á háskólastigi, en það er fjórum árum síðar en aðrar þjóðir innan OECD.

Þetta kemur fram í nýrri skýrslu sem kynnt var í fyrradag. Þar segir einnig að við séum eina þjóðin sem eyði meiru í grunnskóla en háskóla. Hlutfallslega eyðum við miklu í menntun á Íslandi. Aðeins Danir eyða meiru en við sé miðað við hlutfall af landsframleiðslu. Við erum bara ekki að eyða þeim peningum nógu viturlega.

Brottfall úr framhaldsskólum verður að minnka og það krefst þjóðaráttaks. Við getum ekki skilið um fimmtán hundruð ungmenni eftir í lausu lofti á ári hverju. Allir foreldrar krakka á framhaldsskólaaldri geta rétt ímyndað sér hvernig það er að vera með stálpað ungmenni ráðalaust á heimilinu. Við stöndum okkur ekki nógu vel í breyttu umhverfi.

Hér á árum áður skipti brottfallið litlu máli. Það var eftirspurn eftir ungmennum sem voru til í vinnu og uppgrip. Krakkar sem dattu úr skóla voru hreinlega sóttir í unglingaherbergið og komið fyrir um borð í bát eða í frystihúsi svo dæmi sé nefnt. Íslenskt samfélag var allt öðruvísi upp byggt og þessir krakkar höfðu oft unnið frá unga aldri. Nú hins vegar er samfélagið allt annað og lítil sem engin eftirspurn eftir of ungu fólki til vinnu. Ungu fólksins biða atvinnuleysisbætur og vonleysi. Atvinnurekendur kalla ekki eftir týndum tossum í unglingaherbergjum. Eitt af hverjum tíu ungmennum er á atvinnuleysisbótum. Það eitt og sér er skelfilegt og hefur slæm áhrif á sjálfmynd þessa unga fólks.

Þættir Lóu Pind hafa sýnt okkur að það er margt bogið við menntakerfið okkar. Við kunnum ekki að mæta þörfum tossanna. Tossarnir blómstra miklu frekar á sumrin þegar þeir losna úr þrjúgandi andrúmslofti skólastofanna og koma út í sumarið.

Um öll þessi atriði erum við sammála. Við vitum þetta allt og höfum vitað lengi. Við þekkjum góðar hugmyndir að hinum ýmsu lausnum, eins og til dæmis að stytta grunn- og framhaldsskóla. Það er bara spurning um að fara að framkvæma.

FRÉTTABLAÐIÐ

ÚTGÁFUFLAG: 365 miðlar ehf. STJÓRNARFORMAÐUR: Ingibjörg S. Pálmadóttir FORSTJÓRI OG ÚTGÁFUFLAÐUR: Ari Edwald RITSTJÓRAR: Ólafur P. Stephensen olafur@frettabladid.is, Mikael Torfason mikael@frettabladid.is Fréttablaðið kemur út í 90.000 eintökum og er dreift ókeypis á heimili á höfuðborgarsvæðinu og Akureyri. Einnig er hægt að fá blaðið í völdum verslunum á landsbyggðinni. Fréttablaðið áskilur sér rétt til að birta allt efni blaðsins í stafrænu formi og í gagnaböndum án endurgjalds. ISSN 1670-3871

VEISLAN

Í Rekstrarlandi fæst mikið úrval af vörum fyrir brúðkaup, útskriftir, afmæli, grillveislur og aðrar uppákomur.



SERVÍETTUR
3ja laga 40x40 cm, 70 stk. í pakka
Verð 590 kr.



PAPPADÚKUR
25x1,2m, vínrauður
Verð 5.490 kr.



REKSTRARLAND

Skeifunni 11 | Sími 515 1100

www.rekstrarland.is

FRÁ DEGI TIL DAGS

Misskilningur

Gunnar Bragi Sveinsson utanríkisráðherra fékk hlýjar kveðjur frá Angelu Merkel Þýskalandskanslara á fundi þeirra í Berlín í gær. Merkel hrósaði Gunnari Braga meðal annars fyrir það hversu farsælega íslensku þjóðinni hefði tekist að snúa sig út úr vonlittli stöðu eftir efnahagshrunið og rífa hér allt í blússandi gang á ný. Gera má ráð fyrir því að Gunnar Bragi hafi leiðrétt Merkel, hér sé allt á vonarvöl eftir óstjórn vinstri-flokkanna undanfarin fjögur ár og ástandið meira að segja mun verra en menn héldu fyrir einum mánuði. Eftir að hann hrósaði henni fyrir hvað hún talaði góða þýsku, það er að segja.



Fjórir til sjótiuogsex

Ráðgjafarhópur um lagningu nýs sæstrengs hefur í heilt ár unnið að mati á því hversu miklu slíkur strengur gæti skilað þjóðarbúinu. Þessi ársvinna hefur nú skilað niðurstöðu: Við getum grætt á strengnum á hverju ári – eithvað á bilinu frá fjórum og upp í 76 milljarða. Þetta kallar maður varfærið mat.

Margt stórt

Öllum verður okkur reglulega fótasturtur á tungunni, þvælum óvart orðatiltækjum brengluðum út úr okkur, en sérstaklega er eftir því tekið þegar þingmenn gera það í ræðustól eins og Vigdís Hauksdóttir hefur fengið að kynna. Á þriðjudaginn hélt Elín Hirst prýðilega ræðu um afleiðingarnar af svartri atvinnustarfsemi. „Margt stórt gerir eitt smátt,“ sagði Elín – sem er ekki rétt – en enginn heyrðist hlæja í salnum. Vonandi þýðir það samt ekki að enginn hafi verið að hlusta, því að boðskapurinn var annars hinn ágætasti. stigur@frettabladid.is



HALLDÓR



Byrjað á öfugum enda

LÍFEYRISPEGAR



Árni Páll Arnason alþingismaður

Félagsmálaráðherra hefur lagt fram frumvarp sem ætlað er að draga til baka skerðingar í almannatryggingakerfinu frá árinu 2009.

Það er gott markmið, sem við styðjum, en það skiptir máli hvernig það er gert. Hér er byrjað á öfugum enda og gripið til aðgerða sem ekki nýtast þorra lífeyrisþega. Einungis tveir afmarkaðir hópar hagnast á breytingunum: Aldraðir sem geta unnið og hafa atvinnutekjur og svo örorku- og ellilífeyrisþegar sem hafa a.m.k. 250.000 krónur í mánaðartekjur frá lífeyrissjóðum. Mest hagnast þeir 2.500 lífeyrisþegar sem eru með yfir 350.000 kr. á mánuði úr lífeyrissjóðum og fá nú ekkert úr ríkissjóði. Þeir munu eftir breytinguna fá rúmar 30.000 kr. fyrir skatt.

Þessar breytingar gera ekkert fyrir lífeyrisþega með undir 250.000 í tekjur og sem ekki hafa atvinnutekjur.

Ekkert bolar á efndum á raunverulegum kjarabótum, sem nýtast þorra lífeyrisþega. Svoleiðis aðgerðir virðast ekki ofarlega á forgangslista ríkisstjórnarinnar.

Ekkert bolar á lækkuðum skerðingum vegna fjármagnstekna, sem myndi gagnast stórum hópi lífeyrisþega. Við ákváðum árið 2009 að skerðingarmörk vegna tekna úr lífeyrissjóðum yrðu hækkuð tímabundið og lækkuð aftur í lok árs 2013. Kjara-

→ Þessi bútasamur núna gengur líka í þveröfuga átt við þá þverpólítísku sátt milli fulltrúa flokka og aðila vinnumarkaðarins sem náðist í fyrra um nýtt almannatryggingakerfi og teflir þeirri endurskoðun í tvísýnu.

skerðing lífeyrisþega yrði því tímabundin. Ekkert bolar á flýtingu þeirrar breytingar, þrátt fyrir digur loforð stjórnarflokkanna þar um fyrir kosningar. Sama á við um loforð framsóknarþingmanna um endurgreiðslu allrar skerðingar allt frá árinu 2009. Ekkert bolar á efndum þar.

Þessi bútasamur núna gengur líka í þveröfuga átt við þá þverpólítísku sátt milli fulltrúa flokka og aðila vinnumarkaðarins sem náðist í fyrra um nýtt almannatryggingakerfi og teflir þeirri endurskoðun í tvísýnu.

Eftir standa allir ókostir gamla kerfisins, sem við vildum losna við með nýju almannatryggingakerfi. Áfram verður 100% skerðing á framfærsluþpót. Áfram geta lífeyrisþegar lent í falli á krónu og tapað hundruðum þúsunda ef þeir fá einni krónu meira en minna í greiðslur úr almennum lífeyrissjóðum.

Horfa þarf á heildarmyndina

MENNTUN
 Að undanfögnu hefur menntun íslenskra ungmenna vakið áhuga fjölmörgu. Ástæðan er skýrsla þverpólítísks og þverfaglegs samráðsvettvangs um aukna hagsæld á Íslandi. Umfjöllunin hefur vakið áhuga minn og vonir um framsækni til að gera góðan skóla betri. Skóli á að þróast í takt við sýbreytilegt þjóðfélag enda er kveðið á um það í öllum lögum og reglugerðum sem um hann gilda. Allir eru sammála um að íslenskir skólar skuli ætíð veita bestu menntun sem völ er á, hvort sem viðkomandi menntastofnun heyrir undir ríki eða sveitarfélag.



Valgerður Eiríksdóttir
grunnskólakennari

Ég fagna því að skólastarf í landinu verði skoðað með tilliti til efnahagslegrar hagsældar og vonandi verður litið til langrar framtíðar. Augljóslega er stefnt að því að ná fram sparnaði og þá skiptir máli hvernig, og hvað menn hyggjast fá fram.

Ég geri fastlega ráð fyrir að breytingar á skólastarfi sem gerðar hafa verið í þverpólítískri sátt á undanföllum árum séu komnar til að vera og afturhvarf til gamalla tíma þyki ekki fýsilegur kostur. Með grunnskólalögum 1974 var stigið farsælt skref í áttina að skóla fyrir alla. Þá var horfið frá því að draga nemendur í dilka eftir námsgetu. Fyrir þann tíma tíðkaðist að vera með fjölmenna bekki nemenda með góða námsgetu og aðra fámennari sem gjarnan fengu viðurnefnið tossabekkir.

Aukning á vinnuframlagi

Í áður nefndri skýrslu samráðshópsins um aukna hagsæld á Íslandi er

að finna hugmynd um að fjölga nemendum í námsþópum og auka kennslutíma kennara. Þannig á að spara fé, m.a. til að greiða kennurum hærri laun. Umræðan um laun kennara er ekki ný af nálinni; hún hefur fylgt mér líkt og skuggi alla starfsævi mína.

Enginn veit þó betur en þeir sem starfa í grunnskólanum að stækkun nemendahópa styður ekki við hugmyndina um bestu menntun fyrir nemendur. Hins vegar heyrir ég marga, bæði lærða og leika, henda hana á lofti. Í nýlegri könnun á vinnuframlagi kennara sem Félag grunnskólakennara og Samband sveitarfélaga stóðu saman að kemur fram að kennarar skila vinnu langt umfram það sem þeir fá greitt fyrir. Staðreyndin er að áður nefndar breytingar á starfinu hafa haft í för með sér verulega aukningu á vinnuframlagi af þeirra hálfu. Í lögum um skóla án aðgreiningar felst aukin vinna, m.a. í gerð einstaklingsnámskráa, breyttum samskiptum við foreldra og ótal fundum með sérfræðingum sem koma að málefnum barna. Þá eru ótaldr kröfurnar um að skólinn taki að sér meiri fræðslu af ýmsu tagi.

Heildarmyndin

Á Íslandi hefur ríkt sátt um grunnskólana. Hver skóli setur sér eigin námskrá og gróskan er jafnmikil og skólarnir eru margir. Þar vinna samvirkusamir kennarar sem eiga að njóta sannmælis. Allar upphrópanir um að þeir sinni ekki starfi sínu dæma sig sjálfar. Hvað er átt við þegar talað er um að

fjölga í námshópum og velja hæfustu kennarana til starfa? Það er kunnugleg tugga úr fortíðinni en nútíminn krefst hugmynda um skólaumhverfi morgundagsins. Er stækkun nemendahópa og fleiri kennslustundir kennara líkleg til að hækka launin og laða fólk að kennaranámi? Á að spara með því að segja upp stuðningsfulltrúum, eða fjölga þeim í samræmi við stækkandi námshópa? Á kennari eingöngu að sinna kennslu og undirbúningi? Hver á þá að vinna með sérfræðingunum að velferð nemenda? Á að fella úr gildi lög um

skóla án aðgreiningar og hverfa aftur til flokkunar nemenda? Er samfélagslegur byr með þessum hugmyndum?

Þessar spurningar krefjast svara. Það kæmi verulega á óvart ef foreldrasamfélagið legði blessun sína yfir þessar hugmyndir. Foreldrar hafa skorist í leikinn þegar skólayfirvöld einstakra skóla hafa ætlað að grípa til stækkunar nemendahópa. Ég hvet ráðamenn til að horfa á heildarmyndina áður en ákvarðanir eru teknar og kennara, foreldra og aðra sem að menntun- og uppeldismálum koma til að

→ Á að spara með því að segja upp stuðningsfulltrúum, eða fjölga þeim í samræmi við stækkandi námshópa? Á kennari eingöngu að sinna kennslu og undirbúningi?

tjá sig um þetta mikilvæga mál-efni. Grunnskóli er stór vinnustaður barna og fulloröðinna sem krefst mikils sveigjanleika. Hvernig verður hann metinn inn í excel-skjal sem reiknar út hagsæld á Íslandi?

Nýsköpunarkeppni Landsbankans og Matís

Landsbankinn og Matís auglýsa eftir viðskiptahugmyndum á sviði matvæla og líftækni, byggðum á íslensku hráefni eða hugviti.

Landsbankinn og Matís hafa komið á fót nýsköpunarkeppni fyrir viðskiptahugmyndir í matvæla- og líftækniþema sem byggja á íslensku hráefni eða hugviti. Samkeppninni er ætlað að vera öflugur hvati við uppbyggingu fyrirtækja og þróun verkefna í matvæla- og líftækniþema. Markmiðið er að auka varanlega verðmætasköpun í íslensku atvinnulífi.

Umsóknarfrestur er til kl. 17 mánudaginn 2. september 2013.

Opið er fyrir allar hugmyndir á sviði matvæla- og líftækni sem eiga erindi á markað og byggja á íslensku hráefni eða hugviti.

Nánari upplýsingar um samkeppnina er að finna á landsbankinn.is/nyskopun og matis.is/nyskopun.

Hjá Matís er unnið að fjölbreyttum verkefnum á sviði matvæla- og líftækni þar sem áhersla er lögð á nýsköpun, verðmætaaukningu og matvælaöryggi. Landsbankinn hefur lagt áherslu á að vera hreyfiafl í atvinnulífinu og veita stuðning og ráðgjöf á sviði nýsköpunar, bæði í atvinnulífinu og menntakerfinu.



141. mánuður loftárása

Forsætisráðherra Íslands skrifar grein í Morgunblaðið þriðjudaginn 25. júní með yfirskriftinni „Fyrsti mánuður loftárása“. Þar kvartar hann undan skömmum sem stjórnarandstæðingar hafa látið dynja á honum fyrstu vikurnar í embætti. Gagnrýninni líkir ráðherrann við loftárásir, þar sem andstæðingarnir láti sprengjum rigna úr lofti.



Stefán Pálsson
formaður Samtaka hernaðarandstæðinga

UTANRÍKISMÁL
 enda hafa vestrænir ráðamenn ítrekað endurskilgreint markmiðin eftir því sem átökin hafa dregist á langinn.

Í hverri viku berast fregnir af hörmulegum afleiðingum hernaðarins, þar sem fjarstýrðum árásarvélum er beitt til að tryggja að sem fæstir Nató-hermenn falli. Minna fer fyrir slíkri umhyggju fyrir lífi og limum afganskra borgara.

Íslensk stjórnvöld hafa lítt skipt sér af þessu stríði, sem þó er háð í okkar nafni og með okkar stuðningi. Ólíklegt má teljast að það breytist með nýjum utanríkisráðherra, sem segist vilja taka virkari þátt í starfsemi og umsvifum Nató. En hver veit nema nýtilkomin andúð framsóknarmanna á loftárásunum muni koma fram í utanríkisstefnunni?

Líkingamál forsætisráðherra skapar hugrenningatengsl við aðrar loftárásir og öllu áþreifanlegri. Í Afganistan hafa Nató-þjóðir látið sprengjum rigna úr háloftunum, ekki í einn mánuð heldur hundrað fjórutíu og einn. Stríðið endallega í einu fátækasta landi jarðar hefur nú staðið lengur en heimsstyrjaldirnar tvær samanlagt. Flestir hafa gleymt hinum upprunalega tilgangi þessa stríðs,



SAMA GÓÐA SKINKAN

er komin í nýjan búning

Nýjar og handhægar umbúðir tryggja hámarksendingu.



Tækifæri til sáttu

Þegar þetta er skrifað hafa yfir þrjátíu þúsund manns skrifað undir mótmæli vegna fyrirhugaðrar lækunar veiðigjalda. Fólkið sem tekur þátt í þessum undirskriftum er í raun ekki að segja að nefnd tegund veiðigjalda sé eina aðferðin sem komi til greina. Það vill einfaldlega að eðlilegt endurgjald fái fyrir að nýta fiskimiðin. Allir stjórnmalaflokkar segja að þjóðin eigi auðlindina og eru nú teknir á orðinu. Ef Alþingi samt sem áður samþykkir þetta frumvarp mun forsetinn, ef hann er samkvæmur sjálfum sér, synja því staðfestingar.

Þá þyrfti þjóðin að kjósa um óboðlega kosti. Annars vegar bráðabirgðaákvæði um afar lágt gjald og hins vegar gallað fyrirkomulag sem ekki tryggir þjóðinni eðlilegt endurgjald og yrði þó ýmsum útgerðarformum óbærilegt. Af þessum

SJÁVARÚTVEGS-MÁL



Jóhann Ársællsson
fv. alþingismaður

ástæðum get ég ekki skrifað undir mótmælaskjalið.

Jafnræði ekki í auglýsingu

Sú aðferð sem felst í nógildandi lögum um sérstakt veiðigjald hentar illa til að innheimta gjald fyrir afnot auðlindar sem þarf á sem frjálustum viðskiptum að halda. Heildarlaun síðustu ríkisstjórnar fólst annars vegar í fyrrnefndu veiðigjaldi og hins vegar frumvarpi sem byggði á nýtingarsamningum og flóknu potta- og útdeilingarkerfi. Aðalgallinn við þá leið var þó sá að ekki sá fyrir endann á forgangi núverandi kvótahafa til nýtingarinnar. Jafnræði var ekki í auglýsingu. Ef lausn síðustu ríkisstjórnar hefði náð fram að ganga hefðu menn staðið frammi fyrir sömu vandamálum aftur þegar nýtingarsamningum hefði lokið.

Sú ríkisstjórn sem núna situr virðist eftir því sem ég kemst næst

vilja byggja á hugmyndum svokallaðrar „sáttanefndar“, og þar með nýtingarsamningum, en vill varðveita sem mest nógildandi stjórnkerfi. Sami gallinn er við þá leið, sá að með henni næst ekki frambúðarlausn á aðgangi að nýtingu auðlindarinnar. Menn virðast gleyma sér í umræðu um hvert skuli vera eðlilegt endurgjald og hvernig skuli reikna það en horfa fram hjá því hvernig eigi að tryggja jafnræði til að fá úthlutað veiðirétti. Ríkisstjórnin hefur a.m.k. ekki sett fram hvernig jafnræði til nýtingarinnar verði komið á.

Einföld breyting

Þorsteinn Pálsson, fyrrverandi sjávarútvegsráðherra, skrifar grein í Fréttablaðið þann 22. júní. Þar nefnir hann þá leið að selja á markaði tiltekin prósent veiðiheimilda árlega. Þessi einfalda leið getur leyst deiluna um upphæð veiðigjaldsins vegna þess að þá ákveða útgerðarmenn sjálfir upphæð

gjaldsins. Hún kemur jafnframt á jafnræði til nýtingarinnar. Í raun þyrfti ekki að breyta neinu öðru í lögunum um stjórn fiskveiða til að leysa aðaldeilurnar um eignarhald og jafnræði til nýtingar. Deilan um það hvernig eigi að orða stjórnarskrárákvæðið yrði þar með úr sögunni vegna þess að ágreiningsefnið væri horfið. Menn gætu hins vegar haldið áfram eðlilegum rökræðum um stjórn veiðanna sem er eðli máls samkvæmt viðvarandi verkefni. Til að skera úr um þá prósentu veiðiréttar sem setja ætti á markað þyrfti vandaða umfjöllun fræðimanna. Fimm prósent myndu jafngilda tuttugu ára veiðirétti en það er sú tímalengd sem oftast hefur verið nefnd í umræðunni um nýtingarsamninga. Prósentuna þarf hins vegar að velja með það í huga að langtímaveiðiréttur verði eðlilega verðlagður. Þetta er afar mikilvægt til að önnur viðskipti með veiðirétt geti verið á réttum grundvelli.

→ Ef lausn síðustu ríkisstjórnar hefði náð fram að ganga hefðu menn staðið frammi fyrir sömu vandamálum aftur þegar nýtingarsamningum hefði lokið.

Ég tek ofan

Útgerðarmenn sem hafa keypt veiðirétt hafa mótmælt þessari aðferð harkalega og segjast fara á hausinn verði þetta gert. Þeirra hlut mætti rétta með endurgreiðslu á hluta þess verðs sem fengist á markaðnum í tiltekinn árafjöld. Ég fagna því að fyrrverandi sjávarútvegsráðherra Sjálfstæðisflokksins bendir á leið af þessu tagi og tek ofan fyrir honum að setja hana fram.

Ég skora á alla alþingismenn að sameinast um að fresta afgreiðslu á frumvarpi sjávarútvegsráðherra og leita sáttu á þeim grundvelli sem Þorsteinn bendir á.

List- og verknám í framhaldsskólum

Í aðdraganda kosninga og á síðustu vikum hefur verið mikið rætt um list- og verknám í framhaldsskólum. Má á mörgum skilja að skortur á slíku námi standi nemendum fyrir þrífum og sé jafnvel meginorsök brottfalls og vanlíðunar nemenda á þessum aldri.

MENNTUN



Kristinn Þorsteinsson
skólameistari
Fjölbrautaskólans í
Garðabæ

brautir, ásamt því að bjóða upp á fjölbreytt verknám. Borgarholtsskóli, Fjölbrautaskólinn í Breiðholti og Fjölbrautaskólinn í Garðabæ bjóða allir upp á öflugar listnámsbrautir og útskrifa á hverri önn hóp nemenda sem hafa öðlast góðan grunn í hinum ólíku listgreinum. Verkmenntaskólinn á Akureyri og Menntaskólinn á Tröllaskaga bjóða einnig báðir upp á listnám og fleiri skóla mætti nefna.

Í bráðabirgðahúsnæði

Þegar rætt er um að stofna sérstakan listamenntaskóla vill gleymast að listaskólar eru þegar til og hafa umtalsverða kosti

umfram sérstaka listamenntaskóla, sem er að allir nemendur þessara skóla geta auk bóknáms eða verknáms bætt við sig áföngum í listgreinum. Í Fjölbrautaskólunum í Garðabæ getur nemandi á náttúrufræðibraut lokið námi af þeirri braut ásamt því að hafa að baki 21 einingu í listnámi sem er tæplega einn sjöundi af námi hans í skólanum.

Framboð af listnámi er í raun fjölbreytt. Í Fjölbrautaskólanum í Garðabæ er boðið upp á listnám í fata- og textílgreinum, leiklist og myndlist, auk þess sem skólinn býður upp á hönnunar- og markaðsbraut. Á þessu ári verður lokið við að hanna styttri útgáfur af öllum þessum brautum, sem nemendur geta brautskráðst af eftir tveggja til þriggja ára nám.

Framboð af listnámi, og verknámi einnig, er því talsvert á framhaldsskólastigi. Það sem vantar er að gera því hærra undir höfði í umræðunni og í samfélaginu í heild. Foreldrar verða að átta sig á að námsferill í list- og verkgreinum er ekki síðri en í bóknámi.

Stjórnvöld verða að setja nægjanlegt fjármagn í listnám. Fjölbrautaskólinn í Garðabæ hefur frá upphafi boðið upp á listnám í bráðabirgðahúsnæði. Árið 2008 var búið að teikna viðbyggingu við skólann sem átti að hýsa list- og verknám. Þau áform voru lögð á hilluna í kjölfar hrunsins. Nú er tækifæri til að blása rykið af þessum teikningum og hefja framkvæmdir við nýja viðbyggingu við Fjölbrautaskólann í Garðabæ og

→ Framboð af listnámi er í raun fjölbreytt. Í Fjölbrautaskólanum í Garðabæ er boðið upp á listnám í fata- og textílgreinum, leiklist og myndlist auk þess að vera með hönnunar- og markaðsbraut.

sýna þannig í verki áhuga á að efla list- og verknám á Íslandi.

Það þarf ekki að stofna sérstakan listamenntaskóla á Íslandi. Þessir skólar eru til nú þegar og hafa fjölbreytt úrval og öflugt nám upp á að bjóða. Við þurfum að efla veg og virðingu þessa náms ásamt því skapa listaskólum þessa lands aðstöðu og tæki til að efla þetta nám enn frekar.

citroen.is

C3

MEÐ FRUMLEIKA KEMUR FRELSI

CITROËN C3

FRÁ 2.490.000 KR.

Einstaklega sparneytinn, lipur og þægilegur. Notar einungis frá 3,4 l/100 km í blönduðum akstri. Há sætisstaða, gnótt rýmis og ríkulegur staðalbúnaður veita þér hámarks notagildi og frelsi. Auk þess fær hann fritt í stæði í Reykjavík.

Nýir og notaðir bílar: Söluveildir eru opnar alla virka daga kl. 9-17.

Brimborg Reykjavík: Bildshöfða 8, sími 515 7040 | Brimborg Akureyri: Tryggvabraut 5, sími 515 7050



Öruggur staður til að vera á



ÚTSALA

Í ÖLLUM VERSLUNUM ÚTILÍFS

30-70% AFSLÁTTUR

HLAUPASKÓR • ÍÞRÓTTAGALLAR • ÆFINGABUXUR • ÆFINGABOLIR • ÍÞRÓTTATOPPAR • GÖTUSKÓR
BARNAFÓTBOLTASKÓR • SUNDBOLIR • ÍÞRÓTTAPEYSUR • STUTTBUXUR • ÍÞRÓTTASKÓR • BIKINÍ
GERVIGRASSKÓR • FÓTBOLTASKÓR • HLÝRABOLIR • BARNAFÖT • SUNDSKÝLUR • TANKINÍ • BOLIR
FULLT AF ALLS KONAR.....!!

ÚTILÍF



Ástkær móðir okkar, tengdamóðir, amma og langamma,

PURÍÐUR HILDA HINRIKS
áður til heimilis að Stórholti 21, Reykjavík,

lést á Dvalarheimilinu Grund, sunnudaginn 23. júní sl. Útför hennar fer fram frá Háteigskirkju þriðjudaginn 2. júlí kl. 13.00.



Unnur Björg Ingólfssdóttir
Anna Puríður Ingólfssdóttir
barnabörn og barnabarnabörn.

Daníel Axelsson
Magnús Þór Hilmarsson



Elskulegur faðir okkar, tengdafaðir, afi og langafi,

PORBJÖRN JÓNSSON
áður til heimilis að Írabakka 12,

lést laugardaginn 22. júní á Heilbrigðisstofnun Vestmannaeyja. Útförin fer fram frá Laugarneskirkju 28. júní kl. 15.00.



Pórunn Þorbjörnsdóttir
Kristófer Guðlaugsson
Lilja Þorbjörnsdóttir
Jóna Soffía Þorbjörnsdóttir
Jóhanna Kolbrún Þorbjörnsdóttir
barnabörn og barnabarnabörn.

Már Friðbjósson



Elsku eiginmaður minn, faðir okkar, tengdafaðir og afi,

BJARNI HJARTARSON

lést að heimili sínu föstudaginn 14. júní. Útförin hefur farið fram í kyrrþey að ósk hins látna. Hjartans þakkir til allra þeirra sem sýnt hafa okkur stuðning og hlýju á erfiðum tímum.



Anna Flosadóttir
Floði Bjarnason
Ólöf Halla Bjarnadóttir

Jody Linn Malanchuk
Paulo Jorge Chruz
Gramata

Hjörtur Bjarnason
Ævar Bjarnason
Anna María, Bjarni, Elisabeth, Andrea, Davíð,
Adam og Alexander

Amelia Rees



Okkar elskulegi,

RAGNAR GUÐJÓNSSON
Syðri-Kvíhólma, V.-Eyjafjöllum,

lést á Kumberavogi aðfaranótt 24. júní. Útför auglýst síðar.



Fyrir hönd aðstandenda,
Rannveig H. Gunnlaugsdóttir
Jóhann Þórir Guðmundsson
Guðbjörg Guðjónsdóttir
Árný Inga Guðjónsdóttir
Ragnar Aðalsteinn Guðjónsson
og langafabörn.



Elskulegur faðir okkar, tengdafaðir, afi og langafi,

INGVI BÖÐVARSSON
Heiðargerði 17, Akranesi,

lést á Heilbrigðisstofnun Vesturlands á Akranesi, 20. júní. Útförin fer fram frá Akraneskirkju mánudaginn 1. júlí kl. 14.00.



Böðvar Ingvason
Póra Ingvadóttir
Sigurður Ingvason
og afabörn.

Jónína Steinþórsdóttir
Brynjólfur Magnússon
Guðrún Inga Bragadóttir

Tilkynningar um merkisatburði, stórafmæli og útfarir má senda á netfangið tíamot@frettabladid.is.

Hjólað austur fyrir fjall

Hjólreiðakeppnin Tour de Hvolsvöllur verður haldin um helgina í þriðja sinn í núverandi mynd. Keppninni hefur vaxið fiskur um hrygg en hægt er að hjóla þrjár mislangar leiðir.

Götuþjólreiðakeppnin Tour de Hvolsvöllur verður haldin í þriðja sinn laugardaginn 29. júní nk. Hægt er að hjóla þrjár mislangar vegalengdir sem allar enda á Hvolsvelli; 110 km leið frá Reykjavík, 48 km leið frá Selfossi og 14 km leið frá Hellu. Tímataka verður í tveimur fyrstu leiðunum en sú þriðja er hugsuð fyrir þá sem vilja hjóla sér til gamans og heilsuþátta.



ÁRNÝ LÁRA KARVELSDÓTTIR

„Það hefur orðið sannkölluð sprenging í áhuga landsmanna á hjólreiðum, við finnum það bara hér heimafyrir,“ segir Árný Lára Karvelsdóttir, kynningar- og markaðsfulltrúi Rangárbings eystra. „Við merkjum það líka á því að Tour de Hvolsvöllur hefur vaxið fiskur um hrygg, í fyrra jókst þátttakan um 50 prósent og um 140 manns tóku þátt.“

Skráningin fer aðeins hægar af stað í ár, sem Árný Lára segir helgast af því að keppnin var færð til um viku og er nú haldin um svipað leyti og fleiri hjólreiðakeppnir. „En nú þegar [í gær] hafa um 50 hjólreiðamenn skráð sig og það er nú talsvert en við vonumst til að sjá skot upp á við áður en yfir lýkur,“ en síðasti dagur skráningar er í dag.

Það er ekki með öllu hættulaust að hjóla í hnapp eftir þjóðveginum en Árný Lára segir það hafa gengið vel. „Við leggjum snemma af stað, þegar



TOUR DE HVOLSVÖLLUR Alls tóku 140 hjólreiðamenn þátt í keppninni í fyrra en síðasti skráningardagur er í dag.

umferð er lítil, og svo aka björgunar-sveitarbílar á undan og eftir hjólreiðafólki. En við hvetjum auðvitað alla öku-menn til að sýna aðgát og tillitssemi á leiðinni.“ Sextán ára aldurstakmark er á leiðunum frá Reykjavík og Selfossi.

Það tók þá sem voru fyrstir í keppninni í fyrra um tvo og hálfan tíma að hjóla frá Reykjavík til Hvolsvallar en aðrir voru upp í fjóra tíma.“

„Þetta er í rauninni ekki lengi gert,“ segir Árný Lára. „Fólk er mismunandi lengi, sumir eru þarna í keppni við aðra hjólreiðamenn og aðrir eru í

keppni við sjálfa sig og hjóla á sínum forsendum. Við endamarkið tökum við svo á móti þátttakendum og þeirra fylgdarfélagi með dagskrá í miðbænum og sláum upp veislu í boði SS, sem er einn af okkar helstu bakhjörum.“

Verðlaun eru veitt fyrir fyrstu þrjú sætin í lengri leiðunum tveimur, auk útdráttarverðlauna fyrir alla þátttakendur. Hægt er að skrá lið til keppni frá Reykjavík. Skráningarfrestur rennur út á hádegi í dag. Nánari upplýsingar má finna á hvolsvollur.is og [hjolamot.is](mailto:bergsteinn@frettabladid.is).

bergsteinn@frettabladid.is



Ástkær móðir okkar, tengdamóðir, amma og langamma,

SVEINBJÖRG GUÐMUNDSDÓTTIR
Hamraborg 18, Kópavogi,

lést mánudaginn 24. júní á 6A LSH Fossvogi. Jarðarförin fer fram frá Kópavogskirkju mánudaginn 1. júlí kl. 13.00.



Porleifur Kjartan Kristmundsson
Einar Páll Gunnarsson
Sigurður Arnar Gunnarsson
Anna Þórdís Gunnarsdóttir
barnabörn og barnabarnabörn.

Svanhildur Ólafsdóttir
Anna Guðný Björnsdóttir
Jóna Vala Valsdóttir
Birgir Axelsson



Hjartkær eiginmaður minn,

HELGI MÁR ARTHURSSON
Kaplaskjólsvégi 65, Reykjavík,

sem lést á hjartalækningadeild Landspítala 14. júní, verður jarðsönginn frá Nesirkirkju, þriðjudaginn 2. júlí, kl. 13.00.

Fyrir hönd fjölskyldu og vina,

Sigríður Árnadóttir



Okkar ástkæra

INGIBJÖRG MAGNÚSDÓTTIR
áður til heimilis að Austurbrún 6, síðar að Dalbraut 27,

sem lést á Landspítalanum við Hringbraut þann 15. júní, verður jarðsönginn frá Áskirkju þann 28. júní kl. 13.00.

Aðstandendur



Innilegar þakkir til þeirra sem heiðruðu minningu hjartkærs eiginmanns míns, föður okkar, föstur föður, tengdafaðir, afa, langafa og langalangafa,

JÓNS GUÐMUNDSSONAR
Stígahlíð 34.

Við þökkum öllum sem sýndu okkur vinarhug og hlýju með nærveru sinni og sérstakar þakkir til þeirra sem önnuðust hann, bæði á skilunardeild Landspítalans og Landakoti.

Vigdís Tryggvadóttir
Sigríður Nanna Roberts
Guðmundur Jónsson
Tryggvi Jónsson
Kristín Þorbjörg Jónsdóttir
Kristín Anný Jónsdóttir
Soffía Bryndís Jónsdóttir
Una Svava Skjaldardóttir Rogers
Tryggvi Lúðvík Skjaldarson
Kristján Róbert Walsh

Lára Sigfúsdóttir
Ásta Ágústsdóttir
Hrafkell Gunnarsson
Valgeir Ingi Ólafsson

barnabörn, langafabörn og langalangafabörn.



Chuck Rogers
Halla María Árnadóttir
Rebbekka Rós
Guðmundsdóttir



Elskuleg móðir okkar, tengdamóðir, amma og langamma,

HRAFNHILDUR MARÍA THORODDSEN
Akralandi 3,

lést þriðjudaginn 25. júní á líknardeild Landspítalans. Jarðarförin fer fram frá Langholti skirkju mánudaginn 8. júlí kl. 11.00. Þeim sem vilja minnst hennar er bent á líknardeild Landspítalans.

Mjöll Helgadóttir
Helgi H. Helgason
Atli G. Helgason
Steinar Helgason
Drífa Jenný Helgadóttir

barnabörn og barnabarnabörn.



Gunnar Þorsteinsson
Svava Ólafsdóttir
Linda Hansen
Thelma Hillers
Þórhur Kristleifsson
Ester Kristjánsdóttir



Ástkær eiginmaður minn, faðir, tengdafaðir, sonur, afi og bróðir,

METHÚSALEM ÞÓRISSON

sem lést 14. júní, verður jarðsönginn frá Frikirkjunni föstudaginn 28. júní kl. 13.00. Blóm og kransar vinsamlega afþakkaðir en þeim sem vilja minnst hans er bent á styrktarreiðing fyrir fjölskylduna, nr. 0303-26-008269, kt. 080269-3079.

Elda Thorisson Faurelien
Þórir Guðmundur Faurelien
Fríða Methúsalemsdóttir
Jóhanna Methúsalemsdóttir
Arnfríður Snorradóttir
barnabörn og systkini.



FÓLK

KYNNINGARBLAÐ



BÝFLUGUR Á SÓLHEIMUM

Erlendur Pálsson býflugnabóndi heldur kynningu á býflugnarækt í Sesseljuhúsi á Sólheimum í Grímsnesi á laugardaginn, 29. júní kl. 15. Hann sýnir býflugnabúð og segir frá ræktuninni. Allir vekomnir og aðgangur ókeypis.

TÆKIFÆRISGJAFIR

IV handunnið frá Ítalíu



MUNNBLÁSÍÐ - HANDUNNIÐ

Fæst eingöngu hjá

TÉKK
KRISTALL

www.tk.is

Laugavegi 178 - Sími: 568 9955



ULTRA



PRODERM FYRIR FÆR- USTU KEPPENDUR

CELSUS KYNNIR Proderm sólarvörn hefur verið vinsæl við erfiðustu aðstæður og keppni þar sem reynir á gæði sólarvarna.

Proderm sólarvörnin er sænsk uppfinning sem er sérstaklega þróuð fyrir viðkvæma norræna húð. Einkaleyfisvernduð formúlan myndar rakafyllta vörn í dýpsta hornlagi húðarinnar. Sólarvörnin er langvirk, „Durable“ og er sú fullyrðing samþykkt af þarlandum heilbrigðisyfirvöldum, eins og allar aðrar fullyrðingar á umbúðunum. Sólarvörnin þolir sund og sjó og nuddast ekki af húðinni þótt fólk þurrki sér með handklæði né fer hún í fatnað. Vörnin hefur fengið meðmæli húðlækna.

Grunnformúlan sem notuð er, Proderm thecnology™, er læknisfræðilega skráð. Proderm veitir góða vörn gegn sólar-exemi og sólarofnæmi og fær mikið lof frá fólki með ljósa viðkvæma húð. Margir rauðbirkir ná því að fá fallegan brúnan húðlit og geta virkilega notið þess að vera í sólinni.

HEFUR FENGIÐ VIÐURKENNINGAR

Sænsku Vitiligo húðsamtökin hafa útnefnt Proderm SPF30 sem öruggustu sólarvörnina fyrir félagsmenn sína og er Proderm fyrirtækið í góðu samstarfi með þeim. Það eru góð meðmæli því Vitiligo eru hvítir húðflekkir þar sem vantar allar litarfrumur. Slík húð getur ekki varist sólinni og er því ofurviðkvæm. Þess vegna er lífnauðsynlegt að geta treyst sólarvörnninni sinni.

SÉRLEGA GÓÐ FYRIR BÖRN

Proderm SPF30 KIDS hefur mildan lyktarlausan sólarfilter og má nota fyrir börn frá 6 mánaða aldri. Vörnin er extra vatns-

held, veldur ekki ertingu í augum og ver húðina fyrir sólarofnæmi. Proderm inniheldur engin paraben, engin ilm- eða litarefni og enga nanó-örtækni, enda er sólarvörnin framleidd í samvinnu og eftir ráðleggingum færustu húðlækna. Barnavörnin fær 5 stjörnur fyrir UVA-vörninna, skv. óháðum viðurkenndum prófunum á vegum Boots.

Proderm er í mjúku, þykku froðuformi sem er einstaklega þægilegt að bera á, smýgur fljótt inn í húðina og er drjúg. Umbúðirnar eru bakteríuheldar. Proderm hefur verið valin besta sólvörnin í óháðum prófunum sem framkvæmdar eru af sænsku óháðu fyrirtæki sem gerir neytendaprófanir www.best-i-test.se. Gerðar voru prófanir á níu sólarmerkjum í heilt ár við ólíkar aðstæður á sólarströnd, í heitum vindasömum eyðimerkursandi, sjósundi og í klettafjallgöngum. Vörumerkin níu eru vinsæl, vel þekkt vörumerki sem fyrirtækið valdi sjálf.

Í ERFIÐUM SIGLINGAKEPPNUM

Fjórir Íslenskir siglingakappar sem hafa róið í heilan mánuð í opnum báti frá Nor-egi til Íslands, „North Atlantic Rowing“, völdu að nota Proderm sólarvörn til að verja húðina. Proderm hefur verið notað í erfiðustu og lengstu siglingakeppnum heims til að verjast sólinni, sjávarseltu og núningi en sólbruni er stórmál við þessar aðstæður.

Siglingakappar, pólfarar, sundkeppnisfólk, hlauparar og golffólk ber lof á Proderm og hve vel vörnin reynist við erfiðustu aðstæður.

Á SJÓ Íslenskir siglingakappar nota Proderm sólarvörn til að verja húðina.

Frekari upplýsingar á www.proderm.is og á [facebook/Proderm](https://www.facebook.com/proderm) sólarvörn. Fæst í öllum apótekum, helstu stórmörkuðum og í Fríhöfninni.



Útsalan er hafin!



TUZZI
KRINGLUNNI
SÍMI 5688777

Vertu vinur okkar á Facebook

VIETNAM MARKET
ALLT FYRIR

AUSTURLENSKA MATARGERÐ



699 kr.



550 kr.



320 kr.



387 kr.

Suðurlandsbraut 6, 108 Reykjavík Sími: 534 7268



BJÓÐUM UPP Á HEIMSENDINGU

PHO víetnamskur veitingastaður

HOLLT OG GOTT

1.250 kr



1.350 kr



1.250 kr

Ármúla 21 - 108 Reykjavík - Sími: 588 6868 - www.pho.is

Opið:
mán - föst Kl. 11 - 21
lau - sun Kl. 12 - 21

HERRATÍSKAN Í TÖSKUM

TÍSKA Veski og hliðartöskur hafa verið ómissandi fylgihlutur kvenna gegnum tíðina en karlarnir eru að færa sig upp á skaftið. Hliðartöskur í yfirstærð hafa notið mikilla vinsælda hjá konum og það virðist einnig vera uppi á teningnum hjá körlunum. Á nýliðinni tískuviku í Milánó sýndu tískuhúsin herralínur sínar fyrir vor og sumar 2014 og spiluðu stórar hliðartöskur þar stórt hlutverk.



RISA

ÍPRÓTTAMARKAÐUR

Fimmtudaginn 27. og föstudaginn 28. júní kl. 13.00 – 20 verður stóri íþróttamarkaðurinn haldin í Laugardalshöll. Markaðurinn verður í gangi bara þessa tvo daga og eftir miklu að slægjast.

Ameríkuverð á skóm og fatnaði frá Asics, Brooks, Ecco, Casall, Hummel, North Rock, Compressport, Ronhill o.fl.

Starfsmenn Atlas göngugreiningar ráðleggja með tölvugreiningarbúnaði um val á skóbúnaði eftir þínu fótlagi og niðurstigi.

Starfsmenn frá flestum vörumerkjnum verða á staðnum með kynningar og aðstoða viðskiptavini.

Komdu og gerðu frábær kaup á alla fjölskylduna.

SÁ KLIKKADASTI Í BRANSANUM?

Sruli Recht fær slæma útreið á lífstílsíðunni Sharper Living þar sem taldar eru upp fimm „verstu“ vörur hans.



FORGET ME NOT
MYND/MAINO
THORLACHIUS

Vöruhönnuðurinn Sruli Recht er ekki í uppáhaldi hjá einum höfunda lífstílsíðunnar Sharperliving.co.uk, ef marka má grein sem birtist þar 12. júní síðastliðinn. Umer Sharif tekur þar saman lista yfir það sem hann kallar „fimm verstu“ vörur Sruli undir yfirskriftinni „Sruli Recht: Sá klikkaðasti í tískubransanum.“ Af hverju Sharif birtir einungis lista yfir fimm verstu vörurnar, en ekki líka fimm bestu, segir hann skýrast af því að hann hafi ekki fundið vörur eftir hönnuðinn sem fyllt gætu slíkan lista.

Á listanum er meðal annars hanski úr hákarlaskinni með



SRULI RECHT
MYND/ARASH AFRAZADEH

göddum að innan, kápa úr lambaskinum og hringurinn Forget me not, sem er klæddur mannshúð, af Sruli sjálfum, sem Sharif er lítt hrifinn af.

Sruli virðist þó ekki láta umfjöllun sem þessa slá sig út af laginu. „Það er gaman að búa til hluti sem gera fólk hamingjusamt,“ sagði hann einfaldlega þegar Fólk innti hann álit.

Sruli hefur verið búsettur hér á landi síðastliðin átta ár og rekið vinnustofuna og verslunina Vopnabúrið. Tímaritið Wallpaper valdi Vopnabúrið eina af tíu athyglisverðustu verslunum heims árið 2010.

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

Útgefandi: 365 miðlar | Ábyrgðarmaður: Jón Laufdal | Hönnun: Silja Ástþórsdóttir
Sölumenn: Jónína María Hafsteinsdóttir, jmh@365.is, s. 512 5473 | Sverrir Birgir Sverrisson, sverrirbs@365.is, s. 512 5432 | Elsa Jensdóttir, elsaj@365.is, s. 512-5427

SÓLIN SEST Í MÍLANÓ

Sólsetrið var nokkrum tískuhönnuðum innblástur á tískuvíkunni í Mílanó.

Karlatískan fyrir sumarið 2014 var kynnt á tískuvíkunni í Mílanó á Ítalíu síðustu daga. Nokkrir hönnuðir léku sér með sólarlagið í flíkum sínum.

Þar má nefna Italo Zucchelli hjá Calvin Klein sem sýndi peysu sem virtist nánast logandi. Hugmyndina að flíkinni fékk Zucchelli af því að fylgjast með sólarlaginu úr sumarhúsi sínu. Hann hafði einnig til hliðsjónar ljósaskúlptúra James Turrell sem vöktu

mikla athygli í Guggenheim-safninu í New York nýverið.

Vivienne Westwood sendi sínar fyrirsætur niður tískupallinn í litríkum flíkum sem minntu á sól og sumar, meðan silkibolur frá Fendi minnti helst á sólsetur í eyðimörkinni.

Þá lét Miuccia hjá Prada ekki sitt eftir liggja. Bolir með sólarlagi sem vísuðu í stríðið í Víetnam vöktu athygli tískuspekúlanta.



CALVIN KLEIN

PRADA

Útsöluforskot í FLASH

30% AFSLÁTTUR AF FLESTUM VÖRUM



Jakki áður 14.990 Nú 7.990



Kjöll áður 14.990 Nú 7.990



Kjöll áður 18.990 Nú 14.990



Laugaveg 54,
sími: 552 5201

Sjá fleiri myndir á



LÍFVÖRÐUR SITUR FYRIR

ÖRUGGUR

Karl Lagerfeld leitaði ekki langt yfir skammt þegar hann valdi fyrirsætu fyrir nýjustu auglýsingarnar sínar. Lífvörður hans og aðstoðarmaður sem starfað hefur hjá honum í fjórtán ár, varð fyrir valinu. Sá heitir Sébastien Jondeau og er mikill boxiðkandi. Karl framleiddi einnig tveggja mínútna myndband þar sem Sébastien talar um hvernig er að vinna fyrir Lagerfeld. „Ég eyði öllum mínum tíma með honum,“ segir Jondeau. „Það eru engin takmörk fyrir því hversu langt ég myndi ganga til þess að halda honum öruggum.“

Þó svo að venjulegt fólk hafi ekki reynslu af lífvörðum þá lítur út fyrir að Sébastien sé hæfur í starfi.

Útsalanan

er hafin

40-70%

af öllum vörum

COSMO

Kringlunni

**VELDU RÉTT..
...VELDU LÉTT**



LÉTT
ENCHILADA
3077 kcal.

Culiacan
Suðurlandsbraut 4a
533 1033 www.culiacan.is

LJÓSMYNDARI SEM ELSKAR AÐ FERÐAST

VINNUR BÁÐUM MEGIN VIÐ MYNDAVÉLINA Hulda Vigdísardóttir er 19 ára nýstúdent úr MR sem gerir það gott sem ljósmyndari og fyrirsæta.

Hulda Vigdísardóttir er 19 ára nýstúdent úr Menntaskólanum í Reykjavík. Hún var nýverið þátttakandi í Ljósmyndakeppni Íslands og komst í úrslit. Ásamt því að hafa mikinn áhuga á ljósmyndun elskar Hulda að ferðast víðs vegar um heiminn en hún hefur einnig starfað sem fyrirsæta.

„Það er gott að geta unnið báðum megin við myndavélina þar sem að þetta helst allt í hendur og þessar greinar hjálpa hvor annarri mikið,“ segir Hulda. Hún hefur ekki fengið neina menntun í ljósmyndun. „Ég lærði mikið af ljósmyndakeppninni. Þar voru krefjandi verkefni eins og til dæmis að fá módel, finna umhverfi og slíkt á aðeins tíu mínútum,“ segir Hulda.

Í haust langar hana að ferðast um heiminn en í vor stefnir hún á að læra ljósmyndun í Berlín eða Kaupmannahöfn.

Nýverið landaði Hulda stórum fyrirsætusamningi sem verður gerður opinber á næstu vikum.

„Það er erfitt að velja á milli ljósmyndunar og fyrirsætustarfsins en ætli ég vilji ekki byrja sem fyrirsæta og verða svo ljósmyndari eftir það,“ segir Hulda þegar hún er spurð á hvoru hún hafi meiri áhuga.

Á föstudaginn flýgur Hulda til Osló ásamt frænku sinni og munu þær fara af stað þaðan í mánaðar interrailferð um Evrópu. Förlinn er heitið frá Ósló til Ítalíu, Sviss, Slóveníu, Þýskaland, Frakklands, Austurríkis og fleiri landa. Hún er ekki ókunnug svona stórum ferðalögum en í fyrra ferðaðist hún um suðaustur Asíu í fjóra mánuði. Þar sem hún hefur ferðast til fjölmargra landa hefur hún sankað að sér fötum frá öllum heimshornum. „Ég verslaði mjög mikið þegar ég ferðaðist um Asíu, enda fötin ódýr og mikið úrval. Eftir að hafa verslað föt um allan heim þá er ekki eins



spennandi að versla hér heima, enda lítið úrval,“ segir Hulda.

Á myndinni klæðist Hulda buxum frá H&M, bol frá Forever 21 í Tailandi, gallajakka frá Alaska og skóm frá Nasty Gal.

■ gunnhildur@365.is

FÖT FRÁ ÖLLUM HEIMSHORNUM

Hulda hefur sankað að sér fötum á ferðalögum sínum. Þessa falllegu skyrtu og armband fékk hún í Asíu.

MYNDIR/ARNÞÓR



**Nýtt frá
one two**

Kjöll á 11.900 kr.

Str. 36 - 48

Opið virka daga kl. 11-18.
Opið laugardaga kl. 11-16.

black pepper
FASHION
Laugavegi 178 (Bolholtsmegin) | Sími 555 1516

Kjöld á myndir og verð á Facebook

Minna að fletta meira að fréttu

Frábært úrval afþreyingar, ferskar fréttir, fjölbreytt efnisval, myndrænt viðmót og færri flettingar.

Þess vegna var visir.is kosinn **besti fréttu- og afþreyingarvefur ársins á Íslensku vefverðlauninum 2012.**

visir.is



BESTI FRÉTTA- OG AFÞREYINGARVEFURINN

Úr umsögn dómnefndar: „Vefurinn býður upp á margskonar afþreyingu auk gífurlegs úrvals fréttu. Vefurinn er léttur og skemmtilegur auk þess sem einfalt og fljótlegt er að finna það efni sem leitað er að.“

KATE LEGGUR TÍSKULÍNUNA

Kate Middleton, hertogaynja af Cambridge, er leiðandi í tískuheiminum og hefur mikil áhrif á sölu og markaðssetningu verslana. Hún á von á sínu fyrsta barni eftir tvær vikur en sams konar klæðnaður og hún hefur notað á meðgöngunni rennur út eins og heitar lummur í Bretlandi. Fyrst var það kjóll frá ítalska fyrirtækinu MaxMara sem Kate hefur notað nokkuð oft en sá kjóll seldist upp í verslunum um leið og myndir tóku að birtast af henni í fjölmiðlum.

MaxMara er greinilega í uppáhaldi hjá Kate. Fyrir nokkrum dögum nefndi fyrirtækið MaxMara ljósa kápu sem Kate notar mikið eftir hertogaynjunni. Um leið og þær fréttir bárust seldist kápan upp í stórversluninni House of Fraser, þótt hún kosti um 170 þúsund krónur. Kápan er úr kasmír, með kraga upp á hálsinn og er í hnésídd. Það má segja að það sé stórmál fyrir tískufyrirtæki að hertogaynjan falli fyrir hönnun þeirra.



KÁPAN MaxMara-kápan sem hefur verið nefnd eftir Kate og selst nú upp í verslunum í Bretlandi.

KJÓLLINN MaxMara-kjóllinn sem allar barnshafandi konur vilja eiga.

KONUR

Á BESTA ALDRI

Kynningarblað Heilsuhótel Íslands, www.spengur.is, Belladonna og Femarelle.



Áhugaverðara en Honolúlu

Svanhildur Svavarsdóttir hefur verið búsett í Bandaríkjunum í tvo áratugi. Hún ákvað að eyða hluta af sumarfrí sínu hérlendis með dóttur sinni á Heilsuhótel Íslands og sér ekki eftir því. Andrúmsloftið var gott og starfsfólkið var frábært.

Pegar dóttir Svanhildar Svavarsdóttur stakk upp á því að þær mæðgurnar færu saman í frí átti Svanhildur von á því að þær væru á leiðinni til Havaí. Hún hefur búið í Bandaríkjunum í tvo áratugi og taldi eðlilegt að dóttir hennar vildi skreppa út í sólina. Dóttir hennar, Sigríður Björnsdóttir, hafði þó aðrar hugmyndir og hvatti móður sína til að koma með sér á Heilsuhótel Íslands í tvær vikur. Þar dvöldu þær fyrrihluta júní í góðu yfirlæti að sögn Svanhildar. „Ég tilkynnti vinum og ættingjum að ég myndi hefja fríð á Íslandi á Heilsuhótelinu og myndi hitta hópinn síðar. Upphaflega ætlaði ég að ferðast með dóttur minni á heitari slóðir. Hún hvatti mig þó til að koma hingað og ég sé ekki eftir því. Þetta var stórkostleg dvöl, andrúmsloftið var gott og starfsfólkið frábært, sérstaklega notalegt og þægilegt.“

Sjálf þjádíst Svanhildur ekki af neinum sérstökum kvillum en síðasta ár var henni þó erfitt. „Ég missti manninn minn og í hönd fór langur sorgartími. Ég glímdi við þunglyndi og gekk í gegnum mikinn kvíða og fannst erfitt að komast upp úr þessu öllu saman. En dvölin breytti mjög miklu og seinni vikuna hlakkaði ég til að fara á fætur.“

Dagurinn var tekinn snemma alla daga og byrjað á hressandi göngutúr um svæðið en Heilsuhótel Íslands er á gamla Vallarsvæðinu í Reykjanesbæ, sem nú gengur undir nafninu Ásbrú. Svæðið er mjög sérstakt og gaman að labba þar um sem herinn var áður fyrr. Eftir göngur voru teygjur, leikfimi og svo var morgunmatur snæddur. „Næst tók við fræðsla um heilbriggt líf, næringu og hreyfingu og hvernig á almennt að lifa betra lífi. Þarna lærði ég til dæmis 65 ára gömul að tyggja matinn almennilega enda er aðalensímið í munnvatninu. Nú skil ég betur hvað mamma átti við í gamla daga þegar hún bað mig um að tyggja matinn betur en þá var ég alltaf að flýta mér svo mikið.“



Svanhildur Svavarsdóttir segir dvölin á Heilsuhótelinu hafa verið besta frí sem hún hafi farið í um ævina.

MYND/ARNÞÓR

Reykjanes er fallegt

Seinni hluti dagsins fór í skemmtilegar ferðir um Reykjanesið og segir Svanhildur það hafa komið sér skemmtilega á óvart hvað Reykjanesið geymir marga fallega staði. „Við heimsóttum Vogana, Sandgerði, Gardinn og fleiri staði. Síðan löbbaðum við upp á Þorbjörn við Grindavík og fórum í Bláa lónið. Ég hef oft áður ferðast um Reykjanesið en nú fékk ég alveg nýja sýn á svæðið og var í

raun alveg uppnumin yfir feegurð þess. Að auki vorum við heppin með veður en það var yndislegt þann tíma sem við mæðgurnar dvöldum þarna.“

Á kvöldin var mikið spilað, til dæmis félagsvist eða bingo eða hlustað á fyrirlestra. „Gestir þurftu svo sem ekki að taka þátt í öllu heldur gátu stýrt því sjálfir. Sumir slökkuðu bara á, hugleiddu eða lásu góða bók.“

Hún segir dvölin á Heilsuhótelinu svo

sannarlega hafa verið besta frí sem hún hafi farið í um ævina og ekki hafi verið verra að eyða því með dóttur sinni. „Aðstaðan á Heilsuhótelinu var svo sannarlega til fyrirmyndar. Ég hef ferðast víða og séð margt og get staðfest að engu var ábótavant þar. Ég get svo sannarlega mælt með dvöl þarna fyrir flest allt fólk. Lífsorkan mín endurnýjaðist og lífsstíllinn breytist í kjölfarið, hvort sem það snýr að mataræði eða hreyfingu.“

heilsuhotel
Íslands

HEILSUNÁMSKEIÐ
heilsa, hvíld og gleði

SUMAR

5. – 19. júlí
Heilsunámskeið 2 vikur
5 herbergi laus

HAUST

6. – 20. september
Pantið tímanlega,
vinsælasti tíminn

Góður lífsstíll

Fyrirlesarar og kennarar



Ásdís Ragna
Einarsdóttir
grasalæknir



Chad
Keilen
BSc Heilsuvísindi



Sólveig Klara
Káradóttir
hjúkrunarfræðingur



Steinunn
Aðalsteinsdóttir
heilsuþjálfari

Sími 512 8040 | www.heilsuhotel.is | heilsa@heilsuhotel.is

Heilsuhótel Íslands | Lindarbraut 634 | 235 Reykjanesbær

TÆKIFÆRISGJAFIR

Mikið af flottum tilboðum

Tækk www.tk.is

KRISTALL

Fyrir heitt eða kalt, 5 litir

Laugavegi 178 - Sími: 568 9955

BUCILLA
Nýjar vörur

Amma mús – handavinnuhús

Ármúla 18, 108 Reykjavík • Sími 511 3388
Opíð mán - fös 9 - 18

Eru flugur, flær eða maurar að ergja þig og bita?

áhrifaríkur og án allra eitrefna.

Allt að 8 tíma virkni.

EFFITAN
Skordýrafæla

Fæst í flestum apótekum, heilsubúðum og hjá N1
www.gengurvel.is

PRÓGASTRÓ
Inniheldur hinn öfluga **DDS1 ASÍDÓFILUS!**

2 hylki á morgnana geta gert kraftaverk fyrir meltinguna

Fæst í apótekum, heilsubúðum og stórmörkuðum

SJÁLFLÍMANDI HNÍFAPARASKORÐUR

Hjálpa þér að halda öllu í skorðum í skúffum. Eining sjálflímandi filt til að klæða skúffur og filt með verjandi efni svo ekki falli á silfur og silfurplett. Við eigum líka fægilög, fægiklúta og ídýfulög til að hreinsa.

SENDUM Í PÓSTKRÖFU.

Gullkistan - Frakkastíg 10 - Sími: 551-3160.
www.thjodbuningasilfur.is

Vissir þú að...
Börn eiga rétt á vernd gegn kynferðislegu ofbeldi.

Barnaheill
Save the Children á Íslandi

Útgefandi: 365 miðlar ehf., Skaftahlíð 24, s. 512 5000
Umsjónarmenn auglýsinga: Elsa Jensdóttir, 512 5427, elsaj@365.is
Ábyrgðarmaður: Jón Laufdal.



Halldóra Ágústsdóttir brunar um göturnar á Harley Davidson.

MYND/ARNÞÓR

Fíla þetta í ræmur

Halldóra Ágústsdóttir smitaðist af mótórhjólakbakteríunni fyrir nokkrum árum og er nú forfallinn ökuþór. Hún segir frjálrsæðið og nálægðina við náttúruna mest heillandi.

Á huginn kviknaði gegnum fyrrverandi formann Harley Davidson-klúbbsins. Maðurinn minn smitaðist fyrst og svo ég. Ég sat aftan á hjá honum til að byrja með en tók svo prófið fyrir átta árum,“ segir Halldóra Ágústsdóttir mótórhjólakona þegar hún er spurð út í áhugamálið.

Halldóra hefur verið í Harley Davidson-klúbbi Íslands í tíu ár og segist forfallinn ökuþór.

„Ég fíla þetta í ræmur. Þetta er rosalega gaman. Fyrsta sumaríð fékk ég lánað hjól og ætlaði að sjá til hvort ég entist. Mér fannst svo gaman að ég keypti mér sjálf hjól árið 2006. Þegar við keyptum stærra hjól handa manningum mínum skipti ég og fékk gamla hjólið hans. Þetta er áhugamál okkar beggja og við hjólum mikið saman hjónin. Ætli við hjólum ekki í kringum tíu til tólf þúsund kílómetra á ári,“ segir Halldóra.

Hún hjólar þó ekki bara með eiginmanninum. Hún er einnig í hjólaklúbbi kvenna.

„Við ættum að heita Ladies of Harley, eins og kvennaklúbburinn innan Harley Davidson heitir erlendis, en við erum ekki svo strangar á reglum. Við erum nú konur, flestar í Reykjavík en ein á Akureyri, og reynum að hittast mánaðarlega allan veturinn. Á sumrin hjólum við saman. Eitt árið fórum við í nokkurra daga konutúr um landið og eftir það höfum við reynt að fara eina kvennaferð á ári yfir helgi. Við ætlum að drífa okkur í dagsferð hópurinn, núna um helgina og enda í grilli.“

Halldóra segir félagsskapinn góðan og hópinn, bæði karla og konur, fara á hverju ári hringinn um landið. Þá fari allur hópurinn einnig í hjólaferðir erlendis.

En hvað er svona skemmtilegt við mótórhjólasportið?

„Frjálrsæðið og að vera úti í náttúrunni. Maður fær allt beint í æð, lyktina og hitaskilin þegar maður keyrir um vegi landsins. Þetta getur þó verið tímafrekt sport ef maður hjólar mikið. Túrin er fljótur að verða fjórir tímar þegar maður leggur af stað. Veðrið stjórna því þó líka. Það er minna spennandi að fara út að hjóla þegar rignir. En ef það fer að rigna þegar maður er á ferðinni þá lætur maður sig auðvitað hafa það. Það er hluti af upplifuninni,“ segir Halldóra og bætir við að hjólakbakterían gæti átt eftir að smita frekar út frá sér í fjölskyldunni. Sonur hennar tók prófið fyrir nokkrum árum og keypti sér hjól og þá eru barnabörnin orðin spennit. „Ég á tvö barnabörn, eina 12 ára og eina fjögurra ára, og sú eldri fer aftan á hjá afa sínum og er alveg sjúk. Þetta er bara svo skemmtilegt og mjög smitandi.“

Alltaf áfall að finna fyrsta gráa hárið

„Það er einstaklingsbundið hvenær gráu hárin birtast. Sumir fá þau um tvítugt en aðrir ekki fyrr en undir fimmtugt. En það er alltaf dálítið áfall að finna fyrsta gráa hárið,“ segir Elsa Haraldsdóttir, hárgreiðslukona og eigandi Salon VEH. Hún segir flestar konur kjósa að lita hárið. „Í fyrstu þegar gráu hárin eru fremur fá mæli ég oft með því að nota skol sem hefur ekki önnur áhrif en að tóna niður gráu hárin,“ segir Elsa. Innt eftir því hve oft þurfi að koma til að lita rótina segir hún það þurfa að gerast á fjögurra vikna fresti fyrir þá sem eru 75 til 100 prósent gráhærðir.

Hún segir margar konur þreytast á því að lita gráu hárin auk þess sem hársvörðurinn verði viðkvæmari með aldrinum. „Sem betur fer hafa orðið stórkostlegar breytingar á háralitum undanfarið ár. Nú eru til litir sem styrkja hárið og gera það betra. Hvert og eitt hárstrá verður lifandi,“ segir Elsa en aðalvandinn við gráa hárið er hvað það er líflaust. „Það verður þunnt, þurr og glært en með góðum lit færast líf í það.“

Gráhærð hárgreiðslukona

Sumar konur kjósa að hætta að lita hárið og láta gráa hárið vaxa. „Þá er hins vegar algert skilyrði að passa umhirðu hársins með djúpnæringu, góðu sjampói og hárnæringu,“ segir Elsa með áherslu.

Sjálf fékk hún fyrstu gráu hárin snemma. „Ég man það svo vel. Ég var með hópi kollega í París að



Elsa ákvað fyrir fimm árum að láta gráa hárið vaxa.

koma upp úr metró. Einhver leit í kollinn á mér og benti mér á grátt hár,“ segir hún og hlær. Verandi hárgreiðslukona hefur hún nýtt sér kunnáttuna til að lita hárið með ýmsum hætti. Fyrir fimm árum tók hún hins vegar þá ákvörðun að láta gráa hárið vaxa. „Mig langaði að prófa það og vildi líka sýna viðskiptavinum mínum að þetta væri hægt,“ segir Elsa sem lætur hárið þó ekki óáreiðt heldur setur í það strípur og vinnur með það. „Það er ekkert gaman að vera bara með grátt hár, það þarf að búa til skugga til að ýta undir hreyfinguna,“ segir Elsa og er ánægð með síða gráa hárið. „Svo getur það auðvitað breyst á morgun,“ segir hún og brosir.

Femarelle er öruggur kostur

Loksins er komin á markaðinn náttúruleg lausn fyrir konur á breytingaaldri. Femarelle er úr jurtaefnum og slær á einkenni tíðahvarfa.

Mín upplifun af notkun Femarelle er mjög góð. Þótt ég sé ekki enn orðin fimmtug er ég búin að glíma við ýmiss konar vandamál varðandi blæðingar og tíðahvörf í mörg ár. Þetta byrjaði með gríðarlegri fyrirtíðaspennu þegar ég fór að nálgast fertugt,“ segir Ásdís Lára Runólfsdóttir. „Samhliða mjög slæmum skapsveiflum og andlegri vanlíðan þá jókst tíðni migreniskasta gríðarlega. Ég fékk alltaf migreni daginn sem ég byrjaði á blæðingum,“ segir hún enn fremur.

„Ég prófaði allt, breytti mataræðinu, tók inn ýmiss konar vítamín og bætiefni en ekkert virkaði. Síðastliðin þrjú ár hef ég prófað mig áfram í gegnum úrvalið af því sem hefur verið í boði vegna einkenna tíðahvarfa.“

Ekkert virkaði nógu vel og á sama tíma fór meira að bera á einkennum sem gátu eingöngu átt við tíðahvörf. Það tók mig langan tíma að átta mig á að ég væri að fara inn í tíðahvörf því eldri konur í minni fjölskyldu hafa ekki þekkt þetta vandamál. Í lok síðasta árs prófaði ég hormónatöflur í þrjú mánuði með slæmum árangri, þá leið mér enn verr,“ segir Ásdís.

„Þegar Femarelle kom á markaðinn var ég alveg komin að því að gefast upp.“

Hitaköstin urðu stöðugt verri og verri. Ég vissi ekki hvernig ég átti að klæða mig lengur. Svefnlausar nætur vegna nætursvita og hitakasta. Mér leið eins og ég logaði innan frá. Það tók Femarelle um það bil tvær vikur að virka, á þriðju viku fann ég ekki fyrir neinum einkennum.

Nú líður mér mjög vel bæði andlega og líkamlega. Ég þarf ekki lengur að rífa mig úr fötunum þegar ég sit í sófanum á kvöldin vegna óbærilegs hita og sef mjög vært í langerma náttkjólum á næturnar.“

Verkirnir hurfu

Kolbrún Jóhannesdóttir las að Femarelle myndi slá á einkenni tíðahvarfa hjá konum og ákvað því að prófa. „Ég taldi að ég væri að fá liðagigt, þar sem ég var orðin svo aum í liðum og mér var alltaf illt í höndum og fingrum og notaði verkjalyf til að lina þjáningarnar. Eftir að ég byrjaði á Femarelle fann ég fljótlega að mér leið mun betur í liðunum. Eftir rúmlega viku notkun voru verkirnir að mestu horfnir og mér líður mjög vel í öllum liðum og vöðvum og má segja að ég þurfi ekki að nota verkjalyf lengur. Að auki sef ég mun betur og hvílist mjög vel þegar ég sef.“

Það er allt annað líf eftir að ég byrjaði að nota Femarelle, ég mæli með því við

vinkonur mínar og hvet allar konur til að prófa!

Jákvæðar breytingar á líkama og sál

Guðfinna Guðný Sigurgeirsdóttir fékk fyrsta pakkann af Femarelle að gjöf og fann strax fyrir breytingum til hins betra. „Vinkona mín gaf mér fyrsta pakkann og sagði mér að prufa þar sem Femarelle hefði reynst konum á breytingaskeiði vel. Ég hafði sjálf barist við vanlíðan vegna tíðahvarfa svo sem hitakóf, stíðleika í liðum og vöðvum, skapsveiflum og annað sem fylgir tíðahvörfum. Eftir að ég fór að taka Femarelle fann ég fljótlega fyrir jákvæðum breytingum á líkama og sál. Lundin varð léttari, hitakófum fækkaði og það sem mest um munar fyrir mig minnkaði stíðleiki í liðum og vöðvum til muna. Núna get ég gengið um án þess að vera stíð og öll mín líðan er mun betri. Mér varð ljóst að með hjálp Femarelle gat ég komist léttar í gegnum breytingaskeiðið. Ég hvet allar konur til að prófa.“

Hætti á hormónum og líður vel með Femarelle

Kristín Bjarnadóttir fór í aðgerð þar sem þurfti að fjarlægja móðurlíf og báða eggjastokka árið 2000. „Þar sem ég var aðeins 44 ára á þeim tíma var mér ráðlagt af kvensjúkdómalækni mínum að fara á hormónalyf sem ég hef tekið síðan. Um síðustu áramót fór ég að velta fyrir mér að hætta að taka hormón. Ég var samt í vafa því ég hafði áhyggjur af hvernig mér mundi líða án þeirra og eins hvað ég mundi geta tekið í staðinn til þess að draga úr einkennum breytingaskeiðs.“

Ég ákvað að prófa Femarelle og sé ekki eftir því. Ég komst að því að ég hafði verið með miklar aukaverkanir af hormónunum en mér líður miklu betur að öllu leyti eftir að ég byrjaði að taka Femarelle. Verkir í stoðkerfi hafa minnkað stórlega og



Ásdís Lára finnur mikinn mun á sér eftir að hún byrjaði að taka inn Femarelle.

MYND/GVA

svæsum og prálátum höfuðverkjökostum hefur fækkað en þau stóðu oft yfir í nokkra daga.

Í dag líður mér miklu betur að öllu leyti, þökk sé Femarelle.“

Frábær líðan af notkun Femarelle

Ásdís L. Runólfsdóttir hafði reynt allt áður en hún kynntist Femarelle. „Ég hafði í mörg ár glímt við ýmiss konar vandamál varðandi blæðingar og tíðahvörf. Samhliða mjög slæmum skapsveiflum og andlegri vanlíðan jókst tíðni migreniskasta gríðarlega. Ég prófaði allt, breytti mataræðinu, tók inn ýmiss konar vítamín og bætiefni en ekkert virkaði. Í lok síðasta árs prófaði ég hormónatöflur í þrjú mánuði með slæmum árangri. Þegar Femarelle kom

á markaðinn var ég komin að því að gefast upp. Hitaköstin urðu stöðugt verri og ég átti svefnlausar nætur vegna nætursvita og hitakasta. Mér leið eins og ég logaði innan frá. Það tók Femarelle um það bil tvær vikur að virka, á þriðju viku fann ég ekki fyrir neinum einkennum. Nú líður mér mjög vel bæði andlega og líkamlega. Ég þarf ekki lengur að rífa mig úr fötunum þegar ég sit í sófanum á kvöldin vegna óbærilegs hita og sef mjög vært í langerma náttkjólum á næturnar.“

■ Slær á óþægindi svo sem höfuðverk, svefntruflanir, nætursvita, skapsveiflum, óþægindi í liðum og vöðvum.

■ Þéttir beinin.

■ Hefur hvorki áhrif á móðurlíf né brjóstavef.

■ Náttúruleg lausn, inniheldur tofu extract og hörfræjaduft.

■ Inniheldur engin hormón eða ísóflavóníða.

■ Staðfest með rannsóknum síðustu 13 ár.



Guðfinna Sigurgeirsdóttir fann strax fyrir breytingum til hins betra með Femarelle.



Kristín Bjarnadóttir hefur góða reynslu af Femarelle.



Fólk á besta aldri eftirsóknarvert

Elín Björg Jónsdóttir er formaður BSRB, langstærstu samtaka opinberra starfsmanna á Íslandi, þar sem 70 prósent félagsmanna eru konur. Elín er Sunnlendingur, fædd og uppalin á bænum Læk í Ölfusi, og býr í Þorlákshöfn þar sem hún ræktar fjölskylduna og tré.

Lífið breytist ekki við það eitt að verða fimmtug og ég fann meira fyrir aldrinum þegar ég átti orðið börn í grunnskóla og síðar í háskóla. Annars er ég lítið upptekin af aldri og finnst samferðafólk mitt alltaf vera á sama aldri og ég, þótt áratugir skilji á milli,“ segir Elín, sem á haustdögum verður 61 árs.

„Árin eftir fimmtugt hafa verið frábær og mér líður afskaplega vel. Mér fannst dásamlegur tíminn þegar ég var yngri með börnin smá en líka núna þegar ég á orðið barnabörn. Mér finnst því allur aldur frábær.“

Elín segir góða heilsu og vellíðan mikilvæga til að geta notið sín.

„Til að vera við góða heilsu þarf að hugsa vel um sig; sofa nóg, borða rétt, hreyfa sig og stunda áhugamál sem hvíla hugann. Til vellíðunar þarf svo að takast á við verkefni sem mann langar til og vera með fjölskylduna tiltölulega nálægt sér,“ segir Elín, sem hefur alla tíð aðhyllt hollt mataræði og ástundað mikla hreyfingu.

„Til að ná árangri í því sem maður tekur sér fyrir hendur þarf maður að vera í standi til að takast á við verkefni. Ég á mér mýmörg áhugamál sem hvíla hugann og hef mjög gaman af gönguferðum heima og í útlöndum. Þá hef ég

mikinn áhuga á trjárækt og fágætum plöntum og er ég með stóran garð í Þorlákshöfn þar sem ég hef ræktað upp þriggja metra eik,“ segir Elín, sem einnig sinnir garði for-eldra sinna sem enn búa á Læk ásamt tveimur bræðrum hennar.

„Það eru forréttindi að hafa þá sem manni þykir vænst um svo nálægt sér,“ segir Elín.

Fjölskyldan dýrmætust

Elín segir aukinn þroska það besta við aldurskeiðið eftir fimmtugt.

„Best er að öðlast allan þann þroska sem maður fær við að takast á við lífið í sextíu ár. Mér fannst stórt þroskaskref að uppgötva að ég þurfti ekki sjálf að vera sérfræðingur í öllu heldur gat leitað til annarra þar sem ég sjálf varð stopp. Það hefði mér ekki dottið í hug fertug.“

Elín á tvo syni og tvö barnabörn, sex ára og eins og hálfis árs.

„Tímenn með barnabörnunum nota ég afskaplega vel; hann er mér afar dýrmætur og börnunum líka. Þau eiga mig því alveg óskipta þegar við erum saman,“ segir Elín um samrýnda fjölskyldu sína.

„Fjölskyldan er aleigan mín og við erum mikið saman. Ég á líka son og tengdadóttur í Svíþjóð en hann var að fá vinnu hér heima og þau nú að skipuleggja líf sitt eins og

fjöldi samlanda þeirra sem vinna í sitt hvoru landinu.“

Verðmæti í aldri og þroska

Elín var komin á sextugsaldur þegar hún var kjörin formaður BSRB árið 2009 og segir aldur og lífsreynslu hafa verið gott veganesti í slíkt starf.

„Ég er ekki viss um að ég hefði haft þroska mjög ung til að takast á við verkefni sem liggja fyrir í þessu starfi. Fjölbreytnin er mikil, engir tveir dagar eins og dagleg verkefni bæði ögrandi og kröfuhörð.“

Innan aðildarfélag BSRB eru konur í miklum meirihluta; um sjöttíu prósent félagsmanna. Elín segir helstu mál á borðum BSRB nú að rétta af launamun kynjanna og nú sé unnið að launakönnun til að vita hvort félaginu hafi orðið ágengt í vinnu þar að lútandi síðastliðið ár.

„Mér er fyrirmunað að skilja hvers vegna konur eiga erfiðara með að fá vinnu eftir fimmtugt hér á landi. Fimmtugt fólk er í blóma lífsins og hefur mun meiri þroska til að takast á við verkefni en þeir sem eru ungir og án sambærilegar reynslu,“ segir Elín og bætir við að henni finnst jafn óskiljanlegt að ungt og hæfileikaríkt fólk fái ekki heldur vinnu.

„Ég hef sterkllega á tilfinningunni að viðhorf til eldra fólks sé að



Elín er sveitastúlka sem bjó í Breiðholti í nokkur ár en fluttist aftur í átt að heimahögum þegar svalimar urðu of litlar fyrir tvo hressa snáða. Síðan hefur hún búið í Þorlákshöfn og ákvað að hrófa ekki við heimilinu þegar hún gaf kost á sér sem formaður BSRB. MYNDVALLI

breytast. Æ fleiri átta sig á hversu gífurleg verðmæti liggja í aldri og þroska og því sóun á verðmætum að nýta ekki starfskrafta vinnandi fólks yfir fimmtugu. Þvert á móti ætti að vera eftirsóknarvert að fá fólk á besta aldri til starfa,“ segir Elín og furðar sig á að aldur skuli skipta vinnuveitendum máli.

„Vitaskuld viljum við bæði kyn og allan aldur á vinnustöðum og þar sem ákvarðanir eru teknar.

Þannig verður hann sem fjölbreyttastur og tekur mið af sem flestum sjónarmiðum. Sá sem er sextugur hefur aðrar væntingar og þarfir en sá sem er tvítugur. Því skiptir mestu máli að við vinnum þetta saman.“

Elín hvetur konur yfir fimmtugu til dáða enda eigi þær upp undir tuttugu ár eftir á vinnumarkaði.

„Konur eiga að trúá og treysta á innsei sitt, takast á við hindranir á veginum og aldrei gefast upp.“

Konur eru fallegar

Litadýrðin ræður ríkjum í Belladonna í Skeifunni 8 um þessar mundir. Verslunin býður upp á breitt úrval af fatnaði í stærðum 38-58.

Bella donna er ítalska og þýðir falleg kona. Okkur þótti við hæfi að láta verslunina heita þetta enda eru allar konur fallegar,“ segir Stella Leifsdóttir, eigandi verslunarinnar Belladonna. Litadýrðin ræður ríkjum í versluninni um þessar mundir og úrvalið af fallegum kjólum er mikið og konur af öllum stærðum og gerðum finna þar eitthvað við sitt hæfi.

Stella bendir á að þó margar konur fylgast með tiskunni og vilji líta vel út lendi þær oft í vandræðum þar sem þær finni fátt sem passi þeim. „Vaxtarlag kvenna hefur verið greint í átta ólíkar gerðir og því skiljanlegt að sama sniðið hentar ekki öllum konum. Því er sérlega mikilvægt að konur með mjúkar línur finni sniðið sem passar vaxtarlagi þeirra,“ bendir Stella á.

Í Belladonna er boðið upp á breitt úrval af tiskufatnaði í stærðum 38 til 58. „Hér fást föt og fylgihlutir frá yfir tuttugu merkjum með mismunandi áherslur. Merkin eru ólík og stíla inn á mismunandi aldurshópa,“ segir Stella. Hún bendir á að þær sem vilji vanda valið geti notið þess í rúmgóðum mátunarklefum auk þess sem mjúkir leðursófar fari vel með fylgdarliðið. Þá geti börnin unað vel við sitt í barnahorninu.

„Við leggjum áherslu á fjölbreytni og persónulega þjónustu,“ segir Stella og áréttar að þó úrvalið sé mikið í versluninni sé aðeins pantað lítið af hverri gerð. „Það þurfa ekki allir að vera eins,“ segir hún glaðlega og bætir við



Mikið úrval er af fallegum kjólum í Belladonna. Litadýrðin ræður ríkjum og færir sól í sinni að sögn Stellu Leifsdóttur eiganda Belladonna í Skeifunni 8.

MYND/ARNÞÓR

að breytingar séu örur í búðinni enda teknar upp nýjar sendingar í hverri viku.

Hún bendir þeim sem vilja fylgjast með framboðinu í Belladonna á netklúbbinn á www.belladonna.is.



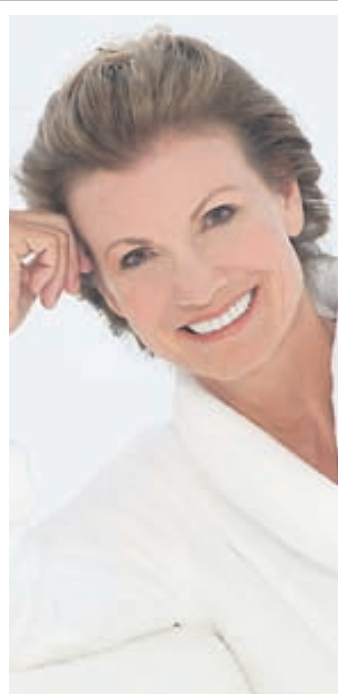
Astin blómstrar sem aldrei fyrr eftir fimmtugt.

Lífið byrjar um fimmtugt

Kynlíf, lífshamingja og ástarsambönd kvenna yfir fimmtugu blómstra nú á tímum. Þetta sýnir nýleg könnun Playtex sem gerð var á meðal 1.500 breskra kvenna á aldrinum 20 til 65 ára. Niðurstöður sýndu að konur yfir fimmtugu eru nú hamingjusamari, ævintýragjarnari og leikfúsari en nokkru sinni fyrr. Nær helmingur þeirra (49%) sagðist fagna sextugsaldrinum og að kynlíf þeirra og ástarsambönd væru betri en áður. Konur í föstu ástarsambandi sögðu það langt í frá staðnað þar sem parið nyti samvista og samlífis enn betur eftir fimmtugt.

Könnunin leiddi einnig í ljós að ein af hverjum fimm konum á sextugsaldri stundar kynlíf einu sinni í viku eða oftar, sem er jafn oft og kynsystur þeirra á þrítugsaldri. Þá viðurkenndi þriðjungur kvenna að þær hefðu aldrei notið kynlífs jafn ríkulega og eftir fimmtugt og helmingur þeirra sagðist enn klæðast kynsandi undirfötum og hafa sig til fyrir elskhuga sinn.

Meirihluti eldri kvenna í könnunni (93%) sagðist hafa horfið frá síðum og hefðum mæðra sinna og eiga meira sammerkt með dætrum sínum sem þær töldu á meðal vinkvenna sinna. Þá leiddist þeim misskilningur yngra fólks sem héldi að um leið og fimmtugsafmælinu væri náð hætti konum að finnast þær sexí og njóta kynlífs. Þvert á móti væru þær spenntari fyrir lífinu en nokkru sinni og í raun vera aldurslaus kynslóð kvenna.



ÞVAGBLÖÐRUVANDAMÁL KVENNA

Þvagblöðruvandamál eru mjög algeng og tíðni þeirra eykst með hækkandi aldri fólks. Þau eru hins vegar ekki eðlilegur þáttur öldrunar og því eiga konur ávallt að leita sér hjálpar ef þær finna fyrir einkennum frá þvagblöðru. Vandamálin geta verið af ýmsum toga. Algengast er að konur séu með áreynsluþvagleka, sem verður þegar þrýstingur eykst á kvið líkt og við hopp eða hósta, bráðapvagleka, þar sem kona missir þvag þar sem hún hefur mjög nauman tíma til að ná á salerni og síðan ofvirka þvagblöðru, en reikna má með að um það bil einn af hverjum sex einstaklingum eftir fertugt sé með ofvirka þvagblöðru.



OFVIRK ÞVAGBLAÐRA

Ef þú færð oft þvaglátsþörf, ferð oft á salernið og missir jafnvel þvag, þá er hugsanlegt að þú sért með ofvirka þvagblöðru. Ekki er alltaf vitað hvað veldur en ofvirk þvagblaðra getur stafað af truflun á taugaboðum. Blaðran sendir boð til heilans um að þurfa að tæma sig þrátt fyrir að vera ekki orðin full og fólk þarf að hlaupa í tíma og ótíma á salernið.

Einnig eru margir þættir sem geta haft áhrif. Til dæmis getur það haft neikvæð áhrif á þvagblöðruna ef fólk fer oft á salernið „bara svona til öryggis“. Þetta veldur því að þvagblaðran venst því að vera tæmd óhóflega oft, skreppur saman og geymslugeta hennar minnkar sem kallar á tíðari þvaglát en eðlilegt er.

Mikil vökvaneysla hefur einnig áhrif, því blaðran venst því að vera tæmd oft. Almenn er mælt með því að vökvaneysla sé ekki meiri en 1,5-2,5 lítrar á sólarhring, eftir því hversu þung konan er.

Allar frekari upplýsingar má finna á heimasíðunni www.sprengur.is

Fræðslusíðan Sprengur.is

Heimasíðan www.sprengur.is er fræðslusíða fyrir almenning og ætluð bæði konum og körlum sem þjást af einhvers konar þvagfæra-vandamálum. Síðunni er ætlað að veita fólki upplýsingar um slík vandamál enda eiga fjölmargir við þau að glíma en eiga erfitt með að ræða það. Í nýlegri rannsókn sem gerð var á Norðurlöndunum kom í ljós að tæplega 60 prósent einstaklinga með þvagleka leita sér ekki aðstoðar læknis. Því er ljóst að vandamálið er mjög viðkvæmt og mikil-

vægt að opna umræðu og fræðslu um það.

Á sprengur.is má finna gagnlegar upplýsingar um allt það helsta sem við kemur blöðrunni. Þar er að finna fræðslu um þau vandamál sem upp geta komið, hvaða úrræði eru í boði og hvernig er best að leita sér hjálpar. Á síðunni er einnig hægt að panta fræðsluefni og kennslubæklinga þar sem kennd er blöðruþjálfun og grindarbotnsþjálfun, sem bæði eru mjög mikilvæg atriði til að viðhalda heilbrigði í neðri þvagvegum.



Á sprengur.is má fá upplýsingar um allt það helsta sem við kemur blöðrunni.

Áttu í vandræðum með blöðruna?

Sprengur.is

Skilningur eykst með aldrinum

Bryndís Emilsdóttir útskrifaðist á dögnum með meistaragráðu í ritlist. Áður hafði hún stundað landbúnað og verslunarstörf og passað börn. Hana þyrsti í þekkingu, að eigin sögn, þegar hún ákvað að setjast á skólabeck fyrir rúmum áratug, þá 43 ára gömul.

Bryndís Emilsdóttir tók verslunarpróf árið 1977, þá 18 ára gömul. Fimm árum síðar gerðist hún bóndi.

„Ég flutti ásamt manningum mínum, Sigur- sveini Eggertssyni, á býli tengdaforeldra minna. Síðan fluttum við á annan bæ sem heitir Ás og er í Mýrdalshreppi. Þar bjuggum við í tólf ár, fram til ársins 1998,“ segir Bryndís. „Þá tóku við hin ýmsu störf, ég fór aftur í verslunarstörf og var dagmamma um tíma.“

Aftur í nám

Í nokkur ár undi hún sér ágætlega á vinnu- markaðinum en svo fór menntaþorstinna að segja til sín. „Ég sá auglýst nám til stúdents- prófs á listabraut í FB og sló til. Þá var ég 43 ára. Ég kláraði stúdentinn með vinnu, aðallega í kvöldskóla.“

Þetta var fyrsta skrefið í átt að draum sem hafði blundað í Bryndísi frá blautu barnsbeini. „Ég hef alltaf verið bæði skrifandi og teiknandi svo þegar ég sá nám til stúdentsprófs á listabraut var ég ekki lengi að hugsa mig um.“

Önnur auglýsing

Eftir stúdentsprófið liðu þrjú ár þar sem hún var tvístígandi, en aftur kom auglýsing henni til bjargar. „Ég vissi að það væri erfitt að komast inn í Listaháskólann, ekki síst af því maður var kominn á aldur. Svo sá ég auglýst BA-nám í ritlist við Háskóla Íslands. Þá kviknaði eitthvað,“ segir Bryndís og bætir við að hún hafi alla tíð verið hálfgerð alæta á skrifaðan texta. „Svo ég dreif mig í þetta nám og það var mikið gæfuspor.“

Námið er í bland fræðilegt og verklegt nám.

„Mig þyrsti í fræðslu, ég var eiginlega eins og svampur þarna. Mig langaði alltaf að læra en mér gafst ekki tækifæri til þess fyrr. Það var erfitt að ætla í nám frá búskap og fjórum börnum,“ segir Bryndís og segir tilfinninguna hafa verið góða að setjast loks á skólabeck á ný. „Ég reyndi fyrst að muna allt sem ég lærði, vera eins og tölva og vista þetta. Ég upplifði vissa þrá eftir þekkingu.“

Fólk á öllum aldri

Í náminu með Bryndísi var fólk á öllum aldri, bæði ungt fólk sem var nýskriðið úr mennta- skóla og svo eldra fólk sem var á leið aftur í nám. „Það var vissulega munur á aldurshópunum, en hann felst aðallega í því að þessir eldri hafa upplifað hluti, hafa meiri þroska og reynslu sem nýtist í náminu. Þeir hafa meiri innsýn í mann- legar tilfinningar og það skilar sér í skrifunum.“

Nú er Bryndís útskrifuð með meistaragráðu í ritlist og segist hafa mörg járn í eldinum. „Ég ætla að halda áfram að skrifa, en ég er með fjórar sögur í smíðum um þessar mundir. Þær eru mislangt komnar, eins og gengur, en ég vonast til að koma þessu frá mér. Mig langar til þess að gefa þær út og stefni að því.“

Lífið er lærdómur

Bryndís segist að vissu leyti hafa kynnst sjálfri sér upp á nýtt eftir að hafa sest aftur á skóla- beck. „Já, maður lærir á meðan maður lifir. Aldur skiptir engu máli þar. Það er kannski ekkert svo mikill munur á manneskjunni, þó aldurinn sé ólíkur, nema að önnur hefur reynt meira.“

-hpó



Bryndís segist að vissu leyti hafa kynnst sjálfri sér upp á nýtt eftir að hafa sest aftur á skólabeck.

MYND/ARNPÓR

NUTRILENK

NÝTT NÁTTÚRLEGT BYGGINGAREFNI FYRIR BRJÓSKVEFINN

Skráðu þig á facebook síðuna NUTRILENK fyrir liðina – því getur fylgt heppni!

Eru liðverkir að hækka forgjöfina?

Láttu ekki liðverki aftra árangri þínum í golfinu. Minnkaðu liðverkina og vonandi forgjöfina í kjölfarið með hjálp NutriLenk.

NutriLenk er náttúrulegt byggingarefni fyrir brjóskefningu og er mjög góður valkostur fyrir þá sem þjást af minnkuðu liðbrjóska. NutriLenk hefur hjálpað þúsundum Íslendinga að öðlast betri liðheilsu.

NutriLenk er fáanlegt í flestum apótekum, heilsuþúðum, Fræinu Fjarðarkaupum, stærri Hagkaupsverslunum, Þín verslun Seljabraut og Vöruvali Vestmanneyjum



Að klæða sig eftir aldri

Samkvæmt breskri könnun eiga konur sem eru 47 ára eða eldri ekki að vera í bikiní. Á það er þó bent í breskum blöðum að þeir sem hafa séð Helen Mirren og Jerry Hall á strönd gætu tæpast verið sammála þessu. Könnunin var gerð meðal 2.000 kvenna í Bretlandi en þær voru spurðar um klæðnað kvenna á besta aldri. Samkvæmt könnuninni eiga konur ekki að ganga í mínípilsu eða kjólum séu þær orðnar 35 ára eða eldri og háhælaðir skór eru bara fyrir 51 árs og yngri.

Fyrirtækið Diet Chef sem framkvæmdi könnunina hefur verið gagnrýnt af konum á besta aldri sem finnast svörin fjarri öllum raunveruleika. Konur yfir fimmtugt séu yfirleitt glæsilegar og unglagar og geta klæðst hverju sem er svo framarlega sem vöxtur þeirra beri flíkina. Könnunin sýndi hins vegar að

44% kvenna á þessum aldri hefur áhyggjur af því að þær séu of gamlar fyrir ákveðinn fatnað.

Fyrir utan þetta ættu konur sem eru orðnar 53 ára eða eldri hvorki að vera með sitt hár né tagl. Þá kom fram að um 5% kvennanna höfðu lent í því í verslun að afgreiðslustúlka sagði flík ekki henta þeirra aldri. Íslenskar konur eru yfirleitt vel klæddar eftir aldri. Rétt er þó að hafa í huga að kona sem er komin yfir fimmtugt ætti ekki að klæða sig eins og tvítug dóttir hennar. Hins vegar er frjálfsræðið mun meira í klæðaburði í dag en var áður fyrr. Einfaldur en elegant stíll klæðir eldri konur best. Madonna er gott dæmi um konu sem fer eigin leiðir í klæðaburði. Hins vegar má segja að Dorrit Moussaieff forsetafrú sé kona sem klæðir sig á einfaldan en smekklegan hátt miðað við aldur.

UNDARLEGAR NIÐURSTÖÐUR

Samkvæmt könnuninni eiga konur ekki að klæðast eftirfarandi flíkum eftir vissan aldur:

- Bikiní, 47 ára
- Mínípils, 35 ára
- Stuttir toppar, 33 ára
- Hælaháir skór, 51 árs
- Skartgripir í naflann, 35 ára
- Há stígvél, 47 ára
- Íþróttagallar, 44 ára
- Leðurbuxur, 34 ára
- Leggings, 45 ára
- Þröng vesti, 44 ára
- Gegnsæ blússa, 40 ára



Eftir því er tekið hversu smekklega klædd forsetafrúin, Dorrit Moussaieff, er ávallt.

Vítamínlína fyrir öll aldursskeið

Vitabiotics sér til þess að þú fái þau vítamín og steinefni sem henta hverju aldursskeiði.

Klínísk rannsókn á bak við hvert og eitt vítamín.

Ein tafla á dag er allt sem þú þarft!

BARN **KONA** **KONA 50+** **PERFECTIL**

Vitabiotics **welKiD softjelly** Vitabiotics **wellwoman original** Vitabiotics **wellwoman 50+** **Perfectil PLATINUM**

NeoStrata® SKIN ACTIVE

Áhrifaríkar húðvörur sem húðlæknar mæla með

Neostrata SkinActive vinnur á öllum sýnilegum áhrifum öldrunar með einstökum háþrúðum aðferðum.

Einstök SynerG samsetning sem er hönnuð til að örva og endurlífga virkni húðfrumanna og styrkja undirliggjandi stoðir húðarinnar.



EIN VALDAMESTA KONA FYRR OG SÍÐAR

Katrín mikla er ein af fáum konum síðustu alda sem fjallað er um í sögubókunum. Hún leiddi ríki sem keisaraynja í Rússlandi í 34 ár, frá 1764 til dauðadags. Hún tók við af Pétri manni sínum sem var myrtur.

Katrín gerði gríðarlega mikið fyrir Rússland á þeim tíma sem hún réð ríkjum. Hún stækkaði landamæri landsins til suðurs og vesturs og var fyrst til að færa landamærin að Svartahafi. Hún lét hefja framleiðslu á rússneskum pappírspening.

Hermitage-safnið í Sankti Pétursborg var í fyrstu byggt á eignum í hennar eigu áður en það var stækkað. Katrín leit mikið til vesturs þegar kom að tækninýjungum, menntun og menningu en þannig náði hún að nútímavæða Rússland sem hafði orðið eftir á í þróun. Keisaraynjan var þekkt fyrir að vera mikil kynvera og átti sér marga elskendur yfir árin. Það er óhætt að segja að þessi kraftmikla kona sé ein af valdamestu konum sögunnar.

EKKI LEYFA STRESSINU AÐ NÁ TÖKUM Á ÞÉR

Það getur verið alltof auðvelt að gleyma sér í áhyggjum og stressi. Í nútímasamfélagi eru gerðar miklar kröfur til kvenna. Þær verða að standa sig í vinnu, vera fullkomnar eiginkonur, fyrirmyndarmæður og svo þurfa þær að líta vel út.

Allt þetta getur leitt til streitu með misalvarlegum afleiðingum. Algengt er að konur fái hárlós auk þess sem streita getur flýtt því að hárið gráni og þynnist. Meltingartruflanir geta einnig stafað af streitu, hvort sem það eru uppköst, niðurgangur eða harðlífi.

Þegar mikið er að gera í lífinu er ýmislegt hægt að gera til þess að minnka eða koma í veg fyrir stress. Að hugleiða er góð leið til að róta taugarnar. Ekki er nauðsynlegt að gera það í indíánastellingu á jógaðýnu því jafn gott getur verið að fara út í göngutúr, kíkja í sund eða þrjóna.

Öndunaræfingar geta komið að gagni þegar stressið stendur sem hæst. Þær róta taugarnar og auðveldara er að ná aftur einbeitingu.

Mikilvægt er að leyfa stressinu ekki að ná tökum á lífinu. Smá tími fyrir sjálfan sig á dag gerir mikið fyrir líkamann.



EIN ÁHRIFAMESTA KONA HEIMS

Saga spjallþáttadrottningarinnar Oprah Winfrey er ótrúleg. Hún ólst upp hjá einstæðri, fátækri móður í Mississippi og upplifði ýmislegt misjafnt í æsku. Hún var misnotuð og eignaðist barn fjórtán ára gömul en missti það fljótlega eftir fæðingu.

Eftir að hún flutti til föður síns í Tennessee fékk hún vinnu í útvarpi og ekki löngu síðar fékk hún sinn eigin spjallþátt í sjónvarpi. Mannleg framkoma Oprah dró fólk að skjánum, auk þess sem hún var aldrei feimin við að fjalla um óþægileg málefni.

Ferill Oprah hefur verið engu líkur. Spjallþættir hennar urðu geysivinsælir en sem dæmi má nefna að þátturinn þar sem Oprah tók viðtal við Michael Jackson fékk fjórða mesta sjónvarpsáhorf sögunnar á sínum tíma.

Oprah er talin vera ríkasta kona Bandaríkjanna af afrískum uppruna og um tíma var hún eini svarti milljarðamæringurinn í Bandaríkjunum. Áhrif hennar ná langt út fyrir sjónvarpið, sem sýnir sig til að mynda í því að stuðningur hennar við Barack Obama í kosningabaráttu hans er talin hafa skilað honum einni milljón atkvæða.



Svissnesk töfratár við augnþurrki

Vertu viss með

VISMED



DROPAR
án rotvarnarefna
Má nota í 3 mán.
eftir opnun
10ml dreypiglas



GEL
án rotvarnarefna
Má nota í 3 mán.
eftir opnun
10ml dreypiglas



DROPAR
án rotvarnarefna í
lykjum sem hægt er
að loka eftir opnun



GEL
án rotvarnarefna
í lykjum sem hægt er
að loka eftir opnun



VISMED fæst á eftirtöldum stöðum: Lyfja Lágmúla, Smáratorgi, Laugavegi, Egilsstöðum, Höfn, Grindavík, Húsavík, Keflavík, Blönduósi, Selfossi, Ísafirði, Lyfjaval Alftamýri, Mjódd og Bíla Apótekið, Lyfjaborg, Apótek Vesturlands, Apótek Hafnarfjarðar, Apótek Garðabæjar, Garðs Apótek, Lyfjaver, Rima Apótek, Apótek Árbæjar, Siglufjarðarapótek, Urðar Apótek, Reykjavíkur Apótek, Akureyrar Apótek, Apótekið Akureyri og Apótekið Setbergi.

Sækjum & seljum bíla

Við PIKKUM
bílinn upp :)



og SELJUM
hann strax



Áttu bíl sem er bilaður/ógangfær
eða ekki í fullkomnu standi?
Þarftu að taka til á planinu hjá þér?

SÍMI
522-4610

Hringdu í 522-4610 og láttu okkur sækja og selja bílinn fyrir þig

> Kíktu inn á bilauppbod.is <



KRÓKUR - Bílauppboð og flutningar -

Suðurhrauni 3 | 210 Garðabæ | Sími 522 4600 | krokur@krokur.net

Varahlutir

SMÁPARTAR.IS

Eigum mikið úrval af varahlutum í Subaru árg. '97 til '02, Skoda Octavia árg. '00 til '07, Honda CR-V árg. '05.W Polo '07 Passat '01. Suzuki Baleno árg. '00. Smápartar.is Sími 5675040-7785040.

VW - SKODA - VARAHLUTIR

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

JAPANSKAR VÉLAR BÍLAPARTASALA

Eigum úrval varahluta í Japanska og Kóranska bíla og fleiri teg. Kaupum flestar tegundir bíla. Opíð 8-18 virka daga. S. 565 3400 & 893 2284. www.japanskarvelar.is / www.carparts.is japvel@carparts.is

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

Viðgerðir

AB BIFREIÐAVERKSTÆÐI

Get bætt á mig öllum teg. bíla til viðgerðar. Par á meðal pústviðgerðir, bremsur og allar viðgerðir. Uppl. s. 555 6020.

Tjaldvagnar

Til sölu Compi Camp Valencia, nánast ónotaður, árg 2011. Vagninn er vel búinn með fortjaldi, ísskáp, vaski og eldavél. Næsta skoðun 2015. Uppl. í s. 897 2000

Bílaþjónusta



Gæðavottað réttingar og málningarverkstæði Tjónaskoðun. Bílaleiga

GB Tjónaviðgerðir ehf. Dragháls 6-8 - 110 Rvk S: 567-0690 tjon@tjon.is • www.tjon.is



Við náum til fjöldans

Við sjáum um örugga dreifingu á fjölpósti

Póstdreifing dreifir fjölpósti sex daga vikunnar til heimila á stærsta markaðssvæði landsins. Mælingar sýna að 60% landsmanna skoða fjölpóst og er hann því áhrifarík leið til að koma skilaboðum um vöru eða þjónustu beint inn á heimilin. *Örugglega til þín.*

Póstdreifing

Nánari upplýsingar veitir söludeild í síma 585 8300.

Póstdreifing | Vatnagördum 22 | 104 Reykjavík | Sími 585 8300 | www.postdreif-

Þjónustuauglýsingar

Sími 512 5407



Dáleiðsla
Betri svefn - hætta að reykja - léttast / þyngjast og láta sér líða betur á margan annan máta
Ingibjörg Bernhöft hjúkrunarfr. og dáleiðslutæknir.
S.864 2627 • bernhoft@gmail.com

• Eittarmót • Garðveislur • Afmæli • Brúðkaupsveislur • Útisamkomur • Skemmtanir • Tónleikar • Sýningar • Fermingar • Kynningar o.fl.

Viðrar vel til veisluhalds?
Tjöld af öllum stærðum. Borð, bekkir, stólar ofl.
Sími: 550 9800
Jaldaleiga skáta
Hraunbær 123 • 110 Reykjavík • Sími 550 9800
Netfang: tjaldaleiga@skatar.is • www.skatar.



TACTICAL
HOBBYBÚÐIN GLÆSILEG
FJARSTYRÐ TÆKI - PLASTMÓDEL - BALSAPLUSVÉLAR - FLUGBÓRNAR
SYMA
SÍMI 517-8878
DETTRISA TACTICAL IS

Glæsilegu vörurnar frá Vanity Fair
Ynja
UNDIRFATAVERSLUN
Erum á Facebook
HAMRABORG 20A • KÓPAVOGI 544-4088 • YNJA.IS



HÚSAVIÐGERÐIR.IS
Viðgerðir og viðhald fasteigna!
Alhliða húsa viðgerðir - Flisalagnir
Veggjakrotsvarnir - Múrverk
Fyrirbyggjandi varnir
Sími: 565-7070

PALLAR.IS
Al hjólapallar / veggjapallar
Veðurnet / Öryggisnet
Áltröppur / stigar
altrex KVARNIR Akralind 8
www.kvarnir.is Sími: 564 6070



SPARAÐU BENSÍN!
Metan uppfærðu bílinn þinn
Bjóðum hátækni búnað frá Bigas International srl, einum þekktasta framleiðanda á gas búnaði fyrir bifreiðar í Evrópu. Leitið tilboða í búnað og ísetningu - sparið með Metan Lán til allt að 48 mánaða
VeiRás Velras.is • Sími: 555 6670 • Áhella 4



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

Iveco
Viðgerðar- og varahlutapjónusta
VeiRás
Sími 555 6670 • www.velras.is • Áhella 4 • Áhella 8

• Steypusögun
• Kjarnaborun
• Múrbrot
• Hellulagnir
• Jarðvegsvinna
• Öll almenn- verktakavinna

BROTAFL
STEINSÖGUN • BORUN • BROT
Brotafli ehf
Símar 894 8040
894 8044
Fax 565 0050
Netfang: brotafl@simnet.is



• Hjólbardaviðgerðir
• Smurpionusta
• Bremsur
• Demparar
• Rafgeymar
• o.fl.

HJÓLBARÐA GRAFARVOGS VERKSTÆÐI
Gylfafiöt 3
Grafarvogi
Sími 567 4468
dekk@gummisteypa.is

GENERAL HJÓLBARÐAR

Eftirlitsmyndarvél fyrir sumarbústaði og heimili.

- Tekur venjulegt GSM SIM kort.
- Hægt að panta mynd eða hlusta svæði.
- SMS og MMS viðvörðun í síma og netf.
- Lætur vita ef rafmagn fer af og hiti breytist.
- Hægt er að tengja allt að 15 auka skynjara.
- Vöktun á heitum potti, raka, þrýstingi o.fl.
- Stýring á hita, kveikja ljós, renna í pottinn.

Uppl. í síma 699-6869 og www.rafeindir.is



BRA
BÍLASPRAUTUN OG RÉTTINGAR AÚÐUNS
Nýbýlavegi 10 - Kóp. - S. 554 2510
TOYOTA-þjónusta www.bilasprautun.is



BIFREIÐAVERKSTÆÐI KÓPAVOGS
TOYOTA ÞJÓNUSTA ALLAR ALMENNAR BÍLAVIÐGERÐIR
SMÍÐJUEGUR 2 • KÓPAVOGUR
WWW.BIFREIÐAVERKSTAEDI.IS
S. 587 1350



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



ÞJÓNUSTUAUGLÝSINGAR
ÞARFT ÞÚ AÐ KOMA FYRIRTÆKINU ÞÍNU Á FRAMFÆRI?
HAFÐU SAMBAND OG VIÐ GERUM ÞÉR TILBOÐ
FRÉTTABLAÐIÐ
Sími 512 5407 | thjonusta@365.is



Parketslípun
sólpallaslípun | parketlagnir
551 1309 / 690 5115
golflist@golflist.is | www.golflist.is
99% RYKFRÍTT



BÍLAÞJÓNUSTA BJARKA ehf
alhliða bílaviðgerðir
Tímamantanir s: 445 4540/697 4540
viðarhöfði 2 • 110 reykjavík • sími 445 4540 / 697 4540
bilathjonustabjarka@gmail.com
http://www.facebook.com/bilathjonustabjarka



Alla fimmtudaga og laugardaga

arnarut@365.is sigrunh@365.is

fasteignir

Byggingarlóð til sölu

Úlfarsárdalur: Lóð undir einbýli. Stærð: 369 m².
Leyfð stærð húss: 280 m² á 2 hæðum.
Upplýsingar í síma: 865-9611 og 554-3168.

Nýr Hraðfiskbátur



Evolution 38I Hraðfiskibátur, 15 rúmlestir sérhannaður fyrir Íslenskar aðstæður. Vél: Volvo D9 505 HÖ ásamt twindiski, V-gír og Bógskrúfu. CP skrúfa með stillanlegum skurði á blöðum, Stýri: "Becker Ratt" vökvastýrt. Flabbsar 2 stk, 1500 lítrar olíu-tankar með millirennslu, Dekkpláss er ca. 16 fermetrar, Gott lestarpláss. Gluggar og hurðar úr PVC og gler tvöfalt. Báturinn er tilbúinn til innréttingar. Vaskur og klósett fylgir. Ásett verð 25 milljónir eða tilboð mögulegt er að taka bíl uppí. Uppl. í síma : 849-9987 eða 895-8299

AS Fjarðargötu 17, Hf.
Sími 520 2600
as@as.is
www.as.is

Kári Halldórsson
lögg. fasteignasali

HLÍÐARÁS — HFJ



Sérlega fallett 206,4 fm einbýli ásamt 44,8 fm bílskúr, samtals 251,2 fm á góðum útsýnisstað. Fjögur góð svefnherb. Hágæðainnréttingar frá HTH og Miele tæki. Gólfhiti. Glæsileg lýsing. Arinn í stofu. Stórar svalir yfir bílskúr. Frábært útsýni yfir höfuðborgina og víðar. **Verð 68,9 millj.**
Pantið skoðun hjá Aroni Frey sölufulltrúa í s. 772-7376



Prastarhöfði

OPIÐ HÚS

270 Mosfellsbær

Fimmtud. 27. júní 17:30 - 18:00



Nánari upplýsingar veitir
Jörunn Skúladóttir, Sölufulltrúi
jorunn@miklaborg.is sími: 845 8958

- Sérsmíðar innréttingar
- Vönduð eldhústæki
- Rúmbóður bílskúr
- Stimpluð steypt stétt



Óskar R. Harðarson
hdl. og löggiltur fasteignasali

Verð: **79,5 millj.**

FASTEIGNASALAN **MIKLABORG** 569 7000 Síðumúli 13 www.miklaborg.is
Óskar R. Harðarson og Jason Guðmundsson, löggiltir fasteignasalar
- með þér alla leið -



STÆRSTI HÚSNÆÐISVEFUR LANDSINS

Fasteignir.is er stærsti og ítarlegasti húsnæðisvefur á Íslandi, með yfir 12.000 eignir á skrá.

- Eini vefurinn með allar sölueignir á skrá
- Lífandi og uppfærður leiguvefur
- Fjölbreyttar upplýsingar í boði fyrir kaupendur, seljendur og leigjendur
- Opin hús, myndasýningar og þjónustusíður fyrir húseigendur

Þú færð góð ráð um fasteignaviðskipti og aðstoð við leigu á íbúð.
Þú finnur draumæignina þína á fasteignir.is.

Fasteignir.is
fylgir Fréttablaðinu
á mánudögum.



Farsæl
þjónusta
í áratug



Pétur Kristinsson
Lögg. fasteignasali
S: 893 9048



Soffía Theodórsdóttir
Lögg. fasteignasali

Austurmörk 4
Hveragerði
Sími: 483 5800
Gsm: 895 9098
www.byrfasteign.is

Hveragerði er heitur reitur



Ertu í fasteignahugleiðingum?



Fljótsmörk 16 • Tilbúin til innréttingar • Verð kr. 23,9 millj.



Valsheiði 29 • Verð kr. 44,9 millj.



Lynghæiði 18 • Verð kr. 30,5 millj.

Við hjá Byr fasteignasölu, tökum vel á móti þér



Réttarheiði 9
Verð kr. 25,9m.



Valsheiði 19
Verð kr. 36 m.



Reykjamörk 2
Verð kr. 10,9m.



Borgarheiði 4V
Verð kr. 17 m.



Arnarheiði 33
Verð kr. 14,9m.



Birkimörk 1
Verð kr. 18,9m.



Borgarheiði 18
Verð kr. 21,5m.



Borgarhraun 21
Verð kr. 20,9m.



Borgarhraun 28
Verð kr. 33,5m.

Byr fasteignasala fagnar 10 ára afmæli í dag 27. júní

Sjáðu úrvalið í stærsta sýningarsal landsins í Korputorgi



Sumarið er komið!

Útilegumaðurinn - Þar sem grasið er grænna



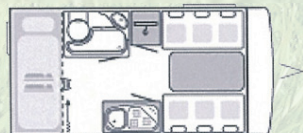
Knaus



Knaus Sport 500 EU
Verð 3.990.000



Weinsberg



Weinsberg CaraOne 400 LK
Verð 2.990.000



Dethleffs



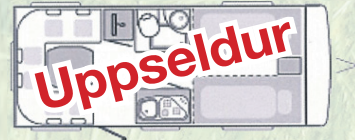
Dethleffs Aero Style 470 DB
Verð 4.998.000 kr.



Rockwood



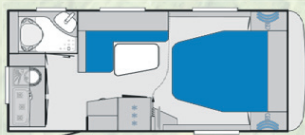
Knaus Sudwind 580 QS
Verð 4.785.000



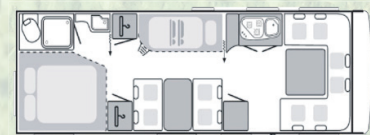
Weinsberg CaraOne 480 EU
Verð 3.590.000



Dethleffs Camper 470 FR
Verð 4.798.000 kr.



Knaus Sport 460 XB
Verð 3.895.000kr.



Weinsberg CaraOne 740 UDF
Verð 4.890.000 kr.



Dethleffs Nomad 560 RET ALDE
Verð 6.298.000 kr.

Sumarið er tíminn til að ferðast um landið fagra og njóta samvista með fjölskyldu og vinum.

Á Íslandi er mikilvægt að geta elt sólina, góða veðrið, hátíðir og samkomur.

Tími til að eignast ferðavagn fyrir sumarið er runninn upp.

Útilegumaðurinn sérhæfir sig í þýskum gæða hjólhýsum og auðvitað hinum vinsælu Rockwood fellihýsum.

Í Útilegumanninum finnur þú örugglega ferðavagn við þitt hæfi.

ROCKWOOD

Dethleffs

KNAUS

WEINSBERG
simply you

75% lán



Korputorg | 112 Reykjavík
Sími 551 5600 | utilegumadurinn.is

Opnunartími: mán-fös kl: 10-18 - lau-sun kl: 12-16



Útilegu
maðurinn®

FJÖLBREYTT FIMMTUDAGSKVÖLD

Með áskrift að Stöð 2 fylgja:



20:00

GRILLAÐ MEÐ JÓA FEL

Jói Fel heldur áfram að sýna okkur réttu handtökin og kynnir girnilegar uppskriftir í þessum grillþáttum.



21:10

BREAKING BAD

Vinsælir dramatískir þættir sem hafa unnið til fjölda Emmy verðlauna.



21:55

VICE

Fréttaskýringabátturinn í kvöld fjallar m.a. um lífið í Egyptalandi eftir að Mohamed Morsi tók við völdum.



7:00-20:00

BARNAEFNI ALLA DAGA

Vandað talsett barnaefni og skemmtilegir þættir fyrir yngstu áhorfendurna alla daga á Stöð 2 Krakkar.



22:00

WATER FOR ELEPHANTS

Hugljúf og rómantísk mynd með Robert Pattinson, Reese Witherspoon og Christoph Waltz.

Fáðu þér áskrift
512 5100
stod2.is



SUDOKU

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

LÉTT

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

MIDLUNGS

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

PUNG

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

LAUSN SÍÐUSTU SUDOKU

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

Myndasögur

PONDUS



Eftir Frode Øverli

HANDAN VIÐ HORNID



Eftir Tonv Lopes

BARNALÁN



Eftir Jerry Scott & Rick Kirkman

SPAKMÆLI DAGSINS

Vinur er sá sem veitir þér algjört frelsi til að vera þú sjálfur.

Jim Morrison

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

KROSSGÁTA

LÁRÉTT

2. margskonar, 6. í röð, 8. sægur, 9. skammstöfun, 11. gjaldmiðill, 12. ról, 14. ummælin, 16. frá, 17. líða vel, 18. þakbrún, 20. númer, 21. umrót.

LÓÐRÉTT

1. afl, 3. tvö þúsund, 4. niðurnuminn, 5. dýrahljóð, 7. lykkja, 10. útgerðarstaður, 13. svelg, 15. kropp, 16. for, 19. vörumerki.

LAUSN

LÁRÉTT: 1. þrek, 3. mm, 4. sokkinn, 5. nna, 18. úfs, 20. nr, 21. rask. LÓÐRÉTT: 1. þrek, 3. mm, 4. sokkinn, 5. nna, 18. úfs, 20. nr, 21. rask. 11. kr, 12. kreik, 14. orðin, 16. af, 17. LÁRÉTT: 2. ýmsu, 6. rs, 8. mor, 9. etv, 10. ver, 13. iðu, 15. nart, 16. au, 19. ss.

SKÁK

Gunnar Björnsson

Stórmeistarinn Henrik Danielsen endaði í 4.-5. sæti á minningarmóti um Svein Johannessen sem lauk í fyrradag í Ósló. Hann vann Lars Hauge laglega í 3. umferð. Svartur á leik



Henrik var að byggja upp yfirburðatafl og lék nú 28...Rg4! sem gerir út um skákina í einu vetfangi. Hvítur gafst upp. Í gær hófst alþjóðlegt mót í Växjö í Svíþjóð þar sem Henrik tekur þátt. www.skak.is Mjóddarmót Hellis fer fram á laugardaginn í göngugötunni í Mjódd.

KRÆSILEGAR BÆKUR FYRIR HELGARFRÍÐ



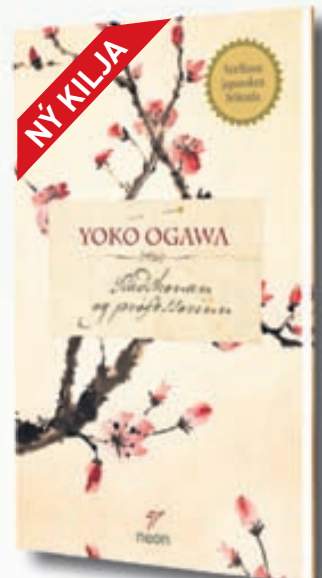
Vildartilboð kr. **3.999,-**
Fullt verð kr. 4.999,-
Partiréttir



Verð kr. **4.299,-**
Lág kolvetna lífsstíllinn LKL



Verð kr. **3.999,-**
25 gönguleiðir um Snæfellsnes
Fjögur landakort fylgja frítt með



Verð kr. **2.999,-**
Ráðskonan og prófessorinn

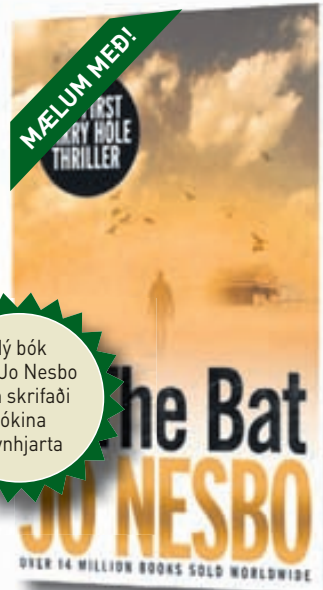


Verð kr. **3.299,-**
Hún er horfin
Hjónaband getur verið banvænt!



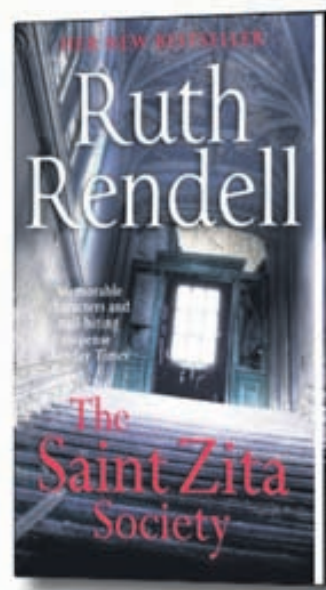
Frábær
bók í
fríð!

Verð kr. **3.299,-**
Maður sem heitir Ove



Ný bók
eftir Jo Nesbo
sem skrifaði
bókina
Brynhjarta

Gott Verð kr. **1.999,-**
The Bat
Fyrsta bókin um Harry Hole, ekki komin á
íslensku



Gott Verð kr. **1.999,-**
Saint Zita Society
Ruth Rendell er mætt aftur



Gott Verð kr. **1.999,-**
Lee Child
Nýjasta bókin um Jack Reacher



Verð kr. **2.699,-**
Iceland Small World-small ed.

1.
Metsölulista
Eymundsson
Frábær gjöf!

SLAKAÐU Á OG NJÓTTU LÍÐANDI STUNDAR MEÐ GÓÐA BÓK Í HENDI

Penninn og Eymundsson um land allt.

Penninn
Hallarmúla 4
Sími: 540-2360
hallarmuli2@penninn.is

Eymundsson
Austurstræti 18
Sími: 540-2130
auafgr@eymundsson.is

Eymundsson
Álfabakka 14b, Mjódd
Sími: 540-2155
M.J.afgr@eymundsson.is

Eymundsson
Kringlunni norður
Sími: 540-2145
Krepe@eymundsson.is

Eymundsson
Kringlunni suður
Sími: 540-2320
BK.afgr@eymundsson.is

Eymundsson
Skólavörðustíg 11
Sími: 540-2350
verslun.skolavordustig@eymundsson.is

Eymundsson
Smáralind
Sími: 540-2301
smaralind@eymundsson.is

Eymundsson
Strandgötu 31, Hafnarfirði
Sími: 540-2160
Hflager@eymundsson.is

Penninn - Keflavík
Sólvallagötu 2
Sími: 540-2105
keafgr@penninn.is

Penninn Akranesi
Dalbraut 1
Sími: 540-2115
akranes@penninn.is

Penninn Ísafirði
Hafnarstræti 2
Sími: 456-3123
IS.afgr@penninn.is

Penninn Akureyri
Hafnarstræti 91-93
Sími: 540-2130
akureyri@penninn.is

Penninn Vestmannaeyjum
Faxastíg 36
Sími: 482-3683
vestmannaeyjar@penninn.is

PENNINN
Í 80 ÁR

Eymundsson
140

Prír eðalpennar í sínu elementu

BÆKUR ★★★★★



Bautasteinn Borgesar

Jón Hallur Stefánsson

Bréf frá borg dulbúinna storma

Sigurbjörg Prastardóttir

Hælið

Hermann Stefánsson

KIND

Á tímum rafbóka og hraðsoðinna bestsölu bindast skáld og rithöfundar samtökum og gefa út veglega tímaritröð sem hlotið hefur nafnið 1005. Áætlað er að árgangarnir verði þrír og leit sá fyrsti dagsins ljós þann 10.05 í ár. Í árganginum eru þrjú verk, hvert um sig innbundið en kápulaust en þau deila veglegri kápu sem minnr helst á kassa og hönnuð er af Ragnari Helga Ólafssyni. Hann á líka heidurinn af lausu saurblöðunum tveimur sem eru sjálfstæð listaverk og ekkert því til fyrirstöðu að ramma inn. Glæsileg umgjörð sem strax vekur áhuga á innihaldinu.

Bautasteinn Borgesar

Fyrsta verkið er grein Jóns Halls Stefánssonar, Bautasteinn Borgesar, þar sem hann rekur ferð sína og fleiri andans manna í kirkju-garðinn í Genf þar sem jarðneskar leifar Jorge Luis Borges hvíla undir mögnuðum legsteini. Ferðin sú er þó aðeins rammi greiningar á ýmsum ævibáttum Borgesar og verkum sem tengjast myndskreytingum legsteinsins. Jón Hallur tengir aðdáunarlega vel saman líf og list skáldsins út frá þessum

myndverkum og frásögnin öll er lifandi og spennandi svo úr verður nánast spennusaga sem lesandinn getur ekki hætt að lesa. Bæði efnistöð og stíll eru heillandi og ljóst að viðfangsefnið hefur náð heljartökum á höfundinum, sem reyndar segir sjálfur að Borges hafi flækt hann í net sitt í sjálfru Genfarvatni.

Bréf frá borg dulbúinna storma

Verk númer tvö er ljóðabálkur Sigurbjargar Prastardóttur, Bréf frá borg dulbúinna storma. Bálkurinn samanstendur af 62 ljóðum sem saman mynda heildstætt ljóðabréf frá ljóðmælanda í Argentínu til viðtakanda í Svíþjóð. Hvort viðtakandinn er einn eða fleiri er þó ekki ljóst því ljóðmælandinn ávarpar hann með ýmsum nöfnum, enda segist hún gleymin á nöfn.

Ljóðmál Sigurbjargar er sérstætt og persónulegt eins og jafnan fyrir en sterkust áhrif hefur þó hrynjandinn í ljóðunum sem magnar stemninguna til muna og sogar lesandann inn í tangóðans sem á yfirborðinu virðist nokkuð sléttur og felldur. Undir krauma þó ástríður, ótti, einmanaleiki og þrú sem hrífa lesandann með sér inn í heim sem í senn er framandi og kunnuglegur. Sannarlega seiðandi lesning.

Hælið

Þriðja verkið er skáldsagan Hælið eftir Hermann Stefánsson. Ekki heldur í því er allt sem sýnist því það sem á yfirborðinu virðist vera nokkuð hefðbundin glæpasaga reynist allt í senn paródía á glæpasöguna eins og við þekkjum hana, lykilskáldsaga og heimspekileg pæling um mörk andlegs heilbrigðis og geðveiki.

Rammi sögunnar er sá að morð er framíð í kjallara Kleppspítala og tveir lögreglumenn, Reynir og Aðalsteinn, eru kallaðir til að rannsaka málið. Þeir eru í upphafi dreginn sömu dráttum og algengast er um lögreglumenn í slíkum sögum en reynast auðvitað mun flóknari og samsettari persónur, sem safna saman í eina mannlýsingu ýmsum klisjum slíkra sögupersóna úr ólíkum áttum. Kleppur er líka óvanalegur vett-



JÓN HALLUR STEFÁNSSON



SIGURBJÖRG PRASTARDÓTTIR



HERMANN STEFÁNSSON

vangur morðs og þegar í ljós kemur að rithöfundurinn Hermann Stefánsson er þar vistmaður sem situr við skriftir á skáldsögunni Hælinu þar sem Eggert feldsker er meðal grunaðra morðingja fara að renna fleiri en ein og fleiri en tvær grímur á lesandann.

Hermann leikur sér geysivel með þetta staðnaða form og lausn gátunnar er í senn frumleg og klisjukennd, eins og raunar allt annað í sögunni. Hrikalega skemmtileg og frískandi saga.

Að framansögðu ætti að vera ljóst að 1005 er einhver mest gefandi og ferskasta lesning sem völ er á um þessar mundir og það er mikið tilhlökkunarefni að eiga von á öðrum eins gleðiskammti að ári. Verst bara hvað það er langt þangað til.

Friðrika Benónýsdóttir

NIÐURSTAÐA: Þrjú ólík verk sem saman mynda ferskustu og hressilegustu lesningu sem í boði er á íslenskum bókamarkaði um þessar mundir.

Upphaf Maya-þjóðarinnar

Popul Vúh, eða Bók fólksins, er komin út í íslenskri þýðingu Guðbergs Bergssonar. Bókin fjallar um eina af fornum sköpunarsögum veraldar og er upphafs-saga Maya-þjóðarinnar. JPV-útgáfa gefur bókina út og Vigdís Finnbogadóttir ritar formálsorð.



GUÐBERGUR BERGSSON

Í formálanum segir Vigdís meðal annars: „Bókin var skrúð í lok sautjándu aldar eða byrjun þeirrar átjándu, en týndist svo um tveggja alda skeið og fannst ekki fyrir en á fyrstu árum tuttugustu aldarinnar. Hugarflug höfundar ritsins fer með himin-skautum, hver kynjasagan tekur við af annarri og af allt öðrum toga en sú sköpunarsaga sem við þekkjum best. Það tók til að mynda guði Kítse-kynstofnsins langan tíma að skapa manninn.

Skapanarum og Mótaranum voru mislagðar hendur og fjarri því að vera eins leiknir í að koma veröldinni á kjöl og Guð kristinna manna. Í þessari merkilegu bók eru frásagnirnar oft afar ljóðrænar og stundum bregður fyrir háði og barnlegri kæti. Ritið veitir innsýn í óþekkt heima frumbyggja Gvatemala og Maya sem okkur er vissulega hollt að kynnst.“

HVAÐ? HVENÆR? HVAR?

FIMMTUDAGUR 27. JÚNÍ 2013

Fræðsla

20.00 Ljósmyndasafn Reykjavíkur upp á ljósmyndagöngu um Gömlu höfnina í Reykjavík. Í göngunni, sem Gisli Helgason verkefnisstjóri hjá Ljósmyndasafni Reykjavíkur, leiðir, verður þróunarsaga hafnarvæðisins á um 100 ára tímabili rakin með hjálp gamalla ljósmynda. Lagt er af stað úr Grófinni, milli Tryggvagötu 15 og 17.

Í tilefni Tour de Hvolsvöllur bjóðum við



20%

AFSLÁTT AF
OAKLEY
GLERAUGUM
til mánaðamóta

 Birgir Gilbertsson
járnkarl

OPTICAL STUDIO/OAKLEY-umboðið á Íslandi

Optical Studio

SMÁRALIND • KEFLAVÍK

NYTT

BRINGU- SMÁBITAR

VILTU SMAKK?

Bringusmábiti

fylgir öllum máltíðum, stökum réttum og Krushers í dag.*

*Fylgir með vörukaupum að upphæð 349 kr. eða hærri, 1 biti fyrir hverja afgreiðslu. Gildir í dag fimmtudaginn 27. júní.



BRINGUSMÁBITAR

Gómsætir bitar úr 100% kjúklingabringu, kryddaðir með leyniuppskrit ofurstans. Engin bein, ekkert vesen. Frábærir einir og sér eða sem viðbót við máltíð. Fjórir bitar eru ein heil kjúklingabringa.



KFC
SV000gott™



FRANZISKA - SIA - 131109



TÓINNINN GEFINN

Freyr Bjarnason

Framsækinn í fantaformi

Kanye West er í fremstu röð rapptónlistarmanna eins og sannast á nýjstu plötu hans Yeezus. Undirtóinninn á henni er myrkur og greinilegt að hann er prufa sig áfram með nýja takta, tóna og hugmyndir.

West er framsækinn rappari, ekki hræddur við nokkurn skapaðan hlut, og það skilar sér í áhugaverðri tónlist og textum sem halda manni sífellt á sætisbrúninni.

Ég komst fyrst í kynni við Kanye West þegar ég eignaðist aðra plötu hans, Late Registration, sem kom út 2005. Þar voru sálaráhrifin áberandi eins og á fleiri plötum hans. Melódíurnar voru góðar og textar í lögum á borð við Gold Digger skemmtilegir. Þrátt fyrir að hafa heillast af Late Registration hætti ég einhverra hluta vegna að fylgjast með West, eða þangað til hann sendi frá sér hina mögnuðu My Beautiful Dark Twisted Fantasy fimm árum síðar.

Á þessu „týnda“ tímabili gaf hann út tvær plötur, fyrst Graduation. Af því sem ég heyrði af henni í útvarpinu hreifst ég af langmest af Homecoming með Chris Martin úr Coldplay í gestahlutverki og hugsaði með mér að West væri bara á fínu róli. Næst gaf hann út hina auto-tjúnuðu 808s & Heartbreak, sem fór einnig fram hjá mér, en ef maður hlustar á hana núna eru lög á borð við Amazing þrælskemmtileg. Með My Beautiful Dark Twisted Fantasy má segja að West hafi snúið aftur af fullum krafti og hann lét ekki þar við sitja, heldur gaf út, innan við ári síðar, aðra framúrskarandi plötu með vini sínum Jay-Z, Watch the Throne.

Núna er Yeezus svo komin út og sem fyrr naut rapparinn aðstoðar góðra manna, þar á meðal Justins Vernon úr Bon Iver og upptökustjórans Ricks Rubin, og allir hjálpuðust að við að búa til heilsteypt og skemmtilegt verk.

West er einfaldlega í hörkuformi um þessar mundir og það verður að teljast harla ólíklegt að ég gefi honum aðra fimm ára hvíld í framtíðinni.

Í spilaranum



Samarís - Samarís

Jeff Beck - Blow by Blow

Bellstop - Karma

HRÍFANDI OG HLÝ

Ærlegi lærlingurinn



Eftir höfund
metsölubókarinnar
Viltu vinna
milljarð?

Gröð og spennandi
saga um Indland
nú tímans

www.forlagid.is – alvöru bókabúð á netinu

Eurovision-stjörnur keppa um vinsældir

Söngkonurnar Emmelie de Forest og Margaret Berger náðu efsta og fjórða sætinu í Eurovision. Núna keppa þær um hylli íslenskra útvarpshlustenda.

Tvær ungar norrænar söngkonur keppa um hylli landsmanna þessa dagana með lögum sem þær sungu í Eurovision-keppninni.

Hin norska Margaret Berger, sem náði fjórða sætinu með I Feed You My Love, er í sjötta sæti íslenska Tónlistans en Emmelie de Forest, sigurvegari Eurovision, situr í þriðja sætinu með Only Teardrops.

Emmelie De Forest er tvítugur danskur söngvari og laga-höfundur sem fæddist í borginni Randers. Aðeins fjórtán ára byrjaði hún að tónleikum með skoska þjóðlaga-tónlistarmanninum

Fraser Nell. Fjórum árum síðar flutti hún til Kaupmannahafnar og fór í söngnám.

De Forest fékk algjöra óskabyrjun með Only Teardrops og eru henni núna allir vegir færir. Lagið verður að teljast nokkuð hefðbundið Eurovision-lag með flautu og trommum í stórum hlutverkum. Það var samið af hinni reyndu tónlistarkonu Lise Cabelle og þeim Julie Fabrin Jakobsen og Thomas Stengaard. Lagið var gefið út í janúar sem fyrsta smáskífa samnefndrar breiðskífu sem kom út á vegum Universal Music í Danmörku og náði það hæst öðru sætinu þar í landi.

Margaret Berger hóf feril sinn árið 2004 þegar hún var

átján ára. Hún hefur gefið út tvær plötur á vegum stórfyrirtækisins Sony BMG og hlaut norsku Grammy-verðlaunin 2004 fyrir besta tónlistarmyndbandið og fékk tilnefningu sem besti nýliðinn. Smáskífulag hennar Pretty Scary Silver Faire náði vinsældum á dansklúbbum víða um heim.

Berger fékk upptökustjóran MachoPsycho til liðs við sig við gerð I Feed You My Love, en hann hefur unnið með Pink, Kelly Rowland, Backstreet Boys og Justin Timberlake. Útkoman er nútímalagt popplag með grípandi takti. Höfundar voru Karin Park, Robin Mortensen Lynch og Niklas Olovsen. Lynch og Olovsen sem hafa samið lög fyrir Pink, Cher og fleiri þekktu tónlistarmenn.



Stigafjöldi I
Feed You My
Love í Eurovision. **191**

281 Stigafjöldi Only
Teardrops í
Eurovision.

EMMELIE DE FOREST Danska söngkonan vann Eurovision-keppnina með laginu Only Teardrops.

NORDICPHOTOS/GETTY

MARGARET BERGER Á sjötta vinsælasta lag Íslands um þessar mundir.

NORDICPHOTOS/GETTY

20.6.2013 → 26.6.2013



LAGALISTINN

Sæti	Flytjandi	Plata
▶ 1	Robin Thicke / T.I. / Pharrell	Blurred Lines
▶ 2	Daft Punk / Pharrell	Get Lucky
▶ 3	Emmelie de Forest	Only Teardrops
▲ 4	Capital Cities	Safe and Sound
▲ 5	Botnleðja	Panikkast
▲ 6	Margaret Berger	I Feed You My Love
▲ 7	Muse	Panic Station
▲ 8	Imagine Dragons	Demons
▲ 9	Maroon5	Love Somebody
▼ 10	Macklemore & Ryan Lewis	Can't Hold Us



TÓNLISTINN

Sæti	Flytjandi	Plata
★ 1	Sigur Rós	Kveikur
▼ 2	Ýmsir	This Is Icelandic Indie Music
▶ 3	Ásgeir Trausti	Dýrð í dauðþögn
▲ 4	Of Monsters and Men	My Head Is an Animal
▲ 5	Ljótu hálfvitarnir	Ljótu hálfvitarnir (2013)
▶ 6	Ýmsir	Pottþétt 59
▼ 7	Ýmsir	Tíminn flýgur áfram
▼ 8	KK & Maggi Eiríks	Úti á sjó
▼ 9	Daft Punk	Random Access Memories
▼ 10	Retro Stefson	Retro Stefson

Skýringar ▶ Stendur í stað síðan í síðustu viku ▼ Fellur um sæti síðan í síðustu viku ▲ Hækkar á lista síðan í síðustu viku ★ Nýtt á lista Listarnir eru teknir saman fyrir Félag hljómplötuframleiðenda. Listarnir eru birtir í heild sinni á Vísir.is

Þátttakendur í Lagalistaum Bylgjan, FM957, Xið 977, Rás 2, K100,5, tonlist.is. Verðslanir í Tónlistanum Skífan, Hagkaup, Penninn/Eymundsson, 12 tónar, Harpa, Smekkleysa plötubúð, Elko, tonlist.is.

netto

Kræsingar & kostakjör



VERÐSPRENGJA!

**LANGSKORINN
LAMBAHRYGGUR**

1.438 KR/KG

Blanchett leikstýrir

Cate Blanchett er á meðal leikstjóra The Turning.

Leikkonan Cate Blanchett er á meðal þeirra sem koma að leikstjórn áströlsku kvikmyndarinnar The Turning. Myndin er byggð á smásögu-safni ástralska rithöfundarins Tims Winton og í henni eru sagðar sautján ólíkar sögur. Bókin kom út árið 2005.

Þetta er í fyrsta sinn sem Blanchett reynir fyrir sér sem leikstjóri, en hún fer einnig með hlutverk í myndinni. Samlandi Blanchett, leikkonan Mia Wasikowska, tekur einnig sín fyrstu skref sem leikstjóri í The Turning. Sagan sem Blanchett leikstýrir ber titilinn Re-union en Wasikowska leikstýrir sögu sem nefnist Long, Clear View.

LEIKSTÝRIR Cate Blanchett stígur sín fyrstu skref sem leikstjóri í kvikmyndinni The Turning.



Í **BÍÓ** Endurgera á sjónvarpsþættina Knight Rider sem kvikmynd. David Hasselhoff fór með hlutverk Michaels Knight í þáttunum.

Knight Rider í bíó

Kvikmynd byggð á sjónvarpsþáttunum er í bígerð.

David Hasselhoff sló fyrst í gegn á níunda áratugnum í sjónvarpsþáttunum Knight Rider. Þar lék hann Michael Knight, mann sem berst gegn glæpum með aðstoð bíls af tegundinni Pontiac Trans Am. Lengi hefur staðið til að framleiða kvikmynd byggða á þáttunum og gæti sú hugmynd orðið að raunveruleika innan skamms.

Framleiðslufyrirtækið The Weinstein Company tryggði sé kvikmyndaréttinn um Michael Knight árið 2006 og hefur nú fengið handritshöfundinn Brad

Copeland til að skrifa uppkast að kvikmyndinni. Copeland hefur að mestu unnið innan sjónvarpsgeirans fram að þessu og skrifaði meðal annars handrit að sjónvarpsþáttunum Arrested Development, My Name Is Earl og Grounded for Life.

The Weinstein Company hyggst gera Knight Rider að stórkostlegri brellumynd og miðað við vinsældir Fast and Furious-kvikmyndanna er ekki ólíklegt að myndin nái að lokka gesti í kvikmyndahús um víða veröld.

FJALLAHJÓLADAGAR

KAUPTU 1 FÁÐU

50% AF NÆSTA*

mongoose

alvöru hjól

GAP

HJÓLABÚÐIN

FAXAFENI 7 SÍMI 5 200 200 GAP.IS

*ÞÚ KAUPIR ETT FJALLAHJÓL OG FERÐ ANNAR Á HÁLFVINGI, GREITT ER FYRIR ÖÐRANA HJÓL. ÖTRI EKERT MÁL AD SKIPTA GREIÐSLUM MED STAGGREIÐSLÁNI BORGANAR

Vissir þú að...

holl og góð fæða stuðlar að líkamlegu heilbrigði sem börn eiga retta

Barnaheill
Save the Children á Íslandi



HASARHETJA Channing Tatum fer með hlutverk lögreglumannsins Johns Cale í spennumyndinni White House Down.

Rullan sem mun gera Tatum að stjórn

Hasarmyndin White House Down verður frumsýnd í kvikmyndahúsum annað kvöld. Leikarinn Channing Tatum fer með aðalhlutverk myndarinnar.

Tatum leikur lögreglumanninn John Cale sem hefur verið neitað um vinnu við gæslustörf í Hvíta húsinu. Cale ákveður þó að heim-sækja forsetabústaðinn ásamt dóttur sinni og á meðan á heim-sókn þeirra stendur ráðast vopnaðir menn undir stjórn Emils Stenz inn í húsið. Ætlun hópsins er að taka forseta landsins höndum og skapa glundroða innan samfélagsins og fellur það í skaut Cale að bjarga forsetanum og um leið lífi dóttur sinnar.

White House Down skartar Channing Tatum í hlutverki lögreglumannsins Johns Cale og Jamie Foxx í hlutverki Bandaríkjaforseta. Með önnur hlutverk fara Maggie Gyllenhaal, Jason Clarke og Joey King, sem leikur Emily, dóttur Cale. Kvikmyndahúsagestir kannast ef til vill við hinn ástralska Clarke úr kvikmyndum á borð við Lawless, Zero Dark Thirty og The Great Gatsby. Emily King á einnig langan kvikmyndaferil að baki þrátt fyrir ungan aldur og hefur meðal annars leikið í kvikmyndum á borð við Crazy, Stupid, Love, The Dark Knight Rises og Oz the Great and Powerful.

Leikstjóri myndarinnar er hinn þýski Roland Emmerich. Hann hefur áður leikstýrt stórmyndum á borð við Independence Day, The Day After Tomorrow, Godzilla og 2012. Emmerich hóf nám við University of Television and Film í

München árið 1977 og ætlaði fyrst að gerast framleiðandi. Eftir að hafa séð kvikmyndina Star Wars snerist honum þó hugur og ákvað hann að læra leikstjórn í staðinn.

White House Down hefur fengið þokkalega dóma og hafa sumir látið þau orð falla að þetta sé kvikmyndin sem muni festa Channing Tatum í sessi sem stór-stjórn.

- sm



Leikari á uppleið

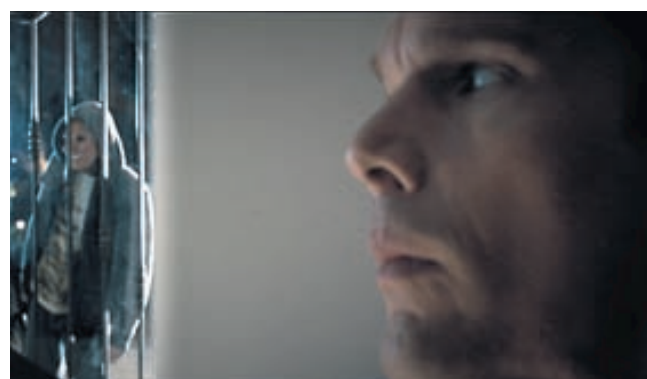
- Channing Tatum
- Fæddur 26. apríl 1980
- Tatum starfaði meðal annars sem smiður, fatafella og fyrirsæta áður en hann lagði leiklistina fyrir sig. Handritið að kvikmyndinni Magic Mike byggði hann á reynslu sinni sem fatafella, en hann gekk undir nafninu Chan Crawford er hann sinni því starfi.
- Tatum kynntist eiginkonu sinni, Jennu Dewan, við tókur á kvikmyndinni Step Up árið 2006. Hjónin eignuðust sitt fyrsta barn, dótturina Everly, þann 31. maí síðastliðinn. Tatum var kjörinn kynþokkafyllsti karlmaður heims árið 2012 af tímaritinu People.
- Meðal kvikmynda sem Tatum hefur leikið í má nefna Public Enemies, G.I. Joe: The Rise of Cobra, rómantíska kvikmyndin Dear John, 21 Jump Street, Side Effects og G.I. Joe: Retaliation.

Bíógestum skotið skelk í bringu

Tvær hrollvekjur verða sýndar um helgina. The Purge með Ethan Hawke verður frumsýnd annað kvöld. Þá verður The Evil Dead sýnd í Bíói Paradís á laugardag.

Hrollvekjan The Purge verður frumsýnd annað kvöld. Ethan Hawke fer með aðalhlutverk myndarinnar sem leikstýrt er af James DeMonaco. Með önnur hlutverk fara Lena Headey, Rhys Wakefield, Chris Mulkey, Edwin Hodge, Max Burkholder og Adelaide Kane.

Myndin gerist árið 2022 og Bandaríkjustjórn hefur tekið upp á þeirri nýjung að leyfa hvers kyns glæpi í tólf klukkustundir ár hvert. Með þessu hefur stjórninni tekist að lækka glæpatíðni og atvinnuleysi í landinu. Þessa tilteknu nótt er löggæsla lögð niður með öllu og þeir sem ekki taka þátt í ofbeldinu þurfa að verja sig gegn því. Líkt og fyrri ár hefur Sandin-fjölskyldan falið sig inni í rammgerðu húsi sínu og bíður þess að nóttin taki enda. Þegar



ókunnugur maður óskar eftir aðstoð fjölskyldunnar upphafst æsispennandi barátta upp á líf og dauða. Kvikmyndin þykir afskaplega taugatrekkjandi en gagnrýnendur hafa þó ekki farið fögrum orðum um hana.

Í Bíói Paradís verða ýmsar kvikmyndaperlur til sýningar í sumar og verður hrollvekjan The Evil Dead verður sýnd á laugardag klukkan 22. Myndin er frá árinu 1981 og er í leikstjórn Sam Raimi.

SNÝST TIL VARNAR Hryllingsmyndin The Purge, með Ethan Hawke í aðalhlutverki, verður frumsýnd annað kvöld.



HÚSASMIÐJAN

PALLAEFNI Á LÆGRA VERÐI

5 ára ábyrgð og 100% verðöryggi



Húsasmiðjan býður sólpallinn
á lægra verði og 5 ára ábyrgð!

P5 ábyrgð veitir **100% verðöryggi*** á heildarkostnaði.
Það þýðir að ef þú finnur betra heildarverð fyrir sólpallinn
þinn – þá jöfnum við það. Við þetta bætist **5 ára ábyrgð***
á öllu pallaefni Húsasmiðjunnar ásamt ábyrðarskírteini.

**Allt pallaefni frá Húsasmiðjunni er sérvalið
AB gagnvarið timbur og vottað af
Nýsköpunarmiðstöð Íslands.**

10.000 kr gjafakort og
kennslumyndband
fylgir við kaup á pallaefni



10.000 kr gjafakort og
kennslumyndband fylgir öllum
kaupum á pallaefni að
heildarverðmæti
100.000 kr eða meira



* sjá nánar skilmála á www.husa.is

GOTT VERÐ Í BÓNUS GOTT VERÐ Í BÓNUS GOTT VERÐ Í BÓNUS

Bónus ferskar grísa grill kótilettur



1198
KR. KG



198
KR 350gr

BÓNUS HRÁSALAT 350gr

Fjórir ferskir 100% ungnautahamborgarar með brauði. Tvær stærðir



4 stk. 80 gramma **798 KR**
4 stk. 120 gramma **998 KR**



AÐEINS MIÐLÆRIS-SNEIÐAR

2298
KR. kg

GRILL LAMBALÆRIS-SNEIÐAR ÚR MIÐLÆRI



1798
KR. kg

Ali úrbeinaðar ferskar BBQ GRILL GRÍSAKÓTILETTUR

100% UNGNAUTAKJÖT



1598
KR. 10 stk

10 x 100 gr frosnir 100% UNGNAUTA HAMBORGARAR



1598
KR. kg

KS FROSID LAMBALÆRI Í SNEIÐUM



1798
KR. kg

Ali úrbeinaðar ferskar HUNANGS-KRYDDAÐAR GRÍSAKÓTILETTUR



1498
KR. kg

FROSNAÐ HOLLENSKEGR GRÍSA LUNDIR



1598
KR. kg

KJARNAFÆÐIS GRILL LAMBASIRLOIN SNEIÐAR



1898
KR. kg

ISLANDSLAMB BLANDAÐAR GRILL LAMBALÆRIS-SNEIÐAR



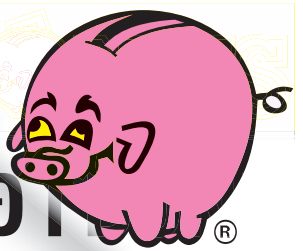
198
KR. 1.5 ltr

AFGREIÐSLUTÍMI FIMMTUDAGUR
11:00-18:30

BONUS EKKERT BRUÐL

Hér færðu veltutengda VILDARPUNKTA
VISA Vildarklöbbur

AFGREIÐSLUTÍMI FIMMTUDAGUR
11:00-18:30



GOTT VERÐ Í BÓNUS GOTT VERÐ Í BÓNUS GOTT VERÐ Í BÓNUS

Ferskar
BÓNUS SAMLOKUR

MÁNUDAGA - MIÐVIKUDAGA
FÖSTUDAGA



198
KR. stk



298
KR. PK

PÓLSKAR PYLSUR
360 grömm



398
KR. 10 stk

BÓNUS PYLSUR
485 grömm



159
KR. 280gr

5 STK. PYLSUBRAUÐ



95
KR. 200gr

STEIKTUR LAUKUR 200gr



259
KR 770gr

MYLLU HEIMILISBRAUÐ 770 GR



79
KR. 33cl



298
KR STK

HEIMA EINNOTA GRILL

NÝBAKAÐ Í BÓNUS



198
KR 4 STK.

BÓNUS NÝBAKAÐAR LANGLOKUR 4 STK.



109
KR. 500 ml



198
KR 4 stk

HEIMA GRILL ÁLBAKKAR 4 STK.

OS SAMLOKUOSTUR
Í SNEIÐUM VERÐ ÁÐUR 1598 KR.KG



1298
KR. kg

300 KR.
VERÐLÆKKUN



198
KR. 165gr

DORIRTOS SNAKK 165 GRÖMM



198
KR. PK

BÖKUNARKARTÖFLUR Í ÁLPAPPÍR u.p.b. 700 gr



579
KR. 3 x 200gr



1595
KR 32 stk

PRINCE POLO 32 STK. Í KASSA

AFGREIÐSLUTÍMI
FIMMTUDAGUR
11:00-18:30

BONUS EKKERT BRUÐL

Hér færðu veititungda
VILDARPUNKTA
VISA Vildarklúbbur

AFGREIÐSLUTÍMI
FIMMTUDAGUR
11:00-18:30

Byrjar daginn á próteinríkri fæðu

Ásdís Halla Bragadóttir segir heilsusamlegt lífverni mikilvægt. Leggur áherslu á próteinríka fæðu.

Ásdís Halla Bragadóttir, stjórnarformaður Sínum, er meðvituð um hvað heilsusamlegt lífverni er mikilvægt. Við spurðum Höllu hvað hún kys að borða og komumst að því að hún leggur áherslu á próteinríkan morgunverð.



„Undanfarin ár hef ég smám saman dregið úr því að borða kolvetnaríka fæðu

og aukið hlutfall próteinríkrar fæðu án þess þó að borða of mikla fitu. Ég borða meira af grænmeti, kjúklingi og fiski en áður en mesta breytingin síðustu mánuði felst í því að ég byrja daginn núna á próteinríkari morgunverði. Morgunverðurinn núna er yfirleitt annað hvort nokkur egg á brauðsneið eða próteinríkur smoothie með banana og bláberjum,“ segir Ásdís Halla og bætir við: „Ég finn



HOLLT Ásdís Halla fær sér oft próteinríkan smoothie með banana og bláberjum í morgunmat.

að eftir því sem árin færast yfir þeim mun mikilvægara er að pæla í næringunni og próteinríkari fæða gefur mér betri líðan og kraft auk þess sem þyngdarstjórnunin verður auðveldari og eðlilegri partur af daglegu lífi.“

Jóga setur aðeins meira líf í náttúruna

Bjóða upp á jógaöngufurðir og nudd í mongólsku tjaldi í Þórsmörk í sumar.

„Að stunda jóga úti í náttúrunni er yndislegt. Grasið verður grænna, himinninn blárrí, það er eins og það komi aðeins meira líf í allt,“ segir Emil Tsakalis, annar aðstandenda Healing Nature sem bjóða upp á jógaöngufurðir og nudd í mongólsku hringtjaldi í Þórsmörk í sumar.



EMIL TSAKALIS

Emil og félagi hans, Magnús Andri Pálsson, eru báðir jógakennarar og nuddarar og hafa komið upp aðstöðu í Þórsmörk í samstarfi við Volcano Huts. Þar hefur fólk val um að gista í eigin tjaldi eða leigja kofa. „Við erum með margs konar dagskrá en allt miðast við að fá kraftinn beint úr náttúrunni. Við leggjum mikið upp úr jógaöngufurðum og þá byrjum við að taka smá power-jóga áður en við leggjum af stað til þess að undirbúa líkamann fyrir það sem er í vændum. Svo stoppum við nokkrum sinnum á leiðinni og tökum æfingar. Þá leggjum við sérstaka áherslu á vöðva og líkamsparta sem við erum að nota í göngunni.“

Tjaldið sem þeir félagar nota er eftir mongólskri fyrirmynd og segir Emil það henta íslensku veðurfari mjög vel. „Það er ekkert yndisleggra en að fara í nudd í heitu tjaldinu og hlusta á fuglasönginn sem hljómar fyrir utan og vindinn ef svo ber við.“

Að sögn Emils hefur fyrirtækið farið vel af stað og Íslendingar jafnt sem erlendir ferðamenn notið þjónustunnar. „Við erum tveir í þessu núna en það kemur til greina að fjölga kennurum og



TEKID Á Emil Tsakalis nuddar þreyttan ferðalang úti í guðsgrænni náttúrunni.

MYND/INGRID KARIS

nuddurum þegar líður á sumarið ef vel gengur. Við finnum fyrir miklum áhuga en fólk þarf ekki að vera vant jógaíðkun til að koma til okkar.“

Stefnan er að bjóða upp á

jóga og nudd á fimmtudögum til sunnudags fram í miðjan september.

Hægt er að panta tíma á síðunni volcanohuts.com.

hanna@frettabladid.is

№93

BIG BOPPER

MEIRIHÁTTAR MUNNFYLLI

300g

№78

KEVIN BACON

STJÖRNUM PRÝDDUR MATSEÐILL

№80

CHEESE STYLE

VELDU AF OSTGÆFNI

№82

ROCKY ROOSTER

GAGGALA-GÓMSÆTUR

American Style

Vinafátt grískt goð

Nú sem áður hafa fantasíur kvenna verið mér hugleiknar. Það eru ekki mínar eigin fantasíur sem hringsnúast í kollinum á mér heldur þessar sem „rómantískar ástarsögur“ eru skrifaðar um. Fantasía er í formi sínu tilbúningur sem krefst engrar tengingar við raunveruleikann né löngunar um að slíkar hugsanir verði að raunveruleika. Þær geta verið hvað sem er, með hverjum sem er og hvernig sem er. Niðurstöður rannsókna hafa sýnt fram á að konur sem fantasera lifa betra kynlífi.

Eins og hefur komið fram í öðrum pistli les ég eróttík á sumrin. Söluhæstu bækurnar eru með skuggalega líkt þema; gaur er tilfinningalega heftur, einfari og vinafár, ógeðslega ríkur, myndarlegri en grískt goð, yfirnáttúrulega gáfaður, sver eins og stóðhestur og með óseðjandi kynþörf, en stelpa er týnd og í stöðugu tilfinningalegu ójafnvægi. Hún fær fullnægingu við minnstu áreynslu og verður ástfangin af hundleiðinlegri frekjudollu við það eitt að ganga framhjá henni. Rómansinn er flóknari en grískur harmleikur og þau hætta saman á einni síðu en sofa svo saman á þeirri næstu.

Ég set einlægt spurningamerki við þessa fléttu. Nú eru þessar bækur oft titlaðar sem konubækur en ég velti fyrir mér: viljum við svona mikið drama? Ætli ástina, og lausn frá fortíðardraugum, sé ávallt að finna djúpt í skauti okkar? Og ef stungið er nógu oft í samband, og nógu djúpt, verður viðkomandi betri maður og við öllumst hjarta(f)ró?

Vissulega er þetta langt í frá eina þemað sem hægt væri að vinna með og auðvitað eru skrifaðar fleiri bækur, en ég miða pistilinn út frá mest seldu



HVERT ER HLUTVERK FANTASÍA? Sigga Dögg veltir fyrir sér tilgangi fantasíubókmennta. NORDICPHOTOS/GETTY

bókunum. Mér finnst leiðinlegt að þetta þema stuðar mig og pirrar. Ég vildi að ég gæti bara lesið þessar ofsafengnu kynlífslýsingar og skundað í rosa stuði upp í rúm, en því miður er það ekki svo. Ég skil að góð skáldsaga er fantasía sem getur fært mann langt frá raunveruleikanum, en kveikir letilegt og rólegt kynlíf með manni í meðalstærð ekki á neistanum? Stundum er bara erfitt að fara úr hlutverki kynfræðings sem vill nýta slíkar bókmenntir til hugmyndaauðgi innan sambanda samhliða því að fræða lesandann. Kannski tapar sagan líka

sjarma sínum við raunveruleikategningu enda vitum við að það er nógu erfitt að kveikja á greiddunni í hversdagslegu sambandi þegar reikningar og uppvaskeiða manns. Kannski er þetta bara bull í mér. Hvað segja strákarnir, hvað finnst þeim um svona bækur? Eru týndar stelpur sem þurfa á björgun að halda sexí?

KYNLÍF TAKTU ÞÁTT!

Sendu Siggu Dögg póst og segðu henni frá vandamáli úr bólinu. Lausnin gæti birst í Fréttablaðinu.

kynlif@frettabladid.is



TVEIR FYRIR EINN

Af öllum skóm

Þú kaupir eitt skópar og færð annað frítt með.
Greiðir aðeins fyrir dýrara parið.

27-30 Júní

Aðeins í 4 daga

Vörur frá:

ecco[®]
Kringlan - Smáralind

skór.is
KRINGLAN • SMÁRALIND

STEINAR WAAGE
SKÓVERSLUN
KRINGLAN - SMÁRALIND

Kaupfélagið
Kringlan - Smáralind

Toppskórinn
Outlet

Toppskórinn
Markaður

Vinlandsleið 6, Grafarholti
Opíð virka daga: 11-18 • Laugardaga: 11-16
Sunnudaga: 13-17

Smáratorgi, Kópavogi
Opíð virka daga: 11-18 • Laugardaga: 11-18
Sunnudaga: 12-18

SAMBÍÓIN
KVIKMYNDAÚRVALIÐ ER Í SAMBÍÓUNUM
Á TOPPNUM Í 30 ÁR
KYNNTU ÞÉR MÁLIÐ Á **SAMBIO.IS**

FRÁ CHRISTOPHER NOLAN ÁSAMT Z. SNYDER KEMUR STÆRSTA MYND ÁRSINS

FRÁBÆR RÓMANTÍSK GAMANMYND

FRÁBÆR GRÍNMYND

FRÁBÆR GRÍNMYND

OVÆNTASTI SMELLUR ÁRSINS

WINSJELASTI GRÍNÞRÍLEIKUR ALLRA TÍMA!

BYGGD Á SÓNNUM ATBURÐUM

ALFABAKKA	EGILSHÖLL
MAN OF STEEL 3D KL. 4:30 - 5 - 7:30 - 8 - 10:30	MAN OF STEEL 3D KL. 5 - 8 - 11
MAN OF STEEL 2D KL. 6 - 9 - 10:10	MAN OF STEEL 2D KL. 6 - 9
MAN OF STEEL VIP KL. 5 - 8	THE BIG WEDDING KL. 6 - 8
PAIN AND GAIN KL. 5:20 - 8 - 10:40	PAIN AND GAIN KL. 8 - 10:40
HANGOVER - PART 3 KL. 5:50 - 8	NOW YOU SEE ME KL. 5:30 - 10
KEFLAVÍK	KRINGLUNNI NÚMÉRÚÐ SÆTI
MAN OF STEEL 3D KL. 8 - 11	MAN OF STEEL 3D KL. 5 - 8 - 10
PAIN AND GAIN KL. 10:30	THE BIG WEDDING KL. 6 - 8 - 10:30
NOW YOU SEE ME KL. 8	NOW YOU SEE ME KL. 5:30 - 8

TRYGGÐU ÞÉR MIÐA Á **SAMBIO.IS**

Oh My God!

BAKPANKAR
Bergs Ebba
Benediktssonar



Ég man ekki eftir því að nein orð hafi verið bönnuð á heimilinu þegar ég var lítil. Það var ekki vel séð að segja „djöfullinn“ eða „fjandinn“ en það var ekki forboðið. Ég minnst þess ekki að neitt hafi verið forboðið. En nú stjórna ég sjálfur heimili og ég er kominn með bannorð. Ég hef sett bann á tvo frasa. Ég vil ekki heyra „Oh My God“ og ekki heldur „Jesus“ (borið fram „dísös“). Við þetta vil ég setja tvo fyrirvara. Í fyrsta lagi þá er ég ekki alvaldur á heimilinu og þá má vel vera að bann mitt verði ekki virt og þá verð ég bara að kyngja því. Í öðru lagi þá hefur þetta bann ekkert að gera með trúarskoðanir eða skort á þeim. Síður en svo. Ég þoli ekki frasana „Oh My God“ og „Jesus“ vegna þess að mér finnst þeir einmitt afhelga það sem fagurt er í veröldinni. Nú skal ég reyna að útskýra.

Ég sá einu sinni hóp pönkara í Berlín. Þetta var æðislegt gengi: hanakambar og gaddaleðurjakkar. Skyndilega brá einn pönkarinn á leik og braut flösku. Mér stökkbrá og ég taldi mig jafnvel vera kominn í hættu. En þá heyrði ég kunnugleg orð. „Oh My God!“ Pönkararnir höfðu ekkert merkilegra að segja við uppátækinu en „Oh My God“ með útvötnuðum amerískum hreim en eilítið rödduðu þýsku té-i. Hér vorum við með eitthvað sem leit út eins og atríði úr Dýragarðsbörnnum en breyttist skyndilega í flatan Friends-þátt. Þetta kalla ég skuggahlíð alþjóðavæðingar.

„OH MY GOD“ er engilsaxneskur frasi, þó fremur bandarískur en breskur, en fyrst og fremst alþjóðlegur. Hann er lægsti samnefni tilfinninga okkar, það sem við grípum til þegar við erum orðlaus. Sumum finnst það kannski praktískt eða í öllu falli saklaust, en mér finnst það syndsamlegt metnaðarleysi. Við erum ríkt fólk og getum valið um heilu úthöfin af menningarhafsþjó til að kafa í en í staðinn látum við nægja að ganga upp að næsta drullupalli og gára hann með tanni. Oh My God hvað það er lélegt!

Rappaparar takast á í dómssal

Will.i.am vill ekki að Pharrell Williams nefni fatamerki sitt í am Other.

Rapparin Will.i.am hefur lagt fram kæru á hendur tónlistarmanninum Pharrell Williams. Sá fyrrnefndi kveðst eiga einkarétt á setningunni „I am“ og segir Williams hafa gerst sekan um brot er hann nefndi fatalínu sína í am Other. Tónlistartímaritíð Rolling Stone sagði frá málinu.

Samkvæmt talsmanni Will.i.am eru líkindin við I AM vörummerki Will.i.am of mikil og gæti það skapað rugling. Williams er þó ósammála þessu. „Ég er vonsvikinn yfir því að Will, tónlistarmaður eins og ég, hafi kært málið. Ég vil miklu heldur ræða málin og reyndi að bera þetta upp við hann nokkrum sinnum. Þessi kæra kom mér í opna skjöldu og ég er sannfærður um að dómstólum þyki krafa hans jafn tilhæfuleg og kjánaleg og mér,“ sagði Williams í viðtali við Rolling Stone.



ÓSÆTTI Will.i.am hefur lagt fram kæru á hendur Pharrell Williams. NORDICPHOTOS/GETTY

SMÁRA BÍÓ **HÁSKÓLABÍÓ**

SMÁRABÍÓ	HÁSKÓLABÍÓ
THE PURGE KL. 6 - 8 - 10	THE PURGE KL. 5.40 - 8 - 10.20
THE INTERNSHIP KL. 5.25 - 8 - 10.35	THE INTERNSHIP KL. 5.25 - 10.35
THE INTERNSHIP LÚXUS KL. 5.25 - 8 - 10.35	AFTER EARTH KL. 5.45 - 8 - 10.15
AFTER EARTH KL. 8 - 10.15	EPIC 3D ÍSL.TAL KL. 5.45
FAST & THE FURIOUS 6 KL. 8 - 10.45	THE GREAT GATSBY KL. 6 - 9
EPIC 2D ÍSL.TAL KL. 3.30 - 5.45	
EPIC 3D ÍSL.TAL KL. 3.30 - 5.45	
THE CROODS 2D ÍSL.TAL KL. 3.30 - 5.45	

BORGARBÍÓ NÁNAR Á MIÐLIS

THIS IS THE END KL. 8 FORSÝNING	16
THE INTERNSHIP KL. 5.40 - 8	7
FAST & FURIOUS 6 KL. 5.40	12
THE ICEMAN KL. 8 - 10	16
AFTER EARTH KL. 10.20	12

Gossip Girl-leikkona er orðin gjaldprota

Kelly Rutherford óskar eftir gjaldprotaskiptum.



GJALDPROTA Kelly Rutherford hefur óskað eftir gjaldprotaskiptum. NORDICPHOTOS/GETTY

Kelly Rutherford, sem lék í þáttunum Gossip Girl, hefur óskað eftir gjaldprotaskiptum. Hún hefur átt í harðvítugri forræðisdeilu við fyrrverandi eiginmann sinn sem hefur höggvið stór skör í fjárhag hennar. Samkvæmt ABCNews.com skuldar Rutherford yfir tvær milljónir dala, eða um 250 milljónir króna. Eina og hálf milljón af þeirri upphæð hefur hún greitt í lögfræðiskostnað vegna forræðisdeilunnar. Í ágúst síðastliðnum fyrirskipaði dómari að börn Rutherford og fyrrverandi eiginmanns hennar Daniel Giersch skyldu dvelja áfram í Frakklandi en þangað heimsóttu þau föður sinn síðasta sumar. Sú ákvörðun var mikið áfall, bæði tilfinningalegt og fjárhagslegt, fyrir hina 44 ára gömlu leikkonu.



REYNIR AFTUR Rapparin Kanye West ætlar að gera aðra tilraun til að gefa út fatalínu undir eigin nafni, en sú fyrri heppnaðist ekki vel. NORDICPHOTOS/GETTY

Kanye með karlafatalínu

Kanye West undirbýr nú nýja fatalínu fyrir franskt fatamerki. Hinn nýbakaði faðir segist ætla að gera betur nú en síðast, en kvenfatalína hans sem kom út árið 2011 fékk skelfilegar viðtökur.

„Fatahönnuðir eru í þannig stöðu að þeir geta algjörlega sleppt af sér beislinu. Ég reyndi að gera það en það gekk ekki upp. Ég varð því að reyna að koma með eitthvað sem segir: „Þetta lítur skynsamlega út,“ sagði rapparin í viðtali á dögnum. Fatalínan mun einkennast af stuttermabolum, gallabuxum og hettupeysum.

Notar texta frá R.E.M.

Jay-Z ætlar að nota textabrot úr lagi R.E.M., Losing My Religion, á væntanlegri plötu sinni, Magna Carta Holy Grail. Textinn verður notaður í laginu Heaven, en Losing My Religion kom út árið 1991. Stutt er síðan greint var frá því að rapparin ætlaði að nota textabrot úr öðru lagi frá 1991, Smells Like Teen Spirit með Nirvana, á plötunni. Courtney Love, ekkja söngvarans Kurts Cobain, gaf Jay-Z leyfi til þess.



JAY-Z Rapparin ætlar að nota textabrot úr laginu Losing My Religion.

LAUGARÁS BÍÓ **www.laugarasbio.is**
Miðasala og nánari upplýsingar -bara lúxus sími 553 2075

LAUGARÁS BÍÓ	Sýningartímar
THE PURGE	8 - 10
THE ICEMAN	8 - 10.20
THE INTERNSHIP	5.30
EPIC 2D	5
EPIC 3D	5
FAST & FURIOUS	8 - 10.30

BÍÓ PARADÍS Heimili kvikmyndanna
DAGSKRÁIN ER Á **WWW.BIOPARADIS.IS** OG **MIDI.IS**

EUROPA CINEMAS ISLANDS

Ómstríð og ATP kynna

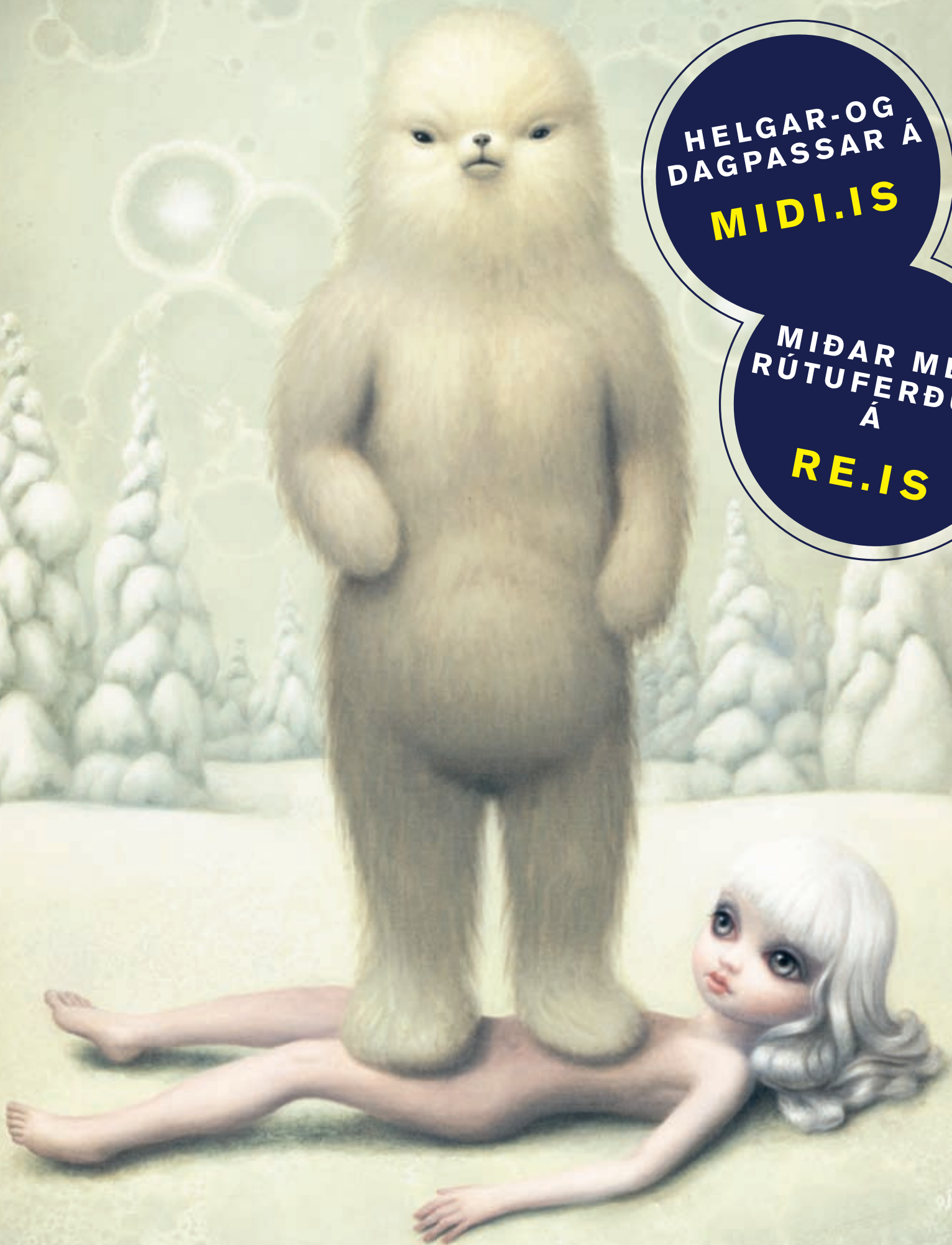
ALL TOMORROW'S PARTIES ICELAND

NICK CAVE & THE BAD SEEDS

CHELSEA LIGHT MOVING • THE FALL • THE NOTWIST
THEE OH SEES • DEERHOOF • MÚM • HAM • MUGISON
DEAD SKELETONS • SQÜRL • VALGEIR SIGURÐSSON
AMIINA • GHOSTIGITAL • PUZZLE MUTESON • ÆLA
KIMONO • APPARAT ORGAN QUARTET • HJALTALÍN
SNORRI HELGASON • MONO TOWN

HELGAR-OG
DAGPASSAR Á
MIDI.IS

MÍÐAR MEÐ
RÚTUFERÐUM
Á
RE.IS



JUNE 28 & 29 2013

Á ÁSBRÚ Í REYKJANESBÆ

ALLAR NÁNARI UPPLÝSINGAR Á [FACEBOOK.COM/ATPICELAND](https://www.facebook.com/atpiceland)



**ÞÚ SPARAR
11.000 KR.**



Vnr. 41622140
Garðsett, 4 stólar,
borð og sólhlíf
15.990 kr.
FULLT VERÐ: 26.990 kr.

**ÞÚ SPARAR
10.000 KR.**



Vnr. 41624133
Garðborð með
plastgranítfilm, ál.
39.990 kr.
FULLT VERÐ: 49.990 kr.

**ÞÚ SPARAR
5.000 KR.**

Vnr. 41624134
Garðbökkur með
plastgranítfilm, ál.
19.990 kr.
FULLT VERÐ: 24.990 kr.

**ALLT Á AÐ
SELJAST**
LAGERHREINSUN

**ÞÚ SPARAR
35.000 KR.**



**TAKMARKAÐ MAGN
EINGÖNGU TIL Í BREIDD**

Vnr. 41622142
Garðsett, 6 stólar og stækkanlegt
borð 140/180x90x75 cm.

64.990 kr.
FULLT VERÐ: 99.990 kr.

**ÞÚ SPARAR
62.000 KR.**



**TAKMARKAÐ MAGN
EINGÖNGU TIL Í BREIDD**

Vnr. 41622145
Garðsett, 6 stólar og
stækkanlegt borð.

77.990 kr.
FULLT VERÐ: 139.990 kr.

**ÞÚ SPARAR
30.000 KR.**



**TAKMARKAÐ MAGN
EINGÖNGU TIL Í BREIDD**

Vnr. 41622143
Garðsett, 4 stólar og
borð 160x90 cm.

59.990 kr.
FULLT VERÐ: 89.990 kr.

**ÞÚ SPARAR
16.000 KR.**



**TAKMARKAÐ MAGN
EINGÖNGU TIL Í BREIDD**

Vnr. 41622146
Borð 150x90 cm
og 4 stólar.

29.990 kr.
FULLT VERÐ: 45.990 kr.

**ÞÚ SPARAR
53.000 KR.**



**TAKMARKAÐ MAGN
EINGÖNGU TIL Í BREIDD**

Vnr. 41622144
Garðsett, 6 stólar og
stækkanlegt borð.

89.990 kr.
FULLT VERÐ: 142.990 kr.

**ÞÚ SPARAR
25.000 KR.**



Vnr. 41622139
RATTAN garðsett 2 stólar
og borð með glerplötu.
34.990 kr.
FULLT VERÐ: 59.990 kr.

**ÞÚ SPARAR
30.000 KR.**

Vnr. 41624130
Tveir sólbekkir og borð.
19.990 kr.
FULLT VERÐ: 49.990 kr.



**ÞÚ SPARAR
17.000 KR.**

Vnr. 41621501
Fellanlegt borð og 4 stólar.
32.990 kr.
FULLT VERÐ: 49.990 kr.



27. - 30. JÚNÍ LAGERHREINSUN Á GARÐHÚSGÖGNUM UM HELGINA



facebook.com/BYKO.is

BYKO

BÚÐU BETUR. BORGADU MINNA.

**ÞÚ SPARAR
10.000 KR.**



Vnr. 42378060
Garðsett, 2 stólar, sófi
og borð með glerplötu.

59.990 kr.
FULLT VERÐ: 69.990 kr.

**ÞÚ SPARAR
4.000 KR.**



Vnr. 41622149
Viðarstóll.

9.990 kr.
FULLT VERÐ: 13.990 kr.

**ÞÚ SPARAR
3.000 KR.**



Vnr. 41616075
LANGLEY stóll.

6.990 kr.
FULLT VERÐ: 9.990 kr.

**ÞÚ SPARAR
3.400 KR.**



Vnr. 41624131
Álstóll, dökkgrár.
6.590 kr.
FULLT VERÐ: 9.990 kr.

**ÞÚ SPARAR
5.200 KR.**



Vnr. 41624132
Ál garðstóll, hátt bak,
stillanlegur, svartur.

8.290 kr.
FULLT VERÐ: 13.490 kr.

**ÞÚ SPARAR
4.500 KR.**



Vnr. 41616004
HERITAGE stóll og
sessa, acacia harðviður.

7.990 kr.
FULLT VERÐ: 12.490 kr.

**ÞÚ SPARAR
5.500 KR.**



Vnr. 41616006
HERITAGE stóll, hvíttáður
acacia harðviður.

9.990 kr.
FULLT VERÐ: 15.490 kr.

**ÞÚ SPARAR
11.500 KR.**



Vnr. 41622129
STEEL RATTAN
hliðarborð, 60x60 cm.
5.990 kr.
FULLT VERÐ: 17.490 kr.

**ÞÚ SPARAR
7.000 KR.**



Vnr. 41622110
Sólbekkur með
höldum og hjólum, ál.
14.990 kr.
FULLT VERÐ: 21.990 kr.

**ÞÚ SPARAR
17.000 KR.**



Vnr. 41616016
Garðsett.
39.990 kr.
FULLT VERÐ: 56.990 kr.

Vnr. 41616016
Garðsett úr acacia harðviði, borð
160x90 cm, tveir bekkir 135x32 cm,
ásamt svörtum sessum.



BIRGIR LEIFUR Einn sex styrkþega úr Forskoti. NORDICPHOTOS/GETTY

Styrkir til afrekskylfinga

GOLF Í gær var tilkynnt um úthlutun úr Forskoti, afreksjóði íslenskra kyflinga. Styrkirnir námu alls 15 milljónum króna og ákvað stjórn sjóðsins að styrkja sex kyflinga að þessu sinni. Styrki hlutu Birgir Leifur Hafþórsson, Ólafur Björn Loftsson og Þórður Rafn Gissurarson, sem allir eru atvinnukyflingar. Þá fengu þau Axel Bóasson og Ólafía Þórunn Kristinsdóttir styrki fyrir einstök verkefni og Einar Haukur Óskarsson fyrir þátttöku sína í Nordea-mótaröðinni. Þeir aðilar sem standa að sjóðnum auk Golfsambands Íslands eru Eimskip, Valitor, Íslandsbanki og Icelandair Group. -esá



MAGNAÐUR Neymar lagði upp bæði mörk Brasilíu í gær. NORDICPHOTOS/AFP

Brasilía í úrslit Álfubikarsins

FÓTBOLTI Brasilía keppir til úrslita um Álfubikarinn í knattspyrnu í fimmta sinn frá upphafi. Liðið mun freista þess að vinna keppnina í þriðja skiptið í röð í úrslitaleiknum á sunnudag en andstæðingurinn verður annaðhvort Spánn eða Ítalía, sem mætast í hinna undanúrslitum í kvöld. Brasilía hafði betur gegn Úrúgvæ í gær, 2-1, en ungstirnið Neymar lagði upp bæði mörk sinna manna fyrir þá Fred og Paulinho. Edinson Cavani skoraði mark Úrúgvæ, sem fékk tækifæri til að komast yfir snemma leiks. Julio Cesar varði þá vítaspyrnu frá Diego Forlan. -esá

Ég á erindi í landsliðið

Gunnar Steinn Jónsson, leikmaður Nantes, hefur verið atvinnumaður í handknattleik í fjögur ár en aldrei fengið tækifærið með íslenska landsliðinu. Leikmaðurinn færði sig frá Svíþjóð til Frakklands til að eiga meiri möguleika á því að komast í eitt besta handknattleikslíð Evrópu, lið Íslands.

☞ **Markmiðið með því að færa mig til Frakklands var að komast í landsliðið.**

Gunnar Steinn Jónsson

HANDBOLTI Gunnar Steinn Jónsson hefur verið að gera það gott með Nantes í frönsku úrvalsdeildinni í handknattleik undanfarið ár og líkar dvölin í Frakklandi vel. Leikmaðurinn fær ekki tækifærið í landsliðinu þrátt fyrir að spila með sterku liði í einni stærstu deild í heimi.

„Mér fór að ganga vel þegar leið á tímabilið hér úti í Frakklandi,“ segir Gunnar Steinn Jónsson, leikmaður Nantes.

Atvinnumannaferill Gunnars hófst fyrir fjórum árum þegar leikmaðurinn fór til sænska félagsins HK Drott.

„Það gekk rosalega vel hjá mér í Svíþjóð og strax á fyrsta ári komst liðið alla leið í úrslit. Fyrsta tímabilið var mikið ævintýri fyrir mig persónulega og gaf mér mikið sjálfstraust upp á framhaldið að gera. Ég bætti mig gríðarlega mikið í Svíþjóð og var orðinn lykilmáður í liðinu þegar leið á. Þar lék ég sextíu mínútur í hverjum leik og var með stórt hlutverk.“

Förinni heitið til Frakklands

„Fyrir síðasta tímabil ákvað ég að færa mig um set og prófa nýja hluti. Deildin í Frakklandi er allt öðruvísi og í raun allt önnur íþrótt. Það er hægt að bæta við tuttugu kílóum á hvern varnarmann í frönsku deildinni samanborið við sænsku deildina og maður þurfti að aðlagast því. Það er mun meiri harka í frönsku deildinni og kannski minna um hraða og tækni. Ég varð að fara sjálfur í lyftingasalinn og bæta vel á mig þegar ég kom í frönsku deildina.“

Hann segir að tímabilið hjá Nantes hafi verið fremur súrsætt.

„Við töpuðum lokaleikum, sem kostaði okkur fjórða sætið og þar af leiðandi Evrópusæti. Við höfnuðum því í því fimmta, sem mun reyndar mögulega gefa okkur Evrópusæti eftir allt saman, en franska deildin er að verða gríðarlega sterk. Liðið komst í úrslit í franska bikarnum og í Evrópukeppninni en þeir leikir töpuðust báðir. Við vorum í raun einu skrefi frá öllu. Þetta er mjög ungt lið og allir í kringum það voru sáttir við okkar frammistöðu á tímabilinu en félagið hefur aldrei unnið titil og er nýkomið upp í efstu deild. Það varð algjör sprengja í þessari deild rétt eftir að ég kom til Nantes og í dag er franska deildin að verða sú allra heitasta. Ég var í raun mjög heppinn þar sem ég gekk í raðir félagsins rétt áður en stórir fjárfestar fóru að dæla

peningum í nokkur lið í deildinni. Núna virðast allir vilja koma til Frakklands og að mínu mati er þetta eina deildin sem er á mikilli uppleið í Evrópu í dag.“

Spurður tíu sinnum á dag

Gunnar Steinn var staddur hér á landi í frí á dögnum og barst talið oft að íslenska landsliðinu. „Ég er líklega spurður, af vinum og vandamönnum, svona tíu sinnum á dag út í íslenska landsliðið og af hverju ég er ekki valinn. Íslenska landsliðið hefur sennilega verið með sitt allra besta lið sögunnar undanfarin ár og það er ekki gefið að maður gangi bara inn í það. Mér finnst aftur á móti frekar asnalegt að ég hafi aldrei fengið tækifæri til þess að æfa með liðinu eða vera hluti af einhverjum æfingahópi. Ég er að spila í kringum heimsklassaleikmenn allt árið um kring og stend mig nokkuð vel. Því tel ég mig eiga fullt erindi í landsliðið. Nánast allir liðsfélagar mínir eru alltaf kallaðir í landsliðsverkefni og þá æfi ég bara einn hjá liðinu út í Frakklandi, sem er nokkuð spaugilegt. Markmiðið með því að færa sig til Frakklands var kannski fyrst og fremst að eiga meiri möguleika á að komast í landsliðið.“

Ekkert heyrt í þjálfurum

En hafa landsliðsþjálfarar undanfarinna ára haft samband við Gunnar?

„Ég hef ekki tekið eftir því að menn séu að fylgjast með mér hér og Aron [Kristjánsson, landsliðsþjálfari Íslands] hefur aldrei haft samband við mig. Ég heyrði heldur aldrei í Guðmundi Guðmundssyni [fyrrum landsliðsþjálfara],“ segir Gunnar Steinn, en Fréttablaðið hefur eftir áreiðanlegum heimildum að Guðmundur Guðmundsson hafi séð leikmanninn spila í úrslitum um sænska meistaratitilinn árið 2010 í Malmö Arena þegar Drott tapaði eftir framlengdan leik. Gunnar Steinn leikur í dag með mönnum á borð við Alberto Entrerriós, Jorge Maqueda og Valero Rivera sem eru allir í byrjunarliði spænska landsliðsins í handknattleik. Spánn varð heimsmeistari í janúar á þessu ári.



STÓRHUGA Gunnar Steinn fór til Frakklands til að eiga möguleika á því að komast í íslenska landsliðið. Leikmaðurinn hefur ekki lagt árár í bát og vill meina að hann eigi skilið tækifæri. Lífið leikur við fjölskylduna í Frakklandi, þau Gunnar Stein, Elísabetu Gunnarsdóttur og Ölbu Míst dóttur þeirra. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

Tók tíma að ná tökum á frönskunni

Það kom Gunnari á óvart hversu stór hluti tungumálið er af íþróttinni en það reyndist honum erfitt að sinna sínu hlutverki sem leikstjórnandi með engin tók á frönsku.

„Það var nokkuð erfitt að flytja sig yfir til Frakklands þar sem allir tala bara frönsku. Fyrir mig sem leikstjórnanda var það sérstaklega strembið þegar maður átti að eiga í samskiptum við liðsfélaga sína inni á vellinum. Ég fór strax í frönskukennslu tvisvar í viku og þegar tungumálið var komið vel á veg fór boltinn að rúlla betur fyrir mig sem leikmann.“

Frábært líf í Frakklandi

Miðjumaðurinn er nýkominn úr aðgerð á öxl en skrapa þurfti bein frá liðamótum sem hafði verið að trufla Gunnar síðastliðin ár. „Þetta var ekki alvarleg aðgerð



en samt sem áður nauðsynleg. Ég ætti vera klár fyrir næsta tímabil. Ég er með samning við Nantes út næsta tímabil og er ekkert á leiðinni í burtu.“

stefan@frettabladid.is

SUMMAR- ÚTSALA

ALLT AÐ
50%
 AFSLÁTTUR

REYKJAVÍK | AKUREYRI | REYKJAVÍK | AKUREYRI

SÓFAR | SVEFNSÓFAR | HEILSUDÝNUR | HEILSURÚM | HÆGINDASTÓLAR | ELDHÚSBÓRÐ | BÓRÐSTOFUSTÓLAR | BÓRÐSTOFUBÓRÐ | SÓFABÓRÐ | LAMPAR | PÚÐAR | GLERVARA OG FALLEG SMÁVARA

HÚSGAGNAHÖLLIN
 – fyrir lifandi heimili –



**HÖFUM OPNAÐ STÓRVERSLUN
MEÐ ÚTIVISTARFÖT Í FÁKAFEN 9**

VERIÐ VELKOMIN!



ICEWEAR VERSLANIR

Pinghóltsstræti 2-4 - 101 Reykjavík » Fákafen 9 - 108 Reykjavík » Austurvegi 21 - 870 Vík » www.icewear.is



HLÍÐARVÖLLUR Mótið um helgina er fyrsta stórmótið sem GKj heldur síðan að Hlíðarvöllur var stækkaður.

Barist við kríuna

Fjórða mótið í Íslandsbankamótaröðinni um helgina.

GOLF Fjórða mótið í Íslandsbankamótaröðinni fyrir börn og unglunga fer fram á Hlíðarvelli í Mosfellsbæ um helgina hjá golfklúbbnum Kili. Þetta er fyrsta stóra mótið sem haldið er á vellinum síðan hann var gerður að átján hólum.

Tólf sterkir kyllingar verða þó fjarverandi um helgina þar sem að þeir taka nú þátt í sterku alþjóðlegu móti í Finnlandi samtímis. Engu að síður er fullt á mótið

enda gríðarlega mikill golfáhugi á meðal barna og unglunga hér á landi.

Keppendum er aðeins leyft að vera með kyllubera með sér í yngstu aldursflokkunum. Hins vegar er það í staðarreglunum hjá Kjalarmönnum að leyfilegt verður að vera með aðstoðarmenn á 6., 7., og 8. hólum. Ástæðan er sú að krían er með varp þar í kring og getur verið mjög ágeng á kyllinga sem slá utan brautarinnar.



Á FLJÚGANDI SIGLINGU Inbee Park hefur unnið fyrstu tvö risamót ársins og fær tækifæri til að bæta því þriðja við um helgina, en Opna bandaríska meistaramótið hefst á Sebonack-vellinum í dag.

NORDICPHOTOS/IAFF



HAFÐU FJÖLPÓSTINN ÞINN Í FRÉTTABLAÐINU

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

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

Hafðu fjölpóstinn þinn inni í Fréttablaðinu.

Það er áhrifarík leið til að koma skilaboðum um vöru eða þjónustu beint inn á heimilin.

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

FRÉTTABLAÐIÐ

Innskot í Fréttablaðið skilar árangri!

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

Sögubækurnar bíða eftir Inbee Park

Inbee Park freistar þess um helgina að vinna þriðja risamótið í röð. Toppkonan á heimslistanum hefur líka unnið síðustu tvö mótin á LPGA-mótaröðinni. Bandaríkjamenn freista þess að vinna risamót í fyrsta sinn í síðustu tíu tilraunum.

Inbee Park frá Suður-Kóreu getur skrifað nafn sitt í sögubækurnar um helgina með sigri á Opna bandaríska meistaramótinu, þriðja risamóti ársins í kvennagolfinu. Ekki nóg með að hún geti með því orðið fyrst kvenna í rúm 60 ár til að landa fyrstu þremur risatitlum ársins, heldur kemur hún sjóðheit inn í þetta mót og hefur unnið síðustu tvö mót á mótaröðinni.

Park, sem er 24 ára og komst á topp heimslistans í vor, hefur annars verið á ótrúlegu skriði síðasta árið, þar sem hún hefur sigrast sjö sinnum á síðustu 23 mótum og alls endað 15 sinnum á topp-tíu listanum.

Hún hefur áður unnið á Opna bandaríska, en árið 2008 varð hún yngst allra til að happa þeim titli, einungis 19 ára gömul.

Beri hún sigur úr býtum á

Sebonack-vellinum í New York-ríki verður hún fyrst kvenna til að vinna þrjú LPGA-mót í röð síðan Lorena Ochoa lék þann leik árið 2008. Hefur gengi hennar undanfarið einmitt verið líkt við þá yfirburði sem Ochoa og Annika Sörenstam á undan henni höfðu í kvennagolfinu á sínum tíma.

Park reynir þó sjálf að halda fótunum á jörðinni.

„Ég hef aldrei leikið eins vel á ferlinum og ég er að gera núna,“ segir Park. „Ég ætla bara að reyna að halda þessu áfram.“

Keppnin mun þó reynast Park erfið, þar sem hin bandaríska Stacy Lewis er sennilega efst á blaði, en Lewis missti einmitt toppsæti heimslistans til Park.

Lewis segir gengi Park að undanförunu hafa verið ótrúlegt.

„Alltaf þegar mér finnst hún

vera spila í meðallagi vel kemur hún strax til baka næsta dag og er alltaf við toppinn. Hún er alltaf þar og alltaf með möguleika á sigri og lætur ekkert á sig fá.“

Bandarískir kyllingar eru annars orðnir langeygir eftir risatitli, þar sem enginn þeirra hefur unnið slíkan titil í níu risamótum í röð, allt frá því að Lewis gerði það sjálf á Kraft Nabisco-meistaramótinu árið 2011.

Önnur kona sem gæti komið sterk inn er Skotinn Catriona Matthews, sem tapaði fyrir Park í umspili á síðasta risamóti, LPGA-meistaramótinu.

Fjórða risamótið í kvennagolfinu, Opna breska, fer svo fram í ágúst, en í ár ber svo við að fimmta mótið, Evian-meistaramótið í Frakklandi, hefur verið samþykkt sem fimmta risamótið.

thorgils@frettabladid.is

ÚRVALIÐ ER HJÁ OKKUR

SPJALDTÖLVU TILBOÐ
Notaðar og lítið útlitsgallaðar spjaldtölvur á ótrúlegu tilboði meðan birgðir endast á verði frá **9.990**

SMELLTU Á KÖRFUNA
NETBÆKLINGUR Á WWW.TOLVUTEK.IS
MEÐ GAGNVIRKUM KÖRFUHNAPP

STÆRSTU MERKIN

SUMAR TILBOÐ
STÚTFULLAR VERSLANIR AF NÝJUM TILBOÐUM
0% VEXTIR

TÖLVUTEK

Stuntalið sem öllu breytti

Reykjavík/San Fransisco, 2013, Jón og Gummi segja frá sölu á sprotafyrirtæki

Eftir hálf tónn af samningaviðræðum við Jive Software biðum við í nístandi óvissu á bar í Reykjavík

meðan Gunni gekk frá sölnni á litla fyrirtækinu okkar í San Fransisco. Þegar síminn hringdi loks og

hann færði okkur góðu fréttirnar vissum við ekki alveg hvað við áttum að gera. Við pöntuðum okkur

annan bjór. Það er einhvern veginn þannig að stærstu stundirnar í lífi manns láta oft svo lítið yfir sér.



Sjáðu

Jón og Gumma

segja frá

Segðu sögu með Nokia Lumia eða Galaxy Young

Veldu Snjallpakka sem passar þér!

Snjallpakinn er frábær áskriftarleið þar sem þú færð SMS, gagnamagn og innifaldar mínútur sem gilda í farsíma og heimasíma óháð kerfi. Engin upphafsgjöld eru af inniföldum mínútum.

Sumarglaðningur

3 GB og 3000 SMS á mán. fylgja öllum snjallpökkum til 31. ágúst.

Nokia Lumia 520

2.890kr.

Á mánuði í 12 mánuði*

32.900 kr. stgr.

Bættu við Snjallpakka

500

4.990 kr./mán.

500 mín. | 500 SMS | 500 MB



Samsung Galaxy Young

2.190kr.

Á mánuði í 12 mánuði*

24.900 kr. stgr.

Bættu við Snjallpakka

300

3.490 kr./mán.

300 mín. | 300 SMS | 300 MB



Nánar á siminn.is



Vertu í sterkara sambandi á stærsta farsímaneti landsins

Síminn

*Greiðslugjald 340 kr. bættu við mánaðargjald.

FIND **NEW** ROADS™



2.990 ÞÚS. KR.

FÁÐU MEIRA ÚT ÚR FERÐALAGINU Í SUMAR



Bíll á mynd: Chevrolet Cruze LTZ

NÝR CRUZE

SÉRLEGA
GLÆSILEGUR
OG HLAÐINN
BÚNAÐI

Það er ekki nóg með að Chevrolet Cruze sé einn sá fallegasti á götunum í dag, heldur er hann betur búinn en margir mun dýrari bílar. Komdu í heimsókn og kynntu þér þennan glæsilega bíl. Þetta er þitt tækifæri til að eignast draumabílinn frá Chevrolet – á enn lægra verði.



Chevrolet Cruze LT 1.8 I • bensín • bsk
Verð aðeins: 2.990 þús. kr.

Kynntu þér ríkulegan staðalbúnað á benni.is

Opið alla virka frá 9 til 18
og laugardaga frá 12 til 16.
Verið velkomin í reynsluakstur.

Nánari upplýsingar á benni.is

Reykjavík
Tangarhöfða 8
Sími: 590 2000

Reykjanesbær
Njarðarbraut 9
Sími: 420 3330

Akureyri
Glerárgötu 36
Sími: 461 3636

Bílaútdö
Benna
— Sérfræðingar í bílum —

SUMARFRÍÐ



„Ég er að fara á Hornstrandir. Þetta er jómfúrarferðin mín á fjöllum. Ég var að fá 30 þúsund króna gönguskó í afmælisgjöf og fer á föstudaginn.“

Vala Höskuldsdóttir, listakona.

Heimsfrumsýnd í hjarta Evrópu

2 Guns eftir Baltasar Kormák verður opunarmynd virtrar kvikmyndahátíðar

„Þetta er náttúrulega alveg svakalega gaman. Þetta er ein af stóru hátíðunum í Evrópu, ásamt kvikmyndahátíðinni í Cannes, í Berlín og fleirum,“ segir Baltasar Kormákur leikstjóri.

Nýjasta kvikmynd Baltasars Kormáks, 2 Guns, verður heimsfrumsýnd á opunarmyndinni árlegru Locarno kvikmyndahátíðar. Hátíðin fer fram í bænum Locarno í Sviss þann sjöunda ágúst og er þetta í sextugasta og sjötta sinn sem hún er haldin.

Fyrsta leikstjóraverkefni Baltasars Kormáks, 101 Reykjavík, var valið til þátttöku í keppni kvikmyndahátíðarinnar

árið 2000. Nú snýr hann aftur með bandaríska spennugamanmynd sem skartar Denzel Washington, Mark Wahlberg og Paulu Patton í aðalhlutverkum.

„Það var á þessari hátíð sem allt fór af stað, þannig að það er alveg sérstaklega skemmtilegt að koma aftur þangað,“ bætir Baltasar við.

Baltasar mun verða viðstaddur sýninguna á 2 Guns og halda tölu áður en sýningin hefst. „Þetta verða eins og rokkónleikar. Sýningin er úti, á torgi, og þar verða um það bil átta þúsund manns,“ útskýrir Baltasar.



BALTASAR KORMÁKUR
Leikstjóri
2 Guns.
NORDICPHOTOS/
GETTY

- ósk

„Á SKILIÐ AÐ VERÐA SUMARSMELLUR!“

– KOLBRÚN BERGÞÓRSDÓTTIR, MBL.



1. SÆTI
EYMUNDSSON - KILUR
19. - 25. JÚNÍ

„Einfaldlega hrein dásemd“

– KOLBRÚN BERGÞÓRSDÓTTIR,
MORGUNBLAÐINU

„Ekki láta sumarið líða án þess að lesa Maður sem heitir Ove ... í senn hrífandi og fyndin og lesandinn er líklegur til að skiptast á að hlæja og gráta. ... Á skilið að verða sumarsmellur.“

– KOLBRÚN BERGÞÓRSDÓTTIR,
MORGUNBLAÐINU



„Stórkostleg saga. Hún grætir og kætir.“

– KRISTJANA GUÐBRANDSDÓTTIR,
DV

VERÖLD



GÓÐA VEISLU
GJÖRA SKAL
Hilmar Björnsson, dagskrásthjafi Skjás eins, hvetur alla sem hafa gaman að því að halda góða veislu til að sækja um að vera með í þáttunum.
FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON

Sjónvarpsþættir fyrir forvitna Íslendinga

Borð fyrir 5 er spennandi þáttur sem hefur göngu sína á Skjá einum í haust.

Borð fyrir 5 er nýr íslenskur þáttur sem hefst á Skjá einum í haust. Átta pör verða valin úr hópi umsækjenda til að halda þriggja rétta matarboð á heimili sínu fyrir þrjá valinkunna dómara.

Að sögn Hilmar Björnssonar, dagskrásthjafa Skjás eins, er leitast eftir því að hafa pörin sem taka þátt sem ólíkust og að margt fleira en góður matur þurfi til að þess sigra keppnina. „Til þess að heilla dómara þarftu að hugsa út fyrir boxið, koma dómurinum á óvart og halda góða veislu. Dómararnir gefa síðan stig fyrir stemmninguna, matinn, vínið og umgjörðina á veislunni almennt.“

Búið er að opinbera nafnið á einum dómara í þáttunum en það mun vera Svavar Örn Svavarsson, hárgreiðslu- og útvarpsmaður á K100. Hverjir hinir dómarnir tveir eru kemur í ljós á næstu dögum en að sögn Hilmar verður annar þeirra kokkur.

Hilmar telur að þættirnir ættu að höfða til Íslendinga, sem hann segir að séu upp til hópa mjög forvitnir. „Ég held að fólk hafi mjög gaman að því að sjá inn á heimili fólks og fylgjast með hvernig það heldur matarboð í mjög krefjandi aðstæðum.“

Ekki eru gerðar neinar aðrar kröfur til umsækjenda en að þeir

hafi metnað fyrir því að halda skemmtilega veislu og hann hvetur pör, jafnt ung sem aldin, til að sækja um. „Það verður áhugavert að sjá hvað fólk mun bjóða upp á en það mun fá alveg frjálsar hendur varðandi veitingar og annað. Við viljum helst fá fólk á öllum aldri og með sem fjölbreyttastan bakgrunn til að sækja um. Það er líka til mikils að vinna því sigurparið mun hljóta veglegan vinning.“

Auglýst verður eftir umsækjendum í þættina í júlí. hannarut@365



Matreiðsluþættir slá í gegn

Raunveruleikaþættir sem byggðir eru á venjulegu fólki sem hafa ástríðu fyrir matargerð hafa notið gríðarlegra vinsælda undanfarin misseri. Má þar nefna þætti á borð við Masterchef sem sýndir voru í íslenski útgáfu á Stöð 2 síðastliðinn vetur og Come Dine with Me sem hafa slegið í gegn út um allan heim.

Heiður að spila með Botnleðju

Helgi Rúnar Gunnarsson aðstoðar Botnleðju á útgáfutónleikum í kvöld.

„Þetta er náttúrulega frábær heiður,“ segir Helgi Rúnar Gunnarsson, gítarleikari og söngvari Benny Crespo's Gang. Hann spilar sem gestur með Botnleðju á útgáfutónleikum rokkaranna í Austurbæ í kvöld.

Aðspurður segist Helgi Rúnar hafa verið mikill Botnleðjuaðandi þegar hann var yngri. „Þegar Drullumall og Fólk er fífl komu út var ég tíu eða ellefu ára gamall. Ég var búinn að vera að hlusta á Nirvana og þetta hitti algjörlega í mark hjá mér á þeim tíma,“ segir hann. „Ég sá þá hita upp fyrir Blur í Laugardalshöllinni '96 og síðan fékk ég Fólk er fífl-diskinn í jólagjöf. Ég held ég hafi bara hlustað á hann og Nirvana næstu tvö árin.“

Helgi Rúnar hefur þekkt þá Heiðar Örn Kristjánsson og Harald Frey Gíslason úr Botnleðju í þónokkurn tíma því þeir hafa unnið með Magnúsi Óðer, félagi hans úr Benny Crespo's Gang, við upptökur á plötum Pollapönks. Hann ber þeim vel söguna og hlakkar mikið til að spila þeim þeim í Austurbæ.

Enn eru til miðar á útgáfutónleikana. Sigurhljómsveit Músíktílauna, Vök, hitar upp. -fb



SPILAR
MEÐ
BOTNLEÐJU
Helgi Rúnar
Gunnarsson
(lengst til
vinstri)
ásamt
hljómsveitinni
botnleðju.
FRÉTTABLAÐIÐ/
ANTON

→ Önnur plata Benny Crespo's Gang er væntanleg í haust.

Minna að fletta meira að fréttu

visir.is

BESTI FRÉTTA- OG
AFÞREYINGARVEFURINN

Úr umsögn dómnefndar: „Vefurinn býður upp á margskonar afþreyingu auk gífurlegs úrvals fréttu. Vefurinn er léttur og skemmtilegur auk þess sem einfalt og fljótlegt er að finna það efni sem leitað er að.“



HÚSGAGNADAGAR!

30% AFSL. AF ÖLLUM HÚSGÖGNUM

15% AFSL. AF ALLRI GJAFAVÖRU



KAK 1281 tungusófi í leðri

Stærð: 282 x 103 x 173 cm
Litir: svart og kastaniubrunnt
Verð: 649.000,- nú 454.300,-



tommy m buster leðursófi

Stærð: 4ra sæta 241 cm, 3,5 sæta 211 cm, stóll 81 cm
Litir: svart, dökkbrúnt og ljósbrúnt
Verð: 4ra 841.000,- nú 588.700,-, 3,5 sæta 719.000,- nú 503.300,-,
stóll 353.000,-, nú 247.100,-. Lausir púðar fylgja ekki með.



Crescent tungusófi

Stærð: 285 x 165 cm
Verð í áklæði: 686.000,-, nú 480.200,-



HTL 2335 tungusófi í leðri

Stærð: 260 x 165 cm
Litir: svart og brúnt
Verð: 495.000,- nú 346.500,-



Chesterfield original leðursófi

Stærð: 3ja sæta 227 x 112 x 74 cm, 2,5 sæta 227 x 112 x 74 cm
Litir: brúnt
Verð: 3ja 589.000,- nú 412.300,-, 2,5 sæta 537.000,-, nú 375.900,-



KAK 1166 leðursófar með stillanlegum höfuðpúðum

Stærð: 4ra sæta 287 x 109 cm, 3ja sæta 224 x 109 cm, 2ja sæta 162 x 109 cm.
Litir: svart og dökkgrátt
Verð: 4ra 538.000,- nú 376.600,- 3ja 463.000,- nú 587.720,-, 2ja 343.000,- nú 240.100,-



Candy tungusvefnisófi með rúmfatageymslu

Tveir höfuðpúðar fylgja. Lausir púðar fylgja ekki með.
Stærð: 260 x 164 cm
Litir í leðri: svart, grátt og brúnt
Verð: 695.000,- nú 486.500,-

HEIMA HÚSIÐ

VIÐ ERUM Á FACEBOOK 

Ármúla 8 - 108 Reykjavík - Sími 568 42 42 - www.heimahusid.is. Opið virka daga 10 -18, laugardaga 11 -16.

FRÉTTIR AF FÓLKI

Góðir dómar í Þýskalandi

Hljómsveitin Retro Stefson fær góða dóma fyrir tónleika sína í Þýsku borginni Köln í síðustu viku. Vefsíða Kölner Städt-Anzeiger, Ksta.de, segir að meirihluti tónleikagesta hafi fílað tónlistina í ræmur og að lagið Qween hafi staðið upp úr. Vefsíðan Intro.de segir að hljómsveitin hafi komið á óvart og að henni hafi tekist að blanda saman ólíkum tónlistarstefnum á skemmtilegan hátt.

Þorbjörg Roach Gunnarsdóttir og félagar í Retro Stefson verða á faraldsfæti um Evrópu í sumar og spila á hinum ýmsu tónlistarháttum. Að auki spilaði sveitin á dögnum fjögur lög í útvarpsþætti BBC 1 sem var sendur út í síðustu viku.



- fb

Með sýningu í Bologna

Ljósmyndarinn og grafíski hönnuðurinn **Hörður Sveinsson** fór í dag til Bologna á Ítalíu, en þar kemur hann til með að sýna eigin ljósmyndir af íslensku tónlistarfólki. Herði verða hæg heimatökin því hann hefur um langt skeið verið einn vinsælasti popp- og dægurmenningsljósmyndari Íslands. Á ljósmyndasafninu, sem sérhæfir sig í tónlistartengdum myndum, stóð fyrst til að Hörður myndi aðeins sýna um fimm myndir í tengslum við tónleika Sigur Rósar og Bjarkar Guðmundsdóttur þar í næsta mánuði. Því var þó breytt snögglega vegna mikilla gæða myndanna og fjölbreytni og Hörður fenginn til að stækka sýninguna allverulega. Hann mun nú koma til með að fá undir sig heila hæð á safninu fyrir 30-40 verk.



- mlþ

Mest lesið

- 1 Íbúar einbýlishúsagötu vilja losna við unglíngaheimili
- 2 Blikum dæmdur 3-0 sigur gegn KR | Kristján Finnbogason ólöglegur
- 3 Fann skilaboð frá skipverja í fjörunni
- 4 Ef þú ert kona skaltu lesa þetta
- 5 Ógnandi og óviðráðanlegur flugfarþegi settur af í Kanada

60 ný kort í mælikvarðanum 1: 300 000 **2013** 14. útgáfa

Kortabók
1: 300 000

Head titles
Strafenalltas
tillas Heulter

www.forlagid.is

ÚTSALA!

40% afsláttur af öllum vörum

BOSS HUGO BOSS

BOSS KONUR MENN KRINGLUNNI 533 4242

ARMANI COLLEZIONI
BOSS HUGO BOSS
SAND
strellson
POLO RALPH LAUREN
eterna
FINUCCI collezione
bugatti
gardeur
Stenströms.
LLOYD

fierra GARÐURINN
-klæðir þig vel

KRINGLAN - SMÁRALIND
568 9234 544 2410

ENGLABÖRNIN

Falleg föt á stelpur og stráka...

Kringlunni sími 552 2201

moLo