



SKOÐUN Hjalti Hugason og Sigrún Óskarsdóttir skrifa um Skálholt og gullkálfr á helgum stað. **13**



MENNING Gagnrýnandi Fréttablaðsins gefur Storminum, plötu Bubba Morthens, þrjár stjörnur. **18**



SPORT Fylkiskonur eru enn ósigræðar í sumar og gefa lítið fyrir sögur af skemmtanálífi leikmanna. **22**



Nú er opið allan sólarhringinn í Engihjalla

Iceland

FRÉTTABLAÐIÐ

Priðjudagur

9. júlí 2013
159. tölublað 13. árgangur
Sími: 512 5000

MEST LESNA
DAGBLAÐ Á ÍSLANDI*

FRÉTTIR



Tugir haft samband

Á fjórða tug pólanda kynferðis- ofbeldis íhuga nú að stíga fram og segja sögu sína eftir lestur viðtals við Maríu Rut Kristinsdóttur í Fréttablaðinu um helgina. **2**

Slúður og dylgjur Guðmundur Bjarnason, fyrrverandi forstjóri Íbúðalánasjóðs, gefur lítið fyrir skýrslu rannsóknarnefndar um sjóðinn. **2**

Engar aukagreiðslur Ekki er greitt aukalega fyrir setu í svokölluðum hagræðingarhópi ríkisstjórnarinnar. **4**

Helmingur í Heklu seldur Volkswagen í Danmörku hefur keypt helmingshlut í bílaumboðinu Heklu. **8**



SHALDOR
12

Bolungarvík	13°	☁	SV 7
Akureyri	19°	☁	SV 4
Egilsstaðir	20°	☁	SV 3
Kirkjubæjarkl.	17°	☁	SV 3
Reykjavík	14°	☁	S 5

SÓL OG BLÍÐA Í dag verður yfirleitt fremur hæg suðvestanátt og léttskýjað en skjýjað V-til síðdegis. Hiti 12-22 stig, hlýjast NA-lands. **4**

SÉRBLAÐ

Fólk



TILBOÐ! TILBOÐ!

Húsavíkurjógúrt á tilboði



Ísafjörður
kl. 14.00

MYND/HALLDÓR SVEINBJÖRNSSON



Reykjavík
kl. 14.00

FRÉTTABLAÐIÐ/PIETUR



Akureyri
kl. 14.00

MYND/PÓRIR TRYGGVASON



Fjarðabyggð
kl. 14.00

MYND/SIGURÐUR INGÓLFSSON

SÓLARSAMBA OG STEYPIREGN Veðrið hefur verið ofarlega á baugi í umræðunni síðustu daga og vikur. Eins og sjá má á þessum myndum, sem allar voru teknar klukkan tvö í gær, hefur veðurbliðunni verið mjög misskipt á milli landshluta. Veitingahúsaeyndur í Reykjavík bregðast við rigningunni með nýstárlegum lausnum á sama tíma og Akureyringar hafa sjaldan upplifað svo sólríkt sumar. Íbúar á Ísafirði fögnuðu sól gærdagsins en segja ferðamenn þó ekki láta leiðindaveður stöðva sig. Sjá síðu 10

Sérstakur ákærir Wernerssyni

Kaup Milestone á hlut Ingunnar Wernersdóttur í félaginu talin lögbrot af Sérstökum saksóknara. Bræður hennar, Karl og Steingrímur, eru ákærðir ásamt Guðmundi Ólasyni forstjóra og þremur endurskoðendum.

DÓMSMÁL Bræðurnir Karl og Steingrímur Wernerssynir hafa verið ákærðir fyrir umboðssvik og brot á lögum um bókhald og ársreikninga í tengslum við tæplega fimm milljarða greiðslur Milestone til Ingunnar Wernersdóttur, systur þeirra.

Heimildir Fréttablaðsins herma að auk bræðranna séu Guðmundur Ólason, fyrrverandi forstjóri Milestone, og þrjú endurskoðendur frá fyrirtækinu KPMG ákærðir.

Ákæran var gefin út á föstudag, samkvæmt heimildum blaðsins, og var birt öllum ákærðu í gær. Hún er í fimm liðum og hverfist öll um það þegar bræðurnir keyptu Ingunni út úr Milestone á árunum 2006 og 2007. Umboðssvikin sem Karl, Steingrímur og Guðmundur eru taldir hafa gerst sekir um nema um 4,8 milljörðum króna.

Ákæran verður þingfest í Héraðsdómi Reykjavíkur í september.

- sh / sjá síðu 4



KARL WERNERSSON



STEINGRÍMUR WERNERSSON



GUÐMUNDUR ÓLASON

Porvaldur Davíð Kristjánsson leikur í stórmynd frá Universal Studios:

Landaði hlutverki í Hollywood

„Ég er mjög sáttur, það er ekki annað hægt. Þetta er frábært tækifæri,“ segir leikarinn Þorvaldur Davíð Kristjánsson, sem landaði á dögunum hlutverki í kvikmyndinni Dracula sem kvikmyndaframleiðandinn Universal Studios sendir frá sér.

Framleiðandi myndarinnar er Michael De Luca sem hefur meðal annars framleitt stórmyndirnar Magnolia, The Social Network, Blade og Moneyball.

Þorvaldur kveðst sáttur við sitt hlutverk en má að öðru leyti ekki tjá sig um efni og innhald myndarinnar. Tökur fara fram í norður-írsku höfuðborginni Belfast en æfingar hefjast eftir tvær vikur.

„Ég fer til Belfast að æfa í smá tíma og flýg svo aftur heim. Svo fer ég aftur út í haust og verð í Belfast í nokkra mánuði, segir Þorvaldur. Leikarinn er kominn



ÞORVALDUR DAVÍÐ KRISTJÁNSSON

„Ég er mjög sáttur. Það er ekki annað hægt.“

Porvaldur Davíð Kristjánsson leikari

á fastan samning hjá Borgarleikhúsinu og fer með aðalhlutverkið í sýningu leikhússins á verkinu Furðulegt háttalag hunds um nótt, sem frumsýnt verður í lok febrúar á næsta ári.

Þorvaldur útskrifaðist frá hinum virta listaháskóla Juilliard í New York árið 2011 og hefur síðan þá dvalið að stórum hluta í Los Angeles. Hann býr sig einnig undir annars konar hlutverk, en hann á von á frumburði sínum með unnustu sinni Hrafnntinu Viktoríu Karlsdóttur.

- ka

Græddu á gulli

Staðgreiðum allt gull, silfur, platinum, demanta og vönduð úr.

Hringa, hálsmen, armbönd, gullmynt, Gold Quest gullmynt, allt brotagull og nýtt gull.



ERUM Á 3. HÆÐ Í KRINGLUNNI
Opíð alla daga frá kl. 11-18

Upplýsingar og tímapantanir:
Sverrir s. 661-7000

SPURNING DAGSINS



Ásgerður, færðu þér vindil þegar þú ert á perunni?

„Nei, þar veðurðu reyk.“

Ásgerður Soffía ræktar tóbaksplöntur og perur og stefnir á að bjóða upp á Havana-Pingeyrarvindla næsta sumar. Orðatiltækið að vaða reyk merkir að skjáttast.

Barnaniðingur telur að sér hafi verið refsað fyrir hluti sem hann gerði ekki:

Karl Vignir ósáttur og áfrýjar

DÓMSMÁL Karl Vignir Þorsteinson áfrýjaði í síðustu viku sjö ára fangelsisdómi sem hann fékk fyrir mánuði fyrir að brjóta kynferðislega á þremur fötluðum mönnum. „Þetta er að okkar mati strangur dómur,“ segir Brynjólfur Eyvindsson, verjandi Karls Vignis.

Í Kastljósi í upphafi árs viðurkenndi Karl Vignir brot gegn tugum barna undanfarna áratugi og kallaði beinlínis eftir því að sér yrði refsað fyrir misgjörðir sínar. „Já, hann er svo sem ekkert

óánægður með refsinguna, þannig séð,“ segir Brynjólfur. „En honum finnst hann vera dæmdur fyrir hluti sem hann gerði ekki.“

Þar á Brynjólfur við sakfellingu fyrir vændiskaup af tveimur mannanna, með því að hafa greitt þeim fyrir kynmök. „Sem hann er bara alls ekki sammála.“

Karl Vignir hefur setið í gæsluvarðhaldi vegna málanna síðan í janúar, skömmu eftir að Kastljóss-þátturinn var sýndur.



VILL REFSINGU Karl Vignir er ekki ósáttur við refsinguna sem slíka en segist ekki hafa gert allt sem hann er sakfelldur fyrir.

Haukamýri fær nýtt leyfi: Bleikjueldið vex hjá Þingeyingum

ATVINNUMÁL Umhverfisstofnun veitti fyrirtækinu Haukamýri í Norðurþingi starfsleyfi fyrir 450 tonna bleikjueldi í gær. Nú þegar framleiðir fyrirtækið 200 tonn árlega. Nær öll framleiðslan er til útflutnings.

Ein athugasemd barst við afgreiðslu málsins. Varðaði hún vatnsnýtingu og var henni komið á framfæri við Orkustofnun. Starfsleyfið gildir til ársins 2029. Fiskeldið Haukamýri var stofnað árið 1996 af Jóhanni Geirssyni.



HÓTELÍÐ Í RÚST Byggingin hrundi með fjöldi gesta innandyrna þegar 80 ára gömul byggingin gaf sig.

Áttatíu ára gömul hótélbygging hrynur til grunna á Indlandi: Tólf lík hafa fundist í rústunum

INDLAND, AP Að minnsta kosti tólf létust og tuttugu slösuðust þegar tveggja hæða hótélbygging hrundi til grunna í bænum Secunderabad í Hyderabad-héraði á Indlandi snemma í gærmorgun. Byggingin var komin til ára sinna, en hún var áttatíu ára gömul.

Hótelið var vel þekkt og var óheppilega margt um manninn þegar slysið varð enda vinsæll staður til að drekka morgunteið. Óttast er að mun fleiri séu fastir í rústunum. Meðal þeirra sem hafa fundist látnir í rústunum er sonur hóteleigandans.

Ódæðið í Svíþjóð:

Vinir voruðu lögregluna við

SVÍÞJÓÐ Vinir unga mannsins sem stakk tvo menn og eina konu í Varberg í Svíþjóð í gær voruðu lögregluna við áður en hann gekk berserksgang og gáfu lýsingu á honum. Í frétt á vef Aftonbladet segir að þeir hafi haft áhyggjur af vanlíðan hans. Árásarmaðurinn, sem er fæddur árið 1989, hafði þó látið til skarar skriða áður en lögreglan komst á vettvang.

Konan sem hann stakk með hnífi lést af sárnum sínum en mennirnir tveir sem voru stungnir eru á sjúkrahúsi.

Hafin er rannsókn á atburðarásinni og einnig á skotum lögreglunnar á árásarmanninn, sem lést.

Prettán menn ákærðir:

Grófu skotvopn í kirkjugarði

DANMÖRK Prettán menn tengdir genginu Brothas í Danmörku hafa verið ákærðir fyrir að hafa haft í fórum sínum þrjár haglabyssur og grafið þær í kirkjugarðinum í Gladsaxe.

Hópurinn var handtekinn í apríl síðastliðnum á svæðinu eftir að hann hafði grafið skotvopnin upp.

Lögreglan og saksóknari telja að færa hafi átt genginu Værebros Hårde Kerne haglabyssurnar. Hinir ákærðu, sem eru á aldrinum 19 til 32 ára, neita sök.

Lögreglan er þeirrar skoðunar að enn fleiri hafi tekið þátt í því að grafa vopnin upp.

Tugir íhuga að stíga fram eftir viðtalið

María Rut Kristinsdóttir hefur fengið viðbrögð frá á fjórða tug manna og kvenna sem deila reynslu hennar af kynferðisofbeldi eftir viðtal við hana í Fréttablaðinu. Þeir íhuga að stíga fram og segja frá. Hún segir dýrmætt að geta veitt fólki styrk.

SAMFÉLAGSMÁL Á fjórða tug þolenda kynferðisofbeldis, af báðum kynjum, hafa haft samband við Maríu Rut Kristinsdóttur, formann Stúdentaráðs, eftir einlægt viðtal við hana í Fréttablaðinu um helgina. Þar segir hún meðal annars frá því þegar hún varð fyrir kynferðislegu ofbeldi í æsku.

María Rut sagði fyrst frá ofbeldinu þegar hún var 17 ára en nú er hún 24 ára gömul og segist vera frjáls undan martröðinni. Hún steig fram í þeirri von að geta verið öðrum innblástur sem búa yfir svipaðri lífsreynslu og hún.

„Ég hef fengið gróðarlega mikil og jákvæð viðbrögð eftir viðtalið. Fólk er búið að hafa samband við mig og segja að frásögn mín hafi veitt því kjark og vilja til að stíga fram og segja frá sinni lífeyrslu,“ segir María Rut og bætir við að henni þyki slíkt afar dýrmætt.

„Það sem ég segi við þetta fólk er að mikilvægast af öllu sé að segja frá. Á meðan þetta er einungis leyndarmál tveggja einstaklinga gerist ekki neitt og þolendur sitja uppi með svartan köggul í sálinni,“ segir María Rut og bætir við hún reyni eftir bestu getu að svara öllum sem haft hafi samband.

„Með þessu viðtali er ég vissulega að taka áhættu en í leiðinni að gera umræðuna opnari, sem veitir fólki styrk til þess að stíga fram með sín leyndarmál. Með opnari umræðu hættir þetta smám saman að vera feimnismál fyrir þolendur kynferðisofbeldis og ábyrgðin flyst yfir á gerandann.“

María Rut hefur tekið að sér það hlutverk að vera talsmaður Druslugöngunnar í ár, sem hún segir vera einstakan heiður. „Það er nú orðið mitt hjartans mál að vekja athygli á kynferðisofbeldi og að ábyrgðin eigi ekki að liggja á þolendum heldur gerendum,“ segir María Rut. Druslugangan verður haldin 27. júlí næstkomandi í þriðja sinn.

„Það er svo mikið til af brotnum sálum sem sjá enga lausn. Stærsta skrefið er að segja frá og ég er dæmi um það. Nú er mitt mál hætt að standa í vegi fyrir mér sem gerir það að verkum að nú er allt orðið svo miklu betra og bjartara,“ segir María, sem vonar að sem flestir sem lent hafi í ofbeldi af þessu tagi finni kjarkinn til að segja frá.



MIKILVÆGT AÐ SEGJA FRÁ „Með þessu viðtali er ég vissulega að taka áhættu en í leiðinni að gera umræðuna opnari,“ segir María Rut.

Sýnir mikið hugrekki

Guðrún Jónsdóttir, talskona Stígamóta, segir að María Rut hafi sýnt mikið hugrekki með því að stíga fram opinberlega.

„Venjan er sú að svona viðtöl leiða til þess að fleiri treysta sér til að skoða eigin mál. Ég tel að það geti verið hvetjandi fyrir aðra að hlusta á fólk sem tekur ekki lengur ábyrgð á ofbeldi sem aðrir frömdu gegn því,“ segir Guðrún en bætir þó við að fólk þurfi að hugsa sig vel um áður en út í slíkt sé farið vegna þess að því geti jafnframt fylgt mikið álag.

„Þegar fólk er búið að vinna með sjálft sig og varpa af sér skömm og sektarkennd, eins og María Rut hefur greinilega gert, getur það verið mikilvægur liður í bataferli að segja frá sögu sinni opinberlega til að hjálpa öðrum,“ segir Guðrún, sem telur hugrekki og styrk Maríu afar mikilvægan og frásögn hennar hið besta mál.

Guðmundur Bjarnason vísar ásökunum um slæma stjórnarhætti á bug:

Segir skýrsluna byggða á slúðri

STJÓRNSÝSLA Guðmundur Bjarnason, fyrrverandi framkvæmdastjóri Íbúðalánasjóðs, segir að skýrsla rannsóknarnefndar Alþingis um sjóðinn segi einungis hálf sannleik og sé að mörgu leyti byggð á slúðri einu saman.

„Skýrsluhöfundar hafa mjög einennilega nálgun á mörgum veigmiklum atriðum og setja fram örökstuddar og ósannar dylgjur, líkt og niðurstaðan hafi verið gefin fyrirfram,“ segir Guðmundur í yfirlýsingu sem hann sendi frá sér í gær vegna málsins.

Skýrsla um starfsemi Íbúðalánasjóðs kom út í síðustu viku, en þar var varpað fram afar dökkri mynd af stjórnarhættum sjóðsins, einkum þegar Guðmundur var við stjórn.

Guðmundur vill meðal annars meina að nefndin gefi frá sér ónákvæmt mat á tapi sjóðsins. Einnig segir hann að ákvörðun stjórnvalda um að hækka

lánshlutfall úr 65 prósentum í 90 prósent hafi verið vel undirbúin og ígrunduð og hafi á engan hátt ráðið úrslitum á hækkun á íbúðaverði og þenslu í efnahagslífinu eins og skýrsluhöfundar fullyrða.

Guðmundur telur jafnframt að ásakanir um pólitískar ráðningar séu afar langsóttar og að höfundar skýrslunnar seilist langt í að tengja menn saman með flóknum hætti sem hann segir að komi Íbúðalánasjóði ekkert við.

Guðmundur segist þó vona að eitthvað í skýrslunni muni nýtast í endurskipulagningu á húsnæðislánakerfinu og bætir við að vissulega sé betra að vera vitur eftir á.



Skoða, máta, velja, setja upp ... hringana

Glæsilegt úrval og góð aðstaða til að velja fullkomna hringa fyrir stóra daginn.



JÓN & ÓSKAR

jonogoskar.is | Sími 5524910 | Laugavegi 61 | Kringlan | Smáralind



Hafsteinn Ægir Geirsson,
hjólríðamaður ársins 2012

ALVOGEN MIDNIGHT TIME TRIAL

HRINGLEIKAHÚS HRAÐANS

*Takk fyrir frábæra keppni,
gargandi snilld í alla staði,
hlakka til að ári ;o)*

Birna Björnsdóttir,
sigurvegari í Alvogen Midnight Time Trial
32 km - 49:17

*Stemningin í hámarki.
Eins og að vinna HM, alveg
hreint magnað! Takk fyrir mig :)*

Emil Tumi Víglundsson,
2. sæti í Alvogen Midnight Time Trial
32 km - 45:37

Hundrað hraðskreiðustu hjólríðamenn og konur landsins hertóku Sæbrautina í miðnæturtímatöku-móti Alvogen.

Keppnin var tileinkuð réttindum barna og runnu skráningargjöld og hluti verðlauna til menntunarverkefna UNICEF og Rauða krossins. Auk þess styrkir góðgerðarsjóður Alvogen samtökin um 9 milljónir króna.

Við þökkum öllum þátttakendum fyrir skemmtilega keppni og áhorfendum fyrir frábæra stemningu.

SVONA ERUM VIÐ



19.615 börn sóttu leikskóla hér á landi árið 2012.

Þar af voru meira en 16 þúsund börn í átta tíma eða lengur á dag. Nærri 4.900 þeirra, sem voru allan daginn, voru yngri en þriggja ára.

Tíu árum fyrr, eða árið 2002, voru 16.282 börn á leikskóla, þar af rúmlega tíu þúsund allan daginn, átta tíma eða lengur.

Ekki er greitt aukalega fyrir setu í niðurskurðarhópi segir Vigdís Hauksdóttir:

Væri það fyrsta sem yrði skorið

ALÞINGI Stjórnarþingmönnum sem skipaðir hafa verið í svokallaðan hagræðingrahóp ríkisstjórnarinnar verður ekki umbunað umfram þingfararkaupið fyrir setu í hópnum, segir Vigdís Hauksdóttir, sem situr í hópnum fyrir Framsóknarflokkinn.



VIGDÍS HAUKSDÓTTIR

Slíkar aukagreiðslur tíðkuðust á árunum 1995 til 2009 vegna starfa í ríkisfjármálanefnd. Aukagreiðslur til þingmanna fyrir slík störf voru felldar niður árið 2009, að því er fram kom í svari Steingríms J. Sigfússonar, þáverandi fjármálaráðherra, við fyrirspurn á Alþingi árið 2011.

„Við fáum ekki laun, þetta er hluti af starfi okkar,“ segir Vigdís. „Það væri hálf ankannalegt að taka sæti í nefnd sem á að skera niður ríkisstofnanir og jafnvel

opinber störf og þiggja laun fyrir það til viðbótar við það sem maður hefur,“ segir Vigdís.

„Ef við fengjum einhverjar aukagreiðslur myndi ég leggja til að það yrði það fyrsta sem yrði skorið niður.“

Í svari fjármálaráðherra á Alþingi frá árinu 2011 kom fram að greiðslur til formanna og varaformanna fjárlaganefndar Alþingis vegna setu í ríkisfjármálanefnd hafi numið alls 7,5 milljónum króna á árunum 1995 til 2009. -bj

Hælsleitendur í Noregi:

Hundruð barna hafa horfið

NOREGUR Frá því í júní í fyrra hafa 106 börn horfið úr búðum fyrir hælsleitendur í Noregi, að því er segir í frétt Aftenposten. Alls hafa 237 börn horfið á fjórum árum. Börnin hafa komið ein til Noregs og verið sett í búðir fyrir flóttamenn en horfið áður en Útlendingastofnun hefur tekið viðtal við þau og látið greina aldur þeirra.

Samtökin Redd Barna óttast að mörg barnanna sem saknað er hafi verið seld mansali. -ibs



HVALUR Á SVAMLI Í FLÓANUM Það þengir að rólegum hrefnum í Faxaflóa eftir ákvörðun Sigurðar Inga.

SAF um ákvörðun ráðherra:

Miklu fórnað fyrir litlar tekjur

FERÐAMÁL Samtök ferðaþjónustunnar, SAF, fordæma ákvörðun Sigurðar Inga Jóhannessonar, sjávarútvegs- og landbúnaðar-ráðherra, um að minnka bannsvæði við hvalveiðum í Faxaflóa.

Í tilkynningu sem SAF hefur sent frá sér segir að ráðherrann sé þar með að fórna miklum hagsmunum fyrir sérhagsmuni örfárra sem hafi takmarkaðar tekjur af hrefnuveiðum. Hvalaskoðun, segir SAF, er stærsta auðlind ferðaþjónustunnar á höfuðborgarsvæðinu. Vísa samtökin enn fremur í álit nefndar um stefnumörkun í hvalveiðimálum sem lagði það til að bannsvæðið lægi innan beinnar línu frá Garðskagavita að Arnarstapa. Þar með væri nær allur flóinn friðaður. -jse

LEIÐRÉTT

Í Fréttablaðinu í gær var vitnað til fréttar af vefnum elp.com, þar sem sagði að Landsvirkjun hefði keypt spennni af Efacec á rúmlega níttján milljónum dala, jafnvirði 2,4 milljarða króna. Í frétt elp.com hafði upphæðin verið tífölduð. Rétt er að spennirinn kostar rúmar 1,9 milljónir dala, eða um 240 milljónir króna.

Skemmdir vegna þvags:

Ekkjan krafín um milljón

SVÍPJÓÐ Ekkjan Anna Larsson Wallin taldi að um mistök væri að ræða þegar hún fékk reikning upp á 70 þúsund sænskar krónur, jafnvirði nær 1,3 milljóna íslenskra króna, frá einkarekna hjúkrunarheimilinu í Stokkhólmi þar sem maðurinn hennar hafði látist fimm mánuðum áður.

Eiginmaðurinn var með Alzheimer og hafði misst þvags á parkettið í vistarverum sínum á hjúkrunarheimilinu. Ekkjan var krafín um greiðslu fyrir nýju parketti.

Talsmaður fyrirtækisins sagði manninn ekki hafa haft nægar tryggingar. Í kjölfar fréttar Dagens Nyheter var fallið frá kröfunni. -ibs

Sabawi Ibrahim lést í gær:

Hálfbróðir Saddams látinn

ÍRAK, AP Sabawi Ibrahim al-Hassan, hálfbróðir Saddams Husseins, fyrrverandi einræðisherra Íraks, lést í gær eftir baráttu við krabbamein.



SABAWI IBRAHIM AL-HASSAN

Hann lést á spítala í Bagdad eftir að hafa verið fluttur þaðan úr fangelsi. Hann var gripinn á flotta árið 2005 af Bandaríkjamönnum, sem framseldu hann til Íraks árið 2011 þar sem hann var dæmdur í lífs-tíðarfangelsi fyrir morð og aðra glæpi gegn löndum sínum.

Hann var einn af ráðgjöfum hálfbróður síns í valdatíð hans. Hann var þar áður yfirmaður írösku leyniþjónustunnar. -jse

Ingunn ekki ákærð með bræðrum sínum

Ingunn Wernersdóttir var ekki í formlegri aðstöðu til að skuldbinda Milestone og sætir þess vegna ekki ákæru Sérstaks saksóknara ásamt bræðrum sínum, forstjóra félagsins og þremur endurskoðendum. Hún fékk 4,8 milljarða greiðslur frá félaginu.

DÓMSMÁL Sérstakur saksóknari birti í gær sex manns ákæru vegna milljarðagreiðslna út úr fjárfestingarfélaginu Milestone til Ingunnar Wernersdóttur árin 2006 og 2007, sem taldar eru varða við hegningarlagaákvæði um umboðs-svik.

Á meðal hinna ákærðu eru bræðurnir Karl og Steingrímur Wernerssynir, sem átta meirihluta í Milestone og sátu í stjórn félagsins, Karl sem stjórnarformaður. Þá er Guðmundur Ólason, sem var forstjóri Milestone, einnig ákærður, eins og þrjú endurskoðendur hjá endurskoðunarskrifstofunni KPMG.

Ákæran var gefin út á föstudag, samkvæmt upplýsingum Fréttablaðsins, og verður þingfest í september.

Málið snýst um greiðslur sem runnu út úr Milestone til Ingunnar Wernersdóttur árin 2006 og 2007. Niðurstaða saksóknara er að Karl, Steingrímur og Guðmundur hafi í sameiningu tekið ákvörðun um að greiða Ingunni um 4,8 milljarða á þessu tímabili og losa hana þannig undan eign sinni í Milestone.

Greiðslurnar bárust henni mánaðarlega á löngu tímabili, á grundvelli samkomulags um að hún léti af hendi öll bréf sem hún átti í félaginu.

Ingunn er ekki ákærð í málinu þrátt fyrir að



SÉRSTAKUR SAKSÓKNARI Ólafur Þór Hauksson og embætti hans hafa nú gefið út tvær ákæru í hrunnmálum á jafnmörgum vikum. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN



INGUNN WERNERSDÓTTIR

hafa notið ávinnings af meintum brotum, enda var hún ekki í formlegri aðstöðu til að skuldbinda Milestone með þeim hætti sem saksóknari telur að hafi verið refsiverður.

Sexmanningarnir eru meðal annars taldir hafa

gerst brotlegir 262. grein almennra hegningarlaga, sem kveður á um að þeir sem gerast seki um alvarleg brot gegn lögum um bókhald og ársreikninga „til þess að leyna auðgunarbroti sínu eða annarra“ skuli sæta fangelsi allt að sex árum.

Málið hófst fyrir réttum fjórum árum, þegar menn á vegum Sérstaks saksóknara réðust til inn-göngu í höfuðstöðvar Milestone, KPMG, Sjóvár og fleiri aðila vegna rannsóknar á málefnum félaganna. Fleiri mál eru þar undir, til dæmis rannsókn á braski með trygginga-sjóð Sjóvár. stigurfrettabladid.is

Veðurspá Gildistími korta er um hádegis

BRAKANDI BLÍÐA um allt norðan- og austanvert landið næstu daga. Þar mun hitinn líklega ná víða 20-23 stigum inn til landsins. Sunnan og vestanlands verður væta með köflum og heldur svalara.

Alicante 28°	Billund 25°	Gautaborg 22°	London 23°	Orlando 31°	San Francisco 20°
Basel 27°	Frankfurt 28°	Kaupmannahöfn 22°	Mallorca 28°	Ósló 24°	Stokkhólmur 22°
Berlín 28°	Friedrichshafen 26°	Las Palmas 26°	New York 28°	París 28°	

Á morgun 5-13 m/s V-til, annars hægarí.

Fimmtudagur Hæg suðlæg eða breytileg átt, 3-8 m/s.

Elsabet Margeirsdóttir veðurfréttamaður

ÚTSALA!

30% - 50% AFSL. AF HÚSGÖGNUM
15% AFSL. AF ALLRI GJAFVÖRU



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 324.100,-, 2ja 343.000,- nú 240.100,-



Candy tungusvefnsófi 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.

VEISTU SVARIÐ?



- 1 Hvar voru „fornminjar framtíðarinnar“ grafnar niður í jörð, þaðan sem þær verða svo grafnar upp aftur eftir aldarfjórðung?
- 2 Hvað heitir konan sem ræktar vindlatóbak á Þingeyri?
- 3 Hver verður meðalfermetrafjöldi leigubúða sem lífeyrissjóðirnir fluga að fjárfesta í á Hampiðjureitnum?

SVÖR:
Soffía Nónundóttir. 3. 88 fermetrar.
1. Á títu við Þjóðminjasamtíð. 2. Ásgerður.

Gremja meðal lögreglumanna vegna framgöngu lögreglustjóra eftir umdeilda handatöku á Laugavegi: Frétti af brottvikningunni á Fésbókinni

LÖGREGLUMÁL Lögreglumanni, sem handtók ölvæða konu á Laugavegi um síðustu helgi, var vikið tímabundið frá störfum í gær. Samkvæmt heimildum Fréttablaðsins er talsverð gremja meðal lögreglumanna vegna þess hvernig að brottvikningunni var staðið. Handtakan var tekin upp og vakti mikla athygli þegar hún var sýnd víða um netheima.

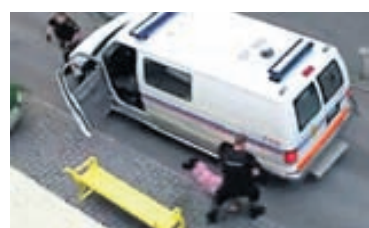
Á meðal þess sem er gagnrýnt er að lögreglumaðurinn sem sést á myndbandinu frétti það á Fésbók-

inni að búið væri að leysa hann frá störfum meðan á rannsókn málsins stæði. Ríkislögreglustjóri fór fram á að það yrði gert og varð Stefán Eiríksson, lögreglustjóri á höfuðborgarsvæðinu, við því. Ríkissaksóknari mun rannsaka málið.

„Þetta gerðist allt mjög hratt og því getur verið að hann hafi heyrt af þessu með einhverjum öðrum hætti en við tilkynntum þetta víðeigandi aðilum eins fljótt og okkur var unnt,“ segir Stefán. „Það er vissulega óheppilegt

ef fólk fær svona fréttir frá einhverjum öðrum leiðum en ekki frá okkur beint en hann fékk vitneskju frá okkur í hvaða farveg þetta færi löngu áður en það komst í fjölmiðla.“

Umboðsmaður Alþingis hefur óskað eftir að skoða verklag lögreglunnar eftir að málið komst í hámmæli. Á myndbandinu sést hvernig konan veitist að lögreglumönnum í bíl, en í kjölfarið vindur einn þeirra sér út, skellir henni í götuna og handjárnar hana. - jse



HANDTAKAN UMDEILDA Umboðsmaður Alþingis hefur óskað eftir að fá að skoða verklag lögreglu eftir að myndband af handtökunni fór sem eldur í sinu um netheima.

VOLCANO

Sirkushátíð í Vatnsmyrinni 4-14 Júlí 2013

Dagskrá Volcano 9. júlí

- 11:00 Bastard á íslensku UPPSELT
- 12:00 Circus Curious
- 13:00 Bastard á ensku
- 14:00 S.I.R.K.U.S UPPSELT
- 15:00 Circus Curious
- 17:00 Ron Beer: The Yod Project - Juggl snillingur
- 18:00 Pluto Crazy
- 20:00 Cirkus Cirkör: Wear it Like a Crown í Borgarleikhúsinu
- 20:00 Tumble Circus: This is what we do for a living
- 22:00 Pain Solution

Frítt er inn í þorpið. Upplýsingar um sýningar: Norræna húsið s. 551 7030

NORRÆNA HÚSIÐ STURLUGATA 5 101 REYKJAVÍK



ÁTÖK Í KAÍRÓ Snemma í gær settust þessir mótmælendur á götu í Kaíró andspænis vopnuðum hermönnum. NORDICPHOTOS/AFP

Óttast borgarastríð í kjölfar fjöldamorða

Óttast er að átök í Egyptalandi muni harða mjög í kjölfar fjöldamorðanna í Kaíró í gærmorgun. Bræðralag múslima hvetur til uppreisnar og bráðabirgðastjórn landsins ætlar að láta rannsaka atburðina. Tvennum sögum fer af því sem gerðist.

EGYPTALAND Blóðbaðið fyrir utan höfuðstöðvar sérveita hersins í Kaíró snemma í gærmorgun kostaði meira en fimmtíu manns lífið, þar af þrjú hermenn og að minnsta kosti 51 úr röðum mótmælenda.

Atburðirnir virðast ætla að draga dilk á eftir sér, ekki síður en valdataka hersins í síðustu viku þegar Múhamed Morsi forseti var sviptur embætti og yfirdómari hæstaréttar skipaður forseti til bráðabirgða.

Bræðralag múslima hvetur liðsmenn sína og almenning allan til uppreisnar gegn stjórninni og krefst þess að Morsi fái forsetastólinn á ný.

Sheik Ahmed el Tajeb, æðsti klerkur múslima í Egyptalandi, óttast að borgarastríð geti brotist út og lýsti yfir andstöðu við báða deiluaðila. Hann tilkynnti að

Hlynnt að hundruðum særðra

Að sögn fréttavefs egypska dagblaðsins Al Ahram var tekið á móti meira en 400 manns í bráðabirgðasjúkraskýli sem sett var upp skammt frá. Taka þurfti útlím af meira en 150 þeirra, um 200 manns voru með skotsár og yfir 100 manns áttu í öndunarerfiðleikum vegna tárags.

hann myndi draga sig í hlé þar til „allir hafa axlað ábyrgð sína við að stöðva blóðbaðið í staðinn fyrir að draga landið út í borgarastríð“.

Þá hefur stjórnmalaflokkurinn al Núr, ein harðskeyttustu samtök íslamista í Egyptalandi, snúið baki við nýju stjórninni, þótt hann hafi, rétt eins el Tajeb, stutt aðgerðir hersins gegn Morsi forseta.

Múhamed el Baradei, sem á tímabili um helgina stóð til að yrði forsætisráðherra bráðabirgðastjórnarinnar, hefur einnig fordæmt ofbeldið og krefst rannsókna.

Liðsmenn Bræðralags múslima

og fleiri stuðningsmenn Morsi forseta hafa undanfarna daga hafst við fyrir utan höfuðstöðvar sérveita hersins til að mótmæla atburðum síðustu viku. Talið er að Morsi hafi verið hafður þar í haldi fyrst í stað.

Snemma í gærmorgun tók herinn að skjóta á mótmælendur og fullyrðir herinn að vopnaðir „hryðjuverkamenn“ hafi átt upptökin að skotbardaganum. Tvennum sögum fer hins vegar af því sem gerðist og fullyrðir talsmaður Bræðralagsins að hermennirnir hafi skotið fyrst.

gudsteinn@frettabladid.is

Fáðu þér Sinalco og taktu þátt!

Mundu að kíkja í tappann!

Smurostar við öll tækifæri

Ný bragðtegund með pizzakryddi

Ný viðbót í ...

- ... baksturinn
- ... ofnréttinn
- ... brauðréttinn
- ... súpuna

eða á hrökkbrauðið

... ný bragðtegund

Vissir þú að... barn eiga rétt á vernd gegn klámi.

Barnaheill Save the Children á Íslandi

Efnahags- og viðskiptanefnd hefur sent FME fyrirspurn vegna viðskiptahátta Dróma:

Drómi gæti talist brotlegur

SKULDAMÁL Fjármálaeftirlitið vinnur nú að sérstakri athugun sem snýr að viðskiptaháttum Dróma og hvort félagið brjóti lög með því að krefja lántakendur um mismun á láni sem áður hefur verið endurreiknað.

Drómi telur að lánið sem um ræðir sé löglegt lán í erlendri mynt og því hafi ekki átt að endurreikna það í samræmi við lög um gengistryggð lán.



FROSTI SIGURJÓNSSON

Drómi ákvað í kjölfarið að krefja lántakendur um að greiða mismuninn aftur sem nemur 1,5 milljörðum króna.

Frosti Sigurjónsson, alþingismaður og formaður efnahags- og viðskiptanefndar, segir á bloggsíðu sinni að svo virðist sem Drómi hafi með þessu sett viðskiptavinum sína í verri stöðu en viðskiptavinum annarra fjármála-

stofnana sem fengu gengistryggð lán sín endurreiknuð.

Efnahags- og viðskiptanefnd hefur því sent skriflega fyrirspurn til Fjármálaeftirlitsins um hvort hagsanlegt geti verið að Drómi sé með viðskiptaháttum sínum að brjóta lög.

Fram kemur í svari frá Fjármálaeftirlitinu að ekki sé hægt að leggja mat á málið fyrr en eftirlitið hafi aflað sér frekari upplýsinga.



Audi Q7 3,0 TDi
 Árgerð 2011, dísil
 Ekinn 49.000 km, sjálfsk.
Ásett verð:
10.950.000,-

MIKIÐ ÚRVAL AF GÆÐABÍLUM Á GÓÐU VERÐI



MM Pajero 3.2 Instyle
 Árgerð 2012, dísil
 Ekinn 26.500 km, sjálfskiptur
Ásett verð: 9.390.000,-



Audi Q7 TDi v8
 Árgerð 2007, dísil
 Ekinn 104.000 km, sjálfskiptur
Ásett verð: 8.490.000,-



VW Passat Comfort Ecofuel
 Árgerð 2013, bensín/metan
 Ekinn 800 km, sjálfskiptur
Ásett verð: 4.990.000,-



VW Golf Trendl AT
 Árgerð 2011, bensín
 Ekinn 20.000 km, sjálfskiptur
Ásett verð: 2.890.000,-



MM L200 Intense
 Árgerð 2007, dísil
 Ekinn 65.000 km, sjálfskiptur
Ásett verð: 3.500.000,-



VW Touareg 3,2 v6
 Árgerð 2005, bensín
 Ekinn 141.000 km, sjálfskiptur
Ásett verð: 2.990.000,-



MM Pajero 3,2 GLS
 Árgerð 2006, dísil
 Ekinn 148.000 km, sjálfskiptur
Ásett verð: 3.290.000,-



Subaru Legacy SPEC B
 Árgerð 2008, bensín
 Ekinn 105.000 km, sjálfskiptur
Ásett verð: 3.200.000,-



Toyota Land Cruiser 200
 Árgerð 2008, dísil
 Ekinn 112.000 km, sjálfskiptur
Ásett verð: 9.590.000,-



Toyota Yaris
 Árgerð 2013, dísil
 Ekinn 17.000 km, beinskiptur
Ásett verð: 2.990.000,-



Toyota Avensis
 Árgerð 2011, bensín
 Ekinn 35.000 km, sjálfskiptur
Ásett verð: 4.290.000,-



Toyota Yaris sport
 Árgerð 2012, bensín
 Ekinn 8.000 km, sjálfskiptur
Ásett verð: 3.190.000,-



Tilboð 2.590.000,-
MM Pajero 3.5 GLS
 Árgerð 2006, bensín
 Ekinn 100.000 km, sjálfskiptur
Ásett verð: 3.290.000,-



Tilboð 3.990.000,-
Lexus IS250 18", Sport
 Árgerð 2008, bensín
 Ekinn 85.000 km, sjálfskiptur
Ásett verð: 4.690.000,-



Tilboð 3.590.000,-
Nissan Pathfinder 2500 SE. Árgerð 2008, dísil
 Ekinn 106.000 km, sjálfskiptur
Ásett verð: 4.490.000,-



Tilboð 3.690.000,-
Toyota Land Cruiser 120 GX
 Árgerð 2006, dísil
 Ekinn 215.000 km, sjálfskiptur
Ásett verð: 3.990.000,-

Forstjóri Heklu segir að kaupin styrki starfsemi og eignarhald umboðsins og gefi vísbendingu um trú á markaðnum: Volkswagen í Danmörku kaupir helminginn í Heklu

VIÐSKIPTI Danska hlutafélagið Semler, sem á og rekur Volkswagen-bifreiðar í Danmörku, hefur fest kaup á helmingshlut í Heklu hf. á Íslandi. Félagið notfærði sér fjárfestingaleið Seðlabanka Íslands við kaupin, en virði hlutarins er talinn nema um 1,1 milljarði króna.

Friðbert Friðbertsson, forstjóri Heklu, mun áfram halda sínum helmingshlut í félaginu í gegnum eignarhaldsfélag sitt Riftún ehf. og segir hann söluna afar mikilvæga fyrir fyrirtækið. „Semler er gríðarlega öflugt fyrirtæki og það hefur mikla þýðingu fyrir okkur að vera komin með

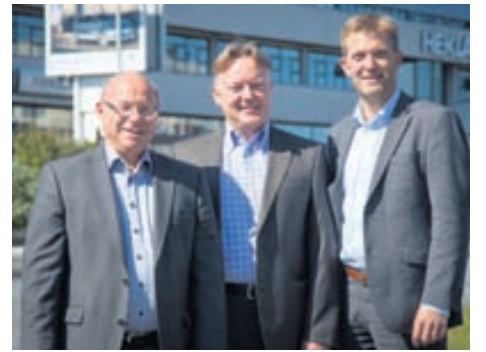
svona sterkt eignarhald,“ segir Friðbert og bætir við að hluthafaskiptin styrki einnig mannaúð fyrirtækisins verulega. „Semler býr yfir mikilli reynslu og þekkingu sem á eftir að nýtast okkur vel til að efla starfsemi og rekstur fyrirtækisins.“

Friðbert segir að íslenskur bílamarkaður sé búinn að vera í mikilli lægð eftir hrúnið árið 2008 og að batinn hafi farið mun hægar af stað en menn hafi reiknað með. Hann segist þó vera vongóður um framhaldið og telur kaup danska hlutafélagsins vera upphafið að endurreisninni. „Nýju eigendurnir þekkja þennan markað mjög vel og

kaup félagsins sýna að þeir hafa trú á því að markaðurinn taki við sér bráðlega.“

Semler keypti hlut sinn í Heklu af athafnamanninum Franz Jezorski og fjölskyldu hans, en Franz og Friðbert hafa átt í töluverðum deilum frá því að þeir keyptu félagið saman árið 2011. „Við vorum ekki samstíga um starfsemi félagsins og því varð þetta niðurstaðan,“ útskýrir Friðbert, sem mun starfa áfram sem forstjóri félagsins. - le

SÁTTIR Kim Skovgaard Rasmussen, stjórnarformaður Heklu, Friðbert Friðbertsson, forstjóri Heklu, og Ulrik Schönemann, framkvæmdastjóri Volkswagen í Danmörku.



20% afsláttur

Gildir í júlí



Fæst án lyfseðils.
Lesið leiðbeiningar í fylgiseðli vandlega fyrir notkun.

Apótekarinn+
lyf á lægra verði



UMDEILD SKÓGRÆKT Náttúrufræðistofnun er ósátt við skógrækt í Biskupstungum.

Landeigandi í fullum rétti

Skógrækt hefur engin áhrif á votlendið í kringum Dagmálatjörn í Biskupstungum segir framkvæmdastjóri Suðurlandsskóga. Hann áréttar eignarrétt landeiganda yfir landi sínu.

UMHVERFISMÁL „Skógræktin ógnar tjörninni ekki á nokkurn hátt,“ segir Björn Jónsson, framkvæmdastjóri Suðurlandsskóga, en skógrækt á hans vegum var harðlega gagnrýnd af fulltrúa Náttúrufræðistofnunar hér í Fréttablaðinu á laugardag.



BJÖRN JÓNSSON

lyf eingöngu í undantekningartilfellum þar sem grasvöxtur er talinn ógna lífi skógarplantna og kostnaðarsöm skógrækt er í húfi.“

Hann bendir á að val á landi til skógræktar fari fram með öðrum hætti en viðmælandi í fréttinni gaf til kynna.

„Það var gefið í skyn að starfsmenn Suðurlandsskóga veldu besta landsvæðið undir skógrækt. Landeigendur ákveða sjálfir hvaða hluta jarða sinna þeir taka undir skógrækt og skógræðingar kortleggja það síðan og gefa ráð um ræktun á því svæði sem bóndinn hefur valið. Nánast í öllum tilfellum tókum við ekki allt svæðið undir skógrækt þar sem að við erum fagfólk og vitum að skógar passa alls ekkert alls staðar,“ segir Björn og áréttar að málið snúist að nokkru leyti um eignarrétt landeiganda.

„Ég legg áherslu á að farið var út í að endurheimta votlendi á þessari tilteknu jörð og að vel hafi verið staðið að því.“ Þegar menn fari út í slíka aðgerð sé landeigandi hins vegar ekki að setja alla jörðina undir.

„Mér finnst Náttúrufræðistofnun láta eins og hún eigi jörðina.“ Að hans mati er landeigandinn á svæðinu sem um ræðir að gera vel þar sem að hann ákvað bæði að ráðast í að endurheimta votlendi og að taka hluta undir skógrækt.

nanna@frettabladid.is

SUMARTILBOÐ

Allt að 40% afsláttur !

Sturtuhorn m/botni Verð frá kr.21.900

Sturtuhurðar Verð frá kr.16.900

Sturtuveggir 6mm Verð frá kr.27.900

Baðkarshlífar Verð frá kr.14.900

Sturtustangasett Verð frá kr.1.900

Baðinnréttingar

Allt að 60% afsláttur

Yfir 40 mismunandi

innréttingar í sýningarsal

Verð frá kr. 12.900.-

Speglar með ljósum

allt að 50% afsláttur

www.i-t.is



* Ármúli 31 * 108 Reykjavík * Sími: 588-7332 *

* Opíð virka daga frá kl. 9-18 *

GÆÐI Á BETRA VERÐI Í DORMA!



SILO svefnsófi með tungu

Stærð: 228 x 162 cm
H. 83 cm. Dökk- og ljósgrátt áklæði
Tunga getur verið beggja vegna.

SÓFAVEISLU-TILBOÐ KR. 109.990
FULLT VERÐ 129.990

C&J STILLANLEGT heilsurúm með Shape dýnu

Stærð	Verð
2x80x200	kr. 375.800
2x90x200	kr. 399.800
2x90x210	kr. 405.800
2x100x20	kr. 423.800
120x200	kr. 230.900
140x200	kr. 257.900



- Inndraganlegur botn
- 2x450 kg lyftimótorar
- Mótor þarfnast ekki viðhalds
- Tvíhert stál í burðargrind
- 5 ára ábyrgð



NATURE'S SHAPE heilsurúm



Stærð cm.	Dormaverð
90x200	97.900
100x200	109.900
120x200	121.900
140x200	143.900
160x200	163.900
180x200	181.900

- Heilsudýna sem:
- Lagar sig fullkomlega að líkama þínum
 - 24 cm þykk heilsudýna
 - Engin hreyfing
 - AloaVera áklæði
 - 5 ára ábyrgð!

2JA SÆTA SÓFAR | 3JA SÆTA SÓFAR | SÓFASETT

BLOOM 2ja og 3ja sæta



Ljóst og dökkgrátt áklæði.
3ja sæta stærð: 205x80 H80 cm. 2ja sæta. Stærð 145x80 H80 cm.



TUNGUSÓFAR | HORNSÓFAR | SVEFNSÓFAR | O.FL.

ATLANTA 2ja og 3ja sæta sófar



Ljóst og dökkgrátt áklæði.
2ja sæta stærð 170x86 cm. 3ja sæta stærð: 210x86 cm.

FLORIDA hornsófi með tungu



Stærð: 252 x 205 cm
H. 71 cm. Litur grátt
Einnig til hornsófi með tungu XL.

OSLO tungusófi



Aukahlutur á mynd: Höfuðpúði fullt verð 12.900. Nú aðeins 9.900.

Stærð 230 x 150/85 cm.
Slitsterkt áklæði í 4 litum. Grátt, ljósgrátt, svart og beige. Tunga getur verið h/v.

Holtagörðum
Pöntunarsími 512 6800

DORMA 
– býður góða nótt

DORMA er einnig í
HÚSGAGNAHÖLLINI
á Akureyri og í Reykjavík

OPIÐ: Virka daga frá kl. 10.00-18.00 • Laugardaga frá kl. 11.00-17.00 • Sunnudaga: Lokað í júlímánuði

HEIMURINN



Skjölín fjarlægð

1 BANDARÍKIN Bandarísk stjórnvöld hafa látið hreinsa öll skjöl um árásina á heimili Osama bin Laden í Pakistan vorið 2011 úr tölum varnarmálaráðuneytisins í Pentagon. Þau hafa verið flutt í höfuðstöðvar leynipjónustunnar CIA þar sem auðveldara er að tryggja að þau verði aldrei gerð opinber. Þetta kemur fram í skýrslu rannsakenda, sem voru að athuga hvort stjórn Baracks Obama hafi veitt kvikmyndagerðarmönnum, sem voru að gera bíómynd um leiðangurinn „Zero Dark Thirty“, óvenju mikinn aðgang að heimildarmönnum.

Fjöldi manns enn saknað

2 KANADA Að minnsta kosti 40 manns voru enn ófundnir á slysstað í Quebec-fylki í Kanada í gær, þar sem sprenging varð í olíuflutningalest um helgina. Hættuástandi hafði ekki verið aflétt og gátu slökkviliðsmenn því ekki leitað á slysstaðnum. Fimm manns höfðu þá fundist látnir. Jafnframt var unnið að því að halda olíuleka í skefjum. Olífa hafði lekið út í ána Claudiere, sem rennur út í fljótið St. Lawrence.



Fordæmir skeytingarleysi

3 ÍTALÍA Frans páfi hélt í gær til Lampedusa, þar sem flóttamenn frá Afríku koma reglulega í hópum frá Túnis eða Líbíu. Með ferðalaginu, sem er fyrsta ferð nýja páfans út fyrir Róm, vildi hann vekja athygli á hlutskipti flóttamanna og fordæma þá „alþjóðavæðingu skeytingarleysis“ sem hann segir mæta fólki sem reynir að flýja til Evrópu frá erfiðu hlutskipti í öðrum heimshlutum.

Óvenjumikill munur á veðri í suðri og norðri

Veðurbliðan á Akureyri þar sem rigning er kölluð hitaskúr á fátt sameiginlegt með sólarlitlu sumri höfuðborgarbúa þar sem sólhliðar verða regnhliðar.

VEDUR „Það er hitaskúr hjá okkur í dag, eða útlendarigning eins og við köllum það,“ segir Þórhildur Gísladóttir, starfsmaður Akureyrarstofu. Veðrið hefur leikið við íbúa Akureyrar í sumar, meðalhitinn í júní mældist 11,4 stig og hefur ekki mælst svo hár í 60 ár.

Þar að auki hefur verið óvenju sólríkt í bænum, 84 sólskinsstundum yfir meðaltali fyrri ára. Þórhildur segir að mikið líf sé í bænum. Hún segist taka eftir því að bæði ferðamenn og Íslendingar styðjast mikið við veðurspána við ferðaundirbúning. „Við eigum bara von á því að allir komi hingað í sumarfrí,“ segir hún og hlær.

Erla Sighvatsdóttir, íbúi á Ísafirði og starfsmaður í upplýsingamiðstöð Vestfjarða, var einnig glaðbeitt þegar Fréttablaðið náði af henni tali. „Það er sól í dag. Það hefur góð áhrif á stemninguna í bænum,“ segir hún en fullyrðir að ef fólk ætli sér að koma í bæinn láti það ekki slæmt veður stöðva sig. „Ef veðrið er leiðinlegt er hægt að fara á söfn,“ tekur hún sem dæmi. „En auðvitað sjást fleiri á ferli í góðu veðri.“

Í Reykjavík var úrkoma í júní 30 prósentum yfir meðallagi auk þess sem óvenju sólarlítið var í mánuðinum, 90 stundum undir meðaltali júnímánaða síðustu tíu ára. Íbúar á höfuðborgarsvæðinu hafa því lítið séð til sólar í sumar og búist er við



RIGNINGARVEÐUR Í BORGinni Höfuðborgarbúar hafa upplifað rigningarsumar og var gærdagurinn grámyglulegur. FRÉTTABLAÐIÐ/PIJETUR

því að veður verði með sama hætti eitthvað fram í júlí.

„Salan er mikið minni en hún er von að vera á þessum árstíma,“ segir Guðný Atladóttir, framkvæmdastjóri Kaffi París við Austurstræti. „Fólk vill geta setið úti og Íslendingarnir, sem eru vanir að birtast um leið og sólin, hafa aðeins náð nokkrum dögum hjá okkur.“

Hún segist þó ekki af baki dottin. „Við erum að skapa kósí rigningarsstemningu. Við keyptum sólhliðar

„Salan er mikið minni en hún er von að vera á þessum árstíma.“

Guðný Atladóttir
framkvæmdastjóri Kaffi París

svo að fólk gæti setið úti, erum með teppi og kertaljós.“ Aldrei áður hefur verið þörf á því að notast við hliðar í tuttugu ára sögu veitingastaðarins.
nanna@365.is

HYUNDAI | NEW THINKING.
NEW POSSIBILITIES.

NÝR HYUNDAI i20 DÍSIL

Eyðsla aðeins 3,8 l/100 km
miðað við blandaðan akstur



VERÐ: 2.690.000 kr.
Co₂ aðeins 99 g/km - Frítt í bílastæðin í miðborginni

UPPLIFÐU NÝJA TÍMA MEÐ HYUNDAI

Nýr Hyundai i20 með 1,1l dísilvél er einn sparneytnasti millistærðarbíll sem völ er á.

Öllum nýjum Hyundai bílum fylgir 5 ára ábyrgð og ótakmarkaður akstur auk árlegra öryggis- og viðhaldsskoðana sem eru viðskiptavinum að kostnaðarlausu. Við bjóðum ykkur velkomin í hóp ánægðra Hyundai eigenda.

Hyundai í Kaupþúni 1 er opið frá kl. 07.45–18.00 alla virka daga.

HYUNDAI

Kaupþúni 1 – 210 Garðabæ – Sími: 575 1200

www.hyundai.is – www.facebook.com/hyundai.is



SPARNEYTINN MAZDA CX-5

FJÓRHJÓLADRIFINN

BLUETOOTH ^{1800 KG DRÁTTARGETA}
SNERTISKJÁR **21 CM VEGHÆÐ**
BLINDPUNKTSAÐVÖRUN



SPARAÐU MEÐ
SKYACTIV
NÝ TÆKNI FRÁ MAZDA

BEINSKIPTUR FRÁ 5.390.000 KR.
SJÁLFSKIPTUR FRÁ 5.690.000 KR.

Mazda CX-5 er framúrskarandi jeppi búinn byltingarkenndri SkyActiv spartækni Mazda. Ný og öflug vélalína, ný 6 þrepa sjálfskipting og nýr hástyrktarundirvagn gera nýju SkyActiv spartækni Mazda einstaka. Hún skapar fádæma sparneytni samanber nýju bensínvélina sem notar einungis 6,6 lítra með sjálfskiptingu.

Skynvætt fjórhjóladrif (4WD), blindpunktsaðvörun (RVM) og snjallhæmlunarkerfi (SCBS) gera Mazda CX-5 öruggari. Bluetooth símabúnaður, i-stop spartækni, snertiskjár, mikið innanrými, 1800 kg dráttargeta, 21 cm vegghæð og stórt farangursrými skapa þér frábært notagildi.

Komdu í reynsluakstur.

Nýir og notaðir bílar: Söludeild er opin alla virka daga frá kl. 9-17.

Brimborg Reykjavík: Bíldshöfða 8, sími 515 7040 | Brimborg Akureyri: Tryggvabraut 5, sími 515 7050 | mazda.is

Mazda CX-5 4WD 2,0i SkyActiv bensín. Eldsneytisnotkun í blönduðum akstri 6,6 l/100 km. CO₂ losun 155 g/km. Útbúnaður bíls getur verið frábrugðin mynd í auglýsingu.



Öruggur staður til að vera á

Vandræðagangur í lóðamálum múslima á enda:

Moska í fjölmenningsborg

Eftir þrettán ára vandræðagang, þar sem annars sæmlega skipulögðu og skilvirkur kerfi Reykjavíkurborgar hefur ítrekað mistekizt að verða við einföldum óskum Félags múslima um lóð fyrir mosku, hillir loksins undir að úr málinu leysist. Reyndar eru liðin tæp þrjú ár frá því að skipulagstjórnin í Reykjavík sagði í Fréttablaðinu að það myndi leysast „á næstu vikum“ en betra er seint en aldrei.

Nú hefur verið samþykkt deiliskipulag sem gerir ráð fyrir mosku í Sogamýri, við endann á gömlu Suðurlandsbrautinni, og Félag múslima hefur fengið vilyrði borgaryfirvalda fyrir lóðinni. Í borgarstjórninni virðist þverpólitísk samstaða um afgreiðslu málsins.

Ólafur P. Stephensen

olafur@frettabladid.is



Skárri væri það nú líka. Trúfrelsi hefur verið bundið í stjórnarskrá Íslands frá upphafi, í nærri 140 ár. Skráð trúfélög eiga að sjálfsgöðu öll sama rétt á að reisa sín tilbeiðsluhús og vandræðagangurinn á borgaryfirvöldum að finna lóð fyrir mosku í Reykjavík hefur verið algjörlega á skjön við það frjálslynda og umburðarlynda samfélag sem við höldum gjarnan fram að við búum í.

Útlit nýju moskunnar liggur ekki fyrir, heldur á að efna til samkeppni meðal arkitekta. Hún verður um 800 fermetrar og með níu metra háan bænarnar. Sverrir Agnarsson, formaður Félags múslima, sagði í Fréttablaðinu í gær að byggingin myndi setja svip sinn á borgina. Það mun hún vafalaust gera og það verður jákvæður svipur.

Auðþekjanleg moska múslima verður eitt af táknum þess fjölmenningslega samfélags sem er að verða til í Reykjavík. Í borginni eru ellefu prósent íbúanna innflytjendur, samtals af 130 þjóðernum, og aðhyllast margs konar trúarbrögð þótt yfirgnæfandi meirihluti sé kristinn. Rétt eins og hinar mörgu kristnu kirkjur í Reykjavík eru til vitnis um kristna arfleifð þjóðarinnar verður moskan vitnisburður um fjölbreyttara samfélag, sem rúmar margvíslega menningu, trúarbrögð og lífsskoðanir.

Í ársbyrjun voru 770 manns skráðir í trúfélög múslima á Íslandi. Það eru yfir þrefalt fleiri en fyrir tíu árum. Fjölgað hefur um meira en helming í Félagi múslima á Íslandi, sem telur nú um 465 manns, og 305 eru skráðir í Trúfélag Menningarseturs múslima á Íslandi, sem rekur mosku og félagsmiðstöð við Öskjuhlíð. Múslimar eru ekki hátt hlutfall borgarbúa en þetta eru þó svipaðar félagatölur og í sumum smærri kristnum trúfélögum, sem eiga sín guðshús á áberandi stöðum í borginni.

Fyrir þremur árum gerði Fréttablaðið skoðanakönnun sem sýndi að um 40 prósent landsmanna væru andvíg byggingu mosku í Reykjavík, en aðeins tæplega þriðjungur var hlyntur henni. Sennilega hafa skoðanir fólks breytt að þessu leyti; alltént hafa fáar gagnrýnisráðir heyrzt eftir að fréttir voru fluttar af því að lóðin væri fundin og deiliskipulagið samþykkt.

Það bendir vonandi til þess að við séum í rauninni það opna og umburðarlynda samfélag sem við segjumst vera.

FRÁ DEGI TIL DAGS

Lítt skaddaður

Guðmundur Bjarnason, fyrrverandi forstjóri Íbúðalánasjóðs, finnur skýrslu rannsóknarnefndar Alþingis um sjóðinn allt til foráttu í yfirlýsingu sem hann sendi frá sér í gær. Hún sé fyrst og fremst byggð á slúðri og dylgjum og þar fram eftir götunum. Um baráttu bankanna og Íbúðalánasjóðs á húsnæðismarkaði segir Guðmundur: „Þessari árás tókst að hrinda með markvissum aðgerðum sem leiddu til þess að sjóðurinn stóð lítt skaddaður eftir þegar bankarnir gáfust upp eftir tæp tvö ár svo sem búast mátti við.“



Er það virkilega?

Þetta er merkileg ályktun hjá Guðmundi og spurning hvort fólk er almennt sammála þessu. Það er enda ein helsta niðurstaða skýrslunnar – sem Guðmundur gefur reyndar mjög lítið fyrir eins og áður segir – að Íbúðalánasjóður hafi tapað stórfé á því að verjast þessari „árás“. Undir það hafa margir tekið. Að hann hafi staðið lítt skaddaður eftir er algjörlega ný túlkun.

Víst auglýst

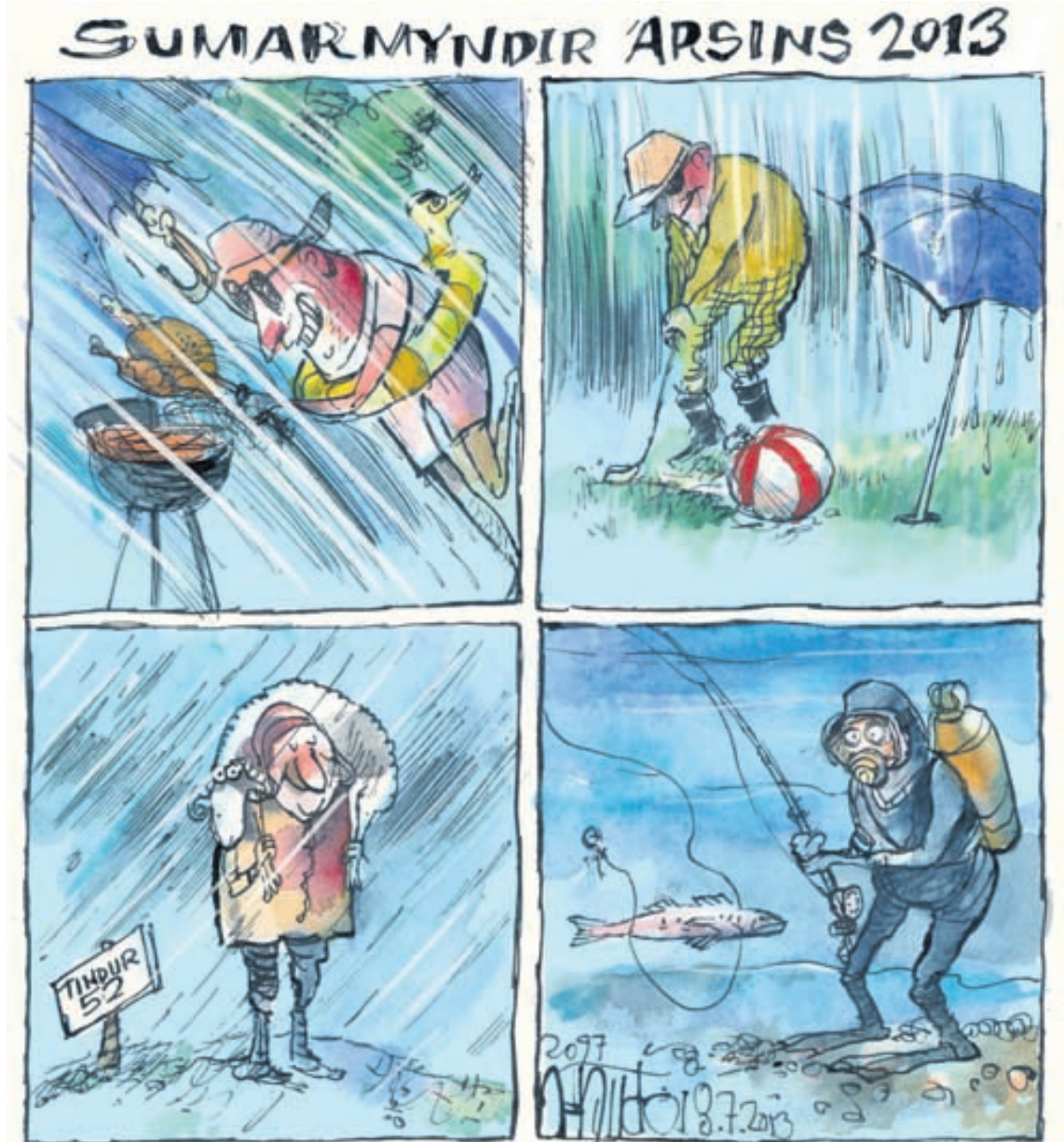
En kannski hefur Guðmundur þó sitthvað til síns máls. Í

gær kom til dæmis í ljós að sú fullyrðing skýrsluhöfundar að staða **Halls Magnússonar**, sem var yfir þróunar- og almannatengslasviði sjóðsins, hefði ekki verið auglýst á sínum tíma væri einfaldlega röng. Hún hefði vist verið auglýst og ekki hefði þurft meira en að fletta upp í fjölmiðlum frá þeim tíma til að komast að því. Svo virðist því vera að eitt og annað hefði mátt betur fara við vinnslu skýrslunnar, sem þó tók nærri fjórfalt lengri tíma en upphaflega var stefnt að.



stigur@frettabladid.is

HALLDÓR



FRÉTTABLAÐIÐ

ÚTGÁFUFELAG: 365 miðlar ehf. STJÓRNARFORMAÐUR: Ingibjörg S. Pálmadóttir FORSTJÓRI OG ÚTGÁFUFEJÓRI: 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

Glæsilegir ítalskir útistölar



Vönduð ítölsk hönnun á útistöllum sem henta vel við íslenskar aðstæður. Veðurþolnir og sterkir úr hágaðaplasti, en engu að síður léttir og stafanlegir. Litir: Grár - mosagrænn



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

Að loknu sumarþingi

STJÓRN MÁL



Þorsteinn Sæmundsson
Þingmaður
Framsóknarflokks

Það hefur sannarlega verið viðburðaríkt og upplýsandi fyrir nýliða á Alþingi að taka þátt í nýliðu sumarþingi. Það er vissulega mikil upphæfð og mikil ábyrgð að setjast á Alþingi Íslendinga sem kjörinn fulltrúi. Nýliðar þurfa að meðtaka mikinn fróðleik á stuttum tíma, bæði hvað varðar starfsemi þingsins og ekki síður við að setja sig inn í þau mál sem til meðferðar eru hverju sinni. Margt hefur komið á óvart og reynst með öðrum hætti en maður vænti.

Eins og margir hef ég fylgst með störfum Alþingis fyrst og fremst í gegnum umfjöllun og fréttir fjölmiðla en einnig með því að lesa blaðagreinar og kynna mér mál á heimasíðu þingsins. Það hefur komið mér á óvart hversu mikill hluti starfs þingmanna fer fram utan við þingsalinn, einkum í nefndum. Starf í nefndum þingsins er afar yfirgripsmikið, flókið og krefjandi. Starfið er þaulskiplagt sem er nauðsynlegt vegna þeirra erinda, umsagna en ekki síst fjölda gesta sem nefndirnar taka á móti.

Nýliðar á Alþingi fá afskaplega góðar móttökur hjá starfsfólki þingsins sem er boðið og búið að veita okkur aðstoð við hvað sem vera skal. Þar er sannarlega valinn maður í hverju rúmi. Við sem höfum fengið þann heiður að setjast í

→ Það hefur komið mér á óvart hversu mikill hluti starfs þingmanna fer fram utan við þingsalinn, einkum í nefndum.

forsætisnefnd þingsins höfum gaumgæft þingsköpin og verður ærið verkefni að reyna að verða fullnuma í öllu því sem starfandi forseti þarf að kunna skil á. Það er því ómetanlegt að þiggja leiðsögn og fróðleik frá því ágæta fólki sem heldur í höndina á okkur varaforsætunum meðan við erum að byrja að fóta okkur.

Það hefur verið ánægjulegt og fróðlegt að kynna eldri og reyndari þingmönnum, bæði meðal fulltrúa meirihluta og minnihluta. Þar fara margir reyndir bardagamenn sem búa yfir mikilli þekkingu. Margt má af þeim læra, bæði góða síði og verri. Nokkuð góð samstaða virðist annars ríkja innan þings þó að hart sé tekist á um mikilvæg mál þar sem pólitískar átakalínur liggja. Ekki eigum við eftir að komast fram hjá slíkum átökum en von mín er þó sú að á haustþingi mæti allir undirbúin og reiðubúnir að afgreiða þau brýnu hagsmunamál fólksins í landinu, kjósenda okkar sem bíða í ofvæni eftir lausnum. Ég vona að vel megi takast til og að breið samstaða myndist.

Hláturinn lengir lífið

HEILSA

Teitur Guðmundsson læknir



Fyrir stuttu var hér staddur á landinu merkilegur læknir og trúður að nafni Patch Adams, en hann hefur eytt síðustu áratugum starfsævi sinnar í það að nota hláturinn sem meðal við þjáningu og í meðferð sjúkdóma til viðbótar við hefðbundna meðferð. Margir muna eflaust eftir samnefndri kvikmynd með Robin Williams sem fór á kostum í hlutverki Patch þar sem stuðst var við ævi hans og áhugamál, en óhætt er að mæla með þeirri mynd við sem flesta.

Nú er það auðvitað svo að alvarleg veikindi eða ástand er ekki eitthvað sem maður gantast með og flestir eiga í töluverðum erfiðleikum með að standa andspænis ættingjum eða vinum sem heyja baráttu við hvers kyns sjúkdóma, hvort heldur sem þeir kunna að vera andlegir eða líkamlegir. Það er þó mikilvægt að muna það að undir slíkum kringumstæðum getur hláturinn gert kraftaverk og létt lund viðkomandi, dregið úr verkjum og haft bætandi áhrif á ástand hans þó að hann komi auðvitað ekki í staðinn fyrir hefðbundna meðferð.

Margar rannsóknir

Það hafa verið gerðar margar

rannsóknir á því hvað gerist í líkamanum þegar við hlæjum en svo virðist sem við reynum talsvert á okkur við þessa iðju. Þannig náum við að auka blóðflæði, bæta súrefnisupptöku, lækka blóðþrýsting, minnka spennu í vöðvum, styrkja ónæmiskerfið, draga úr streitu og síðast en ekki síst draga úr verkjum með endorfínusum í heilanum. Í þessum rannsóknum hefur einnig komið fram að heilinn getur gert greinarmun á því sem kalla mátti þvingaðan, tilgerðarlegan hlátur annars vegar og hins vegar innilegan losandi hlátur sem að öllum líkindum framleiðir meira af endorfínunum. Hið merkilega er þó að líkaminn gerir ekki slíkan greinarmun og því virðast jákvæð áhrif á hann einnig koma fram til dæmis við hláturjoga og aðra þá iðju sem ýtir markvisst undir hlátur.

Vísindamenn við Oxford-háskóla sem hafa rannsakað þessa hegðun hvað mest telja að enn sé talsvert í land með það að við skiljum til fulls hvað hlátur gerir fyrir heilsu og líðan, en þó eru flestir fagaðilar sammála því í dag að við þróun sjúkdóma skiptir líðan töluverðu máli. Ræsing streitukerfisins svokallaða og sú ónæmisbæling sem er því samfara er stór liður í því að ýta undir mögulegt bólguástand í líkamanum, sem er mjög flókið fyrirbæri og við skiljum einungis að hluta til í dag. Sumir ganga svo langt að segja slíkt ástand grundvöllinn fyrir því að við þróum með okkur sjúkdóma en þarna kemur auðvitað margt annað til.

Hlátur er alla jafna félagslegt fyrirbæri og erum við 30 sinnum líklegri til að hlæja í félagskap með öðrum en þegar við erum ein.

Verðum að hlæja

Ekki má gleyma því að öll hegðun er að einhverju leyti lærd og byggir á vana. Það þýðir með öðrum orðum að við getum breytt þeirri hegðan. Það kann að vera erfitt og stundum nær ómögulegt, en það jafngildir ekki því að mega gefast upp við það sem maður veit að gerir manni gott. Þarna er ég að vísa í alla þá þekktu áhættuþætti sem við vitum um í dag og tengjast lífsstíl okkar við þróun sjúkdóma.

Hlátur er alla jafna félagslegt fyrirbæri og erum við 30 sinnum líklegri til að hlæja í félagskap með öðrum en þegar við erum ein. Það er hverjum augljóst að það að vera í samskiptum við aðra gerir okkur líklegri til að upplifa jákvæðar en einnig neikvæðar tilfinningar sem geta haft veruleg áhrif á líf og líðan. Við eigum því að sækjast eftir félagskap, sannarlega að reyna að láta okkur líða vel og leitast eftir fremsta megni við að vera hamingjusöm. Við verðum að muna eftir því að hlæja, burtséð frá því hvort við höfum ástæðu til þess eða ekki. Helst nokkrum sinnum á dag, hátt og innilega, því meira, því betra!

Þýsk tækni og hugvit síðan 1886.

Bosch heimilistækin eru þau mest seldu í Evrópu.



Takmarkað magn. 14 stk.

Pvottavél, tekur mest 6 kg. 1200 sn./mín. WAE 24061SN

Tilboð: 69.900 kr.

Framlengjum opnunartilboði!

Pvottavél, tekur mest 7 kg. 1400 sn./mín. WAE 28270SN

Tilboð: 89.900 kr.

Fullt verð: 119.900 kr.



Takmarkað magn. 8 stk.



Takmarkað magn. 20 stk.

Pvottavél, tekur mest 7 kg. 1400 sn./mín. WAQ 28461SN

Tilboð: 109.900 kr.

Fullt verð: 139.900 kr.

Opið virka daga frá kl. 11 - 18 og á laugardögum frá kl. 11 - 16.

BOSCH

BÚÐIN

Hlíðasmára 3 · www.bosch.is · Sími 520 3090

Gullkálfi í Skálholti?

MENNING



Hjalti Hugason Sigrún Óskarsdóttir guðfræðingar

Ríkisstjórn Íslands var heimilað með lögum fyrir réttum 50 árum að afhenda þjóðkirkjunni Skálholt. Staðurinn er einn helsti sögustaður þjóðarinnar. Mikil var því í húfi að vernda hann og byggja upp. Vegleg fjárhagsleg meðgjöf fylgdi afhendingunni og árlega er greidd úr ríkissjóði ákveðin upphæð til staðarins.

Það er ánægjulegt að Skálholt hefur fest sig í sessi sem kirkjulegt menningarsetur. Þau eru fjöldamörg sem vitna um að þar hafi gefist dýrmæt hvíld, endurnæring og uppbygging. Staðsetningin utan skarkala daglegs lífs, helgihald, fræðsla og umhverfið allt hjálpar til að svo megi verða.

Skilmálar sem fylgdu

Í athugasemdum með frumvarpi til ofangreindra laga er forsendum afhendingarinnar lýst:

Til þess að þessi verðmæta alþjóðareign megi ávaxtast á komandi tímum til sem mestra nytja fyrir þjóðina í andlegu og menningarlegu tilliti, þarf frumkvæði og forgöngu, sem sprettur af áhuga, vakandi ræktarsemi við þá erfð, sem helgar staðinn í meðvitund þjóðarinnar og samtök um að gera hana með tímabærum aðferðum frjóa fyrir nútíð og framtíð. Má þykja eðlilegt, að til kirkjunnar sé einkum horft um þetta og að hún vænti tiltrúar í þessu efni (Alþtíð. 1963AI: 897).

Þá kom fram að meðgjöfina með staðnum skyldi nota „til að koma fótum undir stofnanir og starfrækslu, er að mati [kirkjunnar] manna sæma staðnum bezt, svara til nauðsynja og horfa til nytsemda fyrir þjóðina nú á tímum“ (s. st).

Skálholt og kolkraðbinn

Saga Skálholts hefur verið storma-

söm en enn blása kröftugir vindar um staðinn.

Um 1100 gaf Gissur Ísleifsson jörðina og stofnaði þar biskupsstól sem standa skyldi meðan landið væri byggt og kristni héldist í því. Skilmálar hans voru haldnir í 700 ár en á einu mesta erfiðleikaskiði þjóðarsögunnar var Skálholt einkavætt. Hannes Finnsson biskup sá sér leik á borði og keypti jörðina, en hann var giftur inn í helstu auð- og valdætt landsins. Þar með gleypiti kolkraðbinn Skálholt.

Væntingar hafa eflaust staðið til að Skálholti væri óhætt í skjóli laganna frá 1963. Svo virðist þó ekki vera. Tilkynning birtist sl. haust í Lögbirtingarblaðinu (103/2012) um skráningu hlutafélags undir því yfirlætislausu heiti Gestapjónustan ehf. Í lýsingu á markmiðum félagsins segir:

Tilgangur félagsins er að vera rekstrar- og framkvæmdafélag í menningartengdri ferðaþjónustu, annast endurreisn Miðaldadómkirkju í Skálholti og rekstur sýningar — og verslunar og veitingastarfsemi, eignarhald og rekstur fasteigna og lánastarfsemi [leturb. höf.].

Vonandi eru öll þessi umsvif, t.d. lánastarfsemin, ekki fyrirhuguð í Skálholti! Markmiðum sínum mun Gestapjónustan þó ekki ná án fulltíngis kirkjustjórnarinnar. Í því sambandi ályktaði kirkjuþing 2012

... að ekki verði horfið frá þeirri deiliskipulagsvinnu í Skálholti sem hafin er og telur að ekki beri að setja þeirri vinnu nein takmörk. Hins vegar brýnir kirkjuþing kirkjurád og vígslubiskup Skálholtsstiftis að skoða vel allar hliðar þessa máls [þ.e. byggingu „miðaldakirkju“] og skuldbinda kirkjuna ekki með nokkrum hætti, nema eftir víðtæka kynningu og umræðu og blessun kirkjuþings. Kirkjuþing telur brýnt að rekstur Skálholtsstaðar komist í viðunandi horf og skoðað verði ýtarlega hvort bygging miðaldadómkirkju/safnahúss geti orðið liður í þeirri viðleitni, án þess að Skálholt sem helgistaður bíði hnekki. Kirkjuþing leggur áherslu á að staðsetning og fyrirkomulag, verði af áformum, verði með þeim hætti að

→ Verði Skálholt „afhelgað“ er kirkjunni og kolkraðbannum á hinn bóginn vorkunnlaust að reka staðinn af þeim tekjum sem gullkálfurinn og dansinn í kringum hann kunna að skapa.

ásýnd staðarins og andblær haldist og að rekstrarlegur ávinningur staðarins sé tryggður. (<http://www.kirkjuthing.is/gerdir/2012/37> (4.7.2013))

Hér með köllum við eftir greinargóðri kynningu á áformum Gestapjónustunnar, afstöðu kirkjustjórnarinnar til þeirra og opinna umræðu um hvort tveggja. Umræðan verður að fara fram fyrir kirkjuþing í nóvember nk. Málefni Skálholts koma allri þjóðinni við.

Ákvörðun um fyrirhugaða mannvirkjagerð snýst um „afhelgun“ Skálholts. Nú er þar höfuðáhersla á kirkjustarf í anda þeirra skilmála sem Gissur setti gjöfingur um 1100 og íslenska þjóðin 850 árum síðar. Ef áform um „miðaldakirkju“ verða að veruleika mun veraldlegur rekstur, veitinga-, lopapeysu-, lunda- og önnur minjagripasala taka yfir og Skálholt þar með selt í hendur kolkraðbans öðru sinni.

Gullkálfur á helgum stað

Torvelt er að sjá að „miðaldadómkirkja“ í Skálholti reist á öndverðri 21. öld geti þjónað öðrum tilgangi en að vera sölubúð. Það er ekki annað að sjá en að það sé einmitt hugmyndin. Því virðist fyrst og fremst um gullkálfi að ræða, svo vísað sé til forns dæmis sem kirkjan ætti að varast.

Bregðist þjóðkirkjan því trausti sem henni var sýnt með afhendingu Skálholts er mikill skaði skeður. Gjöfin verður vissulega ekki aftur tekin. Verði Skálholt „afhelgað“ er kirkjunni og kolkraðbannum á hinn bóginn vorkunnlaust að reka staðinn af þeim tekjum sem gullkálfurinn og dansinn í kringum hann kunna að skapa. Árleg meðgjöf þjóðarinnar með Skálholti ætti þá að falla niður. Það er óþarft að þjóðin leggi fé í þá hit.

MERKISATBURÐIR

1357 Hornsteinn er lagður að Karlsbrúnni í Prag.

1816 Argentína lýsir yfir sjálfstæði.

1916 Vopnaður enskur togari tekur farþegaskipið Flóru á leið frá Reykjavík til Siglufjarðar með 100 farþega innanborðs og siglir til Bretlands.

1940 Svo mikið hagléi gerir í Hrunamannahreppi að lækir stíflast af aurburði.

1976 Hitamet er slegið í Reykjavík með 24,3 gráðum á Celsius.

2006 Ítalía vinnur heimsmeistarakeppnina í knattspyrnu í fjórða skipti.

2011 Suður-Súdan fær sjálfstæði frá Súdan.



PETTA GERÐIST: 9. JÚLÍ 1946

Tívolí var opnað í Vatnsmýrinni

Tívolí var opnað í Vatnsmýrinni í Reykjavík að kveldi þessa mánaðardags árið 1946. Það var fyrsti skemmtigarðurinn sinnar tegundar á landinu og mikil gleði ríkjandi með framtakið meðal almennings. Aðsókn var því afar góð strax á fyrsta kvöldi.

Tívolíið hafði til umráða tvo hektara lands. Helstu tæki þar í byrjun voru bíla-braut, hringekja og Parísarhjól. Einnig var skemmtistaðurinn Vetrargarðurinn innan

svæðisins. Áform voru strax uppi um að koma smám saman upp fullkomnum skemmtigarði með margvíslegum tækjum og byggingum.

Eitt af árvissum atriðum í tívolíinu í Vatnsmýrinni var Fegurðarsamkeppni Íslands. Þar komu ungmeyjar fram á útsviði bæði í sundbolum og sparikjólum og gílti einu hvernig viðraði. Sú sem sigraði var kjörin Ungfrú Ísland.



Bara konur við háborð Rótarýklúbbs Akureyrar

Rannveig Björnsdóttir er nýkjörin forseti Rótarýklúbbs Akureyrar og er fyrst kvenna til að gegna því embætti. Hún líkir starfinu í Rótarý við símenntun.

„Það er gaman að segja frá því að af sex manna stjórn í klúbbnum sitja forseti, ritari og gjaldkeri við háborð á fundum og nú eru konur í öllum þeim embættum. Það hefur aldrei gerst áður. Auðvitað er þínu sorglegt að árið 2013 skuli þetta heyra til tíðinda en það gerir það samt. Hingað til hefur aldrei verið nema ein kona í stjórn hverju sinni,“ segir Rannveig Björnsdóttir, sem nýlega var kjörin forseti Rótarýklúbbs Akureyrar.

En var ekki Rótarý karlklúbbur í byrjun? „Jú, algerlega, og þegar fyrsta konan gekk í Rótarýklúbb Akureyrar gengu nokkrir karlar úr honum. Voru alfarið á móti inngöngu kvenna,“ upplýsir hún. „En nóta bene, nú eru það karlarnir sem kjósa okkur.“

Klúbburinn var stofnaður formlega árið 1940. Rannveig kveðst hafa gengið í hann árið 2006 og á undan henni hafi verið þar fimm konur. Hún rifjar upp hvernig á því stóð að hún gekk í klúbbinn í upphafi.

„Ég var fengin til að flytja erindi á fundi klúbbsins og í kjölfarið var mér boðið að ganga í hann, sem ég þáði. Þetta er nota- legur og fræðandi félagskapur og ég virt- ist strax falla vel inn í hópinn. Mér finnst starfið þar vera eins og símenntun.“

Býst Rannveig við því að breyta eitthvað áherslum klúbbsins úr forsetastóli sínum? „Nei, klúbburinn sinnir ýmsum samfélags- störfum í nærumhverfinu og mun halda því áfram. Hann hefur látið til sín taka í skóg- rækt alveg frá upphafi. Við eigum land inni í Eyjafjarðarsveit, svonefndan Botnsreit. Þar erum við með skógrækt, göngustíga og brýr og þetta er alveg yndislegt svæði sem opið er almenningi.“ Hún segir stærstan hluta af mánaðargjaldinu ganga til alheims- samtaka Rótarý og helsta markmið þeirra hafi um árabil verið að útrýma mænuveiki í heiminum, sem nú virðist vera að takast. „Það er alltaf erfitt að ná til fjarlægustu og fátækustu hluta heimsins með bóluset- ningar en nú er talið að árið 2014 hilli undir að heimurinn verði mænuveikilaus,“ lýsir hún og bætir við: „Rótarý hefur tekið mik- inn þátt í mannúðarmálum erlendis, en til margra ára hefur áttak í útrýmingu mænu- veiki verið aðaláhersluatriðið í starfinu.“

Félagar í Rótarýklúbbsi Akureyrar eru 27 sem stendur, að sögn Rannveigar, en hún segir tvo nýja féлага verða tekna inn strax eftir sumarfrí. Hún kveðst gjarnan vilja fjölga enn frekar í klúbbnum „Við höfum kannski ekki verið nógu sýnileg og dugleg að kynna það góða starf sem við erum að vinna,“ segir hún. „Það er eitt af því sem ég ætla að leggja áherslu á á þessu starfsári.“

gun@frettabladid.is



NÝR FORSETI,Ég var fengin til að halda erindi á fundi klúbbsins og í kjölfarið var mér boðið að ganga í hann,“ segir Rannveig um inngöngu sína í Rótarýklúbb Akureyrar árið 2006.



Ástkær eiginmaður minn, faðir okkar, tengdafaðir, afi og langafi,

GUÐMUNDUR ÓSKARSSON
Seljalandi 7, Reykjavík,

lést á Landakotssjúkrahúsi 4. júlí. Útför hans fer fram frá Bústaðakirkju mánudaginn 15. júlí kl. 13.00.



Þórgunnur Þorgrímsdóttir
Órn Berg Guðmundsson **Ragnhildur Gröndal**
Margrét Guðmundsdóttir
Steinunn Ósk Guðmundsdóttir
Guðrún Gríma Guðmundsdóttir **Sigmundur Guðmundsson**
Guðmundur Ingi Guðmundsson **Danuta Mamczura**
barnabörn og barnabarnabörn.



Elskuleg móðir okkar,

RAGNHEIÐUR BENEDIKTSDÓTTIR
Frá Hömrum, Haukadal,

lést á hjúkrunarheimilinu Sólvangi, föstudaginn 5. júlí. Jarðarför hennar verður auglýst síðar.



Fyrir hönd aðstandenda, börn hinnar látnu.



Faðir minn,

THEÓDÓR NÓASON

lést föstudaginn 5. júlí.

Gunnar Theódórsson



Ástkær frænka okkar,

ÁGÚSTA EINARSDÓTTIR
Mörkinni, Reykjavík,
áður Bragagötu 31,

lést 30. júní á hjúkrunarheimilinu Mörk. Útför hennar fer fram frá Fossvogskirkju fimmtudaginn 11. júlí klukkan 13.00.



Aðstandendur.



Kær mágkona mín,

DÓRA BJÖRNSDÓTTIR

lést í Danmörku þann 16. júní síðastliðinn. Útför hennar hefur farið fram.

Guðfinna Guðmundsdóttir.



Fjölbreytt úrval legsteina Frí áletrun og uppsetning

Sjá nánar á granithollin.is sími 555 38 88 Bæjarhrauni 26 (á móti Fjarðarkaupum)

Graníthöllin

Bæjarhrauni 26 - 220 Hafnarfirði
www.granithollin.is
Sími 555 38 88



Ástkær móðir okkar, tengdamóðir, amma og langamma,

STEINUNN GUÐMUNDSDÓTTIR
Sóltúni 2, Reykjavík,

lést laugardaginn 6. júlí á hjúkrunarheimilinu Sóltúni. Útför verður auglýst síðar.

Marta Guðriður Valdimarsdóttir
Anna Steinunn Valdimarsdóttir
Björn Valdimarsson **Sigríður Líba Ásgeirsdóttir**
Guðmunda Valdimarsdóttir **Hafsteinn Árnason**
Ásta Valdimarsdóttir
barnabörn og barnabarnabörn.



Móðir okkar og tengdamóðir,
GUÐRÚN H. GÍSLADÓTTIR
bókasafnsfræðingur,

til heimilis í Hamraborg 32 í Kópavogi, lést á Landspítalanum þriðjudaginn 2. júlí. Útför hennar verður gerð frá Fossvogskirkju þriðjudaginn 16. júlí kl. 15.

Gísli Ólafur Pétursson
Bjarni Pétursson
Vikar Pétursson
Pétur Örn Pétursson
Björg Pétursdóttir

Ragna Freyja Karlsdóttir
Helga Hermansen
Vilborg Sigurðardóttir
Hólmfríður Þórisdóttir
Fríðgeir Magni Baldursson



FÓLK

KYNNINGARBLAÐ



GOTT RÁÐ

Lárpera (avókadó) er hollur ávöxtur. Stundum er hún ekki fullþroskuð í búðum en gott ráð er að setja lárperuna í plastpoka með einu epli og láta síðan standa á borði yfir daginn.

EINN FRÁBÆR !!



Vel fyllt skál í A,B,C,D skálum á kr. 8.680,-

Misty - fyrir allar konur

Laugavegi 178 - Sími: 551 3366
Þú mætir - við mælum og aðstoðum
www.misty.is
Opíð frá 10-18 virka daga.
10-14 laugardaga

Vertu vinur



EKKI LÁTA STIRÐ-LEIKA STOPPA ÞIG

GENGUR VEL KYNNIR Nutrilenk Gold er hentugt fyrir þá sem þjást af minnkuðu liðbrjóski og slitnum liðum en Nutrilenk Active fyrir þá sem þjást af stirðleika og verkjum í liðum þar sem það hefur jákvæð áhrif á liðvökvann.

Nutrilenk hefur hjálpað ótrúlega mörgum sem hafa fundið fyrir stirðleika eða verkjum í skrokknum og í raun hefur fólk oft fengið nýtt líf," segir Gígja Þórðardóttir sjúkraþjálfari. Nutrilenk Gold er hentugt fyrir þá sem þjást af minnkuðu liðbrjóski og slitnum liðum en Nutrilenk Active fyrir þá sem þjást af stirðleika og verkjum í liðum þar sem það hefur jákvæð áhrif á liðvökvann. „Reyndar nota margir báðar tegundirnar saman með frábærum árangri," bætir Gígja við.

HREYFING LÉTTIR LÍFIÐ

Yfir sumartímann er fátt betra en að stunda heilsurækt utandyra – til dæmis ganga á fjöll, hjóla og hlaupa. Margir veigra sér við því að hreyfa sig sökum stirðleika eða verkja en langar virkilega að taka þátt og efla heilsuna. „Þessir stoðkerfisverkir geta verið af ýmsum toga og gott er að láta fagfólk benda á leiðir til að bæta daglegt líf og færni. Ára- löng reynsla og rannsóknir á Nutrilenk gefa til kynna að það hjálpi til við að auka heilbrigði liðanna, minnki verki og stirðleika og auki þar með hreyfigetu og færni. Margir lækna mæla með Nutrilenk og sjúkraþjálfarar, kírópraktorar og einkaþjálfarar hafa góða reynslu frá sínum skjólstæðingum," segir Gígja. Nú eru margir að ganga á fjöll og stefna á Reykjavíkurmaraþonið í ágúst. Gígja segir að það sé ekki of seint að hefja notkun á Nutrilenk þar sem flestir finni mun eftir 10-20 daga. „Ef stoðkerfisverkir hafa til dæmis hamlað fólk frá því að komast 10 kílómetra hlaupandi getur skipt sköpum að bæta liðheilsuna."

UNNIÐ ÚR HÁKARLUBEINUM OG HANAKAMBI

Nutrilenk Gold er gert úr sérvöldum fiskibeinagrindum, aðallega úr hákarlabeinum, sem samkvæmt rannsóknum eru rík af virku og nýtanlegu kondritíni, kollagenum, mangani og kalki. Það hjálpar til við uppbyggingu brjóskis og getur komið í veg fyrir frekari liðskemmdir. „Nutrilenk Active er hins vegar gert úr vatnsmeðhöndluðum hanakambi sem inniheldur hátt hlutfall af náttúrulegu efni, svokallaðri hýalúrónsýru, sem getur aukið liðleika og séð til þess að liðirnir séu vel smurdir svo fólk geti hreyft sig af fullum krafti án hindrana," segir Gígja og bætir við að margir þeir sem stundi ákafar æfingar þar sem reynir hugsanlega óhóflega á liðina hafi bætt árangur sinn með inntöku á Nutrilenk. „Við hvetjum fólk auðvitað til að hugsa vel um heilsuna, beita líkamanum rétt og hvílast til að varðveita liðheilsu en alls ekki að láta stirðleika og verki hindra sig í að lifa aktívu lífi". Nutrilenk fæst í heilsuhillum stórmarkaða, heilsu- búðum og apótekum. Nánari upplýsingar á gengurvel.is og á Facebook-síðunni Nutrilenk fyrir liðina en því getur fylgt heppni að kíkja á þær.

FYRIR LIÐINA

Nutrilenk Active og Nutrilenk Gold hentar vel fólk sem hleypur eða gengur á fjöll.



GÓÐ REYNSLA

Gígja Þórðardóttir sjúkraþjálfari mælir með Nutrilenk.



Boston leður Svart, Hvítt st. 35-48 Rautt st. 36-42 Blátt st. 36-47

praxis

... Þegar þú vilt þægindi

Lissabon Dömusandalar m/frónskum rennilás Efni: leður Litur: Hvítt, Rautt, Svart st. 36-42

Paris leður Svart, Hvítt, Blátt m/microfib og rúskinnssóla st. 36-42

Dömusandalar m/frónskum rennilás Efni: gervileður Litur: Grátt/Blátt, Svart/Grátt St. 36-42

Verona Svart, Hvítt st. 36-41

Verð: 12.900 kr. Verð: 9.990 kr. Verð: 12.900 kr. Verð: 16.900 kr. Verð: 9.500 kr. Verð: 7.900 kr.

Bonito ehf. • Praxis
Faxafen 10, 108 Reykjavík, sími: 568 2870 • www.friendtex.is
Opíð mán. – fös. kl. 11–18. Lokað laugardaga

Vissir þú að...

Börn eiga rétt á læknaaðstoð og heilbrigðisþjónustu.

Barnaheill
Save the Children á Íslandi

iittala

Gjöf handa þér og þínum

Tékk www.tk.is
KRISTALL

Laugavegi 178 - Sími: 568 9955

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:
Bryndís Hauksdóttir,
 bryndis@365.is, s. 512 5434
Sverrir Birgir Sverrisson,
 sverrirbs@365.is, s. 512 5432
Kolbeinn Kolbeinsson,
 kolli@365.is, s. 512-5447

GÆTIÐ ÖRYGGIS VIÐ GRILLIÐ

ELDHÆTTA Nú stendur grilltíminn sem hæst. Á hverju ári koma upp slys eða eldur af völdum gaskúta en nauðsynlegt er að kynna sér öryggisreglur varðandi þá. Þær má finna á heimasíðunni shs.is.

Ólafur R. Magnússon, deildarstjóri hjá Slökkviliðli höfuðborgarsvæðisins, hefur tekið saman ýmsar ráðleggingar varðandi gaskúta og má sjá þær á heimasíðunni shs.is. „Ástæða þess að slys koma upp er til dæmis að fólk hefur gaskútana of nálægt grillinu. Kúturinn á alltaf að standa til hliðar við grillið, jafnvel þótt þau séu hönnuð til að hafa hann undir. Neistar geta auðveldlega kviknað og eiga þá greiða leið að gasinu. Önnur ástæða er fúin slanga en skipta þarf um hana reglulega eða velja snúru af vandaðri gerð. Einnig er algengt að starttakinn bili, fólk notar eldspýtu til að kveikja upp en þá verður dúndursprenging þar sem gasið hefur safnast fyrir í grillinu. Nauðsynlegt er að huga að því að búnaðurinn við gasgrillið sé í lagi,“ segir Ólafur og bendir á að gæta þurfi að því að gasið leki ekki inn í grillið áður en kveikt er á því. „Alltaf ætti að skrúfa fyrir gasið áður en slökkt er á grillinu en þá tæmist lögnin. Í sumum þrýstijöfnurum er gat og ef vatn kemst þar inn og það frýs skemmist eiginleiki jafnaðarins. Einfalt er að kanna hvort gat sé á gasslöngu með því að nota sápuvatn en þá freyðir það.“

EKKI Í KJALLARA

Ólafur segir að í eldhúsum þar sem sé gaseldavél ætti að geyma gasið í skáp með góðri loftræstingu og kúturinn verður að vera uppistandandi, ekki liggjandi. Þar fyrir utan er áriðandi að vera með gasskynjara. Fagmenn ættu alltaf að sjá um slíka uppsetningu. Ekki ætti að vera með of langar gasslögur innanhúss. „Ef vel er gengið frá gasinu er hættan takmörkuð,“ segir hann. „Margir geyma gaskúta í geymslum en aldrei má hafa gaskúta í kjöllum eða niðurgröfnu rými. Aldrei má gleyma að setja upp reykskynjara og hafa þá í lagi auk þess að hafa slökkvitæki við höndina.“

Alls staðar þar sem gas er notað eiga að vera gasskynjarar, hvort heldur er inni á heimilum eða í sumarbústöðum, fellihýsum, hjólhýsum eða húsbílum. Gasskynjarar eiga að vera nálægt búnaði og kútum og sem næst gólfi, til dæmis á sökkli innréttunga, því gas leitar alltaf niður á við. Gaumljós skal vera sýnilegt á gasskynjara og nauðsynlegt er að prófa virkni skynjarans reglulega með því að láta gas úr gaskveikjara leka út við hlið skynjarans. Endurnýja skal svo gasskynjara eftir þörfum, segir á heimasíðu Slökkviliðsins.



NOTIÐ MERKIMIÐA

„Hjá söluaðilum um allt land er hægt að fá miða til að merkja húsnæði þar sem gaskútar eru geymdir. Komi upp eldur er mikilvægt að slökkviliðsmenn geti áttað sig á hvort gaskútar eru í húsnæðinu því af þeim getur stafað mikil sprengihætta. Setjið límíðann í augnhæð á hurð eða neðarlega í dyrakarm í útidyrum húsnæðis þar sem gaskútur er geymdur. Einnig skal setja límíðna á áberandi stað þar sem gaskútur er geymdur, svo sem á geymslu, garðhús, skápa og hól.“

Ef eldur kviknar út frá gas-

ÁRIÐANDI Allir ættu að kynna sér öryggisreglur um notkun á gaskútum.

- bruna hafið samband við 112:
- Lokið fyrir gasstreymi, bæði frá gaskútnum og gastækinu, ef hægt er
 - Notið duft- eða kolsýrutæki við minniháttar gasbruna, eða léttvatnstæki. Dufttækin eru áhrifaríkust. Sprautið slökkviefninu inn í gasstrauminn við rætur eldsins
 - Reynið ekki að slökkva ef eldurinn er mikill, aðvarið aðra og forðið ykkur út.

PRÓGASTRÓ
 Inniheldur hinn öfluga **DDS1 ASÍDÓFÍLUS!**

2 hylki á morgnana geta gert kraftaverk fyrir meltinguna

Fæst í apótekum, heilsubúðum og stórmörkuðum

ÚTSALAN
 hefst í dag kl. 11

50% afsláttur af öllum útsöluvörum

AUSTURSTRÆTI 8 - 10 • SÍMI 534 0005
OPIÐ ALLA DAGA

QUESADILLAS FYRIR BOLTAFÓLK

CULIACAN KYNNIR Á veitingastaðnum Culiacan fæst frá og með deginum í dag matseðill fyrir fólk sem stundar boltaíþróttir.

Culiacan hefur verið í samstarfi við fjölmarga aðila síðastliðið ár og þróað rétti sem henta ýmsum hópum. „Í júlí á síðasta ári komum við með Enchilada hlauparans, næst komu svo Léttir réttir, þá gerðum við Crossfit-rétt, svo Lágkolvetna-rétti og núna Boltaréttina. Þetta hefur mælst mjög vel fyrir og fólk virðist kunna að meta að við skulum hafa næringarinnihaldið sýnilegt. Okkur finnst líka almenningur orðinn hálf ruglaður á öllum áróðri um hvað er hollt og hvað ekki. Við höfum alltaf vítað að maturinn okkar er almennt hollur og úr fersku hráefni. Það er góð undirstaða en þó er ljóst að það sama hentar ekki fyrir alla. Kyrrsetufólk er til dæmis að brenna miklu minna en hlaupari eða fólk sem stundar erfiðar íþróttir. Þannig er erfitt að ráðleggja almennt um skammtastærðir fyrir alla; orkuþöfnin er svo ofsalega mismunandi,“ segir Sólveig Guðmundsdóttir hjá Culiacan.

Boltarétturinn, sem fæst frá og með deginum í dag á Culiacan, er unninn í samstarfi við næringarfræðinginn Steinar B. Aðalbjörnsson, sem fyrir nokkru gaf út ritið Holl næring knattspyrnumanna. Þetta eru grófar quesadillas með kjúklingi, nautahakki, salsasósu og grænmeti í þremur skammtastærðum; fyrir börn, konur og karla.

„Ég spilaði fótbolta á mínum yngri árum og lærði síðan næringarfræði í Bandaríkjunum. Eftir að ég kom heim varð mér ljóst að íslenskir knattspyrnumenn gætu gert talsvert betur hvað næringu snertir og eflaust náð betri árangri þannig, enda næring jafn mikilvæg og æfingar og hvíld.“

Steinar hefur haldið fjölda fyrir-



EFTIR ÁTÖK ÞARF AÐ BYGGJA UPP Steinar telur knattspyrnufólk og annað boltaíþóttafólk geta bætt árangur sinn umtalsvert með bættu mataræði. Boltarétturinn kemur í þremur stærðum.

lestra og námskeiða, meðal annars fyrir Knattspyrnusamband Íslands, og fannst vanta handhægt efni þessu tengt. „Ritið er 28 síður og í raun hugsað sem handbók. Það má nýta við æfingar og keppni, fyrir átök, á meðan á þeim stendur og á

eftir.“ Ritið getur að sögn Steinars nýst knattspyrnumönnum á öllum aldri og á öllum getustigum enda gilda sömu grunnlögmálin ef nýta á næringu og mataræði til þess að auka getu og árangur í knattspyrnu. Ritið nýttist einnig þeim



TILVALIÐ FYRIR BOLTAFÓLK Culiacan hefur verið í samstarfi við fjölmarga aðila síðastliðið ár og þróað rétti sem henta ýmsum hópum.



FERSKT

OG GOTT HRÁEFNI Culiacan leggur mikinn metnað í ferskt hráefni og útbýr allt salsa og guacamole daglega frá grunni.

sem stunda handknattleik, körfuknattleik eða aðrar úthaldsíþróttagreinar og vilja taka næringu og mataræði fastari tökum.

„Ritið fjallar fyrst og fremst um magn og tímasetningar þó eitt-hvað sé auðvitað komið inn á næringuna sjálfa. Hvaða mataræði hentar hverjum og einum getur verið mismunandi en hentugar tímasetningar máltíða og skammtastærðir í kringum æfingar og keppni eru ekki svo frábrugðnar á milli manna og þessu ber að sinna með markvissum ætti ef vel á að takast til,“ segir Steinar. Hann segir til að mynda ekki gott að borða mikið rétt fyrir æfingu eða leik en hins vegar sé mikilvægt að sinna næringarþöfninni vel, fljótlega eftir að átökunum lýkur.

„Það er að mínu mati of mikið um það að menn leiti í óhollan skyndibita eins og hamburgara með feitri sósu eftir leik. Þetta er hins vegar tíminn til að hlaða batterið og byggja sig upp fyrir komandi átök og þá ætti að leggja áherslu á allt aðra fæðu.

Steinar mælir með því að fólk eldi sem mest sjálft en vilji það gera vel við sig og grípa eitthvað fljótlegt, til dæmis eftir æfingu eða leik, sé Culiacan tilvalinn staður enda hráefnið hollt og gott. „Sólveig byggir réttina á bókinni en ég hef engra annarra hagsmuna að gæta af sölu þeirra. Þarna er það aðallega magnið sem um ræðir en skammtarnir eru sem fyrir segir fyrir konur, karla og börn.“

Culiacan er til húsa að Suðurlandsbraut 4a. Nánari upplýsingar um bókina Holl næring knattspyrnumanna er að finna á www.fotboltamatur.com þar sem ritið er einnig til sölu.

ALLIR Á TOPPINN

HEILSUBÆTANDI FJALLGÖNGUR Þórður Marelsson, jógakennari, nuddari, mannauðsstjóri og fjallakarl, og Friða Halldórsdóttir, íþróttá- og heilsufræðingur, skipuleggja fjallaferðir fyrir alla með Fjallavinum.

Fjallavinir byggjast á nokkrum verkefnum sem flest hefjast í byrjun árs,“ segir Þórður Marelsson, sem stendur á bak við hópinn ásamt eigin konu sinni, Friðu. „Verkefnið kallast Fjöllin okkar og Fjöllin flottu og svo er byrjendaverkefni sem kallast Fellin léttu. Í öllum verkefnum fær fólk heilsufarsmælingu af bestu gerð, þar sem hægt er að nálgast ákveðna þörlölu og blóðþrýstingur er mældur.“

Verkefnið hefjast sem fyrr segir í upphafi árs, en hópurnir stendur fyrir tveimur ferðum í sumar. Næst á dagskrá er ferð í Skaftafell þann 25. júlí næstkomandi. Ferðin er upplögð gönguferð fyrir kröfuharða en líka kjörin fjölskylduferð, því verkefni verða einnig við hæfi yngri kynslóðarinnar. „Meðan fullorðnir ganga á fjöll verður dagskrá fyrir þá yngri, svo sem stuttar gönguferðir og leikir,“ segir Þórður. Lagt verður af stað frá Reykjavík um hádegisbil fimmtudaginn 25. júlí og komið aftur til Reykjavíkur á mánudeginum. Gengið verður um þjóðgarðinn, inn að Skaftafellsjökli, farið á Kristínartinda, Kjósárbrúnnir, að Svartafossi og svo Hjörleifshöfða.

Eftir þessa ferð eru Fjallavinir

komnir í formlegt sumarfrí þangað til í lok ágúst, þegar verkefni byrja á ný. Hópurinn er öllum opin, svo hann er blanda af vönum göngugörpum og reynslu-minna fólki. „Fellin léttu er upplagt fyrir þá sem eru að stíga fyrstu skrefin í fjallgöngum. Þar eru heilsufarsmælingar, búnaðurinn yfirfarinn og svo farið létt af stað.“ Þegar kemur að gönguskóm segir Þórður mikilvægt að fá góðar ráðleggingar. „Best er að koma bara við hjá þeim í Fjallakofanum, þeir vita hvað þeir syngja. Skórnir verða að vera vatnsheldir. Þeir þurfa reyndar að þola mikið af regni, því það er alltaf rigning,“ segir Þórður og hlær. „Maður þarf að fara varlega í nýju skónum, það er alltaf hættu á að fá hælssæri og því getur verið gott að setja plástra á hælana til að byrja með.“

Markmið Fjallavina er að leiða fólk á fjöll í skemmtilegum heilsubætandi fjallgöngum. Jóga og nuddi er fléttað inn í verkefnið og mikil áhersla er lögð á teygjur ásamt fræðslu um hreyfingu, heilsu og næringu. Nánari upplýsingar um starfsemina og skráningu er á heimasíðunni www.fjallavinir.is.

■ halla@365.is



GÖNGUGARPAR

Hjónin Friða Halldórsdóttir og Þórður Marelsson hafa margra ára reynslu af fjallgöngum.

VATNSHELDIR

Gönguskór þurfa að þola mikla rigningu, segir Þórður Marelsson, göngugarpur og Fjallavinur.

MEZINA
ROSEBERRY
Öflugt gegn blóðrubólgu
Virkar innan 24 tíma
2-3 töflur fyrir svefn

Fæst í apótekum, heilsubúðum og í heilsuhillum stórumarkaðanna
www.gengurvel.is

Barnaheill
Save the Children á Íslandi

Vissir þú að...
Öll börn eiga rétt á samvistum við báða foreldra sína.

BÍLAR & FARARTÆKI



Fledwood yuma 10 fet 2006 árgerð lítið notað, einn eigandi, tilboð 890 þús stgr 100% lánamguleiki, er í síma 6914441



HYUNDAI H-1. Árgerð 1998, ekinn 222 PKM, bensín, 5 girar. Verð Aðeins 190.000. Rnr.106641. 100% lánamöguleiki bilabankinn 588-0700



DODGE Caravan base 100% lán. Árgerð 1997, ekinn 269 PKM, bensín, sjálfskiptur. Verð aðeins 150.000.100% lánamöguleiki Rnr.105929. Bilabankinn.is 588-0700



JAYCO 12 feta Fellihsý vel með farið og flott hús. Árgerð 2004Verð aðeins 995.000. 100% lánamöguleiki Rnr.240026 uppsett á satðnum Bilabankinn eyrhöfða 11 588-0700 bilabankinn.is

Bilabankinn
Eirhöfði 11, 110 Reykjavík
Sími: 588 0700
Opið á laugardögum 12-16
www.bilabankinn.is



Palomino colt. Árgerð 2005 9 fet, stafr fyrir tvo rafgeyma, og tvo gaskúta. grjótrind, stél fyrir 220 rafm. fylgir húsið lítur mjög vel út. Verð 990.000. Rnr.160492.

Bilasalan Bilás Akranes
Smíðjuvöllum 17, 300 Akranes
Sími: 431 2622
www.bilas



Eigum gúmmibáta í stærðum frá 2,9m - 4,2m á lager til afgreiðslu strax. Uppblásnir slöngubátar með algólfi og mikla burðargetu.

Suzuki Umboðið ehf
Skeifan 17, 108 Reykjavík
Sími: 568 5100
http://www.suzuki.is

Bíla & FerðavagnaMarkaður



Fendt Saphir 560 TFK, 2007, Sólarsella, Ný markísa, kojuhýsi. Flott hýsi. V. 2.790 þús. Á staðnum. Rnr. 121150



M.Benz 711-KA, 1989, ek 140 þ.km. Markísa, Sólarsella. V. 3.190 þús. Á staðnum. Rnr. 121652.



Coleman Santa Fe, 2001. Sólarsella, Markísa, Íslenskt Fortjald. Skipti á Hobby 560 UKF. V. 1.190 þús. Rnr. 121652.

Ferðavagnamarkaður
Höfðabakka 9, 110 Reykjavík
Sími: 445 3367
Sérhæfum okkur í ferðavögnum.
www.ferdavagnamarkadur.is



NISSAN Pathfinder. Árgerð 2008, ekinn 67 PKM, dísel, sjálfskiptur. Verð 4.290.000. Rnr.140096. Verð nú kr: 3.790.000.-



MERCEDES BENZ E 200 kompressor komp (041). Árgerð 2007, ekinn 105 PKM, bensín, sjálfskiptur. Verð 3.190.000. Rnr.110540.

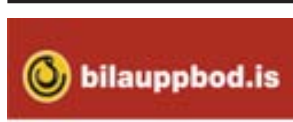


KIA Sportage ex 4wd. Árgerð 2011, ekinn 30 PKM, bensín, sjálfskiptur. Verð 4.790.000. Rnr.990492. 5 ár eftir af verksmiðjuábyrgð.



ASKJA notaðir bílar Kletthálsi 2, 110 Reykjavík Sími: 590 2160 www.notadir.is

ASKJA notaðir bílar
Kletthálsi 2, 110 Reykjavík
Sími: 590 2160
www.notadir.is



PARFTU AÐ KAUPA EÐA SELJA BÍL?
Bilauppbod.is er uppboðsvefur þar sem þú getur keypt eða selt bíl á einfaldan og hagkvæman hátt. Kynntu þér málið. www.bilauppbod.is Sími 522-4610.

Bilauppboð - Krókur
Sími: 522 4610
www.bilauppbod.is

J.R.BÍLASALAN



UAZ 452. Árgerð 1984, ekinn -1 PKM, dísel, 4 girar. TilboðsVerð 350.000. Rnr.154112.Engin skipti,,er með perkins díselvél

JR Bílasala
Bíldshöfði 3, 110 Rvk
Sími: 567 0333
Okkur vantar bíla á skrá og í staði
www.jrbilar.is



HARLEY DAVIDSON Softail flstf fat boy. Árgerð 2007, ekinn 3 PKM, bensín, 5 girar. Verð 2.390. Rnr.219092.



CHRYSLER Aspen limited. Árgerð 2007, ekinn 138 PKM, bensín, sjálfskiptur. TILBOÐ1.990. Ásett verð 2.580. Gull fallægur og vel með farinn Rnr.113146.

Nýja bílahöllin
Eirhöfða 11, 110 Rvk.
Sími: 567 2277
www.nyja.is

Bílar til sölu



TIL SÖLU TOYOTA YARIS Toyota Yaris Hybrid Sol Árg 07'12 ek.5þ km. Aukahlutir:Hraðastillir, Hliðarl, Aurh, Stuðarah. V.3.190.000.- Uppl.s. 893 6364/898 5068

250-499 þús.



TILBOÐ 350.000 TILBOÐ M.Benz c240 elegance 98" ek220þ ssk nýskoðaður 14" nýtt í bremsum ofl. ásett 590þ TILBOÐ 350þ uppl 777-3077



TILBOÐ 320 PÚS Mitsubishi Galant 2.0 árg'99 ek.186 þús. beinskíptur, cruizcontrol, cd, álfelgur ofl. ný skoðaður 14 TILBOÐSVERÐ 320 PÚS s.841 8955

500-999 þús.



!!! SJÁLFSKIPTUR 390P! Nissan Almera 2003 sjálfskiptur 1.8 ekinn 160þ 5dya nýskoðaður 14" nýtt í bremsum, frábær bíll sem eyðir lítlu Verð 590þ TILBOÐ 390þ!!! uppl 777-3077

Bílar óskast

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

Óska eftir bíl fyrir allt að 50 þús. Má þarfnast lagfæringa. Uppl. í s. 895 8873

!!! STAÐGREIÐI ÓDÝRA BÍLA !!!
98-05"árg á allt að 250þúsund.. Vantar þig pening STRAX ? eða þarfnast bíllinn þinn lagfæringa og þú vilt losa þig við hann STRAX ?
Hringdu í 777 3077 eða sendu sms

Sendibílar



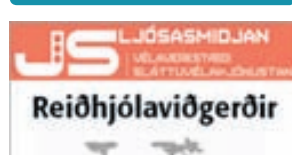
Allar stærðir sendibíla. Nýja Sendibílastöðin sími 568-5000.

Húsbílar



HÚSBÍLL TIL SÖLU Til sölu vel með farinn 5 manna Fiat húsbíll, árgerð 91 (skoðaður 2013). Díselvél (2500), nýjrir loftþúðar, hjólagrind, ekinn 144.000 km. Verð kr. 1.550.000 Upplýsingar í 771-2004 og 480-0000

Reiðhjól



Reiðhjólaviðgerðir Gerum við allar gerir reiðhjóla. Fíjót og góð þjónusta. JS Ljósasmíðjan ehf Skemmuvegur 34 (brún gata) 200 kóp. S: 554 0661 GSM: 897 4996 - 699 2502 velaverkjs@simnet.is velaverkjs.is - slattuvel.is

Gerum við allar gerir reiðhjóla. Fíjót og góð þjónusta. JS Ljósasmíðjan ehf Skemmuvegur 34 (brún gata) 200 kóp. S: 554 0661 GSM: 897 4996 - 699 2502 velaverkjs@simnet.is velaverkjs.is - slattuvel.is

Fellihsý



Umboðssala Rísasýningarsvæði Korputorgi Korpulorgi í 112 Reykjavík Sími 551 5000 | ullagurmadurinn.is Útilegu maðurinn!

Bátar

Cummins varahlutir og viðgerðarþjónusta



VÉLASALAN DUGGUVOGI 4 - 104 Reykjavík Sími 520 0000 - Fax 520 0020

Varahlutir

Fyrir bíllinn og mótörhjól

Meiri kraftur og minni eyðsla
Bíllinn þinn eyðir minna ef þú notar K&N síur.



Bilabúð Benna Sérþingir bílun Auka- og varahlutavörðun Vagnhöfða 23 • Sími: 590 2000 Hestmaða: bennis

VW - SKODA - VARAHLUTIR

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

SMÁPARTAR.IS

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

ÞJÓNUSTA

Pípulagnir

FAGLÆRÐIR PÍPARAR
Tökum að okkur viðhald og nýlagnir, vönduð vinnubrögð mikil reynsla. Pípulagnarþjónusta Reykjavíkur S: 770 4499.

Hreingerningar

Flutningsþrif, Gólfbónun, Teppahreinsun og Gluggaþvottur. Gerum verðtilboð. www.hreingerningar.is S. 772 1450

Garðyrkja

GARÐAÞJÓNUSTA REYKJAVÍKUR
S. 777-8100
Fáðu fagmenn í verkið

Altaf á garðþjónusta
Garðþjónusta Íslands ehf
www.gardathjonustaislands.is
Vönduð vinnubrögð.
Róbert S. 866 9767

GARÐLIST
554 1988
www.gardlist.is

Bókhald

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

Búslóðaflutningar

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

Nudd

NUDD
Slökunarnudd í miðbæ Reykjavíkur. Sími 694 7881, Zanna

Nudd, nudd, nudd! Slökunarnudd frá 9-24. Rvk 101, s: 841 6795 Júlíja.

Nudd fyrir heilsuna. Síðumúla 25. Uppl. í S. 698 2260

Húsviðhald



Spádómar

Símaspá, spái í spil, ræð drauma, ekkert mínutu gjald. Tímabantanir. S. 891 8727 Stella.

Rafvirkjun

AH-RAF LÖGGILDIR RAFVERKTAKAR.
Dyrasmakerfi, töfluskípti og öll almenn raflagnavinna. Tilboð/ tímavinna ahraf@ahraf.is Hermann s: 845-7711 Arnar s: 897-9845.

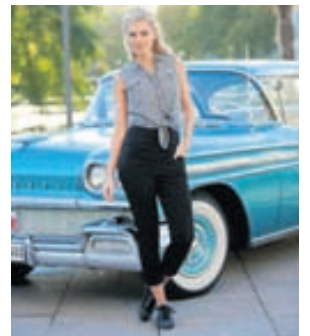
Trésmíði

INNRETTINGAR.IS
Sérsmíðum innréttingar eftir þínum hugmyndum. Sérsmíði ehf s. 587 0777.

Önnur þjónusta



BEAUTY IN BLACK HOLTSBÚÐ 61 GARÐABÆ Flott fót á flottar konur. Opið þrið-föst frá 13-18 Sími 695 6679 www.beautyinblack.is



Fjögur verð á flottum kvennfatnaði. 1.000, 3.000, 5.000 og 10.000. Verið velkomin opið þriðjudag frá 13-18 og laugardaga 10-14. Capri Collection/ Green-house Langholtsvegur 112B S:6952285

Blekhyliki.is

Ódýr blekhyliki í flesta prentara, ný verslun í Hagkaup Smáralind, einnig á Fjarðargötu 11 HF og í síma 517-0150.

KEYPT & SELT

Til sölu

Hágæða sláttutraktórar



Estate Pro 22 sláttutraktör

STIGA

Vetrarsöl ehf.
Askalind 4 - Kópavogi - Sími 5641864



GASHITARAR MEÐ GLERTÚPU

VERÐ 74.600

EL - BIKE.IS
Bindir & stál ehf.
Hvaleyjarbraut 39
220 Hafnarf. S. 864 9265

Óskast keypt

KAUPUM GULL - JÓN & ÓSKAR

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

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

STAÐGREIÐUM GULL, DEMANTA OG ÚR.

Hringar, hálsmen, armbönd, Rolex, Cartier, Patek Philippe o.fl. Hringdu núna og fáðu tilboð þér að kostnaðarlausu!
www.kaupumgull.is

Opið alla daga 11-18, Kringlan - 3. hæð (Hagkaupsmegin)

Upplýsingar í síma 661 7000.

KAUPI GULL!

Ég, Magnús Steinþórsson gullsmíðameistari, kaup gull, gull peninga og gull skartgrip. Kaupi allt gull, nýlegt, gamalt og illa farið. Leiðið til fagmanns og fáid góð ráð.

Uppl. á demantar.is í s. 699 8000 eða í Pósthússtræti 13 (við Austurvöll), Verið velkomin

Verslun

Kynlíf er GOTT!

PENOMET.IS
ELSKENDUR.IS
FLESHLIGHT.IS
BATHMATE.IS

849-0698
ALLA DAGA 10-22

Húsgögn



SYRUSSON Eltoro leðursófasett 3+1 til sölu vegna flutninga, nýlegt og lítið notað. Verð: 290.000 kr. Uppl. s. 856 4050

Pjónusta



Dóra Dröfn Skúladóttir hjúkrunarfræðingur er með opna samtalsmeðferðarstofu að Skipholti 50b. Með áherslu á Hugræna atferlismeðferð. Viðtalspantanir alla daga í S. 841-7010. hamir@simnet.is.

Heilsuvörur

Árangur næst með Herbalife. Fritt lífsstílsmat. Hringdu núna S. 896 4662 Edda Borg & www.lifstills.is

Taktu þér tak! Með HERBALIFE nærðu árangri. Erla Bjartmarz S. 899 4183 www.eco.is Ný netverslun: www.betriheilsa.is/erla

Nudd

Slökunarnudd og heilsunudd. S. 561 6254 Nuddstofan opin frá kl. 9-21.

Slökunarnudd/heilnudd, Nuddstofan svæði 112. Uppl. S: 693 0348 eða 823 5669.

TANTRA NUDD

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

Ökukennsla

Ökukennsla, aðstoð við endurtökupróf og akstursmat. Kenni á BMW 520D. S. 893 1560 og 587 0102, Páll Andrésson.

HÚSNÆÐI

Húsnæði í boði

2ja herb. íbúð til leigu í 110 Rvk. 120 þús. á mánuði með hita og hússjóð. 125 þús. með húsgögnum. Einn mánuð fyrirfram og einn mánuður trygging. Uppl. í s. 869 2242.

56 fermetra, 2 herbergja íbúð til leigu á Snorrabraut (105 rvk). Eitt svefnherbergi, baðherbergi með sturtu, stofa og eldhús. Þvottahús í kjallara. Leiga 140 þús. Áhugasamir sendi póst á geirmundur11@ru.is

Sumarbústaðir



GOTT SUMARHÚS TILBOÐ 2,9 MIL.

25 fm. sumarhús til flutnings sem skiptist í stofu herbergi og snyrtingu á tilboði aðeins 2,9 milj. uppl. í síma 891 9847.

Geymsluhúsnæði

WWW.GEYMSLAEITT.IS

Sér geymslur frá 3.900. 1 til 17m2. Aðgangur kl. 8-22 alla daga. Ný sérhönnuð geymsluhús, upphitað og vaktað. S: 564-6500.

GEYMSLUR.COM

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

WWW.BUSLODAGEYMSLA.IS

Búslóðageymsla Olivers 150 kr. á dag hvert bretti. Starfað í yfir 25 ár. S. 567 4046 & 892 0808.

ATVINNA

Atvinna í boði

VEITINGAHÚS NINGS - FRAMTÍÐARSTARF

Veitingahús Nings óskar eftir þjónustulíprum og brosmildum starfsmönnum í fullt starf. Aðeins 20 ára og eldri og aðeins íslenskumælandi.

Áhugasamir setji inn umsókn á www.nings.is

Byggingaverktaki óskar eftir smiðum eða mönnum vönum smiðavinnu. Einnig verkamönnum með og án vinnuvelaréttinda. Verður að vera íslenskumælandi. Uppl. 869-7975

Apartment hotel in 101 RVK, seeks applicants for housekeeping. Both part and fulltime positions available. Please send applications to job@apartmentk.is / Íbúðarhótel í miðborg RVK óskar eftir starfsfólki í þrif. Hlutastörf + full störf. Umsóknir sendast á job@apartmentk.is

Mikil vinna framundan í iðnaðarvinnu góðir tekjumöguleikar s:8646600

Finnst þér gaman að spjalla við karla? Rauða Torgið og Sexy Iceland leita samstarfs við hressar símadömur. Nánari uppl. á RaudaTorgid.is (atvinna)

Smiðir vanir uppsætti óskast á höfuðborgarsvæðinu og austur á land í úthald. Uppl. Arnar 771 8141/Halli 894 0048.

Atvinna óskast

VANTAR PIG SMÍÐI, MÚRARA EÐA JÁRNABINDINGAMENN?

Höfum á skrá menn sem óska eftir mikilli vinnu. Getu hafið störf nú þegar.

Proventus starfsmannabjónusta
S. 776-7080
Proventus.is

TILKYNNINGAR

Einkamál

SEXY ICELAND

Nýr heitur vefur í mótn. Vertu með frá byrjun. Sexyiceland.com

fasteignir

ÓÐINSGÖTU 4

SÍMI 570 4500, OPID VIRKA DAGA KL. 9-17. Netfang: fastmark@fastmark.is www.fastmark.is

Jón Guðmundsson, sölustj. og lögg. fast.sali. Guðmundur Th. Jónsson, lögg. fast.sali.

FASTEIGNA MARKAÐURINN ehf.



OPID HÚS

Birkimelur 6 - Reykjavík.

OPID HÚS Í DAG FRÁ KL. 17.30-18.00

Mjög falleg og vel skipulögð 77,7 fm. endaíbúð á 2. hæð með gluggum í 3 áttir auk sér íbúðarherbergis í risi með aðgengi að salerni og sér geymslu í kjallara. Samtals stærð íbúðar að meðtöldum þessum rýmum er ca. 90,5 fm. Samliggjandi stofur með útgengi á suðursvalir. Eldhús með fallegum upprunalegum innréttingum. Húsið að utan er í góðu ástandi og ekki langt síðan það var viðgert. Þakjárn og þakgluggar eru nýlegir og lóð hússins er falleg og ræktuð. Virkilega góð íbúð á frábærum stað í vesturbænum, nærri háskólanum.

Verð 27,9 millj Íbúð merkt 0201. Verið velkomin

EIGNAMIDLUN Reykjavík

Sverrir Kristinsson lögg. fasteignasali

Sími: 588 9090 • Síðumúla 21 • 108 Reykjavík • www.eignamidun.is

Ljósakur 2-8 - glæsilegar nýjar íbúðir.



OPID HÚS

Til sýnis í dag þriðjudag

Stórglæsilegar og vel hannaðar 2ja - 5 herbergja 75 - 168 fm íbúðir í nýjum glæsilegum 2ja hæða húsum á frábærum útsýnisstað á Arnarneshæðinni. Hátt er til lofts og gluggar stórir. Veglegar svalir með fallegu útsýni suður yfir Garðabæ. Afhendast fullbúnar án gólfefna.

Eignirnar verða til sýnis í opnu húsi þriðjudaginn 9. júlí frá kl. 17:00-18:00

fasteignir

Erlutjörn 6

260 Reykjanesbær Stórglæsilegt einbýli

Stærð: 224,4 fm Fjöldi herbergja: 5 Byggingarár: 2006 Fasteignamat: 34.850.000 Bílskúr: Já



OPID HÚS

Verð: 44.900.000

Glæsilegt einbýli með mikilli lofthæð. Innfelldri halogenlýsing. Hnotuparket á gólfum. Sérsmíðaðar innhurðir. Húsið er klætt með flisum. Rúmgóð og björt stofa með útgengi út á 70fm timburverönd. Eldhús með hvítri HTH innréttingu. Corian borðplátu og AEG tækjum. Hljóðherbergi með fatahergi innaf. Tvö rúmgóð barnaherbergi. Tvö baðherbergi flísalögð í höll og gólf. Góður bílskúr. Stórt bílplán fyrir framan húsið. Stutt er í skóla og leikskóla og alla helstu þjónustu.

RE/MAX Lind

Hannes Sölufulltrúi 699 5008 hannes@remax.is

Kristín Sölufulltrúi 8244031 kristin@remax.is

Þórarinn Jónsson Lögg. fast. hdl. 510790 thorarinn@remax.is

RE/MAX Lind - Hlíðasmára 6 - 201 Kópavogur - Sími: 5107900 - www.remax.is

20-50% afsláttur af öllum heilsurúmum



CLASSIC - rafstillanlegt

Einbreið heilsurúm á verði frá **190.049,-**
Tvíbreið heilsurúm á verði frá **346.995,-**



DRAUMEY

Einbreið heilsurúm á verði frá **70.224,-**
Tvíbreið heilsurúm á verði frá **129.360,-**



ROYAL - rafstillanlegt

Einbreið heilsurúm á verði frá **302.391,-**
Tvíbreið heilsurúm á verði frá **566.991,-**

Frí heimsending á hjónarúmum eða tókum gamla rúmið upp í nýtt!

FAGLEG RÁÐGJÖF OG FRÍ LEGU- GREINING

Komdu í heimsókn, prófaðu
legugreininguna, og fáðu
faglega ráðgjöf um val á
heilsudýnum, án skuldbindinga!



LAGERHREINSUN Á ARINELDSTÆÐUM



EINUNGIS 3 VERÐ!

19.900,-

29.900,-

39.900,-

RúmGott · Smiðjuvegi 2 (við hliðina á Bónus) · Kópavogi · Sími 544 2121
Opið virka daga frá kl. 10-18 og laugardaga kl. 11-16 · www.rumgott.is





EFTIR AFHJÚPUNINA Jóhanna Boeskov, eiginkona Arnolds, Arnold Bjarnason, afabarn séra Bjarna og gefandi minnisvarða, Páll Samúelsson, gefandi Bjarnatorgs, eiginkona hans Elín Sigrún Jóhannsdóttir og séra Vigfús Þór, fyrverandi sóknarprestur Siglufirðinga.

MYND/SVERRIR PÁLL

Hrífandi stund

Minnisvarði um séra Bjarna Þorsteinsson tónskáld var afhjúpaður á Siglufirði á sunnudaginn.

„Þetta var hrífandi stund í yndislegu veðri, léttum sunnanblæ.“ Þannig lýsir séra Vigfús Þór Árnason athöfn á Siglufirði á sunnudag þegar minnisvarði um séra Bjarna Þorsteinsson, var afhjúpaður á nýju torgi, Bjarnatorgi, sem búið var til framán við kirkjuna.

Séra Vigfús segir séra Bjarna hafa verið ótrúlegan mann. „Það var með ólíkindum hve miklu hann kom í verk. Hann var prestur á Siglufirði í 47 ár og byggði kirkjuna þar á ellefu mánuðum, stærstu kirkju landsins á þeim tíma. Einnig vann hann aðalskipulag Siglu-

fjarðar. Hann samdi messusöngva sem tónaðir eru á stórhátíðum og 40 lög sem eru fræg. Þá safnaði hann saman þjóðlögum sem Jón Ásgeirsson tónskáld segir að sé mesta verk íslenskrar tónlistarsögu. Svo var hann mikill gleðimaður. Hann var algert undur.“

Minnisvarðinn var afhjúpaður af afadrengrum séra Bjarna, Arnold og Henning Bjarnasonum. Ragnhildur Stefánsdóttir gerði styttna. Torgið er hannað af Fanneyju Hauksdóttur arkitekt. Þór Sigmundsson steinsmiður vann steinverkið.

-gun

Sagnamaður kryfur samfélagið

TÓNLIST ★★★★★

Stormurinn

Bubbi

SENA

Stormurinn er þriðja platan sem Bubbi Morthens gerir með Benzínbræðrunum Daða og Berki Hrafni Birgissonum. Sú fyrsta, Ég trúí á þig, var mjög vel heppnuð og kom sem ferskur andblær inn í Bubba-katalóginn, sem virðist engan endi ætla að taka.

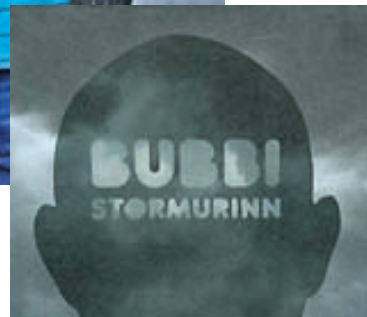
Sú næsta, Þorpið, var afturhvarf til gamla trúbadoratíma og Stormurinn er mikið til á svipuðum nótum. Kassagítarinn og fingraplokkinn fá mikið vægi, enda nýtur sagnamaðurinn Bubbi sín vel undir slíku spili.

Hann hefur frá mörgu að segja á plötunni enda eru lögin fimmtán talsins og nokkur þeirra með þeim lengri sem hann hefur samið. Þar á meðal er hið tíu mínútna titillag Stormurinn, sem fjallar um Guðmundar- og Geirfinnsmálið. Textinn í því er prýðilegur, rétt eins og í annarri langloku, Karlskröggi, þar sem ellin er yrkisefnið. Annar áhugaverður texti er í laginu Kirkjan þar sem Bubbi segir kirkjuna lifa á fornri frægð og miðaldarmyrkur umlyki hana. Fíkniefnaneysla fær á baukinn í Tíðindalaust af vesturvígstöðvunum og í hinu ágæta upphafslagi Allt var það krónunni að kenna fær íslenska krónan álíka útreið.

Textagerð Bubba er samt ekki óskeikul því eins og sumstaðar á síðustu plötu seilst hann stundum of langt í að ná öllu sínu rími í



BUBBI MORTHENS
Nýjasta plata Bubba nefnist Stormurinn.
FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI



hús. Dæmi um það er lagið Afmæli: „Jesús var að plotta eitthvað með Páli - Sem predikaði með orð úr stáli“, og: „Jesús var orðinn alltof seinn - Það hlýtur að vera erfitt að vera einn“.

Mest grípandi lögin á Storminum eru Lipurtá, þar sem nett fingraplokkinn fær að njóta sín, og Hoggdi í stein. Dimmt lag sem magnast eftir því sem á líður. Auk þess er loka-

lagið bjarta, Trúðu á ljósið, týpískt Bubbalag með tilheyrandi munnhörpuleik.

Freyr Bjarnason

NIÐURSTAÐA: Sagnamaðurinn Bubbi nýtur sín vel á ágættri plötu.

Taktu 4G pung eða hnetu með í fríð!

4G tæki er bæði hægt að nota á 4G og 3G þjónustuvæði Nova; á höfuðborgarsvæðinu, Skorradal og Grímsnesi

4G pungur

6.990 kr.

með þjónustusamningi í áskrift.
Fullt verði í áskrift og frelsi: **12.990 kr.**

10X

meiri hrabi en með 3G pung!

4G hnetu

12.990 kr.

með þjónustusamningi í áskrift.
Fullt verði í áskrift og frelsi: **19.990 kr.**

Hægt að nettengja allt að 10 tæki (WiFi)

Stærsti skemmtistaður í heimi!

NOVA

Þjónustusamningur í áskrift er til 6 mánaða, greitt með kreditkortí auk 325 kr. greiðsludreifingargjalds. Nánari upplýsingar á nova.is.



HILMAR ÖRN AGNARSSON Sá um tónlistina á fyrstu orgelandakt Landakotskirkju í sumar.

Byrjaði vel, endaði illa

TÓNLIST ★★★★★

Fyrstu tónleikarnir í röðinni Orgelandakt

Kristskirkju, Landakoti, miðvikudaginn 3. júlí. Hilmar Örn Agnarsson lék verk eftir Bach.

Hvað er orgelandakt? Ég spurði mig þessarar spurningar þegar ég gekk inn í kaþólsku kirkjuna í Landakoti í hádeginu á miðvikudaginn. Samkvæmt Íslensku orðabókinni merkir andakt „guðrækni, lotning, fjálgleikur, helgiathöfn.“ Athöfnin sem var að hefjast var sú fyrsta í röð slíkra viðburða í hádeginu á miðvikudögum í sumar. Hugmyndin er að orgelleikari haldi þar stutta tónleika, og að verkin á efnisskránni séu að einhverju leyti fleyguð með bænum. Þetta eru sem sagt tónleikar OG bænastund. Tónlistin er þá væntanlega hugsuð sem eins konar dyr inn í æðra vitundarástand.

Ad þessu sinni sat Hilmar Örn Agnarsson við orgelið, en hann var um tíma organistinn í kirkjunni. Tónlistin á dagskránni var eingöngu eftir Bach, fyrst „Meine Seele“-forleikurinn svonefndi. Hilmar spilaði hann fallega, af ljóðrænni mykt sem fór tónlistinni einkar vel.

Fantasia og fúga í g-moll var líka á margan hátt ágætlega leikin. Túlkunin var lífleg og sannfærandi. Tónlistin flæddi eðlilega, stíllinn

var meitlaður og tær. Stundum var leikurinn þó ekki alveg hreinn en það var ekki áberandi.

Því miður syrti í álinn eftir það. Wachet auf-forleikurinn, sem var upphaflega kafli í kantötu, en var útsettur síðar af Bach fyrir orgel, var býsna órólegur. Þetta er vissulega lífleg tónlist með einkar grípandi laglínunni. En hún þarf líka að vera stöðug. Það er tign yfir verkinu, sem verður að skína í gegn. Fremur óstöðugur takturinn hafði þær afleiðingar að þessi tign skiladi sér ekki.

Síðasta tónsmíðin á dagskránni var hin fræga Tokkata og fúga í d-moll. Segjast verður eins og er að hún var ekki góð. Organistinn virkaði taugaóstyrkur, feilnóturnar voru alltof margar. Fúgan var full sterk í byrjun, sem gerði að verku að það var engin stífgandi í henni. Hraðabreytingar voru svo tíðar að maður varð hálf sjóveikur. Það vantaði flæðið í túlkunina. Ég hafði á tilfinningunni að Hilmar skipti um hraða eftir því hvað hentaði honum hverju sinni, en ekki sjálfri tónlistinni. Erfiðir kaflar voru oft of hægir, þeir auðveldu hraðari. Það var pinlegt að heyra.

Jónas Sen

NIÐURSTAÐA: Sumt var vel spilað en annað var feilnótum stráð; túlkunin óróleg og eftir því ósannfærandi.



NÝTT
BRAGÐ



BORÐA DREKKA

TYGGJA

FYRIR STERKAR OG HREINAR TENNUR



Tannlæknafélag Íslands mælir
með notkun xylitols sem
aðalsætuefnis í tyggigúmmí

Rannsóknir sýna að notkun sykurlauss **Extra** eykur munnvatnsframleiðslu, jafnar sýrustig, heldur tönnunum hreinum og stöðvar sýklaárásir á þær. **Extra** minnkar upptöku hitaeininga og dregur það úr streitu í amstri hversdagsins.

Afhjúpun hversdagsleika njósnara nútímans

BAKPANKAR
Ólafur
Skaftadóttur

Ég sá nýlega heimildarmynd um söngkonuna margbrotnu Marianne Faithfull, sem sló rækilega í gegn í árdaga rokksins í Evrópu. Hún var samferða Mick Jagger og félögum, lifði hratt og dældi í sig ólyfjan eins og enginn væri morgundagurinn. Engum datt í hug, síst henni sjálfri, að hún næði þrítugsaldri, hvað þá að hún yrði fertug. Nú er hún um sjöugt, eldhress og hefur ekki snert eitrylf síðan löngu áður en ég fæddist.



Á hátindinum, fyrir hálfri öld, hafði hún nokkra sérstöðu í sínum hópi. Rokkstjörnur sem hún umgekkst voru af heimilum óskólagengins fólks og töluðu lágstéttarsensku. Hún aftur á móti kunnir skil á Shakespeare, átti móður sem var af aðalsættum og sprengmenntaðan föður. Hann var alvöru njósnari á vegum bresku leyniþjónustunnar.

MARIANNE sagði föður sinn hafa talað sex eða sjö Evróputungumál án þess að hægt væri að greina nokkurn hreim. Fyrir vikið gat hann, að hennar sögn, stökkið úr flugvél í fallhlíf og þóst vera einn

af fjöldanum í mörgum löndum. Það var nú aldeilis hægt að nýta sér slíka kunnáttu í síðari heimstyrjöldinni. Enda fannst söngkonunni pabbi sinn hafa haft áhrif á gang mannkynssögunnar þó að hún hefði aldrei fengið að vita hvernig. Hann var bara hetja.

PANNIG finnst manni njósnarar eiga að vera. Ég skil þess vegna vel að leyniþjónustur heimsins séu spældar út í Snowden. Hann afhjúpar hversdagsleika njósnara nútímans. Þeir stökkva aldrei í fallhlíf. Hann kynnir sig ekki heldur sem Snowden, Edward Snowden, með lokkandi augnaráði. Svo var hann bara með þessari einu konu.

ER hægt að hugsa sér leiðinlegri atvinnu en að rýna í tölvu og fylgjast með samskiptum fólks – samskiptum okkar? Kannski er bót í máli að topparnir í Evrópusambandinu slæðast með. Veit það þó ekki. Get ekki séð á svip þeirra að þeirra daglega líf sé sérlega spennuþrungin. Ég fór yfir samskiptin við vini og kunningja á Facebook og Gmail nokkra daga aftur í tímann. Það sem kannski helst var í frásögur færandi var uppskrift af Chili con carne sem ég ætla að elda bráðum.

SMÁRABÍÓ 5%

THIS IS THE END	KL. 5.30 - 8 - 10.30	16
THIS IS THE END LÚXUS	KL. 5.30 - 8 - 10.30	14
THE LONE RANGER	KL. 5 - 8 - 11	12
WHITE HOUSE DOWN	KL. 5.10 - 8 - 10.50	14
THE PURGE	KL. 10.35	16
THE INTERNSHIP	KL. 5.25 - 8	7
EPIC 2D ÍSLTAL	KL. 3.20	L
EPIC 3D ÍSLTAL	KL. 3.20	L

HÁSKÓLABÍÓ 5%

THIS IS THE END	KL. 5.30 - 8 - 10.30	16
WHITE HOUSE DOWN	KL. 6 - 9	14
THE PURGE	KL. 8 - 10	16
THE INTERNSHIP	KL. 9	7
EPIC 3D ÍSLTAL	KL. 5.45	L
THE GREAT GATSBY	KL. 6	12

Midasala á: midi.is og eMiði

LAUGARÁSBÍÓ 5%

www.laugarasbio.is
-bara lúxus sími 553 2075

THIS IS THE END	5 - 8 - 10.20	16
WHITE HOUSE DOWN	5 - 10	12
THE PURGE	8	16
THE ICEMAN	8 - 10.20	16
EPIC 2D	5	L

PRÍÐJUDAGUR ER TILBOÐSDAGUR

LAUGARÁSBÍÓ Sýningartímar

SAMBÍÓIN Á TOPPNUM Í 30 ÁR
KYNNTU ÞÉR MÁLIÐ Á SAMBIOJA

FRÁ PEIM SÖMU OG FÆRÐU OKKUR PIRATES OF THE CARIBBEAN MYNDRINAR

SMÁRABÍÓ 5%

THE LONE RANGER	KL. 5 - 6 - 8 - 10.10 - 11	12
THE LONE RANGER VIP	KL. 5 - 8 - 11	12
MAN OF STEEL 3D	KL. 5 - 8 - 11	12
MAN OF STEEL 2D	KL. 9	12
WHITE HOUSE DOWN	KL. 8 - 11	16
HANGOVER - PART 3	KL. 5.50 - 8	12
SAMMY 2 2D	KL. 6 TILBOÐ 400 KR.	L
THE LONE RANGER	KL. 5 - 8 - 11	12
THIS IS THE END	KL. 8	16
MAN OF STEEL 2D	KL. 10.20	12
EPIC 2D	KL. 5.50	L

HÁSKÓLABÍÓ 5%

THE LONE RANGER	KL. 5 - 8 - 10 - 11	12
MAN OF STEEL 3D	KL. 5 - 8 - 11	12
MAN OF STEEL 2D	KL. 10.30	12
THE BIG WEDDING	KL. 6 - 8	L
THE LONE RANGER	KL. 5 - 8 - 11	12
MAN OF STEEL 3D	KL. 5 - 10	12
THE BIG WEDDING	KL. 6 - 8 - 10.30	L
NOW YOU SEE ME	KL. 8	12
THE LONE RANGER	KL. 5 - 8 - 11	12
MAN OF STEEL 2D	KL. 5 - 10	12
THE BIG WEDDING	KL. 8	L



LITRÍKT Á frumsýningu Cirkus Cirkör-sýningarinnar í Borgarleikhúsinu.



FÍNAR MÆÐGUR Vigdís Finnbogadóttir og Ástríður dóttir hennar voru kátar.



KÁT Sigríður, Mikael og Ágúst Ævar. FRÉTTABLAÐIÐ/DANIEL

Töfrandi sirkus fyrir alla fjölskylduna

Volcano-sirkushátíðin fer fram í Vatnsmýrinni dagana 8.-14. júlí og síðastliðið fimmtudagskvöld var frumsýning sænska sirkussins, Cirkus Cirkör í Borgarleikhúsinu. Volcano-hátíðin er opin öllum aldurshópum og á frumsýningu Cirkus Cirkör voru samankomin ýmis kunnugleg andlit með glöðum börnum sínum.



BÖRNIN Í BORGARLEIKHÚSINU Andri Snær Magnason var með þrjár gláðar stúlur með sér, þær Huldu, Elínu og Kristínu.



FLOTT SAMAN Rákel Garðarsdóttir, framkvæmdastjóri Vesturports, mætti með Emil og Hlín sem voru spennit fyrir sýningunni.



BROSILDAR OG FÍNAR Kristín Erla var mætt með Sigríði Dóru og Matthildi.

BÍÓ PARADÍS Heimili kvikmyndanna

DAGSKRÁIN ER Á WWW.BIOPARADIS.IS OG MIDI.IS

ÚTSÖLUMARKAÐUR HÁTÆKNI

Sjónvörp, heimabíó, hljómflutningstæki, farsímar, ísskápar, eldavélar, tölvur, tölvuaukahlutir, brauðristar, kaffivélar, aukahlutir fyrir farsíma, talstöðvar, útlarpsvekjaraflukkur, fartölvutöskur, tölvuleikir, leikjatölvur og margt fleira.

ALLT AÐ
80%
AFSLÁTTUR!

Kringlumyrabraut

Þar sem Toyota var áður

Nýbýlavegur

Dalbrekka

Nýbýlavegi 6 – Opnunartími mánudaga–föstudaga 12–19, laugardaga 12–17


Hátækni

Fimm misstu ekki úr mínútu á EM 2009

Fimm leikmenn íslenska kvennalandsliðsins spiluðu allar 270 mínúturnar á Evrópumeistaramótinu í Finnlandi fyrir fjórum árum. Þetta eru þær Katrín Jónsdóttir, Margrét Lára Viðarsdóttir, Ólína Guðbjörg Viðarsdóttir, Edda Garðarsdóttir og Guðrún Sóley Gunnarsdóttir.

Katrín, Margrét Lára og Ólína eru allar aftur með á EM í Svíþjóð. Edda var ekki valin í 23 manna hópinn og Guðrún Sóley þurfti að leggja skóna á hilluna eftir höfuðhögg sem hún fékk á EM í Finnlandi fyrir fjórum árum.



2 DAGAR Í FYRSTA LEIK

Tryggvi farinn úr Árbænum

FÓTBOLTI Stjórn knattspyrnudeildar Fylkis sendi frá sér tilkynningu í gær þar sem fram kom að samið hefði verið um starfslok við Tryggva Guðmundsson.

Ekki kom neitt fram í yfirlýsingunni um ástæður þessa og hvorki Ásgeir Ásgeirsson, formaður knattspyrnudeildar, né Tryggvi sjálfur vildi tjá sig efnislega um málið við Fréttablaðið.

Tryggvi missti sæti sitt í byrjunarliði Fylkis fyrr í sumar en vann sér það aftur. Hann var í byrjunarliðinu í síðustu tveimur leikjum Fylkis, síðast gegn Stjórnunni í bikarnum í

fyrirakvöld. Ásgeir sagði ástæðu brotthvarfs Tryggva nú ekki tengjast þeim leik á neinn hátt.

Tryggvi sagði viðskilnaðnum ekki fylgja neinar slæmar tilfinningar. „Svona lagað er auðvitað erfitt en ég óska þeim innilega góðs gengis,“ segir hann.

Tryggvi segist ekki vita hvað taki við en líklegt er að hann muni aftur láta sjá sig á knattspyrnuvellið. „Ég er ekki hættur í fótbolta. Þannig líður mér í dag – ég vil bara spila fótbolta,“ segir hann.

Tryggvi skoraði tvö mörk í nýju deildarleikjum með Fylki.



VILL HALDA ÁFRAM Tryggvi segist alls ekki hættur í fótbolta. FRÉTTABLAÐIÐ/DANIEL

BORGUNARBIKAR

ÚRSLIT

GRÓTTA - FRAM 1-2 (0-1, 1-1)

0-1 Almarr Ormarsson (23.), 1-1 Jónmundur Grétarsson (77.), 1-2 Steven Lennon, víti (119.).

Nánari umfjöllun um leikinn má finna á íþróttavef Vísis.

UNDANÚRSLITIN

KR, Stjarnan, Breiðablik og Fram eru komin áfram í undanúrslit. Dregið verður í hádeginu í dag.



LÍÐSFÉLAGAR Á NÝ Elísabet (til hægri) og Rakel Dögg héldu lengi úti sameiginlegri bloggsgíðu. FRÉTTABLAÐIÐ/DANIEL

Stórvinkonur í Stjórnunni

HANDBOLTI Línumaðurinn Elísabet Gunnarsdóttir mun í dag skrifa undir samning við uppeldisfélag sitt, Stjórnuna í Garða-bæ. Þetta hefur Fréttablaðið eftir áreiðanlegum heimildum. Elísabet varð Íslandsmeistari með Fram í vetur en heldur nú á heimaslóðir.

Hjá Garðabæjarliðinu hittir Elísabet fyrir stórvinkonur sínar úr Stjórnunni, Jónu Margrétu Ragnarsdóttur og Rakel Dögg Bragadóttur. Rakel sagði upp samningi sínum við Stjórnuna í lok liðinnar leiktíðar en semur við félagið á nýjan leik í dag.

Ljóst er að Stjarnan verður með afar vel mannað lið á næstu leiktíð enda landsliðsmenn í flestum stöðum.

- ktd

Skemmta sér þegar færi gefst

Kvinnalið Fylkis er ósigrað það sem af er sumri. Ruth Þórðar Þórðardóttir segir markmið liðsins ekkert feimnismál. Liðið ætlar upp í efstu deild á nýjan leik og næla í bikarmeistaratitil að auki. Hún segir sögur af næturbrótti Árbæinga ýktar en viðurkennir að stelpurnar skemmta sér af krafti þegar færi gefst.

FÓTBOLTI „Það er mikil stemning í liðinu, gaman á æfingum og í leikjum,“ segir Ruth Þórðar Þórðardóttir, miðjumaður Fylkis í 1. deild kvenna. Eftir samfellda veru meðal þeirra bestu frá árinu 2006 féllu Árbæingar síðastliðið haust. Leikmenn liðsins veltu framtíð sinni fyrir sér en úr varð að flestir héldu kyrru fyrir.

„Okkur leist vel á Rögnu Lóu [Stefánsdóttur]. Hún var með skýr markmið sem við vorum tilbúnar að vinna að. Við erum margar uppaldar og með mikið Fylkishjarta,“ segir Ruth. Rúna Sif Stefánsdóttir söðlaði þó um og hefur blómstrað í toppliði Stjórnunnar í efstu deild en aðrir kusu appelsínugula búninginn.

Kvenkyns þjálfarar reynst vel

Ragna Lóa tók við liði Fylkis í vetur og hefur gengi liðsins verið með ágætum. Liðið hefur unnið sjö leiki og gert tvö jafntefli í 1. deildinni auk þess sem liðið er komið í undanúrslit Borgunarbikarsins.

„Við höfum góða reynslu af kvenkyns þjálfurum,“ segir Ruth og rifjar upp þegar Kristbjörg Ingadóttir tók við nýstofnuðum meistaraflokki félagsins árið 2005. „Ári síðar vorum við komnar í efstu deild,“ segir Ruth en síðan hafa karlar verið í þjálfarastólum. Spurð um muninn að leika undir stjórn karls eða konu verður Ruth hugsí.

„Hvort er gott á sinn hátt. Jón Páll [Pálmason, þjálfari Fylkis í fyrra] sagði að það væri miklu erfiðara að þjálfa stelpur. Þar væru alls konar vandamál sem finnst ekki hjá strákum,“ segir Ruth.

Ætla alla leið í bikarnum

„Við ætlum að komast í þessa úrslitakeppni, vinna hana og ætlum líka alla leið í bikarnum,“



VINKONUR DAVIDS JAMES „Hann er bara góður vinur okkar og fannst við svona rosalega skemmtilegar. Ég skil hann vel,“ segir Ruth, önnur frá vinstri, og hlær um samband Fylkiskvænna við David James, markvörð ÍBV. Ragna Lóa fékk James á æfingu hjá Fylkisliðinu í vetur og sá enski mælti sér mót við stelpurnar í miðbæ Reykjavíkur síðar um kvöldið. FRÉTTABLAÐIÐ/DANIEL

segir Ruth borubrött. Liðið sló Pepsi-deildarlið HK/Vikings úr keppni í átta liða úrslitum og fram undan er slagur við Breiðablik 26. júlí.

„Við teljum okkur vera alveg nógu góðar til að gera hvort tveggja og höfum sýnt það í sumar.“ Sökum góðs árangurs í bikarnum er dagskrá Fylkiskvænna nokkuð þétt næstu vikur. Rut telur það geta komið liðinu til góðs fyrir bikarleikinn. Þannig sé tímabil Blika brotið upp af Evrópumóti landsliða á meðan Fylkiskonur æfi og spili baki brotnu.

Engar djammdrottningar

Nokkuð hefur verið slúðrað á samfélagsmiðlum um tíðar komur leikmanna Fylkis á skemmtistaði Reykjavíkur. Hefur Ruth meðal annars svarað fyrir sig og sína á Twitter en hvað ætli henni finnst um umtalið?

„Mér fannst þetta frekar ýkt. Fólk var aðeins of mikið að velja sér upp úr þessu. Við erum allar vinkonur og ef við förum að skemmta okkur þá förum við allar saman. Það er kannski meira áberandi en þegar ein Stjórnustelpa fer að skemmta sér eða eitthvað svo-

leiðis,“ segir Ruth. Þær appelsínugulu kunnir þó að gera sér glaðan dag.

„Okkur finnst gaman að skemmta okkur og fannst þetta fyndið,“ segir Ruth. Hún telur þó ekki mega rekja slakt gegni liðsins í fyrra til næturbrólts leikmanna liðsins.

„Við vorum með skýrar reglur og förum alfarið eftir þeim. Við nýttum hins vegar tækifærið þegar við máttum skemmta okkur og gerðum það almennilega.“

kolbeinntumi@365.is

ÖRYGGISHNAPPUR SECURITAS

AFASTELPA

– Hnappur sem getur bjargað þínu lífi og þinna nánustu.



UTAN VALLAR ÓSKAR ÓFEIGUR JÓNSSON oskaro@frettabladid.is

EKKI NÓG AÐ VERA BARA MEÐ

Fyrir fjórum árum braut íslenska kvennalandsliðið blað í sögu íslenskar knattspyrnu með því að tryggja sér sæti í úrslitakeppni Evrópumótsins. Spennan var mikil í íslenska hópnum fyrir þessi sögulegu skref inn á mót þeirra bestu í Evrópu en uppskeran var döpur, þrjú tapleikir og stutt gaman. Nú er fram undan annað Evrópumót.

Gengið hefur á ýmsu á árinu. Undirbúningsleikirnir hafa flestir tapast og liðið hefur mátt pola meiri gagnrýni en áður. Stelpurnar horfa upp á breytt umhverfi. Árið 2009 var sigurinn að komast inn á EM en núna fjórum árum síðar er ekki nóg að vera bara með. Bæði þjóðin og stelpurnar sjálfar vilja meira.

Áhætta tekin í undirbúningnum

Landsliðsþjálfarinn Sigurður Ragnar Eyjólfsson tók að eigin sögn áhættu með að hafa erfiðleikastigið á undirbúningsleikjunum mjög hátt. Liðið

spilaði aðeins einn leik á móti „slöku“ liði (sem vannst) en mætti þess í stað mörgum af bestu knattspyrnu-landsliðunum.

Stelpurnar hafa því sýnt í djúpu lauginni á þessu ári og gera sér fulla grein út í hvað þær eru að fara. Þær hafa samt allt til alls til að standa sig betur en fyrir fjórum. Stærsti hluti liðsins hefur staðið í þessum sporum áður og lykilmenn liðsins hafa líka nær allir spilað í atvinnumennsku árin fjögur.

Nýr kafli skrifaður

Þrátt fyrir töpin þrjú fyrir fjórum árum var skemmtilegt að fylgjast með þessum skemmtilegu og metn-



aðarfullu knattspyrnukonum stíga söguleg skref í íslensku knattspyrnusögunni. Það verður ekki síður gaman að sjá þær reyna að brjóta niður næsta múr.

Það er kannski ekki mikil bjartsýni í kringum liðið eftir alla tapleiki ársins en pressan er heldur ekki mikil sem hefur jafnan hjálpað íslenskum liðum.

Ég lofa ykkur þó því að Katrín, Margrét Lára, Sara og félagar þeirra í landsliðinu ætla að gera þjóðina stolta og sanna það fyrir sér og öðrum að Ísland á eitt af bestu kvennalandsliðum Evrópu. Ég get því ekki beðið eftir því að fylgjast með stelpunum okkar skrifa enn einn nýjan kaflann í knattspyrnusögu Íslands.

NY PATTARÖÐ

HEFST 14. JÚLÍ

CROSSING LINES

Glæný sakamálaþáttaröð sem fjallar um hóp þrautþjáfaðra rannsóknarlögreglumanna sem ferðast um Evrópu og rannsaka dularfull sakamál. Þessum öfluga hópi er því ekkert óviðkomandi og enginn er óhultur.



BÍÓ **GULL** **krakkar** **POP TIV**

Vertu með Stöð 2, 4 aukastöðvar og Netfrelsi fyrir 265 krónur á dag

SJÓNVARP Í HÆSTA GÆÐAFLOKKI

GLEÐIN ER Á STÖÐ 2 Í SUMAR



Sjónvarp framtíðarinnar

HEFST 23. JÚLÍ

ORANGE IS THE NEW BLACK

Dramatísk þáttaröð sem byggð er á sönnun atburðum. Tilveru Piper Kerman er snúið á hvolf þegar hún er dæmd til fangelsisvistar fyrir áratugagamalt fíkniefnabrot.

NY PATTARÖÐ



SUNNUDAGSKVÖLD

PÖNK Í REYKJAVÍK

Þegar Jón Gnarr var pönkari sem hékk á Hlemmi átti hann ekki von á því að verða borgarstjóri einn daginn. Þættirnir eru fjórir talsins og voru gerðir í aðdraganda borgarstjórnarkosninganna.

HEFST 15. JÚLÍ

THE NEWSROOM

Önnur þáttaröðin af þessum vinsælu þáttum sem hlotið hafa mikið lof gagnrýnenda og áhorfenda beggja vegna Atlantshafs. The Newsroom eru frá HBO og Aaron Sorkin sem á heiðurinn af sjónvarpsþáttaröðinni The West Wing.

SNÝRAFTUR



HEFST 23. JÚLÍ
VEEP

Julia Louis-Dreyfus sem flestir þekkja úr sjónvarpsþáttunum Seinfeld fer á kostum í nýjum gamanþætti. Í VEEP leikur hún Selinu Meyer, varaforseta Bandaríkjanna.

SNÝRAFTUR



MIDVIKUDAGSKVÖLD
DALLAS

Ein vinsælasta sjónvarpsþáttaröð allra tíma snýr aftur í nýjum þáttum en Ewing fjölskyldan hefur lengi eldað grátt silfur saman. Aðalsöguhetjurnar eru afkomendur J.R. og Bobby Ewing.



HEFST 11. JÚLÍ
MASTERCHEF

Gordon Ramsey er mættur aftur til leiks í hinum geysivinsæla þætti sem um þessar mundir er í framleiðslu í yfir þrjátíu löndum.

SNÝRAFTUR



Stöð 2 kl. 20.45

How I Met Your Mother

Vinirnir Lily, Robin, Ted, Marshall og Barney eru mætt aftur á Stöð 2 í gamanþáttunum vinsælu How I Met Your Mother. Þetta er áttunda og nýjasta þáttaröðin um vinna og í fyrsta þættinum eru Barney og Robin að undirbúa brúðkaupið en óttast að annað hvort þeirra, eða jafnvel bæði, hætti við áður en að stóru stundinni kemur.



Í KVÖLD



Castle

RÚV KL. 21.15 Höfundur saka-málasagna er fenginn til að hjálpa lögreglunni þegar morðingi hermír eftir atburðum í bókum hans. Meðal leikenda eru Nathan Fillion, Stana Katic, Molly C. Quinn og Seamus Dever.
TV.COM 9,0 **IMDb 8,2**



Modern Family

STÖÐ 2 KL. 19.35 Vinsælir þættir um líf þriggja tengdra en ólíkra nútímafjölskyldna, hefðbundinnar fimm manna fjölskyldu, samkynhneigðra manna sem eru nýbúinir að ætteleiða dóttur og svo þars af ólíkum uppruna.
TV.COM 8,2 **IMDb 8,6**



The Mob Doctor

SKJÁR 1 KL. 21.10 Hörkuspennandi þáttur sem fjallar um skurðlækninn Grace sem skuldar mafíuforingja greiða. Innköllun greiðans er í huga Grace nokkuð sem hún gæti aldrei framkvæmt.
TV.COM 7,9 **IMDb 6,0**

Rás 2 kl. 12.45

Poppland

Meðal fastra dagskrárliða eru Tónlistarfréttir, Plötur vikunnar, Nýjasta tækni og vísindi, Einu sinni var, Nýjustu fréttir af Elvis og tunglinu, Bíóumfjöllun á þriðjudögum o.fl. Umsjónarmenn eru Ólafur Páll Gunnarsson og Matthías Már Magnússon.



Lengi getur gott batnað – Í bítíð með nýju fólki

Virka morgna frá kl. 6:50–10:00
Heimir Karlsson hefur fengið til liðs við sig Gulla Helga og Huldu Bjarnadóttur. Þátturinn hefst að nýju kl. 6:50 á föstudaginn. Í Bítíð – skemmtilegri, fróðlegri, ýtarlegri og lengri þáttur en áður!

BYLGJAN
989

STÖÐ 2

- 07.00 Barnatími Stöðvar 2
- 08.05 Malcolm in the Middle (19:22)
- 08.30 Ellen
- 09.15 Bold and the Beautiful
- 09.35 Doctors (117:175)
- 10.15 Gilmore Girls (17:22)
- 11.00 Wonder Years (12:23)
- 11.50 Jamie Oliver's Food Revolution (5:6)
- 12.35 Nágrannar
- 13.00 American Idol (28:37)
- 14.20 American Idol (29:37)
- 15.05 Sjáðu
- 15.35 Victorious
- 16.00 Svampur Sveinsson
- 16.25 Ellen
- 17.10 Bold and the Beautiful
- 17.32 Nágrannar
- 17.57 Simpson-fjölskyldan (11:22)
- 18.23 Veður
- 18.30 Fréttir Stöðvar 2
- 18.47 Íþróttir
- 18.54 Ísland í dag
- 19.06 Veður
- 19.15 The Big Bang Theory (12:23)
- 19.35 Modern Family Önnur þáttaröðin um líf þriggja tengdra en ólíkra nútímafjölskyldna.
- 20.00 The Big Bang Theory (6:24) Stórskemmtilegur gamanþáttur um Leonard og Sheldon sem eru afburðasnjallir eðlisfræðingar sem vita nákvæmlega hvernig alheimurinn virkar.
- 20.25 Mike & Molly (16:23)
- 20.45 How I Met Your Mother (1:24) Áttunda þáttaröðin um þau Lily, Robin, Ted, Marshall og Barney.
- 21.10 White Collar (15:16) Þriðja þáttaröðin um sjarmörinn og svikarhrappinn Neil Caffrey.
- 21.55 Weeds (12:13)
- 22.25 Sand and Sorrow Vönduð og áhrifarík heimildarmynd um þjóðarmorðin í Darfur.
- 00.00 New Girl (16:25)
- 00.25 Dallas
- 01.10 Silent Witness (11:12)
- 02.00 Silent Witness (12:12)
- 02.55 The Closer (2:21)
- 03.40 Bob the Butler
- 05.10 How I Met Your Mother (1:22)
- 05.35 Fréttir og Ísland í dag

POP TÍM

- 19.00 Friends (11:24)
- 19.25 Two and a Half Men (4:24)
- 19.45 Simpson-fjölskyldan (15:22)
- 20.10 The O.C. (9:27)
- 20.55 The Cleveland Show (12:22)
- 21.20 Crusoe (13:13)
- 22.05 The Vampire Diaries (13:22)
- 22.50 The Vampire Diaries (14:22)
- 23.35 The O.C. (9:27)
- 00.20 The Cleveland Show (12:22)
- 00.45 Crusoe (13:13)
- 01.30 The Vampire Diaries (13:22)
- 02.10 The Vampire Diaries (14:22)
- 02.50 Tónlistarmyndbönd frá Popptívi

INN

- 18.00 Ísland-Úkraína (e)
- 20.10 Skólahreysti
- 22.00 Austfjarðatröllið 2012

ÚTVARP

- FM 88,5 XA-Radíó
- FM 90,1 Rás 2

- FM 90,9 Gullbylgjan
- FM 93,5 Rás 1
- FM 95,7 FM957

SPORT

besta sætið

- 07.00 Borgunarmörkin 2013
- 07.45 Borgunarmörkin 2013
- 08.30 Borgunarmörkin 2013
- 16.30 Meistaradeild Evrópu: Shakhtar Donetsk - Chelsea
- 18.10 Víkingur R. - Breiðablik
- 20.00 Borgunarmörkin 2013
- 20.45 Meistaradeild Evrópu: Barcelona - Celtic
- 22.30 Montpellier - Flensburg
- 23.55 Borgunarmörkin 2013

SPORT 2

enski boltinn

- 17.35 Tottenham - Reading
- 19.15 Manstu
- 20.00 Arsenal - Tottenham - 29.10.08
- 20.30 Fulham - Tottenham
- 22.10 Arsenal - Tottenham - 29.10.08
- 22.40 Leikmaðurinn: Gylfi Sigurðsson Guðmundur Benediktsson stýrir þætti um ensku stórlíðin.
- 23.10 Tottenham - Everton

krakkar

- 07.00 Lalli 07.05 Lalli 07.10 Refurinn Pablo 07.15 Litlu Tommi og Jenni 07.40 Brunabílarnir 08.05 Svampur Sveinsson 08.25 Dóra könnuður 08.50 Mörgæsirnar frá Madagaskar 09.10 Strumparnir 09.35 Waybuloo 09.55 Hvolpurinn Scooby-Doo 10.20 Áfram Diego, áfram! 10.40 Histeria! 11.05 Daddi litli og Eyrnastór 11.15 Latibær (4:18) 11.40 Lalli 11.45 Lalli 11.50 Refurinn Pablo 11.55 Litlu Tommi og Jenni 12.20 Svampur Sveinsson 12.40 Dóra könnuður 13.05 Mörgæsirnar frá Madagaskar 13.30 Strumparnir 13.50 Waybuloo 14.10 Hvolpurinn Scooby-Doo 14.35 Áfram Diego, áfram! 15.00 Histeria! 15.20 Daddi litli og Eyrnastór 15.30 Latibær (4:18) 15.55 Lalli 16.00 Lalli 16.05 Refurinn Pablo 16.10 Litlu Tommi og Jenni 16.35 Svampur Sveinsson 16.55 Dóra könnuður 17.20 Mörgæsirnar frá Madagaskar 17.45 Strumparnir 18.10 Waybuloo 18.30 Hvolpurinn Scooby-Doo 18.55 Áfram Diego, áfram! 19.20 Daddi litli og Eyrnastór 19.35 Latibær (4:18)

GULL

- 20.00 Í návist kvenna
- 20.30 Fiskur án reiðhjóls (6:10)
- 20.55 Cold Feet (3:6)
- 21.50 Footballers' Wives (9:9)
- 22.40 Í návist kvenna
- 23.10 Fiskur án reiðhjóls (6:10)
- 23.35 Cold Feet (3:6)
- 00.25 Footballers' Wives (9:9)
- 01.15 Tónlistarmyndbönd frá Popptívi

BÍÓ

- 11.30 Knight and Day
- 13.20 How to Marry a Millionaire
- 14.55 The Chronicles of Narnia: The Voyage of the Dawn Treader
- 16.45 Knight and Day
- 20.10 The Chronicles of Narnia: The Voyage of the Dawn Treader
- 22.00 The Matrix
- 00.15 Brúno
- 01.35 The Terminator
- 03.20 The Matrix

RÚV

- 16.30 Ástareldur
- 17.20 Teitur (4:26)
- 17.30 Sæfarar (46:52)
- 17.41 Bombubyrgið (2:26)
- 18.09 Teiknum dýrin (19:52)
- 18.15 Táknafréttir
- 18.25 Magnus og Petski (9:12)
- 19.00 Fréttir
- 19.30 Veðurfréttir
- 19.35 Áhöfnin á Húna (4:9)
- 20.00 Hruturinn Hreinn
- 20.10 Með okkar augum (2:6) Í þessari þáttaröð skoðar fólk með þroskaþömlun málefni lífandi stundar.
- 20.40 Stelpurnar okkar 2013 (2:2) Þáttur um íslenska landsliðið sem keppir í Evrópumóti kvennalandsliða í fótbolta 10.-28. júlí.
- 21.15 Castle (14:24)(Castle)
- 22.00 Tíufréttir
- 22.15 Veðurfréttir
- 22.20 Hringiða (3:12) (Engrenage III) Franskur sakamálamyndaflokkur.
- 23.15 Spilaborg (10:13) (House of Cards)
- 00.10 Neyðarvaktin (24:24)(Chicago Fire)
- 00.50 Fréttir
- 01.00 Dagskrárlök

RÚV ÍÞRÓTTIR

- 18.00 Ísland-Úkraína (e)
- 20.10 Skólahreysti
- 22.00 Austfjarðatröllið 2012

SKJÁREINN

- 06.00 Pepsi MAX tónlist
- 07.10 America's Funniest Home Videos
- 07.35 Everybody Loves Raymond (5:25)
- 08.00 Cheers (13:22)
- 08.25 Dr.Phil
- 09.10 Pepsi MAX tónlist
- 16.40 The Ricky Gervais Show (11:13)
- 17.05 Family Guy (11:22)
- 17.30 Dr.Phil
- 18.15 Parenthood (14:18)
- 19.05 America's Funniest Home Videos
- 19.30 Everybody Loves Raymond (6:25)
- 19.55 Cheers (14:22) Endursýningar frá upphafi á þessum vinsælu þáttum.
- 20.20 Britain's Next Top Model (5:13) Breska útgáfa þáttanna sem farið hafa sigurför um heiminn.
- 21.10 The Mob Doctor (9:13) Hörkuspennandi þáttur sem fjallar um skurðlækninn Grace sem skuldar mafíuforingja greiða. Innköllun greiðans er í huga Grace nokkuð sem hún gæti aldrei framkvæmt.
- 22.00 Nurse Jackie (3:10) Margverðlaunuð bandarísk þáttaröð um hjúkrunarfræðinginn og pilluætuna Jackie. Hún hættir í meðferð eftir aðeins tveggja vikna dvöl sem veldur henni vandræðum í vinnunni.
- 22.30 House of Lies (3:12)
- 23.00 Hawaii Five-O (20:24)
- 23.50 NYC 22 (5:13)
- 00.40 Beauty and the Beast (21:22)
- 01.25 Excused
- 01.50 The Mob Doctor (9:13)
- 02.40 Nurse Jackie (3:10)
- 03.10 House of Lies (3:12)
- 03.40 Pepsi MAX tónlist

SKJÁRGOLF

- 06.00 ESPN America 07.20 The Greenbrier Classic 2013 (3:4) 11.50 Golfing World 12.40 Golfing World 13.30 The Greenbrier Classic 2013 (3:4) 18.00 Golfing World 18.50 The Players Championship 2013 (4:4) 22.00 Inside the PGA Tour (28:47) 22.25 Golfing World 23.15 PGA Tour - Highlights (26:45) 00.10 ESPN America

ÚTVARP

- FM 88,5 XA-Radíó
- FM 90,1 Rás 2

- FM 90,9 Gullbylgjan
- FM 93,5 Rás 1
- FM 95,7 FM957

- FM 96,3 FM Suðurland
- FM 96,7 Létt Bylgjan
- FM 97,7 X-ið

- FM 98,9 Bylgjan
- FM 99,4 Útvarp Saga
- FM 100,5 Kaninn

- FM 102,2 Útv. Latibær
- FM 102,9 Lindin
- FM 105,5 Útvarp Boðun

Vertu klár í sjósportið



Gul Shadow þurr galli. Öndunargalli eins og þeir gerast bestir. **64.900 kr.**



Blautgallar, hettur, hanskar, buxur og skór.

Barna- og unglíngastærðir **9.900 kr.**
Fullorðinsstærðir **17.900 kr.**



Mullion flotvinnugalli **34.900 kr.**



Freedive galli ásamt góðu úrvali fylgihluta

freedive Iceland

Kynnið ykkur allt um fríköfun á: www.freedive.is



Úrval björgunarvesta... einnig fyrir hundinn



Vatnshelt hulstur og heyrnatól fyrir snjallsíma.



Kajak- og kanóárar

Valley Club sjó kajak **285.000 kr.**



Líf bátar fyrir skemmtibáta í tösku eða hylki, verð frá **179.900 kr.**



Blöðrur, bretti og skíði, gott úrval

Minnum einnig á vörur fyrir göngugarpa og áhugafólk um fjalla- og klífursport

Islander Sit-On-Top

Kajakinn sem allir eru að tala um **219.900 kr.**

Aðeins örfáir bátar eftir



GG-Sjósport

Súðarvogi 42, 104 Reykjavík • sími: 571 1020 • www.ggsjosport.is
Ópið alla virka daga frá kl. 10.00 - 18.00

SUMARFRÍÐ



„Ég ætla að æfa með hljómsveitinni minni Bárújarni og spila á útgáfutónleikum okkar, sem verða á Ellefunni 9. ágúst. Síðan ætla ég að reyna að fara eitthvert út á land. Helst eitthvert þar sem er gott veður.“

Hekla Magnúsdóttir þeramínleikari.

Stafrænn ratleikur fyrir ferðamenn

Smári Gunnarsson og Ragnar Hrafnkelsson hönnuðu app fyrir ferðamenn sem leggja leið sína til Vestfjarða.

„Við vildum búa til eitthvað skapandi sem tengir saman sögu og menningu Vestfjarða,“ segir Smári Gunnarsson, sem hannað hefur appið Galdrastafi ásamt Ragnari Hrafnkelssyni.

Appið er hannað fyrir ferðamenn sem sækja Vestfirði heim, en skilyrði er að þeir hafi iPhone, iPad eða iPod touch við höndina. Appið er eins konar stafrænn ratleikur og er notkun þess einföld. „Þegar þú ert komin með Galdrastafi í símann þá skannarðu svokallaðan QR-kóða með appinu á þar til gerðum skiltum sem komið hefur fyrir á tíu stöðum víðs vegar um Vestfirði. Þegar búið er að skanna kóðann aflæstist verkið og það spílask í símtækinu,“ segir Smári. Hvert verk fjallar beint eða óbeint um þann stað sem skiltunum hefur

verið komið fyrir á. Smári og Ragnar fengu um tuttugu listamenn með sér í verkefnið en flestir þeirra eiga rætur að rekja til Vestfjarða. Svavar Knútur, Borko, Ylja og For a minor reflection eiga öll tónverk í appinu.

„Galdrastafir er fyrsta stóra snjallsíma-verkefnið sem tengist Vestfjörðum og þetta verður vonandi til þess að fólk sjái betur kostina í að nota þessa tækni í tengslum við ferðabjónustu á svæðinu,“ segir Smári. Appið er ókeypis og er þegar fánlegt í App Store fyrir iOS-kerfi, bæði á ensku og á íslensku. Nánari upplýsingar má finna á vefsíðu appsins, Galdrastafir.is.

- ka



HANNAÐI STAFRÆNAN RATLEIK
Smári Gunnarsson hannaði appið Galdrastafi ásamt vini sínum Ragnari Hrafnkelssyni. Appinu má líkja við stafrænan ratleik sem hugsaður er fyrir ferðamenn.



SKEIÐARVOGUR 111



OPIÐ HÚS Í DAG, PRÍÐJUDAG, FRÁ KL. 17.30-18.00

Gott og vel skipulagt 163,3 fm raðhús á þessum vinsæla stað við Skeiðarvog í Reykjavík.

Húsið er eitt af þessum rómuðu Sigvaldahúsum. Jarðhæð er með sérinngangi og er auðvelt að útbúa þar sér íbúð. Eignin hefur verið mikið endurnýjuð á undanförunum árum á smekklegan og vandaðan hátt.

Stærð: 163.6 fm. Verð 49.000.000

Trausti fasteignasala, trausti@trausti.is, s.546-5050, Vegmúla 4, 108 Reykjavík

OPIÐ HÚS Í DAG



Kirjubrekka 18

Þriðjudag 9. júlí

frá kl. 17:00-17:30

Nánari upplýsingar veitir
Ólafur Finnbogason
sölufulltrúi
sími: 822 2307
olafur@miklaborg.is

- 165 fm parhús á einni hæð
- Vandaður frágangur
- 3 góð svefnherbergi

Laust fljótlega

Óskar R. Harðarson
hdl. og löggiltur fasteignasali

Verð: **43,9 millj.**

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

- með þér alla leið -



Vissir þú að...
börn eiga rétt á aðstoð
og hjálp ef þau koma í ofbætti

Landaði hlutverki í Hollywood-mynd

Leikarinn Þorvaldur Davíð Kristjánsson fékk hlutverk í stórmynd á vegum Universal Studios. Michael De Luca framleiðir myndina, sem byggir á sögunni um Drakúla greifa.

„Ég er mjög sáttur, það er ekki annað hægt. Þetta er frábært tækifæri,“ segir leikarinn Þorvaldur Davíð Kristjánsson, sem á dögunum landaði hlutverki í stórmynd á vegum Universal Studios. Um er að ræða kvikmynd byggða á sögunni um Drakúla greifa og ber myndin einfaldlega heitið Dracula. Framleiðandi myndarinnar er Michael De Luca, sem hefur meðal annars framleitt stórmyndirnar Magnolia, The Social Network, Blade og Moneyball. Þorvaldur má ekki tjá sig um efni og innihald myndarinnar en er ánægður með sitt hlutverk.

„Ég er mjög sáttur við handritið eins og staðan er í dag. En kvikmyndagerinn er alltaf óútreiknalegur svo maður veit ekki hvernig þetta fer á klippiborðinu,“ segir Þorvaldur, sem heldur utan til æfinga eftir tvær vikur. „Ég fer til Belfast að æfa í smá tíma og flýg svo aftur heim. Svo fer ég aftur út í haust og verð í Belfast í nokkra mánuði,“ segir Þorvaldur, en hann segir tölurarnar fara fram að stærstum hluta í norður-írsku höfuðborginni.

Þorvaldur Davíð er einnig kominn á fastan samning hjá Borgarleikhúsinu og fer með aðalhlutverki í sýningu leikhússins á verkinu „Furðulegt háttalag hunds um nótt“. Hann kveðst spenntur yfir komandi leikári og segist hlakka til að vinna með góðum hópi leikara í Borgarleikhúsinu. En það eru ekki aðeins stórir hlutir að gerast á leiksviðinu hjá leikaranum. Þorvaldur á von á barni með unnnustu sinni, Hrafninu Viktoríu



FRÁBÆRT ÁR HJÁ ÞORVALDI Þorvaldur Davíð Kristjánsson landaði hlutverki í kvikmyndinni Dracula. Það er kvikmyndasamsteypan Universal Studios sem stendur á bak við myndina en framleiðandinn er Michael de Luca.

Reynslumikið samstarfsfólk

Mörg þekkt nöfn koma að kvikmyndinni. Með stór hlutverk fara þau Luke Evans, Sarah Gadon og Dominic Cooper, en sá síðastnefndi lék meðal annars í kvikmyndunum um Captain America og Abba-myndinni Mamma Mia!. Búningahönnuður myndarinnar, Ngila Dickson, vann Óskarsverðlaun fyrir búningahönnun í kvikmyndinni Lord of the Rings: Return of the King en leikstjóri myndarinnar er Gary Shore.

Karlsdóttur, svo fram undan er nýtt og spennandi hlutverk utan leiksviðsins.

„Það stýttist í þetta hjá okkur, þetta er voðalega spennandi. Það

er allavega nóg að gera og maður reynir bara að taka eitt skref í einu og klára hvern dag fyrir sig. Það eru að minnsta kosti stórir hlutir fram undan.“

kristjana@frettabladid.is

Karlmenn kaupa barnaföt í Mjölni

Berglind Baldursdóttir hennar bardagagalla fyrir ungbörn og selur í Mjölni.

„Viðskiptahugmyndin fæddist í rauninni í Mjölni, en bróðir minn, Bjarni Baldursson, er einn af þeim sem stofnuðu Mjölni fyrir tíu árum. Þar kynntist hann konunni sinni og þau áttu von á barni þegar ég fór að leita að gjöf og datt í hug að gefa þeim lítinn bardagagalla. Svo fór ég að leita úti um allt á netinu og fann ekkert,“ segir Berglind Baldursdóttir, eigandi Baby Gi.

Berglind Baldursdóttir hennar og selur bardagagalla fyrir ungbörn en segist sjálf ekkert hafa verið í bardagalistum. Hún hafi einfaldlega verið að leita að gjöf sem leiddi hana út í frekari barnafataframleiðslu á fyrirburafötum og bardagagöllum úti í heimi. Helstu viðskiptavinir hennar eru Bandaríkjamenn sem kaupa fötin aðallega í gegnum Amazon á netinu. „Ég saumaði sjálf fyrstu prótótýpuna og var svo heppin að á þessum tíma vann ég sem deildarstjóri í samþykktardeildinni hjá Latabæ þar sem maður lærir á nánast allar vörur og vöruflokka sem tengjast



ALDREI PRÓFABD BARDAGALISTIR
Berglind Baldursdóttir hennar og selur bardagagalla fyrir ungbörn.

börnum. Meirihlutinn af þeirri vinnu sneri að barnafataframleiðslu þannig að ég var með rosalega góðan bakgrunn,“ segir Berglind.

Baby Gi-gallarnir fást í netversluninni babygi.com og í Óðinsbúðinni í Mjölni en þeir eru í hvítum, bláum og rauðum litum og eru einnig væntanlegir í bleiku.

- mmm

→ Baby Gi bardagagallarnir fást í ýmsum stærðum en gallarnir eru fyrir ungbörn og börn alveg til 6 ára aldurs.



ÞRIÐJUDAGS TILBOÐ

DOMINO'S

1000 KR.

Miðstærð af pizzu með 3 áleggstegundum að eigin vali. Ef þú sækir.
Gildir fyrir klassískan, ítalskan og lauffléttan botn.



VIÐ NOTUM EINGÖNGU 100% ÍSLENSKAN OST!

KJÖTVEISLA: Skinka, pepperoni og nautahakk

SÍMI 58 12345 | DOMINO'S APP | WWW.DOMINOS.IS



Póst: dreifing

DREIFING: dreifing@postdreifing.is
 EF BLAÐIÐ BERST EKKI: 512 5060

VÍSIR

Meiri Vísir.

FRÉTTIR AF FÓLKI

Hita upp fyrir Chic

Hljómsveitin Sísý Ey hefur átt miklum vinsælum að fagna undanfarið og hefur sumarsmellurinn hennar Ain't got nobody fengið margan landann til að dansa. Sveitin hélt vel heppnaða tónleika á tónlistarháttíðinni Sónar í Barcelona í sumar og mun hita upp fyrir hina goðsagnakenndu



hljómsveit Chic í Laugardagshöllinni þann 17. júlí næstkomandi. Systurnar leggja nú lokahönd á tvö ný lög sem stefnt er á að komi í út í ágúst. - hó

Dionne Warwick komin til landsins

Poppstjarnan Dionne Warwick er komin til landsins, en söngkonan vinsæla heldur tónleika í Hörpu þann 10. júlí næstkomandi.

Porsteinn Stephensen tónleikahaldari sótti söngkonuna á Keflavíkurflugvöll á sunnudag þar sem hún lenti í vonða veðrinu.

Porsteinn segist hafa átt von á henni á þriðjudaginn en hún hafi

ákveðið að koma fyrr til að ná góðri hvíld fyrir tónleikana. „Hún er bara búin að taka því rólega hingað til en við stefnum á að bjóða henni og hljómsveitinni á Kex á morgun. Ráðgert er að fara síðan í Bláa lónið,“ segir Porsteinn, sem heldur utan um þetta dagskrá fyrir stjórnuna í kringum tónleikana. - le

Mest lesið **VÍSIR**

- 1 Harkaleg handtaka í miðborginni vekur athygli
- 2 Harkalegu handtökunni vísað til ríkissaksóknara
- 3 Bjórinn var lykkillinn
- 4 Föst á hálendinu í tvo sólarhringa
- 5 Vel stæðir Kínverjar sógnir í brjóstamjólk ófrískra kvenna

Ekki villast!

8 NÝ LANDSHLUTAKORT Í ÖSKJU

ISLAND
 LANDSHLUTAKORT
 REGIONAL MAPS
 REGIONALKARTEN
 CARTES RÉGIONALES
 1 : 200 000

www.forlagid.is

FULL BÚÐ AF NÝJUM VÖRUM - FULL BÚÐ AF NÝJUM VÖRUM - FULL BÚÐ AF NÝJUM VÖRUM

GÓÐUR SVEFN ER HEILSUBÓT

Gerðu gæða- og verðsamanburð



RÝMINGARSALA Á ÝMI HEILSUDÝNUM

5 ára ábyrgð



Hágæða 5 svæðisskipt sjálfstætt pokagormakerfi sem styður mun betur við líkamann en venjuleg gormakerfi. Réttur stuðningur við líkamann sem gefur hámarkshvöld. Mýkra og betra axlarsvæði. Vandaðar kantstyrkingar.

Stærð	Verð áður	Rýmingarsöluverð með PU leðurbotni og fótum stgr.
90x200	89.900.-	74.900.-
100x200	94.900.-	79.900.-
140x200	119.900.-	104.900.-
153x203	124.900.-	109.900.-
160x210	129.900.-	114.900.-
180x200	149.900.-	134.900.-

Reverie Vönduð stillanleg heilsurúm

Hægt að nota iPad, iPhone, iPod Touch eða Android snjalltæki sem fjarstýringu.

- Inndraganlegur sterkur stálbotn. Rúm dregst upp að vegg þegar baki er lyft upp
- 10 mismunandi nuddstillingar
- Hljóðlátir og kraftmiklir mótórar
- Lyftigeta 2x611 kg. hvor botn
- Hliðar- og endastopparar svo dýnur færast ekki í sundur.
- Val um dökkann eða ljósan lit í bólstrun

5 ára ábyrgð

Frábært kynningarverð á MEMORY HEALTH CARE þrýstijöfnunar-heilsudýnum

Mótast að líkamanum og veitir mjög góðan stuðning. Þyndardreifingin er mjög góð og álagsþunntar við axlir og mjaðmir svo til engir. Kaldþrýstijöfnunarefni í efst lagi sem hjálpar við að viðhalda jöfnu hitastigi í líkamanum.

Stærð	Kynningarverð
80x200	94.900.-
90x200	99.900.-
120x200	119.900.-
140x200	139.900.-
160x200	149.900.-
180x200	169.900.-



5 ára ábyrgð

Ótrúlegt tilboð á gæðarúmum

REVERIE 7S með Memory heilsudýnu 2x90x200 cm
Verð aðeins kr. 379.900.-

Proflex stillanlegur botn með Memory heilsudýnu 2x90x200 cm
Verð aðeins kr. 249.900.-

Kíktu á www.reverie.com

REVERIE 7S með IQ-Care heilsudýnu 2x90x200 cm
Verð aðeins kr. 499.900.-

Proflex stillanlegur botn með IQ-Care heilsudýnu 2x90x200 cm
Verð aðeins kr. 369.900.-



*3.5% lántökugjald



Listhúsið - Reykjavík

12 mán. vaxtalausr greiðslur*

Svefn & heilsa

★★★★★

Fimm stjörnu verslun

Listhúsinu Laugardal - Sími 581 2233
 Baldursnesi 6, Akureyri - Sími 461 1150
 Opið virka daga kl. 10:00 - 18:00
 Laugardaga 12:00 - 16:00

www.svefn.is