

FRÉTTIR



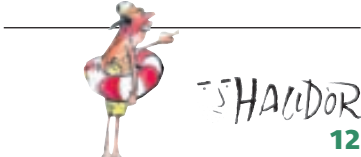
Hafa ekki starfsleyfi

Formaður borgarráðs segir svonefnda kampavinsstaði ekki hafa tilskilin leyfi til slíks reksturs. **2**

Fyrsta íslenska viskífið Frumkvöðlar eru að þróa framleiðslu nýs viskís úr íslensku byggi. **4**

Hreppaflutningar Eldri maður sem fékk ekki inni á hjúkunarheimili á sínum heimaslóðum vegna sparnaðar hjá ríkinu er nú loks fluttur heim. **6**

Bændur illa leiknir Dumbungur í veðri hefur orðið til þess að gulróta-upspera er aðeins þriðjungur þess sem vant er. Bændur nota mun meira rafmagn í gróðurhúsum. **6**



Bolungarvík	14°		N	2
Akureyri	19°		NA	2
Egilsstaðir	22°		A	2
Kirkjubæjarkl.	15°		A	5
Reykjavík	16°		NA	2

HLÝTT Í VEÐRI Hæg norðaustlæg eða breytileg átt og bjartviðri en sums staðar þoka við ströndina. Hiti 12-24 stig, hlýjast inn til landsins. **4**

2 SÉRBLÖÐ

Bílrúður | Fólk



TOPP MERKJAVARA Á BOTNVERÐI

VERÐVAKT RAFA

ALLAR PÖNNUR

50%

AFSLÁTTUR

Rafha

Suðurlandsbraut 16 108 Reykjavík
Sími 5880500 www.rafha.is

Sjálfsvígsvaktin brást á réttargeðdeildinni

Sex starfsmenn réttargeðdeildar Landspítalans sem ekki áttu að taka augun af sjúklingi í sjálfsvígshættu hafa fengið áminningu fyrir að bregðast starfsskyldum sínum. Eftirlitsmyndavélar komu upp um brot þeirra. Sjúklinginn sakaði ekki.

HEILBRIGÐISMÁL Sex starfsmenn réttargeðdeildar Landspítalans á Kleppi hafa verið áminntir í starfi fyrir að vanrækja eftirlit með sjúklingi sem talinn var í alvarlegri sjálfsvígshættu. Brot starfsmannanna uppgötvaðist þegar upptökur eftirlitsmynda véla voru skoðaðar.



PÁLL MATTHÍASSON

„Það sást á upptökum eftirlitsmyndavélanna að starfsmennirnir höfðu ekki viðeigandi eftirlit með sjúklingnum,“ segir Páll Matthíasson, framkvæmdastjóri geðsviðs Landspítalans.

Starfsmennirnir sex fengu formlega áminningu vegna brots í starfi rúmum mánuði eftir atvikið, sem varð 2. apríl í vor. Þeir óskuðu í kjölfarið eftir því að Persónuvernd tæki til skoðunar hvort réttmætt væri að nýta eftirlitsmyndavélar á réttargeðdeildinni til að fylgjast með störfum starfsfólksins með þessum hætti. Persónuvernd segir spítalann hafi staðið rétt að því að skoða upptökurnar. Páll segir eftirlitsmyndavélararnar aðeins vera í sameiginlegum rýmum og ekki í herbergjum sjúklinga.

Sjúklinginn sakaði ekki en Landspítalinn segir í athugasemdum vegna kvörtunar starfsmannanna að brot þeirra sé „litið mjög alvarlegum augum enda mikilvægir

Brotið er litið mjög alvarlegum augum enda mikilvægir hagsmunir sem varða öryggi og líf sjúklings í húfi.

Úr athugasemdum Landspítalans.

hagsmunir sem varða öryggi og líf sjúklings í húfi“. Upptökurnar hafi verið skoðaðar til að reyna að upplýsa þjófnaðarmál, en við það hafi vanræksla starfsmannanna komið í ljós. Því mótmæltu starfsmennirnir og skoruðu á spítalann að sýna fram á að meint þjófnaðarmál hefði yfir höfuð verið rannsakað.

- bj / sjá síðu 4

Spenna í Sjálfstæðisflokki: Fjögur að spá í efsta sætið

STJÓRNMÁL Fjórir borgarfulltrúar Sjálfstæðisflokks íhuga að gefa kost á sér í oddvitasæti haldi flokkurinn prófkjör fyrir



PORBJÖRG HELGA VIGFÚSDÓTTIR

borgarstjórnarkosningarnar á næsta ári. Opinskátt viðtal Nýs Lífs við Þorbjörgu Helgu Vigfúsdóttur borgarfulltrúa í síðustu viku olli talsverðu uppnámi meðal félaga hennar í borgarstjórnarflokki Sjálfstæðisflokksins. Þar kvaðst hún skammast sín fyrir að hafa tekið þátt í að gera Ólaf F. Magnússon að borgarstjóra. Þorbjörg Helga segist standa fyllilega við það sem fram kemur í tímaritsviðtalinu.

Auk Þorbjargar íhuga Gísli Marteinn Baldursson, Júlíus Vífill Ingvarsson og Kjartan Magnússon að bjóða sig fram í efsta sæti framboðslista flokksins. Fyrirkomulag við röðun á lista verður ákveðið í sumarlok. - þþ



FJÓLSKYLDA EVRÓPU- OG HEIMSMEISTARA Aníta ásamt sínum nánustu við Höfða í gær. Frá vinstri: Hinrik Stefánsson (faðir), Hildur Arnaldsdóttir (systir), Bryndís Ernstsóttir (móðir), Aníta, Sindri Hinriksson (bróðir), Ari Gylfi Arnaldsson (bróðir) og Arnaldur Gylfason (fósturfaðir).

FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

-ktd

Willam bretaprins og Kate, hertogaynjan af Cambridge, eru foreldrar:

Arftaki krúnunnar er drengur

BRETLAND Kate Middleton, hertogaynja af Cambridge, fæddi lítinn prins í gær, klukkan 16.24 að staðartíma. Mikil stemning myndaðist í höfuðborg Englands í gær þegar fréttir bárust af því að fæðingin væri komin af stað. Fjöldi fólks safnaðist saman við Buckingham-höllina og hópur fjölmiðlamanna beið í ofvæni fyrir utan sjúkrahúsið St. Mary's. Þar dvaldi Kate í einkaálmu.

Margir borgarbúa klæddu sig upp í gervi hinna nýbökuðu foreldra, og einnig í búning Harrys, bróður Williams.

Þegar formleg tilkynning þess efnis að arftaki krúnunnar væri fæddur var sett upp fyrir utan Buckingham-höllina brutust út mikil fagnaðarlæti. Prinsinn er sá þriðji í erfðaröð krúnunnar og búast má við því að einn daginn verði hann þjóðhöfðingi 16 ríkja, þar á meðal Bretlands, Ástralíu og Kanada, og æðsti stjórnarmaður bresku kirkjunnar.

Sagt er að hinir nýbökuðu konunglegu foreldrar ætli sér að veita syni sínum eins hefðbundið upp-



EFTIRHERMA Hópur fjölmiðlamanna safnaðist saman fyrir utan spítalann þar sem arftakinn fæddist og vakti þessi eftirherma hertogaynjunnar kátínu viðstadda.

MYND/AFP

eldi og mögulegt er. Það gæti reynst hægara sagt en gert þar sem segja má að meðlimir konungsfjölskyldunnar séu heimsfrægir stórstjórnur. -nej

20%

Þakklætisafsláttur

AF SLÖKUN ÚT JÚLÍ

Þökkum fyrir þær frábæru viðtökur sem SLÖKUN hefur fengið á Íslandi.

SPURNING DAGSINS



Kristján, ertu þá orðinn skelpunnur?

„Nei, reyndar ekki en samt með brjálaðan hausverk.“

Kristján Berg, eigandi Fiskikónsins, er orðinn uppiskroppa með bláskel vegna hremminga bláskeljabónða á Stykkishólmi.

Uppskeran sögð rýr eftir fimm daga lundaveiðitíma sem lýkur í dag í Vestmannaeyjum:

Er ekki neitt, neitt segir bjargveiðimaður

DÝRALÍF Lundaveiðar eru afar dræmar og reyndar svo lítið um hann að flestir veiðimenn ákváðu að sitja heima. Síðasti dagur lundaveiða í Vestmannaeyjum er í dag.

„Þetta er ekki neitt, neitt,“ segir Ólafur Guðjónsson, sem var yfir helgina við veiðar á Ystakletti. Hann segir að reyndar sé þetta ekki hentugur tími til veiðanna þar sem ungfuglinn sé ekki kominn á stjá.

„Við vorum fjórir og ég held að við höfum fengið um tuttugu og fimm á kjaft,“ bætir hann við.

Spurður hversu margir lundar liggja í háfnum þegar vel veiðist svarar hann að bragði: „Bættu bara einu núlli aftan við þessa tölu.“

Hann er ekki hjartsýnn á framtíð lundaveiða í Eyjum. „Þótt það sé gaman í Eyjum þá færa þeir sig bara þangað sem ætíð er að finna. Hann er bara farinn norður.“

Ólafur fer ekki til veiða norður í land. „Nei, ég er orðinn svo gamall, villimaðurinn er orðinn háflslakur í mér. Maður er líka búinn að fá að veiða nóg,“ segir hann og hlær við.

Ekki var þó allt hábölvað á Ystakletti því þessir fáu lundar sem þar sáust virtust hafa eitt-hvað í gogginn og ekki varð Ólafur var við mikinn pysjudauða. Eins losna menn við heimilisstörfin meðan dvalið er á Ystakletti en Ólafur vill ekki gera mikið úr því.

-jse



FAGURGOGGUR Á FLUGI Ekki var það ferð til fjár hjá þeim fáu sem nýttu sér lundaveiðimabilið sem lýkur í dag.

FRÉTTABLAÐIÐ/HEIDA



FRÁ KÁTUM DÖGUM Hér er boðið upp á Ægiskræsingar og hvítvínstár við höfnina. MYND/LANGANESBYGGD

Fyrsta skemmtiferðaskipið kom fyrir Káta daga:

Óvenju löng hátíð á Langanesi

MANNLÍF Síðasta vika var mikil hátíðarvika á Þórshöfn en þar var haldin hátíðin Kátir dagar um helgina. Þá var boðið upp á ýmsa sjávarrétti við höfnina og eins var mörgum sölubásum skotið upp. Að sögn Ólafs Steinarssonar sveitarstjóra voru á bilinu 250 til 300 manns við hátíðina. „Þetta var minna um sig hvað magnið varðar en gæðin alveg í hámarki,“ segir hann en umstangið var minna en undanfarin ár. Óvæntur atburður gerði það að verkum að hátíð hófst fyrr en ætlað var en mikil stemmning greip um sig í þorpinu þegar skemmtiferðarskipið National Geographic lagðist óvænt að höfn. Skipið var skammt frá þegar spurn barst hvort það mætti leggjast að, sem var auðsött mál. „Aðalgatan hérna varð bara allt í einu eins og Laugavegurinn,“ segir sveitarstjórinn.

- jse

Vegfarandur sýni aðgát:

Framkvæmdir víða á vegum

VEGAGERÐ Unnið er við brúargölf á Arnarnesvegi í Garðabæ. Framkvæmdir standa til föstudags.

Umferð er á meðan beint um tví-stefnuakstur á öðrum hluta brúarinnar. Umferð stórra ökutækja er bannaður um brúna á framkvæmdatímanum.

Þá er unnið að undirgöngum undir Reykjanesbraut við Hval-eyrarholt í Hafnarfirði. Umferði er beint um hjáleið á meðan. Einnig á malbikunarvinna við Suður-landsveg, fyrir austan Selfoss, að hefjast í dag.

Umferð verður á einni akrein í einu.

- mlþ

Steig óvart á bensíngjöfina:

Jeppa ekið á Melabúðina

SLYS Mikil mildi þótti að ekki fór verr og engin slys urðu á fólki þegar ökumaður jeppa keyrði á Melabúðina í Vesturbænum. Jeppanum var ekið inn í hlið verslunarinnar síðdegis í gær en maðurinn ætlaði að leggja bíl sínum en steig fyrir slysní á bensíngjöfina í stað bremsunnar.

„Það er algjört lán í oláni að enginn slasaðist. Tjónið skiptir okkur engu máli og það verður bætt, en bara gott að allir komumst heilir frá þessu,“ segir Pétur Alan Guðmundsson, eigandi Melabúðarinnar.

-bl/mlþ

Formaður borgarráðs dregur starfsleyfi í efa

Farið hefur verið fram á að málefni hinna svokölluðu kampavínsklúbba verði tekin fyrir á fundi borgarráðs að viðstöddum lögreglustjóra. Formaður borgarráðs segir að klúbbarnir sem um ræðir hafi ekki leyfi fyrir starfseminni sem þeir reki.

SAMFÉLAGSMÁL Starfsemi kampa-vínsklúbba, sem fjallað hefur verið um undanfarið, verður tekin til skoðunar hjá borgarráði þar sem þeir hafa ekki leyfi til að starf-rækja aðra tegund afþreyingar inni á stöðunum en venjulegan bar-rekstur.

„Kampavínsklúbbarnir eru þegar komnir á dagskrá hjá ráðinu og við munum afla upplýsinga um stöðu þeirra. Af umsóknum stað-anna um leyfi að dæma hafa þeir bara sótt um hefðbundin vín-veitingaleyfi,“ segir Dagur B. Eggertsson, formaður borgar-ráðs.

Spurður hvort sækja þurfi um sérstök leyfi fyrir annarri starfsemi en barrekstri segir Dagur að slík leyfi séu ekki gefin út lengur. „Við veitum auð-vitað ekki slík leyfi,“ segir hann.

Eftir að lögum um nektardans-staði var breytt og slík starfsemi bönnuð tóku hinir svokölluðu kampavínsklúbbar við. Teknar voru út undanþágur fyrir annarri starfsemi líkt og nektardansi.

Sóley Tómasdóttir, borgar-fulltrúi Vinstri grænna, hefur óskað sérstaklega eftir því að mál-efni staðanna verði tekin fyrir á fundi borgarráðs á fimmtudag og fer fram á að Stefán Eiríksson lög-reglustjóri sitji þann fund.



KAMPAVÍNSKLÚBBARNIR Málefni staðanna verða tekin fyrir á fundi í borgarráði. Sóley Tómasdóttir óskar eftir að lögreglustjóri sitji fundinn. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Stígamót skora á valdhafa

Stígamót gleðjast yfir því að borgarfulltrúinn Björk Vilhelmsdóttir gagnrýni og krefjist úttekta á starfsemi tveggja kampavínsklúbba á höfuðborgarsvæðinu. Þetta segir í yfirlýsingu frá Stígamótum. Eigendur kampavínsklúbba hafa meðal annars kært Björk fyrir meiðyrði vegna ummæla hennar um starfsemi staðanna.

Stígamót segja að málsókn á hendur þeim sem dirfist að gagnrýna starfsemi staða sem þessara sé „alþekkt fyrirbæri á heimsvísu og árangursrík leið til þöggunar á því sem þar fer fram“. Samtökin skora á valdhafa að skoða vandlega starfsemina.

„Við skorum á alla valdhafa þessa lands, ráðherra, þingmenn, borgarstjórn og lögregluþyrirvöld, að skoða vandlega hvað fram fer á hinum svokölluðu kampavínsklúbbum og tryggja að konur séu ekki undir nokkrum kringum-stæðum seldar á afvikna staði fyrir háar fjárhæðir,“ segja Stígamót.

„Eftir umfjöllun síðustu daga þá finnst mér að við sem borgar-yfirvöld, sem höfum verið í farar-broddi í baráttunni gegn nektar-dansstöðunum allan tímann, fáum lögregluna á okkar fund og fáum að vita hvers hún hefur orðið áskynja,“ segir Sóley sem kveðst vilja getað

treyst því að öll starfsemi skemmti-staða sé lögleg.

„Við viljum ekki hafa þjónustu hér í borginni sem vekur upp spurn-ingar. Við viljum bara reka hérna skemmtistaði í miðborginni þar sem hægt er að treysta því að allt sé í lagi,“ segir Sóley.

maria@frettabladid.is

Heimilis

GRJÓNAGRAUTUR

Alveg mátulegur

Mikilvægt að tína sveppi þegar þeir eru ungir og ferskir segir sérfræðingur:

Sveppatímabilið komið af stað

NÁTTÚRA Áhugamenn um sveppatínslu eru farnir að stika um skóga með hníf og körfu í hendi enda sveppatímabilið hafið víðast hvar á landinu.

„Maður þarf að tína sveppina sem fyrst á meðan þeir eru ungir og ferskir,“ segir Halldór Sverrisson, sérfræðingur hjá Landbúnaðarháskóla Íslands og sveppaáhugamaður.

„Sveppirnir eru fljótir að skemmast, flugur verpa í þá og þeir verða ókræsilegir ef þeir eru ekki teknir strax. Það er um að gera að vakta þetta og grípa tækifærið þegar þeir koma. Nú ætti fólk að fara að kíkja eftir þessu.“

Halldór fór sjálfur í fyrstu ferðina um síðustu helgi og segir að þótt ekki sé komið sérstaklega mikið af sveppum sé þetta allt að koma.

Hann segir ekki flókið að tína sveppi á Íslandi, og engin hætta á ferðum kunni menn einfalda þumalputtareglu við að velja sveppina. „Ef maður tínir bara sveppi sem vaxa nærri trjám og eru með svamp undir hattinum, ekki blöð, þá eru það allt saman ætir og góðir sveppir og engin hætta á að menn séu að borða eitthvað eitrað,“ segir Halldór.

- bj



SVEPPIR Sveppatímabilið hefst á fremur hefðbundnum tíma, enda þarf júlí að vera bæði heitur og blautur til að sveppirnir séu fyrr á ferðinni. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

„Mér finnst frábært að komast í netbankann í símanum hvar sem er“



Markmið Landsbankans er að veita viðskiptavinum bestu mögulegu þjónustu. Bankaviðskipti eiga að vera ánægjuleg og byggjast á trausti og skilningi. Við erum stolt af því að vera með ánægðustu viðskiptavinum meðal fjármálafyrirtækja.

Kynntu þér þjónustu Landsbankans. Við tökum vel á móti þér.

Eyrún Hrefna Helgadóttir
Viðskiptavinur Landsbankans



SVONA ERUM VIÐ



22,6% vöxtur verður í íbúðafjárfestingu á árinu samkvæmt hagspá ASÍ.

Vöxturinn á næsta ári verður svipaður, um 22,5 prósent.

ASÍ segir í nýlegri hagspá að jarðvegur fyrir íbúðakaup hafi batnað með minnkandi óvissu.

Íslenskir kornbændur leita ýmissa leiða til að auka verðmæti og möguleika við vinnslu á íslensku korni:

Frumkvöðlar þróa fyrsta íslenska viskíið

ATVINNUMÁL Þróunarvinna er hafin við bruggun á íslensku viskí sem vonast er til að komist á markað innan fárra ára. Birgir Már Sigurðsson, höfundur Þoran-verkefnisins, segir að þessi þróunarvinna hafi verið tryggð þar sem verkefnið hafi verið kosið eitt af tíu álitlegustu viðskiptahugmyndunum í frumkvöðlakeppninni Startup Reykjavík. „Þannig að við erum með sérhæfða leiðbeinendur sem hjálpa okkur við þessa vinnu,“ segir hann.

Birgir Már segir að bæði sé verið að þróa að brugga úr íslensku og erlendu byggi. „Reyndar er það svolítið óhentugt hvað það spírar illa en það er líka verið að þróa þá ræktun hér á landi þótt ekki sé verið að erfða-breyta neinu,“ segir hann. „Seinnipart ágúst verður verkefnið kynnt fjárfestum og ég er bjartsýnn á að þeir taki okkur vel. Þá var bara hægt að einhenda sér í þróunarvinnuna og svo vinnslu og markaðssetningu.“

Óttar Bragi Práinsson kornbóndi segir að mikil umræða eigi sér stað um hvernig auka megi verðmæti kornsins. Nú þegar er bruggaður bjór úr íslensku byggi og eins eru kornbændur á Þorvaldseyri og á Vallanesi fyrir austan með framleiðslu á morgunkorni og öðrum kornvörum.

- jse

PRÓA ÍSLENSKT VISKÍ Jóhannes Valberg, tækni- og þróunarstjóri Þorans, Birgir Már Sigurðsson stofnandi og Bergþóra Aradóttir framkvæmdastjóri.



GRÍSKIR RÁÐAMENN Antonis Samaras forsætisráðherra og Jannis Stournarás fjármálaráðherra á þingi í síðustu viku.

NORDICPHOTOS/AFP

Nýjar tölur frá Eurostat:

Skuldastaða evruríkja verri

BRETLAND, AP Skuldastaða evruríkjanna heldur áfram að versna, þrátt fyrir grimman niðurskurð og skattahækkanir.

Eurostat, hagstofa Evrópusambandsins, skýrir frá því að skuldahlutfallið á fyrsta ársfjórðungi hafi að meðaltali verið 92 prósent af landsframleiðslu og hafi aldrei verið verri.

Verst er ástandið enn í Grikklandi, þar sem skuldahlutfallið er 160 prósent. Einungis tveimur ríkjunum, Þýskalandi og Eistlandi, hefur tekist að lækka skuldahlutfallið lítillega.

- gb

LÖGREGLUFRÉTTIR

Með 100 grömm af grasi

Lögreglan í Vestmannaeyjum handtók aðfaranótt sunnudags ökumann á fimmtugsaldri sem var undir áhrifum kannabisefna. Hann var auk þess með hundrað grömm af kannabisefnum í fórum sínum, sem hann játaði að eiga og viðurkenndi að ætluð væru til sölu.

Árétting:

Carmen Jóhannsdóttir, fyrrverandi hljómsveitarmeðlimur í Sísý Ey, var rangfeðruð í blaði gærdagsins og beðist er velvirðingar á þeim mistökum. Carmen vill einnig koma þeim skilaboðum áleiðis að brotthvarf hennar úr sveitinni tengist flutningum hennar til útlanda.

Starfsmenn áminntir á réttargeðdeild LSH

Sex starfsmenn réttargeðdeildar Landspítalans sem ekki áttu að taka augun af sjúklingi í sjálfsvígshættu voru áminntir fyrir brot í starfi. Málið komst upp við skoðun á upptökum úr eftirlitsmyndavélum. Þeir mótmæltu notkun myndefnisins.

HEILBRIGÐISMÁL Sex starfsmenn réttargeðdeildar Landspítalans á Kleppi hafa verið áminntir í starfi fyrir að vanrækja eftirlit með sjúklingi sem talinn var í alvarlegri sjálfsvígshættu.

„Það sást á upptökum eftirlitsmyndavélanna að starfsmennirnir höfðu ekki viðeigandi eftirlit með sjúklingnum,“

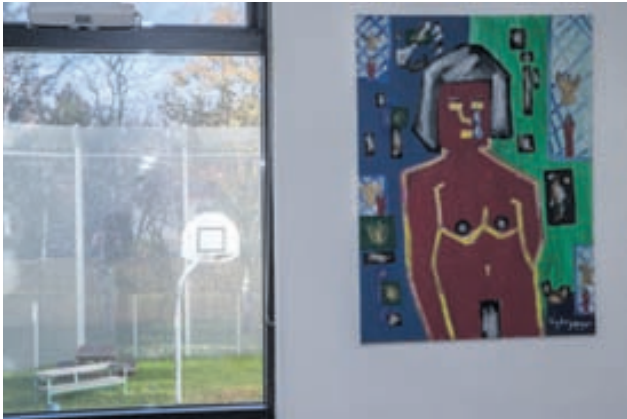
segir Páll Matthíasson, framkvæmdastjóri geðsviðs Landspítalans. Enginn skaðaðist vegna atviksins.

„Það er mjög mikilvægt á svona deild að sjúklingnum,“ segir Páll. Hann segir verklagið skýrt og atvikið ekki hafa gefið tilefni til að breyta því.

Atvikið kom upp 2. apríl síðastliðinn og fengu starfsmennirnir sex formlega áminningu vegna brots í starfi rúnum mánuði síðar.

Starfsmennirnir sex óskuðu í kjölfarið eftir því að Persónuvernd tæki til skoðunar hvort réttmætt væri að nýta eftirlitsmyndavélar á réttargeðdeildinni til að fylgjast með störfum starfsfólksins með þessum hætti.

Í úrskurði Persónuverndar kemur fram að spítalinn hafi staðið rétt að því að skoða upptökurnar. „Það eru myndavélar víða, þetta er jú réttargeðdeild þar sem þarf að hafa mikið öryggi,“ segir Páll. Vélarnar séu aðeins í sameiginlegum rýmum, ekki í herbergjum sjúklinga.



RÉTTAR-GEÐDEILD Starfsmenn réttargeðdeildar Landspítalans fengu fyrirmæli um að taka ekki augun af sjúklingi sem hafði áður reynt sjálfsvíg en sinnu ekki þeirri skyldu.

FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

Segja fleiri hafa stundað sama vinnulag

Í leiðbeiningum fyrir starfsmennina um umræddan sjúkling sagði meðal annars: „Á að baki ítrekaðar tilraunir til að stytta sér aldur. Má því ekki líta af honum auga. Mikilvægt að allir geri sér grein fyrir því að líf einstaklings er á ábyrgð deildarinnar.“ Stjórnendur Landspítalans telja starfsmennina ekki hafa fylgt þessum skýru fyrirmælum.

Starfsmennirnir telja hins vegar að vinnulag sem þeir hafi fengið áminningu fyrir hafi ekki verið ekki einskorðað við þá eina.

Páll Matthíasson, framkvæmdastjóri geðsviðs Landspítalans, segir að allt það tímabil sem tæknin hafi leýft yfirmönnum að skoða hafi verið skoðað og tekið á málum „á viðeigandi hátt“.

Í athugasemdum spítalans vegna kvörtunar starfsmannanna segir að brotið sé „lítið mjög alvarlegum augum enda mikilvægir hagsmunir sem varða öryggi og líf sjúklings í húfi“. Nauðsynlegt hafi verið að bregðast við brotunum.

Enn fremur er vísað til þess að kerfið hefði verið sett upp með vitneskju starfsmannanna til að

tryggja öryggi sjúklinga. Upp-tökurnar hefðu verið skoðaðar til að reyna að upplýsa þjófnaðarmál. Þá hefði vanræksla starfsmannanna komið í ljós. Því mótmæltu starfsmennirnir og skoruðu á spítalann að sýna fram á að meint þjófnaðarmál hefði yfirhöfuð verið rannsakað.

brjann@frettabladid.is

Lést í svifvængjaflugi í Zürich í Sviss

Hulda Björk Þóroddsdóttir lést af slysförum í Zürich í Sviss þann 20. júlí síðastliðinn.



HULDA BJÖRK ÞÓRODDSDÓTTIR

Hulda Björk var, ásamt eiginmanni sínum og hópi annarra, á skipulagðri æfingu í svifvængjaflugi skammt frá heimili sínu. Í lokaæfingu undir stjórn leiðbeinanda lenti Hulda í aðstæðum sem hún réði ekki við og vara-fallhlíf náði ekki að draga nægilega úr falli hennar.

Hulda Björk var látin er að var komið. Hulda starfaði hjá endurskoðunar- og ráðgjafafyrirtækinu Deloitte.

Eftirlifandi eiginmaður Huldu er Jared Evan Bibler.

Verðkönnun á barnavörum:

Fjórum sinnum dýrara á Íslandi

VERSLUN Algengt er að verð á barnavörum hér á landi sé þrisvar til fjórum sinnum hærra en í Bandaríkjunum.

Þetta kom fram í kvöldfréttum Stöðvar 2 sem kannaði verð á barnavörum í verslunum héraendis og vestanhafs. Sem dæmi má nefna að tvíburakerra kostar tæpar 28.000 krónur ytra en um 87.000 krónur hér á landi. Þá var barnabílstóll tekinn sem dæmi. Vestanhafs kostar barnabílstóll rúmar 18.000 krónur en hér heima kostar sami stóll 64.495 krónur.

- hv/mlp



Gardavatn & Feneyjar

Haut 9

14. - 24. september

Fararstjóri: Hlín Gunnarsdóttir

Verð: 209.800 kr.

á mann í tvíþýli. Mjög mikið innifalið!

Gardavatn hefur verið einn vinsælasti áfangastaður Íslendinga til margra ára. Áhugaverðar skoðunarferðir, m.a. í siglingu á Gardavatni og til Feneyja.

Bókaðu núna á baendaferdir.is

Sími 570 2790 | bokun@baendaferdir.is | Síðumúla 2, 108 RVK





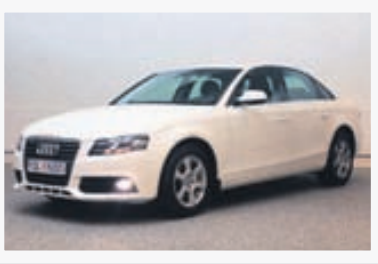
VW Passat Highline Ecofuel

Árgerð 2013, bensín/metan
Ekinn 800 km, sjálfsk.

Ásett verð:
4.990.000,-

Meðal búnaðar
bifreiðarinnar eru 17"
álfelgur, leiðsögu-
kerfi fyrir Ísland,
bakkmyndavél,
climatronic miðstöð,
aðgerðarstýri, leður-
og alcantara áklæði á
sætum, sóllúga o.fl.

MIKIÐ ÚRVAL AF GÆÐABÍLUM Á GÓÐU VERÐI



Audi A4 2,0 TDi At
Árgerð 2011, dísil
Ekinn 32.000 km, sjálfskiptur
Ásett verð: **4.890.000,-**



Audi A4 Avant 2,0 TDi
Árgerð 2011, dísil
Ekinn 23.000 km, sjálfskiptur
Ásett verð: **5.490.000,-**



Audi Q7 TDi V8
Árgerð 2007, dísil
Ekinn 104.000 km, sjálfskiptur
Ásett verð: **8.490.000,-**



Mitsubishi ASX
Árgerð 2011, dísil
Ekinn 23.000 km, beinskiptur
Ásett verð: **4.150.000,-**



Kia Sportage III EX 4WD
Árgerð 2011, bensín
Ekinn 44.000 km, sjálfskiptur
Ásett verð: **4.990.000,-**



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



VW Fox 1.2 Basicl.
Árgerð 2006, bensín
Ekinn 110.000 km, beinskiptur
Ásett verð: **740.000,-**



Kia Sorento III
Árgerð 2011, dísil
Ekinn 37.000 km, sjálfskiptur
Ásett verð: **6.250.000,-**



Tilboð 1.990.000,-

MM Pajero 3.5 GLS
Árgerð 2004, bensín
Ekinn 110.000 km, sjálfskiptur
Ásett verð: **2.590.000,-**



Tilboð 1.990.000,-

Subaru Forester 2000 cs
Árgerð 2007, bensín
Ekinn 104.000 km, sjálfskiptur
Ásett verð: **2.290.000,-**



Tilboð 1.350.000,-

M. Benz ML55AMG
Árgerð 2000, bensín
Ekinn 177.000 km, sjálfskiptur
Ásett verð: **1.790.000,-**



Tilboð 2.790.000,-

VW Touareg v8
Árgerð 2005, bensín
Ekinn 120.000 km, sjálfskiptur
Ásett verð: **3.450.000,-**



Tilboð 4.990.000,-

Toyota RAV4
Árgerð 2012, bensín
Ekinn 24.000 km, sjálfskiptur
Ásett verð: **5.390.000,-**



Tilboð 3.890.000,-

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



Tilboð 2.990.000,-

VW Touareg R5 2,5 tdi
Árgerð 2004, dísil
Ekinn 136.000 km, sjálfskiptur
Ásett verð: **3.490.000,-**



Tilboð 5.790.000,-

Lexus RX350
Árgerð 2008, bensín
Ekinn 63.000 km, sjálfskiptur
Ásett verð: **6.990.000,-**



**NOTAÐIR
BÍLAR**

Komdu og skoðaðu úrvalið!

Laugavegi 174 | Sími 590 5040
Opið virka daga frá kl. 10-18 og laugardaga kl. 12-16

Kíkið inná:

heklanotadirbilar.is

VEISTU SVARIÐ?



1. Hverjir kanna möguleikann á risa-vöxnu minkabúi hér á landi?
2. Hverjir eru á bak við nýju hljómsveitina Starwalker?
3. Hver spilaði sinn síðasta landsleik í vikunni?

SVÖR

1. Kinnverjar. 2. Barði Jóhannsson og JB Dinnkel. 3. Katrín Jónsdóttir.

Frómlynd kona finnur veski: Fundarlaun í vanskilum

LÖGREGLUMÁL Konu nokkurrar sem fann veski fullt af fjármunum á Suðurnesjum biða fundarlaun erlends ferðamanns sem vill launa henni frómlyndið. Að sögn lögreglunnar átti ferðamaðurinn erfitt með að trúá því þegar hann var kallaður til lögreglustöðvar síðastliðinn föstudag til að vitja veskisins sem var jafn þykkt og þegar hann týndi því. Vil hann ólmur hafa upp á þessari velgerðarkonu en ekki hefur tekist að hafa uppi á henni enn þá.

- jse

Börn Múhameds Morsis: Saka herinn um mannrán

EGYPTALAND, AP Börn Múhameds Morsis, fyrrverandi Egyptalandsforseta, saka egypska herinn um að hafa rænt föður sínum og segja herinn bera alla ábyrgð á öryggi Morsis.

„Það sem gerðist var eins konar mannrán,” sagði einn sona Morsis, Osama sem er lögfræðingur. „Ég get ekki fundið neinar löglegar leiðir til að ná sambandi við hann.”

Þetta er í fyrsta sinn sem einhver úr fjölskyldu Morsis tjáir sig opinberlega frá því honum steypt af stóli og settur í stofufangelsi í byrjun mánaðarins.

- gb

Barnafatamerkið Ígló hefur breytt nafni sínu í Ígló&Indí og hefur vörulína þeirra aldrei verið stærri:

Ígló eykur áherslu á erlenda markaði

HÖNNUN Íslenska barnafatamerkið Ígló hugar nú að því að auka umsvif fyrirtækisins til muna. Vörulína þeirra hefur aldrei verið stærri og er nú unnið að því að kynna nýja línu erlendis.

Merkið fékk á dögunum nýtt nafn, nýja heimasíðu og nýjar persónur í sögu merkisins. Fyrirtækið hefur breytt nafni sínu í Ígló&Indí og stækkað vörulínu sína til muna.

Eigendur fyrirtækisins eru þær Guðrún Tinna Ólafsdóttir framkvæmdastjóri og Helga Ólafsdóttir

fatahönnuður, sem er aðal hugmyndasmiðurinn á bak við merkið.

„Ígló er lítill karl sem lengi hefur verið aðalpersónan í merkinu. Nú er Ígló búinn að eignast litlu systurina Indí,” segir Guðrún Tinna og bætir við að breyting á nafninu sé meðal annars vegna þess að vörumerkið Ígló reyndist ekki einkaleyfishæft í öllum löndum. „Einnig hefur vöruúrval í ungubarnalínu okkar aukist og þá þótti okkur tilvalið að fá yngri persónu til að prýða fötin,” segir Guðrún Tinna.

Fatamerkið er nú selt í tíu löndum og stefna eigendur fyrirtækisins á enn stærri markað í framtíðinni.

„Ástæðan fyrir því að við erum að leggja aukna áherslu á erlenda markaði er að íslenski markaðurinn er of lítill. Við þurfum að selja ákveðinn fjölda af stykkjum til þess að geta boðið upp á ákveðna breidd af vöruúrvali,” segir Guðrún og útskýrir að íslensku börnin séu hreinlega of fá. „Því stærra sem merkið verður erlendis því betri



ÍGLÓ FÆRIR ÚT KVÍARNAR Guðrún Tinna Ólafsdóttir og Helga Ólafsdóttir, eigendur Ígló&Indí, með börn sín.

Þjónustu getum við boðið upp á hér heima,” bætir Guðrún Tinna við. -le

Bændur illa leiknir í vætu og dumbungi

Á Suðurlandi er sums staðar ekki hægt að komast yfir akra, garða og tún vegna vætu. Gulrótabóndi uppsker nú minna en þriðjung síðastliðinna ára. Rafmagnsreikningurinn er jafnvel 20 prósentum hærri nú en í fyrra vegna dumbungs.

LANDBÚNAÐUR Langvarandi dumbungur og vætutíð hefur leikið garðyrkjubændur á Suðurlandi grátt. Útiuppskera er sums staðar hálfum mánuði eða þremur vikum seinna á ferðinni en undanfarin ár. Útiræktandi á Flúðum uppsker nú innan við þriðjung af því sem hann gerði í fyrra. Í inniræktun sjá menn svo fram á háan rafmagnsreikning þar sem oft þarf að lýsa gróðurhúsin upp í dumbungstíðinni.

Garðarnir hjá S.R. grænmeti hafa orðið sérlega illa úti. „Það er gífurlega erfitt að komast um garða,” segir Ragnheiður Þórarinsdóttir hjá S.R. grænmeti. „Það er ekki fyrir nema framhjóladrifna traktora að komast þetta og sums staðar er hreinlega ekki hægt að komast um þannig að þótt maður eigi uppskeru í garði þá er ekki hægt að sækja hana. Svo þjáist þetta af áburðarskort. Hann hefur skolest af í vætunni þannig að þetta er minna um sig, enda hefur líka verið svo kalt að þetta nær ekkert að vaxa. Það sem ég er að uppskera núna er ekki einu sinni einn þriðji af því sem það var í fyrra.” S.R. grænmeti ræktar gulrætur, rófur og kál.

Á Jörfa á Flúðum er engin jörfagleði en þar er mikil kálræktun. „Uppskerutíminn er stuttur og við myndum vilja að landinn væri nú þegar farinn að japla á íslensku káli en vegna tíðarfarsins hefur hann þurft að gera sér spænskt, hollenskt eða ísraelskt að góðu enn sem komið er,” segir Friðrik R. Friðriksson hjá Jörfa.



Í BETRI TÍÐ Hér er Friðrik á fullu við uppskeruna, sem er sein á ferðinni í ár. Annar garðyrkjubóndi hefur áhyggjur af því að mikil vinna verði eftir enn þegar skóla-krakkarnir þurfa aftur að hverfa að skruddum sínum.

MYND/SÖLUFÉLAG GARÐYRKJUMANNA

„Ég varð að kalla á gröfu til að draga traktorinn lausan af hveitiakrinum, þetta hefur aldrei komið fyrir svona á miðsumri.

Óttar Bragi Þráinsson, kornbóndi á Miklaholti.

til að slá það og nota í föður en einnig er hægt að biða fram á haust og athuga hvort úr rætist. „Ég man ekki eftir annarri eins vætutíð,” segir Óttar Bragi. „Ég varð að kalla á gröfu til að draga traktorinn lausan af hveitiakrinum, þetta hefur ekki komið fyrir svona á miðsumri.” jse@frettabladid.is



Hundrað milljónum varið í hjúkrunarrými sem standa auð í Ólafsvík:

Fékk ekki laust elliheimilispláss

SAMFÉLAGSMÁL Aldraður maður úr Snæfellsbæ fékk ekki pláss á hjúkrunarheimili í bænum þrátt fyrir að tvö rými standi auð og þurfti því að dveljast á hjúkrunarheimili í Búðardal.

„Þetta er fáránlegt,” segir Kristinn Jónasson bæjarstjóri. „Það er afar sérstakt á 21. öldinni að hægt sé að færa einstaklinga milli landshluta en ekki fjármunina. Fjölskylda hans er í heimabyggðinni og getur ekki ferðast inn í Búðardal til þess að heimsækja hann.”

Kristinn segir þetta undarlegt í ljósi þess að í bæjarfélaginu standi tvö hjúkrunarrými auð vegna þess að ráðuneytið veitir ekki leyfi til notkunar þeirra. „Við fáum ekki að nýta rými sem eru 100 milljóna króna virði.” Hann segir ekki skynsamlegt að byggja rými sem ekki eru ætluð til notkunar. „Þetta er ekki góð nýting á almannafé.”

Mál mannsins var rætt á bæjarráðsfundi í byrjun júlí. Var þá tekin sú ákvörðun að flytja manninn til Snæfellsbæjar og átti að fella kostnaðinn á bæjarfélagið.

„Sem betur fer leystist þetta að lokum en þetta var leiðinlegt mál,” segir Kristinn.



KRISTINN JÓNASSON Bæjarstjóri Snæfellsbæjar segir fáránlegt að aldraður maður geti ekki fengið þjónustu í heimabyggð sinni þar sem aðstaðan er til staðar.

„Hreppaflutningar eiga ekki að vera við lýði á Íslandi,” segir Kristinn. „Ef tækifæri er til eru það sjálfsögð réttindi að fólk fái þjónustu í sinni heimabyggð.” -nej

ÚTSALA!

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



KAK 1281 tungusófi í leðri

Stærð: 282 x 103 x 173 cm

Litir: svart og kastaníubránt

Verð: 649.000,- nú **454.300,-**



idp Nadir leðursófasett

Stærð: 3ja 215x107x75, 2ja 165x107x75

Litir: ljóst og grátt

Verð: 3ja + 2ja 1.155.000,- nú **577.500,-**



Crescent tungusófi

Stærð: 285 x 165 cm

Verð í áklæði: 686.000,-, nú **480.200,-**



HTL 7908 sófasett í leðri 3+1+1

Litir: svart og brúnt

Verð: 496.000,- nú **347.200,-**



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

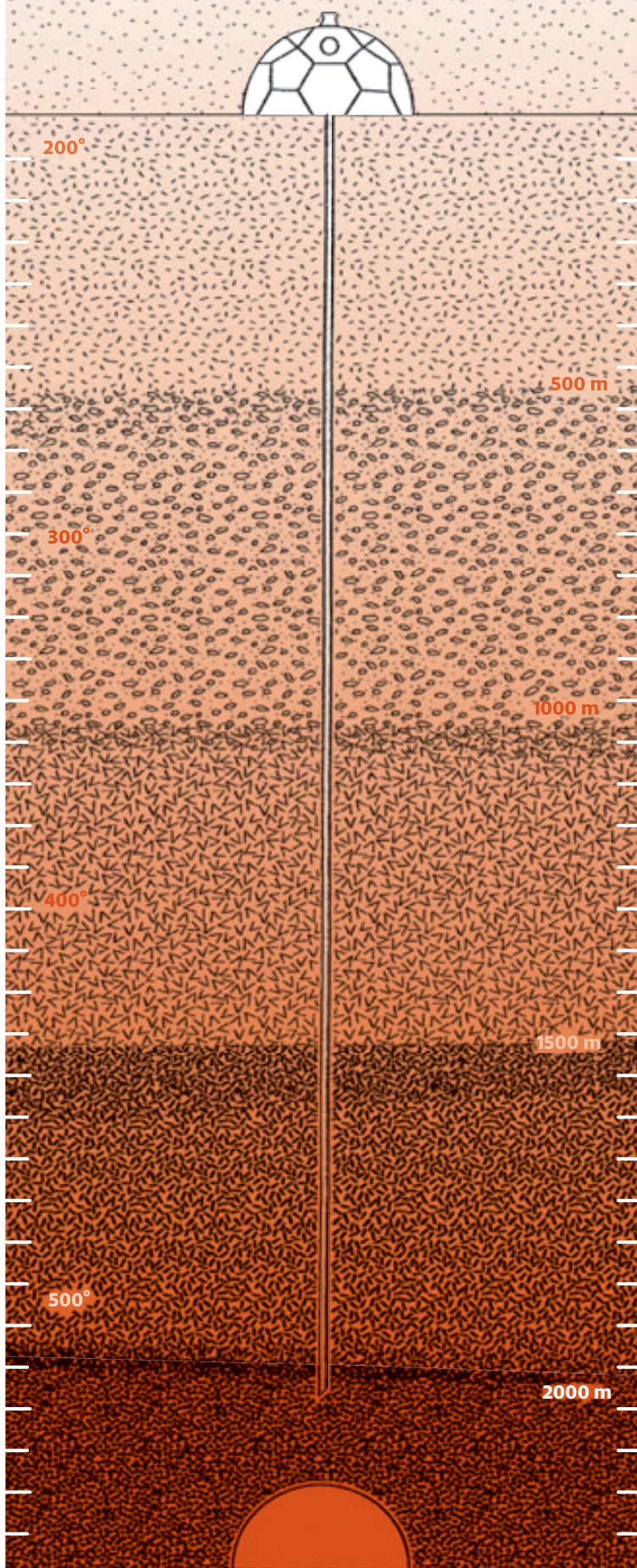
Verð: 695.000,- nú **486.500,-**

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.

Heitasti staðurinn í sumar!



Á ferð um Norðurland er upplagt að koma við á háhitasvæðinu við Kröflu og kynnst brautryðjendaverkefni í vinnslu jarðvarma. Gestastofan er opin alla daga og það er alltaf heitt á könnunni.

Gestastofur Landsvirkjunar eru opnar frá kl. 10–17 alla daga í sumar:

Kröflustöð: Jarðvarmasýning í gestastofu

Búrfellsstöð: Gagnvirk orkusýning og vindmyllur á Hafinu

Fljótalsstöð: Gestastofa í Végarði og leiðsögn um Kárahnjúka

Nánari upplýsingar á www.landsvirkjun.is/heimsoknir

Utanríkisráðherrar ESB grípa til aðgerða gegn hernaðararmi Hezbollah:

Á lista yfir hryðjuverkasmötök

LÍBANON, AP Á fundi utanríkisráðherra Evrópusambandsins var í gærmorgun samþykkt að hernaðararmur Hezbollah-samtakanna í Líbanon yrði settur á lista yfir hryðjuverkasmötök.

Árás Hezbollah-liða á ísraelska ferðamenn í Búlgaríu á síðasta ári réð miklu um þessa niðurstöðu. Einnig er nefndur stuðningur Hezbollah við stjórnarher Bashirs al Assad Sýrlandsforseta.

Ákvörðunin þýðir að einstaklingar tengdir hernaðararmi sam-

takanna fá ekki vegabréfsáritanir til ESB-ríkja. Einnig verða eignir í bönkum ESB-ríkja frýstar.

Hezbollah-samtökin eru áhrifamikill stjórnmálaflokkur í Líbanon en ESB vonast til þess að með því að setja einungis hernaðararm þeirra á þennan lista eigi það hvorki eftir að hafa slæm áhrif á stjórnmál í Líbanon né samskipti við ESB.

Hezbollah hefur neitað aðild að árásinni í Búlgaríu þar sem fimm Ísraelar og einn Búlgari létust. Dómstóll á Kýpur komst í mars að



LIÐSMENN HEZBOLLAH Samtökin hafa jafnan neitað aðild að árásinni í Búlgaríu.

NORDICPHOTOS/AFP

þeirri niðurstöðu að einn liðsmaður Hezbollah hefði tekið þátt í að skipuleggja árásina.

-gb

Fangelsisdómur í Dúbaí felldur niður

Marte Dalelv er frjáls ferða sinna eftir að hún var náðuð í Dúbaí, þar sem hún hafði verið dæmd til að sitja sextán mánuði í fangelsi eftir að hafa kært nauðgun. Norsk stjórnvöld segja þrýsting frá sér og umfjöllun fjölmiðla hafa haft áhrif.

DÚBAÍ Marte Deborah Dalelv, norska konan sem hlaut 16 mánaða fangelsisdóm í Dúbaí eftir að hafa kært samstarfsmann sinn fyrir nauðgun, var náðuð í gærmorgun.

Hún átti fund með saksóknara ásamt lögfræðingi sínum, Mahmúd Azab, þar sem þeim var tilkynnt þetta. Hún fékk vegabréf sitt afhent frá saksóknaraembættinu og er nú frjálst að fara heim til Noregs.

„Ég veit ekki hvenær ég kemst heim en ég fer eins fljótt og mögulegt er,“ sagði Dalelv við fjölmiðla fyrir utan félagsmiðstöð Skandinava í Dúbaí í gær. „Ég er afskaplega hamingjusöm.“

Dalelv, sem er 24 ára gömul, kærði nauðgunina til lögreglu í mars en niðurstaða dómara var sú að senda hana í fangelsi fyrir að hafa stundað kynlíf utan hjónabands og drukkið áfengi.

Bæði Jens Stoltenberg, forsætisráðherra Noregs, og Espen Barth Eide utanríkisráðherra sendu Twitter-skilaboð í gær þar sem þeir fögnuðu þessari niðurstöðu.

„Baráttan fyrir mannréttindum heldur áfram,“ sagði Eide.

Dómurinn vakti hörð viðbrögð á Vesturlöndum og hefur verið áberandi í fréttum.

Eide segir í viðtali við norsku fréttastofuna NTB að bæði umfjöllun í fjölmiðlum og þrýstingur frá norskum stjórnvöldum hafi hjálpað til við að fá Dalelv lausa.

Dalelv vann hjá verslunarkeðju sem er með á annan tug útibúa í Dúbaí og nágrannalöndum. Hún var rekin úr starfi sínu þann 9.



MARTA DEBORAH DALELV Náðuð af sextán mánaða fangelsisdómi fyrir kynlíf utan hjónabands.

MYND/KAMRAN JEBREILI

Meintur nauðgari einnig náðaður

Mahmúd Azab, lögmaður Dalelv, segir að um leið og hún fékk vegabréf sitt hafi maður að nafni Havarí fengið afhent sitt vegabréf og verið laus allra mála.

Havarí er 33 ára gamall Súdani. Hann var yfirmaður hennar og sá sem hún sakaði um að hafa nauðgað sér. Dómstóllinn hafði dæmt hann til þrettán mánaða fangavistar fyrir kynlíf utan hjónabands og áfengisdrykkju.

apríl af yfirmanni sínum, Wissam al Mana, sem er eiginmaður bandarísku söngkonunnar Janet Jackson.

Stjórnvöld í Dúbaí hafa byggt upp afar vestrænt og heimsborgar-

alegt umhverfi og leggja mikla áherslu á að fá vestræna ferðamenn til landsins. Þar í landi verður heimsmeistaramótið í knattspyrnu haldið árið 2022.

gudsteinn@frettabladid.is

20% afsláttur

Gildir í júlí



Apótekarinn+
byf á lægra verði



Takk fyrir
gott mót!



Síminn er aðalstyrktaraðili
Símamótsins 2013

Síminn þakkar tæplega 1.700 hressum keppendum úr 240 liðum kærlega fyrir frábært Símamót 2013.
Skoðaðu fleiri myndir frá mótinu á Facebooksíðu Símons.

Sjáumst hress á Símamótinu 2014

Tryggja netið gegn glæpamönnum

Nýlega tók netöryggissveit Íslands formlega til starfa undir merkjum Póst- og fjarskiptastofnunar. Forstjórinn segir netöryggi skipta æ meira máli við netvæðingu samfélagsins. Mikilvægt sé að auka umræðu um netöryggismál. Pau séu á ábyrgð okkar allra.



Netöryggi er hugtak sem hefur skotið upp kollinum síðustu misseri og snertir sífellt fleiri eftir því sem rafræn samskipti leika stærra hlutverk í lífi og störfum almennings.

Annars vegar tekur netöryggi til þess hve mikilvægt er að vernda innviði upplýsingasamfélagsins fyrir áföllum af völdum náttúruhamfara eða veðurs, til dæmis þar sem línur rofna og mannvirki skemmast.

Hins vegar eru það ógnir sem eru af mannavöldum þar sem tilgangurinn er fjárhagslegur ávinningur með glæpsamlegu framferði eða pólitískur, þar sem reynt er að klekkja á andstæðingum.

Áhersla á glæpavarnir

„Við horfum að sjálfsögðu til beggja atriða í netöryggismálum en í dag er eilítið meiri áhersla á síðara atriðið, því að það eru þau mál sem eru í uppbyggingu einmitt sem stendur. Hitt atriðið er þó það sem er líklegra til að valda búsifjum hér á landi,“ segir Hrafnkell V. Gíslason, forstjóri Póst- og fjarskiptastofnunar sem hefur þau mál á sinni könnu. Þar er meðal annars rekin sérstök netöryggissveit, CERT-ÍS, sem sjá á um viðbúnað gegn netógnum af mannavöldum. Sveitin telur þrjá starfsmenn sem vinna eftir skýrt skilgreindum reglum sem koma fram í nýrri reglugerð.

Netglæpamönnum vex ásmegin

Aðspurður segir Hrafnkell að nokkurn vöxt megi merkja í skipulögðum netárásum á alþjóðlegum vettvangi. „Þeim aðilum sem standa í þessum málum er líka að vaxa ásmegin og þeir eru að ná sífellt betri tökum á sinni árásartækni. Síðan er hitt sem gleymist oft að netið er orðinn svo mikilvægur hluti af lífi fólks að það er orðið nauðsynlegt fyrir þjóðfélagið að þessi mál séu í góðu lagi.“

Hrafnkell segir að í ljósi þessa aukna mikilvægis megi líkja netöryggi við umferðaröryggi, þar sem hlutverk netöryggissveitarinnar felst í því að vakta ómissandi upplýsingainnviði

„Ef okkur berast til dæmis upplýsingar um að öryggisgloppu sé að finna í netbeini hjá einu fjarskiptafyrirtækinu, þá komum við tilmælum til þeirra um að það væri gott að bregðast við því með einhverjum hætti. Margt af því sem sveitin gerir miðar að því að lyfta almennt upp öryggisstiginu einmitt vegna mikilvægis netsins í okkar daglega lífi.“

Sýktar vefsíður

Samkvæmt reglugerðinni er hlutverk netöryggissveitarinnar að fyrirbyggja, draga úr og bregðast við netárásum og öðrum öryggisatvikum eins og kostur er. Sérstakt vægi er lagt á að vernda ómissandi upplýsingainnviði, sem enn eru ekki skilgreind að fullu en eru meðal annars fjarskiptafyrirtæki, orkufyrirtæki, stjórnsýslan, heilbrigðiskerfið og fleira.

Netöryggissveitin er í beinum samskiptum við fjarskiptafyrirtækin og aðstoðar þau við að greina öryggisatvik sem koma upp, takmarka útbreiðslu þeirra og tjón og að samræma viðbrögð og aðgerðir. Í því sjónarmiði hefur sveitin meðal annars sett upp æfingar með innlendum og erlendum aðilum.

Sem landstengiliður sambærilegra netöryggissveita um heim allan fær CERT-ÍS upplýsingar víða að, um mál sem tengjast Íslandi, hvort sem orðið hefur vart við árásir á íslenska aðila, eða hvort Ísland sé notað sem árásarstöð. Hrafnkell segir enda að Ísland þurfi að taka til í sínum ranni gagnvart öðrum löndum.

„Algengasta leiðin til að dreifa vírusum áður fyrr var í gegnum tölvupóst en í dag er helsta aðferðin að sýkja vefsíður, þar sem notendur fara inn og smella ef til vill á hlekk og tölvan sýkist umsvifalaust við það án þess að notandinn verði nokkurs var. Við fáum upplýsingar um hvaða síður eru sýktar og við getum komið þeim upplýsingum til eigaða síðunnar. Þannig getum við sem dæmi hækkað heilbrigðisstig kerfisins í heild.“

Ónýtta lagaheimildir

Hluti af starfsemi netöryggissveitarinnar felst í því að vakta ómissandi upplýsingainnviði



HRAFNKELL V. GÍSLASON
Forstjóri Póst- og fjarskiptastofnunar segir netöryggissveit Íslands vinna gegn glæpastarfsemi á netinu og að því að tryggja öryggi netsins við hamfarir.
FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

en Hrafnkell tekur skýrt fram að ekkert í starfi sveitarinnar felist í því að koma á staðinn og taka yfir netöryggismál hjá skjólstæðingum. „Hins vegar gætum við sagt viðkomandi að eitthvað sé opið hjá þeim og ráðlagt að loka því.“

Hrafnkell segir að sveitin fái upplýsingar um ýmis atvik, bæði frá innlendum og erlendum aðilum.

„Svo höfum við lagaheimild sem við höfum ekki nýtt okkur enn þá. Annars vegar höfum við heimild til að gera samning við þriðja aðila um að setja upp búnað sem fylgist með því sem fer fram og til baka hjá viðkomandi og hins vegar höfum við heimild til að mæla umferðarpunga á netkerfum. Hugsunin með þeim mælingum er að geta brugðist fyrir við álagsárásir. Vardandi fyrri kostinn er slíkt háð samþykki viðkomandi og þarf sá samningur að vera í samræmi við reglur Persónuverndar. Þar væri heldur ekki verið að skima með tilliti til efnisinnihalds fjarskiptasendinga heldur yrði þetta ekki

ósvipað því sem ruslpóstsiur gera í dag. Lög og reglur kveða skýrt á um að við megum ekki skoða efnisinnihald almennra fjarskiptasendinga á fjarskiptanetum. Það er einfaldlega ekki heimild fyrir slíku og við sækjumst ekki eftir slíkri heimild.“

Öryggismál eru jafnvægislist

Hrafnkell bætir þó við að þessar heimildir séu til að byrja með ekki fyrsti forgangur netöryggissveitarinnar, heldur sé áherslan almennt á að auka heilbrigði netsins og koma upp verkferlum hjá samstarfsaðilum um viðbrögð við hugsanlegum öryggisatvikum.

Í allri þessari umræðu um öryggi og ógnir segir Hrafnkell að um sé að ræða mikla jafnvægislist.

„Þetta miðar allt að því að finna jafnvægi milli þess að geta raunverulega tekist á við verkefni án þess að ganga á rétt almennings; að finna jafnvægi milli þess að ná fram þeirri vernd sem við viljum og þess hversu mikið inngrip það er í umhverfið. Í þessari nýju reglugerð um netöryggissveitina

Í dag er helsta aðferðin að sýkja vefsíður, þar sem notendur fara inn og smella ef til vill á hlekk og tölvan sýkist umsvifalaust við það, án þess að notandinn verði nokkurs var.

Hrafnkell V. Gíslason, forstjóri Póst- og fjarskiptastofnunar

var reynt að koma niður á þennan hnífsodd.“

Hrafnkell leggur áherslu á að fyrirtæki, stofnanir og einstaklingar beri ábyrgð á heilbrigði netsins með ábyrgri hegðun. Hér á landi hafi orðið mikil vitundarvakning síðustu ár, Ísland sé þegar á allt er litið ágætlega á vegi statt og opinberir aðilar vinni að því að bæta enn frekar úr.

„Nú erum við að hefja vinnu í að setja saman allsherjar netöryggisstefnu fyrir Ísland og ætti hún að vera komin í gegn um þetta leyti á næsta ári,“ segir forstjóri Póst- og fjarskiptastofnunar.

www.volkswagen.is



*Miðað við Caddy TSI bensín, 86 hestöfl, beinskiptur. Aukahlutir á mynd, álfelgur og þokuljós.

Til afgreiðslu strax

Volkswagen Caddy

Góður vinnufélagi

Caddy er áreiðanlegur, sparneytinn og þægilegur í allri umgengni. Lipur vinnuþjarkur með frábæra aksturseginnleika og ríkulegan staðalbúnað. Hann er fáanlegur með bensín-, dísil- og metanvélum frá framleiðanda.

Caddy* kostar aðeins frá
3.090.000 kr.
(2.642.151 kr. án vsk)



VARA SEM
Á **HEIMA**
Í ÞÍNU ELDHÚSI



BÓNUS **HAGKAUP**

Fæst í verslunum Hagkaups og Bónus

Bleiki fíllinn

Ríkisútvarpið hóf útsendingar 1930 og markaði það endalok reksturs einkaaðila á Akureyri og í Reykjavík á frjálsum útvarpsstöðvum. Ríkisútvarpið sendi fyrst út í sjónvarpi 1966 og fyrir 30 árum stofnaði Ríkisútvarpið poppstöð. Þremur árum síðar, 1986, var þjóðinni treyst til að reka frjálst útvarp. Bylgjan er fyrsta löglega einkarekna útvarpsstöðin á Íslandi og hefur frá upphafi þurft að keppa við ríkisstofnun með milljarða í for- gjöf um auglýsingar og kostanir á þáttum.

Mikael Torfason

mikael@frettabladid.is

Ríkisútvarpsins. Sem ætti nú að vera eðlileg krafa þar sem stofn- unin fær rúmlega 3 milljarða frá skattgreiðendum en fulltrúar almennings sitja á Alþingi. Í kjölfarið á þessum breytingum hefur einn þingmaður, Brynjar Níelsson, velt upp spurningunni hvort það sé forsvaranlegt að meðalfjölskyldu sé gert að verja 80 þúsund krónum á ári til stofnunar hvers hlutverk er óljóst.

Páll Magnússon útvarpsstjóri svaraði Brynjar í grein og hélt því fram að ef Ríkisútvarpið hyrfi af markaði væru aðeins eftir tveir miðlar hér á landi, annar undir stjórn Jóns Ásgeirs Jóhannes- sonar og hinn undir stjórn Davíðs Oddssonar; rök sem eru sér- kennileg. Jón Ásgeir ritstýrir engum miðlum 365 og hefur aldrei gert. Páll fer frjáltslega með sannleikann með það fyrir augum að búa til grýlur.

Bleiki fíllinn á markaðinum er Ríkisútvarpið. Auglýsingadeild stofnunarinnar hefur verið argað glórulaust á markað þar sem þau láta eins og þau séu að keppa á frjálsum markaði. Fulltrúar Ríkisútvarpsins bjóða á móti frjálsum aðilum í sjónvarpsefni, svo sem íþróttir og sápuóperur, og sprengja þannig upp verðið. Á því tásu tapar allir landsmenn. Stofnunin er með öðrum orðum fullkomlega firrt gagnvart hlutverki sínu, sem er of óljóst. Það er enginn til- gangur með stofnuninni sem slíkri ef helsta keppikefli hennar er að bjóða upp á sjónvarpsefni sem markaðurinn sinnir vel.

Ef einhver dugur væri í stjórnendum Ríkisútvarpsins myndi stofnunin ekki skilgreina sig í samkeppnisrekstri og þannig ætti hún að hætta umsvifalaust rekstri íþróttarásar og leggja niður Rás tvö svo dæmi séu tekin. Allir landsmenn eiga Ríkisútvarpið en Ríkisútvarpið á ekkert í hinum frjálsu miðlum. Stofnunin ætti að forðast að vera í samkeppni við eigendur sína. Henni ber að gæta virðingar sinnar því allt annað er til þess fallið að gera lítið úr annars merkri sögu Ríkisútvarpsins.

Mikið svigrúm myndi skapast fyrir grósku á fjölmiðlamarkaði ef staða Ríkisútvarpsins spillti ekki rekstrargrundvelli fyrirtækja í greininni. Það er engin tilviljun að nýgræðingur er mestur í vef- miðlun, þar sem hamlað hefur verið gegn sókn Ríkisútvarpsins í auglýsingar. Ófugt við Ríkisútvarpið eiga frjálsir miðlar tilveru sína frá degi til dags undir því hvernig þeir standa sig. Trúverðug- leiki og áhugi almennings á að nota þá er þeirra dýrmætasta eign.

Ríkisútvarpið hefur ekkert umfram aðra þá er starfa að fréttamiðlun hér í landi fram að færa. Eða eins og Brynjar Níelsson bendir réttilega á þá eru frjálsir fréttamiðlar ekki lakari en „sá sem heyrir undir útvarpsstjóra“. Og hann spyr spurningarinnar sem við viljum svar við: „Er [Ríkisútvarpið] kannski bara fyrir stjórnáðilamenn og starfsmenn RÚV til að ráðskast með almannafé?“.

FRÉTTABLAÐIÐ

ÚTGÁFUFÉLAG: 365 miðlar ehf. STJÓRNARFORMAÐUR: Ingibjörg S. Pálmadóttir FORSTJÓRI OG ÚTGÁFUSTJÓRI: 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

Brúðargjafatilboð

Dimmjúkar brúðargjafir

Lín DESIGN

Lín Design Laugavegi 176 Sími 533 2220 www.lindesign.is

FRÁ DEGI TIL DAGS

Embættismaður í ham

Sigurður Þórðarson, fyrrverandi ríkis- endurskoðandi til sextán ára, ritaði grein í Morgunblaðið í gær sem var býsna hljótt um, miðað við athyglisvert inni- haldið. Viðfangsefnið í grein Sigurðar er skýrsla rannsóknarnefndar Alþingis um Íbúðalánasjóð og bætist hann þar í hóp fjölmargra sem hafa gagnrýnt hana opinberlega. Og raunar gott betur – segja má að Sigurður rífi skýrsluna í sig. Hann fer yfir það lið fyrir lið hvernig honum þykir skýrsluhöfundar hafa farið yfir strikið í gagnrýni sinni á eftirlits- aðila, ekki síst, og þá einkum stofnunina sem hann stýrði sjálfur.



Umhugsunar- og áhyggjuefni

Greininni lýkur Sigurður á þessum orðum: „Eftir lestur skýrslu Rann- sóknarnefndar Alþingis um Íbúðalána- sjóð og fjölmargra athugasemda sem fram hafa komið opinberlega við trúverðugleika hennar og mat nefndar- innar á einstökum þáttum, er mér efst í huga að það hlýtur að vera tilefni fyrir Alþingi Íslendinga að hugleiða hvaða viðmið hafi verið viðhöfð við ákvörðun efnis, tíma og kostnaðar og val á nefndarmönnum í upphafi. Þá hlýtur umræðan almennt um efni skýrslunnar, bæði á þingi og í fjölmiðlum landsins, og um stofnanir hins opinbera og sjálft Alþingi að vera



hinu háa Alþingi nokkurt umhugsunar- og áhyggjuefni.“

Þekkt viðbrögð

Þetta er hvasst hjá Sigurði – enda kannski ekki við öðru að búast, hans störf hjá Ríkisendurskoðun hljóta harða útreið í skýrslu rannsóknarnefndar- innar. Og grein hans ber auðvitað að skoðast í því ljósi. Það eru raunar fáir sem hafa hlotið ákúrir í slíkum skýrslum frá hruni sem hafa ekki haft sitthvað við það að athuga. En hitt er samt rétt hjá Sigurði, gagnrýnin sem þessi nýjasta skýrsla hefur fengið hlýtur að verða þingforset- anum Einari K. Guðfinns- syni umhugsunarefni.

stigur@frettabladid.is

HALLDÓR



Samningur sem ekki má hafna

VIÐSKIPTI



Emil B. Karlsson forstöðumaður Rannsóknarseturs verslunarinnar

Nýhafnar fríverslunarviðræður milli Evrópusambandsins og Bandaríkjanna eru áhugaverðar í tengslum við hugsan- lega aðild Íslands að ESB. Viðræðurnar snúast um gerð stærsta fríverslunar- samnings sem nokkurn tíma hefur verið gerður og nær til þriðjungs allra við- skipta í heiminum.

Áhrif samningsins gætu orðið gífur- leg bæði fyrir öll 28 ríki Evrópusam- bandsins og Bandaríkin. Í rannsókn sem framkvæmdastjórn ESB lét gera segir að samningurinn gæti leitt til hagvaxtar í ESB-löndunum sem samsvarar því að ráðstöfunarfé hveirar fjölskyldu aukist um u.þ.b. 100 þúsund krónur á ári. Auk þess er gert ráð fyrir 400 þúsund nýjum störfum innan ESB í kjölfar samningsins.

Eins og efnahagsástand Vesturlanda er núna er ljóst að þótt yfirstíga þurfi margar pólitískar, menningarlegar og efnahagslegar hindranir verður lagt mikið kapp á að ná lausn.

Samningsviðræðurnar snúa ekki aðeins að lækkun tolla því þeir eru aðeins að meðaltali um 4%. Heldur er ekki síður rétt um að ryðja úr vegg ýmsum við- skiptahindrunum í formi reglugerða, staðla og leyfisveitinga sem eru mismun- andi á álfunum tveimur.

Koma á í veg fyrir að framleiðendur

➔ Auk þess er gert ráð fyrir 400 þúsund nýjum störfum innan ESB í kjölfar samningsins

þurfi að framleiða eina vörutegund fyrir Bandaríkjamarkað og aðra fyrir ESB- markað. Markmiðið er þannig bæði að örva atvinnulíf í ríkjunum og auðvelda viðskipti milli samningsaðila.

Stærri markaður fyrir vörur og þjónustu

Eflaust hefði samningurinn jákvæð áhrif á Ísland ef landið væri aðili að ESB. Samningnum er ætlað að stækka markaðssvæði einstakra landa og auð- velda fjárfestum og fyrirtækjum að starfa þvert á landamæri. Þetta er einmitt mikilvæg forsenda þess að fá hingað erlenda fjárfesta eins og er ofar- lega á óskalista stjórnvalda og aðila vinnumarkaðarins.

Áhrifin fyrir Ísland hafa ekki verið metin, en að mati sænska viðskiptaráðs- ins er gert ráð fyrir að samningurinn leiði til þess að útflutningur frá Svíþjóð til Bandaríkjanna aukist um 17%. Auk þess að landsframleiðsla í Svíþjóð aukist aukalega um 0,2% á hverju ári í kjölfar samningsins. Sambærileg hagvaxtar- aukning á Íslandi hefði umtalsverð áhrif.

Piss og próteinmiga

HEILSA

Teitur Guðmundsson læknir



Við þurfum öll að kasta af okkur vatni, slíkt er eðlislægt og líkaminn lætur okkur vita hvenær er mál að gera það. Við treystum því nokkuð vel og höfum allajafna ekki neinar áhyggjur af því að þetta gangi ekki sinn vanangang. Við borðum og drekkum það sem okkur langar í og erum þess fullviss, a.m.k. ef við erum hraust, að líkaminn sjái um að koma öllum þeim úrgangsefnum sem hann býr til á degi hverjum út úr líkamanum á einn eða annan hátt.

Nýrun eru ein allra mikilvægustu líffæri líkamans. Þau hafa það meginmarkmið að halda vökvabúskap okkar í lagi, skilja út eiturfni, viðhalda sýrustigi líkamans og einnig stjórna blóðþrýstingi hans. Það er því afar mikilvægt að reyna að vernda starfsemi þeirra og viðhalda henni með öllum tiltækum ráðum. Ef þau bila getur það haft alvarlegar afleiðingar fyrir líkama okkar.

Allajafna finnum við lítið fyrir því hvernig nýrun starfa eða virka, ekki ósvipað öðrum líffærum innra með okkur. Það getur þó breyst harkalega ef einstaklingur fær til dæmis nýrnasteinakast eða sýkingu í nýra eða nýru. Það fer vanalega ekki fram hjá fólki því slíkir geta verkirnir verið. Viðkomandi er lasinn, jafnvel með háan hita og mikla krampakennda verki sem geta verið í baki, en einnig fram í kvið og alla leið niður í nára, auk þess sem hann getur píssað blóði. Þarna lætur líkaminn vita að eitthvað sé að og einstaklingurinn er fljótur að leita sér aðstoðar.

Brýnt að þekkja eðli steinanna

Ástæður nýrnasteina eru fjölmargar og jafnvel ekki almennilega vitað hvað veldur nákvæmlega. Sennilega er ástæðan sambland af mörgum samverkandi þáttum sem leiða til myndunar steina sem geta verið mismunandi að gerð. Því er mikilvægt að vita hvers eðlis steinarirnir eru svo hægt sé að koma í veg fyrir að þeir myndist. Hið sama gildir um sýkingar sem ég nefni hér að ofan sem eina ástæðu þess að við finnum fyrir nýrunum. Þar getur skipt sköpum að vita hvaða sýklar standa að baki svo meðferðin sé áhrifarík og nýrun skaddist ekki.

Það sem við finnum minna eða jafnvel ekkert fyrir er þegar nýrun hætta að starfa eðlilega. Það getur þó verið munur á því hvort það gerist á löngum tíma, en það köllum við langvinnan nýrnasjúkdóm, eða hvort ástandið ber brátt að. Þegar slíkt gerist hægt aðlagast líkaminn því ástandi að vissu marki og einstaklingurinn finnur ekki svo mjög fyrir því, en þegar það kemur að því að starfsemin er orðin svo slæm að nýrun geta ekki lengur sinnt hlutverki sínu fer það ekki lengur fram hjá okkur og þá er verra að grípa til varna.

Pau einkenni sem einstaklingar finna fyrir í báðum tilvikum skertrar nýrnastarfsemi byggja á starfsemi þeirra við að skilja út vökva. Þá safnast vökvi fyrir í líkamanum og myndar bjúg auk þess sem útskilnaður á próteini eykst sem gerir ástandið enn verra. Þessu ástandi getur fylgt ógleði, lystarleysi og megrun. Þá safnast upp eiturfni sem aftur geta valdið sljóleika, þreytu, óróleika, minnisleysi og jafnvel krömpum. Þegar vökvabúskapurinn er kominn í slíkt ólag fylgir einnig mæði og jafnvel brjóstverkir. Það sem skilur á milli sjúkdómanna er hversu hratt þetta gerist og hversu alvarlega starfsemi nýrnanna brenglast.

Meginástæður þess að nýrun

bila brátt er vegna þess að þau fá ekki nægjanlegt blóðflæði til sín, til dæmis þegar æðar eru þröngar eða stíflaðar, við hjarta- og æða-áföll þegar mikill blóð- eða vökvamissir verður. Þá geta ýmsir sjálfsónæmissjúkdómar skemmt nýrun sjálf, sýkingar og einnig lyf eru þar algengir orsakavaldar. Þá má ekki gleyma hindrunum í fráflæði nýrnanna sem oftast eru vegna steina og ýmiss konar krabbameina. Áverkar og slys eru svo talin sérstaklega.

Sáraeinfalt að greina bilun

Algengasta orsök fyrir langvinnum nýrnasjúkdómi er hár blóðþrýstingur og sykursýki en þarna koma auðvitað fleiri til eins og bólgusjúkdómar, endurteknar sýkingar, blóðruhálskirtilsvandir og þannig má lengi telja.

Hið merkilega er að það er næsta sáraeinfalt að greina bilun nýrnanna. Það er gert með blóðrannsókn og allajafna þvagprufu til viðbótar, en það er hægt að gera víðast hvar. Það sem liggur til grundvallar biluninni getur verið eilítið flóknara og það fer oft fram í þverfaglegri nálgun á vanda hvers einstaklings fyrir sig. Mikilvægt er að finna með þessu einfalda prófi þá sem eru með skerðingu á vægu stigi svo hægt sé að fyrirbyggja eins og mögulegt er að ástandið versni.

Meðferðin byggir á leiðréttingu þeirra þátta sem hafa leitt til þess að ástandið versnar; lækka blóðþrýsting, meðhöndla sykursýki, lækka kólesterólgildi, gefa þvagræsandi lyf, beinverndandi og blóðaukandi meðferð, minnka prótein- og saltneyslu og fylgja mataræðisleiðbeiningum. Lokastigssjúkdómur er meðhöndlaður með blóðskilun og/eða með nýrnaígræðslu.

Það er því mikilvægt að vernda nýrun og vera meðvitaður um hlutverk og starfsemi þeirra, sérstaklega ef maður er í áhættuhópi nýrnasjúkdóma. Veist þú gildin þín?



GRÍÐARLEGT
ÚRVAL AF MAT OG
GÓÐGÆTI FYRIR
STÓRA OG LITLA
FUGLA

DÝRARÍKIÐ

Holtagörðum ... fyrir dýravini

Stærsta og skemmtilegasta gæludýraverslun landsins S: 568 66 68 Opið 11-18 virka daga / 12-18 um helgar

Vissir þú að...

börneiga rétt á
nægum svefni

NÝR FORD KUGA TITANIUM

Jeppi sem þú getur talað við? Sem svarar símtölum og spilar tónlist fyrir þig? Sem hringir sjálfkrafa eftir aðstoð í neyð? Sem opnar fyrir þig skottið þegar þú ert með báðar hendur fullar? Nýi Ford Kuga gerir þetta fyrir þig. Hann er svo snjall að í raun er hann snjalljeppi. Kynntu þér hvernig Ford gerir líf þitt þægilegra. Komdu og prófaðu.

KRAFTMIKILL UNDRAYERÐUR GLÆSILEGUR AFAR SNJALL

FORD KUGA TITANIUM

MEÐ DÍSILVÉL FRÁ
5.790.000 KR.

MEÐ BENSÍNVÉL FRÁ
6.190.000 KR.

Öruggur staður til að vera á

Brimborg Reykjavík
Bíldshöfða 6
Sími 515 7000

Brimborg Akureyri
Tryggvabraut 5
Sími 515 7050

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



ford.is

Ford SYNC samskiptakerfið er staðalbúnaður í Ford Kuga. Rafdrifinn afturhleri með skynjara er fáanlegur sem aukabúnaður.
Ford Kuga AWD 2.0 TDCi dísil 140 hð. 6 gíra beinsk./sjálfskiptur. Eldsneytisnotkun í blönduðum akstri 5,9/6,2 l/100 km. Losun koltvísýrings CO₂: 154/162 g/km.
Ford Kuga AWD 1.6i EcoBoost bensín 182 hð. sjálfskiptur. Eldsneytisnotkun í blönduðum akstri 7,7 l/100 km. Losun koltvísýrings CO₂: 179 g/km. Tökum allar tegundir bíla upp í nýja. Brimborg og Ford áskilja sér rétt til að breyta verði og búnaði án fyrirvara. Útbúnaður og gerð getur verið frábrugðin mynd í auglýsingu.

Hvað þarf til að borgarfulltrúar hlusti?

Borgarfulltrúar Reykvíkinga í Besta flokknunum, Samfylkingu og Sjálfstæðisflokki afgreiddu nýlega í Umhverfis- og skipulagsráði tillögu um að byggja megi hótél á Landsímareitnum.

Þetta var gert þrátt fyrir að aldrei fyrr hafi svo margir skrifað undir athugasemdir við tillögu að breytingu á deiliskipulagi. Ein þeirra var frá yfir 200 af helstu tónlistarmönnum og hljómsveitum á Íslandi og önnur með undirskriftum tæplega 18 þúsund Reykvíkinga. (Til samanburðar fékk Besti flokkurinn tæp 21 þúsund atkvæði í síðustu kosningum, Sjálfstæðisflokkurinn 20 þúsund og Samfylkingin rúmlega 11 þúsund).

Engu að síður er ekkert hlustað á allar þessar athugasemdir sem vara við margvíslegum slæmum afleiðingum risahótels á þessum reit.

Fulltrúar almennings daufheyrast
Þetta æpandi heyrnarleysi



Björn B. Björnsson
kvikmyndagerðarmaður og Reykvíkingur

borgarfulltrúanna vekur þá spurningu hvað þurfi til að stjórnmalamenn hlusti á almenning. Eitt af markmiðum skipulagslaga er „að tryggja að samráð sé haft við almenning við gerð skipulagsáætlana þannig að honum sé gefið tækifæri til að hafa áhrif á ákvörðun stjórnvalda við gerð slíkra áætlana“.

Ef ekki er hlustað á athugasemdir yfir 20% kjósenda eins og í þessu tilviki, má þá ekki segja að lögin séu marklaus – eða framkvæmdin skrípaleikur? Eða hvað þarf til að borgarfulltrúar hlusti? Geta fjölmiðlar spurt þeirrar spurningar – og geta borgarfulltrúar svarað henni?

En borgarfulltrúarnir daufheyrast ekki eingöngu við athugasemdir almennings heldur gerir Minjastofnun nú alvarlegar athugasemdir við tillöguna. En borgarfulltrúar hafa notað það sem rök í umræðunni að Minjastofnun hafi ekki gert athugasemdir. Nú þegar þær athuga-

semdir eru komnar fram heyrir enginn neitt.

Borgarfulltrúarnir hlusta heldur ekki á athugasemdir Alþingis um að fyrirhugað hótél sé ógn við umhverfi þess og öryggi. Og hér bregst borgarfulltrúunum ekki bara heyrnin heldur sjónin líka.

Þeim var nefnilega sýnt gula spjaldið í vor þegar þáverandi forseti Alþingis lagði fram þingsályktunartillögu um að taka skipulagsvald á svæðinu af Reykjavíkurborg. Tillagan var sett fram til þess að koma í veg fyrir risahótél á Landsímareitnum en fékk ekki afgreiðslu fyrir þinglok í vor.

Komum í veg fyrir slys

Núverandi forseti Alþingis hefur lýst þeim ásetningi sínum að verja þingið og starfsemi þess fyrir þeim átroðningi, öryggisleysi og ónæði sem óhjákvæmilega fylgir stóru hóteli á þessum stað.

Forsætisráðherra hefur einnig lýst andstöðu sinni við þessi áform og vilja sínum til að grípa inn í málið ef svo fer sem horfir.

→ En borgarfulltrúarnir daufheyrast ekki eingöngu við athugasemdir almennings heldur gerir Minjastofnun nú alvarlegar athugasemdir við tillöguna. En borgarfulltrúar hafa notað það sem rök í umræðunni að Minjastofnun hafi ekki gert athugasemdir. Nú þegar þær athugasemdir eru komnar fram heyrir enginn neitt.

Með því að koma í veg fyrir það slys sem er í uppsiglingu við Ingólfstorg og Austurvöll væri ekki einungis hlustað á viðvörunarorð stórs hluta Reykvíkinga, heldur lagður grunnur til langrar framtíðar – að bjartari og opnari miðborg – og sátt milli yfirvalda og almennings.

AF NETINU

Prófa mistökin aftur

Í grunninn eru tvær meginástæður fyrir því að menn endurtaka sig vísitandi aftur og aftur. Sú fyrri er að það hafi reynst þeim vel og ástæðulaust sé því að breyta til. Sú síðari er að þeim hafi mistekist og því þurfi að reyna aftur og aftur og aftur. Það er af síðari ástæðunni sem hægriflokkarnir í ríkisstjórninni ætla að einkavæða heilbrigðis- og menntakerfið, lækka skatta og skera niður og selja þær eignir ríkisins sem þeim tókst ekki að koma í lóg í síðustu tilraun.

Þetta er það sem þeir gerðu á tólf ára tímabili sínu í stjórnarráðinu á árunum 1995-2007 til að uppfylla hugmyndafræðilegar þarfir sínar. En þetta mistókst algjörlega, þ.e.a.s. afleiðingarnar voru skelfilegar fyrir þjóðina. Það vilja hægriflokkarnir ekki viðurkenna og telja að ekki sé enn fullreynt. Þess vegna ætla þeir að endurtaka sig, þrátt fyrir reynsluna og afleiðingarnar.

Prófa aftur það sem áður mistókst svo herfilega.

bvg.is

Björn Valur Guðmundsson

TJALDAÐU EKKI TIL EINNAR NÆTUR



HIGH PEAK COMO
32.990 / 42.990 KR.
4 og 6 manna
Tvískipt innratjald með fortjaldi á milli. Vatnsvörn 2.000 mm. Yfirlímdir saumar. Hæð 190/200 cm.



HIGH PEAK ANCONA
56.990 KR.
5 manna
Rúmgott fjölskyldutjald. Vatnsvörn 3.000 mm. Yfirlímdir saumar. Dúkur í fortjaldi. 2 inngangar. Hæð 200 cm.



HIGH PEAK CAVE
19.990 / 23.990 KR.
2 og 3 manna
Göngutjald sem er auðvelt í uppsetningu og aðeins 2,9 kg. Vatnsvörn 2.000 mm. Yfirlímdir saumar. Fíbersúlur. Hæð 90 cm.



THE NORTH FACE TADPOLE
59.990 KR.
2 manna
Létt göngutjald - 2,4 kg. Vatnsvörn 1.500 mm taffeta. Botn 5.000 mm taffeta. Álsúlur. Hæð 100 cm.

FRÁBÆRT ÚRVAL AF TJÖLDUM Í TJALDALANDI Í GLÆSIBÆ. (VIÐ HLIÐINA Á TBR HÚSINU)
UPPSETT TJÖLD TIL SÝNIS ALLA VIRKA DAGA FRÁ KL. 10-17.

ÚTILÍF

GLÆSIBÆ

KRINGLUNNI

SMÁRALIND

utilif.is

SAMSUNG

Miklu meira en sjónvörp og snjallsímar

5000 LÍNAN



32"
40"
46"
50"

Vönduð lína af LED sjónvörpum.
Verð frá: 104.900 kr.

6400 LÍNAN



40"
46"
55"
65"

SMART-TV · 3D · LED · 200 Hz. Frábær myndgæði. USB upptaka.
Verð frá: 219.900 kr.

8000 LÍNAN



46"
55"
65"

Samsung SMART TV
TOPPURINN Í MYNDGÆÐUM.

HEIMABÍÓ



Heimabíó 5.1 með Blu-ray spilara, 3D, 1000 W hátalarakerfi.
Tilboðsverð: 129.900 kr.

BLU-RAY SPILARAR



SMART · Blu-ray spilari · 3D með Wi-Fi
Tilboðsverð: 44.900 kr.

MYNDAVÉLAR

NX 100



14.3 milljón pixlar, 20-50 mm linsa fylgir.
Tilboðsverð: 49.900 kr.

TÖLVUSKJÁIR



LS24B750VS

Fallegur 24" tölvuskjár sem hentar fyrir alla notkun. Tengdu Android símann þinn við skjáinn og upplifðu fulla háskerpu.
Verð: 54.900 kr

FARTÖLVUR



NP900X3C-A02SE

Samsung 9 series er fullkominn ferðafélagi.
Aðeins 1,16 kg og ofurbjartur skjár.
Verð frá 274.900 kr.

FARTÖLVUR



NP355E5C-S04SE

Falleg fartölva með stórum og björtum skjá.
Hentar fyrir alla daglega notkun.
Verð: 114.900 kr.

PRENTARAR



ML-3310D

Hagkvæmdur Laser-prentari sem prentar báðum megin.
Frábær fyrir allt skólafólk.
Tilboðsverð: 25.900 kr.

ÖRBYLGJUOFNAR



ME82V-WW

Úrval af mjög vönduðum örbylgjuofnum í ýmsum stærðum.
Þeir gerast ekki flottari.
Verð frá 29.900 kr.

KÆLI-/FRYSTISKÁPAR

Kæli- og frystiskápar, hvítir og stál. Margar gerðir.



UPPÞVOTTAVÉLAR

Vandaðar og glæsilegar uppþvottavélar.



ÞVOTTAVÉLAR/ÞURRKAARAR

Eco Bubble þvottavélar, demanta mynstruð tromla.
Verð frá 139.900 kr.



Stærðir 7-12 kg.

KÆLISKÁPAR

Mikið úrval hágæða kæliskápa. Stál og hvítir.
Verð frá 129.900 kr.



Sjá nánar:
samsungsetrid.is

SAMSUNG

SETRIÐ
samsungsetrid.is

SÍÐUMÚLA 9 · REYKJAVÍK · SÍMI 530 2900

ORMSSON

LÁGMÚLA 8 · REYKJAVÍK · SÍMI 530 2800

ORMSSON
AKUREYRI
SÍMI 461 5000

ORMSSON
KEFLAVÍK
SÍMI 421 1535

ORMSSON
AKRANESI
SÍMI 530 2870

ORMSSON
ÞRISTUR-ÍSAFIRÐI
SÍMI 456 4751

KS
SAUÐÁRKRÓKI
455 4500

ORMSSON
HÚSAVÍK
SÍMI 464 1515

ORMSSON
VÍK-EGILSSTÖÐUM
SÍMI 471 2038

ORMSSON
PAN-NESKAUPSTAÐ
SÍMI 477 1900

ORMSSON
ÁRVIRKINN-SELFOSI
SÍMI 480 1160

GEISLI
VESTMANNAEYJUM
SÍMI 481 3333



Faðir okkar, tengdafaðir, afi og langafi,

SIGURÐUR KRISTJÁNSSON
fyrirverandi yfirkennari,
Vesturgötu 7, Reykjavík,

lést 13. júlí á dvalar- og hjúkrunarheimilinu
Grund. Jarðarförin fer fram frá Dómkirkjunni
í Reykjavík, föstudaginn 26. júlí kl. 13.00.



Björg Sigurðardóttir **Troels Bendtsen**
Hanna Sigurðardóttir **Kristinn Einarsson**
barnabörn og barnabarnabörn.



GUNNLAUGUR JÓNSSON
Lönguhlíð 3, Reykjavík,

sem lést 13. júlí, verður jarðsönginn frá
Áskirkju miðvikudaginn 24. júlí 2013
kl. 15.00.



Fyrir hönd aðstandenda,
Sigrún Kjærnested.



Elskulegur faðir okkar,
tengdafaðir, afi og langafi,

ADALSTEINN STEINDÓRSSON
Lækjarbrún 3, Hveragerði,

lést 18. júlí síðastliðinn. Útförin fer fram frá
Hveragerðiskirkju laugardaginn 27. júlí
kl. 13.00.



Sigurbjörg Aðalsteinsdóttir **Kristinn Sigurjónsson**
Kristín Aðalsteinsdóttir
Auður Aðalsteinsdóttir **Hörður Lúdvíksson**
Þórkatla Aðalsteinsdóttir **Helga Pálmadóttir**
Sveinn Aðalsteinsson
barnabörn og barnabarnabörn.



Elskulega konan mín og besta vinur,

ERLA PÁLSDÓTTIR
Skálategi 1, Akureyri,

lést á hjúkrunarheimilinu Lögmanshlíð
á Akureyri 17. júlí. Útför hennar fer fram frá
Akureyrarkirkju föstudaginn 26. júlí kl. 13.30.



Fyrir hönd systkina og annarra vandamanna,
Örn Óskarsson.



UNNUR GUÐMUNDSDÓTTIR
frá Kvígindisfelli,

andaðist á dvalarheimilinu Grund 17. júlí
síðastliðinn. Útförin fer fram frá Neskirkju
fimmtudaginn 25. júlí kl. 13.00.



Systkini hinnar látnu
og aðrir aðstandendur.



Elskulegur eiginmaður minn,
faðir, tengdafaðir, afi og langafi,

STEFÁN JÓNSSON
læknir,

lést í faðmi fjölskyldu sinnar á líknardeild
Landspítalans sunnudaginn 21. júlí sl.
Útförin verður auglýst síðar.



Esther Garðarsdóttir **Helgi Ó. Víkingsson**
Rúna Gerður Stefánsdóttir **Áslaug Sigurðardóttir**
Pétur Hafsteinn Stefánsson **Heimir V. Pálmason**
Íris Alda Stefánsdóttir
afabörn og langafabörn.

Fjölbreytt úrval legsteina Frí áletrun og uppsetning



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

Graníthöllin

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

Risakór á Reykholtshátíð

Reykholtshátíð er fastur liður í íslenska tónlistarsumrinu og hefst um helgina. Sigurgeir Agnarsson sellóleikari hefur tekið við sem listrænn stjórnandi hátíðarinnar en meðal þeirra sem fram koma í ár er sextíu manna enskur kór.

„Það hefur reyndar aldrei komið til að ég hafi komið fram á þessari hátíð en ég hef margfalt verið þar sem gestur og líkað afar vel,“ segir Sigurgeir Agnarsson sellóleikari, sem tekið hefur við sem listrænn stjórnandi Reykholtshátíðar. Blásið verður til hátíðarinnar í sautjándan sinn á föstudag, 26. júlí, en hún hefur fest sig í sessi sem einn af fastapunktum íslenska tónlistarsumarsins. „Þau eru ekki mörg sumarfestivölin sem hafa starfað þetta lengi og það hefur myndast hefð fyrir þessu. Þarna er líka til staðar mikill velvilji frá heimaþólki í Borgarfirðinum,“ segir Sigurgeir.

Aðspurður segir Sigurgeir að engar stórkostlegar breytingar verði gerðar á fyrirkomulagi eða dagskrársniði hátíðarinnar með tilkomu nýs listræns stjórnanda.

„Hingað til hefur áherslan mest verið á 18. og 19. aldar tónlist og ég held að gestir á hátíðinni geti gengið að þess konar tónlist vísri áfram. Í framtíðinni hef ég þó hug á að gera meira af því að



**REYKHOLTS-
HÁTÍÐ** Hópur
þeirra sem
standa að og
koma fram á
Reykholtshátíð
sem hefst á
föstudag.

FRÉTTABLAÐID/GVA

panta ný verk eftir íslenska höfunda á
hátíðina,“ útskýrir Sigurgeir.

Dagskrá Reykholtshátíðar í ár samanstendur af fernum tónleikum sem spanna allt frá endurreisnartónlist 16. aldar yfir í strengjakvartettinn Frá draumi til draums eftir Jón Nordal frá árinu 1996. Langfjölmennustu tón-

leikarnir verða opnunartónleikar hátíðarinnar á föstudaginn. Þá mun enski kórinn Bristol Bach Choir, sem í eru yfir sextíu söngvarar, stíga á svið með efnisskrá þar sem ensk kórtónlist verður í forgrunni. „Það er af nógu af taka í enskri kórtónlist,“ segir Sigurgeir.

kjartan@frettabladid.is



Ástkær faðir okkar og sambýlismaður,

HREINN SIGURGEIRSSON

verður jarðsönginn frá Grafarvogskirkju
fimmtudaginn 25. júlí kl. 13.00. Þeim
sem vilja minnast hans er bent á
Slysavarnarfélagið Rán á Seyðisfirði
kt. 690399-2619, bkn. 0176-15-380107.



Lára Gunnarsdóttir
Rannveig Hreinsdóttir
Hrafnhildur Hreinsdóttir
Viðar Sigurðsson
og barnabörn.

Sturla Helgi Magnússon
Guðmundur Árnason
Hafðís Guðný Jakobsdóttir



Elskuleg móðir okkar,
tengdamóðir og amma,

ROSE SEWE
hjúkrunarkona,

lést í Kenía 11. júlí. Jarðarförin verður í Kenía
27. júlí kl. 14.00.



Lydia Amimo Henrysdóttir **Úlfur Björnsson**
Philip Onyango **Connie Onyango**
Dorothy Oteto **Willis Oteto**
Sheila Sewe
Samuel Ochieng
Emil Úlfsson
Björn Ólafur Úlfsson
barnabörn og barnabarnabörn.



Ástkær eiginkona mín, móðir, tengdamóðir,
amma og langamma,

RAGNHEIÐUR HLÍF JÚLÍUSDÓTTIR

lést á Sjúkrahúsinu á Akureyri föstudaginn
19. júlí sl. Útförin fer fram frá Akureyrarkirkju
mánudaginn 29. júlí kl. 13.30.



Brjánn Guðjónsson
Baldur Brjánsson **Birna Hannesdóttir**
Júlíus Ingvar Brjánsson **Ásta Fanney Reynisdóttir**
Guðjón Svarfdal Brjánsson **Dýrfinna Torfadóttir**
Björk Elfa Brjánsdóttir **Angantýr Arnar Árnason**
Snjólaug Jónína Brjánsdóttir **Kristján Már Magnússon**
Þráinn Brjánsson **Petra Sif Gunnarsdóttir**
barnabörn og barnabarnabörn.



Okkar ástkæri,

SÓLBERG BJÖRNSSON
Ásabraut 6, Akranesi,

andaðist á Sjúkrahúsi Akraness
19. júlí. Útförin fer fram frá Akranesarkirkju
föstudaginn 26. júlí kl. 14.00.



Arnfríður Árnadóttir
Valdimar Sólbergsson
Sigurður B. Sólbergsson
Björn Steinar Sólbergsson
og afabörn.

Hulda Hafðís Helgadóttir
Sigríður Arnórsdóttir
Hrefna Harðardóttir



Innilegar þakkar fyrir auðsýnda samúð
og umhyggju vegna andláts hjartkærs
eiginmanns, sonar, föður, tengdafaður,
afa, bróður, tengdasonar, mágs,
svila og frænda,

HELGA MÁR ARTHURSSONAR
fyrirverandi skrifstofustjóra,
blaða- og fréttamanns.



Fyrir hönd fjölskyldunnar,
Sigríður Árnadóttir.



Ástkær eiginkona mín, dóttir, systir,
málgona og tengdadóttir,

HULDA BJÖRK ÞÓRODDSDÓTTIR

lést af slysförum í Sviss laugardaginn
20. júlí. Útför verður auglýst síðar.



Jared Evan Bibler **Sveinn Sveinsson**
Þóroddur F. Þóroddsson
Sigríður Friðgeirsdóttir
Ívar Örn Edvardsson
Harpa Kristín Þóroddsdóttir **Sigurgeir Benjamínsson**
George Bibler **Virginia Bibler**
Lyle Bibler **Angela Robinson**



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

ÞÓRÐUR SÆVAR JÓNSSON
Hrannargötu 2, Flateyri,

lést á líknardeild Landspítalans í Kópavogi
fimmtudaginn 18. júlí. Útförin fer fram frá
Neskirkju föstudaginn 2. ágúst kl. 13.00.



Lára Thorarensen **Elfa Björt Gylfadóttir**
Jón Sævar Þórðarson **Friðrik Þór Halldórsson**
Margrét Þórðardóttir **Lind Einarisdóttir**
Steingrímur J. Þórðarson **Prícilla Kelly**
Jakob Hinriksson **Björn G. Björnsson**
Þóra Jónsdóttir
barnabörn og barnabarnabörn.

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

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

Vissir þú að...
þetta ríga rennir á aðstæðu
og hefur af hvernig koma í ofbætti

Barnaheill
Save the Children á Íslandi

FÓLK

KYNNINGARBLAÐ



SÆTAR KARTÖFLUR

Margir hafa uppgötvað ýmsa eldunarmöguleika sætra kartaflna, enda eru þær hollar og góðar. Þær eru ríkar af B6-, C- og D-vítamíni, auk þess að innihalda járn og magnesíum. Gott er til dæmis að skera þær í strimla og setja á útigrillið eða sjóða þær og nota í kartöflusalat.

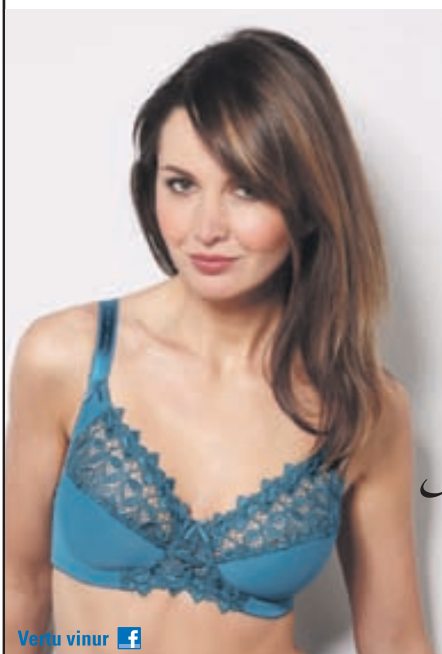
Ekki þjáast

Mígreini.is

fyrirbyggjandi fæðubótarefni



GLÆSILEGUR!



teg 11001 -
í stærðum 80-95
C,D,E skálum á
kr. 5.800,-
buxur í stíl á
kr. 1.995,-

Misty - fyrir allar konur

Laugavegi 178 - Sími: 551 3366
Þú mætir - við mælum og aðstoðum
www.misty.is
Opíð frá 10-18 virka daga.
lokað á laugardögum í sumar

Vertu vinur



HLAUPA SAMAN Hér er Ásta Laufey á hlaupum ásamt vinkonu sinni, Sólrúnu Ingu Ólafsdóttur, og heimilishundinum, Heklu.

HEF EKKI ORKU TIL AÐ SLEPPA ÆFINGU

SKIPULÖGÐ Ásta Laufey Aðalsteinsdóttir er kennari, forvarnarfulltrúi, fjögurra drengja móðir, hundaeigandi og auk þess meðlimur í hlaupa- og gönguhópum og gefur sér alltaf tíma til að hreyfa sig.

MYND / DANIEL RÚNARSSON

Ásta Laufey Aðalsteinsdóttir, enskukennari og forvarnarfulltrúi Borgarholtsskóla, situr sjaldan auðum höndum. Hún er meðlimur í hlaupa- og gönguhópum, hleypur sjálf, ber út blöð, hugsar um stóra fjölskyldu og skipuleggur alla daga þannig að hún eigi örugglega stund til að hreyfa sig. Ein hlaupasveitin hennar heitir því frumlega nafni Glennurnar. „Ástæðan fyrir nafninu er að þegar við vorum nýkomnar í hlaupahópinn okkar, sem heitir Laugaskokk, fór svoltið mikið fyrir okkur og við þóttum víst örlítið glennulegar svo við ákváðum bara að taka þetta alla leið. Svo er ég í gönguhópi sem samanstendur af nokkrum konum sem eiga það sameiginlegt að búa í hverfinu og eiga börn í Snælandsskóla, auk þess að tengjast mjög íþróttaiðkun barna sinna í

HK. Við göngum saman eitt kvöld í viku en hittumst líka þar fyrir utan.“

SKIPULAG ER LAUSNIN

Ásta mælir eindregið með því að fólk sé skipulagt þegar kemur að hreyfingu og mataræði. „Ég er með fremur stóra fjölskyldu, vinnu fulla vinnu og sinni ýmsum félagsmálum svo mér finnst best að skipuleggja hreyfinguna einhverja mánuði fram í tímann, í upphafi hvers misseris. Líkamsræktin er sett inn á planið eins og allt annað,“ segir Ásta. Auk þess gerir hún matseðil vikulega og kaupir inn samkvæmt honum. „Ég reyni að hafa hann fjölbreyttan, því þá er minni hætt á að detta í óhollustu. Ég er nefnilega þvílíkur sælgætisgrís og nautnasæggur, kannski er það ástæðan fyrir þessu öllu,“ bætir hún við og hlær. „Það er ágætt að hlaupa til að geta leýft sér meira.“

Ásta segir auk þess mikilvægt að haga seglum eftir vindi. „Í vetur var ég að klára mastersritgerð og þá hentaði til dæmis rosalega vel að hlaupa með blöðin, hlaupa aðeins meira, teygja og lyfta hér heima og hjóla svo í Háskólann og til baka af því að ég hafði ekki tíma til að hlaupa langt þann daginn. Það er svo auðvelt að detta úr taktinum og hætta að æfa ef aðstæður breytast en ef maður setur þetta alltaf inn í dagskrána þá er þetta ekkert mál.“

Hún ber út blöðin sex sinnum í viku og notar það sem upphitun, því hún hleypur með blöðin. „Þrisvar í viku fer ég beint í stöðvabjálfunartíma og svo í spinning og kem svo heim kl 7.45. Hina dagana fer ég beint að hlaupa eftir blaðburð svo þá er allur dagurinn eftir þegar ég kem heim og ég get komið strákunum af stað í það sem þeir þurfa að gera.“ ▶

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

praxis

... þegar þú vilt þægindi



Verð: 12.900 kr.

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



Verð: 9.990 kr.

California
(afrafmagnaðir)
Efni: Leður
Litur: Svart, Hvítt
St. 35-46



Verð: 16.900 kr.

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



Verð: 12.900 kr.



Verona
Svart, Hvítt
st. 36-41

Verð: 9.500 kr.

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



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 reni á aðstoð
og hlær ef þau knda í ofbeldi

Barnaheill
Save the Children á Íslandi

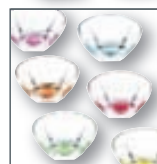


Gjöf handa þér og þínum

Tékk **KRISTALL**

www.tk.is

Laugavegi 178 - Sími: 568 9955



► Hún segir mikilvægt að velja skemmtilega hreyfingu og hafa hlutina nógu fjölbreytta. „Ég breyti reglulega til þótt hlaupin séu alltaf aðalmálið hjá mér því það er mikilvægt að láta sér ekki leiðast hreyfingin, þá gefst maður fljótt upp.“

En hvernig hefur hún orku í þetta allt saman? „Ég hef ekki orku til að gera þetta ekki. Mér líður alltaf stórkostlega þegar ég hreyfi mig og verð ótrúlega eirðarlaus ef ég æfi ekki.“

Ásta bætir við að það sé um að gera að nýta tækifærin sem maður hefur. „Eftir að ég ökklabrotnaði á Þorláksmessu 2011 gat ég ekki hlaupið í næstum þrjá mánuði. Þá gerði ég í staðinn tabataæfingar hér í stofunni, ekkert mál að nota lóð og gera æfingar þótt maður noti bara annan fótlegginn.“

HRAÐASTJÓRI

Ásta skokkaði sem unglingur en var ekki í neinum keppnisíþróttum þar til hún byrjaði í Lauga-skokki árið 2004. „Mörgum vinum mínum finnst þetta undarlegt því ég þyki hafa þó nokkuð keppnisskap,“ segir hún og hlær. Hún hefur hlaupið fjögur heil maraþon en er að sögn hrifnari að utanvegahlaupum og hefur meðal annars farið Laugavegin tvisvar. „Síðustu árin hef ég þó hlaupið 10 km í Reykjavíkumaraþoninu sem hraðastjóri. Þá er ég í vesti og með blóðrur festar við mig og skuldbind mig til að koma í mark á fyrir fram ákveðnum tíma og þeir sem vilja vera á þeim tíma reyna að vera samferða mér. Þetta finnst mér rosalega skemmtilegt svo vonandi verð ég í þessu í ár,“ segir Ásta. „Eftir þessa 10 km hef ég svo farið og fylgt fólki í mark í hálfu maraþoni, hlaupið út að Seðlabanka og hlaupið með preyttum hlaupurum síðasta spottann. Sumum finnst þetta mjög gaman, aðrir senda mér illt augnaráð,“ bætir hún við og hlær.

HLAUPA SAMAN

Áhuginn virðist að einhverju leyti vera smitandi því Hallgrímur, elsti sonur Ástu, er orðinn afar

áhugasamur um hlaup og æfir nú frjálsar íþróttir. „Hann hefur meðal annars hlaupið með mér Gullsprettinn á Laugarvatni tvisvar, en það er örugglega skemmtilegasta hlaup sem hægt er að komast í,“ segir Ásta. „8,5 km hlaup kringum vatnið, maður þarf að fara yfir vatnið á þremur stöðum, á einum stað nær það manni í mitti, svo er það fram hjá kríuvarpi, yfir mýri, sanda og ýmislegt skemmtilegt og svo endum við á að fá hverabrauð með reyktum silungi, dásamleg fjölskylduskemmtun.“ Benedikt og Aðalsteinn, synir Ástu eru einnig virkir í hlaupunum, en Ríkhartur, sá yngsti, hefur enn um aðra hluti

að hugsa. „Hann verður tveggja ára í október, um að gera að koma honum af stað sem fyrst,“ segir Ásta og skellir upp úr.

KÖNNUNARLEIÐANGRAR

Ásta fór til Sviss í júní ásamt eiginmanni sínum, Þorsteini. Þar fóru þau í fjallgöngur og hjólaferðir auk þess að vera dugleg að slaka á. Í ferðum sem þessari tekur Ásta hlaupafötin með og byrjar daginn á hlaupum. „Þetta eru skemmtilegustu könnunarleiðangrar sem ég fer í. Þá fer ég yfirleitt áður en fólkið mitt vaknar og get þá sagt þeim frá sniðugum stöðum til að heimsækja þann daginn.“



GLENNUR
Hlaupasveit
Ástu Laufeyjar
heitar því
frumlega nafni
Glennurnar.

NUTRILENK - hollráð við liðkvillum. Náttúrleg bætiefni fyrir liðina



Liðheilsan skiptir mig miklu máli

Sem 3ja barna móðir, hlaupari /- príbrautakona og hársnyrtir verð ég að passa vel upp á líkamann minn. Ég er rétt skriðinn yfir þritugt, í líkamlega krefjandi vinnu og var farin að finna fyrir stirðleikum í liðum, sérstaklega fingrum og ökkla sem hefði getað komið niður á starfi og íþróttum. Sú tilfinning var óþægileg. En var svo heppin að fá ábendingu frá viðskiptavini um ágæti NutriLenk sem ég hef notað síðan með frábærum árangri.

Fann árangur fljótt

Ég ákvað að fjárfesta í bæði í NutriLenk GOLD og ACTIVE og tók inn samkvæmt leiðbeiningum og strax á annarri viku var ég farin að finna gríðarlegan mun. Ökkelnir eru orðnir miklu betri, minni stirðleiki í fingrum, ég er ferskari í líkamanum og get stundað mitt sport án þess að finna fyrir verkjum og stirðleika.

Nutrilenk verður tekið með morgunmatnum mínum um okomin ár svo ég geti haldið áfram að lifa lífinu verkjalaus, sinnt börnunum mínum, starfinu og bætt mig í sportinu mínu..



Ebba Særún Brynjarsdóttir



NUTRILENK Active og **NUTRILENK Gold** eru efni sem geta unnið mjög vel saman fyrir fólk sem þjáist af liðverkjum.

NUTRILENK Gold

- Fyrir þá sem þjáist af minnkuðu liðbrjóska og slitnum liðum.
- Unnið úr fisk- og hvalbrjóska, hátt hlutfall af kóntrótín sulfat.
- Eitt mest selda fæðubótaefnið fyrir liðina á Íslandi síðastliðinn ár.

NUTRILENK Active

- Eykur liðleika og sér til þess að liðirnir séu heilbrigðir og vel smurðir.
- Hjálpar liðunum að jafna sig eftir æfingar og átök.
- Inniheldur vatnsmeðhöndlaðan hanakamb, hátt hlutfall af Hýalúrónsýru.

Nánari upplýsingar á www.gengurvel.is



Skráðu þig á facebook síðuna Nutrilenk fyrir liðina - því getur fylgt heppni!

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

áhrifaríkur og án allra eitrefna. Allt að 8 tíma virkni.

EFFITAN
Skordýrafæla

Gætt um heilbrigði og heilbrigði í og fyrir meidda, maura og flísa. Þá er hægt að tryggja öryggi.

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

Nutrilenk er fáanlegt í flestum apótekum, heilsubúðum og heilsuhillum stórmarkaðanna

Allar gerðir af rúðum í boði

Bílrúðan er rótgróid fyrirtæki í miðbænum en þar er skipt um allar tegundir bílrúða og hægt að panta tíma með eins dags fyrirvara.

Bílrúðan er fjörutíu ára gamalt fyrirtæki,“ segir Jakob Þórarinnsson, framkvæmdastjóri Bílrúðunnar, eins elsta starfandi fyrirtækis á sviði bílrúðuskipta á Íslandi. „Við flytjum inn, skiptum um og gerum við rúður,“ segir Jakob og tekur fram að nóg sé að panta tíma hjá Bílrúðunni með eins dags fyrirvara. Skipt sé um rúðurnar samdægurs en það taki fjóra til fimm klukkutíma.

Jakob segir að þegar Bílrúðan var stofnuð árið 1972 hafi fyrirtækið smíðað rúðurnar sjálft. Síðustu tuttugu árin hafi það flutt þær inn. „Þetta voru orðnar svo stórar og flóknar rúður,“ segir Jakob en Bílrúðan flytur inn rúður frá Sant-Gobain Sekurit sem er að hans sögn „einn stærsti „original“ bílrúðuframleiðandi í heiminum í dag.“

Bílrúðan flytur inn bæði framrúður og afturrúður ásamt því að gera við rúður. „Við erum með rúður á lager í allar bíltegundir. Svo getum við útvegað alls konar rúður með skömnum fyrirvara ef við eigum þær ekki,“ segir Jakob og bætir við að á Bílrúðunni sé einungis notað viðurkennt efni. Hann lýsir svo viðgerðum á skemmdum á rúðum: „Þegar gert er við minni-háttar skemmdir á rúðunum fellur eigin áhætta



Bílrúðan flytur inn bæði framrúður og afturrúður ásamt því að gera við rúður.

niður og þá þarf eigandi ekki að borga neitt. Það er engin sjálfsábyrgð á því,“ upplýsir hann en Bílrúðan er viðurkennd af öllum trygginga-félögum.

Hverjir leita helst til ykkar? „Það eru bæði einstaklingar og fyrirtæki. Við sinnum mörgum stórum bílaumboðum og flestum stærstu bílaleigunum,“ segir Jakob en á verk-

stæðinu starfar einungis menntað fagfólk. „Við leggjum mikla áherslu á það að allir séu menntaðir í því sem þeir eru að gera. Framrúðurnar eru burðarvirkið í bílnum þegar lent er í tjóni, svo þetta þarf að vera vel gert,“ segir Jakob. „Við erum líka réttingaverkstæði og málningarverkstæði þannig að við getum gert svo mörgu skil. Við erum alhliða réttingaverkstæði.“

Bílrúðan er til húsa að Grettisgötu 87 í Reykjavík. „Við erum á Grettisgötunni, milli Snorrabrautar og Rauðarárstígs, alveg við Hlemm. Við erum á góðum stað og með nóg af bílastæðum.“

Nánari upplýsingar má finna á slóðinni www.bilrudan.is og í sínum 552 5780 og 552 5755.



Nóg er að panta tíma með eins dags fyrirvara hjá Bílrúðunni, að sögn Jakobs. Bílrúðan er fjörutíu ára gamalt fyrirtæki sem er við Grettisgötu í Reykjavík og nóg er af bílastæðum hjá fyrirtækinu.



BÍLRÚÐAN **BÍLRÚÐAN** **BÍLRÚÐAN** **BÍLRÚÐAN** **BÍLRÚÐAN**

Bestir í bílrúðuskiptum.
30 ára reynsla fagmanna.
3ja ára ábyrgð á allri vinnu.

BÍLRÚÐAN

Grettisgötu 87 • 105 Reykjavík
Símar 552 5755 & 552 5780
bilrudan@bilrudan.is • www.bilrudan.is

BÍLRÚÐAN **BÍLRÚÐAN** **BÍLRÚÐAN** **BÍLRÚÐAN** **BÍLRÚÐAN**

Rúðan sýnir hinn innri mann

Límmiðar í bílrúðum eru af ýmsu tagi. Þeir geta verið fyndin skilaboð til hinna í umferðinni eða lýst áhugamálum eða skoðunum bíleigandans. Þannig eru hunda- og hestaeigendur duglegir að líma sitt uppáhaldsdýr á bílinn og einlægir stuðningsmenn stjórnmálamanna lýsa yfir stuðningi sínum við frambjóðendur með því að líma slagorð eða myndir í afturgluggann.



Sumir vilja bara gleðja náungann og fátt er betra til þess en brosmildur broskall.



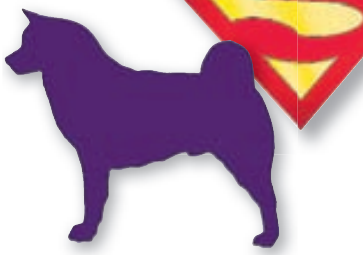
Prakkarinn Calvin fær margan til að brosa.



Hestafólk er ekki síður áhugasamt um að koma sínu áhugamáli á framfæri með smekklegum límmiða á bílrúðunni.



Superman-aðdáendur eiga líka bíla.



Hundaeigendur eru flestir afar stoltir af sinni hundategund og vilja koma henni á framfæri, til dæmis með límmiða á borð við þennan sem límdur er í afturglugga margra bíla.



Fylgjendur Obamas í forsetakosningunum síðustu í Bandaríkjunum límdu margir hverjir svona límmiða á bíla sína til að sýna forsetanum stuðning.



Sumir límmiðar hafa engan sérstakan tilgang.

Al Capone ók um vel varinn

Skotheldir bílar komu fyrst fram á sjónarsviðið í byrjun síðustu aldar. Al Capone, einn frægasti höfuðpaur glæpagengis í Chicago, var á meðal fyrstu eigenda slíks bíls. Eftir að Capone var handtekinn fékk forseti Bandaríkjanna hann til afnota en þá höfðu Japanir ráðist á Pearl Harbour og var óttast var um öryggi forsetans.

Bíllinn var af gerðinni Cadillac 341A Town Sedan. Í dag ekur forsetinn enn um á Cadillac en hann er kallaður Cadillac One í samræmi við flugvél forsetans, sem kallast Air Force One.

Frá þessum tíma hafa orðið miklar framfarir í farartækjum sem eru varin fyrir byssukúlum. Brynvarðir bílar kosta þó sitt og hlaupa þeir dýrustu á um það bil 170 milljónum íslenskra króna.

Allir helstu bílaframleiðendur heims framleiða línu af brynvörðum bílum. Sá dýrasti kemur frá Mercedes Benz en hann er einnig 517 hestöfl. Audi, BMW, Bentley, Cadillac og fleiri framleiðendur selja sömuleiðis skothelda bíla.

Skotheldar bílrúður eru hvorki ódýrar né einfaldar í framleiðslu. Rúðurnar eru samansettar úr gleri og mjúku efni sem líkist glæru plasti. Þegar byssukúla fer í rúðuna þá sveigist plastið til þess að grípa kúluna og draga úr kraftinum. Hversu vel glerið virkar fer eftir þykkt þess.

Það er dýrt að skipta út bílrúðunum fyrir skothelt gler en nýlega kom á markað sérstök filma sem hægt er að setja yfir rúðuna og er hún til þess fallin að styrkja hana og verja.



Meistarinn gerir allt einfaldara

Ef bílrúða brotnar er besta ráðið að panta tíma hjá Bílrúðumeistarinum. Þá er vandinn úr sögunni enda sér eigandinn, bifreiðasmíðameistarinn Páll Gunnlaugsson, um öll samskipti við tryggingafélögin og aðra pappírsvinnu. Páll sérhæfir sig í öllu er varðar bílrúðuskipti og -viðgerðir.

Bíllinn er í öruggum höndum hjá Páli Gunnlaugssyni bifreiðasmíðameistara, sem rekur Bílrúðumeistarann á Dalvegi 18 í Kópavogi. Páll hefur unnið við ísetningar og viðgerðir á bílrúðum í tólf ár. „Ég sérhæfi mig í bílrúðuviðgerðum, rúðuskiptum og rúðuisetningum. Ég laga líka mött ljós og skipti um upphalara,“ segir Páll, sem stofnaði Bílrúðumeistarann í mars 2011. Nóg hefur verið að gera hjá honum síðan.

Páll sinnir viðskiptavinum sínum afar vel og raunar þurfa þeir ekki að hafa áhyggjur af neinu sem snýr að pappírsvinnu eða öðru verklegu í kringum það tjón sem þeir verða fyrir. „Fólk þarf ekki að leita til tryggingafélaga ef rúða brotnar. Það getur leitað beint til mín og ég sé um öll samskipti við tryggingafélögin,“ upplýsir Páll og bendir á að Bílrúðumeistarinn sé viðurkenndur aðili hjá öllum tryggingafélögum á Íslandi. „Þá á ég í mjög góðum samskiptum við þau,“ segir Páll sem einnig býður upp á aðstoð við að fylla út tjónaskýrslu.

Viðgerð eða rúðuskipti

„Helstu ástæður þess að rúður brotna eða skemmast eru fyrst og fremst steinkast og svo eru það

skemmdarverk á hliðarrúðum vegna innbrota,“ segir Páll. Ef skipta þarf um rúðu þarf fólk iðulega að borga sjálfsábyrgð og tryggingafélögin afganginn. Ef hins vegar er um viðgerð á rúðu að ræða borga tryggingafélögin það í topp að sögn Páls. „Ef greiða þarf sjálfsábyrgð af rúðuskiptum eru það fimmtán prósent af kostnaði sem er yfirleitt á bilinu átta til tólf þúsund. Svo er framrúðan sá hlutur bifreiðarinnar sem fólk horfir mest á og mikið

atriði að hún sé í toppstandi,“ segir Páll glaðlega.

Í klippingu meðan beðið er

Viðskiptavinir eru ekki bundnir við sérstakan tíma til að koma bílnum til Bílrúðumeistarans. „Fólk getur komið hvenær sem er sólarhringsins og sett bíllyklana inn um sérstaka lúgu fyrir lykla sem er á verkstæðinu,“ segir Páll og upplýsir að viðgerðin taki yfirleitt um fjóra tíma. „Flestir koma með bílinn um morguninn og ná í hann í hádeginu eða koma með hann í hádeginu og sækja hann eftir vinnu.“

Fólk getur líka beðið á meðan gert er við bílinn. „Konan mín, Lucy, er með hárgreiðslustofuna HairDoo við hliðina á Bílrúðumeistarinum hér á Dalvegi 18 og



„Fólk þarf ekki að leita til tryggingafélaga ef rúða brotnar. Það getur leitað beint til mín og ég sé um öll samskipti við tryggingafélögin,“ upplýsir Páll.

MYNDHAG

við erum með sameiginlega aðstöðu fyrir viðskiptavinum. Fólk getur jafnvel skroppið í klippingu til hennar á meðan það bíður eftir bílnum,“ segir Páll og hlær og lofar toppgæðum og toppþjón-

ustu hjá þeim skötuþjófum á Dalveginum.

Nánari upplýsingar má finna á www.bilrudumeistarin.is eða gegnum netfangið brm@brm.is.

pallgunnlaugsson@gmail.com, 8997536





Það er vandaverk að skipta um bílrúður. Starfsfólk Poulsen vinnur eftir ströngum vinnureglum sem tryggja að ávallt er vandað vel til verka.



Poulsen flytur inn stærstu merkin í bílrúðum og býður upp á rúður í flestar gerðir bíla.



Poulsen þjónustar bæði bíleigendur og bifreiðaverkstæði. Þar starfa fagmenn með áralanga reynslu.

MYND/GVA

Stærsti bílrúðuinnflytjandi landsins

Fyrirtækið Poulsen er stærsti bílrúðuinnflytjandi landsins og býður upp á rúður í flestar gerðir bíla. Í Skeifunni 2 rekur Poulsen fullbúið bílrúðuverkstæði. Þar starfa fagmenn með margra ára reynslu sem meðal annars sinna kennslu í bílrúðuísætningum fyrir viðskiptavinum Poulsen. Mikil áhersla er lögð á gæði, bæði í vörum og þjónustu.

Poulsen var stofnað af Dananum Valdimar Poulsen árið 1910 og er því orðið rúmlega aldargamalt fyrirtæki. Hjá Poulsen starfa í dag um 30 manns, hver með sína sérhæfingu, sem þjónusta bæði bíleigendur og bifreiðaverkstæði. Fullbúið bílrúðuverkstæði Poulsen er í Skeifunni 2.

Þjónustum alla

Björgvin Ragnarsson, sölustjóri Poulsen, segir það ganga fljótt fyrir sig að skipta um rúðu í bíl þegar fagmenn eru að verki. „Þetta er einfalt mál. Ef rúða er brotin í bílnum, hvort sem er að framan, aftan eða á hlið, pantar fólk tíma í bílrúðuskipti. Við fáum upplýsingar um númer bíls og hvar hann er tryggður. Mætt er með bílinn á umsömdum tíma, tjónaskýrslan fyllt út og

hann skilinn eftir. Bíllinn er svo tilbúinn seinnipart dagsins. Svona einfalt er þetta,“ segir Björgvin.

Hvað kostnað varðar þarf ávallt að borga sjálfsábyrgð við bílrúðuskipti en ef gera á við rúðu er það greitt að fullu af tryggingafélaginu. Efskemmdin er minni en um það bil tókall að stærð er að sögn Björgvins oftast hægt að gera við rúðuna. „Af öryggisástæðum er þó ekki gert við skemmdir sem eru í beinni sjónlínu ökumanns. Þá er betra að skipta.“

Fagmennska í fyrirrúmi

Verkstæði Poulsen hefur á að skipa faglærðu starfsfólki með margra ára reynslu. Meðal annars hefur það sinnt kennslu í bílrúðuísætningum og bílrúðuviðgerðum úti um allt land.

„Bílrúðuísætning er mikið vandaverk og ekki sama hvernig hún er framkvæmd. Við höfum tileinkað okkur ákveðnar vinnureglur sem skara langt fram úr almennum vinnureglum. Það er trygging fyrir viðskiptavininn að vönduð vinnubrögð séu ávallt viðhöfð og að viðgerðin muni standast tímans tönn.“

Gæði og vandvirkni

Mikil áhersla er lögð á gæði, bæði í vörum og þjónustu. Poulsen flytur inn stærstu merkin í bílrúðum, AGC og Pilkington sem er virtasti og umsvifamesti bílrúðuframleiðandi heims. „Þar sem við erum stærsti innflytjandi á bílrúðum, listum og smellum, ásamt vélum og tækjum til rúðuskipta, höfum við ávallt nýjustu tæki og beitum nýjustu aðferðum við rúðuskipti.“

TILBOÐ ÚT ÁGÚST

Nú í júlí og út ágúst mun Poulsen veita 50% afslátt af rúðupurrkum til þeirra sem koma í rúðuskipti eða viðgerð á rúðu. Allar nánari upplýsingar er að finna á heimasíðu fyrirtækisins, www.poulsen.is, eða í síma 530 5900.

EF RÚÐA ER BROTIN Í BÍLNUM ÞÍNUM

- **Hringir þú** í Poulsen í síma 530 5900 og pantar tíma í bílrúðuskiptum.
- **Gefur þú** upp bílnúmer og tryggingafélag bílsins.
- **Mætir þú** með bílinn á umsömdum tíma í Skeifuna 2.
- **Færð þú** hjálp við að fylla út tjónaskýrslu og skilur bílinn eftir.
- **Sækir þú** bílinn seinnipart dags og það eina sem þú þarft að greiða er sjálfsábyrgð.
- **Ekur þú** heim með splunkunýja rúðu og gott útsýni.
- **Ef aðeins** þarf að gera við rúðu greiðir tryggingafélagið viðgerðina að fullu.
- **Ef skemmd er minni** en tókall að stærð er oftast hægt að gera við rúðuna.

Bílrúðuskipti og viðgerðir



PILKINGTON

AGC
ASAHI GLASS COMPANY

Poulsen
partur af lífinu

Skeifan 2 - 108 Reykjavík - Sími 530 5900 - www.poulsen.is



„Margir bíða með að koma með bílinn í viðgerð þar til rúðan springur en þá þarf að skipta um gler,” segir Sigurður Eiríksson, eigandi Glerpró.

MYND/GVA

Hægt að gera við flestar skemmdir

Glerpró ehf. er ungt fyrirtæki byggt á gömlum grunni, sem hefur sérhæft sig í framrúðu- og bílljósaviðgerðum frá árinu 1994. Sigurður Eiríksson, eigandi fyrirtækisins, segir almenning ekki gera sér grein fyrir hve stóran hluta af rúðuskemmdum hægt er að gera við.

Við leggjum mesta áherslu á framrúðuviðgerðir. Við sjáum líka um framrúðuskipti en aðaláherslan er lögð á viðgerðirnar,” segir Sigurður Eiríksson, eigandi Glerpró. Hjá fyrirtækinu starfa menn með mikla reynslu en Sigurður sjálfur hóf störf við framrúðuviðgerðir árið 1994. „Þá var ég bara einn í þessu. Ég hóf störf á Sauðárkróki og var þar þangað til fyrir þremur árum þegar við fluttum í bæinn.“ Fyrirtækið er nú staðsett á Funahöfða 13.

Viðgerð á kostnað trygginga

Sigurður segir almenning ekki átta sig á hversu mikinn hluta af rúðuskemmdum hægt er að gera við. „Það má segja að það sé hægt að gera við bróðurpart af skemmdum sem koma í rúður. Þótt það komi steinn í rúðuna sem myndar smásprungu þá er í flestum tilfellum hægt að laga það,” segir hann og bætir við að viðgerðin sé bíleigandanum að kostnaðarlausu. „Þetta er alfarið í boði tryggingafélaganna. Það er annað sem almenningur veit oft ekki heldur og margir bíða því með að koma með bílinn í viðgerð þar til rúðan springur, en þá þarf að skipta um gler.“

Best að koma strax

Sigurður segir því best að koma sem fyrst með bílinn í viðgerð ef sprunga kemur í rúðuna. Hann bætir þó við að vel sé hægt að gera við eldri sprungur. „Það er betra

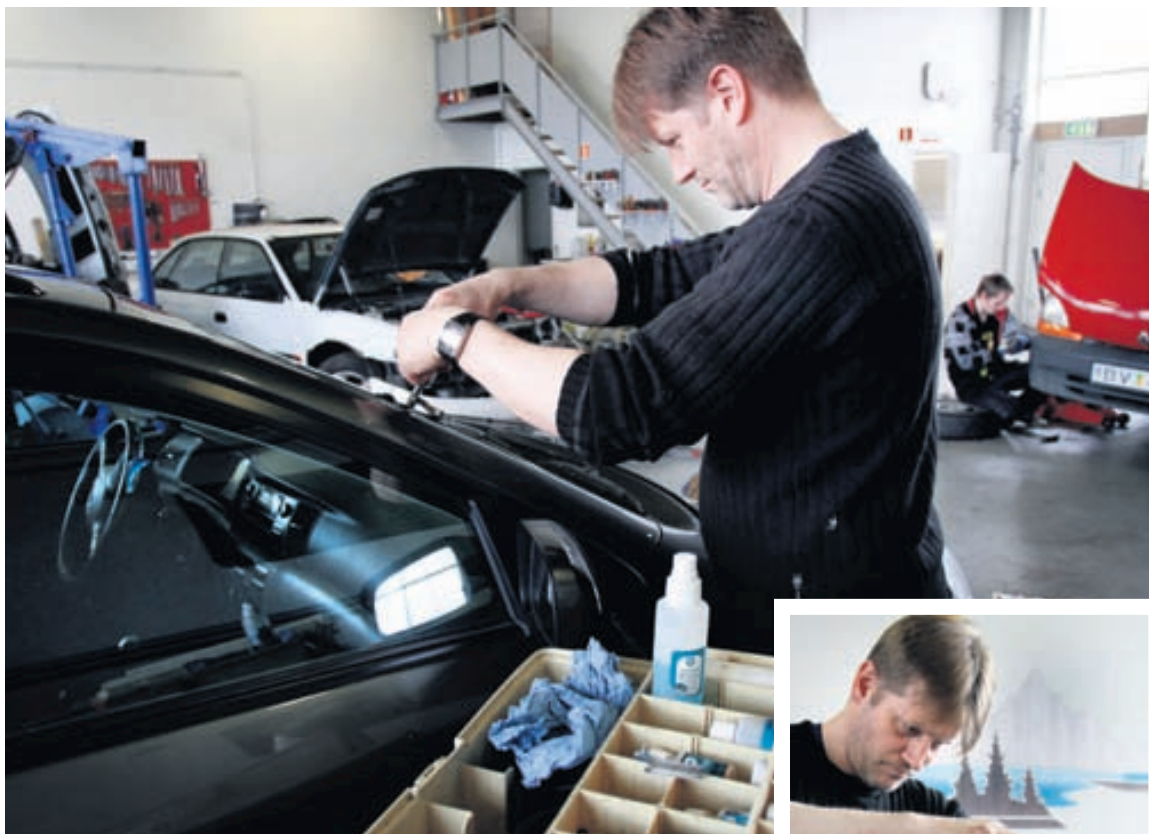
að fá þetta sem fyrst en við getum alveg gert við gamlar skemmdir líka. Þá er hins vegar hætt á að það hafi komist vatn eða óhreinindi í skemmdina og því náum við aldrei alveg úr.“ Hann ítrekar að best sé að viðgerðin eigi sér stað áður en nokkur raki kemst í sprunguna. Í rúðunum er tvöfalt gler og á milli glerjanna öryggisfilma. Komist raki í hana getur hún gránað og þá verður grár blettur eftir í rúðunni. „Slíkt næst ekki úr, það er komið til að vera.“ Hægt er að setja svokallaðan rúðuplástur á skemmdina til að hindra að vatn og óhreinindi komist í hana. Einnig þola rúðuskemmdir illa hitabreytingar og algengt er að rúðan springi út frá skemmdinni.

Glerpró þjónustar bíla af öllum stærðum og gerðum en helstu viðfangsefnið eru rútur og stórir bílar. Sigurður telur aðalástæðuna fyrir því vera að hinn almenni bíleigandi gerir sér oft ekki grein fyrir annars vegar að hægt sé að gera við skemmdir í rúðum og hins vegar að það kosti hann ekki neitt.

Mikilvægt er að engar skemmdir séu í sjónlínu ökumanns og oft þarf að skipta út rúðunni ef slík er raunin. Sigurður segir það þó ekki algilt. „Það fer eftir eðli skemmdarinnar. Sumar skemmdir eru þess eðlis að þær hverfa algjörlega eftir viðgerðina.“

Hröð þjónusta

Sigurður segir framrúðuviðgerðir vandaverk en Glerpró leggur metnað í að vinna hratt og örugg-



Rúðuviðgerðir eru vandasamt verk en starfsmenn Glerpró einsetja sér að vinna bæði hratt og vel.

MYND/GVA

lega. „Yfirleitt erum við ekki lengur en klukkutíma frá því að bílinn kemur inn til okkar og þangað til hann er tilbúinn. Eigandinn getur jafnvel bara sest inn og fengið sér kaffi hjá okkur á meðan,” segir Sigurður brosandí.

Á heimasíðu Glerpró, glerpro.is, er pöntunarkerfi fyrir bílrúðuviðgerðir. Þar er tengill þar sem fólk skráir bílnúmer og símanúmer

og í framhaldi hefur fyrirtækið samband við viðkomandi. Einnig er hægt að hringja og panta tíma í síma 776 8600 eða hafa samband með tölvupósti á póstfangið glerpro@gmail.com. „Svo getur fólk einfaldlega rennt við hjá okkur. Yfirleitt getum við farið strax í verkið,” segir Sigurður og hvetur fólk til að líta við á Funahöfða 13.



Komist raki í rúðuskemmdina er hætt á að grár blettur myndist í rúðunni sem ómögulegt er að ná úr. Best er því að koma með bílinn í viðgerð sem fyrst. Sérstakan rúðuplástur má líma á skemmdina til að verja fyrir raka í millitíðinni. MYND/GVA

smáauglýsingar

smaar@frettabladid.is / visir.is

FRÉTTABLAÐIÐ

512 5000

Afgreiðsla smáauglýsinga og sími er opin allra virka daga frá 8-17

Allar smáauglýsingar vikunnar á visir.is

BÍLAR & FARARTÆKI



Stofnoð 1974

Bílamarkaðurinn



A-LINER Chalet arrowhead. Árgærd 2009, ekinn -1 P.KM, bensín, sjálfskiptur. Verð 2.190.000. fortjald solarsella cd Rnr.222835.



MMC L200 double cab 4wd. Árgærd 2005, ekinn 149 P.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 1.260.000.ath gott stg verð Rnr.101701.

Bílamarkaðurinn
Smíðjuvegi 46E, Kópavogi
Sími: 567 1800



OFFROAD E1 - 1790P!!!

Hálendið here we come...vel útbúinn og öflugur ferðavagn sem lítur út sem nýr. Fleetwood Evolution E1 árg.2008. Svefnpláss f. 6-8 manns. Ísskápur, eldavei, fortjald o.fl. Tilboðsverð 1790p. Er á staðnum. BÍLALÍF Kletthálsi.



8 MANNA - DÍSEL

FORD E350 ECONOLINE. Árg.2006,ek. aðeins 67.p km,dísel, sjálfskiptur,innfluttur nýr,einn eigandi,er á staðnum.Verð 4.980.000. Rnr.103675.



BMW 523i .Árg.2007,ek.69.p km,bensín,sjálfskiptur,einn með öllu,mjög flott eintak,er á staðnum. Verð 4.190.000. Rnr.103333.

Bílalíf
Kletthálsi 2, 110 Reykjavík
Sími: 562 1717
Opíð virka daga 10-18
www.bílalíf.is

Bíla & FerðavagnaMarkaður



Til sölu Moorea 470FB, 2006. Fortjald og sjónvarpsloftnet. Flott hjólhýsi sem lýtur vel út. Verð 2.590 kr. Á staðnum. Rnr. 121220 . Vantar alla ferðavagna á skrá/stæði.

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

NETBÍLAR

www.netbilar.is

Við seljum bíla!

Söluhæsta netbílalásala landsins!

NETBÍLAR

www.netbilar.is - Sími 588 5300.

Netbílar er nú þegar orðin ein vinsælasta bílasalan í bænum. Beinið viðskiptunum til okkar það mun reynast yður happa drjúgt. Símakall til bílasala yðar útvegar yður fullar Upplýsingar.

Netbílar.is
Hlíðasmára 2, 201 Kópavogur
Sími: 588 5300
http://www.netbilar.is

ASKJA

NOTAÐIR BÍLAR



BMW X5 dísel Árgærd 2007, ekinn 91 P.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 5.990.000. Rnr.990509.



SUZUKI Grand vitara xl-7. Árgærd 2007, ekinn 56 P.KM, bensín, sjálfskiptur. Verð 2.490.000. Rnr.990502.

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

SUZUKI

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

bilauppbod.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.

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

bíll.is

bestir í bílum...



FORD Transit rimor arf55s3. Árgærd 2006, ekinn 69 P.KM, dísel vel útbúinn 6 manna . Verð 6.480.000 lán 4.000.000 Skoðar öll skipti Rnr.135950.

Bíll.is
Sími: 577 3777
www.bill.is

NÝJA BÍLAHÖLLIN

BÍLAKJARNINN VÍÐI SKEIÐHÓFA 110 REYKJAVÍK



PALOMINO I-colt. Árgærd 2008, Verð 1.200.Mjög vel útbúið og vel með farið Rnr.218297.



HARLEY DAVIDSON Softail flstf fat boy. Árgærd 2007, ekinn 3 P.KM, bensín, 6 girar. Verð 2.390.ATH mjög gott verð Rnr.219092.



TOYOTA Yaris terra. Árgærd 2008, ekinn 89 P.KM, bensín, 5 girar. Verð 1.490.vel með farinn Rnr.311188.



JEEP Wrangler rubicon. Árgærd 2007, ekinn 84 P.KM, bensín, sjálfskiptur. Verð 3.990.Vel með farinn og tilbúinn á fjölli Rnr.219021.



M.BENZ GL 350 bluetec . Árgærd 2011, ekinn 38 P.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 14.500.Mjög fallegur og vel útbúinn bíll Rnr.112004.

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

Bílar til sölu



NÝR BÍLL Á TILBOÐI!

VW POLO TRENDLINE 2012 árgærd ek.29 þús, sk.16 ný heilsársdekk, 5 dyra, beinskiptur, eyðsla 4,7ltr/100 listaverð er 2 milljónir en fæst á Tilboðsverði 1850 þús, ekkert áhvílandi en ekkert mál að fá lán, upplis 691 9374



MUSSO SPORT 2,9 TURBO DÍSEL ÁRG 2005

(mercedes benz vél) ek.118 þús km, beinskiptur 4x4 hátt og lágt drif, dráttarkr, ný sko 14, 5 manna, eyðir lítlu um 8ltr/100 ásett verð 1290 þús TILBOÐ 890 þús möguleiki á allt að 100% láni í 36 mánuði 841 8955.



SPARIBAUÐUR Á 450 ÞÚS

RENAULT CLIO 1,4 16v 2002 ek.132 þús, 5 dyra beinskiptur, ný skoðaður 14 eyðir 4,8ltr/100 ásett verð 580 þús TILBOÐ 450 þús möguleiki á 100% Raðgreiðslum s.841 8955



Til sölu Toyota Hiace árg. ,08 ek. 200. Mikið endurnýjaður og góður bíll verð 2,7 uppl: 899 1041.



TILBOÐ 2.990.P!!

Til sölu Range Rover Sport SE árg 2006 ek 112.p.km umboðsbíll ásett verð 3990.p fæst á 2.990.p uppl. í síma 896-5290



Til sölu Toyota Corolla. Árgærd: 2005. Ekin: 117.000 Km Verð kr : 990.000.- Upplýsingar gefur Pétur í síma 860 1123.

Bílar óskast

Óska eftir bíl á bilinu 30-300þ +. EKKI eldri en ,00. Má þarfnast viðgerðar. S. 866 0784.

!!! 0-250ÞÚS STAÐGREITT !!!

Óska eftir að kaupa bíl fyrir allt að 250þús., bíllinn má þarfnast lagf. eða skoðunar, helst ekki eldri enn ,98, skoða allt. Uppl. í S. 691 9374.

BÍLL ÓSKAST Á 25-250ÞÚS.

Má þarfnast lagfæringa.

Hringdu S. 615 1815 eða sendu sms.

Sendibílar



Allar stærðir sendibíla. Nýja Sendibílastöðin sími 568-5000.

Fjór hjól



GÖTUSKRÁÐ FJÓRHJÓL

Polaris Sportsman 500 árg. 2007 ek.5 þ.km nýleg reim, góð dekk og annar gangur fylgir, spil með fjarst, ný smurt og nýr rafgeymir. Skoða öll skipti. Uppl. í s. 867 9344 Sigurður.

Reiðhjól

JS LJÓSA SMÍÐJAN

REIÐHJÓLAVIÐGERÐIR

Gerum við allar gerir reiðhjóla. Fljót 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

Fullkomið verkstæði fyrir allar tegundir reiðhjóla

-Stuttur biðtími-

TRI

www.tri.is
Suðurlandsbraut 32
Sími: 571-8111 eða 571-8100



RAFMAGNS-REIÐHJÓL

VERÐ FRÁ 149.800

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

Bátar



Utanborðsmótorar af ýmsum stærðum

Varahlutabjónusta
Viðgerðabjónusta

arctictrucks.is
YAMAHA

Bílalyftur

STENHÖJ AUTOLOFT AS

Lýttigeta 3-5 tonn

VÉLASALAN

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

Varahlutir

Fyrir bílinn og mótórhjólið

Úrval af Autolite kertum

Frábært verð gerðu samanburð



Bílaþiða Benna

Seljaðingir í bílum
Auka- og varahlutaverðun
Vagnhöfða 23 • Sími: 590 2000
Hemmasíða: benni.is

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.

Ódýrir varahlutir og dekk í ýmsa bíla s: 896 8568.

VW - SKODA - VARAHLUTIR

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

Viðgerðir



REIÐHJÓLA OG SLÁTTUVÉLAPJÓNUSTAN - ENGINN BIÐTÍMI !

Tek við öllum gerðum af reiðhjólum, og sláttuvélum. Einnig aðrar smávéla viðgerðir. Vagnhöfða 6, S. 821 0040.

ÞJÓNUSTA

Pípulagnir

FAGLÆRÐIR PÍPARAR

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

PÍPULAGNIR

Faglærðir píparar geta bætt við sig verkefnum í bæði viðhaldi og nýlögnum. Vönduð vinnubrögð. Uppl. í s. 663 5315 & 699 6069.

Hreingerningar

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

Tek að mér þrif í heimahúsum, er von. Upplýsingar í síma 868 7283.

Garðyrkja



Bókhald

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

Málarar

MÁLNINGARPJÓNUSTA REYKJAVÍKUR

20% afsláttur af öllum inniverkum. Fritt verðtilboð. Alhlíða málningarpjónusta. S. 778 0100.

MÁLNINGARPJÓNUSTA

Vönduð vinnubrögð og snyrtimennska í fyrirrúmi. Ágúst S:695-4464 málningartjonusta@gmail.com

Búslóðaflutningar

Ert þú að flytja? Búslóðafi., fyrirtækjafi., pianófi. o.fl. Extra stór bíll. Flutningaþj. Mikael S. 894 4560 www.flytja.is flytja@flytja.is

Húsaviðhald



Er komið að viðhaldi, lekur húsið, íbúðin eða sumarhúsið. Er komin mygla eða er fúkkalkyt. Hef 20 ára reynslu af viðhaldsverkefnum. meðmæli ef óskað er Sími: 895 9801 eða oskar@sbd.is

Nudd

NUDD

Slökunarnudd í miðbæ Reykjavíkur. Sími 694 7881, Zanna

Slökurnudd, heilsunudd á nuddstofunni á svæði 200. Tímáptanir í Síma 771 2117.

Rafvirkjun

AH-RAF LÖGGILDIR RAFVERKTAKAR.

Dyrasmímakerfi, töfluskípti og öll almenn raflagnavinna. Tilboð/ tímavinna ahraf@ahraf.is Hermann s: 845-7711 Arnar s: 897-9845.

Trésmíði

INNRETTINGAR.IS

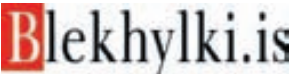
Sérsmíðum innréttingar eftir þínum hugmyndum. Sérsmíði ehf s. 587 0777.

Önnur þjónusta



BEAUTY IN BLACK HOLTSBÚÐ 61 GARÐABÆ

Útsalan á fullu með flott fót á frábæru verði 20-50% afsláttur. www.beautyinblack.is



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

KEYPT & SELT

Til sölu

ÓDÝR HEIMILISTÆKI

Pvottavélar, ísskápar, þurrkara, uppþvottavélar, Ford Explorer ,96 nýskoðaður ,14, frystikista, eldavélar, hjólastóll, video, reiðhjól, þríhjól, hlaupahjól, mikið af ódýrum dekkjum og felgum S. 896 8568.

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.

KAUPI GULL !

Ég, Magnús Steinþórsson gullsmíðameistari, kaupí gull, gull peninga og gull skartgripí. Kaupí allt gull, nýlegt, gamalt og illa farið. Leiðið til fagmanns og fáíð góð ráð.

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

STAÐGREIÐUM GULL, DEMANTA OG ÚR.

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

Opið alla daga 11-18, Kringlan - 3. hæð (Hagkaupsmegin) Upplýsingar í síma 661 7000.

Verslun



HEILSA

Heilsuvörur

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

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

Nudd

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

Nudd Nudd Nudd tilboð í dag, tímáptanir. Uppl. í s. 616 6469. Nuddstofan Svæði 105 Holtin.

Þjónusta



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

SKÓLAR & NÁMSKEIÐ

Ökukennsla

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

HÚSNÆÐI

Húsnæði í boði

GISTIHEIMILI - GUESTHOUSE WWW. LEIGUHERBERGI.IS

Stúdíóíbúð laus á Funahöfða 17a Rvk.

Studio for rent in Funahöfða 17a Rvk.

Uppl/info í S. 824 4535. frá kl. 12-18. www.leiguherbergi.is

Húsnæði óskast

Herbergi til leigu í miðbænum. Uppl. í s. 866 6344.

Húsnæði óskast

Reglusöm hjón óska eftir 2ja herb. eða stúdíóíbúð í Rvk. Góð umgengni, öruggar greiðslur. Uppl. í S: 865 2160

Atvinnuhúsnæði

Til leigu iðnaðarhúsnæði/ verslunarhúsnæði á jarðhæð í Dugguvogi. U.þ.b. 100 fm. Uppl. í S. 862 0026 eða 898 3123.

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.

WWW.BUSLODAGEYMSLA.IS

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

GEYMSLUR.COM

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

ATVINNA

Atvinna í boði



Sjávargrillið óskar eftir starfskrafti í sal, í kvöld og helgarvinnu. Hentar mjög vel skólafólki. Æskilegt að hafa reynslu af þjónustu í sal. Áhugasamir sendi póst á sirry@sjavargrillid.is

FISKIKÓNGURINN

Starfsmenn óskast til almennra fiskibúðarstarfa hjá Fiskikóninginum Sogavegi 3. Vinnutími frá 07.00-15.30. Aðeins duglegt, reglusamt og snyrtilegt fólk kemur til greina. Uppl. Kristjan 896 0602 eða kristjan@fiskikongurinn.is



Óskar eftir þjónustuliprum starfsmönnum í fullt starf og hlutastarf. Aðeins 18 ára og eldri. Sækja um á castello@simnet.is eða í s. 692 3051

Fjölskylda búsett á austurströnd bandaríkjanna óskar eftir að ráða aupair til að líta eftir 3 strákum á aldrinum 8-12 ára. Ráðið er í minnst 12mánuði frá og með lok ágúst. Til frekari upplýsinga hafið samband í passa3straka@gmail.com.

Nettó í mjódd óskar eftir starfsmönnum í fullt starf, dagvinna og næturvinna. Íslenskukunnátta skilyrði. Tekið er á móti umsóknum á staðnum til 26. júlí.

Finnst þér gaman að spjalla við karlmenn um kynlíf? Rauða Torgið og Sexy Iceland leita samstarfs við djarfar símadömur, 25+. Nánari uppl. á www.rautatorgid.is (atvinna).

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

Tilkynningar



HÁRSNYRTISTOFAN GALLERÍ ÚTLIT

Ég mun hefja störf 1. Ágúst 2013. Pantanir í síma: 5551614 Silja Stefánsdóttir.

fasteignir

Sigrún Stella Einarsdóttir
lögg. fasteignasali
GSM 824 0610

FASTEIGNA MIÐLUN

G R A F A R V O G S

Daniel Fogle
Sölumaður
s. 663-6694

HÓFGERÐI 8 , KÓPAVOGUR

OPIÐ HÚS ÞRÍÐJUDAGINN 23. JÚLÍ KL. 18:00-18:30
Sölumaður verður á staðnum. Verið velkomin!

Mjög notalegt 5 herbergja einbýlishús,ein hæð og ris við Hófgerði. Húsið sjálft er 151 fm en þar að auki er skúr 18 fm. Garður er skjól-góður og í falgri rækt og hefur hlotið verðlaun frá Kópavogsbæ.

Verð 40,9 milljónir

Sími 575 8585 **FASTEIGNASALAN Í ÞÍNU HVERFI** www.fmg.is

FASTEIGNA MARKAÐURINN ehf.

ÓÐINSGÖTU 4, SÍMI 570 4500, OPIÐ 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.

Alfabrekka 2 - Kópavogi.

OPIÐ HÚS

Opið hús í dag Frá kl.17.30 - 18.00

Mikið endurnýjað einbýlishús sem stendur á falgri og gróinni lóð með miklum verðnum og skjólveggjum. Eignin er hæð og kjallari 243,0 fm. að stærð að meðtöldum 30,7 fm. bílskúr. Stórar samliggjandi stofur. Sjönnvarpsstofa. Hjónasvíta með þaðherbergi og fataherbergi innaf. Tvö önnur rúmgóð herbergi. Eldhús með nýlegum innréttungum. Viðáttumikils útsýnis nýtur frá eigninni m.a. að Esju, Skálafelli og víðar. Eignin er laus til afhendingar nú þegar.

Verð 59,9 millj. Verið velkomin.

Sörlaskjól 66- Reykjavík.

OPIÐ HÚS

Opið hús í dag Frá kl.17.30 - 18.00

Glæsileg 90,4 fm. 4ra herbergja útsýnisíbúð á frábærum stað niður við sjó í Sörlaskjólí. Íbúðin er í góðu ástandi að innan og hefur verið mikið endurnýjuð m.a. þaðherbergi og eldhús. Svalir til suðvesturs og gríðarlega fallett útsýni. Massívt mahogny parket er á allri íbúðinni utan stiga og þaðherbergis. Mjög góð eign á frábærum útsýnisstað við rólega götu.

Stutt í alla þjónustu, skóla o.fl.

Verð 34,9 millj.Verið velkomin

Viðarvörn fyrir íslenskar aðstæður



Notaðu sumarið til að verja viðinn!

Þeir sem til þekkja nota Kjörvara á allt tréverk utanhúss. Reynslan hefur sýnt að Kjörvari er viðarvörn sem er gædd einstökum eiginleikum fyrir íslenskt veðurfar.

Kjörvari - fyrir íslenskar aðstæður

málning
- það segir sig sjálft -

Útsölustaðir Málningar: BYKO Kópavogi • BYKO Granda • Litaver Grensásvegi • BAUHAUS • BYKO Akranesi
Axel Þórarinnsson málarameisteri, Borgarnesi • Virkið Hellissandi • Málningarbúðin Ísafirði
Vilhelm Guðbjartsson málarameisteri, Hvammstanga • Verslunin Eyri, Sauðárkróki • BYKO Akureyri
Verslunin Valberg, Ólafsfirði • BYKO Reyðarfirði • G.T. VÍK Egilsstöðum • Verslunin PAN, Neskaupstað
BYKO Selfossi • Miðstöðin Vestmannaeyjum • BYKO Keflavík • N1 verslun Grindavík



21:10

ORANGE IS THE NEW BLACK

Dramatísk þáttaröð á léttum nótum um unga konu sem lendir í fangelsi.

NYÞÁTTARÖÐ



SKEMMTILEGT

ÞRIÐJUDAGSKVÖLD

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

 **GULL**

 **BÍÓ**

 **krakkar**

 **POP TV**



20:45

HOW I MET YOUR MOTHER

Gamanþáttaröðin um Lily, Robin, Ted, Marshall og Barney og söguna góðu af því hvernig Ted kynntist barnsmóður sinni.

SNÝR AFTUR



21:55

VEEP

Önnur þáttaröðin af þessum bráðfyndnu gamanþáttum með Julia Louis-Dreyfus í hlutverki varaforseta Bandaríkjanna.



7:00-20:00

 **krakkar** **BARNAEFNI ALLA DAGA**

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



Fáðu þér áskrift
512 5100
stod2.is



SUDOKU

LÉTT

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

MÍDLUNGS

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

PUNG

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

LAUSN SÍÐUSTU SUDOKU

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

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

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

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

Myndasögur

PONDUS



Hæ stelpur! Stuð í kvöld?

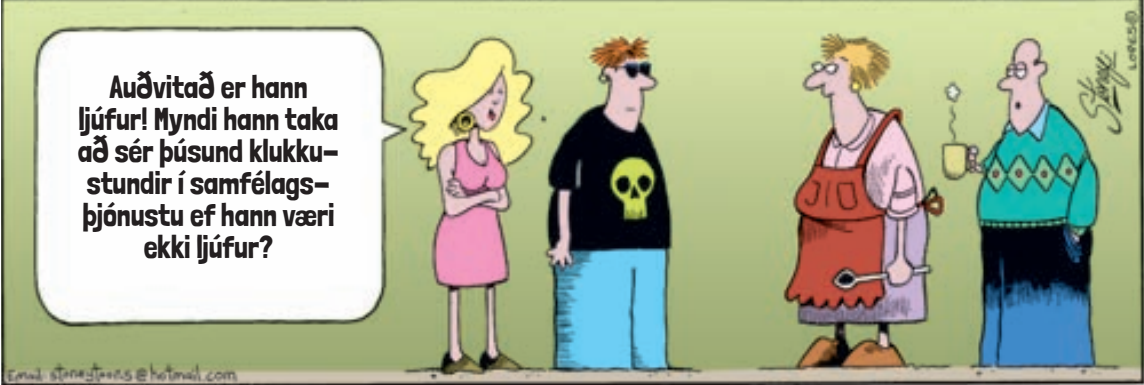


Vái Nýtt met?

Nei ... ég held að þær hafi verið fljótari að forða sér í gær.

Eftir Frode Øverli

HANDAN VIÐ HORNID



Auðvitað er hann ljúfur! Myndi hann taka að sér þúsund klukkustundir í samfélagsþjónustu ef hann væri ekki ljúfur?

Eftir Tony Lopes

BARNALÁN



Hver þurkði ekki af skítugum skónum áður en hann kom inn?

Ég. Ég.







Hann. Hún.

Eftir Jerry Scott & Rick Kirkman

SPAKMÆLI DAGSINS

Ekkert frelsi fær staðist án takmarka.

Jón Sigurðsson

KROSSGÁTA

LÁRÉTT 2. rífa, 6. hola, 8. herma, 9. sefa, 11. fyrir hönd, 12. flatfótur, 14. kvk nafn, 16. skóli, 17. netja, 18. fugl, 20. tveir eins, 21. staðarnafn.

LÓÐRÉTT 1. skítur, 3. samtök, 4. ósigur, 5. fley, 7. land í Evrópu, 10. írafár, 13. angan, 15. illgresi, 16. skst., 19. tveir eins.

LAUSN

LÓÐRÉTT: 1. sorl, 3. aa, 4. uppgejóf, 5. mör, 18. önd, 20. ff, 21. oddi. **LÁRÉTT:** 2. rauð, 6. op, 8. apa, 9. róa, 11. p, 12. llsig, 14. llsj, 16. ma, 17. f, 7. pólland, 10. asi, 13. ilm, 15. arfi, 16. mó, 19. dd.

SKÁK

Gunnar Björnsson
Dagur Arngrímsson (2384) var afar nærri því að leggja aserska stórmeistarann Azer Mirzoev (2536) í 3. umferð opna tékkneska mótsins í Pardubice.
Svartur á leik



34...f5+! 35. Kxf5 Hxf2+ 36. Kg5 Hxd1 37. Hxd1 Hxg2. Þrátt fyrir að svartur sé manni yfir náði virk kóngsstaða að bjarga jafntefli fyrir hvítan.
www.skak.is. 14 íslenskir skákmenn að tafla erlendis.

≡ Fljómsveit allra Landsmanna' ≡

STÓRTÓNLEIKN



≡ **STÓRTÓNLEIKAR** ≡
Í FJÖLSKYLDU- & HÚSDÝRAGARDINUM
UM VERSLUNARMANNAHELGINA,
SUNNUDAGINN 4. ÁGÚST KL. 20.00

HEIÐURSGESTIR:
GÓGÓ
DANSARARNIR
SVEPPI OG
VILLI!

MÍÐAVERÐ AÐEINS KR. 1.000 Í FORSÖLU Á MIDI.IS - FYRIR FYRSTU 1000 GESTINA.
MÍÐAVERÐ EFTIR ÞAÐ OG VIÐ HLIÐIÐ KR. 1.500. TAKMARKAÐUR MÍÐAFJÖLDI!
MÍÐASALA HEFST N.K. FIMMTUDAG 25. JÚLÍ KL. 10:00



SPILAGLEÐI Samstarf þeirra Óskars og Ife á sér 14 ára sögu. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

Óskar og Ife í Edinborg

Óskar Guðjónsson saxófónleikari og hinn brasilíski Ife Tolentino, gítarleikari og söngvari, munu heimsækja Ísafjörð á ferð sinni um landið og leika litríka tónlist í Edinborgarhúsinu á föstudagskvöldið.

Í fyrra gáfu þeir út geisla-diskinn VOCÊ PASSOU AQUI og munu þeir leika efni af honum í bland við annað efni. Sömbur, bossanova og aðrir minna þekktir brasilískir stílar flæða frá þeim.

HVAÐ? HVENÆR? HVAR?

PRÍÐJUDAGUR 23. JÚLÍ 2013

Tónlist

- 20.00** Sönghópurinn Kvika flytur þjóðlög og söngperlur í Hörpu.
- 20.30** Á Kexinu í kvöld kemur fram kvartett saxófónleikarans Ingimars Andersens. Aðrir meðlimir hljómsveitarinnar eru þeir Kjartan Valdemarsson á píanó, Daníel Friðrik Böðvarsson á bassa og Einar Scheving á trommur. Þeir munu flytja frumsanda tónlist. Aðgangur ókeypis.
- 20.30** Sólveig Samúelsdóttir mezzosópran og Héctor Eliel Márquez Fornieles píanóleikari flytja Fjóra Madrigala eftir Joaquin Rodrigo og sönglög Héctor Fornieles við ljóð Elena Martin Vivaldi og Antonio Carvajal. Miðasala við innganginn Aðgangseyrir kr. 2000
- 21.00** Sænsku tónlistarmennirnir Hugo Palmasköld gítarleikari og Jan Eriksón trommuleikari halda tónleika á Café Rosenberg.

Upplýsingar um viðburði sendist á hvar@frettabladid.is

Príleikur Jonas Gardell á íslensku

Fyrsta bókin í príleikum Perraðu aldrei tár án hanska eftir Jonas Gardell kemur út á íslensku þann 7. ágúst. Príleikurinn vakti feikilega athygli og mikil viðbrögð í Svíþjóð en í honum fjallar Gardell um líf samkynhneigðra í Stokkhólmi og baráttu þeirra.

Ég fékk útgáfuréttinn á bókunum á sínum tíma og hafði síðan samband við Alnæmissamtökin og síðar Bókmenntaborgina Reykjavík, því ég vildi koma þessum athyglisverða málstað sem best á framfæri,“ segir Örn Þ. Þorvarðarson, sem á og rekur bókaútgáfuna Draumsýn. „Útgáfuhófið verður síðan hluti af dagskránni hjá Hinsegin dögum í Reykjavík, sem er vel við hæfi.“

Örn segist hafa reynt mikið að fá Gardell til landsins í tilefni útgáfunnar en að hann hafi því miður verið uppbókaður. „Hann hefur samt mikinn áhuga á að koma hingað og fylgja bókinni eftir enda er príleikurinn honum hjartans mál og nokkurs konar uppgjör við líf hans sjálfs.“

Nöfn bókanna eru lýsandi fyrir innihaldið, en þær heita Ástin, Sjúkdómurinn og Dauðinn. Það er Draumey Aradóttir sem þýðir, önnur bókin kemur út í nóvember og sú þriðja og síðasta í febrúar á næsta ári.

Draumsýn er til þess að gera nýtt forlag, stofnað 2011, og hefur einkum einbeitt sér að útgáfu bóka eftir norræna höfunda. Forlagið gaf nýlega út Daga úr sögu þagnarinnar eftir Merethe Lindström og innan fárra daga kemur út skáldsagan Glansmyndasafnararnir eftir Jóanes Nielsen. Fyrirtækið er stofnað og rekið af Erni og konu hans, Karitas K. Ólafsdóttur. Hvað rak þau út í bókaútgáfu? „Okkur langaði að prófa að vera sá sem

Útgáfuhófið verður síðan hluti af dagskránni hjá Hinsegin dögum í Reykjavík, sem er vel við hæfi.

skaffar en ekki sá sem þiggur,“ segir Örn. „Við lögðum þetta niður fyrir okkur, settum tölur á blað og létum svo bara vaða.“ Er það ekki hálfgerð glæframennska að fara út í bókaútgáfu? „Jú, jú, það er það. Þess vegna höfum við lagt mikla áherslu á skandinavísku höfundana sem ekki hafa verið kynntir hér. Ég þekki vel til í Noregi og hef góð sambönd þar þannig að það lá beint við. En hins vegar er það auðvitað rétt hjá þér að þetta er glæfralegt athæfi og maður þarf að passa sig með það hvað maður velur til útgáfu. Þarf að kynna sér höfunda og viðtökur bókanna vel, án þess þó að slá af kröfum um gæðin.“

Draumsýn hefur gefið út bækur eftir tvo íslenska höfunda, Sigurjón Pálsson og Lýð Árnason, og í haust verða þrjár nýjar íslenskar bækur á útgáfulistanum, tvær barnabækur og ein skáldsaga. Ætlar forlagið að fara að leggja sig meira eftir íslenskum höfundum? „Já, ég er að reyna að finna hinn gullna meðalveg og bjóða upp á sem fjölbreyttast úrval af bókmenntum,“ segir Örn. „En það er ansi erfitt að rata hann þannig að allir séu sáttir.“ fridrikab@frettabladid.is



LÉTU VAÐA Örn og Karitas kona hans komu bókaútgáfunni Draumsýn á legg árið 2011 og leggja áherslu á útgáfu á verkum norræna höfunda. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

Perraðu aldrei tár án hanska

Jonas Gardell, fæddur 1963, er sænskur rithöfundur, grínisti og leikskáld. Hann er samkynhneigður og skrifar sannsögulega príleikinn Perraðu aldrei tár án hanska í minningu þeirra fjölmörgu samkynhneigðu vina sem hann hefur misst. Manna sem dóu í einangrun, einsemd og skömm af því samfélagið hafnaði þeim.

Jonas Gardell hefur hlotið fjölda verðlauna fyrir príleik sinn um líf, baráttu og útskýfun samkynhneigðra. Hann var valinn „Årets svensk“ eða Svíð ársins árið 2012 þegar fyrsta bindið kom út, valinn „Hommi ársins 2013“ á Gay-hátíðinni í Stokkhólmi í febrúar í ár, hlaut Bellman-verðlaunin 19. júní í ár, príleikurinn – sem Jonas Gardell leiklas sjálfur – hefur verið tilnefndur til verðlaunanna „Hljóðbók ársins 2013“ en úrslit verða tilkynnt á Bókamessunni í Gautaborg í september, og hann hlaut menningarverðlaunin „Rödd ársins“ í júlí 2013.



SIGURÐUR FLOSASON SAXÓFÓNAR

GUNNAR GUNNARSSON ORGEL

TÓNLEIKAFERÐ ÍSLENSKIR SÁLMAR

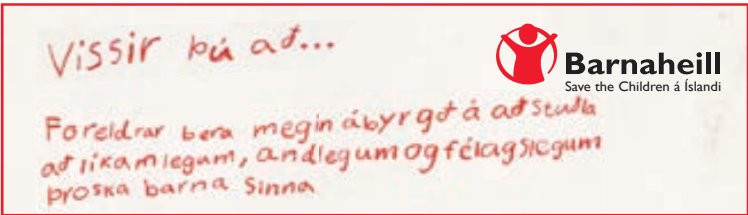
spunnir á saxófón og orgel

FRÍKIRKJAN Í REYKJAVÍK fimmtudaginn 25. júlí kl. 20:00

- HÚSAVÍKURKIRKJA laugardaginn 27. júlí kl. 13:00
- DALVÍKURKIRKJA laugardaginn 27. júlí kl. 17:00
- SIGLUFJARÐARKIRKJA laugardaginn 27. júlí kl. 20:00
- AKUREYRARKIRKJA sunnudaginn 28. júlí kl. 17:00
- AKRANESKIRKJA mánudaginn 29. júlí kl. 20:00

Forsala: midi.is

Aðgangseyrir kr. 3000



Óþrjótandi hugmyndaauði

TÓNLIST ★★★★★

Tónleikar: Sophie-Veronique Cauchefér-Choplin organisti á Alþjóðlegu orgelsumri Hallgrímskirkju sunnudaginn 21. júlí. Verk eftir Duruflé, Schumann og Widor; spuni eftir Cauchefér-Choplin.

Liljulagið svokallaða var fyrr á öldum talið áhrifarík vörn gegn draugagangi. Þjóðlagið er eitt það elsta sem varðveist hefur. Það er við kvæði Eysteins Ásgrímssonar munks frá því um miðja 14. öld. Sagan segir að gömul kona hafi sungið þetta lag á kvöldin á bæ einum. En þegar hún dó var enginn til að halda síðnum áfram. Aðeins gamla konan kunni kvæðið, sem samanstendur af hundrað erindum ef ég man rétt. Auðvitað varð ekki líft fyrir draugum á bænum. Á endanum lagðist hann í eyði.

Franski organistinn Sophie-Veronique Cauchefér-Choplin, sem starfar við St. Sulpice-kirkjuna í París, fékk þetta lag upp í hendurnar í lok tónleika í Hallgrímskirkju á sunnudaginn. Hún hafði ekki séð það áður og átti að spinna við það alveg óundirbúið. Annað lag fékk hún við sama tækifæri, Víst ertu, Jesús, kóngur klár. Verkefni hennar var að blanda þessum tveimur ólíku lögum saman í spunanum.

Ég hef oft heyrt organista leika svona af fingrum fram, enda hluti af hjálfun þeirra eftir því sem ég best veit. En þetta var glæsilegasti spuni sem ég hef nokkru sinni hlýtt



á. Hugmyndaauðgin var óþrjótandi. Alls konar hröð nótnahlaup og djörf hljómaskipti, ásamt magnaðri stígangandi, var svo áhrifamikilið að ég stóð upp og æpti tryllingslega.

Liljulagið hefur verið vinsælt tónefni margra íslenskra tónskálda í gegnum tíðina. Það er afar drungalegt og hefur venjulega orðið enn þá myrkara í meðförum tónskáldanna. Hér sá maður það í alveg nýju ljósi.

Cauchefér-Choplin er frábær organisti. Um það var spuninn auðvitað fagurt vitni en líka hinar tónsmíðarnar á efnisskránni. Fyrst á dagskrá var prelúdíu úr svítu op. 5 eftir Duruflé. Það er magnþrungin tónlist, þrungin dulúð og ástríðum. Hún var snilldarlega leikin, kvikar nótnarunur voru jafnar og óheftar, takturinn stöðugur og eftir því því dáleiddandi. Ólíkar raddir orgelsins voru jafnframt í fullkomnu jafnvægi.

Það er unaður að heyra góðan

organista spila á Klais-orgelið. Hljóðfærið er einstakt, krafturinn úr því er ótrúlegur. En svo er þar líka svo mikið af alls konar lágstemmdum, fallegum og oft furðulegum röddum. Allir helstu eiginleikar orgelsins komu þrýðilega fram í þessu litla verki í upphafi.

Sömu sögu er að segja um annað á dagskránni. Nokkrar tónsmíðar eftir Schumann voru ljúfar og hlýlegar. Og fjórir kaflar úr orgelsinfóníu nr. 5 eftir Widor (sem einnig var á sínum tíma organistinn við St. Sulpice-kirkjuna) voru afburðaglæsilegir. Síðasti kaflinn samanstóð af hröðu nótnamynstri sem smám saman stótti í sig veðrið. Hann sprakk í lokin í svo kraftmiklum hápunkti að maður fékk gæsa húð.

Jónas Sen

NIÐURSTAÐA: Algerlega frábærir tónleikar með einhverjum glæsilegasta spuna sem heyrst hefur.

Ánægja eða endurgreiðsla.

Prófaðu hana í eldhúsinu þínu í 60 daga.

Við erum svo viss um að þú verðir ánægð(ur), að við bjóðum 60 daga skilatryggingu, ef svo ólíklega vill til að hún standist ekki væntingar þínar.



reddot design award



BOSCH

- BÚÐIN -

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

Allt krökkt af stórstjörnum

Það hefur varla liðið sá dagur þar sem ekki hefur verið fjallað um allar þær erlendu stórstjörnur sem flykkst hafa til landsins í sumar.

Um miðjan júní bárust fregnir af því að ofurfyrirsætan Karlie Kloss væri hér á landi í frí. Stuttu síðar mætti stjörnu kokkurinn Gordon Ramsey hingað

til lands og renndi meðal annars fyrir lax í Borgarfirði. Þá ætlaði allt um koll að keyra þegar

það fréttist að Hollywood-stjarnan Ryan Gosling væri lentur á Keflavíkurflugvelli í júlíbyrjun og viku síðar sást til Susan Sarandon spóka sig um á Laugaveginum. Frank Ocean djammaði í miðbæ Reykjavíkur eftir tónleika sína í Laugardalshöllinni 16. júlí og um liðna helgi mættu Suits-stjarnan Gabriel Macht og Alexander Skarsgård úr True Blood á klakann.

RENNDI FYRIR LAX
Stjörnu kokkurinn Gordon Ramsey kom hingað til lands í veiði og birti meðal annars mynd af sér á Instagram með lax og undir stóð: „Pessi slapp ekki! Frábært land. Takk fyrir.“

MYNDAÐI LANDIÐ
Ofurfyrirsætan Karlie Kloss kom hingað til lands ásamt kærasta sínum. Hún var iðin við að birta myndir af fallegu landslaginu á Instagram.

15. júní

30. júní

VINNUR MEÐ VALDÍSI
Ryan Gosling vinnur að sinni fyrstu kvikmynd sem leikstjóri en Valdís Óskarsdóttir sér um að klippa fyrir kappann. Lítið hefur borið á leikaranum í Reykjavík en honum hefur þó brugðið fyrir í Mjólni og á Slippbarnum.

FÓR Á LANGJÖKUL Harry Bretaprins kom í stutt stopp til Íslands fyrir stuttu. Heimildir herma að hann hafi mætt hingað til æfinga á Langjökli ásamt breskum hermönnum á vegum góðgerðar-samtakanna Walking with the Wounded.

HRIFIN AF HUGLEIKI Susan Sarandon sást í bókabúð Máls og Menningar á Laugaveginum fyrir tæpum tveimur vikum. Þar festi hún kaup á bók Hugleiks Dags-sonar en heimildir herma að Sarandon hafi einnig skellt sér í veiði.

DJAMM- AÐI Á DOLLY Frank Ocean hélt tónleika í Laugardalshöllinni 16. júlí og að tónleikum loknum mætti hann á skemmti- staðinn Dolly ásamt fríðu föruneyti. Hann splæsti í hvíta úlpu frá 66° Norður á meðan á dvölinni stóð.

Í FRÍI MEÐ FJÖLSKYLDUNNI Suits- stjarnan Gabriel Macht flaug hingað til lands fyrir helgi en hann er hér í fríi með fjölskyldunni.

MÆTT Í TÖKUR Maisie Williams sást á rölti niður Laugavegin um helgina en hún fer með hlutverk Aryu í Game of Thrones-þátta- röðinni sem tekin er að hluta til hér á landi.

ÆTLAR Í GÖNGU Alexander Skarsgård fer með hlutverk í hinum geysi- vinsælu þáttum True Blood. „Tökum á seríunni lýkur eftir tveir vikur og þá ætla ég í vikulanga gönguferð á Íslandi. Enginn sími, enginn iPad, ekki neitt. Ég er mjög spenntur,“ sagði leikarinn í viðtali í vor.

NÁTTÚRULEGA SVALANDI

FRÍSKANDI GOSDRYKKUR ÚR LÍFRÆNUM EPLASAFI
MEÐ MILDU ENGIFERBRAGÐI



ENGINN VIÐBÆTTUR SYKUR,
SÆTUEFNI EÐA ÖNNUR AUKEFNI
GÓÐUR KOSTUR SAMA
HVERT TILEFNIÐ ER

Yggdrasill heildsala | yggdrasill.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





Way of Life!

SUZUKI JIMNY

Sjálfskiptur eða beinskiptur – hvað hentar þér best?



Suzuki Jimny beinskiptur
Verð kr. 3.450.000



Suzuki Jimny sjálfskiptur
Verð kr. 3.690.000



Alvöru jeppi með háu og lágu drifi

FYRIR SKYNSAMT FÓLK



TRAUST UMBOÐ
Í YFIR 40 ÁR

SUZUKI BÍLAR HF • SKEIFUNNI 17 • SÍMI 568 5100 • WWW.SUZUKI.IS

Markmiðið að halda markinu hreinu

FÓTBOLTI FH-ingar taka á móti Ekranas frá Litháen í 2. umferð forkeppni Meistaradeildar Evrópu í Kaplakrika í kvöld. FH-ingar standa vel að vígi eftir 1-0 sigur í fyrri leiknum í Litháen. Atli Guðnason, kantmaður FH, reiknar með erfiðum leik og að FH-ingar verði varnar-sinnaðir í leiknum.

„Við verðum að verja þetta forskot sem við höfum og nýta þær sóknir sem okkur bjóðast. Við förum ekki í blússandi



sóknarbolta í Evrópukeppni vitandi að andstæðingurinn er sterkur,” segir Atli. Hann bendir á hið augljósa. Haldi FH-ingar marki sínu hreinu þá fari liðið áfram.

Öll íslensku karlalíðin slógu út andstæðinga sína í 1. umferð forkeppni Evrópudeildarinnar og nú geta FH-ingar gert slíkt hið sama. Atla líst vel á það.

„Eigum við ekki að gera þetta að Evrópusumrinu mikla?“ Leikurinn hefst í klukkan 19.15 og verður sýndur beint á Stöð 2 Sport. -ktð

Áætlunin gekk fullkomnlega upp

FÓTBOLTI Hannes P. Sigurðsson hefur samið við austurríska úrvalsdeildarfélagið SV Grödig og mun spila með liðinu næstu tvö árin. Tímabilið í Austurríki er nýhafið og gerði Grödig, sem er að spila í efstu deild í fyrsta sinn í sögu félagsins, jafntefli í fyrsta leik.

Hannes hefur verið síðustu mánuði hjá sænska liðinu Mjällby en segir við Fréttablaðið að það hafi aldrei staðið til að vera lengur en fram á mitt sumar.

„Félagið þurfti sóknarmann vegna meiðsla og því hentaði það þeim mjög vel að gera stuttan samning við



HANNES P. SIGURÐSSON

því fullkomlega upp og ég er mjög ánægður.“

Uppgangur Grödig hefur verið ótrúlegur en liðið hefur unnið sig

mig. Ég vildi nýta þennan tíma til að byggja mig upp eftir enn ein meiðslin hjá mér og koma mér í gott stand. Svo ætlaði ég að finna mér félag í Evrópu,” segir Hannes.

„Áætlunin gekk upp um fimm deildir á aðeins tíu árum. Til marks um það tekur völlur félagsins aðeins tæplega þrjú þúsund manns í sæti. „Þetta er lítið félag en metnaðargjarnt. Æfingaaðstaðan er svo með því besta sem ég hef kynnst og líst mér því gríðarlega vel á þetta.“

Hannes hefur komið víða við á sínum ferli og spilað til að mynda í Kasakstan og Rússlandi. Austurríki er áttunda landið sem hann spilar í á ferlinum.

„Félagið er í grennd við Salzburg sem er algjör paradís miðað við suma af þeim stöðum sem ég hef verið á,” segir hann.

- esá



Laugardalsv. Áhorf.: 847 Magnús Þórisson (7)

Mörkin: 1-0 Haukur Baldvinsson (12.), 1-1 Guðmundur Magnússon (15.), 1-2 Damir Muminovic (30.), 2-2 Hólmber Aron Friðjónsson (32.), 2-3 Björn Pálsson (55.), 2-4 Alfreð Már Hjaltalín (62.), Hólmber Aron Friðjónsson, víti (93.).

FRAM (4-3-3): Ögmundur Kristinsson 6 - Alan Lowing 5, Jón Gunnar Eysteinnsson 3, Ólafur Örn Bjarnason 4 (68. Benedikt Ottó Bjarnason 5), Jordan Halsman 5 - Samuel Hewson 5 (59. Kristinn Ingi Halldórsson 5), Viktor Bjarki Arnarsson 5, Haukur Baldvinsson 5 (68. Halldór Hermann Jónsson 5) - Almarr Ormarsson 6, Steven Lennon 6, Hólmber Aron Friðjónsson 5.

VÍKINGUR Ó (4-3-3): Einar Hjörleifsson 7 - Emir Dokara 5, Damir Muminovic 7, Tomasz Luba 6, Samuel Hernandez 7 - Farid Zato 6, Björn Pálsson 6, *Antonio Jose Mossi 8 (90. Steinar Már Ragnarsson -) - Alfreð Már Hjaltalín 6 (68. Guðmundur Steinn Hafsteinsson 5), Eldar Masic 6, Guðmundur Magnússon 7 (68. Eyþór Birgisson 5).

Skot (á mark): 10-16 (5-9)

Horn: 5-2

Aukaspjurnur fengnar: 12-15

Rangstöður: 3-1

Varin skot: Ögmundur 5 - Einar 2

PEPSI DEILDIN 2013

STAÐAN

FH	12	8	2	2	25-11	26
Stjarnan	11	8	2	1	18-9	26
KR	11	8	1	2	25-14	25
Breiðablik	11	7	2	2	19-11	23
ÍBV	11	5	3	3	15-10	18
Valur	11	4	5	2	19-13	17
Fram	12	4	3	5	17-17	15
Pór	12	4	1	7	18-28	13
Víkingur Ó.	12	2	3	7	10-20	9
Fylkir	12	1	4	7	13-21	7
ÍA	12	2	1	9	13-25	7
Keflavík	11	2	1	8	12-25	7

NÆSTU LEIKIR

Sunnudagur 28. júlí: 17.00 Víkingur Ó - Stjarnan, 17.00 Breiðablik - ÍBV, 17.00 FH - Pór, 19.15 KR - Keflavík, 19.15 Fylkir - Fram.

Mánudagur 29. júlí: 20.00 Valur - ÍA.

MARKAHÆSTU LEIKMENN

Hólmber Aron Friðjónsson, Fram	8 mörk
Baldur Sigurðsson, KR	6 mörk
Chukwudi Chijindu, Pór	6 mörk
Gary Martin, KR	6 mörk
Viðar Örn Kjartansson, Fylki	6 mörk
Atli Guðnason, FH	5 mörk

visir.is

Allt um leiki gækvöldsins

Ætla að komast í fremstu röð

Bjarki Már Elísson hefur bæst í þann hóp íslenskra handboltamanna sem spilar í þýsku úrvalsdeildinni, sterkustu deild heims, á næsta tímabili. Hann segir draum vera að rætast og að hann ætli sér langt.

HANDBOLTI Bjarki Már Elísson, 23 ára gamall hornamaður, er genginn til liðs við þýska úrvalsdeildarfélagið Eisenach en hann gerði eins árs samning við félagið í gær. Aðalsteinn Eyjólffsson er þjálfari liðsins og Hannes Jón Jónsson hefur gegnt lykilstöðu í því.

„Ég ræddi við þá fyrst í janúar en það kom svo ekkert meira úr því. Ég veit samt að Alli þjálfari var að berjast fyrir því að fá mig hingað út,” segir Bjarki Már í samtali við Fréttablaðið. Þessi öflugli vinstri hornamaður varð Íslandsmeistari með HK í fyrra. Hann fór svo frá liðinu í vor og samdi við FH með þeim fyrirvara að hann gæti farið út ef tækifærið byðist.

„Þetta gerðist svo mjög hratt þegar þetta fór aftur af stað í síðustu viku. Ég var byrjaður að æfa á fullu með FH og vel gíraður fyrir tímabilið. En FH-ingar vissu vel að ég hefði áhuga á að fara út og þeir sýndu þessu mikinn skilning,” segir Bjarki Már sem neitar því ekki að með þessu sé gamall draumur að rætast.

„Ég lít á þetta sem tækifæri til að sanna mig í bestu deild í heimi.

Eisenach mun þurfa að berjast fyrir lífi sínu í þessari sterku deild en fyrsta verkefni mitt verður að vinna mér inn sæti í liðinu. Svo vonast ég til að fá eins margar mínútur og mögulegt er.“

Hann vonast til að þessi samningur verði aðeins sá fyrsti af mörgum sem atvinnumaður í handbolta. „Þetta er bara fyrsta skrefið. Ég þori alveg að segja að ég stefni að því að verða með bestu leikmönnum heims í minni stöðu og ég tel að þetta sé skref í rétta átt,” segir hann.

Bjarki Már er spenntur fyrir því að vinna með Aðalsteini sem hefur náð að byggja upp öflugt lið í Eisenach. „Aðalsteinn er metnaðarfullur þjálfari og með háleitar hugmyndir. Mér líst líka vel á að spila með Hannesi Jóni sem hefur leitt mig í gegnum þessa fyrstu tvo daga hér úti. Ég tel að ég sé í góðum höndum hjá þeim.“

Bjarki á nokkra A-landsleiki að baki og var markakóngur N1-deildar karla á síðustu leiktíð, er hann skoraði 141 mark í 21 leik með HK-ingum.

eirikur@frettabladis.is



Í HÁLOFTUNUM Bjarki Már skorar hér mark fyrir HK gegn FH á síðasta tímabili.

Ekkert verður af því að hann spili með Hafnfirðingum í vetur. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Hetjan fékk höfðinglegar móttökur í Höfða



BLÓMARÓS Aníta tók við blómvendi frá fulltrúum Reykjavíkurborgar. Á minni myndinni er Aníta ásamt þjálfara sínum Gunnari Páli Jóakimssyni.



FRÉTTABLAÐIÐ/STEFAN

FRJÁLSÍPRÓTTIR Móttaka til heiðurs Anítu Hinriksdóttur, nýkrýndum Evrópu- og heimsmeistara í 800 metra hlaupi ungenna, fór fram í Höfða í gær.

Hjálmar Sigurþórsson, formaður ÍR, sagði á fundinum að frjálsíþróttadeild félagsins væri sú stærsta í Evrópu. Um 750 iðkendur æfa frjálsar með Reykjavíkurfélaginu sem hefur fengið fyrirspurnir erlendis frá um hvernig staðið sé að málum hjá félaginu.

Aníta verður með ÍR-ingum við keppni á Meistaramóti Íslands á Akureyri um helgina. Hún lætur þó nægja að hlaupa boðhlaup. -ktð



Enn í ábyrgð

Gott eintak

Gæðabíll

Kia Sportage EX

Árgerð 2012, 136 hestafla dísilvél, sjálfskiptur, fjórhjóladrifinn, ekinn 30 þús. km. 6 ár eftir af ábyrgð.

Álfelgur, aksturstölva, hraðastillir, hiti í öllum sætum, loftkæling, fjarlægðarskynjarar að framan, fjarstýrðar samlæsingar, þjófavörn og margt fleira. Eyðir aðeins 6,9 l/100 km í blönduðum akstri.*

Tilboðsverð 5.490.000 kr.

Mánaðarleg afborgun **38.500 kr.****

*Skv. uppgæfnum meðaleyðslutölum frá framleiðanda.

**M.v. 65% útborgun eða uppitökubíll að sambærilegu verðmæti og bílasamning ERGO í 72 mánuði. 9,7% óverðtryggðir vextir. Árleg hlutfallstala kostnaðar 11,96%.

ergo

ASKJA NOTAÐIR BÍLAR

Kletthálsi 2 · 110 Reykjavík · Sími 590 2160 · www.notadir.is

Opið virka daga kl. 10-18



Sjáðu úrvalið í stærsta sýningarsal
landsins í Korputorgi



Sumarið er komið!

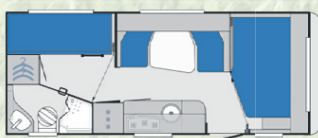
Útilegumaðurinn - Þar sem grasið er grænna



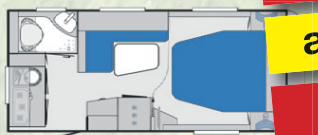
Knaus



Knaus Sport 500 EU
Verð 3.990.000



Knaus Sudwind 580 QS
Verð 4.785.000



Knaus Sport 460 XB
Verð 3.895.000kr.



Weinsberg



Weinsberg Aero Style 470 DB
Verð 4.998.000 kr.



Weinsberg Cara One 480
Verð 4.798.000 kr.



Weinsberg Caro One 480
Verð 4.890.000 kr.



Dethleffs



Dethleffs Aero Style 470 DB
Verð 4.998.000 kr.



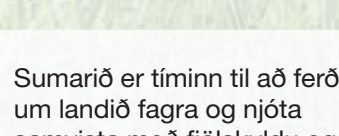
Dethleffs Aero Style 470 DB
Verð 4.998.000 kr.



Dethleffs Nomad 560 RET ALDE
Verð 6.298.000 kr.



Rockwood



Sumarið er tíminn til að ferðast

um landið fagra og njóta

samvista með fjölskyldu og

vinum.

Á Íslandi er mikilvægt að geta

elt sólina, góða veðrið, hátíðir

og samkomur.

Tími til að eignast ferðavagn

fyrir sumarið er runninn upp.

Útilegumaðurinn sérhæfir sig

í þýskum gæða hjólhýsum

og auðvitað hinum vinsælu

Rockwood fellihýsum.

Í Útilegumanninum finnur þú

örugglega ferðavagn við þitt

hæfi.

ROCKWOOD

Dethleffs

KNAUS

WEINSBERG

75% lán



Korputorg | 112 Reykjavík
Sími 551 5600 | utilegumadurinn.is

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



Útilegu
maðurinn®

Stöð 2 kl. 21.10

Orange is the New Black

Glæný þáttaröð sem sem er í senn gamansöm og dramatísk. Piper Kerman er í hamingjusömu sambandi og starfar sem markaðs-stjóri hjá ráðsettu fyrirtæki. Tilveru hennar er snúið á hvolf þegar hún er dæmd til fangelsisvistar fyrir áratugagamalt fíkniefnabrot. Piper neyðist til að aðlagast gjörbreyttum aðstæðum í nýjum heimkynnum en innan múra fangelsisins gilda óskrifuð lög og reglur.



Í KVÖLD



The Big Bang Theory

STÖÐ 2 KL. 20.00 Stórskemmtilegur gamanþáttur um Leonard og Sheldon sem eru afburðasnjallir eðlisfræðingar sem vita nákvæmlega hvernig alheimurinn virkar. Hæfileikar þeirra nýtast þeim þó ekki í samskiptum við annað fólk og allra síst við hitt kynið.

TV.COM 9,0 IMDB 8,6



House of Cards

RÚV KL. 23.20 Bandarísk þáttaröð um klækjastjórnmál og pólitískan refskaþ þar sem einskis er svífist í baráttunni. Þingflokksformaðurinn Francis Underwood veit af öllum leyndarmálum stjórnmálanna og er tilbúinn að svíkja hvern sem er svo hann geti orðið forseti.

TV.COM 9,4 IMDB 8,9



Nurse Jackie

SKJÁR 1 KL. 22.00 Margverðlaunuð bandarísk þáttaröð um hjúkrunarfræðinginn og pilluætuna Jackie. Það sem hefst sem venjulegur hádegisverður snýst fljótlega upp í skilnaðarmálsverð hjá Jackie.

TV.COM 7,5 IMDB 7,2

Bylgjan kl. 16.00 Reykjavík síðdegis

Porgeir Ástvaldsson, Kristófer Helgason og Bragi Guðmundsson færa þér fréttir og fróðleik á hverjum virkum degi. Það er fátt sem drengirnir láta fram hjá sér fara og þeir fylgjast vel með málefnum líðandi stundar.



Skráning í mótið á heimasíðu FM957

POP PARA

GOLFMÓT

27. júlí á Hlíðavelli í Mosfellsbæ

Vinningar að verðmæti 2 milljónum króna

- 150 þúsund króna gjafabréf í Kringluna
- Eins árs kort í Baðstofuna Laugum, World Class
- Gjafabréf á veitingastaðinn Gló
- El Go rafmagnsfjallahjól frá Suzuki umboðinu
- Toshiba fartölva með Intel 7 örgjörva frá Tölvulistanum
- Snjallsimar frá Vodafone
- Afnot af Fiat 500 Sport í heilt ár frá Diesel.is
- Birgðir af Egils Gull Léttöl
- Árskort í Golfklúbbinn Kjöl Mosfellsbæ
- Fullt af öðrum frábærum vinningum

TÖLVULISTINN

WorldClass

SUZUKI

Kringlan

Léttöl

Gull

diesel.is

vodafone

gló

SAHÚR

STÖÐ 2

- 07.00 Barnatími Stöðvar 2
- 08.05 Malcolm in the Middle (7:22)
- 08.30 Ellen (5:170)
- 09.15 Bold and the Beautiful
- 09.35 Doctors (121:175)
- 10.15 Wonder Years (14:23)
- 10.40 The Glades (1:13)
- 11.25 The Middle (1:24)
- 11.50 Gilmore Girls (19:22)
- 12.35 Nágrannar
- 13.00 American Idol (36:37)
- 13.35 American Idol (37:37)
- 15.05 Sjáðu
- 15.35 Victorious
- 16.00 Svampur Sveinsson
- 16.25 Ellen (6:170)
- 17.10 Bold and the Beautiful
- 17.32 Nágrannar
- 17.57 Simpson-fjölskyldan (21:22)
- 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 (20:23)
- 19.35 Modern Family
- 20.00 The Big Bang Theory (8:24)
- 20.25 Mike & Molly (18:23)
- 20.45 How I Met Your Mother (3:24)
- 21.10 Orange is the New Black (1:13) Dramatísk þáttaröð á léttum nótum um unga konu sem lendir í fangelsi fyrir glæp sem hún framdi fyrir mörgum árum.
- 21.55 Veep (1:10) Önnur þáttaröðin ef þessum bráðfyndnu gamanþáttum sem byggja á bresku verðlaunabáttunum The Thick of It og gamanmyndinni In the Loop.
- 22.25 The Daily Show. Global Editon (23:41)
- 22.50 2 Broke Girls (7:24)
- 23.10 New Girl (18:25)
- 23.35 Dallas
- 00.20 Lærkevej (8:10)
- 01.05 Miami Medical (4:13)
- 01.50 Right at Your Door
- 03.20 The Closer (4:21)
- 04.05 Let's Talk About the Rain
- 05.45 Fréttir og Ísland í dag



- 19.00 Friends (1:24)
- 19.25 Two and a Half Men (18:24)
- 19.45 The Simpsons (7:22)
- 20.10 The O.C. (23:27)
- 20.50 The Cleveland Show (14:22)
- 21.15 The Vampire Diaries (17:22)
- 21.55 The Vampire Diaries (18:22)
- 22.35 The O.C. (23:27)
- 23.15 The Cleveland Show (14:22)
- 23.35 The Vampire Diaries (17:22)
- 00.15 The Vampire Diaries (18:22)
- 00.55 Tónlistarmyndbönd frá Poptíví



20.00 Hrafnáþing 21.00 Með 21.30 Móti

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 Pepsi mörkin 2013
- 08.15 Pepsi mörkin 2013
- 16.00 Meistaradeild Evrópu. Chelsea - Shakhtar
- 17.40 Stjarnan - KR
- 19.30 Pepsi mörkin 2013
- 20.45 Meistaradeild Evrópu. Celtic - Barcelona
- 22.25 Fühse Berlin - Pick Szeged
- 23.40 Pepsi mörkin 2013

SPORT 2 enski boltinn

- 10.15 Yokohama Marinos - Man. Utd.
- 18.00 Leikmaðurinn: David James Guðmundur Benediktsson stýrir þætti um ensku stórlíðin.
- 18.35 1001 Goals
- 19.30 Premier League World
- 20.00 Yokohama Marinos - Man. Utd.
- 21.40 Duel of Giants
- 23.05 Yokohama Marinos - Man. Utd.



- 07.00 Lalli 07.05 Lalli 07.10 Refurinn Pablo 07.15 Litlu Tommi og Jenni 07.40 Brunabíllarnir 08.05 Svampur Sveinsson 08.25 Dóra könnuður 08.50 Mörgæsinar frá Madagaskar 09.10 Strumparnir 09.35 Waybuloo 09.55 Áfram Diego, áfram! 10.20 Ærslagangur Kalla kanínu og félaga 11.00 Doddi litli og Eyrnastór 11.10 Latibær (14:18) 11.40 Lalli 11.45 Lalli 11.50 Refurinn Pablo 11.55 Litlu Tommi og Jenni 12.20 Svampur Sveinsson 12.45 Dóra könnuður 13.35 Strumparnir 13.55 Waybuloo 14.15 Áfram Diego, áfram! 14.35 Ærslagangur Kalla kanínu og félaga 15.20 Doddi litli og Eyrnastór 15.30 Latibær (14:18) 16.00 Lalli 16.05 Lalli 16.10 Refurinn Pablo 16.15 Litlu Tommi og Jenni 16.40 Svampur Sveinsson 17.00 Dóra könnuður 17.25 Mörgæsinar frá Madagaskar 17.45 Strumparnir 18.10 Waybuloo 18.30 Áfram Diego, áfram! 18.55 Ærslagangur Kalla kanínu og félaga 19.35 Latibær (14:18)

GULL

- 20.00 Í návist kvenna
- 20.30 Fiskur án reiðhjóls (9:10)
- 20.55 Cold Feet (5:6)
- 21.50 Footballer's Wives (2:9)
- 22.40 Í návist kvenna
- 23.10 Fiskur án reiðhjóls (9:10)
- 23.35 Cold Feet (5:6)
- 00.25 Footballer's Wives (2:9)
- 01.15 Tónlistarmyndbönd frá Poptíví

BÍÓ

- 12.10 Prom
- 13.50 I Don't Know How She Does It
- 15.20 Johnny English Reborn
- 17.00 Prom
- 18.45 I Don't Know How She Does It
- 20.15 Johnny English Reborn
- 22.00 Stúlkan sem lék sér að eld-inum
- 00.05 The Transporter
- 01.35 What's Your Number
- 03.20 Stúlkan sem lék sér að eld-inum

RÚV

- 16.30 Ástareldur
- 17.20 Teitur (6:26)
- 17.30 Sæfarar (48:52)
- 17.41 Bombubyrgið (4:26)
- 18.09 Teiknum dýrin (21:52)
- 18.15 Tákn málsfréttir
- 18.25 Magnus og Petski (11:12)
- 19.00 Fréttir
- 19.30 Veðurfréttir
- 19.35 Fjarsjóður framtíðar II (6:6) (Stór-brotin náttúra og refur)
- 20.10 Með okkar augum (4:6) Í þessari þáttaröð skoðar fólk með þroskahömlun málefni líðandi stundar með sínum augum og spyr þeirra spurninga sem því eru hugleiknar.
- 20.40 Golfíð (6:13) Golfþættir fyrir alla fjölskylduna, þá sem spila golf sér til ánægju og yndisauka og líka þá sem æfa íþróttina af kappi.
- 21.15 Castle (16:24) (Castle) Bandarísk þáttaröð.
- 22.00 Tíufréttir
- 22.15 Veðurfréttir
- 22.20 Hringiða (5:12) (Engrenage III) Franskur sakamálamyndaflokkur. Atriði í þáttunum eru ekki við hæfi barna.
- 23.20 Spilaborg (12:13) (House of Cards) Bandarísk þáttaröð um klækjastjórnmál og pólitískan refskaþ þar sem einskis er svífist í baráttunni.
- 00.15 Sönnunargögn (2:13) (Body of Proof)
- 00.55 Fréttir
- 01.05 Dagskrárlok

RÚV ÍÞRÓTTIR

14.00 EM kvenna í knattspyrnu (Ísland-Svþjóð (8-liða úrslit))(e) 16.00 EM kvenna í knattspyrnu (Ítalía-Pýskalanda (8-liða úrslit))(e) 18.00 EM kvenna í knattspyrnu (Noregur-Spánn (8 liða úrslit))(e) 20.00 EM kvenna í knattspyrnu (Frakkland-Danmörk (8-liða úrslit))(e)

SKJÁREINN

- 06.00 Pepsi MAX tónlist
- 07.10 America's Funniest Home Videos (7:44)
- 07.35 Everybody Loves Raymond (13:25)
- 08.00 Cheers (21:22)
- 08.25 Dr. Phil
- 09.10 Pepsi MAX tónlist
- 16.15 Men at Work (1:10)
- 16.40 The Ricky Gervais Show (13:13)
- 17.05 Family Guy (13:22)
- 17.30 Dr. Phil
- 18.15 Parenthood (16:18)
- 19.05 America's Funniest Home Videos (1:44)
- 19.30 Everybody Loves Raymond (14:25)
- 19.55 Cheers (22:22)
- 20.20 Britain's Next Top Model (7:13)
- 21.10 The Mob Doctor (11:13)
- 22.00 Nurse Jackie (5:10)
- 22.30 House of Lies (5:12)
- 23.00 Hawaii Five-O (22:24)
- 23.50 NYC 22 (7:13)
- 00.40 Excused
- 01.05 The Mob Doctor (11:13)
- 01.55 Nurse Jackie (5:10)
- 02.25 House of Lies (5:12)
- 02.55 Pepsi MAX tónlist

SKJÁRGOLF

06.00 ESPN America 07.00 Opna breska meistaramótið 2013 (1:4) 18.00 PGA Tour - Highlights (27:45) 18.55 Opna breska meistaramótið 2013 (2:4) 03.00 ESPN America

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

ÚTSÖLUMARKAÐUR HÁTÆKNI

HÖFUM BÆTT
VIÐ NÝJUM
VÖRUM

Sjónvörp, heimabíó, hljómfletningstæki, farsímar, ísskápar,
eldavélar, þvottavélar, tölvur, tölvuaukahlutir, brauðristar, kaffivélar,
aukahlutir fyrir farsíma, talstöðvar, útvarpsvekjaraklukkur,
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

DRYKKURINN



„Whisky sour gerður með eggjahvítu. Fullkomin blanda af sætu og súru og ef hann er rétt hristur, með eggjahvítuáferð. Kallar á alltof marga svona á sama kvöldi.“
Oddur Snær Magnússon tölvuleikjahönnuður.

Glæpamaður í hefndarhug

Kristín Andrea Þórðardóttir framleiðandi segir tökur á Borgríki 2 ganga vel.

„Við byrjuðum í tökum í síðustu viku og þær hafa gengið vonum framar,“ segir Kristín Andrea Þórðardóttir, framleiðandi kvikmyndarinnar Borgríki 2. Myndin er sjálfstætt framhald Borgríkis sem kom út árið 2011. Ólafur Jóhannesson leikstýrir myndinni og með aðalhlutverk fara Darri Ingólfsson, Ágústa Eva Erlendsdóttir, Ingvar E. Sigurðsson, Zlatko Krickic, Sigurður Sigurjónsson og Hilmir Snær Guðnason. Söguþráður Borgríkis 2 gerist tveimur árum eftir atburði fyrri myndarinnar. „Gunnar, sem leikinn er af Ingvari, hefur misst veldi sitt til Sergej, sem leikinn er af Zlatko, og er nú í hefndarhug. Hannes, ungur og uppreisnandi lögreglumaður sem Darri Ingólfsson leikur, fær

nýja stöðu í innra eftirliti lögreglunnar og ætlar að taka til hendinni. Hann fær ábendingu um spilltan yfirmann og ákveður að fylgjast með honum til að komast einnig höndum yfir Sergej og gengi hans,“ segir Kristín þegar hún er spurð nánar út í söguþráð myndarinnar. Borgríki var kjörin besta innlenda mynd ársins 2011 af álitsgjöfum Fréttablaðsins. Hún var jafnframt fjórða aðsóknarmesta mynd þess árs, með rúmlega sextán þúsund áhorfendur. - sm



ÁFRAMHALD Kristín Andrea Þórðardóttir ásamt Ólafi Jóhannessyni. Ágústa Eva Erlendsdóttir leikur í myndinni. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN



GÓÐ SKEMMTUN
Georg Erlingsson Merrit, umsjónarmaður Draggkeppni Íslands 2013, segir keppnina í ár metnaðarfulla og skemmtilega.
MYND/VALLI

Kóngar og drottningar í Hörpu

Draggkeppni Íslands haldin í sextánda sinn og fer fram með miklu glimmeri og miklum reyk.

„Við höfum sett stemmninguna fyrir Gay Pride en þetta er í sextánda skiptið sem keppnin er haldin,“ segir Georg Erlingsson Merrit, umsjónarmaður Draggkeppni Íslands 2013. Að sögn Georgs er orðin mikil hefð fyrir keppninni sem verður sífellt stærri og metnaðarfullri. „Þetta er þriðja árið sem keppnin er haldin í Hörpu sem er hálf-gert draumahús. Það verður allt svo háðramatískt að sjá, mikið glimmer og mikill reykur.“
Pema keppninnar í ár er beauty is pain (and I'm in a lot of pain), sem á íslensku myndi útleggjast sem fegurð fylgir sársauki (og ég er illa kvalinn). Að sögn Georgs eru keppnisatriðin í ár átta og hvert öðru skemmtilegra. „Atriðin í ár eru átta en þó eru ellefu keppendur þar sem sum

atriðin eru dúettar. Einnig koma fram kóngur og drottning ársins 2012 og kveðja titillinn sinn ásamt skemmtilegu opunaratriði.“
Kynnir keppninnar er Diva Jackie Dupree sem kemur beint frá New York. Georg segir Jackie þekktan skemmtikraft á Manhattan sem kunni svo sannarlega að halda uppi stemmningunni. „Við hvetjum auðvitað alla til að koma, því keppnin í ár er stór og skemmtileg. Það hefur verið gaman að fylgjast með atriðunum þróast en eitt er víst að dragg-drottningar detta aldrei úr tísku.“
Draggkeppni Íslands fer fram 7. ágúst í Eldborgarsal Hörpu. Hægt er að nálgast miða inni á harpa.is, á midi.is eða kaupa þá í afgreiðslu Hörpu. Hvetur Georg fólk til að nálgast miða sem fyrst og velja sér sæti. - hó

Viðskiptavinurinn táraðist á kynningu

Daníel Þorsteinsson lauk nýverið námi í grafískri hönnun frá IED Barcelona. Lokaverkefni hans var valið í heimildarmynd sem nefnist Campió Finisher.

„Þetta er lokaverkefni mitt og tveggja samnemenda minna, Nataliyu Zaytseva og Irinu Kravets, frá IED Barcelona. Við sjáum meðal annars um allt útlit myndarinnar, hreyfigrafík, stíkluna og kreditlista,“ segir Daníel Þorsteinsson. Lokaverkefni hans í grafískri hönnun frá IED skólanum í Barcelona var valið til birtingar í spænsku heimildarmyndinni Campió, Finisher sem verður meðal annars sýnd í katalónsku sjónvarpi. „Myndin er heimildarmynd um tvo gaura sem eru að æfa fyrir stærsta þríþrautarmót Spánar. Annar er Spánarmeistari í íþróttinni og æfir nánast stanslaust. Hann stefnir á að vinna þessa keppni. Hinn er aftur á móti frægur grínleikari sem heitir Rafael Navarro, hann er í frekar slæmu formi og gæti fengið hjartaáfall í keppninni en ætlar samt að reyna að klára hana. Myndin heitir Campió Finisher, sem mætti þýða sem Meistarinn, klárarinn á lélegri íslensku,“ segir Daníel. Daníel og samnemendur hans hönnuðu einnig tölvuleik sem framleiddur verður fyrir myndina og segir Daníel að kynning þeirra á verkefninu hafa gengið svo vel að hún framkallaði tár og gæsa-húð hjá viðskiptavininum. „Viðskiptavinurinn vildi eitthvað sem mundi „slá hann úr vatninu“ og við gerðum það. Hann táraðist meira að segja í lokakynningunni og aðrir voru með gæsa-húð. Þetta verkefni var mjög fjölbreytt sem hentar mér mjög vel, ég held að það sé ekki viturlagt að sérhæfa sig um of í grein eins og grafískri hönnun því hún þróast svo ört.“
Daníel, sem einnig er meðlimur í hljómsveitinni Sometime, hefur búið í Barcelona í þrjú ár. Hann og



fjölskylda hans eru á heimleið í loksumars og hann hlakkar mikið til að flytja aftur heim. „Ég á tvo krakka sem verða að fá að heyra meiri íslensku, svo söknum við alveg hrikalega fólksins heima. Það verður æði að hitta fjölskylduna og vinna aftur en ég hlakka ekki mikið til að koma heim í þetta glataða veður,“ segir Daníel. sara@frettabladid.is

Á HEIMLEIÐ Daníel Þorsteinsson, tónlistarmaður og grafískur hönnuður, gerði meðal annars grafík fyrir spænska heimildarmynd. Verkefnið var lokaverkefni hans frá IED Barcelona.

➔ Næst hyggst Daníel framleiða stuttmyndina Acid Make-Out: the Movie. Myndin tengist samnefndri plötu Sometime sem kom út í fyrra.

Startup Reykjavík
Arion banki
Innovit
Klak

Y-Z

Golf Pro Assistant

Mindlantis

SAReye

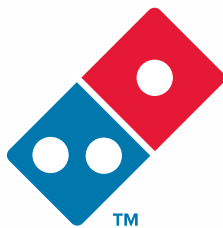
Snjóhús Software

SPENNANDI HUGMYNDIR VERÐA AÐ VERULEIKA

Startup-Reykjavík verkefnið er í fullum gangi. Tíu sprotafyrirtæki þróa hugmyndir sínar með aðstoð frá Arion banka og Klak-Innovit.

Fylgstu með á www.startupreykjavik.com og á [Facebook.com/StartupReykjavik](https://www.facebook.com/StartupReykjavik).

Arion banki



ÞRIÐJUDAGS TILBOÐ

÷ DOMINO'S ÷

1000 KR.

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

FRÉTTIR VÍÐSKIPTI ÍRÓTTIR LÍFIÐ UMÆÐAN

vísir
Meiri Vísir.

FRÉTTIR AF FÓLKI

Semur fyrir stórmynd

Jónsi úr Sigur Rós mun semja tónlist fyrir framhald myndarinnar How To Train Your Dragon en myndin er væntanleg á næsta ári. Jónsi samdi einmitt lagið Sticks and Stones fyrir fyrri myndina en How To Train Your Dragon var tilnefnd til tveggja Óskarsverðlauna árið 2011, annars vegar fyrir bestu teiknimyndina og hins vegar fyrir bestu tónlistina. Kvikmyndin fékk mikið lof og situr meðal annars á topplista kvikmyndavefsins IMDB með 8,2 í ein-kunn.

- ka



Ljúfir tónar í Fríkirkjunni

Tónlistamaðurinn Sindri Már Sigfússon, eða Sin Fang, mun stíga á stokk í Fríkirkjunni á morgun ásamt hljómsveitinni Amiinu. Lítið hefur farið fyrir böndunum hér á landi undanfarið og ljóst er að mikil eftirvænting er eftir tónleikunum. Báðar hljómsveitir hafa sent frá sér nýtt efni á árinu og hafa verið iðnar við tónleikahald erlendis. Sindri segir í samtali við fréttastofu

að von sé á ljúfri kvöldstund. Sjálfur hlakki hann mikið til tónleikanna, en þetta mun vera í fyrsta skipti sem hann spilar í Fríkirkjunni. „Þetta verður mjög næs stemmari,“ segir Sindri. - mlþ



Mest lesið **vísir**

- 1 Norska konan náðuð í Dúbaí
- 2 Konungbórið kornabarn kemur í heiminn
- 3 Mesta efni sögunnar
- 4 Stefán Logi hefur ekki verið yfir-heyður
- 5 Aníta fékk höfðinglegar móttökur
- 6 Ber að ofan á Instagram – aftur

Suðrænir sagnatöfrar



www.forlagid.is –
alvöru bókabúð á netinu

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

GÓÐUR SVEFN ER HEILSUBÓT

Gerðu gæða- og verðsamanburð



Reverie®
Vönduð stillanleg heilsurúm með okkar bestu IQ-CARE heilsudýnu. Fyrsta sending seldist strax upp! [Kíktu á www.reverie.com](http://www.reverie.com)

Frábært tilboð

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.-

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.-

- 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 dökkan eða ljósan lit í bólstrun

Frábært kynningarverð á **MEMORY HEALTH CARE** þrýstijöfnunar-heilsudýnum

Mótast að líkamanum og veitir mjög góðan stuðning. Þyndardreifingin er mjög góð og álagspunktur 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.-



Frábær hönnun



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

- Glæsileg fjarstýring með standi.
- Tvær innstungur á baki til að hlaða farsíma, fartölvu o.fl.
- Einnig hægt að tengja borðlampa o.fl.



Saga / Freyja

Með 5 svæðaskiptu pokagormakerfi. Góður lágbakstuðningur. Mýkra og betra axlasvæði. Þrýstijöfnunarefni í bólstrun. Vandaðar kantstyrkingar. Fullkomin nýting á svefnfleti.

Stærð	Með PU leðurbotni stgr.
153x203	144.900 kr.
160x200	149.900 kr.
180x200	169.900 kr.
180x210	179.900 kr.



*3.5% lántökugjald



Baldursnesi 6 - Akureyri



Listhúsið - Reykjavík

12 mán.
vaxtalausr
greiðslur*

IQ-CARE

Ein besta heilsudýna í heimi

Svæðisskipt þrýstijöfnunardýna sem veitir fullkominn stuðning. Einnig úrval af heilsukoddum

Svefn & heilsa
★★★★★

Fimm stjörnu verslun

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

www.svefn.is

Umboðsaðilar: Reynisstaður - Vestmannaeyjum | Húsgagnaval - Höfn í Hornafirði | Lúxus húsgögn - Egilsstöðum