SKOÐUN Teitur Guðmundsson segir áfengissjúkdóm ekki mega vera feimnismál. **13**

MENNING Helga Guðmundsdóttir, bóndi á Erpsstöðum, tók á móti fimmtán þúsund gestum í fyrra. **30**

SPORT Lars Lagerbäck reyndi að hafa áhrif á ákvörðun Arons um að velja bandaríska landsliðið. **26**

FRÉTTABLAÐIÐ

MEST LESNA DAGBLAÐ Á ÍSLANDI*

Þriðjudagur
30. júlí 2013
177. tölublað 13. árgangur
Sími: 512 5000

*Samkvæmt prentmiðlakönnun Capacent Gallup janúar – mars 2013

FRÉTTIR

Saksóknari spyr dæmda

Ríkissaksóknari hefur sent fyrirspurnir til þeirra sem hlutu dóma í Guðmundar- og Geirfinnsmálum. Hann kannar afstöðu til endurupptöku málanna. **6**

Ólykt inni á herbergjum Lím- og málningarlykt tók á móti hótelgestum í Borgarfirði. Nokkrir kvörtuðu undan ógleði og höfuðverk. **2**

Funda með ráðherra Geislafræðingar funda með heilbrigðisráðherra í dag um kjaradeilu þeirra við Landspítalann. Uppsagnir þeirra taka gildi eftir tvo daga. **4**

Bolungarvík	11°	NA	7
Akureyri	10°	NNA	4
Egilsstaðir	11°	NV	5
Kirkjubæjarkl.	16°	N	1
Reykjavík	17°	NNA	6

Bjart eða bjart með köflum sunnan- og vestanlands en rigning norðaustan til. Strekkingur með A-ströndinni en annars fremur hægur vindur. Hiti 8 til 20 stig. **4**

3 SÉRBLÖÐ

Bílar | Maraþon | Fólk

Sparifélagið tilbúið í rekstur banka og býður í sparisjóði

Sparifélagið býður í hlut Fjarðabyggðar í Sparisjóði Norðfjarðar. Ingólfur Ingólfsson sparnaðarráðgjafi segir félagið reiðubúið að kaupa alla hluti ríkisins í sparisjóðum. Félagið sé full fjármagnað og tilbúið í samkeppni.

FJÁRMÁL „Félagið er fullfjármagnað og nú er komið að því að framkvæma; að stofna nýjan banka," segir Ingólfur Ingólfsson, fjármálaráðgjafi og einn aðstandenda Sparifélagsins, sem falast eftir 22,4 prósenta hlut Fjarðabyggðar í Sparisjóði Norðfjarðar.

Ingólfur segir Sparifélagið hafa leitað leiða frá því fyrir hrun að stofna viðskiptabanka undir nafninu Sparibankinn. Einn möguleikinn sé að kaupa sig inn í sparisjóði.

Aðspurður segir Ingólfur Sparifélagið ekki einblína á Sparisjóð Norðfjarðar. „Ríkið á stóran hluta í mörgum sparisjóðum. Þær eignir eru væntanlega til sölu á einhverjum tímapunkti. Við erum opin fyrir að kaupa einn sparisjóð, meirihluta í sparisjóði, þá alla eða eignarhlut ríkisins í þeim öllum," segir hann.

Ingólfur segir bæði innlenda og erlenda einstaklinga og lögaðila koma að fjármögnun félagsins. „Á meðan hlutirnir eru ekki komnir mikið lengra en þetta get ég ekki sagt mikið meira," segir hann um það.

„Markmiðið er að skapa samkeppni á þessum markaði sem sárlega vantar. Þá viljum við líka kynna nýja hugmynd að viðskiptabanka. Það kemur vonandi skemmtilega á óvart," segir Ingólfur um áformin.

Ríkið á 49,5 prósent í Sparisjóði Norðfjarðar, Fjarðabyggð 22,4 prósent og einstaklingar og félög afganginn. Í ágúst 2011 ákvað stjórn sparisjóðsins að selja sjóðinn. Viðunandi tilboð bárust ekki og hætt var við söluna. Jón Einar Marteinsson segir sjóðinn standa traustum fótum. Hagnaður ársins 2012 var 19,2 milljónir króna og eigið fé í árslok 598 milljónir.

Engar áætlanir hafa verið uppi hjá Fjarðabyggð að undanförnu um að selja hlutinn í sparisjóðnum.

„Þá viljum við líka kynna nýja hugmynd að viðskiptabanka. Það kemur vonandi skemmtilega á óvart.

Ingólfur Ingólfsson fjármálaráðgjafi.

Bæjarráðið fól Páli Björgvin Guðmundssyni bæjarstjóra að ræða við Sparifélagið. Páll vill ekkert segja um málið að svo stöddu. - gar

Í FÖGRUM SKÓGI Halda mætti að þessi mynd væri tekin í sænskum skógi á sumardegi en sú er ekki raunin. Þessi ungi hjólreiðamaður er bara að bregða sér úr borg í bæ á Íslandi og fer eftir nýjum hjólareiðastíg í Fossvoginum sem var rudd leið í gegnum þennan stæðilega skóg. Við hlið hjólreiðastígsins er göngustígur sem rómantísk pör ættu að hafa í huga í blíðviðri næstu daga. FRÉTTABLAÐIÐ/PJETUR

Baltasar frumsýnir 2 Guns:

Spenntur en haugstressaður

„Það er mikil spenna í gangi og ég er alveg haugstressaður," segir leikstjórinn Baltasar Kormákur, sem staddur er í New York við frumsýningu nýjustu kvikmyndar sinnar, 2 Guns.

Það eru stórleikararnir Denzel Washington og Mark Wahlberg sem fara með aðalhlutverkin í myndinni. Baltasar segir samstarfið hafa gengið vel en að það hafi stundum verið ansi krefjandi.

„Denzel er ekkert lamb að leika sér við en á móti kemur að hann er alveg frábær leikari. Mark þekki ég orðið vel og við erum orðnir góðir vinir svo það er aðeins auðveldara og þægilegra, bara eins og þegar ég vinn með íslenskum vinum mínum." Baltasar bauð allri fjölskyldunni með til New York og var tilhlökkunin ansi mikil að sögn leikstjórans.

- ka / sjá síðu 30

Sextugur maður frá Taívan lést í vélsleðaslysi uppi á Langjökli í gær:

Vélsleðaslysið til rannsóknar

SLYS Banaslys varð á Langjökli um hádegisbilið í gær þegar sextugur maður missti stjórn á vélsleða sem hann var á. Maðurinn, sem var frá Taívan, var úrskurðaður látinn í þyrlunni sem flutti hann áleiðis til Reykjavíkur.

Eiginkona mannsins, sem einnig var á sleðanum, hlaut minniháttar meiðsl á fæti. Lögreglan á Selfossi sendi menn frá rannsóknardeildinni á slysstað og tók einnig sleðann í sína vörslu til frekari rannsóknar.

Að sögn Herberts Haukssonar frá fyrirtækinu Fjallamönnum átti slysið sér stað á sleða frá þeim en maðurinn ók á honum í óleyfi. Hann var ekki með ökuréttindi og enga reynslu af neinum ökutækjum. Kvittaði hann undir plagg þar sem undirritaður staðfestir að hann hafi slík réttindi og laumaðist síðan undir stýri og ók af stað með fyrrgreindum afleiðingum. Herbert segir jafnframt að þakka megi fyrir að enginn úr ferðahópnum hafi orðið fyrir sleðanum meðan honum var ekið af svo óreyndum ökumanni.

FRÁ LANGJÖKLI Tuttugu og níu manns voru í vélsleðahópnum þegar slysið varð. Hinn látni hafði ekki réttindi til að aka vélsleða að sögn Fjallamanna. FRÉTTABLAÐIÐ/VILEHLM

Tuttugu og níu manns voru í hópnum og voru starfsmenn Fjallamanna að greiða úr því að þeir fengju áfallahjálp fram eftir kvöldi í gær. - jse

SPURNING DAGSINS

Birgir, er skammt stórra högga á milli hjá þér?

„Já, það hefur í raun aldrei verið jafn stutt á milli."

Birgir Leigur Hafþórsson stóð uppi sem sigurvegari á Íslandsmótinu í höggleik um helgina ásamt Sunnu Víðisdóttur, en þetta var fimmti Íslandsmeistaratitill kappans.

Vinnslustöðin í Vestmannaeyjum greiðir rúman milljarð í arð og hagnaðurinn fer yfir tvo milljarða:

Tekjurnar hafa þrefaldast á einum áratug

SJÁVARÚTVEGUR Vinnslustöðin hagnaðist um 2,3 milljarða á síðasta ári en heildartekjur voru tæplega sextán milljarðar. Þetta kom fram á sérstökum framhaldsaðalfundi fyrirtækisins í gær.

Þetta þýðir að heildartekjur fyrirtækisins hafa þrefaldast á tíu árum, segir Sigurgeir B. Kristgeirsson framkvæmdastjóri.

Aðalfundurinn samþykkti að greiða rúmlega einn milljarð í arð, sem er þrettán prósent af eigin fé fyrirtækisins.

Sigurgeir segir að á næsta ári muni áhrifa veiðigjaldanna gæta að fullu en þá greiðir Vinnslustöðin 850 milljónir í veiðigjöld.

Þessa framhaldsaðalfundar var þörf þar sem Hæstiréttur Íslands ógilti í mars síðastliðnum ákvörðun hluthafafundar í félaginu í september 2011 um samruna Ufsabergs-útgerðar ehf. og Vinnslustöðvarinnar hf. Því var þörf á að skipta rekstrinum fyrir 2011 og 2012 upp á nýtt og skilja hlutana að.

VINNSLUSTÖÐIN 2012

Hagnaður	2,3 milljarðar
Arðgreiðsla	2,3 milljarðar
Heildartekjur	15,7 milljarðar
Heildarskuldir	12,3 milljarðar
Veiðigjöld á næsta ári	850 milljónir

Heildarskuldir fyrirtækisins voru 12,3 milljarðar króna í lok árs 2012.

- jse

SIGURGEIR BRYNJAR KRISTGEIRSSON Rekstrarreikningur Vinnslustöðvarinnar hefur þrefaldast á áratug segir Sigurgeir Brynjar. MYND/HARI

Í HUNDANA Ef þjálfun og meðferð dugir ekki til að slá á kvíðann og hræðsluna hjá dýrunum þarf að gefa þeim lyf svo ekki þurfi að lóga þeim. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON

Aðskilnaðarkvíði og hræðsla hrjáir marga hunda og ketti:

Dýrunum gefin þunglyndislyf

SVÍÞJÓÐ Sífellt fleiri hundar og kettir í Svíþjóð fá þunglyndislyf vegna aðskilnaðarkvíða og hræðslu. Sala á slíkum lyfjum hefur aukist um 35 prósent á undanförnum fjórum árum, að því er segir í frétt á vef Sydsvenska Dagbladet.

Ef þjálfun og meðferð dugar ekki er gripið til lyfjagjafar til þess að ekki þurfi að aflífa dýrin. Haft er eftir dýralækninum Ulriku Lindholm að hjá sumum dýrum hafi þjálfun og meðferð engin áhrif. Þess vegna þurfi að gefa þeim lyfin í ákveðinn tíma. - ibs

Stjórnmálamaður í vanda:

Setti nektarmyndir á netið

NOREGUR Foreldrar 24 ára gamals norsks stjórnmálamanns, Tors Johannes Helleland, harma að sonurinn skuli hafa stolið nektarmyndum af stúlkum og birt þær á klámsíðu á netinu.

Í tölvupósti til Aftenposten kveðst ungi stjórnmálamaðurinn hafa sagt sig frá verkefnum fyrir flokk sinn, Hægri flokkinn.

Foreldrarnir, sem báðir eru stjórnmálamenn fyrir sama flokk, segja hug sinn fyrst og fremst vera hjá stúlkunum og fjölskyldum þeirra. Þeir segjast vona að sonurinn taki ábyrgð á gerðum sínum. Lögreglan hyggst rannsaka málið. - ibs

Þurfti aðeins mínútu:

Þýfið er sautján milljarða virði

FRAKKLAND, AP Verðmæti demantanna, sem stolið var úr hóteli í Cannes í Frakklandi á sunnudag, er nú talið nema nærri 17 milljörðum króna.

Þetta er hátt í þrisvar sinnum hærra mat en gefið var upp í fyrstu.

Ekkert hefur enn spurst til þjófsins, sem var snar í snúningum. Hann kom grímuklæddur inn um dyr, sem áttu að vera læstar, hrifsaði eina tösku og hvarf út mínútu síðar.

Þrír öryggisverðir, tveir sölumenn og einn framkvæmdastjóri fylgdust með en komu engum vörnum við. - gb

Kvartað undan ógleði eftir hótelgistinguna

Lím- og málningarlykt tók á móti ferðamönnum í nýrri álmu hótels í Borgarfirði. Til háborinnar skammar segir leiðsögumaður hópsins. Hótelstjóri segir frásögnina talsvert orðum aukna en viðurkennir að einhver lykt hafi verið í herbergjunum.

FERÐAMÁL Hópur ferðamanna sem gisti á hóteli í Borgarfirði í júlí kvartaði undan ógleði og höfuðverk eftir nóttina vegna megnrar málningar- og límlyktar í herbergjum í nýrri viðbyggingu.

„Þetta er auðvitað til háborinnar skammar," segir Börkur Hrólfsson, leiðsögumaður hópsins. Hann segir þetta bara eitt dæmi af mörgum þar sem pottur sé brotinn hér á landi þegar komi að þjónustu við ferðamenn.

BÖRKUR HRÓLFSSON

„Það er hart ef Ísland og Íslendingar fara að verða þekkt fyrir að svindla á ferðamönnum," segir Börkur um ástandið almennt. Hann segir að það sé því miður að verða raunin, um það hafi hann séð fjölmörg dæmi á þriggja áratuga starfsferli.

Hópurinn kom til næturgistingar og fékk herbergi í nýrri álmu í Icelandair Hótel Hamar í Borgarfirði. Börkur segir að angandi málningarlykt hafi mætt fólkinu og mikil límlykt á salernum. Þá hafi ekki verið búið að setja upp sturtuhengi eða statíf fyrir klósettpappír, og ekkert netsamband hafi verið í herbergjunum. Þá hafi matsalurinn ekki rúmað alla gesti hótelsins.

Börkur segist hafa komið á eftir hópnum um kvöldið og ekki talað við fólkið fyrr en um morguninn. Sjálfur hafi hann fengið herbergi í eldri álmu hótelsins og þar hafi verið mörg herbergi laus. Engin ástæða hafi verið til þess að hýsa fólkið í nýkláruðu herbergjum.

HÓTEL HAMAR Ný viðbygging við Icelandair Hótel Hamar í Borgarfirði var tekin í notkun í sumar. MYND/ICELANDAIR HÓTEL HAMAR

„Dálítið mikið orðum aukið"

„Þetta er dálítið mikið orðum aukið," segir Sigurður Ólafsson, hótelstjóri á Icelandair Hótel Hamar, spurður um lýsingar leiðsögumannsins á aðstöðu ferðamannanna.

Sigurður segir að hugsanlega hafi vantað sturtuhengi í tvö herbergi. Þá segir hann matsalinn rúma 100 í sæti en 88 geti gist á hótelinu.

„Ég viðurkenni að þetta var nýtt, og það er sjálfsagt einhver málningarlykt í herbergjum sem er nýbúið að mála," segir Sigurður. Hann segir að flísalagt hafi verið viku áður en ferðamennirnir hafi komið, og um svipað leyti hafi verið teppalagt.

Spurður hvort límlyktin hafi verið farin þegar herbergin voru leigð út segir Sigurður: „Við skulum orða það þannig að ef þú kaupir þér nýjan bíl er leðurlykt í bílnum þegar þú kemur inn í hann."

Hann segir starfsmenn hótelsins greinilega hafa vitað af lyktinni af flísalíminu og málningunni því öll herbergi sem ekki hafi verið sofið í hafi verið opin upp á gátt og allir gluggar opnir til að lofta út.

„Svona gera menn ekki þegar fólk er búið að borga hátt verð fyrir herbergið," segir Börkur. Hann ítrekar að þetta sé aðeins eitt af fjölmörgum dæmum sem fjölmargir leiðsögumenn geti nefnt um fúsk í þjónustu við ferðamenn. Það skjóti skökku við enda séu tekjur af ferðamönnum gríðarlega miklar. brjann@frettabladid.is

Engin tilkynning hefur borist um aðgerðir sem Damanaki hafði boðað:

Ekkert bólar á refsiaðgerðum

SJÁVARÚTVEGUR Engin tilkynning hefur borist frá Evrópusambandinu, formleg né óformleg, til íslenskra stjórnvalda um refsiaðgerðir vegna makrílveiða Íslendinga. En að loknum fundi sjávarútvegsstjóra sambandsins í júlí boðaði Maria Damanaki, sjávarútvegsstjóri ESB, slíkar aðgerðir fyrir mánaðamót. Sigurgeir Þorgeirsson, aðalsamningamaður Íslands í deilunni, segir að allar aðgerðir sem nái lengra en löndunarbann á makríl séu ólöglegar.

Evrópusambandið setti reglugerð síðasta haust sem heimilar sambandinu refsiaðgerðir gagnvart ríkjum sem stunda ósjálfbærar veiðar úr fiskistofnum sem ESB hefur hagsmuni af.

„Sú reglugerð veitir mjög víðtækar heimildir. En við stöndum hins vegar fast á því að flestar þær aðgerðir sem reglugerðin heimilar væru ólöglegar gagnvart Íslandi á grundvelli ýmist samþykkta Alþjóðaviðskiptastofnunarinnar eða samningsins um evrópska efnahagssvæðið," segir Sigurgeir. Íslendingar gætu hins vegar ekki mótmælt löndunarbanni á makríl, enda sjálfir beitt slíkum aðgerðum í sambærilegum málum, en öðrum aðgerðum yrði svarað með viðeigandi hætti. - hmp

MARÍA DAMANAKI Sjávarútvegsstjóri Evrópusambandsins hafði boðað refsiaðgerðir fyrir mánaðamót en ekkert bólar á slíku enn. FRÉTTABLAÐIÐ/AFP/NORDICPHOTOS

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

ÍSLENSKA ÁNÆGJUVOGIN

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 viðskiptavini meðal fjármálafyrirtækja.

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

Eyrún Hrefna Helgadóttir
Viðskiptavinur Landsbankans

JÓNSSON & LE'MACKS • JL.IS • SÍA

Landsbankinn landsbankinn.is 410 4000

SVONA ERUM VIÐ

56,5 milljörðum króna nam aflaverðmæti íslenskra skipa á fyrstu fjórum mánuðum ársins 2013

samanborið við 58,6 milljarða á sama tímabili 2012. Aflaverðmæti hefur því dregist saman um 3,6%.

Aflaverðmæti botnfisks var tæplega 33,8 milljarðar og dróst saman um 7,6%. *Heimild: Hagstofa Íslands*

Fjölskylduráð Vestmannaeyja undirstrikar að börn séu á ábyrgð foreldra:

Barnaverndarvaktir á Þjóðhátíð

FÉLAGSMÁL Vestmannaeyjabær verður með barnaverndarfólk á bakvöktum meðan Þjóðhátíð stendur yfir.Eins og áður verða bakvaktirnar starfræktar frá fimmtudagskvöldi til mánudagskvölds.

Starfsmenn fjölskyldu- og fræðslusviðs munu sinna bakvöktunum. Eins á að semja við aðila um greiðslur fyrir að vera til taks til að veita börnum móttöku í bráðatilvikum ef þörf krefur.

„Fjölskyldu- og tómstundaráð beinir því til foreldra og forráðamanna að börn undir átján ára aldri eru ólögráða og á ábyrgð foreldra. Þetta gildir einnig um gestkomandi börn, þau þurfa að vera á ábyrgð fullorðinna einstaklinga," undirstrikar fjölskyldu- og tómstundaráð Vestmannaeyja. - gar

ÞJÓÐHÁTÍÐ Bæði gestkomandi börn og heimabörn undir átján ára eru á ábyrgð foreldra, ítrekar fjölskylduráð Vestmannaeyja. MYND/ÓSKAR P. FRIÐRIKSSON

Varnaðarorð frá SÞ:

Stöðva verður eyðilegginguna

SÝRLAND, AP Paulo Pinheiro, formaður rannsóknarnefndar um mannréttindabrot í Sýrlandi, segir að alþjóðasamfélagið verði nú að grípa inn í og stöðva ofbeldið í Sýrlandi.

„Heimsbyggðin verður að heyra hróp fólksins – stöðvið ofbeldið, stöðvið blóðbaðið, komið í veg fyrir eyðileggingu Sýrlands," segir hann.

Hann segir almenna borgara helstu fórnarlömb ofbeldisins. - gb

BRADLEY MANNING Hefur setið í fangelsi í þrjú ár. NORDICPHOTOS/AFP

Dómur felldur yfir Manning:

Niðurstaðan birt í dag

BANDARÍKIN Herdómstóll í Bandaríkjunum komst í gær að niðurstöðu í máli uppljóstrarans Bradley Manning. Dómurinn verður þó ekki birtur fyrr en í dag. Manning hefur verið í fangelsi í þrjú ár. Hann á yfir höfði sér ævilangt fangelsi fyrir alvarlegasta ákæruatriðið, sem er að hafa aðstoðað óvini Bandaríkjanna.

Hann á einnig yfir höfði sér refsingu fyrir tuttugu önnur ákæruatriði, þar á meðal fyrir njósnir og þjófnað.

Manning er 25 ára. Hann hefur viðurkennt að hafa lekið hundruðum þúsunda leynilegra skjala meðan hann var hermaður í Írak. - gb

Frans páfi svarar í flugvél:

Fordæmir ekki samkynhneigð

ÍTALÍA, AP „Ef einhver er samkynhneigður og leitar guðs og vill vel, er ég þá þess umkominn að fella dóma?" sagði Frans páfi við blaðamenn um borð í flugvél í gærmorgun, þegar hann var á leiðinni frá Brasilíu aftur til Rómar.

Hann sagðist líka vilja styrkja stöðu kvenna innan kaþólsku kirkjunnar, en hafnar því að konur eigi að fá að vera prestar.

Blaðamönnunum, sem ræddu við hann í flugvélinni í rúmlega tuttugu mínútur, þótti hann opinskár og einlægur í svörum. - gb

Vilja geta lifað af 40 stunda vinnuviku

Uppsagnir meginþorra geislafræðinga við Landspítalann taka gildi eftir tvo daga ef ekki næst saman um bætt kjör. Formaður Félags íslenskra geislafræðinga segir stéttina hafa setið eftir í kjörum og vill að hægt verði að lifa af dagvinnulaunum.

KJARAMÁL Meginkrafa geislafræðinga við Landspítalann er sú að geta lifað af launum sínum fyrir venjulega vinnuviku. Þetta segir Katrín Sigurðardóttir, formaður þeirra, í samtali við Fréttablaðið.

KRISTJÁN PÓR JÚLÍUSSON

Geislafræðingar og stjórnendur Landspítala hitta Kristján Þór Júlíusson heilbrigðisráðherra í dag til að ræða kjaradeiluna við Landspítalann.

Uppsagnir um tveggja af hverjum þremur geislafræðingum við spítalann taka gildi á fimmtudaginn.

„Við geislafræðingar höfum verið á lægri launum en aðrar stéttir með sambærilega menntun og viljum fá leiðréttingu á okkar kjörum," segir Katrín, en dagvinnulaun geislafræðinga eru að hennar sögn um 300 þúsund krónur. Geislafræði er fjögurra ára háskólanám.

KATRÍN SIGURÐARDÓTTIR

„Svo er þetta mjög sérhæft starf og verðmætt sem ætti að okkar mati að meta eftir því," segir hún.

Annað atriði sem Katrín nefnir er vaktafyrirkomulag sem hún segir afar krefjandi.

„Það felur í sér margar bakvaktir og mikið álag sem þýðir að fólk er alltaf að vinna. Við viljum bara 40 stunda vinnuviku eins og aðrir án þess botninn detti úr launum okkar."

Katrín segist vera bjartsýn um að fundurinn í dag skili nokkrum árangri, þrátt fyrir að málið snúi fyrst og fremst að fjármálaráðuneytinu.

Ráðherra segir í samtali við Fréttablaðið að hann hyggist hitta geislafræðinga og fulltrúa Landspítalans í dag til að glöggva sig á stöðu mála. Hann segist ekki vilja gefa sér að allt fari á versta veg.

„Ég bind vonir við að aðilar málsins nái saman. Ég held að það sé öllum fyrir bestu," segir hann. „Mín nálgun á þetta mál er að hvetja aðila máls til að leggja sig fram um að ná lendingu og ég er tilbúinn til að leggja þeim lið við það, en fyrst og fremst er þetta útfærsla á stofnanasamningi milli starfsmanna og stjórnenda á Landspítalanum."

Ekki hefur verið boðað til fleiri funda í deilunni milli geislafræðinga og Landspítalans. Tveir fundir voru haldnir í síðustu viku en lítið þokaðist í samkomulagsátt.

thorgils@frettabladid.is

LANDSPÍTALINN Uppsagnir meginþorra geislafræðinga taka gildi á fimmtudag ef ekki næst saman við stjórnendur spítalans um kjarabætur. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

Sambærilegar stéttir hafa fengið 5-10%

- Katrín Sigurðardóttir, formaður Félags íslenskra geislafræðinga, segir að kröfur geislafræðinga miði ekki við aðrar stéttir. Þó má nefna að Landspítalinn hefur á síðustu mánuðum samið um nýja stofnanasamninga við hjúkrunarfræðinga og lífeindafræðinga. Þar fengu félagsmenn hækkun upp á einn til tvo launaflokka sem jafngildir fimm til tíu prósenta launahækkun.
- Í úttekt fjármálaráðuneytisins frá því fyrr á þessu ári kemur í ljós að meðaltal dagvinnulauna geislafræðinga var um 350.000 í marsmánuði og meðaltal heildarlauna með yfirvinnu og vaktaálagi var 550.000.
- Á sama tíma var meðaltal dagvinnulauna hjá hjúkrunarfræðingum um 413.000 og meðaltal heildarlauna var um 586.000.

Enn týndur í Suður-Ameríku:

Ábendingar hafa engu skilað

LÖGREGLUMÁL Lögregla leitar enn að Friðriki Kristjánssyni, sem talinn er hafa horfið í Suður-Ameríku fyrr á árinu. Ekkert hefur spurst til Friðriks síðan í apríl.

Lögregla lýsti formlega eftir ábendingum um ferðir Friðriks fyrir fjórum vikum. Friðrik Smári Björgvinsson yfirlögregluþjónn segir að nokkrar ábendingar hafi borist. „Það hefur eitthvað komið en ekki leitt til neins," segir hann.

FRIÐRIK KRISTJÁNSSON

Fram hefur komið í fjölmiðlum að lögreglu hefðu borist óstaðfestar upplýsingar um að Friðriki hefði verið ráðinn bani á ferðalagi sínu um Suður-Ameríku.

Upphaflega lét lögregla grennslast fyrir um Friðrik í Paragvæ. Íslensk yfirvöld eru enn í samstarfi við erlenda lögreglu vegna málsins, að sögn Friðriks Smára, aðallega þá brasilísku. - sh

Forsætisráðherra Túnis:

Hafnar kröfum um afsögn

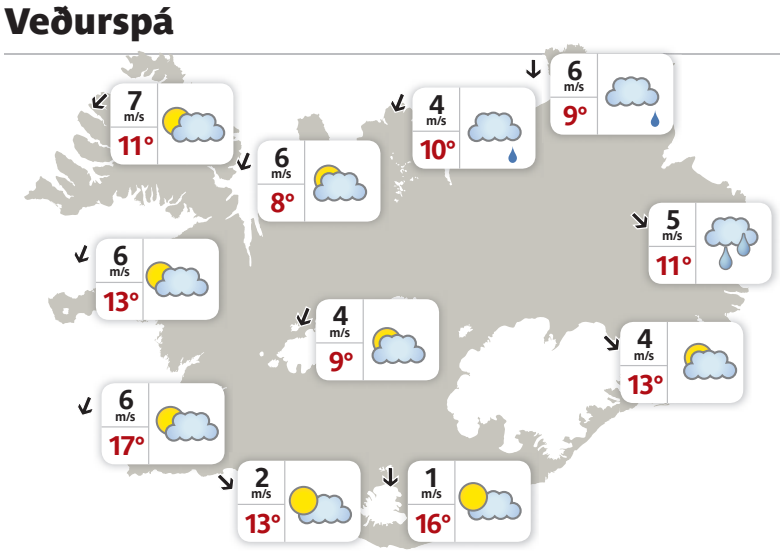
TÚNIS, AP Forsætisráðherrann í Túnis segist enga ástæðu sjá til þess að segja af sér, þótt stjórnarandstæðingar krefjist þess af honum.

Forsætisráðherrann Ari Larajedh hélt þrumuræðu í gær þar sem hann vísaði öllum slíkum kröfum á bug. Hins vegar gaf hann loforð um að ný stjórnarskrá verði tilbúin í ágúst og kosningar verði haldnar í desember.

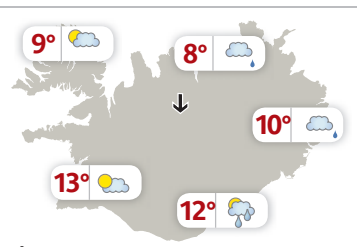
Almenn reiði hefur verið í Túnis eftir að stjórnmálamaðurinn Múhamed Brahmi var myrtur í síðustu viku. - gb

Veðurspá

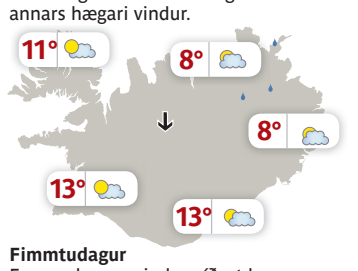
Gildistími korta er um hádegi



NORÐANÁTT verður ríkjandi næstu daga og því dregur heldur úr hlýindum á landinu, sérstaklega norðan og austan til. Bjartast verður sunnan- og vestanlands og líkur á síðdegisskúrum en væta á norðausturhorninu.



Á morgun
Strekkingur allra vestast og austast en annars hægari vindur.



Fimmtudagur
Fremur hægur vindur víðast hvar.

Alicante	31°	Berlín	24°	Friedrichshafen	24°	Las Palmas	26°	New York	27°	París	26°
Aþena	36°	Billund	22°	Gautaborg	23°	London	21°	Orlando	31°	San Francisco	18°
Basel	29°	Frankfurt	25°	Kaupmannahöfn	23°	Mallorca	33°	Ósló	22°	Stokkhólmur	20°

Ingibjörg Karlsdóttir
veðurfréttamaður

AUGLÝSINGADEILDIR FRÉTTABLAÐSINS – AUGLÝSINGASTJÓRI: Jón Laufdal jonl@frettabladid.is **ALMENNAR SÍMI 512-5401:** Guðmundur Steinsson gudmundurs@365.is, Hjördís Zoëga hjordis@frettabladid.is, Hlynur Þór Steingrímsson hlynur@365.is, Laila Awad laila@365.is, Sigríður Dagný Sigurbjörnsdóttir sigridurdagny@365.is, Örn Geirsson orn.geirsson@365.is **FÓLK/LÍFIÐ/SÉRBLÖÐ SÍMI 512-5402:** Atli Bergmann atli.bergmann@365.is, Bryndís Hauksdóttir bryndis@365.is, Ívar Örn Hansen ivarorn@365.is, Kolbeinn Kolbeinsson kolli@365.is, Sigurður Helgi Grímsson sigurdurhg@365.is, Sverrir Birgir Sverrisson sverrirbs@365.is
FÓLK OG SÉRBLÖÐ EFNI: Sólveig Gísladóttir solveig@365.is og Vera Einarsdóttir vera@365.is **RAÐAUGLÝSINGAR /FASTEIGNIR SÍMI 512-5403:** Hrannar Helgason hrannar@365.is, Viðar Ingi Pétursson vip@365.is **PJÓNUSTUAUGLÝSINGAR SÍMI 512-5407:** Arna Rut Kristinsdóttir arnarut@365.is, Sigrún Helga Guðmundsdóttir sigrunh@365.is

MM Pajero
3,2 Instyle
Árgerð 2012, dísil
Ekinn 27.000 km, sjálfsk.
Ásett verð:
8.990.000,-

MIKIÐ ÚRVAL AF GÆÐABÍLUM Á GÓÐU VERÐI

VW Passat Highline Ecofuel
Árgerð 2012, bensín/metan
Ekinn 58.000 km, sjálfskiptur
Ásett verð: **4.590.000,-**

MM Pajero 3,2 Intense
Árgerð 2009, dísil
Ekinn 102.000 km, sjálfskiptur
Ásett verð: **5.890.000,-**

Audi A4 2,0 TDi AT
Árgerð 2012, dísil
Ekinn 21.000 km, sjálfskiptur
Ásett verð: **5.990.000,-**

Land Rover Freelander S
Árgerð 2007, dísil
Ekinn 123.000 km, sjálfskiptur
Ásett verð: **3.390.000,-**

Land Rover Range Rover
Árgerð 2007, bensín
Ekinn 72.000 km, sjálfskiptur
Ásett verð: **4.990.000,-**

Tilboð **2.200.000,-**

Mazda RX8
Árgerð 2007, bensín
Ekinn 37.000 km, beinskiptur
Ásett verð: **2.590.000,-**

VW Polo Comfort 1,4
Árgerð 2012, bensín
Ekinn 21.000 km, beinskiptur
Ásett verð: **2.450.000,-**

Tilboð **3.990.000,-**

Mercedes-Benz E280 CDi
Árgerð 2008, dísil
Ekinn 211.000 km, sjálfskiptur
Ásett verð: **4.990.000,-**

Audi Q7 4,2
Árgerð 2007, bensín
Ekinn 101.000 km, sjálfskiptur
Ásett verð: **4.890.000,-**

Tilboð **2.790.000,-**

Chevrolet Captiva
Árgerð 2008, dísil
Ekinn 143.000 km, sjálfskiptur
Ásett verð: **3.190.000,-**

MMC Pajero GLS DID
Árgerð 2004, dísil
Ekinn 166.000 km, sjálfskiptur
Ásett verð: **2.490.000,-**

VW Touareg R5 TDi
Árgerð 2004, dísil
Ekinn 128.000 km, sjálfskiptur
Ásett verð: **2.790.000,-**

Lexus RX 300 EXE
Árgerð 2006, bensín
Ekinn 113.000 km, sjálfskiptur
Ásett verð: **3.390.000,-**

Tilboð **2.990.000,-**

Toyota Land Cruiser 120 LX
Árgerð 2005, dísil
Ekinn 230.000 km, sjálfskiptur
Ásett verð: **3.490.000,-**

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

VW Caravelle at 140 hö
Árgerð 2010, dísil
Ekinn 162.000 km, sjálfskiptur
Ásett verð: **5.950.000,-**

HEKLA **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. Hver er aðaldriffjöðurin í Reykjavíkurmaraþoninu?
2. Hvaða sjálfboðaliðasamtök hafa fengið inni í íbúðarhúsinu Stóra-Seli við Holtsgötu í Reykjavík?
3. Hver er Íslandsmeistari kvenna í höggleik í golfi árið 2013?

SVÖR
1. Pétur Jóhann Sigfússon **2.** Veraldarvinir **3.** Sunna Víðisdóttir

Tugir létu lífið í fjölda sprengjuárása í Bagdad og víðar í gær:

Ofbeldi stigmagnast enn í Írak

ÍRAK, AP 58 manns hið minnsta eru látnir og tugir eru sárir eftir hrinu sprenginga í Írak í gær, meðal annars í höfuðborginni Bagdad.

Á fjórða þúsund hafa látist í sprengjutilræðum í Írak það sem af er ári, þar af um 680 manns í júlímánuði einum saman.

Enginn hefur enn lýst yfir ábyrgð á sprengingunum, en þær þykja bera vott um handbragð Al Kaída. Tólf bílsprengjur sprungu á markaðstorgum og bílastæðum í hverfum sjía í Bagdad þar sem 37 létust, og ellefu til viðbótar féllu í sprengingum í Mamúdía í nágrenni höfuðborgarinnar og borgunum Basra og Kut í suðurhluta landsins.

Ofbeldi milli trúarhópa í Írak hefur stigmagnast síðan í apríl þegar öryggissveitir stjórnarinnar, þar sem sjíar ráða ríkjum, gerðu árás á mótmælendur úr hópi súnnía. Margir óttast að ástandið stefni hraðbyri í átt að viðlíka átökum og gengu yfir landið í kjölfar þess að Bandaríkin steyptu Saddam Hússein af stóli fyrir réttum áratug.

Tvö ár eru síðan bandarískar hersveitir yfirgáfu Írak. - þj

Í TÆTLUM 58 manns hið minnsta létust og tugir særðust í sprengingum í Írak í gær, meðal annars í höfuðborginni Bagdad. NORDICPHOTOS/AFP

Fleiri fornleifar í Leicester:

Blýkista rétt hjá Ríkharði þriðja

BRETLAND Undir bílastæði í Leicester, skammt frá þeim stað þar sem beinagrind Ríkharðs þriðja fannst á síðasta ári, hefur fundist blýkista. Ekki er vitað hver er grafinn þar, og óvíst hvort það kemur nokkurn tímann í ljós, en fornleifafræðingar eru farnir að undirbúa það að opna kistuna til að kanna innihaldið. Athygli vekur að líki konungsins var nánast hrúgað niður í holu á meðan svo vel var búið um hinn ókunna í blýkistunni. - gb

GUÐNI PÁLL Í KAJAKNUM Þetta er auðvelt á Pollinum á Ísafirði en nú fer Guðni Páll fyrir Austfirði. FRÉTTABLAÐIÐ/RÓSA

Lífróður á lokasprettinum:

Kajakræðari lokar hringnum

LÍKNARMÁL Guðni Páll Viktorsson kajakræðari kom í gær til hafnar á Djúpavogi. Hann kemur til Hafnar í Hornafirði eftir tvo daga og lýkur þar með hringferð um landið sem staðið hefur yfir í tæpa þrjá mánuði.

Róðurinn er safnaðarátak undir nafninu Lífróður Samhjálpar en þangað fer ágóðinn. - jse

JOHN KERRY OG MARTIN INDYK Indyk mun hafa umsjón með viðræðunum. NORDICPHOTOS/AFP

Viðræður hefjast vestra:

Samningur er vart í sjónmáli

BANDARÍKIN, AP Töluverð vantrú á að árangur náist virðist fylgja upphafi nýrra friðarviðræðna milli Ísraela og Palestínumanna, sem hófust í Bandaríkjunum gær. Þetta eru aðeins undirbúningsviðræður, en leiðtogar hittast ekki nema þær skili árangri. Það er utanríkisráðherra Bandaríkjanna sem hefur mánuðum saman unnið að því að fá menn ti lað ræða saman á ný. - gb

Kannar hug dæmdu til endurupptöku

Ríkissaksóknari spyr þá sem hlutu dóm í Guðmundar- og Geirfinnsmálinu um afstöðu þeirra til endurupptöku málsins. Aðeins einn hefur svarað en ekki afdráttarlaust. Breytir svo sem engu um það hvað ég mundi gera, segir saksóknari.

DÓMSMÁL Ríkissaksóknari hefur sent þeim sem hlutu dóm í Guðmundar- og Geirfinnsmálinu bréf þar sem óskað er eftir afstöðu þeirra til mögulegrar endurupptöku málsins. Aðeins eitt svar hefur borist og þar er ekki tekin afdráttarlaus afstaða til spurningarinnar.

Fjórir þeirra sex sem hlutu dóm í málinu eru enn á lífi; Albert Klahn Skaftason, Erla Bolladóttir, Guðjón Skarphéðinsson og Kristján Viðar Viðarsson. Þau fengu öll sent bréf af þessu tagi 29. maí síðastliðinn. Hinir tveir, Sævar Ciesielski og Tryggvi Rúnar Leifsson, eru látnir.

Í bréfinu eru fjórmenningarnir í fyrsta lagi spurðir hvort þeir hafi í hyggju að leggja sjálfir fram beiðni um endurupptöku málsins. Hins vegar eru þeir spurðir, hyggist þeir ekki gera það, hver afstaða þeirra sé til þess að ríkissaksóknari leggi fram slíka beiðni, yrði það niðurstaðan af skoðun embættisins á gögnum málsins.

„Það var komið svar frá einum en ég veit ekki til þess að það hafi komið meira," segir Sigríður J. Friðjónsdóttir ríkissaksóknari, sem er nú í sumarleyfi.

„Fólk er greinilega eitthvað að hugsa þetta."

Hún segir þetta eina svar ekki vera afdráttarlaust til eða frá. „Það er svona hvorki né. Viðkomandi er fyrst og fremst að velta fyrir sér gögnum."

Ríkissaksóknari hóf athugun á mögulegri endurupptöku Guðmundar- og Geirfinnsmálsins í kjölfar þess að starfshópur innanríkisráðherra um málið skilaði skýrslu sinni í mars. Niðurstaða hópsins var að „veigamiklar ástæður" væru fyrir því að málið yrði tekið upp að nýju í ljósi þess að hafið væri yfir vafa að framburður allra sakborninga hefði verið óáreiðanlegur.

Sigríður segir það vera eðlilega stjórnsýslu að óska eftir afstöðu þeirra sem voru dæmdir í málinu áður en lengra verður haldið.

„Það breytir svo sem engu um það hvað ég mundi gera, en ég vildi samt vita hver þeirra hugur væri. Ef fólkið hefur engan áhuga á þessu þá ætlar ákæruvaldið ekki að stökkva til og gera eitthvað í óþökk dómfelldu."

stigur@frettabladid.is

ÚR DÓMSALNUM Guðmundar- og Geirfinnsmálið er umtalaðasta dómsmál Íslandssögunnar. Hér má sjá Sævar Ciesielski í Sakadómi Reykjavíkur árið 1977. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

Dómur Hæstaréttar

Albert Klahn Skaftason
1 árs fangelsi

Erla Bolladóttir
3 ára fangelsi

Guðjón Skarphéðinsson
10 ára fangelsi

Kristján Viðar Viðarsson
16 ára fangelsi

Sævar Marinó Ciesielski *(látinn)*
17 ára fangelsi

Tryggvi Rúnar Leifsson *(látinn)*
13 ára fangelsi

SIGRIÐUR FRIÐJÓNSDÓTTIR

Óljóst hvað olli bílslysi sem kostaði 38 rútufarþega lífið:

Eitt versta rútuslys í sögu Ítalíu

ÍTALÍA, AP Að minnsta kosti 38 létu lífið þegar rúta fór fram af brú í suðurhluta Ítalíu í fyrrinótt, en tala látinna gæti enn hækkað. Tíu manns, þar af fimm börn, voru enn á sjúkrahúsi í gærkvöldi.

Rútan ók í gegnum steypta hliðartálma á fjallavegi um 60 kílómetra frá Napólí, og féll um 30 metra niður af veginum ofan í skógi vaxið gil.

Ekki er vitað hvað olli slysinu, en bílstjórinn er einn af þeim látnu. Fjölmiðlar á Ítalíu hafa þó eftir sjónarvottum að rútan hafi ekið á „eðlilegum hraða" þar til hún fór að rása á veginum og ók utan í aðra bíla. Einhverjir töldu sig hafa heyrt hvell sem bendir til þess að hjólbarði hafi sprungið.

Rannsakendur hafa þegar farið fram á krufningu á bílstjóranum.

Farþegarnir komu frá litlum bæjum í nágrenni Napólí og voru að sögn fjölmiðla á heimleið úr stuttri ferð til heilsulindar í nágrenni við Avellino. - þj

HARMLEIKUR Rútan féll þrjátíu metra fram af brúnni og hafnaði í gilinu neðan við. Á myndinni má sjá rútuna á slysstað og líkkistur fyrir hina látnu. FRÉTTABLAÐIÐ/AP

Verslunarmanna-helgartilboð
Vango
Við tjöldum því besta
kr. 64.995
Tilboð
49.995
Kirby 400 - 4 manna tjald, gott fortjald, 195cm lofthæð, 3000mm vatnsheldni, eldvarinn dúkur
kr. 8.995
Tilboð
5.995
Wilderness 350
Svefnpoki
EVEREST
FERÐA- OG ÚTIVISTARVERSLUN
Skeifunni 6 · Sími 533 4450 · www.everest.is
PERSÓNULEG ÞJÓNUSTA, FAGLEG RÁÐGJÖF

ÚTSALA!

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

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.

Nýnasistar kynda undir útlendingahatrinu í Aþenu

Borgarstjóri Aþenu bannaði matarúthlutun stjórnmálaflokksins Gylltrar dögunar sem átti einungis að vera fyrir Grikki. Flokkurinn er með nítján þingmenn sem láta til sín taka með ofbeldi og útlendingahatri.

AÞENA Borgarstjóri Aþenu, Georg Kaminis, gaf ekki leyfi fyrir matarúthlutun sem nýnasistaflokkurinn Gyllt dögun ætlaði að standa fyrir. Matarúthlutunin, sem átti að vera svipuð og Fjölskylduhjálpin hér á Íslandi, var einungis ætluð Grikkjum en flokkurinn er harðlega á móti innflytjendum frá Afríku og Asíu. Borgarstjórinn gekk lengra og bannaði alla útifundi og mótmæli á vegum flokksins. Flokksmenn hafa sagt að úthlutunin fari fram síðar og þá á skrifstofum flokksins í Aþenu.

Til mikilla átaka kom á síðasta ári þegar Gyllt dögun hóf álíka úthlutun án allra leyfa á Stjórnarskrártorginu í Aþenu. Eftir að borgarstjórinn lagði bann við henni var einn þingmaður flokksins handtekinn á skrifstofu borgarstjórans vopnaður hnífi.

Þingmenn flokksins hafa valdið miklum usla í þjóðfélaginu en þeir standa til dæmis fyrir eftirlitsferðum þar sem útlendingar með sölubása á mörkuðum borgarinnar eru beðnir um að sýna dvalar- og atvinnuleyfi. Hafi þeir ekki slíka pappíra tiltæka koma þeir básunum sem og öllu varningi fyrir kattarnef. Eins hefur Ilias Kassidiaris, þingmaður flokksins, farið fyrir dómstóla en hann löðrungaði viðmælanda sinn í sjónvarpssal og hellti vatni yfir annan. Allt var þetta í beinni útsendingu en þó var hann sýknaður.

Í maí síðastliðnum barst svo félagi múslíma í Aþenu hótun þar sem þeir eru hvattir til að yfirgefa landið fyrir næstu mánaðamót því í júlí verði þeir múslímar sem eftir verði í borginni „sendir til andskotans“.

jse@frettabladid.is

HJÁLP EN AÐEINS FYRIR HELLENA Félagar úr Gylltri dögun útdeildu mat í fyrra án þess að hafa leyfi upp á vasann. Aðstoðin býðst einungis Grikkjum enda hefur Gyllt dögun megna andúð á nýbúum. FRÉTTABLAÐIÐ/AFP/NORDICPHOTOS

ILIAS KASIDIARIS Þingmaður Gylltrar dögunar talar við fjölmiðla eftir að hafa verið sýknaður af því að hafa lamið annan þingmann. Atvikið átti sér stað í sjónvarpssal í beinni útsendingu svo ekki vantaði sannanir.

ÞINGMAÐUR LÆTUR HNEFA TALA Ilias Kasidiaris, þingmanni Gylltrar dögunar, hljóp kapp í kinn þegar málin voru rædd í beinni útsendingu og lamdi Liana Kanelli, þingmann vinstriflokksins KKE.

STRÆTÓ Íbúar á Digranesvegi 34-36 vilja ekki strætisvagnabiðstöð.

Kröfugerð til bæjaráðs:

Andvíg biðstöð á Digranesvegi

KÓPAVOGUR Íbúar hússins Digranesvegar 34-36 í Kópavogi mótmæla harðlega áætlunum um að sett verði upp biðstöð fyrir Strætó við húsið. „Með því að setja upp strætóstöð á þennan stað er verið að taka af okkur bílastæði, eyðileggja möguleikann á að setja bílastæði inni á lóðinni og auka mikið umferðarhættu,“ segja íbúarnir í bréfi til bæjaryfirvalda þar sem þess er krafist að hætt verði við áformin. Bæjaryfirvöld eru að fara yfir málið. - gar

Fangar í Danmörku:

A-Evrópumenn nær 10 prósent

DANMÖRK Fjöldi erlendra fanga í fangelsum og í gæsluvarðhaldi í Danmörku hefur aldrei verið meiri. Á hverjum degi sitja að meðaltali 387 austur-evrópskir fangar á bak við lás og slá og er það 18 prósenta aukning frá 2011. Erlendu fangarnir eru nær tíundi hluti allra þeirra sem sitja inni, að því er kemur fram á fréttavef Politiken. - ibs

MYNDARLEGUR
www.landrover.is

LAND ROVER
ABOVE AND BEYOND

*Miðað við uppgefnar viðmiðunartölur framleiðanda um eldsneytisnotkun í blönduðum akstri.

ENNEMM / SÍA / NM57990

NÝR LAND ROVER DISCOVERY 4
VERÐ FRÁ 10.990.000 KR.

Land Rover Discovery 4 er einn glæsilegasti jeppi sem til er. 211 hestafla dísilvél sem eyðir aðeins 8,3 l/100 km í blönduðum akstri*, ný 8 þrepa sjálfskipting með takkaskiptingu í stýrinu og loftpúðafjöðrun á öllum hjólum sem tengd er Terrain Response stillanlega fjöðrunarkerfinu.

Þú færð allar nánari upplýsingar um verð og búnað á **www.landrover.is**

BL

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

Bílahúsið
Reykjanesbæ
www.bilahusid.is
421 8808

Bílasalan Bílás
Akranesi
www.bilas.is
431 2622

Bílasala Akureyrar
Akureyri
www.bilak.is
461 2533

Bílaverkstæði Austurlands
Egilsstöðum
www.bva.is
470 5070

Erfitt að velja í búðinni?

Reyndu hana heima í 100 daga.

Made by Germans

Bosch hefur nú sett á markað nýja uppþvottavél, sem er búin frábærri tækni og á hagkvæmu verði. Hún kallast Meister-Stück. Þessi uppþvottavél hefur engan óþarfa heldur aðeins nákvæmlega það sem til þarf. Allt til að gera þig ánægða(n). (Ef svo ólíklega vill til að þú verðir ekki ánægð(ur) með vélina geturðu einfaldlega skilað henni.) Lestu meira um MeisterStück uppþvottavélina á www.bosch.is.

BOSCH

BÚÐIN

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

Meira en hundrað börnum bjargað

Bandaríska alríkislögreglan hefur handtekið 150 barnaníðinga í þriggja daga samhæfðum aðgerðum í 76 borgum víðs vegar um Bandaríkin. Alls hefur 2.700 börnum verið bjargað í sambærilegum aðgerðum lögreglunnar síðan 2003.

BANDARÍKIN, AP Undanfarna daga hefur 105 börnum verið bjargað úr klóm barnaníðinga í Bandaríkjunum. Alls voru 150 menn handteknir fyrir að hafa selt fólki aðgang að líkömum barnanna.

Bandaríska fréttastöðin Fox fullyrðir að flest barnanna séu á aldrinum 13 til 17 ára en þau yngstu eru níu ára.

Það er bandaríska alríkislögreglan FBI sem stóð fyrir samhæfðum aðgerðum í 76 borgum Bandaríkjanna. Þetta er í sjöunda sinn sem efnt er til aðgerða af þessu tagi síðan 2003.

Alls hefur 2.700 börnum verið bjargað á þessum tíu árum og 1.350 menn verið sakfelldir. Tíu þeirra hafa fengið ævilangt fangelsi fyrir brot sín gegn börnum.

„Þessi aðgerð sýnir okkur hve mörg börn í Bandaríkjunum eru seld til kynferðislegra nota á hverjum degi, í mörgum tilfellum á netinu," er haft eftir John Ryan, framkvæmdastjóra bandarískrar miðstöðvar týndra og misnotaðra barna, NCMEC, í tilkynningu frá FBI.

Í tilkynningunni segir að menn-irnir séu í fyrstu oftast handteknir vegna lögbrota sem tengjast vændi og vændismiðlun. Frekari rannsóknir hafa síðan gjarnan leitt í ljós víðtæka og skipulega vændisstarfsemi með konur og börn.

RON HOSKO Yfirmaður í FBI skýrir frá árangri aðgerðanna um helgina.

FRÉTTABLAÐIÐ/AP

„Barnavændi er viðvarandi ógn við börn um öll Bandaríkin," segir Ron Hosko, yfirmaður hjá FBI, í yfirlýsingu.

„Þessi aðgerð minnir okkur á að þessir hryllilegu glæpir geta gerst hvar sem er."

Aðgerðirnar um helgina eru þær viðamestu sem efnt hefur verið til í Bandaríkjunum til þessa. Nærri fjögur þúsund lögreglumenn tóku þátt í þeim.

Talið er að nærri 450 þúsund börn strjúki að heiman í Bandaríkjunum á hverju ári. Um þriðjungur þeirra er sagður lenda í vændi af einhverju tagi.

Í myndbandi, sem alríkislögreglan sendi frá sér í tengslum við aðgerðirnar, er rætt við Alex, konu sem nú er 21 árs en strauk að heiman þegar hún var sextán ára. Hún segir reynsluna af vændi hafa verið hræðilega: „Maður er neðst á botninum. Og maður hefur engan til að leita til, eftir hjálp eða faðmlagi. Það er enginn."

gudsteinn@frettabladid.is

SUZUKI ALTO

Sjálfskiptur eða beinskiptur – hvað hentar þér best?

Suzuki Alto beinskiptur
Verð kr. 1.840.000
Eyðsla í blönduðum akstri 4,3L/100 km
CO_2 99g/km

Suzuki Alto sjálfskiptur
Verð kr. 2.290.000
Eyðsla í blönduðum akstri 5,1L/100 km
CO_2 118g/km

FYRIR SKYNSAMT FÓLK

TRAUST UMBOÐ Í YFIR 40 ÁR

SUZUKI

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

Hugtök Markaðsráðgjöf Júlí 2013

SKOÐUN

Konur eru alltaf dæmdar eftir útliti og klæðnaði.

Í hverju er manneskjan eiginlega?

Druslugangan á laugardag var gleðilegt framtak og gott innlegg í umræðuna um það að varpa ábyrgðinni á nauðgunum þangað sem hún á heima; til nauðgaranna. Tilgangur göngunnar var að undirstrika það að klæðnaður kvenna getur aldrei afsakað það að þeim sé nauðgað, að konum sé frjálst að klæðast hverju sem þær lystir án þess að vera stimplaðar druslur sem séu „að bjóða upp á það“. Góður punktur sem seint verður undirstrikaður um of.

Fórnarlömb nauðgana eru þó ekki einu konurnar sem dæmdar eru fyrir klæðnað sinn. Stór hluti af umfjöllun fjölmiðla um konur snýst nefnilega um klæðnað þeirra, útlit og líkamlegt form. Fyrirsagnir á borð við „Í hverju er manneskjan eiginlega?“, „Svakalega hefur hún grennst“, „Komin í fantaform eftir barnsburð“ og aðrar álíka tröllríða slúðurfréttum netmiðla, bæði hérlendra og erlendra, á hverjum einasta degi.

Nú síðast var það Katrín hertogaynja af Cambridge sem setti Twitter og aðra netmiðla á annan endann með því að reyna ekki að fela á sér magann á myndunum sem voru teknar daginn eftir fæðingu sonarins. Svo nærri netverjum gengu þessi ósköp að tímaritið OK! birti forsíðuviðtal við einkaþjálfara hennar, sem fullvissaði heimsbyggðina um að Katrín væri í fantaformi og maginn yrði horfinn innan nokkurra vikna. Og heimsbyggðin andaði sjálfsagt léttar.

Friðrika Benónýsdóttir
fridrikab@frettabladid.is

Aðrir fjölmiðlar og kommentarar á netinu hrósuðu hertogaynjunni fyrir þann kjark að reyna ekki að fela á sér magann og miklar bollaleggingar um hvort það hefði verið með vilja gert eður ei áttu sér stað. Flestir hölluðust að því að svo hefði verið og gengu jafnvel svo langt að segja að Katrín hefði „brotið blað“ í fjölmiðlaframkomu fræga fólksins. Að hún væri „algjör hetja“. Það var og.

Það er reyndar að bera í bakkafullan lækinn að gera umfjöllun fjölmiðla um frægar konur að umtalsefni eina ferðina enn, en að það þyki hetjuskapur hjá konu að leyfa heiminum að sjá að magi hennar sé ekki skroppinn saman daginn eftir fæðingu er svo veruleikafirrt að það vekur ótta. Hvernig í ósköpunum eiga dætur okkar að fara að því að öðlast eðlilegt viðhorf til líkama síns á meðan slík viðhorf eru ríkjandi? Ekki er nóg með að þær heyri það úr öllum áttum að þær verði að vera í kjörþyngd, í fullkomnu formi og óaðfinnanlega klæddar og snyrtar, heldur er það nú ámælisvert að gangast við því að líkami kvenna lúti eðlilegum náttúrulögmálum. Hvert er samfélag sem sendir helmingi mannkyns slík skilaboð eiginlega komið?

Umræðan um útlitsdýrkun og óraunhæfar kröfur í því sambandi hefur grasserað árum saman en árangurinn virðist furðu lítill. Jafnvel fjölmiðlar sem þykjast aðhyllast femíniskar hugsjónir víla ekki fyrir sér að birta slúðurfréttir um útlit og klæðnað frægra kvenna, enda slíkt ávallt meðal mest lesnu fréttanna, svo dapurlega sem það nú hljómar. Burtséð frá afrekum kvennanna er það fyrst og síðast útlit þeirra sem áhugann vekur og ekki síst ef það skyldi nú vera hægt að fetta fingur út í það og gera lítið úr viðkomandi konu í leiðinni. Femíniskar áherslur fjölmiðlanna rista nú ekki dýpra en svo.

FRÁ DEGI TIL DAGS

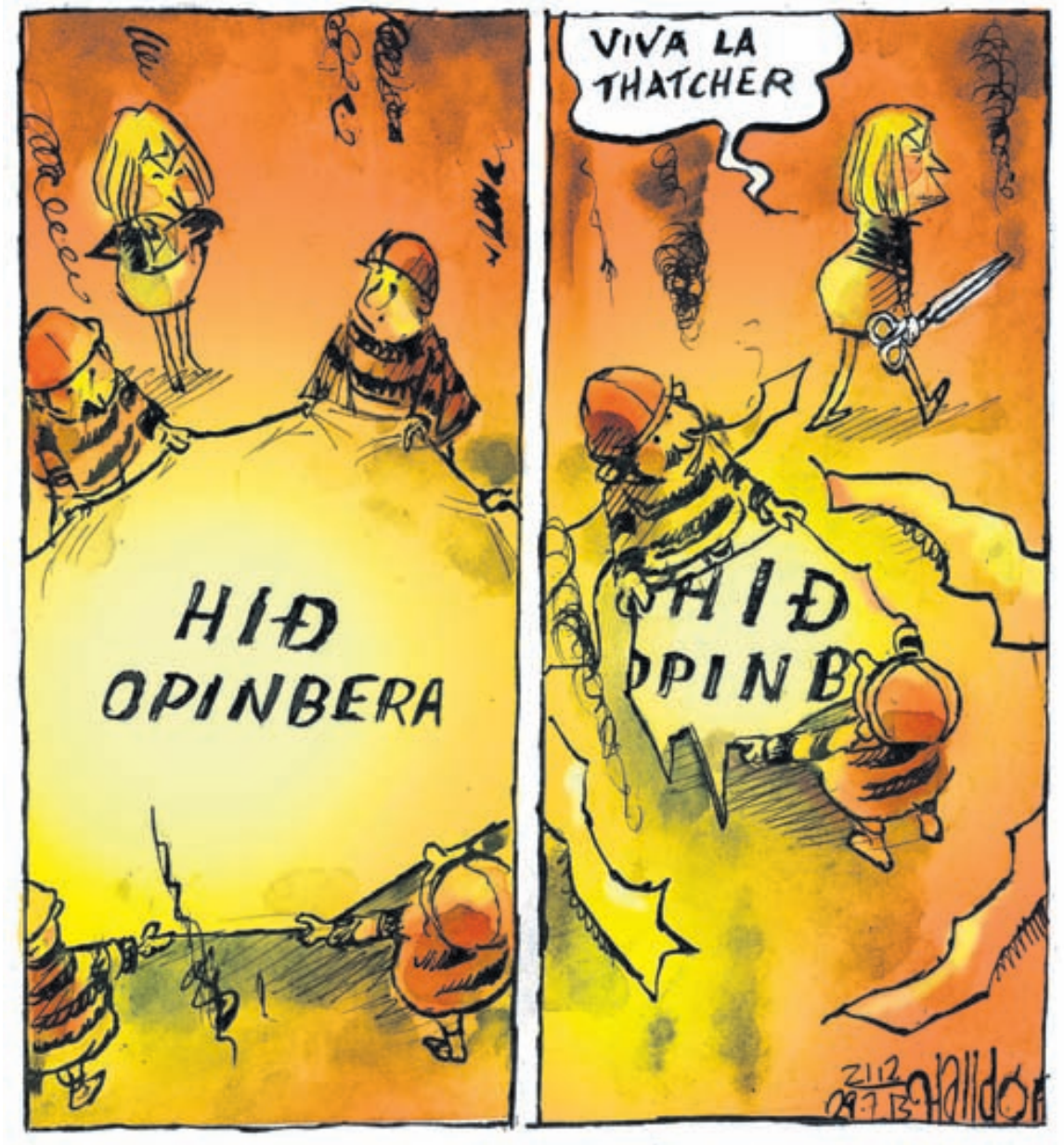
Hin svokölluðu hrunmál
Brynjar Níelsson heldur áfram að gagnrýna ríkisstofnanir á bloggi sínu. Fyrst var það Jafnréttisstofa, næst beindi hann öllum sínum kröftum að Ríkisútvarpinu og nú er það sérstakur saksóknari sem fær að kenna á vendi þingmannsins. Hvert skyldi hann snúa sér næst? Í grein sinni um sérstakan saksóknara smíðar Brynjar glænýja skilgreiningu á svokölluðum hrunmálum, sakamálum sem eru beintengd bankahruninu: þau verði að varða stóru bankana þrjá og hafa átt sér stað fyrir hrunið. Þannig kemst Brynjar að því að Exeter-málið, þar sem stjórnendur sparisjóðsins Byrs plottuðu um það á sjálfum degi neyðarlaganna að hygla sjálfum sér á kostnað stofnfjáreigenda, væri ekki hrunmál. Það er óskiljanlegt.

Biti frá Birni
Einn sem er ósammála gagnrýni Brynjars er samflokksmaður hans og bróðir í lögfræðinni, **Björn Bjarnason**, fyrrverandi dómsmálaráðherra. Í samtali við Eyjuna segir hann að það sé ekki hlutverk stjórnmálamanna að skipta sér af ákvörðunum ákæruvaldsins, segja saksóknurum fyrir verkum eða letja þá til að sinna starfi sínu. Brynjar skuli flytja frumvarp um það á þingi vilji hann þrengja að heimildum sérstaks saksóknara eða leggja til niðurskurð við afgreiðslu fjárlaga. Brynjar lætur þessu varla ósvarað.

Óboðlegt?
Elsa Lára Arnardóttir, nýr þingmaður Framsóknarflokksins, var í opinskáu viðtali um fjárhagserfiðleika sína á mbl.is í gær. Hún viðurkennir að hún hafi brotnað saman þegar henni var tilkynnt að borgaði hún ekki 5,8 milljónir fyrir 1. ágúst mundi hún missa húsið sitt. Rétt er að hrósa Elsu Láru fyrir að pukrast ekki með erfiðleika sína. Það var hins vegar ekki nema von að Páll Vilhjálmsson bloggaði um málið og segði óboðlegt að svo grandalaus kona setti landinu lög.

stigur@frettabladid.is

HALLDÓR



Þjóðhátíð kynslóðanna

SAMFÉLAG

Ragnheiður Elín Árnadóttir
iðnaðar- og viðskiptaráðherra

„Mamma… förum við ekki örugglega aftur á Þjóðhátíð á næsta ári?“ spurði tíu ára sonur minn í fyrra þegar enn logaði glatt á blysunum í Herjólfsdal að loknum brekkusöngnum. Þetta var loforð sem mamman átti auðvelt með að gefa: „Auðvitað förum við á Þjóðhátíð á næsta ári.“ Og nú er að koma að því og tilhlökkunin er mikil hjá fjölskyldunni allri.

Það er einmitt þetta sem gerir Þjóðhátíðina svo einstaka – kynslóðirnar skemmta sér saman. Hátíðleg setningarathöfn, svignandi hlaðborð í hvítum tjöldum heimamanna, söngvakeppni barnanna, brekkusöngur, blys, flugeldar og tjútt á pallinum. Gestrisni Eyjamanna eru engin takmörk sett, vináttan einlæg og sönn, vandamál eru ekki til – einungis viðfangsefni til úrlausnar. Og allt virðist þetta Eyjamönnum svo áreynslulaust þrátt fyrir það að vera risavaxið verkefni. Því fleiri gestir því betra – og viðkvæðið er alltaf það sama: Ekkert mál – við reddum því.

Ég fór á mína fyrstu Þjóðhátíð það herrans ár 2007, flaug fram og til baka á Bakka til að mæta í brekkusönginn á sunnudagskvöldinu. Ég hélt að ég væri að mæta á klassíska útihátíð eins og þær sem ég sótti á mínum yngri árum og því

➜ Ég hélt að ég væri að mæta á klassíska útihátíð eins og þær sem ég sótti á mínum yngri árum og því væri nóg að stoppa stutt rétt til að ná stemmningunni. En Þjóðhátíð er svo allt annað og meira en klassísk útihátíð. Hún er fjölskylduhátíð, ættarmót, menningarveisla, ball… og hún er fyrir allar kynslóðir.

væri nóg að stoppa stutt rétt til að ná stemningunni. En Þjóðhátíð er svo allt annað og meira en klassísk útihátíð. Hún er fjölskylduhátíð, ættarmót, menningarveisla, ball… og hún er fyrir allar kynslóðir. Það er þess vegna sem ég er hætt að stoppa stutt á Þjóðhátíð – ég mæti fyrst og fer síðust, tek fjölskylduna alla með mér og sameinast með vinum mínum á eyjunni fögru í gleði og söng.

Lífið er yndislegt – ég hlakka til að sjá ykkur í dalnum.

FRÉTTABLAÐIÐ

ÚTGÁFUFÉLAG: 365 miðlar ehf. **STJÓRNARFORMAÐUR:** Ingibjörg S. Pálmadóttir **FORSTJÓRI OG ÚTGÁFUSTJÓRI:** Ari Edwald **RITSTJÓRAR:** Ólafur Þ. 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 gagnabönkum án endurgjalds.
ISSN 1670-3871

Lín Design Laugavegi 176 & Glerártorgi Akureyri lindesign.is

FRÉTTABLAÐIÐ Skaftahlíð 24, 105 Reykjavík **Sími:** 512 5000, *ritstjorn@frettabladid.is* **FRÉTTASTJÓRI:** Andri Ólafsson *andri@frettabladid.is* **HELGAREFNI:** Kjartan Guðmundsson *kjartan@frettabladid.is*
VÍSIR: Kristján Hjálmarsson, *kristjan@visir.is* **LJÓSMYNDIR:** Pjetur Sigurðsson *pjetur@frettabladid.is* **FRAMLEIÐSLUSTJÓRI:** Sæmundur Freyr Árnason *sfa@frettabladid.is* **ÚTLITSHÖNNUN:** Silja Ástþórsdóttir *siljaa@frettabladid.is*

Bara einn í viðbót…

HEILSA
Teitur Guðmundsson
læknir

Þú ert í rólegheitunum, frí á morgun og engar áhyggjur af einu eða neinu, búinn að setja steik á grillið og ætlar að njóta kvöldsins í botn með fjölskyldu og vinum. Þá er ekki úr vegi að opna einn bjór eða góða flösku af víni sem passar með matnum til að kóróna góða máltíð. Það er menningarlegt og meira að segja hollt að fá sér rauðvínsglas segja fræðingarnir og þér finnst þú eiga það inni eftir erfiða vinnuviku að slaka vel á.

Flestar þjóðir í hinum vestræna heimi nota áfengi á þennan hátt og hafa Íslendingar lagað sig hratt að kúltúrnum ef svo mætti segja frá árinu 1989 þegar banni við sölu á áfengum bjór var aflétt. Neyslumynstrið hefur breyst úr sterkara áfengi yfir í léttvín og bjór en lítrafjöldi af hreinum vínanda hefur engu að síður aukist jafnt og þétt á þessu árabili. Greina má af tölum Landlæknisembættisins að í kjölfar hrunsins hafi dregið úr neyslu en við stefnum hraðbyri aftur í sömu magntölur og við sáum árið 2007. Þá var skráð mesta sala áfengis síðastliðin 26 ár, eða 7,5 lítrar/einstakling af hreinum vínanda að meðaltali. Kreppan er því á undanhaldi ef þessi mælikvarði er notaður.

Vínmenning er mikil í kringum okkur og er það í sjálfu sér af hinu góða og ekkert við það að athuga að fólk fái sér í tána af og til, hvaða tilefni sem einstaklingurinn gefur sér fyrir slíkri neyslu. Íslendingar eru enn talsvert langt frá þeim neyslutölum sem næstu nágrannar okkur liggja í en til samanburðar má nefna að Danir og Bretar leggja sér til munns um tíu lítra, Frakkar og Þjóðverjar í kringum tólf lítra, á meðan Ítalir nota rúma sex lítra, sem er æði sérstakt og minna en Norðmenn ef marka má tölur Alþjóðaheilbrigðismálastofnunar frá árinu 2010.

Togstreita

En þetta er bara önnur hliðin á peningnum því neysla áfengis í samanburði við nágrannaþjóðir segir okkur ekkert endilega til um það hversu margir glíma við vanda vegna þess sem í daglegu tali er kallað áfengissjúkdómur eða alkóhólismi. Mjög margir nota áfengi en ekki eru allir með vandamál vegna þessa, þó geta mörkin þarna á milli orðið ansi óskýr og á einstaklingurinn sjálfur oft í miklum vanda með að átta sig og getur jafnvel skort innsýn eða hreinlega verið í afneitun. Fjölskylda, vinir og samstarfsmenn eru oft þeir sem benda á vandann og getur skapast talsverð togstreita þegar slíkt ber á góma.

Vandamál sem þessi eiga þó ekki að vera neitt feimnismál né heldur eiga menn að þurfa að fara í felur með sinn vanda sem er alltof algengt, en það helgast af þeirri nálgun að þessi sjúkdómur sé öðruvísi en aðrir og viðkomandi eigi að skammast sín glími þeir við hann. Það er merkileg staðreynd að það er ekki sama hvaða sjúkdóm maður fær og að þeir sem tengjast hegðun fá oft minni samúð meðal almennings en aðrir.

Margþættar orsakir

Orsakir fyrir áfengisvanda eru margþættar og byggja á erfðum, sálfélagslegum og samfélagslegum þáttum og umhverfi viðkomandi. Sjúkdómurinn þróast með tímanum en það eru ákveðnir áhættuþættir sem ýta sérstaklega undir vandann. Þeir sem byrja ungir að neyta áfengis eru líklegri til að þróa með sér ávana, reglubundin eða stöðug áfengisneysla, fjölskyldusaga um áfengisvanda, kvíði, þunglyndi og félagslegir þættir vega þungt. Ýmis greiningarskilmerki eru notuð sem hafa gagnast vel og eru víða notuð við uppvinnslu þeirra sem leita vegna áfengisvanda til heilbrigðisstarfsmanna. Vert er þó að hafa í huga að það að spyrja um áfengisneyslu á að vera jafn sjálfsagt og að vita hvaða lyf og í hvaða skömmtum viðkomandi neytir þeirra. Alltof oft er skautað af léttúð yfir þessar spurningar því grunnurinn að vanda einstaklingsins getur legið í neyslumynstri hans.

Ekki má gleyma því að áfengisneysla hefur áhrif á næstum öll líffæri okkar á einn eða annan hátt. Alþekkt er að skoða slíka neyslu í tengslum við slys enda sennilega þekktasta virkni áfengis að slæva einstaklinginn og skerða dómgreind hans. Lifrarsjúkdómar eins og fitu- og skorpulifur eru algengir við mikla neyslu. Síður þekkt er að áfengi hækki blóðþrýsting og auki þannig líkur á hjarta- og æðasjúkdómum, skemmi slímhúð meltingarvegarins og auki líkur á krabbameinum,ýti undir beinþynningu, dragi úr virkni ónæmiskerfisins og auki veikindatíðni, eyðileggi taugakerfið, valdi fósturskaða og síðast en ekki síst geti gert konur og karla getulaus.

Það er því afar mikilvægt að horfa á áfengisvanda sem sjúkdóm með margar birtingarmyndir, það þarf að opna umræðuna enn frekar og afmá skömmina sem hefur verið fylgifiskur sjúkdóma eins og alkóhólisma. Þannig munum við ná betur tökum á vanda þeirra sem þjást, bæta meðferðina og auka lífslíkur sjúklinga.

> Ekki má gleyma því að áfengisneysla hefur áhrif á næstum öll líffæri okkar á einn eða annan hátt.

frá kr. 179.900*
á mann í tvíbýli

Sikiley
3.-10. október

Fararstjórar: Ólafur Gíslason og Gréta Valdimarsdóttir

Heimsferðir bjóða beint leiguflug til Sikileyjar í byrjun október á yndislegum tíma. Hitastigið er notalegt og hentar bæði til sólbaða og fyrir þá sem vilja verja tímanum til að skoða þessa stórbrotnu eyju. Flogið er til Palermo og dvalið skammt frá strandbænum Cefalu í 3 nætur, þá er haldið til austurstrandarinnar og dvalið á ferðamannastaðnum Giardino Naxos í 4 nætur. Flogið til Íslands frá Catania flugvelli á austurströndinni. Áhugaverðar kynnisferðir eru í boði með íslenskum fararstjórum. Samfelld 2700 ára menningarsaga, einstök náttúrufegurð, ótrúlegar fornminjar, fallegar byggingar og söfn, ásamt áhugaverðri matarmenningu og blómlegu mannlífi – allt þetta og miklu meira finnur þú á Sikiley.

Spennandi kynnisferðir
- Hálfsdagsferð til Cefalu
- Dagsferð til Palermo og Monreale
- Dagsferð að eldfjallinu Etnu og Taormina bænum
- Dagsferð til Siracusa og Noto
- Dagsferð / sigling til eyjanna Lipari og Vulcano

* Innifalið: Flug – skattar – gisting í 3 nætur á Campoelica di Rocella ströndinni og síðan Giardino Naxos í 4 nætur á 3* hóteli með hálfu fæði og drykkjum með mat. Akstur til og frá flugvelli og á milli áfangastaða. Íslensk fararstjórn. Einnig er í boði gisting á 4* hótelum gegn aukagjaldi.

Ferðaskrifstofa Ferðamálastofu

Heimsferðir

Skógarhlíð 18 • Sími 595 1000 • Fax 595 1001 Akureyri sími: 461 1099 • www.heimsferdir.is

ENNEMM / SÍA • NM67649 Birt með fyrirvara um prentvillur. Heimsferðir áskilja sér rétt til leiðréttinga á síðu. Ath. að verð getur breyst án fyrirvara.

www.volkswagen.is

Volkswagen up!

Lítill að utan og stór að innan

Volkswagen up! setur ný viðmið í hönnun smábíla með því að sameina nett ytra rými og rúmgott innra rými. Hvergi er gefið eftir í kröfum um aksturseiginleika, gæðum né öryggi og því til sönnunar eru einróma hrós bílablaðamanna um allan heim og 5 stjörnu einkunn í árekstrarprófunum EuroNcap. Niðurstaðan er einföld: Volkswagen up! er alvöru smábíll.

Volkswagen up! kostar aðeins
2.050.000 kr.

Das Auto.

WHAT CAR? CAR OF THE YEAR 2012

Breska bílatímaritið WHAT CAR? valdi Volkswagen up! sem bíl ársins 2012.

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

Hvernig eigum við að breyta?

STJÓRNARSKRÁ

Árni Páll Árnason
formaður Samfylkingarinnar

Með nýju breytingaákvæði við stjórnarskrána, sem samþykkt var á sumarþingi, munu gefast ný tækifæri til stjórnarskrárbreytinga. En hvernig á að nýta þau tækifæri?

Ný nefnd um stjórnarskrárbreytingar, með fulltrúum allra flokka, mun hefja störf fljótlega. Á vettvangi hennar mun þurfa að ná samstöðu um verklagið. Hér er mín tillaga:

Aðrir tímar

Við eigum að nýta okkur hið nýja breytingaákvæði og svigrúmið sem það veitir til að áfangaskipta verkefninu. Verklagið við stjórnarskrárbreytingar hingað til hefur skilað litlu og það hefur stafað af því að allir vita að málum verður aðeins lokið við lok kjörtímabils. Nú eru komnir aðrir tímar og þess vegna hægt að vinna að stjórnarskrárumbótum allt kjörtímabilið og skila niðurstöðu í þremur áföngum: Þeim fyrsta sem verði lokið í vetur og verði lagður fyrir þjóðina samhliða sveitarstjórnarkosningum að vori, öðrum sem verði lokið í tíma fyrir forsetakosningar 2016 og þeim þriðja sem yrði lokið fyrir lok kjörtímabils.

Góð samstaða

Við alþingismenn verðum að sýna þjóðinni að við getum náð víðtækri samstöðu um ákveðnar breytingar fyrir næsta vor. Þar tel ég augljóst að við byrjum á ákvæði um auðlindir í almannaeign og þjóðaratkvæðagreiðslur. Um það ætti að geta orðið góð samstaða – þetta eru atriðin sem forsætisráðherra nefndi sem áhersluatriði í vinnu við stjórnarskrána í stefnuræðu sinni nú snemmsumars og þessi atriði voru meðal þeirra atriða sem þjóðin lýsti miklum stuðningi við í þjóðaratkvæðagreiðslunni síðasta haust.

Það hefur mikið starf farið fram við þróun ákvæðis um almannaeign á auðlindum, allt frá árinu 2000, og allir flokkar hafa á einhverjum tíma lagt fram drög að slíku ákvæði. Ef við horfum á þau atriði sem almenn samstaða er um ætti okkur að vera vandalaust að setja saman skýrt almannaeignarákvæði.

Með sama hætti er orðið afar brýnt að setja almennt ákvæði um rétt tiltekins hluta þjóðarinnar og minnihluta þingsins til að setja mál í þjóðaratkvæði. Málskotsréttur forseta er góður út af fyrir sig en hvorki þjóðin né minnihluti þingsins getur sætt sig við að eiga aðgang að þjóðaratkvæði undir mati eins manns, sem ekki byggir á efnislegum viðmiðum nema að litlu leyti. Við ákváðum að setja á fót á Íslandi lýðveldi en ekki mennta að einveldi. Til þess að það virki þarf þjóðin og minnihluti þings að eiga sjálfstæðan málskotsrétt.

Skýr umgjörð

Við þurfum að hafa skýra umgjörð um rétt þjóðarinnar til að kalla fram þjóðaratkvæði. Fólk á rétt á því að um slíkt frumkvæði almennings gildi skýrar reglur og skýr umgjörð, sem veitir fólki raunverulega vissu fyrir því að ef tilteknu marki undirskrifta er náð muni þjóðaratkvæðagreiðsla fara fram.

Þróun mála í stjórnskipuninni undanfarin ár gerir það líka nauðsynlegt að þriðjungur þingmanna fái þann rétt að vísa málum til þjóðarinnar. Slíkt ákvæði er í dönsku stjórnarskránni og það hefur virkað þar svo vel að því hefur aldrei verið beitt. Ástæðan er sú að ákvæðið hvetur stjórnvöld á hverjum tíma til að afla víðtækrar samstöðu um umdeild mál og það er nokkuð sem okkur hefur átakanlega skort undanfarin ár. Það gæti þannig orðið forsenda nýrra og betri vinnubragða í íslenskum stjórnmálum. Forseti Íslands hefur nú nýverið skilgreint málþóf sem einu leið minnihluta þings til að auka líkur á þjóðaratkvæðagreiðslu, að óbreyttri stjórnskipan. Ef leikreglunum verður ekki breytt stefnir því allt í það að málþófið muni áfram ríkja eitt.

Glæsilegt upphaf

Þótt við næðum ekki meiru í höfn fyrir sveitarstjórnarkosningarnar að vori en ákvæði um almannaeign á auðlindum og nýjum ákvæðum um rétt tiltekins fjölda landsmanna og minnihluta þings til að vísa málum til þjóðaratkvæðis værum við að ná miklum árangri. Til viðbótar ættum við öll að sameinast um að leggja af Landsdóm og koma meðferð brota ráðamanna í sama farveg og brota annarra landsmanna. Það væri glæsilegt upphaf á lengri vegferð stjórnskipunarumbóta.

→ Við alþingismenn verðum að sýna þjóðinni að við getum náð víðtækri samstöðu um ákveðnar breytingar fyrir næsta vor. Þar tel ég augljóst að við byrjum á ákvæði um auðlindir í almannaeign og þjóðaratkvæðagreiðslur.

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.

ÁRNASYNIR

ÚTILÍF

GLÆSIBÆ KRINGLUNNI SMÁRALIND utilif.is

KIRKJULISTAHÁTÍÐ

Hallgrímskirkju í Reykjavík 16.–25. ágúst

Frá uppsprettum til himindjúpa

2013

Ólafur Jóhann Ólafsson

FÖSTUDAGUR 16. ÁGÚST

19.00
Setning Kirkjulistahátíðar
Setningarathöfn í Hallgrímskirkju

Petr Eben: Biblíudansar fyrir orgel, **Sigríður Soffía Níelsdóttir** frumflytur nýjan listdans við verkið, organisti: **Björn Steinar Sólbergsson.**

Schola cantorum flytur verk eftir **Arvo Pärt,**
stjórnandi: **Hörður Áskelsson.**

Douglas Cleveland frá Seattle flytur glæsilega orgeltónlist.

Aðgangur ókeypis

19.00
Opnun myndlistarsýningar:
VATN

Guðrún Kristjánsdóttir er myndlistarmaður Kirkjulistahátíðar 2013. Verkið **VATN** er óður til vatnsins í umhverfi okkar og trúarlífi og er staðsett í kór kirkjunnar og fordyri hennar. Hluti verksins er nýtt tónverk **Daníels Bjarnasonar** tónskálds sem leikið er á steina **Páls á Húsafelli.**

Í samræðu um verkið VATN taka þátt þeir **Ólafur Gíslason** listheimspekingur og **dr. Sigurður Árni Þórðarson** guðfræðingur.

Allir velkomnir

LAUGARDAGUR 17. ÁGÚST

Kl. 17.00
Cleveland og Kairos
Örlagastund við orgelið

Orgelvirtúósinn **Douglas Cleveland** frá Seattle flytur fjölbreytta orgeltónlist eftir **Mozart**, **Saint-Saëns**, **Guilmant** og bandarísku tónskáldin **Ken Yukl** og **Pamela Decker.**

Miðaverð: 2.500 kr. (Hálfvirði fyrir námsmenn)

SUNNUDAGUR 18. ÁGÚST

11.00
Hátíðarmessa á Kirkjulistahátíð

Schola cantorum, stjórnandi Hörður Áskelsson.

Vígslubiskupinn í Skálholti, **Kristján Valur Ingólfsson**, prédikar.

Organisti: **Douglas Cleveland**, einn fremsti orgelleikari Bandaríkjanna.

Bein útsending á Rás 1.

Allir velkomnir

16.00 – 18.00
Málstofa um tónlist Arvo Pärt

Páll Ragnar Pálsson og **Tui Hirv** flytja erindi um líf og störf tónskáldsins í kammersal Hannesarholts.
Kvöldverður í Hannesarholti að lokinni málstofu, verð 2.500/3.500 kr.

Miðaverð: 1.500 kr.
(Miði á tónleikana síðar um kvöldið gildir einnig málstofuna)

20.00
Arvo, Adam og Agaton
Tónleikar til heiðurs Arvo Pärt

Flytjendur:
Schola cantorum
Hátíðarstrengjasveit Kirkjulistahátíðar
Tui Hirv: sópran
Fjölnir Ólafsson: barítón
Stjórnandi: **Hörður Áskelsson**

Miðaverð: 4.500 kr. (2.500 kr. fyrir námsmenn)

MÁNUDAGUR 19. ÁGÚST

10.00 – 13.00
Vatn og hljómur

Listasmiðja barna í samstarfi við Myndlistaskóla Reykjavíkur. Í listasmiðjunni verður vatn og birtingarmynd þess skoðuð í hljómum, tónum, litum og formum.

Umsjón: **Margrét Kristín Blöndal** og **Margrét H. Blöndal.**

Þátttökugjald: 1.500 kr.

ALLA VIRKA DAGA 19.–23. ÁGÚST

18.00
Vesper - Kvöldsöngur og klukkuspil

Kirkjusöngur aldanna. Forsöngvarar leiða þátttakendur í tíðasöng.
Umsjón: **Glúmur Gylfason**

Allir velkomnir

ÞRIÐJUDAGUR 20. ÁGÚST

21.00
Magnaður Muhly!
„Sjö sinnum tveir og séra Sinnep“

Breski konsertorganistinn James McVinnie flytur spennandi efnisskrá, sem samanstendur af 7 antífónum eftir bandaríska tónskáldið Nico Muhly í bland við orgelverk eftir Bach, Gibbons, Duruflé, R. V. Williams, Pott og J. Harvey (orgel og segulband).

Miðaverð: 2.500 kr. (Hálfvirði fyrir námsmenn)

MIÐVIKUDAGUR 21. ÁGÚST

12.00
Hádegistónleikar

Schola cantorum flytur íslenskar og erlendar kórperlur.

Stjórnandi: **Hörður Áskelsson**

Miðaverð: 2.000 kr. (Hálfvirði fyrir námsmenn)

20.00
Heyr, himnasmiður - Sálmarnir hans Þorkels

Sigurður Flosason (saxófónar) og **Gunnar Gunnarsson** (orgel) flytja sálmalög **Þorkels Sigurbjörnssonar** í eigin útsetningum með spunann í forgrunni. Á þessum tónleikum heiðra þeir minningu ástsælasta sálmatónskálds íslensku þjóðarinnar.

Tónleikarnir eru í samstarfi við Jazzhátíð Reykjavíkur.

Miðaverð: 2.500 kr. (Hálfvirði fyrir námsmenn)

FIMMTUDAGUR 22. ÁGÚST

20.00
Kvöld trompetanna!
Hátíðarhljómar á Kirkjulistahátíð - Trompet og orgel

Stephen Burns trompet (Chicago)

Douglas Cleveland orgel (Seattle)

Stephen Burns og **Baldvin Oddsson** (f. 1994) trompet

Verð: 3.000 kr. (Hálfvirði fyrir námsmenn)
Miðinn gildir einnig á tónleikana Hin hliðin sem hefjast kl. 22.00.

22.00
Hin hliðin

Ari Bragi Kárason trompet **Eyþór Gunnarsson** píanó

Hér leiða saman hesta sína tveir af fremstu jazzleikurum þjóðarinnar í magnaðasta ómrými landsins. Eyþór hefur verið leiðandi afl hinnar síungu hljómsveitar **Mezzoforte** í rúm 30 ár, eða rúmlega lífaldur Ara Braga sem nýlega er snúinn aftur heim eftir langa útivist, m.a. í hringiðu jazzins í New York.

Saman sanna þeir að kynslóðabil er ekki til í jazzmúsik frekar en annarri list. Dagskrá þeirra byggist á sterkri meðvitund um hefðir í tónlist og hugrekki til að láta laglínuna og spunann leiðast í harmóníu út í óvissuna.

Tónleikarnir eru í samstarfi við Jazzhátíð Reykjavíkur.

Miðaverð: 2.000 kr. (Hálfvirði fyrir námsmenn)

FÖSTUDAGUR 23. ÁGÚST

21.00
Nýjar víddir orgelsins

Nokkrir framsæknir tónlistar- og myndlistarmenn semja tónlist fyrir nýuppfærðan rafbúnað Klaisorgelsins. Tónskáldin eru: **Guðmundur Steinn Gunnarsson**, **Jesper Pedersen**, **Páll Ivan Pálsson**, **Arnljótur Sigurðsson**, **Áki Ásgeirsson** og **G. Vignir Karlsson**.
Tónleikastjóri: **G. Vignir Karlsson**
Miðaverð: 2.500 kr. (1.000 kr. námsmenn)

LAUGARDAGUR 24. ÁGÚST

15.00 – 21.00
Sálmafoss á Menningarnótt

Frumflutningur 5 nýrra barnasálma, spunatónleikar **Mattias Wager** frá Stokkhólmi, tvær trompetkynslóðir: **Stephen Burns** og ungstjarnan **Baldvin Oddsson**, **Mótettukór Hallgrímskirkju**, **kór og hljómsveit frá Stokkhólmi** o.fl.

15.00
Barnakór og Tómas Guðni Eggertsson

Á efnisskránni:

Sex nýir sálmar fyrir börn
*Höfundar eru: **Aðalsteinn Ásberg Sigurðsson, Margrét Örnólfsdóttir, Sigurbjörg Þrastardóttir, Tómas Guðni Eggertsson, Olga Guðrún Árnadóttir, Jón Hallur** og **Hermann Stefánssynir, Harpa Jónsdóttir** og **Þóra Marteinsdóttir***

Sálmarnir eru pantaðir af Tónmenntasjóði kirkjunnar. Á undanförnum árum hefur sjóðurinn virkjað fjölda íslenskra skálda og tónskálda til sköpunar nýrra sálma, sem allir hafa verið frumfluttir á Sálmafossi í Hallgrímskirkju.

15.40
Björn Steinar Sólbergsson organisti

16.00
Mótettukór Hallgrímskirkju kennir sálm og syngur með, stjórnandi: Hörður Áskelsson. *Á efnisskránni eru m.a. valdir kaflar úr messu eftir Vierne, tónlist eftir Duruflé, Bruckner, Hallgrímssálmar og aðrar kórperlur.*

17.00
Hljómeyki, stjórnandi Marta Guðrún Halldórsdóttir, flytur m.a. verk eftir Hreiðar Inga Þorsteinsson

17.30
Mattias Wager organisti

18.00
Kór Soffíukirkjunnar í Stokkhólmi ásamt hljómsveit
Norrænir sálmar

18.30
Jón Þorsteinn Reynisson harmonikka og Jón Bjarnason organisti

19.00
Tvær trompetkynslóðir: Stephen Burns og Baldvin Oddsson ásamt Mattias Wager organista

19.30
Vox Feminae og Stúlknakór Reykjavíkur, stjórnandi Margrét Pálmadóttir

20.00
Mattias Wager – spunatónleikar

21.00
Helgistund á Menningarnótt

Aðgangur ókeypis á alla tónleika Menningarnætur

SUNNUDAGUR 25. ÁGÚST

11.00
Hátíðarmessa á Kirkjulistahátíð

Mótettukór Hallgrímskirkju,
stjórnandi **Hörður Áskelsson.**

Sr. Jón Dalbú Hróbjartsson sóknarprestur prédikar.

Organisti: **Mattias Wager,** dómorganisti við Storkyrkan í Stokkhólmi.

Flutt verður *Festival Te Deum* eftir **Benjamin Britten** í tilefni af hundrað ára afmæli hans.

Allir velkomnir

Miðasala
Hallgrímskirkja, opið 9–21 alla daga
Sími: 510 1000

midi.is

Nánari upplýsingar á: **kirkjulistahatid.is**

Dagskráin er birt með fyrirvara um breytingar

HÁTÍÐARPASSI
Veitir aðgang að öllum viðburðum hátíðarinnar.
Fæst eingöngu í miðasölu Hallgrímskirkju
Verð: 12.500 kr.

Eftirtaldir styrkja hátíðina:
Mennta- og menningarmálaráðuneytið, Reykjavíkurborg, Bandaríska sendiráðið, Lýsi ehf, Reykjavíkurprófastsdæmi vestra, Hallgrímskirkja, Kirkjumálasjóður, LogoFlex.

Kirkjulistahátíð Hallgrímskirkju
Skólavörðuholti - 101 Reykjavík - Sími: 510 1000
www.kirkjulistahatid.is

†

Skrifstofa okkar verður lokuð e.h. þriðjudaginn 30. júlí vegna útfarar okkar fyrrum félaga Sverris Ingólfssonar, löggilts endurskoðanda.

Ernst & Young
Borgartúni 30

†

Elskulegur eiginmaður minn, faðir okkar, fósturfaðir, tengdafaðir og afi,

SÍMON SÍMONARSON
Hamrahlíð 9, Reykjavík,

lést fimmtudaginn 25. júlí á hjartadeild Landspítalans. Símon verður jarðsunginn frá Dómkirkjunni í Reykjavík miðvikudaginn 7. ágúst kl. 15.00.

Kristín María Magnúsdóttir
Atli Símonarson
Elín Símonardóttir
Stefán Már Símonarson — **Sigríður Erlingsdóttir**
Símon Ægir Símonarson
Þorgeir Símonarson
Davíð Örn Símonarson
Jón Ingi Ríkharðsson — **Margrét Árnadóttir**
Magnús Ríkharðsson
og barnabörn.

†

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

STEFÁN JÓNSSON
læknir,

lést sunnudaginn 21. júlí. Útförin fer fram frá Bústaðakirkju fimmtudaginn 1. ágúst kl. 13.00. Blóm og kransar vinsamlega afþakkaðir en þeim sem vilja minnast hans er bent á Krabbameinsfélag Íslands. Reikningur: 301-26-706 Kennitala: 700169-2789

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

†

Ástkær móðir mín, fósturmóðir, tengdamóðir, amma, langamma og langalangamma,

PETRÍNA JÓNA ELÍASDÓTTIR
frá Skógum í Mosdal,
Arnarfirði,

lést laugardaginn 20. júlí á dvalar- og hjúkrunarheimilinu Grund. Útförin fer fram frá Háteigskirkju í Reykjavík fimmtudaginn 1. ágúst kl. 15.00.

Hallveig Elín Indriðadóttir — **Ólafur Kristinsson**
Steingrímur Guðni Pétursson — **Sigríður Jónsdóttir Lepore**
barnabörn, barnabarnabörn og barnabarnabarnabörn.

†

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

JÓN SIGURVIN SIGMUNDSSON
trésmiður,
Fellsmúla 17,

lést mánudaginn 22. júlí á Landakotsspítala. Jarðarförin fer fram frá Háteigskirkju þriðjudaginn 30. júlí kl. 13.00.

Helga Kristinsdóttir
Sigurbjörg Jónsdóttir — **Hilmar Þór Hauksson**
Sigmundur Jónsson — **Nanna Guðrún Yngvadóttir**
Reynir Jónsson — **Bentína Þórðardóttir**
Hörður Sigmundsson
og barnabörn.

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.

Erum að minnka aðdráttarafl borgarinnar

Trúbadorinn Svavar Knútur heldur fyrstu og einu tónleika sína á Faktorý á morgun, þar sem staðnum verður lokað fljótlega til að rýma fyrir hótelbyggingu. Svavar er mjög ósáttur við þá stefnu að fjölga hótelum á kostnað tónleikastaða og þykir það skammsýni.

Það er svona þegar maður gengur að einhverju sem gefnu. Ég gerði bara ráð fyrir því að Faktorý yrði á sínum stað og ég ætti eftir að spila þar oft," segir Svavar Knútur um ástæðu þess að hann hefur aldrei fyrr spilað á Faktorý. „Svo veit maður ekki fyrr en það á að fara að byggja eitt hótelið enn og það þarf að loka staðnum. Ég bara varð að fá að spila á þessum rómaða og flotta tónleikastað svo ég bókaði kveðjutónleika þar í kvöld."

Svavar hefur sterkar skoðanir á lokun tónleikastaða í miðbænum. „Það sem fólk fattar ekki er að margir ferðamenn koma hingað einmitt út af menningunni sem skapast í kringum þessa staði. Með því að eyðileggja þá senu minnkum við um leið aðdráttarafl borgarinnar. Það er ótrúlega sorglegt."

Ókeypis er inn á tónleikana og segir Svavar annað ekki hafa komið til greina. „Mig langaði bara að fagna þessum stað," segir hann. „Þetta verða fyrstu og einu tónleikar mínir á Faktorý."

Tónleikarnir byrja klukkan 21 og er Svavar harður á því að standa við þá tímasetningu. „Ég hef alltaf haft það sem reglu að byrja að spila á þeim tíma sem tónleikarnir eru auglýstir. Ég þoli ekki þennan móral að auglýsa tónleika klukkan níu og byrja svo ekki fyrr en klukkan ellefu af því það er alltaf verið að bíða eftir einhverju. Það er hrikalegur dónaskapur."

fridrikab@frettabladid.is

SORGLEG PRÓUN Svavar Knútur segir lokun tónleikastaða minnka aðdráttarafl borgarinnar í augum ferðamanna.

FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

†

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

KRISTBJÖRG LOVÍSA EIRÍKSDÓTTIR
Hvassaleiti 73,

lést á Landspítalanum þriðjudaginn 23. júlí. Útförin verður gerð frá Fossvogskirkju 31. júlí og hefst athöfnin kl. 13.00.

Jón Þorsteinsson
Sigríður Jónsdóttir — **Ólafur örn Thoroddsen**
Eiríkur Jónsson — **Petrína Sæunn Úlfarsdóttir**
Margrét Jónsdóttir — **Aðalsteinn Þorgeirsson**
Ingunn Jónsdóttir
Þórunn Jónsdóttir — **Enes Cogic**
barnabörn og barnabarnabörn.

†

Ástkær eiginkona mín, dóttir, systir, mágkona, tengdadóttir og svilkona,

HULDA BJÖRK ÞÓRODDSDÓTTIR

sem lést af slysförum í Sviss laugardaginn 20. júlí, verður jarðsungin miðvikudaginn 31. júlí kl. 15.00 frá Langholtskirkju. Blóm og kransar afþakkaðir en þeim sem vilja minnast hennar er bent á líknarstofnanir.

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

†

Yndislega móðir okkar, tengdamóðir, amma og langamma,

ANNA MAGNÚSDÓTTIR
Frá Hvammi V-Eyjafjöllum,

lést þriðjudaginn 23. júlí. Útförin fer fram frá Oddakirkju fimmtudaginn 1. ágúst kl. 14.00.

Lóa Rún Kristinsdóttir — **Örn Þórðarson**
Inga Jóna Kristinsdóttir — **Guðjón Sigurðsson**
Eyjólfur Kristinssin — **Dagrún Viðarsdóttir**
barnabörn og barnabarnabarn.

†

Elskulegur bróðir okkar,

MARSVEINN LÚÐVÍKSSON

verður jarðsunginn frá Fríkirkjunni í Hafnarfirði miðvikudaginn 31. júlí kl. 13.00. Þeim sem vildu minnast hans er bent á Heilaheill.

Sólveig Magnúsdóttir
Birna Lúðvíksdóttir
Erla Lúðvíksdóttir
Erna Lúðvíksdóttir

†

Bróðir okkar,

THEODÓR MAGNÚSSON
frá Innra-Ósi,
Aðalbraut 26, Drangsnesi,

andaðist á Heilbrigðisstofnuninni á Hólmavík föstudaginn 26. júlí. Útför hans fer fram frá Hólmavíkurkirkju fimmtudaginn 1. ágúst kl. 13.00.

Systkinin.

†

Innilegar þakkir til allra þeirra sem sýndu okkur samúð, hlýhug og vináttu við fráfall ástkærrar eiginkonu minnar, móður, dóttur, tengdadóttur, systur og mágkonu,

GUÐLAUGAR BRYNJARSDÓTTUR
Reykjafold 9, Reykjavík.

Gunnar Steinþórsson
Brynjar Þór Gunnarsson
Sindri Freyr Gunnarsson
Fríður Björnsdóttir — **Brynjar Júlíusson**
Lilja G. Sigurðardóttir — **Steinþór Ingvarsson**
Björn Brynjarsson
Júlíus Brynjarsson — **Þóra Hreinsdóttir**
Kristín Brynjarsdóttir — **Pétur Óskarsson**
Guðrún Brynjarsdóttir — **Skúli Aðalsteinsson**
Halldór Brynjarsson — **Guðrún Þórðardóttir**
Anna Sigríður Brynjarsdóttir — **Halldór Grétar Einarsson**
Katrín Brynjarsdóttir — **Hjörleifur Steinarsson**
Sigurður I. Steinþórsson

†

Ástkær eiginkona, móðir, tengdamóðir og amma,

VALGERÐUR MARGRÉT INGIMARSDÓTTIR
Síðumúla 21, Reykjavík,

lést á líknardeild Landspítalans í Kópavogi föstudaginn 26. júlí.

Kristinn Gestsson
Jón Ingi Hilmarsson — **Helen Long**
María Huld Hilmarsdóttir — **Sigurjón Pálmarsson**
Kolbrún Kristín Kristinsdóttir — **Sigurður Árni Waage**
Einar Valur Kristinsson — **Guðný Lára Jóhannesdóttir**

†

Ástkær móðir okkar, tengdamóðir, amma og langamma,

MARÍA GUÐMUNDSDÓTTIR
Furugerði 1, Reykjavík,

verður jarðsungin miðvikudaginn 31. júlí kl. 13.00 frá Bústaðakirkju. Þeim sem vilja minnast hennar er bent á Parkisonsamtökin.

Hilmar Guðmundsson — **Sigríður G. Kristjánsdóttir**
Hrönn Pálsdóttir
Sigrún Pálsdóttir
Ellen Pálsdóttir
barnabörn og barnabarnabörn.

FÓLK
KYNNINGARBLAÐ

BLÁBER FYRIR KROPPINN

Ávextir eru líkamanum nauðsynlegir, þar sem þeir innihalda mikið magn vítamína auk þess sem þeir eru lausir við fitu. Nú er gott framboð af bláberjum í verslunum og bráðum verður hægt að tína þau úti í náttúrunni. Bláber eru svokölluð ofurfæða og því mjög holl.

FRÁBÆR !

teg 12962
mjúkur og
æðislegur
í
C,D,E skálum
á
kr. 5.800,-
buxur
kr. 1.995,-

Misty - fyrir allar konur
Laugavegi 178 - Sími: 551 3366
Þú mætir - við mælum og aðstoðum
www.misty.is
Opið frá 10-18 virka daga.
10-14 laugardaga
Vertu vinur

BESTA HUGLEIÐSLAN

ÁSTRÍÐUKOKKUR *Matarbloggið GulurRauðurGrænn&salt fær 50.000 heimsóknir í mánuði. Nú er búið að hanna enska útgáfu bloggsins og höfundurinn undirbýr matreiðslubók.*

Mikil fjölgun hefur orðið á vinsælum matarbloggum undanfarin tvö ár. Eitt þeirra ber það skemmtilega nafn GulurRauðurGrænn&salt (gulurraudurgraennogsalt.com) og á hjúkrunarfræðingurinn Berglind Guðmundsdóttir heiðurinn af því. Upphaf þess segir hún að rekja megi til ferðalags til Barcelona síðasta sumar þar sem hún bragðaði á óvenju fjölbreyttum og góðum mat.

„Þar smakkaði ég meðal annars spænskan, indverskan, ítalskan, mexíkóskan og líbanskan mat. Ég dáðist að fjölbreytninni og því hversu gott hráefnið var. Eftir að heim var komið þurrkaði ég rykið af matreiðslubókunum og fór að elda eitthvað alveg nýtt og hef verið óstöðvandi síðan þá.“

Þótt matarbloggið sé nýlegt hefur Berglind lengi haft mikinn áhuga á matreiðslu.

„Á unglingsárunum fór ég að prófa mig áfram af einhverri alvöru í eldamennskunni. Þegar ég var tvítug eignaðist ég bókina 100 góðir réttir frá Miðjarðarhafslöndum eftir Diane Seed, sem var algjör hugljómun. Bókin heillaði mig gjörsamlega og stendur enn fyrir sínu.“

Hún segir það hafa tekið tíma að ná tökum á eldamennskunni en eftir því sem árunum fjölgaði hafi hún náð betri árangri. „Fyrir mér er það að skera niður hráefni og útbúa mat eins og besta hugleiðsla. Ég legg mikla áherslu á fjölbreytni og reyni að festast ekki í einni stefnu. Megináherslan er þó alltaf á ferskt hráefni og bragðgóðan mat. Vinsælustu uppskriftirnar eru fljótlegir kjúklinga- og fiskréttir og svo eru hráfæðiskökurnar í mikilli sókn.“

Spennandi tímar eru fram undan að sögn Berglindar. „Ég er að vinna að gerð matreiðslubókar auk þess sem ég hef sett upp matarbloggið á ensku undir slóðinni www.colormefood.com. Þannig að þessa dagana geri ég lítið annað en að elda góðan mat og borða.“

■ starri@365.is

MATARBLOGGARINN
„Ég legg mikla áherslu á fjölbreytni og reyni að festast ekki í einni stefnu,“ segir Berglind Guðmundsdóttir.
MYND/VALLI

VINSÆLL RÉTTUR
Púðursykurslaxinn sem allir dásama!
MYND/BERGLIND

friendtex

40%-70%

NÚ 3 FLÍKIN FRÍ
ALLA ÞESSA VIKU
ÓDÝRASTA FLÍKIN
ER FRÍ

Opið: mánudag - föstudag 11.00-18.00
lokað á laugardögum
Bonito ehf. Friendtex
Faxafen 10, 108 Reykjavík, sími: 568 2870 - www.friendtex.is

Stuðnings-stöngin

LÉTTU ÞÉR LÍFIÐ

Yfir 8000 ánægðir notendur á Íslandi

Stuðningsstöngin er hjálpar- og öryggistæki sem auðveldar fólki að vera virkt og athafnasamt við daglegt líf án þess að þurfa að reiða sig á aðra. Margir Iðjuþjálfarar, sjúkraþjálfarar og læknar hafa mælt með stuðningsstöngunum fyrir sína skjólstæðinga.

- Auðveld í uppsetningu.
- Engar skrúfur eða boltar.
- Tjakkast milli lofts og gólfs.
- Hægt að nota við hallandi loft, 0–45° timbur/gifsloft.

Vilji
vilji.is
...léttir þér lífið
Sími 856 3451 • www.vilji.is

- Margir aukahlutir í boði.
- Falleg og nútímanleg hönnun.
- Passar allstaðar og tekur lítið pláss.
- Stillanleg frá 225–307 cm lofthæð, togátak allt að 205 kg.

Stuðningsstangirnar hafa fengið verðlaun fyrir notagildi, öryggi og hönnun á alþjóðlegum hjálpartækjasýningum.

Rýmingasala hafin
50-70% afsláttur
Ný sending af vetrarvörum!
BASLER Parísar TÍZKAN
Skipholti 29b • S. 551 0770

Nefkvef, hnerri og kláði í nefi
eru helstu einkenni frjókornaofnæmis

Nýjung Sinose 100% náttúrulegt efni sem úðað er í nef og kemur af stað öflugum hnerra sem hjálpar til við að hreinsa ofnæmisvaka úr nefi en í leiðinni róar það og ver með áframhaldandi notkun.

Sinose er þrívirk blanda sem hreinsar, róar og ver. Hentar einnig þeim sem þjást af stífluðu nefi og nef- og kinnholubólgum.

Hentar öllum frá 12 mánaða aldri, á meðgöngu og meðan á brjóstagjöf stendur.

Slævir ekki, engin kemísk íblöndunarefni.

Frekari upplýsingar www.gengurvel.is

Náttúrulegi nefúðinn sem sló í gegn sumarið 2012

Andaðu léttar og njóttu sumarsins með Sinose
Fæst í flestum apótekum og heilsubúðum

VERIÐ VEIK HEIMA

VEIKINDADAGAR *Það getur vafist fyrir fólki að taka lögboðna veikindadaga þegar umgangspestir banka upp á en með því gerir sá lasni það eina rétta.*

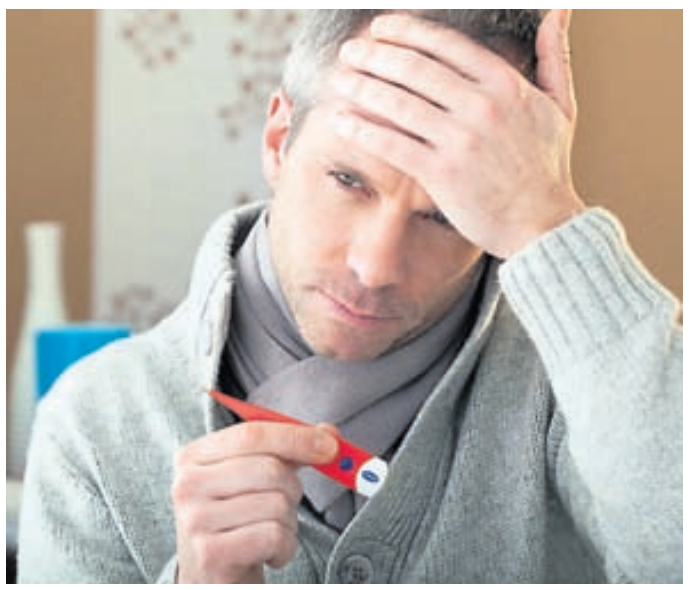
Niðurstöður nýrrar rannsóknar sýna að tveir veikindadagar lasins starfsmanns draga verulega úr líkum á því að vinnufélagar hans smitist af pestinni, eða 40 prósent.

Rannsóknin var unnin af vísindamönnum við Pittsburgh-háskóla og úrtakið áttatíu starfsmenn sem deildu sama vinnustað. Þátttakendur fengu á hendur sínar lítinn dropa vatns í byrjun vinnudags en einn óafvitandi dropa með veirum sem valda kvefi, flensueinkennum og magapest. Eftir aðeins fjórar klukkustundir hafði helmingur starfsmanna smitast af einhverri veirunni með því einu að snerta yfirborð hluta á vinnustað og sjötíu prósent fundu fyrir einkennum magakveisu.

„Með því að vera heima einn veikindadag frá vinnu minnka líkur á smiti til samstarfsfólks um 25 prósent og fjörutíu prósent ef veikindadagarnir eru tveir," segir farsóttarfræðingurinn dr. Supriya Kumar sem vann að rannsókninni.

Kumar vonast til að niðurstöður rannsóknarinnar hvetji launafólk til að vera lasið heima í stað þess að fara veikt til vinnu því um raunverulegan ávinning sé að ræða; bæði fyrir þann veika, vinnufélaga hans og fyrirtækið sem sparar stórar fjárhæðir þegar á allt er litið.

„Vinnandi fólk hikar stundum við að nýta veikindadaga sína og óttast að vera litið hornauga fyrir það eitt að verða veikt. Við bætist samviskubit yfir



því að setja aukið álag á vinnufélagana. Veikindadagar eru hins vegar skynsamlegasti kosturinn og ef allir tækju þá alvarlega yrðu færri starfsmenn veikir, afköst heildarinnar ykjust til muna og dregið væri úr heildarkostnaði fyrirtækisins."

Niðurstöður eldri rannsóknar Arizona-háskóla sýna að ekki þarf fleiri en einn lasinn starfsmann til að helmingur starfsfólks smitist við að snerta yfirborð hluta á vinnustað. Niðurstöður beggja rannsókna sýna einnig fram á að handþvottur og hreinlæti draga verulega úr líkum á smiti.

VANLÍÐAN
Það er aldrei gott að verða veikur en með því að ná heilsu á ný heima í rúmi í stað þess að mæta veikur til vinnu, má draga úr smiti á vinnustað um allt að fjörutíu prósent.

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

Útgefandi: **365 miðlar** | Ábyrgðarmaður: **Jón Laufdal**
Sölumenn: **Bryndís Hauksdóttir,** bryndis@365.is, s. 512 5434 **Sverrir Birgir Sverrisson,** sverrirbs@365.is, s. 512 5432 **Kolbeinn Kolbeinsson,** kolli@365.is, s. 512-5447 | Hönnun: **Silja Ástþórsdóttir**

STÓRÚTSALA
Allar vörur í verslun á HÁLFVIRÐI!

Vertu vinur okkar á Facebook
hjá Hrafnhildi
• Engjateigur 5
• Sími 581 2141
• www.hjahrafnhildi.is
Opið virka daga frá kl. 10-18
laugardaga frá kl. 10-16

Enn meiri verðlækkun!
60 % afsláttur
af útsöluvöru!

Gott buxnaúrval!
Stærðir 34-46
TUZZI
KRINGLUNNI
SÍMI 5688777
Vertu vinur okkar á Facebook

Reynsluakstur Chevrolet Captiva
Jaguar Smíðar smábíla eingöngu úr áli
Þýskar bílasölur mótmæla netsölu á BMW i3

SUBARU 60 ÁRA

Fuji Heavy Industries hefur nú smíðað Subaru-bíla í sex áratugi. Forvitnilegt er að skoða þá fimm bíla Subaru sem öðrum fremur hafa markað stefnu fyrirtækisins við smíði bíla sinna.

Subaru BRZ 2013

Þessi nýi bíll sem Subaru smíðaði með Toyota og heitir Toyota GT-86 hjá þeim er margverðlaunaður bíll á sinni stuttu ævi og var kosinn bíll ársins víða. Hann er eins og allir bílar Subaru frekar ódýr þrátt fyrir að hafa frábæra akstursgetu. Aflið er ekki eins mikið og í mörgum öðrum sportbílum, en þeim mun betur liggur hann. Vélin er 2,0 lítra Boxer, 200 hestöfl og liggur mjög neðarlega í bílnum og þyngdarpunktur hans því sérstaklega lágur. Bíllinn er afturhjóladrifinn eins og flestir hreinræktaðir sportbílar og því auðvelt að „drifta“ honum. BRZ er með 6-gíra beinskiptingu og það allra besta við bílinn er að hann kostar aðeins 25.000 dollara í Bandaríkjunum og telst því með allra ódýrustu sportbílum, enda annar Subaru ekki eftirspurninni eftir honum.

Subaru 360
1958-1971

Þessi bíll var smíðaður með sömu grunnhugsun og Volkswagen Bjallan og Ford Model T. Hann átti að höfða til fjöldans og vera ódýr, enda þjóðin í sárum eftir stríðið. Hann er því frekar lítill bíll. Vélin í honum er hvorki stór né öflug, með sprengirými upp á 360cc og það kemur nafn bílsins. Vélin er tveggja strokka, loftkæld og er aftur í bílnum. Í fyrstu gerð bílsins var hann 16 hestafla en öflugasta gerð hans, sem framleidd var á síðustu árum hans, var 36 hestöfl. Bíllinn vóg aðeins 410 kíló. Framleidd voru 392.000 eintök af honum á 13 árum. Hann var svo leystur af hólmi með Subaru R-2 bílnum.

Subaru Brat
1978-1993

Þessi tveggja dyra netti pallbíll er fjórhjóladrifinn og sýndi hvers var að vænta frá Subaru í framtíðinni. Margt var óvenjulegt við þennan bíl, ekki síst sætin sem voru á pallinum og sneru aftur. Ekki verður sagt að fyllsta öryggis hafi verið gætt fyrir þá farþega sem þar sátu, en höfuð þeirra náði upp fyrir þak bílsins og engin var veltigrindin þar fyrir ofan. Nafnið BRAT merkti ekki „óþekkur krakki“ heldur Bi-Drive Recreational All-Terrain Transporter. Þessi bíll er enn þá eins og úr framtíðinni og bar Subaru gott vitni um framúrstefnulega hönnun.

Subaru SVX
1991-1997

Þrátt fyrir að þessi sportbíll Subaru hafi alls ekki selst vel er hann af mörgum talinn einn athyglisverðasti sportbíll sem framleiddur hefur verið. Hann þykir búa yfir einstökum aksturseiginleikum og er býsna öflugur. Vélin er 6 strokka Boxer sem skilar 230 hestöflum og hann var aðeins 7,3 sekúndur í hundraðið og hámarkshraðann 248 km/klst. Hann er einn fárra sportbíla sem er fjórhjóladrifinn og sem minnkaði ekki veggrip hans. Hönnun bílsins er nokkuð óvenjuleg fyrir Subaru. Ítalinn Giorgetto Giugiaro teiknaði hann. Aðeins hluta hliðarrúðanna var hægt að skrúfa niður og kannski hamlaði það sölu þessa bíls hversu framúrstefnulegur hann var.

Impreza WRX
1992

WRX var framleiddur upp úr hefðbundinni Imprezu og var í raun rallakstursútgáfa bílsins með öfluga vél. Honum var betur fylgt eftir seinna með enn öflugri WRX STI-útgáfu hans. Þrátt fyrir að þetta sé hreinræktaður sportbíll er hann fernra dyra og vel fer um aftursætisfarþega í honum. Hann er að sjálfsögðu fjórhjóladrifinn. Þessi bíll var afar sigursæll í rallaksturskeppnum á árum áður og er enn mikið notaður í slíkum keppnum. Þessi öflugi sportbíll er einn fárra slíkra sem ávallt hefur verið á viðráðanlegu verði og hefur verið vinsæll hjá yngri ökumönnum sem ekki hafa efni á Porsche eða öðrum dýrum sportbílum.

Plasthlífar
á húdd, glugga og ljós
FÁANLEGAR
Á FLESTAR TEGUNDIR
FÓLKSBÍLA OG JEPPA
EGR
ARCTIC TRUCKS
arctictrucks.is
Kletthálsi 3 | 110 Reykjavík | sími 540 4900 | www.arctictrucks.is

PORSCHE

NOTAÐIR BÍLAR

Porsche Cayenne Turbo | 500 hö

Nýskráður 7.2007 ekinn 73 þús. km.
Leðurinnrétting, sóllúga, lyklalaust aðgengi, 21“ álfelgur, rafdrifið dráttarbeisli, símkerfi, hæglokun/opnun á afturhlera, dökkar hliðarrúður að aftan, léttstýri, forhitari með tíma og fjarstýringu, rafdrifin þægindasæti, innbyggður bílskúrshurðaopnari, fjarlægðarvari að framan og aftan, tvöföld miðstöð með loftkælingu o.fl.

Porsche Cayenne bensín | 250 hö

Nýskráður 6.2004 ekinn 92 þús. km.
Samlitur, leðurinnrétting dráttarbeisli, þakbogar, 18“ álfelgur, sóllúga, skriðstillir, léttstýri, rafdrifin framsætii, gráir innréttingarlistar o.fl.

Porsche Cayenne Diesel | 550 Nm tog • 245 hö

Nýskráður 6.2011, ekinn 16 þús. km.
Leðurinnrétting, loftpúðafjöðrun, dráttarbeisli, léttstýri, aðgerðarstýri með hita, þægindasæti, hiti í framsætum, skriðstillir, tvöföld miðstöð með loftkælingu, langbogar með áláferð, burstaðir állistar í innréttingu o.fl.

Porsche Cayenne Turbo | 500 hö

Nýskráður 6.2006, ekinn 100 þús. km.
Leðurinnrétting, panorama sóllúga, lyklalaust aðgengi, hæglokun / opnun á afturhlera, dráttarbeisli, 21” álfelgur, þægindasæti, símkerfi, aðgerðarstýri, dökkar hliðarrúður að aftan, léttstýri, tvöföld miðstöð með loftkælingu, forhitari með tíma og fjarstýringu, rafdrifin þægindasæti, innbyggður bílskúrshurðaopnari o.fl.

Bílabúð Benna
Sérfræðingar í bílum

Porsche á Íslandi • Bílabúð Benna
Vagnhöfða 23 • 110 Reykjavík
Sími: 590 2000 • www.benni.is

Opið virka daga frá 09:00 til 18:00
Lokað á laugardögum í júlí

Kraftalegur framendi sem sver sig í ætt við aðrar bílgerðir Chevrolet.

RÍKULEGA BÚINN STÓR JEPPLINGUR

Eftir 500 kílómetra akstur var eldsneytistankur bílsins enn hálffullur. Hefur batnað við uppfærslu og er enn á góðu verði.

CHEVROLET CAPTIVA
Finnur Thorlacius reynsluekur

Mikið úrval er nú í boði á jepplingum, enda seljast þeir einna best allra bíla og henta að auki einkar vel við íslenskar aðstæður. Sumir þeirra eru mjög vandaðir bílar og svo til öll dýrari merkin bjóða upp á jepplinga. Fyrir þá þarf hins vegar að borga skildinginn og því skiljanlegt að kaupendur horfi einnig mikið til þeirra sem kosta aðeins minna en bjóða samt upp á mikinn búnað og talsvert afl. Einn þeirra er Chevrolet Captiva sem í boði hefur verið í nokkur ár hjá Bílabúð Benna, en býðst nú nýlega uppfærður. Captiva hefur frá upphafi verið nokkuð ríkulega búinn bíll sem fengist hefur á góða verði. Hann er nú einungis í boði hérlendis með öfluga 184 hestafla dísilvél, þó bæði aflminni dísilvél og bensínvélar séu einnig framleiddar í bílinn. Þessi bíll er boðinn á innan við 6,5 milljónir króna og er því álitlegur kostur í framboði á jepplingum.

Mikið afl en lítil eyðsla

Chevrolet Captiva var reyndur af bílablaði Fréttablaðsins um daginn og var honum ekið ríflega, bæði innanbæjar sem og í langri ferð norður í land, samtals yfir 500 kílómetra. Hann sýndi á sér sínar bestu hliðar við aksturinn, og sérlega ánægjulegt var að sjá að eftir að komið var norður á Akureyri og 500 km akstur að baki var eldsneytistankur bílsins aðeins hálfur. Þó hafði bílnum ekki verið hlíft og öll hestöfl hans oft kölluð til. Bíllinn er gefinn upp með 7,9 lítra eyðslu en hann fór niður fyrir það, enda megnið af kílómetrunum í langkeyrslu. Ekki veitti af góðu rými með bílinn vel fullan af farþegum og farangri og kom 769 lítra flutningsrými hans í góðar þarfir. Captiva telst nefnilega með stærri gerð jepplinga og vel getur farið um allt að fimm farþega, en tvö aukasæti er einnig að finna aftur í farangursrýminu, en þau eru helst hentug fyrir börn, nema kannski á styttri leiðum. Aðeins tekur fáeinar sekúndur að reisa þau upp og þau falla flöt ef þau eru ekki í notkun. Einnig kom ágætt hljóðkerfi bílsins í góðar þarfir og kælihólf fyrir svaladrykki í hanskahólfi. Það er kannski ágætt dæmi um hve ágætlega bíllinn er búinn staðalbúnaði, en sú gerð sem eingöngu er til sölu hérlendis er mun betur búin en ódýrasta gerð bílsins sem framleidd er. Svo má gera bílinn enn flottari með LTZ-gerð hans og þá er hann með leðursætum, 18 tommu álfelgum, rafdrifið bílstjórasæti, lyklalaust aðgengi, sóllúgu og miklu fleira góðgæti. Þannig búinn kostar Captiva 7,2 milljónir.

Stífari fjöðrun en samt mjúk

Akstur Captiva er lipur í borgarumferðinni þó finna megi betri akstursbíla í flokki jepplinga, flesta þó mun dýrari. Hann er næstum jafn lipur í snúningi innanbæjar og fólksbílar og gott útsýni úr bílnum hjálpar enn til. Í akstri utanbæjar er bíllinn ferlega ljúfur og gott afl hans hendir honum upp brattar brekkurnar án þess að hann þurfi að skipta niður og aflið kemur sér einnig vel við röskan framúrakstur. Sjálfskiptingin mætti vera fljótari í skiptingum, en það hjálpar henni hversu öflug vélin er og því ber minna á þessum ókosti. Fjöðrunin hefur stífnað frá síðustu árgerð bílsins og er það vel og fyrir vikið hallar hann sér ekki mikið í beygjum. Stýring er létt, jafnvel of létt og tilfinning fyrir vegi er meiri í sumum af keppinautum hans. Á móti kemur að tiltölulega mjúk fjöðrunin fer vel með farþega og stilling fjöðrunar er ávallt málamiðlun og Chevrolet menn hafa greinileg ákveðið að hafa hana enn þá í mýkri kantinum á kostnað akstursnákvæmninnar. Mörgum mun líka það mjög vel. Besta aðferðin við að prófa sæti bíla er ávallt í lengri akstri og stóðst Captiva það próf með sóma og átti það líka við aftursætisfarþega. Innréttingin bílsins er bara nokkuð lagleg en efnisnotkun víða af ódýrari gerðinni og plast áberandi. Upplýsingaskjárinn á miðju mælaborðinu er góður og setur laglegan svip á það.

Vel búinn bíll

Chevrolet Captiva hefur fengið fimm stjörnur í árekstarprófunum, upp um eina frá síðustu gerð. Meðal öryggisbúnaðar eru loftpúðar að framan, til hliðar og í burðarbitum, stöðugleikastýring, spólvörn, brekkuaðstoð, ISOFIX-festingar í aftursætum og fleira. Captiva er með fimm ára ábyrgð og hjálpar það vel í endursöluverði bílsins. Sérstaklega verður að hrósa Captiva fyrir mörg og vel staðsett hólf fyrir drykki. Þá hjálpar aðdráttar- og veltistýri bílstjóra að finna bestu aksturs-stellingu. Snotur smáatriði í staðalbúnaði eins og hiti í speglum og rúðuþurrku, hólf fyrir sólgleraugu, aðfellanlegir og rafdrifnir hliðarspeglar, áttaviti, tölvustýrð tveggja svæða loftkæling/hitun, Bluetooth-búnaður fyrir síma, Homelink-öryggislýsing, regnskynjari og opnanleg rúða í afturhlera, svo eitthvað sé nefnt, kemur skemmtilega á óvart og gerir Captiva að eigulegum bíl. Þeir sem eru í kauphugleiðingum á jepplingi gera rétt í því að skoða þann álitlega kost sem Captiva er.

BÍLAR
www.visir.is/bilar

Umsjón blaðsins
Finnur Thorlacius
finnurth@365.is

Útgáfufélag
365 miðlar ehf.
Skaftahlíð 24,
105 Reykjavík,
sími 512 5000

Auglýsingar
Sverrir Birgir Sverrisson
sverrirbirgir@365.is
Sími 5125432

Hönnun
Silja Ástþórsdóttir
siljaa@frettabladid.is

FORMÚLA 1 Vísir.is

MARAÞON

Kynningarblað
Mataræði, æfingar, met, þátttakendafjöldi og þrjátíu ára afmæli.

ÞRIÐJUDAGUR **30. JÚLÍ 2013**

Tók áskorun mömmu

Stefán Þór Arnarsson hleypur sitt fyrsta maraþon í ár, en það verður einnig í fyrsta sinn á ævinni sem hann keppir í hlaupi. Hann sagði skilið við fitness-lífsstílinn árið 2008 og sneri sér að crossfit, sem hann segir grundvöll þátttöku sinnar í maraþoninu.

Stefán var orðinn leiður á að hlusta á mömmu sína, Margréti Stefánsdóttur, tala um maraþon en gera aldrei neitt í því, svo hann hét því að fara með henni ef hún léti verða af því. Hún tók hann á orðinu. MYND/ARNÞÓR BIRKISSON

Ég keppti seinast í fitness árið 2008 og byrjaði í crossfit upp úr því," segir Stefán Þór Arnarsson sem tekur þátt í Reykjavíkurmaraþoninu í fyrsta sinn í ár og ætlar að hlaupa heilt maraþon.

Áskorun frá mömmu

Ástæðan fyrir þátttöku Stefáns í maraþoninu er fyrst og fremst áskorun frá mömmu hans, Margréti Stefánsdóttur. „Ég er enginn hlaupari," segir hann og hlær. „Mamma er hins vegar rosa mikill hlaupari og hefur hlaupið í mörg ár, en aldrei farið maraþon. Ég var hreinlega orðinn svo leiður á að hlusta á hana tala um hvað hana langaði að hlaupa maraþon, en gera aldrei neitt í því." Stefán hét því á mömmu sína í desember að hann skyldi hlaupa með henni maraþon þegar hún loksins léti verða af því.

„Og hún tók mig á orðinu. Einn daginn fékk ég áframsendan tölvupóst sem innihélt skráningarkvittun hennar í maraþonið. Svo skilaboðin voru skýr: Nú er komið að þér," segir Stefán og bætir hlæjandi við: „Þá var eiginlega ómögulegt að bakka út úr þessu."

Fyrstu tíu kílómetrarnir í janúar

Þetta var reyndar dálítið stórt stökk fyrir Stefán, því þegar hann samþykkti þetta var hann nokkurn veginn reynslulaus í langhlaupum. Fyrstu tíu kílómetrana hljóp hann raunar í janúar á þessu ári. „Fyrir það hafði ég bara hlaupið þrisvar sinnum fimm kílómetra og styttri vegalengdir," segir Stefán en bætir því við að hann hafi þó verið í ágætisformi þegar hann byrjaði að hlaupa. „Ég hljóp tíu kílómetrana á innan við fimmtíu mínútum."

Eins og gefur að skilja tóku við stífar æfingar hjá Stefáni. „Aðalverkefnið var náttúrulega að byggja upp þol í lengri hlaupum. Ég hafði einhverja reynslu í styttri vegalengdum, en lengri vegalengdir krefjast undirbúnings." Hann segist hafa öðlast gott þol bæði í crossfit og með æfingahópnum Grjótskokki sem samanstendur af fólki með crossfit-bakgrunn.

„Ég hef náttúrulega þjálfað líkamann mjög lengi, með ólíkum hætti. Ég setti því sjálfur upp áætlun og fékk svo blessun frá reynsluboltunum," útskýrir Stefán. „Þetta eru þrjú til fjögur hlaup í viku; eitt langt, tvö stutt og ein sprettæfing. Svo lengist langa hlaupið eftir því sem nær dregur. Ég toppa í kringum verslunarmannahelgina í þrjátíu kílómetrum. Það er síðasta langa undirbúningshlaupið, en svo tek ég styttri hlaup fram að maraþoninu."

Aldrei aftur

Stefán segist eingöngu vera að prófa sér til gamans og keppa við sjálfan sig. „Mig langar bara að prófa að hlaupa maraþon. Ég hef aldrei hlaupið hálfmaraþon og aldrei keppt í neinu hlaupi." Hann hefur þó sett sér það markmið að hlaupa á innan við fjórum tímum. „Það er algjört lágmark," segir hann og hlær. „Ég held þetta sé svona „one-time-thing", ég væri aldrei að gera þetta nema af því að mamma tók mig á orðinu."

Úr fitness í crossfit

Stefán var lengi keppnismaður í fitness. Hann tók þátt í síðasta fitnessmótinu árið 2008 en sneri sér svo að crossfit. „Það er algjör stigsmunur á þessu. Crossfit gengur meira út á tækni og ólympískar lyftingar og þolið eykst til muna. Það er lykillinn að því að geta fara svo skyndilega af stað í hlaupin." *- hþó*

STÓRU HLAUPIN FIMM

Margir íslenskir hlauparar eiga sér þann draum að taka þátt í maraþonhlaupi erlendis. Maraþonhlaup eru haldin víða um heim allt árið um kring en þau fimm hlaup sem Íslendingar sækja mest eru haldin í London, Boston, New York, Chicago og París. Eru þessi fimm maraþonhlaup yfirleitt kölluð „Big five“ meðal hlaupara hérlendis eða stóru hlaupin fimm.

Boston-maraþonhlaupið fer fram í apríl ár hvert en það fór fyrst fram árið 1897. Rúmlega 20.000 manns keppa þar á hverju ári en um hálf milljón manns fylgist með keppninni. Um 45.000 manns hlaupa árlega í New York-maraþonhlaupinu sem fer alltaf fram í nóvember. Sami fjöldi hleypur í Chicago-maraþonhlaupinu sem haldið er í október ár hvert.

Maraþonhlaupið í París var haldið í fyrsta skiptið árið 1896. Það fer fram í apríl og er hámarksfjöldi þátttakenda 37.000 manns. London-maraþonhlaupið hefur verið haldið síðan 1981 og var fjölmennasta maraþonhlaup heims á síðasta ári ef tekið er tillit til þeirra sem luku hlaupinu.

Auk fyrrnefndra hlaupa má nefna maraþonhlaupið í Berlín sem haldið er yfir helgi í september ár hvert. Flest heimsmet hafa verið slegin þar enda aðstæður með besta móti í borginni.

Forerunner 310XT – Hlauparinn

GARMIN

Öflugt GPS æfingaúr með fjölnota stillingum.
Fylgstu með tíma, vegalengd, hraða og hjartslætti.
Vatnshelt úr, löng rafhlöðuending.

VERÐ KR. 49.900

Ögurhvarfi 2, 203 Kópavogi
S: 577 6000 | www.garmin.is

GARMINBÚÐIN

Stefnir á Íslandsmet

Arnar Pétursson hefur þrívegis hlaupið maraþon í Reykjavíkurmaraþoninu og í hvert sinn lent á verðlaunapalli. Hann stefnir ótrauður á sigur og betri tíma í ár. Í vetur reynir hann svo við Íslandsmet í hálfu maraþoni.

Hagfræðineminn Arnar Pétursson hefur sigrað karlaflokkinn í Reykjavíkurmaraþoninu síðastliðin tvö ár og stefnir ótrauður að sigri í ár. Hann tók fyrst þátt í Reykjavíkurmaraþoninu átján ára gamall, skráði sig beint í heilt maraþon og lenti í öðru sæti. Það þykir ótrúlegur árangur, sérstaklega í ljósi þess að þá hafði hann ekki æft hlaup að neinu ráði. Hann byggir þó á góðum grunni enda hefur hann verið nær óstöðvandi í öðru frá unga aldri. „Ég byrjaði í fimleikum þriggja, fjögurra ára. Síðan fór ég í fótbolta og körfu. Karfan tók svo yfirhöndina og ég var á fullu í henni til tvítugs. Markvissar hlaupaæfingar hófust svo eftir það,“ segir Arnar, sem er tuttugu og tveggja ára í dag.

Arnar fór í nokkur styttri hlaup með móður sinni, Sigrúnu Jónsdóttur, á unglingsárum en var þó ungur búinn að bíta það í sig að hlaupa einhvern tíman maraþon. Pabbi minn, Pétur Hrafn Sigurðsson, hljóp maraþon árið 2005. Mig langaði með en þá var ég ekki nógu gamall, enda þarf maður að hafa náð átján ára aldri til að mega taka þátt. Árið 2009 var ég hins vegar kominn á aldur og ákvað að skrá mig tveimur vikum fyrir hlaup. Foreldrum mínum leist ekkert á blikuna og voru að vonum mjög undrandi þegar ég lenti í öðru sæti,“ segir Arnar og segir daginn seint líða fjölskyldunni úr minni.

„Það er gaman að segja frá því að mamma og pabbi höfðu komið sér fyrir úti á Seltjarnarnesi til að hvetja mig áfram á lokametrunum þegar þau fengu fréttir af því að ég væri að koma í mark og þurftu að bruna á staðinn til að ná mér.“

Eftir þetta fyrsta hlaup fór Arnar að fá hvatningu til að leggja hlaupin fyrir sig, meðal annars frá frænda sínum Birgi Sævarssyni, sem er mikill maraþonhlaupari. „Ég ákvað þó að vera áfram í körfunni og tók ekki þátt á ný fyrr en árið 2011. Það ár hljóp Arnar á 2.44:18 sem dugði honum til sigurs og árið eftir var tíminn 2.41:06 sem gerði hann einnig að sigurvegara þess árs. Í ár stefnir hann á að vera í kringum 2,30 og helst undir. Besta tíma Íslendings í Reykjavíkurmaraþoninu á Sigurður Pétur Sigmundsson, eða 2,28:50. Íslandsmetið 2.17:12 á hins vegar Kári Steinn Karlsson en það var sett í Berlín árið 2011.

Besti tími Arnars hingað til er 2.41:06. Hann stefnir á 2.30 eða minna í ár. MYND/STEFÁN

Þrátt fyrir sigurinn í fyrra lenti Arnar í talsverðum skakkaföllum og var um sjö mínútum frá markmiði sínu þá. „Eftir átján kílómetra fékk ég hræðilegan verk í síðuna sem ég losnaði ekki við og var við það að gefast upp það sem eftir lifði hlaups. Ég á því von á að geta gert betur í ár. Stóra markmiðið í ár var hins vegar að slá Íslandsmetið í flokki tuttugu til tuttugu og tveggja í hálfu maraþoni. Ég reyndi við það í Haag í Hollandi í apríl en það gekk ekki betur en svo að ég jafnaði metið upp á sekúndu á flögutímanum. Þegar kemur að Íslandsmetum er hins vegar miðað við byssutíma og þar sem ég var ekki fremstur á ráslínunni var ég fjórum sekúndum frá því að setja met.“ Arnar ætlar þó að gera aðra tilraun í Frakklandi í nóvember. - ve

HALTU ÞÉR GANGANDI

ZONE NUTRITION BARS Perfect

ZonePerfect næringarstykki eru einstaklega bragðgóður millibiti. Þau eru hlaðin vítamínum og næringarefnum sem þú þarft til að halda þér gangandi.

PIPARTBWA • SÍA

Við eyddum mánuðum, stundum árum, í að fullkomna bragðtegundirnar.

19 vítamín & steinefni
12g prótein
Frábært bragð

ENNEMM / SÍA / NM58266

Hlaupastyrkur.is

Á hlaupastyrkur.is getur þú safnað áheitum frá vinum og vandamönnum til stuðnings góðgerðarfélagi að eigin vali eða heitið á aðra.

Láttu gott af þér leiða á hlaupum.

Við kynnum Maraþonmanninn

Fylgstu með Pétri Jóhanni Sigfússyni búa sig undir að hlaupa hálfmaraþon í Reykjavíkurmaraþoni Íslandsbanka.

Vertu vinur:
Facebook.com/marathonmadurinn

REYKJAVÍKUR MARAÞON 30 ÁRA ÍSLANDSBANKA

Íslandsbanki, stoltur stuðningsaðili í 16 ár

Íslandsbanki

Maraþon í þrítugasta skiptið

Reykjavíkurmaraþon fer fram í þrítugasta skiptið 24. ágúst, sama dag og Menningarnótt verður í borginni. Í tilefni afmælisins greiða 12-17 ára lægra gjald í 10 kílómetra hlaupi. Þátttakendum fjölgar ár frá ári. Í fyrsta maraþoninu hlupu 56 en 806 í fyrra.

Gerður Þóra Björnsdóttir, upplýsingafulltrúi Reykjavíkurmaraþons, segir að í tilefni afmælisins sé lógó hlaupsins með afmælisbrag. „Nokkrar nýjungar verða síðan tengdar áheitasöfnuninni okkar sem fram fer á hlaupastyrkur.is. Góðgerðahlauparar geta nú „taggað“ sig saman í hlaupahópa og hafa margir nýtt sér það. Síðan fer svo í loftið á ensku nú á næstu dögum og munu þá erlendir þátttakendur í fyrsta sinn geta hlaupið til góðs fyrir íslensk góðgerðafélög,“ segir Gerður.

„Fyrir utan Reykjavíkurmaraþon Íslandsbanka stöndum við að Laugavegshlaupinu og Miðnæturhlaupi Suzuki. Reykjavíkurmaraþon Íslandsbanka og Miðnæturhlaup Suzuki eru síðan hluti af Powerade-sumarhlaupunum sem við stöndum að í samstarfi við frjálsíþróttadeildirnar innan ÍBR. Powerade sumarhlaupin eru því Víðavangshlaup ÍR, Fjölnishlaupið, Miðnæturhlaup Suzuki, Ármannshlaupið og Reykjavíkurmaraþon Íslandsbanka,“ segir Gerður og bætir við að það sé mikið framboð fyrir hlaupara. „Innan Powerade Sumarhlaupanna fer fram stigakeppni en verðlaun verða veitt sigurvegurum stigakeppninnar í Lækjargötu þegar Reykjavíkurmaraþonið fer fram,“ bætir hún við.

„Heildarfjöldi skráðra einstaklinga í Reykjavíkurmaraþon Íslandsbanka 2013 þann 26. júlí var 6.727. Á sama tíma í fyrra voru skráðir einstaklingar 5.020. Það má þó ekki lesa of mikið í þessa aukningu á milli ára þar sem reynsla síðustu ára segir að fólk er alltaf að skrá sig fyrr og fyrr. Því er ólíklegt að þessi mikla fjölgun skráðra einstaklinga verði raunin á hlaupdag þó svo að við séum búin undir að slá þátttökumetið frá því í fyrra,“ segir Gerður enn fremur.

Maraþonið hefur vaxið mikið frá því það var haldið fyrst. „Fyrsta Reykjavíkurmaraþonið var haldið 1984 en þá voru skráðir 214 þátttakendur í þremur vegalengdum. Árið 2012 voru þeir 13.410 í sex vegalengdum. Elsti skráði þátttakandinn í ár er 87 ára gamall maraþonhlaupari. Yngstu skráðu þátttakendurnir eru skráðir í Latabæjarhlaupið og eru fæddir fyrr á þessu ári. Aldursbilið er því 87 ár á milli elsta og yngsta þátttakanda, enda Reykjavíkurmaraþonið viðburður fyrir alla aldurshópa þar sem allir ættu að geta fundið eitthvað við sitt hæfi. Í dag eru konur 57% skráðra þátttakenda og karlar 43%.“

ÞÁTTTAKENDUR 1984

Maraþon	56
Hálfmaraþon	68
7 km skemmtiskokk	90

VEGALENGD 2012

10 km	5.177
3 km	1.928
Hálfmaraþon	2.004
Latabæjarhlaup	3.379
Maraþon	806
Boðhlaup	116, - 30 sveitir

Gerður Þóra Björnsdóttir er upplýsingafulltrúi Reykjavíkurmaraþons. MYND/GVA

Aukist hefur að útlendingar komi hingað til að hlaupa maraþonið. „Árið 2012 var metþátttaka erlendra keppenda en þeir voru þá 1.685. Nú eru 1.737 erlendir þátttakendur skráðir til leiks og það er því ljóst að metfjöldi erlendra þátttakenda mun hlaupa um götur Reykjavíkur í ár,“ segir Gerður.

Skráningarhátíð fer fram föstudaginn 23. ágúst í Laugardalshöll frá 10-19 en þar er hægt að nýskrá sig og þangað sækja hlauparar gögn fyrir hlaupið auk þess sem þeir geta gætt sér á pasta frá klukkan 16-19.

SPORTÍS

ÚTSALAN ER HAFIN!

FLOTT MERKJAVARA Á GÓÐUM AFSLÆTTI!

ASICS SKÓR 25% - ASICS FATNAÐUR 30% - CASALL 10 - 30%

EASTPAK asics CANADA GOOSE ARCTIC PROGRAM SEAFOLLY casall Thorlos

SPORTÍS

MÖRKIN 6 | 108 REYKJAVÍK | S:520-1000 | SPORTIS.IS

SPORTÍS

ÚTSALAN ER HAFIN!

FLOTT MERKJAVARA Á GÓÐUM AFSLÆTTI!

ASICS SKÓR 25% - ASICS FATNAÐUR 30% - CASALL 10 - 30%

EASTPAK asics CANADA GOOSE ARCTIC PROGRAM SEAFOLLY casall Thorlos

SPORTÍS

MÖRKIN 6 | 108 REYKJAVÍK | S:520-1000 | SPORTIS.IS

Íþróttadrykkurinn Hleðsla og Hleðsluskyr henta mjög vel við undirbúning hlaupa. MYND/ÚR EINKASAFNI

„Bæði Hleðsla og Hleðsluskyr eru jafnframt hlaðin vítamínum og steinefnum," segir Guðný Steinsdóttir, markaðsstjóri MS. MYND/ERNIR

Hleðsla góð eftir hlaup

Við undirbúning fyrir hlaup skiptir mataræði miklu máli. Hleðsla og Hleðsluskyr frá MS eru hollar og góðar vörur sem henta bæði hlaupurum og öðru íþróttafólki mjög vel. Hleðsla fæst í mörgum bragðtegundum og Hleðsluskyr ýmist hreint eða með bláberjabragði.

Mataræði er mikilvægt við undirbúning fyrir hlaup. Máli skiptir að borða góðan morgunverð, hádegisverð og kvöldverð og eiga þessar máltíðir að samanstanda af kolvetnum, fitu og próteinum. Enn fremur er mikilvægt að drekka nóg og passa að millimáltíðir séu hollar frekar en eitthvað sem gefur eingöngu innantóma orku. Einnig er mikilvægt að fá trefjar sem og vítamín og steinefni og þýðingarmikið er að fá kalk. Hleðsla er íþróttadrykkur sem er ríkur af bæði kolvetnum og próteinum og hentar því hlaupurum og öðru íþróttafólki vel. Hleðsla er enn fremur fitusnauð ásamt því að vera kalkrík. Hleðsla hentar sérstaklega vel eftir æfingar en er einnig góð sem millimáltíð.

Margar bragðtegundir í boði

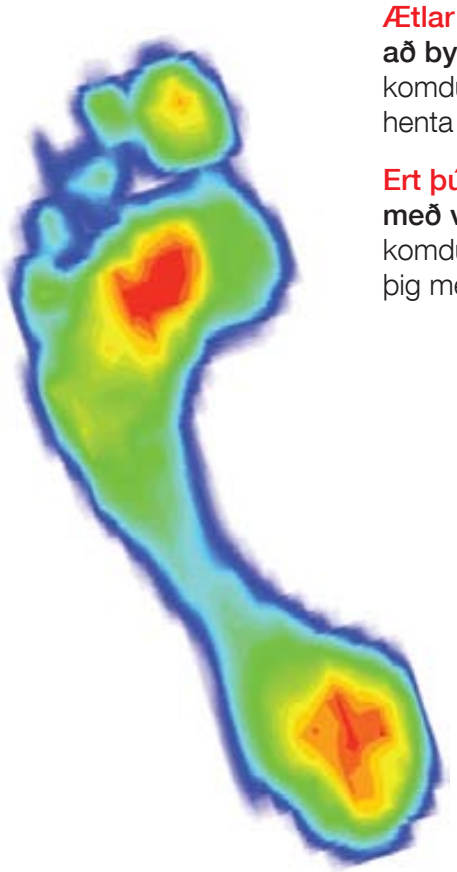
Hleðsla er fáanleg í mörgum bragðtegundum, bæði í dósum og fernum en einnig er á markaði Hleðsluskyr. Hleðsluskyrið er til með bláberjabragði og einnig hreint sem inniheldur heil 26 grömm af próteinum og ber norræna hollustumerkið „Skráargatið" en nokkrar aðrar mjólkurvörur frá MS bera nú þetta hollustumerki. Að sögn Guðnýjar Steinsdóttur, markaðsstjóra MS, komu hugmyndir um þróun vörunnar fram fyrir nokkrum árum. „Neytendur hafa nú þegar úr töluverðu að velja á íslenska markaðnum þegar skyr er annars vegar," segir Guðný. „Við þróun vörunnar var vandað mjög til eigingerðar og áferðar. Hleðsluskyrið hefur enn fremur sérlega milt bragð. Aðgreining á Hleðsluskyri miðað við aðrar skyrtegundir er helst sú að það inniheldur hærra hlutfall af mysupróteinum en annað skyr og áferðin er sérstaklega mjúk. Hlutfall mysupróteina í skyrinu er ríflega 40% en mysuprótein henta einstaklega vel við uppbyggingu vöðva og eru jafnframt talin auðmeltanlegri en önnur prótein."

Hlaðin vítamínum og steinefnum

Hleðsla í fernu með súkkulaðibragði kom á markað í fyrra og hefur fengið mjög góðar viðtökur meðal neytenda. Í Hleðslu í fernu er búið að kljúfa 80% af mjólkursykrinum og hún hentar því mörgum þeim sem hafa laktósaóþol (mjólkursykursóþol). „Bæði Hleðsla og Hleðsluskyr eru jafnframt hlaðin vítamínum og steinefnum, eins og mjólk er reyndar líka. Hleðsla inniheldur einnig kolvetni en kolvetni eru mikilvægasti orkugjafi líkamans og skipta miklu máli við undirbúning fyrir hlaup," segir Guðný að lokum.

www.gongugreining.is

Getum við ekki örugglega gert eitthvað fyrir þig...



Ætlar þú
að byrja að hlaupa eða ganga í sumar...
komdu og við hjálpum þér að velja skó sem henta þínu fótlagi og niðurstigi.

Ert þú
með verki í skrokknum...
komdu í göngugreiningu og við jafnvægisstillum þig með innleggjum og réttum skóbúnaði.

Tímapantanir í síma 55 77 100

ATLAS GÖNGUGREINING

Engjavegur 6 - 104 Reykjavík - Sími 55 77 100

NÆRING SKIPTIR MÁLI

Maraþonhlauparar þurfa að huga vel að mataræði og næringu síðustu dagana fyrir hlaup, einkum þeir sem stefna á góðan tíma að sögn Steinars B. Aðalbjörnssonar næringarfræðings. Hann hvetur alla sem hlaupa svo langa vegalengd að huga vel að þessum þáttum. „Auðvitað skiptir máli hvort hlauparar stefna á að hlaupa heilt maraþon á 2,5 klukkustundum eða yfir 4,5 klukkustundum en hollt og gott mataræði dugar þeim sem fara hægar yfir." Síðustu vikuna fyrir hlaupið eiga hlauparar að borða jafnt og þétt yfir daginn. Ekki skiptir öllum máli hvað er borðað svo framarlega sem það er fjölbreytt og hollt fæði. „Daginn fyrir hlaup skiptir miklu máli að borða ekki of þunga máltíð, þá er pasta heppilegri kostur." Þegar tveir til þrír dagar eru í hlaupið skiptir miklu máli að drekka nóg af vatni og segir Steinar marga drekka kolvetnadrykki sem innihalda sölt. Það minnkar krampamyndum og hjálpar til við eðlilega svitamyndum þegar í hlaupið er komið.

Maraþonhlaupið hefst snemma dags og því er mikilvægt að vakna snemma, borða og koma líkamanum í gang. „Margir flaska á þessu en best er að borða létta máltíð tímanlega, til dæmis 2-3 brauðsneiðar með sultu, osti eða smjöri. Gott er að drekka vatn eða hreinan ávaxtasafa með en sleppa mjólk því prótein og fita geta þvælst lengur fyrir í meltingarveginum heldur en kolvetnarík matvæli. Hér er þó mikilvægt að prófa ekki nýja hluti heldur borða mat sem hlauparinn er vanur."

Að hlaupi loknu skiptir miklu máli að borða eitthvað eins fljótt og hægt er, til dæmis banana eða drekka íþróttadrykk. „Það er sérstaklega mikilvægt fyrir þá sem vilja ná sér fljótt og leggja grunn að næsta hlaupi." Nánari upplýsingar um næringu hlaupara má meðal annars finna á facebook.is/naeringhlaupara.

TRI

HJÓLREIÐAR HLAUP SUND

LOKSINS -

ÚTSALA

15% TIL 60%

AFSLÁTTUR!

ETXEONDO

CRAFT

CUBE FATNAÐUR

HJÓLASKÓR

ZOOT

MIKIÐ ÚRVAL AF ÚTSÖLUVÖRUM

CUBE

WWW.TRI.IS

Tri ehf.
Suðurlandsbraut 32
Sími: 571 8111

Verslunin er opin:
Alla virka daga kl. 09:00-18:00
Laugardaga kl. 10:00-16:00

LYFJA
- Lifið heil

www.lyfja.is

Leiðin að betra formi

Performax Sports línan frá Higher Nature er fyrir þá sem vilja ná árangri og komast í betra form. Komdu í Lyfju og sérfræðingar okkar aðstoða þig við valið.

Performax Sports línan er lykill að árangri:

Glútenlaus
Mjólkurlaus
Án litarefna
Án gervibragðefna
Án gervisætuefna

Í undirbúningi

Daily support: Mikilvæg vítamínblanda fyrir þá sem hreyfa sig. Inniheldur fjölvítamín og steinefni, Omega 3:6:7:9, C–vítamín og sink.

Í þjálfun

Hydrate: Kemur í veg fyrir að líkaminn ofþorni á meðan á æfingu stendur. Duft með sítrónubragði sem tilvalið er að setja í vatnsbrúsann á æfingu.

Í slökun og uppbyggingu

Relax: Slökunarduft sem hjálpar líkamanum við uppbyggingu eftir æfingar. Blandað út í heitt vatn. Tilvalið fyrir þá sem æfa seinnipart dags eða á kvöldin.

Lágmúla
Laugavegi
Smáralind
Smáratorgi
Borgarnesi
Grundarfirði
Stykkishólmi
Búðardal
Patreksfirði
Ísafirði
Blönduósi
Hvammstanga
Skagaströnd
Sauðárkróki
Húsavík
Þórshöfn
Egilsstöðum
Seyðisfirði
Neskaupstað
Eskifirði
Reyðarfirði
Höfn
Laugarási
Selfossi
Grindavík
Keflavík

Laglegar og mjúkar línur einkenna bílinn.

Captiva er í stærri gerðinni af jepplingum.

Ágæt stjórntæki og mælar en efnisnotkun í ódýrari kantinum.

Chevrolet Captiva fæst með þremur sætaröðum.

CHEVROLET CAPTIVA

2,2 L DÍSILVÉL
184 HESTÖFL
Fjórhjóladrif
Eyðsla: 7,9 L/100 km í bl. akstri
Mengun: 203 g/km CO_2
Hröðun: 10,1 sek.
Hámarkshraði: 191 km/klst.
Verð: 6.490.000 kr.
Umboð: Bílabúð Benna

- Mikill staðalbúnaður
- Gott afl
- Verð

- Efnisnotkun í innréttingum
- Akstursgeta

Gott úrval af notuðum bílum

Chervolet Lacetti Station
Skr. 05.2005
Ekinn 112.000 km
Bensín, sjálfskiptur
Verð kr. 850.000

Suzuki Swift GL 4x4
Skr. 06.2011
Ekinn 40.000 km
Bensín, beinsk.
Verð kr. 2.170.000

Toyota Corolla Sol
Skr. 05.2007
Ekinn 110.000 km
Bensín, sjálfskiptur
Verð kr. 1.990.000

Suzuki Grand Vitara Sport
Skr. 06.2009
Ekinn 59.000 km
Diesel, beinsk.
Verð kr. 3.250.000

Suzuki SX4
Skr. 12.2009
Ekinn 52.000 km
Bensín, beinsk
Verð kr. 2.370.000

Suzuki Grand Vitara Premium
Skr. 09.2009
Ekinn 58.000 km
Bensín, beinsk.
Verð kr. 3.370.000

Suzuki Swift GL
Skr 06.2011
Ekinn 41.000 km
Bensín, beinsk
Verð kr. 2.150.000

Ford Escape Limited
Skr. 06.2008
Ekinn 70.000 km
Bensín, sjálfskiptur
Verð kr. 2.690.000

Suzuki Grand Vitara Sport
Skr. 06.2008
Ekinn 100.000 km
Benín, beinsk.
Verð kr. 2.450.000

SUZUKI

Suzuki bílar hf • Skeifan 17 • 108 Reykjavík • Sími 568 5100 • www.suzuki.is

Komdu og skoðaðu úrvalið

BL fær gæðavottun fyrir sölu Nissan LEAF

Nú er afstaðið sextán vikna undirbúningsferli hjá bílumboðinu BL fyrir sölu og þjónustu á rafbílnum Nissan Leaf með ýtarlegri lokaúttekt á aðstöðu og þjálfun starfsfólks. „Nissan gerir miklar kröfur til sölu og þjónustuaðila Nissan Leaf og undirbúningsferlið undanfarnar sextán vikur hefur verið bæði strangt og lærdómsríkt," segir Skúli Skúlason, framkvæmdastjóri hjá BL. „Undirbúningur fyrir sölu bílanna er á margan hátt frábrugðinn því sem við eigum að venjast þegar um hefðbundna bíla er að ræða og því margt nýtt sem við þurftum að tileinka okkur. Sérstök áhersla hefur verið lögð á að undirbúa þjónustudeildir. Við höfum þurft að fjárfesta umtalsvert í tækjabúnaði og aðstöðu til viðgerða á rafbílum og starfsfólk okkar hefur gengið í gengum námskeið og próf fyrir það sem koma skal." Samkvæmt opinberum mælingum keyra bíleigendur í þéttbýli u.þ.b. 44 km á dag. Drægni Nissan Leaf er a.m.k. 140 km á hleðslunni og því ætti þessi nýjung að henta vel þeim sem búa á Stór-Reykjavíkursvæðinu. Með heimahleðslustöð er hægt að hlaða rafgeyma bílsins á innan við fjóum tímum. Þrátt fyrir að formleg kynning á Nissan Leaf verði ekki fyrr en í ágúst var fyrsti Leaf-rafbílinn afhentur áhugasömum kaupanda í sömu viku og úttektinni lauk og leyfið fékkst frá Nissan.

Jaguar vill auka söluna með smábílum.

Jaguar með nýja smábíla aðeins úr áli

Uppi er hugmyndir hjá breska bílasmiðnum Jaguar að bjóða upp á smærri bíla en fyrirtækið hefur áður framleitt og að þeir verði með yfirbyggingu eingöngu úr áli. Um yrði að ræða bíl á stærð við BMW 3 og Mercedes Benz C-Class, jeppling á stærð við Range Rover Evoque og langbak af minni gerðinni. Þessir bílar yrðu líklega smíðaðir í verksmiðjum Land Rover, en Jaguar og Land Rover eru eitt og sama fyrirtækið. Jaguar selur um helmingi færri bíla en Land Rover og hefur Jaguar uppi áætlanir um að nálgast Land Rover í sölu með þessum nýju bílum. Jaguar Land Rover hefur gert risasamning um kaup á áli við einn af stærstu álframleiðendum heims í Sádi-Arabíu. Jaguar Land Rover ætlar að verja 515 milljörðum króna á ári á næstu fjórum árum við þróun nýrra bíla og nýrra verksmiðja. Það eru ekki litlir peningar, svo eðlilegt má teljast að fyrirtækið sé nú að huga að nýjum gerðum fyrir nýja markhópa. Sala Jaguar Land Rover á fyrsta helmingi ársins var 14% meiri en í fyrra og má því segja að gengi fyrirtækisins sé með besta móti, sem alls ekki á við flesta bílaframleiðendur í Evrópu. Verulega góða sala í Kína á mestan þátt í þessari aukningu. Jaguar mun láta uppi áætlanir sínar á bílasýningunni í Frankfurt í september og vonandi mun fyrirtækið sýna þar hugmyndir að þessum þremur nýju bílum.

BMW i3 gengur aðeins fyrir rafmagni.

Þýskar bílasölur mótmæla netsölu BMW á i3

Það er ekki bara Tesla sem situr undir ámæli fyrir áætlanir um að selja bíla sína beint frá verksmiðjum sínum gegnum netið og með því sniðganga hefðbundnar bílasölur. BMW hefur uppi sams konar áform um sinn nýja rafmagnsbíl, BMW i3, og bílasölur sem selja BMW-bíla í Þýskalandi eru ekki sérlega hrifnar af áformum BMW. Til heilmikilla mótmæla þeirra hefur komið og óttast bílasalarnir að þessi hugmynd BMW sé aðeins undanfari þess að öll sala fyrirtækisins muni færast á netið. Forsvarsmaður einnar bílasölunnar hefur gengið svo langt að hóta því að hætta sölu allra BMW-bíla í Þýskalandi ef þessi áform fyrirtækisins ganga eftir.

Taktu Krók á leiðarenda

Krókur hf. er fyrirtæki sem að hefur sérhæft sig í flutningum og björgun ökutækja. Félagið rekur einnig þjónustumiðstöð fyrir tjónaökutæki þar sem veitt er ahliða þjónusta í meðhöndlun tjónabifreiða og annarra bifreiða samkvæmt óskum viðskiptavina.

Krókur býður m.a. uppá:
• Starfsmenn sem eru þjálfaðir og reyndir í bíla- og tækjaflutningum
• 24 stunda þjónustu allt árið um kring
• björgunarþjónustu og aðstoð ef bílar bila eða flytja þarf þá á verkstæði

KRÓKUR
á þinni leið

Suðurhraun 3, 210 Garðabær

smáauglýsingar

FRÉTTABLAÐIÐ

smaar@frettabladid.is / visir.is

512 5000
Afgreiðsla smáauglýsinga og sími er opinn alla virka daga frá **8-17**

Allar smáauglýsingar vikunnar á **visir.is**

BÍLAR & FARARTÆKI

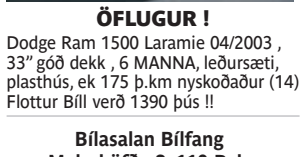
TILBOÐ
Fleetwood destiny sedona. Árgerð 2008, með nýlegu fortjaldi og lítur vel út. Tilboðsverð 1,150,000 Rnr.119426.

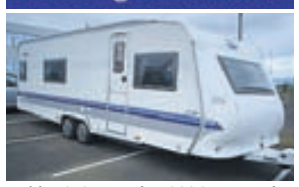
A-liner chalet. Árgerð 1997, Fortjald ýmislegt endurnýjað gott hús. Verð 980.000. Rnr.123724.

Bílasalan Bílás Akranes
Smiðjuvöllum 17, 300 Akranes
Sími: 431 2622
www.bilas

ÖFLUGUR !
Dodge Ram 1500 Laramie 04/2003 , 33" góð dekk , 6 MANNA, leðursæti, plasthús, ek 175 þ.km nyskoðaður (14) Flottur Bíll verð 1390 þús !!

Bílasalan Bílfang
Malarhöfða 2, 110 Rvk.
Sími: 567 2000
www.bilfang.is





Hobby 650 WFU árg. 2006 extra stórt baðherbergi og Isabella fortjald vel með farið hýsi verð 2.900 þús raðn 121699

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

KIA Sorento EX Classic Árgerð 2011, ekinn 50 P.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 5.690.000. Rnr.990371.

MERCEDES BENZ Ml 350 bluetec . Árgerð 2012, ekinn 6 P.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 13.490.000. Rnr.990418.

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

Alpen Kreuzer tjaldvagn, eldhúseining ,árg. 1991 nýar legur og fl, nýskoðaður Verð 290 þús raðn. 121765.

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

MÖGULEIKI Á 100% VISA/ EURO
Honda VTR1000. Árg. ,07, ek. 20 þ.km. Ásett 890þ.Tilboð stgr. 599 þús!!! #123265.

NÚ ER TÍMINN
HONDA CBR 1100 XX BLACKBIRD árg. 2007 ek. 18 Þkm - Alvöru ferðahjól á frábæru verði, skoðar skipti á ódýrari hjóli eða bíl. verð nú 1.590 þús.

FRÁBÆR RAISER
KAWASAKI NINJA ZX-6R árg. 2007 ek. 8 þkm - Glæsilegt eintak af hjóli í toppstandi. 100% lán , tilboðsverð nú 890 þús.

hjól.is
Sími: 577 4565
Erum með yfir 100 tæki á staðnum.....Kíktu í heimsókn!!!
www.hjol.is

Vinnuvéla- Lyftara- og Bifreiðaflutningar á verði fyrir þig.

Vaka
Skútuvogi 8, 104 Reykjavík
Sími: 567 6700
24 tíma þjónusta
http://www.vakahf.is

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

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

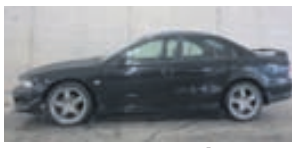
ÞARFTU AÐ KAUPA EÐA SELJA BÍL?
Bilauppbod.is er uppboðsvefur þar sem þú getur keypt eða selt bíl á einfaldan og hagkvæman hátt. Kynntu þér málið. www.bilauppbod.is Sími 522-4610.

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

SJÁLFSKIPTUR
VW POLO árg. 1998 ek. 128 Þkm Sjálfskiptur sparibaukur, 100% vísalán, tilboðsverð nú 199 Þús.

Bíll.is
Sími: 577 3777
www.bill.is

Bílar til sölu



TILBOÐ 690ÞÚS !
Mitsubishi Galant Avance 2,5 v6 24v árg'2001 ek. aðeins 96 þús km. ssk með steptronic, leður, topplúga, xenon, 18" flottar álfelgur, ný skoðaður 14 og lýtur vel út. verð 1150 þús ath skipti á ódýrari eða 690 þús stgr möguleiki á allt að 100% láni s.841 8955

VW Passat ,98 árg. Ek. 210þ. sk. ,14 en þarfnast lagfæringar á bremsum. V. 300þ. S:821 0675.

250-499 þús.

SPARIBAUKUR Á 399 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 399 þús möguleiki á 100% Raðgreiðslum s.841 8955

Bílar óskast

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

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

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

Sendibílar

Allar stærðir sendibíla. Nýja Sendibílastöðin sími 568-5000.

Mótorhjól

Honda CRF 450X til sölu, árg. ,05, lítið notað topp eintak. V. 450 þ. S. 892 5195

Reiðhjól

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

Hjólhýsi

Knaus Südvind 540 thm hjólhýsi árg 95, kojuhús, 5 manna með fortjaldi. Verð kr 1500 þús. S: 698-6021.

WALKER ESPRIT 1005 FORTJALD Á HJÓLHÝSI!
Fortjald fyrir hjólhýsi mjög lítið notað. A mál 1005 passar á hjólhýsi ca. 5,60m. Verð kr. 250þús. kostar nýtt 400þús. Uppl. í síma 893 6994.

TILBOÐ HJÓLHÝSI
Til sölu vel með farið Adria Classica árg. 07. Mjög vel skipulagt, kojur,Alde hitakerfi, markísa, útvarp/CD, sjónvarp/DVD, tveir gaskútar, tveir rafgeymar . Ásett verð 3,3 millj, tilboðsverð 2,7 millj. Uppl. 897 1004.

Fellihýsi

Til sölu Palomino Colt, 9 feta fellihýsi. Árg. 2007. Fortjald, sólarsella, grjótgrind, 2 svefntjöld, Truma miðstöð, vaskur og laus eldavél m/2 gashellum. Gasískápur, rafm. 220 og margt fleira. Reyklaus vagn. Skipti á hjólhýsi koma til greina. Uppl. í s. 898-4611.

Rockwood Freedom 9 feta fellihýsi til sölu. árg ,97 Ásett verð kr. 550.000- Staðgreitt kr. 350.000- Parfnast smá lagfæringa. Uppl. í síma 8966614

Bátar

Bílaþjónusta

Bjóðum rútur í leigu með bílstjóra/ leiðsögumanni eða án bílstjóra á góðu verði. sími 647 4755 landferdir.is landferdir@landferdir.is

Varahlutir

VW - SKODA - VARAHLUTIR

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

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

ÞJÓNUSTA

Pípulagnir

FAGLÆRÐIR PÍPARAR
Tökum að okkur viðhald og nýlagnir, vönduð vinnubrögð mikil reynsla. Pípulagnaþjónusta 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

Garðyrkja

Garðaumsjón: Öll almenn garðyrkja. Halldór garðyrkjum. S. 698 1215

Bókhald

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

Málarar

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

Búslóðaflutningar

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

Húsaviðhald

Nudd

NUDD
Slökunarnudd í miðbæ Reykjarvíkur. Sími 694 7881, Zanna

Trésmíði

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

Önnur þjónusta

Blekhylki.is

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

BEAUTY IN BLACK HOLTSBÚÐ 61 GARÐABÆ
Útsalan á fullu með flott föt á frábæru verði 20-50% afsláttur. www.beautyinblack.is

KEYPT & SELT

Óskast keypt

STAÐGREIÐUM GULL, DEMANTA OG ÚR.
Hringar, hálsmen, armbönd, Rolex, Cartier, Patek Philippe o.fl. Hringdu núna og fáðu tilboð þér að kostnaðarlausu! www.kaupumgull.is
Opið alla daga 11-18, Kringlan - 3. hæð (Hagkaupsmegin)
Upplýsingar í síma 661 7000.

KAUPI GULL !
Ég, Magnús Steinþórsson gullsmíðameistari, kaupi gull, gull peninga og gull skartgripi. Kaupi allt gull, nýlegt, gamalt og illa farið. Leitið til fagmanns og fáið góð ráð.
Uppl. á demantar.is í s. 699 8000 eða í Pósthússtræti 13 (við Austurvöll), Verið velkomin

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.

Verslun

HEILSA

Heilsuvörur

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

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

Nudd

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

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

Pjónusta

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

SKÓLAR & NÁMSKEIÐ

Ökukennsla

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

HEIMILIÐ

Dýrahald

Svartur og röndóttur högni fæst gefins 11 v. gamall. Afar fallegur og vel gefinn kettlingur með skemmtilegan og sjálfstæðan persónuleika. Vill komast á gott heimili og það er kostur ef hann getur verið útiköttur. Kassavanur. s. 8998036

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 TIL LEIGU !
Til leigu 230 fm, 7 herbergja íbúð í parhúsi í Grafarvogi frá 1 september í 1 ár (hugsanlega lengur) Leigist aðeins rólegum og reglusömum aðilum með góð meðmæli.
Allar nánari uppl. veitir Sverrir í s. 661-7000

Til leigu björt og ný standsett, 2ja -3ja herb. íbúð í Grafarvogi. Búðir og strætisvagnar í göngufæri. Leigist eingöngu reyklausu og reglusömu fólki. Verð 100 þús. á mán Uppl. í S.893 9292

250 fm. rými til leigu í Háholti Mosfellsbæ. Rýmið er bæði með gönguhurð og keyrsluhurð. Fleiri uppls. fást í síma 660-4472 hjá Magnúsi eða 660-4481 Ólafía.

Til leigu 3 herb. íbúð í miðbæ 101 Rvk. 140 pr. mán. 2 mán. fyrirfram. Með/án húsgagna. Uppl. 776 3260.

Til leigu 2ja herb. íbúð í Kópavogi á jarðhæð. Sérinngangur. Laus strax. Uppl. í S. 695 1802.

Geymsluhúsnæði

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

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.

ATVINNA

Atvinna í boði

Jói Fel

BAKARI ÓSKAST!
Óskum eftir að ráða hörkuduglegan bakara.
Upplýsingar gefur Jói Fel í s. 897 9493 og einnig á joifel@joifel.is

HANDVERK Í HÁVEGUM HAFT KORNIÐ BAKARI

AFGREIÐSLUFÓLK ÓSKAST!
„ERUM Á 12 STÖÐUM"
á virkum dögum í bakaríin okkar í um 60% starf. Framtíðarstarf.
Umsóknir sendist á netfangið umsokn@kornid.is eða kornid.is

Óska eftir vélaverði og háseta á rækjubát, gerður út frá Suðurnesjum. Uppl. í s. 898 0504.

Íbúðarhótel í miðborg RVK óskar eftir Næturverði í gestamóttöku. Umsóknir sendast á job@apartmentk.is

Atvinna óskast

VANTAR PIG SMIÐI, MÚRARA EÐA JÁRNABINDINGAMENN?
Höfum á skrá menn sem óska eftir mikilli vinnu. Geta hafið störf nú þegar.
Proventus starfsmannaþjónusta
S. 776-7080 Proventus.is

TILKYNNINGAR

Einkamál

Rauða Torgið
Sönn tilbreyting • Heit ævintýri
Stefnumót: 905-2000 • 535-9920
Konur, allt frítt í s. 555-4321
Karlar auglýsa frítt, 535-9922
Heitar kynlífssögur
905-2002 • 535-9930
Símadömur ○ live spjall
908-6000 • 535-9999

Sara Dögg, hin heita símamær, verður með opið frá kl. 20.00 í kvöld í síma 908-6000 og 535-9999. Sjá prófíl SexyIceland.com/Sara.

Daisy símadama vill spjalla við karla flest kvöld frá kl. 21-01 í síma 908-6000 eða 535-9999. Sjáðu prófílinn hennar á SexyIceland.com/Daisy.

Konur sem leita skyndikynna eða rómantískra ævintýra auglýsa og vitja skilaboða frítt hjá símastefnumóti Rauða Torgsins í síma 535-9923. Símastefnumót.is

Barnaheill Save the Children á Íslandi

FERSKAR KJÖTVÖRUR

Starfsmaður í útkeyrslu

Ferskar kjötvörur hf. óska eftir að ráða traustann og duglegann starfsmann í útkeyrslu. Um framtíðarstarf er að ræða.

Umsóknarfrestur er til 7.ágúst.

Umsóknareyðublöð liggja frammi á skrifstofu fyrirtækisins að Síðumúla 34 í Reykjavík.

Nánari upplýsingar veitir Ingibjörn Sigurbergsson í síma 588-7580 frá kl. 10:00 til 14:00 virka daga og á netfangið ingibjorn@ferskar.is

FERSKAR KJÖTVÖRUR

- Aðalfundur Takmarksins -

Líknarfélagið Takmarkið heldur aðalfund sinn miðv. 7. ágúst kl. 2013. Fundurinn verður í húsnæði SÁÁ í Efstaleiti 7 og hefst kl. 20:00.
Fundarefni:
- Venjuleg aðalfundarstörf

Stjórn Takmarksins

FISKISTOFA

Leyfi til veiða á sæbjúgum fiskveiðiárið 2013/2014

Fiskistofa auglýsir eftir umsóknum um leyfi til veiða á sæbjúgum fiskveiðiárið 2013/2014, sbr. reglugerð nr. 1051, 28. desember 2009, um veiðar á sæbjúgum, með síðari breytingum.

Umsóknum skal skilað til Fiskistofu á eyðublaði sem er að finna á heimasíðu stofnunarinnar, og skulu þeim fylgja upplýsingar um veiðar umsækjenda á sæbjúgum þrjú síðustu fiskveiðiár.

Umsóknarfrestur er til 15. ágúst 2013.

Fiskistofa 30. júlí 2013

ALDREI MEIRA FARTÖLVUÚRVAL!

10 bestu ástæður þess að kaupa skólatölvuna í Tölvulistanum!

1. LÆGRA VERÐ
Tölvulistinn er stærsta tölvuverslun landsins með mikinn fjölda viðskiptavina. Vegna vinsælda fartölva fyrir skólann tekst okkur að ná hagstæðari innkaupum með magnkaupum og lækka verðið. Hvort sem þig vantar fartölvu fyrir skólann, heimilið eða vinnuna þá er góður tími núna til að endurnýja.

2. TRAUST MERKI
Við bjóðum einungis upp á fartölvur sem við höfum langa og góða reynslu af. Hjá okkur færðu tölvur frá fjórum af sterkustu fartölvuframleiðendum heims – Toshiba, Asus, Apple og Acer.

3. MIKIÐ ÚRVAL
Í verslunum okkar erum við með yfir 60 gerðir af fartölvum. Eigum allt frá þeim minnstu og einföldustu upp í þær stærstu og öflugustu. Allir geta fundið það sem hentar best.

4. LÁG BILANATÍÐNI
Við veljum framleiðendur sem státa af lágri bilanatíðni. Öll þau vörumerki sem við bjóðum hafa reynst okkar viðskiptavinum vel í fjölda ára. Toshiba og Asus voru með lægstu bilanatíðni allra fartölvuframleiðenda í rannsókn sem var gerð á bilanatíðni 30.000 fartölva hjá Square Trade.

5. TRAUST ÁBYRGÐ
Tölvulistinn hefur rekið öflugt tölvuverkstæði í 19 ár, sem leggur metnað í að veita skjóta og góða þjónustu. Það skiptir miklu máli að versla við trausta aðila með gott þjónustuverkstæði.

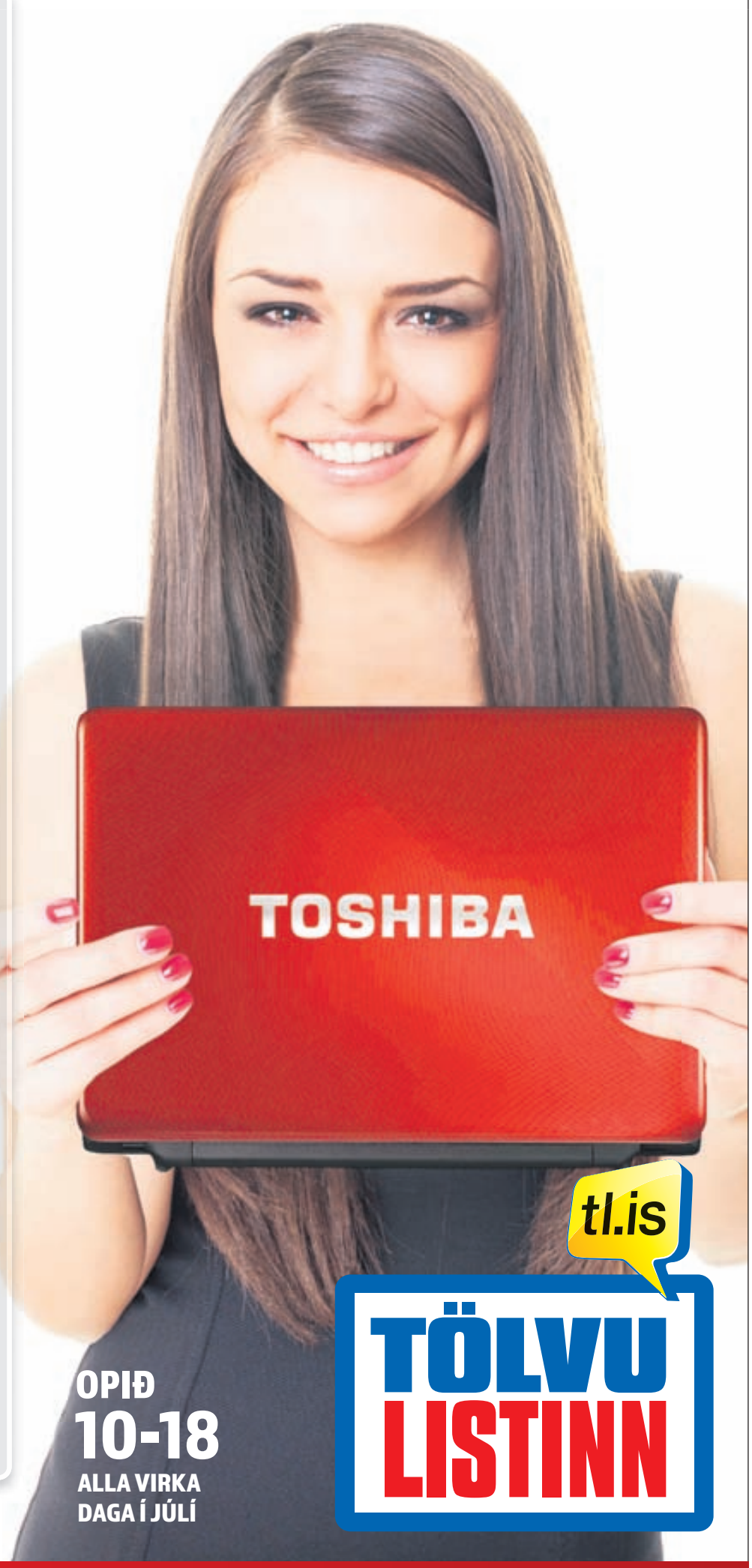
6. TOPPÞJÓNUSTA
Við leggjum mikinn metnað á hverjum degi í að að veita toppþjónustu. Sölumenn okkar eru heiðarlegir og tæknilega fróðir. Með okkar mikla úrval geta þeir hjálpað þér að finna hvaða fartölva hentar þér best miðað við þína notkun og óskir.

7. 0% VEXTIR Í 12 MÁNUÐI
Hvaða fartölvu sem þú velur getur þú greitt með því að skipta niður vaxtalaust í 12 mánuði á greiðslukorti. Eini kostnaðurinn felst í 3,5% lántökugjaldi og lágu færslugjaldi kr. 340 á mánuði.

8. GULLTRYGGING
Með 3 ára gulltryggingu Tölvulistans lengist ábyrgðartíminn í 3 ár auk þess sem fartölvan er að fullu tryggð fyrir þjófnaði eða tjóni án sjálfsábyrgðar öll þrjú árin. Gerist ekki betra.

9. SSD STÆKKANLEGAR
Nær allar fartölvur okkar eru breytanlegar fyrir SSD diska. Í ágúst bjóðum við sérstakt tilboð á uppfærslu í SSD. Með SSD verður fartölvan mun hraðvirkari, hljóðlátari og þolir betur hnjask en með hefðbundnum hörðum diski.

10. TVÖFALDAÐU MINNIÐ FYRIR LÍTIÐ
Flestar okkar fartölvur koma með 4GB vinnsluminni. Fyrir aðeins 6.990 færðu tölvuna þína með 8GB vinnsluminni sem stóreykur vinnsluhraða fartölvunnar.



OPIÐ
10-18
ALLA VIRKA DAGA Í JÚLÍ

tl.is
TÖLVU LISTINN

REYKJAVÍK
SUÐURLANDSBRAUT 26
Sími 414 1700

AKUREYRI
GLERÁRGÖTU 30
Sími 414 1730

EGILSSTAÐIR
KAUPVANGI 6
Sími 414 1735

KEFLAVÍK
HAFNARGÖTU 90
Sími 414 1740

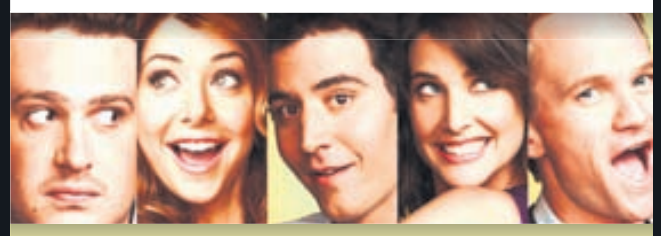
SELFOSS
AUSTURVEGI 34
Sími 414 1745

HAFNARFJÖRÐUR
REYKJAVÍKURVEGI 66
Sími 414 1750

SKEMMTILEGT
ÞRIÐJUDAGSKVÖLD

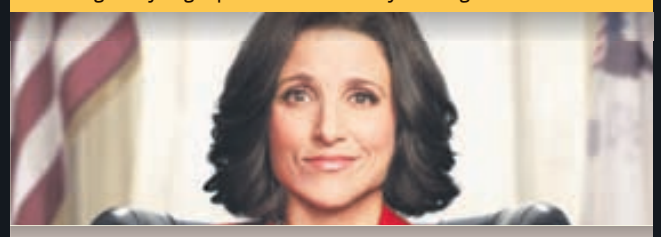
Með áskrift að Stöð 2 fylgja:

Stöð 2 GULL Stöð 2 BÍÓ Stöð 2 krakkar Popp Tíví

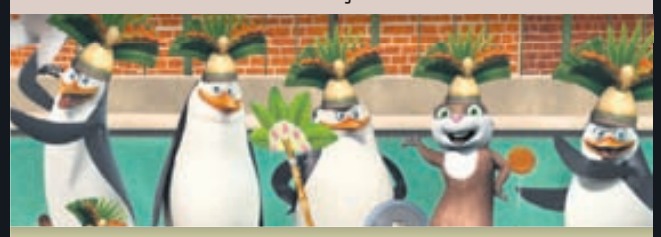


20:45
Stöð 2 HOW I MET YOUR MOTHER
Gamanþáttaröðin um Lily, Robin, Ted, Marshall og Barney og söguna góðu af því hvernig Ted kynntist barnsmóður sinni.

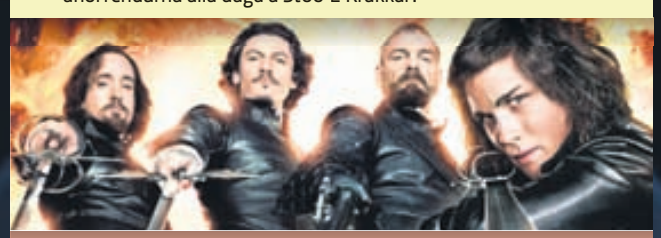
21:10
Stöð 2 ORANGE IS THE NEW BLACK
Dramatísk þáttaröð á léttum nótum um unga konu sem lendir í fangelsi fyrir glæp sem hún framdi fyrir mörgum árum.



21:55
Stöð 2 VEEP
Bráðfyndinn gamanþáttur með Julia Louis-Dreyfus í hlutverki varaforseta Bandaríkjanna.



7:00-20:00
Stöð 2 krakkar BARNAEFNI ALLA DAGA
Vandað talsett barnaefni og skemmtilegir þættir fyrir yngstu áhorfendurna alla daga á Stöð 2 Krakkar.



20:10
Stöð 2 BÍÓ THE THREE MUSKETEERS
Spennandi ævintýramynd um ódauðlegu sögurnar af Skyttunum þremur.

Fáðu þér áskrift
512 5100
stod2.is

Stöð 2 HD

SUDOKU

LÉTT

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

MIÐLUNGS

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

ÞUNG

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

LAUSN SÍÐUSTU SUDOKU

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

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

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

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 Eftir Frode Øverli

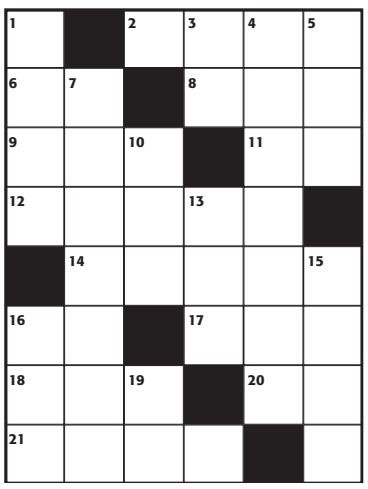
HANDAN VIÐ HORNIÐ Eftir Tony Lopes

BARNALÁN Eftir Jerry Scott & Rick Kirkman

SPAKMÆLI DAGSINS

Ráð er síst að reiða sig upp á marga.

Hallgrímur Pétursson



KROSSGÁTA

LÁRÉTT 2. mælieining, **6.** úr hófi, **8.** tala, **9.** fálm, **11.** skst., **12.** titill, **14.** fótmál, **16.** sjó, **17.** frjó, **18.** strá, **20.** stöðug hreyfing, **21.** bor.

LÓÐRÉTT 1. tónlist, **3.** ónefndur, **4.** freðmýri, **5.** for, **7.** lánsamur, **10.** kvenkyns hundur, **13.** hluti verkfæris, **15.** ala, **16.** sigti, **19.** tvíhljóði.

LAUSN
LÁRÉTT: 2. úns, **6.** of, **8.** nú, **9.** pat, **11.** fr, **12.** prjór, **14.** skref, **16.** sæ, **17.** fræ, **18.** ífa, **20.** ið, **21.** alur.
LÓÐRÉTT: 1. popp, **3.** nn, **4.** sífreri, **5.** aur, **7.** farsæll, **10.** tík, **13.** orf, **15.** fæða, **16.** sía, **19.** au.

SKÁK

Gunnar Björnsson

Héðinn Steingrímsson (2557) og Guðmundur Kjartansson (2444) tóku þátt í alþjóðlegu móti í Andorra. Lawrence Trent (2420) fékk fegurðarverðlaun fyrir skákina gegn Héðni.

Svartur á leik

30...Hxe4!! Ef 31. Dxe4 þá vinnur 31... Hxd2! strax. Héðinn reyndi 32. Df1 en eftir 32...Dxf1+ 33. Hxf1 He2 25. h3 Rh2! var orðið fátt um varnir. Héðinn hlaut 6½ vinning í 9 umferðum en Guðmundur vinningi minna.

www.skak.is Dortmund-mótið í gangi. Adams byrjar vel.

RÝMINGARSALA

FERÐAVÖRUR
GARÐHÚSGÖGN
GARÐLEIKFÖNG

Tjöld 35%
Ferðahúsgögn 30-40%
Garðhúsgögn 30-40%
Svefnpokar, allt að 40%

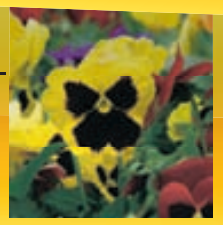
Kælitöskur, allt að 40%
CADAC ferðagrill 30%
Garðleikföng 40%

MEÐAN BIRGÐIR ENDAST!

RÝMINGARSALA

FJÖLÆRAR PLÖNTUR
ALLAR - EITT VERÐ!
799 kr.

SUMARBLÓM
60%
AFSLÁTTUR AF ÖLLUM SUMARBLÓMUM



GARÐSTYTTUR
50%
AFSLÁTTUR! AF ÖLLUM GARÐSTYTTUM!

TRJÁPLÖNTUR
60%
AFSLÁTTUR AF ÖLLUM TRJÁPLÖNTUM

LÆGSTA LÁGA VERÐ HÚSASMIÐJUNNAR

Útsöluafsláttur gildir ekki af vörum merktum Lægsta lága verð Húsasmiðjunnar.

blómaval

HÚSASMIÐJAN
HLUTI AF BYGMA

ALLT FRÁ GRUNNI AÐ GÓÐU HEIMILI
SÍÐAN 1956

SLÓ Í GEGN Sýningin Nýjustu fréttir vakti einróma hrifningu íslenskra gagnrýnenda og var tilnefnd til tvennra Grímuverðlauna.

Nýjustu fréttir á Edinborgarhátíðinni

VaVaVoom leikhópurinn er á leið á leiklistarhátíðina í Edinborg þar sem hann mun sýna Nýjustu fréttir.

Sýning VaVaVoom leikhópsins, Nýjustu fréttir, var valin inn í Summerhall Theatre í Edinborg þar sem hún verður hluti af leiklistarhátíðinni Edinburgh Fringe Festival 2. til 26. ágúst. Þetta er í fyrsta sinn sem hópurinn ferðast út fyrir landsteinana með verkið en það var frumsýnt í Þjóðleikhúsinu síðastliðið haust. Sýningin hlaut mikið lof gagnrýnenda hérlendis og tvær Grímutilnefningar í flokkunum Tónlist ársins og Sproti ársins.

Nýjustu fréttir er án orða og hentar vel til að ferðast með erlendis og vonast aðstandendur sýningarinnar til að Skotlandsförin verði stökkpallur fyrir frekari ferðalög og lengi framhaldslíf verksins.

Edinborgarhátíðin er ein stærsta listahátíð í Evrópu og stendur yfir í þrjár vikur. Þátttaka í hátíðinni getur skipt sköpum fyrir leikhópa sem vilja kynna sig á Bretlandseyjum og víðar í Evrópu, þar sem allir helstu leikhúsgagnrýnendur, framleiðendur og bókarar mæta á hátíðina til að kynna sér framboð nýrra verka. Leikhópar gera samstarfssamning við leikhús í borginni um sýningarrými en fjármagna þátttöku alfarið sjálfir.

VaVaVoom opnaði því svæði á Karolina Fund. Þar er hægt að styrkja hópinn með frjálsum framlögum og fá margvíslegt góðgæti tengt sýningunni sem þakkarvott í staðinn, allt frá handskrifuðum póstkortum frá hópnum í Edinborg til handgerðra pop-up húsa úr sýningunni og tónlistar úr verkinu – en hún hefur ekki verið fáanleg fram til þessa.

- fsb

Ekki tími fyrir vesen

Ingi Hrafn Hilmarsson og Jenný Lára Arnórsdóttir standa fyrir handritasamkeppninni Uppsprettu og setja upp skyndileikhús á menningarnótt í Reykjavík.

Maður er voðalega fljótur að komast að styrkleikum og veikleikum sínum í svona skyndileikhúsi, og þetta er áskorun. Maður þarf oft að stíga út fyrir þægindarammann og hefur ekki langan tíma til að velta hlutunum fyrir sér," segir Jenný Lára Arnórsdóttir, annar skipuleggjandi handritasamkeppninnar Uppsprettu.

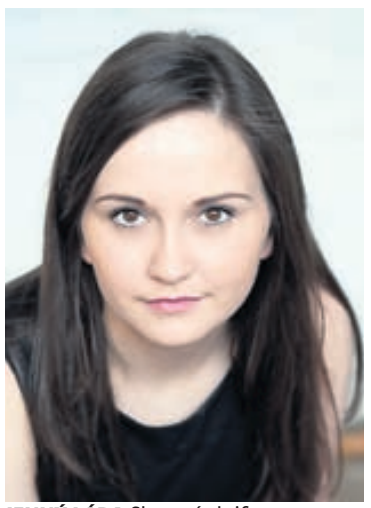
Jenný og Ingi Hrafn Hilmarsson eru að setja upp fyrrnefnt skyndileikhús. Uppspretta leitar nú logandi ljósi að handritum að verkum sem aldrei hafa verið flutt á sviði áður. Þau mega vera mest átta blaðsíður að lengd, eða átta blaðsíðna heilsteypt atriði. Engar aðrar kröfur eru gerðar. Síðan verða valin nokkur handrit og þau sem verða valin, verða sett upp á menningarnótt í Reykjavík þann 24. ágúst næstkomandi, sem skyndileikhús.

„Ég hef tvisvar tekið þátt í svona pop-up leikhúsi áður, en þá sem leikari. Þetta er mjög skemmtilegt og það er ekki tími fyrir neitt vesen," segir Jenný, létt í bragði.

Jenný og Ingi eru einnig að auglýsa eftir leikstjórum.

„Um kvöldið, eða þremur klukkutímum fyrir frumflutning, fá leikstjórarnir svo að byrja að vinna með leikurunum og það er líka í fyrsta sinn sem leikararnir vita hvaða verk þeir eru að fara að vinna og með hverjum. Þremur tímum seinna er svo útkoman sýnd," segir Jenný.

INGI HRAFN Setur upp skyndileikhús.



JENNÝ LÁRA Skorar á skrifara.

Það hefur lengi blundað í Jennýju að setja upp leikhús af þessu tagi.

„Ég og Ingi Hrafn, erum bæði menntuð erlendis og það eru fá tækifæri fyrir fólk eins og okkur hérna á Íslandi," útskýrir Jenný. „Þess vegna þarf maður oft að setja eitthvað upp sjálfur og okkur fannst þetta alveg tilvalið. Þarna er auðvelt að ná fólki saman, þó það sé kannski í annarri vinnu til að framfleyta sér, því þetta er svo stutt ferli. Að sama skapi er hægt að fá mikið út úr svona sýningu," bætir Jenný við.

Þegar hefur verið mynduð nefnd af reyndu leikhúsfólki sem mun lesa handritin og velja svo úr þau þrjú handrit sem þeim þykir best.

> **Ég hef tvisvar tekið þátt í svona pop-up leikhúsi áður, en þá sem leikari. Þetta er mjög skemmtilegt.**

Leikstjórar og leikarar verða að hafa lokið viðurkenndu leiklistarnámi til að taka þátt. Allir sem eru skrifandi eru hvattir til að senda inn handrit, en skilafrestur rennur út þann 5. ágúst næstkomandi.

olof@frettabladid.is

Skólatöskudagar í Pennanum Eymundsson

20% AFSLÁTTUR MEÐ VILDARAFSLÆTTI

IEVA

15 lítra taska, sundpoki, nestisbox og brúsi.
Góður stuðningur við bak.
Verð 19.999 kr

IEVA

15 lítra taska, sundpoki, nestisbox og brúsi.
Góður stuðningur við bak.
Verð 19.999 kr

IEVA

18 lítra taska með sundpoka, nestisboxi og brúsa.
Góður stuðningur við bak.
Verð 19.999 kr

IEVA

18 lítra taska með sundpoka,
nestisboxi og brúsa. Góður stuðningur við bak.
Verð 19.999 kr

PULSE

22 lítra slitsterkur bakpoki með mörgum hólfum. Góður stuðningur við bak.
kr 12.999

PULSE

22 lítra slitsterkur bakpoki með mörgum hólfum.
Góður stuðningur við bak.
kr 12.999

PULSE

22 lítra slitsterkur bakpoki með mörgum hólfum
Verð 11.999 kr

beckmann

30 lítra bakpoki blár
Góður stuðningur við bak.
Verð 16.999 kr

Berlitz

Nýjung frá Herlitz.
Skólataska í 4 gerðum.
Harðar hliðar, mjúkt bak.
Verð 12.999 kr

Berlitz

Nýjung frá Herlitz.
Skólataska í 4 gerðum.
Harðar hliðar, mjúkt bak.
Verð 12.999 kr

HVERNIG Á GÓÐ SKÓLATASKA AÐ VERA?

1. ÞYNGD TÖSKU MEÐ INNIHALDI MÁ EKKI VEGA MEIRA EN 10% AF LÍKAMSÞYNGD BARNSINS.
2. ÖLL BÖND TÖSKUNNAR EIGA AÐ VERA BREIÐ, STILLANLEG OG AUÐVELT AÐ HERÐA OG LOSA.
3. TASKAN Á AÐ FALLA ÞÉTT AÐ HRYGG BARNSINS OG VERA VEL BÓLSTRUÐ AÐ AFTAN.
4. TASKAN MÁ EKKI VERA OF BREIÐ ÞAR SEM ÞAÐ HINDRAR EÐLILEGAR HREYFINGAR BARNSINS.

Á ÞESSUM TÍMA VERÐUR IÐJUÞJÁLFI SEM AÐSTOÐAR VIÐ VAL Á SKÓLATÖSKUM.

Eymundsson – Smáralind
~~26. júlí - Föstudagur kl 13:30-16:30~~

Eymundsson – Hafnarfjörður
~~27. júlí - Laugardagur kl 11:00-13:00~~

Eymundsson – Kringlan norður
~~27. júlí - Laugardagur kl 13:30-16:30~~

Eymundsson – Smáralind
~~28. júlí - Sunnudagur kl 14:00-16:00~~

Eymundsson – Kringlan norður
~~29. júlí - Mánudagur kl 14:00-16:00~~

Eymundsson – Keflavík
30. júlí - Mánudagur kl 16:00-18:00

Penninn – Hallarmúla
5. ágúst - Þriðjudagur kl 16:00-18:00

MIKIÐ ÚRVAL AF SKÓLAVÖRUM Á WWW.EYMUNDSSON.IS/SKOLAVEFUR

Mikið úrval af skólatöskum

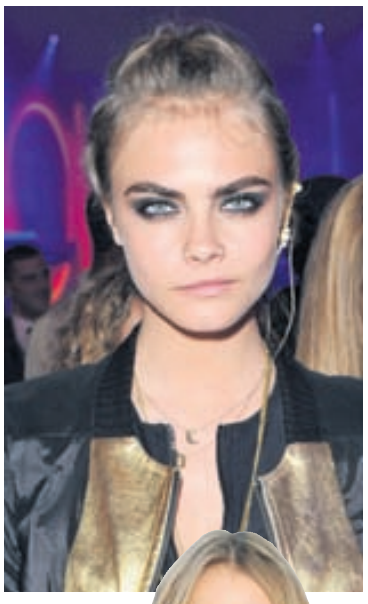
Austurstræti 18
Skólavörðustíg 11
Kringlunni
Álfabakka 14b, Mjódd

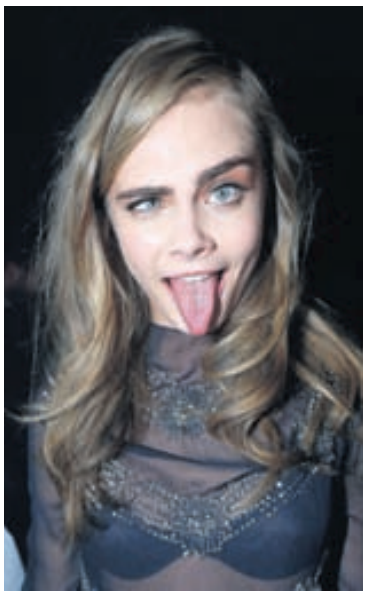
Smáralind
Strandgötu 31, Hafnarfirði
Keflavík - Sólvallagötu 2
Akranesi - Dalbraut 1

Ísafirði - Hafnarstræti 2
Akureyri - Hafnarstræti 91-93
Vestmannaeyjum - Faxastíg 36
PENNINN - Hallarmúla 4

PENNINN Eymundsson

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





GRETTIN Cara gerir mikið að því að gretta sig framan í myndavélarnar þegar ljósmyndarar sitja fyrir henni. NORDICPHOTOS/GETTY

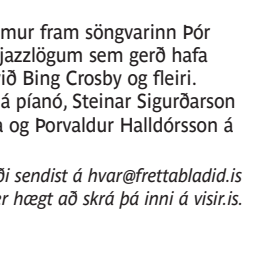
EFNILEG FYRIRSÆTA Cara Delevingne er efnileg fyrirsæta.

Seiðandi augu Delevingne

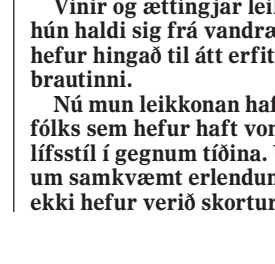
Cara Delevingne er ein vinsælasta fyrirsæta heims í dag.

Breska fyrirsætan Cara Delevingne er ein sú allra heitasta í bransanum í dag. Cara, sem er tvítug og er af breskum aðalsættum, hefur helst vakið athygli fyrir áberandi augnumgjörð sína. Þykkar, dramatískar augabrúnir hennar þykja til mikillar prýði og munu konur um heim allan vera að safna til að líkjast henni.

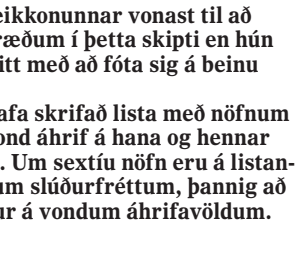
Cara er mikið partídýr og sést iðulega úti á lífinu í félagsskap stjarna á borð við Rihönnu, Ritu Ora og Georgiu Jagger.



HVERSDAGSLEG OG SÆT Á Glastonbury.



SMART Á göngu í New York.



FLOTT Í kokkteilboði í svartri buxnadragt.

HVAÐ? HVENÆR? HVAR?

PRIÐJUDAGUR 30. JÚLÍ 2013

Tónlist

20.30 Hulda Jónsdóttir fiðluleikari frumflytur Vögguvísu fyrir fiðlu verk eftir Viktor Orra Árnason í Listasafni Sigurjóns Ólafssonar. Einnig leikur hún Ciaccona úr Partítu í d moll eftir Johann Sebastian Bach, Tempo di Ciaccona úr sónötu fyrir einleiksfiðlu eftir Béla Bartók, tvær af 24 Kaprísum Niccolò Paganini og Sónötu fyrir einleiksfiðlu óp. 27 nr. 4 - sem kennd er við Fritz Kreisler - eftir Eugène Ysaÿe.

Leiðsögn

19.15 Hreggviður Norðdahl jarðfræðingur mun leiða skemmtilega og fróðlega þriðjudagsgöngu í Viðey og leiða gesti í allan sannleik um jarðfræði og jarðmyndanir í Viðey. Ókeypis er í gönguna en gjaldið í ferjuna er 1100 fyrir fullorðna en 550 fyrir börn 7 til 15 ára.

20.00 Í kvöld kl. 20-22 í Hotel Reykjavik Centrum, Forsetasal, er boðað til fundar með þeim sem hafa áhuga á því að kennsla í heimspeki og siðfræði verði aukin til muna í íslensku skólakerfi. Allt áhugafólk um þessi mál er hvatt til að koma á fundinn til stuðnings þessu málefni. Fundarstjóri verður stjórnarmaður í stjórn Félags heimspekikennara, Sævar Finnbogason.

20.30 Í kvöld á jazzkvöldi KEX Hostel kemur fram söngvarinn Þór Breiðfjörð. Dagskráin byggir á þekktum jazzlögum sem gerð hafa verið fræg í meðförum krúnera á borð við Bing Crosby og fleiri. Hljófæraleikar eru Vigni Þór Stefánsson á píanó, Steinar Sigurðarson á saxófón, Birgir Bragason á kontrabassa og Þorvaldur Halldórsson á trommur. Aðgangur ókeypis.

Upplýsingar um viðburði sendist á hvar@frettabladid.is og einnig er hægt að skrá þá inni á visir.is.

ÚTSKRIFUÐ Lindsay Lohan er útskrifuð úr meðferð og er á leið til Evrópu til að slappa af. NORDICPHOTOS/GETTY

Lohan á bókað flug aðra leið til Evrópu

Leikkonan Lindsay Lohan er útskrifuð úr meðferð og hefur bókað farmiða til Evrópu, aðra leið. Hún mun þó snúa til baka til Bandaríkjanna von bráðar þar sem upptökur á heimildarmyndaröð um líf hennar hefjast í haust.

Vinir og ættingjar leikkonunnar vonast til að hún haldi sig frá vandræðum í þetta skipti en hún hefur hingað til átt erfitt með að fóta sig á beinu brautinni.

Nú mun leikkonan hafa skrifað lista með nöfnum fólks sem hefur haft vond áhrif á hana og hennar lífsstíl í gegnum tíðina. Um sextíu nöfn eru á listanum samkvæmt erlendum slúðurfréttum, þannig að ekki hefur verið skortur á vondum áhrifavöldum.

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"

TOPPURINN Í MYNDGÆÐUM.

HEIMABÍÓ

HT-E5530

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

BLU-RAY SPILARAR

BD-ES6000

SMART · Blu-ray spilari · 3D með Wi-Fi
Tilboðverð: 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 hinn fullkomni ferðafélagi.
Aðeins 1,16 kg og ofurbjartur skjár.
Verð: 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

Hagkvæmur Laser-prentari sem prentar báðum megin.
Frábær á skifstofuna.
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/ÞURRKARAR

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-SELFOSSI SÍMI 480 1160	GEISLI VESTMANNAEYJUM SÍMI 481 3333

Ekki trúuð á eina lausn

BAKÞANKAR
Ólafar Skaftadóttur

Skólakerfi má aldrei vera heilagt. Þess vegna er ég sammála nýja menntamálaráðherranum um að við þurfum að skoða alla skólana okkar ofan í kjölinn. En ég er ekki viss um að niðurstaðan verði sú sem hann virðist gefa sér, að stóra keppikeflið sé hagkvæmnin, sem felst í að útskrifa sem flesta á sem stystum tíma. Krónur og aurar skipta máli en ekki öllu máli.

VIÐ ættum að byrja á því að skilgreina það sem vel gengur. Ég held að það sé engum blöðum um það að fletta að í listum og menningu stöndum við okkur prýðilega. Boðlegar íslenskar hljómsveitir eru að spila austan hafs og vestan, myndlistarfólk er sýnt í virtum sýningarsölum um lönd og álfur, söngvarar fá rullu í fínustu óperuhúsum og leikstjóri leggur Hollywood að fótum sér.

ALLS kyns tölvu- og tæknifólk virðist standa vel að vígi í alþjóðlegri samkeppni. Fjöldi fólks hefur atvinnu af því að svala þörf umheimsins fyrir tölvuleiki og malar gull. Gróskan á því sviði fer vaxandi frekar en hitt. Fólkið sem við þetta vinnur kemur úr öllum áttum, sumt er langskólagengið en annað hefur ekki þrifist í hefðbundum skólum.

SKAPANDI fólk er nefnilega ekki allt steypt í sama mótið. Líklega verður gerjunin á skapandi vinnustað meiri eftir því sem menntunin og reynslan eru fjölbreyttari.

GETUR verið að hæfileg lausung í skólakerfi sé æskileg – gefi skólafólki svigrúm til að rækta sérstaka hæfileika sem námskráin nær ekki utan um? Er hugsanlegt að tíminn sem baunateljarinn kallar slugs sé dýrmæti tíminn, sem dásamlegir viðutan sveimhugar skammta sér ríflega til að móta góðar hugmyndir og vinna úr þeim? Kannski á það ekki síður við á vinnustað.

SVO eru auðvitað hinir, sem ekki eru síður nýtir, sem hentar mikil keyrsla og fara létt með að útskrifast bráðungir eftir stutta skólagöngu sjálfum sér og okkur öllum til hagsbóta. Endilega, höldum hraðbrautum opnum fyrir þau.

ÉG er svolítið hrædd við of mikil keyrsla í skólanum bitni á fjölbreytninni. Með öðrum orðum: ég trúi ekki á eina lausn.

STÖLLUR Í STUÐI Katy Perry og amma hennar, Ann Hudson, eru miklar vinkonur. GETTY/NORDICPHOTOS

Mætti með ömmu sinni

Katy Perry kom með ömmu sinni á frumsýningu Strumpanna 2 á sunnudaginn. Hin 28 ára gamla Perry og hin 92 ára gamla amma hennar, Ann Hudson, voru glæsilegar á dreglinum sem að þessu sinni var blár í anda Strumpanna. Söngkonan klæddist fallegum bláum kjól á frumsýningunni en amman mætti í gráum jakka og stuttermabol sem á stóð „Ég er hrifin af Æðstastrumpi“.

Perry ljær Strympu rödd sína í teiknimyndinni, en með önnur hlutverk fara gamanleikarinn Neil Patrick Harris, Brendan Gleeson, Hank Azaria og leikkonan Jayma Mays. Einnig fara Christina Ricci og spjallþáttastjórnandinn Jimmy Kimmel með hlutverk í teiknimyndinni um litlu, bláu verurnar.

Dáist að Lawrence

Lily Collins vill farsælan feril eins og Lawrence.

Lily Collins, leikkona og dóttir söngvarans Phils Collins, lítur upp til leikkvenna á borð við Jennifer Lawrence og Kristen Stewart. Þetta kemur fram í viðtali sem tímaritið Seventeen tók við leikkonuna.

„Ég dáist að því hvernig Kristen og Jennifer hafa tekist á við frægðina sem fylgir hlutverkunum í Twilight og Hungurleikunum. Ég dáist einnig að því hvernig þær hafa getað skilið sig frá þeim hlutverkum og tekið að sér ný hlutverk. Þetta er það sem ég vil gera: finna jafnvægi á milli stórmynda og smærri mynda,“ sagði leikkonan.

Collins drekkur hvorki né reykir og er stolt af því. „Ég fann ekki gleðina í drykkju. Ég vildi muna eftir öllum góðu stundunum sem ég átti með vinum mínum í stað þess að vakna daginn eftir og hugsa: „Hmm, ég held að ég hafi skemmt mér“.“

EFNILEG Lily Collins dáist að Jennifer Lawrence. NORDICPHOTOS/GETTY

Psy drekkur alltof mikið

Suður-kóreski rapparinn Psy á við áfengisvanda að stríða. Í viðtali við Sunday Times sagðist hann drekka allan liðlangan daginn og langt fram á nótt.

„Ef ég er kátur, þá drekk ég. Ef ég er leiður, þá drekk ég. Ef það rignir, þá drekk ég. Ef sólin skín, þá drekk ég. Ef það er heitt í veðri, þá drekk ég og ef það er kalt, þá drekk ég,“ sagði rapparinn og bætti við að einu skiptin sem hann drykki ekki væri þegar hann væri þjakaður af timburmönnum. „Sem gerist mjög gjarnan,“ sagði hann jafnframt.

SJÚKUR Í ÁFENGI Psy drekkur alla daga. NORDICPHOTOS/GETTY

Flytur frá London til Los Angeles

Gwyneth Paltrow saknar móður sinnar og bróður og flytur sig um set.

Gwyneth Paltrow og eiginmaður hennar, tónlistarmaðurinn Chris Martin, ætla að flytja með börn sín til Los Angeles í lok sumars. Fjölskyldan hefur búið í London frá fæðingu barnanna.

„Gwyneth elskar London en Bandaríkin eru hennar föðurland. Móðir hennar og bróðir búa í Kaliforníu og hún saknar þeirra mikið. Fjölskyldan áætlar að búa í Los Angeles næstu tvö árin en mun snúa aftur til Englands þegar börnin hafa lokið barnaskóla, Gwyneth finnst breska skólakerfið það besta í heimi,“ hafði The Mail eftir heimildarmanni. Paltrow og Martin eiga saman börnin Apple Blythe Alison, sem er fædd árið 2004, og Moses Bruce Anthony, sem fæddist árið 2006.

FLYTUR TIL LA Gwyneth Paltrow og Chris Martin ætla að flytja til Los Angeles. NORDICPHOTOS/GETTY

midi.is
Miðasala og nánari upplýsingar
LAUGARÁS BÍÓ
www.laugarasbio.is
-bara lúxus sími 553 2075
5%
ÞRIÐJUDAGSTILBOÐ
POWERSÝNING KL. 10.10
Í STÆRSTU ORUSTU ÆVINNAR BERST HANN FYRIR SÍNU EIGIN LÍFI
ÞRIÐJUDAGUR ER TILBOÐSDAGUR

LAUGARÁSBÍÓ	Sýningartímar
WOLVERINE	8, 10.10(P) 3D
GROWN UPS 2	6, 8, 10.30
R.I.P.D.	8, 10 3D
SKRÍMSLA HÁSKÓLINN	3.50, 6 2D
SKRÍMSLA HÁSKÓLINN	3.50 3D
THE HEAT	5.30

SAMBÍÓIN
SPARBÍÓ
MERKTAR MEÐ GRÆNU OG APPELSÍNUGULU Í BÍÓAUGLÝSINGUM SAMBÍÓA KR. 1000 Á GRÆNT OG KR. 750 Á APPELSÍNUGULT
FRÁ ÞEIM SÖMU OG FÆRÐU OKKUR NO COUNTRY FOR OLD MEN OG THE BIG LEBOWSKY
GAMBIT FRÁ COEN BRÆÐRUNUM
COLIN FIRTH OG CAMERON DIAZ ERU STÓRKOSTLEG Í ÞESSARI NÝJUSTU GRÍNMYND COEN BRÆÐRA
STÓRKOSTLEG TEIKNIMYND FRÁ SNILLINGUNUM HJÁ DISNEY/PIXAR
SKRÍMSLA HÁSKÓLINN
SÝND MEÐ ÍSLENSKU OG ENSKU TALI Í 2D OG 3D
Í STÆRSTU ORRUSTU ÆVINNAR
BERST HANN FYRIR SÍNU EIGIN LÍFI
PACIFIC RIM
WORLD WAR Z
PRIÐJUDAGSTILBOÐ

SAMBÍÓIN ÁLFABAKKA		
GAMBIT	KL. 6 - 8 - 10:10	7
PACIFIC RIM	KL. 2D: 2 3D: 5:15 - 8 - 10:45	12
PACIFIC RIM VIP 2D	KL. 2 - 5:15 - 8	VIP
MONSTERS UNIVERSITY ÍSLTAL 3D	KL. 1:20 - 3:20	L
MONSTERS UNIVERSITY ÍSLTAL 2D	KL. 1 - 2 - 3:20 - 5:40	L
MONSTERS UNIVERSITY ENSKTAL 2D	KL. 1 - 3:20 - 5:40 - 8 - 10:20	L
WORLD WAR Z 2D	KL. 5:30 - 8 - 10:30	12
WORLD WAR Z VIP	KL. 10:45	VIP
THE LONE RANGER	KL. 8	12
MAN OF STEEL 2D	KL. 10:50	12

SAMBÍÓIN AKUREYRI		
GAMBIT	KL. 8	7
PACIFIC RIM 3D	KL. 8	12
MONSTERS UNIVERSITY ÍSLTAL 3D	KL. 5:40	L
MONSTERS UNIVERSITY ENSKTAL 2D	KL. 5:40	L
WORLD WAR Z 3D	KL. 10:45	12
THE LONE RANGER	KL. 10	12

SAMBÍÓIN EGILSHÖLL		
THE WOLVERINE 3D	KL. 3 - 5:20 - 8 - 10:40	12
PACIFIC RIM	KL. 2D: 5:15 3D: 8 - 10:45	12
MONSTERS UNIVERSITY ÍSLTAL 3D	KL. 3 - 5:40	L
MONSTERS UNIVERSITY ÍSLTAL 2D	KL. 2:30	L
MONSTERS UNIVERSITY ENSKTAL 2D	KL. 8	L
WORLD WAR Z 2D	KL. 8 - 10:30	12
THE LONE RANGER	KL. 5 - 10:20	12

SAMBÍÓIN KRINGLUNNI NÚMERUÐ SÆTI		
GAMBIT	KL. 6:20 - 8:20 - 10:20	7
PACIFIC RIM 2D	KL. 8 - 10:45	12
MONSTERS UNIVERSITY ÍSLTAL 3D	KL. 3:20 - 4 - 5:40	L
MONSTERS UNIVERSITY ÍSLTAL 2D	KL. 3:20	L
MONSTERS UNIVERSITY ENSKTAL 3D	KL. 5:40 ÓTEXTUÐ	L
WORLD WAR Z 2D	KL. 10	12
THE BIG WEDDING	KL. 8	L

SAMBÍÓIN KEFLAVÍK		
THE WOLVERINE 3D	KL. 8 - 10:40	12
GAMBIT	KL. 5:50 - 8	7
PACIFIC RIM 2D	KL. 10	12
MONSTERS UNIVERSITY ÍSLTAL 3D	KL. 5:40	L

PRIÐJUDAGS TILBOÐ Í DAG
GILDIR EKKI Á ÍSLENSKAR MYNDIR

BÍÓ PARADÍS Heimili kvikmyndanna
EUROPA CINEMAS
DAGSKRÁIN ER Á WWW.BIOPARADIS.IS OG MIDI.IS

LAGERSALA - RÝMUM FYRIR NÝJUM VÖRUM - LAGERHREINSUN

LAGER SALA

NORTH ROCK

- ÚLPUR - 3JA LAGA BUXUR - JAKKAR - FLÍSPEYSUR & BUXUR -
- HLAUPABUXUR & BOLIR - ÍÞRÓTTABUXUR & PEYSUR

ALLT AÐ
70%
AFSLÁTTUR

UNISEX - ÚLPA
9000 KR

DÖMU/HERRA
LÉTTUR JAKKI
5000 KR

HLAUPABUXUR
4000 KR

HLAUPABOLUR
3000 KR

OPNUNARTÍMI

30.7 Þriðjudagur kl. 16-20
31.7 Miðvikudagur kl. 16-20
1.8 Fimmtudagur kl. 16-20

- MIKIÐ ÚRVAL AF NORTH ROCK ÚTIVISTAR- OG ÍÞRÓTTAFATNAÐI Á HERRA DÖMUR OG BÖRN -

Komdu við og gerðu góð kaup!

Víkurhvarf 2 - Kópavogur
-sama hús og Fjölsmiðjan

Þurfum að stöðva Shaneku og Vesnu

FÓTBOLTI „Það er mikilvægt fyrir okkur að ná í stig. Það væri slæmt að tapa leiknum því þá myndum við hleypa ÍBV inn í mótið," segir Þorlákur Árnason, þjálfari kvennaliðs Stjörnunnar.

Toppliðið úr Garðabæ sækir ÍBV heim í 10. umferð Pepsi-deildar kvenna.

„Við þurfum að stöðva Shaneku Gordon og Vesnu (Smiljkovic). Öll lið hugsa það. Ef við stoppum þeirra sterku sóknarmenn eigum við alltaf möguleika," segir Þorlákur, sem endurheimtir Hörpu Þorsteinsdóttur, markahæsta leikmann deildarinnar, úr leikbanni.

„Það vita allir að við höfum gríðarlegt magn af góðum varnarmönnum og miðjumönnum en ekki marga fram á við," segir Þorlákur.

Eyjakonur sakna Bryndísar Jóhannesdóttur, markahæsta leikmanns síns í efstu deild frá upphafi, en Bryndís tekur út leikbann.

Leikurinn hefst klukkan 18 og er í beinni á Stöð 2 Sport og Vísi. - ktd

Við höfum afgreitt allt tal um peninga

FÓTBOLTI Íslandsmeistarar FH mæta Austria Vín í kvöld í fyrri leik liðanna í 3. umferð forkeppni Meistaradeildar Evrópu, en leikurinn fer fram í Vín.

„Það er búið að ræða mikið um fjárhagslega hlið þessara leikja og afgreiða það mál innan hópsins," segir Heimir Guðjónsson, þjálfari FH, í samtali við Fréttablaðið í gær.

„Menn einbeita sér bara að fótboltanum og engu öðru, en svona hlutir geta auðvitað truflað einbeitingu leikmanna og við urðum að bregðast við."

FH tryggir sér rúmlega 500 milljónir íslenskra króna ef liðið slær Austria Vín út úr Meistaradeildinni.

„Hér eru allar aðstæður til fyrirmyndar. Völlurinn er frábær sem og hótelið sem við erum á en hitinn er reyndar töluvert mikill og verður vonandi minni þegar leikurinn fer fram. Við ætlum að liggja til baka og beita skyndisóknum. Þetta er gríðarlega sterkt lið og við þurfum að eiga tvo óaðfinnanlega leiki til að eiga möguleika."

Austria Vín tapaði 5-1 fyrir Salzburg í austurrísku deildinni um helgina.

„Þeir hafa eflaust hvílt nokkra leikmenn um helgina." - sáp

EVRÓPUÆVINTÝRI FH leikur fyrri leikinn við Austria Vín í kvöld. MYND/STEFÁN

Ég reyndi að sannfæra hann

Aron Jóhannsson tók þá ákvörðun í gær að gefa kost á sér í bandaríska landsliðið í knattspyrnu og í leiðinni útilokar hann að leika nokkurn tímann með íslenska landsliðinu. Landsliðsþjálfarinn ósáttur við ákvörðuna.

FÓTBOLTI Knattspyrnumaðurinn Aron Jóhannsson, leikmaður AZ, tilkynnti í gær að hann ætlaði sér að leika með bandaríska landsliðinu í framtíðinni en ekki með hinu íslenska. Leikmaðurinn fæddist í Bandaríkjunum og bjó fyrstu þrjú ár ævi sinnar þar. Aron hefur leikið fyrir U-21 landslið Íslands en aldrei tekið þátt í A-landsliðsverkefni og því er hann gjaldgengur í bandaríska landsliðið.

„Þetta eru vissulega mikil vonbrigði," segir Lars Lagerbäck, landsliðsþjálfari Íslands, í samtali við Fréttablaðið í gær.

„Ég ræddi við hann fyrir nokkrum dögum og þá hafði hann ekki tekið endanlega ákvörðun. Undanfarna mánuði hef ég oft talað við Aron um framtíð hans hjá íslenska landsliðinu og ákvörðun hans kom mér nokkuð á óvart. Þetta voru bæði mikil vonbrigði fyrir mig persónulega og einnig fyrir landsliðið í heild sinni."

Aron sendi frá sér tilkynningu í gær þar sem hann meðal annars þakkaði landsliðsþjálfara Íslands fyrir stuðninginn.

„Ég hef ákveðið að gefa kost á mér í landslið Bandaríkjanna í knattspyrnu. Val mitt hefur staðið á milli þess að spila með íslenska landsliðinu eða því bandaríska þar sem ég er með tvöfalt ríkisfang. Ákvörðunin var ekki auðveld eða tekin í flýti enda stóð valið á milli tveggja góðra landsliða," skrifaði Aron í yfirlýsingu sinni.

Að sögn Lars Lagerbäck var ein aðalástæða Arons fyrir valinu sú að hann ætti betri möguleika á því að komast í bandaríska landsliðið en hið íslenska.

„Ég reyndi að fá hann til að skipta um skoðun en núna liggur þetta fyrir og því verð ég að sjálfsögðu að virða hans ákvörðun."

Aron hefur lengi vel verið talinn einn efnilegasti knattspyrnumaður okkar Íslendinga en leikmaðurinn er uppalinn hjá Fjölni í Grafarvoginum.

„Það er leiðinlegt að missa svona ungan og efnilegan leikmann til annarrar þjóðar, en þetta er staðan í alþjóðasamfélaginu í dag og lítið sem ég get gert í því núna."

Lars hefur aftur á móti ekki miklar áhyggjur af framherjastöðunni hjá íslenska landsliðinu en hlutirnir geta alltaf breyst fljótlega.

„Kolbeinn [Sigþórsson] og Alfreð [Finnbogason] hafa reynst liðinu vel og framtíðin er björt. Aftur á móti geta menn alltaf meiðst eða einhverjir utanaðkomandi þættir haft áhrif og þá er gott að hafa breiðan hóp. Það er því mikill missir í leikmanni eins og Aroni."

„Ég tel að samkeppnin sé alveg eins hörð í bandaríska landsliðinu og hún er í því íslenska og því þarf Aron að halda vel á spöðunum."

Bandaríska landsliðið mætir Bosníu í vináttuleik 14. ágúst og það er spurning hvort Jürgen Klinsmann, landsliðsþjálfari Bandaríkjanna, velji íslenska framherjann í hópinn, hann er í það minnsta löglegur með liðinu. Klinsmann hefur verið í sambandi við Aron undanfarna mánuði og telst líklegt að hann taki þátt í leiknum gegn Bosníu í ágúst.

stefanp@fréttabladid.is

MIKILL MISSIR íslenska landsliðið í knattspyrnu mun ekki geta notfært sér hæfileika Arons Jóhannssonar, en leikmaðurinn hefur valið að leika fyrir bandaríska landsliðið.

FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON

6-4

Vodavone-völl. Áhorf: óuppg.
Guðmundur Ársæll (4)

Mörkin: 1-0 Kristinn Freyr Sigurðsson (15.), 1-1 Ármann Smári Björnsson (17.), 1-2 Garðar Gunnlaugsson (22.), 2-2 Arnar Sveinn Geirsson (24.), 2-3 Jóhannes Karl Guðjónsson (32.), 3-3 Daniel Craig Racchi (43.), 4-3 Kristinn Freyr Sigurðsson (45.), 5-3 Kristinn Freyr Sigurðsson (75.), 5-4 Garðar Gunnlaugsson (89.), 6-4 Daniel Craig Racchi (92.).

Valur (4-3-3): Fjalar Þorgeirsson 2 - Jónas Þór Næs 7, Magnús Már Lúðvíksson 4, Stefán Ragnar Guðlaugsson 3, Bjarni Ólafur Eiríksson 4 - Haukur Páll Sigurðsson 6, Iain James Williamson - (´13 Andri Fannar Stefánsson 6), Daniel Craig Racchi 8 - Arnar Sveinn Geirsson 7 (´85 Matthías Guðmundsson -), Kristinn Freyr Sigurðsson 8* (´88 Sigurður Egill Lárusson -), Indriði Áki Þorláksson 6.

ÍA (4-4-2): Páll Gísli Jónsson 2, Andri Geir Alexandersson 3, Thomas Sörensen 2, Kári Ársælsson 1, Joakim Wrele 3 - Andri Adolphsson 5, Jóhannes Karl Guðjónsson 6, Arnar Már Guðjónsson 5, Hafþór Ægir Vilhjálmsson 6 (´46 Einar Logi Einarsson 4) - Garðar Bergmann Gunnlaugsson 7, Ármann Smári Björnsson 6.

Skot (á mark): 16-8 (8-6) **Horn**: 2-8

Varin skot: Fjalar 2 - Páll 2

Selja sig dýrt gegn FH-ingum

FÓTBOLTI „Ég ber mikla virðingu fyrir FH og leikmenn mínir vita það. Auðvitað eru meiri gæði í okkar liði en í fótbolta er það oft hungrið sem skilur að. Við verðum að vera tilbúnir að selja okkur dýrt," sagði Nenad Bjelica, þjálfari Austria Vín, á blaðamannafundi í gær.

Fyrri leiks liðanna í 3. umferð forkeppni Meistaradeildar Evrópu í Vín er beðið með mikilli eftirvæntingu enda mikið í húfi. Sigurvegarinn í einvíginu tryggir sér sæti í umspili um sæti í riðlakeppni Meistaradeildar auk þess sem öruggt sæti í riðlakeppni Evrópudeildar væri tryggt.

Um 5.500 miðar höfðu verið seldir á leikinn síðdegis í gær en um tíu þúsund miðar eru í boði. Dómari leiksins er skoskur og heitir Bobby Madden. Flautað verður til leiks klukkan 16 að íslenskum tíma. Leikurinn verður í beinni textalýsingu á Vísi. - ktd

AUDI Q5 QUATTRO

Árgerð 2009, 211 hestafla bensínvél, sjálfskiptur, fjórhjóladrifinn, ekinn 84 þús. km.

Aksturstölva, Xenon aðalljós, leðuráklæði, loftkæling, álfelgur, hiti í sætum, hraðastillir, þjófavörn, dráttarbeisli o.fl.

Verð 6.290.000 kr.

Tilboðsverð 5.890.000 kr.

Afborgun 52.900 kr.*

*M.v. 3.500.000 innborgun eða uppítökubíl að sambærilegu verðmæti og bílasamning ERGO í 60 mánuði. 9,7% óverðtryggðir vextir. Árleg hlutfallstala kostnaðar 12,2%.

ergo

ASKJA NOTAÐIR BÍLAR Kletthálsi 2 · 110 Reykjavík · Sími 590 2160 · www.notadir.is Opið virka daga kl. 10-18

ASKJA

380
LEIKIR Í BEINNI ÚTSENDINGU!
SKY SPORT
116 LEIKIR
BARA Á ÍSLANDI
ALLIR LEIKIR Í BEINNI ÚTSENDINGU
SPORT 2 HD 11. ÁGÚST
ENSKI BOLTINN
Nú fer leiktíðin að hefjast - og þá getur allt gerst . Eru skórnir númeri of stórir fyrir David Moyes? Mun Jose Mourinho ná sömu hæðum með Chelsea og fyrr? Hvað gerir Manuel Pellegrini nýr stjóri Man. City? Tekst Liverpool að koma sér aftur í toppbaráttu? En strákarnir okkar? Verður þetta árið hans Gylfa hjá Tottenham? Mun Aron Einar slá í gegn með Cardiff? Munu Arsenal-menn hlaða púðri í fallbyssuna og ná að krækja í titilinn? Hvað gerir Rooney? Hver mun sanna sig, hver mun koma á óvart og hverjir munu falla? Allt stendur opið - allt getur gerst.
Fylgstu með á Stöð 2 Sport 2 í leiftrandi háskerpu.
OZ
Horfðu á leikina hvar sem er og hvenær sem er með OZ appinu
Fáðu þér áskrift | 512 5100 | stod2.is
ICELANDAIR
1011
Coca-Cola
SPORT 2 HD

DAGSKRÁ

Stöð 2 kl. 21.30
Lærkevej

Það er komið að lokaþættinum í fyrstu þáttaröð af Lærkevej á Stöð 2. Vatnið er eitthvað gruggugt í götunni og íbúarnir reyna að finna ástæðuna. Allar vísbendingar leiða íbúana í garðinn hjá Sune, Katrine og Mathilde þar sem lík er grafið í garðinum.

Í KVÖLD

The Big Bang Theory
STÖÐ 2 KL. 20.00 Stórskemmtilegir gamanþættir 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

Nurse Jackie
SKJÁR 1 22.00 Margverðlaunuð bandarísk þáttaröð um hjúkrunarfræðinginn og pilluætuna Jackie. Lífið er ekki alltaf dans á rósum og allt virðist stefna í heljarinnar forræðisdeilu milli hjónakornanna.

TV.COM 7,5 IMDb 7,2

Castle
RÚV KL. 21.15 Bandarísk þáttaröð. Höfundur sakamálasagna er fenginn til að hjálpa lögreglunni þegar morðingi hermir eftir atburðum í bókum hans.

TV.COM 9,0 IMDb 8,2

Rás 2 kl. 18.00
Spegillinn

Í þættinum eru allar helstu fréttir dagsins, fréttaskýringar og viðtöl. Spegillinn leitast við að vera gagnrýninn fréttaskýringarþáttur sem finnur aðra fleti á málum.

Ritstjóri Spegilsins er Arnar Páll Hauksson og aðrir umsjónarmenn Gunnar Gunnarsson, Jón Guðni Kristjánsson og Kári Gylfason.

VILD
er snilld

ENN MEIRA FYRIR ÁSKRIFENDUR

Byrjaðu strax að spara. Skráðu kortin ykkar núna á **www.stod2.is/vild**

Skemmtigarðurinn Í GRAFARVOGI

50% AFSLÁTTUR

50% afsláttur af ævintýra-minigolfi í Skemmtigarðinum í Grafarvogi. Þú borgar aðeins 600 kr. í stað 1.200 kr. fyrir 36 minigolf-brautir.

GAP

50% AFSLÁTTUR

50% afsláttur af Mongoose Switchback Expert 2013 hjóli. Aðeins 44.950 kr. í stað 89.900 kr. Eða 20% afsláttur af öðrum alvöru Mongoose hjólum.

FÍTON / SÍA

STÖÐ 2

07.00 Barnatími Stöðvar 2
08.05 Malcolm in the Middle *(12:22)*
08.30 Ellen *(10:170)*
09.15 Bold and the Beautiful
09.35 Doctors *(123:175)*
10.15 Wonder Years *(15:23)*
10.40 The Glades *(2:13)*
11.25 The Middle *(2:24)*
11.50 Gilmore Girls *(20:22)*
12.35 Nágrannar
13.00 So You Think You Can Dance *(2:15)*
14.30 Sjáðu
15.00 Evrópski draumurinn *(1:6)*
15.35 Victorious
16.00 Svampur Sveinsson
16.25 Ellen *(11:170)*
17.10 Bold and the Beautiful
17.32 Nágrannar
17.57 Simpson-fjölskyldan *(4:22)*
18.30 Fréttir Stöðvar 2
18.47 Íþróttir
18.54 Ísland í dag
19.06 Veður
19.15 The Big Bang Theory *(1:24)*
19.35 Modern Family
20.00 The Big Bang Theory *(9:24)*
20.25 Mike & Molly *(19:23)*
20.45 How I Met Your Mother *(4:24)*
21.10 Orange Is the New Black *(2:13)* Dramatísk þáttaröð á léttum nótum um unga konu sem lendir í fangelsi fyrir glæp sem hún framdi fyrir mörgum árum.
21.55 Veep *(2:10)* Önnur þáttaröðin ef þessum bráðfyndnu gamanþáttum sem byggja á bresku verðlaunaþáttunum The Thick of It og gamanmyndinni In the Loop.
22.25 The Daily Show: Global Editon *(24:41)*
22.50 2 Broke Girls *(8:24)*
23.10 New Girl *(19:25)*
23.35 Dallas
00.20 Lærkevej *(9:10)*
01.05 Miami Medical *(5:13)*
01.50 The Closer *(5:21)*
02.35 The Glades *(2:13)*
03.20 Orange Is the New Black *(2:13)*
04.05 The Middle *(2:24)*
04.30 Mike & Molly *(19:23)*
04.50 How I Met Your Mother *(2:24)*
05.15 The Big Bang Theory *(9:24)*
05.40 Fréttir og Ísland í dag

Popptíví

19.00 Friends *(8:24)*
19.25 Two and a Half Men *(1:24)*
19.45 The Simpsons *(14:22)*
20.10 The O.C. 2 *(3:24)*
20.55 The Cleveland Show *(15:22)*
21.20 The Vampire Diaries *(19:22)*
22.05 The Vampire Diaries *(20:22)*
22.50 The O.C. 2 *(3:24)*
23.35 The Cleveland Show *(15:22)*
00.00 The Vampire Diaries *(21:22)*
00.45 The Vampire Diaries *(22:22)*
01.30 Tónlistarmyndbönd frá Popptíví

INN

20.00 Hrafnaþing **21.00** Panorama **21.30** Móti

SPORT *besta sætið*

07.00 Pepsi mörkin 2013
08.15 Pepsi mörkin 2013
14.50 Valur - ÍA
16.40 Pepsi mörkin 2013
17.55 ÍBV - Stjarnan
20.10 Tom Watson á heimaslóðum
20.55 Meistaradeild Evrópu: Chelsea - Nordsjælland
22.40 ÍBV - Stjarnan
00.20 Pepsi mörkin 2013

SPORT 2 *enski boltinn*

07.00 Kitchee FC - Man. Utd
17.30 Premier League World
18.00 Kitchee FC - Man. Utd
19.40 1001 Goals
20.35 Everton - Man. City
22.20 Arsenal - Man. Utd
00.05 PL Classic Matches: Arsenal - Man United, 1998

krakkar

11.40 Lalli **11.45** Refurinn Pablo **11.50** Litlu Tommi og Jenni **12.15** Svampur Sveinsson **12.35** Dóra könnuður **13.00** Mörgæsirnar frá Madagaskar **13.25** Strumparnir **13.45** Waybuloo **14.30** Áfram Diego, áfram! **14.30** Fjörugi teiknimyndatíminn **14.55** Histeria! **15.15** Doddi litli og Eyrnastór **15.25** Ofuröndin **15.50** Lalli **16.00** Refurinn Pablo **16.05** Litlu Tommi og Jenni **16.30** Svampur Sveinsson **16.50** Dóra könnuður **17.15** Mörgæsirnar frá Madagaskar **17.40** Strumparnir **18.00** Waybuloo **18.40** Áfram Diego, áfram! **19.05** Histeria! **19.05** Fjörugi teiknimyndatíminn **19.25** Doddi litli og Eyrnastór **19.35** Ofuröndin

GULL

20.00 Í návist kvenna
20.30 Fiskur án reiðhjóls *(10:10)*
21.00 Cold Feet *(6:6)*
21.55 Footballer's Wives *(3:9)*
22.45 Í návist kvenna
23.15 Fiskur án reiðhjóls *(10:10)*
23.45 Cold Feet *(6:6)*
00.35 Footballer's Wives *(3:9)*
01.25 Tónlistarmyndbönd frá Popptíví

BÍÓ

11.20 An Affair to Remember
13.15 Babe: Pig in the City
14.50 The Three Musketeers
16.40 An Affair To Remember
18.35 Babe: Pig in the City
20.10 The Three Musketeers
22.00 Loftkastallinn sem hrundi
00.25 Water for Elephants
02.25 The River Wild
04.15 Loftkastallinn

RÚV

16.30 Ástareldur
17.20 Teitur *(7:26)*
17.30 Sæfarar *(49:52)*
17.41 Bombubyrgið *(5:26)*
18.09 Teiknum dýrin *(22:52)*
18.15 Táknmálsfréttir
18.25 Magnus og Petski *(12:12)*
19.00 Fréttir
19.30 Veðurfréttir
19.35 List og landbúnaður Páttur um Handverkshátíðina á Hrafnagili á 20 ára afmæli hennar sumarið 2012.
20.05 Með okkar augum *(5:6)*
20.40 Golfið *(7:13)* Golfþættir fyrir alla fjölskylduna, þá sem spila golf sér til ánægju og yndisauka og líka þá sem æfa íþróttina af kappi.
21.15 Castle *(17:24) (Castle)*
22.00 Tíufréttir
22.15 Veðurfréttir
22.20 Hringiða *(6:12) (Engrenage III)* Franskur sakamálamyndaflokkur. Lögreglukona, saksóknari og dómari sem koma að rannsókn sakamáls hafa hvert sína sýn á réttlætið.
23.20 Spilaborg *(13:13) (House of Cards)*
00.10 Fréttir
00.20 Dagskrárlok

SKJÁREINN

06.00 Pepsi MAX tónlist
07.10 America's Funniest Home Videos *(11:44)*
07.35 Everybody Loves Raymond *(17:25)*
08.00 Cheers *(3:25)*
08.25 Dr. Phil
09.10 Pepsi MAX tónlist
16.40 Men at Work *(2:10)*
17.05 Family Guy *(14:22)*
17.30 Dr. Phil
18.15 Parenthood *(17:18)*
19.05 America's Funniest Home Videos *(13:44)*
19.30 Everybody Loves Raymond *(18:25)*
19.55 Cheers *(4:25)*
20.20 Britain's Next Top Model *(8:13)*
21.10 The Mob Doctor *(12:13)*
22.00 Nurse Jackie *(6:10)* Margverðlaunuð bandarísk þáttaröð um hjúkrunarfræðinginn og pilluætuna Jackie.
22.30 House of Lies *(6:12)* Marty Khan og félagar snúa aftur í þessum vinsælu þáttum sem hinir raunverulegu hákarlar viðskiptalífsins.
23.00 Hawaii Five-O *(23:24)*
23.50 NYC 22 *(8:13)*
00.40 Excused
01.05 The Mob Doctor *(12:13)*
01.55 Nurse Jackie *(6:10)*
02.25 House of Lies *(6:12)*
02.55 Pepsi MAX tónlist

SKJÁRGOLF

06.00 ESPN America **09.35** RBC Canadian Open **2013** *(1:4)* **11.35** Golfing World **12.25** RBC Canadian Open **2013** *(2:4)* **15.25** LPGA Highlights *(10:20)* **16.45** Ryder Cup Official Film **2010** **18.00** Golfing World **18.50** PGA Tour - Highlights *(26:45)* **19.45** Ryder Cup Official Film **2008** **21.00** The Open Championship Official Film **1993** **22.00** Golfing World **22.50** Open Championship Official Film **1999** **23.45** ESPN America

ÚTVARP

FM 88,5 XA-Radíó
FM 90,1 Rás 2
FM 90,9 Gullbylgjan
FM 93,5 Rás 1
FM 95,7 FM957
FM 96,3 FM Suðurland
FM 96,7 Létt Bylgjan
FM 97,7 X-ið
FM 98,9 Bylgjan
FM 99,4 Útvarp Saga
FM 100,5 Kaninn
FM 102,2 Útv. Latibær
FM 102,9 Lindin
FM 105,5 Útvarp Boðun

NÓATÚN
Við gerum meira fyrir þig
Aðeins íslenskt kjöt í kjötborði
Ungnauta-hamborgari, 200 g
329 kr./stk.
375 kr./stk.
Lambafille kryddað að eigin vali
3958 kr./kg
4398 kr./kg
Grill sumar!
ÍM kjúklingabringur
2199 kr./kg
2469 kr./kg
15% afsláttur
Ferskir í fiski
Beinhreinsuð laxaflök
2299 kr./kg
2598 kr./kg
Aðeins íslenskt kjöt í kjötborði
Lambalæri
1399 kr./kg
1698 kr./kg
VERSLUNARMANNAHELGAR TILBOÐ!
15% afsláttur
Heilkorna flatkökur, 4 stk.
149 kr./pk.
178 kr./pk.
20% afsláttur
Iceberg/Jöklasalat
299 kr./kg
379 kr./kg
Grillbakki með krydduðum kartöflubátum
399 kr./bakki
469 kr./bakki
15% afsláttur
15% afsláttur
Ferskjur, 1 kg
479 kr./kg
579 kr./kg
20% afsláttur
Pepsi/Pepsi Max, 2 lítrar
198 kr./stk.
259 kr./stk.
Mjólka sýrður rjómi 10%
179 kr./stk.
196 kr./stk.
Húsavíkur léttjógúrt með trefjum, 500 ml
179 kr./stk.
196 kr./stk.
Bakað á staðnum
20% afsláttur
Ostaslaufa
179 kr./stk.
229 kr./stk.
Opið til miðnættis alla daga 8-24
NÓATÚN
Hamraborg – Nóatún 17 – Hringbraut – Austurver – Grafarholt
Öll verð eru birt með fyrirvara um prentvillur og/eða myndabrengl.
EXPO • www.expo.is

DRYKKURINN

„Ég drekk mest af vatni, en engiferölið frá Himnesku er líka í uppáhaldi.“

Katla Ásgeirsdóttir plötusnúður.

Gestrisinn bóndi á Erpsstöðum í Dölum

Helga Guðmundsdóttir er bóndi á Erpsstöðum í Dölum og rekur þar kúabú ásamt eiginmanni sínum.

Þegar blaðamann bar að garði á Erpsstöðum var einkar líflegt um að litast, en fyrir utan var rúta full af ferðamönnum sem fóru klyfjaðir vörum frá býlinu. „Ég held að það hafi komið hérna um það bil fimmtán þúsund manns í fyrra, yfir sumartímann, þannig að þetta er hellings traffík,“ segir Helga Guðmundsdóttir bóndi. „Meira að segja kýrnar eru orðnar vanar heimsóknunum því á veturna tökum við líka á móti skólafólki.“ Ábúendur á Erpsstöðum eru hjónin Þorgrímur Einar Guðbjartsson, frá Kvennahóli á Fellsströnd í Dalasýslu og Helga Elínborg Guðmundsdóttir, frá Kvennabrekku í Miðdölum í Dalasýslu. Þau eiga fimm börn, sem öll taka virkan þátt í búskapnum. „Við erum hér með 60 mjólkurkýr í lausagöngufjósi, en svo erum við líka með hænur, kindur, hesta, kanínur, naggrísi og svín, svo eitthvað sé nefnt,“ segir Helga.

Á Erpsstöðum er einnig rekið rjómabú þar sem þau hjónin framleiða lífrænt ræktaðan ís, osta og skyrkonfekt, sem var þróað og hannað í samvinnu við námskeið á vegum Listaháskóla Íslands og hefur vakið mikla lukku.

„Grapevine gaf okkur og skyrkonfektinu verðlaun í fyrra fyrir vöru ársins, og varan var svo kynnt á HönnunarMars í fyrra,“ segir Helga og bætir við: „Þetta gengur ágætlega hjá okkur.“

olof@frettabladid.is

SVEITASÆLA Helga Guðmundsdóttir bóndi ásamt dóttur sinni Hólmfríði Tönju og svínunum sem eru nýjustu meðlimir fjölskyldunnar á Erpsstöðum. MYND/ÓLÖF

Segir Denzel ekkert lamb að leika sér við

Baltasar Kormákur var viðstaddur frumsýningu nýjustu myndar sinnar, 2 Guns, í New York í gær. Leikstjórinn bauð allri fjölskyldunni með sér á rauða dregilinn.

„Það er mikil spenna í gangi og ég er alveg haugstressaður,“ segir leikstjórinn Baltasar Kormákur, sem staddur er í New York við frumsýningu nýjustu kvikmyndar sinnar 2 Guns. Myndin skartar stórleikurunum Denzel Washington og Mark Wahlberg í aðalhlutverkum, en Wahlberg fór einnig með hlutverk í Contraband sem Baltasar leikstýrði í fyrra. Blaðamaður náði tali af leikstjóranum fyrir frumsýninguna í gær en þá hafði hann lokið við fjöldann allan af viðtölum ásamt aðalleikurum myndarinnar.

„Þetta er búið að vera algjört maraþon í dag. Pressan verður auðvitað alltaf meiri og meiri með þessum stóru verkefnum og það er búið að veggfóðra borgina með plakötum og öðru.“ Spurður að því hvernig það sé að vinna með reynsluboltum eins og Denzel Washington og Mark Wahlberg segir Baltasar það hafa verið skemmtilegt en krefjandi. „Denzel er ekkert lamb að leika sér við en á móti kemur að hann er alveg frábær leikari. Mark þekki ég orðið vel og við erum orðnir góðir vinir svo það er aðeins auðveldara og þægilegra, bara eins og þegar ég vinn með íslenskum vinum mínum.“ Frumsýningin fór fram í New York þar sem aðalleikararnir eru báðir í verkefnum á austurströndinni. Baltasar bauð allri fjölskyldunni með sér út og var tilhlökkunin mikil. „Hér erum við öll, það þarf rútur til að flytja okkur á milli. Ég ákvað að taka alla krakkana með en þetta er fyrsta stóra frumsýningin erlendis sem þau fá að upplifa og þau eru rosalega spennt.“ Baltasar hefur í nógu að snúast en fram undan eru tökur á næstu stórmynd, Everest, og hefst undirbúningur fyrir hana í ágúst. Margir þekktir leikarar hafa verið orðaðir við myndina, nú síðast þeir Josh Brolin, Jake Gyllenhaal, John Hawkes og Jason Clark. Samningaviðræður við leikarana eru í gangi um þessar mundir. „Það er ekki búið að staðfesta þetta alveg en þetta er á síðustu metrunum. Tökurnar eiga svo að hefjast í lok október en þetta er að sjálfsögðu allt af háð breytingum. Þetta lítur hins vegar mjög vel út,“ sagði leikstjórinn að lokum.

kristjana@frettabladid.is

Mark þekki ég orðið vel og við erum orðnir góðir vinir svo það er aðeins auðveldara og þægilegra, bara eins og þegar ég vinn með íslenskum vinum mínum.

SPENNTUR EN STRESSAÐUR Baltasar Kormákur frumsýndi stórmyndina 2 Guns í gærkvöld en myndin skartar þeim Denzel Washington og Mark Wahlberg í aðalhlutverkum. GETTY/NORDICPHOTOS

Sund er dásamleg líkamsrækt, hvort sem þú vilt ná þér í holla hreyfingu, slökun og vellíðan í þægilegu umhverfi eða bara busla og skemmta þér!
Sundlaug Kópavogs og **Sundlaugin Versölum** bjóða frábæra aðstöðu, vatnsrennibrautir og heita potta.
Komdu í sund!

Opið:
virka daga: 06.30–22.00
um helgar: 08.00–20.00

Sundlaug Kópavogs
Borgarholtsbraut 17–19
Sími 570 0470

Sundlaugin Versölum
Versölum 3
Sími 570 0480

Sundlaugar Kópavogs
kopavogur.is

Minnast kóngsins á dánardaginn

Aðdáendaklúbbur Elvis Presley stendur fyrir samkomu til heiðurs kónginum.

„Elvis lifir, ég trúi því. Þess vegna segi ég að uppákoman verði dagsinn sem hann fór en ekki á dánardegi hans,“ segir Jósef Ólason, formaður aðdáendaklúbbs Elvis Presley sem stendur fyrir minningarsamkomu honum til heiðurs þann 16. ágúst næstkomandi.

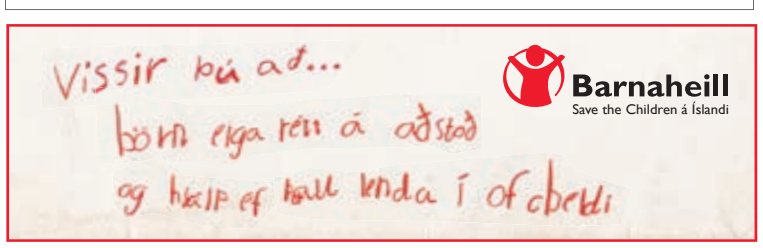
Að sögn Jósefs eru um 2.000 manns skráðir á Facebook-síðu aðdáendaklúbbsins en heildarfjöldi meðlima er allt að fjögur þúsund manns. „Það er mikill fjöldi skráður í klúbbinn enda allir velkomnir. Eina krafan er að hafa áhuga á Elvis og kunna að meta hann og tónlistina hans.“

Samkoman verður haldin í Hvíta riddaranum í Mosfellsbæ og hvetur Jósef alla Elvis-aðdáendur landsins til að mæta. „Við viljum sjá sem flesta og það væri gaman ef fólk mætti í búningi eða með greiðslu í hans anda eða eitthvað slíkt. Það er þó engin sérstök krafa um klæðnað, fólk mætir bara eins og það vill. Það er númer eitt, tvö og þrjú að koma saman og minnast kóngsins.“

Sjálfur mun Jósef stíga á svið í fullum Elvis-skrúða og taka nokkur lög en einnig verða sýnd myndbönd af skjávarpa af tónleikum kóngsins. „Það verður líka opinn hljóðnemi fyrir þá sem hafa áhuga á að vera með atriði en kynnir kvöldsins, Magnús Korntop, er einnig mikill Elvis-aðdáandi og mun halda uppi góðri stemningu.“

- hó

KÓNGURINN Jósef „Elvis“ Ólason er formaður aðdáendaklúbbs Elvis Presley á íslandi. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN



ÞRIÐJUDAGS TILBOÐ

DOMINO'S 1000 KR.

Miðstærð af pizzu með 3 áleggstegundum að eigin vali. Ef þú sækir.
Gildir fyrir klassíska, ítalska og laufléttan botn.

VIÐ NOTUM EINGÖNGU 100% ÍSLENSKAN OST!

KJÖTVEISLA: Skinka, pepperoni og nautahakk

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

FÍTON / SÍA

FRÉTTABLAÐIÐ

VIÐ SEGJUM FRÉTTIR • SMÁAUGLÝSINGASÍMINN OG SKIPTIBORÐ: 512 5000 VÍSIR

RITSTJÓRN 512 5313, Fax: 512 5301, ritstjorn@frettabladid.is **AUGLÝSINGADEILD** auglysingar@frettabladid.is **PRENTUN** Ísafoldarprentsmiðja

9 771670 387005

Póst dreifing

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

FRÉTTIR VIÐSKIPTI ÍÞRÓTTIR LÍFIÐ UMRÆÐAN

vísir Meiri Vísir.

FRÉTTIR AF FÓLKI

Frumsamið lag í brúðkaupi

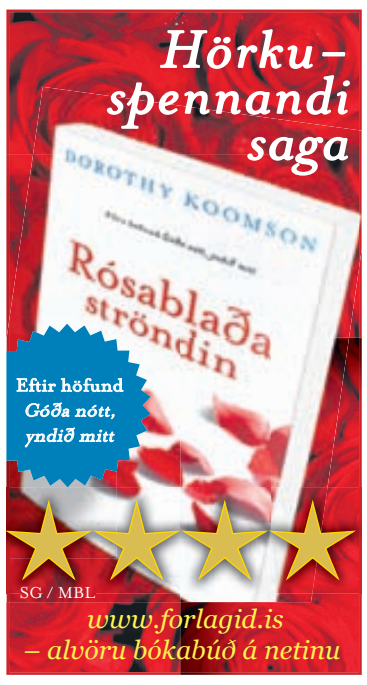
Söngkonan **Svala Björgvinsdóttir** og Einar Egilsson gengu í það heilaga í Landakotskirkju á laugardaginn var. Brúðkaupið var mikil veisla bæði fyrir eyru og augu og söng Stefán Hilmarsson við kirkjuathöfnina sjálfa. Hann kom einnig fram í veislunni, þá ásamt karlakórnum Þresti. Einnig stigu á stokk Stuðmaðurinn Jakob Frímann og Magnús Kjartansson og loks samdi faðir brúðgumans, Egill Eðvarðsson, lag upp úr uppáhaldskvikmynd Svölu, The Notebook, og flutti það ásamt Björgvini Halldórssyni, föður Svölu, við mikinn fögnuð brúðhjóna og gesta. - sm

Með Emmsjé Gauta

Unnsteinn **Manuel Stefánsson**, söngvari Retro Stefson, og Emmsjé Gauti eru að taka upp nýtt lag. Unnsteinn er nýkominn heim úr túr með hljómsveitinni sinni og hyggst spila á Harlem 2. ágúst á móti hljómsveitinni Sigur Rós. Unnsteinn mun syngja inn á nýja plötu Emmsjé Gauta. - ósk

Mest lesið VÍSIR

1. Með mannætuflugu í maganum
2. Strákasaga
3. Rosalega hefur hún grennst
4. Stóra-Seli úthlutað að íbúum forspurðum
5. Aron valdi bandaríska landsliðið
6. Lestarstjórinn með böggum hildar



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

GÓÐUR SVEFN ER HEILSUBÓT

Gerðu gæða- og verðsamanburð

Frábært kynningarverð á MEMORY HEALTH CARE þrýstijöfnunar-heilsudýnum

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

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

RECOGNIZED FOR EXCELLENCE WOMEN CERTIFIED

Reverie®

Vönduð stillanleg heilsurúm með okkar bestu IQ-CARE heilsudýnu Fyrsta sending seldist strax upp! Kíktu á 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 krafmiklir mótorar
- Lyftigeta 2x611 kg. hvor botn
- Hliðar- og endastopparar svo dýnur færist ekki í sundur.
- Val um dökkan eða ljósan lit í bólstrun

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
Millistíf dýna Stíf dýna

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.

IQ-CARE
Ein besta heilsudýna í heimi

Svæðisskipt þrýstijöfnunardýna sem veitir fullkominn stuðning.
Einnig úrval af heilsukoddum

*3.5% lántökugjald

Baldursnesi 6 - Akureyri

Listhúsið - Reykjavík

12 mán. vaxtalausar greiðslur*

Svefn & heilsa
★★★★★
Fimm stjörnu verslun

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

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