



SKOÐUN Hættum þessu „vistvæna“ rugli, skrifar Jóhannes Gunnarsson, formaður Neytendasamtakanna. **15**



LÍFIÐ Íris Grímsdóttir skoraði á kærasta sinn á Facebook að hætta munn-tóbaksneyslu. **30**



SPORT Aron Elís Práanderson heldur sig á jörðinni þrátt fyrir að vera hláðinn lofi af sparspekjum. **26**

HAUSTIÐ í ALICANTE FRÁ 14.990 kr.



wow

FRÉTTABLAÐIÐ

Miðvikudagur

16. júlí 2014
165. tölublað 14. árgangur
Sími: 512 5000

MEST LESNA DAGBLAÐ Á ÍSLANDI*

FRÉTTIR



Mikil áhrif á líf fárra

Í Úganda vinnur Próunarsamvinnustofnun með fiskveiðisamfélögum. **12**

Blönduós missir atkvæði sitt

Veiðifélag Blöndu og Svartár hefur svipt Blönduós bæ atkvæðisrétti. **2**

Hiti og magn kemur á óvart

Verktakar í Vaðlaheiðargöngum gætu lent á köldum vatnsæðum með viðlíka rennsli og nú tefur gangagerðina. **4**

Sameining í pípunum

Dalamenn vilja sameinast Strandabyggð og Reykhólahreppi. Mjótt er á munum í Reykhólahreppi og vilji Strandamanna ekki ljós. **10**

Fíklar hljóti aukin réttindi

Nýrri nefnd á vegum heilbrigðisráðherra er ætlað að móta tillögur til að vernda réttindi vímuefnaneytenda í stað þess að refsa þeim. Ráðherra vonast til að með þessu megi draga úr skaðlegum afleiðingum vímuefnaneyslu.

HEILBRIGÐISMÁL Kristján Þór Júlíusson heilbrigðisráðherra hefur skipað nefnd sem hefur það hlutverk að móta stefnu til að draga úr skaðlegum afleiðingum og hlíðarverkunum vímuefnaneyslu. Nefndin mun byggja á þingsályktun sem Birgitta Jónsdóttir, þingmaður Pírata, flutti á Alþingi. Stefnan sem mótuð verður á að verða til að aðstoða og vernda neytendur efnanna og félagsleg réttindi þeirra, aðstandendur þeirra og samfélagið í heild.

Borgar Þór Einarsson héraðsdómslögmaður er formaður nefndarinnar en auk hans skipaði ráðherra þau Helga Hrafn Gunnarsson,

þingmann Pírata, og Bryndísi Björk Ásgeirsdóttur, dósent í sálfræði við Háskólann í Reykjavík. Auk þeirra eiga landlæknir, stjórn SÁÁ, ríkislögreglustjóri, framkvæmdastjóri geðsviðs Landspítalans, Rauði kross Íslands og velferðarsvið Reykjavíkurborgar einn fulltrúa hver.

„Ég ber ákveðnar væntingar til þess að þetta starf skili stjórnvöldum tillögum varðandi þennan málaflökk sem geta gefið okkur vonir um betri árangur í að draga úr skaðlegum afleiðingum vímuefnaneyslu,“ segir Kristján Þór í samtali við Fréttablaðið. Hópurinn mun skila ráðherra tillögum snemma á næsta ári.



Helgi Hrafn Gunnarsson þingmaður pírata

Þú réttir ekki manni hjálparhönd með annari hendi og hótar að berja hann með hinni.

Helgi Hrafn Gunnarsson, þingmaður Pírata, á sæti í nefndinni. Hann segir að markmiðið sé að móta fíkniefnastefnu þar sem höfuðáhersla verði lögð á réttindi fólks frekar en að refsa því. Hann

segir að fíkniefnaneytendur njóti ekki þeirra réttinda sem aðrir telji sjálfsgöð. „Ef ætlunin er að tryggja réttindi fólks sem neytir vímuefna, hvort sem það eru fíklar eða ekki, þá getum við ekki á sama tíma verið að hóta þeim. Þú réttir ekki manni hjálparhönd með annari hendi og hótar að berja hann með hinni. En það er það sem við erum að gera í dag,“ segir Helgi Hrafn. Þetta þurfi að laga. Hann segir að starfshópurinn muni hafa það að markmiði að kanna hvernig fyrirkomulagið sé í öðrum löndum. „Ég vænti þess að það komi bara eitthvað gagnlegt og gott út úr þessu,“ segir Helgi Hrafn.



Bolungarvík	10°	SV	4
Akureyri	14°	SV	4
Egilsstaðir	17°	SV	4
Kirkjubæjarkl.	15°	SV	4
Reykjavík	12°	SV	2

BEST EYSTR Suðvestan 3-8 m/s og skjáð og stöku skúrir en bjart með köflum A-lands. Hiti 10-19 stig, hlýjast NA-til. **4**

2 SÉRBLÖÐ

Útilegan og sumarhátíðir | Fólk



GÖTUSALAR Á GRÆNNI GRÆN Borgarráð samþykkti á dögunum áframhaldandi leyfi fyrir götusölu í Austurstræti og á Lækjartorgi. Áður hafði leyfinu verið hnekk og sölubásur beint á afmarkað svæði við Bernhöftstorfu, Ingólfstorg og á bílastæði við Reykjavíkurbærinn, í óþökk götusalaranna. Götusalar hafa sett svip sinn á miðbæinn síðastliðin sumur og hafa nú fengið tíma-bundið leyfi til áramóta þar til stefna Reykjavíkurborgar í þeirra málum verður endurskoðuð. **FRÉTTABLAÐIÐ/DANIEL**



GLEÐI OG GAMAN Eina skilyrðið fyrir þátttöku í hlaupinu er að klæðast hvítu frá toppi til tár. **GETTY/NORDIC PHOTOS**

Litahlaupið til landsins: Íslendingar hlaupa í litum

FÓLK Íslendingum gefst færi á að taka þátt í litríkasta hlaupi heims næsta sumar þegar Lita-hlaupið (e. *The Color Run*) verður hlaupið í Reykjavík. Um heldur óhefðbundið hlaup er að ræða en þátttakendur hlaupa, skokka eða ganga fimm kílómetra og fara í gegnum svokallaðar litastöðvar við lok hvers kílómetra. „Þessi viðburður er mjög skemmtilegur og óvenjulegur en hann var settur á laggirnar til að vekja athygli á heilsu og hamingju einstaklingsins,“ segir Davíð Lúther Sigurðsson, sem stendur fyrir hlaupinu. - ka / síða 30

Talsmaður sendiráðs Bandaríkjanna segir að bandarískt kjöt sé örugg vara: Bera á móti orðum Sigmundar

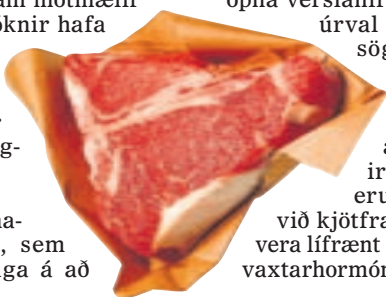
VIÐSKIPTI Talsmaður sendiráðs Bandaríkjanna á Íslandi, er ósamála fullyrðingum Sigmundar Davíðs Gunnlaugssonar forsætisráðherra á miðstjórnarfundi Framsóknarflokksins á föstudaginn.

Sigmundur sagði á miðstjórnarfundinum að 99 prósent þess kjöts sem framleitt er í verksmiðjubúum í Bandaríkjunum væri sterakjöt og því væri óheimilt að flytja það til Evrópusambandsins.

Paul Cunningham mótmælir þessu. „Rannsóknir hafa sýnt, oftar en einu sinni, að bandarískt kjöt og unnar vörur eru öruggar,“ segir hann.

Bandaríska matvöruverslanakeðjan Costco, sem hefur lýst áhuga á að

opna verslanir hér á landi, selur úrval af kjöti sem er að sögn Costco vottað af landbúnaðar-ráðuneytinu þar í landi. Í lýsingu á kjötinu eru gripirnir sem ræktaðir eru og síðan slátrað við kjötframleiðsluna sagðir vera lífrænt ræktaðir og ekki fá vaxtarhormón. - jhh / sjá síðu 6



FLJÓTTLEGT OG ÞÆGILEGT **1011**

20% Þakklætisafsláttur

AF SLÖKUN ÚT JÚLÍ

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

Vantar þig sól í kroppinn!

Frábært við flensu

Spreyjað undir tungu

Gott bragð

DUX

www.gengurvel.is

SPURNING DAGSINS



Jónatan, eru eldiskvíarnar farnar að laxera?

„Relax, þetta verður ekkert vandamál.“

Jónatan Þórðarson er eldisstjóri hjá Fjarðalaxi. Fiskur sem að öllum líkindum slapp úr eldiskvíum Fjarðalax í Patreksfirði síðasta vetur veiðist nú í Ósárosi í botni fjarðarins.

Fjögur hundruð virðisaukaskattsnúmerum hefur verið lokað á þessu ári: Ríkisskattstjóri herðir aðgerðir

SKATTAMÁL Embætti ríkisskattstjóra herðir aðgerðir sínar vegna hugsanlegra undanskota virðisaukaskattskyldra aðila, en það sem af er ári hefur fjögur hundruð virðisaukaskattsnúmerum verið lokað.

Forstöðumaður eftirlitssviðs ríkisskattstjóra segir þetta stærstu og umfangsmestu aðgerð sem embættið hefur farið í.

Þetta er gert á grundvelli nýfenginna lagaheimilda embættis ríkisskattstjóra. Samkvæmt þeim er ríkisskattstjóra heimilt að láta

stöðva atvinnurekstur launagreiðanda sem ekki hefur sinnt skyldum sínum um skil á staðgreiðslu.

„Það sem fólk þarf að átta sig á er að þegar það fær VSK-númer þá er það orðið innheimtumaður ríkissjóðs,“ sagði Sigurður Jensson, forstöðumaður eftirlitssviðs RSK. „Það er komið í samstarf við hið opinbera um að innheimta virðisaukaskatt af viðskiptavinum sínum og skila því til ríkissjóðs. Skili menn því ekki heldur láti áætla á sig þá eru menn einfaldlega að brjóta það samstarf



STÖÐVA REKSTUR Ríkisskattstjóra er heimilt að stöðva rekstur brotlegra.

og samkomulag og því ætti þessum aðilum raunverulega að vera óheimilt að starfa.“

Um 400 störf verða til: Silicor fær lóð á Grundartanga

VIÐSKIPTI Bandaríska fyrirtækið Silicor Materials Inc. tilkynnti í gær að það hafi fengið lóð á Grundartanga undir sólar kísilverksmiðju. Arion banki annast fjármögnun á verkefninu sem mun veita allt að 400 störf. Landsvirkjun og Orka Náttúrunnar hafa skrifað undir viljayfirlýsingu um að útvega Silicor orku í verkefnið.

Stefnt er að því að hefja byggingu á þessu ári og flýta framkvæmdum þannig að starfsemi geti hafist árið 2016.



SKAPADÆGUR Morðingjarnir dæmdu voru bundnir við staur og þeim byrgð sýn á meðan þeir biðu þess að mæta örlögum sínum.

NORDICPHOTOS/AFP

Sómalía er eitt fimm landa í Afríku sem heimilar aftökur:

Morðingjar sættu dauðarefsingu

SÓMALÍA Tveir menn biðu aftöku í Mógadísjú, höfuðborg Sómalíu, í gær. Mennirnir voru bundnir við staura og látnir biða á meðan aftökusveit vopnuð skotvopnum stillti sér upp.

Mennirnir tveir voru grunaðir um að vera meðlimir herskáu samtakanna al-Shabab sem eru hluti af hryðjuverkasamtökunum al-Kaída. Þeir voru dæmdir til dauða fyrir að myrða stúlku í apríl síðastliðnum og fór aftakan fram samdægurs. Álengdar stóðu ættingjar stúlkunnar og fylgdust með að refsingunni væri framfylgt.

Sómalía er eitt fimm landa í Afríku þar sem dauðarefsing er lögleg. Samkvæmt Amnesty International voru fimmtán líflátnir þar árið 2013. Sómalía er í tólfsta sæti á lista þeirra þjóða sem beita oftast dauðarefsingu.

- ssb

Fjöldi látinna fer hækkandi: Sprengdi sig í loft upp í Kabúl

AFGANISTAN Ein mannskæðasta árás í Afganistan um árabíl var gerð í gær þegar bíll sprakk í loft upp við markað í miðri höfuðborginni Kabúl. Að minnsta kosti 89 létu lífið og fjörutíu eru særðir eftir árásina sem var sjálfsmorðssprengjuárás.

Sprengjan eyðilagði meira en tuttugu verslanir og fjölda farartækja. Talibanar á svæðinu hafa sent frá sér tilkynningu og sverja voðaverkið af sér.

- ssb

Mannskætt slys í Moskvu: Neðanjarðarlest fór út af sporinu

RÚSSLAND Minnst tuttugu eru látnir og meira en 150 alvarlega slasaðir eftir að neðanjarðarlest fór út af sporinu í Moskvu, höfuðborg Rússlands.

Að minnsta kosti fimmtíu eru lífshættulega slasaðir en slysið varð á háannatíma.

Bjarga þurfti rúmlega 1.100 manns úr rústum lestarinnar í björgunaradgerð sem tók sjö klukkustundir. Búist er við að starfsmenn verði látnir gjalda fyrir slysið og lögsóttir.

- ssb

Taka atkvæðisréttinn einhliða af Blönduósi

Veidifélag Blöndu og Svartár hefur svipt Blönduósbæ atkvæðisrétti í félaginu. Furðulegt því bærinn á 11,6 prósent í arðskrá veidifélagsins segir byggðaráðið. Formaður félagsins segir skýringuna þá að bærinn hafi fært veiðirétt frá lögbýlum.

STANGVEIÐI „Við höfum mikilla hagsmuna að gæta og þótt ég hafi haft ávæning af þessu hefði átt að láta okkur vita,“ segir Arnar Þór Sævarsson, bæjarstjóri á Blönduósi, um þá ákvörðun stjórnar Veidifélags Blöndu og Svartár að svipta bæinn atkvæðisrétti í félaginu.

Niðurstaða stjórnar veidifélagsins var rædd í byggðaráði Blönduóss sem lýsti furðu yfir ráðstöfuninni. „Sérstaklega í ljósi þess að Blönduósbær á um 11,6 prósent hluta í arðskrá félagsins,“ bókaði byggðaráðið.

„Ég furða mig nú á þessari yfirlýsingu hjá þeim,“ segir Sigurður Ingi Guðmundsson á Syðri-Löngumýri, formaður Veidifélags Blöndu og Svartár, um ályktun byggðaráðsins.

Sigurður segir að í lögum um lax- og silungsveiði segi mjög glögggt að þeir sem eigi atkvæðisrétt séu það sem töldust lögbýli árið 1976.

„Blönduós á tvö lögbýli og ætti þess vegna að vera með tvö atkvæði en þeir virðast hafa tekið veiðiréttinn undan býlum og fært hann undir Blönduós af einhverri vangá einhvern tímann,“ útskýrir formaðurinn sem kveðst hafa rætt málið nokkrum sinnum við bæjarstjórn og þáverandi forseta bæjarstjórnar.

Sigurður segir að meðal annars hafi verið rætt um hvort Blönduós gæti skilað veiðiréttinum á lögbýlin tvö, Hnjúka og Kleifar. Einnig hafi verið spurð fyrir um skýringar á því hvers vegna rétturinn hafi verið tekinn undan lögbýlum en



KLEIFAR Blönduósbær á tæplega 12 prósent hlut í veiðinni í Blöndu en á ekki að hafa atkvæðisrétt í veiðifélaginu, segir stjórn félagsins.

FRÉTTABLAÐIÐ/GARÐAR

bær hafi hann ekki fengið.

„Þetta er allt í góðu og ég var búinn að leita leiða með bæjarstjóra til að koma lagi á þetta. Þess vegna undra ég mig á þessari yfirlýsingu hjá þeim því þetta kom þeim ekkert á óvart,“ undirstrikar Sigurður. „Blönduós er stærsti aðilinn í veiðifélaginu og mjög óeðlilegt að hann sé ekki með atkvæðisrétt en við getum ekkert annað en farið eftir lögum sem gilda.“

Arnar Þór segir alveg öruggt að Blönduósbær eigi í það minnsta eitt atkvæði í gegn um Hnjúka. Varðandi Kleifar sé óljósara með atkvæðisréttinn því bærinn hafi

„Ég furða mig nú á þessari yfirlýsingu hjá þeim.“

Sigurður Ingi Guðmundsson, formaður Veidifélags Blöndu og Svartár.

tekið veiðiréttindin undan jörðinni þegar þar var stofnað nýbýli á öldinni sem leið. Þá sé hugsanlegt að bærinn eigi atkvæði í gegn um Enni og Hjaltabakka því bærinn sé byggður á hluta úr þeim jörðum.

Stjórn veidifélagsins gefur frest til 31. ágúst til að gera athugasemdir við nýju atkvæðaskrána. „Við erum að skoða þetta í rólegheitunum og munum gefa okkur þann tíma sem við þurfum,“ segir bæjarstjórnin.

gar@frettabladid.is

Bodrum Tyrklandi

31. júlí - 11. ágúst Örfá sæti laus

Verð frá 79.900 kr. *

*Flug fram og til baka með flugvallasköttum. Skoðið tilboðin á www.vita.is

Skráðu þig í netklúbbin - VITA.is

VITA | Skógarhlíð 12 | Sími 570 4444

VITA er lífið

Utanríkisráðherrann fundaði með Petro Porosjenkó, nýkjörnum forseta: Styðja uppbyggingu í Úkraínu

UTANRÍKISMÁL Gunnar Bragi Sveinsson utanríkisráðherra hélt til Úkraínu í gærmorgun og dvelst þar fram á fimmtudag. Með honum í för er Sunna Gunnars Marteinsdóttir, aðstoðarmaður hans, og Hermann Örn Ingólfsson, skrifstofustjóri á alþjóða- og öryggisviði ráðuneytisins.

Hópurinn ferðast með utanríkisráðherra Lettlands og föruneyti.

„Við höfum verið að leita leiða til að hjálpa Úkraínu og styðja við uppbyggingu hjá þeim,“ sagði Sunna í samtali við Fréttablaðið. Hún segir greinilegt að mikið hreinsunarstarf hafi átt sér stað í borginni síðan starfsmenn ráðuneytisins heimsóttu landið í mars síðastliðnum.

Gunnar Bragi fundaði með Petro Porosjenkó, nýkjörnum forseta Úkraínu, í gærkvöldi. Almennt var rætt um ástandið í landinu og friðarumleitunir.

Dagskrá ferðarinnar er fljótandi að sögn Sunnu en til stendur að hitta Stefán Hauk Jónsson, sem sendur var út fyrir Íslands hönd til að vera hluti af



EKKI Í FYRSTA SINN Gunnar Bragi hefur áður heimsótt Úkraínu á þessu ári en það var í lok mars.

FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

teymi hjá ÖSE sem vinnur að aðgerðum til að styðja við Úkraínu, og heimsækja búið fyrir veglaust fólk innan eigin lands í bænum Dnipropetrovsk. Þaðan flýgur Gunnar Bragi heim á fimmtudag.

- nej

FIMMFALT *punkta-* **PARTÍ** í dag

Komdu í partí!

Punkturpartí í dag, miðvikudaginn 16. júlí, á þjónustustöðvum N1 um allt land. Fimmfaldir punktar með hverjum bensín- og dísellíttra.

Einstök partítilboð á þjónustustöðvum N1:

Coke/Coke Light

12 x 0,33 l – Klárt í kælinn



500 kr.
+1.000 punktar

Punktar gilda: **x2**

Tjaldlukt

Varta



990 kr.
+1.000 punktar
Almennt verð:
2.990 kr.

Punktar gilda: **x2**

Ferðataska barna*

*Á völdum stöðvum



6.900 kr.
+1.000 punktar
Almennt verð:
9.900 kr.

Punktar gilda: **x3**

Boot Camp spilið

Borðspil



2.490 kr.
+1.000 punktar
Almennt verð:
4.490 kr.

Punktar gilda: **x2**

Boot Camp spilið

Spilastokkur



0 kr.
+1.000 punktar
Almennt verð:
1.990 kr.

Punktar gilda: **x2**

Bílar/tæki

6 tegundir



2.990 kr. stk.
+1.000 punktar
Almennt verð:
5.990 kr.

Punktar gilda: **x3**

DVD

Teletubbies 1, 2 eða 3



690 kr. stk.
+1.000 punktar
Almennt verð:
2.690 kr.

Punktar gilda: **x2**

Grilláhöld



2.990 kr.
+1.000 punktar
Almennt verð:
7.990 kr.

Punktar gilda: **x5**

Bílabíngi



0 kr.
+990 punktar
Almennt verð:
1.290 kr.

Punktar gilda: **x2**

DVD

Secret Life of Walter Mitty



890 kr.
+1.000 punktar
Almennt verð:
2.890 kr.

Punktar gilda: **x2**

N1 kortið er boðskortið þitt í partíið

N1 korthafar halda afsláttarkjörum sínum en að auki fimmfaldað punktarnir með hverjum lítra af bensíni og dísel.

Tilboðin gilda til 10. ágúst 2014 eða meðan birgðir endast.

Punktur er punkts gaman!

Komdu í partí



SVONA ERUM VIÐ



74 sveitarfélög eru í landinu og fer vissulega fækkandi. Þau voru 204 árið 1990 en þá hófst mikið sameiningarskeið og átta árum síðar voru þau orðin 124.

Fámennasta sveitarfélagið er Árnes-
heppur en þar eru íbúarnir 54.

Alþjóðagjaldeyrissjóðurinn segir efnahagslífið hér vera að rétta úr kútnum: Höftin verði afnumin í skrefum

EFNAHAGSMÁL Alþjóðagjaldeyrissjóðurinn (AGS) ráðleggur íslenskum stjórnvöldum að afnema gjald-
eyrishöftin í skrefum og á nokkrum árum. Ella gæti orðið erfitt að viðhalda stöðugleika í fjármálakerfinu, gjaldmiðlinum og greiðsluflæði.

Þetta kom fram í Markaðspunktum greiningardeildar Arion banka í gær. Þar er vitnað í tímasetta áætlun AGS um afnám haftanna sem finna má í viðauka við eftirfylgniskýrslu sjóðsins um Ísland sem var birt í síðustu viku.

Í áætluninni gerir AGS ráð fyrir að krónueignir, sem samsvara um 80–105 prósentum af landsframleiðslu, verði færðar í annan gjaldmiðil yfir nokkurra ára skeið.

„Áætlun AGS endurspeglar að efnahagslíf á Íslandi sé að rétta úr kútnum. Þannig gerir sjóðurinn ráð fyrir því að innlend eftirspurn sé smám saman að taka fram úr útflutningi í þjóðhagslegu mikilvægi,“ segir í Markaðspunktunum.



HJÁ AGS Peter Dohlman, yfirmaður sendinefndar sjóðsins á Íslandi, heim-
sótti landið í maí. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFAN

Mistök öryggislögreglu: Uppljóstrari fer fram á bætur

SVÍPÍÓÐ Maður sem starfaði lengi sem uppljóstrari fyrir sænsku öryggislögregluna krefst bóta þar sem hann telur sig ekki geta lifað eðlilegu lífi.

Eftir að tengiliður mannsins innan öryggislögreglunnar gleymdi leyfiskýrslu úti í bæ hefur maðurinn þurft að greiða fyrir sérstakar öryggisráðstafanir, en sænsk yfirvöld telja að hann eigi ekki rétt á öðru en þeim mánáðarlegu greiðslum og bönus sem hann hefur þegar fengið.



KERFILL Ekki velkominn. FRÉTTABLAÐIÐ/ROSÁ

Áskorun frá Bláskógabyggð: Uppræta kerfil í sveitarfélaginu

UMHVERFISMÁL Sveitarstjórn Bláskógabyggðar hvetur íbúa sveitarfélagsins til að uppræta kerfil og býður fram leiðbeiningar um hvernig fara eigi að því.

Með þessu verður sveitarstjórnin við áskorun frá umhverfisnefnd sveitarfélagsins sem gert hefur yfirlit um staði sem beina þarf athyglinni að. Þá er skorað á Vegagerðina „að bregðast við þessu vandamáli meðfram vegum í hennar umsjá.“

REYKJAVÍK

Heyjað á sunnudag

Á Árbæjarsafni í Reykjavík stendur til að heija næstkomandi sunnudag, 20. júlí. „Gestum og gangandi er boðið að taka virkan þátt í heyonnum eins og þær tíðkuðust fyrir daga hevinnuvéla,“ segir í tilkynningu safnsins. Áréttað er um leið að dagskráin sé háð duttlungum veðurs.

LEIÐRÉTT

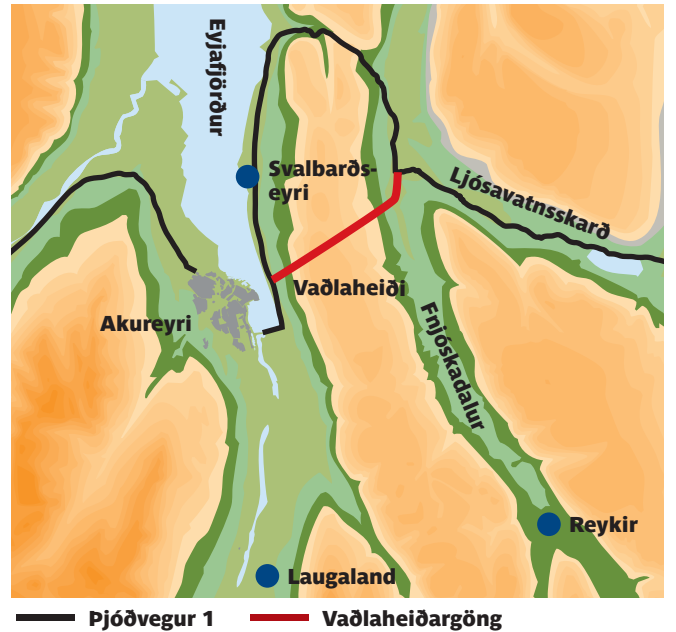
Pingmaðurinn Vilhjálmur Árnason var rangfeðraður í leiðara blaðsins í gær. Beðizt er velvirðingar á mistökunum Nafn ljósmyndara vantaði á mynd úr Vaðlaheiðargöngum á forsíðu blaðsins í gær. Myndina tók Auðunn Níelsson.

Rangt var farið með vefslóð í frétt á síðu 2 í gær. Lyfjaupplýsingar má finna á vefnum serlyfjaskra.is.

VAÐLAHEIÐARGÖNG

FYRSTA SPRENGING 3. JÚLÍ 2013

ÁÆTLUÐ VERKLOK DESEMBER 2016



JARÐHITI Í EYJAFIRÐI OG FNJÓSKADAL

Laugaland í Eyjafirði Um 13-15 kílómetrum suður frá göngunum er mikill hiti í jörðu.	Svalbarðseyri Rúmum 5-6 kílómetrum norðan gangaleiðarinnar, er borhola með 54 gráða heitu vatni.	Eyjafjörður Mikið er af sjóðandi vatni í hverastrýtum á botni Eyjafjarðar um 13 til 15 kílómetra norðan gangaleiðar.	Reykir í Fnjóskadal Austan Vaðlaheiðar er sjóðandi jarðhiti um 15 kílómetra suður frá öðrum gangamunnum.	Ljósavats-skarð Um 70 gráða heitt vatn kemur úr borholum um 10 kílómetrum austan gangaleiðarinnar.
--	--	--	--	--

Hitinn og magnið kemur á óvart

Verktakar í Vaðlaheiðargöngum gætu lent á nokkrum köldum vatnsæðum þar sem rennsli gæti orðið álíka kraftmikið og úr sprungunni sem tefur gangagerðina. Rannsóknir sýndu að jarðhiti gæti fundist á gangaleiðinni.

Haraldur Guðmundsson
haraldur@frettabladid.is

„Það kemur okkur á óvart hversu mikið magn af þetta heitu vatni hefur komið úr sprungunni í göngunum og hversu samfelld rennslið hefur verið,“ segir Ágúst Guðmundsson, jarðfræðingur og eigandi Jarðfræðistofunnar ehf.

Eins og Fréttablaðið greindi frá í gær skoða verktakar í Vaðlaheiðargöngum að hætta gangagerð í Eyjafirði og flytja mannskap og tæki yfir í Fnjóskadal þar sem hinn endi ganganna verður. Ástæðan er að ekki hefur tekist að loka heitavatnssprungunni sem opnaðist í göngunum um miðjan febrúar og dælir út 200 lítrum af 46 gráðu heitu vatni á sekúndu. Vatnið veldur því að hitastigið í göngunum er milli 28 og 30 gráður og starfsmenn þar eiga erfitt með að vinna fullan vinnudag vegna hitans.

Fyrirtæki Ágústssá sá um gerð jarðfræðirannsókna sem farið var í við undirbúning framkvæmdanna. Í skýrslu um niðurstöður þeirra segir að búast megi við að sprungur



ÁGÚST GUÐMUNDSSON

með heitu vatni finnst í göngunum. Vatnsflæðið verði þá talið í fáeinum lítrum eða nokkrum tugum lítra á sekúndu.

„Magnið sem verktakarirnir sjá núna þýðir að aðfærsluæðarnar eru að leiða vatnið um langan veg og líklega innan frá hálendinu,“ segir Ágúst.

Hann segir að verktakar í göngunum geti lent á köldum vatnsæðum með kraftmiklu rennsli.

„Þeir gætu átt von á nokkrum æðum með köldu vatni í svipuðu magni og rennur nú úr göngunum.“

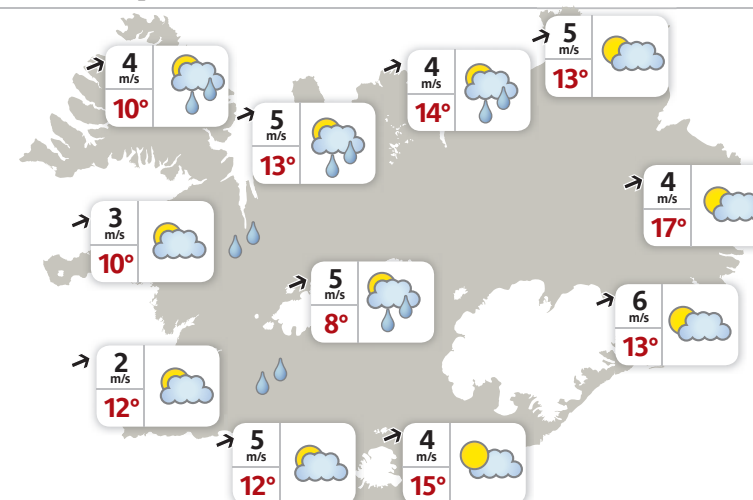
Í skýrslunni er einnig bent á að mikinn jarðhita megi finna á nokkrum svæðum í Eyjafirði og Fnjóskadal.

„Það er til dæmis mjög mikill jarðhiti innar í Fnjóskadalnum við bæinn Reyki og á svæði í botni Eyjafjarðar.“



VIÐ GÖNGIN Vatnið úr sprungunni skapar mikinn hita og raka í göngunum. FRÉTTABLAÐIÐ/AUÐUNN

Veðurspá

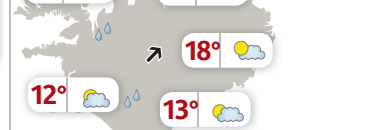


DÁLITLAR SKÚRIR á landinu í dag en dregur heldur úr magninu á morgun. Gengur í suðvestanátt með vætu sunnan- og vestanlands á föstudag. Áfram úrkomulítið austanlands og nokkuð bjart.

Gildistími korta er um hádegi

Alicante 30°	Friedrichshafen 27°	New York 26°
Ápena 30°	Gautaborg 21°	Orlando 29°
Basel 30°	Kaupmannahöfn 21°	Ósló 25°
Berlín 25°	Las Palmas 25°	París 28°
Billund 22°	London 27°	San Francisco 20°
Frankfurt 27°	Mallorca 30°	Stokkholmur 22°

Á MORGUN
3-8 m/s.



FÖSTUDAGUR
8-13 SV-
til, annars
hægari.



Elísabet Margeisdóttir
veðurfréttamaður

TÍMAMÓTAVERK
VEGAHANDBÓKIN Í SNJALLTÆKIN

Snjallsímaútgáfan

- Yfir 3.000 staðir
- Þúsundir þjónustuaðila
- Kort sem sýnir staðsetningu
- Sía, notandi ræður hvaða þjónustumerki birtast
- Leit, hægt að leita eftir stöðum og þjónustu
- Bókamerki, hægt að geyma og safna stöðum
- Tungumál, íslenska, enska og þýska

VERÐ KR. 5.490
Hægt að skipta gamalli bók upp í nýja

VEGAHANDBÓKIN ehf. • www.vegahandbokin.is
Sundaborg 9 • 104 Reykjavík • Sími 562 2600



**Stærri og kraftmeiri
með smáatriðin á hreinu.**

Nýr Volkswagen Polo.

Volkswagen Polo er kominn til landsins með nýtt útlit, nýja vél og nýja skiptingu. Hann er eyðslugrennri, hærri, kraftmeiri, öruggari og umhverfisvænni. Polo býður nú líka upp á tækni eins og Bluetooth búnað fyrir síma, Start/Stop búnað, stöðugleikastýringu, frítt í stæði og brekkuvara sem aðstoðar þig við að taka af stað í brekku. Sportlegar línur, faguð smáatriði og glæsilegt útlit grípur athyglina í umferðinni. Fjölbreytileg og hugvitsamlega hönnuð smáatriði vekja hrifningu: Það er greinilega allt á réttum stað í nýjum Polo.

Volkswagen Polo kostar frá:

2.590.000 kr.*

*Polo Trendline, 1.0 MPI, 5 gíra beinskíptur, 75 hestöfl.



Das Auto.

VEISTU SVARID?



1. Hver hefur verið ráðinn sveitarstjóri í Ásahreppi?
2. Frá hvaða landi er nýr þjálfari Celtic?
3. Hvenær er gert ráð fyrir að Hólmsheiðarfangelssi verði tekið í notkun?

SVÖR:

1. Björgvin G. Sigurðsson, 2. Noregi, 3. Á næsta ári.

Fílabeinsströndin ber fyrir sig ebóluhættu en brýtur um leið alþjóðalög: Flóttafólk fær ekki að snúa heim

LÍBERÍA 400 flóttamönnum frá Fílabeinsströndinni hefur verið meinað að snúa aftur til landsins frá Líberíu af ötta við að þeir gætu dreift ebóluveirunni. Talsmaður Sameinuðu þjóðanna segir þessa ákvörðun yfirvalda brjóta í bága við alþjóðalög.

Hópurinn flúði Fílabeinsströndina á árunum 2010 og 2011 vegna átakanna sem brutust út í landinu þegar þáverandi forseti, Laurent Gbagbo, neitaði að sætta sig við kosningatap. Bruno Kone, tals-

maður ríkisstjórnarinnar, segir að umheimurinn verði að „sýna skilning“ þar sem Fílabeinsströndin megi ekki við því að taka áhættu í þessum efnum.

Frá þessu er greint á vef BBC. Ebóluveiran hefur nú grandað rúmlega 600 manns í Líberíu, Gíneu og Sierra Leóne. Þetta er verstí ebólufaraldur sögunnar. Samkvæmt tölum frá Alþjóðaheilbrigðisstofnuninni (WHO) var tilkynnt um 68 dauðsföll af völdum veirunnar í síðustu viku. - b4



FRÆDSLUFUNDUR Líðskona hjálpar-samtaka fræðir fólk um ebólu á fundi í Paynesville í Líberíu í byrjun síðustu viku. FRÉTTABLAÐIÐ/AP

Lögreglumenn kærðir: Sektirnar fóru beint í vasann

DANMÖRK Tveir lögreglumenn í Danmörku hafa verið kærðir fyrir að hafa stungið í vasann sektargreiðslum vegna umferðarlagabrotu. Útlendingur sem búsettur er í Danmörku kvartaði vegna sektar fyrir af hraðan akstur. Hann hafði gert upp við lögreglumanninn á staðnum en upplýsingar um málið var hvergi að finna í kerfinu. Fleiri slík mál eru til rannsóknar. Annar lögreglumannanna skrifaði sektarmiða undir fölsku nafni og með röngu einkennisnúmeri. - ibs

Öryggisferlar voru skoðaðir: Vodafone fær öryggið vottað

NEYTENDAMÁL Fjarskiptafyrirtæki Vodafone hefur fengið ISO-27001 vottun á stjórnkerfi sitt. Vottunin felur í sér umbætur í upplýsingaöryggismálum og staðfestingu á því að Vodafone starfi samkvæmt alþjóðlegum öryggisstöðlum.



STEFÁN SIGURÐSSON

Alvarlegur öryggisgalli kom upp í kerfi Vodafone í árslok í fyrra og viðkvæmar persónuupplýsingar fjölda fólks láku út. Í tilkynningu er haft eftir Stefáni Sigurðssyni, forstjóra Vodafone á Íslandi, að vottunin endurspeglar mikla vinnu sem ráðist hafi verið í. - sss

Svansvottuðum vörum fjölga

UMHVERFISMÁL Fjöldi svansvottuðra íslenskra fyrirtækja hefur rúmlega sexfaldast frá árinu 2008.

Árið 2008 voru einungis fjögur íslensk fyrirtæki með svansvottun en eru nú 27. Fyrirferðarmestu fyrirtækin með vottun eru prentsmiðjur en þær eru tíu talsins, rúmlega þriðjungur fyrirtækjanna. Næst á eftir koma gistiheimili og hótél en sex þeirra hafa vottun.

Svanurinn er opinbert umhverfismerki Norðurlandanna. - sss



Úrval af lífrænu kjöti selt í Costco

Bandaríska matvöruverslunin Costco auglýsir lífrænt ræktað kjöt á vefsíðu sinni sem vottað sé af bandarískum yfirvöldum. Talsmaður bandaríska sendiráðsins segir rannsóknir sýna að bandarískt kjöt og unnar kjötvörur séu öruggar.

VIÐSKIPTI Paul Cunningham, talsmaður sendiráðs Bandaríkjanna á Íslandi, er ósammála fullyrðingum Sigmundar Davíðs Gunnlaugssonar forsætisráðherra á miðstjórnarfundum Framsóknarflokksins á föstudaginn.

Sigmundur sagði á miðstjórnarfundinum að 99 prósent þess kjöts sem framleitt er í verksmiðjubúum í Bandaríkjunum væri sterakjöt. „Þetta ætti nú varla að vekja athygli umfram það að ég er að áréttta staðreyndir sem liggja fyrir og leiða meðal annars til þess að Evrópusambandið, og við sem hluti af EES-samningum, leyfum ekki innflutning á svona kjöti vegna þessarar meðferðar,“ sagði Sigmundur Davíð Gunnlaugsson svo í kvöldfréttum Stöðvar 2 á sunnudag.

Cunningham mótmælir þessu. „Rannsóknir hafa sýnt, oftast en einu sinni, að bandarískt kjöt og unnar vörur eru öruggar,“ segir hann og bætir því við að Bandaríkjamenn ættu að geta selt Íslendingum kjötvörur. „Við hvetjum Íslendinga til þess að halda mörkuðum opnum fyrir vörur frá Bandaríkjunum,“ segir hann. Ummæli Cunninghams eru í samræmi við fullyrðingar Charlottu Oddsdóttur, dýralæknis hjá Matvælastofnun, sem sagði í samtali við Fréttablaðið í gær að það væri alls ekki bannað að flytja inn kjötvörur frá Bandaríkjunum til Evrópusambandsins. Miklar upplýsingar lögju fyrir um kjöt sem framleitt væri í Bandaríkjunum og sjúkdómaeftirlit þar í landi gott.

Bandaríska matvöruverslanakeðjan Costco, sem hefur lýst áhuga á að opna verslanir hér á landi, selur úrval af kjöti sem er að sögn Costco vottað af landbún-



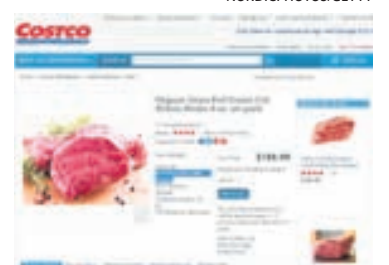
ÍSLAND MÖGULEIKI Forsvarsmenn Costco íhuga að opna verslanir hér. NORDICPHOTOS/GETTY

„Rannsóknir hafa sýnt, oftast en einu sinni, að bandarískt kjöt og unnar vörur eru öruggar.“

Paul Cunningham, talsmaður bandaríska sendiráðsins

aðarráðuneytinu þar í landi. Í lýsingu á kjötinu eru gripirnir sem ræktaðir eru og síðan slátrað við kjötframleiðsluna sagðir vera lífrænt ræktaðir.

Eitt dæmið sem finna má á vef Costco er nautahryggur sem er af nauti sem er alið á grasi. Costco segir að nautið sé laust við hormóna eða önnur aukaeftir. Hið sama er að segja um nautahakk sem Costco selur. Fyrirtækið selur líka nautaríf frá kjötframleiðandanum Pat Lafrieda þar sem fullt er að öll sláturdýr séu alin án þess að notuð séu



COSTCO Vörur verslunarinnar eru auglýstar á vef hennar. SKJÁSKOT AF VEF

vaxtarhormón. Dýrin séu alin mannúðlega. Þau lifi á grasi og heyi mesta ævina en fá korn undir það síðasta.

Þessar upplýsingar á vef Costco benda til þess að fyrirtækið eigi umtalsvert úrval af lífrænt ræktaðu kjöti til þess að flytja til Íslands, ákveði verslanakeðjan að hefja starfsemi hér á landi. jnhakon@frettabladid.is

Athugasemdir gerðar við skuldastöðu Grímsnes- og Grafningshrepps: Sitja uppi með óseldan golfvöll

SVEITARFÉLÖG Eftirlitsnefnd með fjármálum sveitarfélaga segir ástæðu þess að skuldastaða Grímsnes- og Grafningshrepps sé yfir viðmiðunareglu vera þá að áform um sölu golfvallar sem sveitarfélagið keypti fyrir nokkrum árum hafa ekki gengið eftir.

„Þau sem hafa verið í stjórninni telja þetta mjög lítilvægt og taka þessu með léttúð,“ segir Sigrún Jóna Jónsdóttir, annar tveggja fulltrúa minnihluta K-listans sem í bókun í sveitarstjórninni lögðu áherslu á að gerð yrði áætlun um það hvernig ná eigi skuldahlutfallinu niður. Það er 161 prósent

af skatttekjum en má mest vera 150 prósent.

Gunnar Þorgeirsson, oddviti fyrir meirihluta J-lista, tekur ekki undir með eftirlitsnefndinni að golfvöllurinn sé ástæða þess að skuldahlutfallið sé yfir mörkum. Meginástæðan sé kaup sveitarfélagsins á skóla, sundlaug og stjórnsýsluhúsi af Fasteign og leigusamningur þar á undan sem að hálfu leyti hafi verið bundinn við evru. Þá bendir oddvitinn á að samkvæmt lögum hafi sveitarfélagið tíu ár frá árinu 2011 til að koma skuldunum undir mörkin. - gar



GOLFOVÖLLUR VIÐ MINNI-BORG Aðeins þrjár holar voru tilbúnar þegar Grímsnes- og Grafningshreppur keypti völlinn með 56 hekturum lands á 55 milljónir króna. MYND/GOLFBORGIR.EHF

Við tjöldum því besta

Vango

kr. 40.995

Tilboð

34.995



Tempest 200

Vinsælasta 2ja manna göngutjaldið okkar, 5000 mm vatnsheldni, 2,75 kg.

kr. 69.995

Tilboð

53.995



Drummond 400

4 manna tjald, gott fortjald, 200 cm lofthæð, 3000 mm vatnsheldni, eldvarinn dúkur.

kr. 73.995

Tilboð

59.995



Arlay 500

5 manna tjald, fortjald 290x320cm, 200 cm lofthæð, 3000 mm vatnsheldni, eldvarinn dúkur.

EVEREST

FERÐA- OG ÚTIVISTARVERSLUN

Skeifunni 6 · Sími 533 4450 · www.everest.is

PERSONULEG ÞJÓNUSTA, FAGLEG RÁÐGJÖF



Allt á baðið!



Mikið úrval!



WC Gala
frá 39.900



Opið virka daga frá 9 til 18
laugardaga lokað í sumar
Ármúla 31 - Sími 588 7332

i-t.is 

**INNRETTINGAR
& TÆKI**
- fyrir þitt heimili

MEST SELDI SPORTJEPPINN NISSAN QASHQAI

Skoðaðu úrvalið á Bilaland.is

ALLT AÐ **80%** LÁNAMÖGULEIKAR



TÖKUM NOTADAN
UPPI NOTADAN!
GERÐU FRÁBÆR KAUP!

NISSAN QASHQAI SE
Nýskr. 2013, ekinn 27 þús. km.
dísil, sjálfskiptur.
Rnr. 281293

Verð kr.
5.280 þús.



NISSAN QASHQAI LE
Nýskr. 2007, ekinn 174 þús. km.
dísil, sjálfskiptur.
VERÐ kr. 2.290 þús.
Rnr. 120425.



NISSAN QASHQAI+2 SE 7 sæta
Nýskr. 2010, ekinn 34 þús. km.
bensín, sjálfskiptur.
Verð kr. 3.490 þús.
Rnr. 281568.



NISSAN QASHQAI SE
Nýskr. 2011, ekinn 108 þús km.
bensín, sjálfskiptur.
Verð kr. 3.590 þús. Rnr. 191442
TILBOÐ kr. 3.190 þús.



NISSAN QASHQAI+2 SE 7 sæta
Nýskr. 2012, ekinn 35 þús. km.
dísil, beinskíptur.
VERÐ kr. 4.390 þús.
Rnr. 141978.



NISSAN QASHQAI SE
Nýskr. 2012, ekinn 58 þús. km.
bensín, sjálfskiptur.
VERÐ kr. 4.690 þús.
Rnr. 141776.



NISSAN QASHQAI SE
Nýskr. 2013, ekinn 24 þús km.
dísil, sjálfskiptur.
Verð kr. 5.350 þús.
Rnr. 141851.

bilaland

Kletthálsi 11 -110 Reykjavík
Sími 525 8000 - bilaland@bilaland.is
www.bilaland.is



www.facebook.com/bilaland.is

Sígarettuframleiðandinn Reynolds American Inc. kaupir Lorillard Inc.: Camel fer upp að hlið Marlboro

BANDARÍKIN, AP Eftir samkomulag um kaup Reynolds American Inc. á Lorillard Inc. fyrir 25 milljarða Bandaríkjadala verður fyrrnefnda fyrirtækið næststærsti tóbaksframleiðandi Bandaríkjanna á eftir Altria, sem meðal annars framleiðir Marlboro-sígarettur. Kaupverðið samsvarar yfir 2.850 milljörðum íslenskra króna.

Reynolds American framleiðir meðal annars Camel-sígarettur, en meðal framleiðsluvarnings Lorillard eru Newport-sígarettur.

Með kaupunum er einnig sagður verða til risi á sviði mentól-sígarettna sem hafa notið vaxandi vinsælda á meðan almennt hefur dregið úr reykingum. Sameinað fyrirtæki er þannig sagt hafa búið sér til andrými á meðan reykingafólki fækkar.

Þá breytast valdahlutföll á sigarettumarkaði í Bandaríkjunum því samhlíða viðskiptunum kaupir breski tóbaksframleiðandinn Imperial Tobacco önnur merki, svo sem Kool og Winston. - óká



TÓBAKSHILLA Camel frá Reynolds American og Newport frá Lorillard hlið við hlið í hillu. FRÉTTABLAÐIÐ/AP

Fyrsta tilraunin til vopnahlés mistókst

Ísraelsmenn hófu loftárásir á Gasa-svæðið að nýju í gær eftir skammvinnu vopnahlé. Hamas-liðar töldu sig ekki geta fallist á vopnahléið og héldu áfram árásum.

GASA Ísraelar hófu árásir á Gasa-svæðið á ný í gær sex klukkustundum eftir að þeir samþykktu tillögu Egypta um vopnahlé.

Hamas-liðar samþykktu ekki tillöguna og skutu að sögn ísraelska hersins um sjötíu eldflaugum á Ísrael á þessum sex klukkustundum. Það varð til þess að Ísraelsmenn hófu árásir sínar að nýju.

Hefðu Hamas-liðar samþykkt vopnahléið hefði verið hægt að binda enda á átökin á Gasa-svæðinu sem staðið hafa í rúma viku og orðið um tvö hundruð Palestínömönnum að aldurtíla og sært um þrettán hundruð manns.

John Kerry, utanríkisráðherra Bandaríkjanna, fordæmdi áframhaldandi loftárásir Hamas-samtakanna og sagði samtökin setja pólitíska leiki skör hærra en líf saklausra borgara. Hann hélt til Egyptalands í gær í þeim tilgangi að finna lausn á átökunum.

Mushir al-Massri, embættismaður innan Hamas-samtakanna, sagði í samtali við fréttastofu Al Jazeera að ekki hefði verið ráðgast við Hamas-liða um vopnahléið og að þeir hefðu frétt af því í gegnum fjölmiðla. Meiri vinnu þyrfti að leggja í undirbúning vopnahlés og að Ísraelsmenn þyrftu að uppfylla ákveðnar kröfur samtakanna.

Benjamin Netanyahu, forsætisráðherra Ísraels, sagði að vopnahléið yrði nýtt til þess að fjarlægja öll vopn af Gasa-svæðinu og slíka skilmála töldu Hamas-liðar sig ekki geta fallist á. „Ef Hamas samþykkir ekki vopnahléstíllöguna, eins og hún kemur fram núna, þá hafa Ísraelsmenn grundvöll samkvæmt alþjóðareglum til að setja aukinn þunga í árásaráðgerðir,“ sagði forsætisráðherrann við upphaf vopnahlésins í gær.



EIN AF TVÖ HUNDRUÐ Fjögurra ára palestínsku stúlka sem lét lífið í árásum Ísraelsmanna var borin til grafar í gær. Tala látinna í Palestínu er um tvö hundruð. NORDICPHOTOS/AFP

Gunnar Bragi vill að árásum verði hætt

„Ég fordæmi allt ofbeldi og beitingu vopnvalds á svæðinu,“ segir Gunnar Bragi Sveinsson, utanríkisráðherra Íslands, í tilkynningu. „Það er skýlaus krafa að ísraelsk stjórnvöld stöðvi árásir sínar á Gasa sem hafa leitt til mikilla hörmunga fyrir almenna borgara. Að sama skapi verður árásum á Ísrael að linna þegar í stað.“ Í tilkynningunni segir að báðir deiluaðilar beri ábyrgð en að ábyrgð Ísrael sé sérstaklega mikil þar sem landið hefur yfirgnæfandi hernaðarmátt.

Kröfur Hamas-samtakanna eru meðal annars aukið ferðafrelsi inn og út af Gasa-svæðinu, að Ísraelsmenn láti af árásum sínum á svæðið og að tugir palestínskra fanga sem frelsaðir voru árið 2011 en handteknir fljótleiga aftur verði látnir lausir á nýjan leik.

Einn Ísraelsmaður lést í gær eftir að sprengjubrot úr eldflaug Hamas-liða hafði hann. Að sögn

yfirvalda í Ísrael var um óbreyttan borgara að ræða sem var á leið í búðir hermanna með mat. Þetta er eini Ísraelsmaðurinn sem hefur látist í árásarhrinunni sem nú ríður yfir. Fjórir hafa slasast.

Að sögn erlendrar fjölmiðla hafa yfirvöld í Egyptalandi ekki gefið sáttaumleitanir upp á bátinn þrátt fyrir að vopnahléið í gær hafi ekki haldist. nanna@frettabladid.is

Umhverfisfræðingur segir frjókorn en ekki fræ valda óþægindum:

Ekki ofnæmi af hvítum flyksum

NÁTTÚRA Hvítu flyksurnar sem fjúka um höfuðborgina þessa dagana eins og snjókorn valda ofnæmissjúklingum ekki óþægindum. Það gera hins vegar frjókornin sem hinar ýmsu grastegundir dreifa núna, að því er Lára Guðmundsdóttir, umhverfisfræðingur hjá Náttúrufræðistofnun Íslands, greinir frá.

„Hvítu flyksurnar eru fræ frá ösp og geta líka verið fræ frá víði. Fræ valda ekki ofnæmi heldur frjó og frjó-tími þessara tegunda er löngu liðinn. Hvítu flyksurnar koma hins vegar oft á sama tíma og grasfrjó sem mikið er af í loftinu þessa dagana.“

Grasfrjó eru meðal þeirra frjókorna sem algengast er að valdi ofnæmi á Íslandi, að því er segir á vef Astma- og ofnæmisfélags Íslands. Frjókorn frá súrum (til dæmis hundasúru), birki og túnfíflum eru einnig algengur ofnæmisvaldur.

Á vef Náttúrufræðistofnunar segir að birkið virðist ekki hafa náð sér á strík við dreifingu frjókorna í ár fyrir sunnan og er frjó-tíma þess lokið. Fyrir norðan var dreifingin eðlileg. Talsvert hefur verið um grasfrjó í lofti í júní og það sem af er júlí. - ibs



ASPFRÆ Hvítu flyksurnar geta verið fræ frá ösp og víði. FRÉTTABLAÐIÐ/PIETUR

ALLT Í ÚTILEGUNA



Mikið úrval
og gott verð!

Vind-
sængur
verð frá
2.999



Kælibox, 2 í pk.
10 lítra og 24 lítra
4.999



Útilegustóll
2.499



Útilegustóll
barna
2.199



Gúmmi-
skór
verð frá
2.699

Waterland



Barna- og fullorðinsstærðir

Plastglös
verð frá
499



Kæli-
element
2x400gr
299

Lika til frósís



Kælibox
25 lítra
3.999



Tjald pop up
2 manna
6.999



Veidivörur í úrvali!



Álfaska
margar gerðir
verð frá
799



Kælitaska
margar stærðir
verð frá
499



Tjaldsett
tjald, 2 svefnpokar
2 tjaldþýnur í tösku
9.999



Vatnstankur
10 lítra
499



Svefnpokar
verð frá
3.999



Tjaldlukt
margar
gerðir
verð frá
799



Tjald
3.999



Útileguborð
2 hæðastillingar
4.499



Tjaldþýna
2.499



Poncho
regnslá
399



Allt vöruúrvalið er fáanlegt í Garðabæ, Kringlunni, Smáralind og Skeifunni. Minna úrval í öðrum verslunum.

HAGKAUP
Skemmtilegast að versla

Viðræður hefjist á næstunni: Fyrirtækið N4 á Akureyri til sölu

VIÐSKIPTI Fjölmíðlafyrirtækið N4 á Akureyri er komið í söluferli. Fjárfestingarfélagið Tækifæri, sem er að mestu í eigu KEA, Akureyrarkaupstaðar og Lífeyrissjóðsins Stapa, sýnir N4 áhuga.

Frá þessu var greint á vef RÚV. Þar segir Steingrímur Birgisson, stjórnarformaður Tækifæris, að búist sé við að formlegar viðræður hefjist á næstu vikum. Fyrirtækið var stofnað árið 2000. Það rekur bæði N4 Dagskrá Norðurlands og N4 Sjónvarp.

Próunarsamvinnustofnun gerir ekki athugasemd við hagsmunatengsl en ýmislegt annað í skýrslunni: Segir meiriháttar breytingar ótímabærar

PRÓUNARSAMVINNA Ein af tillögum Þóris Guðmundssonar, höfundar skýrslu um starf Þróunarsamvinnustofnunar Íslands (ÞSSÍ), er að auknar verði fjárheimildir til frjálsra félagasamtaka, og þá sérstaklega til neyðarhjálp.

Þórir Guðmundsson hefur um langa hríð starfað sem sviðsstjóri hjálpar- og mannúðarstarfssviðs Rauða kross Íslands. Hluti af starfi hans er að sækja um fjárveitingu fyrir neyðaraðstoð tvisvar á ári til utanríkisráðuneytisins.



ENGILBERT GUÐMUNDSSON



ÞÓRIR GUÐMUNDSSON

Engilbert Guðmundsson, framkvæmdastjóri ÞSSÍ, segist þó ekki sjá ástæðu til að halda að skýrslu-

höfundur gangi erinda Rauða krossins. „Því er þó ekki að neita að athugasemd hefur verið gerð um hagsmunatengsl. Það hefur þó ekki komið frá okkur.“

ÞSSÍ gerir þó athugasemdir við ýmislegt í skýrslunni. Sérstaklega við tillögur Þóris um að ÞSSÍ verði hluti af utanríkisráðuneytinu og fækka eigi samstarfslöndum. Engilbert telur í heildina ekki tímabært að gera meiriháttar breytingar á starfi ÞSSÍ byggðar á skýrslunni enda sé stefnt að

stórrí úttekt á vegum OECD eftir tvö ár.

„Það er ekki kafað nógu djúpt og margt sem við teljum ekki rétta stöðugreiningu. Það þarf að skoða áhættu og mögulegan sparnað áður en stórar ákvarðanir eru teknar.“

Engilbert telur þó eðlilegt að utanríkisráðherra fái fleiri álit og setur ekki út á það. Þess má geta að kostnaður vegna skýrslu Þóris er um ellefu milljónir króna.

- ebg

Hefur þú smakkað nākd bitana?

Næringarríkir hrábarir!

Innihalda eingöngu:

þurrkaða ávexti,

hnetur,

möndlur,

og náttúruleg bragðefni.



Mjög bragðgóðir

Engin erfðabreytt hráefni

Engar mjólkurafurðir

Ekkert glúten eða hveiti

Einstaklega mjúkir

Án sykurs og sætuefna



Fást í flestum matvöruverslunum, heilsubúðum og apótekum

Dalamenn bjóða nágrönnunum upp í

Dalamenn vilja sameinast Strandabyggð og Reykhólahreppi. Mjótt er á munum í Reykhólahreppi en vilji Strandamanna er ekki ljós. Rúmlega fjórtán hundruð myndu búa í nýja sveitarfélaginu sem yrði 5.417 ferkílómetrar að flatarmáli.

SVEITARSTJÓRNARMÁL Sveitarstjórn Dalabyggðar óskar eftir fundi með sveitarstjórn Strandabyggðar og Reykhólahrepps á haustmánuðum með það fyrir augum að kanna möguleikana á sameiningu sveitarfélaganna þriggja.

Þetta var samþykkt á síðasta sveitarstjórnarfundum en þá voru líka lagðar fram niðurstöður skoðanakönnunar sem gerð var jafnhliða sveitarstjórnarkönnunum í vor. Bera þær með sér að Dalamenn fýsir að sameinast. Sams konar könnun var gerð í Reykhólahreppi en þar var mjótt á munum, sameiningarmenn voru þó fjórum fleiri.

Engin slík könnun hefur farið fram í Strandabyggð. „Hér er fólk mjög opið fyrir öllum möguleikum,“ segir Andrea Kristín Jónsdóttir, sveitarstjóri Strandabyggðar. Hún segir enn fremur að sveitarstjórn Dalabyggðar hafi sent þeim niðurstöður skoðanakönnunarinnar.

Engin ákvörðun hefur verið tekin um að kanna hug Strandamanna en Andrea Kristín segir þessi mál verða rædd. Hún segir enn fremur að nýr vegur yfir Þróskulda hafi breytt miklu fyrir Hólmavík og nágrenni sem sé nú í hjarta Vestfjarða eftir lagningu vegarins.

Karl Kristjánsson, oddviti sveitarstjórnar Reykhólahrepps, segir að málið gæti orðið þungt þar í sveit þar sem svo naumur meirihluti sé fyrir því. Hann segist þó sjálfur vera frekar hlynntur sameiningu.

Sveinn Pálsson, sveitarstjóri Dalabyggðar, segir að ef nágrann-

→ Sveitarfélögin þrjú sem hugsanlega sameinast



SVEITARFÉLÖGIN ÞRjú í Dalabyggð búa 673, Strandabyggð 506 og Reykhólahreppi 271. Nýtt sveitarfélag yrði því með 1.450 íbúa. Flatarmál þess yrði 5.417 ferkílómetrar.

arnir tveir fáist upp í þennan vagn verði það tilkynnt yfirvöldum sem þá geti haft milligöngu um framgang mála.

Eitt af því sem breytast myndi í Reykhólahreppnum við slíka sameiningu er persónukjörið sem þar er viðhaft en Karl segir á því bæði kosti og annmarka. Í slíku fyrirkomulagi eru allir íbúar í kjöri svo það fylgir því í raun þegnskylda að verða kosinn til ábyrgðar. Sá er setið hefur í sveitarstjórn eitt kjör-

tímabil á þó kost á því að skorast undan að sitja það næsta.

„Þann kostinn tóku allir í síðustu sveitarstjórn nema ég,“ segir Karl. Hann segir það hugsanlega geta stafað af því að starfinu fylgi álag sem er síðan ekki í samræmi við laun sem hann segir lág. „En hins vegar tel ég að það geti verið hollt fyrir íbúa að finna með svo áþreifanlegum hætti til samfélagsábyrgðarinnar,“ segir hann.

lse@frettabladid.is



HVERNIG NÁST FLUGUR OG FÖST ÓHREININDI AF LAKKINU?

Vertu velkomin(n) í Málningarvörur þar sem þú hittir fyrir fagmenn og færð ráðleggingu um rétt val og notkun á hreinsiefnum fyrir bílinn.

Gerðu snjád plast og víníl sem nýtt sé, felgurnar óaðfínanlegar og fáu aftur fram djúpan upprunalegan gljáa lakkisins... og bíllinn þinn verður glansandi fínn sem aldrei fyrr!

Opið alla virka daga 8-18



LÁGMÚLI 9 BAKHÚS



MÁLNINGARVÖRUR
Lágmúla 9 | Sími 581 4200

N°1

í þvotti og þurrkun á
60 mínútum.



FULLKOMIN ÞURRKUN.

Taktu glösin beint úr vélinni og á borðið, án þess að þurfa að þurrka með viskustykkinu, því þau eru skínandi hrein.



LÍKA VÖRUR ÚR PLASTI.

Framúrskarandi þurrkeigileikar jafnvel á hlutum úr plasti, svo hægt er að setja allt beint upp í skáp.



ENGINN FORÞVOTTUR.

Skynjarar með sjötta skilningarvitið nema óhreinindi og stilla vatnsþrýsting á 28 öflugum vatnsstútum.

TILBOÐ

129.995

FULLT VERÐ 149.995

VÉLIN FÆRST Í 3 ÚTGÁFUM
HVÍT, STÁL EÐA TIL INNBYGGINGAR



Heimplistæki ht.is

UMBODSMENN UM LAND ALLT



MEÐ BÖRNUM Í BUIKWE
Arni Helgason hefur undanfarna mánuði undirbúið samvinnu við héraðið Buikwe. Héraðið var valið af utanríkisráðuneytinu eftir mikla upplýsingaöflun svæðisskrifstofunnar um öll fiskveiðihéruð landsins. Búið er við að hafist verði handa við uppbyggingu á löndunaraðstöðu, salernum og vatnshönum á allra næstu mánuðum.
MYND/GUNNISAL

Ná að hafa mikil áhrif á líf fárra

Í Úganda vinnur Þróunarsamvinnustofnun með fiskveiðisamfélögum þar sem mikilvægast er að mæta grunnþörfum þorpsbúa með hreinu vatni og hreinlætisaðstöðu. Arni Helgason verkefnastjóri segir að afmarka þurfi verkefnin í stað þess að reyna að bjarga heiminum.

Erla Björg Gunnarsdóttir
erlabjorg@365.is



Úganda er eitt af þremur samstarfsríkjum Þróunarsamvinnustofnunar Íslands (ÞSSÍ) og þar er megináhersla lögð á samvinnu við héruð sem byggja afkomu sína á fiskveiðum. Arni Helgason verkefnastjóri hóf starfið í Úganda árið 2000 og hefur stýrt verkefnum í landinu með stuttum hléum síðan.

„Það hafa orðið miklar breytingar í Úganda á þessu tímabili. Höfuðborgin, Kampala, hefur þróast hratt með vaxandi millistétt og aukinni kaupgetu. En svo er það hinn heimurinn fyrir utan Kampala. Þar eru lífshættir enn mjög frumstæðir þar sem fólk býr án rafmagns, neyslueffis vatns og það er ekkert raunverulegt mennta- eða heilbrigðiskerfi.“

Kennum ekki fiskveiðar
Fiskisamfélögin hafa það hvað

verst varðandi aðstöðu og möguleika. Það er ein ástæða þess að ÞSSÍ velur að einblína á fiskveiðihéruð og einnig sú staðreynd að Ísland er líka fiskveiðipjóð. Jafnvel þótt verklagið sé algjörlega ólíkt.

„Við komum ekki og kennum þeim hvernig eigi að veiða fisk. Þau kunna það miklu betur en við í sínu umhverfi enda tæknistigið allt annað hér en á Íslandi. Hér er ekkert frystihús eða vinnslutæki, yfirleitt ekki einu sinni hreint vatn. Við aðstoðum við að gera áætlanir eftir óskum héraðsstjórnar, aðstoðum við að framkvæma þær og fjármagna að einhverju leyti. Þegar verkefnatími er liðinn á verkefnið að ganga af sjálfu sér án aðkomu okkar.“

Þörfum þorpsbúa mætt

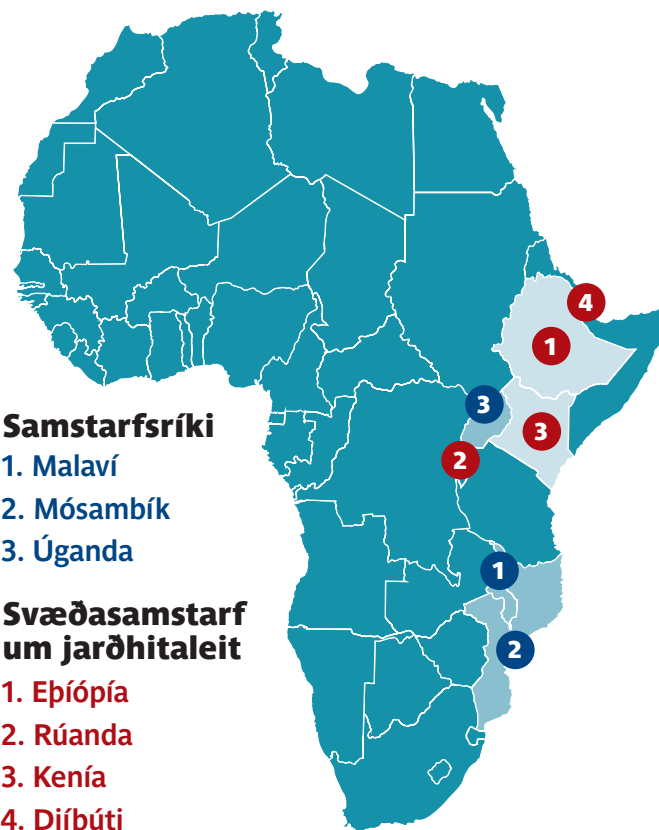
Arni segir áherslu vera lagða á gæðamál, hreinlæti og neyslueffis vatn. Upprunalega var eingöngu sett upp hreinlætisaðstaða við löndunarstaði. Þá var byggð aðstaða fyrir meðferð á fiskinum í stað þess að verka hann á moldugri jörð, vatnsveita var byggð og hreinlætisaðstaða. Markmiðið með aukinni gæðastjórnun var að hækka útflutningsverð á fisknum. Því markmiði hefur verið náð og hefur þróunin verið sú síðustu ár að allt þorpið fær að njóta góðs af verkefninu.

„Löndunarstaðurinn er girtur af og þorpsbúar horfðu löngunaraugum yfir girðinguna á hreint vatn og salernisaðstöðu. Við breyttum því verkefninu og mættum þörfum allra þorpsbúa með sambærilegri aðstöðu inn í þorpinu. Í raun hefur verkefnið fengið meiri samfélagslegan fókus.“

Náðu að útrýma kóleru

Árangurinn hefur verið góður. Í einu þorpi í Norður-Úganda voru flest tilfelli kóleru í landinu. Þús-

PRÓUNARSAMVINNUSTOFNUN ÍSLANDS



→ Samstarfsríki

1. Malaví
2. Mósambík
3. Úganda

→ Svæðasamstarf um jarðhitaleit

1. Eþíópía
2. Rúanda
3. Kenía
4. Djíbúti

undir manna fengu kóleru vegna óhreis vatns og skorts á salernisaðstöðu og kostaði sjúkdómurinn töluvert marga lífið. Eftir að ÞSSÍ, í samvinnu við UNICEF, setti upp hreinlætisaðstöðu og vatnshana í þorpinu er kóleran á bak og burt. Ekki eitt tilfelli hefur komið upp á síðustu tveimur árum.

Þannig getur ÞSSÍ haft mikil áhrif þótt stofnunin sé lítil en verkefnin í Úganda kosta um það bil 3-4 milljónir dollara á ári. Til

samanburðar setja Norðurlöndin 40-60 milljónir dollara á hverju ári til þróunarsamvinnu í Úganda.

„Við erum ekki með slagkraftinn til að takast á við stór verkefni þannig að við þurfum að vera afmörkuð og passa okkur að vera ekki með mikilmennskubrjálæði. Þannig náum við að hafa mikil áhrif á líf fárra í stað þess að þessi litla fjárhæð gufi upp, til dæmis með því að eyða henni allri í að kaupa bréfaklemmur fyrir heilbrigðisráðuneytið.“

RISA Blómáttar

Allt að **65%** AFSLÁTTUR af stórum plastpottum

Síðustu dagar „sumar“ útsölnunar!

Meiri gæði
Laggra verð
MÚRBÚÐIN

Kletthálsi Reykjavík

Sími 412 2500 - sala@murbudin.is - www.murbudin.is

HÖRKUTILBOÐ

DEWALT

- á heima hjá Sindra -

DWS780

Afl: 1675W

Snúningshraði: 1900–3800 sn./mín.

Blaðstærð: 305 mm

Mesti halli: 48°/49°

Geirungur (hægri/vinstri): 60°/50°

Taska fylgir



Tilboðsverð

161.900 m/vsk.

Verð áður 189.900

DCD990M2

**18V KOLALAUS
HLEÐSLUBORVÉL**

Patróna: 13 mm

Rafhlaða: 2*4,0 Ah Li-Ion

Hersla: 80 Nm

Þyngd: 2,08 kg

Gírar: 3

LEDljós

Bitasett DT71550 fylgir



Tilboðsverð

79.900 m/vsk.

Verð áður 98.500

DW717

Afl: 1675W

Snúningshraði: 4000 sn./mín.

Blaðstærð: 250 mm

Mesti halli: 48°/48°

Geirungur (hægri/vinstri): 50°/60°



Tilboðsverð

139.900 m/vsk.

Verð áður 159.900

DCD980M2

18V HLEÐSLUBORVÉL

Patróna: 13 mm

Rafhlaða: 2*4,0 Ah Li-Ion

Hersla: 80 Nm

Þyngd: 2,4 kg

Gírar: 3

LEDljós



Tilboðsverð

65.900 m/vsk.

Verð áður 75.900

DCD995M2

**18V KOLALAUS
HLEÐSLUBORVÉL
MEÐ HÖGGI**

Patróna: 13 mm

Rafhlaða: 2*4,0 Ah Li-Ion

Hersla: 80 Nm

Þyngd: 2,13 kg

Gírar: 3

LEDljós



Tilboðsverð

85.900 m/vsk.

Verð áður 103.255

DCD985M2

**18V HERSLUBORVÉL
MEÐ HÖGGI**

Patróna: 13 mm

Rafhlaða: 2*4,0Ah Li-Ion

Hersla: 80 Nm

Þyngd: 2,42 kg

Gírar: 3

LEDljós



Tilboðsverð

69.900 m/vsk.

Verð áður 77.900

DCK290M2

**18V HLEÐSLUBORVÉL
MEÐ 2 VÉLUM**

DCD985 og DCF885

2*4,0 Ah Li-Ion rafhlöður



Tilboðsverð

109.900 m/vsk.

Verð áður 129.900

DCK592M3

**18V HLEÐSLUBORVÉL
MEÐ 6 VÉLUM**

DCD985 borvél

DCS391 hjólsög

DCS380 sverðsög

DCS331 stingsög

DCL040 ljós

3 stk. rafhlöður 4,0 Ah Li-Ion

Útvarp fylgir DCR017



Tilboðsverð

189.900 m/vsk.

Verð áður 236.900

www.sindri.is /
Viðarhöfða 6 - Reykjavík

sími 575 0000
Bæjarhrauni 12 - Hafnarfirði

SINDRI

Misskilningur og hræðsluáróður um kjötinnflutning:

Bull á sterum

Umbræðan um ferskt kjöt frá útlöndum, sem spratt af óskum verzlanaðjunnar Costco um slíkan innflutning, endaði mjög fljótlega úti í gamalkunnugum vegarskurði rangfærslna og hræðsluáróðurs.

Sigrún Magnúsdóttir, þingflokksformaður Framsóknarflokksins, byrjaði á að spá því að innflutningur á fersku kjöti myndi bitna á langlífi þjóðarinnar. Svo kom flokksformaðurinn hennar og bætti um betur á miðstjórnarfundum síðustu viku.

„Hvað svo sem við hefðum viljað gera, þá hefði það ekki verið heimilt samkvæmt EES-samningnum,“ sagði Sigmundur Davíð Gunnlaugsson á fundinum. „Það var skondið við þetta að það voru ákøfustu ESB-mennirnir sem töldu það vera einangrunarhyggju að ætla að koma í veg fyrir að bandarískt kjöt kæmi hingað inn. 99 prósent af þessu kjöti sem framleitt er í verk-



Ólafur P. Stephensen

olafur@frettabladid.is

smiðjubúum í Bandaríkjunum er sterakjöt.“ Og svo fylgdu lýsingar á því hvernig bandarískt kjöt væri sprautað með hormónum, þvegið upp úr ammoníaki vegna bakteríuinnihalds, sýklum dælt í skepnurnar og svo framvegis.

Nú er það rétt að Evrópusambandið og Bandaríkin hafa deilt um framleiðsluáferðir og búskaparhætti við nautakjötsframleiðslu. En það er einfaldlega ekki rétt að heilbrigðisreglur ESB, sem hafa verið innleiddar hér á landi, banni innflutning á bandarísku kjöti, eins og kom skýrt fram í samtali við Charlottu Oddsdóttur, dýralækni hjá Matvælastofnun, í Fréttablaðinu í gær. Hún segir að miklar upplýsingar liggi fyrir um kjöt sem sé framleitt í Bandaríkjunum og sjúkdómaeftirlit sé þar gott. ESB geri hins vegar miklar kröfur til kjöts sem flutt sé inn á Evrópumarkaðinn.

Þær kröfur koma ekki í veg fyrir að ESB úthluti Bandaríkjunum árlega 45.000 tonna tollfrjálsum innflutningskvóta fyrir ferskt hágæðanautakjöt. Það er kjöt sem ekki hefur verið meðhöndlað með hormónum.

Jafnvel þótt tala forsætisráðherra um að 99% af hefðbundinni kjötframleiðslu Bandaríkjamanna sé „sterakjöt“ væri rétt (sem er afskaplega hæpið miðað við fyrirliggjandi upplýsingar) er mikið og vaxandi framboð af til dæmis lífrænu kjöti í Bandaríkjunum. Sá sem fer inn á heimasíðu Costco sér að verzlunin býður upp á alls konar kjöt af því tagi, eins og sagt er frá í Fréttablaðinu í dag.

Með öðrum orðum: Tal um að hér um bil allt amerískt kjöt sé „sterakjöt“ og að reglur ESB hindri að kjöt eins og það sem Costco býður upp á sé flutt inn til Íslands er hreinræktað bull.

Annars má rifja upp, fyrst ráðamenn eru skyndilega farnir að skýla sér á bak við (mis)skilning sinn á EES-reglum til að verjast kjötinnflutningi, að íslenska ríkið er ennþá ákveðið í að brjóta heilbrigðisreglur EES, sem kveða á um að flytja megi ferskt kjöt á milli EES-landa. Nú er látið reyna á það fyrir dómi hvort ríkinu hafi verið stætt á að banna innflutning á lífrænu, þýzku nautakjöti sem var vottað samkvæmt öllum heilbrigðisreglum sem hér gilda. Það fékkst ekki flutt inn af því að það hafði ekki verið fryst.

Neytendur geta leyft sér að vona að niðurstaðan verði sú að leyft verði að flytja inn til Íslands ferskt kjöt sem stent þær ströngu kröfur sem eru í gildi í ESB, hvort sem það kjöt kemur frá ESB-ríkjum eða öðrum löndum. Þá hefðum við úr meiru að velja og innlendir landbúnaður fengi samkeppni sem honum veitir ekkert af.

FRÁ DEGI TIL DAGS

Einkennileg gleymaska

Hanna Birna Kristjánsdóttir innanríkisráðherra hefur einkennilega eyðu í ferilskrá sinni á vef Alþingis og vef innanríkisráðuneytisins. Þar virðist hafa gleymst að hún gegndi embætti forseta borgarstjórnar frá júlímánuði 2010 til apríl 2011, í tíð meirihluta Besta flokksins og Samfylkingar.

Hanna Birna sagði raunar af sér embætti vegna óánægju með vinnubrögð meirihlutans og sat sem óbreyttur borgarfulltrúi frá apríl 2011 til 2013 þegar hún tók við ráðherra-stólnum. Það er spurning hvort sú afsögn útskýri hvers vegna nú er látið eins og Hanna hafi aldrei átt í samstarfi við Besta flokkin.

Ekki í takt við tíðarandann

Í vor og sumar hefur verið

skipað í nýu prestsembætti innan þjóðkirkjunnar. Athygli vekur að með skipuninni hallar enn frekar á konur innan kirkjunnar en staða þeirra var ekki beysin fyrir. Konur eru einungis um fjórðungur sóknarpresta ef horft er á landið í heild sinni.

Agnes M. Sigurðardóttir, biskup Íslands, var kjörin í embætti að miklu leyti vegna þess að þjóðfélagið kallaði eftir því að kona myndi leiða kirkjuna. Kirkjunnar menn virðast líta svo á að

það sé feikinóg í bili og því réttlætlanlegt að auka kynjahallann enn frekar, þvert á jafnréttisstefnu þjóðkirkjunnar.

Viðskiptaþvinganir á Ísrael

Borgarfulltrúi Samfylkingar, Björk Vilhelmsdóttir, hvetur almenning til að beita Ísrael sínum eigin viðskiptaþvingunum vegna árása Ísraelskers á Palestínu.

Ákall Bjarkar hefur fengið blending viðbrögð. Í athugasemdakerfi Vísis saka nokkrir Björk um gyðingahatur og að fara fram af offorsi gegn þjóðinni. Aðrir taka vel í frumkvæði Bjarkar og þakka fyrir ábendingar um Ísraelskar vörur sem ætti að sniðganga. Eitt er þó víst.

Það er ansi óalgengt að kjörnir fulltrúar hvetji til þess að svo höfðum aðferðum sé beitt gegn öðrum þjóðum. snaeros@frettabladid.is



HALLDÓR



FRÉTTABLAÐIÐ

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

Hundrað ára sýn

STJÓRN MÁL



Katrín Jakobsdóttir formaður Vinstri grænna

Einn vandi stjórnmálanna er að við hugsun í fjögurra ára kjörtímabilum. Stóru málin á verksviði stjórnmálanna verða þó ekki leyst á svo skömmum tíma heldur þarf mun lengri tíma til að marka þar stefnu og fylgja henni eftir. Loftslagsbreytingar eru ágætt dæmi um málaflökk sem allir vita að mun hafa gríðarleg áhrif á líf okkar en mörgum reynist samt erfitt að eiga við því þar duga engar skammtímalausnir. Þegar við hugsum hlutina til langs tíma – til dæmis til næstu 100 ára – er augljóst að grípa þarf til rötækra aðgerða til að vinna ofan af þessari þróun. Með samstilltu átaki er bæði hægt að draga úr þessari þróun og skipuleggja viðbrögð. Þá þarf hins vegar að hugsa til lengri tíma en fjögurra ára.

Það er hollt að spyrja sig spurningarinnar „Hvar viljum við vera eftir 100 ár?“ í tengslum við fleiri málaflökka. Á sama tíma og hagvöxtur eykst víða, fjölgar fátækum. Hagvöxturinn skilar sér ekki í bættum hag þeirra sem minnst hafa milli handanna heldur fer hlutfallslega mest til þeirra sem þegar eru mjög ríkir. Í þessu samhengi má benda á nýlega bók hagfræðingsins Thomas Piketty, sem skjalfestir þessa þróun í mjög ítarlegu máli. Þessu þarf að breyta þannig að verðmætin dreifist jafnar og komi öllum, ekki

→ Eitt af stóru verkefnum stjórnmálanna næstu 100 árin er að auka lýðræðislega þátttöku borgaranna og draga úr vægi sérhagsmuna í opinberri ákvarðanatöku.

aðeins sumum, til góða. Í þessu samhengi má einnig benda á að samkvæmt nýlegri skýrslu Flóttamannastofnunar Sameinuðu þjóðanna hafa aldrei verið fleiri á flótta undan átökum frá lokum seinni heimsstyrjaldarinnar. Hér er því aftur á ferð vandamál sem ekki verður leyst að fullu á fjórum árum en væri verðugt verkefni stjórnmálanna næstu 100 árin.

Að lokum er rétt að nefna stjórnskipulagið sjálft, lýðræðið. Hingað til hefur lýðræði verið tengt við kosningar til Alþingis og sveitarstjórna á fjögurra ára fresti, en í grunninn nýst lýðræði um að fólk – „lýðurinn“ – hafi aðkomu að sameiginlegum ákvörðunum samfélagsins. Slíka aðkomu má tryggja með margs konar hætti öðrum en hefðbundnum atkvæðagreiðslum. Eitt af stóru verkefnum stjórnmálanna næstu 100 árin er að auka lýðræðislega þátttöku borgaranna og draga úr vægi sérhagsmuna í opinberri ákvarðanatöku.

TIL SÖLU

VEITINGASTAÐUR Í KRINGLUNNI.

TIL SÖLU VEL STAÐSETTUR VEITINGASTAÐUR Í KRINGLUNNI.

NÁNARI UPPLÝSINGAR Í SÍMA 6903031 - HAFSTEINN

Landbúnaður; hefðbundinn, vistvænn, lífrænn

Að undanförunu hefur mikið verið fjallað um svokallaða vistvæna eða gæðastýrða landbúnaðarframleiðslu í fjölmiðlum. Um leið koma fyrir hugtökin „hefðbundin“ og „lífræn“ framleiðsla sem eðlilegt er. En þá eru margir neytendur löngu hættrir að fylgjast með og botna lítið í þeim hugtökum sem nefnd hafa verið hér.

LANDBÚNAÐUR



Jóhannes Gunnarsson
formaður Neytendasamtakanna

umbúðum merktum „vistvænt“. En því er líka haldið fram að það sé bara ekki alltaf svo „vistvænt“. Það vanti allt eftirlit og seljendur hafi sumir hverjir ræktað á þann hátt sem þeim hefur hentað. Blekkingin sem þarna á sér stað gerir hugtakið „vistvænt“ innantómt og ómarktækt og er niðurlægjandi fyrir landbúnaðinn og neytendur í leiðinni.

Og enn heldur bullið áfram. Nú hefur komið fram að ekki sé hægt að merkja „vistvæna“ lambkjöti sérstaklega því þá verður lífsins ómögulegt að selja það „ógæðastýrða“. Allavega fá neytendur ekkert að vita af þessu „vistvæna“ kjöti enda öllu blandað saman hjá sláturleyfishafa.

Hættum þessu „vistvæna“ rugli

Eins og sagði í upphafi þá hafa Neytendasamtökin alltaf verið á móti orðanotkuninni „vistvænt“ eða „gæðastýrt“. Við höfum talið hana vera villandi fyrir neytendur hvernig sem á það er lítið; hugmyndafræðina á bak við vistvæna vottun og reynsluna af henni.

Alvarlegast er þó hve margir neytendur ruglast á orðunum lífrænt og vistvænt. Neytendasamtökin létu kanna þekkingu neytenda á orðunum vistvænt og lífrænt. Niðurstaðan var að 63% aðspurðra töldu sig vita muninn. En með viðbótarspurningum reyndust aðeins 37% þekkja muninn í raun. Þegar mismunandi hugtök ruglast svona í höfðinu á

→ En það á ekki að rugla neytendur með einhverju orðskrípi ...

okkur, þá eru slíkar merkingar villandi að mati Neytendasamtakanna.

Eflum lífræna framleiðslu

Hins vegar höfum við svo lífrænan landbúnað. Hann byggir á viðurkenndum erlendum stöðlum og reglum og vottunaraðili heldur upp virku eftirliti með þeim sem merkja vörur sínar lífrænt vottaðar. Eftirspurn eftir lífrænum vörum hefur verið að aukast mikið, ekki síst í nágrannalöndum okkar. Hér sjáum við það sama með auknu framboði, þó þar þurfi enn að bæta miklu við.

Þess má geta að Neytendasamtökin sendu kvörtun til Samkeppnisstofnunar í sept. 2003 um hversu villandi vistvæn vottun væri gagnvart þeirri lífrænu og sem væri blekkjandi fyrir neytendur. En því miður var erindið samtakanna ekki tekið til greina.

Það hefur lengi verið sannfæring þess sem þetta skrifar að með aukinni framleiðslu á lífrænum landbúnaðarvörum værum við að styrkja stöðu okkar inn í framtíðina. Nokkur rök hafa komið fram þar um hér að framan. En það kostar bændur að breyta framleiðslu sinni yfir í lífræna. Í nágrannalöndum okkar hafa bændur fengið eðlilega styrki til slíkra breytinga. Hér hafa þeir hins vegar verið smánarlitlir og í engu samræmi við tilkostnað og í raun hefur vistvæn vottun gert lífrænni framleiðslu erfiðara fyrir. Þessu verður að breyta.

Auðveldasta leiðin ekki alltaf sú rétta

Sumt er talið svo göfugt og fallett að það er eins og ekkert megi verða í vegi þess og tilgangur geti helgað öll meðul. Íþróttaiðkun og skógrækt eru dæmi um málefni sem virðast falla í þennan flokk hér á Íslandi. Svo ekki sé minnst á notkun reiðhjólahláma.

SAMFÉLAG



Hilmar Hilmarsson
skólastjóri
Réttarholtskóla

Í umræðu undanfarinna daga um reglur um auglýsingar í skóla- og frístundastarfi Reykjavíkurborgar hefur lítið borið á því að andstæðingar reglnanna tækjust á við þau sjónarmið og þá röksemdafærslu sem að baki reglunum búa. Í aðalatriðum er látið nægja að segja reglurnar vonda vegna þess að íþróttaiðkun barna sé eftirsóknarverð. Borgaryfirvöld eru hvött til að breyta reglunum enda séu þær „vitlausar og illa ígrundaðar“ (MT Fréttablaðið 12. júlí 2014).

Ég þykist geta fullyrt að reglurnar hafi verið settar að mjög vel athuguðu máli og mín skilaboð til nýrrar borgarstjórnar eru því þessi: Farið ykkur hægt við breytingar á þessum reglum.

Almennar reglur

Mikilvægt er að hafa í huga að reglur þessar eru almennar en beinast ekki að íþróttahreyfingunni sérstaklega. Það sjónarmið liggur að baki reglunum að óviðeigandi sé að beina auglýsingum að börnum og að skólakerfi sem skyldar öll börn til skólagöngu hljóti að ábyrgjast að í skólanum séu börn óhult fyrir auglýsingum. Gildir þá einu hvort hið auglýsta getur í einhverjum skilningi talist göfugt eða jákvætt fyrir þroska barnanna.

Mörkin verður einhvers staðar að draga og önnur leið en sú að banna allar utanaðkomandi viðskipta- og auglýsingar getur hæglega leitt menn í ógöngur.

Nú um stundir er mikið rætt um að auka þurfi lestur og lestrarfærni. Viljum við leyfa bókaútfendum að markaðssetja vöru sína innan veggja skólanna í jólabókaflóðinu? Eða plötuútfendum? Fáir mótmæla því að tónlist geti göfgað mannsandann.

Sumum finnst upplagt að nota póstlista skólanna til að koma boðum um frístundatilboð beint til foreldra. Auglýsingar í gegnum póstlista eru ásættanlegar þegar þannig háttar til að neytendur geta að skaðlausu skrúð sig af listunum. Sú er ekki raunin með þá póstlista sem skólar nota til að koma nauðsynlegum boðum til foreldra nemenda sinna. Foreldrar verða því að geta treyst því að þeir séu ekki nýttir til markaðssetningar.

Eitt af því sem nefnt hefur verið sem röksemd fyrir breytingum á reglunum er að erfitt sé að koma boðum um íþróttastarf til erlendra foreldra. Það er vafalaust rétt og almennt hygg ég að segja megi að á flestum sviðum mætti gera betur í að kynna þá möguleika sem í boði eru fyrir fólki sem ekki hefur íslensku fullkomlega á valdi sínu. En hér verða menn að finna aðrar leiðir. Það er vissulega rétt að það er auðvelt að koma boðum í gegnum skólana en það er ekki alltaf rétt að velja auðveldustu leiðina.

Ekkert eftirlit – öllu blandað saman
Fram hefur komið að innlenda grænmetið sem selt er í verslunum sé í langflestum tilvikum í

VIÐ LOFUM GÓÐU VEDRI VERÐI

BRUNAÚTSALA!

20-45% AFSLÁTTUR

VERSILDU Á NETINU
WWW.GAP.IS
NETTILBOÐ Á HVERJUM DÖGUM

<p>42.900,- 29.990,-</p> <p>mongoose 20" MONGOOSE ROCKADILE ÁL HJÓL MEÐ DEMPARA OG 7 GÍRUM FYRIR KRAKKA FRÁ 6 ÁRA</p>	<p>49.900,- 39.900,-</p> <p>mongoose 24" MONGOOSE ROCKADILE ÁL HJÓL MEÐ DEMPARA OG 21GÍR FYRIR KRAKKA FRÁ 8 ÁRA</p>	<p>79.900,- 47.900,-</p> <p>mongoose 26" MONGOOSE SWITCHBACK COMP</p>	<p>96.900,- 67.830,-</p> <p>mongoose 29" MONGOOSE TYAX SPORT LEIKA SÉR UM HELGAR – HJÓLA Í VINNUNA Á VIRKUM DÖGUM</p>
--	--	--	--

ÞÚ FÆRÐ ALVÖRU HJÓL OG FYLGIHUTI HJÁ OKKUR! GREIÐSLUDREIFING Í ALLT AÐ 36 MÁNUÐI.

HJÓLA- OG SPORTVÖRUVERSLUNIN · FAXAFENI 7 · REYKJAVÍK · SÍMI 5 200 200 · GAP.IS



Ástkæri ektakarlíni minn,
SIGURÐUR HELGI HALLVARÐSSON
Próttari,

lést 10. júlí. Jarðarförin fer fram í Hallgrímskirkju föstudaginn 18. júlí kl. 13.15. Blóm og kransar afþakkaðir en þeim sem vilja styðja yngstu drengina hans er bent á reikningsnr. 324-13-888, kt. 200861-4349.



Fyrir hönd ástvina,
Inga María Friðriksdóttir



Eiginmaður minn,
faðir okkar, afi og langafi,
ÓLAFUR ÞORSTEINSSON

lést á heimili sínu 13. júlí.
Jarðarförin verður auglýst síðar.



Fyrir hönd aðstandenda,
Esther Bjartmarsdóttir
Matthea G. Ólafsdóttir
Sólveig Ólafsdóttir
Sigríður Ólafsdóttir
Ólafur Örn Ólafsson
barnabörn og barnabarnabörn.

Gunnar Már Sigurgeirsson
Guðmann Magnússon
Þórunn Margrét Gunnarsdóttir



Móðir okkar, tengdamóðir, amma,
langamma og systir,
INGIBJÖRG BERGPÓRSDÓTTIR
frá Fljótstungu,

lést þann 12. júlí. Jarðsungið verður frá Reykholti laugardaginn 19. júlí kl. 10.30. Þeim sem vilja minnast hennar er bent á Minningarsjóð Guðmundar Böðvarssonar, kt. 680379-0259, banki 0326-13-301487.



Hjörtur B. Hjartarson
Jónína M. Árnadóttir
Þorsteinn Árnason
barnabörn, barnabarnabörn og systkini.

Helga Brynjólfsdóttir
Guðbjörn Sigvaldason
Pia Hesselvig



Ástkær eiginkona mín, dóttir, móðir, amma,
systir, mágkona og tengdamamma,
ELÍN INGA GARÐARSÓTTIR

lést þann 11. júlí á deild 11E á Landspítalanum við Hringbraut í faðmi fjölskyldunnar. Útför hennar fer fram frá Árbæjarkirkju þann 18. júlí kl. 11.00. Blóm og kransar eru vinsamlegast afþakkaðir en þeim sem vilja minnast hennar er bent á krabbameinsdeild 11E. Þökkum starfsfólki krabbameinsdeildar 11E góða umönnun á erfiðum tímum.



Brynjar Halldór Jóhannesson
Edda Hrönn Hannesdóttir
Þorvaldur Óskar Karlsson
Rúnar Karl Þorvaldsson
Valgerður Rós Karlsdóttir
Benedikt Kári Valgerðarson
Rakel María Karlsdóttir
Daniel Helgi Brynjarsson
Diana Brynja Brynjarsdóttir
María Garðarsdóttir
Ríkey Garðarsdóttir

Stína Sjöberg

Theodór Friðgeirsson
Margrét Sigurðardóttir

Fjallar um kynferðislega opinskáar myndir

Ara Osterweil heldur fyrirlestur í Hafnarhúsinu á morgun klukkan átta. Hún er kvikmyndafræðingur, rithöfundur og málari sem býr í Montreal og New York.

Ara Osterweil, kvikmyndafræðingur við McGill-háskóla í Montreal í Kanada, heldur fyrirlestur í Hafnarhúsi á morgun í samvinnu við rannsóknarstofu um framúrstefnu við Háskóla Íslands.

Fyrirlesturinn hefst klukkan 20 og er á ensku. Aðgangur er ókeypis.

Umfjöllunarefni fyrirlestrarins er að bregða upp mynd af þeim „líkamlegu hvörfum“ sem greina má í bandarískum framúrstefnukvikmyndum á sjöunda áratugnum og beinir sjónum að nokkrum lykilkvikmyndum tímabilsins. Nýútkomio rit Osterweil, *Flesh Cinema: The Corporeal Turn* in American Avant-Garde Film, kannar nýstárlega framsetningu líkamans í tilraunakvikmyndum sjöunda og áttunda áratugarins. Þar er sjónum beint að kynferðislega opinskáum kvikmyndum Andys Warhol, Jacks Smith, Barböru Rubin, Stans Brakhage, Carolee Schneemann og Yoko Ono.

Þar er einnig varpað ljósi á hvernig tilraunakvikmyndin breytti ekki aðeins bandarískri sjónmenningu, heldur einnig lífi höfunda þeirra. *Flesh Cinema* tengir þessar kvikmyndir við réttinda- og kynfrelsisbaráttu tímabilsins og kannar með hvaða hætti stjórnmála- og þjóð-



LEKTOR VIÐ MCGILL-HÁSKÓLA Ara Osterweil er lektor við enskudeild McGill-háskóla í Montreal, þar sem hún kennir kvikmynda- og menningarfræði. AÐSEND MYND/LISTASAFN REYKJAVÍKUR

félagsumræða ljær þeim stöðugt nýja merkingu.

Ara Osterweil er rithöfundur, kvikmyndafræðingur og málari sem býr í

Montreal og New York. Osterweil er lektor við enskudeild McGill-háskóla, þar sem hún kennir kvikmynda- og menningarfræði. olof@frettabladid.is



Ástkær eiginmaður minn,
faðir, tengdafaðir, afi og langafi,
VALUR ERLING ÁSMUNDSSON
fyrirverandi bæjargjaldkeri í Hafnarfirði,
Hrafnistu, Hafnarfirði,

lést á Landspítalanum mánudaginn 14. júlí síðastliðinn. Útförin fer fram frá Fríkirkjunni í Hafnarfirði þriðjudaginn 22. júlí kl. 15.00. Blóm og kransar vinsamlegast afþakkaðir en þeim sem vilja minnast hans er bent á líknarfélög.

Ólöf Valdimarsdóttir
Ása Kristín Valsdóttir
Jón Örn Valsson
Erling Þór Valsson
barnabörn og barnabarnabörn.

Stefnir Svan Guðnason
Elisabet A. Cochran
Sirra Sigrún Sigurðardóttir



Okkar ástkæra eiginkona, móðir,
tengdamóðir og amma,
GUNNHILDUR SVANA
SIGURÐARDÓTTIR
Brekktanga 20, Mosfellsbæ,

lést á Landspítalanum mánudaginn 14. júlí. Útför hennar fer fram frá Bústaðakirkju þriðjudaginn 22. júlí kl. 13.00. Blóm og kransar afþakkaðir. Þeim sem vilja minnast hennar er bent á Kvinnadeild Landspítalans.

Pétur Korneliusson
Sigurður Pétursson
Haraldur Pétursson
og barnabörn.

Jennifer Pétursson
Hrund Scheving



Ástkær eiginmaður,
faðir, tengdafaðir og afi,
KRISTJÁN JÓNSSON
Veturliðastöðum,

verður jarðsungið frá Hálskirkju í Fnjóskadal laugardaginn 19. júlí kl. 10.30. Blóm og kransar vinsamlegast afþakkuð, en þeim sem vilja minnast hans er bent á Hollvínasamtökin á Sjúkrahúsi Akureyrar. Þökkum innilega fyrir góða umönnun á hjarta- og blóðskilunardeild Landspítalans við Hringbraut.

Guðríður H. Arnþórsdóttir
Kristín Anna Kristjánsdóttir
Hermann Helgi Kristjánsson
Hulda Björg Kristjánsdóttir
Áslaug Kristjánsdóttir
Sæmundur Jónsson
Brynja Þorvaldsdóttir
Brynjólfr Magnússon
Sigurður Skarphéðinsson
og barnabörn.



Ástkær faðir okkar, tengdafaðir,
afi, langafi og langlangafi,
GÍSLI HÓLM JÓNSSON
frá Brimnesi í Ólafsfirði,
til heimilis að Víðihlíð, Grindavík,

lést laugardaginn 12. júlí sl. Jarðsungið verður laugardaginn 19. júlí, kl. 13.00, frá Grindavíkurkirkju. Blóm og kransar vinsamlega afþakkaðir, en þeim sem vilja minnast hans er bent á Víðihlíð.

Ester Gísladóttir
Haraldur Gíslason
Ágústa H. Gísladóttir
Margrét R. Gísladóttir
Sigríður J. Gísladóttir
Páll Gíslason
Inga Fríða Gísladóttir
barnabörn, barnabarnabörn og barnabarnabarnabörn.

Hafsteinn Sæmundsson
Gunnar E. Vilbergsson
Þórarinn Guðmundsson
Ásta Jóhannesdóttir
Óttar Hjartarson



Elskulegur faðir okkar,
tengdafaðir og afi,
JÓHANN ÓLAFSSON
frá Pverá á Síðu,

varð bráðkvaddur fimmtudaginn 10. júlí. Útförin fer fram frá Prestbakkakirkju á Síðu laugardaginn 19. júlí kl. 13.00. Þeim sem vilja minnast hans er bent á Neistann, styrktarfélag hjartveikra barna.

Svanfríður Arna Jóhannsdóttir
Guðsteinn Fannar Jóhannsson
Guðmundur Birkir Jóhannsson
og barnabörn.

Sigurður G. Ágústsson
Björg Eypórsdóttir



Hugheilar þakkir fyrir auðsýnda
samúð og hlýhug vegna andláts og
útfarar elskulegs sonar okkar, föður, afa,
bróður og fv. eiginmanns,
MATTHÍASAR ÖRLYGSSONAR

Starfsfólki líknardeildar Landspítalans í Kópavogi og á Droplaugarstöðum þökkum við frábæra umönnun og alúð. Eigendum og starfsfólki Viðeyjarferjunnar færur við einlæggar þakkar.

Þóra Þorgeirsdóttir
Matthildur Matthíasdóttir
Jóhanna Matthíasdóttir
Matthías Máni Matthíasson
Þorgeir Örlygsson
Hálfdan Örlygsson
Arnþór Örlygsson
Örlygur Hálfdanarson
Magnea Rut Matthíasdóttir
Thelma Ósk Matthíasdóttir
Elva Sigtryggisdóttir



LEGSTEINAR

MIKIÐ ÚRVAL AF
FYLGJHLUTUM

VÖNDUÐ VINNA



Steinsmiðjan Mosaik

Stofnað 1952 Hamarshöfði 4 - sími 587-1960 - www.mosaik.is



Nýtt á heimsvísu

VARANLEGT LETUR

Eingöngu hjá Granithöllinni

Eitt mesta úrval landsins
af fallegum legsteinum
og fylgjhlutum hjá
Granithöllinni

Granithöllin
Legsteinar

www.granithollin.is

Bæjarhrauni 26 Hafnarfirði 555-3888



FÓLK

KYNNINGARBLAÐ



SKÁLHOLTSHÁTÍÐ

Hin árlega Skálholtshátíð hefst á fimmtudag og stendur fram á sunnudag. Boðið er upp á tónleika með Bachsveitinni, miðaldatónlist og orgeltónleika ásamt hátíðarmessu.

Taktu það með!

- í gönguferðina

- Línar bráða verki
- Öflug kælimeðferð
- Frábært á vöðvabólgu
- Minnkar líkur á harðsperrum

SORE NO MORE
Natural Pain Relieving Gel
COOL THERAPY

NÁTTÚRULEGT VERKJAGEL

Fæst í Fjarðarkaup og flestum apótekum og heilsubúðum



GÓÐIR Í TÖSKUNA
Compeed-blöðruplástrar fást meðal annars í Lyfjum og heilsu og í Apótekarinum.

PLÁSTRAR SEM DRAGA ÚR SÁRSAUKA

VISTOR KYNNIR Compeed hælsæris- og blöðruplástrar draga strax úr sársauka og flýta fyrir að sárið grói. Þeir henta vel sem fyrirbyggjandi aðgerð.

Compeed eru einstakir plástrar sem eru sérhannaðir fyrir blöðrur og nuddsár. Plástrana má bæði nota fyrirbyggjandi til að forðast sár og blöðrur og einnig eftir að blaðra eða sár hefur myndast til að draga úr sársauka, vernda sárið og flýta fyrir að það grói. Að sögn Jódísar Brynjarsdóttur, markaðstengils hjá Vistor, virkar plástrinn eins og gerviskinn og helst hann fastur í marga daga. „Compeed-blöðruplástrarnir draga úr sársauka, verja húðina, bæjja frá óhreinindum, vatni og sýklum og skapa húðinni kjörumhverfi til að gróa.“

Jódís segir plástrana byggja á vatnskvoðutækni þar sem innra lag plástursins er byggt upp af kvoðukenndu efni sem inniheldur rakadrægar agnir. „Þær draga í sig raka úr sárinu og breytast við það í gel sem verndar sárið og styrkir viðgerðarferli húðarinnar. Ytra byrði plástursins kemur í veg fyrir að vatn, óhreinindi og bakteríur komist í sárið en „andar“ og viðheldur rakajafnvægi, líkt og gerist í húðinni sjálfri.“

Þegar Compeed-blöðruplástur er notaður er gott að hita hann í höndunum í 1-2 mínútur áður en hann er settur á húðina. „Síðan er plástrinum þrýst á húðina og haldið í smá stund svo hann festist vel. Sé hann vel settur á helst hann fastur í marga daga, jafnvel þótt farið sé í sturtu eða sund.“

Compeed Medium er hinn hefðbundni



hælsærisplástur en Compeed Extreme er hins vegar öflugri plástur sem þolir meira álag. Compeed Extreme er því sérlega hentugur fyrir fjallgöngur og lengri hlaup. Einnig fást litlir plástrar og plástrar fyrir tær ásamt stifti með áburði til að bera fyrirbyggjandi á núningsfleti.

Jódís mælir með að plástrarnir séu notaðir fyrirbyggjandi á helstu núningsfleti á fætinum, til dæmis fyrir hlaup, fjallgöngur eða þegar farið er í nýja skó. „Annars ber að nota Compeed um leið og þú finnur að blaðra eða núningsár er að myndast og sársaukinn hverfur eins og dökk fyrir sólu. Því er alltaf gott að vera viðbúinn og hafa Compeed í töskunni.“

FYRIRBYGGJANDI
„Því er alltaf gott að vera viðbúinn og hafa Compeed í töskunni,“ segir Jódís Brynjarsdóttir, markaðstengill hjá Vistor.
MYND/GVA

White-Westinghouse - amerísk gæða heimilistæki

Þvottavél 12 kg Þurrkari

Taka 12 Kg · Hljóðlát Stórt op > auðvelt að hlaða Sparneytin amerísk tæki.

<Þvottvélin tekur heitt og kalt vatn Afkastamikill þurrkari>

RAFVÖRUR
DALVEGI 16c · 201 KÓPAVOGI
SÍMI 568 6411 · WWW.RAFVORUR.IS

Amerísk gæðavara

Ábendingahnappinn má finna á www.barnaheill.is

TEKYNNA ÖVIÐENGANDI EÐA ÓLOGLEGT EFNI Á NETINU

SAFT

Sjónmælingar í Optical Studio

Tímapantanir í síma:

Optical Studio í Smáralind, 5288500

Optical Studio í Keflavík, 4213811

Optical Studio í Leifsstöð, 4250500

Optical Studio
SMÁRALIND · LEIFSTÖÐ · KEFLAVÍK

Svefnsófar - Svefnsófar.



Áklæði svart, með 2 bakpúðum lime/svart
stærð 90 x 200 / 150 x 200

NYFORM

HÚSGAGNAVERSLUN
Reykjavíkurveg 66 220 Haf. Sími 565 4100 www.nyform.is

FÓLK | FERÐIR



FRAMTÍÐIN Í FLUGI?

Framkvæmdastjóri RyanAir hefur sagt að flugsamgöngur í dag séu aðeins rútuferðir í loftinu.

SÓFAR

Í ÖLLUM STÆRÐUM



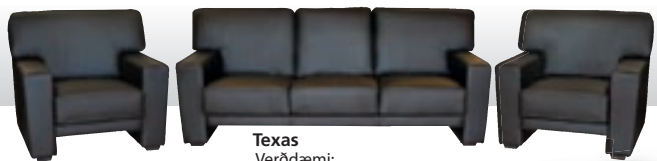
frá **233.730 kr.**
Verð áður 333.900 kr.

30%

AFSLÁTTUR

af öllum sófum / sófasettum

* Í VÖLDUM ÁKLÆÐUM Á MEÐAN BIRGÐIR ENDAST



Texas

Verðdæmi:

3ja sæta

Sófasett 3+1+1

frá 144.130kr. verð áður 205.900

frá 300.230kr. verð áður 528.066



Torino

Verðdæmi:

Tungusófar 2+ tunga

Hornsófar 2H2

Sófasett 3+1+1

frá 180.530kr. verð áður 257.900

frá 233.730kr. verð áður 333.900

frá 260.330kr. verð áður 371.900



Basel

frá **127.330 kr.**
Verð áður 181.00 kr.



Dallas

frá **199.430 kr.**
Verð áður 284.900 kr.

Verið velkomin í heimsókn!

Opið virka daga kl.10-18

Patti
HÚSGÖGN

Bíldshöfða 18 - 110 Reykjavík - sími: 557 9510 - www.patti.is

STANDANDI FLUG?

FERÐALÖG Í gegnum tíðina hefur farþegum í flugvélum verið fjölgað með því að þetta sætaráðir. Öðru hvoru spretta upp hugmyndir um að láta farþega standa til að koma fleirum fyrir, lækka þannig miðaverð og auka hagnað.

Ekki er ólíklegt að lóðrétt sæti verði að veruleika í flugi á næstu fimm til sex árum,“ segir Fairuz Romli, prófessor í geimverkfræði við Putra háskólann í Malasíu. Romli er höfundur skýrslu sem birt var í IACSIT, alþjóðlegu tímariti um verkfræði og tækni en CNN birti nýlega viðtal við Fairuz.

„Ég datt niður á þessa hugmynd þegar ég var að skoða leiðir til að lækka flugfargjöld,“ segir Romli en ætlan hans var að lækka fargjöld þannig að flugferðir gætu orðið samkeppnishæfar við rútu- og lestarferðir.

Hann tók mið af hinni vinsælu Boeing 737-300 farþegaþotu í útreikningum sínum. Þannig fékk hann út að með því að bjóða upp á standandi sæti væri hægt að auka farþegafjölda um 21 prósent og að flugfargjöld gætu lækkað um allt að 44 prósent.

„Ég flýg sjálfur mikið og aðallega innanlands. Oft finnst mér ég rétt búinn að spenna á mig beltið þegar vélin er lent aftur. Því vaknaði hjá mér spurningin: Þurfum við í alvöru að setjast niður?“ spyr Romli í viðtali CNN.

RÚTUR MEÐ VÆNGI

Romli komst fljótlega að því að hugmynd hans var ekki ný af nálinni. Fyrirtæki á borð við Airbus, Spring Airlines frá Kína og Ryanair frá Írlandi höfðu öll gælt við þessa hugmynd.

Árið 2012 var haft eftir framkvæmdastjóra RyanAir: „Vandamálið við flugsamgöngur er að í fimmtíu ár hefur fólk talið flug til einhvers konar unaðslegrar athafnar þegar flugvélar eru í raun bara rútur með vængi.“ RyanAir kom þá með hugmynd að nokkurs konar fóðruðu bretti sem fólk gæti hallað sér upp að sem útbúið væri ólum yfir axlirnar. Hins vegar hefur flugfélagið hætt við slíkar útfærslur á vélum sínum, í það minnsta enn sem komið er. Raunar hafa hugmyndir RyanAir um að rukka farþega fyrir klósettferðir ekki heldur gengið í gegn.

LITLIR MARKAÐSMÖGULEIKAR

Eitt af því sem kemur í veg fyrir uppgang lóðréttara sæta í flugvélum eru strangar reglur um flugvélasæti. Nýjar gerðir af sætum þyrftu að gangast undir margar prófanir og fara í gegnum langt ferli áður en leyfi fengist fyrir notkun þeirra. Þá hafa framleiðendur lýst yfir efasemdum um hagkvæmni hugmyndarinnar um lóðrétt sæti. „Við teljum hugmyndina ekki hafa góða markaðsmöguleika,“ segir Mark Hiller, framkvæmdastjóri Recaro



Aircraft Seating, sem selur farþegasæti í stóran hluta farþegaflugvéla í heiminum. „Í okkar huga munu farþegar ekki sætta sig við að ferðast með þessum máta. Jafnvel þótt slík sæti standist öll próf myndum við sjá þetta sem meiriháttar fórn á þægindum og rými fyrir farþega, jafnvel á styttri ferðum.“

GÓÐUR VALKOSTUR

Romli telur hins vegar að hugmyndin eigi rétt á sér en í skýrslu hans er að finna áhugaverðar útfærslur á lóðréttum sætum. Í skýrslu hans kemur fram að þótt sparnaður aukist eftir því sem flugleiðir lengist, verði að miða slík standandi flug við styttri vegalengdir. Þá þurfi að meta getu fólks til að standa út frá aldri og heilsu einstaklinga.

„Ég hef séð fólk standa í lestum og rútum á klukkutíma ferðalagi. Því ætti ekki að vera langsóttara að standa í flugvél. Ef valmöguleikinn snýst um að sitja í lest eða rútu í sex til sjö tíma eða standa í klukkutíma í flugvél, tel ég að margir myndu velja seinni kostinn ef flugmiðinn væri á sanngjörnu verði.“

VARLA ÞÆGILEGT

Ítalska fyrirtækið Avio-interiors S.P.A, kynnti árið 2010 hugmyndir að nýju standandi sæti, sem gæti gert flugfélögum kleyft að fjölga farþegum um 40%. Slík sæti hafa þó ekki enn náð föttestu.

NORDICPHOTOS/AFP

Vissir þú að...

Barnaheill
Save the Children á Íslandi

Foreldrar bera megin ábyrgð á að standa að líkamlegum, andlegum og félagslegum þroska barna sinna.

ÚTILEGAN OG SUMARHÁTÍÐIR

MÍÐVIKUDAGUR 16. JÚLÍ 2014

Kynningarblað

Einfaldur matur í útileguna

Leikir fyrir alla fjölskylduna

Kort yfir allar sumarhátíðir í júlí og ágúst



Kubb er skemmtilegur leikur fyrir alla fjölskylduna að spila í útilegunni.

MYND/GETTY

Allir saman út að leika í sumar

Það er gaman að fara í skemmtilega leiki á tjaldsvæðinu með fjölskyldu og vinum og fá jafnvel alla í tjöldum í kring til að vera með. Krökkunum finnst gaman þegar mamma og pabbi nenna að leika og fullorðna fólkið hefur gott af því að finna barnið í sjálfu sér.

Þegar ættingjar, vinir og félagar eru saman komnir á tjaldstæðinu er gaman að slá á léttu strengi og fara í einn eða tvo leiki og hrísta hópinn saman. Hér eru nokkrir leikir, gamlir og nýir, sem henta vel í útileguna.

Línuleikur

Sniðugur leikur fyrir stærri hópa. Byrjið á því að skipta þátttakendum í hópa (gjarnan átta eða fleiri í hverjum hópi). Segið þátttakendum að í leiknum eigi þeir möguleika á því að læra eitthvað um hver annan sem þeim dytti ekki í hug að spyrja um. Keppni er á milli hópanna að raða sér upp á ákveðinn hátt sem stjórnandi gefur fyrirmæli um. Hver hópur á að raða sér upp eins hratt og hann getur og sá hópurinn er fyrstur sigur. Þegar hópurinn er búinn að raða sér upp samkvæmt fyrirmælunum eiga allir hópmeðlimir að klappa til þess að gefa til kynna að línán sé tilbúin.

Eftir hverja lotu ákveður stjórnandi hvaða hópur var fyrstur til þess að raða sér upp og klappa og

lýsir þar með sigurvegara lotunnar. Dæmi um eftir hverju hópurnum á að raða sér er skónúmer (minnsta fremst og stærsta númer aftast), lengd handar, hárlengd, afmælisdagur, stafrófsröð (nafn eða föðurnafn).

Kubb – Víkingaspil

Skemmtilegt spil fyrir alla fjölskylduna. Til að spila Kubb þarf að eiga þar til gert spil sem inniheldur tíu kubba, sex kylfur og einn „kóng“. Spilið gengur út á að kasta prikunum sex í kubbanu fimm sem mótherjinn hefur stillt upp. Þegar það hefur tekist þarf að fella kónginn. Sá sem fellir kónginn fyrst vinnur leikinn. Þó á ekki að fella kónginn fyrr en allir fimm kubbar andstæð-

ingsins hafa verið felldir. Ef það gerist tapar liðið sem felldi kónginn sjálfkrafa. Þetta virðist einfalt en það er erfiðara en ætla mætti að fella kubbanu sem eru handan vallarins.

Boðhlaup

Hefðbundið boðhlaup þekkja flestir og hafa prófað. Í boðhlaupið má bæta ýmsum útfærslum, til dæmis er hægt að láta þátttakendum skrifa, hoppa á öðrum fæti, hlaupa með herðatré þversum á milli fótanna, hoppa í poka (pokahlaup), hlaupa afturábak eða halda á öðrum keppanda á meðan hlaupið er.

Það má einnig breyta boðhlaupinu og aðlaga það svo að það henti mismunandi aldri þátttakenda.

Stórfiskaleikur

Þessi einfaldi og skemmtilegi hlaupaleikur sem flest-



Margt er hægt að gera sér til dægurstyttingar á tjaldstæðinu. Til dæmis að spila frísbí. Þar geta líka allir verið með, ungir sem aldnir.

NORDICPHOTOS/GETTY

ir hafa einhvern tíma farið í hentarfólki á öllum aldri, ungum sem öldnum. Sá sem er „stóri fiskurinn“ stendur á miðjum velli og klappar. Þá eiga allir „litlu fiskarn-

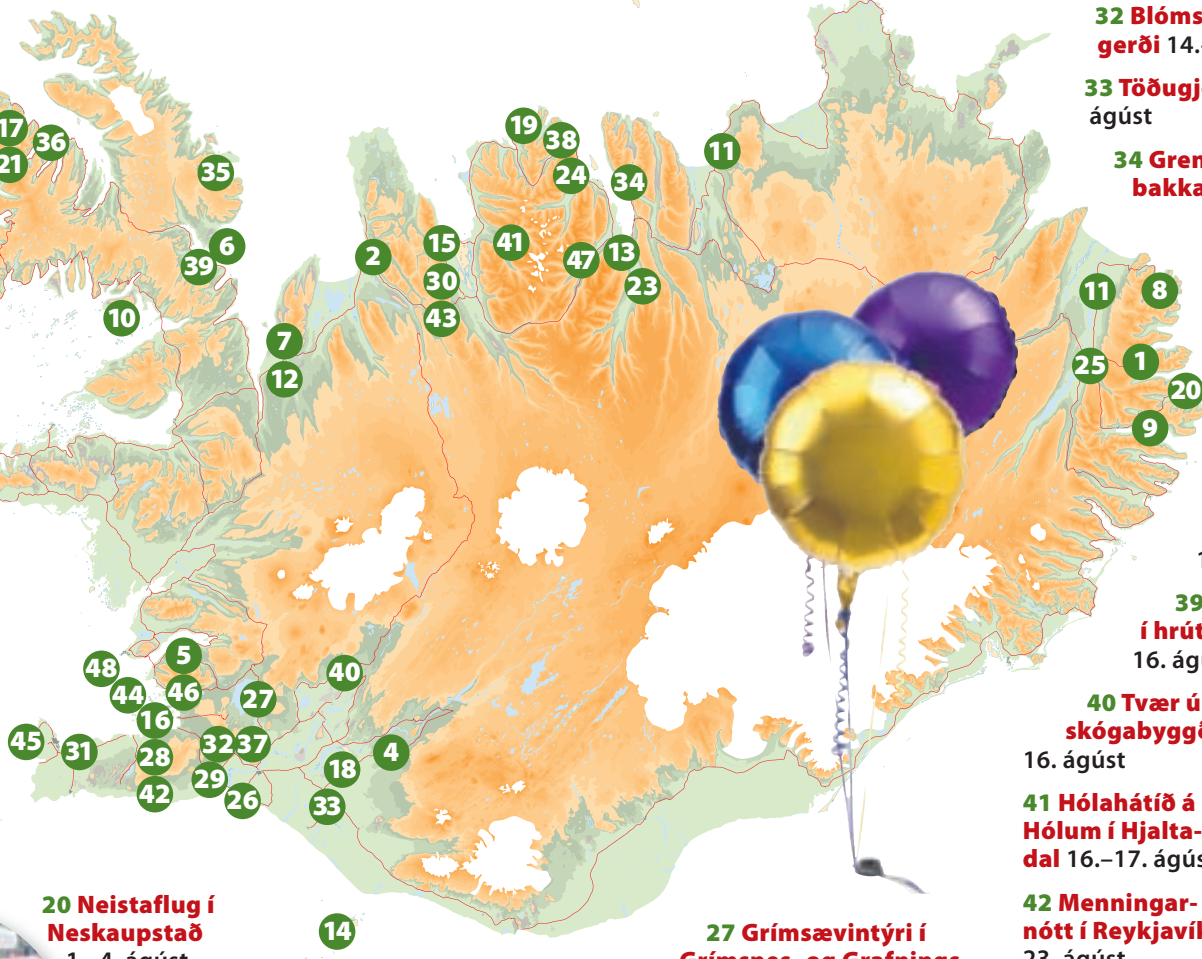
ir“ að hlaupa yfir völinn í örugga höfn hinu megin. Þeir „litlu fiskar“ sem sá stóri nær þurfa að hjálpa stóra fiskinum að ná öllum litlu. Sá sem síðast næst vinnur leikinn.



Sumarhátíðir í júlí og ágúst

Mikill fjöldi hátíða er haldinn um allt land í sumar sem bjóða ýmsa skemmtun fyrir alla aldurshópa. Til að átta sig betur á framboðinu má hér finna lista yfir helstu sumarhátíðirnar í júlí og ágúst. Kortið sýnir hvenær og hvar hátíðirnar eru haldnar.

- 1 Lunga á Seyðisfirði** 13.–20. júlí
- 2 Húnavaka á Blönduósi** 17.–20. júlí
- 3 Baunagrasið á Bíldudal** 18.–19. júlí
- 4 Fjölskylduhátíðin í Galtalækjarskógi með Pollapönki** 18.–20. júlí
- 5 Kátt í Kjós** 19. júlí
- 6 Bryggjuhátíð á Drangnesi** 19. júlí
- 7 Eldur í Húnaþingi** 23.–26. júlí
- 8 Bræðsludagar á Borgarfirði eystri** 24.–27. júlí
- 9 Franskir dagar á Fáskrúðsfirði** 24.–27. júlí
- 10 Reykhóladagar** 24.–27. júlí
- 11 Mærudagar á Húsavík** 24.–27. júlí
- 12 Grettishátíð Grettisbóli, Laugarbakka** 25.–27. júlí
- 13 Fjölskylduhátíðin Ein með öllu á Akureyri** 31. júlí–3. ágúst
- 14 Þjóðhátíð í Vestmannaeyjum** 31. júlí – 4. ágúst
- 15 Unglingalandsmót UMFÍ í Skagafirði** 1.–3. ágúst
- 16 Innipúkinn í Reykjavík** 1.–3. ágúst
- 17 Evrópumótið í mýrabolta á Ísafirði** 1.–3. ágúst
- 18 Edrúhátíðin Laugalandi í Holtum. Fjölskylduhátíð SÁÁ** 1.–4. ágúst
- 19 Síldarævintýri á Siglufirði** 1.–4. ágúst



- 32 Blómstrandi dagar í Hveragerði** 14.–17. ágúst
- 33 Töðugjöld á Hellu** 15.–16. ágúst
- 34 Grenivíkurgleði í Grýtbakkahreppi** 15.–16. ágúst
- 35 Djúpvíkurdagar** 15.–17. ágúst
- 36 Bláberjadagar í Súðavík** 15.–17. ágúst
- 37 Blómstrandi dagar í Hveragerði** 15.–17. ágúst
- 38 Berjadagar í Ólafsfirði** 15.–17. ágúst
- 39 Íslandsmeistaramótið í hrútaðómum í Hólmavík** 16. ágúst

- 20 Neistaflug í Neskaupstað** 1.–4. ágúst
- 21 Act alone – einleikjahátíð á Ísafirði** 6.–9. ágúst
- 22 Sumar á Selfossi** 7.–10. ágúst
- 23 Handverkshátíð í Eyjafjarðarsveit** 8.–10. ágúst
- 24 Fiskidagurinn mikli á Dalvík** 7.–10. ágúst
- 25 Ormsteiti á Egilsstöðum** 9.–17. ágúst
- 26 Aldamótahátíð á Eyrarbakka** 9. ágúst

27 Grímsævintýri í Grímsnes- og Grafningshreppi 9. ágúst

28 Gleðiganga Hinsegin daga 10. ágúst



29 Veiðidagur fjölskyldunnar í Ölfusá 10. ágúst

30 Gæran á Sauðárkróki 14.–16. ágúst

31 Fjölskylduhátíð í Vogum 14.–17. ágúst

40 Tvær úr Tungunum í Bláskógabyggð 16. ágúst

41 Hólahátíð á Hólum í Hjaltadal 16.–17. ágúst



42 Menningar-nótt í Reykjavík 23. ágúst

43 SveitaSæla á Sauðárkróki, landbúnaðarsýning og bændahátíð 23. ágúst

44 Danshátíð í Reykjavík 23.–31. ágúst

45 Sandgerðisdagar 27.–31. ágúst

46 Í túninu heima í Mosfellsbæ 29.–31. ágúst

47 Akureyrarvaka 29.–31. ágúst

48 Reykjavík Bacon Festival 30. ágúst

FJÖLSKYLDUHÁTÍÐIN Í GALTALÆKJARSKÓGI MEÐ PÖLLA PÖNK

18.–20. JÚLÍ

STÚTFULL DAGSKRÁ AF SKEMMTIATRÍÐUM FYRIR ALLA FJÖLSKYLDUNA!

MIÐASALA FER FRAM Á MIDLIS

FACEBOOK.COM/GALTALAEKJARSKOGUR

GALTALÆKJARSKÓGUR

Einföld máltíð til að taka með í útilegu

Þegar haldið er af stað í útilegu er ágætt að vera vel nestaður. Hægt er að spara mikinn pening með því að sleppa vegaveitingastöðum.

Alls kyns lokuð plastílát fást í flestum stórmörkuðum og þau eru kjörin fyrir nestið. Hægt er að hafa hádegissamlokur í einu boxinu en kvöldmat í öðru. Þá þarf ekki að byrja á því að finna til matinn og hita upp grillið þegar komið er á tjaldstæðið. Litlar kjötbollur eru góðar kaldar og þær er hægt að útbúa fyrirfram. Með þeim er hægt að hafa kúskús, sem einnig er auðvelt að laga áður og sweetchili-sósu sem er aðkeypt. Hér er mjög einföld uppskrift að kjötbollum sem miðast við tvo.

Litlar kjötbollur

- 300 g nautahakk
- 80 g brauð, skorið í bita
- 1 egg
- 1 tsk. paprikuduft
- salt og pipar
- smjör og olía til steikingar

Það má bæta við ferskum kryddjurtum, hvítlauk og chili-pipar í hakknið ef fólk vill. Hrærið saman hakknið, brauðið, egg, papriku og salt og pipar. Formið litlar bollur og steikið á pönnu á miðlungshita í um það bil 10 mínútur.

Kúskús er einfalt að gera. Venjulega þarf einungis sjóðandi vatn í það og láta síðan standa í nokkrar mínútur undir plastfilmu. Upplýsingar eru á umbúðum. Þegar kúskúsið er tilbúið er hrært í því með gaffli. Gott er að bæta í það niðursneiddri papriku, rúsínum og ferskum kryddjurtum.

Hér er komin tilvalin, bragðgóð máltíð – án svo til nokkurrar fyrirhafnar – þegar komið er á tjaldstæðið.



Kjötbollur og kúskús. Góð máltíð sem hægt er að útbúa áður en lagt er af stað í ferðalagið.

Ertu fullur af orku í ferðalaginu?



Leitz hleðslurafhlaðan er ótrúlega sniðug fyrir ferðalanga!

Hleður öll raftæki sem hlaðast í gegnum USB.
GPS tækið, símann, iPod ofl.

Verð kr. 13.999



Frábært fyrir ferðina!
Hleðsla fyrir iPhone 5S/5C/5

Verð kr. 12.999

Þessir eru frábærir fyrir fellið, fjallið og ferðina!



Verð kr. 3.999

5% afsláttur af ÖLLUM
VÖRUM einnig tilboðum



540 2000 | penninn@penninn.is | www.penninn.is | www.eymundsson.is
Vöruúrval mismunandi eftir verzlunum. Upplýsingar eru birtar með fyrirvara um villur og myndabrengl.



Áriðandi er að hafa engan lausan farangur í bílnum þegar ferðast er.

MYND/GETTY

HÆTTULEGIR SMÁHLUTIR

Þegar ferðast er um landið er að mörgu að huga. Það er margt sem þarf að taka með í útileguna og þá er mikilvægt að raða eftir kúnstarinnar reglum í bílinn, bæði svo allt komist með og svo geta lausir hlutir orðið hættulegir ef eitthvað kemur upp á.

Þótt ökumaður og farþegar séu í bílbeltum er hættan sú að það sem virðist sakleysislegur hlutur sem liggur laus í bílnum geti við árekstur breyst í drápstól. Dæmi eru um að myndavélabúnaður, bækur og fartölva hafi við árekstur flogið af stað og þegar það lendir á einhverri fyrirstöðu verður höggþungi hlutarins margföld vigt hans. Það er nánast



undantekningarlaus hægt að koma í veg fyrir þessi

slys með því að setja allt sem er laust í farangursgeymslu eða skorða það, þannig að ekki sé hættu á að það kastist til við árekstur.

Heimild: Samgöngustofa



NÁTTÚRUPERLA

Nokkur tjaldstæði á Íslandi bjóða upp á hrikalega náttúrufergur. Eitt þeirra er Þakgil sem er milli Mýrdalsjökuls og Mýrdalsands, 14 km frá Þjóðvegnum. Beygt er út af honum við Höfðabrekku sem er 5 km austan við Vík.

Náttúran í Þakgili er stór- brotin. Græn fjöll og kynjamyndir sem minna á ævintýraveröld. Á þessu svæði eru margar fallegar gönguleiðir og hægt að finna slíkar við allra hæfi. Í Þakgili er tjaldstæði, snyrting og sturta. Þá er matsalur í náttúrulegum helli, en í honum eru borð og bekkir, kamína og grill.

Auðvelt er að komast í Þakgil þar sem ekki þarf að fara yfir ár eða sprænur. Þannig er fært öllum venjulegum bílum.

EINFALT Í ÚTILEGUNA

Þegar kemur að eldamennsku í útilegu er best að leggja upp með einfalda rétti. Það þarf þó ekki að koma niður á bragði. Hér er uppskrift að gómsætum en sáraefnöldum eftirrétti.

- 1 askja jarðarber
- 1 askja bláber
- 1 dl makkarónukökur
- súkkulaðispænið eftir smekk

Skerið jarðarberin í fernit og dreifið í álbakka ásamt bláberjum. Dreifið makkarónum og súkkulaðispónum yfir. Látið krauma á grilli í 7-10 mínútur.

Rétturinn er góður einn og sér en líka með ís og rjóma. Í útilegu er líklega best að veðja á sprauturjóma.



NUTRILENK - hollráð við liðkvillum. Náttúruleg bætiefni fyrir liðina



Nutrilenk Gold gerir gæfumuninn

Ég æfi þríþraut með áherslu á hjólreiðar. Æfingarnar eru mjög fjölbreyttar að lengd og gæðum en lengstu æfingarnar eru 6 tímar.

Ég prófaði Nutrilenk Gold fyrir rúmlega ári og fannst það hjálpa mér mikið. Ýmsar rannsóknir í ritrýndum alþjóðlegum timaritum hafa sýnt fram á jákvæða virkni innihaldsefna sem eru í Nutrilenk án þess að þau séu skráð sem lyf.

Ég prófaði að hætta að taka inn Nutrilenk nokkrum mánuðum síðar en byrjaði aftur og hef tekið Nutrilenk núna í rúmlega hálf tít ár og ætla að halda því áfram enda hafa æfingar og keppnir gengið mjög vel.

Hákon Hrafn er 39 ára fjölskyldumaður, Íslandsmeistari í þríþraut síðustu þrjú ár, þríþrautarmaður ársins og Íslandsmeistari í tímakeppnihjólreiðum.



Hákon Hrafn Sigurðsson

Hvað getur Nutrilenk gert fyrir þig?

Við mikið álag og eftir því sem árin færast yfir getur brjóskefurinn rýrnað sem veldur því að liðirnir slitna. Mjög margir finna fyrir óþægindum og verkjum þegar liðfletirnir núast saman, sérstaklega í liðamótum í mjóðmum, hrygg og hnjúm. Þess vegna er til mikils að vinna að styrkja liðbrjóskið á náttúrulegan hátt.



Heilbrigður liður



Liður með slitnum brjóskef

Náttúrulegt byggingarefni fyrir liðbrjóskið og beinin

Nutrilenk Gold er frábært byggingarefni fyrir brjóskef og getur minnkað liðverki, brak í liðum og stírleika. Inniheldur brjóskef úr fiski- og hákarlabeinum sem er öflugt byggingarefni fyrir bein og brjóskef enda ríkt af kondritíni, kondritín sulfati, kollageni og kalki. Hentugt fyrir þá sem þjást af minnkuðu liðbrjóski og slitnum liðum

Nutrilenk hefur hjálpað fjölmörgum. Nutrilenk er 100% náttúruleg vara sem er mjög gagnleg þeim sem þjást af brjóskefsvræmnum.

Prófið sjálf - upplifið breytinguna!

Nánari upplýsingar á www.gengurvel.is



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

Nutrilenk er fánlegt í flestum apótekum, heilsuþúðum og heilsuhillum stórmarkaðanna

ASKJA
NOTAÐIR BÍLAR



TOYOTA Rav4 x. Árgærd 2011, ekinn 45 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur. Verð 4.090.000. Rnr.161041.



MERCEDES-BENZ Viano cdi 3.0. Árgærd 2007, ekinn 183 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 5.290.000. Rnr.210398.



Kia Sportage EX dísel sjálfsk.. Árgærd 2013, ekinn 32 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 5.390.000. Rnr.141147. 6 ár eftir af verkmiðjuábyrgð.

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

MB bílar



Land Rover Discovery 3 TDI V6 skráður 08/2007. Ekinn 119 þkm. Dísil sjálfskiptur, 7 manna, dráttarkúla, álfelgur, hraðastillir, leður innréttingu o.fl. Verð kr. 5.490.000 tilb. 4.790.000



Skoda Octavia Ambiente skráður 07/2010. Ekinn 78 þkm. Dísil sjálfskiptur, eyðslugrannur bíll. Verð kr. 2.850.000



VW Tiguan SPOERT_STYLE skráður 02/2008. Ekinn 96 þkm. Dekurbíll, dráttarkúla o.fl. Verð kr. 3.590.000

MB Bílar
Kletthálsi 1a, 110 Reykjavík
Sími: 415 1150
Opíð virka daga 10-18, laugard. 12-16
http://www.mbbilar.is

BÍLAHÖLLIN
S: 567-4949



Toyota Rav4 GX Diesel 5/2013 ek. 43þús. sjálfsk. Bakkmyndavél og m/fl Ásett verð 5.990.000.- ath. sk. ódýrari



Land Rover Range Rover Supercharged Sport 2006 ek. 160þús. einn m/ öllu Ásett verð 4.990.000.- skipti dýrari eða ódýrari.



Nissan Terrano Luxury Diesel 1/2005 ek. 120þús. Sjálfsk. flottur diesel bíll Ásett verð 1.690.000.-



Honda Jazz 1.4 LS 9/2006 ek.81þús. sjálfskiptur sparneytinn bíll Ásett verð 1.350.000.-

BÍLAHÖLLIN
S: 567-4949



VORTEX heithúðun á allargerðir pallbíla og fleira upplýsingar í Bílaryðvörn sími 587-1390.

Bílahöllin
Bíldshöfða 5, 112 Rvk
Sími: 567 4949
www.bilahollin.is

Bíla & FerðavagnaMarkaður



A-liner árg 2002 fortjald,sólarsella, cd.sjónvarp,heitt vatn upphækkað, loftpúðar,vel með farið tilbúð í veiðina verð 1380 þús Raðn.121906

Ferðavagnamarkaður
Skútuvogur 6, 104 Reykjavík
Sími: 445 3367
Sérhæfum okkur í ferðavögnum.
www.ferdavagnamarkadur.is

bilfang.is
S. 567 2000



DIESEL !
Dodge Nitro Limited 2.8 DIESEL 04/2012 ek 30 þ.km 6 gíra , Leður ofl FLOTTUR JEPPI ! Okkar verð 5.4 mil !!!

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

KRÓKUR



KRÓKUR
Við flytjum bifreiðar og vinnuvélar á öruggan og hagkvæman hátt.

Krókur
Sími: 522 4600
http://www.krokur.net

bíll.is
bestir í bílum...



SKODA Octavia elegance turbo. Árgærd 2002, ekinn 199 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur, Ný tímærim. Verð 590.000. Rnr.194704. S: 894-5332

Bíll.is
Sími: 577 3777
www.bill.is

100 bílar.is
Skráðu bílinn frítt hjá okkur!
Skráðu bílinn frítt hjá okkur!
100 bílar.is

VANTAR ALLAR GERÐIR BÍLA Á SKRÁ OG Á STAÐINN!! Komdu til okkar, sendu okkur mail á 100bilar@100bilar.is eða hringdu í síma 5179999, Skráðu bílinn frítt hjá okkur. Kíktu á www.100bilar.is

100 bílar ehf
Pverholt 6, 270 Mosfellsbær
Sími: 517 9999
Opíð virka daga 10-18.00 og laugardögum 11-15.
www.100bilar.is

567 2277 **NÝJA** WWW.NYJA.IS

BÍLAHÖLLIN

BÍLAKJARNINN VIÐ BREIÐHÖFÐA 110 REYKJAVÍK



MERCEDES BENZ A 200 amg style.
Árgærd 2013, ekinn 13 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur. Verð 6.490.000. Rnr.990668.



PORSCHE 911 carrera 4s.
Árgærd 2006, ekinn 43 Þ.KM, bensín, 6 gírar. Verð 11.900.000. Rnr.114042.



BMW X3 xdrive20d panorama.
Árgærd 2011, ekinn 46 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 7.990.000. Rnr.114036.



SKODA Superb 4x4.
Árgærd 2013, ekinn 49 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 5.350.000. Rnr.219877.



SKODA Octavia ambiente combi.
Árgærd 2011, ekinn 63 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 3.250.000. Rnr.311998.



MERCEDES-BENZ C 180 cdi blue efficiency avantgarde.
Árgærd 2011, ekinn 152 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 4.980.000. Rnr.114060.



VW Golf trendline diesel.
Árgærd 2006, ekinn 100 Þ.KM, dísel, 6 gírar. Verð 1.690.000. Rnr.114032.



DODGE Durango ltd hemi.
Árgærd 2007, ABEINS ekinn 66 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur. Verð 2.690.000. Rnr.219907.



VW Passat highline diesel .
Árgærd 2011, ekinn 112 Þ.KM, dísel, 5 gírar. Verð 3.690.000. Rnr.114075.



TOYOTA Land cruiser 120 lx.
Árgærd 2004, ekinn 194 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 2.890.000. Rnr.219924.



LAND ROVER Discovery 3 se g4.
Árgærd 2007, ekinn 90 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. LEDUR 7 MANNA Verð 5.980.000. Rnr.114084.



LAND ROVER Range rover supercharged hse. Árgærd 2008, ekinn 81 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur. MED ÖLLU SEM NÝR Verð 7.490.000. Rnr.112917.



TOYOTA Hilux double cab d/c, sr dísel. Árgærd 2007, ekinn 111 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur.LEDUR,HÚS OG FL Verð 4.170.000. Rnr.217077.



VW Caravelle comfotline . Árgærd 2007, ekinn 58 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 4.990.000. LÆKKAD VERÐ Rnr.113083.



BMW F800gs. Árgærd 2012, ekinn 7 Þ.KM, bensín, 6 gírar. ÁSETT VERÐ 2.490 TILBOÐSVERÐ 2.090.000. Rnr.113025.

OPIÐ MÁNUDAGA TIL FÖSTUDAGA FRÁ KLUKKAN 10-18

VANTAR NÝLEGA BÍLA Á STAÐINN





BÍLL DAGSINS

Peugeot 208 Active

Nýskráður 3/2014, ekinn 3 þús. km., bensín, sjálfskiptur.

Bíll dagsins kr.
2.850.000



PEUGEOT

406

Nýskráður 6/1999, ekinn 240 þús. km., bensín, 5 girar.

Verð kr. 470.000



CHEVROLET

Captiva 7 manna

Nýskráður 2/2011, ekinn 27 þús. km., dísel, sjálfskiptur.

Verð kr. 4.390.000



VOLKSWAGEN

Passat

Nýskráður 9/2006, ekinn 133 þús. km., bensín, 6 girar.

Verð kr. 1.380.000



HONDA

CR-V Elegance

Nýskráður 7/2010, ekinn 74 þús. km., bensín, sjálfskiptur.

Verð kr. 3.690.000



TOYOTA

Corolla Sol Wagon

Nýskráður 1/2005, ekinn 132 þús. km., bensín, 5 girar.

Verð kr. 1.290.000



PEUGEOT

107 Active

Nýskráður 5/2014, sýningarbíll frá umboði, bensín, sjálfskiptur.

Verð kr. 2.090.000



HONDA

CR-V Executive

Nýskráður 9/2005, ekinn 120 þús. km., bensín, sjálfskiptur.

Verð kr. 1.790.000



NISSAN

Murano AWD

Nýskráður 10/2006, ekinn 109 þús. km., bensín, sjálfskiptur.

Verð kr. 1.990.000

Vegna mikillar sölu að undanfögnu vantar okkur bíla á skrá!

Opnunartími

Mánudaga - föstudaga milli kl. 10:00 og 18:00

Lokað á laugardögum í sumar.



Bílaþjónustanum • Eirhófa 11 • Sími 551 7171 • notadir.bernhard.is

Bílar til sölu

Rafbíllinn ÓKEYPIS!
Kynntu þér nýjstu viðskiptavinna á vefnum: **islandus.is**
Sparaðu STÓRT! Sími 552 2000

Rafbíllinn Ókeypis. Láttu bensín sparnaðinn borga bíllinn. Kynntu þér reynslu annarra viðskiptavina okkar á islandus.is. Nissan Leaf frá 2.995þús. Tilboð á Toyota, Ford, Chevrolet og Tesla. Útsölutilboð á sýningabílum, eftirásbílum, rafbílum, metan/bensín/díselbílum. Íslensk ábyrgð og allt að 100% fjármögnun í boði. islandus.is - S.5522000



Til sölu Grand Cherokee Limited árg'99. Ný skoðaður. Verð 250 þús. S. 894-5999.



Til sölu Suzuki Grand Vitara 2007. Ek. 140þús. V. 1650þús. Uppl. S. 8981180



KAUPUM ALLA BÍLA HÆRRA UPPÍTÖKUEVERÐ

Við staðgreiðum bíllinn þinn og þú getur þar með fengið staðgreiðsluafslátt af nýja bílnum. Sendu okkur upplýsingar í gegnum www.seldur.is og við sendum þér staðgreiðslutilboð.



Polo 1.4 árg. 2000, beinsk. Ekinn aðeins 127 þkm, nýskoðaður 15 án athugasemda. Sami eigandi frá 2003. Vel með farinn bíll í góðu lagi. Talsvert yfirfarinn, m.a. bremsur og púst. Verð 325 þús staðgreitt. S: 898 3195.

250-499 þús.

Til sölu gott eintak af Passat árg. '99 ek. 173þús Ásett 320þús S.862 6660.

Bílar óskast

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

Sendibílar



Allar stærðir sendibíla. Nýja Sendibílastöðin sími 568-5000.

Hjólhýsi



Hobby árg. 2004 400 SF mjög vel með farið aðeins 1 eigandi. Verð 1950þ. Uppl í síma 8942515

Fellihýsi

Notaðir ferðavagnar á www.vikurverk.is



Lyftarar



Til sölu Komatsu WH 714 árg 2006 notaður aðeins 940 vinnustundir Lyftigetia 4.5 t skotbóma 14 m tæki í mjög góðu standi Verð tilboð. Uppl. sendist á bygg@internet.is S:892-0566



Til sölu FH Faresin 11.35 árg. 2008. Notkun 180 klst. skófla og gafflar fylgja. Verð: tilboð. Uppl. sendist á bygg@internet.is S:892-0566

Bátar



Til sölu Marex 290 með volvo penta kad 44 260 hö,volvo dpe drifi og öllum þeim lúxus sem þarf í sumarbústað á floti sími 8925855

MARÁS
TOHATSU
UTANBORDSMÓTORAR

Lettir Fyrirferðalittir Hjóðalitr Kraftmiklir Sparneytnir 2,5-140 hö

Miðbraun 13 - 210 Gardabær Sími: 555 6444 - www.maras.is

Varahlutir



Nýjar og notaðar felgur í miklu úrvali. VAKA S:567 6700.

SMÁPARTAR.IS

Eigum orðið mikið úrval notaðra og nýja varahluta í margar gerðir bíla. Tökum einnig að okkur viðgerðir. Upplýsingar á Smápartar.is eða í síma 5675040-7785040

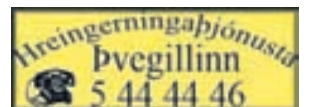
Viðgerðir

AB BIFREIÐAVERKSTÆÐI
Get bætt á mig öllum teg. bíla til viðgerða. Þar á meðal pústviðgerðir, bremsur og allar viðgerðir. Uppl. s. 555 6020.

Viðgerðir - Varahlutir í VW Golf, Póló, Yaris, mmc carisma, kangoo. Renni diska og skálar. Sérgræin bremsuviðgerðir. S. 892 7852.

ÞJÓNUSTA

Hreingerningar



Hreingerningar - Bónun - Bónleysing Flutningsþrif - Þrif eftir iðnaðarmenn thevgillinn.is - Stofnað 1969 Traustir og vanir menn.

Teppahreinsun, gluggahreinsun, flutningsþrif, húsgagnahreinsun, bónun o.s.fr. Uppl. Tómas, s. 699 6762 og www.gluggahreinsir.is

Garðyrkja

Garðabjónusta Islands ehf
www.garda.is
Vönduð vinnubrögð
Róbert S. 866 9767

GARDABJÓNUSTA REYKJAVÍKUR
S. 777-8100
Fæðu fagmenn í verkið

Nýir rafmagnsgolfbílar á frábæru verði

- Hleðslumælir.
- Ljós.
- Stefnumljós.
- Bolta- og kylfuhreinsir.
- Kælibox.
- Hlíf fyrir kylfur ef rignir.
- Eigum til á lager svarta og hvíta golfbíla.

Verð **890.000,-** m/vsk

Upplýsingar í síma 898 0860 eða maggi@altak.is

SMÁVÉLAVIÐGERÐIR & UTANBORÐSMÓTORAR

Sláttuvélavélar
Vélaverkstæði JS

Sími: 554 0661

Smávélavíðgerðir, víðgerðir á utanborðsmótorum: Garðsláttuvélur, sláttuor, slátturaktorar, jarðvegsþjoppur, Gokartþjónusta, keðjusagir, rafstöðvar, einnig víðgerðir á fjór hjólu. JS Vélaverkstæði. S. 554 0661.

Sælugarðar.is

- Garðsláttur
- Beðahreinsun
- Pökulagnir
- Hellulagnir
- Sólpallasmiði
- Öll garðvinna

Mætum og gerum tilboð þér að kostnaðarlausu!
Kári sími: 824-1238

Tökum að okkur allt sem viðkemur garðinum, auk allrar almennrar smíðavinnu - lögg. húsamíðameistari. Vanir menn, snór handtök. S. 824 1238.

TRJÁFELLINGAR

Klippi, felli snyrti tré og runna. Eiríkur Sæland garðyrkjufæðingur. Sími: 848 1723.

Útsala stórar plöntur allar gerðir veljum íslenskt. Blómsturvellir v. Reykjaland s.8641202

Ódýr garðsláttur og garðúðun. Halldór garðyrkjumaður. 6981215.

Bókhald

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

Málarar

REGNBOGALITIR
Alhliða málingarþjónusta. Fagþjónusta. Vönduð vinnubrögð. Frí verkskoðun og verðtilboð. Sími. 891 9890 malarar@simnet.is

PAK OG HÚSAMÁLUN
Alhliða málingarþjónusta. Fagmennska og góð umgengni. Uppl. í s. 695 4464 Ágúst málarar.

Getum bætt við okkur inni- og útiverkefnum. Vönduð vinnubrögð og góð umgengni. Tilboð eða tímavinna. Lítið Mál ehf. Sigurður 896-5758.

Búslóðaflutningar

SENDIBILL.IS
Búslóðaflutningar, píanóflutningar, gerum tilboð í búslóðaflutninga út á land. Almenn sendibílaþjónusta. S. 772 3222

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

Tölvur

Allar almennar tölvuviðgerðir og vírushreinsanir. Kem á staðinn. S. 699 6735 Baldvin.

Nudd

NUDD
Slökunarnudd í miðbæ Reykjavíkur. Sími 694 7881, Zanna.

Húsviðhald

MARKMIÐ VERKTAKAR

ALHLIÐA FASTEIGNAVIÐHALD

Smíðavinna · Pípulagnir
Rafagnir · Málingavinna
Múrviðgerðir · Flísalagnir
Hellulagnir · Jarðvinna
Lóðavinna

Tilboð þér að kostnaðarlausu.
Uppl. í síma: 820 8888

FLÍSALAGNIR - MÚRVERK - FLOTUN

Getum bætt við okkur verkum í flísalögnum, múrverki og múrviðgerðum.

Áratuga reynsla og vönduð vinnubrögð

Tímavinna og tilboð
Strúctor byggingaþjónusta ehf.
S. 893 6994

Vörubílastöðin Þróttur

Vörubílar - Kranabílar
Sandur - Mold
Jarðvinna
Sími 577 5400

Spádómar

KÆRLEIKS-LJÓSID
Spánabíll Tarot lestur og kristalkúla
Vísu 566 7311
Tímazanarir í síma 8694650

SPÁSÍMI 908-6116
Ástir, fjármál & heilsa.

Spái í bolli/spil. Sé tímabókun gerð með sms er símaspá möguleg. S.699 4686. Kristín

SPÁSÍMINN 908 5666
Stjórnuþá. Tarot. Ársspá. Draumráðningar, ást og peningar. Andleg hjálp. Trúnaður.

Rafvirkjun

RAFLAGNIR, DYRASÍMAR. S. 663 0746.
Bjóðum hagstætt verð í töfluskípti. Straumblik ehf. Löggiltur Rafverktaki. straumblik@gmail.com

Til sölu

Hágæða sláttutraktorar

Verð frá 350.000 m/vsk.

STIGA
Vetrarsól ehf.
Áskaland 4 • Kópavogi • S 564 1884

Sandblástursfilmur

SAMSKIPTI
prentlausanir fyrir skapandi fólk

Gluggafilmur eða útskornar límfilmur í öllum litum. S: 5807820 eða sendu okkur fyrirspurn á netfangið sala@samskipti.is

LOK Á HEITA PÖTTA OG HITAVEITUSKELJAR.

Stærðir í cm: 235x235, 217x217, 210x210, 200x200, 217x235, 217x174. Lokin þola 1000 kg jafnarðarþunga af snjó. Vel einangruð og koma með 10 cm svntu. Sterkustu lokin á markaðnum. Litir: Brúnt eða Grátt. Opnarar til þess að auðveldu opnun á loki. www.Heitirpotta.is Sími 777 2000

FERDAPJÓNUSTUADILAR !

Húsgögn og fleira til sölu

Til sölu rúm (90x200), hillur, skrifborð, skrif-borðsstólar, borðstolu-/eldhúsbord, eldhússtólar, fataskápar, eldvarnar-hurðir, hitakútar og fl.

Allt notað en vel með farið og í mjög góðum gæðum.

MJÖG GOTT VERÐ

Námari upplýsingar gefur Jóhann s. 891-8604, s. 822-7303 Eiríkur og á www.sandfellehl.is

Óskast keypt

KAUPUM GULL - JÓN & ÓSKAR
Kaupum gull til að smíða úr. Spórur gjaldreyri. Heiðarleg viðskipti. Aðeins í verslun okkar Laugavegi 61.
Jón og Óskar - jonogoskar.is s. 552-4910.

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

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

Til bygginga

HARÐVIÐUR TIL HÚSBYGGINGA. SJÁ NÁNAR Á: WWW.VIDUR.IS

Vatnskæðning, panill, pallaefni, parket, útihurðir, ofl. Gæði á góðu verði. Nýkomnar Eurotec A2 harðviðarskrúfur. Penofin harðviðaróla. Indus ehf, Öseyrarbraut 2 Hf, Uppl.hjá Magnúsi í sínum 660 0230 og 561 1122.

Nudd

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

Námskeið

SIGLINGANÁMSKEIÐ
Lærðu að sigla seglskút, kænu eða kjölbát. Námskeið fyrir börn og fullorðna. Sjá nánar inn á www.brokey.is

Ökukennsla

Kenni allan daginn Toyota 2011, hjálpa við endurtökuþróf og akstursmat. Ævar Friðriksson s. 863 7493.

Fyrir veiðimenn

SILUNGANET

Heimavík ehf. S. 892 8655 www.heimavik.is

Húsnæði í boði

TIL LEIGU VERSLUNAR EÐA ÞJÓNUSTUHÚSNÆÐI MIÐSVÆÐIS Á HÖFUÐBORGARSVÆÐINU

Nýbýlavegi 8 (gamla Toyota húsinu) Til leigu 60 - 600 fm verslunar eða þjónustuhúsnæði hentar vel fyrir verslanir, veitingastarfsemi, hárgreiðslustofur og fleira, einnig 160- 400 fm húsnæði með allt að 4 metra lofthæð sem hentar undir léttan iðnað, lagerymi, heilsdólar, verslanir o.fl greið aðkoma að húsnæðinu, frábært auglýsingagildi, matvöruverslanir, veitinga og kaffihús í göngufæri.
Allar nánari uppl. veitir Sverrick í s. 661-7000

Húsnæði óskast

Ungt par með börn vantar langtleigu í Kóp. Frábær meðmæli ef óskað er. Pottþéttir leigjendur. Uppl. Selma 699-1652

Atvinnuhúsnæði

Til leigu ca.85fm iðnaðarhúsnæði / verslunarh/skrifst. við Dalveg í Kópav. Uppl. í s. 893 3475.

Geymsluhúsnæði

GEYMSLULAUSNIR.IS
Búslóðageymsla og flutningar. Gott verð, sækjum og sendum. S. 615-5005.

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

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

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

Atvinna í boði

ENGLISH PUB - REYKJAVÍK

Óskar eftir að ráða vaktstjóra til starfa. Reynsla af barstörfum og góð þjónustulund skilyrði. Góð laun í boði fyrir réttann aðila.
Ferilskrá sendist á: ingvar@enskiparinn.is

SÍMABÆR
Vegna aukinna umsvifa óskar Símaþær eftir að ráða heiðarlegan og lípran sölumann til starfa strax í verslunum okkar. Hlutastarf kemur til greina.
Tökum á móti umsóknum og ferilskrá á netfangið: simabaer@gmail.com

Castello PIZZERIA

Óskar eftir starfsfólki í hluta starf. Skilyrði: starfsmaður þarf að hafa góða þjónustulund, vera röskur, dugleg/ur, hafa mikla hæfni í mannlegum samskiptum, 18 ára eða eldri. Hafðu samband á castello2@simnet.is s. 692 3051

Óska eftir laghentum einstaklingum í hellulagnir og annan lóðafragang. Vinnuáhrættindi kostur. Uppl. 893-0173.

PVOTTAHÚS/EFNALAUG
Óskar eftir starfskrafti með reynslu af vinnu í efnalaug og getur hafið stórf strax. Umsóknir sendist á fjodur@fjodur.is

APARTMENTK
Starfsfólk óskast í þrif hjá ApartmentK í Reykjavík. Reynsla af þrifum æskileg. Umsóknir sendist á housekeeping@apartmentk.is ApartmentK seeks to hire staff for housekeeping full time Cleaning experience required Send CV to housekeeping@apartmentk.is

Óska eftir 18 ára og eldri í létt handlang. Uppl. í s. 567 3560 & 897 6539 basfell@basfell.is

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 kynslógur
905-2002 • 535-9930

Simadómur • live spjall
908-6000 • 535-9999

Sjálfstæður maður rúmlega sextugur óskar eftir að kynast skemmtilegri og huggulegri konu 50-60 ára sem vin og félagi. Þið konur sem hafið áhuga hringið endilega í síma 855-4016

EIGNAMIDLUN

Frá 1957

Sala fasteigna í 57 ár
Elista starfandi fasteignasala landsins

Hagamelur 49, 107 Reykjavík

588 9090 · www.eignamidlungur.is · Síðumúla 21 · 108 Reykjavík

Kaffihús á Laugavegi til sölu

Vinsælt kaffihús fyrir 28 gesti

Er í 128 fm húsnæði og tilbúið fyrir vínveitingar. Mjög vinsælt meðal ferðamanna. Frábært tækifæri.

Uppl. í síma 773-4700 eða á www.atv.is

Fyrirtækjasala Íslands, Ármúla 19, Rvk.

framec VERSLUNARTÆKNI

Frystar og kælar

SUNNY JUNIOR 10 SL
BxDxH 995 x 737 x 1448 mm
950 W - 290 L - Hillur 3 + 1
SUNNY JUNIOR 14 SL
BxDxH 1345 x 737 x 1448 mm
1200 W - 400 L - Hillur: 3 + 1

Framec glerhurðafrystir
CT 65 N C-15° -25°
BDH 510 x 488 x 830 mm
52 Litra - 150 wött

Framec kæli SUNNY INOX hvítir eða stál 3 stærðir 0 +2° C.

Sunny 10 CPX
BDH 985 x 737 x 1985 mm
Wött 1300
Litrar 657

Sunny 14 CPX
BDH 1335 x 737 x 1985 mm
Wött 1375
Litrar 913

Sunny 19 CPX
BDH 1885 x 737 x 1985 mm
Wött 1830
Litrar 1314

Framec Frystikista CALIPSO 200 - BDH 2050 x 1050 x 875 mm - Wött: 870 - Litrar: 518 - Frystir -18° -25 C

framec VERSLUNARTÆKNI
Drághálsi 4 - 110 Reykjavík
Sími: 535 1300 - Fax: 535 1305 - verslun@verslun.is

Pöntunarsími: 535 1300



ÞEKKINGARFYRIRTÆKI Í BYGGINGARÍÐNAÐI

Vörubílstjóri óskast

Eykt óskar eftir öflugum og áreiðanlegum vörubílstjóra, vanan vinnu með bílkrana.

Sækja skal um starfið á heimasíðu Eyktar www.eykt.is eða með því að senda tölvupóst á pósthfangið eykt@eykt.is.

Nánari upplýsingar gefur Páll Daníel Sigurðsson alla virka daga milli kl 09:00 - 16:00 í síma 822-4422

Eykt ehf. Stórhöfða 34-40. 110 Reykjavík S: 595-4400



Aðalskipulag Húnaþings vestra 2014-2026

Tillaga að Aðalskipulagi Húnaþings vestra 2014-2026 og umhverfisskýrsla var auglýst til athugasemda frá 17. apríl til 2. júní 2014.

Gögnin voru aðgengileg á heimasíðu sveitarfélagsins www.hunathing.is, skrifstofu Húnaþings vestra og hjá Skipulagsstofnun. Athugasemdir bárust frá sex aðilum.

Skipulags- og umhverfissráð yfirfor athugasemdirnar og samþykkti tillögur að breytingar á greingargerð og skipulagsupprætti á fundi 11. júní 2014, sjá heimasíðu www.hunathing.is, í 238. Fundargerð skipulags- og umhverfissráð. Sveitarstjórn samþykkti aðalskipulagið 16. júní 2016 og hefur sent það til til Skipulagsstofnunar til staðfestingar í samræmi við 3.mgr. 32. gr skipulagslaga nr. 123/2010.

Hvammstangi 14. júlí 2014
Sigurbjartur Halldórsson
Skipulags- og byggingafulltrúi



FASTEIGNA MARKAÐURINN ehf.

ÓÐINSGÖTU 4, SÍMI 570 4500, OPIÐ VIRKA DAGA KL. 9-17.
Netfang: fastmark@fastmark.is - www.fastmark.is
Jón Guðmundsson, sölustj. og lögg. fast.sali. Guðmundur Th. Jónsson, lögg. fast.sali.

Barðastaðir 9 - 4ra herbergja íbúð.

EIGNIN VERÐUR TIL SÝNIS FRÁ KL. 17.30-18.00



OPÍÐ HÚS
Falleg 119,6 fm. íbúð að meðtalinni 12,6 fm. geymslu á 5. hæð í nýlegu sex hæða lyftuhúsi með glæsilegu útsýni. Íbúðin er í dag 3ja herbergja þar sem gert var eitt stórt herbergi úr tveimur en lítið mál að breyta aftur. Vestursvalir út af stofu. Einstakt útsýni yfir flóann og til Esjunnar. Íbúðinni fylgir sér stæði í bílageymslu.
Verð 32,9 millj. Íbúð merkt 0501. Verið velkomin.



109 Reykjavík Hjaltabakki 14

OPÍÐ HÚS

Fimmtud. 17. júlí 17:30 - 18:00



Nánari upplýsingar veita David Jónsson, sölufulltrúi david@miklaborg.is sími: 697 3080



Óskar R. Harðarson hdl. og löggiltur fasteignasali Verð: 25,9 millj.

FASTEIGNASALAN MIKLABORG 569 7000 Lág múla 4 www.miklaborg.is
Óskar R. Harðarson og Jason Guðmundsson, löggiltir fasteignasalar

- með þér alla leið -



FASTEIGNA MARKAÐURINN ehf.

ÓÐINSGÖTU 4, SÍMI 570 4500, OPIÐ VIRKA DAGA KL. 9-17.
Netfang: fastmark@fastmark.is - www.fastmark.is
Jón Guðmundsson, sölustj. og lögg. fast.sali. Guðmundur Th. Jónsson, lögg. fast.sali.

Marargata -Rvk-Glæsileg fasteign í miðborginni.



Stórglæsilegt og nánast algjörlega endurnýjað 355,1 fm einbýlishús á þremur hæðum auk riss og 18,6 fm bílskúr. Á efri hæðum hússins og í risi er stór 7 herbergja glæsileg íbúð og á jarðhæð eru tvær litlar íbúðir sem hafa verið í útleigu en væri hægt að sameina aðalíbúð hússins. Eignin hefur öll verið endurnýjuð að innan og innréttuð á afar smekklegan máta á sl. árum. Stofur eru stórar og bjartar og að hluta með verulega aukna lofthæð, allt að 7 metrum. Húsið er teiknað af Guðmundi H. Runólfssyni árið 1931. Rut Káradóttir innanhússarkitekt teiknaði breytingar sem gerðar voru á eigninni að innan árið 2008. Þráinn Hauksson landslagsarkitekt hannaði lóð hússins sem var endurnýjuð árið 2012. Frábær staðsetning í miðborginni.

AUGLÝSING UM DEILISKIPULAG Í GARÐABÆ

Bæjarstjórn Garðabæjar auglýsir hér með eftirfarandi tillögur að breytingum á deiliskiplagi í samræmi við 1.mgr. 43. gr. skipulagslaga nr. 123/2010.

1 Deiliskipulag Silfurtúns, breyting vegna hljóðvarna meðfram Hafnarfjarðarvegi.

Tillagan gerir ráð fyrir því að deiliskipulagsvæðið stækki til norðurs að Hafnarfjarðarvegi. Gert verður ráð fyrir hljóðvörnum í formi jarðvegsmana og hljóðveggjar. Tillaga að útfærslu hljóðmana er sýnd á skýringarmynd.

2 Deiliskipulag Vesturhluta Urriðaholts, breyting á fjölbýlishúsalóðum að Holtsvegi nr. 37 og 39.

Tillagan gerir ráð fyrir því að íbúðum í fjölbýlishúsinu að Holtsvegi nr. 37 fjölgi um 3 og að Holtsvegi nr. 39 um tvær. Einnig að á báðum húsum bættist við innregin hæð þannig að viðmiðunarhæðir verði 6 hæðir í stað 5 að Holtsvegi nr. 37 og 5 hæðir í stað 4 hæða að Holtsvegi nr. 39. Hámarkshæð húss nr. 37 verður 15,5 í stað 14,5 og hámarkshæð húss nr. 39 verður 12,5 í stað 11,0. Breytingar verða á fjölda bílastæða á lóð og í bílageymslum á báðum lóðum. Heildar byggingarmagn lóðanna er óbreytt.

Tillögurnar liggja frammi á bæjarskrifstofum Garðabæjar, Garðatorgi 7, frá 11. júlí til og með 29. ágúst 2014. Þær eru ennfremur aðgengilegar á heimasíðu Garðabæjar www.gardabaer.is. Þeim sem telja sig eiga hagsmuna að gæta er gefinn kostur á að gera athugasemdir við tillögurnar. Frestur til þess að skila inn athugasemdum rennur út föstudaginn 29. ágúst 2014. Skila skal athugasemdum á bæjarskrifstofum Garðabæjar og skulu þær vera skriflegar og undirritaðar. Þeir sem ekki gera athugasemdir við tillögurnar fyrir tilskilinn frest teljast samþykkir þeim.

Arinbjörn Vilhjálmsson
skipulagsstjóri Garðabæjar



GARÐABÆR
www.gardabaer.is

Tækni- og umhverfissvið

Greiðsluáskorun

Innheimtumenn ríkissjóðs skora hér með á gjaldendur eftirtalinna gjalda að gera skil nú þegar eða í síðasta lagi innan 15 daga frá dagsetningu áskorunar þessarar:

Gjöldin eru: Staðgreiðsla tekjuskatts, útsvars og tryggingagjalds sem fallið hefur í eindaga til og með 15. júlí 2014, virðisaukaskattur sem fallið hefur í eindaga til og með 7. júlí 2014 og önnur gjaldfallin á lögg. gjöld og ógreiddar hækkningar er fallið hafa í eindaga til og með 15. júlí 2014, á staðgreiðslu tekjuskatts, útsvars og tryggingagjalds, virðisaukaskatti, virðisaukaskatti í tolli, vanskilum launagreiðenda á gjöldum í og utan staðgreiðslu, fjármagnstekjuskatti á skilaskylda aðila, áfengisgjaldi, launaskatti, bifreiðagjaldi, úrvinnslugjaldi, oliugjaldi, kílómetragjaldi, gistináttaskatti, fjársýsluskatti, viðbótar- og aukaálagningu söluskatts vegna fyrri tímabíla, skráningargjaldi vegna lögskráningar sjómanna, vinnueftirlitsgjaldi, vörugjaldi af innlendra framleiðslu, vörugjaldi af ökutækjum, eftirlitsgjöldum, aðflutningsgjöldum, skilagjaldi á umbúðir, fasteignagjöldum, skipulagsgjaldi, skipagjöldum, fiskisjúkdómagjaldi, jarðarafgjaldi, sektum skattranssóknarstjóra, ofgreiddri uppbót á eftirlaun, eftirlitsgjaldi Fjármálaeftirlitsins, árgjaldi handhafa markaðsleyfis og á lögg. gjöldum þing- og sveitarsjóðsgjöldum, sem eru:

Tekjuskattur og útsvar ásamt verðbótum á ógreiddan tekjuskatt og útsvar, sérstakur tekjuskattur manna, eignarskattur, sérstakur eignarskattur, fjármagnstekjuskattur, slysatryggingagjald vegna heimilisstarfa, tryggingagjald, búnaðargjald, iðnlánasjóðs- og iðnaðarmálagjald, markaðsgjald, gjald í framkvæmdasjóð aldraðra og skattur af verslunar- og skrifstofuhúsnæði, ofgreiddar barnabætur, ofgreiddar vaxtabætur og útvarpsgjald.

Fjárnáms verður krafist án frekari fyrirvara að þeim tíma liðnum fyrir vangoldnum eftirstöðvum gjaldanna ásamt dráttarvöxtum og öllum kostnaði, sem af innheimtu skuldarinnar kann að leiða, á kostnað gjaldenda.

Athygli skal vakin á því að auk óþæginda hefur fjárnám í för með sér verulegan kostnað fyrir gjaldanda. Fjárnámsgjald í ríkissjóð er allt að 19.100 kr. fyrir hvert fjárnám. Þinglýsingargjald er 2.000 kr. auk útlagðs kostnaðar eftir atvikum. Eru gjaldendur hvattir til að gera full skil sem fyrst til að forðast óþægindi og kostnað. Þá mega þeir gjaldendur, sem skulda staðgreiðslu, staðgreiðslu tryggingagjalds, vörugjald, áfengisgjald, fjármagnstekjuskatt, áfengisgjald og virðisaukaskatt, búast við því að starfsemi þeirra verði stöðvuð án frekari fyrirvara, þeir gjaldendur er skulda bifreiðagjöld og þungaskatt mega eiga von á að skráningarnúmer verði tekin af ökutækjum þeirra án frekari fyrirvara og þeir gjaldendur sem skulda gjöld þar sem lögg. fylgir mega búast við að send verði út sérstök greiðsluáskorun fyrir gjaldföllum kröfum. Greiðsluáskorunin hefur ekki áhrif á þessi innheimtuáskorun þannig að fyrrgreindur 15 daga frestur frá dagsetningu áskorunar þessarar gildir ekki í þessum tilvikum.

Reykjavík, 16. júlí 2014

Tollstjóri
Sýslumaðurinn í Kópavogi
Sýslumaðurinn í Hafnarfirði
Sýslumaðurinn í Keflavík
Sýslumaðurinn á Akranesi
Sýslumaðurinn í Borgarnesi
Sýslumaðurinn í Stykkishólmi
Sýslumaðurinn í Búðardal

Sýslumaðurinn á Ísafirði
Sýslumaðurinn í Bolungarvík
Sýslumaðurinn á Patreksfirði
Sýslumaðurinn á Hólmavík
Sýslumaðurinn á Siglufirði
Sýslumaðurinn á Sauðárkróki
Sýslumaðurinn á Blönduósi
Sýslumaðurinn á Akureyri

Sýslumaðurinn á Húsavík
Sýslumaðurinn á Seyðisfirði
Sýslumaðurinn á Eskifirði
Sýslumaðurinn á Höfn
Sýslumaðurinn í Vestmannaeyjum
Sýslumaðurinn á Selfossi
Sýslumaðurinn í Vík
Sýslumaðurinn á Hvalsvellu

Ertu að leita
upplýsinga?
www.suzuki.is



Way of Life!

SWIFT

...eins og tónlistin - veitir ánægju
og gleði inn í lífið á hverjum degi.



SUZUKI SWIFT GL, GLX, 4X4
Frá 2.550 þús. Eyðsla frá 5,0L/100km (blönduðum akstri, bensín,
beinskiptur) CO₂ 116g/km



Grannur stíur / Reyklavík
Visthæfur bíll

FYRIR SKYNSAMT
FÓLK



TRAUST UMBOÐ
Í YFIR 40 ÁR

SUZUKI

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



Snýr aftur

KL. 21:50

Covert Affairs

Þriðja þáttaröðin af Covert Affairs sem fjallar um unga konu sem ráðin er til starfa hjá bandarísku leyningjónustunni, CIA.

Frábært miðvikudagskvöld

KL. 20:20

Dallas

Ein vinsælasta þáttaröð íslenskrar sjónvarps sögu heldur áfram og átökin innan Ewing-fjölskyldunnar ná nýjum hæðum.



KL. 21:05

Mistresses

Fjórar vinkonur hafa ólíkar þarfir og þrjár þegar kemur að samskiptum við hitt kynið.



KL. 22:35

Enlightened

Þáttaröð frá HBO um konu sem fær andlega uppvakningu eftir að hafa verið á barmi taugaáfalls.



KL. 20:10

27 Dresses

Rómantísk gamanmynd með Katherine Heigl, George Burns James Marsden og Judy Greer í aðalhlutverkum.



KL. 20:05

Sullivan & Son

Gamanþættir um ungan lögfræðing sem söðlar um í lífinu og tekur við kráarrekstri föður síns.



KL. 07:00-20:00

Barnaefni alla daga

Vandað talsett barnaefni og skemmtilegir þættir fyrir yngstu áhorfendurna alla daga á Krakkastöðinni.



SUDOKU

LÉTT

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

LÉTT

MIDLUNGS

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

MIDLUNGS

PUNG

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

PUNG

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

LAUSN SÍÐUSTU SUDOKU

Prættin 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.

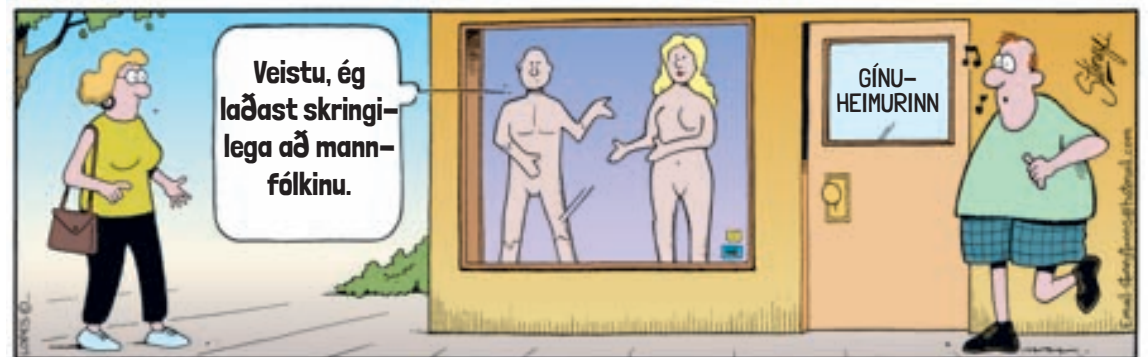
Myndasögur

GELGJAN



Eftir Jerry Scott & Jim Borgman

HANDAN VIÐ HORNID



Eftir Tony Lopes

BARNALÁN



Eftir Jerry Scott & Rick Kirkman

SPAKMÆLI DAGSINS

„Að reyna að vera ofuramma er jafn gagnslaust og að reyna að vera fullkomin móðir. Það tekst ekki.“

Arianna Huffington

KROSSGÁTA

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

LÁRÉTT 2. tylft, 6. pot, 8. stúlka, 9. skip, 11. voði, 12. langur og mjór maður, 14. korr, 16. stefna, 17. atvikast, 18. höld, 20. tveir eins, 21. innyfla.

LÓÐRÉTT 1. hróss, 3. hljóm, 4. fugl, 5. af, 7. fjarskiptatæki, 10. þjófnaður, 13. nasaop, 15. jarðefni, 16. á sjó, 19. íþróttafélag.

LAUSN

16. úti, 19. KR, frá, 7. talsstöð, 10. rán, 13. nös, 15. leir, LÓÐRÉTT: 1. lofs, 3. óm, 4. lævirkli, 5. ske, 18. tók, 20. íi, 21. iðra.

11. vá, 12. sláni, 14. snörl, 16. út, 17. fari, LÁRÉTT: 2. tölf, 6. ót, 8. mæer, 9. far.

SKÁK

Gunnar Björnsson

Fabiano Caruana (2.789) vann afar laglegan sigur á Ruslan Ponomariov (2.723) á Dortmund-ófurskákmótinu.

Hvítur á leik:



39. He7!! Dxe7 40. Ba6! Kxa6 (Ponomariov leyfir Caruana að klára snilldina.) 41. Da8#. Caruana byrjaði best allra á mótinu en hann var sá eini sem vann tvær fyrstu skákirnar. www.skak.is Hannes teflir á opna tékkneska.

ÚT AÐ BORÐA MEÐ VINUNUM.



Við bjóðum spennandi matseðil
Íslendingar hafa fjölbreyttan smekk sem við gerum okkar
allra besta á hverjum degi að sinna. Þitt er valið!



Ferskt á hverjum degi

↓ HÖLL MINNINGANNA FRÁ ÓLA GEIR TIL ÓLA GEIRS

Athafna-maðurinn **Óli Geir** var valinn Herra Ísland árið 2005 en síðar sviptur titlinum.

Sama ár var **Unnur Birna Vilhjálmsdóttir** valin Ungfrú heimur.



Unnur Birna tók þátt í uppfærslu á söngleiknum Bugsy Malone árið 1998. **Álfrún Örnólfsdóttir** fór einnig með hlutverk í þeirri sýningu.



Álfrún lék í Óvitunum í Þjóðleikhúsinu, aðeins sjö ára gömul, árið 1989. **María Ellingsen** lék einnig í sýningunni.



Hollywood kallaði á **Maríu** á tíunda áratugnum og lék hún meðal annars í þáttunum Santa Barbara og bíómyndinni D2: The Mighty Ducks.



Hollywood kallaði einnig á leikarann **Darra Ingólfsson** sem síðast sást í sjónvarpsseríunni Dexter. Darri fór með lítið hlutverk í stórmyndinni Flags of Our Fathers en einn af aðalleikurum myndarinnar, Adam Beach, rekur ættir sínar til Suðurnesja.

Eins og **Óli Geir** sem er úr Keflavík.

MEINDL OHIO
LÉTTIR OG ÞÆGILEGIR TIL NOTKUNAR Á GÖNGUSTÍGUM.
VERÐ: 42.990 KR.

MEINDL ISLAND GTX
HÁLFSTÍFIR OG ÖFLUGIR. HENTUGIR Í LENGRI FERÐIR.
VERÐ: 59.990 KR.

MEINDL KANSAS GTX
ÞÆGILEGIR OG TRAUSTIR SKÓR FYRIR FLESTAR LEIÐIR.
VERÐ: 42.990 KR.

TNF VERBARA LITE MID GTX
SÉRLEGA LÉTTIR OG LIPRIR FYRIR LÉTTARA LAND.
VERÐ: 35.990 KR.

BETRA ÚTSÝNI Í BETRI GÖNGUSKÓM

GLÆSIBÆ
KRINGLUNNI
SMÁRALIND

utilif.is



MMMM ... **MELÓNA** Súpan er frískandi yfir sumarið og skemmtilega frábrugðin hefðbundinni gazpacho-súpu. MYND/NUTRITIONSTRIPPED.COM

Frískandi og falleg vatnsmelónusúpa

Lítill sem engin fyrirhöfn og ljúffengt bragð.

Það finnst sumum kannski skrytið að borða kalda súpu en uppistaðan í þessari útgáfu af klassískri gazpacho-súpu er vatnsmelónur.

Vatnsmelónu-gazpacho-súpa

- 8-10 bollar fersk vatnsmelóna
- 1 rauð paprika, skorin smátt
- 1 bolli tómatar, skornir smátt
- 1 bolli gúrka, skorin smátt
- ½ bolli rauðlaukur, skorinn smátt
- ½ bolli ferskt kóríander
- ½ bolli fersk minta
- 1 jalapeño-pípar
- 2 hvítlauksgeirar
- 2 msk. ólífuolía
- safi úr 1 sítrónu
- safi úr 1 súraldini
- ½ tsk. kúmin
- salt og pípar

→ Gazpacho-súpa á rætur sínar að rekja til Andalúsíu-héraðs á Spáni og er afar vinsæl bæði á Spáni og í Portúgal.

Takið frá aðeins af gúrku, tómatar, rauðlauk og kóríander til að skreyta súpuna með. Setjið öll hráefnin í blandara eða matvinnsluvél og blandið þangað til allt er orðið að mauki. Skreytið og berið strax fram eða geymið í ísskáp. Og ekki gleyma að njóta.

-1kg

Fengið af síðunni <http://nutritionstripped.com>

Í kjölfar athugasemda frá **Neytendastofu** um of löng bönd í barnafatnaði frá **Cintamani** vill **Cintamani** innkalla neðangreindar flíkur þar sem að bönd í þeim eru ekki í samræmi við lög um öryggi vöru og opinbera markaðsgæslu nr. 134/1995 og staðalinn IST EN 14682:2007 um öryggi barnafatnaðar.

Þær vörur sem umræðir eru:

Tolli hettupeysa: Laus bönd í háls máli eru ekki leyfileg í barnafatnaði fyrir börn yngri en sjö ára auk þess sem hnútar á böndum eru ekki leyfilegir.

Bára og Biddi barnabuxur: Bönd í buxnaströng eru of löng auk þess sem þau eru laus og hnútar á endum eru ekki leyfilegir.

Dúna barnaúlpa: Það eru bönd (eða teyja) sem koma neðan úr faldi sem ekki eru leyfileg í flíkum sem ná niður fyrir mitti.

Hönnunarteymi **Cintamani** hefur brugðist við athugasemdum **Neytendastofu** og fjarlæggt böndin úr þeim fatnaði sem nefndur er hér að ofan. Við viljum biðja þá viðskiptavini **Cintamani** sem keypt hafa ofangreindan barnafatnað fyrir 5. apríl 2014 um að koma í verlanir **Cintamani** og fá aðstoð

starfsfólks við að fjarlægja böndin úr fatnaðnum þeim að kostnaðarlausu. Einnig er hægt að fá send kennslumyndbönd um það hvernig laga skuli flíkurnar fyrir þá sem treysta sér til að fjarlægja böndin sjálfir. Hægt er að fá myndböndin send með því að senda póst á info@cintamani.is.

Cintamani vill áréttta að búið er að yfirfara allan barnafatnað frá fyrirtækinu og samræma við staðla um barnafatnað en **Cintamani** leggjur áherslu á að hanna og framleiða öruggan fatnað fyrir börn.

Starfsfólk fyrirtækisins biðst afsökunar á þeim óþægindum sem þetta kann að hafa valdið.



CINTAMANI WWW.CINTAMANI.IS AUSTURHRAUN 3 | BANKASTRÆTI 7 | KRINGLAN | SMÁRALIND

Landsvirkjun

Orkuforðinn okkar

Vatnsaflsstöðvar nota fallþunga vatns til að knýja hverfla sem vinna rafmagn. Úrkomu og leysingavatni af jöklum landsins er safnað í uppistöðulón, sem flest eru á hálendinu. Miðlunarlónin eru góð geymsla fyrir raforku og gera kleift að vinna rafmagn jafnt og þétt allt árið.

Verið velkomin í heimsókn í sumar!

Kárahjúkastífla: Leiðsögumaður tekur á móti gestum alla miðvikudaga og laugardaga kl. 14-17.

Búrfellsstöð: Gagnvirk orkusýning er opin alla daga kl. 10-17.

Vindmyllur á Hafinu: Starfsfólk tekur á móti gestum alla laugardaga í júlí kl. 13-17.

Kröflustöð: Jarðvarmasýning er opin alla daga kl. 10-17.

www.landsvirkjun.is/heimsoknir



LITADÝRÐ OG GLEÐI Hlaupið hefur vakið mikla athygli um heim allan en síðan það var fyrst haldið hafa hundruð þúsunda tekið þátt í hlaupinu. NORDICPHOTOS/GETTY

Litríkasta hlaup heims hlaupið hér á landi

Óhefðbundna hlaupið The Color Run verður haldið á Íslandi næsta sumar. Hlaupaleiðin er fimm kílómetrar og fara þátttakendur í gegnum fimm litastöðvar.

„Þessi viðburður er mjög skemmtilegur og óvenjulegur en hann var settur á laggirnir til að vekja athygli á heilsu og hamingju einstaklingsins,“ segir Davíð Lúther Sigurðsson, sem stendur fyrir The Color Run sem fram fer í fyrsta skipti hér á landi næsta sumar. Um heldur óhefðbundið hlaup er að ræða en þátttakendur hlaupa, skokka eða ganga fimm kílómetra og fara í gegnum svokallaðar litastöðvar við lok hvers kílómetra. Hlaupið var fyrst haldið árið 2012 en síðan hefur það náð gríðarlegri útbreiðslu og er í dag haldið um heim allan.

„Allir þurfa að fara í gegnum hlið þar sem starfsmenn taka á móti þátttakendum og dúndra yfir þá einhverjum ákveðnum lit. Fyrsta hliðið gæti til dæmis verið bleikt og það næsta blátt og svo koll af kolli. Við endamarkið verður svo haldið heljarinnar partí þar sem alls konar lit verður kastað yfir áhorfendur og plötusnúðar þeyta skífum,“ segir Davíð, en liturinn sem um ræðir er unninn úr kartöflumjöli. Davíð kynntist hinu litríka hlaupi í Herning fyrr í sumar.

„Ég sá þetta fyrst fyrir mörgum árum og setti þetta á „bucketlistann“ hjá mér. Ég skellti mér svo til Danmerkur núna í júní ásamt félagamínnum og þetta var



Fyrsta hliðið gæti til dæmis verið bleikt og það næsta blátt og svo koll af kolli.

Davíð Lúther Sigurðsson

svo skemmtilegt að við spurðum Danina hvort það væri ekki möguleiki að koma þessu til Íslands. Við hittum þá svo eftir hlaupið og náðum samningum,“ segir Davíð, en þeir félagarnir eru í samstarfi við Höfuðborgarstofu og fer hlaupið því að öllum líkindum fram í



→ Sex þúsund manns í fyrsta hlaupinu

Bandaríkjamaðurinn **Travis Snyder** blés til fyrsta hlaupsins árið 2012 til að hvetja atvinnu- og áhugamenn til að hlaupa saman til gamans.

6.000 þátttakendur voru í fyrsta hlaupinu í Phoenix í Arizona.

The Color Run var síðan haldið í **rúmlega fimmtíu borgum** í Norður-Ameríku árið 2012 og fór þátttakendafjöldi yfir sex hundruð þúsund.

Hlaupið var í **yfir 130 borgum** í Bandaríkjunum, Suður-Ameríku, Evrópu, Suður-Afríku og Ástralíu árið 2013.

miðbæ Reykjavíkur. Davíð hvetur alla til þess að taka þátt.

„Það er ekkert aldurstakmark svo fjölskyldan getur öll gert sér glaðan dag. Eina krafan fyrir þátttöku er að mæta í hvítu svo allir litirnir fái að njóta sín.“

kristjana@frettabladid.is



Auglýsing um skipulagsmál í Eyjafjarðarsveit

Breytingar á Aðalskipulagi Eyjafjarðarsveitar 2005-2025

Sveitarstjórn Eyjafjarðarsveitar samþykkti 9. júlí 2014 að auglýsa tillögu að viðauka við Aðalskipulag Eyjafjarðarsveitar 2005-2025 skv. 1. mgr. 31 gr. skipulagslaga nr. 123/2010. Viðaukinn inniheldur viðbætur og breytingar á stefnumörkun og skilmálum aðalskipulagsins auk breytinga á landnotkun á skipulagsupprætti og samantekt á vinnureglum vegna skipulagsmála og framkvæmdaleyfa. Gerð er grein fyrir áhrifum breytinga í greinargerð.

Meginatriði breytinga og endurskoðaðra ákvæða eru:

- Syðra-Laugaland. Svæði fyrir þjónustustofnanir PS6 verður verslunar- og þjónustusvæði VP15.
- Reiðvegur, héraðsleið 2. Legu breytt norðan Miðbrautar.
- Syðri-Varðgjá. Hluti íbúðarsvæðis ÍS6 verður verslunar- og þjónustusvæði VP6-a
- Kaupangshverfi. Íbúðarsvæði ÍS13-a í landi Þúrustaða II minnkað.
- Stokkahláðir. Ákvæði um byggingarmagn.
- Álfaslóð. Hluti frístundasvæðis FS9 leggst við íbúðarsvæði ÍS9.
- Ákvæði um lágmarksfjarlægðir bygginga frá landamerkjum endurskoðuð.
- Ákvæði um ný hús án tengsla við búrekstur endurskoðuð.
- Sett eru ákvæði /viðmiðun um aðkomuleiðir að íbúðarsvæðum og íbúðarlóðum.
- Sett eru ákvæði um aðstöðuhús, viðbótarhús á lóð.
- Settar eru viðmiðunarreglur um gáma og stöðu þeirra.
- Settar eru kröfur um skil skipulagsgagna til sveitarfélagsins á tölvutæku formi.

Tillaga að deiliskipulagi svæðis fyrir ferðaþjónustu í landi Syðri-Varðgjár, Eyjafjarðarsveit

Sveitarstjórn Eyjafjarðarsveitar samþykkti þann 11. júní 2012 að auglýsa tillögu að deiliskipulagi fyrir ferðaþjónustu í landi Syðri-Varðgjár skv. 1. mgr. 41. gr. skipulagslaga nr. 123/2010. Skipulagssvæðið nær til verslunar- og þjónustusvæðis, sem merkt verður VP5-a með breytingu á Aðalskipulagi Eyjafjarðarsveitar 2005-2025 sem auglýst er samhliða auglýsingu þessari. Í tillögunni er gert ráð fyrir nýju gistihúsi og íbúðarhúsi.

Athugasemdafrestur og skil athugasemda

Tillögurnar munu liggja frammi á skrifstofu sveitarfélagsins frá 16. júlí 2014 til og með 27. ágúst 2014. Þær verða einnig aðgengilegar á heimasíðu Eyjafjarðarsveitar á www.esveit.is. Hverjum þeim sem telur sig eiga hagsmuna að gæta er þannig gefinn kostur á að kynna sér tillögunar og gera athugasemdir við þær. Athugasemdir skulu vera skriflegar og berast á skrifstofu Eyjafjarðarsveitar að Skólalröð 9, 601 Akureyri, eða á netfangið esveit@esveit.is í síðasta lagi þann 27. ágúst 2014.

Stefán Árnason
Skrifstofustjóri Eyjafjarðarsveitar

Hálslón – 2100 Gl.

*Vatnsmagn í miðlunarlónum er mælt í gígalítrum (milljörðum lítra).

Hálslón er vatnsmesta lón landsins. Þegar lónið fyllist síðsumars er vatni veitt um yfirfall sem steypist í um 100 metra háum fossi, Hverfanda, niður í Hafrahvammagljúfur.

Þórisvatn – 1400 Gl.

Blöndulón – 412 Gl.

Hágöngulón – 320 Gl.

Krókslón – 140 Gl.

Sultartangalón 109 Gl. • Kelduárlón 60 Gl. • Hrauneyjalón 33 Gl. • Sporðöldulón 25 Gl. • Gilsárlón 20 Gl. • Bjarnalón 5 Gl. • Ufsar- og Vatnselfslón 3 Gl.

ÚTIVISTARDEILDIN ER Í GLÆSIBÆ

20-50% AFSLÁTTUR
AF ÖLLU FYRIR ÚTIVISTINA

GILDIR FRAM Á LAUGARDAG

FATNAÐUR - TJÖLD - BAKPOKAR - GÖNGUSKÓR - OG ALLT HITT
ÚTIVISTARDEILDIN ER Í GLÆSIBÆ

ÚTILÍF

GLÆSIBÆ

KRINGLUNNI

SMÁRALIND

utilif.is

Samkeppnin mun styrkja mig

FÓTBOLTI Ögmundur Kristinsson heldur í dag utan til Danmerkur þar sem hann mun gangast undir læknisskoðun hjá danska úrvalsdeildarfélaginu Randers. Hann er 25 ára gamall og uppalinn hjá Fram. Um tíma var hann orðaður við lið í Skotlandi en ekkert varð úr því að hann færi þangað.

„Það voru þreifingar þar eins og víðar. Margt þarf að ganga upp svo markverðir geti tekið þetta skref út í atvinnumennsku og oft spurning um að vera réttur maður á réttum tíma,“ segir hann.

Hann á von á að þurfa að berjast fyrir sæti sínu hjá Randers eins og eðlilegt er. „Mér skilst að þeir hafi fengið sér annan markvörð í sumar sem mun vera hörkugóður. En samkeppnin er af hinu góða og mun bara styrkja mig,“ segir Ögmundur. - esá



Bjarni hafði ekki not fyrir Björgólf

FÓTBOLTI Fram sagði í gær upp samningi Björgólfs Takefusa við félagið og tók uppsögnin gildi strax í gær. Honum var tilkynnt þetta á fundi með formanni félagsins, Sverri Einarssyni, í dag.

Björgólfur lék átta leiki í Pepsi-deildinni á þessu tímabili fyrir Fram og skoraði ekki mark. Hans eina mark kom í tapleik gegn Keflavík í 8-liða úrslitum Borgunarbikarsins.

Þetta er í annað sinn á rúmu ári sem Björgólfur yfirgefur félag á miðju tímabili en hann yfirgaf her- búðir Vals á síðustu leiktíð vegna ágreinings.

„Þjálfarar liðsins töldu sig ekki hafa not fyrir leikmanninn lengur og þess vegna ákváðum við að segja upp samningnum við hann,“ segir Sverrir við Fréttablaðið en Bjarni Guðjónsson er þjálfari Fram.

„Ef það á ekki að nota hann þá er engin ástæða fyrir okkur að vera með hann áfram. Það kostar pening sem við höfum ekkert efni á hjá Fram.“

Sverrir segir ekkert vit vera í því að halda reyndum leikmanni fúlum á bekknum. „Það er betra að leyfa manningum að fara meðan glugginn er opinn í stað þess að hafa hann svekktan á bekknum hjá okkur.“ - hb



HVAÐ NÚ? Annað árið í röð er Björgólfur án félags í júlí. FRÉTTABLAÐIÐ/DANIEL

Barnaheill
Save the Children á Íslandi

Vissir þú að...
börn ega ról
að leita sér

FUDGE Þú kemst fljótt að!
...en þú getur líka þarfað tíma

FUDGE Rakarastofan
Klapparstíg
S: 551 3010

ÚRSLIT

FORKEPPNI MEISTARAEILDAR EVRÓPU

1. UMFERÐ
KR - CELTIC 0-1
Callum McGregor (84.)

PEPSI-DEILD KVENNA

FYLKIR - AFTURELDING 1-0
Ruth Þórðardóttir (86.)

VALUR - SELFOSS 1-3
1-0 Svava Rós Guðmundsdóttir (8.), 1-1 Dagný Brynjarsdóttir (20.), 1-2 Guðmunda Brynja Óladóttir (36.), 1-3 Blake Stockton (38.).

STADAN						
Stjarnan	9	8	0	1	34-7	24
Pór/KA	9	5	2	2	13-9	17
Breiðablik	8	5	1	2	23-6	16
Selfoss	9	5	1	3	22-16	16
Fylkir	9	5	2	2	8-5	16
Valur	9	4	2	3	19-15	14
ÍBV	8	4	0	4	16-10	12
FH	9	2	2	5	7-30	8
Afturelding	9	1	0	8	6-29	3
ÍA	9	0	0	9	4-25	0

Væri erfitt að fara núna

Aron Elís Práanderson sló enn og aftur í gegn með Víkingum í Pepsi-deild karla og er leikmaður 11. umferðar að mati Fréttablaðsins. Hann stefnir ótrauður á atvinnumennsku en segir líklegra en ekki að hann muni klára tímabilið heima.

FÓTBOLTI Hinn nítján ára Aron Elís Práanderson átti enn einn stórleikinn fyrir nýliða Víkinga og skoraði tvö mörk í 3-1 sigri á Keflavík auk þess að leggja upp þriðja mark sinna manna. Víkingur er því í fjórða sæti deildarinnar þegar mótið er hálfnað með jafn mörg stig og Íslandsmeistarar KR.

„Við ætlum að stimpla okkur inn í toppbaráttuna með þessum sigri og mér fannst við eiga sigurinn skilið,“ sagði Aron Elís í samtali við Fréttablaðið í gær.

„Við reiknuðum allt eins með því fyrir mótið að vera á þessum slóðum, þó svo að það komi kannski á óvart að við séum jafnir KR að stigum. Við ætlum að halda okkur á þessu reiki í deildinni en það þýðir þá að við verðum að spila áfram eins og menn.“

Aron segir að það hafi verið markmið liðsins fyrir tímabilið að festa sig í sessi í efstu deild. „Við höfum enn ekki náð því markmiði enda getur leiðin verið hröð niður á við ef við töpum nokkrum leikjum í röð. Nú eigum við næst leik gegn Fjölni og við stefnum að því að halda okkar striki.“

Eins og blaut tuska í andlit

Víkingur tapaði fyrir Fjölni í fyrstu umferð tímabilsins í vor, 3-0, en bæði lið eru nýliðar. „Ég sat uppi í stúku í þeim leik og það var erfitt að horfa upp á það tap. Það var eins og að fá blauta tusku í andlit og ég held að menn hafi rífið sig í gang eftir það tap. Síðan þá hefur leiðin aðeins legið upp á við,“ segir kappinn.

Aron Elís hefur skarað fram úr í sterku liði Víkinga en hann segir að fleiri eigi hrós skilið en bara hann. „Við eigum fullt af leikmönnum sem hafa stigið upp og sannað sig í efstu deild. Margir hverjir voru óþekktir fyrir tíma-



ÖFLUGUR Aron Elís skoraði tvö gegn Keflavík og lagði upp eitt. Hann hefur átt hvern stórleikinn á fætur öðrum með liði Víkinga. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

bilið en við höfum sýnt að við eigum fullt erindi í þessa deild.“

Væri erfitt að fara núna

Fjölmíðlar og sparkspekingar hafa keppt við að hlaða Aron Elís lofi og Kristján Guðmundsson, þjálfari Keflavíkur, hvatti knattspyrnu-áhugamenn til að fjölmenna á völlum til að sjá drenginn spila. Hann segir þó ekki erfitt að halda sér á jörðinni.

„Mér líður bara mjög vel. Ég fer ekkert fram úr mér þó svo að það gangi vel,“ segir Aron Elís sem hefur vakið áhuga fjölmargra erlendra félaga að sögn umboðsmanns hans.

„Það er þó ekkert fast í hendi og á meðan svo er held ég mínu striki með Víkingum. Stefnir hjá mér er að komast út,“ segir Aron en viðurkennir að það væri erfitt að fara frá Víkingum á þessum tímamarki.

„Ég tel að ég muni klára tímabilið hér heima nema eitthvað óvænt komi upp. Auðvitað óska ég þess að það gerist í framtíðinni og að ég komist í atvinnumennsku en það eru samt mjög spennandi tímar fram undan hér heima – staða okkar í deildinni er sterk og við erum komnir í undanúrslit bikarkeppinnar. Það væri erfitt að ganga frá því.“ eirikur@365.is

KR stóð í skoska stórveldinu Celtic



BARÁTTA Kjartan Henry lék gegn sínu gamla félagi í gær og gaf ekkert eftir frekar en fyrri daginn. FRÉTTABLAÐIÐ/ARNPÓR

FÓTBOLTI KR var grátlega nálægt því að ná jafntefli í gærkvöld gegn skoska stórveldinu Celtic en þetta var fyrri leikur liðanna í forkeppni Meistaradeildar Evrópu. Celtic vann, 0-1, með marki sex mínútum fyrir leiklok.

Eins og við mátti búast voru skosku meistararnir mun meira með boltann en þeim gekk illa að skapa sér færi framan af. Fyrir utan eitt sláarskot hjá Celtic í fyrri hálfleik þá gerðist lítið.

Gestirnir frá Skotlandi bættu við leik sinn í síðari hálfleik og sóknarþunginn jókst. KR varðist aftur á móti hetjulega.

Celtic braut aftur á móti múrinn sex mínútum fyrir leiklok er skot Callum McGregor á nærstöng fór í netið. KR hefði klárlega getað varist þessu skoti.

KR-ingar áttu ekki mikið bensín eftir á tankinum á lokamínútunum og náðu ekki að jafna leikinn. - hb

visir.is

Frekari umfjöllun um leikinn.

Körfuknattleikssamband Íslands



EVROPUKEPPNIN 2014

LANDSLIÐ U18 KVENNA Í KÖRFUBOLTA

U18 ára landslið kvenna heldur í dag út til Rúmeníu þar sem þær munu taka þátt í Evrópukeppni FIBA Europe. KKÍ og samstarfssaðilar óska þeim góðs gengis á mótinu. Nánari fréttir af stelpunum okkar verða síðan birtar á www.kki.is og einnig verður hægt að fylgjast með leikjum liðsins í beinni tölfraeðilýsingu á netinu.



Fylgist með á Instagram
#stelpurikorfu





Sparnaður

Er séreignarsparnaðurinn þinn í góðum málum?

Gerðu samning um lífeyrissparnað sem allra fyrst svo þú nýtir ávinninginn vegna leiðréttingarinnar.

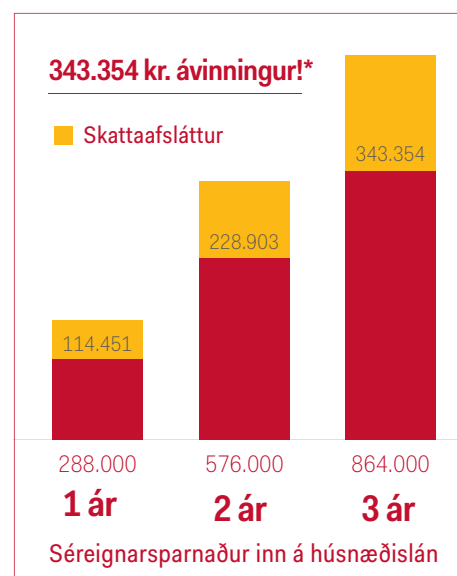
Kostir séreignarsparnaðar eru augljósir:

- móttframlag vinnuveitanda jafngildir í raun tveggja prósentu launahækkun
- ráðstafa má iðgjöldum skattfrjálst inn á húsnæðislán eða til húsnæðiskaupa

Nú sem aldrei fyrr er mikilvægt að fara vel yfir þessi mál og gefa sér smá tíma með ráðgjafa til þess að fara ekki á mis við ávinning séreignarsparnaðar.

Kynntu þér málið á www.islandsbanki.is/leidretting og bókaðu tíma í síma 440 4900 eða komdu við í næsta útibúi Íslandsbanka.

Lífeyrissparnaður



Dæmið sýnir ávinning einstaklings sem er með 400.000 kr. í mánaðarlaun fyrir skatt** og greiðir 4% af launum í séreignarsparnað. Með því að nýta úrræði ríkisstjórnarinnar getur hann greitt 864.000 kr. af séreignarsparnaði skattfrjálst inn á húsnæðislánið sitt á þremur árum. Þar af er móttframlag vinnuveitanda 288.000 kr. á tímabilinu. Skattaafslátturinn er 343.354 kr. *Skattaleg meðferð fer eftir aðstæðum hvers og eins og getur tekið breytingum í framtíðinni. **Miðað við 39,74% og skattþrep 2.

Stöð 2 kl. 20.00 How I Met Your Mother

Níunda og jafnframt síðasta þáttaröðin um vinina Lily, Robin, Ted, Marshall og Barney og söguna góðu af því hvernig Ted kynntist barnsmóður sinni.



Í KVÖLD



Búrið

STÖÐ 2 SPORT KL. 19.50 Hitað upp fyrir bardagakvöld UFC í Dublin næstkomandi laugardag þar sem Gunnar Nelson berst við Zak Cummings í búrinu. Bubbi Morthens hefur umsjón með þættinum.



Með okkar augum

SJÓNVARPIÐ KL. 19.35 Einlæg og skemmtileg þáttaröð þar sem fólk með þroskahömlun skoðar málefni líðandi stundar með sínum augum og spyr spurninga á sinn einstaka hátt.



Örlagadagurinn

STÖÐ 2 GULL KL. 20.10 Skemmtilegir en jafnframt átakanlegir þættir þar sem fólk segir Sirry frá deginum sem breytti lífi þess. Örlagadagur Kristjáns Jóns Guðmundssonar var þegar hann lifði af flugslys í Ljósufjöllum.

FM 957 kl. 10.00 Heiðar Austmann

Heiðar Austmann er aldursforseti stöðvarinnar en er samt yngstur í anda að eigin sögn. Heiðar kom til starfa á FM957 árið 1998 og hefur unnið samfleytt á stöðinni í ríflega 15 ár.



ÁTTU VON Á GESTUM SVEFNSÓFAR Í BETRA BAKI

Quatro svefnsófi

með vandaðri þokagormadýnu



Kr. 231.920
Fullt verð 289.900

QUATRO
20%
AFSLÁTTUR

Fæst í mögum litum með slitsterku áklæði.

Dýnstærð: 140x200 cm.



LINGEN
20%
AFSLÁTTUR

Lingen svefnsófi Tilboð Kr. 99.900

Fullt verð 124.900

Lingen er fánlegur í 3 litum, gráu, rauðu og bláu slitsterku áklæði.

Góð svampdýna
Breidd: 200 cm
Dýpt: 120 cm



Leggur grunn að góðum degi

Faxafeni 5, Reykjavík • Sími 588 8477

Opíð virka daga frá kl. 10-18 Laugardaga frá kl. 11-16

Dalsbraut 1, Akureyri • Sími: 558 1100 og Skeiði 1

Ísafirði • Sími 456 4566 betrabak@betrabak.is • www.betrabak.is

STÖÐ 2

- 07.00 Barnatími Stöðvar 2
- 08.00 Malcolm in the Middle
- 08.25 Wipeout
- 09.10 Bold and the Beautiful
- 09.30 Doctors
- 10.10 Spurningabomban
- 11.00 Touch
- 11.50 Grey's Anatomy
- 12.35 Nágrannar
- 13.00 Cold Feet
- 13.50 Veistu hver ég var?
- 14.25 Arrested Development
- 14.55 2 Broke Girls
- 15.15 Grallararnir Kalli kanína og félagar
- 15.40 Xiaolin Showdown
- 16.00 Frasier
- 16.20 The Big Bang Theory
- 16.45 How I Met Your Mother
- 17.10 Bold and the Beautiful
- 17.32 Nágrannar
- 17.57 Simpson-fjölskyldan
- 18.23 Veður
- 18.30 Fréttir
- 18.47 Íþróttir
- 18.54 Ísland í dag
- 19.06 Veður
- 19.15 The Michael J. Fox Show (15:22)
- 19.35 The Middle (9:24)
- 20.00 How I Met Your Mother (13:24)
- 20.20 Dallas (8:15)
- 21.05 Mistresses (6:13)
- 21.50 Covert Affairs (1:16)
- 22.35 Enlightened (3:10)
- 23.05 NCIS
- 23.50 Person of Interest
- 00.35 Those Who Kill
- 01.20 Louie
- 01.45 The Blacklist
- 02.30 The Tournament
- 04.05 Art of Getting By
- 05.30 Fréttir og Ísland í dag

SPORT besta sætið

- 07.00 KR - Celtic
- 12.15 Wimbledon Tennis 2014
- 17.25 N1-mótið 5
- 18.05 KR - Celtic
- 19.50 Búrið
- 20.20 Stjarnan - FH
- 22.10 Pepsímörkin 2014
- 23.25 Barcelona - Real Madrid
- 01.05 Búrið

SPORT 2 enski boltinn

- 13.15 Season Highlights 2013/2014
- 14.10 Brasilía - Þýskaland
- 15.50 Brøndby - Liverpool Bein útsending frá vináttuleik Brøndby og Liverpool.
- 17.55 Ian Wright 10 þátta sería um nokkra af helstu leikmönnum ensku úrvalsdeildarinnar í gegnum árin.
- 18.25 HM Messan
- 19.25 Brasilía - Króatía
- 21.10 Mexíkó - Kamerún
- 22.55 Brøndby - Liverpool
- 00.35 PL Classic Matches. Blackburn - Chelsea, 2003

INN

20.00 Hrafnáping 20.30 Hrafnáping 21.00 Í návgi 21.30 Á ferð og flugi

ÚTVARP

FM 88,5 XA-Radíó FM 89,5 Retro FM 90,1 Rás 2 FM 90,9 Gullbylgjan FM 93,5 Rás 1

STÖÐ 3

- 18.15 Malibu Country
- 18.40 Bob's Burgers
- 19.00 H8R
- 19.40 Romantically Challenged
- 20.05 Sullivan and Son (3:10)
- 20.30 Revolution (20:22)
- 21.10 Tomorrow People (22:22)
- 21.55 Damages (7:10)
- 22.50 Ravenswood (6:10)
- 23.30 The 100
- 00.10 H8R
- 00.50 Romantically Challenged
- 01.15 Sullivan and Son
- 01.40 Revolution
- 02.25 Tomorrow People
- 03.10 Damages
- 04.05 Tónlistarmyndbönd

Krakkastöðin

07.00 Áfram Diego, áfram! 07.24 Svampur Sveins 07.45 Elías 07.55 UKI 08.00 Ofurhundurinn Krypto 08.22 Ljóti andarunginn og ég 08.44 Ávaxtakarfan 09.00 Lína langsokkur 09.25 Latibær 09.47 Hvellur keppnisbíl 10.00 Dóra könnuður 10.24 Mörgæsirnar frá Madagaskar 10.45 Doddi litli og Eyrnastór 10.55 Rasmus Klumpur og félagar 11.00 Áfram Diego, áfram! 11.24 Svampur Sveins 11.45 Elías 11.55 UKI 12.00 Ofurhundurinn Krypto 12.25 Ljóti andarunginn og ég 12.47 Ávaxtakarfan 13.00 Lína langsokkur 13.24 Latibær 13.47 Hvellur keppnisbíl 14.00 Dóra könnuður 14.24 Mörgæsirnar frá Madagaskar 14.45 Doddi litli og Eyrnastór 14.55 Rasmus Klumpur og félagar 15.00 Áfram Diego, áfram! 15.24 Svampur Sveins 15.45 Elías 15.55 UKI 16.00 Ofurhundurinn Krypto 16.25 Ljóti andarunginn og ég 16.47 Ávaxtakarfan 17.00 Lína langsokkur 17.24 Latibær 17.47 Hvellur keppnisbíl 18.00 Dóra könnuður 18.24 Mörgæsirnar frá Madagaskar 18.45 Doddi litli og Eyrnastór 18.55 Rasmus Klumpur og félagar 19.00 Ísöldin 2 20.30 Sögur fyrir svefninn

GULLSTÖÐIN

- 18.00 Strákarnir
- 18.30 Friends
- 18.55 Seinfeld
- 19.20 Modern Family
- 19.45 Two and a Half Men (4:24)
- 20.10 Örlagadagurinn (11:30)
- 20.40 Heimsókn
- 21.00 Breaking Bad
- 21.50 Chuck (3:22) Chuck Bartowski er mættur í annað sinn hér í hörkuskemmtilegum og hröðum spennuþáttum. Chuck var ósköp venjulegur nörd sem lifði afar óspennandi lífi allt þar til hann opnaði tölvupóst sem mataði hann á öllum hættulegustu leyndarmálum CIA.
- 22.35 Cold Case
- 23.20 Without a Trace
- 00.05 Harry's Law
- 00.50 Örlagadagurinn
- 01.20 Heimsókn
- 01.40 Breaking Bad
- 02.25 Chuck
- 03.10 Cold Case
- 03.55 Tónlistarmyndbönd

BÍÓSTÖÐIN

- 10.55 Dolphin Tale
- 12.45 Honey
- 14.35 27 Dresses
- 16.25 Dolphin Tale
- 18.20 Honey
- 20.10 27 Dresses
- 22.00 Source Code
- 23.35 One in the Chamber
- 01.05 Universal Soldier. Regeneration
- 02.45 Source Code

RÚV

- 16.30 Martin læknir (1:5) (Doc Martin)
- 17.20 Disneystundin
- 17.21 Finnbogi og Felix
- 17.43 Síggildar teiknimyndir
- 17.50 Nýi skólinn keisarans
- 18.15 Tákn málsfréttir
- 18.25 Pricebræður bjóða til veislu
- 18.54 Víkingalottó
- 19.00 Fréttir
- 19.20 Veðurfréttir
- 19.25 Íþróttir
- 19.35 Með okkar augum (1:6)
- 20.05 Mánudagsmorgnar (1:10) (Monday Mornings)
- 20.50 Frú Brown (1:7) (Mrs. Brown Boys)
- 21.25 Ferðalok (1:6) (Silfur Egils Skallagrímssonar) Heimildarþáttaröð um Íslendingasögurnar og sannleiksgildi þeirra frá sjónarhóli fornleifarfræði og bókmennta.
- 22.00 Tíufréttir
- 22.15 Veðurfréttir
- 22.20 Hellar hinna gleymdu drauma (Cave of Forgotten Dreams)
- 23.50 Glæður (1:6) (White Heat)
- 00.50 Fréttir
- 01.05 Dagskrárlök

SKJÁREINN

- 06.00 Pepsi MAX tónlist
- 08.00 Everybody Loves Raymond
- 08.25 Dr. Phil
- 09.05 Pepsi MAX tónlist
- 16.00 My Mom Is Obsessed
- 16.45 Psych
- 17.30 Dr. Phil
- 18.10 Catfish
- 18.55 King & Maxwell
- 19.40 America's Funniest Home Videos
- 20.05 Save Me (8:13) Skemmtilegir þættir með Anne Heche í hlutverki veðurfræðings sem lendir í slysi og í kjölfar þess telur hún sig vera komna í beint samband við Guð almáttugan.
- 20.30 America's Next Top Model (5:16) Bandarísk raunveruleikaþáttaröð þar sem Tyra Banks leitar að næstu ofurfyrirsætu. Þetta er í fyrsta sinn sem fleiri en 14 þátttakendur fá að spreyta sig í keppninni enda taka piltar líka þátt í þetta sinn.
- 21.15 Emily Owens M.D. (8:13)
- 22.00 Ironside (6:9) Hörkuspennandi lögregluþættir sem fjalla um grjótharða rannsóknarlögreglumanninn Robert T. Ironside, sem bundinn er við hjólastól í kjölfar skotárásar.
- 22.45 The Tonight Show Pokkadísín Cameron Diaz kemur í heimsókn til Jimmys í kvöld ásamt leikaranum Josh Gad sem hefur leikið í myndum á borð við The Internship og Jobs. Indipop-listamaðurinn Bleachers sér um tónlist kvöldsins.
- 23.30 Leverage
- 00.15 House of Lies
- 00.40 Ironside
- 01.25 The Tonight Show
- 02.10 Pepsi MAX tónlist

Golfstöðin

08.00 PGA Tour 2014 13.00 Golfing World 2014 13.50 PGA Tour 2014 - Highlight 14.45 Inside The PGA Tour 2014 15.10 PGA Tour 2014 20.10 Golfing World 2014 21.00 European Tour 2014 - Highlig 21.50 Web.com Tour Highlights 22.45 Golfing World 2014 23.35 Web.com Tour Highlights

FM 95,7 FM957 FM 97,7 X-ið FM 100,5 K100 FM 96,3 FM Suðurland FM 98,9 Bylgjan FM 102,2 Útv. Latibær FM 96,7 Létt Bylgjan FM 99,4 Útvarp Saga FM 102,9 Lindin

ERT ÞÚ Á LEIÐ Í SÓLINA Í BOÐI AÐALSKOÐUNAR?

**Komdu með bílinn
í skoðun hjá Aðalskoðun
frá 15. til 30. júlí og
þú gætir unnið
sólarlandaferð
með fjölskyldunni.**

Bifreiðaskoðun snýst um svo miklu meira en bílinn. Hún snýst um öryggi og velferð þeirra sem í bílnum eru. Okkur hjá Aðalskoðun langar að bjóða heppinni fjölskyldu sem lætur okkur yfirfara öryggisatriði bílsins sannkallaðan sumarauka. Í boði eru 400.000 kr. upp í ferð að eigin vali, t.d. í sólina við Miðjarðarhafið. Allt sem þú þarft að gera er að koma með bílinn í skoðun á einhverja neðangreindra skoðunarstöðva okkar á tímabilinu 15. – 30. júlí og þú og þínir gætu verið á leiðinni í sólina.

Við tökum vel á móti þér.

Við minnum á að nú mega allir þeir sem færa eiga bíl sinn til skoðunar á árinu gera það. Komdu með bílinn til okkar í Aðalskoðun og þú gætir unnið skemmtilega ferð með fjölskyldunni.



Faggiltur skoðunaraðili í 20 ár

 **Aðalskoðun**

Hafnarfjörður
Hjallahrauni 4
(við Helluhraun)
Sími 590 6900

Reykjavík
Skeifunni 5
Sími 590 6930

Reykjavík
Grjóthálsi 10
Sími 590 6940

Kópavogur
Skemmuvegi 6
(bleik gata)
Sími 590 6935

Reykjanesbær
Holtsgötu 52
(við Njarðarbraut)
Sími 590 6970

Opið kl. 8 – 17 virka daga www.adal.is

DRYKKURINN



Blávatnið er best, stundum með sítrónusneið til hátíðabrigða.

Ólöf Huguína Valdímarsdóttir, leikkona og blaðamaður

Vill ráða fleiri íslenska leikara í hlutverk

Donald Ranvaud hefur bæst í teymi Terra Infirma. Margrét Hrafn segir stutt í að aðalleikari verði tilkynntur.

„Það er mikill fengur fyrir teymi Terra Infirma að fá hann til liðs við okkur. Hann hefur gert nokkrar af mínum upphaldsmyndum og er mjög virtur í bransanum,“ segir kvikmyndaframleiðandinn Margrét Hrafnadóttir. Hún vinnur nú að kvikmyndinni Terra Infirma en nýlega bættist framleiðandinn Donald Ranvaud í framleiðsluteymið. Hann hefur áralanga reynslu í kvikmynda-bransanum og hefur verið í hlutverki meðframleiðanda í myndum á borð við hinar Óskarstilnefndu

City of God og The Constant Gardener.

Að sögn Margrétar er myndin fullfjármögnuð og undirbúningur fyrir tökur í fullum gangi. Þá segir hún stutt í að aðalleikari verði tilkynntur en staðfestir leikarar í myndinni eru meðal annars Connie Nielsen, Tom Berenger og íslenski leikarinn Gísli Örn Garðarsson. Aðspurð hvort fleiri íslenskir leikarar fái hlutverk í myndinni segist hún vona það.

„Vonandi verður óskað eftir starfskröftum fleiri Íslendinga í

„**Vonandi verður óskað eftir starfskröftum fleiri Íslendinga í myndinni.**

myndinni. Það verður þannig ef ég fæ að ráða enda mikið af stórkostlega hæfileikaríku fólki.“

Terra Infirma er spennutryllir en í henni ákveður náttúran að refsanna mannkyninu fyrir illa meðferð með ófyrirsjáanlegum afleiðingum.



Á GÓÐU RÓLI Margrét undirbýr nú tökum á Terra Infirma. Hér er hún með eiginmanni sínum, Jóni Óttari.

Leikstýrir í fyrsta sinn í Los Angeles

Jökull Ernir Jónsson þreytir frumraun sína sem leikstjóri barnasöngleiks um Mjallhvíti í Los Angeles. Sýningin hefur vakið athygli og enn bætast við sýningar.

„Ég hef svo sem ekki hugmynd um af hverju ég var beðinn um að leikstýra söngleikum en það er líklega út af því að það þekkir enginn sýninguna eins vel og ég,“ segir tónlistarmaðurinn Jökull Ernir Jónsson sem þreytir frumraun sína sem leikstjóri í barnasöngleik um Mjallhvíti í Los Angeles. Sýningin er sett upp af leikfélagi sem kallast The Smiley Face and the Frown Entertainment Group og var sett upp fyrir sýningarhátíð sem kallast The 2014 Hollywood Fringe Festival sem fram fór í Cupcake Theater í Hollywood.

„Á hátíðinni voru sýndar um tvö hundruð mismunandi sýningar og um sextíu sýningar fengu svokölluð Fringe Expansion Awards, sem þýðir framlenging á sýningunni þannig að við erum að fara að halda áfram með sýninguna okkar í leikhúsinu sem er ákaflega ánægjulegt,“ útskýrir Jökull Ernir.

Hann segir að sýningin hafi gengið mjög vel og uppselt hafi verið á hverja sýningu en hún var frumsýnd í júnímánuði og gekk í þrjár vikur og fer aftur í sýningu í næsta mánuði.

Jökull Ernir kom fyrst að áðurgreindum söngleik fyrir um tveimur árum. „Söngleikurinn var upphaflega settur upp af leikhópnum Lottu á Íslandi og fjallar um ævintýri Mjallhvítar en það er þó meira stuðst við Grimms-útgáfuna heldur en Disney. Anna Bergljót Thorarensen skrifaði söngleikinn. Fyrir tveimur árum bað vinkona mín og meðlimur leikhópsins Lottu, Andrea Ösp Karlsdóttir, mig um að aðstoða sig við að þýða söngleikinn. Hún var í leikfélaginu The Smiley Face and the Frown



SÝNINGIN KYNNT Parna er Jökull Ernir Jónsson, annar frá hægri, ásamt nokkrum samstarfsfélögum sínum þegar sýningin var kynnt á Fringe-hátíðinni. Stúlkan á milli Jökuls og Péturs Pan er hins vegar Mercedes Schelba-Shorte úr America's Next Top Model en hún er systir trommarans í hljómsveit Jökuls, The Evening Guests.

MYND/EINKASAFN

→ Einn stofnendanna íslenskur

Leikfélagið The Smiley Face and the Frown Entertainment Group var stofnað árið 2011 en einn af stofnendum þess er leikkonan Andrea Ösp Karlsdóttir. Markmið félagsins er að útvega skapandi listamönnum fagmannlegt atvinnuumhverfi í Los Angeles og næsta nágrenni. Félagið útvegar listamönnum grunnfjármagn til að hjálpa til við að leyfa verkendum að líta dagsins ljós en stjórn félagsins ákveður hvaða verkefni fá fjármagn hverju sinni.

Entertainment Group og var söngleikurinn settur upp fyrir tveimur árum en þá skipaði ég stöðu tónlistarstjóra,“ segir Jökull Ernir spurður út í upphafið.

Þegar söngleikurinn var settur upp í Los Angeles fyrir tveimur árum var flogið sérstaklega með Önnu Bergljótu til Los Angeles til þess að leikstýra uppfærslunni.

Jökull Ernir, sem meðal annars

samdi nýja tónlist við söngleikinn, útskrifaðist úr tónlistarskólunum Musicians Institute undir lok ársins 2012. Hann er með nóg af verkefnum á sínum snærum og er meðal annars að semja nýjan söngleik með leikfélaginu, ásamt því að koma fram með hljómsveitinni sinni The Evening Guests, sem vakið hefur talsverða lukku vestanhafs. gunnarleo@frettabladid.is

Fékk nóg af munntóbaksneyslunni

Íris Grímsdóttir skoraði á kærasta sinn, Guðmund Vikar Jónsson, á Facebook að hætta allri munntóbaksneyslu ef hún fengi 1.000 „like“ á ákveðna mynd.

„Viðbrögðin á Facebook komu mér og fólkinu í kringum mig heldur betur á óvart,“ segir Íris Grímsdóttir, sem fékk sig fullsadda af munntóbaksneyslu kærastans á dögnum og tók málin í sínar hendur.

Íris tók mynd af sjálfri sér með blað sem á stóð að ef 1.000 manns myndi líka við myndina ætlaði kærasti hennar, Geirmundur Vikar Jónsson, að hætta allri neyslu á munntóbaki. „Myndir af fólki í alls konar áskorunum hafa verið vinsælar á Facebook. Ég sendi kærastanum mynd af lítilli stelpu sem fékk pabba sinn til þess að hætta að reykja fyrir 1.000 „like“ og spurði hvort hann myndi hætta að taka í vörina ef hann fengi áskorun frá mér. Hann sagðist ekki hafa neina trú á því að ég myndi ná 1.000 lækum en óskaði mér góðs gengis. Þar sem ég er algjör keppnismanneskja varð

→ Mynd Írisar er búin að fá rúmlega 4.000 „like“

ég að afsanna þetta, lét slag standa og skellti myndinni á Facebook.“ Myndin sló í gegn og á einum og hálfum sólarhring var hún komin með tæp 4.000 „like“. Það var því lítið annað fyrir Geirmund að gera en að leggja munntóbakinu fyrir fullt og allt. „Honum gengur furðulega vel. Fyrstu tímarnir eftir að hann losaði úr vörinni í seinasta skipti voru honum erfiðir en nú ber hann sig ótrúlega vel.“

Samkvæmt tölum frá ÁTVR hefur sala á munntóbaki stórkostlega minnð undanfarið ár. „Verst finnst mér þegar ungt fólk, sem aldrei hefur notað tóbak áður, byrjar á því, þrátt fyrir allar forvarnir og auglýsinga-herferðir um skaðsemi tóbaks.“ -ka



KEPPNISMANNESKJA Íris segir að kærastinn hafi haft litla trú á áskoruninni í upphafi. Hún hafi hins vegar verið staðráðin í því að ná markmiðinu.

FAHAND SIRKUS ÍSLANDS
— TJALDAR ÖLLU TIL —
REYKJAVÍK - ÍSAFJÖRDUR - AKUREYRI - SELÞÖSS - REYKJAVÍK

**REYKJAVÍK TIL
13. JÚLÍ**

**ÍSAFJÖRDUR
16.-20. JÚLÍ**

**NÁNARI UPPLÝSINGAR Á
WWW.SIRKUSISLANDS.IS**

Coca-Cola TVG-ZIMSEN

Reykjavík Símanummi 112 Símanummi 112 Símanummi 112 Símanummi 112

HONDA

The Power of Dreams

STUTTA SPILIÐ & LANGA FERÐIN

HORFÐU Á HEILDARMYNDINA



HONDA CR-V KOSTAR FRÁ KR. 5.190.000

Hvort sem þú vilt sparneytni, rými og þægindi í golfið eða fjórhjóladrif og öruggt veggrip fyrir krefjandi vegi þá er Honda CR-V fyrir þig. Bættu við hagstæðu verði og 5-stjörnu öryggi og þú sérð heildarmynd hagkvæma borgarjeppans sem hefur rakað að sér verðlaunum í öllum heimsálfum. Heildarmyndin endurspeglast í háu endursöluverði og verðlaunum sem áreiðanlegasti bílaframleiðandi heims áttunda árið í röð. Keyrðu Honda CR-V, betri 4x4 þegar á allt er litið.

honda.is/cr-v



Vatnagörðum 24-26 • Sími 520 1100 • www.bernhard.is

Umboðsaðilar: Bernhard, Reykjanesbæ, sími 421 7800, Bílver, Akranesi, sími 431 1985
Höldur, Akureyri, sími 461 6020, Bragginn, Vestmannaeyjum, sími 481 1535



FRÉTTABLAÐIÐ

VIÐ SEGJUM FRÉTTIR • SMÁUGLÝSINGASÍMINN OG SKIPTIBORÐ: 512 5000 **VÍSIR**
RITSTJÓRN 512 5313, Fax: 512 5301, ritstjorn@frettabladid.is AUGLÝSINGAEILD auglysingar@frettabladid.is PRENTUN Ísafoldarprentsmiðja



Póst: dreifing

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

UPPLIFÐU ÞITT

**WOW
MOMENT**

FRÉTTIR AF FÓLKI

Fjórar stjórnur í Prague Post

Kvikmyndin París norðursins í leikstjórn Hafsteins Gunnars Sigurðssonar fær glimrandi góða dóma í miðlinum Prague Post. Gagnrýndinn André Crous gefur myndinni fjórar stjórnur og segir Hafstein hafa tekist á ný að skapa hrífandi mynd með karakterum sem vel sé hægt að líka við þó maður elski þá ekki en Hafsteinn sló í gegn með kvikmyndinni Á annan veg sem endurgerð var í Hollywood sem Prince Avalanche. París norðursins var heimsfrumsýnd á alþjóðlegu kvikmyndahátíðinni Karlovy Vary í Tékklandi fyrir stuttu og bætir André við að hann sé fullviss um að Hafsteins bíði glæstur ferill í kvikmyndageiranum. - lkg



Hlaupa til góðs

Fjölmarginir ætla að hlaupa til góðs í Reykjavíkumaraþoni Íslandsbanka í ágúst. Fyrir utan alla Skálmaldar meðlimina sem hlaupa til styrktar Hringnum ætla Þórarinn Eldjárn rit höfundur að hlaupa til styrktar Minningarsjóði Kristjáns Eldjárn gítarleikara. Karl Sigurðsson Baggalútur hleypur fyrir Kraft og Andrés Jónsson almannatengill hleypur fyrir Ferðasjóð Guggu. Á Facebook-síðu UN Women á Íslandi er búið að skora á Unni Ösp Stefánsdóttur leikkonu að hlaupa en hún safnaði rúmum fjörutíu þúsund krónum fyrir samtökin í fyrra. Alls hafa safnast tæpar 6,4 milljónir króna á vefnum hlaupa-styrkur.is þótt 37 dagar séu enn til maraþonsins. - ebg



Mest lesið **VÍSIR**

- 1 Ísland í dag: Halda minningu Ölla á lofti
- 2 Steig Kjartan Henry viljandi á Atla Jens? | Sjáðu atvikið umdeilda
- 3 Ísraelar fallast á tillögu Egypta um vopnahlé
- 4 Ísland í dag í kvöld: „Getur verið óttalegt skítadjobb“
- 5 Nýi Billy passar ekki með þeim gamla

KitchenAid
THE MORE YOU USE IT
THE BETTER IT LOOKS

95
50
1964-2014
Einar Farestveit & Co.hf.
Borgartúni 20 • Sími: 520 7900 • efi@eif.is • www.eif.is

WOW

FLUGFÉLAG FÓLKSINS

ØL, RAUÐVÍN EÐA SANGRÍA?

KÖBEN	PARÍS	ALICANTE
VERÐ FRÁ	VERÐ FRÁ	VERÐ FRÁ
9.990 KR.	9.990 KR.	14.990 KR.
TÍMABIL: ÁGÚST - OKT.	TÍMABIL: SEPT. - OKT.	TÍMABIL: SEPT. - OKT.

wowair.is

**WOW
MOMENT**

Alltaf notalegt að skella sér til Köben í góðra vina hópi!

Eydís Arna Línal

