



Fjöldi fólks lagði leið sína í Garðabæ í gærkvöldi og litaðist um í nýrri Costco verslun sem verður opnuð formlega í dag. Búist er við að fjöldi Íslendinga leggi leið sína í verslunina í dag, en að minnsta kosti 35 þúsund Íslendingar hafa keypt sér aðildarkort. Opnun Costco hefur þegar valdið titringi á markaði. Nánar er fjallað um Costco á Íslandi á síðu 8. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTONBRINK

Sterk íslensk króna fljóti í svikalogni

Krónan styrkist enn. Forsvarsmenn atvinnulífsins hafa áhyggjur. Framkvæmdastjóri Samtaka atvinnulífsins spyr hver sé undirstaða góðæris þegar þrjár stærstu greinarnar eiga í erfiðleikum. Nefnd um endurmat peningastefnu á ekki að skila af sér fyrr en áætlað var.

EFNAHAGSMÁL „Ef þú ert í miðju góðæri en þrjár stærstu greinarnar, sjávarútvegur, ferðaþjónusta og iðnaður, eru í mjög erfiðu árferði, hver er þá undirstaða góðærisins? Ég hef rætt svikalogn í þessu samhengi,“ segir Halldór Benjamín Þorbergsson, framkvæmdastjóri Samtaka atvinnulífsins (SA).

Krónan hefur styrkst verulega undanfarna mánuði. Styrkingin hélt

áfram í gær gagnvart helstu gjaldmiðlum. Halldór segir SA hafa haft áhyggjur af ástandinu lengi.

„Krónan hefur styrkst gríðarlega undanfarið. Ef þú horfir á þrjár stóru stóðir atvinnulífsins þá hefur þetta bein áhrif á sjávarútveginn, þetta mun hafa áhrif á ferðaþjónustuna ef áhrifanna gætir ekki þegar þar. Þá stendur eftir íslenskur iðnaður sem er orðinn ósamkeppnisfær.“

SA telja stýrivexti þurfa að lækka hraðar. „Það yrði hvati fyrir innlenda fjárfesta að fara utan með krónur og yrði mótvægi við það innflæði sem á sér stað núna.“

Halldór segir 0,25 prósentu lækkan, eins og Seðlabankinn tilkynnti um á síðasta vaxtaákvörðunarfundi, hafa nær engin áhrif. Við séum með hæstu raunvexti allra viðmiðunarlanda. „En ef þetta er fyrsta skrefið í vaxtalækk-

unarferli þá hefur það áhrif á væntingar á markaði og sálfræðileg áhrif.“ Það liggja hjá Seðlabanknum að taka á neikvæðum áhrifum ef gengið verður of sterkt.

Hann bendir á að ef fjármálaráðuneytið hefði lagt fram aðhaldssamari fjármálaáætlun til fimm ára með auknum afgangi hefði Seðlabankinn haft rými til frekari vaxtalækkunar.

Í mars var verkefnisstjórn skipuð

í tengslum við endurmat peningastefnunnar. Nefndin, sem Ásgeir Jónsson hagfræðingur er í forsvari fyrir, skilar niðurstöðum í árslok. Samkvæmt fjármálaráðuneytinu verður nefndinni ekki gert að skila af sér fyrr þrátt fyrir áhyggjur aðila vinnumarkaðarins. Nefndin sé þegar að vinna í flýti og þurfi að eiga viðtækt samráð. Einnig eigi eftir að finna erlenda ráðgjafa til aðstoðar. saeunn@frettabladid.is

Dauðsföll í Manchester

BRETLAND Nokkrir létu lífið eftir sprengingu undir lok tónleika bandarísku poppstjörnnunnar Ariana Grande í Manchester í gær. Nákvæmur fjöldi látinna og særðra lá ekki fyrir þegar Fréttablaðið fór í prentun seint í gærkvöldi, en um 20 þúsund gestir voru á tónleikumunum.

Mikil ringulreið greip um sig í kjölfar sprengingarinnar og þusti fólk út af tónleikumunum. Hvellurinn frá sprengingunni heyrðist vel í nágrenninu.

Í tísti frá lögrelunni í Manchester sagði að um væri að ræða alvarlegt útkall og mælst til þess að fólk héldi sig frá staðnum. Síðar staðfesti lögreglan að fólk hefði týnt lífinu á tónleikumunum. Þegar blaðið fór í prentun var ekki ljóst hvort frekari hvellir fylgdu eða hvort um stakt atvik var að ræða. - jõe

Fréttablaðið í dag

SKOÐUN Smári McCarthy ræðir um annars flokks heilbrigðiskerfi á Íslandi. **12**

SPORT Loksins Íslandsmeistari eftir 20 ára bið. **16**

MENNING Borgarveran birtist í kjallara Norræna hússins. **22**

LÍFIÐ Hinn bandaríski Ryan Feldman tók u-beygu þegar hann hætti hjá Burberry í London og flutti til Íslands til að vinna hjá 66°Norður. **30**

PLÚS 1 SÉRBLAÐ • FÓLK

*Samkvæmt prentmiðlökönun Gallup



Pinex® Smelt
Munndreifitöflur 250 mg

Actavis

LOKSINS!
VERND FYRIR FÖT

GEGN GULUM BLETTUM

NIVEA SUN
protect & moisture

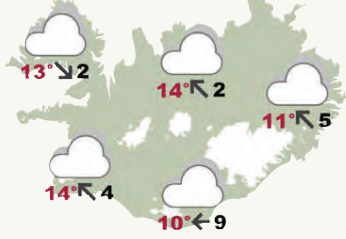
-15 kr.
+ 2 punktar

10. hvert*
skipti

Alltaf til staðar **N1**

*Þegar keyptir eru 25 lítrar eða meira af eldsneyti.

Veður



Suðaustan kaldi og skúrir eða dálítill rigning, og þá einkum suðaustanlands en úrkomulítið norðaustan til. Hiti 8 til 17 stig, hlýjast norðaustanlands. **SJÁ SÍÐU 20**



Nemendum sem höfðu fengið inni á næsta skólaári hefur verið tilkynnt að námið verði ekki í boði.

Kennslu hætt á Hallormsstað

MENNTAMÁL Ekki verður boðið upp á nám við Hússtjórnarskólann á Hallormsstað næsta vetur þar sem námið rúmast ekki innan ramma Aðalnámskrár framhaldsskólanna. Öllum starfsmönnum skólans hefur verið sagt upp. Skólinn hefur starfað samfleytt í 87 ár.

Í upphafi árs var skólafyrirvöldum tilkynnt af mennta- og menningarmálaráðuneytinu að ekki yrði af áframhaldandi stuðningi ríkisins við skólann sökum nemendafæðar. Í kjölfarið var ráðuneytinu send greinargerð um starfseminna með tillögum að útvíkkun starfseminnar. Það var svo í síðustu viku sem ráðherra tilkynnti skólanum að engin breyting hefði orðið á afstöðu ráðuneytisins.

„Þetta er mikið áfall fyrir starfsmenn og skólanefnd Hússtjórnarskólans á Hallormsstað enda ljóst að í námskrá er tekið fyrir hefðbundið hússtjórnarnám sem hefur verið stutt hagnýt námsbraut og hefur nýst nemendum til eininga í öðru námi í framhaldsskólum,” segir í yfirlýsingu frá skólanum. -jó

» Hússtjórnarskólinn á Hallormsstað hefur verið starfræktur frá árinu 1930 eða alls í 87 ár.

Fyrsti fundur Þjóðaröryggisráðs í Safnahúsinu



Þjóðaröryggisráð fundaði í fyrsta sinn í dag, en ellefu manns eiga sæti í ráðinu. Meðal þeirra eru Guðlaugur Þór Þórðarson utanríkisráðherra, Bjarni Benediktsson forsætisráðherra og Sigríður Andersen innanríkisráðherra, ásamt Haraldi Jóhannessen ríkislögreglustjóra sem öll sjást hér á mynd. Ráðinu er ætlað að móta og framfylgja þjóðaröryggisstefnu fyrir Ísland og styrkja samhefingu milli viðbragðsaðila. FRÉTTABLAÐIÐ/EYÞÓR



Höfnuðu evru 2003. Svíar fá evruna

SVIÞJÓÐ Svíar eiga að hafa tekið upp evru í síðasta lagi árið 2025. Þetta kemur fram í tillögu framkvæmdastjórnar Evrópusambandsins um framtíð evrusvæðisins sem lögð verður fram í næstu viku, að því er Frankfurter Allgemeine Zeitung greinir frá.

Fjármálaráðherra Sviþjóðar, Magdalena Andersson, gefur ekki mikið fyrir þessar áætlanir. Hún segir það undir sænsku þjóðinni komið hvort og hvenær evra verði tekin upp. Fyrst verði að halda þjóðaratkvæðagreiðslu.

Svíar sögðu nei við evru í þjóðaratkvæðagreiðslu sem haldin var 2003. – ibs

Tíu skipverjar kallaðir til vitnis í máli Birnu

Thomas Møller gæti verið dæmdur til að greiða flug allra þeirra skipverja af Polar Nanoq sem kallaðir verða til vitnis þegar réttað verður yfir honum fyrir morðið á Birnu Brjánsdóttur. Aðalmeðferð dregst líklegast fram á síðsumar.

LÖGREGLUMÁL Í það minnsta tíu skipverjar af grænenska togaranum Polar Nanoq verða kallaðir til Íslands til að bera vitni gegn Thomas Møller Olsen, sem grunaður er um að hafa banað Birnu Brjánsdóttur í janúar. Mennirnir voru allir samstarfsmenn Thomasar á skipinu og áttu í samskiptum við hann eftir laugardagsmorguninn 14. janúar, þegar Thomas er grunaður um að hafa framið ódæðisverkið.

Grænenska togaranum var snúið til Íslands um miðjan dag þriðjudaginn 17. janúar þegar grunur vaknaði hjá lögreglunni á höfuðborgarsvæðinu um að um borð væru menn sem bæru ábyrgð á hvarfi Birnu. Tveir skipverjar voru handteknir um hádegisbil þann 18. janúar og skipið kom til hafnar rétt fyrir miðnætti þann sama dag. Þriðji skipverjinn var handtekinn um kvöldið en sleppt að lokinni yfirheyrslu. Samstarfsmenn Thomasar áttu sem sagt í samskiptum við hann í um það bil fjóra sólarhringa, frá því að hann fór um borð í togaranum um hádegisbil á laugardegi og þar til hann var handtekinn um hádegisbil á miðviku-degi. Talið er að vitnisburður skipverjanna muni reynast saksóknara mikilvægur í málinu. Um borð í togaranum fundust skilríki Birnu og meðal annars mátti finna lífsýni á fatnaði hins grunada.

Skipverjunum ber lagaleg skylda til að bera vitni í málinu. Samkvæmt íslenskum lögum geta þeir krafist þess að íslenska ríkið greiði kostnað þeirra við ferðalagið hingað til lands. „Íslenska ríkið leggur sem sagt út fyrir þessu. En ef sakborningur verður sakfelldur þá er hann



Polar Nanoq var snúið við til hafnar eftir að grunur vaknaði um að um borð væri sá sem bæri ábyrgð á hvarfi Birnu Brjánsdóttur. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

Ef við verðum heppin þá verður skipið akkúrat í höfn. Það er reynt að stilla þessu upp þannig að þetta verði sem þægilegast.

Kolbrún Benediktsdóttir varahéraðs-saksóknari



rukkaður um þetta. Ef við verðum heppin þá verður skipið akkúrat í höfn. Það er reynt að stilla þessu upp þannig að þetta verði sem þægilegast,” segir Kolbrún Benediktsdóttir varahéraðs-saksóknari.

Samkvæmt heimasíðu Flugfélags Íslands kostar flugið fram og til baka

frá Grænlandi á bilinu 80 til 100 þúsund krónur fyrir einstakling. Sá kostnaður gæti allur fallið á Thomas fari svo að ekki verði hægt að samræma ferðir skipsins og réttarhöldin, og ef hann verður sakfelldur.

Í dag fer fram enn ein fyrirtakan í málinu, nú um seinni fyrirsögn verjanda til dómkvædds réttarmeinafræðings. Dómkvæddur bæklunarlæknir, sem hefur það hlutverk að fara yfir hvort Thomas hafi verið líkamlega fær um að bana Birnu, hefur til 16. júní að skila sinni niðurstöðu en Kolbrún gerir ráð fyrir að svör frá réttarmeinafræðingnum berist í fyrsta lagi í lok næsta mánaðar.

Þá tekur sumarfrí við sem reynist erfiður tími til að kalla til vitni í málinu. Líklegt sé að aðalmeðferð í máli saksóknara gegn Thomas Møller Olsen fari fram í ágúst næstkomandi. snaeros@frettabladid.is

Garðtraktorar fyrir þá kröfuhörðu



Cub Cadet
Gerir sláttinn auðveldari

ÞÓR

Reykjavík:
Krókháls 16
110 Reykjavík
Sími 568-1500

Akureyri:
Lönsbakka
601 Akureyri
Sími 568-1555

Opnunartími:
Opnið alla virka daga
frá kl 8:00 - 18:00
Lokað um helgar

Vefsíða og
netverslun:
www.thoris.is



Innovation
that excites

[30 kWh]
← 250 km** →

Zero Emission

SUMARTILBOÐ Á NISSAN LEAF

5 ÁRA ÁBYRGÐ OG **REGLUBUNÐNAR ÁBYRGÐAR-
SKOÐANIR FYLGJA NÝJUM LEAF FYRSTU 3 ÁRIN***



100% RAFKNÚINN NISSAN LEAF.
RAFBÍLL ER FRAMTÍÐIN

NÝ 30 KWH RAFHLAÐA.
250 KM DRÆGI.

Nú færðu nýjan Nissan Leaf með stærri rafhlöðu og meira drægi en nokkur annar bíll í þessum stærðarflokki. Komdu og reynsluaktu þessum vinsæla rafbil og kynnstu af eigin raun hvers vegna Nissan Leaf er mest seldi rafbíll í heimi.

NISSAN LEAF VISIA 30kWh
Verð: 3.550.000 kr.

Bíll á mynd; Nissan Leaf Tekna, verð: 4.250.000 kr.

*Með 3 ára ábyrgðarskoðun geta eigendur Nissan Leaf notið þess að koma með bílinn í árlegar áskildar skoðanir sem viðhalda ábyrgð bílsins án þess að greiða neitt aukalega.

GE bílar
Reykjanesbæ
www.gebilar.is
420 0400

Bílasalan Bílás
Akranesi
www.bilas.is
431 2622

Bílasala Akureyrar
Akureyri
www.bilak.is
461 2533

Bílaverkstæði Austurlands
Egilsstöðum
www.bva.is
470 5070

IB ehf.
Selfossi
www.ib.is
480 8080

BL söluumboð
Vestmannaeyjum
481 1313
862 2516

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



Þótti brjóta gegn stjórnarskrá að sakfella án framburðar lykilvitna

DÓMSMÁL Rúmlega þrítugur litháískur karlmaður var í gær sýknaður af ákæru um tilraun til manndráps. Málsatvik áttu sér stað í Seljahverfi í nóvember síðastliðnum en maðurinn hefur setið í gæsluvarðhaldi síðan þá.

Maðurinn hafði setið að drykkju ásamt þremur löndum sínum þegar kastadist í kekki milli þeirra. Þegar upp var staðið hafði ákærði hlotið margvíslega áverka en einn hinna þriggja hafði hlotið stungusár í gegnum kinn og annað í gegnum

brjóstakassa. Hnifurinn fannst aldrei. Ákærði neitaði staðfastlega sök. Hann játaði að hafa gripið til hnifsins en það hefði aðeins verið í þeirri von að þremmingarnir létu hann í friði eftir það. Það gekk ekki upp. Hann hafnaði því alfarið að hafa lagt til hins særða af ásetningu.

Þremmingarnir, sem einnig voru í íbúðinni þetta kvöld, fengust ekki til að bera vitni fyrir dómi. Tveir þeirra höfnuðu því og ekki náðist í þriðja manninn. Framburð þriggja lykilvitna, þar á meðal

meints brotþola, vantaði því.

Að mati dómsins var mörgum spurningum ósvarað um atburðarásina og þótti málið ekki nægilega upplýst vegna fjarveru vitnanna. Þótti það brjóta gegn stjórnarskrárvörðum rétti um réttláta málsmeðferð að sakfella manninn án þess að lykilvitnin kæmu fyrir dóm. Var hann því sýknaður.

Þóknun réttargæslumanns, verjanda og annar sakarkostnaður, alls um 4,7 milljónir króna, falla á ríkissjóð. –jóe



Dómurinn var kveðinn upp í Héraðsdómi Reykjavíkur. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

Minni neysla fisks í Noregi

NOREGUR Sala á nýjum fiskflökum í Noregi minnkar stöðugt. Á fyrsta ársfjórðungi þessa árs var salan 42 prósentum minni en á sama tíma í fyrra. Í fyrra hafði salan á sama tímabili minnkað um 23 prósent miðað við árið áður. Alls minnkaði sala á fiskafurðum um 15 prósent fyrstu þrjá mánuði þessa árs.

Verð á fiskafurðum var að meðaltali sex prósentum hærra í ár en í fyrra.

Heilbrigðisráðherra Noregs, Bent Høie, segir yfirvöld stefna að því að neysla á fiski, grófu korni, ávöxtum og grænmeti aukist um 20 prósent fyrir 2021. –ibs

Greiðslu ekki rétt getið

SAMFÉLAG Ellen Calmon, formaður Öryrkjabandalags Íslands (ÖBÍ), fékk milljón krónur í greiðslu frá bandalaginu í september í fyrra. Greiðslan var fyrirframgreidd laun en endurskoðandi félagsins gerði athugasemd við hana í ársreikningi samtakanna. Fyrst var sagt frá málinu á vef RÚV.

Í yfirlýsingu frá ÖBÍ segir að formaðurinn hafi óskað eftir greiðslunni við framkvæmdastjóra í september í fyrra og fengið. Upphæðin hefur verið endurgreidd að fullu. Ellen er í fullu starfi sem formaður samtakanna.

Líkt og áður sagði uppgötvandi færslan í yfirferð endurskoðanda fyrir ársreikningsgerð.

Ársreikningurinn var samþykktur á aðalfundi en boðað til aukafundar í gær. Markmið hans var að setja vinnureglur um fyrirframgreiðslu launa að því segir í yfirlýsingu. –jóe



Varaformaðurinn hættur og pattstaða uppi í samtökunum

Fundi stjórnar Neytendasamtakanna í gær var slitið jafn fljótt og hann hófst. Formaður segir ásakanir gagnvart sér vera ásakanir um lögbrot sem séu „gegn betri vitund stjórnarmanna“. Stjórnarmenn eru á móti orðlausir yfir framkomu formanns sem segist hvergi banginn þurfi að höggva á hnútinn með því að kjósa á ný.

NEYTENDAMÁL Pattstaða er komin upp hjá stjórn Neytendasamtakanna. Stjórnarfundur sem fram fór í gær var afar stuttur en formaðurinn sleit fundinum eftir að lögð var fram tillaga um að fundarstjóri yrði kosinn. Rétt áður en Fréttablaðið fór í prent í gærkvöldi, sagði Ása Steinunn Atladóttir, varaformaður samtakanna, af sér. Hún sendi stjórninni bréf þess efnis.

Í upphafi mánaðarins lýsti stjórn samtakanna yfir vantrausti á formanninn Ólaf Arnarson en hann ætlar að sitja áfram sem formaður. Aðrir stjórnarmenn segja að ástæðan fyrir vantraustinu sé að formaðurinn hafi skuldbundið samtökin án þess að bera það undir stjórnina. Reyna átti að setta ólíkar hliðar á fundinum í gær.

„Ég er eiginlega orðlaus enn þá. Hann kom inn, setti fund, sleit honum og gekk út án þess að gefa færi á að ræða nokkur mál,“ segir Stella Hrönn Jóhannsdóttir, gjaldkeri samtakanna.

Á fundinum bar Stella fram tillögu um að kosinn yrði fundarstjóri en Ólafur sagði þá að hann stýrði fundum. Bónin um kosninguna var ítrekuð og í kjölfarið var fundi slitið.

„Við höfum engan áhuga á að samtökin fari í þrot eða það þurfi að segja upp starfsfólki. Með þeim skuldbindingum sem hann hefur gert er staðan bysna alvarleg en hún er ekki óyfistiganleg,“ segir Stella.

Í samtali við Fréttablaðið staðfestir Ólafur það að hann hafi slitið fundi eftir tillögu um kosningu fundarstjóra.

» Deilurnar snúast meðal annars um laun formannsins, smáforrit og bíl sem hann hefur til afnota.

„Formaður stjórnar stýrir fundum. Það er almenn regla og hefur verið algjör regla hjá Neytendasamtökunum,“ segir Ólafur og bætir við að það mætti hugsa sér að formaður víki sem fundarstjóri ef einhver vafi væri uppi um hæfi hans. „Þegar deilur eru milli formanns og stjórnar er formaður ekki vanhæfari en aðrir til að stýra fundum.“

Ólafur segir að í málinu hafi hann verið borinn alvarlegum sökum, sem jaðri við hegningarlagaþrot, og að ef einhver fótur væri fyrir þeim væri búið að hringja á lögregluna. Hann muni ekki láta stjórnina, sem borið hefur hann sökum „gegn betri vitund“, stela völdum á stjórnarfundum. Hann bætir því við að hann hafi hlotið 56 prósent kosningu sem formaður þeirra.

„Þrátt fyrir deilur stjórnar eru samtökin algjörlega starfhæf. Skrifstofan gengur sinn vanagang og ég sinni verkefnum formanns,“ segir Ólafur.

Líkt og áður segir er komin upp algjör pattstaða og ekki liggur fyrir hvernig leyst verður úr henni.

„Ef það þarf að höggva á hnútinn með því að kjósa upp á nýtt, þá óttast ég ekki þá kosningu,“ segir Ólafur. johannoli@frettabladid.is



Hann kom inn, setti fund, sleit fundi og gekk út án þess að gefa færi á að ræða nokkur mál

Stella Hrönn Jóhannsdóttir, gjaldkerfi Neytendasamtakanna

Ef það þarf að höggva á hnútinn með því að kjósa upp á nýtt, þá óttast ég ekki þá kosningu

Ólafur Arnarson, formaður Neytendasamtakanna

Ólafur hefur ekki ihyggju að hætta sem formaður.



Smærri viðgerðir

Hraðþjónusta HEKLU.
Hringdu í 590 50 30 eða renndu við.
Hekla.is



Samþykktu að auka ekki framleiðslu

ÍRAK Stjórnvöld í Írak samþykktu í gær að olíuframleiðsla landsins yrði ekki aukin á næstu níu mánuðum. Aðgerðin er liður í áframhaldandi niðurskurði OPEC-ríkjanna á olíuframleiðslu.

Í lok nóvember síðastliðins samþykktu OPEC-ríkin að draga úr olíuframleiðslu um sem nemur 1,2 milljónum tunna á dag. Aðgerðin hófst um áramótin og átti að vara í hálf ár. Nú hefur verið ákveðið að framlengja hana um níu mánuði. Önnur olíuríki, utan OPEC, þar á meðal Rússland, fylgdu í kjölfarið og drógu seglin saman um sem nemur 560 þúsund tunnum á dag.

Gripið var til aðgerðanna í kjölfar þess að viðskiptaþvingunum gagnvart Íran var aflétt. Þá streymdu olíubirgðir Írana inn á markaðinn, framboðið rauh upp úr öllu valdi og olli því að verð lækkaði.

„Ákvörðun þessi er tekin í samráði við Sádi-Arabíu. Á ríkisstjórnarfundum í dag var samþykkt að auka ekki



Svartagullið mun halda áfram að flæða á sama tempói. FRÉTTABLAÐIÐ/EPA

framleiðsluna,“ sagði Jabbar al-Luay, olíumálaráðherra Íraks, á fréttamannafundi þar sem niðurstaðan var tilkynnt. Við hlið hans sat Khalid al-Falih, orkumálaráðherra Sáda.

Fulltrúar OPEC-ríkjanna og Rússa munu hittast á fimmtudag þar sem samkomulagið verður formlega undirritað. –jóe

JAGUAR

AUKIN ÞÆGINDI VIÐ BREYTILEGAR AÐSTÆÐUR



Fjór hjóladrifnu fjölskyldusportbílarnir Jaguar XE og Jaguar XF eru búnir hinu fullkomna Jaguar ASPC fjór hjóladrifskerfi sem hentar einstaklega vel við aðstæður þar sem allra veðra er von. Allar gerðir Jaguar fólksbíla eru með yfirbyggingu úr áli sem tryggir léttleika og lága eldsneytisnotkun. Nýjasta fjölarma fjöðrunartækni tryggir þægilegan akstur og framúrskarandi aksturseiginleika.

Jaguar bílar eru þekktir fyrir fallett efnisval og vandaðan frágang innréttingar og með nýjstu kynslóð af Jaguar InControl Touch Pro margmiðlunarkerfinu getur ökumaður notið nýjunga á borð við íslenskan leiðsögubúnað, stafræna stjórnun hljómtækja og tengingu við snjalltæki fyrir tónlistarafspilun.

Reynslauaktu fjór hjóladrifnum Jaguar í dag.

jaguarisland.is

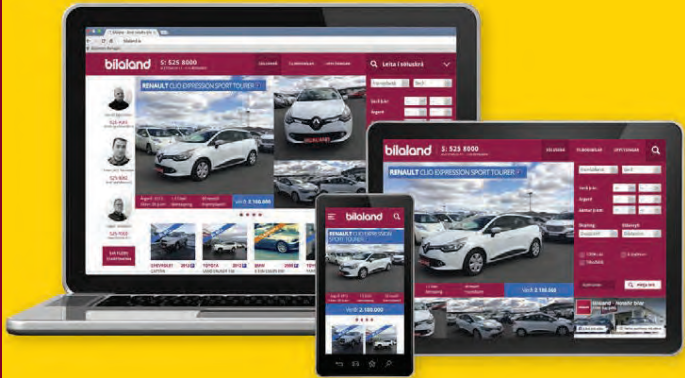
THE ART OF PERFORMANCE

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



ÚRVAL NOTAÐRA BÍLA

BÍLALAND BÝÐUR BÍLA Á FRÁBÆRUM
KJÖRUM! KOMDU STRAX Í DAG OG TRYGGÐU
ÞÉR GÓÐAN BÍL FRÁ BÍLALANDI



www.bilaland.is



Rnr. 390019

RENAULT Kadjar Zen 2wd Intens
Nýskr. 03/17, ekinn 1 þ.km,
dísil, sjálfskiptur.

VERÐ 3.690 þús. kr.



Rnr. 370606

NISSAN X-Trail Acenta 2wd
Nýskr. 07/15, ekinn 54 þ.km,
dísil, sjálfskiptur.

VERÐ 3.690 þús. kr.



Rnr. 144109

LAND ROVER Discovery 4 S
Nýskr. 06/15, ekinn 75 þ.km,
dísil, sjálfskiptur.

VERÐ 8.990 þús. kr.



Rnr. 121242

SUZUKI Vitara GLX
Nýskr. 03/16, ekinn 21 þ.km,
dísil, sjálfskiptur.

VERÐ 3.990 þús. kr.



Rnr. 370598

DACIA Duster 4x4
Nýskr. 05/15, ekinn 76 þ.km,
dísil, beinskíptur.

VERÐ 2.320 þús. kr.



Rnr. 144103

HYUNDAI i10 Comfort
Nýskr. 04/16, ekinn 40 þ.km,
bensín, beinskíptur.

VERÐ 1.490 þús. kr.

bilaland

Opið frá kl. 9–18 og á laugardögum frá kl. 12–16.

Kletthálsi 11 - 110 Reykjavík og
Hyundai notaðir bílar - Kaupúni 1 - 210 Garðabæ
Sími: 525 8000 - bilaland@bilaland.is



www.facebook.com/bilaland.is

Heimsótti helgasta stað gyðinga



Donald Trump heimsótti gamla hluta Jerúsalem í gær eftir að hafa verið í Riad í Sádi-Arabíu, um helgina. Heimsóknin varði stutt, í 28 klukkustundir, áður en hann hélt för sinni áfram til Evrópu. Milli funda gafst Trump stund til að setja upp kippah og heimsækja Grátmúrinn, helgasta stað gyðingdómsins. FRÉTTABLAÐIÐ/EPÁ

Karla að borðinu til að stöðva kynlífsþrælkun

Sænskur sérfræðingur segir lykilinn að upprætingu mansals meðal annars vera að tækla neikvæðar tilfinningar karla. Utanríkisráðuneytið stendur fyrir Barbershop-ráðstefnu í dag til að koma körlum að borðinu í jafnréttisumræðunni.

SAMFÉLAG „Nýjustu tölur benda til að tæplega átta prósent sænskra karla hafi keypt vændi einu sinni eða oftar. Í mörgum löndum er hlutfallið hærra. Í Þýskalandi hafa 25 prósent karla keypt sér vændi,“ segir Klas Hyllander, sænskur sérfræðingur í kynjajafnrétti og því hvernig koma megi í veg fyrir ofbeldi gegn konum. „Langtímamarkmiðið er einfaldlega að stoppa eftirspurnina. Til þess þurfum við lagasetningar og aðkomu lögreglu, félagsþjónustu og skólakerfis.“ Rannsóknir bendi til að hlutfall karla sem kaupa vændi hafi lækkað í Svíþjóð eftir lagasetningu sem banni vændiskaup.

Hyllander er staddur hér á landi og stýrir pallborðsumræðum og vinnustofu á Barbershop-ráðstefnunni sem haldin er af utanríkisráðuneytinu í dag. Ráðstefnan er haldin í tengslum við formennsku Íslands í Eyrstrasaltsráðinu og í ár er þemað tengt mansali. Tilgangur ráðstefnunnar er að ná til karla í umræðu um jafnréttismál. Ráðstefnan stendur yfir frá níu til fjögur í Norræna húsinu.

Tölur frá Sameinuðu þjóðunum benda til að um 700 þúsund manns séu seld kynlífsmansali í Evrópu. Talið er að 95 prósent fórnarlamba kynlífsmansals séu börn og konur.

Hyllander segir að lykillinn að því að uppræta mansal sé að stöðva eftirspurnina eftir vændi. Sú vinna

Staðreyndir um mansal

- 54% af mansali í heiminum er kynlífsþrælkun.
- 71% mansalsfórnarlamba eru konur og stúlkur.
- 63% af þeim sem selja annað fólk mansali eru karlar, 37% eru konur.
- 28% mansalsfórnarlamba eru börn.
- 66% mansalsfórnarlamba í Evrópu eru seld í kynlífsþrælkun. Það er langhæsta hlutfallið miðað við önnur landsvæði.

*Tölur fengnar úr skýrslu UNODC, fíkniefna- og afbrotamálastofu SP, frá árinu 2016

þurfi að liggja dýpra en verið hefur og ná alveg niður í kjarna hugmynda samfélags um karlmennsku. „Það er mikilvægt að karlmenn átti sig á því að kynjamálefni varða líf þeirra. Við þurfum að breyta þeirri hugmynd að karlmennsku fylgi einhvers konar stjórn yfir öðrum,“ segir Hyllander. „Sænsk samtök sem heita KAST bjóða körlum sem kaupa vændi aðstoð við að hætta því. Þar hefur komið í ljós að vændiskaupendur nota vændi til að tækla aðrar erfiðar tilfinningar, t.d. streitu. Þeir kaupa aðgang að líkama annarra til að upp-

lifa vald og tappa af neikvæðum tilfinningum. Við eigum að geta unnið með þessar tilfinningar,“ segir hann.

Hyllander segir karlmenn marga hverja stöðja jafnrétti kynjanna að fullu en þegar talað sé um málefni kynjanna sé sjálfkrafa hugsað um það sem málefni kvenna. Það vanti að karlmenn stígi upp og ræði þann anga umræðunnar sem snúi að þeim.

„Við áttum okkur oft ekki á því að sömu hlutir og gefa körlum vald og forréttindi geta líka verið mjög skaðlegir körlum. Úti um allan heim eru karlmenn líklegri til sjálfsviga, líklegri til að lenda í slysum og ánetjast vímuefnum. Sú hugmynd virðist ríkja um allan heim að það sé ekki samfélagslega viðurkennt af karlmönnum að sýna veikleika og tala um tilfinningar sem leiðir til þess að karlmenn leita sér ekki aðstoðar við geðrænum vanda. Það leiðir okkur að neikvæðri hegðun karla sem bitnar svo á konum.“

Hann segir umfangsmiklar rannsóknir í Svíþjóð benda til þess að heilbrigðisstarfsfólk þekki ekki einkenni þunglyndis hjá körlum. „Í Svíþjóð erum við með ungmennahús þar sem ungt fólk getur sótt sér kynfræðslu, aðstoð við geðrænum vanda og fleira. Stelpur eru níu af hverjum tíu sem sækja í þessa þjónustu. Strákarnir mæta hreinlega ekki og það er stóra vandamálið.“ snaeros@frettabladid.is



ŠKODA

NÝ OG SNJALLARI OCTAVIA KOMIN Í UMFERÐ

NÝ ŠKODA OCTAVIA. EINN VINSÆLASTI FJÖLSKYLDUBÍLLINN.

Octavia hefur sannarlega slegið í gegn hjá þjóðinni sem sést best á því að hann hefur verið einn vinsælasti fjölskyldubíllinn á Íslandi í mörg ár. Nú kynnum við nýja Octaviu með skarpari línur og snjallari aukabúnað en áður. Sem dæmi færðu 8" snertiskjá og LED dagljós sem staðalbúnað. Verðið á líka sinn þátt í vinsældunum. Komdu og prófaðu einn skemmtilegasta bíllinn í umferð.

ŠKODA OCTAVIA frá:
3.350.000 kr.



HEKLA · Laugavegi 170-174 · Reykjavík · Sími 590 5000 · hekla.is
Höldur Akureyri · Bílasala Selfoss · Bílás Akranesi · HEKLA Reykjanesbæ

www.skoda.is



Segjast ekki ætla að keppa við Costco

Forstjórar N1 og Skeljung segjast ekki geta keppt við lágt verð Costco. Fyrirtækin séu of ólík. Ein bensinstöð í Garðabæ muni ekki breyta stöðu á íslenskum eldsneytismarkaði. Costco hóf um helgina að selja bensín langt undir því verði sem Íslendingar hafa vanist.

VIÐSKIPTI Hvorki Skeljungur né N1 ætla að reyna að keppa við eldsneytisverð Costco. Segja forsvarsmenn fyrirtækjanna eldsneytissöluna ekki standa undir sér og að erlendi samkeppnisadilinn noti hana til að trekkja að kúna og ná jákvæðri umfjöllun í aðdraganda opunar.

Costco hóf, tveimur sólarhringum fyrir opnun verslunarinnar, að selja eldsneyti langt undir því verði sem Íslendingar hafa kynnst síðustu ár. Lítraverðið á bensini er 169,90 krónur og 164,90 á dísilolíu.

Eggert Þór Kristófersson, forstjóri N1, og Valgeir M. Baldursson, forstjóri Skeljung, segja fyrirtæki sín ekki ætla að keppa við Costco og bjóða sambærilegt verð á eldsneyti. Til þess séu fyrirtækin of ólík og viðskiptalíkan fyrirtækjanna af öðrum toga.

„Það módel sem rekið hefur verið hér hvað lengst er hið afsláttardrífna kerfi sem öll fyrirtækin hér eru í. Svo kemur aðili sem er bara með sama lága verðið alla daga, og það er kannski þekktara fyrirkomulag erlendis, en þeir nota eldsneytið sem aðdráttarafl inn í búðina til að keyra hana upp,“ segir Valgeir. „Ég held að við munum ekki keppa við þá í verði á okkar netum, það er ekki að fara að gerast.“

Eggert Þór tekur í sama streng. „Við erum með dreifikerfi um allt land, rúmlega hundrað stöðvar og öfluga þjónustu við landsmenn. Því er ekki



Lítraverðið á bensini hjá Costco er 169,90 og 164,90 á dísilolíu.

FRÉTTABLAÐIÐ/
EYÞÓR

Ég sé þá ekki fá mikið út úr hverjum lítra nema Skeljungur hafi fundið eldsneyti til að gefa þeim

Eggert Þór Kristófersson, forstjóri N1



Þeir geta vissulega selt eldsneyti, segi ekki á kostnaðarverði, en mjög nálægt því, og notað það til stuðnings við annað

Valgeir M. Baldursson, forstjóri Skeljung



hægt að bera það saman við eina bensinstöð í Garðabæ,“ segir Eggert Þór. „Við erum að bjóða þjónustu á allt öðru plani en Costco. Okkar dreifikerfi og þær stöðvar sem við reukum um allt land eru ekki að fara að keppa við þetta verð.“

Eggert Þór segist ekki hafa neinar áhyggjur af verðlækkun fyrirtækisins í Kauphöll vegna komu Costco. „Ég velti ekki fyrir mér gengi hlutabréfa í N1, enda þætti mér óeðlilegt að for-

stjóri skráðs fyrirtækisins væri að velta þeim hlutum fyrir sér.“

Forstjórar Skeljung og N1 segja það báðir ólíklegt að salan á eldsneytinu borgi upp fjárfestinguna í bensinstöðinni. Salan sé allt að því á kostnaðarverði. „Ég get ekki trúað því að álagningin sé mikil. Skeljungur selur þeim eldsneytið svo þú ættir að beina þessu til þeirra,“ segir Eggert Þór. „Það er mikil fjárfesting í einni bensinstöð sem þessari. Ég sé þá ekki fá mikið út úr hverjum lítra nema Skeljungur hafi fundið eldsneyti til að gefa þeim.“

Ef mjög vel gengur hjá Costco gæti fyrirtækið náð rúmlega eins prósent markaðshlutdeild hér á landi. Aðeins þeir sem eru með viðskiptakort hjá Costco geta keypt eldsneyti þar. Útgefin viðskiptakort á Íslandi eru rúmlega 35.000 eins og staðan er núna.

Valgeir veit ekki hvaða verð Costco fær á eldsneyti en segir bensinstöðina ekki eiga að skila hagnaði heldur að fá fólk að versluninni. „Ég held að menn séu ansi nálægt kostnaðarverði eins og þeir leggja þetta upp núna,“ segir Valgeir. „Þeir opna fyrir, fá kynninguna, og það er ekkert sem kemur á óvart, þannig hafa þeir gert þetta annars staðar. Þeir geta vissulega selt eldsneyti, segi ekki á kostnaðarverði, en mjög nálægt því, og notað það til stuðnings við annað. Þetta er þeirra módel til að trekkja að.“

sveinn@frettabladid.is

VIÐSKIPTI VIÐ KÍNA

Hannað á Íslandi, framleitt í Kína – Framleitt á Íslandi, selt í Kína

Íslensk-kínverska viðskiptaráðið og atvinnurekendadeild Félags kvenna í atvinnulífínu efna til málþings um Kínaviðskipti þriðjudaginn 30. maí, kl. 15.30. Nokkrir frumkvöðlar ræða viðskipti við Kína á sviði framleiðslu, innflutnings og útflutnings.

Á undan málþinginu, kl. 15 verður haldinn aðalfundur Íslensk-kínverska viðskiptaráðsins (ÍKV).

Dagskrá:

- 15:30 Málþingið opnað**
Ársæll Harðarson, formaður ÍKV.
- 15:35 Íslensk hönnun – gæðavara sótt til Kína**
Páll Þór Sigurjónsson og Sigurjón Pálsson, hönnuður og húsgagnasmiður.
- 16:00 Nægt hráefni fyrir framleiðslu og útflutning til Kína**
Fida Abu Libdeh, framkvæmdastjóri GeoSilica.
- 16.25 Hönnun er framleiðsla**
Steinunn Sigurðardóttir fatahönnuður

Að málþinginu loknu verður boðið upp á léttar veitingar.

Málþingið verður haldið í fundarsal Félags atvinnurekenda á 9. hæð í Húsi verslunarinnar.

Skráning á vef FA, atvinnurekendur.is og einnig á fka.is



Undirbúningur opunarinnar í þrjú ár

Viðskiptavinir Costco, sem opnar verslun sína í dag, geta átt von á því að það verð sem boðið er upp á í dag haldist áfram. Ekki sé um opunartilboð að ræða. „Þetta er okkar venjulega verð,“ segir Brett Vigelskas, einn af stjórnendum Costco á Íslandi. Hann var í óðaðnn að undirbúa opunina þegar Fréttablaðið náði tali af honum í gær.

Um það bil þrjú ár eru liðin frá því að Costco fór fyrst að undirbúa opunina. Þótt upphaflega hafi verið

gert ráð fyrir að verslunin yrði opnuð árið 2015 segir Brett að ferlið hafi gengið mjög vel. Stærstu aðilarnir á markaðnum hér heima hafa undirbúið sig undir breytingar á markaðnum. Þannig hefur til dæmis verið greint frá því að Hagar, stærsta smá-söluverslunarfyrirtæki á Íslandi, hafi samið um kaup á Lyfju og Olis. Þegar kaupin verða frágengin má gera ráð fyrir að Hagar verði helmingi stærri en fyrirtækið er núna. Þá var greint frá kaupum Skeljung á Basko, sem

rekur 10-11 verslanirnar og Iceland, á sunnudag.

Vigelskas vill ekki tjá sig um viðbrögð annarra aðila. „Ég ætla ekki að tjá mig um rekstur annarra. Við erum bara að vinna í okkar. Að bjóða upp á gæðavarning á eins lágu verði og hægt er.“ Hann vill heldur ekki tjá sig neitt um það hvort og þá hvaða áhrif Costco á Íslandi hefur á markaðinn. „Það er ekki markmið okkar, heldur bara að vinna viðskiptin eins og okkur er lagið,“ segir Vigelskas.

Aðdragandinn að opnun Costco

13. mars 2014 Costco horfir til Íslands.

21. júní 2014 Costco horfir til Kaupþúns í Garðabæ.

1. júlí 2014 Costco vill flytja inn eldsneyti, lyf, hrátt kjöt og áfengi. Stjórnvöld segja Costco ekki fá undanþágur.

3. júlí 2014 Ögmundur Jónasson, þáverandi þingmaður, segir stórar verslanakeðjur leiða til fábreytni á markaði. Bjarni Benediktsson, þáverandi fjármálaráðherra, fagnar komu Costco.

15. júlí 2014 Greint frá því að Costco skoði fleiri staði en Kaupþún, meðal annars Korputorg í Reykjavík.

14. nóvember 2014 Greint frá því að stjórnendur Costco hafi verið hér á landi að skoða aðstæður.

17. desember 2014 Greint frá því að Costco hafi tekið endanlega ákvörðun um að opna 14 þúsund fermetra verslun í Garðabæ. Ætla að opna fyrir júlín 2015.

17. júlí 2015 Forsvarsmenn Costco undirrita samning við forsvarsmenn Garðabæjar um lóð í Kaupþúni. Nú er stefnt að opnun sumarið 2016.

2. janúar 2016 Greint frá nýrri skýrslu ráðgjafarfyrirtækisins Zenter í Viðskiptablaðinu þar sem fram kemur að opnun Costco myndi hafa mikil áhrif á rekstur innflutningsfyrirtækja og heildsala.

18. júlí 2016 Fréttablaðið greinir frá því að verslun Costco verði ekki opnuð fyrr en vorið 2017.

29. ágúst 2016 Fréttablaðið greinir frá því að lykilstjórnendur og innherjar í Högum hafi selt milljóni hluta í fyrirtækinu. Öttast lækkan hlutabréfaverðs vegna Costco. Forstjóri Haga segir skýringu á sölunni órökstudda tilgátu.

16. september 2016 Greint frá því í DV að Hagar gætu misst tvo milljarða af ársveltu sinni til Costco.

22. nóvember 2016 Greint frá því að hlutafé Costco Wholesale Iceland nemi 6,2 milljörðum króna.

9. febrúar 2017 Greint frá því

að Costco muni innheimta 4.800 krónur fyrir ársaðild.

15. febrúar 2017 Greint frá því að stærstu heildsalar og framleiðendur séu að endursemjja við birgja vegna komu Costco.

23. febrúar 2017 Costco opnar skráningarstöð þar sem hægt er að kaupa aðildarkort. Neytendur flykkjast að til að kaupa kort.

27. apríl 2017 Greint frá kaupum Haga á Öliuverslun Íslands. Forstjóri Haga segir kaupin viðbrögð við aukinni samkeppni.

28. apríl 2017 Jón Björnsson, forstjóri Festar sem rekur Krónuna og Elko, segir menn oftúlka áhrif Costco á íslenska verslun.

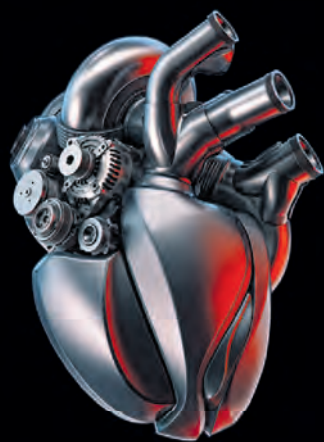
19. maí 2017 Costco tilkynnir að verð á bensín-lítranum verður 170 krónur.

21. maí 2017 Skeljungur eignast 10-11, Iceland, Háskólabúðirnar og Dunkin Donuts.

23. maí 2017 Verslun Costco á Íslandi opnuð.

hagar





Mazda bílar eru hannaðir af ástríðu, hvert einasta smáatriði vel ígrundað og úthugsað. Hönnuðir Mazda leggja hjarta sitt og sál í að hanna bíla sem uppfylla ströngustu kröfur þínar um þægindi, akstursupplifun, gæði og öryggi.

ELSKAÐU AÐ KEYRA



MAZDA CX-5 AWD



Brimborg

Bíldshöfða 8
110 Reykjavík

S. 515 7000

Tryggvabraut 5
600 Akureyri

S. 515 7050

mazda.is

Átta hundruð íbúðir í Skerjafjörðinn

Líklega hefur Reykjavík aldrei haft jafn margar atvinnulóðir til reiðu. Von er á mikilli uppbyggingu út um alla borg. Borgarlínan sé lykilatriði í uppbyggingunni allri.

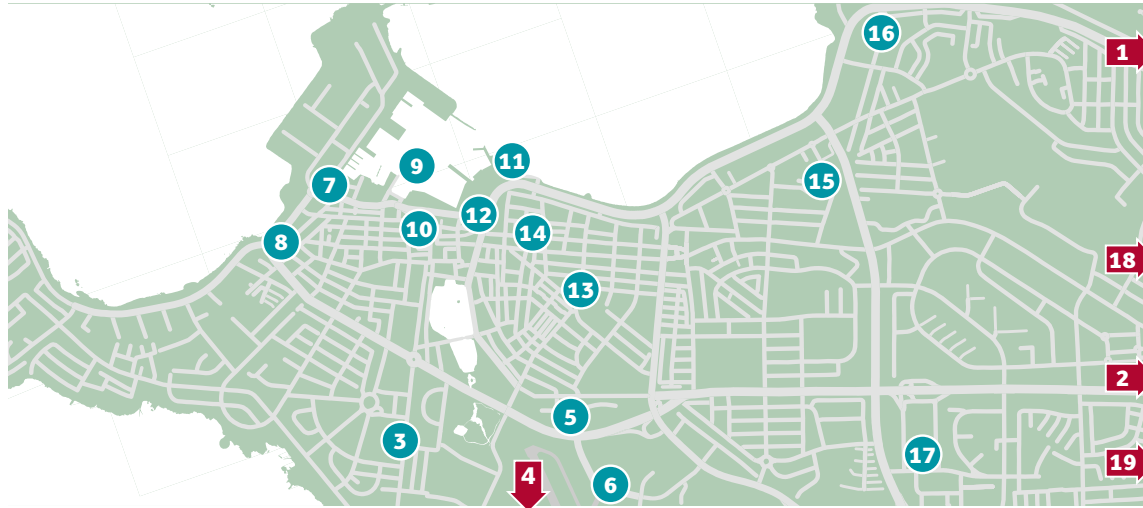
REYKJAVÍK Í Skerjafirði hefst fljótlega samkeppni um uppbyggingu 800 íbúða auk atvinnuhúsnæðis. Þetta kom fram í máli Dags B. Eggertssonar borgarstjóra á fundi um uppbyggingu atvinnuhúsnæðis, á föstudag. Fimm arkitektastofum hefur verið boðið að vinna tillögu að rammaskipulagi svæðisins en á því er meðal annars gömlu neyðarbrautina að finna.

Fram kom í máli borgarstjóra að borgin væri sennilega á miðju stærsta uppbyggingarskeiði í sögunni. Hann ítrekaði þó að húsnæðisuppbygging í fermetrum talið væri meiri en uppbygging atvinnuhúsnæðis. „Við höfum líklega aldrei í sögu borgarinnar verið með jafn mikið af atvinnulóðum til reiðu,“ sagði Dagur á fundinum.

Þá telur hann rauða þráðinn í uppbyggingu á fjölda svæða vera lifandi jarðhæðir, það er uppbygging íbúða með verslun eða þjónustu á jarðhæðinni.

Eitt stærsta uppbyggingarsvæðið er við Ártúnshöfða, um 4.500 íbúðir, og umtalsvert atvinnuhúsnæði. Einnig má nefna Hörpureitinn og svæðið í kring sem mun að mörgu

Uppbygging í Reykjavík næstu árin



1. Gufunes – Kvikmyndaver og höfuðstöðvar RVK Studios.

2. Toppstöðin við Elliðaárdal – Samkeppni.

3. Visindagarðar HÍ – 50 þúsund fermetrar af blandaðri byggð (stúdentagarðar 210 íbúðir).

4. Skerjafjörður – 800 íbúðir og aðal skipulag.

5. Umferðarmiðstöð – Samkeppni fyrirhuguð næsta haust.

6. Nauthólsvegur 100 – Frumkvöðlasetur og stúdentabær fyrir nemendur HR, á að vera klárt í haust.

7. Grandagarður 2 – Allianz-húsið, hótél.

8. Héðinsreitir – Margar íbúðir.

9. Vesturbugt – 170 íbúðir, atvinnuhúsnæði á jarðhæð.

10. Tryggvagata 13 – 40 íbúðir og atvinnustarfsemi á jarðhæð.

11. Hörpureitur – Yfir 60 þúsund fermetrar af íbúðum, verslun og þjónustu, Landsbankinn.

12. Hafnartorg – 80 íbúðir, skrifstofur o.s.frv.

13. Frakkastigsreitir – Klárast á þessu ári, íbúðir, hótél og jarðhæð með veitingastað.

14. Hverfisgata 85-93 – 70 íbúðir og 650 fermetra atvinnustarfsemi.

15. Höfðatorg – Um 90 íbúðir og skrifstofufurn.

16. Kirkjusandur – Íbúðir, verslun og þjónusta, 48 þúsund fermetrar, mögulega hótél. Framkvæmdir hefjast á þessu ári.

17. Kringlan – 500 nýjar íbúðir.

18. Ártúnshöfði – Atvinnustarfsemi í bland við nýja íbúðabyggð. Stækkun Bryggjuhverfis allt að 4.500 íbúðir.

19. Bústaðavegur 151 – Auglýst á næstunni.

leyti umbreyta borgarmyndinni, en þar verður byggt 250 herbergja hótél. Áætluð verklok eru 2019.

Húsin við Kirkjusand þar sem höfuðstöðvar Íslandsbanka voru verða rifin og uppbygging þar á 48 þúsund fermetra svæði. Þar er gert ráð fyrir verslunum og þjónustu.

Sprengisandur gæti vikið

Dagur benti á húsnæðið við Bústaðaveg 151 í ávarpinu. Þar er verið að leggja af hesthúsabyggð. Skipulagstillaga verður lögð fram í sumar. Svæðið er tilbúið í deiliskipulagsauglýsingu sem fer út fljótlega. Hann benti á að svæðið lægi mjög vel við stofnbrautum.

„Um 207 milljarðar eru að fara í fjárfestingu í Vatnsmýrinni, mikið tengt þekkingariðnaði,“ sagði Dagur í ávarpinu. Þar verða nýjar höfuðstöðvar CCP svo eitthvað sé nefnt.

Uppbyggingin í borginni teygir sig víða. Hugsanlega verður bætt við atvinnulóðum í Hádegismóum því þær eru uppseldar að öðru leyti.

Hótél halda áfram að rísa, Dagur benti á að þekkt áform um uppbyggingu væru um 4.000 herbergi. „Við sjáum fyrir okkur tvöföldun á hótélherbergjum. Staðfest verkefni í samþykktu skipulagi eru þegar um 2.800 og eru 1.500 í þróun.“ Dagur sagði borgaryfirvöld áskilja sér rétt til að beina hótélum frá stöðum þar sem mörg hótél eru fyrir og að Borgarlínan væri forsenda þess að öll þessi uppbygging gæti átt sér stað. „Það er lykilatriði í að þróa borgina án þess að umferðarkerfið springi.“ saeunn@frettabladid.is

Ábyrgð og öll þjónusta innifalin í 2 ár.

Fylgir viðurkenndum Mercedes-Benz.



Raðnúmer: 170239

Verð 2.690.000.-

B 180 CDI

Árgerð 2013, ekinn 54 þús. km, dísil, 1.796 cc, 109 hö, beinskíptur.

Aukabúnaður: Bakkmyndavél, hiti í framsætum, ljósapakki o.fl..



Raðnúmer: 170238

Verð 3.790.000.-

B 220 CDI

Árgerð 2014, ekinn 52 þús. km, dísil, 2.143 cc, 170 hö, sjálfskíptur.

Aukabúnaður: sætisþægindapakki, bakkmyndavél, ljósapakki o.fl..



Raðnúmer: 310423

Verð 4.490.000.-

B 200 CDI 4MATIC

Árgerð 2015, ekinn 34 þús. km, dísil, 2.143 cc, 136 hö, sjálfskíptur, fjórhjóladrifinn.

Aukabúnaður: Leðuráklæði, fjarlægðarskynjarar o.fl..



Raðnúmer: 290346

Verð 3.990.000.-

B 220 CDI

Árgerð 2014, ekinn 38 þús. km, dísil, 2.143 cc, 170 hö, sjálfskíptur.

Aukabúnaður: Bakkmyndavél, leðuráklæði, sætisþægindapakki.

Skoðuðu úrvalið á notadir.is/mercedesbenz

Mercedes-Benz



Askja notaðir bílar

Klettháls 2 · 110 Reykjavík · Sími 590 2160 · notadir.is
Viðurkenndur endursöluáili Mercedes-Benz á Íslandi

Opnunartímar
Virka daga 10–18, laugardaga 12–16

Pú finnur okkur á Facebook
facebook.com/askjanotadibilur



Starfsmenn **PG Verk** óska Costco innilega til hamingju með stórglæsilega verslun á Íslandi. Þökkum fyrir ánægjulegt samstarf við breytingar á núverandi húsnæði, nýrri 14.000 m² viðbyggingu og byggingu nýrrar bensínstöðvar.

Allt frá stofnun fyrirtækisins árið 1998 hefur **PG Verk** tekist á við margskonar krefjandi verkefni fyrir stórfyrirtæki og opinbera aðila. Fyrirtækið hefur fest sig í sessi í fremstu röð meðal helstu byggingarfyrirtækja landsins og áunnið sér traust sinna viðskiptavina.



Framúrskarandi fyrirtæki



Samanburður er þjáning



Þorbjörn Þórðarson

thorbjorn@frettabladid.is

Búddisminn boðar að uppruna þjáningar mannsins sé að finna í löngun í eitthvað sem maðurinn hefur ekki. Rót óþæginda sé þráin eftir einhverju. Maðurinn þjáist ekki ef hann hefur ekki óskir, langanir eða þrár.

Flestir geta eflaust skrifað upp á að í þessu leynist sannleikskorn óháð því hvort þeir eru búddistar eða ekki. Búddisk nálgun á hamingjuna á mjög mikið sam-eiginlegt með lífefnafræðilegri nálgun. Báðar ganga þær út á að líðan fer jafn hratt og hún kemur. Löngun hverfur jafn hratt og hún hellist yfir manneskjuna. Hamingjustuðull almennings hækkar þegar markmiðum er náð. Mælikvarði hamingju er væntingar mannsins mínus raunveruleiki. Ef raunveruleikinn endurspeglar ekki væntingar eru menn ófullnægðir og ósáttir.

Eitt af helstu viðfangsefnum þróaðra samfélaga á 21. öldinni verður líðan almennings og aðferðir til að stuðla að bættri geðheilsu. Eru aukin lífsgæði ávisun á meiri hamingju? Árið 1985 voru flestir Suður-Kóreu-menn fátækir, ómenntaðir og bjuggu við einræði. Í dag er Suður-Kórea efnahagslegt stórveldi og ein best menntaða þjóð heims. Í landinu er lýðræði og stöðugt stjórnarfar. Samt hefur sjálfsvígstíðni í landinu þrefaldast á þessum tíma. Árið 1985 voru níu sjálfsvíg í landinu á hverja 100.000 íbúa en þrjátíu núna. Milli 1958 og 1987 fimmfölduðust rauntekjur Japana í einni hröðustu efnahagsþróun mannkynsögunnar. Þetta hafði merkilegt nokk nánast engin áhrif á geðheilbrigði japönsku þjóðarinnar. Fleiri dæmi mætti nefna. Í Singapore er landsframleiðsla á mann fjórföld á við það sem hún er í Kosta Ríka. Samt eru íbúar Kosta Ríka miklu hamingjusamari en Singapore-búar. Af þessu leiðir að aukin lífsgæði í efnislegum skilningi þýða ekki aukna hamingju fjöldans. Raunar bendir tölfræðin til hins gagnstæða.

Um 40-50 manns svipta sig lífi á Íslandi á ári hverju. Íslensk tryggingafélög, Samgöngustofa og aðrir eru dugleg við að minna landsmenn á að nota bilbelti. Það fer minna fyrir almennri fræðslu um geðheilbrigðismál. Samt falla fjórum til fimm sinnum fleiri fyrir eigin hendi hér á landi á ári hverju en deyjja í bílslysum.

Engir efnislegir hlutir geta breytt líðan enda er líðan lífefnafræðilegur ferill. Við getum hins vegar stuðlað að bættri geðheilsu með samtali og skilningi á því sem eykur hamingju fólks í raun. Fjölskyldan, vináttan og sterk tengsl munu alltaf trompa efnisleg gæði. Að lifa í stöðugum samanburði er engin leið til að lifa. Hinn þakklæti er ánægður því hann er frjáls undan þeirri þjáningu sem fylgir samanburðinum.

Ef komandi kynslóðir Íslendinga temja sér þakklæti og hafa skilning á mikilvægi lífs í jafnvægi er líklegt að þær verði hamingjusamari en þær kynslóðir sem nú lifa.

Fjölskyldan, vináttan og sterk tengsl munu alltaf trompa efnisleg gæði.

Halldór



Frá degi til dags

Eftirminnilegur Össur
Við síðustu alþingiskosningar urðu meiri breytingar á þinginu en oft áður. Það er sjónarsviptir að mörgum þeirra þingmanna sem horfnir eru til annarra starfa. Einn þeirra er Össur Skarphéðinsson, sem hlýtur að teljast einn mælskasti maður sem setið hefur á Alþingi í seinni tíð. Sem betur fer virðist Össur þó ekki hættur að tjá sig um menn og mál-efni. Nú tjáir hann sig helst á Facebook og lýsir þar endrum og sinnum frammistöðu annarra þingmanna í starfi, svona rétt eins og gamlar íþróttakempur lýsa skoðunum sínum á íþróttamönnum á vellinum.

Aðdáunin á Lilju
Þannig lýsti Össur til dæmis mikilli aðdáun sinni á frammistöðu Lilju Alfreðsdóttur, þingmanns Framsóknarflokksins, sem hann sagði hafa hirt þingmann Vidreinar í útvarpsfréttum RÚV. Býst Össur við því að Lilja verði innan skamms formaður Framsóknarflokksins. „Lilja er annars einn örfárra þingmanna, og sá eini nýi, sem virðist hafa pólitískt bit,“ sagði Össur. Svo er bara spurning hvað vinum hans í Samfylkingunni finnst um þessa einkunn. Því þótt flokkurinn hafi farið illa út úr síðustu kosningum á hann enn þrjá þingmenn, þar af tvo nýja. jonhakon@frettabladid.is

Annars flokks heilbrigðiskerfi



Smári McCarthy þingmaður Pírata

Í nýrri grein í Lancet-tímaritinu er dregin upp björt mynd af stöðu íslenska heilbrigðiskerfisins gagnvart öðrum. Röðin er akveðin á grundvelli gilda sem reiknuð eru út frá ýmsum þáttum og getu heilbrigðiskerfa til að bregðast við akveðnum sjúkdómum. Gildin eru reiknuð fyrir tímabilið 1990 til 2015 en á tímabilinu fer nánast öllum löndum heimsins fram. Til að mynda fór meðalland í Suðaustur-Asíu úr 38,6 stigum 1990 í 52,1 stig 2015, meðan rík lönd á heimsvísu fóru úr 71,1 stigi að meðaltali í 83,1 stig á tímabilinu. Ísland fór úr 81,9 stigum í 93,6 stig á tímabilinu. Við fyrstu sýn gefur þetta góða mynd af ástandinu en vert er að athuga nokkur atriði.

Í fyrsta lagi hefur hægt nokkuð á framförum Íslands. Aukning á fimm ára tímabili náði mest 2,1 stigi um aldamót en stendur nú í um 0,8 stigum síðan fyrir hrún. Ef við hefðum haldið áfram að bæta heilbrigðiskerfið værum við í fyrsta sæti.

Þá eru öll löndin í 20 efstu sætum með ríkisrekin heilbrigðiskerfi en draumaland einkarekinnar heilbrigðisþjónustu, Bandaríkin, er í 35. sæti þrátt fyrir gríðarhá laun lækna, góðan tækjabúnað og mikla visindapátttöku. Ætla má út frá þessu að með einkavæðingartilburðum sé heilbrigðisráðherra að leita allra leiða til að koma Íslandi neðar á lista Lancet.

Svo má spyrja sig hvort það sé ástæða til að treysta mælingunni. Minnumst þess að fyrir hrún mældist Ísland ítrekað með minnsta spillingu í heimi en þær mælingar byggðust á röngum upplýsingum og mælikvörðum. Mýmörg dæmi eru um að Ísland mælist undarlega hátt á svona listum.

En í rauninni skiptir bara eitt atriði máli: Erum við sátt við stöðuna? Getum við sagt að það sé gott að vera í öðru sæti ef það felur í sér ónýtt húsnæði, viðvarandi starfsmannaskort og streituálag á heilbrigðisstarfsfólk, sjúklinga liggjandi á göngum spítala og síhækkandi kostnað sjúklinga?

Sagt er að annað sætið taki sá sem tapaði fyrstur allra. Við getum betur og ættum að fara varlega í fagnaðarlætin.



Ætla má út frá þessu að með einkavæðingartilburðum sé heilbrigðisráðherra að leita allra leiða til að koma Íslandi neðar á lista Lancet.



LÍFEYRISJÓÐUR VERZLUNARMANNA

Aukaársfundur

Aukaársfundur Lifeyrissjóðs verzlunarmanna verður haldinn miðvikudaginn 21. júní kl. 9:00 á Grand Hótel Reykjavík

DAGSKRÁ FUNDARINS

» Samþykktabreytingar

Reykjavík 18. maí 2017

Stjórn Lifeyrissjóðs verzlunarmanna

live.is

Lifeyrissjóður verzlunarmanna | Kringlan 7 | 103 Reykjavík | Sími 580 4000

Hlustið, skiljið, styðjið



Ellert B. Schram
formaður
Félags eldri
borgara í
Reykjavík

Ég horfði á sjónvarpið, núna um daginn, þegar 68 ára kennari í framhaldsskóla í Reykjavík sagði hreint vafningalaust að hann vildi halda áfram að kenna, svo lengi sem hann sjálfur taldi sig hæfan til kennslu. Aldur á ekki að skipta máli. Sem er auðvitað kjarni málsins. Hvers vegna þarf að ýta fólki á sjö-tugs- eða áttræðisaldri út af vinnu-markaðnum, bara út af því einu, að það fólk hafi náð tilsettum aldri?

Það sama gildir um ferðaþjónustuna og almenna vinnu. Hvers vegna er verið að skerða hlut eldri borgara í almannatryggingum, þegar þeir þiggja laun í þjónustu við samfélagið allt og greiða skatta af þeim tekjum? Til hvers var þetta kerfi almannatrygginga sett á laggirnar, nema til að styrkja eldri borgara til að eiga í sig og á, þótt sú fátæktargreiddsla frá samfélaginu, sem er tvö hundruð og áttatíu þúsund krónur á mánuði, sé hvergi nálægt útgjöldum frá degi til dags? Og skattlagt að auki.



Ég er búinn að vera formaður í Félagi eldri borgara í Reykjavík í aðeins nokkrar vikur. Mér blöskrar hvernig ástandið er. Ég skammast mín fyrir þá deyfð og áhugalessi, sem ríkir meðal þeirra sem ráða för, og eiga að gæta velferðar og virðingar gagnvart hagsmunum eldri borgara.

Eiga ekki fyrir sjálfum sér

Svo berast upplýsingar um að makar hafi ekki efni á að standa fyrir útförum, að dánarbætur fari eftir efnahag, að styrkir séu felldir niður ef hinn látni skilur eitthvað eftir sig. Það er með öðrum orðum sífellt verið að passa upp á að eldri borgarar, sem eftir lífa, eigi ekki fyrir sjálfum sér og útgjöldum sínum, eins og einhvers konar sveitarómagar upp á náð hins opinbera. Sem er nánast engin.

Bið eftir dvöl á þjónustuheimilum fyrir aldraða getur staðið yfir í tvö, þrjú ár, bið eftir hjúkrun getur tekið jafn langan tíma, húsnæði fyrir aldrað fólk er takmarkað. Það

er ekkert hlustað á þá kröfu, að eldri borgarar njóti vals um tilveru sína og stolt, hvar og hvernig þeir geti lokið ævi sinni með reisn.

Ég er búinn að vera formaður í Félagi eldri borgara í Reykjavík í aðeins nokkrar vikur. Mér blöskrar hvernig ástandið er. Ég skammast mín fyrir þá deyfð og áhugalessi, sem ríkir meðal þeirra sem ráða för, og eiga að gæta velferðar og virðingar gagnvart hagsmunum eldri borgara.

Ég sé enga leið, sem fara má með málefni eldri borgara gagnvart

stjórnvöldum, meðan skilningur og undirtektir eru litlar sem engar. Af hálfu stjórnvalda eru þau viðfangsefni höfð í fjármálaáætlunum ríkisins til fimm ára, og málið er dautt. Framkvæmdasjóður aldraðra er nánast tómur, af því að hann hefur verið notaður til annarra hluta. Grunnlífeyrir er felldur niður. Ríkið skuldar átta hundruð milljónir vegna þess að afslætti til aldraðra er ekki sinnt. Bannað er að afla viðbótar-tekna nema með lækkun á tryggingabótum.

Afgangsstærð í þjóðfélaginu

Eldri borgarar eru afgangsstærð í samfélaginu, skertir með fáránlegum frítekjumörkum og hundsadír þegar tilraunir og tillögur eru lagðar fram af talsmönnum eldri borgara. Kerfi almannatrygginga er nánast ölmusan ein.

Það er með ólíkindum hversu stjórnvöld hafa lítið sinnt þessum málaflokki. Þjóðin eldist, ævin lengist og fleiri og fleiri kjósendur (Íslendinga) upplifa þá eftirsóknarverðu framlengingu á lífstíma sínum

að njóta aldurs, reynslu og gleði, eftir því sem ævin líður. Hópurinn stækkar sem eldist og það er verkefni stjórnvalda, ríkisvaldsins og okkar allra, á næstu árum, að gæta hagsmuna eldri borgara. Það er áskorun um hlustun, undirtektir og skilning á þeim vanköntum sem kerfið felur í sér gagnvart eldra fólki. Ég skora á stjórnvöld, ríkisstjórn og flokkana alla að taka til í þessum málaflokki.

Hlustið, skiljið, styðjið.

Landsvirkjun

ORKU RANNSÓKNA SJÓÐUR

Orkurannsóknasjóður Landsvirkjunar var stofnaður árið 2007 og hefur því starfað í 10 ár. Árlega veitir sjóðurinn styrki til framhaldsnáms og rannsókna á sviði umhverfis- og orkumála.

1

2

3

4

5

6

7

8

STUÐNINGUR Í 10 ÁR

Opinn fundur í Veröld, Hüsi Vigdísar
24. maí kl. 14 – 16.

→ Skráning á landsvirkjun.is

Dagskrá

→ Yfirlit yfir starfsemi
Orkurannsóknasjóðs 2007–2017
Sveinbjörn Björnsson, formaður
stjórnar Orkurannsóknasjóðs.

→ Kynning nokkurra rannsóknaverkefna sem sjóðurinn hefur styrkt:

1 Guðrún Gísladóttir. Vistkerfisbreytingar á hálendi norðan Langjökuls síðustu árpúsund.

2 Einar Sveinbjörnsson. Vetraris á Þingvallavatni.

3 Jóhannes Sturlaugsson. Gönguhegðun urriða í Efra-Sogi og Úlfjótavatni.

4 Hrund Ó. Andradóttir. Umhverfisrannsóknir í Lagarfljóti.

5 Guðrún Marteinsdóttir. Vistfræðileg tengsl ferskvatnsrennslis til sjávar og hrygningar og klaks þorsks.

6 Yan Lavallée Sigurður Markússon fluttur. Mechanical and permeability constraints for improved geothermal reservoir exploitation at Krafla, Iceland.

7 Jóhann Örlygsson. Next Generation Biofuels from Protein-rich Biomass.

8 Tómas Jóhannesson. Mælingar á yfirborði og yfirborðsbreytingum íslenskra jökla með leysimælingum.

→ Pallborðsumræður um hlutverk sjóðsins.

GEFÐU VATN

gjofsemgefur.is
907 2003

Hjálparstarf
kirkjunnar

NÚ ER OPIÐ Í KAUPTÚNI



Costco Wholesale er vöruhús og meðlimaklúbbur, sem leggur metnað sinn í að bjóða meðlimum sínum hágæða vörur og þjónustu á lágsta mögulega verði.

Fyrirtækjaaðild*



Þér er heimilt að sækja um fyrirtækjaaðild ef þú átt eða rekur fyrirtæki. Til þess að gerast meðlimur hjá Costco og byrja að spara, er nauðsynlegt að framvísa kennitölu fyrirtækis. Árgjald fyrirtækjaaðildar er **3.800 kr.** með vsk. og með aðildinni fylgir aukakort fyrir maka, sambýling eða fjölskyldumeðlim, 18 ára eða eldri, með sama heimilsfang.

Einstaklingsaðild*



Öllum einstaklingum, 18 ára og eldri, er heimilt að sækja um einstaklingsaðild. Árgjald einstaklingsaðildar er **4.800 kr.** með vsk. og með aðildinni fylgir aukakort fyrir maka, sambýling eða fjölskyldumeðlim, 18 ára eða eldri, með sama heimilsfang.

OPNUNARTÍMAR VÖRUHÚSS:

- Mánudagar – Föstudagar 10:00 – 21:00
- Laugardagar 09:30 – 20:00
- Sunnudagar 10:00 – 18:00

Costco Iceland, Kaupþún 3, 210 Garðabær, Ísland S: 532 5555 Netfang: costco@costco.is www.costco.is

*Ganga þarf frá aðild áður en unnt er að hefja verslun. Tökum við reiðufé, debit- og kreditkortum sem greiðslu.

Valsmenn skildu nágrannana í KR eftir í neðri hluta deildarinnar



Upp að hlið Stjörnumanna á toppnum Valsmenn byrja þetta Íslandsmót núna afar vel og þeir lönduðu rísisigri á móti nágrönnum sínum úr Vesturbænum í gærkvöldi. Eftir leikinn eru Valsmenn með tíu stig á toppnum eins og Stjarnan en bæði KR og FH eru aftur á móti í neðri hluta deildarinnar. KR-ingurinn Óskar Örn Hauksson sést hér í baráttu við Valsmanninn Bjarna Ólaf Eiríksson á Valsvelli í gær. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON

Ég elska að spila handbolta

Eftir rúmlega 20 ára eyðimerkurgöngu náði markvörðurinn geðþekki Hlynur Morthens loksins að verða Íslandsmeistari. Hlynur ætlaði ekki að hætta fyrir en hann yrði Íslandsmeistari og hann gæti haldið áfram.

HANDBOLTI „Þetta var ólýsanleg tilfinning. Ég grét á bekknum þegar nokkrar mínútur voru eftir. Svo var maður í móki er leiknum lauk. Þegar ég lyfti bikarnum áttaði ég mig á því að þetta var loksins að gerast,“ segir hinn 41 árs gamli markvörður Vals Hlynur Morthens, sem varð Íslandsmeistari í fyrsta skipti á sunnudag.

Hlynur var að taka því rólega er Fréttablaðið heyrði í honum í gær. Hann var þá að horfa aftur á leikinn og leyndi sér ekki að hann sveif enn á bleiku skýi.

„Ég er búinn að vera í meistara-flokki í kringum 23 ár og aldrei náð

að landa þeim stóra. Guð minn góður hvað það var sætt er það gerðist loksins. Ég ætlaði ekki að hætta fyrir en ég myndi ná honum. Ég gat ekki klárað meistaraflokksferilinn án þess að verða Íslandsmeistari,“ segir Hlynur sem hefur komið víða við á ferlinum en kann afar vel við sig í herbúðum Vals þar sem hann hefur verið síðustu árin.

Heppnir að komast í úrslit

Tímabilið hjá Valsmönnum var ótrúlegt. Liðið varð bæði Íslands- og bikarmeistari og komst í undanúrslit í Áskorendakeppni Evrópu. Í deild-

inni gekk ekki nógu vel og liðið varð aðeins í sjöunda sæti. „Við vorum næstum því heppnir að komast í úrslitakeppnina. Það má alveg segja að þetta sé búið að vera ótrúlegt tímabil,“ segir Hlynur en með því að dreifa álaginu þjappaði liðið sér saman. Allir voru með sín hlutverk á hreinu.

Gaf ekki upp vonina

Hlynur hefur ekki oft komist mjög nálægt því að verða Íslandsmeistari. Hann fór nokkrum sinnum í undanúrslit en einu sinni fór hann í oddaleik um titilinn.

„Það var 2010 er við Valsmenn fórum í oddaleik gegn Haukum. Það var hrikalega svekkjandi að tapa því. Ég gaf aldrei upp vonina og sérstaklega ekki eftir að ég kom til Vals. Við vorum með frábært lið í fyrri en náðum því samt ekki. Núna small þetta hjá okkur,“ segir Hlynur en hann og Sigurður Ingiberg hafa verið mjög öflugir í markinu og eiga sinn þátt í titlinum.

„Okkar samstarf hefur verið frábært. Ég veit ekki hvað eru mörg ár á milli okkar en við erum alltaf kalladir feðgarnir. Ég gæti sennilega verið pabbi hans eins og flestra í liðinu. Hann hefur sprungið út og ég á ekki til orð yfir hvað hann var geggjáður í oddaleiknum.“

Markvörðurinn síungi hefur tekið takmarkaðan þátt síðustu vikur og ídulega bara spilað annan hálfleikinn. Hann hefur verið að glíma við meiðslu og verið mikið þjáður.

„Ég meiddist fyrir seinni Evrópu-leikinn í undanúrslitunum. Þá gat ég nánast ekki stigið í löppina. Ég hef varla æft síðan. Ég hef brutt töluvert magn af sterkum verkjalyfjum fyrir leiki og eiginlega of mikið. Ég hef síðan tekið þetta á hörkunni. Síðustu þrjár vikur hafa samt verið mjög erf-



Loksins. Það gladdi Valsmenn að sjá Hlyn lyfta þeim stóra.

FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

idar út af verkjum,“ segir Hlynur en hann þarf væntanlega að fara í aðgerð á mjóðm í sumar vegna meiðslanna.

Gæti haldið áfram

Hlynur verður 42 ára í desember og íhugar að halda áfram. Hann á þó eftir að setjast niður með Valsmönnum og ræða framhaldið en hann langar ekki að hætta. „Mig langar að spila áfram en vissulega er það rómantik að hætta núna og fara í annað hlutverk. Þetta kemur í ljós fljótlega. Þetta er bara svo ógeðslega gaman. Vera með þessum gaurum allan daginn. Það heldur manni ungunum og ferskum. Ég elska að spila handbolta. Af hverju ætti ég að hætta á meðan ég hef gaman af þessu og nýtist liðinu eitthvað?“

henry@frettabladid.is

Nýjast

Pepsi-deild karla

FH - Fjölnir 1-2

0-1 Ivica Dzolan (44.), 1-1 Emil Pálsson (66.), 1-2 Þórir Guðjónsson (81.).

Þórir Guðjónsson kom inn á og tryggði Fjölni sigur á meistur-unum. Þetta var fyrsti sigur Fjölnis á móti FH í efstu deild en þetta var ellefti leikur liðanna í efstu deild.

ÍA - Grindavík 2-3

0-1 Andri Rúnar Bjarnason (14.), 1-1 Steinar Þorsteinsson (28.), 1-2 Andri Rúnar (47.), 1-3 Andri (88.), 2-3 Garðar Gunnlaugsson (90.).

Andri Rúnar Bjarnason skoraði þrennu upp á Skaga og tryggði Grindvíkingum annan útisigurinn í röð í Pepsi-deildinni í sumar.

Valur - KR 2-1

1-0 Guðjón Pétur Lýðsson (14.), 2-0 Sigurður Egill Lárusson (44.), 1-2 Tobias Thomsen, víti (82.).

Ólafur Jóhannesson, þjálfari Vals, hefur tak á KR og hann herti það gær. KR-ingar klikkuðu vissulega á víti í fyrri en Valsmenn fengu líka hvert dauðafærið á fætur öðru.

Efri	Neðri		
Stjarnan	10	KR	6
Valur	10	FH	5
KA	7	Víkingur R.	3
Grindavík	7	Breiðablik	3
Fjölnir	7	Víkingur Ó.	3
ÍBV	7	ÍA	0

TOYOTANÝJASTI MEDLIMUR ÓLYMPIUFJÓLSKYLDUNNAR Fulltrúar ÍSÍ skrifuðu í gær undir samstarfssamninga vegna Ólympíufjólkskyldu ÍSÍ. ÍSÍ ákvað að fjölga um eitt fyrirtæki í Ólympíufjólkskyldunni og samdi við Toyota á Íslandi í kjölfar samninga Alþjóðaólympíunefndarinnar við Toyota International. Fyrirtækin í Ólympíufjólkskyldu ÍSÍ 2017-2020 eru: Arion banki, Icelandair, Sjóvá, Toyota og Valitor sem mynda Ólympíufjólkskyldu ÍSÍ fram að leikunum í Tókýó 2020.

MILOS VAR EKKI LENGI ATVINNULAUS

Milos Milojevic, fyrrverandi þjálfari Víkings í Reykjavík, var ekki lengi að finna sér nýtt starf í Pepsi-deildinni en hann var ráðinn þjálfari Breiðabliks í gær, aðeins þremur dögum eftir að hann hættaði sem þjálfari Víkingslíðsins. Olgeir Sigurgeirsson, fyrrverandi leikmaður Blika og núverandi þjálfari í 2. flokk félagsins, verður aðstoðarmaður Serbans hjá Blikum. Milos sagði upp störfum sem þjálfari Víkings á föstudaginn eftir þrjá tapleiki í röð í Pepsi-deildinni en „öfyrstíganlegur ágreiningur“ hans og stjórnar Fossvogslíðsins var sögð ástæða uppsagnarinnar. Sigurður Víðisson hefur stýrt Breiðabliki í undanföllum þremur leikjum í deild og bikar. Tveir fyrstu töpuðust en Blikar unnu slag þjálfaraláusu liðanna í Víkinni í gær, 3-2. Fyrsta verkefni Milosar sem þjálfari Breiðabliks verður úti-leikur á móti ÍA á mánudaginn kemur.



Í dag

00.30 Cleveland - Boston Sport

VINSÆLU STILLANLEGU RÚMIN FRÁ ERGOMOTION ERU KOMNIN AFTUR!

ERGOMOTION RÚM
MED AVIANA ÞRÝSTIJOFNUNAR-DÝNUM.
TVÍSKIPT HJÓNARÚM 160 EDA 180X200 CM.

VERÐ FRÁ ADEINS
30.583 kr. Á MÁNUDI*
STADGREITT 349.899 kr.

rekkjan
HEILSURÚM

*Útdráttur frá 12 mánaða vaxtaláusan raðgreiðusamningi með 3,5% lántökgjaldi og 405 kr. greiðslugjaldi. ARGHIII 190417



ÞRIÐJUDAGUR 23. MAÍ 2017

Heilsa



Balkanska kvennasveitin Blue Flower heldur fágæta hugleiðslutónleika í Frikirkjunni í Reykjavík í kvöld. Torfi Leósson og Sri Chinmoy standa fyrir uppákomunni.

Heilsa 4



365.is | Sími 1817

365



Hér situr Tinna í handartækinu og Sandra stýrir meðferðinni. MYND/ANTON BRINK

Laus við erfiða verki, bólгур og bjúg

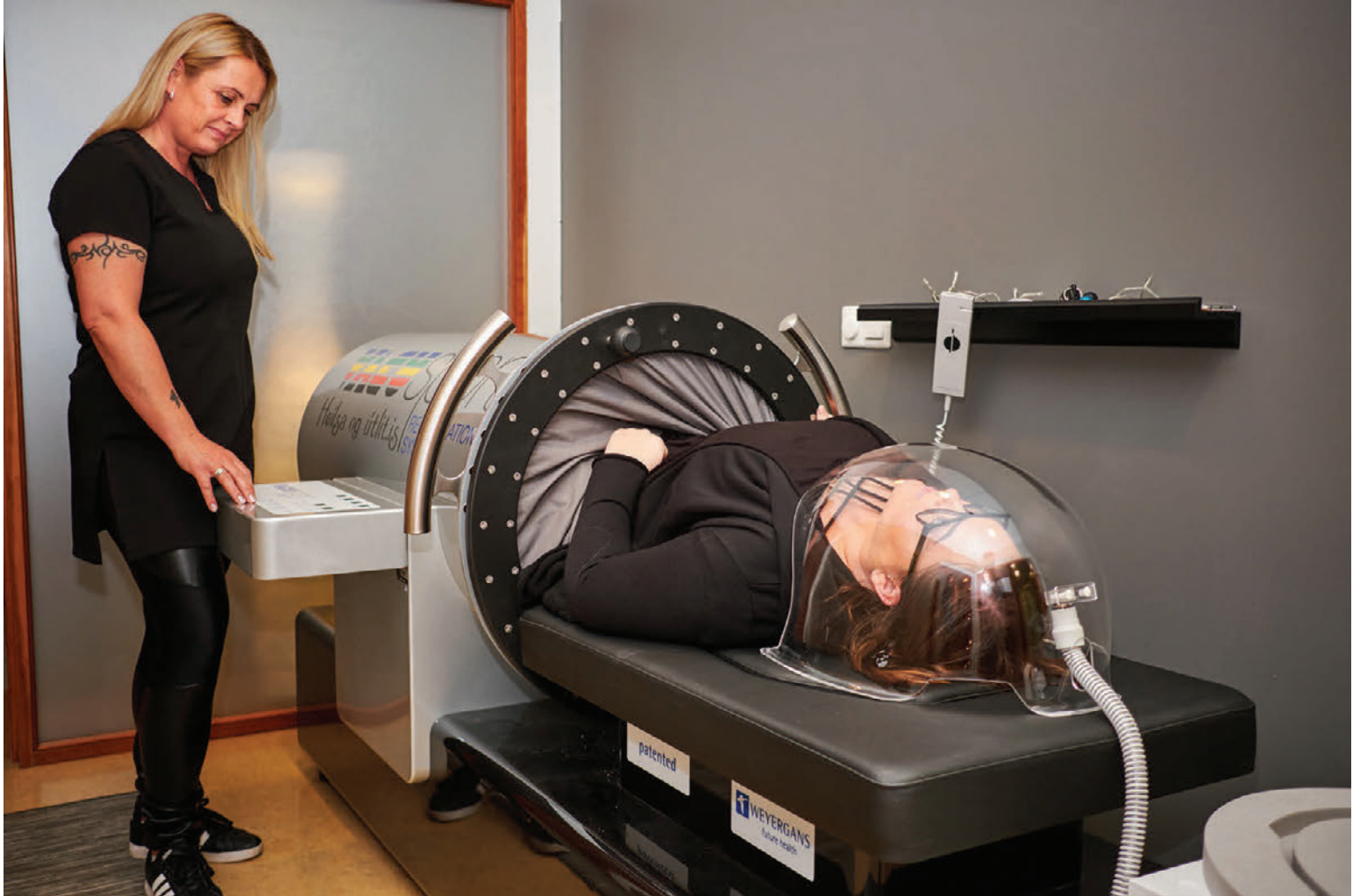
Tinna Barkardóttir var aðeins 29 ára þegar hún fékk heila-blóðfall og lamaðist. Hún hefur náð ótrúlegum bata á stuttum tíma, meðal annars með hjálp þrýstings- og loft-tæmisnudds hjá Heilsu og útliti, Hlíðasmára 17. ➔2

Framhald af forsiðu →

Tinna segist ekki hafa trúað því hversu fljótt hún fann mun eftir að hún byrjaði meðferðina hjá Heilsu og útliti. „Tækin sem ég fer í heita Vacusport og Vacumed. Eg hef lengi verið í endurhæfingu eftir heilablóðfall og þjálfari minn benti mér á þessi tæki þar sem virkni líkamans virtist sein, ég var bæði með mikla verki og bjúg. Ég er allt önnur manneskja eftir að ég byrjaði meðferðina, það er alveg ótrúlegt hvað þetta hefur gert mér gott. Áður en ég byrjaði hafði ég enga trú á að þetta myndi hjálpa mér,“ segir Tinna. „Verkirnir hafa minnkað, kippir sem ég var með í höndum hafa sömuleiðis minnkað mikið og bjúgurinn er horfinn. Vöðvarnir eru auk þess slakari. Ég var með kreppta fingur og átti erfitt með að rétta þá. Núna hefur það lagast mikið. Ég fann strax mun eftir fyrstu meðferðina en eftir fimm skipti var ég farin að finna verulega mikinn mun á mér. Það er óskiljanlegt að svona tæki séu ekki á spítölum og endurhæfingarstofnunum,“ segir Tinna og bætir við: „Ég er svo margfalt betri til heilsunnar núna.“

Lá ósjálfbjarga á baðgólfinu

Í sumar eru tvö ár frá því hún féll niður á baðgólfinu heima hjá sér með heilablóðfall. Tinna bjó ein og það var ekki fyrr en tæpum sjö tímum síðar sem faðir hennar braust inn og gat bjargað henni. Hún lamaðist en var ákveðin í að komast upp úr hjólastólum. Tinna lagði á sig erfiða endurhæfingu og var á Grensás í tíu mánuði. „Í dag er ég laus við hjólastólinn en er enn í uppbyggingu. Mér finnst



Neðri hluti líkamans í Vacu Sport tækinu. MYND/ANTON BRINK

tækin hjá Heilsu og útliti hafa flýtt fyrir bataferlinu. Ég er mjög þrjósk og hef komist langt á því,“ segir hún. „Ég fékk hins vegar enga andlega aðstoð á Grensás sem ég

hefði þurft. Það er þungbært áfall að lenda í alvarlegum veikindum,“ segir hún. „Eftir svona lífsreynslu lítur maður lífið allt öðrum augum.“

Eftir að Tinna fékk heilablóðfall kom í ljós að hún var með hjarta-galla, gat á milli gátta. Hún segist hafa farið til lækis, innkirtlasérfræðings, stuttu áður en hún veiktist. „Ég komst ekki í skó vegna bjúgs á fótum. Mér var bent á að láta athuga með þennan bjúg og hlýddi því. Því miður setti lækinn mig ekki í rannsókn heldur hreytti í mig. „Það eru margar konur með bjúg!“ Síðan var ég spurð á spítalanum hvort hjartað hefði ekki verið athugað hjá mér út af öllum þessum bjúg í líkamanum,“ segir hún. „Líf mitt gjörbreyttist á einni svipstundu þegar ég veiktist. Ég var samt alltaf ákveðin í því að ná mér og það hefur gengið framar öllum vonum. Ég mun halda áfram á sömu braut,“ segir Tinna. Þegar hún lá á spítalanum missti starfsfólk hana með þeim afleiðingum að hún datt í gólfid og ökklabrotnaði illa ofan í lómunina. „Það safnaðist mikill bjúgur á þetta svæði en ég er svo miklu betri eftir að ég fór í tækin hjá Heilsu og útliti.“

Hundrað prósent ánægð

„Ég get mælt hundrað prósent með þessari meðferð hjá Heilsu og útliti. Þetta getur hentað öllum sem lenda í einhvers konar meiðslum, jafnt íþróttamönnum sem öðrum. Einnig er þetta mjög gott fyrir þá sem þjást af bjúg. Ég ætla að halda áfram í þessari meðferð, það er ekki spurning. Það er magnað hvað þetta tæki getur gert. Ef svona tæki væru á Grensás væri hægt að minnka lyfjakostnað til mikilla muna og flýta fyrir bata hjá fólki. Því miður taka Sjúkratryggingar ekki þátt í kostnaði við þessa meðferð.“

Vel þekkt meðferð

Sandra Lárusdóttir einkabjálffari hefur rekið Heilsu og útliti í þrjú ár. Hún er umboðsmaður fyrir Weyergans og Casmara tækin hér á landi, á Grænlandi og í Færeyjum. Tvær aðrar stofur eru með tækin hér á landi, önnur á Akureyri og svo Heilsu- & fegrunarstofa Huldu í Borgartúni. Þá er svipað tæki á Siglufirði sem heitir Vacufit. Sandra verður með kynningu á Siglufirði 24. til 26. maí. Þetta eru þýsk tæki og eru notuð á heilbrigðisstofnunum í Þýskalandi. Tækin eiga þrjátíu ára sögu.



Kona sem er 87 ára og þjáðist af miklum bjúg á fæti kom í meðferð hjá Heilsu og útliti.



Eftir sex skipti í tækinu var bjúgurinn að mestu horfinn.

“Ég get mælt hundrað prósent með þessari meðferð hjá Heilsu og útliti. Þetta getur hentað öllum sem lenda í einhvers konar meiðslum, jafnt íþróttamönnum sem öðrum. Einnig er þetta mjög gott fyrir þá sem þjást af bjúg.

Tinna Barkardóttir

Sandra segir að Vacu Sport og Vacamed séu vel þekkt í heiminum en þau voru upphaflega fundin upp fyrir NASA. Geimfarar voru settir í svona meðferð þegar þeir komu úr geimferðum til að þrýstjafna þá. „Þetta er lofttæmisþrýstingur sem eykur súrefnis- og blóðflæði um líkamann. Þetta eru viðurkennd tæki sem hraða mjög bataferli og endurhæfingu eftir slys, aðgerðir eða einhvers konar meiðsl. Afreksfólk í íþróttum hefur notað þessa aðferð og sömuleiðis atvinnumenn í fótþolta, íshokki og ruðningi. Tækið losar fljótt um bólgur og bjúg. Þetta virkar alveg ótrúlega vel og maður er stundum hissa á þeim undraverða árangri sem tækin gefa,“ segir Sandra.

Frábær reynsla

Fyrir fjórum árum ákvað Sandra að hætta að vinna sem einkabjálffari og helga krafta sína því að aðstoða fólk heilsufarslega. „Mig langaði alltaf í lækisfræði. Þegar ég las um þessi tæki fannst mér mikið til þeirra koma. Ég hringdi í framleiðandann sem bauð mér að koma og kynna tækjunum. Ég tók vinkonu mína með mér sem nýlega hafði fengið hjartaáfall. Við prófuðum tækin og urðum undrandi á hversu góð áhrif þau höfðu. Ég sannfærðist um að ég gæti boðið upp á þessa þjónustu þótt ég væri ekki lækni. Starfsemi minni var strax vel tekið og hún hefur undið upp á sig. Reynslan hefur einungis verið frábær.“

Meðferðin er algjörlega sársaukalaus. Hún hentar til dæmis vel fyrir þá sem hafa nýlega farið í aðgerðir vegna vandamála í liðum. Einnig þeim sem eru með bólgur í handleggjum, hnakka eða öxlum. Þá hefur meðferðin mikið verið notuð á sjúkrahúsum í Þýskalandi við bólgu sem myndast eftir brjóstnám. Meðferðin hefur sömuleiðis gagnast mjög vel gegn krónískum verkjum. Í boði eru mismunandi aðferðir sem henta ólíkum vandamálum. Hver meðferð tekur á milli 25-40 mínútur. Mælt er með tíu skiptum til að ná góðum árangri.“

Nánari upplýsingar má fá hjá Heilsu og útliti, Hlíðarsmára 17, Kópavogi, sími 562 6969. Á heimasíðunni heilsaogutlit.is og á Facebook.

GERRY WEBER –TAIFUN SUMARDRESS

20-30% AFSLÁTTUR



Skodið laxdal.is/spice Bazaar

Fylgdu okkur á facebook.com/laxdal.is

BERNHARD LAXDAL

Laugavegi 63, Skipholti 29b • S. 551 4422

Femmenessence loksins komið aftur

Femmenessence og Revolution eru fæðubótarefni sem unnin eru úr macarót. Macarótin er þekkt fyrir að hafa sérlega góð áhrif á hormónatengd óþægindi, sérstaklega hjá konum en líka hjá körlum. Hún getur gagnast þeim sem vilja draga úr óþægindum á breytingaskeiðinu.

Eftir nokkurt hlé eru Femmenessence vörurnar nú aftur komnar í verslanir. „Hér er um að ræða náttúrulega lausn við einkennum breytingaskeiðs sem og öðrum hormónatengdum óþægindum,“ segir Hrönn Hjálmarsdóttir, heilsumarkþjálfari hjá Artasan.

„Margar konur á miðjum aldri finna fyrir óþægindum þar sem hormónastarfsemi líkamans er að breytast. Svita- og hitakóf sem hafa áhrif á nætursvefninn, þirringur, þunglyndi, leiði, minni kynlöngun og þurrkur í leggöngum er eitt hvað sem margar konur kannast við. Femmenessence vörurnar eru unnar úr sérhönnuðum blöndum ólíkra arfgerða macajurtarinnar þar sem samsetning fer eftir því á hvaða aldri konur eru og hvernig hormónabúskapurinn er. Um er að ræða fjórar mismunandi vörur og eru þrjár þeirra hannaðar fyrir konur en sú fjórða, Revolution Macalibrium, er fyrir karla,“ útskýrir Hrönn.

Konur á barneignar- og frjósemisaldri – Femmenessence MacaHarmony

Konur á barneignar- og frjósemisaldri geta haft ýmiss konar einkenni sem tengjast hormónabúskapnum þó svo að það sé ótengt breytingaskeiðinu. Þetta eru einkenni eins og fyrirtíðaspenna, sársaukafullar blæðingar, óreglulegar blæðingar, húðvandamál, skapsveiflur, þirringur og síðast en ekki síst, frjósemisvandamál.

Upphaf breytingaskeiðs – Femmenessence MacaLife

Er fyrir konur um og yfir fertugt sem eru enn með blæðingar, reglulegar eða óreglulegar, en eru farnar að finna fyrir einkennum breytingaskeiðsins: hitakófi, nætursvita, svefntruflanir, geðsveiflum, þunglyndi, beinþynningu, heilapöku, minnkaðri kynhvöt og leggangaþurrki.

Breytingaskeiðið – Femmenessence MacaPause

Er fyrir konur eftir fimmtugt eða þær sem hafa ekki haft blæðingar síðustu 12 mánuði og fyrir konur sem hafa, vegna aðgerða eins og brottnáms á eggjastokkum, farið á breytingaskeiðið. Einkennin geta verið þau sömu og hjá konum sem



Macajurtin getur gagnast bæði körlum og konum.

„Margar konur á miðjum aldri finna fyrir óþægindum þar sem hormónastarfsemi líkamans er að breytast.“

Hrönn Hjálmarsdóttir

» Femmenessence vörurnar eru unnar úr sérhönnuðum blöndum ólíkra arfgerða macajurtarinnar þar sem samsetning fer eftir því á hvaða aldri konur eru og hvernig hormónabúskapurinn er.

eru að byrja á breytingaskeiðinu en styrkur MacaPause er helmingi meiri en í MacaLife.

Karlmenn – Revolution Macalibrium

Þegar karlar komast á miðjan aldur eiga sér stað breytingar í líkama þeirra þó ekki séu þær alltaf jafn augljósar og hjá konum. Testósteróngildi þeirra lækka með aldri og hjá sumum getur það haft áhrif á ýmsa líkamsstarfsemi. Helstu einkennin eru þreyta og þróttleysi, minni vöðvastyrkur, minni kynlöngun og erfiðleikar við stinngu, hitakóf, beinmassi minnkar, líkamsfita eykst og skapstygð gerir vart við sig. Þunglyndi er líka þekkt einkenni.

Náttúruleg og lífræn lausn

Í Femmenessence og Revolution er náttúruleg og lífræn macarót sem innheldur ekki hormóna en styður við framleiðslu líkamans á þeim. Virkni hefur að sögn Hrannar verið staðfest í rannsóknum en búið er að einangra virku efnin úr macarótinni sem hjálpa til við hormónatengd vandamál. Vörurnar eru ekki erfðabreyttar, hafa sanngirnissvottun (Fair trade) og eru glútenlausar.



Um er að ræða fjórar mismunandi vörur. Þrjár þeirra eru hannaðar fyrir konur en sú fjórða, Revolution Macalibrium, er fyrir karla.

Uppgötvum eigin mikilfengleik

Balkanska kvennasveitin Blue Flower heldur fágæta hugleiðslutónleika í Frikirkjunni í Reykjavík í kvöld. Upplifunin er slakandi, uppbyggjandi og nærir hjartað.

Þórdís Lilja Gunnarsdóttir
thordisg@365.is



Þeir sem ástunda hugleiðslu upplifa meiri hamingju og tilgang í lífinu, ásamt því að tengjast sköpunarkrafti sínum og uppgötva nýjar leiðir til sköpunar og farsældar.

Þetta segir Torfi Leósson hjá Sri Chinmoy setrinu sem undanfarna þrjá áratugi hefur boðið upp á ókeypis námskeið í hugleiðslu. Torfi segir fáa hafa vitað hvað hugleiðsla var á fyrstu árunum en að



Torfi Leósson hjá Sri Chinmoy setrinu segir hugleiðslutónlist leysa úr læðingi undursamlega orku og hjálpa áheyrendum að tengja sig betur við hjartað. Hann hvetur sem flesta til að koma og hlýða á balkönsku kvennahljómssveitina í Frikirkjunni í kvöld. MYND/ERNIR

myndin hafi ávallt verið jákvæð og nú sé mikil meðvitund um hugleiðslu, margir hafi prófað eða langi til að prófa.

„Hugleiðsla kyrrir hugann og maður fer að heyra betur í sjálfum

sér. Það er ekki fyrr en maður prófar að íhuga að maður áttar sig á hversu merkileg manneskja maður er og hreinlega undrast hversu miklu maður býr yfir,“ segir Torfi. Til að hugleiða þurfi ekki mikið. „Í raun ekki neitt. Bara að gefa sér tíma. Aðeins þriggja mínútna þögn er stórt skref til að róa hugann. Flestir hafa upplifað ómeðvitað hugleiðsluástand en með reglulegri, kerfisbundinni æfingu kemst maður dýpra inn á við, í tengsl við eigin veru og verður færari.“

Á tímum hraða og áreitiss segir Torfi að hætta sé á að mannfólkið missi af sjálfu sér og eigin ágæti. Erfitt sé að standa stöðugur í sjálfum sér þegar athyglin beinist alltaf út á við en að hugleiðsla rötfesti mann.

„Hugleiðsla hjálpar við að losa um streitu og finna innri styrk. Flestir finna hvernig stress og áhyggjur draga úr afköstum en gott mótvægi er hugleiðsla. Í kyrrð hugleiðslunnar felst styrkur og með innri frið í hjarta eykst einbeiting sjálfkrafa. Samkvæmt boðskap andlega leiðtogans Sri Chinmoy erum við öll einstök og búum yfir friði, hamingju og kærleika en þurfum að leita þess með hugleiðslu, rétt eins og að leita týnds hlutar í herbergi.“

Allar samankomnar á Íslandi

Sri Chinmoy setrið stendur fyrir tónleikum balkönsku kvennasveitarinnar Blue Flower í Frikirkjunni í Reykjavík í kvöld. Hljómsveitin heldur sömuleiðis ókeypis námskeið í hugleiðslu og tónlist í Tónskóla Sigursveins við Engjateig 1 á uppstigningardag.

„Blue Flower er skipuð ellefu konum frá Balkanskaga sem sérhæfa sig í tónlist Sri Chinmoy sem var afkastamikið tónskáld og samdi yfir 20 þúsund lög. Löggin eru einföld; flest örstuttar múntrur, samdar að indverskri hefð í andlegri tónlist. Tónlistin er róandi en í henni býr undursamlegur, undirliggjandi kraftur. Í friði liggur innri styrkur og sköpunarkraftur. Þetta er heilsubættandi tónlistarupplifun og maður kemur út fullur orku,“ lofar Torfi og segir tónleikagesti skynja vel hversu slakandi og endurnærandi hugleiðslutónlist er. „Við höfum áður haldið tónleika af svipuðu tagi og voru tónleikagestir einróma um hversu mikið tónlistin gaf þeim



Kvennahljómssveitin Blue Flower hefur leikið hugleiðslutónlist um allan heim síðastliðna tvo áratugi.

og hjálpaði við að komast inn í hjartað.“

Blue Flower er vel þekkt í Evrópu og Bandaríkjunum. Hún er nú á tónleika- og hugleiðsluferðalagi um Evrópu og hélt fjölmarga tónleika og námskeið í Hollandi og Belgíu í liðinni viku og í Ósló á sunnudagskvöld.

„Hljómsveitin var stofnuð í Novi Sad í Serbíu árið 1998, en þaðan er forspraki hennar, Eshana Gadanski. Hún hefur sagt að hljómsveitin hafi orðið til þegar hljómsveitarmeðlimir kynntust tónlist Sri Chinmoy og fundu allir fyrir djúpum áhrifum hennar á líf þeirra. Tónleikar séu svo þeirra leið til að deila friði og andlegum eiginleikum tónlistarinnar með áhorfendum,“ útskýrir Torfi um Blue Flower sem útsetur tónlist Sri Chinmoy með röddum og aust-rænum og vestrænum hljóðfærum. „Oftast leika þær færri saman á tónleikum en vegna einlægrar löngunar til að sjá Ísland ákváðu þær að koma allar og verður hljómsveitin því fullskipuð á tónleikunum í kvöld. Hljómsveitin samanstendur af sellói, klukkna-spili, gítar, píanói, indversku harmonium, flautu, trommu og bjöllum og allar sjá þær um heillandi tæran og hreinan söng.“

Að sögn Torfa getur hugleiðsla farið fram undir tónlist en líka í þögn og með því að nota einbeitingu. „Það getur verið erfitt að viðhalda einbeitingu lengi í mikilli þögn en það er hægt lengur með tónlist. Allir geta tengt við það og

hafa upplifað að þegar maður er þreyttur getur tónlist verið einkar endurnærandi.“

Upptendruð upplifun

Á uppstigningardag, fimmtudaginn 25. maí, bjóða meðlimir Blue Flower upp á ókeypis námskeið í hugleiðslu og tónlist í Tónskóla Sigursveins á Engjateigi 1.

„Konurnar í hljómsveitinni ástunda allar hugleiðslu og nota til að virkja sköpunarkraft sinn í tónlist. Þær hafa ferðast um allan heim með tónleika sína og námskeið og eykst hróður þeirra jafnt og þétt. Námskeiðið er opið jafnt þeim sem hafa tónlistarlegan bakgrunn og þeim sem hafa hann ekki því hægt er að nota múntrur til að upplifa hugleiðslu og tengjast eigin sköpunarkrafti,“ útskýrir Torfi og hvetur sem flesta til að koma í Frikirkjuna í kvöld.

„Allir eru velkomnir og ekki þarf ekki að setja sig í sérstakar hugleiðslustellningar til að njóta tónleikanna, né að þekkja hugleiðslu eða hafa bakgrunn í henni. Það þarf enga tækni til að hugleiða; það bara gerist, maður upptendrast og verður snortinn af tónlistinni, rétt eins og maður getur orðið djúpt snortinn af landslagi og náttúrufegurð.“

Tónleikarnir í Frikirkjunni í Reykjavík í kvöld hefjast klukkan 20 og er aðgangur ókeypis. Ókeypis námskeið Blue Flower á uppstigningardag hefst klukkan 19.30 í Tónskóla Sigursveins, Engjateigi 1. Sjá nánar á hugleidsla.org.

**Skemmtanir
Árshátíðir
Grímuböll
Dimmisjón
ofl. & ofl.**

**Ykkar skemmtun....
....okkar fókus**

**HOKUS
POKUS**

www.hokuspokus.is
Verzlun og vefverzlun
Laugavegi 69 S. 551-7955

Bros auglýsingavörur með þínu merki

Skoðaðu litríkt úrval á bros.is

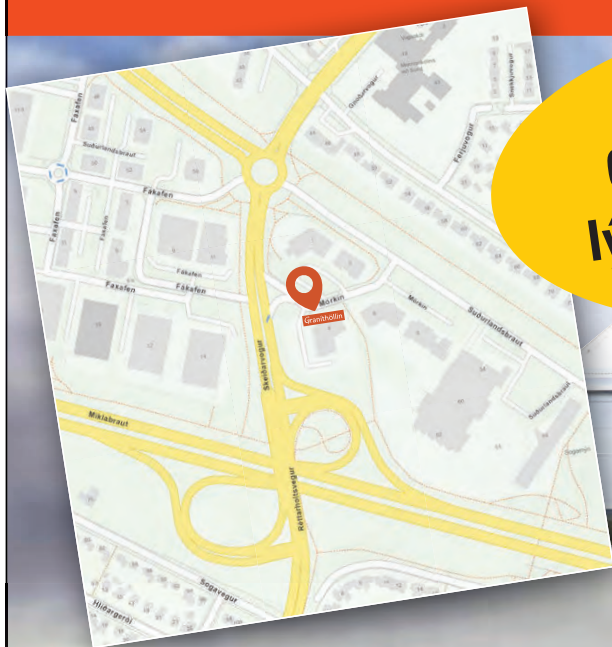
Bros auglýsingavörur,
Norðlingabraut 14.

BROS
AUGLÝSINGAVÖRUR
– með þínu merki

Graníthöllin er flutt í Mörkina 4

Opnunartilboð - 30% afsláttur af öllum legsteinum, aukahlutum og allri okkar þjónustu.

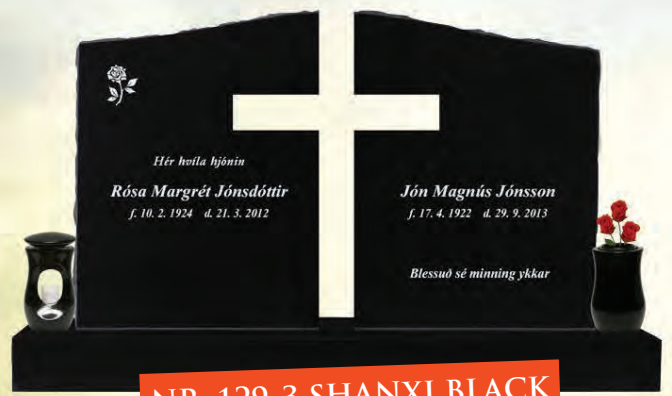
ATH:
Opnunartilboð
lýkur 31. maí n.k.



NR. 1002 GS



NR. 118 PAR



NR. 129-3 SHANXI BLACK

FYLGIHLOTIR FYLGJA EKKI MEÐ
AKSTURSGJALD BÆTIST VIÐ UTAN HÖFUÐBORGARSVÆÐISINS

VIÐHALD & ÞRIF LEGSTEINA

30% AFSLÁTTUR AF ALLRI
VINNU OG ENDURMÁLUN

ÞARF AÐ ENDURNÝJA LETRIÐ Á
STEININUM? GRANÍTHÖLLIN TEKUR
AÐ SÉR AÐ HREINSA OG ENDURMÁLA
LETUR Á LEGSTEINUM. EINNIG TÖKUM
VIÐ AÐ OKKUR AÐ RÉTTA AF LEG-
STEINA SEM ERU FARNIR AÐ HALLA.



MÖRKIN 4,
REYKJAVÍK

Graníthöllin
Legsteinar

SÍMI 555 3888
GRANITHOLLIN.IS

40 ÁRA AFMÆLISTÓNLEIKAR

MEZZOFORTE

LAUÞPSELT! 16. SEPT. Í HÁSKÓLABÍÓI

AÐRIR TÓNLEIKAR SUN. 17. SEPT. KL. 21. !!



Fram koma allir stofnmeðlimirnir **EYÞÓR GUNNARSSON**, **JÓHANN ÁSMUNDSSON**, **GULLI BRIEM**, **FRÍÐRIK KARLSSON** ásamt blásarasveit, söngsveit, slagverkssveit og fríðum flokki valinna gesta, þ.m.t. saxófónleikurunum **JONAS WALL**, **ÓSKARIGUÐJÓNSSYNI** og **KRISTNISVAVARSSYNI**, blásara Garden Party. Sérstakur gestur frá Bretlandi er hinn góðkunni, **NOEL MCCALLA**, söngvari This is the Night!

MISSIÐ EKKI AF EINSTÆÐU TÆKIFÆRI TIL AÐ
SJÁ EINA MERKUSTU HLJÓMSVEIT ÍSLANDS-
SÖGUNNAR Á EINSTÖKUM TÍMAMÓTAVIÐBURÐI!
MÍÐASALA HAFIN Á MIDI.IS

Smáauglýsingar

512 5000

Afgreiðsla smáauglýsinga og simi er opinn alla virka daga frá 9-16
Netfang: smaar@frettabladid.is

Bílar & Farartæki



SUZUMAR gúmmibátar. Upplásnrir slöngubátar með algólfi og mikla burðargetu. Til í stærðum frá 2,9m - 4,2m. Verð frá 255.000.- kr.

SUZUKI UMBODIÐ ehf
Skeifunni 17, 108 Reykjavík
Sími: 565-1725
suzuki@suzuki.is
Suzuki.is / suzukisport.is

bilauppbod.is

PARFTU AÐ KAUPA EÐA SELJA BÍL?

Bilauppbod.is er uppboðsvefur þar sem þú getur keypt eða selt bíl á einfaldan og hagkvæman hátt. Kynntu þér málið. www.bilauppbod.is Sími 522-4610.

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

Bílar til sölu



Wv póló árg 2003 3-dyra 1,2 vél beinskiftur ek 176 þús skoðaður 18 ný küpling góð dekk verð 345 þús gsm 8927852

Bátar



Léttir Fyrirferðalittir Hljóðlátir

Kraftmiklir Sparneytnir 3,5-250 hö

Miðhraun 13 - 210 Garðabær
Sími: 555 6444 - www.maras.is

Hjólbarðar



NÝJU SAILUN DEKKIN Á FRÁBÆRU VERÐI.

Einnig úrval notaðra dekkja. Tökum notuð uppí ný. Vaka s. 567 6700

Þjónusta

Pípulagnir

PÍPULAGNIR

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

Garðyrkja

Tek að mér slátt fyrir húsfélög og einstaklinga og klippingar og umhirðu á gördum. Uppl. í s. 616 1569.

Almenn garðvinna, sláttur klippingar ofl. Halldór garðyrkjumaður. S: 698 1215

Bókhald

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

Búslóðaflutningar

Ert þú að flytja? Búslóðafl., fyrirtækjafl., pianófl. o.fl. Extra stór bill. Búslóðalyfta. Flutningaþj. Mikael's. S. 894 4560 www.flytja.is flytja@flytja.is

Húsviðhald

HÚSAVIÐGERÐIR

Trésmíði • múrverk • máln, blíkk • háþrýstipottur, og þakklæðningar.

ÖRUGG OG FAGLEG ÞJÓNUSTA.
UPPL. Í SÍMA 858 3300

Parketslípun

sólpallaslípun | parketlagning
551 1309 / 690 5115
golflist@golflist.is
www.golflist.is



Nudd

NUDD

Slökunarnudd í miðbæ Reykjavíkur. Sími 694 7881, Zanna.

Spádómar



SPÁSÍMINN 902 1020
Spámiðlun heilun Sjöfn spámiðill og heilari Geymið auglýsinguna.

Rafvirkjun

RAFLAGNIR OG DYRASÍMAKERFI S. 896 6025
Tilboð dyrasímakerfi, töfluskípti. Löggildur rafverkstæði. rafneisti@simnet.is

Keypt & Selt

Óskast keypt

KAUPUM GULL - JÓN & ÓSKAR

Alla virka daga í verslun okkar Laugavegi 61 Jón & Óskar
jonogoskar.is s.552-4910

Heilsa

Nudd

TANTRA NUDD

Ekta vígsla í leyndardóma Tantra með Tantra nuddi. Einstæð upplifun fyrir pör, konur og karla. S. 698 8301 www.tantrateemple.is



TOYOTA Rav4

Árgerð 2012, ekinn 98 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur, krókur.
Verð 3.090.000. Rnr.182880.

Toyota Kaupúni

S. 570 5070 • www.toyotakaupuni.is

Baðviftur

Hljóðlátar og öflugar



Purrktæki

Haltu lágu loftrastigi

Tilboð frá kr 44.990



Varmaendurnýting



Loftræsting með varmaendurnýtingu

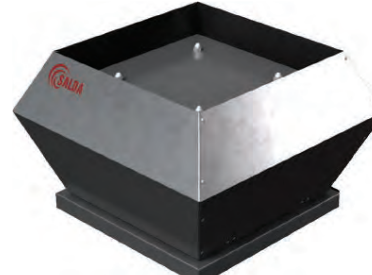
Handpurrkari

2100 wött



Tilboð frá kr 19.990

Pakblásarar



Hljóðlátur

100 mm



Tilboð frá kr 29.990

Kælar - frystar

Allar stærðir - með eða án vélakerfa



Rakataeki



Loftristar

Mikið úrval!



Loftviftur

Mikið úrval af loftviftum



Loftskipti-blásarar

300 MM

Mygla - ryk - loftræsting



Tilboð án barka kr 35.000

ishúsið



viftur.is

-andaðu léttar

S:566 6000 • ishusid@ishusid.is • Smiðjuvegur 4a, græn gata, 200 Kópavogur

Skólar & Námskeið

Ökukennsla

Ökukennsla, aðstoð við endurtökupróf og akstursmat. S. 893 1560 og 587 0102, Páll Andrésson.

Húsnæði

Húsnæði óskast

ÍBÚÐ ÓSKAST!

Óska eftir snyrtilegri 3-4 herbergja íbúð til leigu. Óska staðsetning er í póstinúmeri 110, en til greina koma hverfi 104,108 og 105. Greiðslugeta er um 200.000 kr.

Reglusemi og skilvísar greiðslur.

Nánari uppl. í s. 895 5086
Kristjana

Geymsluhúsnæði

WWW.GEYMSLAEITT.IS
FYRSTI MÁNUÐUR FRÍR

á minna en 7 m². Ódyrt eftir það. S: 564-6500

GEYMSLUR.IS
SÍMI 555-3464

Suma hluti er betra að geyma. Geymslur fyrir dánarbúð, allt að 20% afsláttur. www.geymslur.is

Atvinna

Atvinna í boði

Óska eftir að ráða menn í málingavinnu. Uppl. sendist á smaar@frettabladid.is

Tilkynningar

Fundir

AÐALFUNDUR VINAFÉLAGS
SINFÓNÍUHLJÓMSVEITAR
ISLANDS

Verður haldinn á Smurstöðinni í Hörpu miðvikudaginn 31. maí kl. 17:00. Fundarefni - venjuleg aðalfundarstórf. Stjórnin

333 kr
á dag*

*9.990.- á mánuði.

365.is | Sími 1817

365



Kristján Baldursson
hdl.
Löggiltur fasteignasali
og leigumíðari
S: 867-3040



Hákon Guðmundsson
Aðstoðarmaður
fasteignasala.
S: 867-3240

Búðagerði 7, 108 Reykjavík

Opíð hús í dag kl. 17:30 – 18:00



Skemmtileg 61,5 fm. 2ja herb. íbúð á tveimur hæðum á frábærum stað. Íbúðin er með 3 innngöngum bæði frá Búðagerði og Sogavegi. Eign er vert er að skoða. Verð: 28,5 millj.

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

Húsaskjól
fasteignasala

Auðun
audun@husaskjol.is

Hlíðasmára 2, 201 Kópavogi, sími: 894 1976

Löggiltur fasteignasali



Priðjudaginn 23.maí kl. 18:00-18:30

Stærð: 60,1 fm

Svefnherbergi: 2

Barðavogur 21, 104 Reykjavík Verð: 28.900.000

Björt og falleg 60,1 fm 3ja herbergja íbúð á fyrstu hæð í þrjúhúsi í Vogahverfinu. Íbúðin skiptist í stofu, eldhús, badherbergi og tvö svefnherbergi. Sameiginlegt þvottahús í sameign. Laus við kaupsamning.

Upplýsingar veitir Auðun Ólafsson, löggiltur fasteignasali
í síma 894 1976 eða netfang: audun@husaskjol.is

WWW.HUSASKJOL.IS HUSASKJOL@HUSASKJOL.IS WWW.FACEBOOK.COM/HUSASKJOL



Knútur Bjarnason
Lögg. fasteignasali



Rúnar Þór Árnason
Lögg. leigumíðari
í námi til lögg.

s: 566-0000 • helgafellfasteignasala.is



OPÍÐ HÚS

SVIÐHOLTSVÖR 4, ÁLFTANESI

OPÍÐ HÚS Í DAG, ÞRIÐJUDAG KL. 18:00 - 19:00

Einbýlishús á einni hæð.

Húsið er samtals 214,5 fm., þar af um 40 fm. bílskúr. Fjögur svefnherbergi og tvöföld stofa. Nýlegt eldhús. Heitur pottur í garði. Gott fjölskylduhús í grónu hverfi á Álftanesi nærri golfvelli, sundlaug, skóla og fl.



Búmenn hsf
Húsnæðisfélag
Akralind 4
201 Kópavogi
Sími 552 5644
bumenn@bumenn.is
www.bumenn.is

Búmenn auglýsa íbúðir

Búseturéttur á markaðsverði

Holtateigur 5, sem er raðhús á Akureyri

Til sölu er búseturéttur í 3ja herbergja raðhúsi á einni hæð, 144,5 fm að stærð. Þar af er stærð bílskúrs 36,5 fm. Ásett verð búseturéttarins er kr. 12.900.000 og eru mánaðargjöldin um kr. 142.000-.



Kríuland 23, sem er parhús í Garðinum

Til sölu er búseturéttur í 3ja herbergja parhúsi á einni hæð, 120,3 fm að stærð en þar af er bílskúrin 30,6 fm. Ásett verð búseturéttarins er kr. 8.500.000 og eru mánaðargjöldin um kr. 116.000-.



Innifalið í mánaðargjaldi íbúðanna er fjármagnskostnaður, fasteignagjöld, bruna- og fasteignatrygging, viðhaldssjóður, þjónustugjald og rekstrarsjóður þar sem það á við.

Þeir sem hafa áhuga á að skoða íbúðina og taka þátt í að gefa tilboð hafið samband við skrifstofu Búmannna. Tilboðsfrestur er til 31.maí n.k.

Hægt er að fá nánari upplýsingar á skrifstofu félagsins í síma 552-5644 milli kl 9-12 og 13-15. Einnig er hægt að nálgast nánari upplýsingar um íbúðirnar á heimasíðu félagsins www.bumenn.is



Búmenn hsf
Húsnæðisfélag
Akralind 4
201 Kópavogi
Sími 552 5644
bumenn@bumenn.is
www.bumenn.is

Aðalfundur

Búmannna húsnæðissamvinnufélags (hsf.) verður haldinn á Grand hótél, Reykjavík, 15. júní 2017 kl. 16.00

Dagskrá.

1. Setning aðalfundar og kosning fundarstjóra og fundarritara.
2. Kynning frá íbúðalánasjóði
3. Kynning á nýrri heimasíðu félagsins
4. Kynning á viðhaldsáætlun félagsins fyrir árið 2017
5. Skýrsla stjórnar fyrir liðið starfsár og umræður um hana.
6. Framlagning ársreikninga, umræða og afgreiðsla.
7. Ákvörðun um hvernig ráðstafa skuli rekstrarafgangi eða bregðast við ef tap verður á rekstri félagsins.
8. Kynning á ákvörðun stjórnar um fjárhæð félagsgjalda, inntökugjalda, þjónustugjalda og annarra gjalda sem ákveðin er af stjórn félagsins samkvæmt samþykktum þess.
9. Ákvörðun gjalds í viðhaldsjóð félagsins.
10. Ákvörðun um framlag til varasjóðs félagsins.
11. Tillögur til breytinga á samþykktum félagsins.
 - a. Tillaga til breytingu á 2. tölul. 16. gr. samþykka félagsins: Lagt er til að eftirfarandi málslið greinarinnar verði breytt: „Hver félagsdeild með með allt að 50 félagsmönnum skal kjósa 2 fulltrúa og síðan 1 fyrir hverja byrjaða 50 félagsmenn deildarinnar umfram það“. Skal málsliðurinn orðast svo eftir breytingar: „Hver félagsdeild með allt að 50 félagsmönnum skal kjósa 4 fulltrúa og síðan 2 fyrir hverja byrjaða 50 félagsmenn deildarinnar umfram það.“
 - b. Tillaga til breytingu á 1. mgr. 14. gr. samþykka félagsins: Lagt er til að eftirfarandi málsgrein verði breytt: „Rétt til að rita félagið og skuldbinda það hafa þrjú (3) stjórnarmenn hið fæsta, formaður eða varaformaður ásamt tveimur (2) meðstjórnendum“. Skal málsgreinin orðast svo eftir breytingar: „Rétt til að rita félagið og skuldbinda það hafa þrjú (3) stjórnarmenn hið fæsta, formaður ásamt tveimur (2) meðstjórnendum“.
12. Kosning formanns til eins árs.
13. Kosning tveggja meðstjórnenda til tveggja ára.
14. Kosning þriggja varamanna í stjórn til eins árs.
15. Ákvörðun um þóknun stjórnarmanna.
16. Kosning löggilts endurskoðanda til eins árs og tveggja skoðunarmanna og eins til vara, alla til eins árs.
17. Kosning þriggja manna kjörnefndar.
18. Önnur mál.

Aðalfundur Búmannna hsf. er opin allum félagsmönnum og eru þeir hvattir til þess að mæta.

Stjórn Búmannna hsf.



Barnaverndarstofa

STARF TEYMISSTJÓRA Í
FJÖLKERFAMEÐFERÐ (MST)

Um er að ræða fullt starf sem felst í daglegri umsjón, faglegri stýringu, einstaklings- og hóphandleiðslu MST þerapista samkvæmt aðferðafræði MST. Teymisstjóri starfar í nánu samráði við aðra sérfræðinga Barnaverndarstofu, einkum sviðsstjóra meðferðar- og fóstursviðs, sem er næsti yfirmaður.

Menntun og reynsla:

- Krafa um sálfræðing með löggildingu eða einstakling með meistarapróf og að lágmarki tveggja ára þjálfun og reynslu af klínískri vinnu, aðra en af störfum í MST, sem að mati Barnaverndarstofu nýtist í starfi.
- Krafa um góða faglega þekkingu og reynslu á frávikum í hegðun og þroska barna og unglinga, sálfræðilegum matsaðferðum og fjölbreyttum aðferðum í meðferðarvinnu með börnum og foreldrum.
- Krafa um góða þekkingu á kenningarlegum bakgrunni aðferða MST.
- Góð enskukunnátta, bæði munnlega og skriflega, er skilyrði.
- Æskilegt er að viðkomandi hafi áður starfað sem MST þerapisti.

Persónulegir eiginleikar:

- Lögð er áhersla á góða samstarfshæfni, sveigjanleika og jákvætt viðhorf til skjólstaðinga og samstarfsaðila.
- Mikilvægt er að búa yfir hæfni til að vinna markmiðatengt og lausnarmiðað.

Við úrvinnslu umsókna um störfin gildir mat Barnaverndarstofu á hæfni og eiginleikum umsækjenda. Launakjör eru samkvæmt kjarasamningi ríkisins og viðkomandi stéttarfélags.

Umsóknarfrestur er til og með 6. júní n.k.

Nánari upplýsingar eru veittar hjá Barnaverndarstofu í síma 530 2600 (www.bvs.is). Umsóknir skulu berast til Barnaverndarstofu, Borgartúni 21, 105 Reykjavík eða á netfangið bvs@bvs.is

Sumargræjur eru betri

TEAC



Afritaðu eða spilaðu vínýl-plötur og kassettur með þessu stórkostlega tæki. CD upptaka og afspilun.

Verð kr.: 55.900,-

TEAC TN-100



Hágæða plötuspilari frá TEAC

Verð kr.: 29.900,-

Skullcandy



25% afsláttur

new NINTENDO 3DS XL



Þessi vinsæla leikjatölva komin aftur. Góð í fríð. Gott úrval leikja.

Nintendo NES classic



TIL AFGREIÐSLU Á MIÐVIKUDAG

TIL AFGREIÐSLU Á MIÐVIKUDAG

Verð kr.: 11.900,-

Pioneer

Hljómtækjastæða



X-EM26-B / Bluetooth stæða / 2x10w

Verð kr.: 25.900,-

Pioneer



25% afsláttur

Pioneer DEH-1900UB



4x50W - 24 stöðva minni - Gott tæki á góðu verði.

Verð kr.: 15.900,-

Pioneer AVH-X2800BT



6,2" WVGA skjár - 4x50W - Bluetooth

Verð kr.: 75.900,-

Pioneer VSX-832-B



Heimabíomagnari 5x130w, Dolby Atmos, Bluetooth

Verð kr.: 69.900,-

ONKYO TX-SR373-B



Heimabíomagnari 5x135w, Bluetooth

Verð kr.: 44.900,-

DIGIHOME



12V tengi fylgir / Með innbyggðum DVD spilara

Verð kr.: 44.900,-

SANGEAN WR-1 silver



Hágæða útlarp með góðum bassahljómi.

Verð kr.: 17.900,-

Nintendo



Verð kr.: 49.900,-

NÝR VEFUR
Netverslun
ORMSSON.IS



Opunartímar:
Virka daga kl. 10-18
Lokað laugardaga í sumar

FYRIR HEIMILIN Í LANDINU

ORMSSON

LÁGMÚLA 8 · SÍMI 530 2800



ORMSSON
Greiðslukjör
Vaxtalaust
í allt að 12 mánuði

ORMSSON KEFLAVÍK SÍMI 421 1535	ORMSSON PRISTUR-ÍSAFIRÐI SÍMI 456 4751	KS SAUBÁRKRÓKI SÍMI 455 4500	SR BYGG SIGLUFIRÐI SÍMI 467 1559	ORMSSON AKUREYRI SÍMI 461 5000	PENNINN HÚSAVÍK SÍMI 464 1515	ORMSSON VÍK -EGILSSTÖÐUM SÍMI 4712038	ORMSSON PAN-NESKAUPSSTAÐ SÍMI 477 1900	ORMSSON ÁRVIRKINN-SELFOSSI SÍMI 480 1160	GEISLI VESTMANNAEYJUM SÍMI 481 3333	TÆKNIBORG BORGARNESI SÍMI 422 2211	OMNIS AKRANESI SÍMI 433 0300	BLÓMSTURVELLIR HELLISSANDI SÍMI 436 6655
-----------------------------------	---	---------------------------------	-------------------------------------	-----------------------------------	----------------------------------	--	---	---	--	---------------------------------------	---------------------------------	---

TÍMAMÓT

Merkisatburðir

1949 Þýskaland skiptist formlega í Vestur-Þýskaland og Austur-Þýskaland.

1965 Danir samþykkja að afhenda íslensku handritin, sem lengi voru bitbein þjóðanna.

1985 Stefna Íslendinga í afvopnunarmálum er staðfest á Alþingi: Á Íslandi verða ekki staðsett kjarnorkuvopn.

1987 Hannes Hlífar Stefánsson verður heimsmeistari sveina í skák, 14 ára gamall.

1996 Sviinn Göran Kropp nær toppi Everestfjalls án súrefnihjálpartækja eftir að hafa hjólað að fjallinu frá Svíþjóð.

2003 Íslenska alþjóðabjörgunarsveitin fer út til Alsir til rústa-björgunar eftir að þar varð jarðskjálfti 6,7 á Richter.

Streitumeðferð verðlaunuð

Heilsustofnunin í Hveragerði hlaut nýsköpunarverðlaun evrópsku heilsulindarsamtakanna fyrir þróun á streitumeðferð. Margrét Grímsdóttir hjúkrunarforstjóri tók við þeim.

Það var rosalega gaman í Róm. Þar var alfundur hjá evrópsku heilsulindarsamtökunum ESPA 11. maí, mikil hátíðardagskrá og við fengum þar nýsköpunarverðlaunin Innovative Health Spa Program fyrir þróun á streitumeðferð," segir Margrét Grímsdóttir, hjúkrunarforstjóri á Heilsustofnun NLFÍ í Hveragerði, sem veitti verðlaununum viðtöku.

Þetta er í þriðja sinn sem stofnunin hlýtur þessi verðlaun og það vekur athygli hinna stærri þjóða enda segir Margrét marga spyrja: „Hvað eruð þið að gera þarna á litla Íslandi?“

Margrét segir þeim fjöla stöðugt sem komi á Heilsustofnunina með alvarleg streitueinkenni eða kulnun í starfi og lífinu almennt. Þau lýsi sér meðal annars með kvíða, spennuhöfuðverk, vöðva-bólgu, lystarleysi og skapsveiflum. En hvað gerir hún og hennar samstarfsfólk til að bægia þessari vanlíðan frá?

„Sérstaða okkar er sú að fólk dvelur hér í fjögurra til fimm vikna meðferð. Við vinnum heildrænt með alla þá þætti sem hrjá manneskjuna, áhersla er á hreyfingu, fræðslu, viðtöl við félagsfræðinga, sálfræðinga, hjúkrunarfræðinga og lækna og mataræðið er tekið í gegn. Fólk stokkar líf sitt upp og getur aftur tekið stjórn á lífi og líðan til þess að halda áfram að sinna sínu.“ gun@frettabladid.is



Margrét kampakát með verðlaunin sem hún tók við í Róm.



Þökkum innilega samúð og vináttu vegna andláts og útfarar

Þorsteins Kolbeins

bifreiðarstjóra,
Dunhaga 17.

Sérstakar þakkir fá heimahjúkrun og starfsfólk á dvalar- og hjúkrunarheimilinu Grund fyrir hlýja og góða umönnun.

Fyrir hönd aðstandenda,
Rósa Þorláksdóttir



Ástkær eigenmaður minn, faðir okkar, tengdafaðir og afi,

Guðmundur M. Guðmundsson

fv. aðstoðaryfirlögregluþjónn,
Bláskógum 8, Reykjavík,

lést á Landspítalanum 16. maí.
Útförin fer fram frá Fossvogskirkju
miðvikudaginn 24. maí kl. 13.

Guðrún Jónsdóttir

Magnús Fjalar Guðmundsson Bryndís Friðriksdóttir
Fjölínir Guðmundsson Trine Houmøller
Erna Guðmundsdóttir Halldór Magnússon
og barnabörn.



Innilegar þakkir til allra sem sýndu okkur samúð og hlýhug við andlát og útför elskulegs bróður okkar,

Guðjóns S. Þorvaldssonar

bifvélavirkjameistara,
Hraunbæ 170,

og sérstakar þakkir til starfsfólks á deild 11G á Landspítala við Hringbraut.

Hulda Þorvaldsdóttir
Ragnar V. Þorvaldsson
Jóhann H. Þorvaldsson



Móðir okkar,

Sigríður Ingimundardóttir

lést föstudaginn 12. maí.
Jarðarförin fór fram í kyrrþey.

Fyrir hönd fjölskyldna okkar,
Inga Arndís Ólafsdóttir
Sigríður Ólafsdóttir
Tryggvi Ólafsson
Auður A. Ólafsdóttir
Hildur Ólafsdóttir

Meirgættu, hlýja og virðing *Við andlát ástvinar*



Ísleifur Jónsson Steinunn Magnúsdóttir
Útfararstjóri Útfararþjónusta
Farsími 821 5353 Farsími 861 3441

Álfheimum 35, 104 Reykjavík
Sími 553 5353 og 821 5353
www.usr.is
isleifur@usr.is
Þjónusta allan sólarhringinn



Við erum til staðar þegar þú þarft á okkur að halda

Elín Sigrún Jónsdóttir,
lögfræðingur



Hinsti vilji

Hver er vilji þinn varðandi skipulag og fyrirkomulag útfarar, þ.e. hinsti vilji. Við bjóðum þér til samtals um það sem er þér mikilvægast við lífslok þín. Viljayfirlýsing þín verður eftirlifendum mikilvægt leiðarljós. Samtalið og varðveisla upplýsinga er þér að kostnaðarlausu.

Útfararstofa kirkjugarðanna
Útfarar- og lögfræðiþjónusta

Vesturhlíð 2 Fossvogi | Sími 551 1266 | utfor.is



Innilegar þakkir fyrir auðsýnda samúð og hlýhug vegna andláts ástkærrar móður okkar, tengdamóður og ömmu,

Kristínar Margrétar Guðmundsdóttur

Lindarbraut 10, Seltjarnarnesi.

Sérstakar þakkir til starfsfólks á lungnadeild A6 á Landspítala Fossvogi fyrir hlýja og góða umönnun.

Auður Pétursdóttir Margrét Lilja Magnúsdóttir
Jóhann Pétursson Baldvin Búi Wernersson
Brynja Pétursdóttir



Elsku mamma, tengdamamma, amma og langamma,

Elísabet (Elsa) Jónsdóttir

Sléttuvegi 51,

lést á hjúkrunarheimilinu Eir
sunnudaginn 7. maí.

Útför hennar fer fram frá Grensáskirkju
í dag, þriðjudaginn 23. maí, kl. 15.00.

Jón Óskar Carlsson Fjóla Rún Rúnarsdóttir
Anna S. Carlsdóttir Jón A. Ágústsson
Pétur Á. Carlsson Kristín Sveinsdóttir
barnabörn og barnabarnabörn.



Eiginmaður minn, faðir okkar, tengdafaðir, afi, sonur og bróðir,

Pálmar Þorgeirsson

á Flúðum,

lést á heimili sínu, laugardaginn
20. maí 2017. Útför hans fer fram
í Skálholtskirkju, laugardaginn
27. maí 2017, kl. 15.00.

Ragnhildur Þórarinsdóttir
Lára Bryndís Pálmarssdóttir Bragi Þór Gíslason
Rúnar Pálmarsson Tinna Rúnarsdóttir
Svavar Geir Pálmarsson
barnabörn
Svava Pálsdóttir og systkini hins látna.



Ástkær móðir okkar, tengdamóðir og amma,

Guðmunda Árnadóttir

Skipasundi 64,
Reykjavík,

andaðist á Landspítalanum
13. maí. Útförin fer fram frá Áskirkju
miðvikudaginn 24. maí kl. 11.00.

Ingiríður Oddsdóttir Óli Pétur Friðþjófsson
Þórunn Oddsdóttir Örn Ottesen Hauksson
Davíð Atli Oddsson Ingigerður Friðriksdóttir
Hjörtur Oddsson Guðrún Þórisdóttir
Eygló Íris Oddsdóttir Hannes Sampsted
Dagný Oddsdóttir Jónas Hjartarson
og barnabörn.

HBO



ROBERT DE NIRO

MICHELLE PFEIFFER

THE WIZARD

of LIES

27. MAÍ



MARGFALT SKEMMTILEGRI

1817

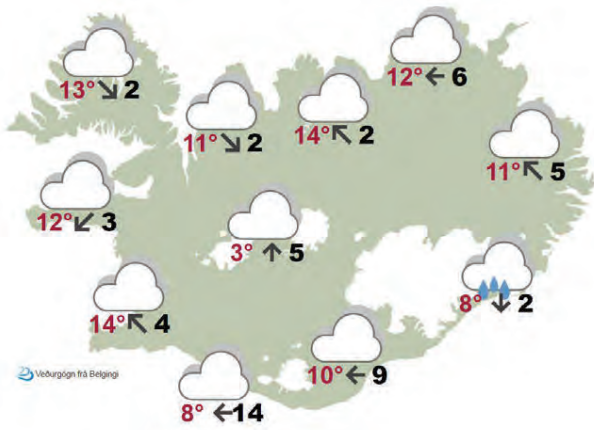
365.IS

365

VEÐUR, MYNDASÖGUR & ÞRAUTIR

Þriðjudagur

Suðaustan kaldi og skúrir eða dálítill rigning, og þá einkum suðaustanlands en úrkomulítið norðaustantil. Hiti 8 til 17 stig, hlýjast norðaustanlands.



Miðvikudagur

Reykjavík 8° ↖ 6	Ísafjörður 7° ← 7	Akureyri 8° ↓ 4
Egilsstaðir 11° ↓ 7	Kirkjubæjarkl. 9° ↖ 3	Hveravellir 4° ↑ 5

Fimmtudagur

Reykjavík 9° ↖ 11	Ísafjörður 7° ↖ 5	Akureyri 10° ← 1
Egilsstaðir 9° ↖ 8	Kirkjubæjarkl. 7° ← 5	Hveravellir 5° ↑ 11

LÉTT

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

MIDLUNGS

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

PUNG

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

Krossgáta

- LÁRÉTT**
- hermaður
 - kringum
 - örósending
 - andi
 - í röð
 - krapi
 - uppgæðarveiki
 - kyrrð
 - fiskur
 - mjaka
 - samtök
 - túttá

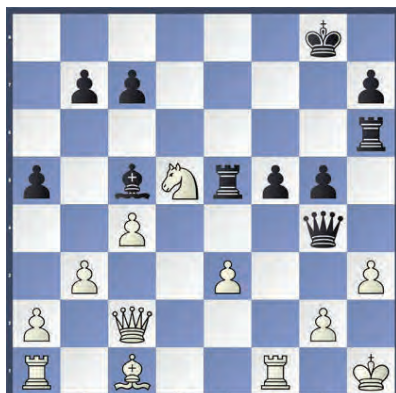
- LÓÐRÉTT**
- þei
 - í röð
 - hlutavelta
 - fag
 - málshöfðun
 - yfirbreiðsla
 - augnhár
 - áætlun
 - flan
 - tvíhljóði

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

LÁRÉTT: 2. dattí, 6. um, 8. boð, 9. sál, 11. mn, 12. slabb, 14. sköpp, 16. rú, 17. áll, 18. aka, 20. aa, 21. snúð. LÓÐRÉTT: 1. sús, 5. að, 4. tömbóla, 5. ón, 7. ml-
sökn, 10. lak, 13. þra, 15. plan, 16. ras, 19. au.

Skák Gunnar Björnsson

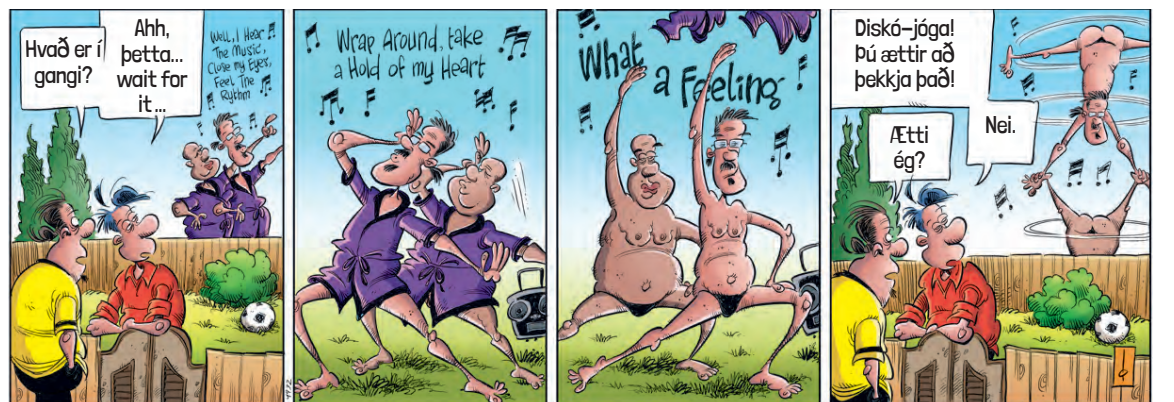
Héðinn Steingrímsson (2.562) átti leik gegn Birni Þorfinnssyni (2.407) á Íslandsmótinu í skák í Hafnarfirði. Hvítur á leik 21. Rf6+! Hxf6 22. hgx4. Ungu mennirnir Dagur Ragnarsson, Bárður Örn Birkisson og Vignir Vatnar Stefánsson byrjuðu allir vel með góðum jafnteflum. Sigur Héðins var eina sigurskákinn í fyrstu umferð. Fridagur er í dag. www.skak.is: Allt um Íslands-mótið.



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

Þrautin felst í því að fylla út í reitina þannig að í hverjum 3x3 reit birtist tölurnar 1-9. Í hverri nju 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.

Pondus



Eftir Frode Øverli

Geljan



Eftir Jerry Scott & Jim Borgman

Barnalán



Eftir Jerry Scott & Rick Kirkman

La Sportiva Mix

Verð: 19.500 kr.



La Sportiva Mix eru sérstaklega þægilegir skór sem hannaðir eru með margra klukku-stunda notkun í huga. Tæknilegir og góðir skór fyrir almenna útivist og léttar göngur sem henta ekki síður á götum borgarinnar.

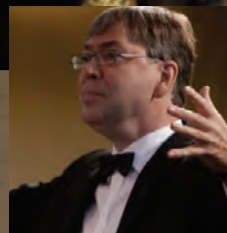
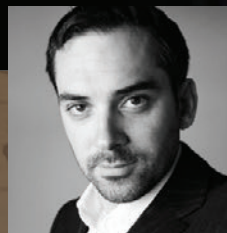
La Sportiva skórnir fást hjá 66°Norður.

lasportiva.is



J.S. BACH
**MESSA
Í H-MOLL**

Í HALLGRÍMSKIRKJU 10. OG 11. JÚNÍ 2017 KL. 17



HÁTÍÐARTÓNLEIKAR Í TILEFNI AF 35 ÁRA AFMÆLI MÓTETTUKÓRSINS

H-moll messan er eitt af mögnuðustu stórvirkjum tónlistarsögunnar og ávallt mikill viðburður þegar verkið er flutt á tónleikum. Verkið gerir afar miklar kröfur til kórsöngvara enda fullt af glæsilegum og fjölbreyttum kórköflum sem félagar Mótettukórsins njóta þess að glíma við á ný, en síðasti flutningur kórsins á messunni fyrir réttum áratug fékk fimmstjörnu dóma.

FLYTJENDUR:

Mótettukór Hallgrímskirkju
Hannah Morrison sópran
Alex Potter kontratenór
Elmar Gilbertsson tenór
Oddur Arnþór Jónsson barítón
Alþjóðlega barokkhljómsveitin í Hallgrímskirkju
Stjórnandi: Hörður Áskelsson



Miðasala í Hallgrímskirkju sími 510 1000 og á midi.is - miðaverð 9.500 fyrir úrvalssæti og 5.900 fyrir almenn sæti.

Nýjar og gamlar framtíðarhugmyndir

Sýningin Borgarveran verður opnuð í Norræna húsinu á morgun. Þar birtast hugmyndir um borgina í módelum og teikningum sem eru sett í samhengi við valin verk samtímahönnuða og myndlistarmanna.

Gunnþóra Gunnarsdóttir
gun@frettabladid.is



Hér er horft til framtíðar með reynslu fortíðarinnar í fartheskinu. Borgin er alltaf í móttun og það er áhugavert að skoða bæði nýjar og gamlar framtíðarhugmyndir,“ segir Anna María Bogadóttir arkitekt sem stjórnar uppsetningu sýningar á kjallara Norræna hússins. Sú nefnist Borgarveran og verður opnuð klukkan fimm á morgun, miðvikudag. Á sýningunni eru gripir, módel, skissur, tæki og teikningar sem tengjast beislun vatns og orku og þeim ýmsu kerfum sem tilheyra borgarskipulagi, bæði ofan jarðar og neðan. Framsýnar hugmyndir frá upphafi 20. aldar, sem margar hverjar komu til framkvæmda í einhverri mynd. En sjónum er ekki aðeins beint að manngerðum innviðum borgarinnar heldur líka náttúrulegum enda fléttast þeir saman.

„Hér erum við með gamalt módel af byggingu milli hitaveitutankanna í Öskjuhlíð sem Eiríkur Einarsson og



Nokkrir sýningargripir. Tveir þeir næstu tengjast Nauthólsvíkinni, í flöskunni er fyrsta hitaveituvatnið frá Nesjavöllum og fjærst er módel frá 1951 af byggingu milli hitaveitutankanna í Öskjuhlíð.

FRÉTTABLAÐIÐ/
EYÞÓR

TEXTI AF SÝNINGARSPJALDI

Upphituð og upplýst hús, lokuð skólperki og ótakmarkað aðgengi að hreinu vatni voru eitt sinn bara hugmyndir.

Afurð framsækinna hugmynda síðustu aldar liggur nú undir fótum okkar í margbrotnum kerfum þangað sem hugarinn leitast sjaldan.

20. öldin fæddi einnig af sér

samgöngukerfi, hraðbrautir, umferðarljós og bílastæði sem þekja nú meira yfirborð en öll hús í Reykjavík og hindra eðlilega hringrás vatns.

Hugmyndir fara í hringi líkt og vatnið sem er og verður forsenda lífs. Framtíð borgarverunnar veitur því enn sem fyrr á skynsamlegri nýtingu vatns, ljóss og hita.

Sigurður Guðmundsson gerðu 1951. Þar er veitingastaður í miðjunni. En Perlan sem við þekkjum í dag reis fjöruári árum seinna, Ingimundur Sveinsson er arkitekt að henni,“ útskýrir Anna María.

Samtímahönnuðir og myndlistarmenn leggja sitt af mörkum. Einn þeirra er Ragnar Kjartansson.

„Við erum með skissu af verki eftir Ragnar, það er stórt umhverfislitaverk sem hann vann fyrir flugvöllinn



Anna María Bogadóttir sýningarstjóri í hálfkláruðu Airbnb-herbergi.

í Bergen og verður væntanlega sett þar upp á næsta ári. Það vísar í ímynd borga nútímans og ímynd borgara nútímans,“ útskýrir Anna María.

„Reykjavík er þungamiðja sýningarinnar en sýningin fjallar samt almennt um hvernig borgir verða til, hvernig við mannfólkið mótum borgirnar og borgirnar móta okkur. Það er víðfeðmt efni og vonandi spennandi fyrir fólk að skoða.“

Sýningin Borgarveran stendur fram á haust. Samhliða henni stendur Norræna húsið fyrir fjölbreyttri viðburðadagskrá um arkitektúr og skipulagsmál. Sýningin og dagskráin byggja á samstarfi við fjölmarga, meðal annars Listaháskóla Íslands, Nordic Built Cities, Reykjavíkurborg og Skipulagstofnun.

Himingeimurinn og hliðarheimar ástarinnar

LEIKHÚS

Í samhengi við stjórnurnar

★★★★★

eftir Nick Payne

Tjarnarbió

Leikhópurinn Lakehouse

Leikarar: Hilmir Jensson og Birgitta Birgisdóttir

Leikstjóri og þýðandi: Árni Kristjánsson

Leikmynd og búningar: Þórunn María Jónsdóttir

Tónlist og hljóð: Harpa Fönn Sigurjónsdóttir

Ljósahönnun: Hafliði Emil Barðason

Líf mannverunnar snýst oftast en ekki um spurninguna „hvað ef?“. Hvað ef ég hefði ekki hitt þessa manneskju? Hvað ef ég hefði sagt eitthvað annað? Hvað ef ég hefði keypt þennan flugmiða? Í samhengi við stjórnurnar er tiltölulega nýtt verðlaunaleikrit eftir enska leikskáldið Nick Payne og hafa sýningar þess fengið góðar viðtökur bæði í London og í New York. Hinn nýstofnaði leikhópur Lakehouse sýnir nú leikverkið í Tjarnarbió þar sem ástin og örlögin eru krufin með

hjálp stjarnæðlisfræðinnar og hugmynda um býflugnaræktun.

Árni Kristjánsson lauk námi í leikstjórn við Bristol Old Vic á síðastliðnu ári og því ber að fagna enda er mikil þörf á ungum háskólamenntuðum leikstjórum hér á landi. Einnig þýðir hann verkið og tekst vel til þó að hann detti stundum í formlegheit. Aftur á móti snýr hann skemmtilega upp á upprunalegan titil verksins og er hans titill jafnvel betri.

Í samhengi við stjórnurnar er krefjandi verkefni fyrir hvaða leikstjóra sem er enda er verkið snarpt, sýningin er einungis rúmur klukkutími og hefur að geyma fjölmarga tilfinningalega fleti. Verkið fjallar í grunninn um tilhugalíf Maríu og Ragnars en leikskáldið snýr upp á þetta hefðbundna efni með uppbrotum í tíma, endurtekningum og óvæntum efnistöfum. Árni tekur þá stórgóðu ákvörðun, í samvinnu við Þórunni Maríu Jónsdóttur sem hannar bæði leikmynd og búninga, að loka fyrir efri hluta Tjarnarbiós með svörtum tjöldum og láta áhorfendur sitja í kringum sviðið. Þannig myndast áhrifarík nánd bæði við persónur verksins og aðra áhorfendur.



Samvinna Hilmis og Birgittu er bæði næm og áhrifarík. Daðurdans þeirra er jarðtengdur og tilfinningaríkur, kryddaður með finum kómískum tíma-setningum, segir í dómnum.

Áskorun leikaranna er ekki minni en þau Hilmir Jensson og Birgitta Birgisdóttir hafa nánast enga leikmynd til að styðjast við, bara textann og hvort annað. Einnig þurfa þau að nálgast senur verksins frá gríðarlega mörgum sjónarhornum, oft á mjög stuttum tíma, enda eru mörg atriði endurtekin og krufin nánast í frumeindir. Samvinna

Hilmis og Birgittu er bæði næm og áhrifarík. Daðurdans þeirra er jarðtengdur og tilfinningaríkur, kryddaður með finum kómískum tíma-setningum.

Eins og áður sagði hannar Þórunn María Jónsdóttir bæði leikmynd og búninga en þar ræður naumhyggjan ríkjum. Nálgun hennar er abstrakt og einföld sem þjónar sýningunni

einstaklega vel í alla staði. Hafliði Emil Barðason lýsir þetta tómarúm af mikilli yfirvegum en ljóshönnun hans er ein sú besta sem sést hefur á þessu leikári. Hér er öllu tjaldað til án þess að vera yfirþyrmandi. Ljóstírnar birtast úr öllum áttum, gefa sýningunni dularfullan blæ og brjóta upp atriði á eftirminnilegan hátt. Um tónlist og hljóð sér Harpa Fönn Sigurjónsdóttir og í heildina er hún hin finasta, fingerð og lipur. Hún stólar ekki á endurtekin stef heldur skapar víðfeðman og víðkvæman hljóðheim, þó er eitt lag undir lok sýningarinnar sem er á skjön við undirliggjandi tilfinningar atriðsains.

Ekki eru nema þrjár sýningar eftir af Í samhengi við stjórnurnar, að minnsta kosti á þessu leikári, og áhorfendur eru hvattir til að mæta í Tjarnarbió.

Fyrsta sýning leikhópsins Lakehouse lofar svo sannarlega góðu og verður spennandi að sjá hvað framtíðin, allavega ein útgáfa af henni, ber í skauti sér. **Sigríður Jónsdóttir**

NIÐURSTAÐA: Sterk heildarmynd og næmur leikur skilar sér í angurværrí sýningu.



Sumartilboð Neyslugeymar

Allar
gerðir
á kr.

19.900

Meðan birgðir endast

Neyslugeymar í
Fellihýsi
Hjólhýsi
Húsbíla



 **Stilling**
Allt fyrir bílinn

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

Coca-Cola BÍÓ
á þriðjudögum í Laugarásbíó

750 kr.
á allar myndir nema íslenskar

FRÍ ÁFYLLING Á GOSI Í HLEI

LAUGARÁS BÍÓ



ALIEN SYND KL. 8, 10, 20

ÉG MAN ÞIG SYND KL. 5.30, 8, 10.30

Heiða SYND KL. 5.30

SNATCHED SYND KL. 8

GUARDIANS OF THE GALAXY SYND KL. 10

STUPUR STÓRI SYND KL. 5.30

SAMBÍÓIÐ SAMBÍO.IS

Frá Guy Ritchie, leikstjóra Sherlock Holmes myndanna

KAUPTU BÍÓMIÐANN Í SAMBÍO APPINU

king arthur
LEGEND OF THE SWORD
"King Arthur: Legend of the Sword is a must-see film for everyone!"
CELEBMIX.COM

Frábær teiknimynd fyrir alla fjölskylduna

SPARK
A SPACE TAIL
Sýnd með íslensku tali

Frábær grínmynd

ALIEN: COVENANT
Frábær grínmynd og færðu A Few Best Men Death at a Funeral

ALIEN: COVENANT
C O V E N A N T

SNATCHED
Frábær grínmynd

ALFABAKKA

A FEW LESS MEN	KL. 5:30 - 8 - 10:10
KING ARTHUR 2D	KL. 5:20 - 8 - 10:40
KING ARTHUR 2D VIP	KL. 8 - 10:40
SPARK ISL TAL	KL. 5:50
SNATCHED	KL. 8 - 10:10
GUARDIANS OF THE GALAXY 2D	KL. 5:10 - 8 - 10:50
GUARDIANS OF THE GALAXY 2D VIP	KL. 5:10
FAST AND FURIOUS 8	KL. 10:10
GOING IN STYLE	KL. 8
BEAUTY AND THE BEAST 2D	KL. 5:30

EGILSHÖLL

A FEW LESS MEN	KL. 5:30 - 10:35
ALIEN: COVENANT	KL. 5:20 - 8 - 10
KING ARTHUR 2D	KL. 5:20 - 8 - 10:35
GUARDIANS OF THE GALAXY 2D	KL. 7:40 - 10:30

KEFLAVÍK

A FEW LESS MEN	KL. 8
ALIEN: COVENANT	KL. 8 - 10:40
KING ARTHUR 2D	KL. 10:10
SPARK ISL TAL	KL. 5:50
GUARDIANS OF THE GALAXY 2D	KL. 5:10

KRINGLUNNI NÚMÉRÚÐ SÆTI

KING ARTHUR 3D	KL. 5:20 - 8 - 10:40
SPARK ISL TAL	KL. 5:50
GUARDIANS OF THE GALAXY 2D	KL. 6 - 9
GUARDIANS OF THE GALAXY 3D	KL. 8 - 10:50

AKUREYRI

A FEW LESS MEN	KL. 8
KING ARTHUR 2D	KL. 10:50
KING ARTHUR 3D	KL. 10:05
SPARK ISL TAL	KL. 6
GUARDIANS OF THE GALAXY 2D	KL. 5:10 - 8

GUARDIANS OF THE GALAXY VOL. 2
PEPSIBÍÓ - 50% AF MIÐANUM

Góða skemmtun í bíó

Parftu að ráða?
Iðnaðarmann
Bílstjóra
Bifvélavirkja
Þjónustufólk
Öryggisvörð
Lagerstarfsmann
Matreiðslumann

elja
Starfsmannþjónusta

Láttu okkur ráða

Elja starfsmannþjónusta 4 150 140 elja.is ELJA@ELJA.IS

**Hvað?
Hvenær?
Hvar?**
Þriðjudagur

hvar@frettabladid.is

23. MAÍ 2017

Tónlist

Hvað? Blue Flower
Hvenær? 20.00
Hvar? Frikirkjan í Reykjavík
Kvennahljómsveitin Blue Flower frá Balkanskaga leikur hugleiðslu-tónlist eftir Sri Chinmoy í Frikirkjunni. Hljómsveitina skipa ellefu konur sem hafa leikið víða um heim sl. 20 ár. Aðgangur er ókeypis.

Hvað? Ibsen kvartettinn
Hvenær? 20.30
Hvar? Kex hostel, Skúlagötu
Ibsen kvartettinn kemur fram á djasskvöldi Kex hostels. Kári Árnason Ibsen leikur á trommur, Snorri Sigurðarson á trompet, Andrés Þór Gunnlaugsson á gítar, og Þorgrímur Jónsson á kontrabassa. Hljómsveitin flytur djassstandarda og frumsamið efni eftir Kára.

Viðburðir

Hvað? Hollráð í matjurtagarðinum
Hvenær? 17.00
Hvar? Grasagarðurinn Laugardal
Í dag á milli kl. 17-19 býðst gestum og gangandi að fræðast um sáningu, útplöntun og umhirðu krydd- og matjurta auk þess sem farið verður yfir ráðleggingar varðandi smádyrin í matjurtagarðinum. Sérstök áhersla verður á kartöflur en Grasagarður Reykjavíkur tekur þetta sumarið þátt í mjög spennandi verkefni með sáðkartöflur. Garðyrkjufraeðingar Grasagarðsins og félagar í matjurtaklúbbi Garðyrkjufélags Íslands sjá um fræðsluna.



Gestir og gangandi geta fengið hollráð í Grasagarðinum í dag.

Hvað? Sýning verður til: Ísland í heiminum, heimurinn í Íslandi
Hvenær? 12.00
Hvar? Þjóðminjasafnið
Í dag kl. 12 flytur Anna Lís Rúnarsdóttir erindi í fyrirlestrasal Þjóðminjasafnsins. Anna Lís fjallar um tilurð sýningarinnar Ísland í heiminum, heimurinn í Íslandi sem nú stendur yfir í Bogasal.

Hvað? Uppskeruhátíð meistaranema í náms- og starfsráðgjöf
Hvenær? 13.00
Hvar? Háskóli Íslands, Stakkahlíð
Framvinna á starfsferli – stuðningur og hindranir er yfirskrift uppskeruhátíðar meistaranema í náms- og starfsráðgjöf sem haldin er á vegum námsbrautar í náms- og starfsráðgjöf við félags- og mannvísindadeild HÍ og Félags náms- og starfsráðgjafa (FNS). Málstofunum verður streymt til þeirra sem eiga ekki heimangengt.

Hvað? Rakarastofuviðburður
Hvenær? 09.00
Hvar? Norræna húsið
Pallborðsumræður munu taka á jafnrétti, kynbundnu ofbeldi og mansali. Í vinnustofum skoða þátttakendur jafnréttismál frá nýju sjónarhorni sem mun nýttast þeim í leik og starfi. Klas Hyllander,

sænskur sérfræðingur í málefnum karla og jafnréttis, mun stýra viðburðinum.

Hvað? Opni háskólinn í HR: Kynningarfundur
Hvenær? 09.00
Hvar? Háskólanum í Reykjavík
Kynningarfundur lengri námslína Opna háskólans í HR verða haldnir í dag frá kl. 9-12 í Háskólanum í Reykjavík. Verkefnastjórar fara stuttlega yfir námskipulag og kennarar eða nemendur miðla af reynslu sinni. Boðið verður upp á léttar veitingar.

Hvað? Doktorsvörn Kristjáns Ketils Stefánssonar á menntavísindasviði
Hvenær? 09.30
Hvar? Háskóli Íslands, Aðalbygging
Kristján Ketill Stefánsson ver doktorsritgerð sína í menntavísindum við uppeldis- og menntunarfræðideild og sálfræðideild Háskóla Íslands: „School engagement and intentional self-regulation: A reciprocal relation in adolescence“, á íslensku „Virki þátttaka í skólastarfi og sjálfstjórnun: Gagnvirkt samband á unglingsárum.“

MARGIT BRANDT COPENHAGEN

DRANELLA

PULZ JEANS

MOMO
TÍSKUVÖRUVERSLUN

Garðatorgi 1 | www.momo.is | S: 588-2880

BIO PARADIS HAPPY HOUR Á BARNUM 17-19

Everybody... Wants Some!!..... 17:45, 20:00
A Nýjum Stað..... 18:00
Hjartasteinn..... 17:30
La La Land..... 20:00
Mýrin..... 20:00
Genius..... 22:15
The Shack..... 22:30
Hrútar..... 22:30

THE SHACK



Anna Lís Rúnarsdóttir fjallar um tilurð sýningarinnar Ísland í heiminum, heimurinn í Íslandi, sem nú stendur yfir í Bogasal Þjóðminjasafnsins.



365 ÁSKRIFTIN FYLGIÐ ÞÉR

Með sjónvarpsáskrift hjá 365 getur þú horft á uppáhaldssjónvarpsefnið þitt, hvar og hvenær sem er – því áskriftin fylgir þér. Þú þarft ekki að missa af neinu, þú getur notið línulegrar dagskrár allra sjónvarpsstöðva, tímaflakks, Frelsis og Stöð 2 Marapón NOW í snjallsíma, spjaldtölvu, Apple TV og í vafra.



DAGSKRÁ

Þriðjudagur



ÚT UM VÍÐAN VÖLL
MED LOGA BERGMANN

Í þessum glænýja og hressandi þætti fer Logi Bergmann á flakk um gullfallega golfvelli með landspekkum gestum. Það er engin önnur en athafnakonan Svava Johansen sem tekur sveifluna á Thracian Cliffs golfvöllinum í Búlgaríu í þessum þætti.

ÞRÆLGOTT
ÞRIÐJUDAGSKVÖLD

Fáðu þér áskrift á **365.is**

STÖÐ 2

07.00 The Simpsons
07.20 Teen Titans Go
07.45 The Middle
08.10 Mike and Molly
08.35 Ellen
09.15 Bold and the Beautiful
09.35 The Doctors
10.15 White Collar
11.05 Suits
11.50 Mr Selfridge
12.35 Nágrannar
13.00 Britain's Got Talent
13.55 Britain's Got Talent
14.55 Britain's Got Talent
15.50 Britain's Got Talent
16.55 Bold and the Beautiful
17.20 Nágrannar
17.45 Ellen
18.30 Fréttir Stöðvar 2
18.55 Íþróttir
19.05 Fréttir Stöðvar 2
19.20 Last Week Tonight With John Oliver
19.50 Út um víðan völl
20.25 Modern Family
20.50 Blindspot
21.35 Outsiders
22.25 Rock and a Hard Place Heimildarmynd frá HBO, gerð fyrir á þessu ári. Eftir að fangar fara aftur út í samfélagið lenda sjö af hverjum tíu aftur á bak við lás og slá innan þriggja ára. Leikarinn Dwayne Johnson á sakaferil að baki en sneri við blaðinu. Nú hjálpar hann föngum á fordæmalausán hátt.
23.50 Grey's Anatomy
00.35 Bones
01.20 Queen Sugar
02.05 StartUp
02.50 Containment
03.15 Justified
04.00 Sunlight Jr.
05.35 You're The Worst

STÖÐ 2 SPORT

07.10 Pepsideild karla- Valur og KR
08.50 Pepsímörkin 2017
10.10 Meistaradeild Evrópu - fréttabáttur 2016/2017
10.35 Spænsku mörkin 2016/2017
11.05 Chelsea - Sunderland
12.45 Watford - Manchester City
14.25 Messan
15.55 Pepsideild karla- Valur og KR
17.35 Síðustu 20
17.55 NBA 2016/2017 - San Antonio Spurs og Golden State Warriors
19.45 Premier League Review 2016/2017
20.40 Þýsku mörkin 2016/2017
21.10 Hoffenheim - Augsburg
22.50 Borussia Dortmund - Werder Bremen
00.30 NBA 2016/2017 - Cleveland Cavaliers og Boston Celtics

STÖÐ 2 SPORT 2

07.00 NBA 2016/2017 - San Antonio Spurs og Golden State Warriors
08.50 Swansea City - WBA
10.30 Manchester United - Crystal Palace
12.10 Hull City - Tottenham Hotspur
13.50 Pepsideild kvk- KR og Þór/KA
15.30 Pepsímörk kvenna 2017
16.30 1 á 1
16.55 Pepsideild karla- Stjarnan og KA
18.35 Pepsideild karla - Vikingur Reykjavík og Breiðablik
20.15 Pepsímörkin 2017
21.35 NBA 2016/2017 - Cleveland Cavaliers og Boston Celtics
23.20 Premier League Review 2016/2017
00.15 Evrópudeildin - fréttabáttur

ÚTVARP

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

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

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

FM 98,9 Bylgjan
FM 99,4 Útvarp Saga
FM 100,5 K100

FM 102,9 Lindin

STÖÐ 3

17.30 Mike & Molly
17.50 2 Broke Girls
18.15 Anger Management
18.40 Modern Family
19.05 Fóstbræður
19.35 Mayday
20.20 Last Man On Earth
20.45 The Americans
21.30 Salem
22.20 The Wire
23.20 Fóstbræður
23.45 Mayday
00.30 Last Man On Earth
00.55 The Americans
01.35 Salem
02.20 Tónlist

KRAKKASTÖÐIN

07.00 Dóra könnuður
07.24 Mörgæsirnar frá Madagaskar
07.47 Doddi litli og Eyrnastór
08.00 Áfram Diego, áfram!
08.24 Svampur Sveinsson
08.49 Lalli
08.55 Rasmus Klumpur og félagar
09.00 Strumparnir
09.25 Hvellur keppnisbill
09.37 Ævintýraferðin
09.49 Gulla og grænjaxlarnir
10.00 Vikingurinn Viggó
10.11 Zigby
10.25 Stóri og litli
10.38 Latibær
11.00 Dóra könnuður
11.24 Mörgæsirnar frá Madagaskar
11.47 Doddi litli og Eyrnastór
12.00 Áfram Diego, áfram!
12.24 Svampur Sveinsson
12.49 Lalli
12.55 Rasmus Klumpur og félagar
13.00 Strumparnir
13.25 Hvellur keppnisbill
13.37 Ævintýraferðin
13.49 Gulla og grænjaxlarnir
14.00 Vikingurinn Viggó
14.11 Zigby
14.25 Stóri og litli
14.38 Latibær
15.00 Dóra könnuður
15.24 Mörgæsirnar frá Madagaskar
15.47 Doddi litli og Eyrnastór
16.00 Áfram Diego, áfram!
16.24 Svampur Sveinsson
16.49 Lalli
16.55 Rasmus Klumpur og félagar
17.00 Strumparnir
17.25 Hvellur keppnisbill
17.37 Ævintýraferðin
17.49 Gulla og grænjaxlarnir
18.00 Vikingurinn Viggó
18.11 Zigby
18.25 Stóri og litli
18.38 Latibær



Doddli litli og Eyrnastór kl. 07.47, 11.47 og 15.47

GOLFSTÖÐIN

08.00 Kingsmill Championship
10.00 Golfing World 2017
10.50 Kingsmill Championship
12.50 AT&T Byron Nelson
15.50 Golfing World 2017
16.40 AT&T Byron Nelson
19.40 Golfing World 2017
20.30 AT&T Byron Nelson

BÍÓSTÖÐIN

10.50 Make Your Move
12.40 Miracles From Heaven
14.30 Pan
16.20 Make Your Move
18.15 Miracles From Heaven
20.05 Pan
22.00 Sherlock Holmes Létt og spennandi glæpamynd með Robert Downey Jr. sem leikur spæjarann Holmes og Jude Law fer með hlutverk aðstoðarmannsins Watsons, sem er læknir og fyrrverandi hermaður og hefur oft komið Holmes úr klípu. Rachel McAdams leikur Irene Adler, stórhættulegan kvenspæjara frá New Jersey sem gefur Holmes ekkert eftir í gáfum og snilli. Hún neyðist til að leita til Holmes og Watsons til að hjálpa sér við mál sem er mun flóknara en svo að ein manneskja geti leyst það, en þegar þau hella sér af fullum krafti í rannsóknina komast þau að skuggalegum áformum hins dularfulla, snjalla og stórhættulega Blackwoods.
00.10 Machete Kills
02.00 The Good Lie
03.50 Sherlock Holmes

RÚV

17.00 Íslendingar
17.50 Táknafréttir
18.00 KrakkaRÚV
18.01 Hopp og hi Sessamí
18.25 Gullin hans Óðins
18.50 Krakkafréttir
19.00 Fréttir
19.25 Íþróttir
19.30 Veður
19.35 Kastljós
20.10 Í garðinum með Gurry
20.40 Ég man þig - bak við tjöldin
21.05 Skyttarnir
22.00 Tíufréttir
22.15 Veðurfréttir
22.20 Úr myrkrinu
23.15 Aðferð
00.10 Kastljós
00.30 Dagskrárlök

SJÓNVARP SÍMANS

06.00 Siminn + Spotify
08.00 Everybody Loves Raymond
08.25 Dr. Phil
09.05 Chasing Life
09.50 Jane the Virgin
10.35 Siminn + Spotify
13.35 Dr. Phil
14.15 Superstore
14.40 Top Chef
15.25 Difficult People
15.50 Survivor
16.35 The Tonight Show starring Jimmy Fallon
17.15 The Late Late Show with James Corden
17.55 Dr. Phil
18.35 King of Queens
19.00 The Millers
19.25 How I Met Your Mother
19.50 Black-ish
20.15 Jane the Virgin
21.00 Scorpion
21.45 Madam Secretary
22.30 The Tonight Show starring Jimmy Fallon
23.10 The Late Late Show with James Corden
23.50 Californication
00.20 CSI Miami
01.05 Chicago Med
01.50 Quantico
02.35 Scorpion
03.20 Madam Secretary
04.05 The Tonight Show starring Jimmy Fallon
04.45 The Late Late Show with James Corden
05.25 Siminn + Spotify



ROCK AND A HARD PLACE

Leikarinn Dwayne Johnson á sakaferil að baki en náði að snúa við blaðinu í tæka tíð og nú hjálpar hann föngum á fordæmalausán hátt. Í þessari einstöku heimildarmynd reynir hann að ná til þeirra sem kerfið hefur brugðist og býður þeim upp á einstakt hernámskeið og um leið nýtt tækifæri í lífinu.

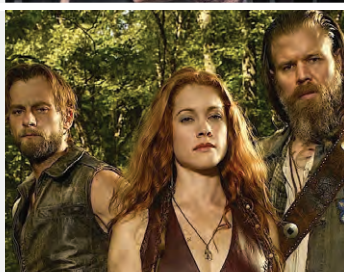
BLINDSPOT

Lokaþáttur í hörkuspennandi seríu um Jane Doe og féлага hennar í FBI en þar er aldrei nein lognmolla.



OUTSIDERS

Önnur syrpan af þessum hörkuspennandi þáttum sem fjalla um Farrell-gengið sem er eins konar utangarðsfólk og lifir eftir eigin reglum hátt uppi í Appalachia-fjöllum, langt frá mannabyggð.



SHERLOCK HOLMES

Létt og spennandi glæpamynd með Robert Downey Jr. sem leikur spæjarann Holmes og Jude Law fer með hlutverk aðstoðarmannsins Watsons.



Allt þetta og meira til í Skemmtipakkanum á aðeins 333 kr. á dag.

365.is

OFURTU BOÐ

5 FYRIR 4
AF ÖLLUM
PIZZUM

KAUPTU 5 PIZZUR AÐ EIGIN VALI EN BORGADU FYRIR 4.
GILDIR UM ALLAR PIZZUR

Iceland
Stone Baked
Verð
499
Kr. Pk.

Chicago Town
Takeaway
Verð
899
Kr. Pk.

TILBOÐ
Ristorante Pizzur
Verð
399
Kr. Pk.

TILBOÐ
Chicago Town - 2 í pakka
Verð
299
Kr. Pk.

Iceland
Stuffed Crust
Verð
699
Kr. Pk.

Thin & Crispy
og Deep Pan
pizzur
Verð
399
Kr. Pk.

Iceland
Wood Fired
Verð
599
Kr. Pk.

OPIÐ
24
TÍMA



Iceland

OPIÐ ALLAN SÓLARHRINGINN
ICELAND, ENGIHJALLA,
VESTURBERGI OG ARNARBAKKA



Fólk virtist alveg jafn spennt fyrir Rammstein um helgina og það var árið 2001. FRÉTTABLAÐIÐ/ANDRI MARINÓ



Sverre Jakobsson og Guðmundur Freyr Sveinsson mættu galvaskir.



Friðrik Thorlacius og Ragnar Thor voru spenntir fyrir þýsku þungarokki.

Dúndrandi fjör á Rammstein um helgina

Full búð af nýjum vörum!

Verið velkomin í Verslun Guðsteins, Laugavegi 34



Síðan 1918

Íslendingar flykkust á tónleika þýsku þungarokksveitarinnar **Rammstein** í Kórnum Kópavogi á laugardaginn. Þetta var í annað sinn sem sveitin kemur hingað til lands en hún kom eins og margir muna og spilaði á tvennum tónleikum árið 2001.



Jón Þór, Unnar Már og þetta völduga skegg voru á svæðinu. FRÉTTABLAÐIÐ/ANDRI MARINÓ

Björn Steinbekk tónleikarahaldari var einn þeirra sem fengu Rammstein til landsins árið 2001.

Ævintýrið hófst þegar Björn, í starfi sínu sem markaðsstjóri Skifunnar, tók þátt í að fá Oliver, bassaleikara Rammstein, til landsins.

„Hann kom hingað með konu sinni sem var ólétt. Þegar hann átt-aði sig á áhuganum á bandinu eftir einn dag og 15 viðtöl fór ég með hann í Laugardalshöll og sýndi honum aðstæður og sagði að við værum búnir að reyna ítrekað að fá þá til Íslands að spila en aldrei fengið svar.

Daginn eftir afhenti ég honum fimm ljósmyndabækur eftir Rax sem ég bað hann fyrir handa hljómsveitarmeðlimum sem hann var að fara að hitta daginn eftir og konunni hans gaf ég ýmsar íslenskar barnaplötur, t.d. íslenskar barnavísur. Seinnipartinn daginn eftir fékk ég símtal frá plötufyrirtækinu þeirra í Þýskalandi þar sem

ÞEGAR HANN ÁTTADI SIG Á ÁHUGANUM Á BANDINU EFTIR EINN DAG OG 15 VIÐTÖL FÓR ÉG MEÐ HANN Í LAUGARDALSHÖLL OG SÝNDI HONUM AÐSTÆÐUR OG SAGÐI AÐ VIÐ VÆRUM BÚNIR AÐ REYNA ÍTREKAÐ AÐ FÁ ÞÁ TIL ÍSLANDS AÐ SPILA EN ALDREI FENGID SVAR.



ég var beðinn um að senda tilboð. Nokkrum dögum síðar kom staðfesting á að tilboðinu væri tekið.

Þá fór ég yfir á útvarpssvið Norðurljósa og spurði Sigurjón Kjartansson hvort HAM myndi koma saman og hita upp fyrir

Rammstein ef þeir kæmu. Hann sagði já. Síðar var mér bannað að halda tónleikana undir nafni Skifunnar. Ég fékk Steina og Kára [Þorstein Stephensen og Kára Sturluson, þá hjá Iceland Airwaves] að málinu og þeir tóku þátt í framleiðslunni.“

Björn var þó með stærri plön á þessum tíma en einungis Rammstein.

„Það sem fylgdi þessu ekki var að þarna var ég búinn að bóka Coldplay og Placebo og áttu öll þessi bönd að spila saman í Höllinni 15. og 16. júní 2001. Hins vegar frestaðist Coldplay fram í ágúst og ég hætti við Placebo.

Ástæða þess að Iceland Airwaves var fengið að málinu var að Ragnar Birgisson, aðstoðarforstjóri Norðurljósa, taldi tónleikahald ekki eiga heima í afþreyingarfyrirtæki eins og Norðurljós voru og að Rammstein og Coldplay myndu ekki selja nægjanlega fjölda miða.“

Er ferðavagninn rafmagnslaus?

Þú getur treyst á TUDOR



Fristunda rafgeymar í miklu úrvali, AGM þurr rafgeymar eða lokaðir sýrurafgeymar.

TUDOR SKORRI SÉRFRÆÐINGAR Í RAFGEYMUM **TUDOR**

Bíldshöfði 12 · 110 Rvk · 5771515 · skorri.is

OUTLET

AUKA **30%**
AFSLÁTTUR*

Í HAGKAUP
HOLTAGÖRÐUM

GILDIR TIL 31.05

*Gildir ekki af snyrtivörum, ritföngum og DVD.

HAGKAUP
Skemmtilegast að versla

Gæði og glæsileiki
endalaust úrval af hágæða flísum

Flísabúðin
Stórhöfða 21 | s: 545 5500 | flis.is

Finndu okkur á facebook

Hágæða amerísk heilsurúm sem auðvelt er að elska

Sofðu rótt í alla nótt

rekkjan
HEILSURÚM

gæði - þekking - þjónusta

ÁPRENTUÐ LÍMBÖND - ATHYGLISMÍÐAR - VOGAMÍÐAR
VOGA- & PRENTARAMÍÐAR - VERÐMERKIMÍÐAR
ÁPRENTAÐIR LÍMMIÐAR - LÍMMIÐAHUGBÚNAÐUR - HITAMÍÐAR

LÍMMIÐAR

Áprentaðir límmiðar af öllum stærðum og gerðum
Íslensk framleiðsla

FÁÐU TILBOÐ

pmt
PLAST, MÍÐAR & TÆKI

Krókhálsi 1 | 110 Reykjavík | s. 567 8888 | www.pmt.is

SMÁVÖRUHILLUR OG SKÁPAR

...fyrir alla muni

Rymi 80
OFNASMÍÐJAN 1936-2016
s. 511 1100 | www.rymi.is

Finnur ekki löngun til að flytja til baka í bráð

Ryan Feldman flutti nýverið til Íslands til að hefja störf hjá 66°Norður en áður vann hann hjá Burberry í London. Hann segir lífið á Íslandi ólíkt því sem hann átti í London og hann er ánægður hér.

Bandaríkjamaðurinn Ryan Feldman tók hálfgerða u-beygju þegar hann ákvað að flytja frá London til Reykjavíkur í upphafi árs til að vinna sem framkvæmdastjóri vörustýringar hjá 66°Norður. Áður vann hann hjá tiskuhúsi Burberry í London og þar áður hjá fyrirtækjum á borð við Nike, Gap og Banana Republic.

Ryan heimsótti Ísland árið 2007 og man eftir að hafa tekið eftir 66°Norður þá. „Ég hugsaði með mér: Hvaða fatamerki er þetta, af hverju eru allir í því og af hverju hef ég ekki heyrt um það? Svo þróðust hlutirnir og núna er ég byrjaður að vinna fyrir merkið,“ segir Ryan glaður í bragði.

Ryan er himinlifandi með ákvörðun sína um að flytja til Íslands. „Ég var ekki með fyrirfram mótaða hugmynd um hvað ég yrði lengi á Íslandi þegar ég kom fyrst en ég hef enga löngun til að snúa til baka aftur í bráð. Svo er líka orðið svo auðvelt að ferðast til og frá Íslandi þannig að landfræðilega staðsetningin truflar mig ekki.

Það var mikið ævintýri að koma til Íslands og fólk er oft hissa þegar ég segi því að ég sé að koma frá London, úr vinnu hjá Burberry. Ég þarf stundum að útskýra fyrir fólki hversu merkilegt 66°Norður er. Hér er unnið af mikilli ástríðu,“ segir Ryan sem sér mikla möguleika í merkinu sem 66°Norður er. „Það á sér magnaða sögu, og ég meina, Burberry byrjaði að hanna síðfrakka fyrir herinn og 66°Norður byrjaði á að hanna sjóklæði fyrir sjómenn, þannig að merkin eiga ýmislegt sameiginlegt.“

Mikil áhersla lögð á fjölskyldulífið

„Annars geta stórborgir líka orðið þreytandi, ég skil vel að þær hljómi spennandi í eyrum fólks en íslenski lífsstíllinn er afar heillandi fyrir mér. Hér nær maður að sinna áhugamálunum vel og það snýst ekki allt um starfsframann.“

Ryan finnur mikinn mun á því að vinna fyrir stór fyrirtæki á borð við Burberry og Nike annars vegar og lítið fyrirtæki eins og 66°Norður hins vegar. „Munurinn er mikill. Burberry og Nike eru bæði frábær merki með áhugaverða sögu, eins og 66°Norður. En aðalmunurinn er sá að 66°Norður hefur svo mikla möguleika núna og ferðalagið að því að koma merkinu á alþjóðlegan markað er rétt að byrja.“

Inntur eftir því hver helsti munurinn á milli þess að vinna á Íslandi og í London almennt séð nefnir Ryan að hér á landi leggi fólk mikla áherslu á að sinna fjölskyldu- og einkalífinu vel.

Eftir að Ryan flutti hingað tók hann fljótt eftir að hér er tekið mikið tillit til fjölskyldulífsins og fólk fær rými til að sinna börnunum og fjölskyldunni. „Sjálfur á ég ekki börn eða fjölskyldu en það er samt gaman að sjá þetta. Á Íslandi er þetta allt ódruvisi en annars staðar sem ég hef unnið. Hér er fólk ekkert lítið hornauga ef það þarf að fara snemma úr vinnunni til að sækja börnin eða fara með þau til læknis.



Ryan Feldman er fæddur og uppalinn í Bandaríkjunum en hefur undanfarið búið á Englandi og starfað fyrir Burberry. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

HÉR ER FÓLK EKKERT LITID HORNAUGA EF ÞAÐ ÞARF AÐ FARA SNEMMA ÚR VINNUNNI TIL AÐ SÆKJA BÖRNIN EÐA FARA MEÐ ÞAU TIL LÆKNIS. OG HÉRNA ER FÓLK EKKI MIKIÐ Í ÞVI AÐ BÓKA FUNDI KLUKKAN 16.00, ÞÁ ER ÞAÐ MEIRA AÐ UNDIRBÚA SIG FYRIR LOK DAGS.

Ryan hefur áhuga á útivist og hreyfingu og hefur tekist að sinna áhugamálum sínum töluvert síðan hann flutti til Íslands. „Hér á landi er dagurinn langur, maður vinnur ekki eins lengi og er ekki eins lengi að ferðast á milli staða eins og gerist gjarnan í stórborgum. Það fylgir því mikið frelsi að búa á Íslandi, þú getur verið kominn á nýjan áfangastað á tiltölulega stuttum tíma.“

Lengri dagar heilla

Löngu dagarnir sem eru að byrja að gera vart við sig núna heilla Ryan líka. „Þetta er ótrúlegt. Dagurinn er svo langur og maður getur gert ýmislegt eftir vinnu. Maður getur farið að spila golf um miðnætti!“

Ryan er greinilega ánægður á Íslandi og hefur tekist að aðlagast vel. „Ég er samt ekki farinn að læra íslensku, aðallega vegna þess að þið talið svo góða ensku,“ segir hann og hlær. „Fólk byrjar alltaf bara að tala góða ensku við mig, en þetta er líka erfitt tungumál – en við sjáum hvað gerist.“

gudnyhronn@365.is

Ög herna er fólk ekki mikið í því að bóka fundi klukkan 16.00, þá er það meira að undirbúa sig fyrir lok dags,“ útskýrir Ryan sem finnst þessi vinnustadamening kærkomin tilbreyting. „Þetta mun gera mér kleift að finna betra jafnvægi á milli vinnu og einkalífs, það er mér mikilvægt.“

SÍMAR AUGLÝSINGAÐEILDIR – AUGLÝSINGASTJÓRI: Svanur Valgeirsson svanur@365.is ALMENNAR AUGLÝSINGAR: SÍMI 512-5401: Gústaf Bjarnason gustaf@365.is, Hafsteinn Hafsteinnsson hafsteinn@365.is, Hjördis Zoëga hjordis@365.is, Sígúf Örn Einarsson sigfus@365.is, Örn Geirsson orn.geirsson@365.is FÓLK/SÉRBLÖÐ SÍMI 512-5402: Atli Bergmann atli.bergmann@365.is, Jóhann Waage johannwaage@365.is, Jón Ivar Vilhelmsson jonivar@365.is, Ólafur H. Hákonarson olafurh@365.is, FÓLK OG SÉRBLÖÐ EFNÍ: Sólveig Gísladóttir solveig@365.is og Vera Einaradóttir vera@365.is RADAUGLÝSINGAR /FASTEIGNIR SÍMI 512-5403: Hrafnar Helgason hrafnar@365.is, Viðar Ingi Pétursson vip@365.is ÞJÓNUSTAUGLÝSINGAR SÍMI 512-5407: Arna Rut Kristinsdóttir arnarut@365.is, Sigrún Helga Guðmundsdóttir sigrunh@365.is

KFC®

GERÐU FRÁBÆRT SUMAR **ENN** BETRA!

SUMAR FATA



3.499 kr.

10 safaríkar kjúklingalundir,
lítil heit sósa og lítil heit BBQ-sósa



FRÉTTABLAÐIÐ

Við segjum fréttir Smáauglýsingasíminn og skiptiborð 512 5000 [Visir](#)

Ritstjórn 512 5200 Fax: 512 5301 ritstjorn@frettabladid.is Auglýsingadeild auglysingar@frettabladid.is Prentun Ísafoldarprentsmiðja

PÚ GETUR NÁLGAST FRÍTT EINTAK AF FRÉTTABLAÐINU VIÐSVEGAR UM LANDIÐ.

Óskir þú eftir því að fá blaðið í áskrift, hafðu samband við Póstdreifingu.



FRÉTTABLAÐIÐ
mest lesna dagblað landsins.

Póst dreifing Dreifing dreifing@postdreifing.is
Ef blaðið berst ekki 800 1177

BAKÞANKAR

Jóns Sigurðar
Eyjólfssonar



Trúfrelsi

Einu sinni var Jesús Kristur á meðal okkar. Fólk sá hann, heyrði rödd hans og varð vitni að gjörðum hans. Einir hrifust en aðrir óttuðust.

Svo var hann farinn en áhrif hans jukust. Allt hans líf var orðið leyndardómsfullt og goðsagna-kennt. Einhverjir segja að hann hafi aldrei farið og aðrir að hann hafi aldrei verið. Komið var á laggirnar stofnunum honum til dýrðar. Hinir ríku gátu fengið syndaflausn. Enginn sá þó almættið dusta syndirnar af sálinni þannig að enginn vissi fullkomlega hvernig þetta fór fram, vissi bara að svona gerðust kaupin á eyrinni. Og líka það að hver og einn varð að borga tíundina.

Peningurinn hefur fylgt mannkyninu stuttan spöl. Eitt sinn handlékum við hann og fundum mátt hans. Í seinni tíð er hann þó næstum horfinn en máttur hans vex. Vegir hans eru órannsakanlegir og allt er leyndardómsfullt og goðsagnakennt varðandi þá sem þykjast hafa vald á honum. Fyrirtæki kaupir annað fyrir einhverja upphæð sem enginn skilur. Enginn sér peninga skipta um hendur né neinn færa þá á milli reikninga. Kannski fer hann ekki neitt nema í egó þeirra sem þykjast eiga hann. Sumir spyrja hvort þessi peningur sé til í raun og veru. Og stundum eru áhöld um það hvort borgunarmennirnir séu til, eins og stjórnskipunar- og eftirlitsnefnd hefur fengið að reyna.

Forbes heldur utan um skráningu dýrlinga og bankinn sér um að við borgum tíundina. Sumir hafa efni á syndaflausn eins og kóngafólkið í Sádi-Arabíu og efnaðri þjóðir geta þvegið hendur sínar líkt og Pontius Pilatus forðum.

En það ríkir trúfrelsi svo þér stendur til boða að sitja kyrr meðan aðrir teyma sig til altarisgöngu.

OPIÐ ALLAN SÓLARHRINGINN Í ENGIHJALLA, VESTURBERGI OG ARNARBAKKA



Iceland



Heilsurúm / Stillanleg rúm / Húsgögn / Mjúka deildin



Gerðið gæða- og verðsamanburði

Höfum opnað
nýja og glæsilega
vefverslun
svefnogheilsa.is

Taktu því rólega og skoðaðu vöruúrvalið okkar á netinu og gerðu hagstæð innkaup

Frí heimsending á mjúkvöru - Hagstæður flutningur á rúmunum um land allt
Einstaklingsrúm kr. 6.900.- / Stærri rúm og húsgögn kr. 9.900.-



Reverie BODYPRINT®
Stillanlegt hjónarúm

Reverie 3E með Bodyprint 700 heilsudýnum 2x90x200cm
Verð aðeins kr. 469.900.-

- Tvíhert stálgrind
- Einföld og þægileg fjarstýring
- Hljóðlátir og kraftmiklir móttrar
- Lyftigeta 2x611 kg, hvor botn
- Hliðar- og endastopparar svo dýnur færast ekki í sundur.



Reverie 3E með Memory heilsudýnum 2x90x200cm
Tilboðsverð aðeins kr. 279.960.-



Svefnsófar

Nýjar sendingar af svefnsófum
Mikið úrval.

Verð frá aðeins kr. 174.900.-



Baldursnesi 6 - Akureyri



Listhúsið - Reykjavík

Svefn & heilsa
★★★★★

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

Umboðsaðilar: | Húsgagnafl - Höfn í Hornafirði | Lúxus húsgögn - Egilsstöðum