

GUÐBJÖRG PÁLSDÓTTIR
Græðir langvinn sár
með þverfaglegu teymi

• heilsa
ALLT Í MIÐJU BLAÐSINS



GÖNGUR OG HEILSA
Heilræði, fróðleikur
og spennandi staðir

Sérblað um göngur og heilsu
FYLGRIR FRÉTTABLAÐINU Í DAG



FRÉTTABLAÐIÐ

30. júní 2009 — 153. tölublað — 9. árgangur

MEST LESNA DAGBLAÐ Á ÍSLANDI

Sími: 512 5000

ÞRIÐJUDAGUR

Meðal þeirra vinsælustu

Rebekka Guðleifs-dóttir er einn af fimm vinsælustu ljósmyndurum internetsins.

FÓLK 26

Borðar ís oft í viku

Lóa Bjarnadóttir opnaði ísbúð á Laugalæk þar sem stóðu eitt sinn sögufrægar ísbúðir tveggja bræðra.

TÍMAMÓT 14

Goðsögn og furðufugl

„Minna nef og fólari ásynd urðu til þess að hann var sakaður um að þrá „hvítara“ útlit“, skrifar Sverrir Jakobsson.

Í DAG 12

Dramatík á KR-velli

Mark Rutgers tryggði KR dramatískan sigur gegn Breiðablik í Pepsi-deild karla.

ÍÞRÓTTIR 22

VEÐRIÐ Í DAG

Áfram hlýindi í dag verður hæg-lætisveður, austlæg eða breytileg átt, 3-8 m/s. Horfur eru á lítilsháttar vætu á norðvesturhorninu og síðdegisskúrum í innsveitum.

VEÐUR 4

Barcelona & Alicante í júlí

frá kr. 19.990

Verð kr. **19.990**
Netverð. Flug aðra leið með sköttum.
KEF-BCN, sértílbóð 3., 10., 17. og 24. júlí.
KEF-ALC, sértílbóð 1., 8., 15. og 22. júlí.

Ath. aðeins örfá sæti.

Heimsferðir

www.heimsferdir.is

Hálaunafólk þiggur bætur

Tugir fá greiddar 120.000 í atvinnuleysisbætur þrátt fyrir 500.000 króna mánaðarlaun fyrir hálft starf. Býsna rausnarlegt, segir forstjóri Vinnumálastofnunar. Félagsmálaráðherra segir kerfið í stöðugri endurskoðun.

KJARAMÁL Dæmi eru um að hálaunafólk, sem vinnur minna en fulla vinnu vegna skerts starfshlutfalls, sæki um tekjutengdar atvinnuleysisbætur frá Atvinnuleysistryggingasjóði til viðbótar launum sínum. Enn sem komið er eru engin ákvæði sem kveða á um að laun fólks þurfi að vera undir ákveðnu marki til að það geti sótt um hlutabæturnar. Þetta segir Gissur Pétursson, forstjóri Vinnumálastofnunar. Í nóvember síðastliðnum samþykkti Alþingi lagabreytingu sem veitir heimild til að greiða fólki í hlutastarfi

tekjutengdar atvinnuleysisbætur í lengri tíma en áður. Hámarkshlutabætur vegna skerts starfshlutfalls eru 120.000 krónur á mánuði í hálft ár, sé miðað við að starfshlutfall bótaþega hafi verið minnkað úr 100 prósentum niður í 50 prósent. Lágmarks grunnatvinnuleysisbætur eru tæplega 150.000 krónur á mánuði. Munar því um 30.000 krónum á lágmarks grunnatvinnuleysisbótum og hámarksbótum vegna minnkaðs starfshlutfalls. „Ég get nefnt sem dæmi að einhverjir tugir manna, sem fóru úr einni milljón

á mánuði fyrir fullt starf niður í hálfa milljón fyrir hálft starf, fá að auki greiddar 120.000 krónur á mánuði í hálft ár í bætur vegna skerts starfshlutfalls. Einhverjir myndu nú segja að það væri býsna rausnarlegt,“ segir Gissur. Árni Páll Arnason félagsmálaráðherra segir ætlunina með ákvæðinu um tekjutengdar atvinnuleysisbætur hafa verið að forðast atvinnuleysi. Kerfið sé í stöðugu endurmati og þess verði að gæta að úrræði af þessum toga séu ekki misnotuð. „Það þarf að passa upp á að í þessum tilfellum

sé raunverulega verið að minnka starfshlutfall og afstýra þannig atvinnuleysi. Atvinnuleysistryggingasjóður á ekki að niðurgreiða óhjákvæmilegar launalækkanir fyrirtækja.“ Að sögn Árna er að óbreyttu reiknað með að Atvinnuleysistryggingasjóður tæmist um mánaðamótin október-nóvember. „Í samstarfi við Ríkisskattstjóra er verið að leggja grunn að sérstöku átaki, þar sem bæði verður tekið á svikum á atvinnuleysisbótum og svartri atvinnustarfsemi,“ segir Árni Páll Arnason.

- kg



GRILLAÐ Á LÆKJARTORGI Landnemahópur Vinnuskólans ætla að grilla á Lækjartorgi í hádeginu á virkum dögum í sumar undir leiðsögn leikarans Ívars Arnar Sverrissonar, sem hefur verið ráðinn Landnámsmaður miðbæjarins. Fólk er hvatt til að taka með sér samloku, pylsu eða uppáhaldssteikina sína í nesti og grilla með hjálp Vinnuskólans. Hópurinn sýndi fimi sína á grillinu í gær og sannaði um leið að þar eru engir viðvningar á ferðinni. **Sjá síðu 26**

FRÉTTABLAÐIÐ/PJETUR

Skilanefndir Landsbankans og Kaupþings með nærri tvö hundruð starfsmenn:

Starfsfólki skilanefnnda fjölgar

VIÐSKIPTI Skilanefndir tveggja af viðskiptabönkunum premur eru með samtals 187 starfsmenn í vinnu, auk þess að ráða verktaka tímabundið til ákveðinna verkefna. Starfsmönnum hefur fjölgað talsvert undanfarna mánuði, að því er fram kemur í svörum við fyrirspurn Fréttablaðsins.

Skilanefnd Landsbankans er með um 45 starfsmenn hér á landi, auk skilanefndarmannanna fimm, og hefur þeim fjölgað nokkuð frá því í lok febrúar, þegar þeir voru 32 talsins. Einnig starfa 85 á vegum nefndarinnar erlendis, þar af 75 í Bretlandi. Starfsmönnum erlendis hefur fækkað nokkuð.

Hjá Skilanefnd Kaupþings starfa 45 starfsmenn hér á landi, auk skilanefndarmannanna fimm, en þeir voru 18 um áramót. Skilanefndin er einnig með 12 starfsmenn erlendis. Fjölgunin skýrist að miklu leyti af því að nefndirnar fengu upphaflega þjónustu frá nýju bönkunum, en þurfa nú að nota eigið starfsfólk. Kostnaður er greiddur af eignum bankanna.

Fréttablaðið leitaði eftir upplýsingum frá Skilanefnd Glitnis um þróun fjölda starfsmanna. Í svari nefndarinnar segir að upplýsingar séu aðeins veittar þeim sem eigi hagsmuna að gæta, sem séu fyrst og fremst kröfuhafar.

- bj

Ertu læs á fjármál?

Kannaðu fjármálalæsi þitt á byr.is. Það kostar ekki neitt og tekur ekki nema nokkrar mínútur. Fjármálapróf Byrs var þróað í samstarfi við **Stofnun um fjármálalæsi við Háskólann í Reykjavík**. Það metur fjármálalæsi þitt og er sneisafullt af gagnlegum fróðleik um fjármál að auki. Rannsóknir hafa leitt í ljós að um helmingur Íslendinga vill vita meira um fjármál. **Taktu fjármálaprófið á byr.is.**

Fjárhagsleg heilsa

BYR SPARISJÓÐUR

Roverway á Íslandi: Skátar skila 500 milljón-um króna

FÉLAGSSTARF Alþjóðlega skátamótið Roverway verður haldið hér á landi í fyrsta sinn dagana 20. til 28. júlí. Banda-lag íslenskra skáta heldur mótið og verða skátarnir alls um 2.500 sem taka þátt. Heildarfjöldi mótsgesta og starfsmanna verður um 3.000. Töluverðar gjaldeyristekjur verða af mótinu og gestum þess en áætlað er að þær muni nema um hálfum milljarði íslenskra króna. Innifalið í því eru flugfargjöld til landsins, rútuferðir, uppihald og afþreying. Mótið verður sett í Reykjavík þann 20. júlí en eftir það munu skátarnir eyða níu dögum í ferðalög um landið, stunda ísklifur, fara í hestaferðir og gönguferðir. Hápunktur hátíðarhaldanna verður skátamót að Úlfliðs-vatni.

- hds / sjá Göngur og heilsa

Kringlan

Útsala

Hefst á morgun.

SPURNING DAGSINS



Bragi, hefurðu aldrei horft á beina útsendingu frá Alþingi?

„Jú, Alþingi er athyglisvert en Morfis er hins vegar mjög skemmtilegt.“

Bragi Páll Sigurðarson ætlar að halda ræðukeppni fyrir almenning í sumar. Í viðtali við Fréttablaðið segist hann alltaf hafa langað til að koma Morfis í sjónvarp.



RÁÐHERRAR Á SUÐURLANDI Dómsmálaráðherrar ásamt Halldóri Ásgrímssyni, sem fer fyrir Norrænu ráðherranefndinni, á Hótel Rangá í gær.

Dómsmálaráðherrar funda:

Barnaklám og glæpastarfsemi

NORÐURLÖND Norrænir dómsmálaráðherrar ræddu barnaklám, norrænt lögreglusamstarf og skipulagða glæpastarfsemi á fundi á Hótel Rangá á Suðurlandi í gær. Auk þess var rætt um úrræði sem gripið hefur verið til vegna bankahrunsins á Íslandi.

Ákveðið var að beina því til embætta sem vinna að rannsóknum efnahagsbrota að athuga hvernig hægt sé að auka samvinnu til að stuðla að uppljóstrun alþjóðlegrar glæpastarfsemi á því sviði.

Barnaklámsverkefni var hrint af stað eftir fund ráðherranna í fyrra. Niðurstaðan var kynnt í gær en í júní voru 80 manns handteknir á Norðurlöndum vegna gruns um barnaklám. - vsp

Rannsókn á fíkniefnamáli:

Sigurður laus úr varðhaldi

LÖGREGLUMÁL Sigurður Hilmar Ólason, sem setið hefur í gæsluvarðhaldi frá 9. júní, var látinn laus úr haldi lögreglu í gær.

Sigurður var handtekinn í tengslum við rannsókn á umfangsmiklu fíkniefnamáli þar sem talið var að alþjóðleg glæpasamtök væru komin með annan fótinn til Íslands.

Rannsókn málsins teygði anga sína til þrettán landa. - kg

2

FRÉTTABLAÐIÐ

30. júní 2009 ÞRIÐJUDAGUR

Viðskiptaráðherra segir að hugsanlega verði tveir bankar brátt í eigu útlendinga:

Kröfuhafar fá kannski forkaupsrétt



TIL ÚTLANDA? Framtíð þessara banka skýrist líklega að einhverju leyti um miðjan júlí.

FRÉTTABLAÐIÐ / SAMSETT MYND

spurði Gylfa að því hvort unnar hefðu verið samræmdar reglur um lánveitingar ríkisbankanna, og hver sýn hans væri á framtíðar-eignarhald bankanna.

Gylfi sagði að samræmdar útlánareglur væru ekki til, en á því kunni að verða breyting með svonefndri bankasýslu ríkisins. Um eignarhaldið sagði Gylfi þetta:

„Ég vil því ekki spá því nákvæmlega hvernig eignarhald verður í haust en ég held að fyrir-sjáanlega hljótum við að stefna að því að þessir bankar komist að verulegu leyti úr eigu ríkisins fyrr en síðar.“ - sh

Ungmennni björguðu kajakræðara úr sjó

Þrjú ungmenni sýndu snarræði þegar þau björguðu manni sem hafði hvolft kajak sínum í Stórhöfðavíkinni í Vestmannaeyjum í gær. Maðurinn var þrjátíu mínútur í sjónum. Hann þakkar þeim sem stóðu að björguninni kærlega fyrir.

BJÖRGUN „Ég vil þakka þeim sérstaklega fyrir sem stóðu að björguninni. Ungmennin stóðu sig frábærlega,“ segir Hafþór Óskar Viðarsson, sem hvolfdi kajak sínum í Stórhöfðavíkinni í Vestmannaeyjum um kvöldmatarleytið í gærkvöldi. Þrjú ungmenni sem af tilviljun voru stödd í víkinni á örmáum árabáti urðu Hafþórs vör, björguðu honum upp í bátinn og sigldu til lands.

Hafþór segir kajaknum hafa hvolft vegna sterkra hafstrauma til móts við hellinn Fjós í Stórhöfðavíkinni. „Ég komst ekki upp í bátinn aftur. Ég kallaði til fólks á útsýnispalli þarna hjá og það gerði björgunarsveitinni viðvart, en það vildi svo heppilega til að ungmennin þrjú voru þarna að dóla sér á báti sem aðallega er hugsaður fyrir sundlaugar og slíkt. Þegar ég komst upp í bátinn til þeirra voru frekari björgunaraðgerðir flautaðar af,“ segir Hafþór.

Að sögn Hafþórs var hann um þrjátíu mínútur í sjónum áður en honum var bjargað. Hann var orðinn kaldur og þreyttur, en ekkert amar að honum að öðru leyti.

„Ég hugsa að manninum hafi ekki þótt neitt tiltakanlega notalegt að vera þarna í sjónum í allan þennan tíma,“ segir Bjarni Bragi Jónsson, 18 ára nemandi við Verzlunarskóla Íslands, sem ásamt Hólmfríði, unnustu sinni og Birni, yngri bróður Hólmfríðar, kom Hafþóri til bjargar.

„Við vorum þarna þrjú saman úti í víkinni á lítilli Europris-tuðru, eða ætli það sé ekki réttara að kalla það árabát,“ segir Bjarni og



SNARRÆÐI Björn Virgill Hartmannsson, 15 ára, Bjarni Bragi Jónsson, 18 ára, og Hólmfríður Hartmannsdóttir, 19 ára, komu Hafþóri til hjálpar.



DREGINN Í LAND Hafþór Óskar Viðarsson var kaldur og þreyttur eftir volkið en leið að öðru leyti vel, enda vel búinn.

MYNDIR/ÓSKAR PÉTUR FRÍDRÍKSSON

skellir upp úr. „Við heyrðum kæft óp, og þegar við skimuðumst um sáum kajak sem hafði hvolft um þrjú hundruð metra frá okkur.“

Ungmennin reru í átt að kajaknum til að kanna málið. „Við vorum mest hrædd um að róa kannski fram á lík hjá bátnum. En þegar við vorum komin nærri kajaknum lyfti maðurinn árinni sinni, og þá vissum við að hann væri á lífi.

Björgunarsveit Vestmannaeyja kom á svæðið nokkrum mínútum eftir að ungmennin náðu kajakræðaranum upp í bát sinn. „Maður veit aldrei hvað getur gerst þegar fólk þarf að vera lengi í sjónum. Þetta fór betur en á horfðist, enda var maðurinn vel gallaður,“ segir Bjarni Bragi Jónsson.

kjartan@frettabladid.is

Alvarleg líkamsárás:

Meintir ofbeldisbræður lausir

LÖGREGLUMÁL Tveimur meintum ofbeldisbræðrum hefur verið sleppt úr haldi lögreglu. Annar þeirra hafði verið úrskurðaður í gæsluvarðhald til 29. júní vegna alvarlegs líkamsárásarmáls í Smábúðahverfi 21. júní. Sá síðari var handtekinn fyrir helgi, sterklega grunaður um að tengjast málinu. Að loknum yfirheyrslum yfir honum var báðum bræðrunum sleppt.

Maðurinn sem varð fyrir árásinni hlaut brot í andliti og marga langa og gapandi skurði á höfði. Auk þess fékk hann ýmiss konar áverka á höfði, brjóstkassa og útlimum.

Icesave á leið fyrir þing:

Icesave-mál komið úr stjórn

ALÞINGI Icesave-málið var rætt á aukafundi ríkisstjórnarinnar í gærmorgun. Þaðan fór það til þingflokka stjórnarflokka-anna og verður lagt fyrir þing- ið á fimmtudag.

Frumvarpið er einfalt, einungis tvær blaðsíður, en því fylgja mikil gögn. Fjöl-margir þingmenn stjórnarandstöðunnar hafa sagst munu greina atkvæði gegn því, þó með þeim fyrirvara að gögn gætu komið fram sem breyttu þeirri ákvörðun. Þá hafa nokkrir þingmenn Vinstri grænna lýst yfir efasemdum um frumvarpið. Steingrímur J. Sigfússon fjármálaráðherra segist sannfærður um að þingmenn styðji frumvarpið þegar þeir sjái hvernig í því liggur. - kóp

Maður dæmdur í sekt:

Með fíkniefni í klefanum

DÓMSMÁL Fangi á Litla - Hrauni hefur verið dæmdur til að greiða 70 þúsund krónur í sekt eftir að hann var gripinn með fíkniefni í klefa sínum.

Umræddur fangi reyndist vera með vel á þriðja gramm af amfetamíni, sem fangaverðir fundu við leit.

Maðurinn mætti ekki við þingfestingu málsins. Málið var því dómtekið að honum fjarstöddum.

Maðurinn á langan sakaferil að baki frá árinu 2006. Meðal annars hefur honum fjórum sinnum verið gerð refsing vegna brota gegn lögum um ávana- og fíkniefni. - jss

Sumarleikur Skeljungs:

Þú gætir unnið 30.000 kr. inneignir í sumar!



Hreiður 44 arnarpara hafa fundist sem lofar góðu með varp:

Arnarvarp heppnaðist vel



Í GÓÐUM HÖNDUM Björgun eins hafarnar á Íslandi skiptir máli þar sem stofninn er að rétta úr kútnum.

MYND/NÁTTÚRUSTOFA VESTURLANDS

Allir sem ná að mynda erni eru hvattir til að senda myndirnar til frekari skoðunar á Náttúrustofu Vesturlands eða Náttúrufræðistofnun Íslands. - shá



Við hjá Úrval-Útsýn höfum verið leiðandi ferðaskrifstofa á Íslandi frá því um miðja síðustu öld og erum svo sannarlega á heimavelli á Kanaríeyjum. Við höfum sent íslenska sóldýrkendur til Gran Kanarí í áratugi og vitum nákvæmlega hvernig þú vilt hafa fríð þitt. Yndislega eyjan Tenerife, sem er líka ein af Kanaríeyjum, hefur slegið rækilega í gegn og okkar fólk flykkist þangað allt árið um kring. Við sendum þig í sólina með bros á vör – á miklu betra verði.

Beint flug • Aukið fótaráymi • Afþreying um borð • Íslenskar áhafnir • Miklu betra verð

Fjórar vaxtalausar greiðslur

Miðað við að greitt sé með greiðslukorti eða bókað á netinu. 3% færslugjald leggst ofan á uppgæfið verð.



Tenerife
Parque de Las Americas
★ ★ ★

VERÐ FRÁ FLUG + GISTING
73.900 kr.
á mann í viku m. v. 2 fullorðna og eitt barn í vikuferð 7. október.

Gott 3ja stjörnu hótél á Las Americas ströndinni. Aðeins 450 metra frá strönd og stutt í verslanir, veitingastaði og skemmtanalíf. Góður sundlaugargarður með sérstakri barnalaug og eru laugarnar upphitaðar yfir vetrarmánuðina. Góð sólbaðsaðstaða og í garðinum er billjarð og snakkbar. Á hótelinu er bar, veitingastaður og lítill súpermarkaður. Góðar íbúðir og stúdíó með eldunaraðstöðu, örbylgjuofni, helluborði, kæliskáp, brauðrist, kaffivél, síma og sjónvarpi. Auk þess er vifta, loftkæling og svalir á öllum íbúðum.



Kanarí
Roque Nublo
★ ★ ★

VERÐ FRÁ FLUG + GISTING
89.605 kr.
á mann í viku m. v. 2 í íbúð
Vikuferð 24. janúar

Úrval-Útsýn býður gistingu á þessu þekktu hóteli á hreint ótrúlegu verði. Allir Kanarífarar þekkja Roque Nublo, sem er frábærlega vel staðsett miðsvæðis á Ensku ströndinni. Hótelid er við Avenida de Tirajana, við hliðina á Júmbó-verslunar-miðstöðinni. Garðurinn er skjólsæll og í byggingunni er mjög góður veitingastaður, Las Brasas. Íbúðirnar eru snyrtilegar, bjartar og einfaldar. Í þeim er stofa, svefnherbergi, eldhúskrókur, baðherbergi og rúmgóðar flísalagðar svalir með garðhúsgögnum.

Úrvalsfólk sérstaklega velkomið í ferðina
24. október–14. nóvember.
Einnig möguleiki á dvöl í 5 vikur.
Úrvalsfólk er ferðaklúbbur fyrir 60 ára og eldri.

VERÐ FRÁ FLUG + GISTING
139.900 kr.
á mann í 3 vikur

FLUGDAGAR

Kanarí

24. október – Úrvals fólk í 3 eða 5 vikur
14. nóvember
28. nóvember
19. desember – Jónlaferð
27. desember – Áramót

Víkulegt flug á sunnudögum
frá 3. janúar – 11. apríl

Tenerife

Víkulegt flug allt árið.
Jónlaferðir 16. og 20. desember
Páskarferðir 24. og 31. mars



GENGIÐ 29.06.2009			
GJALDMÍÐLAR		KAUP SALA	
	Bandaríkjadalur	127,42	128,02
	Sterlingspund	210,48	211,50
	Evra	178,80	179,80
	Dönsk króna	24,008	24,148
	Norsk króna	19,706	19,822
	Sænsk króna	16,424	16,520
	Japanskt jen	1,3349	1,3427
SDR		197,33	198,51
GENGISVÍSITALA KRÓUNUNNAR			
		218,247	
HEIMILD: Seðlabanki Íslands			

Rósa Dögg Flosadóttir: Sett yfir Útlendingastofnun

STJÓRNSÝSLA Ragna Árnadóttir dómsmálaráðherra hefur sett Rósu Dögg Flosadóttur tíma-



RÓSA DÖGG FLOSADÓTTIR

bundið í embætti forstjóra Útlendingastofnunar. Ráðningin er til sex mánaða, frá 1. júlí. Rósa Dögg hefur starfað sem lögfræðingur hjá stofnuninni. Embætt-

ið var laust til umsóknar vegna framlengds leyfis forstjóra Útlendingastofnunar. Fjórir sóttu um stöðuna. Auk Rósu Daggar voru það lögfræðingarnir Elín Jónsdóttir, Hreiðar Eiríksson og Jóhann Baldursson, en Elín dró síðan umsókn sína til baka.

Tæplega fertug kona:

Dró sér fé frá íþróttabandalagi

DÓMSMÁL Tæplega fertug kona hefur verið dæmd í fimm mánaða skilorðsbundið fangelsi fyrir fjárdrátt. Hún dró sér rúmar þrjár milljónir króna í starfi sínu sem gjaldkeri Íþróttabandalags Reykjanesbæjar. Konan hóf að draga sér fé frá bandalaginu í desember 2007. Fjármunina færði hún í ellefu færslum yfir á banka-reikning sinn hjá Glitni.

Konan var, auk fangelsis-dómsins, dæmd til að greiða íþróttabandalaginu milljónirnar þrjár til baka, auk málskostnaðar.

LEIÐRÉTTING

Evo Morales er forseti Bólívíu en ekki Perú eins og ranghermt var í frétt blaðsins í gær.

Bernard Madoff sagðist iðrast en var dæmdur í fangelsi til ársins 2159:

Svikin námu um 8.200 milljörðum

BANDARÍKIN Bernard Madoff, 71 árs fjárfestir, var dæmdur í 150 ára fangelsi í gær fyrir að stýra stærsta svikamáli Wall Street.

Refsing Madoffs er sú mesta fyrir fjársvikamál í Bandaríkjunum. Talið er að Madoff hafi rænt fjárfesta um nær 8.200 milljarða. Það jafngildir um ellefu Icesave-samningum. Fagnað var í réttarsalnum þegar dómurinn var kveðinn upp. Mörg vitni komu fram í málinu en sum höfðu misst ævisparnað sinn í viðskiptunum. Madoff reis úr sæti áður en dómur gekk og sagði:

„Hvernig afsakar maður það að svíkja þúsundir manna sem treystu manni fyrir ævisparnaði sínum?“



BERNARD MADOFF Niðurlátur eftir að hafa fengið þyngsta dóm fyrir fjársvik í Bandaríkjunum. Hann sveik um 8.200 milljarða út úr fólki.

Sagðist hann sjá eftir svikunum. Við réttarhöldin reyndi lögmaður hans að fá refsinguna mildaða vegna þess að Madoff játaði öll brotin.

Madoff hóf störf í viðskiptum þegar hann stofnaði eigið fjár-

festingarfyrirtæki árið 1960. Fyrirtækið varð eitt það stærsta á Wall Street. Það var rannsakað átta sinn-um af Fjármálaeftirliti Bandaríkjanna á síðustu 16 árum vegna gruns um Ponzi-svik, það er þegar peningur eins fjárfestis er notaður til að borga öðrum fjárfesti. Ástæða þess að upp komst um hann var að þegar kreppan skall á reyndi hann að taka 900 milljarða úr sjóðum sínum.

Margir frægir höfðu fjárfest hjá Madoff, til dæmis Steven Spielberg og Kevin Bacon. Þá voru breskir bankar á meðal fórnarlamba. Þó voru ekki allir loðnir um lófana því meðal vitna voru grunnskólakennarar, rafvirkjar og bændur.

Erfiðar ráðstafanir en óumflýjanlegar

Bandormur um skattahækkanir og samdrátt í ríkisútgjöldum samþykktur með 31 atkvæði stjórnarþingmanna. Erfitt en óumflýjanlegt, segir fjármálaráðherra. Sextán þingmenn í stjórnarandstöðu greiddu atkvæði gegn frumvarpinu.

ALÞINGI Frumvarp ríkisstjórnarinnar um aðgerðir í ríkisfjármálum, svonefndur bandormur, var samþykktur á Alþingi í gær. Frumvarpið kveður á um skattahækkanir og samdrátt í ríkisútgjöldum og miðar að því að bæta afkomu ríkissjóðs um 22 milljarða króna á þessu ári og 63 milljarða á því næsta.

Allir viðstaddir þingmenn stjórnarflokkanna, 31 að tölu, greiddu atkvæði með en sextán stjórnarandstæðingar greiddu atkvæði gegn því. Aðrir þingmenn voru fjarstaddir.

Þrír þingmenn stjórnarandstöðu gerðu grein fyrir atkvæði sínu og gagnrýndu frumvarpið. Bjarni Benediktsson, formaður Sjálfstæðisflokksins, sagði frumvarpið ganga gegn meginhugmyndum flokksmanna um leiðir út úr kreppunni og vísaði til efnahagstillagna flokksins sem kynntar voru fyrr í mánuðinum.

„Við höfum bent á það að með annarri aðferðafræði, með annarri nálgun, þá væri hægt að koma sér undan því að ganga jafnhart fram gegn eldri borgurum og öryrkjum eins og gert er í þessu máli,“ sagði Bjarni.

Gunnar Bragi Sveinsson, þingflokksformaður Framsóknarflokksins, sagðist ekki geta stutt frumvarpið jafnvel þótt breytingar á því á síðustu metrunum hefðu verið til bóta.

„Við teljum að þetta frumvarp sé algjörlega í anda og eftir forskrift Alþjóðagjaldeyrissjóðsins,“ sagði Birgitta Jónsdóttir, þingflokksformaður Borgarahreyfingarinnar, og gagnrýndi niðurskurð í



FRÉTTABLAÐIÐ / GVA

ÝMISLEGT AÐ „Það má finna ýmislegt að þessum ráðstöfunum - þær eru erfiðar en óumflýjanlegar,“ sagði Steingrímur J. Sigfússon fjármálaráðherra um bandorminn. Eftir forskrift Alþjóðagjaldeyrissjóðsins, sagði Birgitta Jónsdóttir.

HELSTU BREYTINGAR

- Tímabundinn átta prósentu hátekjuskattur verður lagður á tekjur umfram 700 þúsund krónur á mánuði.
- Fjármagnstekjuskattur hækkar úr tíu prósentum í fimmtán, en þeir sem hafa fjármagnstekjur undir 250 þúsundum á ári greiða engan skatt af því.
- Hámarksgreiðsla úr fæðingarorlofssjóði lækkar úr 400 þúsund krónum í 350 þúsund á mánuði.
- Réttur til fæðingarorlofs fellur niður eftir 36 mánuði í stað 18 áður.
- Svonefndur sykurskattur lagður á með hækkun vörugjalda, í stað virðisaukaskatts eins og áformað hafði verið.
- Tryggingagjald, sem fyrirtæki greiða í Atvinnuleysisstryggingasjóð, hækkar úr 0,65 prósentum í 2,21.
- Gjald í ábyrgðarsjóð launa tvöfaldast og verður 0,2 prósent.
- Grunnlífeyrir skerðist vegna lífeyrissjóðstekna, en frítækjumark vegna tekjutryggingar hækkar.

velferðarkerfinu. „Er þetta ekki ríkisstjórnin sem ætlaði að standa vörð um velferðina?“ spurði hún.

Steingrímur J. Sigfússon fjármálaráðherra varði frumvarpið. „Það má að sjálfsögðu finna ýmislegt að þessum ráðstöfunum - þær eru erfiðar en óumflýjanlegar,“ sagði hann og undraðist afstöðu sjálfstæðismanna. „Það er umhugsunarefni að Sjálfstæðisflokkurinn skuli vera á því stigi í tilveru sinni að hann leggist gegn óumflýjanlegum og brýnum

aðgerðum til þess að ná tökum á ríkisfjármálum,“ sagði hann.

Helgi Hjörvar, formaður efnahags- og skattanefndar, sagði frumvarpið fyrst og fremst snúast um að falla frá útgjöldum og skattalækkunum sem ráðist var í á hátindi góðærisins og sagan sýndi að Íslendingar hefðu ekki efni á. Ríkissjóður væri rekinn með 500 milljóna króna halla á dag og frumvarpið væri mikilvægt til að snúa þeirri þróun við.

stigur@frettabladid.is

Mannréttindadómstóllinn:

Tekur ekki fyrir tölvupóstsmál

DÓMSMÁL Mannréttindadómstóll Evrópu tekur ekki fyrir mál Jónínu Benediktisdóttur vegna tölvupósta sem sagt var í Fréttablaðinu á árinu 2005. Þetta hefur visir.is eftir Hróbjarti Jónatanssyni, lögmanni Jónínu.

Jónína taldi birtingu tölvupóstanna atlögu að einkalífi sínu en ritstjórn Fréttablaðsins sagði póstana varpa ljósi á upphaf svokallaðs Baugsmáls. Efnið tengdist meðal annars samskiptum Jónínu við Styrymi Gunnarsson, þáverandi ritstjóra Morgunblaðsins, vegna Baugsmálsins. Jónína kærði birtingu póstanna og tapaði málinu fyrir Hæstarétti Íslands.



SMÁBÁTAR Fjölmargir sjómenn horfa vongóðir til nýrra reglna um strandveiðar.

Strandveiðar hafnar:

Yfir 250 manns hafa sótt um

SJÁVARÚTVEGUR Fiskistofu hafa borist yfir 250 umsóknir um strandveiðileyfi og er unnið hörðum höndum að því að yfirfara þær og gefa út leyfi. Þeir fyrstu gátu hafið veiðar á sunnudag. Sjöttíu leyfi hafa þegar verið veitt.

Jón Bjarnason sjávarútvegsráðherra gaf út reglugerð um strandveiðar fyrir helgi. Þar kemur fram að eingöngu er heimilt að draga 800 kíló af óslægðum afla í hverri veiðiferð sem ekki má standa lengur en fjórtán klukkustundir. Aðeins er heimilt að hafa fjórar handfærarúllur um borð og engin önnur veiðarfæri. Allan afla sem veiðist verður að vigta og skrá innanlands. Fiskiskip, sem eru á strandveiðum, verða að hafa um borð sjálfvirkna fjar-eftirlitsbúnað.

HÓLMÁVIK

Lífheilun á hamingjudögum

Brynjólfur Einarsson úr Mosfellsbæ ætlar að bjóða lífheilun, dáiðöslu og svokallað bowen á Hamingjudögum á Hólmavík um næstu helgi. Brynjólfur sem hefur verið í transtílaunahóp síðan 1997 mun meðal annars hafa áratuga langa reynslu í japönsku þrýstipunktanuðdi.



TÖFRASTUNDIR VISA Í SUMAR

NOTAÐU FREKAR VISA

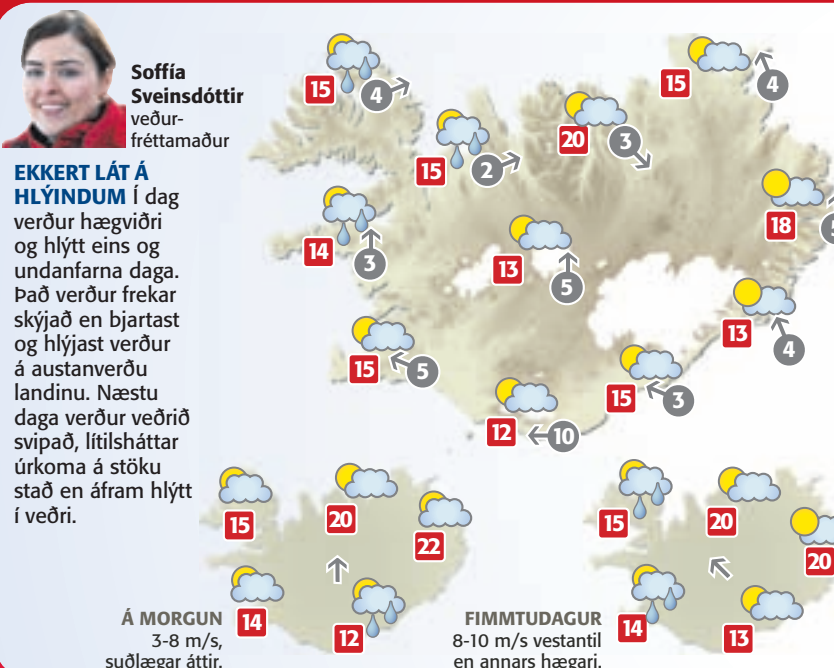
ÞÚ GÆTIR UNNIÐ Á HVERJUM DEGI!

100 stórglæsilegir ferðavinningar að verðmæti yfir 4.000.000 kr.

VISA

www.valitor.is

VEÐURSPÁ



HEIMURINN

Alicante	29°
Bassel	30°
Berlín	27°
Billund	24°
Eindhoven	24°
Frankfurt	31°
Friedrichshafen	26°
Gautaborg	24°
Kaupmannahöfn	24°
Las Palmas	24°
London	28°
Mallorca	32°
New York	27°
Orlando	32°
Ósló	26°
París	30°
San Francisco	23°
Stokkhólmur	22°

Vindhraði er í m/s.
Hitastig eru í °C.
Gildistími korta er um hádegi.



ÍSLENSK HÖNNUN



HITAVEITA

JÓNÍNA

Jónína er heilrennd hettupeysa úr Technostretch® efni frá Pontetorto®. Rennilásar eru neðst á ermum sem gefa möguleika á víkkun. Innan í hettu er svart flísefni.

Stærðir: XS - 3XL

Litir: Bleikur, silfur rauður, rauður, silfur blár, túrkís, grænn og svartur

Verð: 17.990 ISK

WWW.CINTAMANI.IS



SPJARABU ÞIG

CINTAMANI AUSTURHRAUNI 3
210 GARÐABÆ, S. 533 3805

CINTAMANI CENTER LAUGAVEGI 11
101 REYKJAVÍK, S. 517 8088

KJÖRKASSINN

Er frekari hækkun áfengis- og tóbaksgjalda góð leið til að auka tekjur ríkissjóðs?

Já	34,7 %
Nei	65,3 %

SPURNING DAGSINS Í DAG

Myndir þú vilja vinna í frysti-húsi í Færeyjum?

Segðu þína skoðun á [visir.is](#).

visir

6

FRÉTTABLAÐIÐ

30. júní 2009 ÞRIÐJUDAGUR

Hluti atkvæða í forsetakosningum í Íran var talinn á nýjan leik í gær:

Ekkert athugavert við kosningu

ÍRAN, AP Tíu prósent atkvæða í forsetakosningunum í Íran voru talin á nýjan leik í gær. Leiðtoga-ráð Írans tilkynnti að því loknu að niðurstöður endurtalningar staðfestu fyrri úrslit. Mir Hussein Mousavi, sem beið ósigur í kosningunum, fundaði á sunnudag með nefndinni sem rannsakar kosningarnar. Hann hyggst kynna eigin til-lögur um deiluna innan skamms. Mótmæli voru haldin á sunnu-dag í fyrsta skipti í nokkra daga og komu nokkur þúsund manns saman í þeim. Lögregla notaði táragas og kylfur til þess að brjóta mótmælin á bak aftur. Fimm af þeim níu starfsmönnum

MÓTMÆLI Ofbeldinu í kjölfar kosning-anna í Íran hefur verið mótmælt víða, meðal annars í Borgartúni þar sem þessi mynd var tekin í gær.

FRÉTTABLAÐIÐ/PIJTUR

breska sendiráðsins sem voru handteknir á sunnudag var sleppt í gær. Fjórum var haldið áfram í

yfirheyrslum. Talsmaður íranska utanríkisráðuneytisins sagði þó embættismenn í samskiptum við utanríkisráðherra Breta, David Milliband, og ekki stæði til að loka sendiráðum eða minnka samskipti á milli ríkjanna á annan hátt. Gordon Brown, forsætisráðherra Bretlands, krafðist þess í gær að þeim starfsmönnum sem enn væru í haldi yrði tafarlaust sleppt. Mahmoud Ahmadinejad forseti fyrirskipaði í gær rannsókn á dauða Nedu Agha Soltan, ungrar konu sem var skotin í mótmælum. Ahmadinejad segist sannfærður um að „óvinir þjóðarinnar“ hafi staðið að baki morðinu. - þeb

Töpuðu 378 milljónum króna:

Smábær tapar á Kaupþingi

VIÐSKIPTI Byggingarfélag smá-bæjarins Earl Shilton er nýjasta fórnarlamb íslenska bankahruns-ins. Bærinn tilkynnti nýlega að sjóðurinn hefði tapað um 1,8 milljónum punda sem samsvarar 378 milljónum íslenskra króna á viðskiptum sínum við Kaupþing Singer & Friedlander. Bærinn Earl Shilton er 9.000 manna bæjarfélag í Leicester-shire á Englandi. Byggingarfélag bæjarins hagnaðist um 100 mill-jónir króna á síðasta ári en sá gróði er horfinn eftir tap bankans í viðskiptum við Kaupþing Singer & Friedlander sem var yfirtekinn eftir hrun bankakerfisins. - bþa

Grillfólkið

Glóðernisást

Í góðum félagsskap

Njóttu góðrar máltíðar með vinum og vanda-mönnum með SS grill-kjöti. Ljúffengur krydd-lögurinn dregur fram það besta í kjötinu og vel grillað kjöt laðar fram brosið á fólkinu þínu. Grillkjötið frá SS – fyrir sérstakar stundir.

www.ss.is

Fyrirtæki þingmanna skila ársreikningi illa

Nær þriðjungur félaga sem alþingismenn tengjast hefur ekki skilað ársreikningi 2007 til ársreikningaskrár. Frestur til þess rann út í ágúst í fyrra. Þingmenn eiga stærri og fleiri hluti í fyrirtækjum nú en fyrir síðustu alþingiskosningar.

STJÓRNMÁL Af 52 félögum sem núverandi alþingismenn tengjast eiga 15 enn eftir að skila inn ársreikningi fyrir árið 2007 til ársreikningaskrár. Skilafrestur rann út 31. ágúst 2008.

Ofangreint kemur fram í nýrri skýrslu sem Creditinfo Ísland vann fyrir Fréttablaðið um þátttöku þingmanna í atvinnulífínu. Byggir niðurstaðan á skráningu í hlutafélagaskrá og ársreikningum sem skilað er til ársreikninga-skrár.

Í dag tengjast alþingismenn samtals 52 félögum, ýmist sem eigendur, stjórnarmenn, prókúru-hafar eða slíkt. Samkvæmt Creditinfo eru upplýsingarnar ekki tæm-andi, ekki sé tekið tillit til stöðu maka þingmannanna, stundum sé ekki upplýst um eignarhald í árs-reikningum og þess utan hafi um 20 prósent allra fyrirtækja ekki enn skilað inn ársreikningum. Í tilfelli fyrirtækja sem vitað sé að alþingismenn tengist sé van-skilahlutfallið þó enn hærra en gengur og gerist, eða 29 prósent. „Þingmenn Framsóknarflokksins og Samfylkingarinnar tengjast flestum þessara fyrirtækja, eða fjórum hjá hvorum flokki,“ segir í skýrslu Creditinfo.

Creditinfo hefur áður gert sam-bærilega skýrslu fyrir Fréttablaðið um þátttöku alþingismanna í atvinnulífínu. Fréttir um þá skýrslu birtust í blaðinu í apríl síð-astliðnum. Kosið var til Alþingis á milli þess sem skýrslurnar voru gerðar. „Þingmenn eru með þátt-töku sinni tengdir 52 fyrirtækjum skráðum í Hlutafélagaskrá. Fyrir rúmlega ári síðan tengdust þing-menn 70 fyrirtækjum með þeim

ÞINGHEIMUR Alþingismenn eru í dag tengdir færri fyrirtækjum en fyrir kosningarnar í apríl, en eiga samt hluti í fleiri félögum en áður. Algengast er að þingmenn tengist fyrirtækjum með stjórnarsetu.

FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

Ákvarðanir um breytingu á stjórn félaga sem teknar eru úti í bæ og öllum huldar haggag ekki slíkri ábyrgð.

ÚR SKÝRSLU CREDITINFO

hætti,“ segir Creditinfo sem ekki getur upplýst hvaða þingmenn tengjast hvaða fyrirtækjum vegna synjunar Persónuverndar á slíku. Þótt fyrirtækjum sem þingmenn eru tengdir hafi fækkað eiga þeir hlut í fleiri fyrirtækjum eftir kosningarnar og eignarhluturinn er stærri.

Gerðar voru athugasemdir af hálfu Vinstri grænna vegna fyrri skýrslu Creditinfo frá því í apríl.

Þeir sögðu sumar upplýsingarnar varðandi þingmenn flokksins vera úreltar og rangar. Höfundar nýrrar skýrslu Creditinfo segja að samkvæmt lögum sé skylt að tilkynna breytingar á stjórnun félaga til hlutafélagaskrár innan eins mánaðar. „Misbrestur á slíku getur valdið sektum eða fangelsi,“ segir Creditinfo og ítrekar að það telji fyrri skýrsluna byggða á rétt-um gögnum og bendir jafnframt á að þeir sem skráðir séu stjórnar-menn samkvæmt hlutafélaga-skrá hafi bæði rétt til að skuld-binda viðkomandi félög og þurfi að sæta refsíábyrgð ef því sé að skipta. „Ákvarðanir um breytingu á stjórn félaga sem teknar eru úti í bæ og öllum huldar haggag ekki slíkri ábyrgð.“

gar@frettabladid.is

Mikil sorg í Vestur-Noregi eftir hörmulegt slys:

Fimm týndu lífi í Eikarsundsgöngum

NOREGUR Fimm manns létu lífið eftir árekstur í Eikarsundsgöng-um í Noregi á sunnudagskvöld. Tvær bifreiðar, sendibíll og fólks-bíll, rákust á inni í göngunum og við það kviknaði eldur í fólksbíln-um. Rúmlega fimmtugur karl-maður var í sendibílnum og fjórir menn á þrítugsaldri í fólksbílnum. Allir létust.

Fólk í öðrum bílum sem voru í göngunum bjargaðist, sumir hverjir naumlega, undan mikl-um reykh og eldi. Vegna reyks og hita komust björgunarmenn ekki að slysstaðnum fyrr en nokkrum klukkustundum eftir að slysið varð. Nánari tildrög slyssins eru ekki kunn, en meðal þess sem

verið er að skoða er hvort annar hvor bílanna hafi verið á of mikl-um hraða.

Ungu mennirnir fjórir voru allir úr bænum Ørsta sem er rúmlega tíu þúsund manna bær í Vestur-Noregi. Sendibílstjórinn var frá Ulsteinvik, sem er fimm þúsund manna bær. Mikil sorg ríkir í bæj-unum og var félagsheimili í Ørsta opið í allan gærðag fyrir syrgj-endur.

Göngin eru dýpstu neðansjávar-göng í heimi og eru um átta kíló-metra löng. Göngin voru opnuð í febrúar 2008. Til samanburðar eru Hvalfjarðargöngin tæpur fimm og hálfur kílómetri. Mesta dýpt sjávar þar er 40 metrar. - þeb

FORSETAHJÓNIN Kosningarnar í Argentínu eru sagðar áfall fyrir hjónin.

Þingkosningar í Argentínu: Valdapar tapaði

ARGENTÍNA, AP Nestor Kirchner, fyrrum forseti Argentínu, féll af þingi í kosningum um helgina. Úrslitin í kosningunum voru jafnframt mikið áfall fyrir eig-inkonu Kirchners, núverandi forseta, Cristinu Fernandez, þar sem flokkur þeirra hjóna tap-aði meirihluta á þingi. Peronista-flokkurinn tapaði meirihluta sínum í bæði efri og neðri deild-um þingsins. - þeb

Verðtryggð skuldabréf

Lánasjóðs sveitarfélaga ohf.

LSS150224

Lánasjóður sveitarfélaga ohf. (LSS), kt. 580407-1100, hefur birt útgefandalýsingu og grunnlýsingu dagsettar 29. júní 2009 vegna töku skuldabréfa til viðskipta á NASDAQ OMX Iceland hf. Utgefandalýsinguna og grunnlýsinguna ásamt þeim gögnum sem vitnað er til í þeim er hægt að nálgast hjá Lánasjóði sveitarfélaga ohf., Borgartúni 30, 105 Reykjavík og á heimasíðu Lánasjóðs sveitarfélaga ohf. [www.lanasjodur.is](#) fram til lokagjald dags skuldabréfanna.

Nafnverð útgáfu:

Heildarnafnverð skuldabréfanna sem óskað hefur verið að tekin verði til viðskipta 1. júlí 2009 er 180.000.000 kr., heildarnafnverð flokksins eftir þá stækkun er þá 13.220.000.000 kr. Nafnverð hverrar einingar er 1 kr.

Skilmálar bréfanna:

Skuldabréfin eru verðtryggð jafngreiðslubréf. Bréfin bera fasta 3,75% ársvexti sem greiddir eru hálfárslega, 15. febrúar og 15. ágúst ár hvert, í fyrsta sinn 15. febrúar 2009 og í síðasta sinn 15. febrúar 2024. Auðkenni flokksins á NASDAQ OMX Iceland hf. er LSS150224 og ISIN númer IS0000018869.

Reykjavík, 30. júní 2009.

Lánasjóður sveitarfélaga ohf.



PRÝSTIJÖFNUNAR SVAMPSRÚM

30%

AFSLÁTTUR!



- Lagar sig að líkamanum
- Veitir fullkomna slökun
- Engin hreyfing milli svefnsvæða
- Hefur óviðjafnanlega þyngdardreyfingu
- Kemur líkamanum í rétta stellingu til hvíldar
- Þarf ekki að snúa
- 10 ára ábyrgð

**PRÝSTIJÖFNUNAR-
SVAMPSRÚM**

(Queen size 153x203)

Verð frá 165.500 kr.

**Verð nú frá
115.850 kr.**

**FJÖLSTILLANLEG HÁGÆÐA
AMERÍSK HEILSURÚM Á
30% AFSLÆTTI!**



S-CAPE

Fjölstillanlegt amerískt
heilsurúm með hágæða
heilsudýnu (2x97x203)
Verð frá 821.114 kr.

**Verð nú frá
574.480 kr.**

WALLHUGGER

Fjölstillanlegt amerískt
heilsurúm með hágæða
heilsudýnu (2x97x203)
Verð frá 676.114 kr.

**Verð nú frá
473.279 kr.**

rekkjan

ÓDÝRT Í HAGKAUP



SVÍNALUNDIR

1.398 kr/kg.LAMBASTEIK
ÚR LAMBALÆRI**1.874** kr/kg.

Merkt verð 2.498.-



JENSEN BBQ RIF

1.799 kr/pk.SÉRVALINN HUMAR
1 KG.**2.999** kr/kg.

Gildir til 5. júlí eða á meðan birgðir endast.

HAGKAUP

Ein ferð betra verð

Styrktarsjóður Susie Rutar frumsýndi nýjar sjónvarpsauglýsingar í gær:

Tekist á við sannleikann

FORVARNIR „Allir sem hafa séð auglýsingarnar hafa orðið djúpt snortnir. Auglýsingarnar sýna sannleikann og fólk þarf að takast á við hann,“ segir Stefanía Sigurðardóttir, meðlimur í Styrktarsjóði Susie Rutar Einarisdóttur. Frá því í ágúst á síðasta ári hefur sjóðurinn unnið að vitundarvakningar- auglýsingum sem voru frumsýndar í Hinu húsinu í gær og fóru samtímis í spilun í sjónvarpi.

Susie Rut Einarisdóttir, vinkona Stefaníu, lést af völdum fíkniefna fyrir tveimur árum, þá 22 ára að aldri. Styrktarsjóður í hennar nafni var stofnaður að frumkvæði föður Susie stuttu síðar, og er



ÁTAKIÐ KYNNT Sandra Kristjánsdóttir, Viktoría Rós Gísladóttir og Stefanía Gísladóttir úr Styrktarsjóði Susie Rutar kynntu átakið í gær.

FRÉTTABLAÐIÐ STEFÁN

sjóðurinn skipaður vinum hennar úr ýmsum áttum.

Í auglýsingunum er rætt við vini og vandamenn fjögurra einstak-

linga sem allir létust fyrir aldur fram af völdum fíkniefna. „Markmiðið með auglýsingunum er að vekja fólk til umhugsunar um að fíkn gerir ekki greinarmun á fólki,“ segir Stefanía. „Við vildum sýna fram á að fíkniefnaneytendur eru oft ósköp venjulegar manneskjur, úr ósköp venjulegum fjölskyldum, sem ætluðu sér aldrei að verða fíklar.“

Ýmsir aðilar lögðu Styrktarsjóði Susie Rutar lið við gerð auglýsinganna. Felix Bergsson leikari tók viðtöl við aðstandendur þeirra sem rætt er um í auglýsingunum, Benni Hemm Hemm gaf tónlistina og Filmus sá um framkvæmd. - kg

Endurreisnarsjóður í burðarliðnum á ný

Á vettvangi lífeyrissjóðanna er hafin á ný vinna við stofnun endurreisnarsjóðs. Sjóðurinn væri ætlaður til fjárfestinga í lífvænlegum fyrirtækjum en snertir ekkert á mögulegri aðkomu sjóða við fjármögnun opinberra framkvæmda.

EFNAHAGSMÁL „Við erum að vinna skipulega að því að koma fjárfestingasjóði á koppinn í anda þeirra hugmynda sem komið höfðu fram. Það má segja að sú vinna sé komin í fastar skorður á nýjan leik,“ segir Arnar Sigurmundsson, formaður Landsamtaka lífeyrissjóða, um stofnun Fjárfestingasjóðs Íslands. Vinna við stofnun sjóðs til að styðja við lífvænleg fyrirtæki í vanda hófst skömmu eftir hrunið í október. Sú vinna féll niður í vetur en hófst aftur nýlega.

Um áramótin beittu Samtök atvinnulífsins (SA) og Alþýðusambandið sér fyrir því á vettvangi lífeyrissjóðanna að stofnaður yrði á þeirra vegum Fjárfestingasjóður Íslands til að taka þátt í endurreisn atvinnulífsins. Hugmyndin var að sjóðurinn hefði 75 milljarða króna fjárfestingargetu til þriggja ára þar sem allir sjóðirnir myndu skuldbinda sig til þátttöku á þeim tíma. Alls rynnu 25 milljarðar til hans í þrjú ár og líftími sjóðsins var ætlaður tíu ár, en að þeim tíma liðnum yrðu allar fjárfestingar hans seldar. Frumvarp um breytingu á lögum um lífeyrissjóði var samþykkt í árslok 2008 til að auðvelda stofnun sjóðsins.

Arnar segir að frágangur lífeyrissjóðanna á gjaldmiðla-skiptasamningum við skilaneindir gömlu bankanna sé forsenda fyrir stofnun fjárfestingasjóðsins. „Þetta uppgjör hefur tafið stofnun sjóðsins. Þessar viðræður hafa dregist, án þess að liggja beinlínis niðri, en við tókum þá ákvörðun fyrir nokkrum vikum að halda áfram með stofnun sjóðsins.“ Arnar segir að engar greiðslur



UPPBÝGGING Verktakafyrirtæki hafa átt undir högg að sækja eftir hrun. Fjárfestingasjóður mun ekki gera greinarmun á fyrirtækjum eftir atvinnugreinum.

FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN



ARNAR SIGURMUNDSSON

að fjármögnun opinberra framkvæmda; hvort sem þær eru í einkaframkvæmd eða ekki. Arnar segir að lífeyrissjóðirnir hafi hundrað milljarða í ráðstöfunar-

verði reiddar af hendi inn í nýjan sjóð fyrr en búíð sé að landa uppgjöri- nu við skilane- nefndirnar.

Stofnun fjárfestinga- sjóðsins snertir ekki á hugsan- legri aðkomu lífeyrissjóðanna að fjármögnun opinberra framkvæmda; hvort sem þær eru í einkaframkvæmd eða ekki. Arnar segir að lífeyrissjóðirnir hafi hundrað milljarða í ráðstöfunar-

fé á ári eftir greiðslur lífeyris og tuttugu prósent af þeirri tölu hafi verið orðuð við fjárfestingar. Hann tekur fram að hvort og hvernig að slíkum fjárfestingum verði komið sé óráðið. Vinnuhópur sjóðanna og fjármálaráðuneytisins hafi verið stofnaður og skili tillögum í ágúst. Eins sé það hverjum sjóði í sjálfsveld sett að hvaða fjárfestingum þeir kunna að standa hjá hinu opinbera. Helst líta lífeyrissjóðirnir til samgöngumannvirkja í því samhengi. „Við höfum ákveðið fjármagn en að þessum tveimur atriðum erum við að vinna með skipulegum hætti þessa dagana“, segir Arnar.

svavar@frettabladid.is

Kjaraviðræður hefjast í dag á opinberum vinnumarkaði:

Réttindi í stað launahækkana

KJARAMÁL Kjaraviðræður opinberra starfsmanna og viðsemjenda þeirra hefjast í dag. Ljóst er að ekki er mikið tóm fyrir launahækkunar nema þá á lægstu laun. Árni Stefán Jónsson, starfandi formaður Bandalags starfsmanna ríkis og bæja, vill að samið verði um aukin réttindi til handa starfsmönnum.

Árni segir ýmis réttindamál hafa staðið út af borðinu í kjaraviðræðum undanfarinna ára og nú sé kjör- ið tækifæri til einbeita sér að þeim. Hann segir alla viðsemjendur meðvitaða um að ekki sé mikið til skiptanna hvað varðar launahækkunar.

„Við höfum undanfarin ár reynt að semja um breytingar á vinnu- tíma, svo dæmi sé tekið. Það snýr

aðallega að vaktavinnufólki. Í síðustu kjarasamningum reyndum við að fá styttingu á vinnutíma þess, en þá var svo mikil þensla að það gekk ekki. Nú eru allir blankir, en vonandi næst þetta í gegn.“ Árni nefnir einnig tryggingamál og jafnrétti til launa.

Samhliða stöðugleikasáttmálanum voru gerðir kjarasamningar á almennum vinnumarkaði. Samið var um 13.500 króna launahækkun sem verði tvískipt; taki gildi 1. júlí og 1. nóvember.

Árni segir að viðræður opinberra starfsmanna muni verða á þeim nótum. Launhærri félagar geti ekki búist við hækkun. „BHM og KÍ gera ekki kröfu um hækkunar.“

- kóp



STARFANDI FORMAÐUR Árni Steinar býst við að viðræðurnar gangi vel fyrir sig, en aðilar hafa þegar ræðst óformlega við.

FRÉTTABLAÐIÐ/ÞJETUR

ÓDÝRT!

Lækkað verð alla vikuna!

ÓDÝRT!

ÓDÝRT!
ÓDÝRT!

6.490
~~7.990~~

Tjald, Santa Barbara

3 manna
5869205

TAX FREE!
TAX FREE!
ALLAR
VINDSÆNGUR

Svefnpoki, Oulu

3 manna
5869205

2.990
~~3.990~~

Tjald, Sylt

6 manna fjölskyldutjald,
5869207

16.990
~~18.990~~

ALLT FYRIR ÚTILEGUNA

FRÁBÆRT VERÐ ALLA VIKUNA

TAX FREE!
TAX FREE!

ÖLL
KÆLIBOX

8.990

Gönguskór, leður

Herra og dömu,
ítalskir leðurskór með veltisóla
5863085-5863096

Regn/vindsett,

Herra og dömu, margir litir, S-XXXL
5868001-5868006

4.999
~~5.990~~

Veððistöng

Fánlegt á Torginu
í völdum verslunum
4301099

1.490

TAX FREE!
TAX FREE!

ALLAR
FLÍSPEYSUR
OG SOFTSHELL

TAX FREE!
TAX FREE!

BARNA-
LEIKFÖNG

Gildir í verslunum
Húsasmiðjunnar um land allt



Frábær saman

Allar upplýsingar eru birtar með fyrirvara um prentvillur og myndavíxl og eru háðar lagerstöðu.

KAUPHÖLL ÍSLANDS [Hlutabréf]

Fjöldi viðskipta: 6

OMX ÍSLAND 15
261 **-0,50%**

Velta: 11 milljónir

OMX ÍSLAND 6
735 **+0,33%****MESTA HÆKKUN** **FØROYA BANKI**

0,83%

MESTA LÆKKUN**ATLANTIC AIRWAYS**

1,22%

HLUTABRÉF Í ÚRVALSVÍSITÖLU: Alfesca 4,20 +0,00% ... Atlantic Airways 162,00 -1,22% ... Atlantic Petroleum 474,00 +0,00% ... Bakkavör 1,19 +0,00% ... Eik Banki 89,00 +0,00 ... Eimskipafélagið 0,50 +0,00% ... Føroya Banki 122,00 +0,83% ... Icelandair Group 4,75 +0,00% ... Marel Food Systems 51,70 +0,00% ... Össur 111,50 +0,00%

viðskipti

Umsjón: MARKAÐURINN

nánar á visir.is

Einkabankaþjónusta Nordea best

„Við fengum vinnu hér úti einfaldlega af því að við erum íslenskir bankamenn,“ segir Sveinn Helgason, starfsmaður norræna risabankans Nordea í Lúxemborg. Hann vinnur nú að því ásamt Herði Guðmundssyni að setja upp sérstaka deild fyrir íslenska viðskiptavinum bankans.

Nordea, sem er einn stærsti banki Norðurlanda, var nýverið verðlaunaður fyrir að bjóða upp á bestu einkabankaþjónustu í könnun sem MyPrivateBanking.com stóð fyrir. Um tuttugu einkabankar tóku þátt í könnuninni. Nordea hlaut 79 stig í einkunn af hundrað mögulegum. Meðaleinkunn hinna bankanna sem kannaðir voru var 52 stig.

Þetta er í annað sinn á árinu sem Nordea hlýtur verðlaun fyrir einkabankaþjónustuna en hann var valinn best

bankinn í einkabankaþjónustu á Norðurlöndunum og í Eyrstrasaltsríkjunum af fagtímaritinu Euromoney í febrúar.

Sveinn vann hjá Landsbankanum í Lúxemborg en Hörður hjá Glitni. Í kjölfar ríkisvæðingar bankanna í október bauð Nordea viðskiptavinum íslensku bankanna ytra að færa sig yfir og gerði stór hluti þeirra það. Í kjölfarið voru þeir Sveinn og Hörður ráðnir til Nordea til að setja á laggirnar deild sem einbeittir sér að íslenskum viðskiptavinum. Sérstakar deildir eru innan bankans fyrir viðskiptavinum af ýmsum þjóðernum.

- jab

HORFT YFIR LÚXEMBOURG Tveir Íslendingar vinna nú að því að setja upp deild fyrir íslenska viðskiptavinum hjá Nordea-bankanum í Lúxemborg.



Betri tíð endurspeglast í löngum skuldabréfum

Skuldabréfaútgáfa Lánasýslunnar er næstum jafn mikil nú og gert var ráð fyrir á árinu öllu. Hagfræðingur hjá Seðlabankanum segir hinu opinbera hafa gengið vel að fjármagna sig með skuldabréfaútgáfu.

„Það er mjög gott hvað ríkissjóði hefur gengið vel að fjármagna sig með útgáfu skuldabréfa,“ segir Björgvin Singhvatsson, hagfræðingur á alþjóða- og markaðssviði Seðlabankans.

Hann segir að enn sé unnið eftir áætlun í lánamálum ríkissjóðs um útgáfu ríkisskuldabréfa frá því í janúar þrátt fyrir rúma 170 milljarða króna halla á ríkissjóði.

Áætlunin í janúar var í samræmi við hreina fjárbörf ríkissjóðs þá, eða upp á 145 milljarða króna. Nú þegar árið er hálfnað er ríkissjóður búinn að gefa út skuldabréf fyrir 128 milljarða af þeim 145 sem fyrirhugað er að selja á árinu. Björgvin segir hluta af ástæðunni fyrir mikilli eftirspurn eftir ríkisbréfum þá að útgefendum skráðra skulda-



ÞRÚN MÁLA SKÝRÐ Þórarinn G. Pétursson, aðalhogfræðingur Seðlabankans, skýrir væntingar um langtímaverðbólgu á vaxtaákvörðunarfundi bankans. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

bréfa hafi fækkað og fáir kostir í boði.

Þá bætir hann við að helstu væntingar um efnahagslífið til lengri tíma endurspeglast í nýrri útgáfu ríkisbréfa með gjalddaga árið 2025 en það er lengsti skuldabréfaflokkur sem Seðlabankinn hefur gefið út fyrir hönd ríkissjóðs. Björgvin bendir á að kaupendur þeirra bréfa vænta þess að

verðbólga haldist að jafnaði lág fram til 2025 og að efnahagslífið verði nokkuð stöðugt þangað til. Þá verða Icesave-skuldbindingar hins opinbera greiddar upp, gangi allt eftir. „Það mikilvægasta er að þeir telja ekki mikla áhættu felast í fjárfestingu óverðtryggðra ríkisskuldabréfa með löngum líftíma,“ segir Björgvin. jonab@markadurinn.is

Til sölu rekstur og eignir Loftorku Borgarnesi ehf.

Protabú **Loftorku Borgarnesi ehf.** sem var alhliða framleiðslu- og verktakafyrirtæki á sviði mannvirkjagerðar og sérhæfði sig í framleiðslu á forsteyptum hlutum úr steinsteypu í mannvirki og steinrör í holræsi, auglýsir eftir tilboðum í rekstur og allar eignir protabúsins.

Áhugasamir kaupendur hafi samband við skiptastjóra protabúsins, **Eirík Elís Þorláksson**, hrl., eigi síðar en fimmtudaginn 2. júlí n.k. kl. 16:00.

Undirritaður veitir allar nánari upplýsingar.

Eiríkur Elís Þorláksson, hrl.
LEX ehf.
Borgartúni 26, 105 Reykjavík og
Hafnarstræti 94, Akureyri
Sími 590 2600
eirikur@lex.is

deCode snýr aftur með trompi

Starfsmenn Íslenskrar erfðagreiningar hafa í samvinnu við sérfræðinga frá Danmörku og Hollandi uppgötvað fylgni á milli nýrnasteina og beinþynningar. Niðurstöður benda til að 60 prósent manna séu með erfðaeftni sem auki líkurnar á að þeir fái nýrnasteina um 65 prósent. Líkur eru sömuleiðis á að genið valdi beinþynningu í mjóðm og mjóbaki kvenna.

Vísindamennirnir hafa skrifað grein um efnið sem birt verður í

næsta tölublaði fagtímaritsins Nature Genetics. Hana má nú þegar nálgast á vef tímaritsins.

Þetta voru ekki einu fréttirnar sem fluttar voru af deCode í gær. Hlutabréf félagsins voru sömuleiðis endurskráð á aðallista bandaríska hlutabréfamárkadarsins Nasdaq.

Seint á síðasta ári kom í ljós að fyrirtækið uppfyllti ekki skilyrði fyrir skráningu á aðallista og var það flutt niður um nokkur þrep á

Capital Market-lista í febrúar.

Gengi hlutabréfa í deCode rauk upp um 50 prósent við fréttirnar strax á föstudag og um allt að 117 prósent þegar best lét fyrir opnun markaða í gær og stóð í 65 sentum á hlut við upphaf viðskiptadagsins. Það hafði ekki verið hærra síðan í byrjun september í fyrra. Um það leyti fór það undir einn dal á hlut í annað sinn frá skráningu á hlutabréfamarkað vestra árið 2000.

- jab



410 4000 | landsbankinn.is

EINKABANKINN | SJÁLFRIRKT HEIMILISBÓKHALD

Kakan þín er komin í Einkabankann



- Fyrsta sjálfvirka heimilisbókhaldið
- Enginn innsláttur í Excel og engir útreikningar
- Þú velur hvaða reikningar og kort mynda kökuritið
- Færslurnar eru flokkaðar fyrir þig
- Hægt er að endurnefna og endurflokka færslur

Heimilisbókhaldið er í Einkabankanum þér að kostnaðarlausu. Kynntu þér málið á landsbankinn.is.



Landsbankinn

Vinsælastur í heimi*

Nokkur atriði um vinsældir og sætumagn tómata

Íslenskir tómatar eru bragðmeiri sökum þess að þeir fá að þroskast til fulls á tómataplöntunni

Er alveg fitulaus

Ítalir kalla tómatinnn ástareplið og þykir hann afar kynörvandi

Inniheldur lýkópen sem er öflugt andoxunarefni

Til eru meira en 10.000 mismunandi tegundir af tómötum

Tómaturinn er mest selda grænmeti í heimi en meira en 60 milljónir tonna eru ræktuð ár hvert*

Er ávöxtur en vegna lítils sætumagns var tómaturinn flokkaður sem grænmeti

Geymist best við stofuhita því kæling eyðir bragði og næringu tómatsins

islenskt.is



Leki úr Atvinnuleysistryggingasjóði:

Markvissari forgangsröðun

STEINUNN STEFÁNSDÓTTIR SKRIFAR

Við Íslendingar erum fremur óvanir atvinnuleysi og fylgifiskum þess. Þó að atvinnuleysisprósentan hafi hér eitthvað hreyfst upp og niður er það svo að lengst af hefur hér verið vinnu að hafa fyrir alla þá sem geta og vilja vinna. Síðustu ár var atvinnuástandið svo þannig að hér á landi var of lítið vinnuafli miðað við þá atvinnu sem var í boði.

Þetta hefur breyst, eins og svo margt annað, eftir hrunið. Nú er nálægt því einn af hverjum tíu atvinnulaus og að auki hafa margir orðið fyrir verulegu tekjutapi vegna samdráttarins, meðal annars vegna þess að starfshlutfall hefur verið skert.

Eftir lagabreytingar sem samþykktar voru á Alþingi í haust getur fólk sem misst hefur hluta vinnu sinnar nú fengið tekjutengdar atvinnuleysisbætur í sex mánuði. Þetta er mikilvægur réttur og er ætlað að dreifa atvinnuleysinu, ef svo má segja. Ef fækka þarf stöðugildum um tvö á tíu manna vinnustað má koma í veg fyrir að tveir missi vinnuna alveg með því að allir missi 20 prósent af starfshlutfalli sínu, og eigi þá möguleika á atvinnuleysibótum á móti. Þetta er góð leið til að dreifa byrðunum.

Í forsíðufrétt blaðsins í dag koma fram áhyggjur félagsmálaráðherra af því að misnotkun á þessu ákvæði eigi sér stað þannig að fyrirtæki noti atvinnuleysistryggingasjóð til þess að niðurgreiða launakostnað sinn með því að skrá starfsfólk atvinnulaust að hluta, án þess að sú sé raunin.

Gera verður ráð fyrir því að slíkt svindl sé ekki stundað í stórum stíl. Hitt er umhugsunarefni að ekki skuli hafa verið sett þak á þau laun sem þiggjendur hlutabóta mega hafa fyrir hlutastarf sitt.

Hámarkshlutabætur vegna 50 prósentu atvinnuleysis nemur nú 120 þúsund krónum á mánuði en lágmarksbætur vegna fulls atvinnuleysis er tæplega 150 þúsund krónur á mánuði, eða aðeins 30 þúsund krónum meira.

Samkvæmt upplýsingum frá Vinnumálastofnun eru allmörg dæmi þess að fólk sem fær há laun fyrir hlutastarf þiggi að auki 120 þúsund krónur í hlutabætur úr atvinnuleysistryggingasjóði. Þetta er í fullu samræmi við lögin en hlýtur að skoðast sem gat sem stoppa verður í.

Að öllu óbreyttu er talið að atvinnuleysistryggingasjóður verði uppurinn um mánaðamótin október-nóvember. Það er því harla öfugsnúið að fé úr honum skuli í talsverðum mæli vera varið til þess að greiða greiða fólki hlutabætur sem hefur jafnvel 500 þúsund krónur eða meira í mánaðarlaun fyrir hálf t starf.

Í árferði eins og nú er gríðarlega mikilvægt að velferðarkerfið sé öflugt öryggisnet fyrir þá sem eiga líf sitt og afkomu undir því. Að sama skapi er aldrei mikilvægara að forgangsröðun verkefna velferðakerfisins sé markviss.

Rétturinn til hlutaatvinnuleysisbóta er vissulega mikilvægur. Það þýðir þó ekki að við höfum efni á að bjóða fólki upp á hlutabætur ofan á há laun fyrir 50 prósent starf. Atvinnuleysistryggingasjóður hefur brýnni skyldum að sinna.

FRÉTTABLAÐIÐ

ÚTGAUFÉLAG: 365 miðlar ehf. STJÓRNARFORMADUR: Ingibjörg S. Pálmadóttir FORSTJÓRI OG ÚTGAUFUSTJÓRI: Ari Edwald RITSTJÓRI: Jón Kaldal jk@frettabladid.is AÐSTODARRITSTJÓRI: Steinunn Stefánsdóttir steinunn@frettabladid.is Fréttablaðið kemur út í 90.000 eintökum og er dreift ókeypis á heimili á höfuðborgarsvæðinu og Akureyri. Einnig er hægt að fá blaðið í völdum verslunum á landsbyggðinni. Fréttablaðið áskilur sér rétt til að birta allt efni blaðsins í stafrænu formi og í gagnaböðum án endurgjalds. ISSN 1670-3871



- Lífið heil

www.lyfja.is

+Gildir 26. júní – 3. júlí
á meðan birgðir endast.

20% afsláttur +

CLINIQUE. Vertu brún án þess að brenna, notaðu sólarvörn frá Clinique. Ofnæmisprófuð, ilmeffalaus og hönnuð af húðlæknum.

FRÁ DEGI TIL DAGS

Hreðjatarinn
hreðjatekinn

Eftir að hafa útmálað sig sem hrekklaus fórnarlömb klækja Gunnars I. Birgissonar, verjast félagar hans í stjórn Lifeyrissjóðs Starfsmannafélags Kópavogs nú allra fréttu af tölvu-póstum sem sýna að þeim virðist hafa verið fyllilega ljóst að Fjármálaeftirlitið myndi líta fjárveitingar til bæjarins hornauga. Í stjórninni sátu meðal annars Flosi Eiríksson, bæjarfulltrúi Sam-

fylkingarinnar, og Ómar Stefánsson, oddviti Framsóknar í bænum. Ómar hefur verið í essinu sínu undanfarna daga og sagt Sjálfstæðisflokknum í Kópavogi að sitja og standa eftir sínu höfði ella verði stjórnarsamstarfinu slitið. Nú er hins vegar útlit fyrir að hreðjatekið hafi snúist við. Þess er sjálfsagt ekki langt að bíða að

Sjálfstæðisflokkurinn launi Ómari lambið gráa með viðlíka afarkostum og hann setti þeim fyrir skemmstu.

Madoff á
Íslandi?

Bandaríski fjárglæfmaðurinn

Bernie Madoff var í gær dæmdur í fangelsi fyrir að hlunnfara viðskiptavini sína um 61 milljarð dollara. Það er svo að segja nákvæmlega sú fjárhæð, sem íslensku bankarnir hafa hlunnfarið viðskiptavinum sínum, samkvæmt tölum Alþjóðagjald-eyrissjóðsins frá í nóvember 2008. Raunar fóru viðskiptavinir íslensku bankanna öllu verr út úr viðskiptum sínum en þeir sem skiptu við Madoff, því í tölum AGS er ekki gert ráð fyrir rýrnum peningamarkaðssjóða, lifeyrissjóða og fleiri sjóða. Við dóms-uppkvaðninguna bað Madoff fórnarlömb sín afsökunar. Það er meira en margir af hans sauðahúsi hér á landi hafa gert. Madoff var dæmdur í 150 ára fangelsi.

bergsteinn@frettabladid.is

Goðsögn og furðufugl

Sviplegt fráfall Michaels Jackson í seinustu viku markar tímamót fyrir fólk af minni kynslóð. Enda þótt Jackson hafi einungis verið fimmtugur að aldri er hann lést er hann maður sem fólk á fertugsaldri hefur alltaf þekkt. Hann var orðinn poppstjarna tíu ára gamall með sönghópnum Jackson Five sem var skipuð fimm bræðrum frá Indiana og var Michael sá yngsti en varð þó fljótlega aðalsöngvarinn. Faðir hans, Joe Jackson, var fyrrverandi boxari og rak syni sína áfram með harðri hendi. Fljótlega fór Michael að syngja einn og varð stórstjarna á áttunda og níunda áratugnum. Hafa líklega fáir dægurlagatónlistarmenn notið meiri vinsælda.

En síðan gerðist eitthvað. Sérviska Jacksons vakti æ meiri athygli fjölmiðla. Jackson hafði nefbrotnað við dansæfingar árið 1979 og fór í kjölfarið í fjölmargar skurðaðgerðir. Minna nef og föleri ásynd urðu til þess að hann var sakaður um að þrá „hvítara“ útlit. Vegna dansþjálfunar var Jackson í ströngu aðhaldi á mataræði og vakti það grun um að hann þjáðist af átröskunum. Á þessum tíma fannst söngvaranum þó flestöll fjölmiðlaumfjöllun af hinu góða og ýtti hann meira að segja sjálfur undir orðróm um að hann svæfi í súrefnistjaldi til að varðveita æsku sína. Lýsti hann sjálfum sér sem Pétri Pan – manni sem væri síbernskur, en veruleikinn var öllu kaldranalægri. Í raun hafði bernska hans einkennt af vinnu og striti til að standa undir metnaði föður hans.

Velgengni Jacksons á níunda áratugnum skyggði jafnan á orðróminn um sérvisku hans. Hæst náði velgengni hans í kringum plöturnar Of the Wall, Thriller og Bad þar sem hann



SVERRIR JAKOBSSON

Í DAG | Michael Jackson

átti í samstarfi við Quincy Jones. Verk hans sem unnin voru á tíunda áratugnum seldust einnig vel en þó ekki eins og fyrri plöturnar. Jackson fór nú að hafa áhyggjur af neikvæðri fjölmiðlaumfjöllun um sig og mætti í viðtal við Oprah Winfrey til að bera söguburðinn til baka. Það hafði þó lítil áhrif og nú bættust við málsoknir á hann fyrir misnotkun á börnum. Var

Mikilvægur hluti af ímyndar-smíð stjarnanna snýst því um að telja almenningi trú um að þær séu þverskurður af samfélaginu en ekki afbrigðilegir einstaklingar.

Jackson fyrir rétti 1993-1994 vegna slíkra mála en á endanum var fallið frá málaferlum gegn greiðslu hárra skaðabóta. Í kjölfarið varð Jackson háður verkjalyfjum og hélt áfram að léttast. Árið 1994 gekk hann að eiga Lisu Presley, dóttur stórsöngvarans Elvis Presley, en í fjölmiðlum var ýjað að því að hjónabandið væri sýndarmennska til að slá á ímynd Jacksons sem furðufugls. Eftir skilnaðinn við Presley gekk hann að eiga hjúkr-unarkonuna Deborah Rowe og áttu þau tvö börn, en þau skildu 1999. Eftir það gafst Jackson

upp á hjónabandi og hefðbundnu fjölskyldulífi, en eignaðist son með staðgöngumóður árið 2002.

Fréttir af einkalífi Jacksons skyggðu á tónlistarferilinn og ekki bætti úr skák að hann var aftur sakaður um misnotkun á börnum árið 2003. Eftir löng réttarhöld var hann þó sýknaður og samkvæmt vitnisburði læknis átti Jackson að vera á sama þroskastigi og 10 ára barn. Í kjölfarið flutti Jackson um tíma til Bahrain og voru uppi getgátur um að hann hefði snúist til Islam. Andlát Jacksons hefur vakið upp umræðu um sérvisku hans þar sem kastljósið hefur einkum beinst að lyfjamisnotkun hans og óeðlilegu þyngd-artapi.

Á hinn bóginn hafa plötur Jacksons nú aftur rokið upp metsölulistana og orðstír hans sem dægurtónlistarmanns lifir ennþá góðu lífi. Enginn vafi er á því að hæfileikar hans voru miklir en þeir féllu iðulega í skuggann af því sem var óhefðbundið og skringilegt við hegðun hans og einkalíf. Sem barnastjarna galt Jackson frægðina dýru verði og hélt áfram að gera það eftir að hann komst á fullorðinsár.

Á bak við hina miklu og löngu sögu um furðufuglinn Michael Jackson leynist líklega hin óhugsaða krafa okkar venjulega fólksins um að stórstjörnur eigi að vera eins og við hin, þó að líf þeirra sé á engan hátt líkt því sem flest okkar búa við. Mikilvægur hluti af ímyndar-smíð stjarnanna snýst því um að telja almenningi trú um að þær séu þverskurður af samfélaginu en ekki afbrigðilegir einstaklingar. Jackson reyndi að svara þessu með því marka sér bás sem annars konar stjörnu, sérvitrungi og furðufugli. En hann komst aldrei upp með það.

Icesave - verðmiði á trausti

UMRÆÐAN

Halldór Reynisson skrifar um Icesave-samningana

Icesave-samningurinn liggur nú fyrir Alþingi. Áhöld eru um hvort hann verður samþykktur eða ekki. Ég óttast að það verði Íslands óhamingju að vopni felli þingið samninginn.

Víst er hann ekki góður. En staða okkar sem þjóðar er bara vond. Icesave er okkar erfðasynd vegna svallveislu síðustu ára. Samningurinn okkar yfirbót í augum umheimsins.

Það eru óheilindi sem kenna má við skrum þegar reynt er að gera Icesave að flokks-pólítískri deilu. Málið er lagatæknilegt, fjárhagslegt, það snýst um grunntraust á fjármálastarfsemi heillar álfru; að fólk geti lagt sitt sparifé inn í banka við lágmarksáhættu án þess að eiga það á hættu að spariféð gufi upp. Í húfi er traust þess samfélags þjóðanna sem

HALLDÓR
REYNISSON

við teljum okkur tilheyra, norræna samfélagsins, evrópska samfélagsins. Þegar slíkt traust er annars vegar er enginn eyland, ekki einu sinni við Íslendingar.

Fyrri ríkisstjórn hefði líka þurft að semja um Icesave. Sennilega hefði útkoman orðið sú sama því málið er eins og áður segir tæknilegt, jafnvel siðferðilegt. Það er því misskilningur, í versta falli yfirdrepskapur þegar reynt er að finna þessum samningi allt til foráttu. Sumir telja sig rata aðra leið. Er það kannski hin leiðin fræga?

Hvað ef samningurinn verður felldur? Stjórnarkreppa? Sundurlyndi? Mánaða eða missera kyrrstaða? Eyðilandið Ísland?

Við þurfum að byggja upp traust á okkur. Og traust er bara dýru verði keypt hafi það eitt sinn glatast. Því miður, Icesave er verðmiðinn.

Höfundur er prestur.

Nýtt
magalyf
án lyfseðils

Af litlum neista...

Kröftug stjórnun sýruseytingar

Sýrþolin hylki

Sértækur verkunarháttur

Brjóstsviði
Meðferð
Magasýra
Lausasölu
Sýrþolin
Sýrþolin
Sýrþolin

Skammtíamæðferð
Höð og virk hemlun á sýruseytingu

Prótónupumpuhemill
Kröftug sýrustjórnun



Omeprazol Actavis

- öflugt lyf við brjóstsviða og súru bakflæði

20 mg, 28 stk fáanlegt án lyfseðils í næsta apóteki

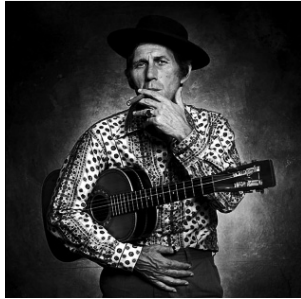
Notkunarvið: Omeprazol Actavis inniheldur ómeprazol sem hemur seytingu á magasýru. Omeprazol Actavis er notað við tilfallandi brjóstsviða og súru bakflæði. **Frábendingar:** Ofnæmi fyrir innihaldsefnum, samtímis notkun lyfja sem innihalda claritromýcín hjá sjúklingum með skerta lifrarstarfsemi, samtímis notkun lyfja sem innihalda atazanavir. **Varúð:** Gæta skal sérstakrar varúðar: Ef verulegt og óvænt þyngdartap verður, við endurtekin uppköst, ef erfiðleikar eru við að kyngja, við blóðuppköst eða blóð í hægðum, ef lifrar- eða nýrnastarfsemi er skert. Börn og unglíngar undir 18 ára aldri eiga ekki að nota lyfið nema að ráði læknis. Omeprazol Actavis inniheldur súkrósa. **Meðganga/brjóstgjöf:** Leitið ráða hjá lækni áður en lyfið er notað. **Akstur og notkun véla:** Aukaverkanir, svo sem þreyta, svimi og sjón- og heyrnartruflanir, geta komið fram og geta haft áhrif á hæfni til aksturs eða notkunar véla. **Aukaverkanir:** Algengar aukaverkanir eru niðurgangur, hægðatregða, vindgangur, ógleði, uppköst, svefntruflanir, sundl, höfuðverkur eða þreyta. Þessar aukaverkanir verða yfirleitt vægari við áframhaldandi meðferð. **Skammtastærðir:** Fullorðnir: 1 sýrþolið hylki eftir þörfum. Ekki má nota meira en 20 mg á sólarhring. Ef einkennin hverfa ekki eftir að Omeprazol Actavis hefur verið notað í 14 daga skal hafa samband við lækinn vegna þess að einkennin gætu verið af öðrum orsökum. Gleypa á sýrþolnu hylkin með glasi af vökva. Sýrþolnu hylkin ætti að taka fyrir máltíð (t.d. morgunmat eða kvöldmat) eða á fastandi maga. Hvorki má tryggja né mýlja sýrþolnu hylkin. Lesið vandlega leiðbeiningar sem fylgja lyfinu. **Geymið lyfið þar sem börn hvorki ná til né sjá.** Janúar 2009.

 **actavis**
hagur í heilsu

CHET ATKINS (1924-2001) LÉST
PENNAN DAG.

„Allt sem ég hef gert, hef
ég gert vegna hræðslu við
meðalmennsku.“

Chet Atkins var bandarískur
gítarleikari og plötuframleið-
andi sem vann með mönn-
um á borð við Perry Como
og Elvis Presley. Hann hlaut
þrettán Grammy-verðlaun
um ævina auk fjölda annarra
verðlauna.



tímamót

timamot@frettabladid.is

BETTA GERÐIST: 30. JÚNÍ 1952

Leiðarljósi sjónvarpað í fyrsta sinn

Alexandra Spaulding, Bill og Josh Lewis, Dr. Rick Bauer, Buzz Cooper og Reva Shayne. Allt eru þetta góðkunningjar þeirra sem horfa á sápuóperuna Leiðarljósi eða The Guiding Light, en fyrsti þáttur seríunnar var sýndur í sjónvarpi í Bandaríkjunum þennan dag árið 1952.

Guiding Light hafði áður verið útvarpsþáttur og verið á dagskrá frá árinu 1937. Þá var hver þáttur fimmtán mínútur og fyrstu árin í sjónvarpinu var sömu lengd haldið. Nokkrum árum síðar voru þeir lengdir í hálf tíma.

Leiðarljósi er því elsta sápuópera sem til er og hafa íslenskir áhorfendur fengið að njóta hennar í allmörg ár.



LEIÐARLJÓSI Pau Reva og Josh hafa verið viðriðin þættina í langan tíma.

Langri sögu þáttanna er þó að ljúka en hætta á framleiðslu þeirra í september á þessu ári. Íslenskir áðdáendur þurfa þó ekki að óttast enn um sinn enda eru þeir þættir sem sýndir eru hér á landi nokkurra ára gamlir eins og glöggir áhorfendur sjá á klæðnaði persónanna, enda tiskan breytileg eftir áratugum.

Þess má geta að nokkrir frægir leikarar hófu ferilinn í þáttunum. Má þar nefna Christopher Walken, Kevin Bacon, Calistu Flockhart, Miru Sorvino og Peter Gallagher, sem öll fóru með líti hlutverk í Leiðarljósi á einhverjum tímamarki.

MERKISATBURÐIR

- 1594 Fjögur bréf sem hermdu morð upp á Jón Sigmundsson lögmann eru dæmd fölsuð á Alþingi.
- 1856 Napóleon prins, bróðursonur Napóleons Frakkakeisara, kemur til Íslands á herskipi með fylgdarliði.
- 1862 Eldgos hefst vestan Vatnajökuls og stendur í tvö ár.
- 1874 Skólapiltar Lærða skólans mótmæla latneskum stílum með því að halda brennu vestur á Melum.
- 1960 Austur-Kongó fær sjálfstæði frá Belgíu.
- 1968 Kristján Eldjárn er kjörinn forseti Íslands.
- 1974 Alberta Williams King, móðir Martins Luther King, er myrt.
- 2005 Spánn heimilar hjónabönd samkynhneigðra.

AFMÆLI

MONICA
POTTER
leikkona er
38 ára.



MIKE
TYSON
hnefaleika-
kappi er 43
ára.



Okkar innilegustu þakkir til allra þeirra
er sýndu okkur samúð og hlýðug vegna
andláts og útfarar ástkærs föðurs,
tengdaföðurs, afa og langafa,

Hilmars Bjarnasonar
sendibílstjóra, Laugarnesvegi 39,
Reykjavík.

Guð blessi ykkur öll.

Hjördís Hilmarsdóttir
Hörður Hilmarsson
Bergrós Hilmarsdóttir
Heiða Hilmarsdóttir
Jónína Hanna Hilmarsdóttir
Sólbjört Hilmarsdóttir
Jón Hilmar Hilmarsson
Anna Hilmarsdóttir
barnabörn og barnabarnabörn.

Steindór V. Sigurjónsson
Rita Lúkasdóttir
Aðalsteinn Aðalsteinsson

Einar Magnússon
Magnús Sörensson
Erla B. Jónsdóttir
Egill Stefánsson



KOMIN Á ÆSKUSLÓÐIR Lóa ólst upp við að borða ís á Laugalæk og hefur nú opnað þar ísbúð að nýju.

FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

LÓA BJARNADÓTTIR: OPNAÐI NÝVERIÐ ÍSBÚÐ Á LAUGALÆK

ÍSDRÖTTNINGIN Á LAUGALÆK

„Ég ólst upp við hliðina á gömlu ísbúðunum á Laugalæk og hef því borðað hér ís frá blautu barnsbeini,“ segir Lóa Bjarnadóttir, einstæð móðir og stoltur eigandi nýju Ísbúðarinnar á Laugalæk sem var opnuð um síðustu helgi.

„Tvær ísbúðir voru á Laugalæk hér á árum áður en þær áttu bræðurnir Markús og Friðrik. Ég borðaði ís á hverjum einasta degi. Ef mamma var buin að gefa mér einn ís og mig langaði í annan þá fór ég og fékk að sópa hjá Markúsi eða Friðriki og fékk ís að launum,“ segir hún brosandi og bætir við: „Markús átti litla Kjörísverslun en Friðrik var með Rjómaísgerðina við hliðina, sem foreldrar bræðranna áttu áður. Þeir voru því af miklu ísgerðarfólki komnir og var þetta aðalísstaðurinn hér áður fyrr.“

Emmess og Rjómaísgerðin eru nú eitt og framleiða ísinn sem Friðrik bauð upp á og kallast hann gamaldags ís. „Mér skilst að á sínum tíma hafi þessi ís verið seldur til Ísbúðar Vesturbæjar lengi vel, sem er nú reyndar orðin sjálfstæð eining. Gamaldags ís var líka seldur í Dairy Queen vestur

í bæ þannig að bragðið er sígilt og er ísinn nú fáanlegur hjá mér,“ segir Lóa og rekur sögu staðarins. „Lengi vel var hér ísbúð en svo tók Skalli við. Síðan kom Bónus vídeó og þá dalaði þetta sem ísbúð. Viðtökur nú hafa hins vegar verið mjög góðar og íbúar hverfisins fagna því að hér skuli aftur vera komin ísbúð og má eflaust greina þar einhverja fortíðarþrá.“

Lóa flutti heim eftir tíu ára dvöl erlendis og býr nú í sama húsi og hún ólst upp í, rétt hjá ísbúðinni. „Ég fór bara aftur heim í hreiðrið á gamals aldri, nú bý ég í kjallaranum og foreldrar mínir eru á efri hæðinni. Ísbúðin er í raun fjölskyldufyrirtæki. Synir mínir vinna hjá mér og naut ég aðstoðar fjölskyldunnar við að koma þessu á laggirnar,“ segir hún hreykin og bætir við glettin: „Þetta er svolítið ítalskt og rómantískt.“

Kreppan á sinn þátt í því að Lóa ákvað að opna ísbúð en hún flutti til Íslands þar sem hún hafði landað góðu starfi hjá Bauhaus sem hún missti svo viku eftir hrúnið. „Ég fór þá að vinna hjá borginni í leikskóla hér í hverfinu,

sem er gott og blessað, nema hvað mér þótti vinnutíminn frekar stuttur og langaði að gera eitthvað meira. Ég er verslunarmenntuð og þegar ég gekk framhjá þessum verslunarklasa oft á dag, sem var allur í niðurníðslu, þá fékk ég allt í einu þessa hugmynd eftir miklar vangaveltur. Auk þess er ég mikil ísmanneskja, borða ís fjórum sinnum í viku, og var orðin þreytt á að keyra niður á Grensás eða vestur í bæ í ísbúð,“ segir hún og hlær. „Þar fyrir utan er þetta atvinnuskapandi og allir borða ís hvort sem það er kreppa eða ekki.“

Gaman er að segja frá því að í ágúst verðu önnur ný verslun opnuð við hliðina á Ísbúðinni á Laugalæk. „Hér verður opnaður Bændamarkaður, sem er líka á vegum stráks úr hverfinu, og er fólk mjög ánægt með þessa grósku og endurnýjun á gamla verslunarkjarnanum sem var einn fyrsti verslunarklasinn í hverfi hér í borginni og er húsið friðað. Kaupmaðurinn á horninu gengur því í endurnýjun lífdaga hér á Laugalæk, í þessu yndislega hverfi,“ segir Lóa einlæg. hrefna@frettabladid.is



Eiginmaður minn, faðir okkar,
tengdafaðir, afi og langafi,

Baldur Jónsson
prófessor, Tómasarhaga 22,

lést á Landspítala í Fossvogi sunnudaginn 28. júní.

Guðrún Stefánsdóttir
Jón Baldursson
Ólafur Baldursson
barnabörn og barnabarnabarn.

Kristjana G. Eyþórsdóttir
Hulda Harðardóttir



Okkar ástkæri og elskaði eiginmaður,
faðir, tengdafaðir, afi og bróðir,

Svanur Þór Vilhjálmsson
lögmaður, Dyngjuvegi 3,

sem lést 20. júní síðastliðinn, verður jarðsunninn í
Grafarvogskirkju fimmtudaginn 2. júlí klukkan 13.00.

Rósína Vilhjálmisdóttir

Guðrún Helga Svansdóttir
Jens Þór Svansson
Auður Perla Svansdóttir
Sara Elísabet Svansdóttir
Vilhjálmur Þór Svansson
Svanur Þór Svansson
Erla Þorbjörg Svansdóttir

barnabörn og systkini.

Hanna Vilhjálmisdóttir
Kjartan Már Ásmundsson

Fjórðungsmót í hestaíþróttum verður haldið á Kaldármelum á Snæfellsnesi dagana 1. til 5. júlí. Mótið verður stórt í sniðum enda hafa 350 hross verið skráð til keppni og sýninga.

Fjórðungsmót á Vesturlandi hafa verið haldin frá árinu 1953, hið fyrsta á Faxaborg í Borgarfirði, en síðar fluttist mótahald yfir á Kaldármela árið 1980.

Bjarni Jónasson framkvæmdastjóri mótsins segir undirbúninginn hafa gengið vel, búið sé að reisa tjöld og svæðið var nánast klárt í gær, mánudag. Þá hefur töluvert verið lagt í að gera mótssvæðið sem best úr garði en hringvöllurinn á Kaldármelum hefur verið endurbættur.

Nánari fréttir af mótinu má finna á <http://fm2009.lhestar.is>



Á KALDÁRMELUM Fjórðungsmót hafa verið haldin á Vesturlandi frá árinu 1953. Fánareid er fastur liður í dagskránni.

HJÓLREIÐAKEPPNI verður haldin 8. júlí í tengslum við 26. Landsmót UMFÍ á Akureyri. Hjólreiðakeppnin er sú lengsta á þessu ári en hjólað verður frá Reykjavík til Akureyrar. Keppnin er liður í því að minnast þess að eitt hundrað ár eru liðin frá því að fyrsta Landsmót UMFÍ var haldið á Akureyri. Nánar á www.umfi.is



ALLT

FRÉTTABLAÐIÐ

Sölufulltrúar Jóna María Hafsteinsdóttir jmh@365.is 512 5473 Hugi Garðarsson hugi@365.is 512 5447



Vertu liðtækur



Glucomed inniheldur glúkósamín

Ekki má nota Glucomed:

- ef þú ert með ofnæmi fyrir glúkósamíni, einhverju öðru af innihaldsefnum eða skelfiski
- ef þú ert undir 18 ára
- ef þú ert þunguð eða með barn á brjósti

Gæta skal varúðar við notkun Glucomed ef þú þolir illa glúkósa, ef þú ert með vanstarfsemi í nýrum eða lifur eða ef þú ert með þekktan áhættuþátt fyrir hjarta- og æðasjúkdómum.

Tvær töflur á dag til að draga úr einkennum.

Lesið vandlega leiðbeiningar á fylgiseðli. Geymið þar sem börn hvorki ná til né sjá



„Grundvallaratriðið er að finna orsökina fyrir sárunum og meðhöndla hana en hún er ekki alltaf augljós,“ segir Guðbjörg.
FRÉTTABLAÐIÐ/RÓSA

Langvinn sár rýra lífsgæði

Á Landspítalanum hefur verið opnuð ný greiningar- og ráðgjafarþjónusta fyrir einstaklinga sem glíma við langvarandi sár. Guðbjörg Pálsdóttir hjúkrunarfræðingur er einn af starfsmönnum þar á bæ.

„Langvinn sár eru vandamál sem fólk ber ekki mikið á torg. Þau þykja ekki smart,“ segir Guðbjörg. „En sár geta varað mánuðum saman og jafnvel árum og rýrt lífsgæðin mjög mikið. Nú hefur verið opnuð miðstöð til að greina þau og meðhöndla.“

Guðbjörg segir fólk á öllum aldri vera með sár sem ekki gróa einhverra hluta vegna. Það geta verið fótasár, legusár eða áverk- ar af völdum slysa. „Aldraðir eru kannski í meirihluta en vanda- málið tengist líka yngra fólki sem stríðir við fötun, krabbamein eða sykursýki svo nokkuð sé nefnt,“ lýsir hún.

Fram að þessu hefur enginn ákveðinn farvegur verið fyrir sárameðferðir að sögn

Guðbjargar enda ekki sérgrein innan læknisfræðinnar heldur krefjast þær þess að sérgrein- ar starfi saman. „Það hafa verið þekkingarbrunnar hér og þar innan heilbrigðiskerfisins og fólk með langvarandi sár hefur þurft að vera dálítið heppið að lenda á einhverjum sem hefur áhuga á þeirra málum,“ segir hún.

Hina nýju þjónustu á Landspítalanum rekur Guðbjörg til þverfaglegs félags heilbrigðis- starfsmanna sem stofnað var fyrir fimm árum og hefur nú hrint hugmyndum sínum um sáramiðstöð í framkvæmd. Til að leita þangað þarf tilvísun frá heilbrigðisstarfsmanni, svo sem heimilislækni, hjúkrunarfræð- ingi eða fótaaðgerðafræðingi. „Í

einstaka tilfellum þarf að leggja fólk með langvarandi sár inn vegna rannsókna, aðgerða eða lyfjameðferðar,“ segir Guðbjörg. „Grundvallaratriðið er að finna orsökina og meðhöndla hana en hún er ekki alltaf augljós.“

Erlendis hafa rannsóknir sýnt að langvinn sár taka til sín 4-6% af heildarútgjöldum heilbrigðis- kerfisins en hvort sér Guðbjörg fram á að hin nýja miðstöð auki útgjöld íslenska ríkisins eða spari? „Við stöndum staðföst í þeirri trú að miðstöðin komi til með að draga úr kostnaði þegar fólk með langvinn sár fær strax rétta greiningu og réttar úrlausn- ir. Fyrst og fremst er tilgangur- inn þó sá að létta því lífið og lina þjáningarnar.“

- gun

VÍSIR.IS

“...ég sá það á vísi”

1

-15%

SMURVINNA

afsláttur af vinnu við smur!



BÍLKÓ

2

Tilboð

BÓN OG ÞVOTTUR

Alþrif og teflonbón á tilboðsverði!



3

-15%

DEKK

afsláttur af sumardekkjum og jeppadekkjum!



ATH. OPIÐ Á LAUGARD. KL. 10-14

Þjónustumiðstöð bílsins

Smiðjuvegi 34 | Rauð gata | www.bilko.is | Sími 557-9110

HEILSA



FJÖLSKYLDUFERÐ TIL VIÐEYJAR verður farin í dag á vegum Íslenska fjallahjólaklúbbsins. Farið verður í léttan og þægilegan hjólatúr um eyna. Sigt er frá Skarfabakka klukkan 19.15 og er miðað við að yfirferðin um eyna taki um tvær klukkustundir.

FLOTT Í SUMAR...

með Slendertone
dömu/herra belti

Flex Max kr. 24.900,-
Flex kr. 19.950,-

allt fyrir kroppinn
HREYSTI
Skeifunni 19 • S. 568 1717
www.hreysti.is

Sama verð um land allt - fri heimsending fyrir utan höfuðborgarsvæðið

HB FASTEIGNIR

ÞARFT ÞÚ AÐ SELJA EIGNINA ÞÍNA ? VIÐ ERUM TIL TAKS !

HÖFUM SAMEINAD KRAFTA OKKAR HJÁ HB FASTEIGNUM.
SKRÁÐU EIGN ÞÍNA HJÁ OKKUR. FULLT AFTÆKIFÆRUM
SAMEIGINLEG 20 ÁRA REYNSLA.

OKKAR METNAÐUR - ÞINN HAGUR

HRINGDU STRAX Í SÍMA : 571-0070
HRAFNHILDUR S : 821-4400
SVAVA S: 898-3023

Hrafnhildur Bridde
Lögg.fasts.
s: 821-4400

Svava Hólmarsdóttir
Framkvæmdastjóri
sölufulltrúi
s: 898-3023

Bæjarlind 4 • 201 Kópavogi • sími 571 0070

Getraunaleikur Tals og Vísis

Drögum vikulega út veglega vinninga

Taktu þátt á Vísir.is



VÍSIR.IS



Hjúkrunarfræðingarnir Stefania Arnardóttir og Helga Hinriksdóttir standa, ásamt þeim Önnu Maríu Jónsdóttur geðlækni og Sænni Kartansdóttur sálgreini, að baki meðferðinni.

Stutt við móður og barn

Nýtt meðferðarúrræði fyrir mæður með geðheilsuvanda á barneignatíma miðar að því að efla samskipti móður og barns og stuðla að betri líðan til lengri og skemmri tíma.

Miðstöð foreldra og barna býður í fyrsta skipti upp á meðferðarúrræði sem ber yfirskriftina Foreldraefling en það er ætlað mæðrum sem hafa átt við geðheilsuvanda að stríða og eru með börn frá eins til fimm ára. „Markmiðið er að styrkja mæðurnar í foreldrahlutverkinu og efla samskipti þeirra við börn sín, en meðferðin byggist á samþættingu sálgreiningar, tengslakenningar, atferlismótunar og fræðslu,“ segir hjúkrunarfræðingurinn Stefania B. Arnardóttir, en hún og Anna María Jónsdóttir geðlæknir, Helga Hinriksdóttir hjúkrunarfræðingur og Sæunn Kjartansdóttir sálgreinir standa að baki miðstöðinni og þessu nýja meðferðarúrræði.

„Þeir sem rannsaka áhrifaþætti á mótun persónuleikans og andlega og líkamlega heilsu síðar á ævinni halda því fram að helsti vaxtarbroddurinn í geðlæknisfræðinni sé fölginn í því að skilja betur hvernig við byggjum upp verndandi þætti gegn heilsufars-

vanda og sjúkdómum. Fjölmargar rannsóknir sýna fram á mikilvægi fyrstu tengsla milli foreldris og barns í þessum efnum og því ákváðum við fjórar að fara af stað með þetta úrræði auk þess sem við viljum efla rannsóknir á þessu sviði á Íslandi,“ segir Stefania.

Meðferðarúrræðið sem um ræðir er hópmeðferð að skoskri fyrirmynd sem nefnist Mellow Parenting. „Þetta úrræði var þróað fyrir fimmtán árum í kjölfar rannsóknar í Bretlandi sem sýndi að ef móðir þjáist af geðheilsuvanda nægir ekki að meðhöndla vanlíðan hennar heldur þarf einnig að vinna með samskipti móður og barns,“ segir Stefania. Hún segir að konurnar, sem boðið var í fyrsta hópinn, hafi þurft meiri stuðning á barneignatíma en boðið er upp á í hefðbundinni ungubarnavernd en algengar ástæður tilvísana eru meðgöngu- eða fæðingarþunglyndi og ýmis þroskafrávik barns.

Meðferðin stendur yfir í fjórtán

vikur og fer fram í safnaðarheimili Seljakirkju einn dag í viku. „Fyrir hádegi vinna mæður með sína persónulegu sögu en eftir hádegi skoða þær sig sjálfar í móðurhlutverkinu. Í þeirri vinnu er til dæmis farið yfir myndbönd sem eru tekin upp á matmálstíma hverrar fjölskyldu fyrir sig. Konurnar koma með börnin með sér en starfsfólk annast þau á meðan mæðurnar eru í hóp-vinnunni. Í hádeginu borða mæður, börn og starfsfólk saman og síðan taka allir þátt í leikjum, útivist eða æfingum sem tengjast daglegu lífi fjölskyldunnar.“

Niðurstöður rannsókna í Bretlandi benda til þess að samskipti móður og barns batni að meðferð lokinni. „Það dregur úr hegðunarvanda barna, móður líður betur og er öruggari uppalandi auk þess sem börnum fer fram í þroska,“ upplýsir Stefania en hún gerir ráð fyrir því að boðið verði upp á meðferð fyrir einn til tvo hópa í haust.

vera@frettabladid.is

Fyrsta sinnar tegundar

1. Einstök hönnun

Fyrir einstaka hönnun á be hefur ReSound hlotið tvenn nýsköpunarverðlaun. Þe eru fyrstu tækin sem byggja á innfelldri, opinni tækni. Þau eru hulin í eyrunum og gefa eðlilega heyrn án þess að loka hlustunum.

2. Hljóðnemi

Hljóðneminn er í skjóli í ytra eyranu sem fangar hljóðið fyrir hann og kemur í veg fyrir vindgnað.

3. Sérstaklega þægileg lögun

Þe by ReSound falla vel og eðlilega í hlustimar svo þau eru sérstaklega þægileg.

4. Rafhlöðulok

Auðvelt er að skipta um rafhlöðu.

5. Hljóðnemasnúra

Snúran er mjúk og fylgir formi eyrans hún gerir það að verkum að þe leggst tryggilega í eyrað og er algjörlega hulið.

be BY RESOUND™

be by ReSound er í raun ósýnileg í eyrunum.

Heyrnarþjónustan

(((HEYRN)))

Hlíðasmári 11, 201 Kópavogur - heyrn.is

Tímamantanir 534 9600

göngur og heilsa

ÞRIÐJUDAGUR 30. JÚNÍ 2009



Grasalæknir á facebook

Á facebook er nú að finna gagnlegar upplýsingar um hinar ýmsu jurtir sem Anna Rósa Róbertsdóttir grasalæknir lætur áhugasömum í té, ásamt því að svara spurningum áhugasamra. Hún finnur fyrir miklum áhuga og frá því að hún stofnaði síðuna fyrir nokkrum vikum hafa hátt í 1.500 manns gerst aðdáendur hennar, en þar hafa skapast líflegar umræður um alls konar efni.

„Ég er úti að tína jurtir, sem ég nota í meðulin mín, allflesta daga og set gjarnan inn færslur um hvaða jurtir eru í blóma þegar ég kem heim úr tínsluferðum. Nú er



Önna Rósa hefur ánægju af því að leiðbeina fólki með einföld atriði í gegnum netið.

FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

til dæmis rétti tíminn til að ná sér í birki en eftir tvær vikur verður það ekki eins ákjósanlegt því þá verður kominn meiri maður. Þá gef ég ýmis kreppuráð og er til að mynda tilvalið að nota arfa í staðinn fyrir spínat. Eins bendi ég á hvaða jurtir er hægt að matreiða, í hvaða tilgangi er hægt að nota þær, hvaða skammtastærðir á að miða við og margt fleira,“ segir Anna Rósa.

Hún segist reyna að birta myndir með flestum færslum svo að fólk eigi auðveldara með að greina jurtirnar og reynir auk þess að leiðbeina því varðandi varasamar tegundir.

Anna Rósa viðurkennir að hún hafi setið ansi stíft við tölvuna að undanförunu en það er henni ekkert á móti skapi. „Starfið er mín ástríða og mér finnst sjálfsagt að leiðbeina fólki með einföld atriði. Vilji það hins vegar frekari ráðgjöf er sjálfsagt að panta tíma.“

En hefur Anna Rósa einhverja skýringu á áhuganum: „Ég hugsa að þetta sé einn angi af mat- og kryddjurtarsprengjunni sem varð í kjölfar kreppunnar. Í þessu tilfelli þarf hins vegar ekki að rækta neitt heldur er bara hægt að fara út að tína.“

Facebook-síðu Önnu Rósu má finna með því að slá inn „Anna Rósa grasalæknir“ í leitina á facebook en einnig er hægt að nálgast ýmsar upplýsingar á heimasíðunni hennar www.grasalaekningar.is.

- ve



Hafdis til hægri ásamt Hönnu systur sinni og eiginmönnum í Lónsöræfum í fyrri. Þau fagna brúðkaupsafmælum sínum með göngu á hverju ári.

MYND/ÚR EINKASAFNI

Afmæli á Laugavegi

Hafdis Sigmarsdóttir býður fjölskyldu sinni að ganga Laugavegin í tilefni fimm-tugsafmælis síns. Svo verður slegið upp grillveislu í Þórs-mörk.

„Mikið af útivistarfólki er í fjölskyldunni og því tilvalið að halda afmælið uppi á fjöllum,“ segir Hafdis Sigmarsdóttir, sem ætlað er ásamt fjölskyldu sinni að ganga Laugavegin í tilefni af fimm-tugsafmæli sínu. „Fólk er alveg tilbúið í göngu- og var alls ekkert hissa á að ég skyldi gera þetta í staðinn fyrir eitthvað annað,“ segir hún, enda þekkt fyrir að vera mikill göngugarpur.

„Við ætlum að byrja í Landmannalaugum og enda í Þórs-mörk; munum ganga þetta á fjór- um dögum. Svo fáum við sent með Þórsmerkurrútunni rauðvín og lambakjöt upp í Húsadal í Þórs-mörk þar sem við mætum dauð- þreytt en tilbúin að grilla,“ segir Hafdis og er staðarhaldaranum í Húsadal þakklát fyrir aðstoðina við að skipuleggja afmælisveisluna.

Að sögn Hafdísar ætla systkini hennar og makar þeirra, elsta dóttir hennar og móðir með



Hafdis er mikill göngugarpur. Hér er hún í Lónsöræfum í fyrri.

MYND/ÚR EINKASAFNI

í för. „Móðir mín er 69 ára svo við munum bara ganga þetta rólega en hún er samt alveg spræk. Við förum Múlann fyrir tveimur árum og fleiri styttri gönguferðir. Hún er því alveg til í þetta,“ útskýrir Hafdis og kveður þær mæðgur ekki óttast strengina. „Fjölskyldan fer oft í gönguferðir. Bræður mínir fara gjarnan í slíkar ferðir og ganga þá einhverja leið með börnin. Enda er það bráðskemmtileg hugmynd að vera saman og hafa gaman á fjöllum,“ segir Hafdis.

„Svo höfum við spílastokkinn með okkur en við erum ekki gítarfólk. Höfum reynt að giftast lagvissu fólki þar sem við erum sjálf

ótrúlega laglaus. Eigum þó örugglega eftir að syngja þrátt fyrir það,“ upplýsir Hafdis en segist ekki vita hvort makarnir muni syngja með. „Þetta verður bara minnisstætt og ég vona að við náum að drösla öllum yfir. Það eru allir að gera sig tilbúna.“ Fjölskyldan hefur að hennar sögn undirbúið sig með styttri ferðum og gekk til dæmis upp Esjuna um síðustu helgi.

Hafdis segist þó raunverulega ekki eiga afmæli fyrr en í september og býst ekki við að halda neina stórveislu. „Afmælið verður eitt-hvað smóttarí. Kannski helst að ég fái manninn minn til að bjóða mér út að borða.“

- hds

● GULRÆTUR HOLLARI Í HEILU LAGI

Heilnæm næringar- efni í gulrótum, sem talin eru geta dregið úr líkum á krabbameini, haldast betur ef gulræturnar eru soðnar í heilu lagi en ef þær eru soðnar niðurskornar, að því er fram kemur í nýrri rannsókn á vegum Newcastle University.

Dr. Kirsten Brandt, sem stýrði rannsókninni, segir að með því að sjóða gulrætur í heilu lagi varðveist um 25 prósentum meira af næringarefnum en ef þær eru soðnar í bitum.



Hvatinn að rannsókninni var sá að tilraunir á rottum hafa leitt í ljós að þær sem éta mikið af gulrótum þróa síður með sér krabbamein en rottur í samanburðarhópnum. Í kjölfarið var farið að kanna hvernig best væri að halda næringarefnum í þessu heilnæma grænmeti og liggur svarið fyrir.

Albesta leiðin er þó að láta það alveg vera að elda gulræturnar og borða þær hráar.

- ve



Ertu „alltaf á leiðinni“ í jóga?

Vantar þig orku, einbeitingu, gleði og ró?

KUNDALINI JÓGA

Orkugefandi - markvisst - umbreytandi

Sumarnámskeið 30. júní- 20. ágúst
Þriðjud. og fimmtud. 17.45-19.00

Kennarar: Auður Bjarna og fleiri

Skráning og nánari upplýsingar: audur@vortex.is
www.lotusjogasetur.is og í síma 846 1970

Lótus Jógasetur - Borgartúni 20

Skátar fjölmenna til landsins

Um 2.500 erlendir skátar munu koma til Íslands dagana 20. til 28. júlí til að taka þátt í Roverway, alþjóðlegu skátamóti. Er þetta í fyrsta sinn sem mótið fer fram hér og munu alls um 3.000 manns taka þátt í því um land allt, en Bandalag íslenskra skáta skipuleggur það.

„Mótssetning verður í Reykjavík en svo munu þátttakendur ferðast í 50 manna hópum í fimm daga þar sem þeir fara í hesta-, siglinga- og víkingaferðir,“ segir Ásta Bjarney Elíasdóttir mótsstjóri og bætir við að alls séu 52 ferðir í boði sem þátttakendur velji sjálfir. „Áberandi er að flestir vilja fá spennu og útivist; klettaklifur, fjallgöngur og ísklifur. Svo þurfa



Um 3.000 manns munu taka þátt í alþjóðlegu skátamóti sem fer fram hérlandis.

allir hóparnir að verja einum degi við samfélagsstörf. Þannig munu um 300 manns eyða degi í að lagfæra göngustíga og vinna með þjóðgarðsvörðunum í Skafafelli. Eftir ferðirnar hittast allir hóparnir á Úlfjótssvatni og þar verður stórt skátamót í fjórar nætur. Svo

verður haldinn karnivaldagur þar sem fulltrúar þjóðanna mæta með mat, nammi, leiki eða eitthvað til að kynna sitt land,“ segir Ásta og bendir á að þar verði einnig haldin Skátahreysti, sem er skátaútgáfan af Skólahreysti.

„Skátarnir verða þarna um eitt prósent allra ferðamanna. Fólk á eftir að sjá þá úti um allt. Þeir þekkja á skátaklútunum og við vonum að landsmenn taki vel á móti þeim,“ segir hún og bætir við þjóðin muni hafa miklar gjaldeyris- tekjur af því að hafa mótið hér. Áætlað sé að um hálfur milljarður íslenskra króna muni koma inn, en flugfargjöld, rútuferðir og fleira er innifalið í því.

- hds

Sumartilboð

Heilsan er hagkvæm



Nýttu þér frábært **2 fyrir 2000 kr.** tilboðið á rétti dagsins.

Gildir í allt sumar eftir kl. 15 á virkum dögum – hvort sem er til að taka með eða borða á staðnum.



Hugsaðu um heilsuna og vertu Maður lifandi

Njóttu úrvals heilsurétta á veitingastöðum Maður lifandi allan daginn eða taktu hollan og góðan bita með heim.

Nýttu þér þetta frábæra tilboð hjá Maður lifandi, strax í dag.

Núna eru staðirnir orðnir **PRÍR**

Borgartún 24

Hæðasmári 6
fyrir ofan Smáralind

Hafnarborg, Hafnarfirði
Listasafnið Hafnarborg Strandgötu 34

OPIÐ: Borgartún og Hæðasmári v.d. 10–20, lau. 10–17.
Hafnarborg v.d. 11–19 (fim. til 21), lau. og sun. 11–17.

- Úrval heilsurétta til að njóta á staðnum eða taka með
- Ljúffeng súpa dagsins, brakandi ferskur salatbar og heimabakað speltbrauð – lífrænt og gerlaust
- Gómsætar og hollar kökur
- Veislupjónusta fyrir öll tækifæri
- Fyrirtækjapjónusta í hádeginu
- Ferskur safabar
- Lífræn heilsuvöruverslun



maður lifandi

www.madurlifandi.is · Sími 58 58 700

● SIPPUBAND, HÚLLAHRINGI OG BOLTA ÚT Á STÉTT

Við könnumst örugglega mörg við það að langa til að rífa húllahringinn og sippubandið af börnum að leik og prófa sjálf en finnst við kannski orðin of gömul til þess. Líkamsrækt sumarsins gæti hins vegar einmitt verið á þessum nótum. Hafið einfaldlega skemmtilegt dót sem þetta tiltækt úti á tröppum eða úti í garði, bolta, húllahringi, teygju-tvist og fleira og alltaf þegar leikgleðin kemur upp í ykkur skuluð þið skunda út og sippa. Jafnvel hóla í nágrannana í snú-snú eftir kvöldmat. Þeim þætti það örugglega bara stuð.



Ekki er verra að fjárfesta í gullsippubandi fyrir sumarið.

Gætum fyllsta öryggis

Jafnvægissskyn barna er ekki fullþroskað og samhæfingu vantar í hreyfingar. Þau hafa því ekki fullkomið vald á grófhreyfingum og mikilvægt er að gæta fyllsta öryggis þegar þau fara að hjóla.

Börn hafa litla reynslu af umferð, takmarkaða hliðarsýn, skynja ekki hraða og fjarlægð ökutækja sem nálgast og geta átt erfitt með að átta sig á úr hvaða átt hljóð kemur. Auk þessa geta þau verið upptekin við leik, gleyma sér stundum, og eru of lágvaxin til að sjá yfir bíla. Almenna reglan er sú að börn undir 12 ára aldri noti einungis göngu- og hjólræðastíga. Best er að hafa hjólið eins einfalt og kostur er, með fótbremsu, og ekki er mælt með hjálpardekkjum þó svo þau geti þurft til að byrja með. Gæta þarf þess að öruggt sé að barnið hafi náð fullu jafnvægi og geti bremsað af öryggi áður en það fer eitt af stað.



Gæta þarf fyllsta öryggis þegar börn fara að hjóla og mikilvægt er að kenna þeim umferðarreglurnar.

- hs

NORDICPHOTOS/GETTY



Leikjagleðin er í fyrirrúmi á námskeiðinu Hressandi sumar hjá Hress Heilsurækt í Hafnarfirði.

FRÉTTABLAÐIÐ/ARNÞÓR

Eirberg

Stuðningshlífar fjölbreytt úrval

www.eirberg.is • 569 3100 • Stórhöfða 25

Eirberg

Fyrir útivistarfólk

Compeed plásturinn

- Verndar fætur og hindrar blöðrumyndun
- Vatnsheldur - vörn gegn bakteríum
- Dregur úr óþægindum og sársauka

Fæst í apótekum

www.eirberg.is • 569 3100 • Stórhöfða 25

Auglýsingasími

512 50 50

- Mest lesið

Tökum þetta á gleðinni

Hjá Hress heilsurækt í Hafnarfirði stendur margt skemmtilegt til boða og má þar nefna „fun camp“-námskeiðið Hressandi sumar þar sem leikjagleðin er í fyrirrúmi.

„Við erum nýbúin að opna aðra heilsuræktarstöð í Ásvallalaug, sem er sundmiðstöðin að Ásvöllum, og erum nú með tvær stöðvar í Hafnarfirði,“ segir Linda Björk Hilmarsdóttir, framkvæmdastjóri Hress heilsurækt í Hafnarfirði, en þar er nú boðið upp á nýtt útinámskeið sem kallast Hressandi sumar, eða „fun camp“.

„Svæðið í kringum stöðina í Ásvallalaug er glæsilegt og stutt í náttúruna. Haukarnir eru með góða velli hér við hliðina og höfum við fengið að nota þá í góðri samvinnu við þá. Námskeiðið Hressandi sumar er útinámskeið sem er ekki byggt upp á hörku eins og í „boot camp“ heldur erum við að gera út á leiki og skemmtun, svokallað „fun camp“. Þá er mikið hlegið en samt tekið á því,“ útskýrir Linda glæðilega og tekur dæmi: „Við erum til dæmis með stóran æfingabolta í fótbolta-leik og annað skemmtilegt. Þetta



Linda Björk segir náttúruna í kringum nýju heilsuræktarstöðina að Ásvöllum henta til leikja og æfinga.

FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON

er samt hörkupúl en fólk drífur sig áfram á gleði í stað hörku. Í rauninni er maður alltaf búinn að hlaupa tveimur kílómetrum meira eða lyfta 20 kílóum meira en vant er af því að æfingarnar eru svo skemmtilegar.“

James Golden, þjálfari hjá Hress, hannaði æfingaáætlunina og hefur að sögn Lindu viðað að

sér miklu efni til að koma fólki í form á léttu nótnum. „Prógrammið er byggt upp á leikgleði og hugmyndaauðgi. James hefur unnið hjá okkur í mörg ár og er alltaf að fá einhverjar nýjar hugmyndir sem við komum í framkvæmd. Við vorum með eitt svona námskeið í júní sem fylltist fljótt en það komu um fimmtíu manns í kynningartímann,“ segir hún en námskeiðið er einungis í boði á Ásvöllum þar sem umhverfið þar í kring hentar vel. „Þetta eru leikir í bland við æfingar en yfirleitt er alltaf eitt skemmtilegt verkefni sem leysa þarf í hverjum tíma,“ útskýrir Linda.

Með því að hafa tímana úti er verið að auka við upplifunina af æfingunum. „Fólk er einstaklega ánægt með sig eftir svona tíma þar sem blandað er saman úti-veru, hreyfingu og hlátri,“ segir Linda en námskeiðið tekur fjórar vikur og er hver tími 55 mínútur. „Þá hefur fólk aðgang að báðum heilsuræktarstöðvum Hress og Ásvallalaug en margir hafa nýtt sér heitu pottana eftir púlið,“ segir Linda en um þessar mundir er einu Hressandi sumarnámskeiði að ljúka og hefst hið næsta snemma í ágúst.

- hs

Ætlar þú í göngu?

Landsmenn ætla að ferðast mikið innanlands í sumar og svo virðist sem göngur hvers kyns séu ofarlega á dagskrá hjá mörgum. Fréttablaðið hafði samband við nokkra þekkta einstaklinga til að forvitnast um hvort til stæði að skella sér í góða göngu í sumar.



Gunnsteinn Sigurðsson, verðandi bæjarstjóri Kópavogs. „Það er alveg öruggt að ég fer, þar sem ég fer á hverju einasta ári. Svo ætla ég líka að kíkja í sex daga hjólaferð til Danmerkur. En ég fer aðallega í óbyggðirnar og hef mikið gengið á því svæði. Við förum oft saman í gönguferðir, við konan, en krakkarnir eru orðnir svolítið stórir fyrir þetta.“



Andri Snær Magnason rithöfundur. „Já, mér finnst mjög gaman að fara í göngu þó ég hafi ekki farið eins oft og ég vildi síðustu ár því börnin mín eru svo lítil. En í sumar ætla ég að ganga meðfram Langasjó. Það er mjög nauðsynlegt að komast í svona reisir, ég mæli algjörlega með þessu. Þetta er mun betra en laxveiði, þarna fæst tækifæri til kynnst fólki og vera góður við vini sína.“



Ragnheiður Axel fátahönnuður. „Já, ég var að hugsa um að labba Laugaveginnum núna í júlí með systur minni sem er áhugamanneskja um úti-vist. Ég fer aldrei í göngu en mig hefur alltaf langað til að ganga þessa leið og svo er þetta svo fallegur staður þannig að ég ætla að kýla á þetta.“



Karl Berndsen hár- og förðunarmeistari. „Já, ef ég hef ástæðu til þess, þá ætla ég í göngu. Ég fer í göngu ef ég er að leita að rollu en ég sé engan tilgang í að labba upp á fjall til einskis. En ég geng ef ég er að fara í veiðiferð eða skjóta rjúpu eða eitthvað þess háttar.“

Helga Margrét Þorsteinsdóttir sjöprautarkona. „Nei, ég var ekki að spá í það. Ef ég hefði tíma til þess frá æfingum þá myndi ég kíkja í göngu í sumar. Það er mjög gaman að vera úti í náttúrunni svo ég væri alveg hiklaust til í það.“



Skráðu þig inn – drífðu þig út

Ferðafélag Íslands
www.fi.is | fi@fi.is | sími 568 2533



Hildur Hlin Jónsdóttir / hildur@fi.is



Núna er tíminn

NOW sem er margverðlaunuð hágæðavara frá Bandaríkjunum, býður fjölbreyt úrval af náttúrulegum vítamínum og bætiefnum.

Hvernig væri að prófa NOW núna?



Hlaupastíls námskeið

Vilt þú...

- Læra að hlaupa á léttari máta?
- Hlaupa með minna álagi á fætur, liðamót og mjóbak?
- Hlaupastíl með minni líkum á meiðslum?
- Bæta hlaupatíma þína án meira álags?
- Hlaupa þig í þína kjörþyngd og halda kjörþyngdinni með hlaupum
- Hlaupa og bæta heilsu þína, þol og þrek?

Skráning á
www.smartmotion.org
og hjá Smára í síma
896 2300

*Smart
motion*
hlaupastíll



FJÖLBREYTTAR FERÐIR Á UTIVIST.IS



ÚTIVIST

Laugavegi 178. Sími 562 1000. www.utivist.is



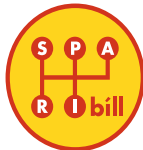
BMW 735 á sama verði og ný Toyota Corolla

Þessi "Gullmoli" er ekinn aðeins 62 þús. km. fyrrverandi konubíll. Þjónustaður af B&L frá upphafi. Allur auka-búnaður þ.m.t. rafknúin fram og aftursæti með hita og kælingu – Kampavínskælir í aftursæti – ofl. ofl.

Innflutningsverð: yfir 6 milljónir.

Okkar verð: 3.390.000,-

www.sparibill.is



Fiskilóð 16
Sími: 577 3344



Marmot Precip
derhúfa. Fjalla-
kofinn, á 4.995
krónur.

North Ice-
buxur og
jakki. Hluti af
finnskum göngu-
pakka sem inniheldur
tvo jakka, tvennar
buxur og öndunarbol.
Fæst í Icefin á 33.900
krónur.



Gott í gönguna

Þegar gengið er um fjöll og firnindi er nauðsynlegt að hafa góðan búnað við höndina. Hér til hliðar gefur að líta nokkra hluti sem henta vel í gönguferðir.



Scarpa Mowgli-barna-
gönguskór með
Goretex-vatnsheldri
filmu milli laga. Fæst í
Fjallakofanum á 13.995
krónur



Smartwool dömu ull-
arbolur úr 100 prósent
Merino ull. Fjallakofinn, á
11.995 krónur.

Black Diamond Spire
Eliptic Compact-göngu-
stafir. Fjallakofinn, á
23.495 krónur.



Vasa- hnífur með
ljósi, töng og skrúf-
járn. Fæst í Icefin á
3.900 krónur.



Muckboot svartir útilegu- og vað-
skór. Fást í Icefin á 7.500 krónur.

Icewear vatnsheldar dömu
göngubuxur með innbyggð-
um legghlífum. Fæst í Icefin á
22.500 krónur.



Ný stikuð gönguleið

Ný stikuð gönguleið frá Rjúpnavöllum inn að Landmannalaugum var formlega opnuð í síðustu viku. Ber gönguleiðin heitið Hellismannaleið og er hún um 56 kílómetrar að lengd.

Hellismannaleið skiptist í þrjár dagleiðir og liggur fyrsti áfanginn frá Rjúpnavöllum, sem liggja rétt fyrir ofan Galtalækjarskóg, að Áfangagili með bökkum Ytri-Rangár og er þessi dagleið um tuttugu kílómetrar. Önnur dagleiðin fer frá Áfangagili inn að Landmannahelli en á þessari leið er eina áin sem þarf að vaða og er vegalengdin svipuð og fyrsta daginn.

Þriðji áfanginn er frá Landmannahelli inn í Landmannalaugar og á þessari leið er komið inn á Laugavegin en dagleiðin er um sextán kílómetrar.

Frá Landmannalaugum er hægt að halda áfram Laugavegin inn í Þórsmörk en saman eru þessar leiðir um 130 kílómetrar.

-mmf



Landmannalaugar er á öðrum enda nýrrar stikaðrar göngu-
leiðar sem ber heitið Hellismannaleið.

MYND/ÚR EINKASAFNI

VÍSIR.IS
"...ég sá það á vísi"

Allir geta spreytt sig

Ýmislegt er í boði hjá World Class í Laugum í sumar, þar á meðal úti-skokk fyrir þá sem vilja nýta góða veðrið í útiveru. Borghildur Valgeirsdóttir íþróttakennari heldur utan um tímana sem kallast Laugaskokk.

„Þarna geta allir spreytt sig, byrjendur og allt upp í maraþon-hlaupara. Það er nefnilega algengur misskilningur að gott líkams-ástand sé skilyrði fyrir þátttöku. Þvert á móti er fólki bara skipt upp eftir getu hvers og eins,“ segir hún og lýsir æfingunum nánar. „Á mánudögum hitum við upp, tökum interval æfingar og spretti, mislanga þó, léttar æfingar og teygjur. Keyrum svo á misjöfnu tempói á miðvikudögum, á meðan fimmtudagar eru hugsaðir fyrir byrjendur og á laugardögum er farið langt og rólega.“

Borghildur segir fastan kjarna sækja flesta tímana, en þó hafi hún orðið vör við aukna aðsókn frá áramótum. „Já, ef ég horfi aftur í tímann og miða fjölda þátttakenda nú við síðasta ár, þá er það ekki spurning,“ bendir hún á og segir engu líkara en að eins konar heilsuvakning hafi átt sér stað



Borghildur hefur haft umsjón með Laugaskokki síðan í fyrra. Hún segir úti-veru og góðan félagskap helstu kosti starfsins.

FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

meðal þjóðarinnar á síðustu mánudum. „Svo eru líka bara sífellt fleiri að átta sig á kostum þess að hreyfa sig úti í fersku lofti,“ bætir hún við.

Nánar á www.laugaskokk.is.

- rve



Gásir eru um ellefu kílómetra frá Akureyri.

MYND/ÚR EINKASAFNI

Miðaldadagar á Gásum við Eyjafjörð

Gásir við Hörgárósa við Eyjafjörð voru um aldir mestir kaupstaðirinn á Norðurlandi. Þar hafa fundist fornminjar sem þykja með þeim merkustu sinnar tegundar á Íslandi.

Miðaldadagar á Gásum verða haldnir 18. til 21. júlí næstkomandi. Þá er kaupstaðurinn endurskapaður og gestir geta stigið inn í fortíðina. Um sextíu manns í hlutverkum kaupmanna, iðnaðar-

manna, munda, matsveina og bardagamanna, konur, karlmenn og börn, skapa heildarmyndina. Þetta eru Íslendingar og erlendir gestir sem lagt hafa á sig ómælda vinnu við að kynna sér fornar aðferðir og læra að nota þær. Þau hafa rannsakað fornar heimildir og með mikilli æfingu nær fólkið færni í hinum gömlu aðferðum.

Nánari upplýsingar má finna á www.gasir.is.

- sg

• ÞYNGD BAKPOKA Á GÖNGU

Á vefsíðunni www.ganga.is er hægt að nálgast ýmsan fróðleik. Til dæmis eru gefin ráð varðandi þyngd bakpoka á löngum gönguferðum. Þar segir að óhætt sé að reikna með að á jafnsléttu geti maður gengið þrjá til fjóra km á klukkustund með 15 til 20 kílóa bakpoka. Rétt sé að reikna með um einni klukkustund aukalega fyrir hverja 600 til 700 metra uppávið.

Vanur maður ber auðveldlega um fjórðung eigin þyngdar og getur farið í þriðjung eigin þyngdar um skamman tíma. Þetta þýðir í rauninni að bakpoki má aldrei verða þyngri en 24 til 26 kíló. Algengasta þyngdin er 15 til 18 kíló. Þessar tölur hefur vefsíðan eftir bókinni Gönguleiðir eftir Pál Ásgeir Ásgeirsson sem Mál og menning gaf út árið 1998.



Fann mikinn mun innan 3ja vikna
Margrét Óskarsdóttir



Frábært að hægt sé að bæta ástand liðanna með náttúrulegu efni

Ég þurfti að fara í skurðaðgerð 1991, þar sem ég var með of löng liðbönd og var að smella úr lið í tíma og ótíma. Þannig að farið var að kvarnast upp úr liðbrjóskinu. Eftir aðgerðina minnkuðu verkirnir en hurfu ekki. Að ganga niður stiga og langar stöður öllu sárum verkjum. Starf mitt krefst þess að ég þarf að standa mikið og var það ekki auðvelt.

Reyndi margt

Ég hef reynt margar leiðir til að minnka verkina án þess að nota verkjalyf sem því miður dugðu ekki. Með árunum jukust verkirnir og útlitið var ekki bjart.

NutriLenk til sölu á Íslandi

Fyrir tæpu ári frétti ég af nýju bætiefni, NutriLenk, sem er vinsælt efni í Noregi og Svíþjóð, hjá fólki sem er með slitna og auma liði. Satt að segja var ég ekkert sérlega jákvæð á að NutriLenk gæti hjálpað mér frekar en margt annað en sló til, enda allt tilvinnandi. Byrjaði að taka inn 6 töflur á dag í tvær vikur samkvæmt ráðleggingum og eftir það 2 töflur á dag.

Eftir 2-3 vikur fann ég greinilegan mun

Já, það ótrúlega gerðist, ég fann greinilegan mun eftir 2-3 vikur á NutriLenk

Nú tæpu ári seinna er ég nánast verkjalaus og einnig eru verkir vegna slits í fingrum horfnir.

Ég tek nú inn 2 töflur af NutriLenk á dag og ég get sannarlega sagt að NutriLenk hefur gert kraftaverk fyrir mig.

Það að standa við afgreiðslu, ganga niður brekkur og stiga er ekki stórmál lengur ...

Ég horfi bjartsýn til framtíðar, NutriLenk er himnasending fyrir mig og frábært að það skuli vera hægt að bæta liðheilsuna með náttúrulegu efni segir Margrét að lokum.



Mikilvægt er að annast sig vel allt lífið.

Mjög nauðsynlegt er að neyta góðs kalks með D-vítamini fyrir beinin. KOLOS er t.d. góður kostur, öflugt D-vítamín með kalki. 1 glas af KOLOS inniheldur 180 töflur sem er 6 mánaða skammtur og á góðu verði.

Umboðsaðili: Gengur vel ehf.,

Hvað getur NutriLenk gert fyrir þig?

Með árunum rýrnar brjóskefurrinn sem veldur því að liðirnir slitna. Þetta er náttúrulegt ferli. Mjög margir finna fyrir miklum óþægindum þegar beinin byrja að núast saman, sérstaklega í stóru liðamótum eins og í mjöðmum, hryggjar- og hnjálidum. Þess vegna er allt tilvinnandi að styrkja liðbrjóskið á náttúrulegan hátt.



Heilbrigður liður



Liður með slitnum brjóskef

Náttúrulegt byggingarefni fyrir liðbrjóskið

NutriLenk inniheldur náttúrulegt byggingarefni fyrir brjóskefurrinn og er mjög góður valkostur fyrir þá sem þjást af minnkuðu liðbrjóski. Unnið úr sérvöldum fiskibeinum úr hafinu sem hefur sýnt fram á að vera fyrsta flokks byggingarefni til að stöðja við brjóskefurrinn og viðhalda honum.

Vara ársins!

NutriLenk hefur hjálpað fjölmörgu fólki. NutriLenk var valið heilsuvara ársins 2004 í Noregi. NutriLenk er 100% náttúrulegt vara sem er mjög gagnleg þeim sem þjást af brjóskefursrýmum. Prófið sjálf-upplifðu breytinguna!

NutriLenk er fáanlegt í flestum apótekum, heilsubúðum, Fræinu Fjarðarkaupum og stærri Hagkaupsverslunum.



Blaðberinn bíður þín

Þú færð Blaðberann þinn í Skaftahlíð 24 alla virka daga frá kl. 8-17.



Blaðberinn...

...góðar fréttir fyrir umhverfið



Óparfi er að kasta gömlum og lúnum gönguskóm alveg strax. Láta má á það reyna hvort ekki sé hægt að dytta að þeim þannig að þeir endist aðeins lengur, enda yfirleitt harðgerir að upplagi.

NORDICPHOTOS/GETTY

Lappað upp á gömlu skóna

Gönguskór eru fjárfesting, enda kosta góðir gönguskór sitt og er ætlað að endast lengi. Að vísu fer það eftir notkun og álagi hve lengi þeir endast en þó má auka endingartímann með vissum ráðstöfunum.

Mikilvægt er að bera vel á skóna fyrir göngur og er þar til gert vax og leðurfeiti vel til þess fallið að verja skóna fyrir bleytu og leðrið fyrir þurrki. Einnig má auka við þægindin og láta skóna endast lengur með því að setja sérstök innlegg í skóna sem hægt er að kaupa hjá skósmið eða verslunum með útivistarvörur. Þó svo innleggin geti kostað einhverja þúsundkalla þá geta þau orðið til þess að skórnir endist töluvert lengur og þegar upp er staðið eru þau mun ódýrari en nýir gönguskór.

-hs



Í bókinn er meðal annars farið út í hvernig megi safna jurtum og eins rækta þær í görðum.

NORDICPHOTOS/GETTY

Notkun og áhrif lækningajurta

Nokkuð hefur farið fyrir grænu byltingunni hér á landi síðustu misserin og Forlagið gefur nú út bók eftir grasafraeðinginn Ingibjörgu L. Jóhannsdóttur - Íslenskar lækningajurtir. Ingibjörg, sem hefur starfað sem jurtaráðgjafi hér á landi og á Englandi, segir í bókinni hvernig best er að safna jurtum, nota þær og hvaða áhrif þær hafa. Í bókinni fer hún ekki bara út í jurtir sem hægt er að tína í villtri náttúru heldur fer hún einnig út í það að kenna hvernig rækta megi þær í íslenskum görðum og gróðurhúsum. Svo má fara í næstu fjöru eftir hressa kvöldskemmtun og finna sér sól að sögn Ingibjargar, sem virkar víst dável við timburmönnum.

-jma

Í jurtabók Ingibjargar má finna uppskrift að beitleyngs-tei sem virkar gegn svefnleysi.



Gengið eftir vermannagötu

Vermannaleið verður gengin næsta laugardag, 4. júlí, frá Sandhólum að Djúpalónssandi í þjóðgarðinum Snæfellsjökli.

Gestir hitta landverði klukkan 14 við bílastæðið á Djúpalónssandi, þar verður sameinast í bíla og haldið að bílastæði við Sandhóla. Frá Sandhólum er gengið eftir gamalli vermannagötu um Beruvíkurlhraun, yfir Dritvík og minjar einnar stærstu verstöðvar landsins skoðaðar.

Gangan endar á Djúpalóns-

sandi og tekur um tvær til þrjár klukkustundir.

Fjölbreyttar ferðir eru á dagskrá þjóðgarðsins Snæfellsjökuls í sumar undir stjórn og leiðsögn landvarða og því kjörið fyrir áhugasama að kynna sér þær betur hjá skrifstofu þjóðgarðsins.

-hs

Fjölbreyttar ferðir eru á dagskrá þjóðgarðsins Snæfellsjökuls í sumar.

MYND/ÚR EINKASAFNI



ÍSLAND Á EIGIN VEGUM

SUMARIÐ 2009

Kynntu þér möguleikana á www.re.is



Vesturvör 34
200 Kópavogur
☎ 580 5400
main@re.is
www.re.is



Reykjavík Excursions
KYNNISFERÐIR



ICELANDIC BUS COMPANY
SBA-NORÐURLEIÐ



Hjalteyrargötu 10
600 Akureyri
☎ 550 0700
sba@sba.is
www.sba.is

Össur hjálpar fórnar-lömbum jarðskjálfta

Össur hefur skrifað undir samning við Stand Tall-samtökin í Kína til að sjá fórnarlömbum Sichuan-jarðskálftans fyrir stoðtækjum. Fyrirtækið mun einnig aðstoða við þjálfun starfsfólks endurhæfingarstöðvar.

„Stand Tall hafa sett markið hátt og eru að reyna að endurhæfa fólk og skila því hratt út í lífið aftur. Þau hafa þá skemmtilegu sýn að ákaflega erfitt sé að fara einhverjar styttri leiðir í endurhæfingu og nota því hágæða vörur og gott starfsfólk. Með það að leiðarljósi lögðu þau af stað og völdu okkur sem samstarfsaðila,“ segir Árni Arason, framkvæmdastjóri Össurar í Asíu.

Skrifað var undir samninginn fyrir stuttu en Stand Tall-samtökin voru stofnuð af læknum og heilbrigðisstarfsfólki sem tók sig saman fljótlega eftir jarðskjálftann í Sichuan í Kína í maí á síðasta ári. Jarðskjálftinn mældist 7,9 á Richter og létust tæplega sjötíu þúsund manns, en rúmlega 350 þúsund slösuðust og fimm milljónir misstu heimili sín.

„Meirihluti þeirra sem Stand Tall-samtökin þjónusta eru krakkar á aldrinum tólf ára til tvítugs. Nokkrir slasaðir skólakrakkar voru sendir til borgar stutt frá Hong Kong og Stand Tall tóku að sér að endurhæfa þennan hóp. Það gekk svo vel að það fór að fréttast að þarna væri gott teymi sem hefði peninga sem komu frá stjórnvöldum í Hong Kong og ríkum einstaklingum sem lögðu verkefninu lið,“ segir Árni og bætir við að í framhaldinu hafi þetta undið upp á sig. „Krakkarnir ráðlögðu öðrum krökkum og tengslanet þeirra er gott.“

Árni segir erfitt að segja til um það hversu mörgum verði séð fyrir



Árni Arason býr í Sjanghai og byggir upp starfsemi Össurar í Asíu þaðan. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON

stoðtækjum í tengslum við samninginn. „Ég sé þetta sem langtímasamvinnu. Stand Tall eru að undirbúa að byggja endurhæfingarspítala í höfuðborg Sichuan héraðs. Við komum inn í þá vinnu og þjálfum fólk sem getur annast sjúklingana. Þetta er yfirfærsla á þekkingu.“

Aðspurður segir Árni að ljóst

samningurinn styrki markað Össurar í Asíu og búa til góða framtíðarviðskiptavini en Össur hefur selt í Asíu frá 1992. „Við höfum starfsemi í Asíu árið 2005 en ég get ekki sagt að auðvelt hafi verið að komast inn á markaðinn. Þetta eru oft svæði sem eru skemur á veg komin í þróun á heilbrigðismarkaðnum.“

maria@frettabladid.is

Námskeið í fallhlífarstökki

Fallhlífarklúbbur Reykjavíkur hefur í gegnum tíðina staðið fyrir námskeiðum í fallhlífarstökki en að sögn Skúla Þórarinssonar hefur hægst töluvert um. „Árið 2004 voru um 25 manns í þessu en strax árið eftir fór fólk að fækka og nú erum við um sjö sem höldum þessu uppi. Vissulega spilar efnahagsástandið eitthvað inn í en það kostar sitt að stökkva,“ segir hann en vonast þó til að áhuginn glæðist að nýju.

„Óvist er um næstu námskeið en við erum þó að reyna að púsla þessu saman. Þeir sem hafa áhuga geta sent mér tölvupóst á skuli_@hotmail.com. Allt sem þarf til að byrja með er í raun góðir strigaskór og síðan er hægt að leigja búnað. Svo er hægt að kaupa notað,“ útskýrir Skúli.

AFF er sjö þrepa kennsluaðferð sem er ein öruggasta og hraðvirkasta aðferðin til að læra hvernig á að haga sér í frjálsum falli og stjórna fallhlíf. Námskeiðið skiptist í bóklegt námskeið og síðan sjö þrepa verklegar æfingar, þar sem kennarar meta eftir hvert stökk hvort

nemandi fari áfram á næsta þrep.

-hs



Auglýsingasími

512
5050

- Mest lesið

VIÐ STÆKKUM!

FLYTJUM YFIR GÖTUNA
AÐ HAMRABORG 20.

VORUM AÐ TAKA UPP NÝJAR
VÖRUR FRÁ VANITY FAIR.



OPRUH Haldari
6990,- Kr.



HAMRABORG 20 • KÓPAVOGI
544-4088 • YNJA.IS

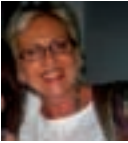
Takk
fyrir
vatnið

907 2002

www.help.is



Jackie Cardoso
(Framkvæmdarstjóri)
Nudd, heilun, Reiki.



Ólína Gunnarsdóttir
Heilun, orkuvinnu,
hugleiðsla.



Sivaraj Thankappan
Ayurveda nudd,
steinanudd.



Ragnheiður Júlíusdóttir
Höfuðbeina- og spjaldhryggsmæðferð,
svæða- og viðbragðsmæðferð,
Spiritual response therapy



Margrét Ö. Stephensen
Reiki (Reikimeistari)



Unnur Sigurbjörnsdóttir
Blómadropaperapisti.



Sigrún Elín Birgisdóttir
Tarotlestur.

HEILSUSMÍÐJAN ER GLÆSILEG NÝ HEILSULIND Í KÓPAVOGI.



HEILSUSMÍÐJAN
Smiðjuvegur 4 (Græn gata) 200—Kóp.
S. 578.5520 - 865.4820

EINNIG ER HJÁ OKKUR:

Kaffihús
Íslenskar náttúrulegar snyrtivörur
Kristalar og ýmsar gjafavörur
Vafningar
Hljóðbylgjur
Námskeið



CELLUTRAT ENDERMOTERAPIA

NÝR APPELSINUHÚÐARBANARI



Vinnur á appelsínuhúð (cellulite)
Vinnur á staðbundnum fitusvæðum
Vinnur gegn vökvauppsöfnun
Örvar sogæðahreinsun
Jafnar óslétt yfirborð húðarinnar
Húðin verður sléttari og stinnari
Örvar blóðflæði

Hringdu í síma

512 5060

ef blaðið berst ekki



ÚTSALAN
HEFST Í DAG!
20-70%
AFSLÁTTUR

LAUGAVEG 54
SÍMI: 552 5201

ALLT SEM ÞIG VANTAR

Allar smáauglýsingar vikunnar á [visir.is](#)

Smáauglýsingasíminn er opin alla daga kl. **8-17**

Smáauglýsingasíminn er **512 5000**
smaar@frettabladid.is / [visir.is](#)

Afgreiðslan er opin:
alla virka daga **8-17**

BÍLAR & FARATÆKI



EINSTAKUR BÍLL
!!!2.990.000.
CHRYSLER CROSSFIRE SRT- 6 COUPE. Nýskráður 2008, ekinn 4 þ.km, BENSIN, Sjálfskiptur. Verð 5.690.000. TILBOÐ 2.990.000. Rnr.241263.Til sýnis og sölu hjá Bílalíf, Kletthálsi 2, S:562-1717. Sjá fleiri myndir á [www.bilalif.is](#)



RENAULT KANGOO 4WD DÍSEL Árg. 2005, ekinn 87 þ.km, DÍSEL, 5 girar. Verð 1.490.000.með vsk. Rnr.241702. Til sýnis og sölu hjá Bílalíf, Kletthálsi 2, S:562 1717. Sjá fleiri myndir á [www.bilalif.is](#)

Bílalíf
Klettháls 2, 110 Reykjavík
Sími: 562 1717
Opið virka daga 10-18 laug.
12-16.
[www.bilalif.is](#)



SUZUKI GRAND VITARA. Árg 2005, ekinn 45 þ.km, bensin, Sjálfskiptur. Verð 1.890. þús Rnr.102378

Höfðabílar
Fossháls 27, 110 Reykjavík
Sími: 577 4747
[www.hofdabilar.is](#)



M.BENZ M ML270CDI. Árg 2003, ekinn 198 þ.km, DÍSEL, Sjálfskiptur. Fallgur jeppi. Verð 3.9 millj tilboðsverð 2.9 millj staðgreitt Rnr.101956

Höfðabílar
Fossháls 27, 110 Reykjavík
Sími: 577 4747
[www.hofdabilar.is](#)



Vantar bíla á skrá og á staðinn. Góð Bilasala.

Bifreiðasalan
Tangarhöfða 2, 112 Reykjavík
Sími: 577 4400
[www.bifreidasalan.is](#)



Vantar allar gerðir húsbíla á skrá og á staðinn. Mikil eftirspurn og góð sala. Við vinnum fyrir þig.



Vantar allar gerðir hjól og fellihýsa á skrá og á staðinn. Mikil eftirspurn og góð sala. Við vinnum fyrir þig.

Lykilbílar ehf
Smíðjuvöllum 7, 300 Akranes
Sími: 445 7700
[www.bilasolur.is/lykilbilar](#)

Bílar til sölu



Nissan Pathfinder diesel, sjsk., '05/'07 ek. 28 þús. 33" dekk. 5,4. S. 844 2043.



TILBOÐ
Toyota Avensis árg. '02 ek. 147þ. Ssk., verð 650þ. Uppl. í s. 615 0999.



Fjarstýrðir bílar fyrir alla aldurshópa í úrvali. Tömstundahúsið, Nethyl 2, sími 587-0600, [www.tomstundahusid.is](#)

250-499 þús.



Tilboð Kangoo árg 2001, ek 95þ 6dyra 2 manna nýskoðaður listaverð 520þ tilboð 320þ stg. Þarfnast smá lagf. Einnig kerra verð 35 þús & sturtuvagn á 35 þús. s. 697 3217.

Compi Camp Venezia árg 2000 til sölu v 450 þús Ný skoðaður vel meðfarinn s8951890

500-999 þús.



Ótrúlegt tilboð: 990þ Honda HRV '03 AÐEINS ek. 82 þús. km. 4X4 og SJÁLFSK. sumar+vetrar dekk Sími: 8951665

Bílar óskast

Skoda Oktavia, diesel, station, ssk. frá '05-'07. Uppl. í s. 869 2622.

Óska eftir litlum vinnubíl með verðhugmynd í kringum 100.000kr eða svo, helst á rauðum númerum. Ath annað kemur einnig til greina. Upplýsingar sendist á Sigurbjorn@sigurtak.is

Óska eftir hyundai getz, vel með förmum, lítið ekinn, á 600þús stg. s.898 5068.

Óska e.að leigja kæli/frystirými frá 1.sept-1.maí. Uppl.í síma 8958134.

Jeppar



Til sölu Landcr 100 4,7 08/2006, ek. 40þ.km. Webasto miðst. ofl. S. 863 4500.

TOPP EINTAK Á BOTN VERÐI!! Nissan Terrano II SE árg. 99. 2,4 bensin, ekinn aðeins 121.500 verð aðeins 580.000.kr. ákvilandi 330.000. s:866 2655.

EBERSPACHER, vatns- og hitabásarar 12 & 24volt, diesel og bensin, Viðgerðar og varahlutabjónusta. Stilling sími: 520 8000.

Fornbílar

JAGUAR XJ6 Árg.'78 og '80 Báðir ógangfærir og þarfnast mikillar boddývinnu. Fara fyrir lítið. Sími:6914089 /gummi.valsson@gmail.com

Vörubílar

Forþjoppur, varahlutir, viðgerðarþjónusta. Eigum á lager / getum útvegað flesta varahluti fyrir vörubíla og vinnuvélar. Stilling sími: 520 8000.

Húsbílar



FIAT HUSBÍLL TALENTO árg. '91. ek. 192þ. Bíll í þokkalegu ástandi. Sjónvarp-ísskápur-gasmiðstöð-heitt+kalt vatn-markisa-WC. Verð 1.480.000. Uppl. s. 695 4965.

Mótorhjól



Til sölu Honda Goldwing árg. 1992. Glæsilegt hjól. Til greina kemur skipti á 4x4 húsbíl. Uppl. 892-3135



Eigum gott úrval af vélhjólafatnaði á frábæru verði. Vandaður, hlýr og vatns-heldur. Verð frá kr 24000 Jakki og Buxur. Einnig gott úrval af leðurfatnaði. Ský Trading Reykjanesbæ. Símar 892 5005 og 892 1116.



BMW F650 GS 2008 Ekið. 3.800 Hiti í handföngum. Töskugrindur. Verð. 1.700.000 S.896 1312.



Vento Triton 2009 nýtt og ónotað. Verð.220.000 S.896 1312.

Vespur



Ítölsk vespa. Piaggio. 250 cc. Skráð 29.12.08. V. 750 þús. Uppl í s 896 0920.

Fjórthjól



GÓÐAR VESPUR Á GÓÐU VERÐI. MARGIR LITIR Í BOÐI. VERÐ AÐEINS 199.999. HAGKAUP GARÐABÆ 563 5000.

Hjólhýsi



ÓSKUM EFTIR TJALDVÖGNUM OG HJÓLHÝSUM Á SKRÁ OG Á STAÐIN VEGNA MIKILLA EFTIRSPURNA OG SÖLU. HÖFÐABÍLAR SÍMI 577 4747



Adria 513 hjólhýsi-árg.07. Mikið af aukahl. Vel farið. Verð 2.6 millj. S. 822-9558.

Fellihýsi

Palomino Filly 11,5 fet árg '02 til sölu. Toppeintak, hlaðið aukahlutum. Uppl í 660 3365.

Til sölu Coleman Fleetwood Sedona fellihýsi árg. 2004, 10 feta. Truma gasmiðstöð, gas/12V ísskápur, tv-loft-net, 220V tengill, nýleg sólarsella, stór rafgeymir, 2 gaskútar og markisa. Verð 1.250 þús. Engin skipti. S: 6995921 eða 8206509.

Viking fellihýsi til sölu. Þarfnast viðgerðar - tilboð óskast. Skipti á nýlegum tjaldvagni koma til greina. Sími 863 8733.

Tjaldvagnar

Óska eftir að kaupa hliðartjald (kálf) á Compi Camp tjaldvagn árgerð 2001-2009. S. 822 0570.

Bátar

Til sölu 4ha Mercury utanborðsmótor. Einungis notaður tvisvar, ásamt auka bensintanki með tengisnúru. Uppl. í s. 820 6289.

25hö Selva mótor til sölu notaður 40klst. Verð 180þ. Uppl. í s. 618 4595.



GUL Shadow þurrgallar m/öndun. Gott verð! [www.gummibatar.is](#) Opið um helgar. S:6607570

Hjólbarðar



Varahlutir

Bílhlutir, Kaplahrauni 14, S. 555 4940.

Sérhæfum okkur í Volkswagen, Skoda og Daihatsu. Eigum einnig varahluti í flein tegundir bíla. Kaupum bíla til niðurris.

555 6666
VW Bora, Golf, Passat, Cati, Audi A4. Hyundai Getz H1, Starex, Santa Fe, I30. Honda Jazz, CRV. Toyota Avensis, Yaris. M.Benz margar gerðir. Fiat Punto. Suzuki Swift. Chevrolet Lacette. MMC Galant, Pajero. Citroen Berlingo. Daihatsu Terios. Peugeot 206. Man 26530 árg.'05. og margt fleira. Kaupum bíla til niðurris. S. 555 6666 & 615 0888.

Varahlutir í VW Golf, Polo og Yaris, og Kangoo. Viðgerðir. Girassar. Bremsuviðgerðir. Kaupi bíla. Uppl. í s. 554 1610 & 892 7852.

Bilapartar ehf S. 587 7659.

Eigum mikið úrval af varahlutum í flestar gerðir Toyota bifreiða. Kaupum Toyota bíla. Opið virka daga frá kl. 9.00 - 18.00. Grænumýri 3 Mosfellsbæ [www.bilapartar.is](#)

Viðgerðir



ÞJÓNUSTA

Hreingerningar



Garðyrkja

Gröfupjónusta Auberts.
Allar stærðir af gröfum með fleyg og jarðvegsbor, hlöðum grjótkanta og úteggum holtgrjót og allt fyllingarefni, jöfnum lóðir, gröfum grunna. Einnig endurnýjun á drenn og klóaklögnum.
Sími 892 1663.

Túnþökusala Oddsteins
Túnþökur og túnþökurúllur til sölu í garðinn eða sumarbústaðinn!
Steini S. 663 6666
visa/euro

Sælugarðar
→ Garðsláttur
→ Garðaúðanir
→ Beðahreinsun
→ Trjáklippingar
→ Trjáfellingar
→ Þökulagnir
→ Hellulagnir
→ Sólallasmiði
Mætum og gerum tilboð þér að kostnaðarlausu!
Kári sími: 824-1238

Tökum að okkur allt sem viðkemur garðinum, auk allrar almennrar smíðavinnu - lögg. húsasmíðameistari. Vanir menn, snör handtök. Sælugarðar s. 824 1238.

Traust þjónusta í 20 ár
SLÁTTUR
TRJÁKLIPPINGAR
BEDAÐHREINSUN
STUBBATÆTUN
GARÐAÚÐUN
Allt fyrir garðinn á einum stað
554 1989
GARÐLIST
ALDRIS GLEGGJÓNUSTA
WWW.GARDLIST.IS

Tökum GARÐINN í gegn!
Trjáklippingar
Þökulagnir
Trjáfellingar
Beðahreinsanir
Garðaúðanir
Garðsláttur
Hellulagnir
Sólallasmiði
Sláttumenn
Sími 846 0864

Tökum að okkur stærri og smærri verk. Traust og alhliða þjónusta. VALDÍSS. 846 0864 (SLÁTTUR + BEDAÐHREINSANIR), HÖRÐUR MÁR S. 897 0951 (ÖLL ÖNNUR VERK). Sláttumenn

Er öspin til ama?

Sérhæfum okkur í fellingum og í að fjarlægja allar stærðir og gerðir trjáa. Eyðum líka rótarkerfum. Uppl. í s. 695 1918.

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

Garðyrkja

Sinni öllu sem lítur að gördum. Faglegt, vandað, sanngjarnt og persónulegt. Halldór garðyrkjum. s. 698 1215.

Tökum að okkur alla almenna umhíróu garða. Sláttu-og garðapjónustan. S. 577 4444 & 892 9999.

Klippi runna, limgerði og felli tré. Önnur garðverk. Garðapjónusta Hafþórs. S. 897 7279.

Trjáklippingar

Runnaklippingar, trjáfellingar, snyrting á trjágróðri. Alhliða umhíróða garða. Eiríkur Sæland garðyrkjufraeðingur. S. 848 1723.

Bókhald

Account Bókhald og rekstrarráðgjöf slf.

Framtöl ofl. S. 860 0266 & 840 0609 www.account.is

Smáfyrtækí sem er að hefja rekstur óskar eftir tilboði í bókhald, allt frá launabókhaldi til virðisaukaskýrslu og heildarbókhalds. Uppl. í S 862 5844.

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

Bólstrun

Plexiform og bólstrun Sætum, innréttingum, leður og plstrúður, í faratæki 555 3344.

Málarar

ELANDE MÁLUN

ÞARF AÐ FARA AÐ HUGA AÐ VIÐHALDI Á HÚSINU ?

ER KOMINN TÍMI Á AÐ MÁLA ?

TÖKUM AÐ OKKUR: Múrviðgerðir, flotun, múrhúðun, flisalagnir, úti, inni og þakmálun, spórtlun og fleira.

Komum og gerum tilboð ykkur að kostnaðarlausu!

Elias Raben – Múrarameisteri

S. 770 3686 eliasraben@gmail.com

Málari getur bætt við sig verkefnum, stórum sem smáum, sanngjarnt verð! Uppl. í s. 695 1918

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

Málarameisteri getur bætt við sig verkefnum. Uppl. í s. 896 6148.

Búslóðaflutningar

Ert þú að flytja? Búslóðafl., fyrirtækjafl., pianófl. o.fl. Extra stór bill. Flutningabj. MikaeIs. S. 894 4560 www.flytja.is

Búslóðaflutningar

Tökum að okkur alla búslóðaflutninga og aðra flutninga. Góð þjónusta. Einnig aukamenn ef óskað er. Erum með besta verðið. Uppl. í síma 899 2536 & 659 4403.

Húsaviðhald

Parketslípun

sólpallaslípun | parketlagnir

551 1369 / 890 5315 golfist@golfist.is www.golfist.is

Golfist

Caelum verktakar

Reykjavík og nágrenni Hellulagnir, þökulagnir, klóaklagnir, drenlagnir, múrviðgerðir, flisalagnir og allt því tengt, berum á sólpalla, garðúðun, grassláttur og margt margt fl. Fagleg og góð þjónusta. Tökum að okkur stór og smá verk. Tilboð að kostnaðarlausu. Uppl. í síma 820 8888.

Fagþjónusta - Allt á einum stað

Getum bætt við okkur í flisalögn, múrverki, pípulögn, málningu, parketlögn, glerisetningu og fleira. Sérhæfum okkur í lekavandamálum. Einnig tökum við að okkur niðurrif úr húsum og múrbröt. Fljót og góð vinnubrögð. Tímavinna eða tilboð. Upplýsingar í síma 899 2420 Steingæði ehf.

VIDHALDSVIRKNI

S 517-0117 & 661-0117

Málarameisteri, múrarak og smiðir sem sérhæfa sig í öllu sem viðkemur viðhaldi fasteigna, svo sem málun utan sem innan og steypu-múr, uppsteypu, sprungu og múrviðgerðum, tröppuviðgerðir, flisalagnir sem og margt fleira. Fyrirtækið gerir þér tilboð að kostnaðarlausu. www.vidhaldsvirkni.is virkni@vidhaldsvirkni.is S. 517 0117 & 661 0117

Húsaviðgerðir

Skiptum um rennur og bárujárn á þökum og smávægilegar múrviðgerðir og fl. Uppl. í s. 659 3598.

Pípulagnir

Faglærðir píparar geta bætt við sig verkefnum í bæði viðhaldi og nýlögnum. Vönduð vinnubrögð. Upplýsingar í síma 663 5315.

Viðhald - gluggar - hurðir - veggir -gólf. Smiðalausnir. S. 899 3011.

Tek að mér allt alm. viðhald húsa, s.s. málun, múrur, flisa- & parketlagnir og trésmíði, nýsmíði á gluggum og ísetningu. Föst tilboð eða tímavinna. S. 616 1569.

Stíflupjónusta

Stíflulosun Röramyndun

Losa stíflur úr salemum, vöskum, baðkerum og niður-föllum. Röramyndavei til að staðsetja skemmdir í lögnum.

Skolphreinsun Ásgeirs sf.

S.892 7260 & 567 0530

Tölvur

Alhliða tölvu- og netviðgerðir, gagna-björgun og ráðgjöf. Kem á staðinn. Þar sem aðrir klikka kem ég við sögu. Gott verð!! Baldvín, S. 699 6735.

Nudd

Good massage. Top service. Tel. 690 9182.

Whole body massage. S. 841 8529.

Whole body massage. Tel. 849 5247.

NEW!!Whole body tantric massage any time!!!847 6555.

Whole body massage. S. 698-1760 & 663-8977

Tantrik massage in down town any time! 869 8602.

Spádómar

Miðla til þín, því sem þeir sem farnir eru segja mér um framtíð þína.

Einkatímar.

Tímapantanir í s. 587 4517 Erla.

www.ortagalinan.is

Örtaga línan

Miðlar, spámiðlar, draumráðningar. Opíð öll kvöld í síma 595 2001 & 908 1800

Nú færðu einkatíma hjá spákonunni Síný í s. 552 4244 & 823 6393.

Iðnaður

Byggingastjóri óskast vegna sökkla fyrir sólskála. Sími 557 9791.

Rafvirkjun

Raflagnir Dyrasímar

Set upp ný dyrasímakerfi og geri við eldri. Endurnýja raflagnir í eldra húsnæði ásamt viðgerðum og nýlögnum.

Fljót og góð þjónusta

Sími 893 1733

Jón Jónsson

Löggiltur rafverktaki

www.raflagnir.is

Trésmíði

SÓLPALLAR

Komum á staðinn og gerum tilboð þér að kostnaðarlausu, erum búnir að vera í sólpallasmíði í 16 ár. erum snöggir og vöndum vinnu okkar. Upplýsingar veittar í síma 6979660, Ólafur

www.betripallar.com

smidaland.is

Nýsmíði, viðhald, gluggar, sólpallar, skálar, þakviðgerðir. Allt milli himins og jarðar. S. 772 0040.

Önnur þjónusta

B.S.VERKTAKAR

Málun bílastæða, malbíksviðgerðir, vélsópun, skilti, kantsteinn www.verktakar.com s: 5514000

GSG VEGMERKING

➔ Bílastæðamálun

➔ Vélsópun

➔ Malbíksviðgerðir

s. 598 4000 www.bilastaedi.is

KEYPT & SELT

Til sölu

Second Hand verslunin Marilyn Monroe opnar

miðvikudaginn 1. júlí !

Opíð frá kl. 13 - 17.30 alla daga.

Úrval af notuðum og nýjum herra- og dómufatnaði á góðu verði.

Skór, töskur, slæður ofl.

Marylín Monroe, Stormýri 2. (gengið inn frá Álfamýri) s. 866 9747.

Pvottavélur, varahlutir Til sölu yfirfarnar pvottavélur, þurrkarar, uppþvottavélur og TV. Tökum bílaðar upp í. Einnig mjög ódýrir VARAHLUTIR í pvottavélur. Opíð um helgina. S. 847 5545.

Gefins

Óska eftir ísskáp og þvottavél gefins, má vera bílað. Uppl. í s. 896 8568.

Verslun

Stærri limur betri limur

Loksins er komin á markað vara sem gefur þér varanlega stækkun bæði í lengd og þykkt. Kannaðu málið á bathmate.is

bathmate.is

ÚTSALA ÓTRÚLEG VERÐ

Egg FJARSTÝRING HRADASTILLIR **750** Aðal 3.995

ÞRÁÐLAUST EGG DREGUR 20 METRA VATNSHEIT **3.995** Aðal 11.995

FIDRILDI ÁSPENNIÓLAR FJARSTÝRING HRADAST. **1.995** Aðal 6.995

TITRARA SETT - 5 HLUTIR **4.995** Aðal 14.995

Dúkka F/HERRA ÚR GERVI SKINN **9.995** Aðal 24.900

Rómantík.is Hverfisgötu 62 Rvk. S: 586-8500 (Horninu á Frakkastig) **Opíð: Virka daga 12-20 Laugardaga 12-18**

Óskast keypt

Kaupi gull !

Ég Magnús Steinþórsson gull-smíðameistari kaupí gull, gull peninga og gull skartgripí af fólki. Og veiti ég góð ráð. Kaupi allt gull, nýlegt, gamalt og illa farið.

Leitið til fagmanns. Upplýsingar á demantar.is

í s. 699 8000 eða komið í Pósthússtræti 13,

Verið velkomin

Staðgreiðum gull, dem-anta og úr.

Hringar, hálsmen, armbönd, Rolex, Cartier, Patek Philippe o.fl. Hringdu núna og fáðu tilboð þér að kostnaðarlausu! www.kaupumalltgull.is Upplýsingar í síma 661 7000.

Frystikistur óskast 50-150 litra. Uppl. gefur Júlíus s. 892 9263.

Hljóðfæri

Tilboð

Dúndurtilboð!

Kassagítarar: 1/4 stærð kr 10.900.- pakkinn með poka, strengjasett og stilliflautu. 1/2 stærð kr. 7.900.- Full stærð kr 12.900.- 3/4 kr. 10.900.- 4/4 kr. 12.900.- Rafmagnsgítarpakkar frá kr. 29.900 Hljómborð frá kr. 17.900 Trommusett kr. 49.900 með öllu. Gítarinn Stórhöfða 27. S. 552 2125 www.gitarinn.is

Tölvur

Er tölvun bíluð?

Kem í heimahús og leysi málið. Kvöld og helgarþjónusta. Áralöng reynsla, 100% ánægja. Magnús 695 2095.

HEILSA

Heilsuvörur

Árangur með Herbalife í 29 ár. Pantaðu frian prufupakka. Edda Borg S. 896 4662 www.lifstill.is

Taktu þér tak! Með HERBALIFE nærðu árangir. Erla Bjartmarz S. 899 4183 www.eco.is Ný netverslun: www.bet-iheilsa.is/erla

Botnlaus orka betri líðan! Herbalife Shapework. Heilsuráðgjöf og eftirfylgni. Kaupauki fylgir. Halldóra Bjarna hjúkr-unarfræðingur. www.halldorabjarna.is S. 861 4019 & 868 4876.

Líkamsrækt

Viltu fría BRENNSLUM/ELINGU? Bjóðum aðhald og eftirfylgni !!!Uppl í síma 6923062.

ÁRANGUSRÍK HEILSUBÓT Heildrænt Æfingakerfi www.yourultimatefatloss-system.com

Fæðubótarefni

Viltu léttast? Eða þyngjast? Prófaðu Herbalife! Ólöf 861 5356, osa@ismennt.is

Nudd

Heilnudd

Kemur blóðflæðinu af stað og er slakandi fyrir líkama og sál

Sími 551 2042 / 604 1275

Tantric Massage of Sacred touch

For men, women and couples. Tel 698 8301 www.tantra-temple.com

Ferðanuddbekkir og ferðaóléttubekkir, gæði og gott verð. Uppl. í síma 891 6447.

JCB VIBROMAX

JÚNÍ TILBOÐ



JCB Trampari 60 kg. Júní tilboð 195.000.- 242.775.- m. vsk.



JCB 80 kg. Tvístefnu jarðvegsþjappa Júní tilboð 195.000.- 242.775.- m. vsk.



JCB 90 kg. Einstefnu jarðvegsþjappa Júní tilboð 115.000.- 143.175.- m. vsk.



JCB 108 kg. Einstefnu jarðvegsþjappa Júní tilboð 165.000.- 205.425.- m. vsk.



JCB 235 kg. Tvístefnu dísel jarðvegsþjappa Júní tilboð 470.000.- 585.115.- m. vsk.

VÉLAVER

Sími 588 2600

www.velaver.is

Nýtt Nýtt! Nudd - Japanska baðið. Krepputilboð!

3500.-kr Nudd, 2000.-kr skrubbb og heitur pottur, detox 3500.- kr. Matur 1000.- kr. Ayurveda nudd, sogskála-nudd og Tíbet nudd. Opið frá kl. 12.00 alla daga nema sunnudaga. Væida er komin. Ekkert sex nudd ! S. 823 8280.

SKÓLAR & NÁMSKEIÐ**Námskeið****Saumanámskeið í júlí**

Morgunnámskeið verða í júlí, mánu-dags- og miðvikudagsmorgna í tvær vikur, eða þriðjudags- og fimmtudagsmorgna í tvær vikur, frá klukkan 9-12. Kvöldnámskeiðin byrja í september, skráning er þegar hafin. Upplýsingar í síma 899 2208, Helga Rún.

**ICELANDIC - ENSKA fyrir BÖRN**

Level I: 4 weeks Mð to Fr; 13-14:30 &18-19:30 start: 6/7. Level II: 4w-Mð-Fri10-11:30-st. 6/7. Level III: 4w-Mð-to-Fri20-21:30 st 6/7. Level IV:10w: Sat/Sun;10-11:30; st:4/7. ENSKA: 2 vikur: 5-8 ára: Mð-Fös-10:00-11:00-og 9-12 ára;11:15-12:15- dags; 6/7, -20/7; 3/8, -17/8.Fullorðinsfræðslan, Ármúli 5, s.5881169. www.icetrans.is/ice

Unleash the Power Within TONY ROBBINS LIVE

Róm 25-28.september
www.englis.is

567-6617 / 699-6617

HEIMILIÐ**Dýrahald**

Til sölu vegna fluttninga innfluttir hundar af teg. Toy puddle, King charles spaniel og Cavalier. Gott verð. Sjá www. 123.is/eldeyjarhundar. Uppl. á. diddy@simnet.is.

Húsnæði óskast**Húsnæði óskast fyrir erlenda skiptistúdentu**

Húsnæði óskast fyrir erlenda skiptistúdentu við Háskóla Íslands frá 1. september n.k. til loka desember/maí.

Óskað er eftir herbergjum á gistiheimilum, íbúðum þar sem nokkrir geta deilt aðstöðu eða stúdíóíbúðum. Æskilegt er að hver íbúð eða hús sé nægilega stórt fyrir minnst 3 einstaklinga. Herbergin þurfa að vera búin rúmi, skrifborði, stól og fataskáp. Auk þess þarf að vera aðgangur að fullbúnu eldhúsi og baðherbergi.

Áhugasamir vinsamlegast hafi samband við Erlu Björk eða Ástu Mariú á Alþjóðaskrifstofu Háskóla Íslands með tölvupósti á: incoming@hi.is



HÁSKÓLI ÍSLANDS

Fæst gefins 11 mánaða Bordercollie rakki vegna breyttra aðstæðna. S. 895 4616.

**TÓMSTUNDIR & FERÐIR****Fyrir veiðimenn****Veiði**

Ódýr laxveiðileiði í Gljúfurá í Húnaþingi. Nokkur holl laus, tvær stangir seldar saman. Agn, maður, fluga. Stórlaxavon, nýtt veiðihús. Nánari uppl. Júlíus, 892 9263.

Laxveiðileyfi í Hölná, Þistilfirði.

Nokkur holl laus, leyfilegt agn fluga. Stórlaxa von, gott veiðihús, gott verð. Tvær stangir, seldar saman. Uppl. gefur Jón, 898 7108. joneinars@gmail.com

Grímsá í Borgarfirði

Eigum lausar stangir 2-4, júlí, v/forfalla. Uppl. Júlíus, 892 9263.

Tunguá Lundareykjadal. (hliðarar Grímsár)

Eftirfarandi holl eru laus í sumar. Júlí 29-31, Ágúst 2-4, 4-6, 6-9, 16-18, 25-27, 29-31. Sept. 4-6, 14-16. Leyfilegt agn fluga. Gott veiðihús fylgir. allar upplýsingar veitir Júlíus sími 892 9263. eða Jón (jon@lax.is)

Litla á í Kelduverfi

Stór sjóbirtingur, laxavon. Veiðileyfi eru seld hjá SVFR og að Keldunesi. Sími í Keldunesi er 465 2275 og sími hjá SVFR er 568 6050.

Ýmislegt**HÚSNÆÐI****Húsnæði í boði****www.leiguherbergi.is Gistiheimili / Langtímaleiga / Guesthouse long term rent.**

Herb. til leigu. Eldh. baðh. internet, 10 sjónvarpsst., þvottah. Verð frá 35 þús. Dalshraun HFJ og frá 45 þús. Funahöfða RVK. Long term rent. Kitchen, bathroom, 10SAT TV, laundry room. Price from 35.000 ISK. Dalshraun HFJ & 45.000 ISK. Funahöfða RVK. Uppl/info í S. 824 4535. www.leiguherbergi.is

Hafnarfj-Reykjavík- Keflavík Einstaklings, 2ja, 3ja og 4ra herbergja íbúðir til leigu. Nánari upplýsingar á www.heimahagar.is

Stúdíó íbúð og herb. til leigu í Stórholti. Uppl. í s. 895 8698 & 899 3749.

Til leigu herb. í Álfamýri. Reglusemi áskilin. S. 865 9637.

Rúmgóð 90fm 3 herb íbúð, jarhæð,200 Kópavogur, í Fossvogsdal verðh, 80-90 þús. Sími 845-9747

Herb til leigu í Vesturbæ. Allt innifalið. ROOM FOR RENT, all incl. Info 694 5987.

3herb. 68fm íbúð í Gyðufelli 2 laus frá 22.07.2009 - 01.07.2010. Allt innif. 100þ. á mán. + hiti og rafm. Uppl. í s. 697 3681. 200þ. Fyrirfram.

3-4 herb. íbúð á Álfanesi laus strax. Aðeins reglusamir leigendur ásamt skilvissu greiðslum koma til greina. Í göngufæri við leikskóla, skóla og sundlaug. Uppl. s. 565 4962.

Rúmgóð 2 herb. íbúð í Kóp. Laus strax! Leiga 85 þ. á mán. fyrirfram. Allt innifalið. S. 693 4904.

15 fm herbergi í 101. Öll aðstaða. Með eða án húsgagna á 28 þúsund á mánuði. Sími 552 5137 e. kl 17

Til leigu - laus strax

Herb. til leigu á frábærum stað í bænum, afnot af fallegu eldhúsi og þvottavél. Uppl. í s. 863 3328 & 846 0408 Arnar.

2ja herb. íbúð til leigu í Garðabæ. Reyklaus einstaklingur. Uppl. í s. 869 6414 & 892 8825.

Góð 2ja herb. íbúð til leigu í Hólaværvi, Reykjavík. Sanngjörn leiga. Laus strax. Uppl. í s. 824 7504.

Stúdíóíbúðir. Skyndileiga, skammtímaleiga, langtímaleiga. Uppl. í s. 618 2698

ROOMS F/ RENT W/FURNITURE in 108 RVK near Kringla and in 109 BREIÐHOLT 897 3611.

3-4 herb. 90fm íbúð á Burknav. HFJ. Langtímal. 110þ. m. hússi. Tryggingar. S. 893 2417.

Húsnæði óskast**Hverfi 105 eða 108**

Hæð, raðhús, einbýli, óskast til leigu í 2 ár sem fyrst. Uppl. í s. 820-7065.

Ca 55 til 75 fm. skrifstofu/atvinnuhúsnæði. Óska eftir að leigja húsnæði fyrir námskeiðahald á höfuðborgarsvæðinu. Greiðslugeta um 50 þúsund (öruggar greiðslur). Uppl. í s. 894 9002.

Atvinnuhúsnæði

Óska eftir atvinnuhúsnæði undir þvottavélaverkstæði í Rvk. ca. 200-300fm. S. 847 5545.

Hlíðasmári Kópavogi Aðstaða fyrir nuddara, snyrtifræðinga o.þ.h., mism. stærðir. Mjög hagstætt leiguverð. Uppl. í 695 7045.

100m2 verslunarhúsnæði Staðsett í Hlíðasmára, Kópavogi. Mjög ódýrt fermetra verð. Uppl. í síma 695 7045.

Lítið verktakafyrirtæki óskar eftir 70-90fm atvinnuhúsnæði með innkeyrsludyrum. Uppl. í s. 844 6547 Hjörleifur & 866 9767 Róbert.

Geymsluhúsnæði**www.buslodageymsla.is**

Búslóðageymsla Olivers 100 kr á dag hvert bretti. Starfað í yfir 20 ár. S. 567 4046 & 892 2074.

geymslur.com

Geymslur frá 3990.- kr á mán. í Garðabæ (hjá Ikea) og Reykjavík (Fiskislóð) Upphitað, vaktað & öryggismyndavélar. S. 555 3464

www.geymslaeitt.is

Sér geymslur frá 5 til 17 m2. Góð verð. Opið 8-22. Búslóðir, lagerar, bókhald, iðnaðarmenn. Upphitað og vaktað.S: 564-6500

Gisting

Gista.is / S. 694 4314

Tilkynningar

Kópavogsbær

Deiliskipulag Glaðheima – kynningarfundur.

Skipulags- og umhverfissvið Kópavogs boðar hér með til kynningarfundar um tillögu að deiliskipulagi Glaðheima í Kópavogi. Fundurinn verður haldinn í dag, þriðjudaginn 30. júní, nk. kl. 17:00 í Lindaskóla.

Allir velkomnir.

Smári Smáason, skipulagsstjóri Kópavogs.

2ja-3jaherbergja íbúðir á Akureyri. Uppbúin rúm, Internet, ADSL TV.

2 herbergja íbúð fullbúin húsgögnum með svefnplássi fyrir 2-4. Leigist í nótt í senn eða fleiri. Staðsett við Kringluna. Uppl. í s. 843 9776 & 899 7188 eða limoutaxi@hotmail.com

www.leiguherbergi.is

Herbergi til leigu í Reykjavík og Hafnarfirði, frá 1500.- kr á dag. www.leiguherbergi.is s. 824 4535

Íbúð á Akureyri Rúmgóð íbúð staðsett í hjarta Akureyrar. Leigist út viku í senn frá mán.-sun. á tímabilinu 6. júlí - 3. ágúst. Upplýsingar í síma 695-7045

ATVINNA**Atvinna í boði****Hefur þú áhuga á ítalskri matargerð?**

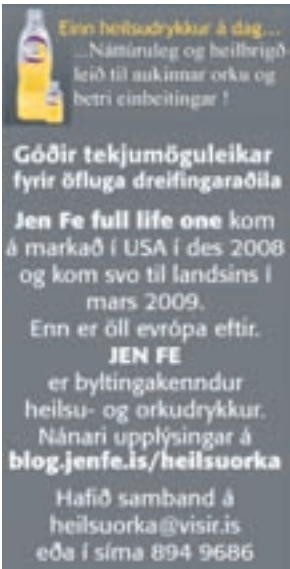
Veitingastaðurinn Sbarro auglýsir eftir röskum og duglegum pizzabakara í 100% starf. Sveigjanlegur vinnutími. Íslenskukunnátta er æskileg. Lágmarksaldur 20 ár. Vinsamlegast sækjið um á www.sbarro.is

**Rafvirkjar óskast**

Rafís ehf vill ráða til sín faglaerða rafvirkja. Góð laun í boði fyrir rétta menn. Umsóknir sendist á rafis@hamar.is



Sala grill óskar eftir kraftmiklu fólki eldri en 20 ára í kvöld og helgarvinnu. Nánari upplýsingar eru einungis veittar á staðnum. Sala grill, Rjúpnasali 1.



Fjölsk. í Úlfarsárdal leitar að góðri konu til að gæta barna og vinna létt heimilisstörf. Foreldrar í vaktavinnu. Nánari uppl./umsókn: evajonasdottir@gmail.com

Fyrirtæki sem er að hefa rekstur óskar eftir að komast í samband við aðila sem treystir sér til að fylla útl heima-síðu, þegar það er fyrir hendi. Uppl. í S 862 5844.

Körfuknattleiksfélag ÍBV auglýsir eftir yfirjálfaðara fyrir mfl og yngri flokka félagsins, uppl. á ibvkarfa.net / ibvkarfa@gmail.com

Matsveinn/sjókokkur, karl/kona óskast í júlí á rs. Dröfn RE. Uppl. gefur Gunnar í s. 892 8187 eða 852 8187

Starfsfólk vantar við ferðaþjónustuna á Hörgslandi. S. 894 9249 & 487 6655, horgsland.is.

Atvinna óskast

Höfkuduglegur 25 ára maður óskar eftir vinnu, er þrælvanur ýmisconar trésmið, er einnig mikill bíla og útivistar áhuga-maður. Lágmarkslaun koma ekki til greina. Uppl. í s:866 2655.

17 ára drengur óskar eftir sumarvinnu í Rvk. Er með bílpróf. Sími 843 9267.

Óska eftir vinnu til sjós á frysti,istogara eða línu,reyklaus og reglusamur,laus strax.sími 618 6032.

TILKYNNINGAR**Einkamál****Símapjónusta Spjalldömur**

S. 908 6666 & 908 2000. Opið þegar þér hentar

**Djórf samskipti**

Sexychat.is er framtíðin í djórfum samskiptum á Íslandi. Komdu í heimsókn strax í dag, veldu þér gott notanda-nafn til frambúðar og kynntu þér vef í mótun.

SÍMAPJÓNUSTUR**Stefnumót**

905-2000 (símatorg)

535-9920 (kreditkort)

535-9923 (fritt, karlar)

555-4321 (fritt, konur)

Spjall

904-5454 (símatorg, karlar)

535-9940 (kreditkort, karlar)

555-4321 (fritt, konur)

Gay spjall

535-9988 (kreditkort)

Sögur

905-2002 (símatorg)

535-9930 (kreditkort)

Spjalldömur

908-6000 (símatorg)

535-9999 (kreditkort)

**Chat.is**

Við spjallum saman og kynnumst nýju fólki á Chat.is. Það kostar ekkert, og vef-urinn er í boði á fjölda tungumála.

Óskum eftir múrara eða mönnum yðnum viðgerðarvinnu, Fagvirkni@Fagvirkni.is.

Tapað - Fundið

Kisinn okkar er týndur. Hann heitir Núll og á heima á Leifsgötu. Hann hvarf 5. mars 2009. Vinsamlegast hafið samband í s. 692 5082 eða Kattholt ef þið sjáið hann.

Þjónusta

Parketslípun
sólpallaslípun | parketlagnir

551 1309
690 5115

golflist@golflist.is
www.golflist.is

Gólf list
Parketlagnir og viðhald

Krakkar starfa við uppgröft

Sumarskóli hjá Fornleifaskóla barnanna hófst annað árið í röð 22. júní. Þar gefst unglingum tækifæri til að vinna með fornleifafræðingum á vettvangi. Skólinn er samvinnuverkefni Litlu-laugaskóla, Brooklyn College og Hunter College í New York, Fornleifastofnunar Íslands, Þingeyks sagnagarðs, Hins þingeyska fornleifafélags og Ferðabjónustunnar á Narfastöðum. Markmið skólans er að skapa nýjan vettvang fyrir samstarf ólíkra aðila, innan hér-ads og utan, um fræðslu barna og unglinga um söguna, menningararfinn og gildi þeirra fyrir okkur í dag.

Þátttakendum er að þessu sinni boðið upp á fimm daga dagskrá. Fyrsta daginn fer fram fræðsla um fornleifafræði og störf fornleifafræðinga. Í þrjá daga

starfa krakkarnir síðan með fornleifafræðingum á uppgraftrastað sem er á Skútustöðum í Mývatnssveit. Þar fá þeir tækifæri til að kynnst og spreyta sig við hin ýmsu störf sem fornleifafræðingar vinna á vettvangi. Alls taka 14 krakkar þátt í verkefninu að þessu sinni, nemendur úr Litlu-laugaskóla og Hafralækjarskóla. Hópnun er skipt í tvennt og blandað saman þeim sem hafa reynslu og nýliðum. Þannig læra krakkarnir líka hvert af öðru.

Nú hefur fyrri hópurinn lokið sinni þátttöku en seinni hópurinn verður á Skútustöðum þriðjudaginn 30. júní – fimmtudagsins 2. júlí. Föstudaginn 3. júlí fara þau síðan í vettvangsferð á minjastaði sem þegar hafa verið rannsakaðir í Mývatnssveit.



FORNLEIFASKÓLI BARNNA Krakkarnir starfa með fornleifafræðingum á Skútustöðum í Mývatnssveit.

Huldufólk og álagablettir

Hrönn Axelsdóttir opnar ljósmyndasýningu í Listasala Mosfellsbæjar laugardaginn 4. júlí klukkan 14.

Á sýningunni verða valdar ljósmyndir úr verkefninu Huldufólk og álagablettir sem Hrönn hefur unnið að í mörg ár.

Viðfangsefnið er margþætt. Trúin á huldufólk er þar efst á blaði og þau áhrif sem hún hefur haft á fólk og umhverfi.

Í fréttatilkynningu kemur fram að þegar fólk flytur úr heimahögum sínum gleymist smám saman vitneskjan um álagabletti og hífýli huldufólks. Það sé



KIDJABERG



SELJALANDSFOSS

því áhugavert að taka ljósmyndir af því sem fæstir hafa séð eða upplifað. Hrönn notaði svokall-

aða Pinhole-myndavél við tökurnar og voru myndirnar teknar á filmu. Útkom- an er sú að myndirnar sýna

viðfangsefnið í öðru ljósi. Enginn aðgangseyrir er á sýninguna.



Ástkær móðir mín og amma,
Þóra Magnúsdóttir
Flókagötu 61,

lést að morgni 27. júní á Borgarspítalanum Fossvogi. Útförin fer fram mánudaginn 13. júlí í Kirkju Óháðasafnaðarins kl. 15.00. Þeim sem vilja minnst hinnar látnu er bent á Krabbameinsfélag Íslands s. 540 1900.

Anna Helga Pétursdóttir
Ísarr Freyr Sigurðsson



Ástkær móðir okkar, tengdamóðir,
amma og langamma,
Halla Inga Einarsdóttir,
áður til heimilis að Eikjuvogi 24,

lést á Hjúkrunarheimilinu Eir föstudaginn 26. júní. Útförin fer fram frá Fossvogskirkju fimmtudaginn 2. júlí kl. 15.00.

Pálína Erna Ólafsdóttir
Marsibil Ólafsdóttir
Sigrún Ólafsdóttir
Ingimar Ólafsson
barnabörn og barnabarnabörn.

Stefán Árnason
Pétur Jónsson
Guðlaug Halldórsdóttir



Ástkær eiginmaður, faðir, tengdafaðir,
afi og langafi,
Ragnar Einarsson,
Sogavegi 104, Reykjavík,

lést á Landakotsspítala þann 25. júní. Jarðarförin fer fram frá Bústaðakirkju miðvikudaginn 1. júlí kl. 11.00.

Steinunn Guðbjörnsdóttir
Einar Ragnarsson
Ebenezer Þórarinn Einarsson
Sonja Ragnarsdóttir
Jónína Ragnarsdóttir
og barnabarnabörn.

Elín Böðvarsdóttir



Elskulegur bróðir okkar, mágur og frændi,
Dagbjartur Kristinn Gunnarsson
frá Marteinstungu,

andaðist á Elli og hjúkrunarheimilinu Grund, sunnudaginn 28. júní. Jarðarförin fer fram frá Marteinstungukirkju laugardaginn 4. júlí kl. 14.00. Fyrir hönd fjölskyldunnar frá Marteinstungu,

Guðný K. Guttormsdóttir.



Ástkær eiginkona mín og móðir okkar,
Guðborg Hera Guðjónsdóttir
Hraunvangi 3, Hafnarfirði,

lést á St. Jósefsspítala Hafnarfirði þann 26. júní s.l. Jarðarför auglýst síðar. Fyrir hönd aðstandenda.

Helgi S. Guðmundsson
Elfar Helgason
Helga Helgadóttir



Elskuleg eiginkona, móðir, tengdamóðir,
dóttir, tengdadóttir, amma og systir,
Helga Bjarnadóttir
Hárgreiðslumeistari,
Öttuhæð 9, Garðabæ,

lést á heimili sínu, miðvikudaginn 24. júní sl. Jarðarförin fer fram frá Víðalínskirkju fimmtudaginn 2. júlí kl. 15.00.

Eggert V. Þorkelsson
Bjarni Gíslason
Sigríður M. Einarsdóttir
Einar Geir Einarsson
Bjarni Þ. Einarsson
Erla Rut Eggertsdóttir
Gísli V. Eggertsson
Gunnar Örn Eggertsson
Hulda M. Eggertsdóttir
Sunneva Eggertsdóttir
barnabörn og systkini

Erla Þorvaldsdóttir
Einar Rögnvaldsson
Guðlaug Jóhannsdóttir
Kristín Backman
Rajan Sedhai
Hjalti Unnsteinsson



Elskulegur eiginmaður minn, faðir okkar,
tengdafaðir, afi og langafi,
Sverrir Leósson
fyrirverandi útgerðarmaður,
Aðalstræti 68, Akureyri,

lést á Fjórðungssjúkrahúsinu á Akureyri, fimmtudaginn 25. júní. Jarðarförin auglýst síðar.

Auður Magnúsdóttir
Magnús Sverrisson
Ásthildur Sverrisdóttir
Ebba Sverrisdóttir
Ragnhildur Sverrisdóttir
afabörnin þín og langafastrákarnir

Unnur Dóra Norðfjörð
Jóhann Björgvinsson
Sveinbjörn Bjarnason
Steinar Sigurðsson



Ástkær faðir okkar, afi og langafi,
Skúli Magnússon,

varð bráðkvaddur á heimili sínu, Fossvogsbraut 13, Reykjavík, þann 22. júní. Útför fer fram frá Fossvogskapelli föstudaginn 3. júlí kl. 15.00.

Ásta Kristín Skúladóttir
Magnús Skúlason

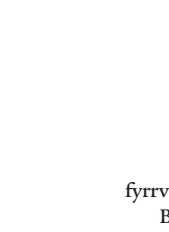


Ástkær eiginkona mín, móðir okkar,
tengdamóðir og amma,
Rósa Halldórsdóttir
Krosshörmum 11a, 112 Reykjavík,

lést á Líknardeild Landspítalans í Kópavogi sunnudaginn 21. júní. Jarðarförin fer fram frá Bústaðakirkju, miðvikudaginn 1. júlí kl. 13.00.

Sæmundur H. Sæmundsson
Halldór Már Sæmundsson
Elmar Sæmundsson
Telma Sæmundsdóttir
Áróra Ósk Halldórsdóttir
Rósa Halldórsdóttir
Vaka Halldórsdóttir
Nökkvi Dagur Elmarsson

Hrund Pálmadóttir
Edda Johnsen



Eiginmaður minn,
Jón Ísberg
fyrirv. sýslumaður í Húnavatnssýslu,
Brekubýggð 36, Blönduósi,

verður jarðsunginn frá Blönduóskirkju föstudaginn 3. júlí kl. 14.00.

Þórhildur Ísberg

Kauptu 2 pakka

af Merrild 103 eða Senseokaffi

– þú gætir unnið glæsilega

Philips Senseo kaffivél

100
Senseovélar
í vinning

Barcelona

í júlí

frá kr. 19.990

Verð kr. **19.990**

Netverð á mann. Flugsæti aðra leið með sköttum (KEF-BCN). Sértílböð 3., 10., 17. og 24. júlí. Ath. aðeins örfá sæti á þessu sértílböði.

Allra síðustu sætin!

Heimsferðir bjóða frábær sértílböð á flugi til Barcelona á völdum brottförum í júlí. Griptu þetta frábæra tækifæri og njóttu þín í borginni sem býður frábært mannlíf og fjölbreytni í menningu, afþreyingu að ógleymdu fjöregu strandlífi og endalaus úrvali veitingastaða og verslana.

Heimsferðir

Skógarhlíð 18 • sími 595 1000

Akureyri • sími 461 1099 • www.heimsferdir.is

Birt með fyrirvara um prentvillur. Heimsferðir áskilja sér rétt til leiðréttinga á slíku. Ath. að verð getur breyst án fyrirvara.

TAL

Getraunaleikur
Tals og Vísis

Drögum vikulega út
veglega vinninga

Taktu þátt á [Vísir.is](http://Visir.is)

PEPSI DEILDIN

VÍSIR.IS



NOKKUR ORÐ
Freyr Gígja Gunnarsson

Hið dulda ráðabrigg

Hvað eiga Elton John, Georg Michael, Tina Turner og Duran Duran sameiginlegt? Jú, þau stóðu á hátindi frægðar sinnar þegar hin vafasama eitis-tíska réð ríkjum, strákar voru með blásið hár og klæddust snjóþvegnum gallabuxum, konurnar klæddust fáránlegum munderingum og ekki má gleyma axlapúðunum sem bæði kynin kunnu vel að meta.

Þetta ágæta tónlistarfólk, sem nú er komið til ára sinna og hefur sitt lífibrauð af því að syngja gömlu slagarana sína, á líka annað sameiginlegt. Það var í uppáhaldi hjá okkar ágætu auðjöfrum. Og þeir hikuðu ekki við að borga þessum „stórstjörnum“ morðfjár úr okkar vasa fyrir að koma fram og syngja eitt eða tvö lög. Nú síðast fréttist af því að

George Michael hefði átt að lenda á toppi Turnsins í Kópavogi í þyrilu. Duran tróð upp í áramótaveislu, sællar minningar, Turner skemmti starfsmönnum Baugs og Elton John söng afmællissönginn fyrir Óla.

Allt ber þetta að sama brunni. Að auðjöfrunum hafi þótt lítið til tiskustrauma 21. aldarinnar koma og hafi, af sinni einskæru mannúð og gæsku, reynt að kynna fyrir almúganum tónlist eitis-hetjanna. Kannski var þetta þráin eftir að upplifa æskuljóm-ann á nýjan leik, kannski var 80's sérstakt áhugamál hjá þeim? En eitt er víst, auðjöfrunum tókst að senda íslensku þjóðina aftur til eitis-tímans hvað lífsgæði varðar. Og kannski verðum við bara öll komin í snjóþvegnar gallabuxur og með blásið hár áður en árið er úti. Og kannski verða plöturnar með Elton John, Georg Michael, Tinu Turner og Duran Duran þær einu sem hægt verður að kaupa í íslenskum plötubúðum.

myndasögur

■ Pondus

Eftir Frode Øverli



■ Gelgian

Eftir Jerry Scott & Jim Borgman



■ Handan við hornið

Eftir Tony Lopes



■ Kjölturakkar

Eftir Patrick McDonnell



■ Barnalán

Eftir Jerry Scott & Rick Kirkman





Ford C-MAX Trend (RU237)
2,0i bensín sjálfskiptur 5 dyra.
Loftkæling, upphitanleg framsæti,
aksturstölva ofl.
Skrd. 12/2006. Ek. 37.000 km.
Betra verð 2.730.000 kr.
Enn betra verð 2.490.000 kr.



Ford Focus Trend (PS976)
1,6i bensín beinskíptur station.
Upphitanleg framrúða og framsæti,
dökkklitaðar rúður, aksturstölva ofl.
Skrd. 09/2006. Ek. 28.000 km.
Betra verð 2.400.000 kr.
Enn betra verð 2.190.000 kr.



Ford Mondeo Ghia (TX656)
2,0i bensín sjálfskiptur 5 dyra.
Leðuráklæði, upphitanleg
framrúða, 16" álfelgur,
aksturstölva ofl.
Skrd. 09/2005. Ek. 68.000 km.
Betra verð 2.290.000 kr.
Enn betra verð 1.990.000 kr.



Ford S-MAX Trend 7 manna (SI808)
2,0i bensín beinskíptur 5 dyra.
Upphitanleg framrúða, dráttarbeisli,
dökkklitaðar rúður, aksturstölva ofl.
Skrd. 06/2007. Ek. 20.000 km.
Betra verð 4.350.000 kr.
Enn betra verð 3.950.000 kr.



Ford Escape XLT AWD (VK476)
3,0i V6 bensín sjálfskiptur 5 dyra.
16" álfelgur, hraðastillir, loftkæling,
dráttarbeisli ofl.
Skrd. 07/2004. Ek. 76.000 km.
Betra verð 2.350.000 kr.
Enn betra verð 2.150.000 kr.



Ford Explorer Sport Trac Limited 4x4 (OJB10)
4,6i V8 bensín sjálfskiptur 4 dyra.
32" breyting, Webasto miðstöð,
leðuráklæði, loftdæla, dráttarbeisli ofl.
Skrd. 08/2007. Ek. 21.000 km.
Betra verð 4.790.000 kr.
Enn betra verð 4.290.000 kr.



Mazda3 Touring (PM874)
1,6 bensín 5 girja 4 dyra.
Loftkæling, upphitanleg sæti ofl.
Skrd. 07/2007. Ek. 52.000 km.
Betra verð kr. 2.190.000 kr.



Mazda3 Touring Plus (PBD02)
1,6 bensín sjálfskiptur 5 dyra.
Tölvustýrð miðstöð, rafdrifnar
rúður, upphitun sæti ofl.
Skrd. 05/2008. Ek. 13.000 km.
Betra verð 3.090.000 kr.



Mazda6 Touring (PR963)
2,0 bensín sjálfskiptur 4 dyra.
Skrd. 03/2006. Ek. 57.000 km.
Betra verð 2.390.000 kr.



Mazda3 Sport (GHP51)
2,0 bensín 6 girja 5 dyra.
Hraðastillir, tölvustýrð miðstöð,
Xenon framljós ofl.
Skrd. 05/2008. Ek. 17.000 km.
Betra verð 3.250.000 kr.



Mazda5 Advance 7 manna (RRK82)
2,0 bensín sjálfskiptur 5 dyra.
Hraðastillir, tölvustýrð miðstöð,
lpod-tengi ofl.
Skrd. 05/2008. Ek. 11.000 km.
Betra verð 3.540.000 kr.



Mazda3 Touring (OAD60)
1,6 bensín 5 girja 5 dyra.
Loftkæling, upphitanleg sæti ofl.
Skrd. 11/2007. Ek. 21.000 km.
Betra verð kr. 2.390.000 kr.

Kauptu notaðan bíl sem sérfræðingar Brimborgar mæla með

Sumarsala hjá Brimborg í dag

Kauptu betri notaðan sumarbíl

Skoðaðu úrvalið á sumarsölunni
Nýttu þér gott tækifæri til að eignast betri bíl
Kauptu betri notaðan bíl hjá Brimborg í dag

Komdu í kaffi og kauptu rétta
sumarbílinn hjá Brimborg í dag

Kauptu besta sumarbílinn á
sumarsölu Brimborgar

Sumarsala

- góðir notaðir bílar
 - enn betra verð
 - traust þjónusta
- Komdu í dag

Komdu í kaffi og skoðaðu sumarbíla, Bíldshöfða 6 og 8 og á Akureyri
Nýttu þér tækifærin á sumarsölunni



Citroën C1 SX (PMT80)
1,0 bensín beinskíptur 5 dyra.
Þessi bifreið er visthæf og fær frítt í
staði í Reykjavík í 90 mín í senn.
Skrd. 09/2007. Ek. 13.200 km.
Betra verð 1.790.000 kr.



Citroën C5 SX (JL179)
2,0 bensín sjálfskiptur 5 dyra.
Dráttarbeisli.
Skrd. 10/2005. Ek. 56.000 km.
Betra verð 2.350.000 kr.
Enn betra verð 1.990.000 kr.



Citroën C2 VTS (AF498)
1,6 bensín 5 girja 3 dyra.
16" álfelgur, loftkæling ofl.
Skrd. 04/2007. Ek. 20.000 km.
Betra verð 2.190.000 kr.



Citroën C4 Coupé VTR (SZ648)
1,6 bensín 5 girja 3 dyra.
Loftkæling, filmur, vindskeið ofl.
Skrd. 12/2005. Ek. 42.000 km.
Betra verð 1.920.000 kr.



Citroën C4 SX Comfort (TE728)
1,6 bensín sjálfskiptur 5 dyra.
Skrd. 07/2006. Ek. 25.000 km.
Betra verð 2.430.000 kr.
Enn betra verð 1.890.000 kr.



Citroën Xsara Picasso Exclusive (AZ627)
2,0 bensín sjálfskiptur 5 dyra.
Dráttarkrókur ofl.
Skrd. 01/2006. Ek. 25.000 km.
Betra verð 1.930.000 kr.



Volvo C30 T5 (JSB20)
2,5 Turbo bensín beinskíptur 3 dyra.
Leðurinnrétting, spoilerakitt, 230
hestöfl, 17" álfelgur ofl.
Skrd. 08/2007. Ek. 16.000 km.
Betra verð 4.200.000 kr.
Enn betra verð 3.490.000 kr.



Volvo S40 SE (YR490)
2,4 bensín sjálfskiptur 4 dyra.
Leðurinnrétting, álklaett mælaborð,
hraðastillir ofl.
Skrd. 11/2005. Ek. 61.000 km.
Betra verð 2.790.000 kr.



Volvo V50 SE (TT668)
2,4 bensín sjálfskiptur station.
Leðurinnrétting, álklaett mælaborð,
hraðastillir ofl.
Skrd. 09/2006. Ek. 33.000 km.
Betra verð 3.690.000 kr.
Enn betra verð 3.250.000 kr.



Volvo S80 SE+ (MD583)
2,5 Turbo bensín sjálfskiptur 4 dyra.
Leðurinnrétting, rafdrifin framsæti,
Xenon ljós ofl.
Skrd. 08/2007. Ek. 21.000 km.
Betra verð 5.680.000 kr.



Volvo S40 S (LL523)
1,8 bensín beinskíptur 4 dyra.
Álklaett mælaborð, hraðastillir ofl.
Skrd. 05/2005. Ek. 46.000 km.
Betra verð 2.450.000 kr.
Enn betra verð 1.980.000 kr.



Volvo XC90 SE AWD (DF474)
4,4 V8 bensín sjálfskiptur 5 dyra.
Rafdrifin framsæti, 12 hátalara
Dolby hljómkerfi, Xenon ljós,
DVD kerfi, dráttarbeisli ofl.
Skrd. 02/2005. Ek. 73.000 km.
Betra verð 5.950.000 kr.
Enn betra verð 5.250.000 kr.



Sumarsala Brimborgar er í fullu fjöri
Nýttu þér gott tækifæri til að eignast betri bíl

Smelltu á notadir.brimborg.is og veldu
notaðan bíl fyrir þig – farðu síðan á bgs.is
og sannreynðu tilboð dagsins.
Komdu í Brimborg í dag.



Aflaðu þér
frekari upplýsinga
notadir.brimborg.is



Öruggur staður til að vera á

Fersk Jackson-lög

Will.i.am úr hljómsveitinni Black Eyed Peas tók upp nýtt efni með Michael Jackson áður en hann lést. Hljómurinn var bæði ferskur og áræðinn. „Þessi lög kröfðust þess af fólki að fara út á dansgólf-ið. Auðvitað voru þau melódísk,“ sagði hann. Ekki er víst hvað verður um lögin því Jackson geymdi þau í tölvunni sinni. Síðasta plata hans með nýju efni, Invincible, kom út árið 2001. Með samstarfinu við will.i.am og fleiri unga listamenn vildi Jackson hressa upp á feril sinn. Biðu margir með mikilli eftirvæntingu eftir útkomunni.

Will.i.am segist hafa lært mikið af samstarfi sínu við Jackson. „Við urðum mjög góðir vinir. Hann var mjög vingjarnlegur við mig, en hann hefði ekki þurft að vera það.



BLACK EYED PEAS Will.i.am (annar frá vinstri) starfaði með Michael Jackson áður en hann lést.

Hann hringdi í mig á feðradaginn vegna þess að hann vissi að ég ætti engan pabba. Hann var afar góður og kenndi mér mikið.“

Hellvar til Berlínar

Hljómsveitin Hellvar heldur tónleika í Berlín 4. júlí næstkomandi. Um næstum því árvissan viðburð er að ræða hjá sveitinni, sem var einmitt stofnuð í borginni 2004. Eftir tónleikana heldur Hellvar til borgarinnar Weimar þar sem hún heldur fyrirlestur um hina íslensku búsáhaldaþýlingu og spilar síðan á eftir. Að því loknu er ferðinni aftur heitið til Berlínar þar sem aðrir tónleikar verða haldnir. Hellvar er þessa dagana að semja lög á aðra plötu sína og er fyrsta lagið af henni, Falsetto, komið út. Síðasta plata Hellvar, Bat Out of Hellvar, kom út í lok árs 2007.

Beggi og Pacas selja píanó

„Við höfum fengið mjög góð viðbrögð, öll jákvæð, og fólk er mjög opið fyrir þessu. Það eru eiginlega allir sammála um að þetta sé tíminn til að fara með svona hlut af stað,“ segir Geir Sveinsson, fyrrverandi handboltakappi.

Hann opnar á næstu dögum Umboðssöluna, ásamt konu sinni Jóhönnu Vilhjálmsdóttur, á Smáratorgi þar sem Elko var áður til húsa. Þangað geta almenningur og fyrirtæki farið með notuð húsgögn og aðrar vörur sem fólk vill losna við. Eigendurnir ákveða verðið sjálfir en 33% söluverðsins fer í umboðslaun. Á meðal þeirra sem hafa þegar nýtt sér þjónustuna eru félagarnir Beggi og Pacas sem mættu með antikpíanó þangað í gær eins og sjá má á meðfylgjandi mynd.

„Við erum að taka á móti vörum. Það er búin að vera fin traffík af fólki,“ segir Geir. „Við vorum að einhverju leyti að renna blint í sjóinn með þetta en ég held að fyrstu viðbrögðin sýni að þetta var alveg þess virði.“

Umboðssalan er í eitt þúsund fermetra húsnæði og eru Geir og aðstoðarmenn hans í óða önn að fylla húsið af vörum áður en opnað verður. „Við viljum ekki opna fyrr en við erum tilbúin. Við munum láta



MEÐ PÍANÓIÐ Beggi og Pacas með píanóið sem þeir ætla að koma í verð hjá Umboðssölunni.

vita af því þegar við opnum en það er einfaldast að fylgjast með á umboðssalan.is,“ segir hann.

ÞRIÐJUDAGSBÍÓ Í SAMBÍÓUNUM Í DAG KR. 500
GRÓÐA EFTIR FÍLM-ÁHUGANNA MINDUR OG ÁHUGANNA ÍÞÓTT

FLOTTASTA HASARMYND SUMARSINS
FRÁ LEIKSTJÓRDÖÐUM MICHAEL BAY, ásamt stjórnum Shia LaBeouf, John Turturro og kynþokkafullu leiknauð Megyn Fox

POWER
SÝNINGAR um land allt

TRANSFORMERS

YFIR 41.000 GESTIR
STÖRSTA MYND ÁRSINS!

HANGOVER

SAMBÍÓ Í ALFABAKKA				SAMBÍÓ Í KRINGLUNNI			
TRANSFORMERS 2	kl. 5D - 8D - 11D	POWER	10	TRANSFORMERS 2	kl. 4D - 7D	POWER - 10D	10
TRANSFORMERS 2	kl. 5 - 8 - 11		VIP	THE HANGOVER	kl. 4 - 6D - 7 - 8D - 9:10 - 10:20D		12
HANGOVER 3:40 - 5:50 - 8:10 - 8:30 - 10:20 - 10:30 - 11			12	CORALINE 3D	mykistali	kl. 4	L
MANAGEMENT	kl. 5:50 - 8		10	SAMBÍÓ Í AKUREYRI			
ADVENTURELAND	kl. 3:40 - 5:50		12	TRANSFORMERS 2	kl. 8 - 11	POWER	12
STAR TREK XI	kl. 10:20		10	HANGOVER	kl. 8 - 10		12
STÍGVELADI KÖTTURINN	mykistali	kl. 4 - 6	L	KYNNTU ÞÉR SÝNINGARTÍMA Á SELFOSI OG Í KEFLAVÍK Á WWW.SAMBIO.IS			
HANNAH MONTANA	kl. 3:40		L				

NÝTT Í BÍÓ!

500 kr.

TRANSFORMERS

LÚXUS

ÞETTA ERU FORFEDUR ÞÍNIR

500 kr.

YEAR ONE

UPPLIFU FYNDNASTA FERDALAG ALLRA TÍMA!

500 kr.

LESBIAN VAMPIRE KILLERS

BÍÓHLAUP 8
DAGAR STÖÐ

500 kr.

TYSON

500 kr.

allar myndir allar sýningar alla þriðjudaga allt sumar

500 kr.

TERMINATOR

500 kr.

GULLBRÁ

500 kr.

GHOSTS OF A GIRLFRIEND PAST

500 kr.

ANGELS & DEMONS

SMÁRA BÍÓ Sími 564 0000				HÁSKÓLA BÍÓ Sími 530 1919			
TRANSFORMERS 2	kl. 5 - 8 - 11	D	10	TYSON	kl. 6 - 8 - 10		12
TRANSFORMERS 2	kl. 5 - 8 - 11	D	10	YEAR ONE	kl. 5:50 - 8 - 10:10		7
LESBIAN VAMPIRE KILLERS	kl. 8 - 10		16	GHOSTS OF A GIRLFRIEND PAST	kl. 8 - 10:15		7
YEAR ONE	kl. 3:30 - 5:45 - 8 - 10:15		7	GULLBRÁ	kl. 6		L
GHOSTS OF A GIRLFRIEND PAST	kl. 5:45 - 8		7	ANGELS & DEMONS	kl. 6 - 9		14
GULLBRÁ	kl. 3:10		L				
TERMINATOR: SALVATION	kl. 10:30		12				
NIGHT AT THE MUSEUM 2	kl. 3:30		L				
ANGELS & DEMONS	kl. 5		14				

REGNBÓGINN Sími 551 9000

ÓDÝRT Í BÍÓ!

LESBIAN VAMPIRE KILLERS	kl. 6 - 8 - 10	16
YEAR ONE	kl. 5:45 - 8 - 10:15	7
TERMINATOR	kl. 5:30 - 8 - 10:30	12
ANGELS & DEMONS	kl. 5:30 - 8:30	14

BORGAR BÍÓ Sími 462 3500

YEAR ONE	kl. 5:50 - 8 - 10:10	7
GHOSTS OF A GIRLFRIEND PAST	kl. 5:50	7
KILLSHOT	kl. 8 - 10	12

FÆRÐ 5% ENDURGREITT EF ÞÚ BORGAR BÍÓMIÐANNT MÆÐ KREDITKORTI

AUKAKRÖNUR

NÝTT Í BÍÓ

500 KR.

TRANSFORMERS

LAUGARÁS BÍÓ

500 KR.

YEAR ONE

ÞRIÐJUDAGUR ER TILBOÐSDAGUR

500 KR.

Á ALLAR MYNDIR

SÝNINGARTÍMAR

TRANSFORMERS 2 - POWER	kl. 4, 7 og 10	10
YEAR ONE	kl. 4, 6, 8 og 10	7
GHOSTS OF GIRLFRIENDS PAST	kl. 6 og 8	7
GULLBRÁ	kl. 4 - Ísl. tali	L
TERMINATOR SALVATION	kl. 10	14

Sérsniðin heyrnartæki fyrir alla!

Hjá Heyrnarstöðinni, Kringlunni færðu alla þjónustu sem snýr að heyrnarmælingum og heyrnartækjum. Við sérsniðum heyrnartæki svo þau falli vel að hverju eyra og skili hljóminum fullkomlega – frá dýpstu tónum til hæstu hæða. Komdu til okkar og fáðu aðstoð við val á réttu heyrnartækjunum fyrir þig.

Ókeypis heyrnarmæling

Heyrnarmæling tekur stutta stund en getur bætt lífsgæði þín um alla framtíð.

TRYGGINGASTOFNUN
TEKUR ÞÁTT Í GREIÐSLU
HEYRNARTÆKJA!

HEYRNARSTÖÐIN



Læknastöðin, Kringlunni • Tímabantanir 9-17 í síma 568 7777 • www.heyrnarstodin.is

ISÖLD 3

RISAEDLURNAR ROKKA!

FRUMSÝND
7. JÚLÍ Í

3-D

9. HVER
VINNUR!

PÚ GÆTIR UNNIÐ BÍÓMIÐA!
SENDU SMS SKEYTIÐ **ESL ICE Á NÚMERIÐ 1900**

VINNINGAR ERU:
TÖLVULEIKIR, DVD MYNDIR, BÍÓMIÐAR,
GOS OG MARGT FLEIRA

Svali

Cocoa Puffs

Tal

**SJÁÐU MYNDINA
SPILAÐU LEIKINN!**



Blue Sky

PG

© 2004 TWENTIETH CENTURY FOX FILM CORPORATION. ALL RIGHTS RESERVED.

HELKO

Vinningar verða afhentir í ELKO Lindum. 149 kr/skeytið.
Með því að taka þátt ertu kominn í SMS klúbb.

>Bikarmeistarar KR í Garðabæinn

Dregið var í átta-liða úrslit VISA-bikars kvenna í gær og þá varð ljóst að Bikarmeistarar KR munu mæta Stjörnunni í Garðabæ og Íslandsmeistarar Vals heimsækja 1. deildarlið Völsungs á Húsavík. Þá tekur Breiðablik á móti Þór/KA í Kópavoginum og 1. deildarlið ÍBV heimsækir Fylki í Árbæinn en Eyjastúlkur hafa þegar slegið út tvö Pepsi-deildarlið úr keppninni, GRV og Aftureldingu/Fjölni.

spor
sport@frettabladid.is

AÐALSTEINN EYJÓLFSSON: LYFTI KASSEL ÚR NÍUNDA SÆTI Í ANNAÐ EFTIR HANN TÓK VIÐ

Markmiðið að komast upp á næsta tímabili

Aðalsteini Eyjólfssyni tókst ekki að koma þýska C-deildarliðinu Kassel upp um deild þegar að handboltavertíðinni lauk nú í vor. Enda var erfitt verkefni fyrir höndum hjá honum þar sem liðið var í níunda sæti þegar hann tók við því. „Það var talað um að 3.-4. sæti væri frábær árangur og svo þegar nokkrir leikir voru eftir vorum við allt í einu komnir í séns,“ sagði Aðalsteinn við Fréttablaðið. „En þá töpuðum við mikilvægum leik og þar með fór sá möguleiki. En við bættum markatöluna um 150 mörk og ég var því nokkuð ánægður.“

C-deildinni í Þýskalandi er skipt í fimm riðla og er það efsta liðið í hverjum riðli sem kemst upp og í sumum tilfellum liðið sem verður í öðru sæti. En það átti ekki við í riðli Kassel. Það er þó reyndar ekki útilokað að Kassel komist þrátt fyrir allt upp um deild í sumar.

„Það gæti verið að liðinu sem vann riðilinn verði ekki úthlutað keppnisleyfi í B-deildinni. Það kemur í ljós á næstu dögum. Það er því einhver smá möguleiki á að við förum upp en hann er ekki stór.

Ég geri ráð fyrir því að vera áfram í þessari deild.“

Nú í sumar bætast þrír íslenskir leikmenn í hópinn hjá Kassel en það eru þeir Jóhann Gunnar Einarsson, Guðjón Finnur Drengsson og Daniel Berg Grétarsson. „Þessir leikmenn munu auka breiddina í leikmannahópnum sem er það sem hefur skort hjá okkur. Þetta eru líka svolítið öðruvísi leikmenn en eru fyrir í liðinu.“ Hann segir að styrkleiki deildarinnar hafi komið sér nokkuð á óvart. „Þarna eru mörg lið sem geta vel spilað handbolta og eru með marga fína leikmenn.“

Hann vill þó ekki bera lið sitt saman við þau sem spila í efstu deild hér á landi. „Það er erfitt að reyna slíkan samanburð. En við fáum HK í heimsókn í ágúst og þá sjáum við betur hvar við stöndum í samanburði við þá.“

Ef Kassel kemst upp á næsta tímabili framlengist samningur Aðalsteins við félagið sjálfkrafa um tvö ár. „Það er því mikið undir og ekkert annað sem kemur til greina en að komast upp um deild á næsta tímabili.“

	3-2	
KR		Breiðablik
KR-völlur, áhorf.: x.xxx		
Eyjólfur Kristinnsson (5)		

0-1 Alfreð Finnbogason (12.)
0-2 Olgeir Sigurgeirsson (15.)
1-2 Óskar Örn Hauksson (48.)
2-2 Grétar Sigfinnur Sigurðsson (86.)
3-2 Mark Rutgers (90.+3.)

TÖLFRÆÐIN

Skot (á mark)	15-7 (12-4)
Varin skot	Stefán Logi 2 – Ingvar Þór 8
Horn	7-4
Aukaspyrnur fengnar	15-13
Rangstöður	2-1

KR 4-4-2	BREIÐAB. 4-4-2
Stefán Logi Magn. 5	Ingvar Þór Kale 7
Skúli Jón Friðgeirs. 4	Arnór Aðalsteinsson 7
Grétar S. Sigurðs. 7	Guðmann Þórisson 6
Mark Rutgers 6	(44. Elfar Helgason 4)
Jordao Diogo 6	*Kári Ársællsson 8
Óskar Örn Hauks. 7	Kristinn Jónsson 5
(76. Atli Jóhanns. -)	Finnur Orri Margeirs. 6
Jónas Guðni Sæv. 7	Guðmundur Kristj. 6
Bjarni Guðjónsson 7	(72. Haukur Baldv. -)
Baldur Sigurðsson 6	Olgeir Sigurgeirsson 6
Guðmundur Ben. 5	Arnar Grétarsson 7
(46. Prince Raj. -)	(89. Árni Kristinn -)
Gunnar Örn Jóns. 5	Kristinn Steindórsson 6
(46. Björgólfur Tak. 7)	Alfreð Finnbogason 7

*Maður leiksins

STAÐAN

Pepsi-deild karla

1. FH	10	9	0	1	27-6	27
2. KR	10	6	2	2	19-11	20
3. Stjarnan	9	6	1	2	24-11	19
4. Keflavík	10	5	3	2	18-15	18
5. Fylkir	9	5	2	2	16-10	17
6. Valur	9	5	1	3	11-11	16
7. Breiðablik	9	3	2	4	15-17	11
8. Fram	10	3	2	5	11-13	11
9. Grindavík	10	2	2	6	11-23	8
10. ÍBV	9	2	0	7	7-16	6
11. Þróttur	10	1	2	7	9-23	5
12. Fjölnir	9	1	1	7	10-22	4

FÓTBOLTI „Þetta var skemmtilegur leikur á að horfa. Í fyrri hálfleik buðu mínir menn Blikum bara upp á skemmtunina hins vegar. Við breyttum um leikkerfi í hálfleik því okkur gekk illa að halda dampi á miðjunni. Við það tókst okkur að komast aftur í leikinn,“ sagði Logi Ólafsson, þjálfari KR, eftir dramatískan sigur í einum skemmtilegasta leik sumarsins.

„Það er gríðarlega sterkur persónuleiki í þessu liði. Það var gott að ná marki snemma í seinni hálfleiknum og það sýndi þann kraft sem við búum yfir. Menn eru í góðu líkamlegu standi og tilbúnir að leggja sig fram í allar 90 mínúturnar. Það er erfitt að spila á móti liði eins og Breiðabliki og því er þetta sætara en orð fá lýst.“

Blikar byrjuðu af krafti

Leikurinn var aðeins fimm mínútna gamall þegar hurð skall nærri hælum við mark Blika en Guðmundur Benediktsson átti þá skalla í innanverða stöngina. Heppnin með Blikum þar og þeir létu að sér kveða nokkrum mínútum síðar þegar markamaskínan Alfreð Finnbogason skoraði eftir baneitraða sendingu frá Kristni Steindórssyni. Alfreð lék á Stefán Loga Magnússon áður en hann renndi boltanum í netið.

Þegar liðin mættust á KR-vellinum í fyrra komust Blikar tveimur mörkum yfir snemma leiks og það sama var uppi á teningnum í gær. Aðeins þremur mínútum eftir að hafa náð forystunni bætti Breiðablik við marki en að þessu sinni eftir frábæran samleik milli Alfreðs og Olgeir.

Sá síðarnefndi lauk síðan sókninni með hnitmiðuðu skoti.

Gestirnir voru þarna komnir í lykilstöðu en helsta vopn KR-inga í fyrri hálfleiknum voru skot fyrir utan teig. Tvö þeirra sköpuðu mikla hættu en Ingvar Kale varði vel í hornspyrnur.

Ótrúleg endurkoma KR

Logi Ólafsson gerði tvöfalda skiptingu í hálfleik og skömmu síðar náði KR að minnka muninn en það gerði Óskar Örn Hauksson af stuttu færi eftir magnaðan undirbúning Jordaos Diogo sem fékk flugbraut á vinstri vængnum og nýtti það vel.

Mun meiri kraftur var í heima-mönnum í seinni hálfleik og misnotaði Bjarni Guðjónsson víta-spyrnu áður en KR jafnaði eftir hörkuskalla Grétars Sigfinns þegar 86 mínútur voru á klukkunni.

KR-ingar voru ekki hættir og skoruðu sigurmarkið í viðbótartíma þegar Mark Rutgers skoraði með skalla eftir hornspyrnu.

Ólafur Kristjánsson, þjálfari Breiðabliks, var að vonum þungur á brún eftir leik. „Þegar við vorum komnir tveimur mörkum yfir virtust menn hætta að þora að spila. Við töluðum um í hálfleik að koma inn í seinni hálfleikinn og hreyfa okkur. Það náðist ekki og ég er gríðarlega ósáttur við að hafa tapað þessum leik,“ sagði Ólafur.

elvargur@365.is

DRAMATÍK KR-ingar áttu ótrúlega endurkomu á KR-vellinum í gær og unnu dramatískan 3-2 sigur gegn Breiðabliki eftir að hafa verið 0-2 undir í hálfleik.

FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN





Breiðablik og Valur skildu jöfn, 1-1, í Pepsi-deild kvenna í gærkvöld:

Spennan gríðarleg á toppnum

FÓTBOLTI Íslandsmeistarar Vals gátu í raun prísað sig sæla með að taka stig gegn Breiðabliki í 1-1 toppbaráttuleik Pepsi-deildar kvenna á Kópavogsvelli í gærkvöld.

„Mér fannst við eiga skilið að taka þrjú stig út úr leiknum. Við vorum betri aðilinn og ég hefði átt að skora meira en eitt mark,“ segir markaskorari Blika, Fanndís Friðriksdóttir, sem var mjög öflug í leiknum.

Liðin eru því áfram efst og jöfn eftir tíu leiki í deildinni en Valsstúlkur hafa mun betri markatölu.

Stjarnan getur skotist upp að hlið Vals og Breiðabliks með sigri gegn KR í kvöld en toppbarátta efstu deildarinnar hefur ekki verið jafn spennandi í langan tíma.

BARÁTTA Það var mikið í húfi þegar Breiðablik og Valur mættust á Kópavogsvelli í gær.

FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Leikurinn fór tiltölulega rólega af stað á Kópavogsvelli í gærkvöld en þegar rúmur stundarfjórðungur var liðinn af leiknum fóru liðin að sýna sínar bestu hliðar og voru frábær kynning fyrir kvennaboltann.

Blikastúlkur voru heldur frískari og náðu trekk í trekk að opna varnamúr Valsstúlka með hættulegum stungusendingum sem að Íslandsmeistararnir lentu í miklum erfiðleikum með að verjast.

Valsstúlkur ógnuðu hins vegar mest úr föstum leikatriðum í fyrri hálfleik en mörkin létu af einhverjum óskiljanlegum ástæðum bíða eftir sér. Ekki vantaði góð mark-tækifæri en staðan var markalaus í hálfleik.

Á 62. mínútu opnaði svo hin eldsnögga Fanndís Friðriksdóttir markareikning Blika með góðu skoti eftir stungusendingu frá Söndru Sif Magnúsdóttur. Blikastúlkur voru hins vegar ekki lengi

í paradís því Kristín Ýr Bjarnadóttir jafnaði leikinn með skalla-marki fimm mínútum síðar eftir sendingu frá Rakel Logadóttur.

Fanndís slapp í tvígang í gegnum vörn Vals á 74. mínútu en markvörðurinn María Björg Ágústsdóttir, sem átti frábæran leik fyrir Val, sá við henni í bæði skiptin.

Lokamínútur leiksins voru æsi-spennandi, enda mikið í húfi, en hvorugu liðinu tókst að skora og niðurstaðan því eins og segir, 1-1 jafntefli.

„Þetta var nú frekar dapurt hjá okkur til að byrja með en svo stigum við aðeins upp. En eins og þetta spilaðist þá erum við alveg sáttar með að taka stigið á Kópavogsvelli,“ segir landsliðsfyrirliðinn Katrín Jónsdóttir.

„Við réðum illa við Fanndísi, alveg eins og önnur lið í sumar. Hún er bara búin að vera frábær,“ segir Katrín að lokum.

- óþ

ÚRSLIT

Pepsi-deild kvenna

Breiðablik-Valur 1-1
1-0 Fanndís Friðriksdóttir (62.), 1-1 Kristín Ýr Bjarnadóttir (66.).

STAÐAN Í DEILDINN

1. Valur	10	7	2	1	49-14	23
2. Breiðablik	10	7	2	1	31-8	23
3. Stjarnan	9	6	2	1	23-8	20
4. Þór/KA	9	5	1	3	28-19	16
5. Fylkir	9	4	3	2	24-14	15
6. KR	9	3	1	5	15-11	10
7. Afture/Fjöl	9	3	1	5	13-20	10
8. GRV	9	3	0	6	6-25	9
9. ÍR	9	1	2	6	8-38	5
10. Keflavík	9	0	0	9	6-46	0

Leikir kvöldsins:

GRV-Fylkir	kl. 19.15
KR-Stjarnan	kl. 19.15



SPENNA Það er mikil barátta á toppi deildarinnar

FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

VEIÐIDAGAR Í ÚTILÍF

20% afsláttur af öllum flugustöngum, hjólum, kaststöngum og stangasettum.

ROSS WORLDWIDE flugustangir voru valdar Bestu Kaupin í Fly Fish America Magazine og besta stöngin í Fish & Fly Magazine 2008.

Kasttangir frá hinum þekktu framleiðanda **SHIMANO** í mörgum verðflokkum. Gott tækifæri til að gera góð kaup.

Veiðideildin er í Glæsibæ!

ÚTILÍF

HOLTAGÖRÐUM • GLÆSIBÆ • KRINGLUNNI • SMÁRALIND • SÍMI 545 1500



Milljónir laga í símann og tölvuna án þess að borga krónu aukalega!

Í sumar býður Síminn viðskiptavinum sínum Sumaráskrift* að Tónlist.is fyrir 0 kr. aukalega.** Þar geta þeir hlustað á uppáhaldslögin sín í símanum eða tölvunni eins oft og þeir vilja.

Þú færð ekki bara uppáhaldslagið þitt, heldur 2,5 milljónir íslenskra- og erlendra laga til viðbótar. Farðu á siminn.is, skráðu þig og njóttu þess að hlusta hvar og hvenær sem er.

*Streymi á erlendra tónlist um ADSL internetþjónustu flokkast sem erlent niðurhal, nánar á Tónlist.is.
**Viðskiptavinir í GSM áskrift, Mínú Frelsi eða ADSL internetþjónustu.
Tákmarkaður fjöldi áskrifta.



Það er **Síminn**

800 7000 • siminn.is

> Brad Garrett

„Broadway var án efa það erf-
iðasta sem ég hef tekið að mér
á leiklistarferlinum. Ég upplíði
sælu sem ég hef aldrei áður upp-
lífað sem leikari. Hin sjúklega
hræðsla sem fylgdi líka
var á slíku stigi að það
er erfitt að útskýra
það með orðum.“
Brad Garrett leikur í
Till Death sem Stöð
2 sýnir kl. 20.30

dagskrá

VIÐ TÆKIÐ **MAGNÚS TEITSSON** SNERI HEIMINUM Á HVOLF Í JÚNÍMÁNUÐI*Bandaríkjamenn – siðferðislegir sigurvegarar*

Svo lauk vetrinum, sem hafði verið svo mörgum þungur í skauti. Sól hafði farið hækkandi frá því um jól og að lokum var kominn júní. Sumir voru farnir í sumarfrí, aðrir héldu vinnustöðunum gangandi á hálfum dampi. Úrslit voru ráðin í ensku úrvalsdeildinni og Meistaradeild Evrópu í fótbolta, þannig að við blasti tómið eitt eða hin siðferðislega uppgjöf sem felst í því að snúa sér að golfiðkun. Afarkostir tilverunnar.

Sumarið var sem sagt vandamálið og lausnin hlaut því að vera að finna sumarlausan stað. Til allrar hamingju er aldrei sumar nema í mesta lagi á hálfum hnettinum á hverjum gefnum tíma, þannig að suðurhvelið kom til bjargar. Álfukeppnin í fótbolta birtist sem frelsandi engill, upphitunarmót fyrir heimsmeistarakeppnina sem fer fram í Suður-Afríku á næsta ári. Þarna voru mættir heimsmeistararnir frá Ítalíu, Evrópumeistararnir frá Spáni og Asíumeistararnir frá Írak. Brasilumenn fengu svo að vera með fyrir einhverja náð, ásamt nokkrum öðrum liðum.



Staðan var 2-0 í hálfleik fyrir kjarnorku- og hamborgaraveldið og Brassar með allt niður um sig. Í síðari hálfleiknum björguðu samba-strákarnir guðhræddu hins vegar orðsporinu og hirtu dolluna, sem gárungar vilja sumir kalla Álfabikarinn, með því að snúa stöðunni í 3-2 sér í hag. Allir voru sáttir nema kannski Bandaríkjamenn, sem hefðu kannski alveg viljað vinna úr því sem komið var. En þeir vöktu þó lukku með þrúðmannlegri framkomu. Það var ágæt tilbreyting.

ÞRIÐJUDAGUR

► **20.00 The Addams Family**
STÖÐ 2 BÍÓ



► **20.10 The Biggest Loser**
SKJÁREINN



► **21.25 Íslenska golfmótaröðin**
SJÓNVARPIÐ



► **22.05 So You Think You Can Dance**
STÖÐ 2 EXTRA



► **22.10 My Name Is Earl** STÖÐ 2

SJÓNVARPIÐ

16.35 Leiðarljós

17.20 Táknmálsfréttir

17.30 Barnaefni: Matta fóstura og ímynd-uðu vinirnir hennar, Þessir grallaraspóar, Hrúturinn Hreinn

18.10 Íslenski boltinn (e)

19.00 Fréttir

19.30 Veðurfréttir

19.35 Kastljós

20.10 Skólaklíkur (7:10) (Greek) Bandarísk þáttaröð um systkinin Rusty og Casey Cartwright og fjörukt félagslíf þeirra í há-skóla. Aðalhlutverk: Jacob Zachar, Spencer Grammer, Scott M. Foster, Jake McDorman, Clark Duke, Dilshad Vadsaria, Paul James og Amber Stevens.

20.55 Viðtalið - Percy Westerlund Bogi Ágústsson ræðir við Percy Westerlund, sendiherra ESB á Íslandi.

► **21.25 Íslenska golfmótaröðin** Þátta-röð um Íslandsmótið í golfi.

22.00 Tíufréttir

22.15 Veðurfréttir

22.25 Illt blóð (1:4) (Wire In the Blood V: Týnda stúlkan) Breskur spennumyndaflokkur þar sem sálfræðingurinn dr. Tony Hill reynir að ráða í persónuleika glæpamanna og upplýsa dularfull sakamál. Atriði í þáttun-um eru ekki við hæfi barna. Aðalhlutverk: Robson Green.

23.55 Kastljós (e)

00.25 Dagskrárlok

BÍÓ

08.00 Erin Brockovich

10.10 The Dive from Clausen's Pier

12.00 Fjölskyldubíó: Over the Hedge

14.00 Erin Brockovich

16.10 The Dive from Clausen's Pier

18.00 Fjölskyldubíó: Over the Hedge

► **20.00 The Addams Family**

22.00 No Way Out Aðalhlutverk: Gene Hackmann, Kevin Costner og Sean Young

00.00 National Treasure

02.00 The Fog

04.00 No Way Out

06.00 Matilda

STÖÐ 2

07.00 Barnaefni Áfram Diego!, Tommi og Jenni, Krakarnir í næsta húsi

08.15 Oprah

08.55 Í finu formi

09.10 Bold and the Beautiful

09.30 Doctors (5:26)

09.55 Doctors (6:26)

10.20 Cold Case (17:23)

11.05 Gossip Girl (12:18)

11.50 Grey's Anatomy (19:24)

12.35 Nágrannar

13.00 Hollyoaks (22:26)

13.25 Zathura: A Space Adventure (Jumanji 2)

15.05 Sjáðu

15.40 Barnaefni: Tutenstein, Ben 10, Go Diego Go!, Kalli og Lóa

17.08 Bold and the Beautiful

17.33 Nágrannar

17.58 Friends (22:24)

18.23 Veður

18.30 Fréttir Stöðvar 2

18.47 Íþróttir

18.54 Ísland í dag

19.11 Veður

19.20 The Simpsons (16:25)

19.45 Two and a Half Men (19:24)

20.10 Notes From the Underbelly (3:10)

20.30 'Til Death (5:15) Brad Garrett leikur óþolandi nágranna sem gengur endanlega af göflunum þegar ungt og nýgipt par flytur í næsta hús. En svo tekst með þeim hjónum ágætis vinskapur.

20.55 Bones (17:26)

21.40 Little Britain (2:6)

► **22.10 My Name Is Earl** (14:22) Jason Lee er að sjálfsgöðu áfram í hlutverki Earl, sem rembist áfram við að bæta fyrir misgjörðir sínar með æði misjöfnum árangri.

22.35 The Sopranos (22:26)

23.30 The Closer (9:15)

00.15 Lie to Me (3:13)

01.00 Ong-bak

02.45 Zathura A Space Adventure (Jumanji 2)

04.25 Bones (17:26)

05.10 Little Britain (2:6)

05.40 Fréttir og Ísland í dag

SPORT

besta sætið

07.00 KR - Breiðablik

17.20 Sterkasti maður Íslands

17.50 KR - Breiðablik Útsending frá leik í Pepsi-deild karla í knattspyrnu.

19.40 Juventus - Man. Utd. 21.4 1999 Nánast allt gekk upp hjá Rauðu djöflunum sem hrósuðu sigri á þremur stórmótum. Eftir jafntefli við Juventus á Old Trafford í fyrri undanúrslitaleik Meistaradeildar Evrópu virtist draumurinn úti. Ítalska liðið byrjaði með látum í seinni leiknum og komst í 2-0. En þegar öll sund virtust vera lokuð steig Roy Keane fram og leiddi sína menn til sigurs.

21.30 Meistaradeildin í golfi 2009 Ný keppni í golfheiminum þar sem fjórir einstaklingar mynda saman lið og leikin verður riðlakeppni. Mótið er ætlað kyflingum með förgjöfina 3 og upp í 20 þannig að meðal keppenda eru væntanlega framtíðar atvinnu-menn.

22.00 PGA Tour 2009 - Hápunktar

22.55 NBA tilþríf Öll bestu tilþríf vikunnar í NBA körfuboltanum sýnd í þættinum.

23.20 Rúnar Kristínsson Fjórði þátturinn af tíu í þessari mögnuðu þáttaröð um tíu bestu knattspyrnumenn Íslandssögunnar. Í þessum þætti verður fjallað um Rúnar Kristínsson og hans ferill skoðaður.

SPORT 2

enski boltinn

19.00 Premier League World Nýr þáttur þar sem enska úrvalsdeildin er skoðuð frá ýmsum óvæntum hliðum.

19.30 Man United - Ipswich, 1994 Hápunktarinn úr bestu og eftirminnlegustu leikjum úrvalsdeildarinnar.

20.00 Wimbledon - Newcastle, 1995 Hápunktarinn úr bestu og eftirminnlegustu leikjum úrvalsdeildarinnar.

20.30 Goals of the season Öll glæsilegustu mörk hverrar leiktíðar Úrvalsdeildarinnar frá upphafi til dagsins í dag.

21.30 Tottenham - Chelsea, 2001 Hápunktarinn úr bestu og eftirminnlegustu leikjum úrvalsdeildarinnar.

22.00 Newcastle - Man. United, 1996 Hápunktarinn úr bestu og eftirminnlegustu leikjum úrvalsdeildarinnar.

22.30 W13 - W14

SKJÁREINN

06.00 Óstöðvandi tónlist

08.00 Rachael Ray (e)

08.45 Óstöðvandi tónlist

17.15 Fyndnar fjölskyldumyndir (2:12) (e)

17.45 Rachael Ray

18.30 The Game (21:22)

18.55 America's Funniest Home Videos (41:48) (e) Bráðskemmtilegur fjölskylduþáttur þar sem sýnd eru myndir myndbrot.

19.20 Family Guy (4:18) (e)

19.45 Everybody Hates Chris (5:22) (e) Háðfuglinn Chris Rock gerir grín að uppvaxtarárum sínum. Chris vonast til að vingast við vinsælu krakkana í skólanum og tekur að sér heimaverkefni fyrir allar íþróttaheitur skólans.

► **20.10 The Biggest Loser** (23:24) Úrslitastundin nálgast og það eru aðeins fjórir keppendur eftir. Nú mæta þau sem fallið hafa úr leik til þessa og áhorfendur fá að sjá hvernig þeim hefur gengið að viðhalda líkamsræktinni heima fyrir.

21.00 Stylista (5:9) Hér keppa efnilegir stílistar um eftirsóttu stöðu hjá tískutímaritinu Elle. Aðalverkefni vikunnar reynir á athyglisgáfu keppendanna. Þeir fara í veislu með Anne og þurfa að komast að sem mestu um mikilvægustu gestina og vera með allar upplýsingar á hreinu fyrir myndasíðu í blaðinu.

21.50 The Dead Zone (4:13) Johnny Smith sér framtíð þeirra sem hann snertir og reynir að bjarga þeim sem þurfa á hjálp að halda. Johnny fær undarlegar sýnir þegar hann heimsækir sirkus og fer að endurskoða gamalt morðmál.

22.40 Penn & Teller: Bullshit (14:59)

23.10 CSI (24:24) (e)

00.00 Flashpoint (12:13) (e)

00.50 Óstöðvandi tónlist



20.00 Hrafnaping

21.00 Græðlingur í umsjón Guðríðar Helgadóttur garðyrkjufræðings.

21.30 Birkir Jón Birkir Jónsson alþingismaður fjallar um það sem er efst á döfinni í stjórnmálum liðandi stundar.

Dagskrá INN er endurtekin um helgar og allan sólarhringinn.



Dagskrá allan sólarhringinn.

Á FERÐALAGI

3.-4. JÚLÍ Á HÖFN

FÖSTUDAGUR:

Í bítíð
Ívar Guðmunds
Siggi Ragg
Reykjavík síðdegis

LAUGARDAGUR:

Hemmi Gunn og Svansí strax
að loknum hádegisfréttum

BYLGJAN
á ferðalagi
Höfn næstu helgi!

BYLGJAN
989

- ALLIR ERU AÐ HLUSTA!



LÖGIN VIÐ VINNUNA



„Ég hlusta á Dublab, þá sérstaklega „Songs for Primo“, 6 klukkutíma mix til heiðurs DJ Primo sem lést í fyrra eða hittið fyrra. Sumarflíngur frá Brasília í bland við kalifornískt hipop.“

Úlfur Hansson, afgreiðslumaður í Spúútník.

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

LÁRÉTT 2. stampur, 6. skóli, 8. hestaskítur, 9. nægilegt, 11. tveir eins, 12. sívinnandi, 14. jurtaríki, 16. ambátt, 17. lítill sopi, 18. egna, 20. tveir eins, 21. titra.

LÓÐRÉTT 1. vefnaðarvara, 3. bardagi, 4. ráðabrug, 5. svelg, 7. göðgirn, 10. gljúfur, 13. net, 15. ögn, 16. persónufornafn, 19. til.

LAUSN
arða, 16. þær, 19. að.
LÓÐRÉTT: 1. eini, 3. at, 4. launráð, 5. ión, 7. göðfýsi, 10. gíl, 13. nó, 15. tár, 18. æsa, 20. öð, 21. ríða.
LÁRÉTT: 2. ball, 6. fíg, 8. tað, 9. nóg, 11. uu, 12. iðinn, 14. flóra, 16. þý, 17.

MÚRBÚÐARVERÐ



Deka festifrauð 750 ml
795 kr.
LÆKKUM VERÐIÐ Á BYGGINGA-VÖRUM

MÚRBÚÐIN

- Afslátt eða gott verð?
Sími 412 2500 - www.murbudin.is

HEITIR POTTAR



Rafmagnspottar og hitaveituskeljar Í MIKLU ÚRVALI.

VERÐ FRÁ 198.000,-

Heitir Pottar og Skeljar Kleppsvegi 152 sími 554 7755
heitirpottar.is

Lautarferðir á Lækjartorgi í sumar

Landnemahópur Vinnuskólans ætlar að grilla á Lækjartorgi í hádeginu á virkum dögum í sumar undir leiðsögn leikarans Ívars Arnar Sverrissonar, sem hefur verið ráðinn Landnámsmaður miðbæjarins. Fólki er hvatt til að taka með sér samloku, pylsu eða uppáhaldssteikina sína í nesti og grilla með hjálp Vinnuskólans.

„Þetta er rosalega skemmtilegt verkefni og kallast þróunarverkefni hjá Vinnuskólanum. Þá erum við að nýta mannaflann í aðeins öðruvísi hluti,“ segir Ívar Örn. „Þau fóru af stað í fyrra með lifandi vegvísa þar sem vinnuskólakrakkar menntuðu sig í að gefa leiðbeiningar fyrir túrista en það sem við erum að gera núna er meira fyrir Íslendinga. Við erum að setja okkur í þau spor að vera gestir í eigin miðborg og koma auga á svæði sem eru vannýtt,“ segir hann. „Það er góður

samhugur í borginni með þetta verkefni og allar deildir vinna saman við að láta þetta gerast.“

Fyrsta grillveislan var haldin í gær og stendur verkefnið yfir út allan júlímánuð. „Það er gaman að vinna með krökkunum. Þeir eru svo rosalega hugmyndaríkir og til í þetta. Ég valdi krakka úr eins mörgum hverfum í Reykjavík og ég gat því þetta eru ekki bara krakkar sem eiga heima í miðbænum. Þeir fá að upplifa miðborgina í marga daga í röð og hvað hún hefur upp á að bjóða.“

Ef fólk vill koma ábendingum sem varða miðborgina áleiðis og hvernig hægt er að nýta hana betur getur það sent póst á landnamsmaður@reykjavik.is. Í sumar verður einnig starfrækt útitafl í miðborginni og næsta miðvikudag verður haldið taflmót frá kl 12 til 15.



VIÐ GRILLIÐ Ívar Örn verður duglegur við að grilla á Lækjartorgi í sumar með hjálp krakkanna úr Vinnuskólanum. FRÉTTABLAÐIÐ/ÞJETUR



FYRSTA IDOLSTJARNAN SNÝR AFTUR Kalli Bjarni lýkur afplánun þann 2. ágúst næstkomandi og hyggst snúa aftur á tónlistarsviðið. Hann hefur stofnað hljómsveit ásamt bróður sínum og Guðlaugi Lárusi. Móðir Kalla, Sveinbjörg Karlsdóttir, er stolt af syni sínum en segir að ef Kalli hafi ekki lært af þessu, þá læri hann aldrei.

SVEINBJÖRG KARLSDÓTTIR: KALLI MINN HEFUR ALDREI VERIÐ BETRI

Kalli Bjarni í æfingabúðum með glænýrri hljómsveit

„Ég fann reyndar Idol-jakkann minn á sunnudaginn. Örugglega bara merki frá æðri máttarvöldum,“ segir Karl Bjarni Guðmundsson, betur þekktur sem Kalli Bjarni. Söngvarinn, sem heillaði þjóðina upp úr skónum í Idol-stjórnuleit Stöðvar 2, hefur setið bak við lás og slá nánast samfleytt síðan í júní 2007 fyrir fíkniefnasmygl, en horfir nú fram á veginn því hann verður látinn laus 2. ágúst næstkomandi. Kalli er búinn að stofna hljómsveit ásamt Steina bróður sínum og Grétari Lárusi Matthíassyni, sem hefur stutt dyggilega við bakið á félaga sínum í gegnum súrt og sætt. Þeir hafa fengið til liðs við sig Rúnar Sveinsson sem ber bumbur en Kalli lýsir honum sem undrabarninu frá Grundarfirði.

Kalli upplýsir í samtali við Fréttablaðið að hann hafi verið iðinn við að semja lög og texta að undanfögnu. Reyndar geta að-

dáendur Kalla tekið forskot á sæluna en nokkrir félagar hans hafa sett inn á YouTube tvö myndbönd sem tekin voru upp í Hegningarhúsinu við Skólavörðustíg um svipad leytir og Kalli hóf afplánun sína. Þar flytur hann Lady in black og Ain't No Sunshine í góðum félagskap.

Kalli Bjarni hefur að undanfögnu dvalist á Vernd og segir að sér líði betur en nokkru sinni fyrr. „Ég notaði tímann vel á Kvíabryggju og milli þess sem ég var að beita þá var ég að skrifa texta og semja lög,“ segir Kalli en nafnið á hljómsveitinni er enn í fæðingu. „Við erum í æfingabúðum núna, æfum eins og vitleysingar og erum að púsla þessu saman. Þetta er í raun og veru efnið sem ég ætlaði að koma á framfæri þegar Idolinu lauk en þá réði maður voðalega litlu sjálfur um tónlistina,“ segir Kalli, en bætir því við að ekkert muni koma frá hljómsveitinni fyrir

en allir meðlimir sveitarinnar séu sáttir. „Þetta kemur bara beint frá hjartanu og við erum ekkert að þessu til að ná eyrum markaðarins. Ef það tekst verður það bara bónus.“ Og Kalli óttast ekki að fara aftur út í tónlistina sem svo oft er sveipuð áru áfengis og annarra vímuefna. „Nei, maður verður bara að þekkja sín takmörk, ég er ekkert að fara taka þátt í einhverju Jameson-maraþoni eða sveitaballamanfu.“

Móðir Kalla Bjarna, Sveinbjörg Karlsdóttir, hefur staðið við hlið sonar síns eins og klettur. Og hún hefur heyrt sum af lögnum hans. „Hann hefur bara aldrei verið betri,“ segir Sveinbjörg í samtali við Fréttablaðið. Hún kveðst vera stolt af syni sínum og segir hann mikið breyttan mann. Allt hafi hreinlega gengið eins og í góðri lygasögu. „Ef Kalli lærir ekki af þessu núna, þá lærir hann aldrei.“

freyrgigja@frettabladid.is

FRÉTTIR AF FÓLKI

Eins og Fréttablaðið greindi frá fyrir margt löngu var **Stefán Karl Stefánsson** einn þeirra sem kom til greina í hlutverk The Green Goblin í söngleik eftir þá Bono og The Edge um Köngulóarmanninn. Nú er ljóst að Stefán mun ekki landa því bitastæða hlutverki því vefsíða Rolling Stone heldur því fram að Alan Cumming klæðist græna spandex-búningnum. Þá mun Hollywood-stjarnan Evan Rachel Wood einnig leika í þessari Broadway-uppfærslu.

Og víkingamynd **Baltasars Kormáks** hefur vakið athygli á öðrum sviðum heldur en í kvikmyndadöðnum. Því ferðavefurinn eTurbo-news.com birtir stutt spjall við leikstjóran og þar kemur fram að hann vonist til að hún nái miklum vinsældum, ekki bara á Íslandi heldur um allan heim. „Og vonandi verður myndin til þess að fleiri útlendingar leggi leið sína til Íslands og skoði landið sem er svo fullt af spennu og ævintýrum,“ segir Baltasar. Reiknað er með að tókur hefjist á næsta ári en myndin verður að öllum líkindum ein dýrasta kvikmynd Íslandssögunnar.

Og ritstjóri Sæð og Heyrt, Eiríkur Jónsson, er svo sannarlega með augun hjá sér þótt hann sé í sumarfríi í Hrísey. Hann upplýsir nefnilega dygga lesendur síðunnar sinnar um að varla sé þverfótað fyrir frægu fólki á þessari litlu eyju. Eiríkur hafi þannig hitt Stefán Eiríksson lögreglustjóra í heita pottinum, Hallgrím Helgason í búðinni þar sem einnig komu **Þorvaldur Þorsteinsson** með hundinn sinn og Árni Tryggvason en sá aldni höfðingi gaf öllum súkkulaði.

- fgg

Rebekka meðal þeirra vinsælustu

Samkvæmt vefsíðu hins virta ljósmyndatimarits Photo District News, pdnline.com, er íslenski ljósmyndarinn Rebekka Guðleifsdóttir meðal fimm vinsælustu ljósmyndara internetsins. Samkvæmt Pdnline er talið að yfir sex milljónir gesta hafi heimsótt Flickr-vefsíðu hennar. Fram kemur í greininni að erftitt sé að meta vinsældir á ljósmyndavefsíðunni Flickr en fáir geti stáð af jafn góðum árangri og Rebekka. Enda hafi hróður hennar borist víða, greinar um hana hafi birst í tímaritum og blöðum beggja vegna Atlantshafsins.

Niðurstæða Photo District News er í samræmi við svipaða könnun sem Wall Street Journal gerði 2006 en þá var Rebekka sögð vera einn vinsælasti ljósmyndarinn sem sýndi verk sín á netinu. Vinnan sem Photo District News lagði á sig var nokkuð viðamikil, fimm helstu tæki vefjarins voru rannsökuð en



VINSÆL Íslenski ljósmyndarinn Rebekka Guðleifsdóttir er meðal fimm vinsælustu ljósmyndara á netinu.

þetta voru bloggíð, Facebook, Flickr, YouTube og Twitter. Og þeir vinsælustu á hverjum stað hlutu sinn sess í hópi hinna útvöldu hjá Pdnline.

Fram kemur í greininni að Rebekka setji sífellt færri og færri myndir inn á Flickr-síðu sína því í kjölfar athyglinnar hafi fleiri og fleiri athugasemmdir borist og sumar þeirra voru varla prenthæfar. „Þegar ég reyndi eitthvað tilraunakennt þá álitu sumir að ég hefði sviðið aðdáendur mína og sendu mér tóninn,“ er haft eftir íslenska ljósmyndaranum.

Rebekka útskrifaðist nýlega úr Listaháskóla Íslands og er á mála hjá Nevica-project en það er listagallerí á netinu. „Ég er að læra að verða lista- maður, þetta er ekki áhugamál heldur vinnan mín,“ er haft eftir Rebekku. - fgg

LOKAÐ Í DAG!

Útsalan
hefst kl. 07:00
í fyrramálið!

Kringlunni • Sími 551 3200

next



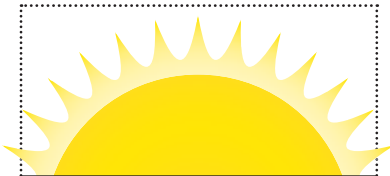
Fjarri víftum og tölvuskjám

Það er víst haft fyrir satt að sumarið nú hafi átt lélegustu innkomu í líf sólþyrstra Íslendinga í einn og hálfan áratug. Þetta las ég í það minnsta á fréttavefnum pressan.is og varð þó nokkuð hissa. Í fyrsta sinn frá því ég var barn að leik við læki og á melum og í móum hafði mér tekist að taka lit sem ekki var ættaður frá ströndum sólarlanda eða ljósabekkja, nú eða kemískum áburði.

ÞEGAR ég virði spegilmynd mína fyrir mér þessa dagana vakna upp hugrenningar um lýsingar skálda á búsaeldarlegum bóndadætrum, handarbök mín eru brún, andlitið rjótt og hugur minn hefur meðtekið margt annað og skemmtilegra en niðurdrepani fréttir og leiðinlegt blogg sem allt virðist hefjast á setningunni „Er þetta skjaldborgin um heimilin?“. Vissulega hugsa ég daglega um Icesave, eins og vesalings Björgólfur Thor á skrifstofunni sinni í London, en annars hef ég verið að rifna úr hamingju undanfarið og helst þakkað blóðskaparveðrinu í maí og júní þau hughrif.

NEI, sumarið hefur í mínum huga verið það allra dásamlegasta og viðburðaríkasta sem ég hef reynt í áraradír og reyndar það fyrsta sem ég hef getað notið til fulls í áraradír, fjarri vinnu og hversdagsbaksi með góða skó á fótum, lipran gönguvagn fyrir framan mig, stillt barn í honum, annað óþekkara við hlið manns míns, með vegahandbók við höndina og nesti í mal. Þannig búin virðist bara sjálf gleðin ljúkast upp og skyndilega er maður farinn að spjalla við skemmtilega danska konu á Þingeyri og belgíska mann hennar um hvernig eigi að opna kaffihús í ævagömlu húsi, dást að lopapeysum eða fjörusteinum á Ingjaldsandi eða lesa sér til um jarðfræði á Þingvöllum eða Suðurnesjum.

LÚNUM og leiðum skrifstofuþrælum sem velta því fyrir sér að steypa sér í skuldir fyrir ferð á sólarströnd, þar sem baguettebrauð ku víst kosta 500-kall íslenskan um þessar mundir, vegna þess að kvikasílfrið í hitamælinum hefur ekki stigið sérstaklega hátt upp að undanfögnu, eru beðnir um að undanfögnu, eru beðnir um að hafa ekki áhyggjur heldur lesa falleg kvæði um smáladrengi og láta sig hlakka til ferða innanlands. Nú eða bara drifa sig í stutta ferð eftir vinnu.



GÓÐAN DAG!
Í dag er þriðjudagurinn 30. júní,
181. dagur ársins.

	Sólarupprás	Hádeggi	Sólarlag
Reykjavík	3.04	13.31	23.57
Akureyri	1.55	13.16	0.34

Heimild: Almanak Háskólans

	 VILDARKORT	ÞITT KORT
ENDURGREIÐSLA Í BEINHÖRÐUM PENINGUM	✓	?
SÉRTILBOÐ OG AFSLÁTTUR SAMSTARFSFYRIRTÆKJA E-KORTANNA	✓	?
VILDARPUNKTAR	✓	?
VEISTU HVAÐ ÞITT KORT BÝÐUR UPP Á?	✓	?

Ert þú með rétta kortið?

e-Vildarkortið kemur vel út – heima og heiman!

Með e-Vildarkortinu færðu endurgreiðslu og Vildarpunkta af innlendum færslum. Í hvert skipti sem þú verslar við yfir **200 samstarfsfyrirtæki e-kortsins** safnarðu endurgreiðslu í **beinhörðum peningum** sem þú getur notað í hvað sem þú vilt.

Þannig ræðurðu hvort þú setur þá fjármuni í daglegan rekstur heimilisins eða gerir vel við þig og þína og ferð til útlanda – **á besta mögulega verðinu, á þeim tíma sem þér hentar best.** Nánar á www.ekortin.is

Við hvetjum alla korthafa til að kynna sér þau fríðindi sem fylgja kortum þeirra.

Ert þú með rétta kortið?

