



Hlakkar til að eignast eðlilegt líf

Ólafur Ragnar Grímsson, forseti Íslands, segist ekki sjá eftir framboðinu sem hann dró svo til baka. Hann ræðir um Dorrit og aflandsfélögin, erfiðustu stundirnar sem forseti, ferilinn á vettvangi þjóðmála, framtíðina og fjölskylduna.

FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Hagnaður bankanna dregst verulega saman milli ára

VIÐSKIPTI Stóru viðskiptabankarnir þrír högnuðust um 9,7 milljarða króna á fyrsta ársfjórðungi 2016, samanborið við 26,7 milljarða á fyrsta ársfjórðungi síðasta árs. Hagnaður þeirra dróst því saman um 64 prósent á milli ára.

Við samanburðinn ber að hafa í huga að einskiptisliðir sköpuðu verulegan hagnað á síðasta ári.

Afkoma bankanna á fyrsta ársfjórðungi á þessu ári er viðunandi,

segir í uppgjörum þeirra. Í uppgjöri Landsbankans segir meðal annars að uppgjörið lýsi nú reglubundnum rekstri bankans, án verulegra áhrifa frá óreglulegum liðum.

Samkvæmt nýrri greiningu Capacent virðist tæplega rétti tíminn til að selja íslensku bankana. Í greiningunni segir að eðlilegur afsláttur af eigin fé bankanna við sölu ríkisins væri tíu til tuttugu prósent, en um þessar mundir tókast fjórutíu

9,7

milljarða króna hagnaður var hjá viðskiptabönkunum þremur á fyrsta ársfjórðungi.

prósenta afsláttur í Evrópu. Hins vegar er nær ómögulegt að sjá fyrir verðþróun á mörkuðum og hvenær rétti tíminn sé kominn.

Samkvæmt greiningunni nemur virði hlutar ríkisins í Íslandsbanka, Arion banka og Landsbankanum 390 til 440 milljörðum króna. Ríkið hefur 487,9 milljarða króna bundna í bönkunum, eða sem nemur sex sinnum nýjum Landspítala.

– sg / sjá síðu 6

Fréttablaðið í dag

SKOÐUN Bergur Ebbi skrifar um skilvirkan múg og gamaldags skripó. **19**

SPORT Gróttá getur orðið Íslandsmeistari í kvöld. **24**

LÍFID East of my youth með lag í Faking it **40**

PLÚS 2 SÉRBLÖÐ • FÓLK
• KOMDU Á REYKJANES

*Samkvæmt prentmiðlakönnun Gallup apríl-júní 2015

FYRIR OKKUR



Sérvalið fyrir íslenskar aðstæður. Kynntu þér úrvalið á gulimidinn.is

100% Íslensk ræktunarmold, lífrænn massi og Hekluvikur

- Umpottun á stofublómum
- Í útikerið og svalakassann
- Í garðinn og gróðurhúsið
- Uppeldi á sumarblómum og grænmeti



Vertu laus við LIÐVERKINA!



NUTRILENK™
GOLD

Veður



Róleg vestanátt á morgun, föstudag, og léttskýjað suðaustan til á landinu. Skýjaðra verður í öðrum landshlutum en ætti víða að sjást til sólar, þó sist vestanlands. Hiti 6 til 17 stig, hlýjast á Suðausturlandi. **SJÁ SIÐU 30**



Of mikið er af stórum húsum á Húsavík. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

Vantar 120 nýjar íbúðir

HÚSNÆÐISMÁL Samkvæmt greiningu fyrirtækisins Alta á húsnæðismálum á Húsavík þarf að bæta við allt að 120 íbúðum í bænum vegna þeirra starfa sem til verða í verksmiðju PCC Bakki Silicon og afleiddra starfa.

„Þar fyrir utan er vöxtur í öðrum atvinnugreinum,“ er bent á í fundargerð skipulagsnefndar Norðurþings. Samanburður á íbúðarstærðum á Húsavík og höfuðborgarsvæðinu bendi til þess að helst vanti minni íbúðir á Húsavík, allt að 110 fermetra. „Á hinn bóginn sé nokkur yfirmettun í stærri einbýlishúsum,“ eins og segir í fundargerðinni. – gar

Seldu fyrir 78 milljarða

VÍÐSKIPTI Hagnaður fyrirtækisins Haga fyrir rekstrarárið 2015/16 nam 3,5 milljörðum króna samkvæmt ársreikningi sem samþykktur var á stjórnarfundum í dag, samanborið við 3,8 milljarða árið áður.

Í tilkynningu frá fyrirtækinu kemur fram að vörusala rekstrarársins hafi numið rúmlega 78 milljörðum króna. Í lok rekstrarársins námu heildareignir samstæðunnar 29,7 milljörðum króna og eigið fé var 16,3 milljarðar. Þá var eiginfélutfall félagsins 55,1 prósent í lok rekstrarársins.

Hagar reka meðal annars verslanirnar Bónus og Hagkaup. – skh

Samstarf um Gröndalshús



Samstarfssamningur Reykjavíkurborgar og Icelandair Group til þriggja ára, um stuðning við endurgerð og starfsemi Gröndalshús í Grjótaþorpi, var undirritaður í gær. Vigdís Finnbogadóttir, fyrrverandi forseti Íslands, var viðstödd undirritunina. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

Hætta rannsókn á fjáarkúgun

LÖGREGLUMÁL Ríkissaksóknari staðfesti í gær ákvörðun lögreglustjórans á Vestfjörðum um að hætta rannsókn á meintri fjáarkúgun í fiskvinnslu Jakobs Valgeirs í Bolungarvík. Fimm einstaklingar sem störfuðu í fiskvinnslunni kærðu ákvörðun lögreglustjóra í mars síðastliðnum.

Rannsókn á málinu hafði staðið yfir í tvö ár þegar hún var felld niður. Upphaf málsins má rekja til þess þegar fréttamiðlinum Bæjarins besta barst bréf þar sem pólskur verkstjóri hjá fiskvinnslunni var sagður hafa tekið um eitt þúsund evrur, nærri 150 þúsund íslenskra króna, af öðrum Pólverjum sem hann sá um að útvega vinnu hjá fyrirtækinu.

Mansalsteymi lögreglu veitti ráðgjöf vegna rannsóknarinnar en þekkt er að verkafólk greiði verndartolla til að tryggja að það haldi vinnu sinni. – þea

Óásættanlegt að láta börn kaupa námmsgögn

Barnaheill segja grunnskólalög ekki í samræmi við barnasáttmála Sameinuðu þjóðanna. Samkvæmt honum eiga öll börn rétt á grunnmenntun án endurgjalds. Upphæð vegna innkaupa nema í 1. bekk getur numið 12 þúsundum.

SAMFÉLAG Mörgum þúsundum króna getur munað á þeim kostnaði sem foreldrar barna í 1. bekk í grunnskóla þurfa að bera vegna kaupa á námmsgögnum. Þetta eru niðurstöður könnunar á vegum Sambands íslenskra sveitarfélaga.

„Við skoðuðum heimasíðu Heimkaupa sem voru búin að verðgreina innkaupalista skólanna. Þetta er ekki visindaleg könnun og hún er ekki 100 prósent örugg en hún gefur vísbendingu um að kröfurnar sem skólarnir gera séu gríðarlega mismunandi,“ segir Þórður Kristjánsson, sérfræðingur hjá sambandinu. Hann segir könnunina hafa verið gerð á síðastliðu haust í kjölfar ábendingar Barnaheilla um kostnað vegna námsgagna og áskorunar um að grunnskólinn verði í raun gjaldfrjáls eins og kveðið er á um í barnasáttmála Sameinuðu þjóðanna.

Margrét Júlía Rafnsdóttir, verkefnisstjóri hjá Barnaheillum, segir að foreldrar með þrjú börn gætu þurft að greiða allt frá fáeinum þúsundum til tuga þúsunda króna fyrir námmsgögn að hausti. Það geti verið þungur baggi fyrir marga foreldra. „Þetta er algjörlega óásættanlegt í samfélagi þar sem grunnskóli á lögum samkvæmt að vera gjaldfrjáls.“

Þórður segir Samband íslenskra sveitarfélaga hafa sent skólanefndum minnisblað og vakið athygli á þessu. „Það getur jafnvel verið mikill munur milli skóla í sama sveitarfélagi. Við höfum ekkert boðvald yfir sveitarfélögum en við getum aflagð upplýsinga og bent þeim á þær. Það er sveitarfélaganna að bregðast við því.“

Að sögn Margrétar Júlíu er glufa í



Barnaheill segja að skólinn eigi að útvega öll gögn, hvort sem það eru ritföng eða annað. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

Kostnaður nema vegna námsgagna í 100 grunnskólum

	Lægsta upphæð	Hæsta upphæð
1. bekkur	900 kr.	12.000 kr.
4. bekkur	400 kr.	10.900 kr.
6. bekkur	1.800 kr.	14.000 kr.
8. bekkur	3.500 kr.	22.300 kr.
10. bekkur	3.100 kr.	22.100 kr.

Heimild: Könnun Samb. ísl. sveitarfél. sl. haust skv. verðgreiningu Heimkaupa

grunnskólalögum varðandi kaup á gögnum. „Í lögum segir að rúka megi fyrir gögn til persónulegra nota. Er kannski stílabókinn sem nemendur nota til að reikna stærðfræðidæmi til persónulegra nota? Barnaheill líta svo á að skólinn eigi að útvega öll gögn sem hann gerir ráð fyrir

að nemandi hafi tiltæk, hvort sem um er að ræða ritföng, pappír eða annað. Við ítrekum áskorun okkar um að grunnskólalögum verði breytt þannig að tekið verði fyrir alla gjaldtöku svo að grunnskólinn verði í raun gjaldfrjáls eins og kveðið er á um í barnasáttmálanum. Þannig verður börnum ekki lengur mismunað vegna stöðu þeirra eða foreldra þeirra.“

Barnaheill beina þeim tilmælum til skólastjórnenda að leita leiða þar til lögum hafi verið breytt til að ekki þurfi að rúka foreldra. „Þeir þurfa að hugsa um hvað þeir komist af með og hvað þeir eigi innanhúss sem hægt sé að nýta. Það þarf að horfa heildrænt á þetta en ekki á hvað hverjum og einum kennara þykir nauðsynlegt að nemendur kaupir.“

Í aðsendri grein í Fréttablaðinu í dag hvetja Barnaheill stjórnvöld til að setja skýrar reglur um þessi mál. ibs@frettabladid.is

Þýski grillframleiðandinn Landmann er 50 ára

LANDMANN gasgrill 3ja brennara



VERÐ ÁÐUR 98.900

AFMÆLISTILBOÐ

79.900



4 litir

Grillbúðin

Smíðjuvegi 2, Kópavogi - (við hliðina á Bónus) - Sími 554 0400



STOFNUN ÁRSINS

2016

SFR - stéttarfélag í almannajónustu kynnir niðurstöður úr könnuninni um Stofnun ársins 2016. Könnunin er nú gerð í ellefta sinn. Valdar eru fyrirmyndarstofnanir úr flokki stærri, meðalstórra og minni stofnana auk hástökkvara, en þann titil hlýtur sú stofnun sem hækkar sig um flest sæti á milli ára.



Stórar stofnanir

1. Ríkisskattstjóri
2. Fjölbrotaskóli Suðurnesja
3. Reykjalundur

Meðalstórar stofnanir

1. Menntaskólinn á Tröllaskaga
2. Einkaleyfastofan
3. Landmælingar Íslands

Minni stofnanir

1. Héraðsdómur Suðurlands
2. Hljóðbókasafn Íslands
3. Úrskurðarnefnd umhverfis- og auðlindamála

Hástökkvarar ársins

- Framhaldsskólinn á Laugum

SFR - stéttarfélag í almannajónustu óskar sigurvegurum til hamingju með glæsilegan árangur og þakkar öllum þeim sem tóku þátt í könnuninni að þessu sinni. Ítarlegar upplýsingar um niðurstöðurnar er hægt að sjá á vef SFR www.sfr.is.



STÉTTARFÉLAG
Í ALMANNAPJÓNUSTU

Hollande Frakklandsforseti stóð af sér vantrauststillögu

FRAKKLAND François Hollande, forseti Frakklands, stóð af sér vantrauststillögu stjórnarandstöðunnar í gær. Ástæða tillögunnar er umdeildar breytingar á vinnulöggjöf sem Hollande ber ábyrgð á, að því er Wall Street Journal greinir frá.

Alls greiddu 246 þingmenn í neðri deild franska þingsins atkvæði með vantrauststillögunni en 288 greiddu atkvæði gegn henni. Tillagan var lögð fram af íhaldsmönnum í stjórnarandstöðu. Wall Street Journal segir að niðurstöður atkvæðagreiðsl-

unnar sýni að Hollande hafi mikinn stuðning frá eigin flokki. Engu að síður sæti hann gagnrýni fæinna þingmanna sósíalístaflokksins fyrir lög sem þykja draga úr réttindum franskra verkamanna.

Hollande segir að lagabreytingin muni auka frelsi í frönsku efnahagslífi og vinnuveitendur og launþegar losni við flóknað reglur á vinnumarkaði. „Við verðum að gefa fyrirtækjunum meira frelsi til þess að taka ákvarðanir sem eru praktískar fyrir þau,“ sagði Manuel Valls, forsætis-

Við verðum að gefa fyrirtækjunum meira frelsi til þess að taka ákvarðanir sem eru praktískar fyrir þau.

Manuel Valls, forsætisráðherra Frakklands



François Hollande, forseti Frakklands, sætir talsverðri gagnrýni heima fyrir þessa dagana. NORDICPHOTOS/AFP

ráðherra Frakklands, í umræðum á þinginu áður en atkvæðagreiðslan um vantrauststillöguna fór fram.

Breska blaðið Guardian segir að Hollande sé umdeildur meðal fransks almennings, vegna laganna, sem hafi mótmælt á götum í París. Það sem fer helst fyrir brjóstið á gagnrýnendum er sú aðferð sem Hollande nýtti sér við að setja lög. Hann nýtti sér ákvæði í frönsku stjórnarskránni sem gefur forsetanum tækifæri til að setja lög án þess að þau fari fyrir franska þingið. - jhh

Þolandi þorir ekki enn að fara í skólann

Líkamsárás gegn unglingsstúlku telst upplýst. Mál gerenda á borði barnaverndarnefnda og lögreglu. Engar upplýsingar fást hjá skólunum þar sem stúlkurnar stunda nám. Eineltissérfræðingur vill beina sjónum að gerendum og uppræta hegðun þeirra strax í leikskóla.

LÖGREGLUMÁL Foreldrar unglingsstúlku sem varð fyrir líkamsárás á lóð Langholtsskóla í síðustu viku segja hana ekki enn hafa mætt í skólann, eða allt frá því fyrir páskafrí.

Þau hafa gagnrýnt úrræðaleyfi Austurbæjarskóla, sem stúlkan gengur í, vegna langvarandi eineltis sem aðrir nemendur skólans leggja dóttur þeirra í. Þau segja stjórnendur skólans ekki hafa sett sig í samband við þau frá því að árásin var gerð.

Líkamsárásin telst upplýst hjá lögreglu. Þrjár stúlkur eru gerendur, tvær eru ósakhæfar og því var mál þeirra sent til barnaverndarnefnda en ein stúlka er sakhæf og liggur mál hennar á borði lögreglu. Ekki fengust upplýsingar hjá skólafyrirvöldum um hvernig tekið yrði á málum innan skólans en hvorki skólastjóri Austurbæjarskóla né upplýsinga-fulltrúi skóla- og frístundasviðs geta tjáð sig um einstök mál.

Skóla- og frístundaráð samþykkti á fundi sínum á þriðjudag að óháður aðili yrði fenginn til að fara yfir verkferla vegna eineltis og samskiptavanda barna. Skúli Helgason, formaður ráðsins, segir atvikið hafa verið áfall en að þessi ákvörðun sé ekki tekin í vantrausti á kerfið eins og það er. „Það er mjög mikilvægt að viðhalda trausti og skapa traust. Því viljum við skoða ferlana og athuga hvað við getum gert betur.“

Þarf að vinna með gerendum

Vanda Sigurgeirsdóttir er ráðgjafi í eineltismálum og rannsakar sérstaklega eineltismál í doktorsrannsókn sinni. Hún segir skólafyrirvöld vinna flott starf að mörgu leyti og að foreldrar séu orðnir mun meðvitaðri um einelti. Aftur á móti séu nokkur atriði sem þurfi að bæta.

„Inngripin eru ekki nógu langvarandi og ítarleg. Það þarf að vinna

Það er mjög mikilvægt að viðhalda trausti og skapa traust.

Skúli Helgason, formaður skóla- og frístundaráðs



Við megum ekki gleyma að gerendum eru líka börn og auðvitað þyrfti að hjálpa þeim áður en eitthvað svona alvarlegt gerist.

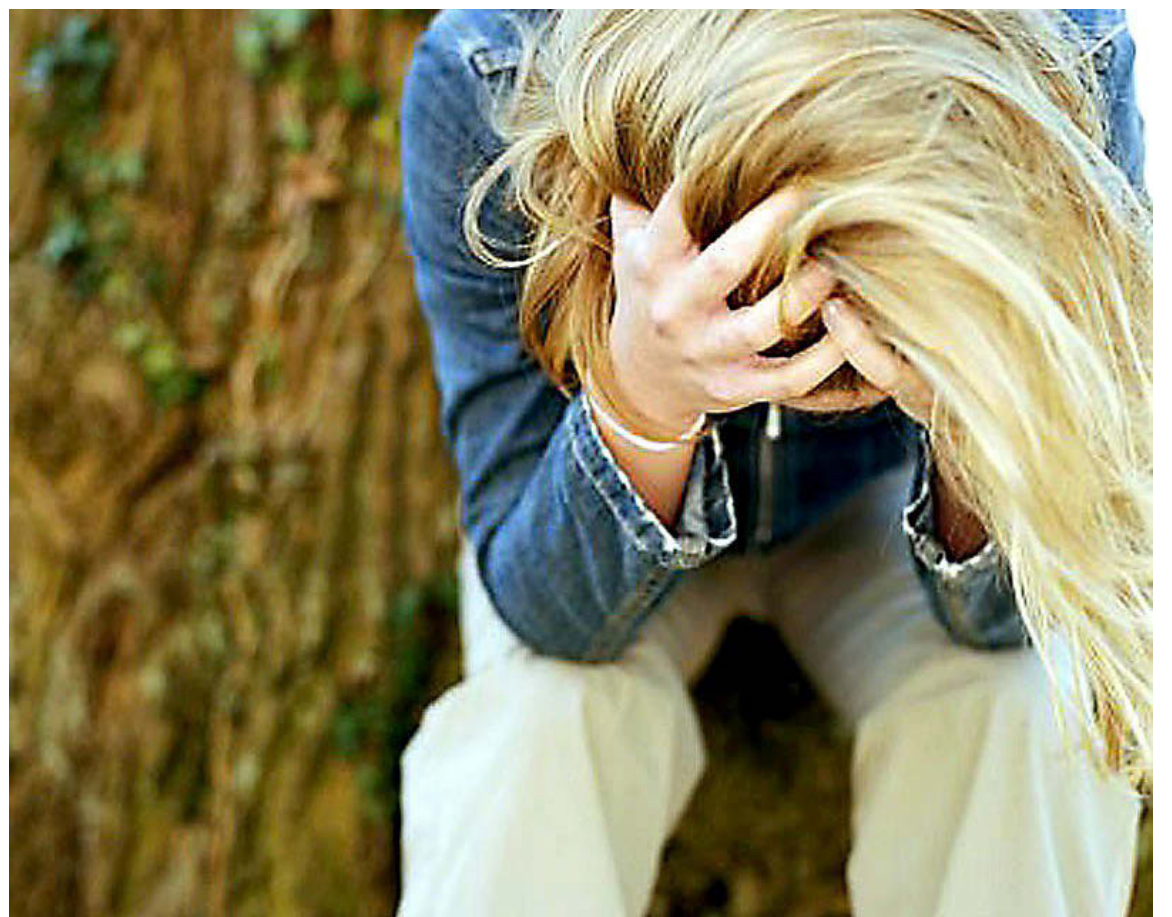
Vanda Sigurgeirsdóttir eineltissérfræðingur



meira með hópinn og sérstaklega þarf að vinna lengur með gerendum. Það dugar ekki að tala einu sinni eða tvisvar við þá og meira að segja getur það gert eineltið verra. Það þarf að lágmarki tíu skipta samskiptavinnu með gerendum.“

Vanda segir afar mikilvægt að beina frekari sjónum að gerendum. Því án gerenda séu vissulega engir þolendur. Hún segir að hægt sé að vinna með hegðun gerenda strax í leikskóla.

„Það er hægt að koma auga á þessa hegðun mjög snemma og það þarf að vinna með félagsfærni og vináttuþjálfun þeirra barna. Ef maður nær að breyta þessari hegðun við ungan aldur þá sparast heilmikið. Við spörum sársauka þolenda og fjölskyldna þeirra, tíma skólakerfisins og annarra kerfa samfélagsins. Því rannsóknir sýna að mörgum gerendum líður verr, þeir



Stúlkan hlaut meiðsl á baki og hálsi og var rispuð og marin eftir árásina. Myndband af atvikinu fór víða á samfélagsmiðlum og vakti óhug. NORDICPHOTOS/GETTY

eru með kvíða og þunglyndi og leita í andfélagslega hegðun, fara í afbrot, neyslu og beita ofbeldi.

Vanda segir mikilvægt að muna eftir þessum atriðum þegar alvarleg atvik koma upp.

„Við megum ekki gleyma að gerendum eru líka börn og auðvitað þyrfti að hjálpa þeim áður en eitthvað svona alvarlegt gerist.“

erlabjorg@frettabladid.is

Kennarar kalla eftir fræðslu

Í rannsókn Sjafnar Kristjánsdóttur á mati kennara á fræðslu og þjálfun í eineltismálum í kennaranámi, frá árinu 2011, kemur skýrt fram að kennarar vilja fá meiri fræðslu og þjálfun í því að bregðast við og takast á við einelti. Nær öllum þátttakendum rannsóknarinnar fannst vanta sérhæfða kennslu um eineltismál í kennaranámi. Eingöngu er boðið upp á valáfanga um einelti í náminu. Því sögðust margir vera illa undirbúnir til að takast á við eineltismál í starfi sínu sem kennarar.

Yfir helmingur á móti inngöngu

STJÓRNMÁL Meirihluti Íslendinga er andvígur því að Ísland gangi í Evrópusambandið. Alls segjast 51,4 prósent vera andvíg eða mjög andvíg inngöngu. Þá segist 27,1 prósent vera hlynnt eða mjög hlynnt. Þetta kemur fram í nýrri könnun MMR.

Niðurstöðurnar benda til að litlar breytingar hafi orðið á afstöðu almennings gagnvart inngöngu í ESB á undanförunum tveimur árum. Sé hins vegar litið til samanburðar alveg til ársins 2012 hefur andvígum fækkað um rúmlega 10 prósentustig frá seinni hluta ársins 2012 þegar milli 60 og 65 prósent Íslendinga kváðust andvíg inngöngu Íslands í Evrópusambandið. Á sama tímabili hefur hlynntum fjölgað um allt að 10 prósentustig.

Greinilegt er að fólk sem búsett er á höfuðborgarsvæðinu er mun hlynntara inngöngu en fólk sem býr á landsbyggðinni. Þá er eldra fólk og konur einnig líklegri til að vera andvíg inngöngu.



Íslendingar virðast hafa takmarkaðan áhuga á því að ganga í Evrópusambandið og skipta um gjaldmiðil. NORDICPHOTOS/GETTY

Könnunin var gerð dagana 6. til 9. maí. Í úrtaki voru einstaklingar, 18 ára og eldri, valdir handahófs-

kennt úr hópi álitgjafa MMR. Alls svöruðu 947 einstaklingar spurningu. - skó

Álfurinn 2016
- fyrir unga fólk

OKKAR KÓPAVOGUR

Taktu þátt

EFLUM ÍBÚALÝÐRÆÐI Í BÆNUM

1

HUGMYND

Leggðu fram hugmynd að verkefni í þínu hverfi.

Þú getur komið henni á framfæri á **íbúafundi** eða á vefsíðu verkefnisins:
www.kopavogur.is/okkarkopavogur



ÍBÚAFUNDIR

Mættu á íbúafund í þínu hverfi og tryggðu þinni hugmynd brautargengi.

Kosið verður um allt að 10 hugmyndir frá hverjum fundi.

- **Vatnsendaskóli.** Íbúar í Kórum, Þingum og Hvörfum, 18. maí kl. 17:00
- **Salaskóli.** Íbúar í Linda- og Salahverfi, 19. maí kl. 17:00
- **Smáraskóli.** Íbúar í Smárahverfi, 23. maí kl. 17:00

- **Álfhólsskóli, Hjalli.** Íbúar í skólahverfi Álfhóls-, Snælands- og Kópavogsskóla, 25. maí kl. 17:00
- **Kársnesskóli, Vallargerði.** Íbúar á Kársnesi, 26. maí kl. 17:00

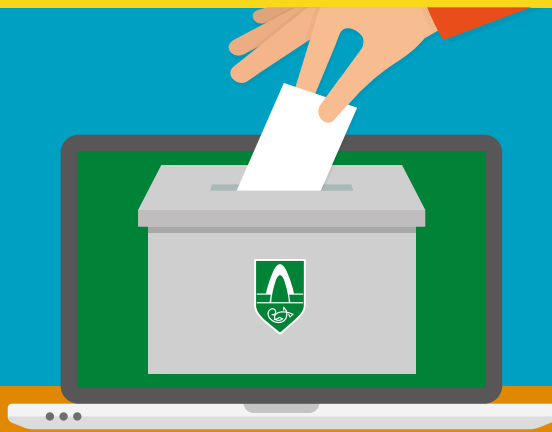


2

KOSNING

Í haust kjósa íbúar 16 ára og eldri um forgangsörðun hugmynda í Kópavogi.

www.kopavogur.is/okkarkopavogur



3

FRAMKVÆMD

Við hefjumst strax handa!

Fylgstu með framkvæmdunum á vef verkefnisins að kosningu lokinni í haust.



Helmingi minni hagnaður

VIÐSKIPTI Stóru viðskiptabankarnir þrír högnuðust um 9,7 milljarða króna á fyrsta ársfjórðungi 2016, samanborið við 26,7 milljarða á fyrsta ársfjórðungi á síðasta ári. Hagnaður þeirra dróst því saman um 64 prósent á milli ára.

Einskiptisliðir sköpuðu verulegan hagnað á síðasta ári. Afkoma bankanna á fyrsta ársfjórðungi er viðunandi, segir í uppgjörum þeirra. Í uppgjöri Landsbankans segir meðal annars að uppgjörið lýsi nú reglubundnum rekstri bankans, án verulegra áhrifa frá óreglulegum liðum.

Hagnaður af reglulegri starfsemi dróst saman hjá Íslandsbanka og Arion banka og arðsemi eigin fjár dróst saman hjá öllum bönkunum. Eiginfjárlutfall bankanna nam milli 27 og 31,2 prósentum í lok tímabilsins. Heildareignir Íslands-

64%

minni hagnaður varð hjá viðskipabönkunum þremur.

banka og Landsbankans minnkuðu frá desemberlok 2015, en heildareignir jukust hjá Arion banka.

Aukinn launakostnaður í kjölfar kjarasamninga hafði áhrif á afkomu bankanna. Laun og launatengdur kostnaður hækkaði mest milli ára hjá Arion banka, eða um átján prósent. Í uppgjöri Arion banka segir að rekstrarkostnaður bankans aukist ekki sist vegna áhrifa kjarasamninga en einnig vegna fjölgunar starfsfólks. –sg

Lykiltölur úr ársfjórðungsuppgjöri

	Íslandsbanki	Arion banki	Landsbankinn
Hagnaður 2016	▼ 3,5 milljarðar króna	▼ 2,9 milljarðar króna	▼ 3,3 milljarðar króna
Hagnaður 2015	5,4 milljarðar króna	14,9 milljarðar króna	6,4 milljarðar króna
Arðsemi eigin fjár	▼ 6,9%	▼ 5,7%	▼ 5%
Hagnaður af reglulegri starfsemi	▼ 3,6 milljarðar króna	▼ 2,6 milljarðar króna	
Eiginfjárlutfall	29,70%	27%	31,20%
Útlán til viðskiptavina	▲ 677,1 milljarðar króna	▲ 694 milljarðar króna	▲ 814,7 milljarðar króna
Heildareignir (breyting)	▼ 1.021 milljarðar króna	▲ 1.028,6 milljarðar króna	▼ 1.106,7 milljarðar króna
Laun og launatengd gjöld	3,9 milljarðar (14% ▲)	4,1 milljarðar (18% ▲)	3,8 milljarðar (1,4% ▲)

Útsala

50-70% afsláttur

Útsala á erlendum bókum og völdum kaupfélagsvörum út maí í Bóksölu stúdenta á Háskólatorgi.




bóksala stúdenta

Háskólatorgi www.boksala.is s. 5 700 777
www.facebook.com/boksala

ALLT FYRIR BOLTANN!




SKILZ
STAR-KICK
3.490

SKILZ
MINI GOAL
7.990

BÍLDSHÖFÐA
AKUREYRI
SELFOSSI

INTERSPORT
SPORT TO THE PEOPLE

Dansandi hestur í Kína



Sýningin Dansandi hestur er haldin í Peking í Kína þessa dagana. Þetta er fjöllistasýning með dansi og tónlist. Þátttakendur eru frá Spáni, Frakklandi og Norður-Ameríku og taka 40 hestar þátt. FRÉTTABLAÐIÐ/EPA

Bankarnir skili ríkinu 390 til 440 milljörðum

Miðað við verð á bönkum í Evrópu er tæpast réttur tími til að selja hlut ríkisins í bönkunum. Í greiningu Capacent segir að verð hér ætti að miðast við 80 til 90 prósent af virði eigin fjár, í stað 60 prósentanna ytra. Ómögulegt að spá í verðþróun.

VIÐSKIPTI Eðlilegur afsláttur af eigin fé bankanna við sölu ríkisins væri tíu til tuttugu prósent, í stað 40 prósentanna sem töðkast um þessar mundir í Evrópu. Þetta kemur fram í nýrri greiningu Capacent. Miðað við þetta nemur virði hlutar ríkisins í bönkunum 390 til 440 milljörðum króna.

Fram kemur í greiningunni, sem ber yfirskriftina Bankablús: „Marabon í yfirvikt“, að gríðarlegir fjármunir ríkisins liggja í bönkunum. Eigin fé Íslandsbanka og Landsbankans nemi 462,8 milljörðum króna og 13 prósentanna hlutar ríkisins í eigin fé Arion banka sé 25,1 milljarðar króna.

„Samtals hefur ríkið því 487,9 milljarða króna bundna í bönkunum. Áætlaður kostnaður við byggingu Landspítalans nemur um 85 milljörðum króna og því nema fjármunir sem eru bundnir í bönkunum verðmæti sex Landspítala,“ segir í greiningunni. Miklu skipti hvaða

487,7

milljarðar króna er virði eignarhlutar ríkisins af eigin fé stóru viðskiptabankanna.

verð fáið fyrir bankana. „Ef gefinn er 10 prósentanna afsláttur af eigin fé bankanna er það um 48,8 milljarðar króna, ríflega hálfur Landspítali.“ Bent er á að verð banka ráðist af undirliggjandi rekstri og verðkennitölum annarra banka. „Ein ástæða fyrir því að verð banka liggur lægra en það eigið fé sem bundið er í honum er að arðsemi rekstrarins er lægri en sú arðsemiskrafa sem gerð er til rekstrarins.“

Bornar eru saman lykiltölur úr rekstri banka viðsvegar úr Evrópu, en þar er miðað við að gefinn sé 40 prósentanna afsláttur af eigin fé banka. Í umhverfi þar sem svo mikill

afsláttur sé gefinn virðist tæplega rétti tíminn til að selja íslensku bankana. „Hins vegar er nær ómögulegt að sjá fyrir verðþróun á mörkuðum og hvenær rétti tíminn sé kominn. Vel má rökstyðja að það sé varla verjandi að ríkið liggja með svo mikla fjármuni í bankakerfinu.“ Bæði myndu fjármunirnir nýttast annars staðar og svo fylgi bankarekstri áhætta. „Ekki ætti að þurfa að minna íslenska þjóð á bankahrundi.“

Í greiningunni er bent á að arðsemi banka af kjarnarekstri sé sú sama hér og í Evrópu. Eftir hrun sé heldur ekki sama óvissa um gæði eigna þeirra hér. Þá sé íslenskum bönkum gert að vera með herra hlutfall eigin fjár en gerist erlendis, líkt og titill skýrslunnar ber með sér. „Kennitölusamanburður bendir til að verð íslensku bankanna ætti að liggja á bilinu 80 til 90 prósent af innra virði eða eigin fé.“

olikr@frettabladid.is



Til fyrirmyndar!

Starfamaðafélag Reykjavíkurborgar kynnir niðurstöður úr könnuninni um

STOFNUN ÁRSINS BORG OG BÆR 2016

Valdar eru fyrirmyndarstofnanir úr flokki stærri og minni stofnana auk hástökkvara.

STÓRAR STOFNANIR

- 1 Frístundamiðstöðin Kampur
- 2 Frístundamiðstöðin Frostaskjól
- 3 Norðlingaskóli

MINNI STOFNANIR

- 1 Skrifstofa Íþróttá- og tómsundasviðs í Reykjavík
- 2 Leikskólinn Vallarsel Akranesi
- 3 Fossvogsskóli

HÁSTÖKKVARI

Skrifstofa íþróttá- og tómsundasviðs í Reykjavík



Starfsmannafélag Reykjavíkurborgar þakkar öllum þeim sem tóku þátt í könnuninni að þessu sinni. Ítarlegri upplýsingar er hægt að nálgast á vef St.Rv. – www.strv.is



Forsetaframbjóðendurnir fjórtán

Fréttablaðið hringdi í frambjóðendur eða starfsmenn frambjóðenda til að fá úr því skorið hvort nægilegur fjöldi undirskrifta hefði náðst. Hringt var í gær, fimmtudag. Staðan gæti hafa breyst síðan.



Andri Snær Magnason



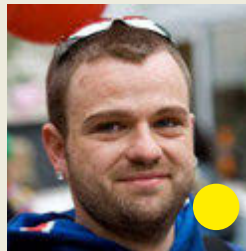
Ari Jósepson



Ástþór Magnússon



Baldur Ágústsson



Benedikt Kristján Mewes



Davíð Oddsson



Elísabet Jökulsdóttir



Guðni Th. Jóhannesson



Guðrún Margrét Pálsdóttir



Halla Tómasdóttir



Hildur Þórðardóttir



Magnús Ingiberg Jónsson



Magnús Ingi Magnússon



Sturla Jónsson

Frambjóðendur gætu helst úr lestinni

Níu af fjórtán frambjóðendum til forseta segjast hafa safnað nægilega mörgum undirskriftum meðmælenda til að komast í framboð. Einn hefur safnað hundrað undirskriftum og verður því ekki með í baráttunni en að lágmarki þarf undirskriftir 1.500 meðmælenda.

Snærós
Sindradóttir
snaeros@frettabladid.is



Sumir frambjóðendur til forseta Íslands komu af fjöllum í gær þegar blaðamaður greindi þeim frá því að skila ætti meðmælalistum til yfirkjörstjórnna í öllum kjördæmum utan eins, í dag. Ari Jósepson, sem segist hafa safnað öllum 1.500 undirskriftunum, var símtalinu þakklátur enda hélt hann að skila ætti listunum 21. maí, degi eftir að framboðsfrestur rennur endanlega út. „Ég fór alveg feil, sem betur fer hringdirðu,“ sagði Ari feginsrómi.

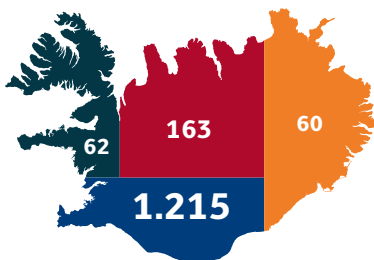
Framboðsfrestur hefur enda verið kynntur sem 20. maí hingað til og er ekki nema von að frambjóðendur ruglist. Yfirkjörstjórnir

í öllum kjördæmum, utan Norðausturkjördæmis, hafa óskað eftir því að fá meðmælalista í dag til yfirferðar svo hægt verði að gefa út vottorð um framboð áður en næsta vika er liðin. Kjörstjórn í Norðausturkjördæmi óskar eftir listum 17. maí næstkomandi. Vottorði og meðmælalistum verður svo skilað til innanríkisráðuneytisins fyrir miðnætti föstudaginn 20. maí.

Guðni Th. Jóhannesson, sem mælist efstur á meðal frambjóðenda, svaraði því snögg að buíð væri að safna öllum undirskriftum. „En mig dreymdi að við hefðum gleymt einum fjórðungi,“ bætti hann við og rak upp angistaróp með leikrænum tilburðum.

Síðasti frambjóðandinn sem steig fram var Magnús Ingiberg Jónsson

Lágmarksfjöldi meðmælenda



■ Sunnlendingafjórðungur
■ Vestfirðingafjórðungur
■ Norðlendingafjórðungur
■ Austfirðingafjórðungur

frá Svínavatni. Hann er bjartsýnn en það fylgja því ókostir að hafa verið lengi að taka af skarið. „Þetta er svona að þokast en mætti ganga betur. Það virðist vera buíð að safna svo mikið sums staðar. Aðrir eru búnir að fara á undan manni og kempa svæðið. Við gefumst ekkert upp.“

Yfirkjörstjórnir fara vandlega yfir það að ekki sé sama nafn tvisvar á listunum. Fari svo að einhver meðmælendi hafi skrifað á lista tveggja frambjóðenda fellur nafnið út á báðum listum. Það er vegna svoleiðis vandræða sem yfirkjörstjórn vill hafa viku til að gefa frambjóðendum svigrúm til að laga listann. „Fresturinn getur auðvitað ekki orðið lengri en svo að við eigum kost á því að fara yfir það sem skilað

er til viðbótar og gefa út vottorðin, þannig að fólk komist með þetta í ráðuneytið fyrir miðnætti. Þetta er allt að bresta á,“ segir Erla S. Árnadóttir, formaður yfirkjörstjórnar í Reykjavíkurrkjördæmi norður.

Magnús Ingi Magnússon, frambjóðandi og eigandi Texasborgara, ætlar að nýta sér þennan frest. „Ég er með lokaátakið um helgina. Ég er búinn með allt Suðurlandið en það vantar svolítið upp á landsbyggðina. Ég ætla að gefa mér þennan tíma fram í næstu viku.“

Elísabet Jökulsdóttir á sömuleiðis í vandræðum með að fá næga meðmælendur á landsbyggðinni. „Mig vantar aðallega frá Austfirðum og Norðurlandi. Ég verð sennilega bara að fljúga norður og vinna einn dag í Kjarnafæði og álverinu.“

BLUESTOP GLAMPÄVÖRN

Bluestop er vörn gegn skaðlegum blágeislum sem er að finna í sínum, spjaldtölvum, flúorljósum og víðar. Blue stop hjálpar okkur að vernda augun fyrir geislum sem þessi tæki gefa frá sér, vinnur gegn augnþreytu og virkar sem forvörn gegn hrörnum í augnbotnum og skýi á augasteini.



augastaður
Gleraugnaverslunin þín

MJÓDDIN FJÖRÐUR SELFÖSS
S: 587 2123 S: 555 4789 S: 482 3949



Donald Trump, forsetaframbjóðandi.
NORDICPHOTOS/AFP

Trump og Ryan reyna að sættast

BANDARÍKIN Donald Trump, forsetaframbjóðandi Repúblikanaflokksins í Bandaríkjunum, fundaði í gær með samfloksmanni sínum Paul Ryan, forseta fulltrúardeildar þingsins.

Tilgangur fundarins var að ná sáttum. Undanfarið hefur verið fjallað um deilur þeirra í fjölmiðlum vestanhafs en Ryan hefur neitað að lýsa yfir stuðningi við framboð Trumps eins og aðrir áhrifamenn flokksins hafa gert.

„Þrátt fyrir að við séum ósamála um margt erum við sammála um mörg mikilvæg mál,“ segir í yfirlýsingu sem þeir sendu frá sér eftir fundinn.

Í yfirlýsingunni segjast þeir aukinheldur stefna að því að sameina flokkinn til að koma í veg fyrir að Hillary Clinton, líklegur frambjóðandi demókrata, beri sigur úr býtum í kosningunum í nóvember.

Ryan hefur gagnrýnt Trump harðlega undanfarna mánuði. – þea

Fyrirtæki ársins 2016

Árlega stendur VR fyrir kjöri á Fyrirtæki ársins. Niðurstöður stærstu vinnumarkaðskönnunar á Íslandi liggja nú fyrir.

Stór fyrirtæki

1. Johan Rönnung
2. Öryggismiðstöð Íslands
3. Nordic Visitor Iceland
4. Nova
5. S4S
6. Ormsson
7. CCP
8. Klettur - sala og þjónusta
9. Opin kerfi
10. Tempo

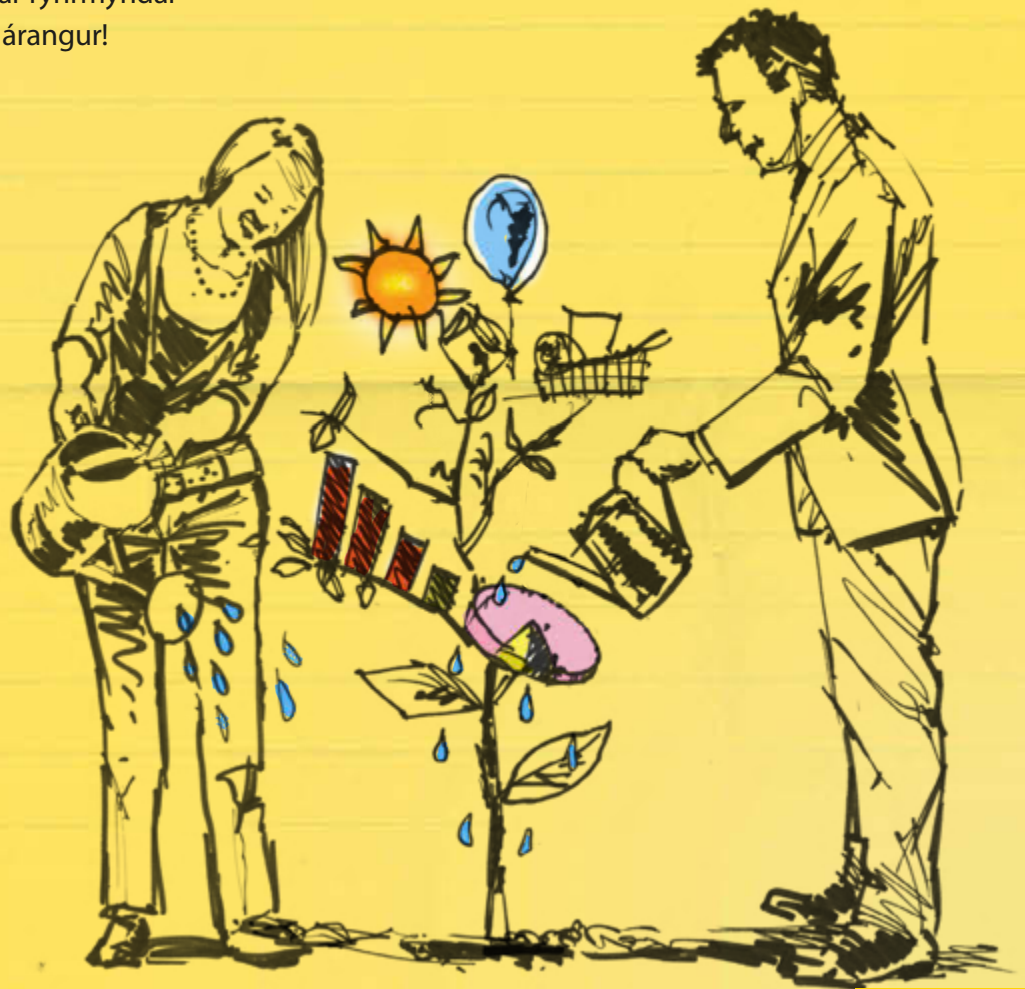
Millistór fyrirtæki

1. Expectus
2. Margt smátt
3. Heilsugæslan Salahverfi/Salus
4. Kortþjónustan
5. Terma
6. Poulsen
7. Fastus
8. Hugsmiðjan
9. Fálkinn
10. Hvíta húsið

Lítill fyrirtæki

1. Vinnuföt
2. Verslunartækni
3. Skattur og bókhald
4. S. Guðjónsson
5. Bókhald og uppgjör
6. Globus
7. Fossberg
8. Birtingahúsið
9. Áltak
10. Microsoft Ísland

Um helmingur fyrirmyndarfyrirtækja í ár eru ný á lista. VR óskar fyrirmyndarfyrirtækjum, stórum sem smáum, til hamingju með frábæran árangur!



Án hjálpar þarf að fækka ferðamönnum

Verði ekki ráðist í endurbætur á fráveitu þéttbýlis við Mývatn verður að takmarka aðgengi ferðamanna að svæðinu. Um þetta er að tefla komi stjórnvöld Mývetningum ekki til aðstoðar með fjárhagslegum stuðningi. Eitt hótél í Mývatnssveit stenst kröfur um fráveitu.

Svavar Hávarðsson
svavar@frettabladid.is



UMHVERFISMÁL „Versta mögulega staða er sú að ríkisvaldið komi ekki til hjálpar. Þá sjáum við ekki annað en að það þurfi að takmarka stórkostlega fjölda ferðamanna á svæðinu,“ segir Alfred Schiöth, framkvæmdastjóri Heilbrigðiseftirlits Norðurlands eystra (HNE).

Heilbrigðisnefnd HNE ályktaði vegna mengunarvanda Mývatns á þriðjudag. Þar er eindregið mælt til að stjórnvöld veiti Skútustaðahreppi nú þegar fjárhagslegan stuðning vegna kostnaðar við byggingu á hreinsivirkjum fyrir skólþ í Skútustaðahreppi, og vísar til kröfu um ítarlega skólphreinsun skv. reglugerð um verndun Mývatns og Laxár.

„Um er að ræða mjög kostnaðarsamar og íþyngjandi kröfur fyrir fjárhag lítills sveitarfélags og jafnframt felast miklir hagsmunir og ábyrgð í því að vernda Mývatn sem náttúruveru á heimsvísu. Heilbrigðisnefnd minnir á mikilvægi þess að hraða úrbótum í fráveitumálum í Skútustaðahreppi eins og kostur er, þannig að ekki þurfi að koma til þess að takmarka fjölda ferðamanna á vatnssvæði Mývatns,“ segir í bókuninni.

Alfred segir að eins og staðan er nú sé aðeins eitt hótél á svæðinu með fullkomna hreinsun og mæti kröfum – Hótél Laxá, nýjasta hótelið við vatnið. „Öll önnur hótél og önnur gistiaðstaða uppfyllir ekki þessi skilyrði, og að óbreyttu verður ekki annað séð en þau verði að leggja niður starfsemi sína. Gróft sagt er bara eitt löglegt gistiúrræði í Mývatnssveit,“ segir Alfred og bætir við að miklar vonir séu bundnar við að eftir að samráðshópur Sigrúnar Magnúsdóttur umhverfisráðherra skilar af sér 17. júní, þá „í beinu framhaldi af því sjái ríkisvaldið að sér og komi með myndarlegum hætti að borðinu“.

Hér vísar Alfred til orða umhverfis-



Mývatnssveit er einn vinsælasti ferðamannastaður landsins og svæðið því undir miklu álagi. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

Gróft sagt er bara eitt löglegt gistiúrræði í Mývatnssveit.

Versta mögulega staða er sú að ríkisvaldið komi ekki til hjálpar. Þá sjáum við ekki annað en að það þurfi að takmarka stórkostlega fjölda ferðamanna á svæðinu.

Alfred Schiöth, framkvæmdastjóri HNE

ráðherra á Alþingi í vikunni þar sem Sigrún tilkynnti um viðbrögð stjórnvalda við þeim djúpstæða vanda sem kominn er upp við Mývatn – en á sér allanga sögu eins og Árni Einarsson, forstöðumaður Náttúruvannsóknastöðvarinnar við Mývatn, hefur skýrt.

Á þinginu kom fram þverpólískur vilji til þess að stjórnvöld brygðust tafarlaust við, og sú krafa að tafarlaust kæmi til fjárveiting til handa Skútustaðahreppi til að hefja umbætur á fráveitumálum sveitarfélagsins – einum af þeim þáttum sem mannshöndin getur sannarlega haft áhrif á í hinu flókna samspili sem sambúð manns og náttúru er við Mývatn.

Uppi á borði um árabíl

Fráveitumál í Mývatnssveit og ofauðgunarástand í Mývatni hefur verið á dagskrá HNE um árabíl. Í fundargerð heilbrigðisnefndar HNE frá 7. maí 2014 er að finna ályktun sem er að stórum hluta sú sama og birtist á þriðjudag. Var hún skrifuð eftir málþing um þann vanda sem við er að glíma, en áður en óhemju magn blábaktería mældist í Mývatni tvö síðastliðin sumur, þar sem niðurstöður mælinga sýndu tólfalt það magn sem talið er óhóflega mikið í leiðbeiningum Alþjóðaheilbrigðismálastofnunarinnar (WHO).

„Í erindi Árna Einarssonar líf-fræðings kom fram að mjög stór breyting hefur orðið í Mývatni undanfarin ár; þörungamotta á botni vatnsins er algerlega horfin; líklega vegna næringarefnaengunar af mannavöldum. Ástæða þessa er líklega að það vantar birtu í vatnið; bakteríur í vatninu grugga það og skyggja þannig á botninn [...] er nauðsynlegt að byggja vönduð hreinsivirki fyrir skólþ fyrir þéttbýlið í Reykjahlíð, Voga og Skútustaði og víðar þar sem byggð er þétt á vatnssvæði Mývatns.“



Hinsegin dagar, sem fara fram árlega, hafa orðið til þess að vekja athygli á réttindum fólks, ekki síst samkynhneigðra. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

Kópavogur með hinsegin fræðslu í aðalnámskrá

KÓPAVOGUR Starfsfólk grunnskóla í Kópavogi fær sérstaka fræðslu næsta vetur um málefni hinsegin fólks. Bæjarráð samþykkti tillögu þessa efnis í síðustu viku.

„Í fræðslunni verði lögð áhersla á hvað felst í því að vera hinsegin manneskja, hinsegin hugtök, helstu baráttumál hinsegin fólks og hvernig hver og einn geti lagt sitt af mörkum til að auka skilning á málefnum hinsegin fólks í samfélaginu,“ segir í tillögunni sem samþykkt var.

„Starfsfólkið þarf að vera meðvitað um áhrif eigin orðræðu. Auk þess hjálpar slík fræðsla starfsfólki að ræða þessi málefni við nemendur, hafa þekkingu á hvernig bregðast skuli við og geta rætt um málefnið af

» Starfsfólkið þarf að vera meðvitað um áhrif eigin orðræðu. Auk þess hjálpar slík fræðsla starfsfólki að ræða þessi málefni við nemendur.

þekkingu og virðingu,“ segir jafnframt í tillögunni.

Þá var samþykkt að gerð verði áætlun um hinsegin fræðslu í aðalnámskrá grunnskóla Kópavogs. Í námskránni þurfi „að koma skýrt fram að skólinn sinni þeirri skyldu sinni að í allra umræðu og kennslu sé tekið tillit til fjölbreytileika,“ eins og segir í tillögunni. - gar

Líkir spillingu við krabbamein

BRETLAND David Cameron, forsætisráðherra Bretlands, boðar alþjóðlegt samstarf gegn spillingu, með það meginmarkmið að ná aftur fé úr skattaskjólum.

Á leiðtogafundi í London, sem hann boðaði til í gær, sagði hann að Bretland myndi gera erlendum fyrirtækjum, sem eiga eignir á Bretlandi, skylt að gera opinberlega grein fyrir eignunum.

Fleiri lönd hafa boðið sams konar aðgerðir, þar á meðal Frakkland, Holland, Afganistan og Nígería. Bandaríkin hafa þó ekki viljað vera með.

„Lykillinn er að auka gagnsæið,“ sagði Cameron í opnunarræðu sinni á leiðtogafundinum. Hann sagði spillingu vera „krabbamein í innsta kjarna svo margra þeirra vandamála sem við þurfum að takast á við í heiminum“. Baráttan gegn spillingu væri ekki síst nauðsynleg til að ráðast gegn öfgafólki, sem þrífst í skjóli hennar.

John Kerry, utanríkisráðherra Bandaríkjanna, tók í sama streng og sagði spillingu kynda undir glæpum og hryðjuverkum.

„Spillingin er augljóslega jafn mikill óvinur okkar, vegna þess að hún eyðileggur heilu þjóðrikin ekki síður en sumir þeirra öfgamanna sem við erum að berjast við.“

Meðal þátttakenda voru bæði Ahshraf Ghani, forseti Afganistans, og Muhammed Buhari, forseti Nígeríu. Cameron heyrðist fyrir í vikunni segja við Elisabetu drottningu



David Cameron, forsætisráðherra Bretlands, ásamt Muhammed Buhari, forseta Nígeríu. FRÉTTABLAÐIÐ/EPA

Spillingin er augljóslega jafn mikill óvinur okkar, vegna þess að hún eyðileggur heilu þjóðrikin ekki síður en sumir þeirra öfgamanna sem við erum að berjast við.

John Kerry, utanríkisráðherra Bandaríkjanna

að þessi tvö lönd væru líklega þau spilltustu í heimi.

Hvorki Ghani né Buhari létu þó þessi orð Camerons á sig fá, heldur gengust fúsir við því að spilling þrífst í löndum sínum. Þeir segjast báðir ætla að vera áfram virkir þátttöku í baráttunni gegn þeirri spillingu.

„Við þurfum að hafa hugrekki til að nefna vandamálið á nafn,“ sagði Ghani um spillinguna í Afganistan. Ef menn væru stöðugt í afneitun eða kenndu hver öðrum um, þá þokaðist ekkert.

Buhari krefst síðan að öllum þeim miklu fjármunum, sem stolið hafi verið frá Nígeríu, verði skilað. - gb

NORÐURLÖNDIN



Lítið þrifið án Austur-Evrópumanna

1 DANMÖRK Starfsmönnum frá Austur-Evrópu heldur áfram að fjölga í Danmörku. Í fyrra voru þeir orðnir 105.977 talsins og hafði þá fjölgað um 13 prósent frá árinu 2014. Margir þeirra starfa við ræstingar og hefur danska ríkisútvarpið það eftir fulltrúa danska vinnuveitendasambandsins að ekki væri hægt að gera hreint í Danmörku án þeirra. Oft sé erfitt fyrir vinnuveitendur að finna ófaglærða Dani sem eru til í að skrúbba gólf.

Bisness í kringum flóttabörn

2 NOREGUR Um 1.100 börn komu ein síns liðs til Noregs í fyrra. Nú búa 719 á dvalarstöðum í umsjá barnaverndarnefnda þar til þau verða annaðhvort send heim eða fá annað búsetuform. Yfirvöld hafa samið við einkaaðila um rekstur dvalarstaða fyrir flóttabörnin og er kostnaður ríkisins vegna þess allt að 84 milljónir króna. Ekki er greitt fyrir ónotuð pláss en þau eru um 200 um þessar mundir.

Ákesson gagnrýnir tengdamömmu

3 SVÍÞJÓÐ Jimmie Ákesson, for- maður Svíþjóðardemókrata, gagn- rýnir tengdamóður sína, Margaretu Larsson, sem sagði sig úr þingflokkn- um í september síðastliðnum. Larsson, sem rekur nuddstofu, ákvað að gerast utanflokksþingmaður en hefur ekki tekið þátt í þingstörfum samkvæmt frétt Aftonbladet. Hún hefur þrátt fyrir það fengið fullt þingfararkaup sem nemur 62.400 sænskum krónum á mánuði. Ákesson segir þetta skaða ímynd flokksins.



Egilsstaðir eru í Fljótshálsa.
FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

Skima fyrir kviða á Egilsstöðum

FÉLAGSMÁL Fræðslunefnd Fljótshálsa ræddi á síðasta fundi sínum möguleikann á því að skima fyrir kviða á unglingastigi í skólum í sveitarfélaginu.

Fræðslufulltrúa sveitarfélags- ins var falið að kanna möguleika á samstarfi við Skólaskrifstofu Austurlands, Heilbrigðisstofnun Austurlands og Félagsþjónustuna um framkvæmd slíkra skimana. Fræðslunefndin ætlar að taka málið til frekari afgreiðslu þegar niður- staða þeirrar könnunar liggur fyrir.
– gar



Skolp getur valdið spjöllum.
FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

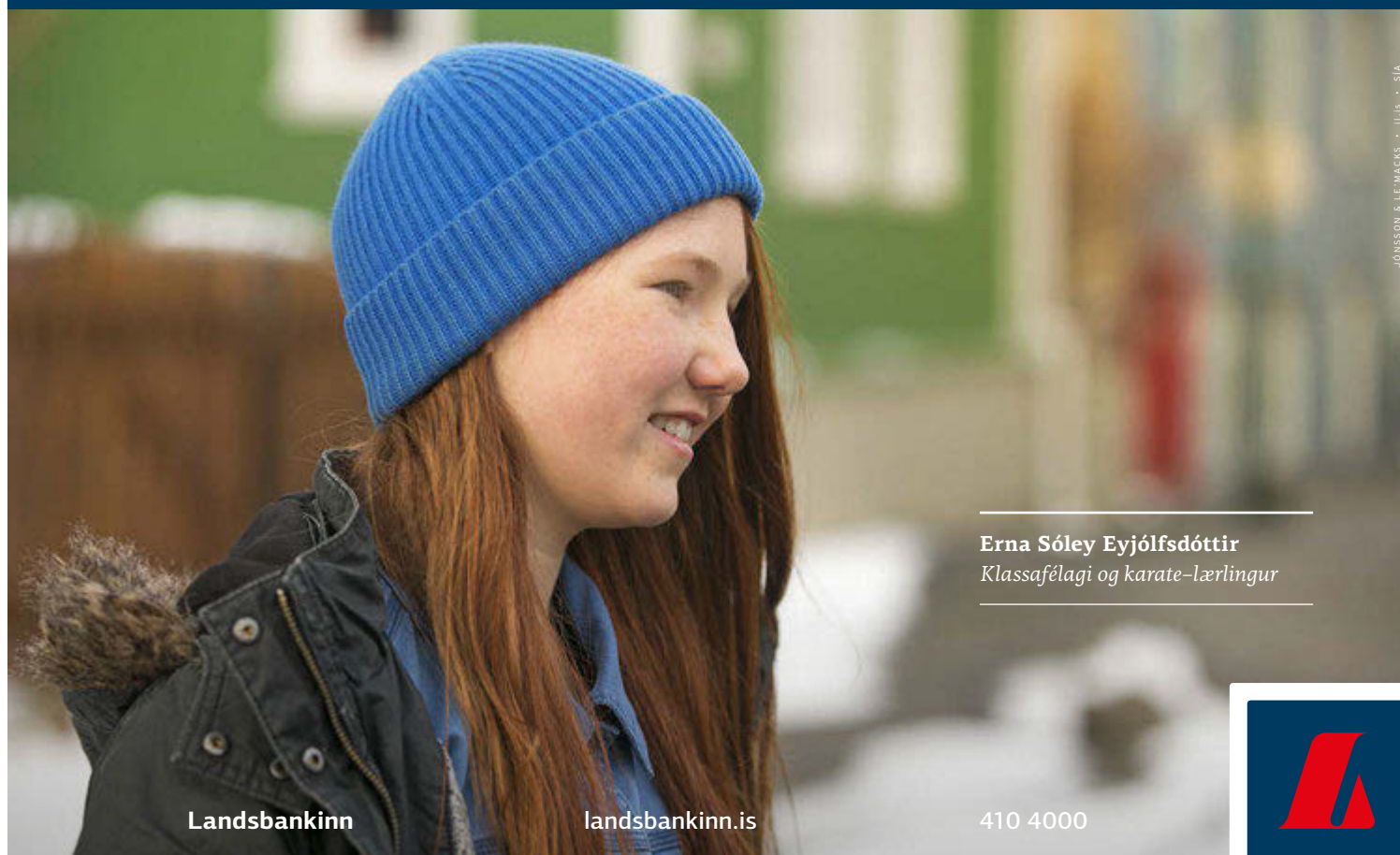
Ríkið hafi ekki tekjur af klóaki

FRÁVEITUMÁL Bæjarráð Árborgar segir ekki eðlilegt að kostnaður við fráveituframkvæmdir skapi tekju- stofn fyrir ríkissjóð í formi virðis- aukaskatts.

Vegna umræðu undanfarna daga um fráveitumál sveitarfélaga og skaðsemi fyrir lífríki landsins segist bæjarráðið nú itreka áskorun til stjórnvalda um að hefja aftur endur- greiðslu virðisaukaskatts á fráveitu- framkvæmdir sveitarfélaga eins og gert hafi verið á árunum 1995 til 2008. „Sú aðgerð myndi flýta veru- lega nauðsynlegum fráveitufram- kvæmdum sveitarfélaga sem eru verulega kostnaðarsamar.“ – gar

Leggðu grunn að framtíðinni og Landsbankinn bætir 6.000 krónum við

Þegar fermingarbörn leggja 30.000 krónur eða meira í sparnað hjá Landsbankanum greiðir bankinn 6.000 króna mótframlag. Þannig viljum við hvetja til sparnaðar.



Erna Sóley Eyjólfsdóttir
Klassafélagi og karate-lærlingur

Landsbankinn

landsbankinn.is

410 4000





Ólafur Ragnar segir það viðs fjarri að hann taki nokkra afstöðu með neinum frambjóðanda. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Forseti Íslands er enginn veislustjóri

Ólafur Ragnar Grímsson lætur brátt af embætti. Hann ræðir síðustu vikur, fer yfir ferilinn og framhaldið. Panama-skjölin hafi engan þátt átt í ákvörðun hans um að draga framboð sitt til baka. Framboðið hafi hjálpað til við að fylkja þjóðinni bak við aðra.

Ólöf Skaftadóttir
olof@frettabladid.is

Viktoría
Hermannsdóttir
viktorija@frettabladid.is



Síðustu vikur hafa verið ein-stakur tími í sögu íslenska lýðveldisins. Tugþúsunda mótmæli við Alþingishúsið eitt og sér er mikill viðburður. Svo bætist við að forsætisráðherra fer frá eftir að hafa reynt að rjúfa þing og ríkisstjórn með traustan meirihluta á Alþingi samþykkir vegna ríkrar kröfu almennings að flýta þingkosningum. Hvert og eitt af þessu eru stórtíðindi,“ segir Ólafur Ragnar Grímsson, forseti Íslands.

Ólafur dró framboð sitt til forseta til baka á mánudag. Hann segir ákvörðunina um að gefa kost á sér í sjötta sinn hafa verið tekna því ekki hafi verið kominn frambjóðandi sem nýti yfirburðastuðnings.

„Í öllu umrótinu, með tilliti til þessara dramatísku atburða sem höfðu orðið, og þjóðin hafði ekki fundið neinn sem hún gæti sætt sig við sem nýjan forseta, var þrýst á um það með mjög víðtækum hætti að ég hlýpi ekki frá borði. Ég er þannig gerðar af mínu uppeldi og lífsviðhorfum að ég tel að þeir sem þjóðin hefur sýnt miknið traust hafi ákveðnar skyldur. Sumum finnst það sérkennileg hugsun en það er samgróid viðhorfum mínum. Ég vildi þess vegna ekki standa frammi fyrir því að menn gætu sagt að ég hefði hlaupist undan merkjum á þessum tímum. Þó vilji minn, hjarta og hugur hefði stefnt til þess, eins og ég sagði í nýársávarpinu, að kveðja Bessastaði. Um leið, sem er afar óvenjulegt og ég held að hafi aldrei gerst áður þegar menn lýsa yfir framboði, sagði ég að ef að menn myndu annan í embættið þá tæki ég því vel og fagnandi.“

Tveir reyndir frambjóðendur

Eftir að skoðanakönnun Fréttablaðsins þann 5. maí sýndi að Guðni Th. Jóhannesson nýti stuðnings 38 prósentu þjóðarinnar fór hann að íhuga að draga framboðið til baka.

„Ég skrifaði fyrsta uppkastið að yfirlýsingu minni um að draga framboðið til baka sama dag, og endurskoðaði það næsta dag. Þegar í kjölfarið Davíð Oddsson tilkynnir á Bylgjunni að hann hafi ákveðið að fara fram þá hnigu öll rök til míns framboðs. Nú var kominn upp sú ánægjulega staða að þjóðin átti kost á því að velja milli fræðimanns sem hefur mesta þekkingu allra núlifandi Íslendinga á forsetaembættinu og þess sem lengst hefur verið forsætisráðherra í lýðveldissögunni og haft samskipti við forseta, bæði Vigdís og mig.“

Ólafur segir ákvörðunina um að draga framboðið til baka hvorki vera stuðningsyfirlýsingu við Guðna né Davíð.

„Það er viðs fjarri að ég tæki nokkra afstöðu með neinum frambjóðenda. Til viðbótar við Guðna og Davíð eru í framboði þekktur rithöfundur og baráttumaður fyrir umhverfisvernd, forystukona í atvinnulífnum og annað gott fólk. Það sem skilur Davíð og Guðna frá hinum er að þeir hafa í áraradír skapað sér sérstöðu varðandi þekkingu og samskipti við forsetaembættið. Ég tek enga afstöðu með kosningunni, ég er einfaldlega að lýsa staðreyndum.“

Panama-skjölin breyttu engu

Fréttir voru fluttar af því í síðustu viku að nafn Dorrit Moussaieff, eiginkonu Ólafs, væri að finna í Panama-skjölunum. Áður hafði Ólafur sagt að þau hjónin tengdust engum aflandsfélögum. Hann segir það ekki eiga þátt í ákvörðuninni um að draga framboðið til baka. „Nei, það tengist því ekki enda hefur margt af því sem hefur verið sagt ekki verið sannleikanum sam-

kvæmt. Fjölmíðlar og aðrir hafa farið með staflausa stafi.“

Eins og hvað? „Hún hefur aldrei haft reikninga við þennan svissneska banka sem fulllyrt var að hún hefði tengsl við. Hún hefur aldrei haft tengsl við þetta Jaywick-félag sem fulllyrt var að hún hefði. Það eina sem á sér stað í þessu eru aðgerðir foreldra hennar á sínum tíma. Menn þurfa huga að staðreyndunum.“

Hann segist alltaf hafa tekið sína persónulegu stöðu út úr myndinni í tíð sinni sem forseti. „Það er mikilvægt að sérhver sem fær þessa ábyrgð á herðar skilji eftir vangaveltur um sína persónulega stöðu. Forseti verður að fylgja sannfæringu sinni og rökrænni greiningu á því hvað er íslenskri þjóð fyrir bestu. Þótt það sé ekki formleg skylda sitjandi forseta þá hugsar maður einnig um það þegar maður lætur af embætti að taki við nýr forseti með nægilegan stuðning til að embættinu verði áfram farsællig sinnt. Það lendi ekki í þjóðfélagslegri upplausn þar sem enginn hefur stuðning. Það sem gladdi mig við atburði síðustu daga er að nú bendir allt til þess að nýr forseti taki við með þeim sama eðlilega hætti eins og áður. Embættið sjálft og sess þess í lýðveldinu verður áfram á þeim góða stað sem það hefur verið. Ég veit að þetta er ekki formleg skylda forsetans en af því að sérhver sem gegnir embættinu fyllist virðingu gagnvart því, á vissan hátt þykir vænt um það og skilur kannski betur en aðrir að forsetaembættið er ekki bara starf.“

Ólafur heldur áfram og segir ástandið í þjóðfélaginu með þeim með slíkt lágmarksfylgi að það er einsdæmi. Forystuflokkur núverandi ríkisstjórnar er með mjög lítið fylgi. Það hefur aldrei fyrr gerst í sögu

íslenskra stjórn mála að forystuflokkar ríkisstjórnar á örfáum misserum fari niður í eins stafs tölu í fylgi. Þegar það bætist svo við að nýr flokkur sem rétt náði inn á þing fyrir þremur árum eða svo, fær álika fylgi og Sjálfstæðisflokkurinn sem hefur verið stærsti flokkurinn í áratugi. Þar sjáum við staðfestingu þessa mikla umröts sem er í lýðræðiskerfi og stjórn málum okkar. Þá skiptir höfuðmáli að forsetaembættið haldi sínum sessi. Þegar forsetakosningarnar fara saman við allt þetta, þá verði eðliseiginleikum forsetaembættisins og samspili þess við þjóðina og lýðveldið ekki fórnad í þessu umröti. Sem betur fer tel ég í dag að það sé engin hætt á því. Þess vegna er ég svona gladdur. Vegna þess að ég verð að skilja við embættið á þann hátt að þjóðin með góðum hætti finni sér nýjan forseta og hann geti tekið við á þann hátt að embættið sé sterkt, samband þess við þjóðina traust og forseti skilji sig frá þessari hringiðu sem einkennir flokkana, Alþingi og þann þátt lýðræðiskerfis.“

Sér ekki eftir framboðinu

Sérðu eftir að hafa boðið þig fram í sjötta sinn á dögum og hætt svo við? „Nei, alls ekki. Ég vildi ekki hlaupa frá borði, á dögum og vikum þar sem nánast allt lék á reiðiskjálfi hvað snertir hefðbundna stöðu lýðveldisins,“ segir hann.

„Þegar lítið er til baka þá má segja að þessi ákvörðun mín, að grípa inn í þetta tómarúm varðandi forsetaembættið, hafi hjálpað til við að skapa atburðarás sem leiddi svo til þess að nokkrum vikum síðar var þjóðin farin að þjappa sér saman um aðra frambjóðendur.“

Sumir hafa sagt ósannngjarnt að þú hafir stigið fram, troðið á þeim sem vildu bjóða sig fram en ekki gegn sitjandi forseta? Fjórir hættu við. „Ég get ekki tekið neina afstöðu til þess enda sýna dæmin og sagan að fólk myndar sér skoðanir um forseta og frambjóð-

endur óháð því hvað sitjandi forseti gerir. Menn studdu Þóru Arnórsdóttur hér fyrir fjórum árum, þriðjungur kjósenda. Hreyfingin um framboð hennar var sterk þó að í gangi væri mikill þrýstingur á mig um að halda áfram. Margt af þessu góða fólk sem þið nefnið núna hafði haft nokkra mánuði til þess að afla sér stuðnings. Við sjáum hvað gerst hefur þegar fram koma núna Guðni og Davíð; það þarf ekkert mjög langan tíma til þess að fá umtalsvert fylgi. Þannig ég get á engan hátt axlað ábyrgð gagnvart þessu góða fólk vegna þess að samband þess við kjósendur eða sambandsleysi byggðist á þeim sjálfum. Sagan sýnir að þú getur ekki byggt stuðning í forsetakosningum á því hvað aðrir gera. Þú verður að gera það í krafti eigin verðleika.“

Skoðanakönnun Fréttablaðsins frá því á miðvikudag sýndi að Guðni Th. er með tæplega 70 prósentu fylgi. Manstu eftir viðlíka niðurstöðum skoðanakannana? „Það er nú ein hliðstæða t.d. gagnvart sjálfum mér. Í aðdraganda kosninganna 1996 þá held ég að ein skoðanakönnun 6 til 7 vikum fyrir kosningar hafi sýnt að ég var með yfir 70 prósent. Ferill skoðanakannana í kosningum hefur oft sýnt stórar sveiflur. En ég ætla nú ekki meðan ég er í embætti að fara verða álitsgjafi um skoðanakannanir.“

Dorrit gleðst yfir frelsinu

Ólafur segir eiginkonu sína, Dorrit, vera ánægða með þá ákvörðun hans að draga framboð sitt til baka. „Hún var þeirrar skoðunar að ákvörðunin um áramótin væri rétt. Eins og allir hljóta að skilja hefur það verið flókið að ég er hér að sinna minni vinnu á Íslandi og hún annars staðar. Skyldur forsetaembættisins eru þannig að dagskrá er ákveðin oft ár fram í tímann. Maður hefur ekki frelsi eins og aðrir. Svo að sérhver sem gegnir þessu embætti, og ég er ekki að kvarta, það er bara veruleikinn. Hann og fjöl-



DACIA DUSTER

Fjór hjóladrífinn, dísil

ÁREIÐANLEGUR - HAGSTÆTT VERÐ - ÖFLUGUR Í TORFÆRUM
SPARNEYTINN - HLAÐINN BÚNAÐI - GÓÐUR Í ENDURSÖLU

Nú með íslensku leiðsögukerfi og 7 tommu snertiskjó



Verð kr.

3.990.000

Eyðsla í blönduðum akstri 5,3 L/100 km*

Hlaðinn staðalbúnaði m.a.: Bakkskyngjari, leðurstýri, hæðarstilling á stýri, loftkæling AC, útvarp-CD með 4 hátölurum, USB og MP3 tengi, Bluetooth handfrjáls símabúnaður, samlitir stuðarar og hurðarhúnar, litaðar rúður, svart „Compass“ tauáklæði, 1/3 - 2/3 niðurfellanleg aftursæti, hæðarstilling á öikumannssæti, geymsluhólf í framhurðum, kortavasar á framsætum, ABS-hemlakerfi, 6 loftpúðar, hæðarstilling á sætisbeltum, forstrekkjarar á sætisbeltum, ISOFIX barnastólafestingar, ESC stöðugleikastýring, fjarstýrðar hurðarlæsingar, barnalæsingar á afturhurðum, ræsivörn, varadekk, sex aðgerða akstursthöfva, þokuljós að framan, rafknúnir speglar, dagljósabúnaður, aðgerðahnappar í stýri, rafknúnar rúður, lesljós við framsæti.

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

www.dacia.is



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

GE bílar
Reykjanesbæ
www.gebilar.is
420 0400

Bílasalan Bílás
Akranesi
www.bilas.is
431 2622

Bílasala Akureyrar
Akureyri
www.bilak.is
461 2533

Bílaverkstæði Austurlands
Egilsstöðum
www.bva.is
470 5070

IB ehf.
Selfossi
www.ib.is
480 8080

BL söluumboð
Vestmannaeyjum
481 1313
862 2516

DRYKKIR INNIFALDIR

FLJÚGÐU VEL

MEÐ ICELANDAIR

*Alltaf innifalið: Frjálst sætaval við bókun | Afþreyingarkerfi 350 klst. | 10 kg handfarangur
Meira pláss milli sæta | Ein ferðataska allt að 23 kg til Evrópu og tvær töskur til N-Ameríku
Matur fyrir börnin | Óáfengir drykkir | Vildarpunktur | Flug- og flugvallarskattar*

ÍSLENSKA SIA IS ICE 7987 0516

ITJÓ MED SÆTISOLAR SPENNTAR
BJÖRGUNARVESTI UNDIR SÆTUM

Saga Shop Colle

Sóley Organics
Kæmjaþingurinn
Kæmjaþingurinn

+ Nánar á icelandair.is/fljugdu-vel



skylda hans afsala sér umtalsverðu frelsi. Þess vegna erum við glöð, ekki bara ég og Dorrit heldur börnin mín og barnabörn. Að geta farið að lifa eðlilegu lífi eins og aðrir og notið lífsins. Haft frelsi.“

Þú sem ert vanur þéttri dagskrá, hvað ætlarðu að gera? „Ég haf alltaf haft áhuga á mörgu. Það eru mörg viðfangsefni. Bæði varðandi norðurslóðir, baráttu gegn loftslagsbreytingum, eflingu hreinnar orku, rannsóknir og fræði, sem ég mun sinna af krafti.“

Muntu sækjast eftir einhverju embætti? „Nei. Þið megið ekki gleyma að ég verð 73 ára eftir nokkra daga,“ segir Ólafur og hlær.

„Ég hef hins vegar fengið óskir, frá íslenskum aðilum og erlendum, um að koma að verkefnum. Ég var skipaður í sérstaka nefnd í verkefninu Sustainable Energy For All sem miðast að því að breyta orkukerfum allra landa, til hreinnar orku,“ segir Ólafur. Hann segist einnig munu halda áfram að vinna að málefnum norðurslóða.

Það var enginn annar

Aðspurður hverju hann sé stoltastur af á forsetaferlinum segir Ólafur fimm meginþætti efst á baugi. Efling lýðræðis með því að skjóta málum til þjóðaratkvæðisgreiðslu er sá fyrsti. Þá nefnir hann að fara fram og verja hagsmuni Íslands í kjölfar hrunsins. „Þegar reynt var að brjóta okkur á bak aftur með margvíslegum hætti. Íslenska markið stóð opið og hver sem er gat sparkað boltanum í það og enginn var til varnar. Þá taldi ég nauðsynlegt að stiga það skref sem er mjög óvenjulegt og sumir hefðu getað sagt með nokkrum rökum óeðlilegt fyrir forseta. Það var bara enginn annar. Að fara í alla helstu fjölmíðla heimsins og verja Ísland og færa fram okkar rök og málstað.“

Ólafur nefnir framlagið til baráttunnar gegn loftslagsbreytingum, mál efni norðurslóða og eflingu tengsla við Kína, sem hann hefur þó hlotið talsverða gagnrýni fyrir, og annarra landa í Asíu. „Ég er ekki bara að tala um Kína, heldur Indland, Kóreu, Singapúr, o.s.frv. Vegna þess að Asía er og verður helsta aflvælin í hagkerfi heimsins. Ég taldi rétt fyrir Íslendinga að búa í haginn fyrir 21. öldina og efla tengslin við þessi ríki.“

Persónulegur fórnarkostnaður

Erfiðast á ferlinum segir hann ákvarðanirnar um Icesave.

Varstu beittur þrýstingi? „Það er vægt til orða tekið.“

Var þér hótad? „Það fer eftir því hvað þið kallið hótanir, en förum aftur í tímann. Það var umsátur um Ísland, öll Norðurlönd, allar ríkisstjórnir í ESB voru á móti okkar málstað. Vildu knýja okkur til að semja við Breta og Hollendinga. Í stjórn AGS var því valdi Evrópuríkja beitt að við fengum ekki fyrirgreiðslu, sem við áttum rétt á, nema við beygðum okkur undir nauðasaminga við þessar þjóðir. Jafnframt voru margir

fremstu sérfræðingar og álitsgjafar þessa lands sem sögðu að ef ég leyfði þjóðinni að kjósa um þetta mál væri ég að dæma Ísland til eilíftrar útskúfunar úr fjármálakerfi heimsins. Merkimiðinn Kúba norðursins var þekkt í þeirri umræðu. Ríkisstjórnin og þingmeirihlutinn var ekki bara á móti mér – heldur harkalega á móti mér. Í þessari stöðu var erfitt að taka þá ákvörðun að færa þetta vald til fólksins. Þessi kraftur erlendrar ríkja og innlendrar afla var slíkur að ég held ég geti fullyrt að það hafi ekki nokkur maður í sögu Íslands verið beittur öðrum eins þrýstingi í nokkru máli eins og ég í Icesave-málinu.“

Hann segir þessa daga í lok árs 2009 og ársbyrjun 2010 erfiðustu stundir sem hann hafi þurft að fara í gegnum. „Ég vona að enginn forseti og þjóðin eigi aldrei aftur eftir að standa frammi fyrir því, ég veit mæna best hvað var í húfi og hvað þetta var erfitt.“

Hvernig var þessum þrýstingi beitt? „Ef þið viljið dæmi, þá settust Uffe Ellemann-Jensen, fyrrverandi forsætisráðherra Danmerkur, og Mogens Lykktøft, fyrrverandi forseti danska þingsins og ráðherra til margra ára, í vikulegan umræðuþátt sinn í danska sjónvarpinu sem allur gekk út á hvers konar fjf þessi forseti á Íslandi væri. Rökkudu mig niður fyrir framan danska þjóð því ég vildi ekki klappa upp þennan samning. Ég gæti talið upp fjölmörg önnur dæmi, auk þess eins og ég hef sagt áður, að kjarninn í þeirri stuðningsmannasveit sem bar uppi sigur minn 1996, var æf út af þessari ákvörðun. Það hefur kostað mig það að ýmsir af gömlum vinum mínum og stuðningsmönnum til margra ára hafa ekki talað við mig síðan. Þannig að fórnarkostnaður forseta Íslands í ákvörðunum af þessu tagi getur líka verið persónulegur.“

Úrelt lög þjóðskrár

Nú munt þú flytja af Bessastöðum í sumar, hvert flytjið þið? „Dorrit hefur verið með sitt gamla heimili í London og ég keypti fyrir fjórum árum hús á falletum stað í Mosfellsbæ. Ég reikna með að þessir tveir staðir verði aðalvistarverur okkar. Það á nú eftir að koma í ljós hvað við verðum lengi í London, eða hér. Síðan eru ýmis verkefni sem eru þess eðlis á alþjóðavettvangi að ég verð töluvert á ferðalagi.“

Það hefur verið gagnrýnt að þið hafið ekki sama lögheimili, ætlið þið að búa saman þegar þú lætur af embætti? „Það er eins með okkur og hundruð Íslendinga, ef að makinn þarf að vera lengi í burtu vegna atvinnu sinnar og aðstæður eru þannig að hann eða hún verða að skrá lögheimili sitt í því landi sem vinnan er stunduð í, þá leyfir þjóðskrá þér ekki annan reit. Sem mér finnst gamaldags. Við búum í veröld þar sem makar vinna langt hver frá öðrum,“ segir hann.

„Einfaldlega vegna þess að starf hjóna í dag, þegar konur eru jafn vel menntaðar og hæfar til að sinna störfum og karlar, þá er þetta gamla kerfi að kona fylgi karlinum úrelt lög.“



Ólafur Ragnar segir Icesave-málið það erfiðasta á ferlinum. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

● ● **Þeir helltu sér yfir mann, og sögðu til dæmis: Ertu nú kominn, helvítis fíflíó þitt?**

Engin klíka í kringum forsetann

Ólafur segir ýmislegt hafa setið á hakanum frá því hann varð forseti. Til dæmis hafi hann ekki ræktað vinasambönd við gamla vini. „Ég á trausta og góða vini. Hins vegar verður að segjast eins og er, að á þessum 20 árum hefur ekki gefist mikill tími til að rækta þá. Þegar Guðrún Katrín lést tók ég þá ákvörðun að veita dætrum mínum og fjölskyldum þeirra algjöran forgang. Svo kom Dorrit til sögunnar og það sama gilti um hana. Ákvörðun mín eftir þessa hryllilegu reynslu með Guðrúnu Katrínu að gefa fjölskyldunni og okkur sjálfum allan þann lausa tíma sem við hefðum hefur orðið til þess að ég hef haft minni tíma til að rækta góð vinasambönd,“ segir hann alvarlegur.

„Það er auðvitað eitt af því sem nýr forseti mun reyna, þegar embættið fær sinn daglega takt að annirnar eru þess eðlis að það verður ekki mikill tími fyrir annað. Síðan ef forsetinn fer að rækta sérstaklega vini sína og eiga með þeim samverustundir, þá búum við Íslendingar í þannig samfélagi að

slíkt yrði ekkert leyndarmál. Það yrði ákveðin hætta á því að menn teldu að það væri klíka í kringum forsetann. Sérstaklega fyrir einstakling eins og mig sem kom af vettvangi stjórnmála. Þá var mikilvægt að sýna það í verki að það væri ekki í kringum mig hópur fólks sem hefði verið samferða mér áður og fylgdi mér til Bessastaða. Það getur verið nauðsynlegt fyrir forseta sem er allra, að búa ekki til sérhóp sem njóti forréttinda varðandi aðgang að forsetanum eða sé vinklaka í kringum forsetann.“

Ólafur Ragnar hefur í gegnum tíðina ekki farið varhluta af slúðursögum. „Ég læt það sem vind um eyrun þjóta. Ég hafði verið á vettvangi þjóðmála í langan tíma áður en ég varð forseti, það var nú margt um mig sagt þegar ég var fjármálaráðherra,“ segir hann og rifjar upp þegar Gísli Rúnar lék hann eftirminnilega sem Skattmann í áramótaskaupinu eitt árið. „Það var ekkert alltaf auðvelt fyrir dætur mínar litlar á Seltjarnarnesi, þar sem meginþorri fólks hafði aðrar stjórnmálaskoðanir en ég, að vera dætur pabba síns. Ég hef langa reynslu og við af því að láta svona umtal ekki á mig fá. Það var fyndið þetta með Skattmann, því þetta átti að vera mér til háðungar, en svo nokkrum dögum síðar fór ég í sund og þá hópuðust til mín skólakrakkar, fullir aðdáunar, því Súperman var þeirra hetja og ég

áttaði mig á því að þetta hafði skapað mér gríðarlegar vinsældir meðal nýs hóps,“ segir hann hlæjandi.

Lætur umtalið ekki á sig fá

„Ég hef oft sagt við þá sem eru að taka til starfa á vettvangi þjóðmála, og þeir taka nærri sér alls konar umræður sem eru byggðar á rangfærslum eða illvilja að þeir eiga að temja sér hugarfar mannsins sem stendur á fljótsbakkanum. Það er drasl og rusl sem flytur á fljótinu og ef maður byrjar að æsa sig yfir því þá gerir maður ekkert annað. Ef maður stendur kyrr og heldur sig við sitt, þá flýtur þetta fram hjá. Menn þurfa að fylgja sinni sannfæringu og láta ekkert haggja sér af þessu tagi.“

Hann segir umræðuna hafa breyst með tilkomu netsins. „Í gamla daga fyrir netið, þegar maður fór í leiðangra til þess að kynna sér almenningsálitið fór maður í beitiskúrana eða í kaffi til hafnarverkamanna hjá Dagsbrún. Þetta voru aðallega karlar, en þeir helltu sér yfir mann, og sögðu til dæmis: Ertu nú kominn, helvítis fíflíó þitt? Og sumt á netinu er eins og menn séu komnir aftur í beitiskúrinn og allir séu í beitiskúrnum, dag og nótt. En ef þú fékkst eldskírn eins og ég fékk fyrir mörgum áratugum í beituskúrnum og hjá hafnarverkamönnum, þá er þetta nú bara eins og jólaball.“ Hann hlær.

Forsetinn mikilvægur

Sumir hafa viðráð þá skoðun að leggja eigi niður embætti forsetans. Þar á meðal Helgi Hrafn Gunnarsson, þingmaður Pirata, sem sagði að forsetinn ætti bara að sinna kokteilboðum. Ólafur er ekki sammála. „Það er einfaldlega röng sýn, að forsetinn sé veislustjóri og sitji sífellt í málsvörðum. Forseti Íslands sinnir mikilli vinnu.“

Hann segir mikilvægt að hafa þjóðhöfðingja þegar kemur að alþjóðasamskiptum. „Það er mikilvægt að eiga aðgang að manni sem ber ábyrgð gagnvart kjósendum en er ekki háður flokkum. Hver sem er getur knúið dyra hjá forsetanum og borið upp vonir, viðfangsefni, kvartanir og væntingar og telur það sér til framdráttar að geta nálgast forsetann með þessum hætti því honum finnst dyr annarra kjörinna fulltrúa lokaðar eða erfitt að fá áheyrn. Síðan hefur reyndin sýnt að það geta komið upp tímar að Alþingi takist illa eða alls ekki að mynda ríkisstjórn. Þá er það ekki Alþingi sem ber ábyrgð á að landið verði stjórnlauzt, það er forsetinn. Þegar menn eru að segja að forseti þingsins geti gegnt þessu, og ég ber virðingu fyrir forseta Alþingis, er hann ávallt kosinn í flokkspólitískri kosningu. Eru menn þá að segja um leið að þjóðhöfðinginn á Íslandi eigi að vera einhver auka-geta hjá flokkspólitískum forseta Alþingis? Þjóðin myndi aldrei sætta sig við það. Það er mikilvægt að eiga kjörinn fulltrúa sem er ekki í framboði fyrir flokk.“

LYFJA
– Lifið heil

15% afsláttur
af 100g og 150g Voltaren Gel í maí



www.lyfja.is

Fyrir þig
í Lyfju

Fjór hjóladrifinn dísiljeppi með SYNC II samskiptakerfi, 8" snertiskjá og íslensku leiðsögukerfi



NÝR FORD KUGA AWD

Yfirburðir Ford Kuga liggja í óviðjafnanlegum aksturseiginleikum, fyrsta flokks öryggi og hámarks þægindum.

Staðalbúnaðurinn er sérstaklega glæsilegur. Þar á meðal er skynvætt tölvustýrt fjór hjóladrif sem lagar sig að undirlagi og ástandi vega, SYNC II samskiptakerfi með Bluetooth og neyðarhringingu í 112, íslenskt leiðsögukerfi, 8" snertiskjár í miðjustokk, tvískipt tölvustýrð miðstöð með loftkælingu og 17" álfelgur.

Ford Kuga er tilvalinn til ferðalaga. Dráttargetan er mikil eða 2.100 kg. Veghæðin er jafnframt mikil eða um 20 cm undir lágsta punkt.

Upplifðu frábæra aksturseiginleika Ford Kuga AWD - komdu og prófaðu

FORD KUGA AWD

BEINSKIPTUR AWD DÍSIL

FRÁ **5.490.000** KR.

SJÁLFSKIPTUR AWD DÍSIL

FRÁ **5.690.000** KR.



ford.is



Öruggur staður til að vera á

Brimborg Reykjavík
Bíldshöfða 6
Sími 515 7000

Brimborg Akureyri
Tryggvabraut 5
Sími 515 7050

Nýir og notaðir bílar: Söludeildir eru opnar alla virka daga kl. 9-17 og laugardaga kl. 12-16. Varahlutaverslun og verkstæðismóttaka er einnig opin laugardaga kl. 12-16.

Gerðu samanburð og þú munt sjá að Ford Kuga er gríðarlega vel búinn. Til viðbótar er eftirfarandi einn staðalbúnaður: starthnappur, hraðastillir, brekkuaðstoð, LED lýsing í farþegarými, leðurklætt stýrishjól og gírstangarhnúður, rafstillanlegir og upphitanlegir útispeglar, þokuljós og Easy Fuel. Öryggi Ford Kuga er framúrskarandi enda fékk hann fimm stjörnur af fimm mögulegum í árekstra- og öryggisprófunum Euro NCAP. Ford Kuga er fáanlegur í þremur útfærslum: Trend Edition, Titanium og Titanium S. ♦ Ford Kuga AWD 2,0 TDCi dísil 150 hð. 6 gíra beinsk./6 þrepa sjálfskiptur. Eldsneytisnotkun í blönduðum akstri 5,2/5,4 l/100 km. CO₂ losun 135/140 g/km. ♦ Tökum allar tegundir bíla upp í nýja. Brimborg og Ford áskilja sér rétt til að breyta verði og búnaði án fyrirvara. Útbúnaður getur verið frábrugðinn mynd í auglýsingu.

Þetta er hægt



Fanney Birna Jónsdóttir
fanney@frettabladid.is

Síðasta árið hefur Reykjavíkurborg verið með í gangi tilraunverkefni um styttingu vinnuvikunnar án launaskerðingar. Niðurstöður þessarar tilraunar benda til að starfsmönnum hafi tekist að sinna verkefnum sínum til fulls þrátt fyrir fjórum til fimm klukkutímum styttri vinnuviku.

Lengi hefur verið barist fyrir réttindum verkafólksins og hefur lengd vinnuvikunnar oft verið meðal baráttuefna. Framan af voru litlar sem engar takmarkanir á lengd vinnutíma og unnar allt að 14 til 16 klukkustundir á sólarhring. Lög voru síðan sett um 40 stunda vinnuviku árið 1971 sem standa enn, rétt eins og umræðan um styttingu vinnuvikunnar.

Niðurstöður Reykjavíkurborgar gefa þeim sem vilja fækka vinnustundum byr undir báða vængi. Andleg og líkamleg liðan starfsmanna er betri, starfsánægja þeirra meiri og tíðni skammtíma-veikinda lækkar. Sóley Tómasdóttir, forseti borgarstjórnar og formaður stýrihóps um innleiðingu verkefnisins, sagði í samtali við Fréttablaðið í gær æskilegt að halda áfram með verkefnið til að mæla hvort jákvæð áhrif vari.

Í seinni tíð hefur það verið talið brýnt verkefni að auka samþættingu fjölskyldu- og atvinnulífs og tryggja þannig velliðan starfsfólks. Samkvæmt skýrslum OECD um jafnvægi milli vinnu og frítíma kom Ísland illa út og er í 27. sæti af 36 löndum. Þannig má auðveldla umönnun barna, aldraðra eða langveikra aðstandenda og auka lífsgæði starfsfólks. Reykjavíkurborg er ekki að finna upp hjólið, almenn reynsla þar sem þetta hefur verið reynt sýnir jákvæðar niðurstöður og að svigrúm til að bæta skipulag vinnutíma sé sannarlega fyrir hendi á ýmsum vinnustöðum.

Í október síðastliðnum lögðu fjórir þingmenn stjórnarandstöðunnar fram frumvarp þar sem lagt var til að vinnuvikan yrði stytta í 35 klukkustundir þannig að vinnudagurinn styttest úr átta stundum í sjö. Síðar í sama mánuði skrifuðu Bjarni Benediktsson fjármálaráðherra og Eygló Harðardóttir félagsmálaráðherra undir viljayfirlýsingu þess efnis að kanna skyldi með tilraunaverkefni hvort unnt væri að stytta vinnutíma án launaskerðingar og ná fram gagnkvæmum ávinningi starfsfólks og stofnana.

Fréttablaðið greindi frá því á þriðjudag að Íslendingar væru enn að flytja úr landi í stríðum straumum. Á síðasta ári voru brottfluttir einstaklingar með íslenskt ríkisfang samtals meira en þúsund umfram aðflutta. Það er tæplega tilviljun að flestir brottfluttra Íslendinga fara til Norðurlandanna þar sem kjörin eru heilt yfir betri að teknu tilliti til launa, vinnutíma og aðbúnaðar fjölskyldufólks.

Framleiðni, sem mælir hversu vel við nýttum vinnuafli og fjármagn til að skapa verðmæti, er um fimmtingi minni hér á landi en í grannríkjunum. Við vinnu lengur en framleiðum minna. Því er niðurstaða tilraunar Reykjavíkurborgar afar jákvæð. Starfsmenn unnu minna en skiluðu sama verki. Þetta er hægt.



Í seinni tíð hefur það verið talið brýnt verkefni að auka samþættingu fjölskyldu- og atvinnulífs og tryggja þannig velliðan starfsfólks.

Halldór



Frá degi til dags

Í boði Bláa lónsins

Bláa lónið hefur gert samkomulag við velferðarráðuneytið um að veita psoriasisjúklingum meðferð án greiðsluþátttöku og ríkissjóði einnig að kostnaðarlausu. Sagt er í tilkynningu að þetta spari ríkissjóði um 25 milljónir króna. Er þetta líklega einstakt dæmi um samfélagsábyrgð fyrir-tækis og öðrum til eftirbreytni. Hins vegar verður að segjast að hver ferð í þetta blessaða lón er orðin svo dýr að venjulegur einstaklingur íslenskur hefur vart efni á því að fara nema á nokkurra ára fresti. Hafa gárungur því spurt, í ljósi þess hversu gríðarlega dýrt er að fara í lónið, hvort þessi „hlunnindi“ séu skattskyld.

Kosningaugjörð í molum

Nú keppast forsetaframbjóðendur við að safna nægum fjölda meðmælenda fyrir frambod sín. Ekki er því vitað hversu margir nákvæmlega verði í frambóði þegar þetta er skrifað. Ragnheiður Rikharðsdóttir gagnrýndi lagaugjörð forsetakosninganna harðlega á þingi í gær því nú væri hægt að kjósa utankjörfundar án þess að vita hverjir væru í frambóði. Það er hárrétt hjá þingkonunni. Margt annað er einnig aftur úr grárrí forneskju og þurfa frambjóðendur að safna meðmælendum af öllu landinu og er því skipt í fjórðunga. Ragnheiður vinnur á löggjafarsamkomunni og ætti því að einhenda sér í að laga þetta. sveinn@frettabladid.is

Styttri vinnuvika virkar



Sóley Tómasdóttir
forseti borgarstjórnar



Helga Jónsdóttir
framkvæmdastjóri BSRB



Magnús Már Guðmundsson
borgarfulltrúi í stýrihópi um styttingu vinnuvikunnar

Líkamleg og andleg liðan og starfsánægja mælist marktækt meiri á tveimur starfsstöðvum Reykjavíkurborgar sem tekið hafa þátt í tilraunaverkefni um styttingu vinnuvikunnar. Á sama tíma mælist enginn munur á viðhorfi til þjónustu eða opnunartíma.

Undanfarna 14 mánuði hefur tilraunaverkefnið staðið yfir en það nær til tveggja starfsstöðva borgarinnar, Þjónustumiðstöðvar Árbæjar og Grafarholts og Barnaverndar Reykjavíkur. Þjónustumiðstöðinni er lokað klukkutíma fyrr alla virka daga en skrifstofu Barnaverndar er lokað eftir hádegi á föstudögum. Bakvakt og neyðarþjónusta hefur verið sinnt með sama hætti og áður utan hefðbundins opnunartíma.

Nú liggja fyrir niðurstöður eftir fyrsta árið og þær benda til jákvæðra áhrifa verkefnisins. Betri liðan og starfsánægja mælist marktækt meiri á tilraunavinnustöðunum en samanburðarstaðnum. Sömuleiðis dregur úr veikindum á tilraunavinnustöðunum en ekki á samanburðarstaðnum og engar breytingar er að merkja á hreyfingum í málaskrá hjá Barnavernd. Yfirvinna eykst hjá Barnavernd vegna bakvakta á föstudögum en ekki að öðru leyti. Almennt virðist starfsfólk hafa aðlagast verkefninu vel og ánægja ríkir með fyrirkomulagið.

Það er mat stýrihópsins sem haldið hefur utan um tilraunaverkefnið að niðurstöðurnar sýni að brýnt sé að halda verkefninu áfram og afla frekari gagna á tilraunavinnustöðunum tveimur, mæla áhrif til lengri tíma, enda hætta á að langtímaáhrif kunni að vera önnur en þau sem mælast eftir eitt ár. Að auki leggur stýrihópurinn til að tilraunin nái til fleiri starfsstöðva borgarinnar og verður slík tillaga lögð fram á næstu vikum. Jafnframt er lagt til að farið verði í samstarf við háskólasamfélagið um frekari rannsóknir, þar á meðal að kanna áhrif verkefnisins á heimilishald og fjölskylduáðstæður. Enn fremur verði óskað eftir samstarfi við starfshóp ríkisstjórnarinnar um tilraunaverkefni um styttingu vinnuvikunnar sem senn hefur störf.

Ríki, sveitarfélög og stéttarfélög eiga að hjálpast að því styttri vinnuvika er hagur okkar allra. Það er því til mikils að vinna.

nettó

DANSKIR DAGAR

BÆKLINGURINN ER KOMINN ÚT
FULLUR AF FRÁBÆRUM TILBOÐUM

nettó

DANSKIR DAGAR
12. - 22 maí



40%
AFSLÁTTUR



FERSKUR GRÍSABÓGUR
VERÐ ÁÐUR
998 KR/KG

599 KR/KG



20%
AFSLÁTTUR



GRÍSAHRYGGUR M/PURU
VERÐ ÁÐUR
1.998 KR/KG

1.598 KR/KG



DÖNSK BJÓRSKINKA
FULLELDUÐ

1.998 KR/KG



DANISH CROWN

KÁLFA RIB EYE
Í HEILU
VERÐ ÁÐUR
3.359 KR/KG

3.191 KR/KG



DANISH CROWN

NAUTALUND
VERÐ ÁÐUR
4.298 KR/KG

3.868 KR/KG



DANISH CROWN

UNGNAUTA ROAST BEEF
VERÐ ÁÐUR
2.798 KR/KG

2.658 KR/KG



MAX HRÖKKSTANGIR
4 TEGUNDIR

269 KR/PK



DÖNSK SALAMI PYLSA
8 TEGUNDIR - 300 G

698 KR/PK



Sort, hvide o.s. videre/

CASTELLO OSTAR
MIKIÐ ÚRVAL



Tilboðin gilda 12. - 22. maí 2016

Tilboðin gilda meðan birgðir endast · Birt með fyrirvara um prentvillur og myndavíxl · Vöruúrval getur verið breytilegt milli verslana.



40% AFSLÁTTUR

BAYONNESKINKA
VERÐ ÁÐUR
1.996 KR/KG

1.198 KR/KG

BÆKLINGURINN ER KOMINN ÚT!

KJÖTBORD

BEIKON

1.598 KR/KG

KJÖTSEL

HAMBORGARHRYGGUR
VERÐ ÁÐUR
1.498 KR/KG

1.273 KR/KG

BÖKUNARKARTÖFLUR
VERÐ ÁÐUR
199 KR/KG

139 KR/KG

Danpo

KJÚKLINGANAGGAR
1 KG POKI
VERÐ ÁÐUR
1.698 KR/PK

1.494 KR/PK

Danpo

KJÚKLINGABORGARI
1 KG POKI
VERÐ ÁÐUR
2.298 KR/PK

1.976 KR/PK

Danpo

KJÚKLINGAPOPPKORN
1 KG POKI
VERÐ ÁÐUR
1.798 KR/PK

1.582 KR/PK

Danpo

733 KR/KG

KJÚKLINGAUPPLÆRI
M. BEINI - 1.5 KG POKI
VERÐ ÁÐUR
1.249 KR/PK

1.099 KR/PK

PURE SAFAR - 1L MIKIÐ ÚRVAL

SNACKFOODS SNARL
6 TEGUNDIR

413 KR/PK

OPNUNARTÍMAR VERSLANA HVÍTASUNNUHELGINA

	15.05.16 Hvítasunnud.	16.05.16 2. í Hvítasunnu
Nettó Borgarnesi	Lokað	10:00 - 18:00
Nettó Búðakór	Lokað	10:00 - 18:00
Nettó Egilsstöðum	Lokað	10:00 - 18:00
Nettó Glerártorgi	Lokað	10:00 - 18:00
Nettó Granda	Lokað	Opið 24/7
Nettó Grindavík	Lokað	10:00 - 18:00
Nettó Hrísalundi	Lokað	10:00 - 18:00
Nettó Húsavík	Lokað	10:00 - 18:00
Nettó Höfn	Lokað	10:00 - 18:00
Nettó Iðavöllum	10:00 - 21:00	10:00 - 21:00
Nettó Krossmóa	Lokað	10:00 - 18:00
Nettó Mjódd	Lokað	Opið 24/7
Nettó Salavegi	Lokað	10:00 - 18:00
Nettó Selfossi	Lokað	10:00 - 21:00

www.netto.is

Mjódd · Salavegur · Búðakór · Grandi · Hrísalundur · Glerártorg · Húsavík · Höfn · Iðavellir · Grindavík · Krossmói · Borgarnes · Egilsstaðir · Selfoss

NÝR KAFLI AÐ HEFJAST

Fremsta körfuboltakona landsins, **Helena Sverrisdóttir**, sneri heim á síðasta ári eftir átta ára skólavist og atvinnumennsku erlendis. Hún er búin að koma sér vel fyrir í gamla heimabænum Hafnarfirði og hlakkar til að takast á við lífið á Íslandi.

FRAMHALD Á SÍÐU 2

MYND/STEFÁN



Nýtt í Lyfju

Novexpert

Rakaboost fyrir húðina!

Hyaluronic Boosterinn frá Novexpert inniheldur 100% náttúrulega hyaluronic sýru sem veitir húðinni mikinn raka og vinnur í öllum húðlögum. Húðin fær fyllingu og ljómar af næringu.

Húðlínan inniheldur engin rotvarnarefni né ofnæmisvaka, er olíulaus og ofnæmisprófuð.





Helena spilaði með Haukum í vetur eftir átta ára útleið erlendis. MYND/ANTON BRINK

Heimþráin rak hafnirsku körfuknattleikskonuna Helenu Sværissdóttur úr Hafnarfirði heim á síðasta ári eftir nokkurra ára atvinnumennsku í Evrópu. Eftir fjögurra ára háskólanám í Bandaríkjunum, þar sem hún nam og lék körfubolta með Texas Christian University (TCU), hóf hún atvinnuáferil sinn og lék næstu fjögur árin í Ungverjalandi, Slóvakíu og Póllandi en engin íslensk körfuboltakona hefur leikið jafn lengi sem atvinnumaður erlendis.

Helena tók við þjálfun meistara-flokkks kvenna í Haukum fyrir síðasta vetur auk þess sem hún lék

”Tíminn með fjölskyldu minni er afar dýrmætur enda þykir mér alltaf vænt um að fá að eyða tíma með fólki sem mér þykir vænt um. Eftir að hafa búið svona lengi erlendis lærir maður að njóta hverrar stundar betur og ég met mikils að búa til minningar með fjölskyldu minni og vinum.

Helena Sværissdóttir

með liðinu. Þetta var nýtt hlutverk fyrir hana sem hún segir hafa verið áhugavert en um leið tímafrekt að venjast. „Mér fannst ótrúlega spennandi að koma heim

aftur og fá að spila með gamla liðinu mínu. Auk þess sneri Pálína Gunnlaugsdóttir aftur í Hauka en markmið okkar beggja var alltaf að spila saman á ný með Hauk-

um áður en ferlinum lyki.“ Árangur liðsins í vetur olli þó vonbrigðum og Haukar misstu af tveimur stóru titlunum. „Samt er ég ótrúlega stolt af því að vera hluti af liði sem lagði sig allt fram gegn mjög góðu liði Snæfells. Persónulega var kannski stærsti sigur minn í vetur þegar íslenska landsliðið vann Ungverjaland í undankeppni EM þar sem ég átti einn minn besta leik. En ég er ávallt stoltur Haukari og fannst veturinn þrátt fyrir allt mjög skemmtilegur.“

DÝRMÆTUR TÍMI Í TEXAS

Helena stefndi ung á að komast á skólalystyrk í háskóla í Bandaríkjunum til að spila körfubolta. „Þegar ég spilaði með yngri landsliðum Íslands sáu útsendarar skólans mig og höfðu samband. Þegar ég var fjórtán ára fórum við í Haukum í æfingabúðir til TCU eitt sumarið. Það var ótrúlega skemmtileg lífsreynsla og má segja að ég hafi verið ákveðin þarna strax, að þetta væri skólinn fyrir mig.“

Árin fjögur í TCU voru ótrúleg dýrmætur tími að sögn Helenu. „Sem námsmaður í íþróttaliði við skólann fær maður nær allt sem hugsast getur til að ná árangri, bæði í kennslustofunni og á körfuboltavellinum. Ég var t.d. með fjóra þjálfara auk styrktarþjálfara, næringarfræðings, læknis og sjúkrahjálfa. Ég kom inn í skólann 19 ára og hafði þá spilað í stórum leikjum með Haukunum, bæði hér heima og í Evrópukeppninni. Því hafði ég mikla reynslu og gekk mjög vel strax á fyrsta ári og óx með hverju árinu sem leið.“

Upphaflega stundaði hún nám í viðskiptafræði en skipti svo yfir í almannatengsl og sögu og lauk því námi. „Frá útskrift hefur þó körfuboltinn verið lifibrauð mitt og því hefur ekki reynt á að finna starf þar sem menntunin mín gæti komið að notum. Mér þykir mjög gaman að þjálfra og kenna og finnst líklegt að ég muni halda því áfram.“

ÆDISLEGUR TÍMI

Það voru mikil viðbrigði að hennar sögn að flytja úr foreldrahúsum og inn á skólavæði í nýju landi. „Mér fannst þetta allt saman svo ótrúlega spennandi og því gekk aðlögunin mjög vel. Ég kynntist herbergisfélaganum mjög vel og við urðum fljótt góðar vinkonur og erum enn í dag. Ég þurfti auðvitað að byrja á að taka til eftir mig sjálf, elda mat og þvo þvott og það var smá áfall fyrst en vandist síðan. Ég var svo góðu vön eftir hótél mömmu í öll þessi ár en mér fannst þetta samt bara spennandi og þroskandi ferli. Ég naut þessara ára í botn og þetta var æðislegur tími sem ég er svo þakklát fyrir að hafa fengið að upplifa.“

ENN LANGT Í LAND

Heitar umræður hafa skapast undanfarin ár um skarðan hlut kvenna þegar kemur að íþróttumfjöllun og almennri umgjörð kringum kvennaíþróttir. Helena tekur undir margt í þeirri umræðu og segir hana afar þarfa og jákvæða enda hafi hún þegar skilað t.d. fleiri beinum útsendingum í kvennakörfuboltanum og meiri athygli í fjölmiðlum. „Þó er enn langt í land þegar kemur að jafnri umræðu, athygli og umgjörð milli kvenna og karla en við erum samt sem áður á réttri leið. Mér finnst t.d. ótrúlegt að í dag séu bara tveir dómarmar sem dæma í kvennadeildinni heima meðan þeir eru þrír karlamegin eins og FIBA-reglurnar segja til um. Það jákvæða er þó að í dag er miklu meiri vit-

und um þessi mál og hlutirnir eru að þróast í rétta átt. Mig grunar þó að langt sé í að hlutirnir lagist alveg en við þurfum öll að vinna að þessu verkefni saman. Ungar stúlkur sem eru að æfa íþróttir þurfa að hafa kvenmannsfyrirmyndir og þær þurfa að vera þeim jafn sýnilegar og karlmannsfyrirmyndir ungra drengja.“

NÝTUR HVERRAR STUNDAR

Körfuboltinn er eðlilega risastór partur af lífi Helenu og verður það að hennar sögn vafalaust um ókomna tíð. „Þegar ég er ekki að æfa, þjálfra eða fylgjast með körfubolta þá finnst mér allveg æðislegt að eyða tíma með unnumstánum mínum, Finni Magnússyni, fjölskyldunni og vinum. Ég elska að ferðast, skoða nýja staði, kynnst sögunni þar og skoða alla fallegu staðina.“

Fjölskylda Helenu er mikið keppnisfólk og mjög samheldin. „Tíminn með fjölskyldu minni er afar dýrmætur enda þykir mér alltaf vænt um að fá að eyða tíma með fólki sem mér þykir vænt um. Eftir að hafa búið svona lengi erlendis lærir maður að njóta hverrar stundar betur og ég met mikils að búa til minningar með fjölskyldu minni og vinum.“

KOMINN HEIM

Helena og Finnur Magnússon unnu hennar, sem líka spilar körfubolta með Haukum, eru nýlega búin að kaupa sér íbúð í Hafnarfirði og hlakkar hún mikið til að festa rætur þar. „Eftir að hafa verið á miklu flakki undanfarin ár er löngunin til að eiga heimili sjálf orðin mjög mikil. Því er ég ótrúlega spennt fyrir þessum nýja kafla í lífi okkar. Auðvitað gætu einhver tækifæri opnast erlendis en núna finnst mér mjög spennandi að flytjast í Hafnarfjörðinn góða og koma okkur vel fyrir þar.“

NORÐURLANDIÐ BÍÐUR

Þótt tímabilið sé búið og sumarið fram undan er lítið frá körfuboltanum. „Ég er að þjálfra U16 ára kvennalandslið Íslands ásamt Ingvari Guðjónssyni en liðið fer í tvær keppnisferðir í sumar. Auk þess fer Haukaliðið í keppnisferð. Fyrir utan körfuboltanum förum við Finnur saman til Washington-borgar í Bandaríkjunum að heimsækja bróður hans og fjölskyldu. Við stefnum einnig á að ferðast um Ísland í sumar og næst á dagskrá er Norðurlandið. Við elskum að keyra um og skoða landið okkar, tjalda og hafa það notalegt. Fyrri sumur tókum við Suðurlandið og Vestfirðina alveg í

Helena og Finnur saman í Prag.

gegn og bíðum því bara spennt eftir sólríku Norðurlandi í júní.“

KENNSLAN HEILLAR

Aðspurð hvað taki við þegar skórnir frægu fara á hilluna segir Helena að sig hafi alltaf hafa langað til að verða kennari eftir að ferlinum lýkur. „Mér finnst ótrúlega gaman að þjálfra og ég hef einnig þjálfað yngri flokka hjá Haukum í vetur og líka vel. Samhliða því hef ég starfað sem íþróttakennari. Mér finnst mjög gott að fara tímabundið í svona starf því þá sé ég betur hvort það hentar mér. Ég ætla að nota sumarið í að skoða hvaða möguleika ég hef með menntunina sem ég hef sótt mér nú þegar og hvort mig langi til að bæta við einhverju meiru. Tíminn mun leiða það í ljós.“

starri@365.is

AFNÁM TOLLA

OG HAGSTÆÐARA
GENGI SKILAR SÉR
TIL VIÐSKIPTAVINA
LEVI'S

LEVI'S buxur 501-0114

13. maí 2015

13. maí 2016

kr. 17.990

kr. 13.990

LIVE IN Levi's

Levi's Kringlunni - Levi's Smáralind - Levi's Glerártorgi

Fylgstu með á Facebook
– Lindex Iceland
#LindexIceland

Trefill,
3835,-

Love your Summer

LINDEX

we make fashion feel good



TECHNOLOGY
PRODERM

LANGVIK
SÓLARVÖRN.

PRODERM
SUNSCREEN
MOUSSE
SOLAËLE
KIDS

30

ÁÐEINS ÞAÐ BESTA FYRIR BÖRNIN
SÓLARVÖRNIN SEM HÚDLÆKNAR MÆLA MED

★★★★★

Sölustaði má finna á celsus.is

UVA



Í grárri „boyfriend“ kasmírpeysu frá Aftur. Sjáarahattinn keypti hún handa Ámunda manni sínum. Rifnu gallabuxurnar eru keyptar í H&M, Coachella-línunni. Frye-mótorhjólástígvélina keypti hún á eBay. MYND/ANTON BRINK

TÖFF OG ÞÆGILEGT

Gunnþórunn Jónsdóttir blaðamaður hefur komið sér upp fataskáp fullum af fallegum flíkum. Hér sýnir hún þær sem eru í uppáhaldi.

Hvernig myndir þú lýsa þínum stíl? Ég myndi segja að ég væri með svona „Gunnþórunnar stíl“. Ætli það sé ekki sambland af einhverjum töffarastælum og þægilegum efnum. Ágætis blanda finnst mér.

Hvar kaupir þú fötin þín? Uppáhaldsbúðin mín hér heima er klárlega Aftur. Bára er einfaldlega brílljant fatahönnuður og ég er dyggur stuðningsmaður. Svo verð ég að viðurkenna að ég dett stundum inn á eBay og svo er ég hrifin af einstaka netverslunum. Hins vegar er það ákveðin áhætta að versla á netinu. Maður þarf að vera ansi lunkinn að lesa í stærðir því ég er alls ekki týpan til að nenna að standa í því að skila vörum eitthvert út í heim, því miður.

Eyðir þú miklu í fót? Ég neita því ekki að ný flík gleður mig mikið. Það er bara þannig. En ég er hins vegar farin að vanda valið betur og kaupir færri en gæðameiri flíkur. Það skiptir máli hvaðan flíkin kemur. Ég er samt langt frá því að vera fullkomin hvað þetta varðar og ég get alveg týnt mér í þessum klassísku búðum á borð við H&M, Urban Outfitters og Forever21. En það gerist þó mun sjaldnar en áður.

Hver er uppáhaldsflíkin þín? Ætli það sé ekki svarta Yves Saint Laurent síðpeysan mín. Hún er úr kasmír, passar við hvaða tilefni sem er.

Hlébarðadressið er frá Just Female, 100% silki. Gunnþórunn keypti það þegar hún var kasólett á brunaútsölu í Debenhams. Beið síðan spennt eftir að geta klætt sig í það.

Hverju verður bætt við fataskápinn næst? Ég er búin að vera dugleg í gegnum tíðina að koma mér upp fallegum fataskáp. Hef líka alltaf selt flíkur inn á milli og skipt út og er orðin bara nokkuð sátt í bili. Ætli ég fjárfesti ekki í einhverjum útivistarfatnaði næst!

Hver er helsti veikleiki þinn þegar kemur að tisku og útliti? Ætli það séu ekki skór. Ég á svakalega mikið af skóm. Það er erfiðara að selja skópörin sín heldur en fatnað. Ég nota líka stærð 36, ekki margar í því númeri nema kannski grunnskólabörn. Ef einhver þrjátíuogsexa vill kíkja á úrvalið, endilega hafðu samband!

Notar þú fylgihluti? Já, en ég er mjög vandlát. Ég er mikill aðdáandi Jóhönnu Methúsalemsdóttur sem hannar undir merkinu Kría. Ég á orðið nokkur dásamlega falleg hálsmen frá henni, eyrnalokka og armband sem ég nota á hverjum degi. Mér finnst hreinlega erfitt að skipta þessu skarti út ef tilefni er til að nota eitthvað annað. Ég er



Gunnþórunn heldur mikið upp á skart frá Kría.

einnig mjög vanaföst hvað veski varðar og nota yfirleitt alltaf það sama, klassískt leðurveski sem amma mín og alnafna átti.

Svarta YSL-kasmírpeysan sem er í mestu uppáhaldi.

Áttu þér tiskufyrirmynd? Það eru margar alveg hrikalega flottar stelpur á Íslandi, sem klæða sig alltaf töff og ég er heppin að þekkja slatta af þeim! En svo að ég nefni einhverja þá er hún móðir mín, Kristín Björgvinsdóttir hönnuður og stílisti, langflottust. Hún einfaldlega ber af.

Hvað er fram undan hjá þér? Ég er í fæðingarorlofi með annan drenginn minn og við erum dugleg að heimsækja Johansen Deli, sælkeraverslun sem maðurinn minn, Ámundi Óskar Johansen, og pabbi hans, Carl Jónas Johansen, opnuðu nú í byrjun mars. Við förum aldrei svöng þaðan. Annars hlakka ég til að eyða sumrinu með fjölskyldunni minni og góðum vinum.

Gallasamfestingur sem Gunnþórunn keypti í New York í fyrra.



asics

SPORTIS

FAGLEG OG PERSÓNULEG ÞJÓNUSTA!

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



SPORT

pepsi

MÖRKIN

365.is | Sími 1817

Grillið færð þú í Grillbúðinni

LANDMANN
50
ÁRA



Opið laugardag kl. 11-16

Þýski grillframleiðandinn Landmann er **50 ára** Við höldum upp á það

LANDMANN gasgrill
TRITON 2ja brennara



VERÐ ÁÐUR 79.900

AFMÆLISTILBOÐ

59.900

LANDMANN gasgrill
TRITON 3ja brennara



VERÐ ÁÐUR 98.900

AFMÆLISTILBOÐ

79.900

4 litir

LANDMANN gasgrill
TRITON 4ra brennara



VERÐ ÁÐUR 124.900

AFMÆLISTILBOÐ

99.900

2 litir

LANDMANN gasgrill
AVALON 4ra brennara



VERÐ ÁÐUR 189.900

AFMÆLISTILBOÐ

169.900

LANDMANN gasgrill
AVALON 5 brennara



VERÐ ÁÐUR 269.900

AFMÆLISTILBOÐ

239.900

LANDMANN gasgrill
AVALON 6 brennara



VERÐ ÁÐUR 494.900

AFMÆLISTILBOÐ

449.900

Komdu, skoðaðu og fáðu faglegar ráðleggingar

Grillbúðin

SÉRVERSLUN MEÐ GRILL OG GARÐHÚSGÖGN

Smiðjuvegi 2, Kópavogi (við hliðina á Bónus)

Sími 554 0400

grillbudin.is



Rákel og Úlfur í stofunni sem er uppáhaldsstaðurinn í íbúðinni sem þau leigja á Vesterbro í Kaupmannahöfn. Krummi eftir Rákel hangir á vegg og fallegir munir og myndir skreyta kommóðuna. MYNDIR/RAKEL HINRIKSDÓTTIR



Rákel og Jón hafa flutt þrisvar á fjórum árum. Hún segir ákveðna list að búa sér notalegt heimili í annarra manna húsum.

LIST AÐ VERA LEIGJANDI

Rákel Hinriksdóttir býr ásamt manni sínum og syni í fallettri íbúð í Kaupmannahöfn. Hún segir ákveðna list að vera leigjandi sem þurfi að gera sér heimili, oft á ólíkum stöðum.

„Listin felst í því að gera annarra manna hús að heimili sínu en þetta er þriðja íbúðin sem við búum í síðan við fluttum út,“ segir Rákel Hinriksdóttir en hún býr ásamt Jóni Þorsteini Reynissyni á Vesterbro í Kaupmannahöfn.

Þar hafa þau búið síðustu fjögur árin frá því að Jón hóf nám í Konunglega tónlistarskólanum. Rákel er grafískur hönnuður og vinnur á lítilli hönnunarstofu, Monokrom. Fyrir einu og hálfu ári kom sonur þeirra Úlfur Már í heiminn. „Hann er því algjör Dani enn sem komið er,“ segir Rákel, sem kann afar vel við sig í borginni.

Hvernig er hverfið? „Vesterbro er ofsalega vinalagt hverfi og spennandi. Ég þarf bara að hjóla 250 metra í vinnuna, en fer samt fram hjá kebabúllu, bódegu, bókaútgáfu, pólitískri bókaútgáfu, hjólaverkstæði, leikhúsi, tveimur matvörubúðum, rakarastofu, beyglusjoppu og öryggishurðasölu.

Um helgar reynum við að fara út, það er alltaf eitthvað um að vera einhvers staðar. Ég er frekar sjúk í flóamarkaði til dæmis. Við förum svo yfirleitt með Úlf á einn af leikvöllunum í grenndinni eða leyfum honum að elta við dúfur í almenningsgarði.

Hvernig myndirðu lýsa stílnum á heimilinu? „Hippastill væri ekkert langt frá hinu sanna. Ég vil hafa liti, kontrasta og alls konar ólíka hluti í bland. Ég er líka hrifin af

viðarlitum og vil hafa viðarhúsgögn í bland við hvítt og ljóst. Ég hef mjög gaman af því að fönndra eitthvað og hengja upp. Núna eru það hangandi spottar sem ég límd hringi á og skreytti hurðirnar með. Áður var það stór veggmynd sem ég bjó til úr spilastokkum. Sem betur fer er Jón mjög skilningsríkur og kvartar lítið sem ekkert, blessaður.“

Ég er mikil myndamanneskja og vil til dæmis hafa myndir af fólkinu mínu uppi við. Stofan er í miklu uppáhaldi. Það er hátt til loftis en húsið er frá því rétt um 1920. Uppáhaldshluturinn minn er Bang&Olufsen plötuspilari frá 1988 sem ég fann hálflemstraðan á flóamarkaði og lét laga. Hann er einstaklega fallegur og hljóðið er ekta. Ég á mikið af plötum og finnst fátt betra en að smella einni góðri á fóninn.“

Hver er sagan á bak við veggspjöldin? „Hugmyndin að plakötunum kom þegar ég var langt komin með fæðingarorlof og var farið að lengja eftir því að skapa eitthvað. Mig langaði að prófa mig áfram með geómetrísk form í nokkur plaköt á mína eigin veggi, og byrjaði á því að búa til úlf, bætti svo við lunda, snæglu og heiðlóu. Verkefnið vatt upp á sig og fékk nafnið Undra. Nú hef ég gert 17 mismunandi plaköt og viðtökurnar hafa komið mér mjög skemmtilega á óvart,“ segir Rákel en veggspjöldin má kynna sér á Facebook/undraposters og undra.tictail.com.



Stelpur Strákar

Nú er tækifærið! Stutt dansnámskeið fyrir hressa krakka

Tilvalin til að kynna sér dansnám hjá JSB

Jazzballettnámskeið fyrir 7-9 ára og 10-12 ára | **Dans- og leikjanámskeið fyrir 3-6 ára**

Námskeiðin hefjast **25. maí** og standa til **14. júní**
Skráning er hafin í síma 581 3730. Nánari upplýsingar á jsb.is

Búið er að opna fyrir skráningu á haustönn 2016!

Nám og kennsla

Upplýsingar um nám við skólann er að finna á www.jsb.is undir Danslistarskóli JSB. Danslistarskóli JSB er viðurkenndur af Mennta- og menningarmálaráðuneytinu sem listdansskóli á grunn- og framhaldsskólastigi.



Danslistarskóli JSB er samstarfsaðili að Fristundakorti Reykjavíkurborgar



Viltu gerast vinur JSB? Danslistarskóli JSB er á facebook



DANSLISTARSKÓLI



Veggspjöldin eru verk Rakelar sjálftrar og má kynna sér þau nánar á Facebook undir heitinu Undra.

Komdu á Reykjanes

13. maí 2016

KYNNINGARBLAÐ Hótel Keflavík | Northern Light Inn | Grindavíkurkaupstaður | Beint úr sjó | Keilir | Hótel Núpan | Vísir hf. | SIGN | GeoSilica



Diamond Suites þjónustar gesti sem vilja vera í ró og næði og njóta þess besta sem býðst.



Hver svíta hefur sín séreinkenni og er útbúin hágæða hönnun.



Á Diamond Suites er setustofa sem skartar glæsilegu Chesterfield-sófasetti, arni og borðstofu. Stofan er skreytt listaverkum eftir þekktu listamenn, innlenda sem erlenda.



„Í einni svítunni erum við með rúmgöfl úr hvítu leðri, skreyttan Swarovski-kristöllum. Í annarri með handútskorinn göfl frá spænsku fyrirtæki.“

Fyrsta fimm stjörnu hótelið á Íslandi

Diamond Suites á Hótel Keflavík verður opnað þann 17. maí á þrjátíu ára afmæli hótelsins. Diamond Suites er fyrsta fimm stjörnu hótelið á landinu og tekur á móti gestum sem vilja nota þess besta sem býðst. Steinþór Jónsson hóteltjóri segir mikið lagt upp úr hágæðaðjónustu.

Diamond Suites er lúxus boutique hótél staðsett á efstu hæð Hótels Keflavíkur og býður upp á einstakar svítur sem hver og ein er hönnuð með sér karakter og þema, einungis með gæðabúnaði. „Svíturnar eru algjörlega afmarkaðar og ekki aðgengilegar öðrum gestum. Hingað koma gestir sem vilja vera í ró og næði og njóta þess besta sem býðst,“ segir Steinþór Jónsson hóteltjóri. „Við leggjum gríðarlega áherslu á upplifun gesta en hún næst ekki einungis fram með lúxusherbergjum heldur einnig með framúrskarandi þjónustu. Vegna smæðar Diamond Suites getum við lagt okkur persónulega fram við að þjónusta hvern einasta gest. Frá því að gesturinn kemur í innritun reynum við að greina hvað það er sem hann sækist eftir og uppfyllum það.“

Hágæða hönnun

„Við byrjuðum að þróa hugmyndafræðina á bak við Diamond Suites fyrir þremur árum. Þó að í Diamond Suites séu ekki margar svítur hafa framkvæmdirnar innandyra tekið eitt og hálf ár. Þar sem smáatriði voru í forgrunni og

hvert rými sérhannað ákváðum við að gefa okkur tíma til þess að fullkomna hönnunina,“ segir Steinþór. „Við höfum til að mynda flutt mikið af húsgögnum inn sjálf og í samstarfi við innlendar verslanir, þar sem úrvalið af lúxushúsgögnum á Íslandi er ekki eins mikið og gerist erlendis. Í einni svítunni erum við með rúmgöfl úr hvítu leðri, skreyttan Swarovski-kristöllum. Í annarri með handútskorinn göfl frá spænsku fyrirtæki en það ferli tók 12 vikur svo dæmi séu tekin.“

Hvert herbergi er einstakt en þó er boðið upp á ákveðin stöðluð þægindi eins og Bang&Olufsen flatskjái, Apple TV, lúxus baðtæki frá Duravit, Versace flísar og fleira. Á Diamond Suites er setustofa sem skartar glæsilegu Chesterfield-sófasetti, arni og borðstofu. Stofan er skreytt listaverkum eftir þekktu listamenn, innlenda sem erlenda. Í stofunni er veglegur morgunverður reiddur fram eftir óskum gesta og þá skiptir ekki máli hvort þeir eru á leið í flug klukkan fimm að morgni eða vilja sofa út til klukkan tólf. Við framreiðum eftir þeirra óskum og þörfum.“



„Við leggjum gríðarlega áherslu á upplifun gesta en hún næst ekki einungis fram með lúxusherbergjum heldur einnig með framúrskarandi þjónustu,“ segir Steinþór Jónsson hóteltjóri. MYNDIR/HÓTEL KEFLAVÍK

” Vegna smæðar Diamond Suites getum við lagt okkur persónulega fram við að þjónusta hvern einasta gest. Frá því að gesturinn kemur í innritun reynum við að greina hvað það er sem hann sækist eftir og uppfyllum það.

Steinþór Jónsson

Stærsta hótelsvita landsins

Við bjóðum einnig upp á þann einstaka möguleika að leigja Diamond Suites hæðina alla sem eina 280 fermetra svítu. Hún er þá stærsta hótelsvita á Íslandi með 30 fermetra svölum og tveimur heitum pottum. Í þeim pakka fylgir einkadyravörður, Range Rover með bílstjóra sem og möguleiki á einkakokki og einkaþjálfara. Í tengslum við Diamond Suites erum við með glæsilegan veitingastað, KEF restaurant þar sem meistarakokkurinn Jenný Rúnarsdóttir ræður ríkjum sem og líkamsræktarstöðina Lifstíl sem er tæplega 700 fermetra stöð. Bæði líkamsræktarstöðin og veitingastaðurinn tengjast beint úr lyftunni fyrir gesti staðarins.

Diamond Suites verður opnað formlega 17. maí en þá verður Hótel Keflavík 30 ára. „Diamond Suites er reist á grunni Hótels Keflavíkur sem við stofnuðum með foreldrum mínum, Unni Ingunni Steinþórsdóttur og Jóni William Magnússyni,“ segir Steinþór Jónsson hóteltjóri. „Hótel Keflavík hefur frá upphafi verið rekið af sömu fjölskyldunni. Við förum því af stað í þetta verkefni með 30 ára reynslu á bakinu.“

Holtaskóli sigursæll í Skólahreysti

Holtaskóli í Reykjanesbæ sigraði í Skólahreysti á dögnum en það er í fimmta skipti sem skólinn fer með sigur af hólmi á síðustu sex árum. Skólastjórinn **Eðvarð Þór Eðvarðsson** þakkar kappsömum nemendum og metnaðarfullum íþróttakennurum árangurinn.

Holtaskóli hóf sigurgönguna í Skólahreysti árið 2011 og hefur sigrað öll ár síðan fyrir utan 2014 þegar skólinn varð í öðru sæti á eftir Heiðarskóla sem er líka í Reykjanesbæ. Skólastjórinn Eðvarð Þór Eðvarðsson var tekinn tali og beðinn um að skýra þennan góðar árangur.

„Þetta gekk nú ekkert ofboðslega vel í fyrstu. Árið 2010 var því ákveðið að bjóða upp á skólahreysti sem val á unglíngastigi og var því vel tekið. Þátttakan hefur frá upphafi verið gríðarlega góð og hefur upp undir helmingur unglíngastigsins skráð sig til leiks. Íþróttakennararnir Einar Einarsson og Bergþór Magnússon, sem hafa bakgrunn í bæði körfubolta og handbolta, hafa svo haldið utan um hópinn. Þeir eru gríðarlega metnaðarfullir og hafa þróað prógramm sem skilar árangri. Þeir eru með frábærar æfingar og hafa sannarlega náð að kveikja áhuga og metnað nemenda,“ segir Eðvarð sem sjálfur var atkvæðamikill sundmaður á árum áður, hampaði þó nokkrum Íslandsmeistaratitlum, fór á Ólympíuleikana fyrir Íslands hönd og var kjörinn íþróttamaður ársins 1986. Hefur það ekkert að segja í þessu samhengi? „Nei, það held ég nú ekki en metnaðurinn hefur þó aldrei hlaupið frá mér og við í stjórn skólans sem og nemendur og starfsmenn skólans styðjum okkar þátttakendur auðvitað heilsuhugar. Þess má þar að auki geta að starfsfólk Holtasóla sigraði í Lífs- hlaupinu, hreyfiátaki ÍSÍ, á dögnum



Eðvarð segir sigurgönguna ekki sist ánægjulega í ljósi þess að keppnin stækkar með hverju ári.

Þetta gekk nú ekkert ofboðslega vel í fyrstu. Árið 2010 var því ákveðið að bjóða upp á skólahreysti sem val á unglíngastigi og var því vel tekið. Þátttakan hefur frá upphafi verið gríðarlega góð og hefur upp undir helmingur unglíngastigsins skráð sig til leiks.

Eðvarð Þór Eðvarðsson.

um þannig að hér er kapp í fólki.“

Að sögn Eðvarðs hefur skapast mikil hefð í kringum keppnina innan skólans og þeir sem ekki komast í keppnisliðið sjálfst leggja sitt af mörkum við að hvetja þátttakendur áfram. „Þá er ekki laust við að liðin hverju sinni séu undir þeirri pressu að viðhalda árangrinum.“

Hann segir sigurgönguna ekki sist ánægjulega í ljósi þess að keppnin stækkar frá ári til árs. „Það eru í kringum 110 til 115 skólar sem fara af stað á hverju ári en 12 kom-



Eðvarð Þór Eðvarðsson skólastjóri.

ast áfram í úrslit. Samkeppnin verður hardari með hverju ári og er sífellt betri meðalrangurs krafist.“

Eðvarð segir keppnina lita skólalíflið og var mikil sigurhátíð haldin á sal þegar úrslitin lágu fyrir. „Frammistaða nemenda okkar er þó til fyrirmyndar á mörgum fleiri sviðum og við höfum til dæmis unnið spurningakeppnir og skólakeppnir í skotbolta auk þess sem skólinn er grunnskólameistari í sundi svo eitthvað sé nefnt.“ vera@365.is

Þar sem norðurljósin dansa

Northern Light Inn er heimilislegt og notalegt hótél með veitingastað fyrir 150 manns og góða aðstöðu til fundarhalda. Hótelið er í aðeins 40 mínútna fjarlægð frá borginni og einn kílómetra frá Bláa lóninu. Stutt er á frábæran 18 holu golfvöll í Grindavík og í ýmsa afþreyingu.

Systkinin Friðrik og Kristjana Einarbörn eiga og reka Northern Light Inn og hafa gert í rúma tvo áratugi. „Við leggjum áherslu á notalega og heimilislega stemningu. Gestir okkar kunna að meta þann anda sem ríkir hjá okkur enda erum við með mjög hátt hlutfall fastagesta sem koma til okkar ár eftir ár,“ segir Friðrik en stærstur hluti gesta hótelsins er erlendur.

Hótelið var upphaflega byggt árið 1983. „Á þeim tíma var psóríasisfélagið nýbyrjað að nota Bláa lónið og þá var engin aðstaða þar nema lítill kofi til að skipta um föt í. Þá fengu gestir hótelsins þykka sloppa til að ganga í út í lónið, um 200 metra leið, og fóru síðan í sturtu hér,“ lýsir Friðrik en í upphafi voru herbergin tólf. „Í dag erum við með 32 herbergi, fundaraðstöðu og veitingastað sem getur tekið allt að 150 manns í sæti.“

Sjónarspil

Nafn hótelsins, Northern Light Inn, er ekki gripið úr lausu lofti enda dansa norðurljósin oft yfir gestum. „Við leggjum áherslu á að halda ljósmengun í lágmarki og því getur fólk bara gengið út á veröndina hjá okkur og litið til himins til að njóta sjónarspilsins.“

Flott fundaraðstaða

„Það er orðið vinsælt meðal fyrirtækja að koma hingað og funda þar úr degi enda tekur aðeins fjórútu mínútur að renna

úr borginni. Að loknum fundi fær fólk sér iðulega að borða og hristir síðan hópinn saman með einhvers konar afþreyingu. Til dæmis er golfvöllurinn í Grindavík frábær og margir skella sér í Bláa lónið eða í 4x4 ferðir,“ segir Friðrik sem er mjög ánægður með þessa þróun. „Við erum mjög vel bókuð allt árið um kring en getum hæglega tekið við fleiri vinnustaðahópum sem koma til okkar þar úr degi.“

Kaffihúsastemning

Veitingastaður Northern Light Inn heitir Max's Restaurant. „Hann heitir eftir hundinum Max sem Kristjana systir mín átti og var afar vinsæll meðal gesta okkar. Það sem kemur okkur skemmtilega á óvart er hversu margir af okkar nýju gestum spyrja um hann enn í dag,“ útskýrir Friðrik.

Á veitingastaðnum, sem tekur 150 manns í sæti, er lögð áhersla á íslenskan mat og ferskt hráefni. „Við fáum allan fisk ferskan úr Grindavík og svo er íslenska lambið alltaf vinsælt.“

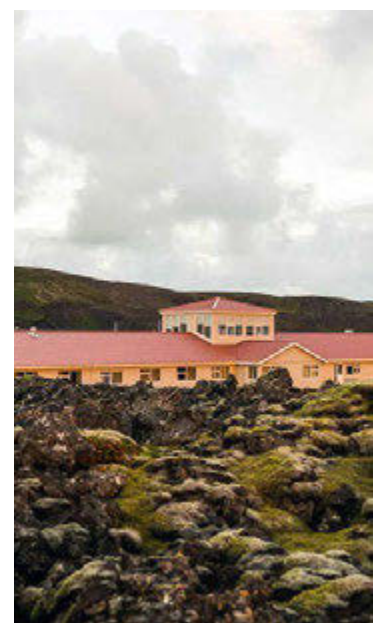
Í sumar verður aukið við þjónustuna á veitingastaðnum og ætlunin að bjóða upp á kaffihúsastemningu milli klukkan 14 og 17. „Þá er að aukast mjög hjá okkur að fólk sem kemur til landsins snemma morguns borði hjá okkur morgunmat áður en það fer í Bláa lónið þegar það er opnað,“ segir Friðrik. Hann segir Íslendinga ekki síður eiga erindi á Suðurnesin. „Við Krist-



Glæsilegt útsýni er úr veitingastaðnum Max's Restaurant.



Norðurljósin eru áberandi. Hér fylgist hundurinn Max með sjónarspilinu.



Northern light inn stendur falið í hrauninu.

jana erum að norðan. Eins og svo margir Íslendingar þá vanmátum við Suðurnesin. Þegar við komum hingað að rekstrinum þá sjáum við að Suðurnesin eiga einstaka jarðsögu á heimsvísu og margt er að skoða. Hér eru margir gríðarlega fallegir staðir sem hægt er að njóta í dagsferðum frá höfuðborginni. Síðan er tilvalið að koma við hjá okkur og fá sér morgunmat, hádegismat, kaffiveitingar eða kvöldmat.“

Nánari upplýsingar má finna á nli.is.

Þrjár fróðlegar sýningar undir einu þaki



Guðbergsstofa

Guðbergsstofa í Kvíkunni er safn og sýning um Guðberg Bergsson rithöfund og heiðursborgara Grindavíkur, eins virtasta rithöfunds Íslendinga fyrr og síðar.

Guðbergur fæddist í Grindavík árið 1932 og ólst þar upp. Guðbergur hefur alla tíð tengst Grindavík sterkum böndum.

Á sýningunni er að finna allar bækur og verk sem gefin hafa verið út eftir Guðberg á Íslandi. Jafnframt sýnishorn af bókum og verkum Guðbergs sem þýdd hafa verið á erlend tungumál og sýnishorn af óútgefnum verkum Guðbergs. Þar er einnig að finna; ljósmyndir, verðlaunagrip, viðurkenningar og ýmsa gamla muni, auk þess er ferill Guðbergs rakinn á stórum veggskiltum.



Jarðorkan: Afar fræðandi og vönduð sýning fyrir alla þá sem hafa áhuga á eldgos, jarðorku og kraftinum í iðrum jarðar.



Saltfisksetur Íslands: Lifandi og fróðleg saga saltfisksverksunar á Íslandi í afar metnaðarfullri sýningu sem vakið hefur mikla athygli.

Tjaldsvæði Grindavíkur

Nýtt og sérhannað tjaldsvæði í Grindavík sem slegið hefur í gegn.

200 m² tjaldsvæðishús ásamt 220 m² palli við húsið með allri nauðsynlegri þjónustu.

Grindavík og nágrenni er heillandi fyrir ferðafólk. Hvernig væri að skella sér á þetta flotta tjaldsvæði í Grindavík og sjá hvað þessi vinalegi og skemmtilegi bær hefur upp á að bjóða fyrir alla fjölskylduna?



Austurvegi 26
Sími: 420 1100
grindavik@grindavik.is
www.visitgrindavik.is



GRINDAVÍKURBÆR
www.grindavik.is

SJÓMANNA- OG FJÖLSKYLDUHÁTÍÐIN SJÓARINN SÍKÁTI 3.-5. JÚNÍ

DAGSKRÁIN ER SÉRSTAKLEGA ÆTLUÐ FJÖLSKYLDUFÓLKI

Ýmis skemmtiatriði, leiktæki og sýningar fyrir börnin.
Tónleikar, listviðburðir, leiktæki og uppkomur alla helgina.

Lifandi fiskar, furðufiskar og krabbar í sullubúrum fyrir alla krakka.
Golfmót, knattspyrnumót, körfuboltamót, pílukastmót o.fl.
Undanriðill í kraftakeppninni Sterkasti maður í heimi.

FYRIR BÖRNIN:

Villi og Góí
Gunni og Felix
Lína Langsokkur
Einar Mikael töframaður
Siggi sæti, Goggi Mega
og íþróttálfurinn
Spinkick hópurinn
...og margt fleira.

Stanslaust stuð alla helgina

Sjá dagskrá og allar nánari
upplýsingar á
www.sjoarinn sikati.is

MEDAL SKEMMTIKRAFTA:

Páll Óskar
Jón Jónsson
Friðrik Dór
Ellert úr The Voice
Ingó Veðurguð með brekkusöng
Rokktónleikar
...og margir fleiri




SJÓARINN SÍKÁTI
GRINDAVÍK 3.-5. JÚNÍ 2016



20 ÁRA

MATHÚS  BAR
VON

VONMATHUS.IS
S: 583 6000
STRANDGATA 75
220 HAFNARFJÖRÐUR



HOTEL KEFLAVÍK
ICELAND

GISTING VIÐ FLUGVÖLLINN

- LJÚFFENGUR MORGUNVERÐUR
- GEYMSLA Á BÍL
- AKSTUR Á VÖLLINN

-ALLT INNIFALIÐ!

STAY@KEF.IS • WWW.KEF.IS • 420 7000




GOLFKLÚBBUR
VATNSLEYSUSTRANDAR
STOFNAGIÐ 1991

Velkomin á Kálfatjarnarvöll

Er þetta eitthvað fyrir þig og þína?

- Fjölskylduvænt golf í rólegu og fallegu umhverfi
- Aðeins 15 mín akstur frá höfuðborgarsvæði
- Auðvelt að fá rástíma - ekkert stress

Kynntu þér málin á gvsgolf.is



Grindavík er góður bær, umvafinn stórbrotinni náttúru á alla vegu. MYND/OZZO

Fjölskylduvænn bær

Grindavík er fjölskylduvænt samfélag með sterka íþróttahéð. Undanfarna tvo áratugi hefur bærinn staðið fyrir bæjarhátíðinni Sjóaranum síkáta. Ferðamenn eru duglegir að heimsækja bæinn allt árið um kring og bæjarlífið er í miklum blóma.

Bæjarhátíðin Sjóarinn síkáti heldur upp á 20 ára afmæli í ár en hátíðin er afar mikilvæg fyrir Grindavíkinga að sögn Róberts Ragnarsonar, bæjarstjóra Grindavíkur. Hann segir dagskrána í ár glæsilegri en nokkru sinni fyrr, bæði vegna afmælis hátíðarinnar en líka vegna 60 ára afmælis Sjómannna- og vélstjórafélagsins sem kemur veglega að hátíðinni sem fyrr.

„Sjóarinn síkáti er mjög mikilvægur fyrir bæjarbraginn og stemninguna í bænum. Hverfin taka sig til og skreyta og það verður keppnisstemning í bænum. Allir leggjast á eitt við að gera bæinn snyrtilegan fyrir hátíðina og taka vel á móti gestum. Fjölmargir gestir heimsækja okkur yfir hátíðina til að upplifa fjölskylduvæna og góða stemningu. Verslun og þjónusta blómstrar og allir eru ánægðir. Á sjálfan sjómannadaginn heiðrum við íslenska sjómenn og fjölskyldur þeirra með fallegum og hátíðlegum hætti.“ Sjóarinn síkáti er yfirleitt fyrsta bæjarhátíð sumarsins og það sem aðgreinir hana frá öðrum hátíðum er tengingin við hafið og að bæjarbúar eru bjóða gestum til sín að sögn Róberts.

Margir ferðamenn

Ferðamenn eru duglegir að heimsækja Grindavík og nágrenni bæjarins allt árið, ekki bara yfir hásumarið. „Hingað koma ferðamenn til að upplifa Bláa lónið, náttúruna í Reykjanes Geopark og mannlífið. Innlendir ferðamenn eru í auknum mæli að koma í dagsferðir til Grindavíkur og fara m.a. í gönguferðir um Þorbjörn eða Hópsneshringinn. Að lokinni útivist fara flestir í Bláa lónið eða í sund og fá sér eitthvað að borða á einhverju þeirra tíu kaffi- og veitingahúsa sem eru í Grindavík.“

Mikil tækifæri felast auk þess í Reykjanes Geopark fyrir Grindavíkinga að sögn Róberts. „Reykjanesið allt hefur fengið vottun sem UNESCO Global Geopark. Það undirstrikar sérstöðu svæðisins í jarðfræðilegu tilliti, en hér er hægt að skoða flekaskil Ameríku og Evrasíu auk fjölmargra jarðminja á tiltölulega stuttum tíma.“



Litfögur stemning á Sjóaranum síkáta. MYND/SIGGIEF R. ÆVARSSON



Róbert Ragnarsson, bæjarstjóri í Grindavík.

Sjóarinn síkáti er mjög mikilvægur fyrir bæjarbraginn og stemninguna í bænum. Hverfin taka sig til og skreyta og það verður keppnisstemning í bænum.

Róbert Ragnarsson

Hann segir markmið Reykjanes Geopark að nýta vottunina til að ná til fleiri ferðamanna sem hafa áhuga á náttúrunni og skapa þannig virðisauka fyrir fyrirtækin á svæðinu. „Reykjanes Geopark er líka í forsvari fyrir uppbyggingu ferðamannastaða á svæðinu sem gagnast öllum vel. Í sumar er áherslan á svæðið við Reykjanesvita og Brimketil. Dagana 6. til 12. júní verður Geopark-vika, til að vekja athygli á hugmyndafræðinni og því sem er að gerast hér á svæðinu.“

Fjölskylduvænn bær

Það er ekki bara stórbrotin náttúra og skemmtileg bæjarhátíð sem gera Grindavík að góðum stað að sögn Róberts. „Grindavík er sérstaklega fjölskylduvænt samfélag með sterka íþróttahéð. Hér þarf ekki að skutla á æfingar eða í tómsundur og æfingagjöld eru með þeim lægstu á landinu. Atvinnulífið er mjög öflugt og næga atvinnu að fá, sérstaklega í sjávarútvegi og ferðaþjónustu. Að sama skapi er mjög stutt að sækja atvinnu og þjónustu á höfuðborgarsvæðið eða í önnur sveitarfélög á Reykjanesi. Hér er útsvar og fasteignaskattar með því lægsta á landinu og þjónustuframboð mjög gott en Grindavíkurbær er eitt stöndugasta sveitarfélag landsins.“

Garðskagi er einstök náttúruperla

Mikið stendur til á Garðskaga. Þar verða í sumar opnuð söfn og sýningar auk þess sem byggt verður við veitingastaðinn í Byggðasafninu. Vitarnir tveir á Garðskaga, sem eru 119 og 72 ára gamlir, leika stórt hlutverk í þessari uppbyggingu ferðaþjónustunnar.

„Sveitarfélagið Garður hóf stefnumótun í atvinnumálum fyrir nokkru og út frá þeirri vinnu var tekin ákvörðun um að einbeita sér að ferðamálum, þá sér í lagi á Garðskaganum,“ segir Jóhann Ísberg, framkvæmdastjóri Garðskaga sem er félag sem stofnað var í kringum uppbyggingu Garðskagasvæðisins.

Margt í boði

„Garðskagi er yndislegur staður og vinsæll áfangastaður bæði Íslendinga og erlendra ferðamanna,“ segir Jóhann enda sé þar hægt að taka sér ýmislegt fyrir hendur. Hann nefnir að svæðið sé vinsælt til norðurljósaskoðunar og til að fylgjast með mögnuðu sólsetri. Þá sé þar hægt að tjalda, ganga eftir hvítri skeljasandsströnd og fylgjast með fjölbreyttu fugla-, hvala- og selalífi. Vitarnir tveir á Garðskaga hafa einnig dregið marga að enda útsýnið úr þeim óviðjafnanlegt. Þeir munu leika stórt hlutverk í eflingu ferðaþjónustu á svæðinu.

Vitar í aðalhlutverki

„Í stóra vitanum verða settar upp sýningar, til dæmis norðurljósasýning, hvalasýning og vitasýning. Gamli vitinn var í

Garðskagaviti hinn eldri í forgrunni og nýi vitinn, sem þó er orðinn 72 ára gamall, sést í fjarlægð. Mynd/Jóhann Ísberg



niðurníðslu en við erum búin að laga hann að utan sem innan. Þar verður lítil kaffistofa fyrir gesti,“ segir Jóhann. Einnig fær Byggðasafnið í Garði upplyftingu. „Veitingasalurinn verður stækkaður og móttakan gerð skemmtilegri. Þá er unnið að því að búa til nýja sýningu um útgerðarsöguna.“

Jóhann segir Garðinn óupp-götvaða perlu. „Það vita fáir af þessari flottu strandbyggð og átta sig ekki á að hér búa 1.400 manns.“ solveig@365.is

Garðskagaviti eldri og yngri

Garðskagaviti eldri var byggður árið 1897. Vitinn er steinsteyptur, ferstrendur kónískur turn, 11,4 m að hæð. Ljós húsið var úr járnsteypu, sömu gerðar og ljóshús Gróttuvita, en nýbúið er að setja ljóshúsið á hann á ný eftir gamalli teikningu. Elsti viti landsins og næstelsta steinsteypuhús landsins. Notkun vitans var hætt haustið 1944 enda þótti hann of lágur og einnig í hættu

vegna landbrots.

Nýi vitinn var tekinn í notkun 1944. Hann var hannaður af Axel Sveinssyni verkfræðingi. Hinn sívali kóníski steinsteyputurn er 28,6 m að hæð með ljóshúsi sem er ensk smíð. Í fyrstu voru notuð ljóstækin úr eldri Garðskagavitanum en árið 1946 var vitinn rafvæddur.

Garðskagi var einn þeirra vitarstaða þar sem vitavörður hafði

fasta búsetu og stóð svo fram til 1979. Vitavardarhús stendur enn, byggt 1933 eftir teikningum Einar Erlendssonar arkitekts. Byggðasafn Gerðahrepps er starfrækt í úti-húsum þeim sem tilheyrðu búi vitarvarðarins.

Vitarnir tveir leika stórt hlutverk í árlegri Sólseturshátíð sem haldin er á Garðskaga dagana 23. til 26. júní.



Þeir Bjarni Geir og Magnús eru ungir athafnamenn sem reka þrjú fyrirtæki í Reykjanesbæ.

Framtíðin er björt á Reykjanesinu

Tveir ungir athafnamenn, Bjarni Geir Lúðvíksson og Magnús Heimisson, hafa alltaf haft mikla trú á Reykjanesbæ og því svæði öllu. Þeir reka nú þrjú ólík fyrirtæki í Reykjanesbæ; fiskverslun, veitingahús og ferðaþjónustufyrirtæki.

Beint úr sjó er glæsileg fiskbúð sem staðsett er á Fitjum hjá Bónus í Reykjanesbæ. Það voru vinirnir Magnús Heimisson og Bjarni Geir Lúðvíksson sem opnuðu hana fyrir um ári.

„Okkur fannst vanta fiskbúð í bæinn sem gerði líka út á fiskrétti sem væru tilbúnir í ofninn. Hraðinn í samfélaginu er svo mikill að fólki finnst þægilegt að kíkja við hjá okkur og ná sér í rétti sem aðeins þurfa tuttugu mínútur í ofni,“ segir Bjarni. Magnús bætir við að úrvalið af ferskum fiski og öllu því sem fylgi sé gott í versluninni. „Staðsetning Beint úr sjó

býður líka upp á að vera með eldada rétti þar sem við erum í leiðinni fyrir marga. Fólk sem á leið hjá getur því gripið rétt með sér og tekið með heim eða borðað á staðnum. Allt frá „fish and chips“ til humarsúpunnar okkar sem er að slá í gegn.“

Heimatökin eru hæg fyrir félagana Bjarna og Magnús því faðir Magnúsar á og rekur fiskverkun sem sér um að verka allan fisk sem þeir selja.

Magnús og Bjarni láta sér ekki nægja að eiga og reka fiskbúð heldur reka þeir einnig veitingastaðinn Thai Keflavík sem fagn-

ar tíu ára afmæli þetta árið. Hann er staðsettur í miðbæ Reykjanesbæjar og selur taflenskan mat og sushi. Að auki reka þeir eitt öflugasta ferðaþjónustufyrirtækið á Reykjanesinu. „Við opnuðum Reykjanes Tours fyrir fjórum árum og það er nóg að gera hjá okkur þar. Útlendingar elska Reykjanesið enda er það eitt flottasta svæði landsins,“ segir Magnús. Bjarni samsinnir því og segir að framtíð Reykjanessins sé björt. „Við erum alveg sammála Skúla Mogensen í WOW air um að Reykjanesið sé sætasta stelpa á ballinu í dag.“

STÆRSTA
FISKRÉTTABORÐ
Í REYKJANESBÆ

www.beintursjo.is

Fitjum 2, 230 Reykjanesbæ // Sími 421 5900

Ég er á alveg hárréttum stað

Þórir Sævar Kristinsson starfaði sem blikksmiður þegar hann ákvað að skella sér í Háskólabróu Keilis, 27 ára gamall. Hann gerði sér lítið fyrir og dúxaði. Nú er hann að ljúka öðru ári sínu í tæknifræði í Keili og líkar bæði námið og lífið á Ásbrú afar vel.

„Ég stefndi alltaf að því að fara í háskóla en var rosalega smeykur við háskólanám og hélt að það væri mjög erfitt. Háskólabróin í Keili var því mjög góður undirbúningur og gaf mér aukið sjálfstraust,“ segir Þórir sem er með sveinspróf í blikksmíði og starfaði við fagið til 27 ára aldurs. „Mig langaði að læra tæknifræði eða verkfræði en vantaði að bæta við mig töluvert af raungreinum. Því ákvað ég að fara í raungreina-deildina í Háskólabrónni hjá Keili sem er 80 einingar,“ segir Þórir sem tók námið í dagskóla á þremur önnum.

„Mér líkaði námið mjög vel og var mjög sáttur við þetta lærdómsríka og skemmtilega ár. Ekki skemmdi fyrir að hópurinn minn varð mjög náinn,“ segir Þórir sem kunni afar vel að meta hina svokölluðu spegluðu kennsluáferð sem notuð er í Háskólabrónni. „Þá horfir maður á fyrirlestrana á netinu og mætir svo í tíma til að vinna verkefni. Þannig hefur maður meiri aðgang að kennaranum.“

Það kom Þóri skemmtilega á óvart að hann skyldi verða dúx. „Aðallega af því að ég lagði litla áherslu á áfanga eins og íslensku og ensku en meiri á raungreina-áfangana sem ég hafði meiri áhuga á.“

Eftir að Háskólabrónni lauk fór Þórir að líta í kringum sig eftir háskólanámi. „Ég fór í viðtal í Keili og varð strax sannfærður eftir það,“ segir Þórir. Tæknifræðinám í Keili varð því fyrir valinu haustið 2014 en Þórir er að ljúka sínu öðru ári í vor og á eitt ár eftir. „Þetta er þriggja og hálfis árs nám sem kennt er á þremur árum,“ útskýrir hann.

En hvernig líkar honum námið? „Ég er á hárréttum stað. Ég er í rafeinda- og hugbúnaðartæknifræði eða svokallaðri mechatronik.“



Þórir Sævar er afar ánægður með Keili, bæði Háskólabróna og námið í tæknifræðinni. Hann stefnir á framhaldsnám í Danmörku að lokinni útskrift á næsta ári.

Það fylgja því miklir kostir að vera hér því bekkirnir eru litlir og við nemendurnir fáum því mikið aðgengi að kennurum.

Þórir Sævar Kristinsson

Það passar beint inn á mitt áhugasvið enda er þar fengist við forritun og annað sem snýr að stýribúnaði í vélum og þvíumlíku.“

Hann útskýrir að deildin í Keili sé á vegum Háskóla Íslands. „En það fylgja því miklir kostir að vera hér því bekkirnir eru litlir og við nemendurnir fáum því mikið aðgengi að kennurum. Maður lendir ekki í því að vera einn af 300 nemendum sem aldrei ná tali af kennaranum. Þetta er því allt

mjög heimilislegt myndi ég segja.“

Þórir segir lífið á Ásbrú mjög fínt. „Hér er leigan tiltölulega lág og alger lúxus að eiga heima rétt hjá skólanum. Ég læri til dæmis að gera er ég þar langt fram eftir kvöldi enda hafa nemendur alltaf aðgang að skólanum. Þar er mjög góð aðstaða, rafmagnsstofur og smíðja þar sem hægt er að smíða íhluti sem við þurfum.“

Upphaflega ætlaði Þórir að fara

beint út á vinnumarkaðinn eftir útskrift, enda kominn með starfsheitið tæknifræðingur. „En okkur fjölskylduna, kærustuna mína og strákin okkar, langar að fara til Danmerkur og líklega fer ég í áframhaldandi nám og tek mastersgráðu. Ég held að maður hafi gott af því að víkka sjóndeildarhringinn.“

Nánari upplýsingar um námið á Keili má finna á www.keilir.net og á Facebook.

Sögusafn í gömlu skólahúsi

Norðurhús, elsta uppistandandi skólahús á Vatnsleysuströnd, hefur verið gert upp. Húsið var byggt árið 1903 og var illa farið þegar hópur áhugafólks um minjavernd kom húsinu í fyrra horf. Í húsinu stendur yfir sýning á skólahaldi á Vatnsleysuströnd sem spannar 144 ár.

„Sveitarfélagið sjálft hafði ekki beitt sér fyrir neinni minjavernd en einstaklingar höfðu haldið utan um muni sem tengdust fjölskyldum þeirra. Við tókum okkur því nokkur saman, stofnuðum félag og hófum endurbýggingu á þessu elsta uppistandandi skólahúsi hér á Vatnsleysuströnd,“ segir Helga Ragnarsdóttir en hún situr í stjórn Minja- og sögufélags Vatnsleysustrandar.

„Húsið var mjög illa farið. Fyrst var það tekið í gegn að utan og smám saman var svo farið að laga það að innan. Húsið var byggt árið 1903 og notað undir kennslu í tíu ár. Eftir það var búið í því. Á stríðsárunum bjuggu tvær konur með börn sín í húsinu meðan mennirnir voru í vinnu annars staðar og voru þær síðustu íbúar hússins. Eftir það stóð það autt og var einungis nýtt sem geymsla,“ útskýrir Helga. Endurbótum að innan er nú lokið og segir Helga félagið stefna á að opna það með pompi og prakt í ágúst. Þau hafi þó aðeins þjófstartað og sett upp sýningu í húsinu strax í febrúar.

„Við höfum í raun tekið á móti gestum á aðventunni síðustu tvö ár, þó að húsið hafi ekki verið til-



Í húsinu stendur yfir sýning á skólahaldi á Vatnsleysuströnd en hún spannar alls 144 ár.



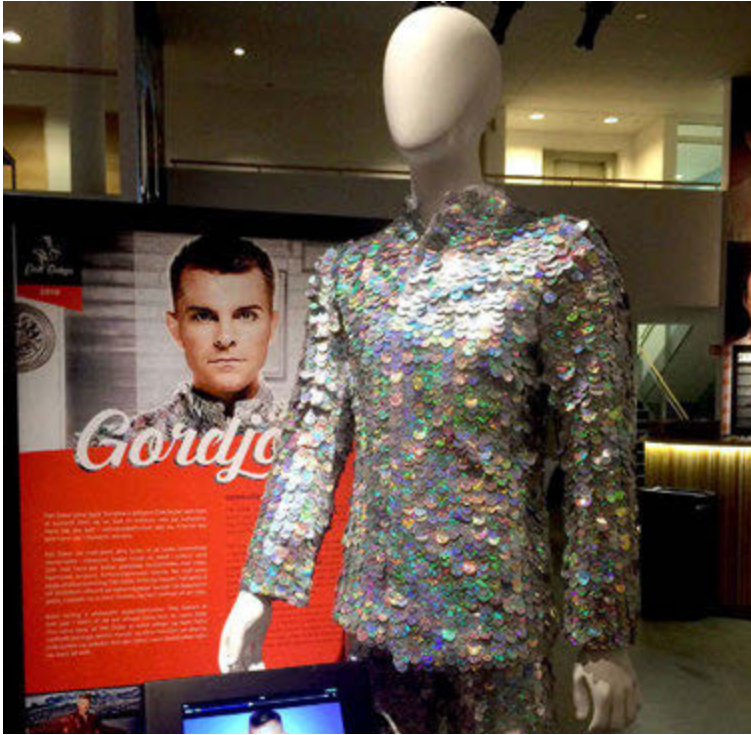
Margir gamlir munir sem geyma sögu sveitarfélagsins eru í húsinu.



Húsið er annað af tveimur skólahjáleigum sem starfræktar voru í sveitarfélaginu svo börnin þyrftu ekki að fara yfir langan veg í skóla.

búið. Við þjófstartuðum síðan á Safnahelginni í febrúar og opnuðum skólasafn í húsinu. Skólasaga Vatnsleysustrandar er löng og spannar 144 ár. Skóli var starfræktur í Hverfinu, en af því Vatnsleysuströndin er svo löng

voru starfræktar skólahjáleigur svo börnin þyrftu ekki að fara yfir svo langan veg. Þetta hús er annað af tveimur skólahjáleigum. Formleg opnun verður svo á Fjölskyldudögum í ágúst.“ heida@365.is



Það geta ekki allir orðið gordjöss.



Barnastjarnan Páll Óskar.



Einkasýning Páls Óskars í Rokksafni Íslands er afar áhugaverð og margt að sjá.

Páll Óskar verður brátt tekinn niður

Einkasafn poppstjörnu, fyrsta sérsýning Rokksafns Íslands um Pál Óskar Hjálmtýsson, er einstaklega vel heppnuð og hefur dregið þúsundir gesta að safninu. Nú fer hver að verða síðastur að sjá sýninguna því hún verður tekin niður í júlí. Í haust kemur ný sýning.

Tómas Young, framkvæmdastjóri Hjómahallar og Rokksafns Íslands, segir að gestafjöldi sé framar öllum vonum. Íslendingar koma flestir í hópum frá fyrirtækjum, alls kyns félögum, grunnskólum og leikskólum til að skoða sýninguna. Þó er alltaf eitthvað um að gestir, jafnt íslenskir sem erlendir, kíki inn á safnið á ferð um Reykjanesbæ. Safnið er í Hjómahöllinni.

„Fólk hefur enn tækifæri til að sjá Pál Óskar en við erum að vinna

” Sýningin um Pál Óskar er afar viðtæk, fjallað er um hann frá barnsaldri. Þar má sjá alls kyns muni og búninga úr safni Páls en þeir eru nú í eigu safnsins.

í nýrri sýningu sem sett verður upp í haust. Ekki er enn ljóst hver hún verður,“ segir Tómas. „Grunnsýningin okkar sem segir sögu tónlistar á Íslandi allt frá árinu 1835 þegar Jónas Hallgrímsson samdi Hvað er svo glatt sem góðra vina fundir, verður óbreytt. Fólk hefur verið mjög ánægt sem hefur komið til okkar. Safnið er miklu stærra en fólk heldur, nútímalegra og flottara. Allir fá afhenta spjaldtölvu við komuna með öllum upplýsingum.“

Á Rokksafninu er hljóðbúur þar sem gestir geta prófað rafmagnstrommusett, gítar, bassa og hljómborð. Meðal þess sem er á safninu er trommusett Gunnars Jökuls sem hann notaði til dæmis í Lífum með Trúbroti, tréskúptúr af reggíhljómsveitinni Hjálmmum, flugvéla-búningur úr myndbandi Sykurmolanna og fleira spennandi. Í safninu er sömuleiðis frægðarveggur íslenskrar tónlistar en þar er öllum heidursverðlaunahöfum Íslensku

tónlistarverðlaunanna gerð góð skil.

Sýningin um Pál Óskar er afar viðtæk, fjallað er um hann frá barnsaldri. Þar má sjá alls kyns muni og búninga úr safni Páls en þeir eru nú í eigu safnsins. Tómas segir að mögulega verði þessi sýning sett upp aftur eftir einhver ár. Páll Óskar segir sjálfur frá æviskeiði sínu með hjálp tækninnar. Nánari upplýsingar eru á heimasíðu safnsins rokksafn.is. elin@365.is

Heimilislegt hótél nálægt Leifsstöð

Hótél Núpan er heimilislegt hótél á frábærum stað rétt við sundlaugina í Reykjanesbæ. Aðeins tekur 5 mínútur að aka í Leifsstöð. Frábær viðkomustaður fyrir þá sem eru á leið til útlanda eða fólk sem langar í gott helgarfrí í Keflavík.

Hótél Núpan er vistlega búið og hvert herbergi einstaklega heimilislegt. Í boði eru gisting fyrir sextán manns. Magnús Jónsson hótélstjóri segir að áhersla sé lögð á að fólki líði vel á hótelinu og njóti þeirrar persónulegu þjónustu sem veitt er. „Við aðstoðum fólk að komast út á Keflavíkurflugvöll eða í Bláa lónið. Við erum rétt við miðbæinn og stutt er í góð veitingahús, söfn og aðra áhugaverða staði. Síðan erum við með heitan pott á veröndinni þar sem gestir geta slakað á og notið kyrrðarinnar hér,“ segir hann. „Við bjóðum falleg, vel búin herbergi, þröðlaust ókeypis net og frábæran morgunverð. Hér á fólki að líða eins og heima hjá sér.“

Magnús hóf reksturinn ásamt móður sinni fyrir þremur árum. Hann tók síðan alfarið við rekstrinum í janúar sl. Flestir gestir eru erlendir ferðamenn en Magnús segist gjarnan vilja sjá fleiri Íslendinga. „Við erum á Aðalgötu 10 í Keflavík og ég býð upp á skutl upp á flugvöll á vissum tímum. Einnig erum við í samstarfi við „shuttle“ þjónustu í Keflavík. Við geymum bíla fyrir gesti okkar á meðan þeir bregða sér til útlanda,“ segir Magnús.

Í haust ætlum við að bjóða fólki að koma hingað á eins konar hvíldarhelgi þar sem boðið verður upp á jógakennslu eða ferð í Bláa lónið. Það er gott að komast aðeins burt



Hótél Núpan, Reykjanesbæ.



með makanum og eiga góða helgi. Einnig tökum við á móti hópum sem vilja upplifa óvissuferð til Keflavíkur. Það er margt skemmtilegt í boði hér allt í kring.

Gestir fá afslátt bóki þeir sig á netinu, www.hotelnupan.com með því að nota kóðann: frettabladid

Hægt er að kynna sér hótelið á heimasíðunni www.hotelnupan.com eða hringja í síma 565 3333.



Velkomin á Kálfatjarnarvöll

FÉLAGSGJÖLD

Einstaklingar 26–66 ára	53.000
Einstaklingar 17–25 ára	26.500
Hjón og sambúðarfólk	83.000
Börn og unglingar 16 ára og yngri	0
Eldri borgarar	34.000
Sumarkort, félagar í öðrum golfklúbbum	21.500

Kynntu þér málin á gvsgolf.is

Golfklúbbur Vatnsleysustrandar - sími 4246529 / 8214266 - gvsgolf.is - gvsgolf@gmail.com





Nýlega var gerð könnun meðal starfsfólks sem leiddi í ljós að það er almennt mjög ánægt í starfi.

Tryggt og gott starfsfólk alla tíð

Sjávarútvegsfyrirtækið Vísir hf. í Grindavík hefur starfað í bænum í rúm 50 ár og notið bæði velgengni og gæfu. Erla Ósk Pétursdóttir, gæða- og þróunarstjóri, þakkar það fyrst og fremst tryggu og góðu starfsfólki. Hún segir uppgang í bænum og mikinn hug í fólki.

„Okkur hefur alla tíð haldist mjög vel á starfsfólki og eru dæmi um að hér hafi starfað margar kynslóðir innan sömu fjölskyldunnar,“ segir Erla Ósk Pétursdóttir sem sjálf tilheyrir þriðja ættlið. „Afi minn, Páll Hreinn Pálsson sem lést í fyrra, stofnaði fyrirtækið í félagi við tvo aðra en keypti þá síðan út. Faðir minn, Pétur Hafsteinn Pálsson, tók svo við ásamt systkinum sínum.“

Fyrirtækið var stofnað í Grindavík árið 1965 en á þó rætur að rekja til útgerðar sem foreldrar Páls heitins stofnuðu á Þingeyri 1930. „Á upphafsárunum í Grindavík var hér einn bátur og eitt hús og eru aðalskrifstofurnar enn í sama húsi,“ segir Erla. Hún segir afa sinn ekki hafa verið að flækja hlutina. „Hann sagði alltaf: Við byrjuðum á því að veiða og verka fisk og höfum verið að gera það síðan.“

Í dag gerir Vísir út fimm línu-báta og rekur saltfiskvinnslu og frystihús í landi. Þar starfa nú um 300 manns, tæp 200 í landi og 100 á sjó, og er fyrirtækið með stærri vinnuveitendum bæjarins.

Nýlega var gerð könnun meðal starfsfólks sem leiddi í ljós að það er almennt mjög ánægt í starfi. En hver er lykkillinn að því? „Það á sér eflaust ýmsar skýringar en það er í það minnsta nokkuð ljóst að okkur þykir vænt um starfsfólkið og vonum og trúum að því þygi vænt um vinnustaðinn,“ segir Erla. „Þá höfum við alltaf aðhyllt svokallaðan einnar kaffistofu kultúr þar sem starfsfólk löndunar, vinnslu og skrifstofu getur komið saman og skrafað yfir kaffi. Eins hrist-



Erla segir sjávarútvegsfyrirtækin á svæðinu hafa sýnt því áhuga að tengjast ferðaþjónustinni með skýrari hætti. „Okkur dreymir um að geta gefið ferðamönnum og Íslendingum öllum betri innsýn í hvað við erum að gera.“ Hér er Erla ásamt eiginni sínum Andrew Wissler, fjármálastjóra Vísis, og tveimur sonum.

um við hópinn reglulega saman svo dæmi séu nefnd. Nýlega tókum við svo þátt í verkefninu Fræðslustjóri að láni. Í tengslum við það voru tekin einstaklingsviðtöl við starfsfólk sem leiddu meðal annars í ljós að möguleikar til starfsþróunar skipta það máli og var fræðsluáætlun unnin upp úr hópavinnu í hverri deild,“ upplýsir Erla. Hún segir auk þess æ fleiri vera að bæta við sig menntun í Fisktækni-skólanum sem sé að sjálfsögðu tekið fagnandi. Þá sé fyrirtækið í óformlegu samstarfi við háskólana og er þar oft tekið sem dæmi um

fyrirtæki sem fyrirmynd í breyttingastjórnun.

Erla segir það líka eflaust spila inn í að fólk kunnir að meta að geta starfað á öruggum vinnustað í sínum heimabæ. „Svo er þetta líka upp til hópa hörkuduglegt fólk sem er til í að leggja mikið á sig á álagstímum. Við höfum auk þess alltaf tekið vel á móti skólafólki á sumrin eins og hin sjávarútvegsfyrirtækin í bænum og hafa margir fengið sína fyrstu starfsreynslu hjá okkur. Sumir ílengjast og aðrir koma aftur síðar.“

Erla segir Vísi líka hafa lagt

áherslu á að vera í góðu samstarfi við önnur fyrirtæki í bænum sem er samfélaginu öllu til góða. „Við höfum til dæmis unnið náið með Vélsmiðju Grindavíkur í gegnum árin og átt í góðu samstarfi við sjávarútvegsfyrirtækið Þorbjörn um aukaafurðir og rekur meðal annars fyrirtækið Haustak á Reykjanesi saman. Við erum reyndar í samkeppni á saltfiskmarkaðnum en hér er allt unnið í mesta bróðerni.“

Hún segir það sömuleiðis skipta miklu máli að hugsa til framtíðar til þess að vera í fremstu röð í veið-

Okkur þykir vænt um starfsfólkið og vonum og trúum að því þygi vænt um vinnustaðinn.

Erla Ósk Pétursdóttir

um, vinnslu og á sviði nýsköpunar og í því samhengi sé gott og náið samstarf við hátæknifyrirtæki eins og til dæmis Marel.

Aðspurð segir Erla mikinn uppgang á Reykjanesi og er atvinnuleysi með minnsta móti, ólíkt því sem margir virðast halda. „Ég sat nýverð fund þar sem kynnt var Gallupkönnun þar sem í ljós kom að landsmenn hafa aðrar hugmyndir um svæðið. Það er mikill miskilningur. Hér er mikill hugur í fólki og fjölgun ferðamanna til að mynda langt umfram það sem hún er annars staðar á landinu.“

Bæjarfélögin á svæðinu eru því sífellt að leita leiða til að efla innviði og þjónustu og hafa sjávarútvegsfyrirtækin ekki síður sýnt því áhuga að tengjast ferðaþjónustunni með skýrari hætti. Hér sjáum við fjölmörg tækifæri til að tengja sjávarútveg og ferðaþjónustu saman. Þar er meðal annars horft til Stakkavíkur sem býður fólki að horfa yfir vinnslusalinn á meðan það gæðir sér á fiskisúpu. Okkur dreymir um að geta gefið ferðamönnum sem og Íslendingum öllum betri innsýn í hvað við erum að gera í okkar fyrirtæki og atvinnugreininni í heild.“



Hér má sjá hálsmen og eyrnalokka úr skartgripalínunni Hamingjuhjólínu.

Ísnálin er með vinsælustu línunni SIGN. Hér má sjá hálsmen og eyrnalokka úr þeirri línu.

Hálsmen og hringur úr línunni „Lucky number seven“ sem vísar í happingstöluna 7.

Þetta armband er úr Ísnálinni.

Framsækin hönnun hjá SIGN

Í hraunjaðri Hafnarfjarðar er að finna sindrandi silfur og geislandi steina. Þar sem hafnfirskir sjómenn leggja bátum sínum við bryggju og hafið fer á fjörunnar við Hafnarfjörð, er skartgripafyrirtækið SIGN til húsa. Í faðmi hrauns og sjávar smíðar gullsmiðurinn Sigurður Ingi Bjarnason formfagra skartgripa en hugur gullsmiðsins flæmist um endalausar víðáttur landsins í leit að viðfangsefnum.

Skartgripafyrirtækið SIGN er mörgum kunnugt fyrir framsækna hönnun á skartgripum og nýsköpun í markaðssetningu. Þrátt fyrir að sköpun SIGN hverfist um skartgripa þá teygir fyrirtækið líka anga sína til annarra og ólíkra listasviða. „Skartgripir SIGN hafa ratað inn í heim tónlistar, sviðslista og inn í spádómsheima enda höfum við verið í samstarfi við vel þekktu listamenn á borð við leikaraparið Gísli Örn Garðarsson og Nínu Dögg Filippusdóttur í Vesturportu, leikarann Ingvar Sigurðsson, Stebba í hljómsveitinni Dimmu, Sigu Klíngberg og söngvarana Selmu Björnsdóttur, Gretu Salóme og Kristján Jóhannsson,“ segir Sigurður Ingi Bjarnason, eigandi og aðalhönnuður SIGN. Slíkir skemmtikraftar prýða gjarnan auglýsingar fyrirtækisins en aðrir kraftar prýða skartgripa SIGN. „Það eru frumkraftar íslenskrar náttúru sem setja mark sitt á alla okkar hönnun. Áhrifa þeirra gætir í lögun skartsins sem getur tekið á sig form jökla, eldtungna eða ísnála,“ segir Sigurður Ingi.

Í tæru silfrinu birtast jökulrákir, jarðsprungur og rúnir sem vísa í hulinn tákneim mannsins. Glæsi-



Sigurður Ingi Bjarnason, eigandi og aðalhönnuður SIGN.



SIGN hefur styrkt marga listamenn í formi skartgripa. Þeirra á meðal er Stefán Jakobsson í Dimmu.

Það eru frumkraftar íslenskrar náttúru sem setja mark sitt á alla okkar hönnun.

Sigurður Ingi Bjarnason

legir steinar í silfurumgjörð taka á sig form jaka í lónum og eldrauðir zirkonsteinar vísa í ólgandi gjallgíga. Þetta eru birtingarmyndir krafta sem dvelja í fornum faðmi náttúrunnar. Skammt frá verkstæðinu liggur úfin hraunbreiða þangað sem Sigurður Ingi fer í leit að efniviði. Hraunmolararnir sameinast silfrinu á heimavelli listamannsins og verða hluti listaverks: Ný framrás hraunsins hefst.

Gott að vera á Suðurnesjum

GeoSilica er tæplega fjögurra ára sprotafyrirtæki með aðsetur í frumkvöðlasetrinu Eldey á Ásbrú. Fyrirtækið framleiðir heilsuvörur úr kísil og hefur hlotið fjölda viðurkenninga. Fyrirtækið stefnir að því að skapa að minnsta kosti sautján fagleg störf á næstum tveimur árum.

GeoSilica var stofnað af Fidu Abu Libdeh og Burkna Pálssyni árið 2012 út frá lokaverkefnum þeirra í orku- og umhverfistæknifræði í Keili og Háskóla Íslands, en leiðbeinandi þeirra í verkefnum, Egill Einarsson efnaverkfræðingur og kennari við Keili, kom líka að stofnuninni.

GeoSilica hlaut verkefnisstyrk frá Tækniþróunarsjóði árið 2013 sem tryggði því 30 milljónir króna til þriggja ára og 10 milljóna króna markaðsstyrk til eins árs árið 2016. Markmið geoSilica er að nýta þá að mestu ónýttu auðlind á Íslandi sem eru steinefni í því mikla magni af jarðhitavatni sem fellur til í jarðvarmavirkjunum á Íslandi. Fyrirtækið nýtir jarðhitakísil í vatninu til að þróa og framleiða heilsuvörur byggðar á kísil. Viðskiptahugmynd geoSilica hefur hlotið margvísleg verðlaun frá stofnun fyrirtækisins og má þar helst nefna að geoSilica var í topp 10 úrslitum frumkvöðlakeppninnar Gulleggsins árið 2014.

Fyrirtækið sjálft hefur svo einnig hlotið margvíslegar viðurkenningar og var til að mynda nýlega valið „Best Bootstrapped“ fyrirtæki í Íslandskeppni Nordic Startup Awards og var Fida valin „Founder of the Year“ í sömu keppni. GeoSilica og Fida verða því fulltrúar Íslands í aðalkeppni Nordic Startup Awards í þessum flokkum. Þess má svo geta að framkvæmdastýra fyrirtækisins, Fida Abu Libdeh, var valin Suðurnesjamaður ársins 2014.

Hún segir eina af forsendum velgengni geoSilica vera þann mikla stuðning sem fyrirtækið hefur hlotið á Suðurnesjum í



GeoSilica var nýlega valið „Best Bootstrapped“ fyrirtækið í Íslandskeppni Nordic Startup Awards og var Fida Abu Libdeh valin „Founder of the Year“ í sömu keppni.

Við erum mjög þakklát fyrir allan þann stuðning sem Suðurnesin hafa veitt okkur í gegnu árin.

Fida Abu Libdeh

formi styrkja frá Uppbyggingarsjóði Suðurnesja og ýmiss annars konar beins stuðnings frá fyrirtækjum á svæðinu ásamt góðum aðbúnaði í frumkvöðlasetrinu

Eldey á Ásbrú. „Það hefur verið gott að vera á Suðurnesjum.“ Í dag er geoSilica með framleiðslu sína við Hellsisheidarvirkjun og er í góðu samstarfi við Orku náttúrunnar, rekstraráðila virkjunarinnar sem hefur veitt fyrirtækinu ómetanlegan stuðning. „Við erum mjög þakklát fyrir allan þann stuðning sem Suðurnesin hafa veitt okkur í gegnu árin,“ segir Fida Abu Libdeh.

GeoSilica setti fyrstu vöru sína á íslenskan markað í lok árs 2014 eftir tveggja ára rannsóknir. Varan er kísilsteinefni í formi sviflausnar og er selt í 300 millilítra flöskum. Kísill er nauðsynlegur líkama okkar til að styrkja bandvef, en hann er að finna í húð, beinum, brjóska, liðum og æðakerfi svo eitthvað sé nefnt. Kísillinn styrkir beinin með því að auðvelda steinefnasöfnun í þau og minnka niðurbrot þeirra. Dagleg inntaka kísils getur minnkað líkur á beinþynningu. Hann gerir æðar sterkari og teygjanlegri og gerir húðinni kleift að haldast heilbrigðri og falllegri, ásamt hári og nögnum. Varan fæst í dag á yfir 100 útsölustöðum um allt land. Dreifingaraðili geoSilica á Íslandi er Heilsa ehf.

Hjá geoSilica starfa fimm starfsmenn og meirihluti starfsfólks eru konur. Allir starfsmenn geoSilica eru búsettir á Suðurnesjum. Fyrirtækið stefnir að því að skapa að minnsta kosti sautján fagleg störf á næstu tveimur árum. Þá er markaðssetning erlendis í fullum undirbúningi og stefnir fyrirtækið á að vera komið á erlenda markaði á þessu ári. Viðræður standa yfir við aðila í þó nokkrum löndum.



GeoSilica setti fyrstu vöruna á markað í lok árs 2014. Varan er kísilsteinefni í formi sviflausnar og selt í 300 ml flöskum.

FER Í SJÓSUND Á MILLI ÆFINGA

Puríður Erla Helgadóttir æfir CrossFit tvisvar á dag fimm sinnum í viku en hún undirbýr sig nú fyrir mikilvægasta mót ársins en þar getur hún unnið sér þátttökurétt á Heimsleikunum. Um helgar syndir hún og fer í heitan og kaldan pott.

Puríður Erla Helgadóttir undirbýr sig af kappi þessa dagana fyrir Evrópu- og Afríku-leikana í CrossFit eða Meridian Regionals eins og leikarnir kallast. Efstu fimm í kvenna-, karla- og liða-flokki á mótinu vinna sér inn þátttökurétt á heimsleikunum í CrossFit sem fara fram í lok júlí en Puríður Erla hefur farið áður á þá, tvisvar með liði og tvisvar sem einstaklingur. Þessa dagana æfir hún því tvisvar á dag, fimm daga vikunnar, í tvær til þrjár klukkustundir í senn hjá CrossFit Sport.

Hvað færðu þér í morgunmat?

Ég fæ mér annaðhvort hafra-graut með kanil, chia-fræum, kókosflögum, bláberjum og hnetusmjöri eða eggjæreru með banana og beikoni. Svo fæ ég mér engifersafa og rauðrófusafa með, gott að blanda þeim saman.

Uppáhaldsæfingin? Uppáhaldið eru snörun, handstöðuarmbeygur, „muscle up“ og kaðlaklifur.

Hefur þú stundað íþróttir lengi?

Ég byrjaði í fimleikum sex ára, fór svo í fótbolta og var í frjálsum lengst af. Ég byrjaði svo í CrossFit árið 2010.

Hvernig er dæmigerður dagur hjá þér?

Ég vakna og snúsa yfirleitt smá og borða því oft hluta af morgunmatnum mínum á leiðinni á æfingu. Æfi frá því um klukkan níu til hádegis, fæ mér próteinsjeik og borða restina af morgunmatnum mínum strax eftir æfingu. Stundum er ég að þjálfa í hádeginu, annars get ég farið og fengið mér að borða þar sem fiskur frá Gallery fisk verður oftast fyrir valinu. Ef seinni æfingin er ekki fyrir en um kvöldið skelli ég mér kannski í stutta sundferð eða fer að læra. Annars er seinni æfingin klukkan eitt til þrjú. Ég þjálfa svo oft seinnipartinn og tek þá suma daga seinni æfinguna um klukkan sex til klukkan átta eða níu.

Hvernig er dæmigerð vika? Hún samanstendur af átta til tíu æfingum og skóla, en ég er á öðru ári í sjúkrapjálfun við Háskóla Íslands. Vegna skóla næg ekki inn tveimur æfingum á dag yfir alla önnina. Ég þjálfa einnig í CrossFit Sport og hef yfirumsjón með krakka- og unglingsstarfinu þar.

Notar þú fæðubótarefni? Já, ég fæ fæðubótarefnin mín frá Per-



Puríður Erla æfir hjá CrossFit Sport í Sporðhúsinu. Hún hefur stundað íþróttina frá því árið 2010. MYND/ANTON BRINK

“Í kvöldmat finnst mér gott að fá kjúkling, lambakjöt eða lax með grænmeti. Ef ég hef ekki mikinn tíma er það bara egg og beikon.

Puríður Erla Helgadóttira

form. Ég fæ mér Glycomaize kolvetnablöndu út í Gold Standard Preworkout fyrir æfingar og á meðan á þeim stendur. Eftir æfingu fæ ég mér Pro Complex prótein og creatine. Eftir erfiða æfingadaga finnst mér gott að fá mér Casein próteindrykk frá Gold Standard áður en ég fer að sofa.

Hvað finnst þér gott að fá þér í kvöldmat?

Kjúkling, lambakjöt eða lax ásamt grænmeti og sætum kartöflum. Ef ég hef ekki mikinn tíma er það bara egg og beikon.

Hvað finnst þér gott að fá þér í millimál? Hleðsla, banani og próteinbar verða oftast fyrir valinu.

Hvað færðu þér þegar þú ætlar að gera vel við þig?

Bragðaref með hnetusmjöri, kókos og frosnum bláberjum. Ef mig langar í meira nammi set ég lúxusdífy eða Þrist út í líka!

Ertu morgunhafi eða finnst þér gott að sofa út? Mér finnst alltaf gott að sofa aðeins lengur en þó ekki of lengi, þá verður maður bara of þreyttur yfir daginn.

Drekkur þú kaffi/koffindrykki?

Ég er frekar nýlega farin að drekka Preworkout sem inniheldur oftast koffín. Ég hef aldrei drukkið kaffi og mun líklega aldrei gera það, finnst það of vont, nema það sé með alls konar óhollu dóti í.

Ertu nammigrís? Ég hef alltaf verið frekar mikill nammigrís og ef ég byrja þá klárast nammipokinn. Samt sem áður ákvað ég áður en ég varð unglingur að borða hollt og reyna að borða nammi sjaldan.

Hvernig er dæmigerð helgi hjá þér?

Allar helgar byrja með æfingu rétt fyrir eða um hádegis á laugardögum. Ég hef verið að skella mér í sjósund með nokkrum stelpum sem ég er að æfa með eftir æfingar á laugardögum. Ég fer svo og fæ mér burrito eða salatskál og seinustu vikur er svo æfing númer tvö um klukkan fjögur. Mér finnst líka mjög gaman að skella mér í bíó og svo reyni ég að hitta vinahópin minn um helgar. Sunnudagar eru svo alltaf sunddagar þar sem ég syndi einn kílómetra og fer svo í heita og kalda pottinn til skiptis.

SUMARIÐ ER KOMIÐ Í ZIK ZAK

Zik Zak kynnir Zik Zak í Kringlunni hefur verið með Eurovision-þema í vikunni sem heldur áfram út helgina. Boðið verður upp á Eurovision-happdrætti og ýmis tilboð auk þess sem klassísk Eurovision-lög fá að óma.

„Það er mikil sumarstemning í Zik Zak þessa dagana. Stelpurnar hafa fengið til sín fyrstu Zik Zak sumarlínuna þetta árið. Nú má því segja að verslunin sé þrydd öllum regnbogans litum,“ segir Berglind Ásgeirsdóttir, einn af eigendum verslunarinnar, og brosir en verslunin er uppfull af fallegum sumarfatnaði í áberandi fallegum litum. Vinsælustu kjólarnir í versluninni um þessar mundir eru að sögn Berglindar jafnsíðir og rúnnaðir kjólar í björtum litum ásamt kjólum með munstri að framan en einlitir að aftan. Almennt segir hún smart snið, góðar stærðir og frábært verð einkenna línuna. „Zik Zak fatnaðurinn kemur í öllum stærðum eða frá 36-56 og hentur konum á öllum aldri. Sumarlínan er gerð með það að markmiði að bjóða konum smart og falleg sumardress fyrir sem minnstan pening en kjólarnir kosta allt niður í 4.990 krónur,“ upplýsir Berglind. Þessa vikuna hefur verið Eurovision-vika í versluninni. „Við höfum verið með fullt af frábærum Eurovision-tilboðum ásamt Eurovision-lukkupotti og geta allar konur sem versla tekið þátt og unnið gjafauttekt í versluninni,“ útskýrir hún. Berglind segir Heiðar snyrti verða á svæðinu á morgun milli kl. 14-17 til að hjálpa konum að finna rétta Eurovision-dressið. „Viðskiptavinir ættu endilega að nýta sér þetta tækifæri. eru ekki annars flestar konur að fara að halda upp á Eurovision?“ spyr hún hlæjandi. Berglind segir starfsfólk verslunarinnar hafa mjög gaman

ÚLPUR Á EUROVISION-TILBOÐI

Úlpurnar á meðfylgjandi myndum eru á Eurovision-tilboði en þær eru fánlegar í stærðunum 36-56. Úlpurnar eru með 100% polyester-fyllingu. Þær eru léttar og þægilegar og hafa reynst afar vel. Þær eru að sögn Berglindar ótrúlega vinsælar hjá golfkonum, hestakonum, skíðakonum og öllum þeim konum sem stunda einhverja útiveru, en þær má einnig nota hversdags. Þær kosta 12.990 en 9.990 krónur á tilboði. Hægt er að fá bæði síðar og stuttar úlpur. Stuttu úlpurnar fást í rauðu, silfurgráu og svörtu. Þær síðu í silfurgráu og svörtu.

af því að taka á móti konum og dressa þær upp fyrir ákveðin tilefni og að nú þyki aldeilis tilefni til. „Það hefur verið mikil stemning hjá okkur í vikunni og hún mun bara aukast. Við ýtum svo enn frekar undir hana með því að spila einungis gömul og klassísk Eurovision-lög.

Í Kringlunni standa auk þess yfir golfdagar og leggur Zik Zak sitt af mörkum til þeirra. „Við verðum með fullt af golftilboðum og erum til dæmis

Fjölnotapokinn frá Zik Zak fylgir hverri sölu.

með rosalega vinsæl pils sem eru mikið notuð í golfinu á sumrin. Þau eru með þröngum innanundirbuxum og hafa reynst mjög vel. Þau kosta 7.990 en 3.990 á tilboði. Einnig höfum við tekið í notkun ótrúlega flottan fjölnotapoka sem við starfsfólkið köllum skvísupoka og notum mikið í ræktina og sund, þá ætlum við að gefa



Kjól 5.990 kr. st. S-XXXL

með hverri sölu. Ekki má heldur gleyma því að við erum með ótrúlega flottar úlpur og skó á tilboði þessa dagana. Verð á úlpunum nú er 9.990 en áður 12.990 og allir skór eru fánlegir með 20 prósentu afslætti. Berglind segir vel tekið á móti öllum. „Nýlega bættust fjórar eldhressar og skemmtilegar stelpur í hóp starfsmanna. Þessar stúlkur munu aðstoða okkur hinar um helgina.“



Kjól, 7.990 kr. st. S-XXXL



Úlpa á tilboði, 9.990 kr. st. 36-56.

Lífsstíll RIKKU

Hvað borðar þú í morgunmat?

Ég fæ mér oft chia-graut með mörndlu-mjólk og berjum sem ég útbý kvöldið áður. Sem millimál fyrir hádegismat finnst mér dásamlegt að fá mér tvö soðin egg, ef ég er í stuði þá set ég dropa af truffluolíu og sjávarsalti á eggin. Svo fæ ég mér annaðhvort espresso með sítrónu heima eða gríp mér soja-cappuccino á Te og kaffi í Hamraborginni.

Hver er uppskriftin að góðri helgi?

Að vera með vinum og eða fjölskyldu í einhvers konar útivist. Þá uppi á fjöllum, á kajak eða í einhverjum hamangangi utan-dyra.

Hvernig tónlist hlustar þú á?

Í mér leynast margir tónlistar-karakterar og mætti segja að ég væri eins konar alæta á tónlist. Ég nota taktmikla raftónlist við hlaup og aðrar æfingar, stundum dett ég í klassíska tónlist, djass og þá helst Ellu Fitzgerald þegar ég er í þannig stuði. Inn á milli get ég svo hækkað í græjunum og spilað Jimi Hendrix eða annað eins fagað rokk.

Ég er líka textasjúk og hlusta mikið á þá. Sumir vilja meina að ég sé óþolandi því ég kunni alla texta, ég kannast nú ekki við það að öllu leyti.

Hver er uppáhaldsvefurinn þinn?

Er ég óskaplega sjálfhverf að nefna minn eigin vef, rikka.is? Ok, þá ætla ég bara að vera það.

Hvað ertu að lesa þessa dagana?

Bókin á náttborðinu mínu heitir Spámennirnir í Botnleysufirði en þetta er margverðlaunuð söguleg skáldsaga sem byggð er á atburðum í dansk-norska konungsveldinu á 18. öld og uppbyggingu kristinnar trúar í Grænlandi.

Þess á milli hlusta ég mikið á hljóðbækur og hef klárað heilu bækurnar í fjallgöngum sem og við heimilisþrif. Hljóðbókunum hleð ég niður í gegnum Audible-appið.

Hver er uppáhaldsmaturinn þinn?

Já, þegar stórt er spurt er minna um svör. Ég er svolítið flókinn karakter býst ég við og breytist því smekkurinn kannski eftir því. Eftir því sem ég eldist finnst mér líka skipta meira máli að maturinn fari vel í mig og ég lognist ekki út af eftir síðasta munnbitann.

Er eitthvað spennandi að gerast hjá þér um helgina?

Ja, það er ýmislegt í deiglunni. Á föstudaginn ætla ég að fara á frumsýningu leikrísins Sími látins manns í Tjarnarbíói. Um helgina er svo þríbrautarkeppni Þríkó herna í Kópavogi, ætli ég kiki ekki á hana.

FRÍÐRIKA HJÓRDÍS GEIRSDÓTTIR SETTI NÝLEGA UPP SÍNA EIGIN HEIMASÍÐU, RIKKA.IS, AUK ÞESS SEM HÚN ER DUGLEG Á SNAPCHAT.

HANNA UNDIR EIGIN MERKJUM

Á hönnunarvikunni í Milanó sem haldin var nýlega kvað við nýjan tón. Húsgagnahönnuðir líta nú æ meir til þess að hanna undir eigin nafni í stað þess að hanna fyrir húsgagnafyrirtæki eins og hefur tíðkast. Fylgja þeir þannig í fótspor tiskuhönnuða sem margir hverjir eiga eigin tiskulínur.

Frumkvöðlar í þessu eru þeir Tom Dixon og Lee Broom en þeir hafa lengi hannað húsgögn og muni í eigin nafni.

Stefano Giovannoni, Sebastian Wrong og Matteo Thun voru meðal þeirra sem frumsýndu muni úr eigin línunum á hönnunarvikunni. Giovanni sýndi til dæmis gyllta stóla í kanínulíki undir nýju merki sínu, Qeeboo. Hann hefur einnig fengið aðra hönnuði til liðs við sig, til dæmis Andrea Branzi, Marcel Wanders, Richard Hutten, Nika Zupanc og Front sem allir hanna fyrir Qeeboo.



FRÉTTABLAÐIÐ

59,5%

íbúa á höfuðborgarsvæðinu
á aldursbilinu 12–80 ára lesa
Fréttablaðið daglega.*

Sá fjöldi myndi fara langt með að fylla
sæti Laugardalsvallar tíu sinnum.

59,5% lesa
Fréttablaðið

28,6% lesa
Morgunblaðið

Skv. prentmiðlakönnun Gallup, janúar–mars 2016



Allt sem þú þarft ...

BÍLAR & FARARTÆKI



Kia Sportage. Árgærd 2015, ekinn 31 P.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 5.390.000. Rnr.320013. 6 ár eftir af verksmiðjuábyrgð.



MERCEDES-BENZ GLK 220 CDI 4matic. Árgærd 2015, ekinn 31 P.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 6.990.000. Rnr.310028.



PORSCHE Cayenne. Árgærd 2007, ekinn 124 P.KM, bensín, sjálfskiptur. Verð 2.850.000. Rnr.991737.



TOYOTA Auris sol hybrid. Árgærd 2011, ekinn 60 P.KM, bensín, sjálfskiptur. Verð 2.690.000. Rnr.991677.



RENAULT Megane berline bose. Árgærd 2015, ekinn 17 P.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 3.490.000. Rnr.240766.



Vinnuvéla- Lyftara- og Bifreiðaflutningar á verði fyrir þig.

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



Hobby 560 CFE, 5/2015, Þetta hús er með fortjaldi, markísu, leðri, gólfhlita, rafmagns og gas ultra heat kerfi, auka vatnstank, auka rafgeymir, sjónvarpsloftnet, sjónvarpsarmur, grjótgrind, rafmagnshiti, sólarsetla, sjálfvirkur gasskiptir, upphækkað. Nýtt kostar húsið 5.600.000 þús 1.600.000 í aukahluti samtals nýtt 7.200.000. Húsið er notað tvisvar er sem nýtt og er í ábyrgð. Skyggni ZIP Polar 450 Medium Deluxe er skyggni með árendu fortjaldi sem er glænytt ennþá í kassanum (húsið getur selst án fortjalds), tilboðsverð 5990 þús, er á staðnum, raðnr 152274



VW Crafter Húsbíll, 9/2007, ek 108, dísel, bsk, Ískápur, Rennandi vatn, Klósett, Helluborð, 4 manna, Uppabúið rúm fyrir 2, Rafmagnsupphitun, Olufuring, 220 volt, Markísa, Tvöfalt rafkerfi, Sjálfstætt hleðslukerfi, Inrétningar frá Reimo, ásett verð 4950 þús, er á staðnum, raðnr 152465.



Jaguar XF, 6/2014, ek 39 þús km, dísel, sjsk, mjög flottur og vel búinn bíll, ásett verð 7.950 þús, er á staðnum raðnr 152046.

100 bílar ehf í miðbæ Mosfellsbæjar, Sími: 517 9999 Opið 10-18.00 virka daga og laugardaga 11-15 www.100bilar.is



GULLMOLI 275 HÖ AWD MAZDA 6 speed 275hö awd. Árg. 2006, ek. 89þkm, bensín, 6 girar. Verð 2.690.000. Rnr.214010. Bíllinn er á staðnum Núpaland 1 Netbílum 5885300

Netbilar.is Núpaland 1 .Lindum Kópavogi, 201 Kópavogur Sími: 588 5300 http://www.netbilar.is

Bílar til sölu



VOLVO XC90 DIESEL Árg 2010 hlaðinn búnaði, ek.ca 110 þús., ssk, 7 manna, leður, skoða skipti, verð 5.990þús, STGR. s. 8477663



Grand Cherokee Limited. árg 03/04. ekinn 206.000þ. Vel farinn, leður, toppluga, dráttarkrókur. Verð 900.000. Uppl. í 8952559



Skoda Octavia árg. '08. Turbo Diesel 2L. Sjálfsk. Verð 1.200þ. S. 6162597

250-499 þús.



BMW 490 ÞÚS, VÍSALÁN Í BOÐI

BMW 316i Compact árg 00 ek.168 þús, Sjálfskiptur, Álfelgur, ný heilsársdekk, ný skoðaður 17, verð 490 þús möguleiki á 100% vísaláni í 36 man S.841 8955

Bílar óskast

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

Vinnuvélar



BÍLALÝFTUR- DEKKJAVÉLAR

Tveggja pósta bílalýftur 3,8T, höfum einnig dekkjavélar (affelgunar og ballance vélar) á tilboðsverði, ATH eigum enfremur vörubíla dekkjavél. O.K.Varahlutir ehf S:696-1050. okspares@simnet.is



PEUGEOT 206 XR Présence Nýskráður 6/2007, ekinn 94 þús.km., bensín, 5 girar. Verð kr. 890.000



PEUGEOT 307SW Break Nýskráður 11/2009, ekinn 92 þús.km., bensín, sjálfskiptur 4 girar. Verð kr. 1.390.000



BÍLL DAGSINS LandRover Freelander SE TD4 Tilboð kr. 1.390.000 Nýskráður 4/2007, ekinn 172 þús.km., dísel, sjálfskiptur. Verð kr. 1.990.000



HYUNDAI Santa Fe V6 Nýskráður 5/2007, ekinn 190 þús.km., bensín, sjálfskiptur 4 girar. Verð kr. 1.290.000



NISSAN Qashqai Nýskráður 5/2012, ekinn 114 þús.km., bensín, sjálfskiptur. Verð kr. 3.490.000



MAZDA 3 Advance Nýskráður 3/2013, ekinn 49 þús.km., dísel, 6 girar. Verð kr. 2.390.000



PEUGEOT 1007 1.6 Sporty sjálfskiptur Nýskráður 8/2006, ekinn 45 þús.km., bensín, sjálfskiptur. Verð kr. 690.000



HONDA Civic Sport 1.8 5dya Nýskráður 1/2008, ekinn 66 þús.km., bensín, 6 girar. Verð kr. 1.790.000



PEUGEOT 308 Active turbo Nýskráður 10/2014, ekinn 6 þús.km., bensín, sjálfskiptur 6 girar. Verð kr. 2.990.000

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



Bátar



SILUNGANET

HEIMAVÍK 20 ÁRA.
Silunganet, flotnet, sökknet. Silunganet, flotnet, sökknet. Heimavík Höfðabakka 1, S. 555 6090 www.heimavik.is

VAKA



FRÁBÆR DEKKJATILBOÐ

Ný og notuð dekk í miklu úrvali. Tökum notuð dekk uppí ný. VAKA S: 567 6700.

ÞJÓNUSTA

Hreingerningar



Hreingerningar - Bónun - Bónleysing Flutningsþríf - Þríf eftir iðnaðarmenn thvegillinn.is - Stofnað 1969 Traustir og vanir menn.

Garðyrkja

GARÐAUMSJÓN
Ódýr alhlíða garðyrkja. Halldór garðyrkjum. Sími 698 1215

Bókhald

HSE Bókhald & Uppgjör slf
Skattframtöl, Bókhald, Vsk. & launauppgjör, Ársuppgjör. Ódýr og góð þjónusta www.hsebokhald.is hsebokhald@hsebokhald.is Sími: 6926910

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

Búslóðaflutningar

Ert þú að flytja? Búslóðafl., fyrirtækjafl., pianófl. o.fl. Extra stór bíll. Búslóðalyfta. Flutningabj. Mikael S. 894 4560 www.flytja.is flytja@flytja.is

Húsviðhald

VIÐHALD FASTEIGNA
JÁ IÐNAÐARMENN
Tímavinna eða tilboð
Sími 544 4444
Gsm 777 3600
jaiðnaðarmenn.is
johann@2b.is

HAGSTÆÐIR SMÍÐIR GETA BÆTT VIÐ SIG VERKEFNUM.

Gluggaskipti, glerskipti, þakviðgerðir, sólpallar, innréttingar, parketlagn, öll trésmíði.

Upplýsingar í síma: 782-6029 eða framsmídi@framsmídi.is

Tek að mér allt alm. viðhald húsa, s.s. málnun, múrun, flísa- & parketlagnir og trésmíði. S. 616 1569

Spádómar

SÍMASPÁ 555 2927
Draumaráðningar, fyrirbærir. Óþið frá 13 Hanna s. 847 7596

Rafvirkjun

RAFLAGNIR, DYRASÍMAR. S. 663 0746.

Þjóðum hagstætt verð í töfluskripti. Straumblik ehf. Löggitur Rafverktaki. straumblik@gmail.com

RAFLAGNIR OG DYRASÍMAKERFI S. 896 6025

Tilboð dyrasímaferfi, töfluskripti. Löggitur rafverktaki. rafneisti@simnet.is

Getum bætt við okkur verkefnum. Íslenskir rafvirkjar. Kjartan s. 894 3110 brekkuas@simnet.is

KEYPT & SELT

Óskast keypt

STADGREIÐUM OG LÁNUM ÚT Á: GULL, DEMANTA, VÖNDUÐ ÚR OG MÁLVERK!

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

Opið mán - lau 11-17, Kringlan - 3. hæð (Hagkaupsmegin)

Upplýsingar í síma 661 7000

KAUPUM GULL - JÓN & ÓSKAR

Kaupum gull til að smíða úr. Spörum gjaldeyri. Heiðarleg viðskipti. Aðeins í verslun okkar Laugavegi 61.

Jón og Óskar - jonogoskar.is

s. 552-4910.

Sjónvarp

Sjónvarps/videoviðgerðir. Afsl. til elli/öryrkja. Sækjum. Litsýn - Síðumúli 35. - S. 552 7095.

Til bygginga

Byggingastjórn og öll almenn hönnun mannvirkja. Geometric ehf. 8680474 7790004

HEILSA

Nudd



TANTRA NUDD

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

SKÓLAR & NÁMSKEIÐ

Námskeið

SIGLINGANÁMSKEIÐ

Lærðu að sigla seglskútu. Námskeið fyrir börn og fullorðna. Siglingafélag Reykjavíkur - www.brokey.is - 895 1551

TÓMSTUNDIR & FERÐIR

Gisting



Til leigu sumarhús 80 m2 a Costa Blanca. Vikuleiga með rafm. vatni, TV og neti kr. 70.000. Uppl. sendist á spanarstrond@gmail.com

HÚSNÆÐI

Atvinnuhúsnæði

TIL LEIGU

120 - 280 fm bíl með allt að 9 m lofthæð, stórar innkeyrsludyr, góð malbikuð lóð, og greið aðkoma. Nánari upplýsingar veitir Sverrir í s. 661 7000



ATVINNUHÚSNÆÐI TIL LEIGU

Stórhöfði 33, 135m2. Tvennar innkeyrsludyr 4,2mtr á hæð, 2,8 og 3,7mtr á breidd, lofthæð 4,6mtr. Nánari upplýsingar í síma 660-4012

Geymsluhúsnæði

GEYMSLUR.IS

SÍMI 555-3464

Suma hluti er betra að geyma. Geymslur fyrir dánarbúð, allt að 25% afsláttur. www.geymslur.is

FYRSTI MÁNUÐUR FRÍR WWW.GEYMSLAEITT.IS

Og ódýrt eftir það. Stærðir 1 til 17 m2. Nýtt, upphitað og vaktað. S: 564-6500

SUMARTILBOÐ

á geymsluplássi. Sækjum og sendum. geymslulausnir.is:s:615-5005



Reykjavíkurborg
Umhverfis- og skipulagssvið

Auglýsing um deiliskipulag í Reykjavík

Í samræmi við 1. mgr. 43. gr. skipulagslaga nr. 123/2010, er hér með auglýst tillaga að deiliskipulagi í Reykjavík.

Efstaleiti - RÚV reitur

Umhverfis og skipulagsráð Reykjavíkur samþykkti þann 6. apríl 2016 og borgarráð Reykjavíkur þann 14. apríl 2016 að auglýsa tillögu að deiliskipulagi sem nær til reita 1.745.4, 1.745.0 og 1.745.1 og afmarkast af Listabraut í norðri, Bústaðavegi í suðri, Efstaleiti í vestri og Háaleitisbraut í austri. Svæðið er í dag 5 lóðir, Efstaleiti 1, 3, 5, 7 og 9. Í tillögunni felst uppbygging á lóð RÚV við Efstaleiti og samliggjandi lóðum innan reitsins með þéttingu og gæði byggðar að leiðarljósi. Nánar um tillöguna vísast til kynningargagna.

Tillagan ásamt greinargerð og skilmálum liggja frammi í þjónustuveri Reykjavíkurborgar að Borgartúni 12-14, 1. hæð, virka daga kl. 8:20 - 16:15, frá 13. maí 2016 til og með 24. júní 2016. Einnig má sjá tillöguna á heimasíðunni, **www.reykjavik.is**, undir skipulag í kynningu. Eru þeir sem telja sig eiga hagsmuna að gæta hvattir til að kynna sér tillöguna. Ábendingum og athugasemdum við tillöguna skal skila skriflega, til umhverfis- og skipulagssviðs, b.t. skipulagsfulltrúa, eða á netfangið **skipulag@reykjavik.is**, eigi síðar en 24. júní 2016. Vinsamlegast notið uppgefið netfang fyrir innsendar athugasemdir með tölvupósti.

Reykjavík 13. maí 2016
Skipulagsfulltrúi Reykjavíkur

Borgartúni 12-14, 105 Reykjavík, sími: 411 1111, www.reykjavik.is

BOLTINN Í BEINNI

Cafe Catalina
Hamraborg 11 • 200 Kópavogur • Sími 554 2166 • www.catalina.is
"Best geymda leyndarmál Kópavogs"

Laugardaginn 14. maí 19:00 Eurovision í beinni

Leikir helgarinnar
Sunnudaginn 15. maí 13:50 Man.United - Bournemouth 13:50 W.B.Albion - Liverpool

HLJÓMSVEITIN KRÓM

Pórður Braga, Siggí Grétars, Bjarki Hall og Árni Hjálta spila um helgina.

Allir velkomnir

Gullnámán

Heimilismatur í hádeginu virka daga • Eldhúsið opið alladaga til kl. 21:00 • Boltatilboð • Snyrtilegur klæðnaður áskilinn

<http://www.facebook.com/cafecatalina>

Hjólhýsi



Hobby Excellent 560UFe árg '07. 2 geymar, útvarp. 14L gas og rafmagnshitari. Verðtilboð s. 8972518

Varahlutir

Startarar & alternatorar
í bíla, báta og vinnuvélur

Bílaraf
Flatahrauni 25 - Hafnarfrói
Sími 564 0400
www.bilaraf.is

Hjólbarðar



TECHKING VINNUVÉLADEKK
Vorur að fá nýja sendingu af hinum frábæru vinnuvéla dekkjum frá Techking Búkölludekk-hjólaskófludekk Ofi. Ymsar algengar stærðir. O.K.Varahlutir S: 6961050 okspares@simnet.is

ATVINNA

Atvinna í boði



Bæjarbakari í Hafnarfirði óskar eftir að ráða fólk í ýmis störf í afgreiðslu í framtíðarstarf. Íslenskukunnátta skilyrði. Umsóknir sendar á bakari@bakari.is Uppl. í s. 555 0480

FISKBÚÐ Á HÖFUÐBORGARSVÆÐINU

óskar eftir hressu og þjónustulipru starfsfólki í bæði fullt starf og hlutastarf. Íslenskukunnátta skilyrði og reynsla af afgreiðslustörfum æskileg.

Nánari upplýsingar fást hjá siggi@sjofiskur.is

KÖKUHORNID

Óskum eftir starfskrafti í pökkun og útkeyrslu í bakariíð okkar í Bæjarlind sem fyrst. Æskilegt er að viðkomandi sé 20 ára eða eldri. Íslenskukunnátta skilyrði.

Nánari uppl. gefur Guðni í s. 861 4545

milli kl. 9-18



VERSLUNIN MARTA JÓNSSON ÓSKAR EFTIR STARFSKRAFTI Í 75% STARF

Vinnutími er 14-18/18:30 og önnur hver helgi, laugardaga 10/12-16/18 og sunnudaga 13-18. Reynsla af sölustörfum æskileg. Vera þjónustulundaður, stundvís, ábyrgðafullur og frábær í mannlegum samskiptum. Ekki undir 22 ára

Umsóknir ásamt ferilskrá með mynd berist til mjkringlan@gmail.com merkt ATVINNA

SAMSKIP ÓSKA EFTIR BILSTJÓRUM TIL SUMARAFLEYSINGA.

Um er að ræða akstur og dreifingu vöru innan höfuðborgarsvæðisins sem og á landsbyggðinni.

Hæfniskröfur bilstjóra:

-Meirapróf er skilyrði og ADR réttindi er kostur

-Sterk öryggisvitund, góð ástund og samvirkusemi

-Lipurð í þjónustu og samskiptum

Umsækjendur verða að hafa hreina sakaskrá. Umsóknarfrestur er til 29.maí 2016.

Nánari upplýsingar veitir Jóhannes K Kárasón í síma 858 8660

HÚSAVIÐGERÐIR

Óska eftir manni í múr og sprunguviðgerðir. Reynsla æskileg. Uppl. í síma 618 5286 Þórður

HOUSEKEEPERS

Apartment Hotel in 101 Reykjavik is looking for housekeepers. Please send applications to: jobs@apartmentk.is

Óska eftir starfskrafti í garðvinnu og húsviðgerðir, helst með reynslu. Uppl. í síma 616 1569.

Húsvörður óskast í fjölbýlishúsi, íbúð fylgir starfi upplagt fyrir samheld hjón. Umsóknir sendist á thjonusta@365.is merkt "húsvörður"

Óska eftir málara í sumarvinnu. Uppl. í síma 896 3982

Atvinna óskast

VANTAR PIÐ SMÍÐI, MÚRARA, MÁLARA EÐA JÁRNABINDINGAMENN?

Höfum á skrá menn sem óska eftir mikilli vinnu og geta hafið störf nú þegar.

Proventus starfsmannþjónusta - Proventus.is S. 775-7373

GEFÐU HÆNU

gjofsemgefur.is
907 2003

Hjálparstarf kirkjunnar

SIGLUFJÖRÐUR

// 12 nýjar íbúðir til sölu //



Opið hús um hvítasunnuhelgina, laugardag og sunnudag frá kl. 13:00 - 15:00

Stærð íbúða er frá 65 – 150 fermetrar.

Frábært útsýni

Lofthæð íbúða 3 – 3,7 metrar.

Lyfta

2 fullbúnar sýningaríbúðir

Íbúðir afhendast tilbúnar eða tilbúnar til innréttinga.

www.gagginn.is

HVAMMUR
EIGNAMIDLUN

Sigurður Sveinn Sigurðsson
Lögg. Fasteignasali
s. 862-1013
siggi@kaupa.is

Björn Davíðsson
Lögg. Fasteignasali
s. 862-0440
bubbi@kaupa.is

Sterk tengsl í íslensku atvinnulífi
www.hagvangur.is

Ertu að leita að talent?



lind@talent.is



bryndis@talent.is

Við finnum starfsmanninn fyrir þig

TALENT
RÁÐNINGAR & RÁÐGJÖF

www.talent.is | talent@talent.is



Reykjavíkurborg
Umhverfis- og skipulagssvið

Auglýsing um tillögur að breytingu á deiliskipulagi í Reykjavík

Í samræmi við 1. mgr. 43. gr. skipulagslaga nr. 123/2010, eru hér með auglýstar tillögur að breytingu á deiliskipulagi í Reykjavík.

Tangabryggja 18-24

Á fundi umhverfis- og skipulagsráðs þann 20. apríl 2016 og borgarráði Reykjavíkur þann 28. apríl 2016 var samþykkt að auglýsa tillögu að breytingu á deiliskipulagi Bryggjuhverfis vegna húss nr. 24 á lóð nr. 18-24 við Tangabryggju. Í breytingunni felst að fjölga íbúðum í húsinu úr 40-44 í allt að 63 íbúðir og bílastæðaskilmálum lítillega. Nánar um tillöguna vísast til kynningargagna.

Laugavegur 95-99

Á fundi umhverfis- og skipulagsráðs þann 20. apríl 2016 og borgarráði Reykjavíkur þann 28. apríl 2016 var samþykkt að auglýsa tillögu að breytingu á deiliskipulagi reits 1.174.1 vegna lóðarinnar nr. 95-99 við Laugaveg. Í breytingunni felst að á lóðinni verði heimil verslunar- og þjónustustarfsemi í samræmi við Aðalskipulag Reykjavíkur 2010-2030 þ.m.t. almenn skrifstofustarfsemi og hótelpjónusta fyrir gístað í flokki V, en auk þess er heimilt að á efri hæðum verði starfsemi gístaðar, skrifstofur eða íbúðir. Jafnframt eru heildarskilmálar settir fyrir lóðina auk þess að B og C rýmum er bætt inn í heildarflatarmál, heimilt verði að fullnýta gildandi deiliskipulagheimildir við Laugaveg auk þess að heimilt verði að stækka 4. hæð yfir bakbyggingu við Laugaveg allt að 1,5 metra frá útvegg. Nánar um tillöguna vísast til kynningargagna.

Njálsgata 37

Á fundi umhverfis- og skipulagsráðs þann 20. apríl 2016 og borgarráði Reykjavíkur þann 28. apríl 2016 var samþykkt að auglýsa tillögu að breytingu á deiliskipulagi reits 1.190.0, Njálsgöturéitur 1, vegna lóðarinnar nr. 37 við Njálsgötu. Í breytingunni felst að byggja við og hækka húsið á lóðinni ásamt byggingu nýs húss á baklóð merkt nr. 37B. Nánar um tillöguna vísast til kynningargagna.

Garðastræti 37

Á fundi umhverfis- og skipulagsráðs þann 20. apríl 2016 og borgarráði Reykjavíkur þann 28. apríl 2016 var samþykkt að auglýsa tillögu að breytingu á deiliskipulagi reits 1.161 vegna lóðarinnar nr. 37 við Garðastræti. Í breytingunni felst að byggja megi garðskála með kjallara, gera tvö bílastæði við götu sunnanmeginn húss, stalla baklóð með steypum stoðveggjum, stækka þakhæð til suðurs, byggja skyggni til austurs og gera þakvalir innan afmarkaðs reits. Nánar um tillöguna vísast til kynningargagna.

Tillögurnar liggja frammi í þjónustuveri Reykjavíkurborgar að Borgartúni 12-14, 1. hæð, virka daga kl. 8:20 – 16:15 frá 13. maí 2016 til og með 24. júní 2016. Einnig má sjá tillögurnar á vefsíðunni, www.reykjavik.is, skipulag í kynningu. Eru þeir sem telja sig eiga hagsmuna að gæta hvattir til að kynna sér tillögurnar. **Ábendingum og athugasemdum við tillögurnar skal skila skriflega til skipulagsfulltrúa eða á netfangið skipulag@reykjavik.is, eigi síðar en 24. júní 2016. Vinsamlegast notið uppgefið netfang fyrir innsendar athugasemdir með tölvupósti.**

Reykjavík 13. maí 2016
Skipulagsfulltrúi Reykjavíkur

Borgartúni 12-14, 105 Reykjavík, sími: 411 1111, www.reykjavik.is



JÖFUR 534 1020
ATVINNUHÚSNÆÐI Ármúla 7, Reykjavík - www.jofur.is

TIL SÖLU

Lítið fasteignafélag sem á þrjár skrifstofu-eignir sem eru í útleigu til skamms tíma.

Nánari upplýsingar veitir



Helgi Már Karlsson
Löggiltur leigumíðlari
Löggiltur fasteignasali

534 1024 / 897 7086
hmk@jofur.is

Auglýsing um skipulagsmál í Mýrdalshreppi

Skipulags og byggingarfulltrúi



Í samræmi við 41.gr.skipulagslaga nr. 123/2010, er hér með auglýst eftir athugasemdum við eftirfarandi deiliskipulög.

Garðar og Reynisfjara í Mýrdal - Deiliskipulagsbreyting

Deiliskipulagsbreytingin nær til Reynisfjöru lóðar (land-nr.221691). Á lóðinni er veitingahús og bílastæði fyrir ferðamann sem leggja leið sína í Reynisfjöru. Í breytingunni felst stækkun og endurbætur á bílastæði í Reynisfjöru.

Sólheimajökulsmelar - Deiliskipulagsbreyting

Gerð er tillaga að breytingu á samþykktu deiliskipulag að þjónustusvæði við Sólheimajökul. Tilgangur breytinganna er að bregðast við auknum straumi ferðamanna. Í breytingum felst að skipulagssvæðið er stækkað og lóð er í skipti í sjö hluta hvern með sinn byggingarreit. Bætt er við byggingarreitum, bílastæði við aðstöðuhús er stækka og bílastæði 200 m austan þjónustuhúss lagt af. Vegur að jökullóni og bílastæði þar aflagt auk þess sem göngustígaleiðum er breytt og breidd þeirra skilgreind.

Tillögur þessar liggja frammi hjá fulltrúa skipulags- og byggingarmála Mýrdalshreppi, Austurvegi 17, 870 Vík og á heimasíðu Mýrdalshrepps www.vik.is frá **13. maí 2016 til og með 27. júní 2016**. Athugasemdir ef einhverjar eru skal skila skriflega á skrifstofu Mýrdalshrepps, Austurvegi 17, 870 Vík eða í tölvupósti á bygg@vik.is. Frestur til að skila inn athugasemdum rennur út **mánudaginn 27. júní 2016**. Þeir sem ekki gera athugasemdir við tillögu þessa teljast samþykkir henni



Reykjavíkurborg
Umhverfis- og skipulagssvið

Tillaga að breytingu á Aðalskipulagi Reykjavíkur 2010-2030

RÚV-reitur - Efstaleiti

Fjöldi íbúða - Breytt landnotkun

Borgarráð Reykjavíkur samþykkti þann 14. apríl 2016 að auglýsa tillögu að breytingu á Aðalskipulagi Reykjavíkur 2010-2030, samkvæmt 1. mgr. 36. gr. sbr. 31. gr. laga nr. 123/2010.

Breytingartillagan nær til RÚV-reits, svæðis milli Listabrautar og Bústaðavegar, og felst annars vegar í breytti landnotkun og hinsvegar fjölgun íbúða. Svæði fyrir samfélagsþjónustu (lóð RÚV) verður breytt í miðsvæði (M21) þar sem áherslan verður á íbúðir, samfélagsþjónustu, auk verslunar og þjónustu og skrifstofa. Reiturinn verður skilgreindur sem sérstakur byggingarreitur í aðalskipulaginu (nr. 57) þar sem heimilt verður að byggja 350 íbúðir. Viðmið um hæðir húsa verður 3-5 hæðir og tímabil uppbyggingar er áætlað 2016-2020.

Aðalskipulagstillagan er kynnt samhliða tillögu að deiliskipulagi svæðisins.

Tillagan liggur frammi í þjónustuveri Reykjavíkurborgar að Borgartúni 12-14, 1. hæð, virka daga kl. 8:20 – 16:15, frá 13. maí 2016 til og með 24. júní 2016. Tillagan er einnig til sýnis á Skipulagsstofnun, Laugavegi 166, 3. hæð. Tillöguna má nálgast á reykjavik.is.

Eru þeir sem telja sig eiga hagsmuna að gæta hvattir til að kynna sér tillöguna. **Ábendingum og athugasemdum við tillöguna skal skila skriflega til Umhverfis- og skipulagssviðs, Borgartúni 12-14 eða á netfangið skipulag@reykjavik.is, eigi síðar en 24. júní 2016.** Vinsamlegast notið uppgefið netfang fyrir innsendar athugasemdir með tölvupósti.

Umhverfis- og skipulagssvið Reykjavíkurborgar

Borgartúni 12-14, 105 Reykjavík, sími: 411 1111, www.reykjavik.is

Reynimelur

Virðulegt einbýlishús í vesturbæ Reykjavíkur



Fasteignamarkaðurinn kynnir til sölu 341,6 fermetra einbýlishús á þessum eftirsóttastað í vesturbænum. Húsið er tvær hæðir og kjallari með séríbúð auk 19,6 fermetra bílskúrs.

Á neðri hæðinni eru m.a. stórar bjartar samliggjandi stofur, bókastofa, eldhús og gestasalerni.

Á efri hæðinni eru fimm rúmgóð herbergi og baðherbergi.

Sér 2ja herb. íbúð er í kjallara hússins auk þvottaherb., geymslna og fl.

Húsið er vandað af allri gerð. Sérsmíðaðar massívar innihurðir úr eik og ljós marmari og harðviðarparket eru á flestum gólfum. Nýjar innréttingar og tæki í eldhúsi. Nýleg tafla og raflagnir. Aukin lofthæð er á 1. og 2. hæð hússins. Stórar svalir til austurs og suðurs út af borðstofu aðalhæðar og svalir til austurs út af hjónaherbergi á efri hæð.

Lóðin er 685 fermetrar að stærð með steiptum stoðveggjum á lóðarmörkum. Viðarverönd er á suðurlóð og hitalagnir eru í innkeyrslu, stéttum og tröppum upp að aðalinnangi hússins.

Nánari upplýsingar veitir Guðmundur Th. Jónsson lögg. fasteignasali, netfang: gtj@fastmark.is



**FASTEIGNA-
MARKAÐURINN**

Jón Guðmundsson, lögg. fastsali. Guðmundur Th. Jónsson, lögg. fastsali.
ÓÐINGSGÖTU 4, SÍMI 570 4500. OPIÐ VIRKA DAGA KL. 9-17.
fastmark@fastmark.is - www.fastmark.is

Endalaust 365

**ENDALAUST
NET**

1817 | 365.is

365



Suðurlandsbraut 52
108 Reykjavík
Sími 533 6050
Faxnr. 533 6055
www.hofdi.is



Runólfur Gunnlaugsson
lögg. fast.



Ásmundur Skeggjason
lögg. fast.



Brynjar Baldursson
sölufulltrúi



Jóhann Fríðgeir
Valdimarsson
sölufulltrúi



Kristinn Tómasson
lögg. fast.

Fyrir fólk á
fasteignamarkaði

Austurkór 7 B, Kóp.



OPIÐ HÚS
Opíð hús á sunnudaginn 8. maí frá kl. 17 - 17:30
Gullfalleg 75,3 fm. 2-3ja herbergja íbúð á jarðhæð með sér inngangi, í nýlegu tveggja hæða húsi á þessum mikla útsýnisstað. Hér er gott að búa, stutt í skóla og leikskóla og alla helstu þjónustu. Laus strax.

Verð: 31,4 millj.

Nánari upplýsingar veitir Ásmundur Skeggjason fasteignasali, asmundur@hofdi.is, s: 895 3000.

Skorradalur – sumarhús.



Vinalægur 30,4 fm. sumarbústaður í landi Indriðastaða í Skorradal. Stór timburverönd er kringum bústaðinn. Lóðin er 2.900 fm. eignalóð. Svæðið er gróið með miklu birki og útsýni yfir Skorradalsvatn. C.a. 50 mín. akstur frá Reykjavík. **Verð aðeins: 7,9 millj.**

Nánari upplýsingar veitir Runólfur á Höfða s: 892 7798.

Pingvellir sumarhús.



Stórglæsilegt nýlegt 104,7 fm heilsárshús á steyptri gólfplötu með gólfhita ásamt 30,2 fm bílskúr á frábærum stað í fremstu röð við Pingvallavatn. Við húsið er saunahús og heitur pottur. Eignin er á lokuðu sumarhúsvæði í landi Miðfells. Húsið stendur á 4246 fm eignarlóð c.a. 50 metra frá vatninu. Eignin er til afhendingar strax. **Verð: 49,5 millj.**

Nánari upplýsingar veitir Ásmundur Skeggjason fasteignasali, asmundur@hofdi.is, s: 895 3000.

KR vann fyrsta sigur sinn í sumar og það gegn FH í stórleik

Átök Hólmbergt Aron Friðjónsson, framherji KR, og Bergsveinn Ólafsson, miðvörður FH, takast hér á í stórleik þriðju umferðar Pepsi-deildar karla í Vesturbænum í gærkvöldi. Fyrir leikinn var FH með fullt hús en KR án sigurs. KR gerði sér lítið fyrir og lagði FH með marki Pálma Rafns Pálmasonar í seinni hálfleik. Fyrsta tap FH á Íslandsmótinu staðreynd en glæsilegur sigur hjá KR. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

Höfum ekkert unnið enn

Gróttta getur orðið Íslandsmeistari í handbolta kvenna annað árið í röð með sigri á Stjörnunni á heimavelli í kvöld. Gróttukonur hafa unnið alla sjö leiki sína í úrslitakeppninni til þessa.

HANDBOLTI „Ég veit ekki alveg hvernig okkur hefur tekist þetta. Sérstaklega miðað við að við erum búnar að vera mikið upp og niður í allan vetur,“ segir Unnur Ómarsdóttir, hornamaður Gróttu, en liðið getur orðið Íslandsmeistari annað árið í röð með sigri á Stjörnunni í kvöld.

Unnur missti af sögulegum Íslandsmeistaratitli Gróttu í fyrra en hún lék þá í Noregi. Hún getur því bætt fyrir það í kvöld og segir hún að það sé mikill vilji til þess hjá samherjum hennar.

„Eftir að við misstum bæði af bikarmeistara- og deildarmeistaratitlinum þá er þetta það eina sem var eftir fyrir okkur,“ segir Unnur.

Mögnuð í markinu

Íris Björk Símonardóttir hefur verið mögnuð í marki Gróttu í úrslitaeinvíginu gegn Stjörnunni. Hún hefur verið með minnst 60 prósentu hlutfallsmarkvörslu í fyrri hálfleik í báðum leikjum þegar Gróttta hefur náð að leggja grunn að nokkuð öruggum sigri í báðum leikjum.

Unnur segir að Íris Björk njóti þess að vera með öflugan vörn fyrir framan sig. „Samspil varnarmanna og markvarðar hefur verið mjög gott. Bæði höfum við náð að þvinga Stjörnuna í léleg skot og þá hefur Íris líka náð að taka mörg dauðafæri.“

Hraðauppflaupin hafa verið eitt sterkasta vopn Gróttu í einvíginu til þessa og þar skiptir miklu hversu óhrædd Íris er að kasta boltanum fram.



Unnur fagnar með Írisi Björk í leik gegn Stjörnunni. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

„Það hefur gengið vel og skiptir engu þó svo að við töpum einhverjum boltum á því. Þá er það bara næsta sókn. Við slökum ekkert á þó svo að við náum góðri forystu.“

Hlakkar í manni

Unnur reiknar með erfiðum leik í kvöld enda Stjarnan að berjast fyrir lífi sínu. Ef Stjarnan vinnur fær hún næsta leik á heimavelli strax á sunnudag og getur þá einvígð verið fljótt að snúast við.

„Auðvitað er maður smeykur við að vera kominn með aðra hönd á bikarinn. Við verðum að passa okkur á að detta ekki í kæruleysi enda erum við ekki búnar að vinna neitt. Ég finn það sjálf að það hlakkar í manni og við verðum að passa okkur á því,“ segir Unnur.

Hún segir mikilvægt að halda

Stjornusókninni í skefjum og stöðva hraðauppflaup liðsins líkt og Gróttukonur hafa verið að gera hingað til í einvíginu.

„Hanna G. [Stefánsdóttir] er einn besti hraðauppflaupsleikmaður deildarinnar en okkur hefur tekist að hafa gætur á henni. Eins þurfum við að halda áfram að keyra vel út í skytturarn þeirra því að ef Helena [Rut Órvarsdóttir] hittir á góðan leik er vóðinn vísi.“

Florentina Stanciu hefur ekkert náð að spila með Stjörnunni í síðustu leikjum vegna meiðsla og þó svo að það sé ólíklegt að hún verði með á morgun segir Unnur að þær geri allt eins ráð fyrir því.

„Hún getur breytt leikjum og ef hún verður skyndilega leikfær á morgun [í dag] þá erum við tilbúnar fyrir það.“

●● Ég finn það sjálf að það hlakkar í manni og við verðum að passa okkur á því.

Unnur Ómarsdóttir, leikmaður Gróttu

8-0

Engu liði hefur tekist að vinna alla átta leiki sína í sögu úrslitakeppni efstu deildar kvenna. Gróttta getur afrekað það í kvöld.

Einbeiting og sigurvegill

Unnur segir að tilhugsunin að vinna mögulega alla átta leikina í úrslitakeppninni sé spennandi en að hún hafi ekkert leitt hugann að því fyrir en á síðustu dögum.

„Ég held nú að þeir séu fáir sem reiknuðu með því fyrirfram að þetta væri mögulegt. Margir áttu von á því að Haukar og Stjarnan myndu fara alla leið í þetta sinn en ég hef fundið vel á bæði æfingum og leikjum hversu góð einbeiting og sterkur vilji er í okkar liði. Það hefur verið mikilvægur þáttur fyrir okkur í úrslitakeppninni.“

eirikur@365.is

Nýjast

Pepsi-deild karla í fótbolta

ÍBV - Víkingur Ó. 1-1

1-0 Sigurður Grétar Benónýsson (83.), 1-1 Hrvoje Tokić (85.).

Eyjarnmenn töldu sig vera að skora sigurmarkið sjö mínútum fyrir leiklok en ansi ódýr vítaspyrna bjargaði stigi fyrir Ólsara.

Stjarnan - Þróttur 6-0

1-0 Guðjón Baldvinsson (1.), 2-0 Veigar Páll Gunnarsson (9.), 3-0 Guðjón Baldvinsson (27.), 4-0 Ævar Ingi Jóhannesson (48.), 5-0 Jeppe Hansen (50.), 6-0 Jeppe Hansen (52.). Kvöldin verða ekki verri en það var í gær fyrir nýliðana. Þróttur tapaði 6-0 og missti Emil Atlason væntanlega í langvarandi meiðslu.

Valur - Fylkir 2-0

1-0 Guðjón Pétur Lýðsson (13.), 2-0 Haukur Páll Sigurðsson (54.).

Í baráttu tveggja stigalausra liða voru það Valmenn sem unnu sannfærandi sigur. Fylkir er án stiga eftir þrjár umferðir.

ÍA - Fjölnir 1-0

1-0 Garðar Gunnlaugsson (17.).

Skagamenn gerðu þetta eins og í fyrra; með alvöru iðnaði. Eitt mark og svo varðist liðið vel og skilaði fyrstu stigum sumarsins í hús.

KR - FH 1-0

1-0 Pálmi Rafn Pálmason (65.).

Pálmi Rafn Pálmason tryggði KR fyrsta sigur liðsins í sumar með marki í seinni hálfleik gegn FH í stórleik umferðarinnar.

Staðan

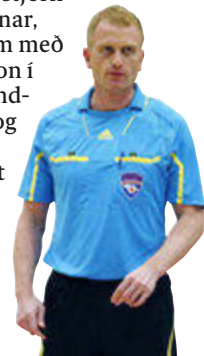
Efri hluti	Neðri hluti	
Stjarnan	9	Valur 3
Víkingur Ó.	7	Breiðablik 3
FH	6	ÍA 3
Fjölnir	6	Víkingur R. 1
KR	5	Þróttur 1
ÍBV	4	Fylkir 0

🐦 **G. Ársæll stendur 10 metra frá brotinu og með miklu betra sjónarhorn. Hættum þessum sófa-dómara bulli! #Pepsi365**

Viðar Ingi Pétursson
@vidarip

FLEIRI ÍSLENDINGAR Í „FINAL 4“

Anton Gylfi Pálsson og Jónas Eliásson, handboltadómarnir sem mynda fremsta par okkar Íslendinga, voru valdir til að dæma á stærstu handboltahelgi ársins, Final 4-helginni í Köln. Þar mætast fjögur bestu lið Evrópu í undanúrslitum Meistaradeildarinnar. Þeir dæma leikinn um þriðja sætið en þar er öruggt að þeir dæmi hjá Íslendingaliði. Kiel, undir stjórn Alfreðs Gíslasonar, mætir Veszprém með Aron Pálmarsson í fararbroddi í undanúrslitunum og annað liðið fer alla leið. Robert Gunnarsson og félagar í PSG mæta Kielce í hinum undanúrslitaleiknum.

**Í dag**

17.00 Players Champions. Golfstöð
18.40 Sheff. Wed. - Brighton Sport2
19.30 Breiðablik - Víkingur Sport
22.00 Pepsi-mörkin Sport
00.00 Miami - Toronto Sport

19.15 Gróttta - Stjarnan Hertz-Höllin
20.00 Breiðablik - Víkingur Kópav.

Ílmurinn er indæll og bragðið eftir því



Létta uppskriftin

BONUS BONUS BONUS BONUS BONUS



198
kr. 160 g

OLW Ostasnaðk
160 g, 2 teg.



195
kr. 170 g

Doritos Snakk
170 g, 4 teg.



198
kr. stk.

Bugles Snakk
2 tegundir, 125 g



159
kr. 250 g

OLW Saltstangir
250 g



98
kr. 40 g

Pringles Snakk
40 g, 3 teg.



259
kr. 500 g

Euro Shopper Salthnetur
500 g



98
kr. 100 g

Euro Shopper Súkkulaði
100 g, 5 teg.



Fersk
með flugi

1.298
kr. 500 g

Bláber, fersk, 500 g



398
kr. 2 l

Bónus Ís
3 tegundir, 2 l



179
kr. 2 l

Egils Kristall
Mexican-Lime, 2 l



Orkudrykkur
Líka til sykurlaus

59
kr. 250 ml

Euro Shopper Orkudrykkur
250 ml, 2 teg.



195
kr. 2 l

Pepsi og Pepsi Max
2 l



BONUS BONUS BONUS BONUS BONUS

100% Íslenskt ungnautakjöt

4 stk 80 g

579 kr. 2x140 g

598 kr. 4x80 g

549 kr. 2x120 g

Íslandsnaut Ungnautaborgarar
2x140 g, 2x120 g eða 4x80 g

5 STK. CHILLI PEPPERONI PYLSUR

5 STK. BEIKON BÓNDA PYLSUR

998 kr. pk.

Stjörnugrís Grillpýlsur
10 stk. í pakka, 900 g

ALLT FYRIR EUROVISIONVEISLUNA

ÍSLANDSLAMB

2.998 kr. kg

Íslandslamb Lambaprime
Ferskt

ÍSLANDSLAMB

1.998 kr. kg

Íslandslamb Lambalærissneiðar
Kryddlegnar, blandaðar, ferskar

ÍSLANDSLAMB

2.598 kr. kg

Íslandslamb Lambakótilettur
Kryddlegnar, ferskar

1.298 kr. kg

Bónus Grísakótilettur
Með beini, kryddaðar

BONUS

998 kr. kg

Bónus Grísabógsneiðar
Kryddaðar, ferskar

ÍSLANDSLAMB

3.898 kr. kg

Íslandslamb Lambafillet
Ferskt

ÍSLANDSLAMB

2.598 kr. kg

Íslandslamb Lambalærissneiðar
Kryddlegnar, 1.flokkur, ferskar

KJARNAFÆÐI

LAMBALÆRI MEÐ VILLTUM ÍSLENSKUM KRYDDJURTUM

1.398 kr. kg

Kjarnafæði Heiðalamb
Kryddað lambalæri, ferskt

LAGT VERÐ ALLA DAGA

329 kr. 450 g

Pykkvabæjar Kartöflusalat
450 g

Aðeins **150kr** stykkið

1.498 kr. 10 stk.

Kjarnafæði Nautgripaborgarar
10x120 g, frosnir

EURO SHOPPER

STONE OVEN PIZZA MARGHERITA

198 kr. stk.

Euro Shopper Ostapizza
Frosin, 300 g

BONUS EKKERT BRUÐL

Opunartími í Bónus: Mánudaga-Fimmtudaga; 11:00-18:30 • Föstudaga; 10:00-19:30 • Laugardaga; 10:00-18:00 • Sunnudaga; 12:00-18:00

TÍMAMÓT



Merkisatburðir

1776 Konungur gefur út tilskipun um póstferðir á Íslandi, en slíkar ferðir hefjast þó ekki fyrr en 1782.

1934 Dettifossslagurinn á Siglufirði, sem er hörd viðureign verkfallsmanna og andstæðinga þeirra vegna afgreiðslubanns á skip Eimskipafélags Íslands. Hæstiréttur fellir dóm gegn verkfallsmönnum 1937.

1947 Sauðárkrúkur verður kaupstaður með lögum frá Alþingi.

1966 Íslenska ríkið kaupir Skaftafell í Örfæum undir þjóðgarð sem er opnaður tveimur árum síðar. Jörðin er 1% alls Íslands.

1981 Mehmet Ali Ağca skýtur Jóhannes Pál páfa II á Péturstorginu í Róm.

2005 Blóðbaðið í Andijan: Hermenn drepa hátt í 700 mótmælendur í austurhluta Úsbekistans.

2007 Manchester United lyftir niunda bikar sínum í ensku úrvalsdeildinni.

2012 Manchester City vinnur Englandsméistaratilinn í knattspyrnu með sigri á Queens Park Rangers.



Guðrún Sævarsdóttir, deildarforseti tækni- og verkfræðideildar Háskólans í Reykjavík. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Fjölbreytt verkefni nemenda verða til sýnis

Tæknidagur Háskólans í Reykjavík fer fram á morgun milli klukkan 13 og 17. Þar gefst gestum tækifæri til að kynna sér fjölbreytt verkefni sem nemendur í tæknifræði og verkfræði við háskólann hafa unnið í verklegum og hagnýtum námskeiðum. Allir velkomnir.

„Tæknidagurinn er uppskeruhátíð nemenda í tækni og verkfræðideild Háskólanum í Reykjavík. Stærsta verkefnið sem við komum til með að kynna er keppnisbíl fyrir Formula student sem nemendur stefna á að koma á Silverstone-kappakstursbrautina í Bretlandi í sumar,“ segir Guðrún Sævarsdóttir, deildarforseti tækni- og verkfræðideildar Háskólans í Reykjavík.

„Aðalástæðan fyrir því að við erum með verkefni af þessu tagi í gangi er að nemendur öðlist reynslu því það að

vera góður verkfræðingur eða tæknifræðingur er ekki einungis spurning um að vera flinkur að reikna dæmi heldur er mikilvægt að geta unnið með skorðurnar sem þú færð og gert eitthvað sem virkar,“ segir Guðrún.

Meðal verkefna sem nemendur unnu að þetta árið er litil vatnsaflsvirkjun með túrbínu, virkjun sjávaröldu, könnun á rafgæðum á Akranesi, búnaður til að fylgjast með rennsli í ám og lækjum sem sendir gögn með GSM, þraut í undankomuharbergi og ljósastýring

með 3D-skynjun á staðsetningu handar.

„Veittar verða viðurkenningar Tæknifræðingafélags Íslands fyrir framúrskarandi lokaverkefni í tæknifræði. Þau verkefni sem hljóta viðurkenningu í ár eru steypt útveggjaklæðning með basaltbendingu, veðurkapa á forsteyptum útveggjaeiningum með basalttrefjabendingu, búnaður til rafmagnsframleiðslu í bauju og virkjun svínagass á Vatnsleysuströnd,“ segir Guðrún og bætir við að allir séu velkomnir.

gudrunjona@frettabladid.is



Innilegar þakkir fyrir auðsýnda samúð og hlýhug við andlát og útför ástkærs föður, tengdaföður og afa okkar,
Jóns Gunnars Tómassonar

Sérstakar þakkir fær starfsfólk á hjartadeild 14-E á Landspítala og starfsfólk heimahjúkrunar Reykjavíkurborgar fyrir frábæra umhyggju og umönnun.

Helga Matthildur Jónsdóttir
Tómas Jónsson
Sigríður María Jónsdóttir
og barnabörnin.

Rafn Rafnsson
Áslaug Briem
Björn Bjartmarz



Ástkær móðir mín, amma okkar, langamma og frænka,
Sigurlaug Helga Leifsdóttir

lést þriðjudaginn 10. maí. Útförin fer fram frá Fossvogskirkju þriðjudaginn 17. maí kl. 13.00. Samtímis fer fram útför dóttur hennar, Jóhönnu Hákonardóttur.

Leifur Hákonarson
Hákon Helgi Leifsson
Sara Leifsdóttir
Sigurlaug Helga Teitsdóttir
Álfheiður Erla Sigurðardóttir
og fjölskyldur þeirra.



Elskulegur eiginmaður minn, faðir okkar, tengdafaðir, afi, langafi og langalangafi,
Olgeir Þorsteinsson
frá Ölvískrossi, til heimilis að Bárugötu 18, Akranesi,

sem lést 7. maí á Sjúkrahúsi Akraness, verður jarðsunninn þann 17. maí kl. 13 frá Akranesirkirkju.

Fyrir hönd vandamanna,
Arndís Kristín Daðadóttir



Elskulegur eiginmaður minn,
Óli Berg Kristdórsson
„Óli í Pallaleigunni“
Skógarhlíð 43, Akureyri,
lést 25. apríl síðastliðinn á Landspítalanum. Bálför hefur farið fram en minningarathöfn verður haldin í Akureyrarkirkju á sjötugsafmælinu hans þann 13. júní næstkomandi.

Inger Nordahl Jensen



Elskulegur eiginmaður minn, faðir okkar, sonur og tengdasonur,
Kristinn Rúnar Karlsson
Bogabraut 950, Reykjanesbæ,

lést á Landspítalanum í Fossvogi, fimmtudaginn 5. maí. Útförin fer fram frá Safnaðarheimili Keflavíkurkirkju, þriðjudaginn 17. maí kl. 13.00.

Svanlaug Halldórsdóttir
Kristrún Halla Kristinsdóttir
Marzuk Ingi Svanlaugar, Aazis Freyr Svanlaugarson
Karl G. Sævar
Kolbrún Sigurðardóttir, Halldór Ingi Sigurjónsson
og aðrir aðstandendur.



Þökkum öllum þeim sem sýndu okkur samúð og hlýhug við andlát og útför ástkærs sambylismanns míns, föður okkar, tengdaföður, afa og langafa,
Sigursteins Guðmundssonar
læknis við Héraðshæli Austur-Húnavetninga á Blönduósi.

Kristin Ágústsdóttir

Matthías L Sigursteinsson
Rósa M. Sigursteinsdóttir
Fanneý Zophoniasdóttir
Rúnar Þór Ingvarsson
barnabörn og barnabarnabörn.



Elskulegur faðir minn,
Magnús Lárus Jónsson
fæddur 14. september 1919,

lést í heimabæ sínum, Sterling Virginia, USA, miðvikudaginn 4. maí síðastliðinn.

Jon Erik Jonsson
og fjölskyldan hans á Íslandi.



Innilegar þakkir fyrir auðsýnda samúð vegna andláts og útfarar móður okkar, tengdamóður, ömmu, langömmu og langalangömmu,

Mekkínar Guðnadóttur
frá Sigtúnum, Eyjafjarðarsveit.

Sérstakar þakkir til starfsfólks dvalarheimilisins Hlíðar, Akureyri.

Bjarni Kristjánsson
Gunnar Kristjánsson
Jón Guðni Kristjánsson
Sigrún Kristjánsdóttir

Elisabet Guðmundsdóttir
Oddný Vatnsdal

Haraldur Hauksson
Helga Sigrún Harðardóttir
barnabörn, barnabarnabörn og barnabarnabarnabörn.

Tilkynningar um merkisatburði, stórafmæli og útfarir má senda á netfangið timamot@365.is.

VORÚTSALA

ALLT AÐ 60% AFSLÁTTUR

YFIR 100 GERÐIR AF SJÓNVÖRPUM

LG OLED SJÓNVÖRP
MEÐ ALLT AÐ 38% AFSLÆTTI

65" SJÓNVÖRP
MEÐ ALLT AÐ 200.000 KR AFSL.

YAMAHA RESTIO HLJÓMTÆKI
MEÐ ALLT AÐ 58% AFSLÆTTI

BLUETOOTH HÁTALARAR
MEÐ ALLT AÐ 50% AFSLÆTTI

YAMAHA MULTIROOM HÁTALARAR
MEÐ ALLT AÐ 50% AFSLÆTTI

40" ULTRA HD 4K SMART
SJÓNVÖRP FRÁ 89.990 KR

OPIÐ VIRKA DAGA 9-18 OG LAUGARDAGA 11-16 | SJÁÐ ÖLL TILBOÐIN Á SM.IS

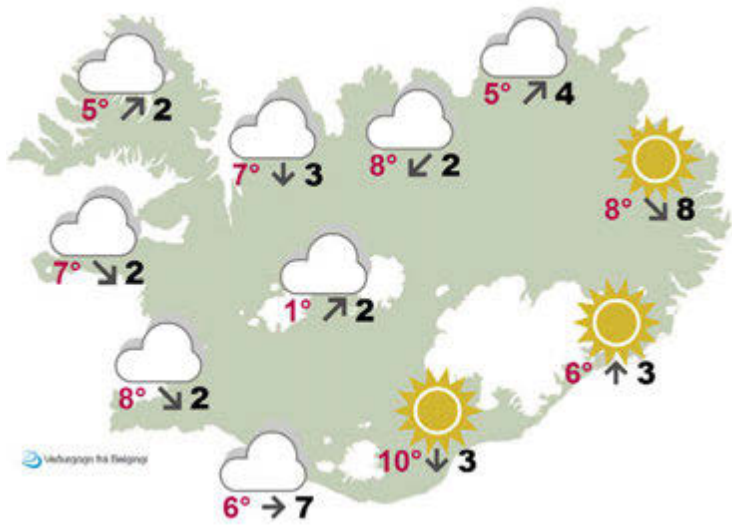


Sjónvarpsmiðstöðin

RAFTÆKJAVERSLUN • SÍÐUMÚLA 2 • SÍMI 568 9090 • www.sm.is

VEÐUR & MYNDASÖGUR

Veðurspá Föstudagur



Róleg vestanátt í dag, föstudagur og léttskýjað suðaustantil á landinu. Skýjaðra veður í öðrum landshlutum en ætti víða að sjást til sólar, þó síst vestanlands. Hiti 6 til 17 stig, hlýjast á Suðausturlandi.

Laugardagur

Reykjavík 6° → 5	Ísafjörður 6° ↗ 14	Akureyri 5° → 10
Egilsstaðir 7° → 5	Kirkjubæjarkl. 8° ↘ 10	Hveravellir 1° ↗ 6

Sunnudagur

Reykjavík 6° → 3	Ísafjörður 6° ↗ 15	Akureyri 5° ↗ 11
Egilsstaðir 9° → 5	Kirkjubæjarkl. 10° ↘ 10	Hveravellir 2° ↗ 6

Prautir

Krossgáta

- LÁRÉTT**
- aldinlögur
 - Ófug röð
 - líða vel
 - pili
 - rás
 - tárfelldu
 - fáni
 - ekki
 - hár
 - angan
 - i röð
 - krafs
- LÓDRÉTT**
- harmur
 - tveir eins
 - fugl
 - hestaskitur
 - nískupúki
 - duft
 - vefnaðarvara
 - gón
 - tré
 - svörð

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

LÓDRÉTT: 1. sörp, 3. un, 4. snæugla, 5. tað, 7. nifill, 8. rítu, 14. flagg, 16. ei, 17. ull, 18. ilm, 20. að, 21. klór, 22. múst, 2. must, 6. on, 8. una, 9. rim, 11. að, 12. mól, 13. tau, 15. glápur, 16. eik, 19. mól.

Skák Gunnar Björnsson

Vaisman hafði hvítt gegn Hulak í Val Thorens árið 1983.

Hvítur á leik

1. Rg4! Db5 (1...Rxc1 2. Rxh6+ Kg7 3. Dg5+) 2. Bh7+! Kxh7 3. Dxx8 Rxc1 4. Dxx6+ Kg8 5. Rf6#.

EM einstaklinga hófst í gær í Kósóvó. Fjórir íslenskir skákmenn.

www.skak.is: Stefán Arnalds öðlingameistari.



Sudoku

LÉTT

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

MIDLUNGS

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

PUNG

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

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

Lausn síðustu sudoku

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

Myndasögur

PONDUS



Eftir Frode Øverli

GELGJAN



Eftir Jerry Scott & Jim Borgman

BARNALÁN



Eftir Jerry Scott & Rick Kirkman

FRÉTTABLAÐIÐ er Helgarblaðið

Lagður í einelti í 20 ár

Heimir Mariuson var lagður í einelti á sjó í tuttugu ár. Hann gagnrýnir harðlega úrræðaleysi útgerðarinnar í eineltismálum og vonast til að opna umræðuna um einelti á sjó, sem er algengt vandamál.



Erfitt en lærdómsríkt

María Ólafsdóttir gerir upp þátttöku sína í Eurovision. Hún segir dagana eftir keppnina hafa verið erfiðan tíma en er þakklát fyrir reynsluna.

Sóknarfærin eru gríðarleg

Halla Helgadóttir, framkvæmdastjóri Hönnunarmiðstöðvar Íslands, kallar eftir raunverulegum stuðningi við nýja og blómlega atvinnugrein frá ríki og borg.



ellos OUTLET

NOKKRIR DAGAR EFTIR

AÐEINS

3

VERÐ

ALLT
Á AÐ
SELJAST

250 KR

500 KR

&

1000 KR

VIÐ ERUM Í MJÓDDINNI

NOKKRIR DAGAR EFTIR
LOKUM 13. MAÍ - ALLT Á AÐ SELJAST!

ellos.is | Outlet | Mjóddinni | Þarabakka 3
Opnunartími: Virka daga 12.00-18.00. laugardaga 12.00-17.00.



FERSKARI OFURFÆÐA

Ávextir og grænmeti er mjög ríkt af vítamínum, andoxunar- og steinefnum. Í því er líka að finna mikið af trefjum og mörgum öðrum hollum efnum. Rannsóknir benda til þess að neysla á grænmeti og ávöxtum geti dregið úr líkum á ýmsum sjúkdómum.

Ný uppskera frá Spáni



1.698 kr/pk

Bláber 500 g.

Í bláberjum er mikið af jurtabláma (anthocyanins), en í honum eru andoxunarefni sem almennt eru talin draga úr hættu á hjarta- og æðasjúkdómum. Ásamt því að sporna gegn sykursýki 1 og 2. Bláber eru því sannkölluð ofurfæða.



799 kr/pk

Íslensk jarðarber



ávöxtur mánaðarins

679 kr/pk

Mini Prunella tómatar

Nýtt í Hagkaup



Nóa kropp

Piparhúðað Nóa kropp - Takmarkað magn.

Ný sending



Snowdonian Cheddar

Margverðlaunaðir Cheddar ostar
Mesta úrval osta á Íslandi.



NÝBAKAÐ



159 kr/stk
verð áður 279

Baguette

Nýbakað úr bakaríi Hagkaups.

Nýtt í Hagkaup



Propercorn

Gæða poppkorn, loksins fánlegt á Íslandi.



Gos

Alltaf kalt gos.



Tostitos snakk

Alvöru kornsnakk.

SMOKE IT ALL

EASY SMOKING IN THE GRILL

Genuine Smoking Mix



DEKRAÐU VIÐ GESTINA Í GRILLVEISLUNNI

Einstakt BBQ-reykbragð fyrir alla grillrétti. Veljið á milli nokkurra reykblanda í handhægum reykbökkum - tilbúið til notkunar á grillinu.

Nýtt í Hagkaup



Uppskriftir og kennslumyndband á www.smokeitall.dk



OPIÐ

allan sólarhringinn
Garðabær, Skeifan,
Spöng & Eiðistorg



NAUTAAT

ALLT Á GRILLIÐ

TILBOÐ
25%
afsláttur á kassa



UNGNAUTAFÍLE
3.749 kr/kg
verð áður **4.999**



TILBOÐ
25%
afsláttur á kassa

GRÍSAHNAKKA-SNEIÐAR
1.874 kr/kg
verð áður **2.499**



TILBOÐ
25%
afsláttur á kassa

ENTRECOTE
3.599 kr/kg
verð áður **4.799**



TILBOÐ
25%
afsláttur á kassa

LAMBALUNDIR
4.499 kr/kg
verð áður **5.999**



TILBOÐ
20%
afsláttur á kassa

HAMBORGARAR
4X80g M. BRAUÐI
879 kr/pk
verð áður **1.099**



TILBOÐ
20%
afsláttur á kassa

KJÚKLINGA-BRINGUR
2.159 kr/kg
verð áður **2.699**



LÍFRÆN ÍTÖLSK HRÁSKINKA OG SALAMI



HAGKAUP
Sæmmtilegast að versla

FRÉTTABLAÐIÐ **MENNING**Magnús
Guðmundsson
magnus@frettabladid.is

Miðstöð íslenskra bókmennta tilkynnti í vikunni um úthlutun útgáfustyrkja 2016 sem og fyrri úthlutun ársins til þýðingarstyrkja. Verkin sem hljóta útgáfustyrk að þessu sinni sýna svo ekki verður um villst hversu fjölbreytt og margþætt útgáfustarfsemi er á Íslandi í dag. Á meðal verkanna er að finna bækur um verslunarsögu, handverk, ljóðasöfn, hinsegin sögu og þannig mætti lengi telja. Þorgerður Agla Magnúsdóttir hjá Miðstöð íslenskra bókmennta segir starfsemi miðstöðvarinnar vera margþætta en að eitt það ánægjulegasta við starfið sé óneitanlega þau jákvæðu áhrif sem miðstöðin hefur á fjölbreytni í íslenskri bókaútgáfu.

Margþætt starf

„Miðstöðin útteilir styrkjum til útgefenda á Íslandi til útgáfu íslenskra ritverka og þýðingar. Þetta eru styrkir sem útgefendur, bæði stórir og smáir, sækja um en ekki höfundarnir enda mikilvægt að styðja við bakið á metnaðarfullri útgáfustarfsemi. En svo frá 2008 hafa einnig verið veittir svokallaðir nýræktarstyrkir en það eru styrkir til nýrra höfunda og handrita nýrra verka. Það er alltaf mjög skemmtilegt og við munum veita þá styrki núna í lok mánaðarins en við erum að fara yfir umsóknirnar núna.

Miðstöð íslenskra bókmennta veitir einnig styrki til þýðinga og kynninga á verkum á íslenskum verkum á erlendum tungumálum og það eru erlendir útgefendur íslenskra verka sem sækja um það. Að auki veitum við svo kynningar- og ferðastyrki til höfunda sem eru að kynna verk sín utan landsteinanna, kynningarþýðingastyrki þar sem stakir kaflar íslenskra verka eru þýddir til kynningar og loks dvalarstyrki þýðenda sem koma hingað og vinna að þýðingum íslenskra bókmennta. Þannig að þetta er í raun mjög víðamikil starf.“

Fátæklegri bókmenning

Þorgerður Agla segir að það væri hætt við því að margt af þeim verkum sem miðstöðin styrkir næði aldrei alla leið í útgáfu án styrkjanna. „Þó að styrkirnir nái kannski upp í einhverja tugi prósentu vonandi, t.d. þegar við horfum á útgáfustyrkina, þá eru verkin svo mismunandi að stærð og umfangi að án styrkjanna er hætt við að áhættan af útgáfunni yrði einfaldlega of mikil.



Þorgerður Agla Magnúsdóttir hjá Miðstöð íslenskra bókmennta segir sérstaklega gaman að fylgjast með þeirri nýliðun sem miðstöðin eigi þátt í að stuðla að.

FRÉTTABLAÐIÐ/DANÍEL

Gaman að sjá nýja höfunda blómstra

Í vikunni tilkynnti Miðstöð íslenskra bókmennta um úthlutun styrkja sem stuðla bæði að blómlegri bókmenningu og kynningu á íslenskum bókmenntum.

ÞAD SEM ER KANNSKI ALLRA SKEMMTILEGAST ER AÐ SJÁ ÞEGAR ÞAD KEMUR INN HANDRIT OG UMSÓKN AÐ NÝRÆKTARSTYRK OG SVO KEMUR VERKIÐ ÚT OG VIÐ FYLGJUMST MEÐ VIÐKOMANDI HÖFUNDI BLÓMSTRA.

Það er auðvitað alltaf verið að berjast fyrir því að styrkirnir séu stærri til þess að það sé hægt fyrir útgefendur að leggja í veigameiri verk. Við stöndum einnig ásamt Bókmenntaborginni að lestarkeppninni Allir lesa. Í raun eru verðlaunin þar alveg stórkostleg en þau eru einfaldlega að vera duglegastur og bestur í að lesa. Það gæti nú ekki verið betra.

Við finnum mikið fyrir árangri í okkar starfi með því að það munar greinilega mjög mikið um útgáfustyrkina. Þeir skipta útgefendur

greinilega miklu máli og eins hefur aukist að útgefendur tala um þýðingarstyrkina sem úrlitaatriði varðandi það hvort ráðist er í útgáfuna eða ekki. Án þessara styrkja er hætt við að það væru mun færri þýðingar sem kæmu út og bókmenning væri fatæklegri á landinu.

Nýliðun og lestur

Það er mjög gaman að sjá afrakstur þess sem við komum að. Við erum með tvo ráðgjafa sem ráðnir eru til árs í senn á hverju ári og þeir meta

umsóknirnar og gera tillögur að styrkjunum. Það sem er kannski allra skemmtilegast er að sjá þegar það kemur inn handrit og umsókn að nýræktarstyrk og svo kemur verkið út og við fylgjumst með viðkomandi höfundi blómstra. Fjölmíðlar hafa veitt þessum nýju höfundum athygli og þar með fáum við inn nýjar raddir og aukum við flórana. Það væri mun erfiðara og áhættusamara fyrir alla að gera þetta án styrkjanna og auðvitað skiptir máli fyrir þessa nýju höfunda að fá viðurkenningu fyrir sín verk.“

Einsleit persóna

DANS

Persóna

★★★★★

Íslenski dansflokkurinn

Danshöfundar: Hannes Þór Egilsson, Halla Ólafsdóttir og Lovisa Ósk Gunnarsdóttir

Dansarar: Aðalheiður Halldórsdóttir, Cameron Corbett, Einar Aas Nikkerud, Halla Þórðardóttir, Hjördís Lilja Örnólfsdóttir og Þyri Huld Árnadóttir

Frumsaminn tónlist: Valdimar Jóhannsson

Búningahönnuðir: Elsa Blöndal og Þyri Huld Árnadóttir

Íslenski dansflokkurinn sýnir nú tvö ný verk á Nýja sviði Borgarleikhússins undir samheitinu Persóna. Annað er verkið Neon eftir Hannes Þór Egilsson, en hitt verkið What a feeling eftir Höllu Ólafsdóttur og Lovísu Ósk Gunnarsdóttur. Uppfærslurnar eru frekar smáar í sniðum og er tilgangurinn með því góður, þ.e. að gefa færi á tilraunastarfsemi og minni uppfærslum þar sem lögd er áhersla á innihald en ekki umbúnað. Þessu fagna ég og er einmitt þeirrar skoðunar að það þurfi fleiri tækifæri

innan íslenska dansheimsins til að kanna nýjar viddir.

Efnistöð fyrri verksins, Neon, eru ansi kunnugleg og líkist það afar mörgum verkum sem Íslenski dansflokkurinn hefur borið á borð. Þar hefur myndast viss hreyfiorðaforði meðal dansaranna sem flokkurinn virðist ekki geta hrist af sér. Fyrir þá sem sækja danssýningar oft er þetta orðið ansi leiðigjörn formúla sem gripið er til aftur og aftur. Það er ekkert nýtt né spennandi við verkið, hvorki hugmyndina né útfærsluna. Upplifunin er sú sama í hvert skipti sem ég geng út af slíkrri sýningu með flokknum. Ég velti því fyrir mér af hverju verið sé að sýna mér sama verkið trekk í trekk. Eina takmarkið virðist vera að setja spor á svið – framleiða dans án þess að segja nýja sögu.

Ekki er þó við dansarana að sakast sem flytja verkið fallega og af miklum krafti. Hannes sjálfur er mjög fær dansari með mjög sérstakar áherslur sem nýttust ekki vel í þessu verki. Verkið virkar á mig eins og æfing fyrir eitthvað sem á kannski eftir að koma og gæti verið eitt lag í því.

Seinna verkið, What a feeling,



Úr verkinu Neon eftir Hannes Þór Egilsson.

er með öðruvísi sniði þar sem hver dansari er að vinna út frá persónulegri lífsreynslu, skoðun eða hugmynd. Það er skemmtilegt og frumleg hugsun tengd við verkið, en því miður nær það ekki flugi. Kannski líður það fyrir að ekki var lögd meiri rækt við hugmyndina því nægir

hæfileikar eru fyrir hendi ef því væri að skipta. Verkið byggist í stuttu máli á því að inn gengur dansari, segir sögu af þeim dansi sem hann ætlar að dansa, dansar hann og fer út. Inn gengur næsti og svona gengur þetta þar til sex dansarar hafa lokið sér af. Formið er endurtekningagjarnt þar

til maður er beinlínis farinn að telja niður hversu margir eru eftir. Þarna mætti vissulega bæta formið.

Þetta verk styóst ekki við neitt þema, þar sem allir dansarar kæmu inn og fjölludu um svipaða hluti né heldur getur maður tengt þessi atriði saman. Viðfangsefnið virðist vera gjörsamlega handahófskennt og skilur áhorfandann eftir ruglaðan og syfjaðan.

Sumir áttu þó góða spretti, og má þar nefna Einar Aas, sem tók mjög skemmtilegan orðrugling fyrir sem skildi eftir hlátur í huganum og lyfti verkinu. Gaman hefði verið að sjá meira af slíkum snjöllum frumleika en það er einmitt til þess sem fólk sækir í leikhúsið að upplifa nýja sýn eða láta snerta við sér. Aðalheiður náði mér með einlægni og magnaðri sögu sinni, en hún virðist hafa náð að kafa dýpra í sjálfa sig en margir aðrir dansarar þessa verks. Hún var bæði hjartnæm, opin og svolítið myndin.

Kara Hergils Valdímarsdóttir

NIÐURSTADA: Frekar klisjukennt og of kunnuglegt. Of lítið lagt í úrvinnslu efnis. Sækið samt áfram á brattann.

HVÍTASUNNUHÁTÍÐ Í HALLGRÍMSKIRKJU

PENTECOST CELEBRATIONS IN HALLGRÍMSKIRKJA

14.–16. MAÍ 2016 / MAY 14 - 16 2016

14. MAÍ LAUGARDAGUR – HVÍTASUNNA / SATURDAY–PENTECOST



12.00 ORGELTÓNLEIKAR – Organ Concert
VENI CREATOR SPIRITUS
– KOM HELGUR ANDI
Hörður Áskelsson leikur hrifandi orgeltónlist eftir
/ Works by: De Grigny, J.S. Bach, Buxtehude.
Aðgangseyrir / Admittance: 2000 ISK.

12.15 OPNUN SÝNINGAR HULDU HÁKON
„PÉTUR“ í forkirkju Hallgrímskirkju.
Opening of an arts exhibition: “Peter”
Bas-reliefs by renowned Icelandic artist Hulda Hákon.
All welcome!
Sýningin stendur til 28. ágúst 2016.
Léttar veitingar – allir velkomnir!



15. MAÍ HVÍTASUNNUDAGUR / PENTECOST

11.00 HÁTÍÐARMESSA. Mótettukór Hallgrímskirkju flytur glæsilega hátíðartónlist. Stjórnandi Hörður Áskelsson, orgelleikari Björn Steinar Sólbergsson. Prestur er dr. Sigurður Árni Þórðarson. Bein útsending á Rás 1.



11 am Festive Mass with the Hallgrímskirkja Motet Choir, conducted by Hörður Áskelsson, Björn Steinar Sólbergsson organ, rev. Sigurður Árni Þórðarson.

17.00 HVÍTASUNNUTÓNLEIKAR MÓTETTUKÓRS HALLGRÍMSKIRKJU.

5pm The Hallgrímskirkja Motet Choir's Pentecost Concert
Á efnisskránni er áhrifamikil og falleg kórtónlist eftir / Works by Durufle, Bruckner, Messiaen, Knut Nystedt, Rachmaninoff (úr Vesper), Hreiðar Inga Þorsteinsson, Halldór Hauksson og Frank Martin (úr Messu fyrir tvo kóra). Einsöngvari/ Soloist: Auður Guðjohnsen alt. Stjórnandi / Conductor: Hörður Áskelsson.
Aðgangseyrir/ Admittance: 3500 ISK.



16. MAÍ ANNAR Í HVÍTASUNNU-Pentecost Monday

11.00 HÁTÍÐARMESSA- Festive Mass

LAUGARÁS BÍÓ

miði.is
Miðsala og nánni upplýsingar

TILBOÐ KL 3:50 **TILBOÐ KL 4:15**

ANGRY BIRDS
LEIKJUNUM ER LOKIÐ

BAD NEIGHBOURS
THERE'S A NEW WAR NEXT DOOR

CIVIL WAR

TILBOÐ KL 3:50 **TILBOÐ KL 4:15**

LAUGARÁS BÍÓ Sýningartímar

ANGRY BIRDS	3:50, 5:50 ISL.TAL
ANGRY BIRDS 3D	4:15 ISL.TAL
ANGRY BIRDS	5:50, 8 ENS.TAL
BAD NEIGHBOURS 2	8, 10
CAPTAIN AMERICA	7, 10
RATCHET & CLANK	3:50 ISL.TAL
MADUR SEM HEITIR ÖVE	10:10

SAMBIÓIN

Frábær rómantísk gamanmynd frá leikstjóra Pretty Woman og Valentine's Day

MOTHER'S DAY KL. 3-5:30 - 8 - 10:30

CAPTAIN AMERICA 3D KL. 5:15 - 8:20

CAPTAIN AMERICA 2D KL. 7-8 - 10:05

CAPTAIN AMERICA 2D VIP KL. 10:30

CRIMINAL MIND KL. 10:40

RIBBIT KL. 3-5

THE JUNGLE BOOK 2D KL. 3-3:40 - 6-8:20

ZOOTROPOLIS KL. 3:20-5:40

KRINGLUNNI NÚMÉRUB SÆTI

MOTHER'S DAY KL. 5:30 - 8 - 9 - 10:30

CAPTAIN AMERICA 2D KL. 6-9

ALLEGIAN KL. 6:20

MOTHER'S DAY KL. 5:30 - 8 - 10:20

BAD NEIGHBOURS 2 KL. 5:50 - 8 - 10:30

CAPTAIN AMERICA 3D KL. 5:30 - 8:30

CAPTAIN AMERICA 2D KL. 10:10

THE JUNGLE BOOK 2D KL. 5:40 - 8

MOTHER'S DAY KL. 8 - 10:30

ANGRY BIRDS KL. 5:50

ANGRY BIRDS 3D KL. 8

CAPTAIN AMERICA 2D KL. 10:10

ZOOTROPOLIS KL. 5:40

AKUREYRI

MOTHER'S DAY KL. 5:30 - 8 - 10:30

CAPTAIN AMERICA 3D KL. 5:30 - 8:30

SMÁRA BÍÓ HÁSKÓLA BÍÓ

LEIKJUNUM ER LOKIÐ

ANGRY BIRDS

BAD NEIGHBOURS

FORELDRA BÍÓ
BAD NEIGHBOURS 2 Í DAG KL. 12 Í SMÁRABÍÓ

FORSALA HAFIN

X-MEN APOCALYPSE

Where To Invade Next

FLOBBY GJAN

RATCHET & CLANK

Sýningartímar á eMiði.is, miði.is og smarabio.is

Hvað? Hvenær? Hvar? Föstudagur

hvar@frettabladid.is

13. MAÍ 2016

Tónlist

Hvað? Rapp í Reykjavík
Hvenær? 21.00
Hvar? Húrra
Tónlistarhátíð á Húrra þar sem ein-göngu koma fram rapparar. Hátíðin hefst í kvöld og mun svo standa yfir alla helgina. Í kvöld koma m.a. fram Kött Grá Pje, Shades of Reykjavík og Forgotten Lores. Miðaverð er 6.000 fyrir alla hátíðina og 3.000

krónur fyrir stakt kvöld.

Hvað? Erik
Hvenær? 21.30
Hvar? Gaukurinn
Hljómsveitin Erik spilar á Gaukn-um í kvöld og mun vafalaust trylla lýðinn.

Hvað? Digvalley
Hvenær? 21.00
Hvar? Sláturhúsið, Egilsstöðum
Norska hljóm-sveitin Digvalley treður upp í Sláturhúsinu. Hljóm-sveitin er í tónleikaferðalagi um landið og verður á Egilsstöðum í kvöld. Miðaverð er 2.000 krónur.

Hvað? DJ Silja Glömmi
Hvenær? 21.00
Hvar? Hverfisgötu 12
Svaka stuð á Hverfisgötu 12 sem margir kannast við sem „nafnlaus staðinn“. Ókeypis inn.

Hvað? KingKiller, Vertigo og Electric Space Orchestra
Hvenær? 23.00
Hvar? Bar 11

Dúndrandi rokkstemming á Bar 11 þegar þessar þrjár sveitir stíga á svið í kvöld. Frítt inn.

Hvað? Ugglu og Reason
Hvenær? 22.00
Hvar? Café Rosenberg
Þessi tvö bönd munu halda uppi stemmingunni á Rosenberg í kvöld og það kostar 1.000 krónur inn.

Hvað? Ellert trúbadur / DJ Pétur
Hvenær? 21.00
Hvar? American Bar
Ellert trúbadur mundar gítarinn á American Bar og hver veit nema að Wonderwall fái að hljóma. Síðar um kvöldið mætir DJ Pétur og leiðir dansinn inn í nóttina.

Hvað? DJ Símon FKNHNSM
Hvenær? 22.00
Hvar? Kaffibarinn
DJ Símon FKNHNSM verður á spilurinum á Kaffibarnum í kvöld og það verður frítt inn.

Hvað? Jazz // Leifur Gunnarsson
Hvenær? 21.00
Hvar? Tíu dropar
Leifur Gunnarsson spilar djass á Tíu dropum. Aðgangur ókeypis.

Hvað? Norðlenskar konur í tónlist
Hvenær? 20.00
Hvar? Rauðka, Siglufirði
Þær Ásdís Arnardóttir, Helga Kvam, Kristjana Arngrímsdóttir, Lára Sóley Jóhannsdóttir og Þórhildur Örvarsdóttir koma fram á Siglufirði í kvöld og spila lög eftir íslenskar og erlendar konur. Miðaverð er 2.500 krónur.

Aron Can verður ásamt Herra Hnetusmjöri og Joe Frazier á Tivoli bar í kvöld.

Hvað? DJ Herr Gott
Hvenær? 22.00
Hvar? Boston
Dansinum á Boston verður stjórnað af DJ Herr Gott í kvöld. Frítt inn.



Gamli Gaukurinn tekur vel á móti öllum og Erik spilar þar í kvöld.

Hvað? Lemon & Pie DJ-set
Hvenær? 21.00
Hvar? BarAnanas
DJ-set frá Lemon & Pie á BarAnanas og mikið fjör. Aðgangur ókeypis.

drengi og kvöldið í kvöld verður vafalaust engin undantekning. Það verður frítt inn.

Fundir

Hvað? Íslensk frönsk ráðstefna um þróun geðraskana frá bernsku til full-orðinsára
Hvenær? 08.30
Hvar? Háskólatorg 102
Ráðstefna sem haldin verður á Háskólatorgi í dag og á morgun. Þátttakendur þurfa að skrá sig og verð er 18.000 krónur en nemendur Háskóla Íslands borga 8.000 krónur.

Uppákomur

Hvað? Opunarverk Listahátíðar Reykjavíkur
Hvenær? 17.30
Hvar? Ingólfstorg
Opunarverk Listahátíðar Reykjavíkur verður flutt af bandaríska dansflokknum Bandaloop og verður sviðið bygging í miðborg Reykjavíkur.

Hvað? Skjaldborg
Hvenær? 21.00
Hvar? Patreksfirði
Hátíð íslenskra heimildarmynda verður haldin í tíunda sinn á Patreksfirði nú um helgina. Ókeypis er inn á sýningar en hægt er að kaupa armband sem veitir aðgang að dansleik, sundlauginni og fleiru.

Hvað? Útför góðgerðarsýning
Hvenær? 20.00
Hvar? Samkomuhúsið, Akureyri
Sérstök góðgerðarsýning á gamanleiknum Útför. Leikritið er bæði samið og flutt af vandræðaskáldunum, þeim Vilhjálm B. Bragasoni og Sesseliu Ólafsdóttur. Miðaverð er 2.900 krónur.



Hvenær? 22.00
Hvar? Malarkaffi, Drangnesi
Alda Dis er á leiðinni hringinn í kringum landið og í kvöld verður hún í Drangnesi þar sem hún mun rífa þakið af Malakaffi.

Hvað? Herra Hnetusmjör - Joe Frazier - Aron Can
Hvenær? 21.00
Hvar? Tivoli bar
Kvöld ungstirnanna verður á Tivoli bar í kvöld. Aron Can hefur verið að gera allt vitlaust með mixteipinu sínu Þekkir strágin og Herra Hnetusmjör og Joe Frazier gáfu út plötuna Flottur skrákur í fyrra. Það er aldrei lognmolla í kringum þessa

TOYO TIRES **NANOENERGY**

Lægra veghljóð **Betra grip** **Minni eyðsla**

BENNA 590 2045 | BENNI.IS

NESDEKK 561 4200 / NESDEKK.IS

BIO PARADIS HAPPY HOUR Á BARNUM 17-19

Brev til kongen.....18:00, 20:00
Louder Than Bombs.....17:45
Anomalisa.....18:00
The Witch.....20:00
Hrútar ENG.SUB.....20:00

THE ARDENNES



Eftirréttir



Pralin ostakaka

Fullkomnaðu augnablikið með ljúffengri sælkeraköku.
– Láttu það eftir þér!



DAGSKRÁ

Föstudagur

STÖÐ 2

07.00 Simpson-fjölskyldan
07.20 Tommi og Jenni
07.40 Kalli kanína og félagar
08.05 The Middle
08.30 Pretty Little Liars
09.15 Bold and the Beautiful.
09.35 Doctors
10.15 First Dates
11.00 Restaurant Startup
11.45 Grand Designs
12.35 Nágrannar
13.00 The Switch
14.40 Angels Sing
16.05 Mayday
17.00 Tommi og Jenni
17.20 Simpson-fjölskyldan
17.40 Bold and the Beautiful
18.05 Nágrannar
18.30 Fréttir Stöðvar 2
18.50 Íþróttir
19.08 Island í dag
19.20 Impractical Jokers
19.45 Beethoven's Treasure Tail
21.25 Confirmation Frábær sannsöguleg mynd úr smiðju HBO frá árinu 2016 með Kerry Washington í aðalhlutverki. Hún fer á kostum í hlutverki Anitu Hill sem árið 1991 ákærði Clarence Thomas fyrir kynferðislega áreitni, en hann var hæstaréttardómari í Bandaríkjunum. Réttarhöldin höfðu vægast sagt söguleg og magnþrungin áhrif á menningu og stjórnmálasögu landsins.
23.20 Almost Famous
01.20 Hercules Dwayne Johnson leikur Herkúles, hinn máttuga son Seifs konungs. Eftir miklar þjáningar og harðræði ákveður hann að snúa baki við guðunum og finna sjálfan sig en það reynist erfitt því hann er hvorki maður né guð. Hann verður málaliði og ferðast til Grikklands ásamt nokkrum tryggum samferðamönnum þar sem hann selur bardagabjónustu sína hæstbjóðanda. Þegar konungur Prakiu og dóttir hans leita eftir aðstoð Herkúlesar við að sigrast á illum stríðsherra áttar hann sig á því að til þess að réttlætið geti sigrað þarf hann að verða aftur sá sem hann var.
02.55 Rain man
05.05 The Switch

SPORT

07.00 Pepsi deildin 2016
08.45 Pepsi deildin 2016
10.30 NBA
12.20 Premier League
14.05 Premier League
15.00 Pepsi deildin 2016
16.45 Pepsi deildin 2016
18.30 PL Match Pack
19.00 La Liga Report
19.30 Pepsi deildin 2016
22.00 Pepsimörkin 2016
23.30 Premier League Preview
00.00 NBA

SPORT 2

09.00 Spænski boltinn
10.35 Premier League
14.00 Messan
15.20 Ítalski boltinn
17.00 Pepsi deild kvenna 2016
18.40 Enska 1. deildin
20.45 Pepsi deildin 2016
22.30 NBA
00.20 Premier League

GOLFSTÖÐIN

08.00 The Players Championship
14.00 Volunteers of Am. No. Texas Shoot
17.00 The Players Championship
23.00 Golfing World 2016

ÚTVARP

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

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

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

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

FM 102,9 Lindin



SKEMMTILEG FJÖLSKYLDUMYND

19:45

BEETHOVEN'S TREASURE TAIL

Heppnin er með hinum unga Sam Parker þegar hann fær hundinn Beethoven og næma nefið hans til að hjálpa sér að finna falinn sjóræningjafjárjóð. Stórskemmtileg bíómynd fyrir alla fjölskylduna.

MEIRIHÁTTAR FÖSTUDAGUR

Fáðu þér áskrift á 365.is

365



SANNSÖGULEG KVÍKMYND!

21:20

CONFIRMATION

Mögnuð kvímynd, byggð á sönum atburðum, með Kerry Washington í hlutverki Anitu Hill sem árið 1991 ákærði Clarence Thomas fyrir kynferðislega áreitni en þá starfaði hann sem dómari í hæstarétti Bandaríkjanna. Réttarhöldin höfðu vægast sagt söguleg og magnþrungin áhrif á menningu og stjórnmálasögu Bandaríkjanna.

23:10

ALMOST FAMOUS

Dramatísk gamanmynd um William Miller sem er aðeins 15 ára gamall en samt hefur honum verið falið að skrifa grein í Rolling Stone sem hefur ótrúleg ævintýri í för með sér.



22:00

RED

Sérsvaitarmaðurinn Frank Moses er sestur í helgan stein en þegar hátæknigjafir launmorðingjar elta hann uppi kallar hann saman gömlu sveitina í snatri.



SPENNUTRYLLIR!

20:45

NCIS LOS ANGELES

Frábærir þættir um starfsmenn bandaríska hersins sem hafa það sérsvið að rannsaka glæpi sem tengjast sjóhernum eða strangæslunni.



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

365.is

STÖÐ 3

18.25 Masterchef USA
19.05 Cristela
19.30 Community
19.55 First Dates
20.45 NCIS Los Angeles
21.30 Justified
22.20 Supernatural
23.05 Sons of Anarchy
23.55 Community
00.20 First Dates
01.10 NCIS Los Angeles
01.50 Justified
02.40 Tónlistarmyndbönd frá Bravó

KRAKASTÖÐIN

07.00 Dóra könnuður
07.24 Mörgæsirnar frá Madagaskar
07.47 Vikingurinn Viggó
08.00 Áfram Diego, áfram!
08.24 Svampur Sveinsson
08.49 Rasmus Klumpur og félagar
08.55 UKI
09.00 Brunabílarnir
09.25 Latibær
09.48 Hvellur keppnisbill
10.00 Ævintýri Tinna
10.25 Kalli á þakinu
10.47 Mæja býfluga
11.00 Dóra könnuður
11.24 Mörgæsirnar frá Madagaskar
11.45 Vikingurinn Viggó
12.00 Áfram Diego, áfram!
12.24 Svampur Sveinsson
12.49 Rasmus Klumpur og félagar
12.55 UKI
13.00 Brunabílarnir
13.22 Latibær
13.47 Hvellur keppnisbill
14.00 Ævintýri Tinna
14.23 Kalli á þakinu
14.45 Mæja býfluga
15.00 Dóra könnuður
15.24 Mörgæsirnar frá Madagaskar
15.45 Vikingurinn Viggó
16.00 Áfram Diego, áfram!
16.24 Svampur Sveinsson
16.49 Rasmus Klumpur og félagar
16.55 UKI
17.00 Brunabílarnir
17.22 Latibær
17.47 Hvellur keppnisbill
18.00 Ævintýri Tinna
18.23 Kalli á þakinu
18.45 Mæja býfluga
19.00 Töfralandið OZ



07.00 Dóra könnuður

GULLSTÖÐIN

18.15 Raising Hope
18.40 Raising Hope
19.00 Friends
19.25 2 Broke Girls
19.50 Modern Family
20.15 Veistu hver ég var?
20.50 It's Always Sunny In Philadelphia
21.15 Crisis
22.00 The Mentalist
22.45 Longmire
23.25 Boardwalk Empire
00.25 Friends
00.45 Veistu hver ég var?
01.20 It's Always Sunny In Philadelphia
01.40 Crisis
02.25 Tónlistarmyndbönd frá Bravó

BÍÓSTÖÐIN

11.30 Prelude to a Kiss Það er ást við fyrstu sýn þegar Peter og Rita hittast og skömmu síðar eru þau komin upp að altarinu. En í brúðkaupinu birtist rosinn maður að nafni Julius og biður um að fá að kyssa brúðina. Peter verður ljóst að hann veit lítil deili á þessari ungu eiginkonu sinni. Með aðalhlutverk fara Alec Baldwin og Meg Ryan.
13.15 Girl Most Likely
15.00 Belle
16.45 Prelude to a Kiss
18.30 Girl Most Likely
20.15 Belle Rómantísk bíómynd frá árinu 2013 sem byggð er á sannsögulegum atburðum, en með hlutverk fara meðal annars Tom Wilkinson og Emily Watson.
22.00 Red
23.50 Red 2
01.45 The Mummy
03.50 Red

RÚV

14.50 Eurovision 2016
16.50 Hrefna Sætran grillar
17.15 Leiðin til Frakklands
17.45 Táknálsfréttir
17.55 KrakkaRÚV
17.56 Sara og önd
18.03 Pósturinn Páll
18.18 Lundaklettur
18.26 Gulljakkinn
18.28 Drekar
18.50 Öldin hennar
19.00 Fréttir
19.25 Íþróttir
19.30 Veður
19.40 Augnablik - úr 50 ára sögu sjónvarps
20.00 Grötta - Stjarnan
20.40 Abba tónleikar
21.35 The Ark
23.05 Starbuck
00.50 Útvarpsfréttir í dagskrárlok

SKJÁREINN

06.00 Pepsi MAX tónlist
08.00 Rules of Engagement
08.20 Dr. Phil
09.00 America's Next Top Model
09.50 Survivor
10.35 Pepsi MAX tónlist
12.50 Dr. Phil
13.30 Life In Pieces
13.55 Grandfathered
14.20 The Grinder
14.45 The Millers
15.05 The Voice
15.50 Three Rivers
16.35 The Tonight Show with Jimmy Fallon
17.15 The Late Late Show with James Corden
17.55 Dr. Phil
18.35 Everybody Loves Raymond
19.00 King of Queens
19.25 How I Met Your Mother
19.50 America's Funniest Home Videos
20.15 The Voice
21.45 Blue Bloods
22.30 The Tonight Show with Jimmy Fallon
23.10 Code Black
23.55 American Crime
00.40 The Walking Dead
01.25 House of Lies
01.55 Zoo
02.40 Penny Dreadful
03.25 Blue Bloods
04.10 The Tonight Show with Jimmy Fallon
04.50 The Late Late Show with James Corden
05.30 Pepsi MAX tónlist

Endalaust 365

ENDALAUST NET



GSM

1.000 KR.*

ÓTAKMARKAÐ
GAGNAMAGN



Endalaus og
áhyggjulaus
Internetáskrift.

2.990 KR.**

ÓTAKMARKAÐ TAL,
SMS OG NÚ Í FYRSTA
SINN ÓTAKMARKAÐ

GAGNAMAGN



Þú getur hringt, sent sms
og vafrað um á netinu
áhyggjulaust.

Settu þig í samband og fáðu **Endalaust 365**

1817

365.is

* Fylgir með völdum tilboðspökkum. Undanskilið er aðgangsgjald og leiga á beini.

**Greitt er aukalega fyrir farsímanotkun erlendis, til útlanda og í upplýsinganúmer.

Nánari upplýsingar á 365.is

365

Kvartbuxur og fyrsti kossinn

LÍFSBARÁTTA
LÓUNNARgydaloa@frettabladid.is
@gydaloa

Áramótaheit Nú er fimmti mánuður ársins nánast hálfnaður og ég get stolt sagt frá því að ég hef nú þegar staðið við tvö af mínum fjölmörgu áramótaheitum.

Hið fyrra var langtímamarkmið, ef ég væri markþjálfari myndi ég kannski kalla það lífsstílsbreytingu. Það felst í því að drekka meira vatn. Hefur gengið ægilega vel og engin ástæða til þess að eyða fleiri orðum í það.

Hið síðara er annað og merki-legra: Ég verslaði í fyrsta skipti í netverslun á dögunum. En líkt og ég uppljóstraði í upphafi árs hefur það lengi verið markmið.

Ég hef í gegnum tíðina ihugað ýmsar misgáfulegar fjárfestingar á hlydþvi internetsins en aldrei látið slag standa. Nú tók ég stökkið og dembdi mér á bóllakaf í djúpu laugina og keypti appelsínugulan alkjæðnað; kvartbuxur og bol.

Kvartbuxur Nú hefur það ekki farið fram hjá mér að talsvert hefur hallað á kvartbuxur á ýmsum vettvangi, má þar nefna Twitter sem og hin ýmsu tiskutímarit. Þær eru yfirleitt settar undir sama hatt og einhvers konar víðar buxur með vösium á lærunum og yfirleitt grænar

á litinn. Nú skulum við bara fá það strax á hreint að ég er alls ekki klædd í svoleiðis buxur og því síður myndi ég láta ferja slíkar á milli landa.

Nú ætla ég ekkert að fara að negla mér í einhvern Morfis-gir og birta orðabókarútskýringu en það eru til margar týpur af kvartbuxum. Þær eiga það bara allar sameiginlegt að vera í eiginlegri kálfasidd en geta verið í ýmiss konar útfærslum. Verandi lög- og sjálfráða, það síðarnefnda í það minnsta enn þá, þá klædist ég nánast bara kvartbuxum og skal bara vera fyrst til að viðurkenna að mér finnst fáar buxur klæðilegri.

Ég var svo alsæl með appelsínugulu kvartbuxurnar að ég keypti annað nákvæmlega eins dress, að visu í öðrum lit. Það er væntanlegt til landsins á næstu dögum – vonandi fyrir helgi því þá getur okkar kona spásærað alsæl um borgina í spánnýjum kvartbuxum.

Sleikur Og talandi um helgina. Nú er Eurovision-helgi. Ég er enginn sérstakur aðdáandi en keppnin á sérstakan stað í hjarta mínu þar sem það var einmitt í teiti í tilefni söngvakeppninnar sem ég fór í minn fyrsta sleik. Margir myndu kalla mig seinþroska en ég var í tíunda bekk þegar umrætt atvik átti sér stað í blokkaribúð í Kópavoginum. Vinkona mín var að passa börn og fékk leyfi til þess að bjóða nokkrum vinum að horfa á Eurovision. Hún bauð auðvitað fleiri en nokkrum og sumir komu með bjór með sér. Algjörir villingar.

Ég var fókuseraður trompetleikari og meðlimur í lúðrasveit á þessum tíma þannig að ég lét ekkert slíkt inn fyrir minar varir. Vin fer misvel í fólk og hvað þá þegar það er að neyta þess í fyrsta sinn og kastaði einn strákurinn upp fyrir stigagjöf. Það var auðvitað sjomlinn sem ég kyssti stuttu síðar og eftir á að hyggja ætla ég rétt að vona að ég hafi beðið hann um að fá sér tryggjó – er samt ekki viss.

Aðalatriðið er að sjálf-sögðu það að hann var þekktur fyrir að vera með stóra upphandleggsvöðva og ég var auðvitað montin með það. Annars vona ég bara að sem flestir fari í sleik um helgina, það er svo gott og gaman.

Annars er ég að leita að gallakvartbuxum – ef einhver sér svoleiðis má láta mig vita.



East of my Youth með lag í bandarískum sjónvarpsþætti

Raftónlistardúettinn East of my Youth seldi lag í bandaríska sjónvarpsþáttinn Faking It sem sýndur er á MTV. Þær Herdís Stefánsdóttir og Thelma Marín Jónsdóttir, sem skipa dúettinn, eru búsettar í Berlín og eru að leggja lokahönd á fyrstu plötu sína.

Islenski raftónlistardúettinn East of my Youth, sem starfræktur er í Berlín og skipaður þeim Herdís Stefánsdóttur og Thelmu Marín Jónsdóttur, gaf nýverið út lagið lagið Mother.

Lagið var frumflutt á vefsíðu i-D Magazine í síðustu viku en það verður á væntanlegri plötu þeirra sem kemur út seint í sumar.

East of my Youth var stofnaður fyrir rúmi ári og hefur meðal annars leikið á tónlistarhátíðunum Sónar, Iceland Airwaves og SxSW í Texas. Lagið Mother var á dögunum selt í bandaríska sjónvarpsþáttinn Faking It sem sýndur er á MTV en að sögn þeirra Thelmu og Herdísar kom tækifærið til í tengslum við tónlistarhátíðina Airwaves. „Þá var umboðskonan okkar komin til sögunnar og hún fór á svona „networking“ fund og hitti þar konu sem vinnur fyrir umboðsskrifstofu í L.A. og hún smellti heyrnartölum á eyrun á henni og spilaði demó af laginu,“ segir Thelma og Herdís bætir við: „Og hún sagði bara strax: Vá, hvað þetta passar í þættina.“

Þáttunum er lýst sem rómantískum gamanþáttum og voru þeir fyrst sýndir í apríl árið 2014. Þriðja seria þáttanna er nú í sýningu og má heyra lag East of my Youth í þættinum sem sýndur verður þann 17. maí næstkomandi. Þættirnir segja frá vinkonunum Karma og Amy sem hafa lengi reynt að öðlast vinsældir í skólanum. Ekki hefur það gengið sem skyldi og í kjölfar misskilnings koma þær út úr skápnunum sem þær og öðlast samstundis gríðarlegar vinsældir. Í þáttunum er svo fylgst með margvíslegum afleiðingum þessa.

East of my Youth er með PR-skrifstofu í London þar sem umboðskona þeirra er staðsett og hafa þær meðal annars komið fram á tveimur Showchase-tónleikum þar í borg. Þær segja það vissulega gott tækifæri og mögulegan stökkpall fyrir tónlist þeirra að fá lag í þáttinn. „Nú er bara búið að læsa lagið inn í þáttinn, þannig þetta er bara „signed, sealed, delivered“,“ segir Thelma hlæjandi en töluverð áhersla er lögð á að kynna nýja tónlist í þættinum og er meðal annars

REYNDAR EKKI EN LITLI BRÓÐIR MINN SEM ER Í MR FROÐUFELDI ALVEG AF ÆSINGI AF ÞVI ÞAD ERU VIST ALLIR Í MR AÐ HORFA Á ÞETTA.

gerður lagalisti á tónlistarveitunni Spotify eftir hvern þátt og er áhorfendamarkeðpurinn ungt fólk.

„Reyndar ekki, en litli bróðir minn sem er í MR froðufeldi alveg af æsingi af því það eru vist allir í MR að horfa á þetta,“ svarar Herdís þegar hún er spurð að því hvort þær hafi horft á Faking It. „Þetta er svoltið svona eins og The O.C. fyrir okkar kynslóð,“ segir Thelma.

Þær eru því spenntar fyrir komandi tímum og eru sem stendur í Berlín þar sem þær vinna að því að klára plötuna sína og skjóta ekki loku fyrir að efnit verði til útgáfutónleika hér á landi eftir útgáfuna. „Það verða haldnir tónleikar með pompi og prakt einhvers staðar,“ segir Thelma hress að lokum. gydaloa@frettabladid.is

Þær Herdís og Thelma skipa dúettinn sem stofnaður var í maí fyrir ári. MYND/ PAULINE-BATISTA



Húnvetningafélagið í Reykjavík

Aðalfundur
Húnvetningafélagsins í Reykjavík verður haldinn í Húnabúð þriðjudaginn 24. maí klukkan 20:00

Dagskrá er samkvæmt samþykktum félagsins.

Stjórnin

Grill, vorþrif og gaman saman!



MÚRBÚÐARVERÐ

Furukrossviður
9-12-15-18mm þykkur
Gæðavara. Gott verð



Lavor Space 180 háþrýstidæla
29.990
180 Max bar
510min Litrar
Pallahreinsir, bursti og aukaspissar.

Lavor One Plus 130 háþrýstidæla
14.990
130 Max bar
420min Litrar
Fylgihlutir: Burstar, sápuþrúsi & Turbóstútur.



Kaliber KG-1503 Gasgrill
3 x 3KW brennarar,
grillflötur 2520 cm², 9KW
43.900

Kaliber KG-1301 gasgrill
3+1 brennarar/hliðarhella
grillflötur 2520 cm², 11,5KW
47.900



DOMAX byggingarvinklar. Mikið úrval



LLA-308
PRO álstigi 3x8 þrep
2,27-5,05 m

18.990



15 metra rafmagnssnúra
3.190



Deka Hrað 5 kg
1.890



Landora tréolía, 3 lítrar
2.690



ODEN EDAL OLÍA á palla.
Hágæða Silikonalkyd efni. 3 l.
4.390



Bio Kleen
pallahreinsir 1 líter
895
5 lítrar kr. **3.295**

Weber Milligróf mürblanda 25 kg

1.890



Weber Rep 980 5kg
1.650



Meister jarðvegsdúkur
9961360 5x1,5 meter
795



Truper 10574
1.895

DEKA SÍLAN vatnsfæla 5 lítrar

6.590

1 líter kr.
1.790



Steypuhljái á stéttina
– þessi sem endist

Bíla & gluggaþvotta-
kústur, gegn um
rennandi 116>180cm,
hraðtengi með lokun
2.790



Strákústur 30cm
breiður
795

Öflugar hjólbörur, 90 lítra
8.590



995

25 stk. 110 lítra ruslapokar
Einnig 200lítra 10 stk. kr. 795 (65my)



Truper 24" greinaklippur
2.295

Trup hekkklippur 23060
1.245

Pretul greinaklippur
875

MIKIÐ ÚRVAL

Verð frá
2.190

2.390

1.790



Gróðurmold 40 l
890



Gróðurmold 20 l
490



Bláakorn 5 kg
1.290



Proflex Nitril
vinnuhanskar
395



MÚRBÚÐIN

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

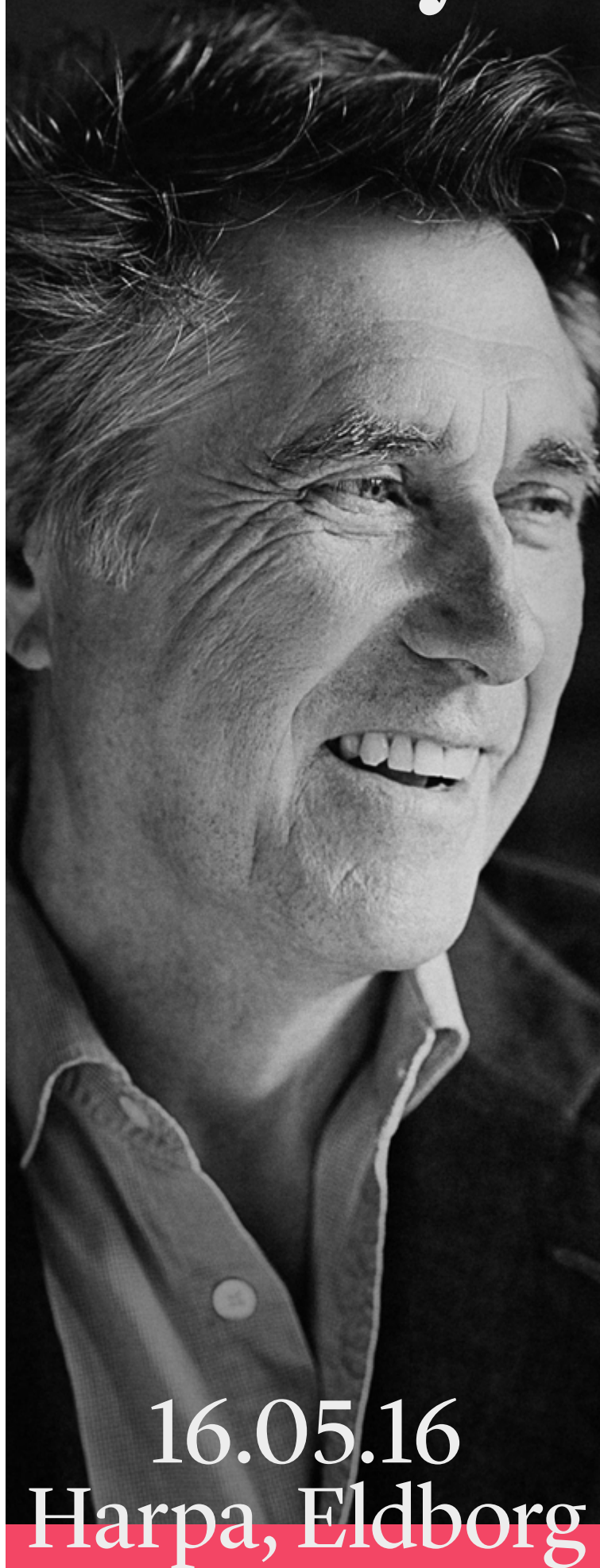
Reykjavík Kletthálsi 7 Opið virka daga kl. 8-18, laug. 10-16
Reykjanesbær Fuglavík 18 Opið virka daga kl. 8-18

LÆKKUM
VERÐIÐ Á
BYGGINGA-
VÖRUM

Neytendur athugið! Murbúðin selur allar vörur sínar á lágmarksverði fyrir alla, alltaf. Gerið verð- og gæðasamanburð!

ÁSAMT STÓRRI HLJÓMSVEIT

Bryan Ferry



16.05.16
Harpa, Eldborg

HARPA.IS

BRYANFERRY.COM

TIX.IS

GAMMA | KEXLAND



Þorsteinn Bachmann fer með hlutverk í kvikmyndinni Tom of Finland í leikstjórn Dome Karukoski. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

Skapar hvert hlutverk frá grunni

Þorsteinn Bachmann leikari fer með hlutverk bandarísks klámmyndakóns í kvikmyndinni Tom of Finland í leikstjórn Dome Karukoski. Athafnamaðurinn Ingvar Þórðarson er meðal framleiðenda myndarinnar en kostnaðurinn nemur um 4 milljónum evra.

Það er alltaf skemmtilegast að undirbúa sig fyrir hlutverk sem er frekar afgerandi, þá fær maður meira svigrúm til karakter-sköpunar. Ég reyni að skapa hvert einasta hlutverk frá grunni. Maður er alls ekkert að sækja í einhverja smíðju, heldur leyfir karakternum að koma til sín dvelja í sér um stund, en auðvitað með léttum leik, því auðvitað verður maður að komast út úr hlutverkinu líka,“ segir Þorsteinn Bachmann leikari spurður út í hlutverk sitt í kvikmyndinni Tom of Finland.

Myndin er sannsöguleg og byggir á ævi Touko Laaksonen, sem varð holdgervingur baráttu samkynhneigðra undir listamannsheitinu Tom of Finland. Sagan hefst þegar Touko snýr aftur til Helsinki eftir að hafa gegnt herþjónustu í seinni heimsstyrjöldinni. Í kjölfarið var hann neyddur til að giftast konu en uppgötvaði síðar frelsi í gegnum listsköpun. Verk hans urðu hluti af mannréttindabaráttu samkynhneigðra í Bandaríkjunum og víðar um heiminn.

„Myndin er að einhverju leyti sviðsett, en byggð lauslega á raunverulegum atburðum. Tom er amerískur ritstjóri sem teiknar myndir af vöðvastæltum karlmönnum í djörfum stellingum. Hann bjó hjá móður sinni, þar sem hann var með sína vinnuádstöðu, þetta var líklega mjög áhugaverður karakter,“ segir Þorsteinn.

Tökum á myndinni er lokið og fóru þær meðal annars fram í Gautaborg, Berlín, Madrid og Los Angeles. Samkvæmt heimildum nemur kostnaður við myndina um fjórum milljónum evra.

„Aðalhlutverkið leikur þýski leikarinn Werner Daehn, hann hefur meðal annars leikið í xXx, The Lives of Others, Valkyrie, Enemy at the Gates og fleiri þekktum myndum. Hann er að gera mjög góða hluti

í þessari mynd, en hann leikur Tom yfir fjörutíu ára tímabil í lífi hans. Það var virkilega gaman að vinna með honum, hann er mjög skemmtilegur,“ segir Þorsteinn.

Hvernig kom það til að þú fékkst hlutverk í myndinni?

„Ég var staddur í Berlín í frii þegar Ingvar Þórðarson, meðframleiðandi kvikmyndarinnar Tom of Finland, benti leikstjóranum á að ég væri í bænum. Þeir höfðu séð kvikmyndina Vonarstræti þar sem ég lék rit-skáldið Móra, það er óhætt að segja að út frá því hafi ég verið ráðinn,“ segir Þorsteinn léttur í bragði.

Fram undan er nóg um að vera hjá Þorsteini en hann er að æfa nýtt

verk í Borgarleikhúsinu ásamt því að leika í Föngum og fleiri kvikmyndum.

„Sem stendur er ég að æfa leikritið Sendingu eftir Bjarna Jónsson, þar leik ég sjómann að vestan. Æfingaferlið er nýhafið, þetta er virkilega skemmtilegt verk, bæði alvarlegt og drepfyndið á sama tíma, þetta kemur til með að vera spennandi leikhús. Svo er ég líka að leika í Föngum og hlakka mikið til,“ segir Þorsteinn.

gudrunjona@frettabladid.is

ÉG VAR STADDUR Í BERLÍN Í FRII ÞEGAR INGVAR ÞÓRÐARSON, MEÐFRAMLEIÐANDI KVIKMYNDARINNAR TOM OF FINLAND, BENTI LEIKSTJÓRANUM Á AÐ ÉG VÆRI Í BÆNUM. ÞEIR HÖFÐU SÉÐ KVIKMYNDINA VONARSTRÆTI ÞAR SEM ÉG LÉK RITSKÁLDIÐ MÓRA, ÞAÐ ER ÓHÆTT AÐ SEGJA AÐ ÚT FRÁ ÞVI HAFI ÉG VERIÐ RÁÐINN.

WERNER DAEHN

Myndir sem Werner Daehn er þekktastur fyrir eru meðal annars:

- The Lives of Others
- Valkyrie
- Enemy at the Gates
- The Big Black
- The 39 Steps
- Chat Conversation End



Werner Daehn



ÚRSLITIN TILKYNNT Á UNÐAN EUROVISION ANNARÐ KVÖLD

Nafn sigurvegarans í Auglýsingakeppni framhaldsskólanna um bestu KFC-auglýsinguna verður tilkynnt í auglýsingatímanum á undan Eurovision á RÚV annarð kvöld um leið og auglýsingin verður sýnd. Sjáðu hvaða skóli ber sigur úr bítum og vinnur glæsileg verðlaun fyrir nemendafélag sitt.

Í ÚRSLITUM ERU:



Tækniskólinn — skóli atvinnulífsins



Verzlunarskóli Íslands



Verkmenntaskólinn á Akureyri

VERÐLAUN:

1. verðlaun: 500.000 kr.

2. verðlaun: 300.000 kr. 3. verðlaun: 100.000 kr.



Bakþankar

Mariu Bjarnadóttur



Ungfrú mannréttindi 2016

Tjáningarfrelsið hefur lengi verið uppáhaldsmannréttindi mín. Það er ástríðufullt, hávært og alltaf að lenda í vandræðum með mörk. Allt eiginleikar sem ég tengi við. Væri mannréttindum líkt við feðurarsamkeppni, yrði tjáningarfrelsið oftast vinsælasta stúlkan, a.m.k í vestrænum ríkjum. Það kæmist þó sjaldan á verðlaunapall, því að það er oft subbulegt, dónalegt og jafnvel ljótt. Þar að auki er stundum erfitt að hafa það óhamið innan um viðkvæm og brothætt réttindi eins og friðhelgi og félagafrelsi.

Friðhelgi einkalífs er næstmestu uppáhaldsréttindin mín. Það er stúlkan sem varð í 4. sæti í Ungfrú Vesturland nánast barn að aldri, en flutti til útlanda, varð heimsfræg fyrirseta og er búin að byggja sér alþjóðlegt fasteignaveldi skv. upplýsingum úr Panama-skjölunum. Á internetöld hefur það heldur betur fengið uppreist æru.

Auðvitað ætti rétturinn til lífs alltaf að sigra í hverri keppni óháð tíma, stað eða rúmi, verandi sigild fegurð. En stundum er svindlað til þess að krýna til sigurs önnur atriði eins og landtöku hernum-inna svæða eða gæslu forrættinda tiltekinnna hópa. Það er óþolandi og grefur undan mannréttindum.

Þó að ég sé mótfallin fegurðarsamkeppnum er valdefling kvenna mikilvæg og ekki mitt að dæma hvernig ungar konur vilja æfa sig í framkomu. Hins vegar leyfi ég mér að fullyrða að mannréttindi myndu ekki fara í fegurðarsamkeppni, þó þau takist oft hressilega á. Þau vilja nefnilega ekki bara heimsfrið eins og fegurðardrottningar, heldur eru þau og virðing fyrir þeim forsenda heimsfriðar. Þegar þau vinna vinnum við öll.

Opið allan sólarhringinn

í Engihjalla,
Vesturbergi og
Amarbakka



Iceland

Endalaust 365



GSM
2.990 KR.*

ÓTAKMARKAÐ TAL, SMS
OG ÓTAKMARKAÐ
GAGNAMAGN

*Grett er aukalega fyrir farsímanotkun erlendis, til
útlanda og í upplýsingatímum. Nánari upplýsingar á 365.is

1817 | 365.is



Serta
LOSADU ÞIG VIÐ
SVEFNVANDAMÁLIN
Í EITT SKIPTI FYRIR ÖLL

Serta perfect sleeper



HEILSUDÝNA HÖNNUÐ Í SAMVINNU VIÐ AMERICAN SLEEP FOUNDATION
TIL AÐ LEYSA 5 ALGENGUSTU SVEFNVANDAMÁLIN



KEMUR Í VEG
FYRIR MYNDUN
ÞRÝSTIPUNKA

Comfort Right[™]
Layers



CARBON STEEL
POKAGORMA-
KERFI

Custom Support[™]
System



HELDUR JÖFNU
OG RÉTTU SVEFN-
HITASTIGI

Cool Balance[™]
Technology



HINDRAR ÓPARFA
HREYFINGU MILLI
REKKJUNAUTA

TrueSense[™] Design



STEYPTAR
HLÍÐAR-
STYRKINGAR

Comfort Last[™]
Construction



SERTA-DAGAR

25%

AFSLÁTTUR

KOMDU NÚNA!



Betra
BAK

FAXAFENI 5
Reykjavík
588 8477

DALSBRAUT 1
Akureyri
588 1100

SKEIDI 1
Ísafirði
456 4566

AFGREIÐSLUTÍMI
Mán.-fös. 10-18 | Lau. 11-16
www.betrabak.is