allt

ELÍAS JÓN GUÐJÓNSSON:
Leikur körfubolta og gengur á fjöll
• heilsa
Í MIÐJU BLAÐSINS ▶

JÓHANN G. JÓHANNSSON:
Ofurhetjan Bárður hefur fengið herkvaðningu
ÚR STUNDINNI OKKAR Í FLAGGSKIP EASTWOOD
FÓLK 34 ▶

FRÉTTABLAÐIÐ

FRÍTT

26. júlí 2005 - 200. tölublað – 5. árgangur
MEST LESNA DAGBLAÐ Á ÍSLANDI
Sími: 550 5000

ÞRIÐJUDAGUR

Falleg fjöll eru ekki nóg

Er ásættanlegt að leiðsögumaður með hóp erlendra gesta okkar leiti að Langjökli á Austfjörðum og Lakagígum í Mývatnssveit? spyr Inga Rósa Þórðardóttir og vill vanda betur til verka í ferðaþjónustu.

Í DAG 16

Lifandi tuskudúkka fær harðsperrur í varirnar

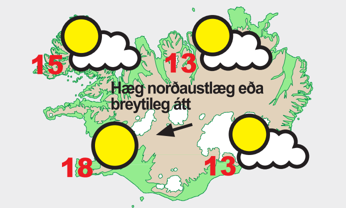
Hinn tíu ára gamli Árni Beinteinn er að slá í gegn í hlutverki búktalaradúkku í söngleiknum Annie. Hann gerir þó fleira en að leika dúkkuna því heima fyrir semur hann sín eigin leikrit og söngleiki.

TÓNLIST 28

Magnús rekinn frá KR

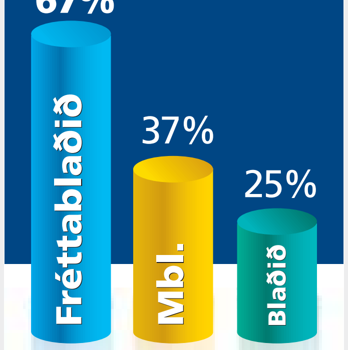
Magnús Gylfason, þjálfari KR í Landsbankadeild karla, var í gær rekinn úr starfi sínu. Sigursteinn Gíslason, fyrrum leikmaður og núverandi þjálfari 2. flokks félagsins, stýrir liðinu það sem eftir lifir sumars. ÍÞRÓTTIR 24

VEÐRIÐ Í DAG



VÍÐAST BJARTVIÐRI Hætt við þokulofti eða þokusúld við strendur landsins, einkum þó austan og suð-austan til. Hiti 8-10 stig, hlýjast til landsins vestan til.
VEÐUR 4

LANDIÐ ALLT
Lestur á þriðjudögum 20–40 ára*



*Samkvæmt fjölmiðlakönnun Gallup í júní 2005. Lestur á þriðjudögum.

Telja að eldislax hafi veiðst í Breiðdalsá

Allt bendir til þess að lax úr eldiskvíum í Mjóafirði hafi veiðst í Breiðdalsá í síðustu viku. Starfsmaður Sæsilfurs kannast ekki við að lax hafi sloppið nýlega úr eldiskvíum í Mjóafirði.

LAXVEIÐI Flest bendir til þess að eldislax hafi veiðst á stöng í Breiðdalsá síðastliðinn miðvikudag. Um er að ræða nærri 14 punda hrygnu sem veiddist í svonefndum Mið-Eyjakrók og hafa hreistursýni úr laxinum verið send Veiðimálastofnun.

Sigurður Guðjónsson, forstöðumaður Veiðimálastofnunar, hefur skoðað mynd af laxinum og telur afar líklegt að um sé að ræða eldislax. „Uggar eru ansi nagaðir og einnig sporðurinn og það bendir til þess að laxinn hafi verið alinn í kví.“

Sigurður bendir jafnframt á slit á kjafti og tálknbörðum sem vísi til þess að laxinn hafi verið alinn í kví. Segja megi með meiri vissu um upprunann þegar búið verði að rannsaka hreistrið af honum.

Þrátt fyrir nálægð kvíaeldisins í Mjóafirði er ekki vitað til þess að eldislax hafi veiðst í austfirsku ánum í fyrra. Árið 2003 sluppu um þrjú þúsund laxar af norskum uppruna úr eldiskví Mjóafjarðarstöðvarinnar í Norðfjarðarhöfn. Nokkrir þeirra veiddust í Breiðdalsá og Selá og Hofsá í Vopnafirði sem og í öðrum ám á Austurlandi. Ekki er talið líklegt að laxinn úr Breiðdalsá sé úr hópi þeirra.

MYND/SIGTRYGGUR ARI JÓHANNSSON

LAXINN ÚR BREIÐDALSÁ Einkenni á kjafti, tálknbörðum, uggum og sporði benda til þess að hrygnan sé úr eldiskví.

„Okkur vitanlega hefur ekkert sloppið úr kvíunum nýlega,“ segir Sigurður Jónsson starfsmaður Sæsilfurs í Mjóafirði, en þar eru nú hátt í fimm þúsund tonn af laxi í kvíum. Sigurður getur þess að lítilræði af laxi hafi þó sloppið úr kví í firðinum í fyrra.

Stangveiðimenn og umhverfissinnar hafa alla tíð bent á hættuna á að norskur eldislax kynni að sleppa úr eldiskvíum í fjörðum austanlands og blandast villta íslenska laxinum. Órækar sannanir fyrir kynblöndun eru þó ekki enn fyrir hendi. Að sögn Sigurðar Guðjónssonar forstöðumanns Veiðimálastofnunar skortir enn þekkingu á afkomu og afdrifum slíkra seiða í hafinu og hvort það megi yfirleitt að ganga aftur í árnar og tímgast. -jh

MYND/AP

VERKSUMMERKIN SKOÐUÐ Skógareldar hafa valdið miklum skemmdum á Spáni síðustu vikur. Hér sést slökkviliðsmaður kanna verksummerki eftir að skógareldur við Saler á austurhluta Spánar eftir að slökkvilið réði niðurlögum eldsins þar. Í síðustu viku létust ellefu slökkviliðsmenn þegar þeir börðust við skógarelda nærri Madríd, höfuðborg Spánar.

Lögmaður fyrrverandi forseta Íraks vill flytja réttarhöldin:

Vill rétta yfir Saddam í Svíþjóð

SVÍÞJÓÐ, AP Giovanni di Stefano, einn verjenda Saddams Husseins, hefur farið þess á leit við írösku ríkisstjórnina að réttarhöld yfir forsetanum fyrrverandi verði færð til Svíþjóðar. Þetta segir di Stefano nauðsynlegt vegna þess að ástandið í Írak sé of hættulegt til að hægt sé að rétta yfir honum þar.

Írösk stjórnvöld hafa áður sagt að ekki komi til greina að flytja réttarhöldin frá Írak. Di Stefano segir hins vegar að þar sem hvorki verjendur Saddams né saksóknarar séu reiðubúnir til að vera heilt ár í Bagdad vegna réttarhaldanna, ættu stjórnvöld að fallast á að flytja þau á öruggari slóðir.

Di Stefano hefur rætt við sænsk stjórnvöld um möguleika á að rétta yfir Saddam þarlendis en fengið þau svör ein að ekki verði tekin afstaða til slíkrar beiðni nema hún berist frá íröskum stjórnvöldum. -bþg

MYND/AP

UNNIÐ VIÐ SKUTLUNA Geimskutlan Discovery skal á loft, hvort sem tekst að laga eldsneytisnema eða ekki.

Geimskutluáætlun NASA:

Discovery skal á loft

FLÓRÍDA, AP Ef allt gengur eftir fer geimferjan Discovery á loft skömmu eftir hádegið í dag. Vísindamenn hjá NASA, geimferðastofnun Bandaríkjanna, staðfesta þetta og segja þá engu skipta hvort búið verði að gera við eldsneytisnema sem kom í veg fyrir geimskot fyrir rétt um tveimur vikum síðan.

Hálft þriðja ár er liðið frá síðasta geimferjuskoti en þá fórst geimferjan Columbia í flugtaki með öllum áhafnarmeðlimum. Discovery er á leið til alþjóðlegu geimstöðvarinnar með vistir. ■

Eldur í einbýlishúsi:

Grunur um íkveikju

LÖGREGLUMÁL Lögregla telur víst að um íkveikju hafi verið að ræða þegar eldur kviknaði við íbúðarhús við Bláskóga á Egilsstöðum í gær. Mildi þykir að enginn varð vart áður en hann læsti sig í húsið sjálft.

Skemmdir urðu lítilsháttar en eldurinn virðist hafa kviknað í tröppum við anddyri hússins en lögregla telur útilokað annað en að kveikt hafi verið í enda enginn önnur orsök líkleg. Málið er í rannsókn og hugsanlegs brennuvargs er leitað. - aöe

SPURNING DAGSINS

Jón, er mílan alveg óútreiknanleg?

„Hún er reiknanleg.“

Fjarlægðir virðast vefjast fyrir eigendum bandarískra bíla sem einungis hafa mílumæla. Jón Rögnvaldsson vegamálastjóri segir ekki koma til greina að gefa upp fjarlægðir í mílum á skiltum við vegi landsins.

Verkalýðsfélag Akraness og Sputnikbátar komust að samkomulagi:

Drógu kæru til baka eftir sættir

VERKALÝÐSMÁL Verkalýðsfélag Akraness, sem kært hafði fyrirtækið Sputnikbátar fyrir að hafa fimm pólska verkamenn í vinnu án tilskilinna leyfa, hefur dregið kæruna til baka.

Sættir í málinu urðu þær að fyrirtækið sækir um tímabundið atvinnuleyfi fyrir verkamenninina og gerir að því loknu við þá ráðningarsamning þar sem þeim verða tryggð lágmarkslaun á grundvelli kjarasamninga.

„Þeir eru vissulega hæstánægðir með framvindu mála,“ segir Ingólfur Árnason, einn af eigendum fyrirtækisins, um viðbrögð verkamannanna. „Við erum líka afar sáttir við þessi málalok og vonum að þeir verði hér sem lengst enda góðir starfskraftar,“ bætir hann við.

„Verkalýðsfélag Akraness er himinlifandi með þessa niðurstöðu,“ segir Vilhjálmur Birgisson formaður þess. „Núna greiða þessir fimm verkamenn skatta til íslensks samfélags og svo er þetta ánægjulegt í ljósi þess að ekki er hægt að tryggja að starfsmannaleigur greiði þau laun sem kjarasamningar hér á landi gera ráð fyrir svo eina leiðin er að gera við þá ráðningarsamininga hér á landi,“ segir Vilhjálmur.

- jse

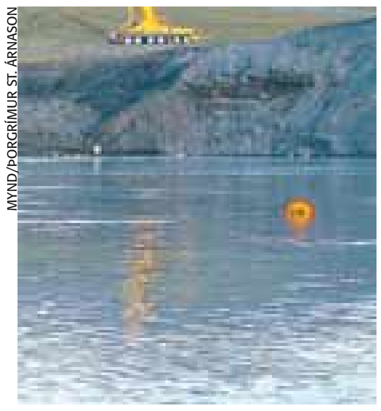
PÓLSKIR VERKAMENN ÁSAMT FRAMKVÆMDASTJÓRA Sputnikbátar gera ráðningarsamning við þessa verkamenn. Einn eigenda fyrirtækisins vonar að þeir verði sem lengst og segir þá góða starfsmenn eins og svo marga pólverja sem sest hafi að á Akranesi.

Stjórnarskráin í Írak:

Súnníar aftur með í ferlinu

BAGDAD, AP Súnní-Arabar hafa aftur tekið sæti sín í nefnd sem fjallar um stjórnarskrá fyrir Írak. Þeir höfðu sniðgengið nefndina í tæpa viku til að mótmæla morðum á tveimur samstarfsmönnum þeirra, Súnnía sem sæti áttu í nefndinni.

Þar með friða þeir raddir sem óttuðust að stjórnarskráin yrði ónothæf ef að henni stæðu aðeins tveir af þremur helstu trúarhópum landsins. Vonast er til þess að stjórnarskráin verði pólitísk útkomuleið úr ófremdarástandinu sem ríkt hefur í landinu undanfarið. ■



MYND/ÞORGRÍMUR ST. ÁRNASON

JÖKLA FYRIR ÁRI SÍÐAN Vatnavextir hafa verið í Jöklu í kjölfar hita eystra og vatnsborð náði upp fyrir brúna í annað sinn á einu ári um helgina.

Vatnavextirnir fyrir austan:

Sjatnar í Jöklu

VATNAVEXTIR Vatnsborð Jöklu hefur sjatnað til muna eftir að vatnsmagn hennar náði hámarki í fyrrakvöld með þeim afleiðingum að flæddi yfir brúna við Kárahnjúkastíflu í annað sinn á einu ári.

Engin hætta skapaðist vegna aukins rennslis í þetta sinn enda geta hjágöng sem útbúin voru tekið við mun meira vatnsmagni en nú varð. Hætta skapaðist í fyrra vegna þess að þau göng tóku ekki við öllu því vatni sem ráð var gert fyrir en með snarræði tókst þá að bjarga stíflunni.

- aöe

LÖGREGLUFRÉTTIR

SINUELDUR Í ÁRNESSÝSLU
Slökkvilið á Selfossi var kallað að Hestlandi í Grímsnesi seinnipartinn í gær vegna töluverðs sinubruna. Náðist að slökkva allan eld fljótlega og litlar skemmdir urðu.

ÁTAK GEGN ÓTRYGGÐUM Lögreglan á Selfossi hefur hafið átak gegn þeim er aka um ótryggðir en talsvert er af þeim í umferðinni að sögn lögreglu. Því eru síðustu forvöð að semja um tryggingarnar áður en klippt verður af bílum þeirra bæjarbúa sem trassa tryggingarnar.

Mikil verðhækkun fasteigna á Akureyri

Skortur er á íbúðarhúsnæði til sölu á Akureyri og dæmi um að verð góðra eigna hafi hækkað um 50 prósent á einu ári. Fasteignaheildsalar horfa í auknum mæli á markaðinn fyrir norðan.

FASTEIGNAMARKAÐURINN Fasteignasala á Akureyri hefur verið lífleg frá í fyrra og segja fasteignasalar að flestar tegundir eigna vanti á skrá. Verð á góðum rað- og parhúsum hefur rokið upp frá því í vor og dæmi um að eignir hafi hækkað um 50 prósent á undanförnum 12 mánuðum. Vísitala fasteignaverðs íbúðarhúsnæðis á höfuðborgarsvæðinu hækkaði um 38,8 prósent á sama tíma.

Greiningardeildir bankanna telja að fasteignaverð á höfuðborgarsvæðinu sé að nálgast hámark og hætta á offramboði og verðfalli á íbúðarhúsnæði ef ekki dregur úr þenslu í nýbyggingum. Greiningardeildirnar hafa hins vegar ekki skoðað Akureyri sérstaklega.

Gísli Gunnlaugsson, hjá Framtíðareign á Akureyri, segir að flestar gerðir eigna vanti á skrá en góð raðhús, parhús og einbýlishús seljist yfirleitt mjög fljótt. „Ég verð var við að fólk á höfuðborgarsvæðinu telji sig geta gert góð viðskipti með því að innleysa hagnaðinn af hækkuninni fyrir sunnan og kaupa eign á Akureyri í þeirri von að fasteignaverð þar fari hækkandi. Eins verð ég var við að Eyfirðingar, til dæmis Dalvíkingar og Ólafsfirðingar, eru í auknum mæli að flytja til Akureyrar,“ segir Gísli.

Daníel Guðmundsson, hjá Eignamiðlun Norðurlands, segir að spákaupmenn og fasteignaheildsalar horfi nú meira til Akureyrar og sveitanna í kring en áður varðandi fasteignakaup. „Dæmi eru um að menn að sunnan kaupi tvær og þrjár eignir sama daginn fyrir norðan þar sem þeir telja víst að auðvelt verði að selja eignirnar aftur með góðri ávöxtun,“ segir Daníel.

Tryggvi Pálsson, hjá Fasteignasölunni Holt, segir sífellt færast í vöxt að efnamiklir einstaklingar á höfuðborgarsvæðinu kaupi fasteignir á Akureyri og nágrenni og haldi þar sitt annað heimili. „Mörgum þykir fínt að eiga húseign á Akureyri eða stutt frá bænum eins og í Vaðlaheiði. Fjölgun húsa í Vaðlaheiði er hins vegar ekki að skapi allra sem þar eiga eignir fyrir,“ segir Tryggvi.

kk@frettabladid.is

Fréttablaðið/kk

RAÐHÚS Á AKUREYRI Einbýlis-, par- og raðhús seljast að jafnaði mjög fljótt á Akureyri nú um stundir.

Í ÁLVERI NORÐURÁLS Eftirlitsstofnun EFTA vildi fá fram breytingar á samningum stjórnvalda og Norðuráls.

Ríkið og Norðurál:

Þak sett á ríkisstuðning

EFTIRLIT Eftirlitsstofnun evrópska efnahagssvæðisins, ESA, hefur ákveðið að aðhafast ekki frekar eftir að íslensk stjórnvöld urðu við tilmælum hennar um breytingar á ríkisstuðningi við starfsemi Norðuráls á Grundartanga.

Íslensk stjórnvöld hafa samþykkt að setja þak á stuðninginn sem Norðurál getur þegið í formi skattaafsláttar og niðurfellingar gjalda, þetta er gert svo stuðningurinn sé innan þess ramma sem samningurinn um evrópska efnahagssvæðið kveður á um.

-bþg

Ríkisskattstjóri:

Álagning birt á morgun

EFNAHAGSMÁL Álagningarseðlar skattstjóra í landinu verða bornir út á föstudag. Þá fær fólk á hreint hvort það fái rukkun eða endurgreiðslu frá skattinum.

Seðlarnir berast í hús fram í næstu viku en þeir sem muna veflykilsnúmer sitt sem fylgdi skattframtalinu í vetur geta sótt álagningarseðil sinn á netinu strax á morgun. Með lyklinum er hægt að nálgast álagningaseðla rafrænt á vef ríkisskattstjóra, rsk.is, og gera sér þannig betur grein fyrir stöðu fjármála sinna.

- aöe

Íslenskar ferðaskrifstofur bregðast við vegna hryðjuverka:

Hætt við ferðir til Sharm el-Sheik

HRYÐJUVERK Íslenskar ferðaskrifstofur hafa hætt við ferðir sem fara átti til egypska ferðamannabæjarins Sharm el-Sheik við Rauðahafið eftir að hryðjuverk þar urðu tæplega nítíu manns að bana í síðustu viku.

Leiguflug sem Úrval útsýn áformaði til Sharm el-Sheik í byrjun nóvember hefur verið slegið af að sögn Steinunnar Tryggvadóttur, þjónustu- og starfsmannastjóra. „Við sjáum okkur ekki fært að bjóða upp á ferðina við þessar aðstæður,“ segir Steinunn. Margir höfðu þegar bókað sig í ferðina og fá þeir endurgreitt eða geta valið sér annan áfangastað.

Tveir Íslendingar áttu að halda til Sharm el-Sheik í morgun en héldu í staðinn til Grikklands að sögn Tómasar Þórs Tómassonar, framkvæmdastjóra Langferða. Langferðir seldu vikulegar ferðir með dönsku ferðaskrifstofunni Apollo til Egyptalands en hætt hefur verið við allar ferðir til Sharm el-Sheik fram til 6. september. Ekki var í gær vitað hversu margir Íslendingar áttu bókað í ferðirnar sem hætt var við í ágústmánuði.

- ht

MANNLAUSAR STRENDUR SHARM EL-SHEIK Margir ferðamenn hafa yfirgefið egypska ferðamannabæinn Sharm el-Sheik eftir að hryðjuverk urðu 88 að bana rétt fyrir helgina. Íslenskar ferðaskrifstofur eru meðal þeirra sem hætt hafa við ferðir til staðarins.

ASKJA

Úlfur án sauðargæru.

Nýi M-Class jeppinn er magnaður bíll, enda ekki við öðru að búast frá Mercedes-Benz. Hann er útbúinn nýrri tækni sem nánast límir hann við yfirborðið, en kraftmikil vélin, t.d. V6 dísil 224 hestöfl í ML 320 CDI, rífur hann bókstaflega áfram. 7G-Tronic sjálfskiptingin er ein af mörgum tækninýjungum sem er staðalbúnaður í bílnum en það er alltaf gaman að láta koma sér á óvart. Sjáðu með eigin augum þennan glæsilega jeppa. Hápunktur dagsins er lengri leiðin heim í nýjum M-Class.

Mercedes-Benz

ASKJA · Laugavegi 170 · 105 Reykjavík · Sími 590 2100 · www.askja.is

GENGIÐ

GENGI GJALDMIÐLA 22.07.2005

		KAUP	SALA
Bandaríkjadalur	USD	64,56	64,86
Sterlingspund	GBP	112,34	112,88
Evra	EUR	77,87	78,31
Dönsk króna	DKK	10,436	10,498
Norsk króna	NOK	9,826	9,884
Sænsk króna	SEK	8,266	8,314
Japanskt jen	JPY	0,5772	0,5806
SDR	XDR	93,56	94,12

Gengisvísitala krónunnar

109,10

HEIMILD: Seðlabanki Íslands

Vatnavextir í Jökulsá á Fjöllum valda vandkvæðum:

Illfært í Herðubreiðarlindir

SAMGÖNGUR Vegna vatnavaxta í Jökulsá á Fjöllum, af völdum hlýinda og snjóbráðar í Vatnajökli, hefur yfirborð Lindár við Herðubreiðarlindir hækkað verulega og í gær varaði lögreglan á Húsavík ökumenn fólksbifreiða og smærri jeppa við að reyna að fara yfir vaðið á ánni. Laufey Erla Jónsdóttir, skálavörður í Kverkfjöllum, segir að Kreppa hafi einnig vaxið mikið og vatn úr Jökulsá á Fjöllum hafi í gær flætt yfir veginn við eystri brúna á Kreppu.

Þórný Jónsdóttir, landvörður í Herðubreiðarlindum, segir að Lindá hafi verið hátt í 80 cm djúp á vaðinu í gær og reiknaði hún með að yfirborðið hækkaði í gærkvöld og nótt. „Tveir ökumenn lentu í vandræðum á vaðinu í gær þegar vatn flæddi yfir vélar bifreiða þeirra svo drapst á þeim en engan sakaði," sagði Þórný.

Lindá streymir í Jökulsá á Fjöllum og þegar yfirborð hennar hækkar mikið nær Lindá ekki að streyma fram sem skyldi og því hækkar yfirborðið. -kk

VIÐ HERÐUBREIÐ Yfirborð Lindarár hefur hækkað vegna vatnavaxta og er nú illfær. Áin var viðráðanlegri þegar þessi jeppi fór yfir í síðustu viku.

HELGARUMFERÐ Í ÁRTÚNSBREKKU Hópur vörubifreiðastjóra hefur í hyggju að loka akstursleiðum frá Reykjavík bæði um Suðurlandsveg og Vesturlandsveg á fimmtudag eða föstudag.

Mótmæli vörubílstjóra:

Ræða við lögregluna

MÓTMÆLI Hópur óánægðra vörubifreiðastjóra ætlar að hittast við Hús verslunarinnar annað kvöld að sögn Sturlu Jónssonar, eins bílstjóranna. Þar ætla þeir að ræða fyrirhuguð mótmæli vegna hækkunar olíuverðs sem felast í að loka aðalumferðaræðum út úr Reykjavík skömmu fyrir helgina.

Lögreglan í Reykjavík hefur rætt við vörubifreiðastjórana að sögn Geirs Jóns Þórissonar yfirlögregluþjóns. Ekki fæst uppgefið að svo stöddu hvað lögregla hyggst fyrir ef af mótmælunum verður.

Formaður Félags vörubifreiðastjóra kvaðst ekkert af mótmælunum vita þegar haft var samband við hann í gær. - ht

Skemmdarverk við Kárahnjúka:

Kærur hafa ekki borist

LÖGREGLUMÁL Engar kærur hafa borist lögregluyfirvöldum vegna skemmdarverka þeirra er unnar hafa verið á skiltum og mannvirkjum á virkjunarsvæði Kárahnjúka undanfarna sólarhringa.

Hafa óprúttnir menn farið um svæðið með málningarbrúsa síðustu nætur og málað slagorð gegn virkjunarframkvæmdinni á skemmur og skilti á svæðinu. Enn fremur voru framin skemmdarverk á áburðarpokum en tjónið reyndist ekki nægilegt til að verktakinn Suðurverk kærði verknaðinn til lögreglu. - aöe

Danir og Kanadamenn deila um óbyggða eyju

Danir og Kanadamenn hafa í áratugi deilt um yfirráð yfir lítilli, óbyggðri eyju milli Grænlands og Kanada. Kanadískur ráðherra steig þar á land á dögunum án þess að tilkynna Dönum það og ætlar danska stjórnin að senda Kanadamönnum skrifleg mótmæli.

MILLIRÍKJADEILUR Danska ríkisstjórnin tilkynnti í gær að hún ætli að mótmæla því skriflega við kanadísk yfirvöld að kanadíski varnarmálaráðherrann, Bill Graham, hafi stigið á land á Hans-eyju fyrir fáeinum dögum án þess að láta Dani vita.

Hans-eyja er óbyggð og liggur norð-vestur af Grænlandi, um ellefu hundruð kílómetra suður af Norðurpólnum. Danir og Kanadamenn gera tilkall til eyjunnar, sem er um 1,3 ferkílómetrar að stærð. Eyjan er lögð ís og ómanngeng nema á hlýjum sumrum þegar ísinn bráðnar og hægt er að sigla að eynni.

Danir og Kanadamenn hafa átt í áralöngum deilum um yfirráð á eynni, eða allt frá því árið 1973 þegar miðlína var dregin um Naressund milli Grænlands og Ellesmereeyju, sem tilheyrir Kanada. Bæði löndin ákváðu að yfirráð yfir Hans-eyju skyldu afráðin síðar, en það hefur ekki enn verið gert.

Árið 1984 olli þáverandi Grænlandsmálaráðherra Danmerkur, Tomy Hoeyem, uppnámi þegar hann dró danska fánann að húni á eyjunni, gróf brandíflösku í jörðu þar sem flaggstöngin var reist og skildi eftir miða sem á stóð: Velkominn til dönsku eyjunnar.

Kanadískir hermenn höfðu heimsótt eyjuna skömmu á undan Bill Graham og dregið kanadíska fánann að húni. Þeir reistu jafnframt inúítastyttu sem tákna átti yfirráð Kanadamanna yfir eynni.

Í mótmælum dönsku ríkisstjórnarinnar kemur fram að harmað sé að kanadíski ráðherran hafi heimsótt eyjuna án þess að tilkynna Dönum það áður. Þá verði bent á að eyjan sé hluti af Grænlandi en jafnframt lagt til að viðunandi lausn verði fundin á málinu. sda@frettabladid.is

DANIR OG KANADAMENN DEILA UM YFIRRÁÐ YFIR HANS-EYJU. Danskir leiðangursmenn drógu fána á loft á eynni 2002. Hans-eyja er óbyggð og liggur norð-vestur af Grænlandi, um ellefu hundruð kílómetra suður af Norðurpólnum. Danir og Kanadamenn gera tilkall til eyjunnar, sem er um 1,3 ferkílómetrar að stærð.

GLORIA ARROYO Forseti Filippseyja hefur undanfarið legið undir hörðum ásökunum um að hún hafi svindlað í kosningum á síðasta ári.

Pólitísk kreppa á Filippseyjum:

Forsetanum mótmælt

MANILA, AP Gloria Arroyo, forseti Filippseyja, flutti árlegt þingávarp sitt í gær við allsérstæðar aðstæður. Stjórnarandstaðan var ekki viðstödd athöfnina og utan við þinghúsið voru saman komnir tugir þúsunda mótmælenda.

Arroyo, sem undanfarið hefur verið sökuð um að hafa svindlað í forsetakosningunum í fyrra, minntist ekki beint á þau vandræði en beindi máli sínu almennt að óstöðugleika stjórmálalífsins í landinu. Mótmælin utan við þinghúsið fóru friðsamlega fram en sjálf kom Arroyo til athafnarinnar í þyrlu til að forðast ágang mótmælenda. ■

Minna hringt í þá:

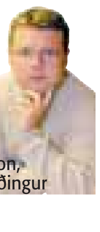
Betra ástand hjá Hér og nú

FJÖLMIÐLAR Ingvi Jökull Logason hjá markaðssamskiptafyrirtækinu Hér og nú segir ástandið hjá þeim orðið betra. Fólk geri betri greinarmun á þeim og blaðinu Hér og nú, en fyrirtækið lagði á dögunum fram kvörtun til Samkeppnisstofnunar vegna nafngiftarinnar. „Það er ekki jafnmikið hringt í okkur," segir Ingvi. Hann segir þó enn eitthvað um misskilning og óþægindi hjá viðskiptavinum. „Við fengum einnig mjög jákvæð viðbrögð við því að málið yrði kært." - grs

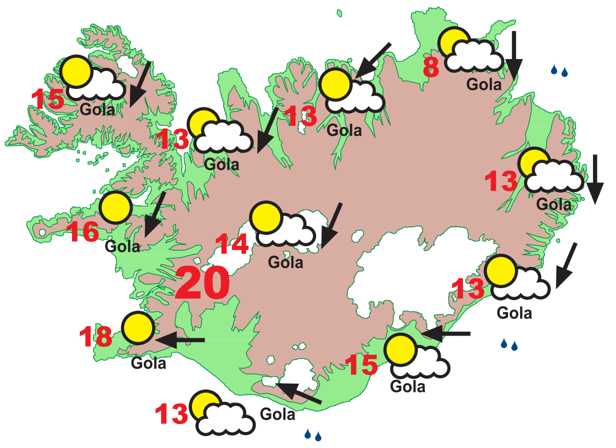
VEÐRIÐ Í DAG

BONGOBLÍÐA VÍÐA
Nú er ekki hægt að kvarta yfir veðrinu, nema e.t.v. þeir sem lenda í þokuloftinu. Hættan á því er mest með ströndum landsins en síður inn til þess. Litlar breytingar verða á veðrinu vikuna á enda þó heldur verði sólarminna er dregur nær helginni.

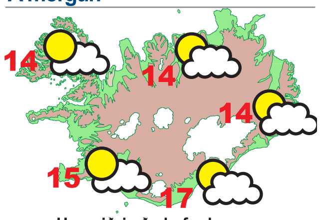
VERSLUNARMANNAHELGIN
Það bendir margt til þess að hæðin sem stýrt hefur góða veðrinu hjá okkur sé að gefa eftir og að lægð verði vestur af landinu á laugardag með vætu all víða en síðan stytti upp.



Kveðja, Sigurður Ragnarsson, veðurfræðingur

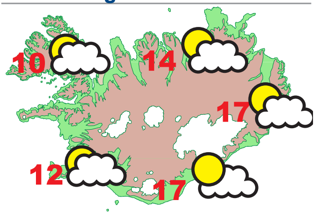


Á morgun



Hægviðri eða hafgola.

Fimmtudagur



Hæg breytileg átt.

Veðurhorfur í borgum í dag

Kaupmannahöfn	20°C hálfskýjað	París	21°C hálfskýjað	Alicante	28°C skúrir
Ósló	20°C alskýjað	Berlín	22°C hálfskýjað	Milano	28°C hálfskýjað
Stokkhólmur	19°C hálfskýjað	Frankfurt	22°C hálfskýjað	New York	34°C heiðskírt
Helsinki	21°C hálfskýjað	Madrid	36°C heiðskírt	San Francisco	21°C heiðskírt
London	21°C heiðskírt	Barcelona	28°C hálfskýjað	Orlando/Florida	33°C heiðskírt

Svæði þar sem búast má við talsverðri vætu eru skyggð á kortinu. Minniháttar úrkoma er táknuð með dropum. Hitatölur sýna hæstu hitagildi.

Grand styrkleiki

Grand öryggi

Grand gæði

Grand Vitara Limited

Grand Vitara Limited er glæsilegur bíll hlaðinn búnaði. Til viðbótar við ríkulegan staðalbúnað Grand Vitara, er Limited útgáfan meðal annars með leðuráklæði á sætum, "Limited" álfelgum, vindskeið með hemlaljósi, þokuljósum í framstuðara, viðaráferð á mælaborði og krómuðum hurðarhúnum og grilli.

Verð:

Beinskiptur kr.
2.640.000
27.660
á mánuði*

Sjálfskiptur kr.
2.790.000
29.224
á mánuði*

* bílasamningur Glitnis með 30% útborgun og eftirstöðvum í 84 mánuði.
50% íslenskar kr / 50% erlend mynt

Hugtak Júní 05

Komdu í reynsluakstur, þú verður ekki fyrir vonbrigðum og verðið það hefur aldrei verið hagstæðara.

SUZUKI

...er lífsstíll!

SUZUKI BÍLAR HF.
Skeifunni 17. Sími 568 51 00.
www.suzukibilar.is

KJÖRKASSINN

Ætlarðu í ferðalag um verslunarmannahelgina?

Niðurstöður gærdagsins á visir.is

Já	35%
Nei	65%

SPURNING DAGSINS Í DAG:

Styður þú fyrirhuguð mótmæli vörubílstjóra gegn breytingum á gjaldtöku af dísilolíu?

Farðu inn á fréttahluta visir.is og segðu þína skoðun

Vísir

Nýtt leiðarkerfi Strætó umdeilt:

Óhentugur tími fyrir breytingar

SAMGÖNGUR „Það hefði verið hentugra að skipta um leiðarkerfi á öðrum tíma en núna er nær helmingur starfsmanna er í sumarfríum,“ segir Valdimar Jónsson, trúnaðarmaður hjá Strætó.

Kalla þurfti nokkra vagnstjóra skyndilega úr sumarfríum til að manna vagna í nýja leiðarkerfi Strætó.

Valdimar segir að upp hafi komið mikil óánægja hjá vagnstjórum yfir nýju vaktarkerfi sem fylgdi nýja leiðarkerfinu þar sem vaktirnar séu langar og þyki mörgum fyrirkomulagið ófjölskylduvænt. Vagnstjóri sem hafði samband við Fréttablaðið sagði að óánægja væri meðal vagnstjóra þar sem nú væru leiðir mun lengri og hvíldarstundir styttri. Tekið hefur verið mið af þessari gagnrýni bílstóranna og verður nýja vaktarkerfinu breytt 1. október næstkomandi að sögn Valdimars.

Ásgeir Eiríksson, framkvæmdastjóri Strætó, segir að ákveðið hafi verið að taka nýja leiðarkerfið í notkun nú þar sem umferð væri minni og farþegar færri en á flestum öðrum tímum ársins.

Hann segir að veikindi og aðrir ófyrirsjáanlegir þættir hefðu orðið þess valdandi að kalla varð nokkra starfsmenn úr sumarfríum. - jse

FRÉTTABLAÐIÐ/HARALDUR JÓNASSON

DANÍEL L. EINARSSON Daníel var einn þeirra sem kallaður var úr sumarfríi til að aka nýja leið. Hann fékk einn sýniakstur og svo ók hann af stað og gekk allt að óskum enda reyndur maður á ferð.

Margt fór úrskeiðis hjá Strætó

Fyrsti virki dagurinn eftir að nýtt leiðakerfi Strætó bs. var tekið í notkun gekk brösulega. Farþegar kvörtuðu undan töfum og því að upplýsingar skorti um nýja kerfið.

SAMGÖNGUR „Ég var nýbúin að læra á hvaða vagna ég ætti að taka og svo fór ég í vikufrí og þá er allt breytt og ég þarf að læra allt upp á nýtt,“ sagði Inga Berghäuser, sem vissi ekki hvaðan á sig stóð veðrið þegar hún beið eftir sínum vagni á Hlemmi í gær.

Hún var ekki ein um það því farþegar sem og vagnstjórar Strætó þurftu að glíma við nýjar aðstæður í gær.

„Við bíðum eftir vagni sem átti að vera kominn fyrir korteri en það er svo gott veður að það skiptir ekki máli,“ sagði Auður Ólafsdóttir sem þreytti biðlund sína á Hlemmi. Daníel Einarsson sem ók tvistinum hafði verið kallaður úr sumarfríi og fékk einn kynningarrúnt áður en hann fór að keyra áður óþekkta leið. „Við gömlu refirnir í bransanum látum okkur ekkert fyrir brjósti brenna, það getur verið að hinir yngri séu eitthvað að kvarta,“ sagði Daníel sposkur.

INGA BERGHÄUSER Inga frá Þýskalandi var nýbúin að kynnast gamla kerfinu þegar það var afnumið og beið í hálfa klukkustund í gær meðan hún spurði hvort allt tæki svona örum breytingum hér landi.

Þorbjörg Kristjánsdóttir, sem sér um upplýsingar Strætó á Hlemmi, hafði í nógu að snúast og sagði að fjölmargir hefðu farið á mis við upplýsingabæklinga sem þó átti að dreifa í hvert hús. Hún var ekki ein um að veita upplýsingar því fjölmargir farþegar spurðu vagnstjóra spörunum úr en þeir voru fjölmargir við Hlemm þegar blaðamann bar að.

Nokkrir vagnstjórar sem blaðamaður talaði við sögðu að ekki væri von á öðru en að eitt og annað færi úrskeiðis á fyrsta degi þar sem breytingarnar væru róttækar.

Nokkrir kvörtuðu yfir því að hafa ekki fengið upplýsingabæklinga og aðrir sögðu upplýsingar ekki vera til staðar í biðskýlum í sínu hverfi. Ásgeir Eiríksson, framkvæmdastjóri Strætó, segir að upplýsingabæklingar hafi átt að berast í hvert hús með Fréttablaðinu í síðustu viku og að fyrirtækið hafi sent menn til að bera út bæklinga í þeim hverfum þar sem ekki voru blaðberar til taks.

Hann segir rétt að ekki hafi náðst að setja tímatöflur í öll biðskýli en segir að þær verði komnar á alla staði í dag.

Hann segir að vel hafi tekist til á þessum fyrsta virka vinnudegi þótt nokkrar tafir hafi orðið en við slíku megi búast, þegar svo viðamiklar breytingar gangi í garð.

jse@frettabladid.is

FRÉTTABLAÐIÐ/HEIÐA

FARÞEGAR OG VAGNSTJÓRAR Vagnstjórar veittu farþegum upplýsingar en færri virðast hafa fengið upplýsingabæklinga en til stóð. Nokkrir vagnstjórar þurftu sjálfir að fá skjótar upplýsingar þar sem þeir voru kallaðir úr fríi til að aka leiðir sem þeir þekktu lítið sem ekkert.

Í SHARM EL-SHEIK Plakötum og myndum af hinum grunuðu hefur verið komið fyrir víða í Sharm el-Sheik og Kaíró. Þeir eru allir Pakistanar á aldrinum 18 til 30 ára.

Rannsókn hryðjuverkaárása:

Leita fimm Pakistana

SHARM EL-SHEIK, AP Lögregla í Egyptalandi leitar nú fimm Pakistana sem grunaðir eru um að bera ábyrgð á hryðjuverkunum í Sharm el-Sheik um helgina. Öryggisfulltrúum á Sínaískagasvæðinu var mörgum hverjum sagt upp í kjölfar árásanna og þeir sagðir hafa sofið á verðinum.

Lögreglumenn á varðstöðum víða í borginni hafa í gær og í dag dreift myndum af hinum grunuðu í von um vísbendingar sem leitt gætu til handtöku mannanna. Pakistanarnir fimm eru sagðir hafa komið til Sharm el-Sheik hinn 5. júlí frá Kaíró og skipulagt árásirnar vandlega. Þeir eru á aldrinum 18 til 30 ára. ■

ÍSLENSKA FLÓRAN Í ELLIÐAÁRDAL

Orkuveitan efnir til göngu- og fræðsluferðar í Elliðaárdal undir leiðsögn Jóhanns Pálssonar, grasafræðings þriðjudagskvöldið 26. júlí kl. 19.30

Gengið verður um dalinn og hugað að þeim íslensku jurtum sem þar vaxa.
Gangan hefst við Minjasafn Orkuveitu Reykjavíkur.

www.or.is

Orkuveita Reykjavíkur

ÍLÁT EINS OG ÞAU SEM NOTUÐ VORU FYRIR SPRENGJUR Breska lögreglan lýsir nú eftir einhverjum sem selt hefur mörg matarílát eins og það sem er á myndinni. Sprengjur tilræðismannanna, sem mistókst að sprengja á fimmtudag, voru geymdar í íláti sem þessu.

Sprengja fannst í almenningsgarði í London:

Nöfn tilræðismanna gefin upp

HRYÐJUVERK Breska lögreglan hefur gefið upp nöfn tveggja tilræðismanna sem áttu þátt í sprengjutilræðunum í London síðastliðinn fimmtudag.

Yasin Hassan Omar og Muktar Said Ibrahim eru 24 og 27 ára og tengjast íbúð í Norður- London sem lögreglan hefur lagt undir sig og rannsakar nú.

Misheppnuð tilraun var gerð til þess að sprengja í loft upp þrjá lestarvagna og einn strætisvagn. Sprengjurnar voru allar faldar í sams konar matarílátum og faldar í dökkum bakpokum.

Alls hafa fimm verið handteknir vegna tilræðanna. Þá hefur verið staðfest að sams konar sprengja fannst í almenningsgarði í Vestur-London um helgina.

Í ljós hefur komið að brasilíski maðurinn sem lögreglan skaut til bana á föstudags vegna gruns um að vera sjálfsmorðsárásarmaður, hafði hlotið átta skot af stuttu færi. Tony Blair, forsætisráðherra Breta, sagðist í gær vera afar leiður yfir því að saklaus maður hafi látið lífið vegna aðgerða lögreglunnar en hvatti jafnframt fólk til að sýna lögreglunni stuðning við mjög erfiðar aðstæður. - sda

Friðarferlið í Darfur-héraði:

Vopnuð átök um helgina

KARTÚM, AP Til vopnaðra átaka kom í Darfur-héraði í vesturhluta Súdan nú um helgina. Þetta hafa yfirmenn hersins þar í landi viðurkennt.

Ríkisstjórnin situr nú við samningaborð með stríðandi fylkingum og reynir að binda endi á blóðsúthellingarnar í héraðinu, en þar hafa að minnsta kosti 180 þúsund látist síðan átök hófust í ársbyrjun 2003.

Tvær meginfylkingar í héraðinu berjast gegn stjórnvöldum sem þær segja spillt og eins hafa staðið fyrir þjóðarmorði í héraðinu. ■

GEORGÍA

RAFMAGNSLAUST Í GEORGÍU Rafmagnslaust varð um tíma í allri Georgíu í fyrradag vegna bilunar í háspennustreng. Að sögn orkumálaráðherra landsins voru engar vísbendingar um hryðjuverk, unnið væri að rannsókn á orsökunum. Truflanir eru tíðar í raforkukerfi Georgíu.

GEIMVÍSINDI

VERNDIÐ MARS Bandaríska geimvísindastofnunin NASA verður að gæta þess að líf frá jörðu mengi ekki Mars, segja forsvarsmenn National Research Council í Bandaríkjunum. Þeir óttast að lifi sýklar af ferðina til Mars geti þeir mengað andrúmsloftið.

Gæðalamb
úr kjötborði Nóatúns!
LAMBALÆRISSNEIÐAR
MIÐLÆRI
ÚR KJÖTBORÐI
998 kr. kg
Þú sparar 600 kr.
Venjulegt verð í Nóatúni er 1.598 kr./kg.
LAMBAKÓTILETTUR
ÚR KJÖTBORÐI
998 kr. kg
Þú sparar 600 kr.
Venjulegt verð í Nóatúni er 1.598 kr./kg.
Bestir í kjöti!
Þú klárar öll innkaupin í Nóatúni!
Varanleg verðlækkun
á öllum helstu
neysluvörum!
30% afsláttur við kassa
GOÐA SVIÐ
FROSIN Í POKA
349 kr. kg
RÆKJUSALAT
SKINKUSALAT
HANGIKJÖTSSALAT
ÍTALSKT SALAT
EÐALSALÖT
6 TEGUNDIR
139 kr. stk.
EÐALSALÖT
ÍTALSKT SALAT
69 kr. stk.
SPARAÐU
ora
GRILLSÓSA
ORA
GRILLSÓSUR
249 kr. stk.
50% afsláttur við kassa
BÖKUNARKARTÖFLUR
Í LAUSU
99 kr. kg
DALHOF KÖKUR
SÍTRÓNU- 99 kr.
JARÐARBERJA- 99 kr.
MARSIPAN OG APRIKÓSU- 99 kr.
GRILLSVEPPIR
Í BOXI 500 G
249 kr. boxið
Mundu Chester Fried
NÓATÚN
OPIÐ TIL KL. 21 ALLA DAGA

VEISTU SVARIÐ?

1 *Hvað er talið að miklu magni maríjúana hafi verið smyglað um göng sem fundust nýlega milli Bandaríkjanna og Kanada?*

2 *Hver vann Tour de France í ár?*

3 *Hver vinnur heimildarþátt um uppfærsluna á Kabarett?*

SVÖRIN ERU Á BLS. 34

Rannsóknir á Öræfajökli:

Hæð Hvannadalshnúks mæld

RANNSÓKNIR Í dag fljúga rannsóknarmenn á vegum Landmælinga Íslands með mælitæki upp á Hvannadalshnúk í þeim tilgangi að mæla nákæmlega hæð hans en síðast var hæðin mæld fyrir rúmlega hundrað árum.

Niðurstaða rannsóknarinnar fyrir hundrað árum reyndist sú að hnúkurinn væri 2.119 metrar á hæð eins og haldið hefur verið fram í kennslubókum og alfræðiritum.

Í byrjun næsta mánaðar, þegar niðurstaða leiðangursins liggur fyrir, komast Íslendingar svo að því hvort rétt hefur verið farið með öll þessi ár um raunverulega hæð hæsta tinds landsins.

Auk þess sem hæð hnúksins verður mæld á einnig að fylgjast með hreyfingum jarðskorpunnar undir Öræfajökli. Farið verður með mælitækin í dag og þau látin safna gögnum í tvo daga en úrvinnsla gagna hefst strax að því loknu.

Landmælingar Íslands njóta samstarfs Landhelgisgæslunnar og Jarðvísindastofnunar Háskóla Íslands við þetta verkefni. - jse

FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

HVANNADALSHNÚKUR Fjallgöngumenn glíma við hæsta tind Íslands en í næsta mánuði kemur í ljós hvort hann er 2.119 metrar eins og kennslubækur og alfræðirit halda fram.

Hungursneyð í Níger:

Hjálpargögn farin að berast

AFRÍKA Sameinuðu þjóðirnar eru byrjaðar að dreifa hjálpargögnum vegna hungursneyðar sem blasir við í Afríkuríkinu Níger. Talið er að allt að þrjár milljónir manna þjáist af vannæringu vegna langvarandi þurrka og uppskerubrests af völdum engisprettufaraldurs.

Sameinuðu þjóðirnar hafa margítrekað frá því í nóvember að yfirvofandi hætta á hungursneyð blasi við í Níger. Ekkert hefur verið aðhafst fyrr en nú. - sda

BÖRN ÞJÁST Amisso Ado er þriggja ára en vegur aðeins 5,8 kg, sem er meðalþyngd nokkurra mánuða gamals barns á Íslandi.

Bæjarráð Hafnarfjarðar:

Íhugar breytingar á langtímalánum

SVEITARSTJÓRNARMÁL Vatnsveita Hafnarfjarðar og Fráveita Hafnarfjarðar gætu hagnast um 18 milljónir króna árlega ef langtímalán stofnananna yrðu endurfjármögnuð. Að þessari niðurstöðu kemst Áhættunefnd erlendra lána Hafnarfjarðarbæjar og var bókun þessa efnis samþykkt á bæjarráðsfundi í síðustu viku.

Lánasjóður sveitarfélaga hefur nú í krafti eigin fjárstyrks síns möguleika á hagstæðari lánum en áður. Langtímalán veitanna eru verðtryggð með 4,5 til 5,7 prósenta vöxtum. Nýju lánin yrðu hins vegar verðtryggð með 3,67 til 4 prósenta vöxtum. Möguleikar á endurfjármögnun eru nú til umsagnar hjá stjórnum veitufyrirtækjanna. - oá

FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

VIÐEYJARSTOFA OG VIÐEYJARKIRKJA Ferðamenn í Viðey hafa þurft að leita skjóls í kirkjunni í rigningu þar sem veitingahúsið er lokað.

Segja borgina stuðla að fækkun gesta

Gestakomum í Viðey hefur stórfækkað eftir að Reykjavíkurborg hætti að styrkja veitingarekstur í Viðeyjarstofu. Ferjusiglingar eru áfram niðurgreiddar þrátt fyrir fækkunina.

BORGARMÁL Þegar mest var um ferðir til Viðeyjar árið 2000 komu þangað yfir 28.000 gestir, flestir yfir sumarið. Síðan þá hefur þeim fækkað jafnt og þétt og það sem af er þessu ári hafa um 7500 gestir komið. Meginástæða fækkunarinnar mun vera að Reykjavíkurborg ákvað að hætta að styrkja veitingarekstur í Viðeyjarstofu, en þeir sem til þekkja segja að 70-75 prósent heildargestafjölda í Viðey hafi verið gestir Viðeyjarstofu.

„Ég tel það ekki markmið að fjölga gestum í Viðey ef leiðin til þess er að niðurgreiða veitingahúsarekstur,“ segir Stefán Jón Hafstein, borgarfulltrúi og formaður menningarmálaráðs. „Eyjan á að vera aðlaðandi á allt öðrum forsendum. Það er nóg af veitingahúsum í bænum og borgin á ekki að vasast í þeim rekstri.“

Innan Reykjavíkurborgar varð í raun stefnubreyting um málefni Viðeyjar og var ákveðið að endurskoða rekstur Viðeyjarstofu. Viðey á nú fyrst og fremst að vera útivistar- og ferðamannasvæði. Stefán Jón segir að þar hafi verið lagðir göngustígar og bætt úr merkingum. Einnig stendur borgin fyrir menningarviðburðum í eynni. Ferjan er áfram niðurgreidd og einnig er nú siglt frá Reykjavíkurhöfn til að auðvelda aðgengi að henni. Þá er Höfuðborgarstofa, sem vinnur að markaðssetningu Reykjavíkur sem ferðamannasvæðis, að taka við umsjón Viðeyjar af Árbæjarsafni.

Stefán segir að reksturinn hafi verið boðinn út til einkaaðila og að áhugi þeirra á veitingahúsarekstri þar hafi ekki verið mikill. Múlakaffi sér nú um reksturinn og ákvað nýverið að bjóða einungis upp á veitingaþjónustu um helgar. Þess eru dæmi að ferðamenn hafi leitað skjóls í Viðeyjarkirkju í rigningu að virkum dögum þar sem veitingahúsið er lokað.

Borgin verður ekki með starfsemi í Viðey allan ársins hring, eyjan verður fyrst og fremst opin fólki yfir sumartímann.

grs@frettabladid.is

Óþekktur sjúkdómur í Kína reyndist ekki skyldur fuglaflensu:

Hefur orðið sautján að bana

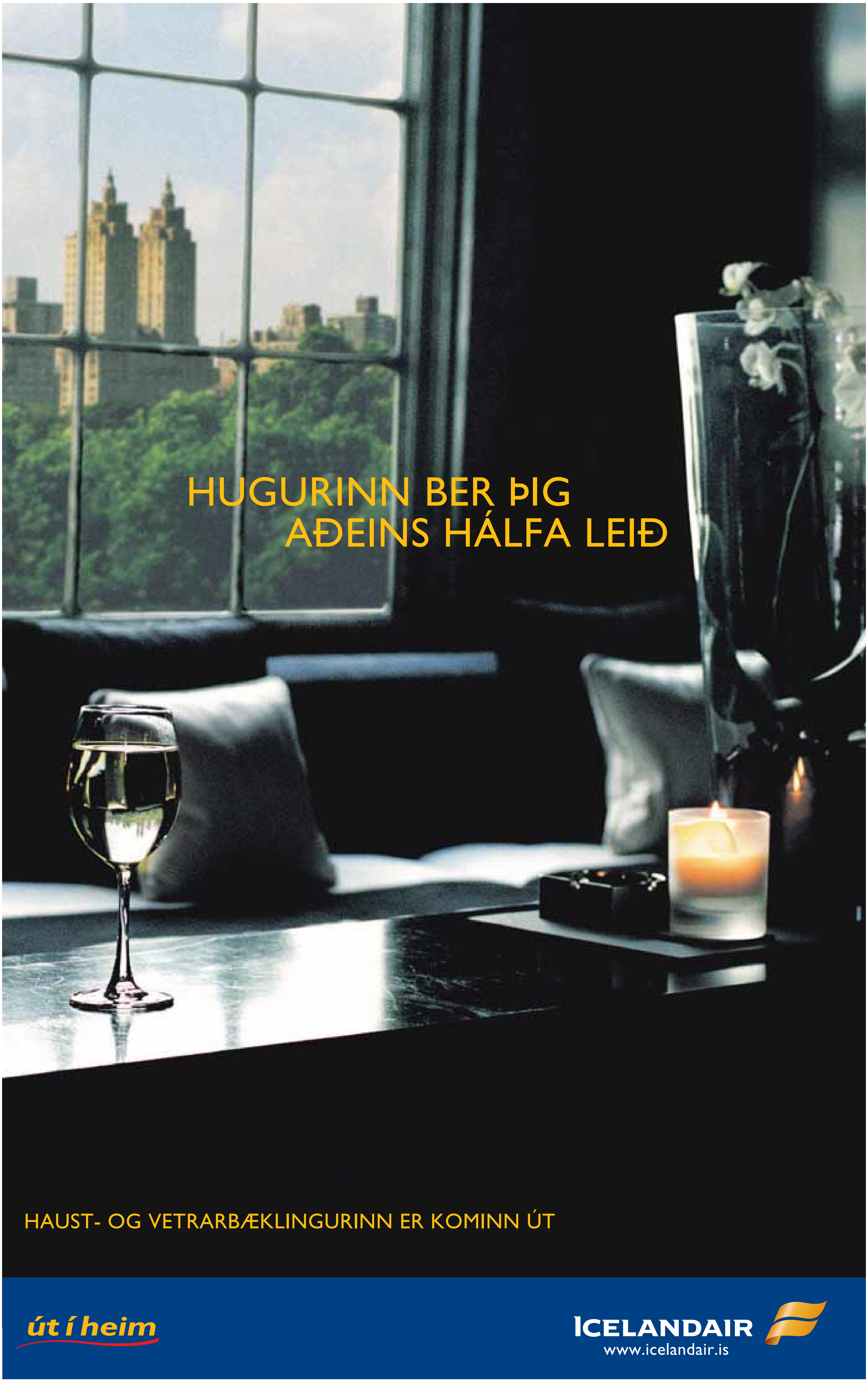
KÍNA Óþekktur sjúkdómur hefur dregið að minnsta kosti sautján bændur til dauða í suðvestur Kína og fjörutíu til viðbótar hafa veikst alvarlega. Sjúkdómurinn er hvorki skyldur fuglaflensu né bráðalungnabólgu að sögn heilbrigðisyfirvalda í Kína.

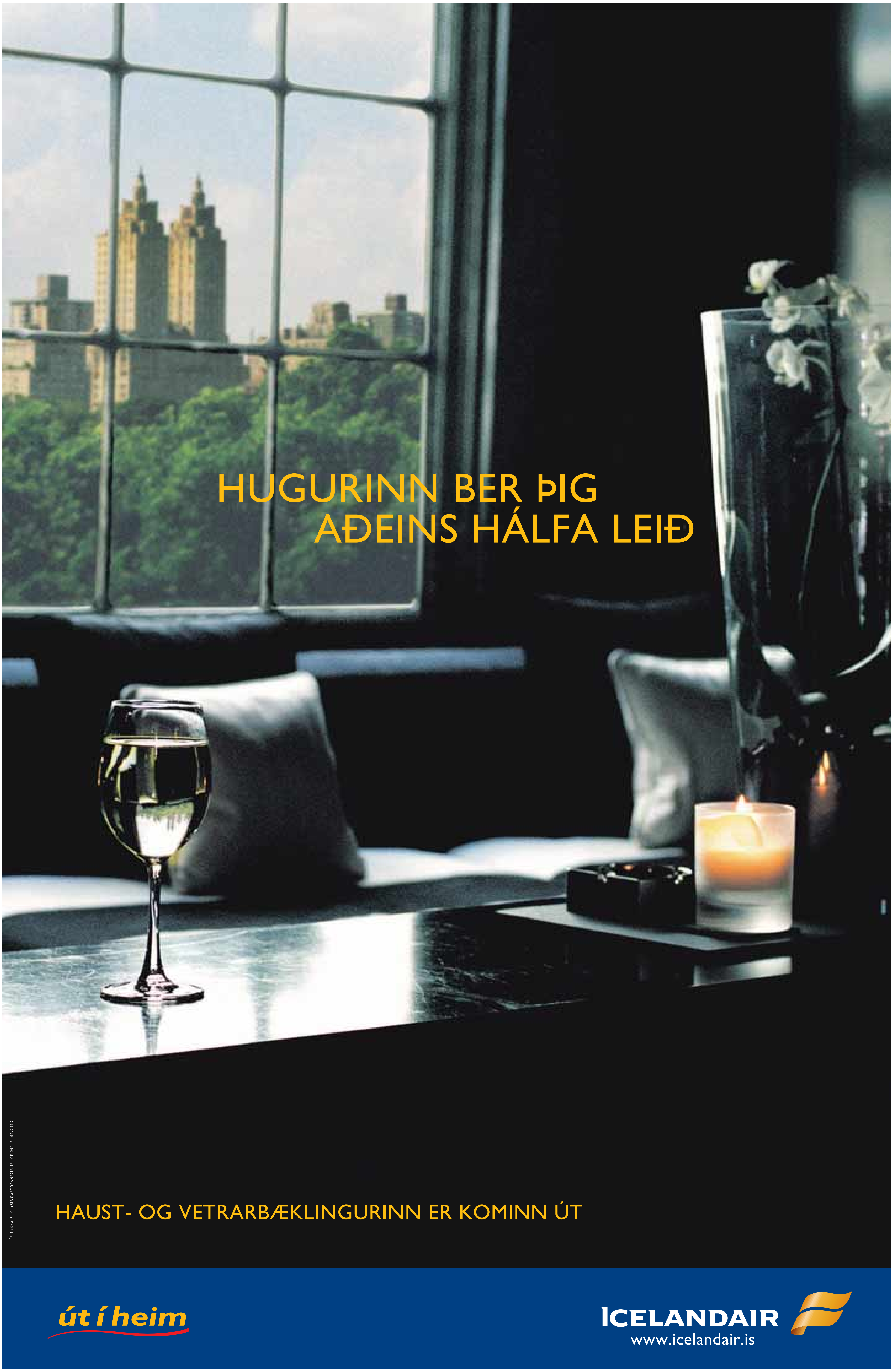
Bændurnir sem létust höfðu umgengist veik svín eða kindur og er talið að bakteríusmit valdi sjúkdómnum. Ekki hefur verið skýrt frá því hvernig sjúkdómurinn berst milli manna.

Einkennin eru hár hiti, þreyta, ógleði og uppköst en á síðari stigum sjúkdómsins falla sjúklingar í dá og marblettir koma fram undir húð. AP fréttastofan hefur eftir talsmanni Alþjóðaheilbrigðismálastofnunarinnar að einkennin bendi til þess að um ákveðna tegund af streptókokka bakteríu sé að ræða.

Tólf þeirra sem liggja á sjúkrahúsi eru taldir alvarlega veikir. - sda

SVÍN HVÍLA SIG Á VOTUM VÖLLUM Í PINGYANG SÝSLU Í ZHEJIANG HÉRAÐI Í AUSTUR-KÍNA Óþekktur sjúkdómur hefur valdið dauða að minnsta kosti nítján bænda í Sichuan-héraði eftir að þeir höfðu slátrað veikum svínum eða rollum.


HUGURINN BER ÞIG
AÐEINS HÁLFA LEIÐ
HAUST- OG VETRARBÆKLINGURINN ER KOMINN ÚT
út í heim
ICELANDAIR
www.icelandair.is


HUGURINN BER ÞIG
AÐEINS HÁLFA LEIÐ
HAUST- OG VETRARBÆKLINGURINN ER KOMINN ÚT
út í heim
ICELANDAIR
www.icelandair.is

SIR EDWARD HEATH BORINN TIL GRAFAR Heath var forsætisráðherra Bretlands frá 1970 til 1974 og forveri Margaret Thatcher sem formaður Íhaldsflokksins. Hann lést úr lungnabólgu 17. júlí síðastliðinn, 89 ára gamall.

Skipuleggjandi Iceland Fashion Week blæs á gagnrýni:

Ásakanir ekki svara verðar

ÍSLENSK HÖNNUN Kolbrún Aðalsteinsdóttir skipuleggjandi Iceland Fashion Week segir ásakanir Sunnu Ásgeirsdóttur og Hörpu Einarsdóttur ekki svara verðar en þær sögðust hafa hætt við þátttöku í hátíðinni vegna vanefnda Kolbrúnar. Eins segist Kolbrún harma einhliða umfjöllun fjölmiðla um tískuhátíðina og furða sig á því að í allri umfjöllun um málið hafi komið fram að ekki hafi náðst í sig, hún hafi síst reynt að forðast blaðamenn.

Aðspurð um meintan styrk Útflutningsráðs til íslensku hönnuðanna sem taka áttu þátt í sýningunni segir Kolbrún að um misskilning hafi verið að ræða, hönnuðirnir hafi átt að fá styrk frá Útflutningsráði kæmust þeir inn á tískuviku í Lundúnum, sem þeir gerðu ekki. Kolbrún vildi ekki tjá sig frekar um málið.

Vegna sumarlokana hjá Útflutningsráði fékkst ekki staðfest að gefið hafi verið vilyrði fyrir einhvers konar styrk en Útflutningsráð leggur ekki í vana sinn að styrkja einstaklinga. **- oá**

FRÉTTABLAÐIÐ/HÖRÐUR

FRÁ TÍSKUSÝNINGU ICELAND FASHION WEEK Þrír hönnuðir hættu við að taka þátt í sýningunni að sögn vegna vanefnda skipuleggjandans, Kolbrúnar Aðalsteinsdóttur.

Staða forstjóra ÁTVR:

Umsóknarfrestur liðinn

ÁTVR Í gær rann út umsóknarfrestur um stöðu forstjóra Áfengis- og tóbaksverslunar ríkisins. Samkvæmt upplýsingum frá fjármálaráðuneytinu verður tilkynnt um það hverjir sóttu um stöðuna fljótlega á næstu dögum eða þegar ljóst þykir að allar umsóknir hafi borist. Auglýst var eftir umsóknum í byrjun þessa mánaðar.

Höskuldur Jónsson fráfarandi forstjóri lætur af störfum 1. september næstkomandi eftir að hafa gegnt starfinu í nær tuttugu ár. Hann lætur af störfum sökum aldurs. **- oá**

VINNINGSTILLAGAN Frumleg og litskrúðug lýsing setur sterkan svip á miðbæinn á Akureyri samkvæmt vinningstillögunni og gerir bæjarlíf og byggingar að síbreytilegum umhverfislistaverkum.

Nýr miðbær á Akureyri:

Tillögurnar sýndar

SKIPULAGSMÁL Sýning á tillögum í hugmyndasamkeppni um nýjan miðbæ á Akureyri stendur nú yfir í húsnæði Kaupfélags Eyfirðinga á Glerárgötu 36. Sýningin stendur til 31. ágúst en á sama stað eru sýndar tillögur sem hlutu verðlaun og viðurkenningar þegar efnt var til hönnunarsamkeppni um menningarhús á Akureyri.

Skotarnir Graeme Massie og Steve Beaty áttu vinningstillöguna í keppninni um nýjan miðbæ á Akureyri. Hugmynd þeirra miðar að því að efla mannlíf og byggð í núverandi miðbæjarkjarna með því að tengja saman Akureyrarpoll og miðbæinn með sjávarsíki. **- kk**

Fjarðaál:

Kaþólsk messa

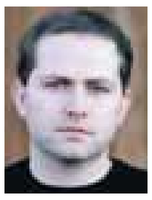
TRÚ Messa að kaþólskum sið var haldin í starfsmannaþorpi Fjarðaáls í Reyðarfirði síðastliðið fimmtudagskvöld. Séra Patrick Breen, kaþólskur prestur á Akureyri, flutti messuna á ensku og pólsku en af 43 þátttakendum í messunni voru 40 Pólverjar.

Stefnt er á að koma reglulegum messum á sunnudögum í starfsmannaþorpi Fjarðaáls og í ágúst messa fjórir slóvenskir munkar í starfsmannaþorpinu og dvelja þar í nokkra daga en þeir ætla að koma á fót munkaklaustri á Austurlandi. **- kk**

Um 30 flóttamenn til Reykjavíkur í ágúst

Rúmlega þrjátíu flóttamenn eru væntanlegir hingað til lands upp úr miðjum ágústmánuði. Allir flóttamennirnir setjast að í Reykjavík og er þetta í fyrsta skipti í rúman aldarfjórðung sem borgin tekur á móti flóttamönnum.

FLÓTTAMENN Undirbúningur fyrir komu 31 flóttamanns hingað til lands stendur yfir og gengur vel að sögn Atla Viðars Thorstensen, verkefnisstjóra hjá Rauða krossi Íslands. Nákvæm dagsetning liggur ekki fyrir en vonast er til þess að fólkið komi áður en grunnskólar hefjast 22. ágúst.



ATLI VIÐAR THORSTENSEN

Flóttamannahópurinn samanstendur af 24 Kólumbíumönnum og sjö eru frá Kosovo. Um sjö fjölskyldur sé ræða og hafi nítján flóttamannanna ekki náð átján ára aldri. „Einstaklingarnir sem hingað koma hafa þegar verið valdir í framhaldi af utanferð sendinefndar sem þar tók viðtöl við fólkið,“ segir Atli.

Allir flóttamennirnir setjast að í Reykjavík og í fyrsta skipti í rúm 25 ár sem flóttamenn komi til Reykjavíkur að sögn Drífu Hrannar Kristjánsdóttur, verkefnisstjóra á velferðarsviði Reykjavíkurborgar. Reykjavíkurborg hefur með höndum að útvega fólkinu íbúðir auk þess að koma börnum fyrir í grunnskólum og leikskólum.

DRÍFA HRÖNN KRISTJÁNSDÓTTIR

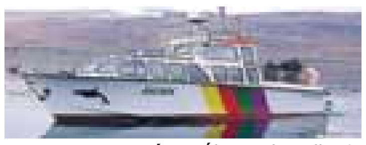
„Undirbúningurinn gengur samkvæmt áætlun og við höfum í nógu að snúast,“ segir Drífa. Tekist hefur að finna húsnæði fyrir flestar fjölskyldnanna en reynt verður að koma þeim fyrir nærri Austurbæjarskóla til þess að börn og ungmenni eigi ekki langt að sækja í skóla. „Í hópnum frá Kólumbíu eru margar einstæðar mæður með mörg börn,“ segir Drífa.

FLÓTTAMENN Hópar flóttamanna hafa komið hingað til lands á hverju ári síðan árið 1996 með tveimur undantekningum. Þessir flóttamenn komu til Akureyrar árið 2003 frá Júgóslavíu.

Reykjavíkurdeild Rauða krossins sér um að útvega fólkinu húsgögn og innbú að sögn Atla. Þá verður komið á fót sérstöku stuðningsmannakerfi og leiðbeina þrjár til fjórar stuðningsfjölskyldur hverri flóttamannafjölskyldu að komast inn í íslenskt samfélag.

Flóttafólk hefur komið hingað til lands á hverju ári síðan árið 1996 með tveimur undantekningum. Atli segir fólkinu almennt hafa gengið vel að aðlagast samfélaginu og að nær allir hafi fasta atvinnu. Félagsmálaráðuneytið kostar verkefnið en kostnaður við flóttafólkið í ár nemur um 40 milljónum að því er fram kom í viðtali við Árna Gunnarsson, formanns flóttamannaráðs, í Hádegisútvarpi Talstöðvarinnar í gær.

helgat@frettabladid.is



SELASKOÐUNARBÁTUR Ákinn tekur allt að 20 farþega.

Ný ferðaþjónusta:

Selaskoðun á Húnaflóa

FERÐAÞJÓNUSTA Hjónin Hólmfríður Bjarnadóttir og Sævar Jónatansson á Hvammstanga hafa í sumar gert út bátinn Ákann til selaskoðunar á Húnaflóa en Hólmfríður segir að Ákinn sé fyrsti og eini báturinn á Íslandi sem gerður er út í selaskoðunarferðir. „Viðtökur hafa verið góðar þótt veðrið það sem af er hafi verið frekar óhagstætt til selaskoðunarferða. Á Húnaflóa er mikið af sel og fjölskrúðugt fuglalíf og stundum sjáum við hvali,“ segir Hólmfríður. **- kk**

LÖGREGLUFRÉTTIR

ÓK Á LJÓSASTAUR Engin slys urðu á fólki þegar ökumaður missti stjórn á bíl sínum með þeim afleiðingum að hann hafnaði á ljósastaur við Hlíðarbraut á Akureyri skömmu fyrir klukkan sjö í gærmorgun. Töluverðar skemmdir urðu á bifreiðinni sem var flutt með dráttarbíl af vettvangi.

ÖLVAÐUR ÖKUMAÐUR VELTI BÍL Ölvaður ökumaður gjöreyðilagði bifreið sína eftir að hann ók út af og velti bifreiðinni við Reykjanesbraut rétt austan við Vogaveg í fyrrinótt. Kannabisefni fundust í fórum ökumannsins, sem kenndi til eftir slysið og fór því í læknisskoðun.

NÆR FIMMTÍU STÖÐVAÐIR Lögreglan á Sauðárkróki hafði á sunnudag afskipti af 46 ökumönnum við umferðareftirlit á veginum milli Sauðárkróks og Akureyrar á sunnudag. 21 ökumannanna ók of hratt og á yfir höfði sér ákæru en hinir 25 voru stöðvaðir við almennt eftirlit.

NISSAN PATHFINDER

SKIPT_um landslag

200.000 kr. AFSLÁTTUR

KRÖFTUGT OPNUNARTILBOÐ!

Við bjóðum hvorki meira né minna en 200.000 króna afslátt af Nissan Pathfinder í tilefni opnunar á glæsilegasta bílasýningarsal landsins hjá Ingvari Helgasyni. Pathfinder eyðir einungis 10 dísil-lítrum á hundraðið í blönduðum akstri. Hann fer allt á fjórhjóladrifinu, er þægilegur í öllum sjö sætunum, lipur innanbæjar og rúmar farangur til fleiri mánaða. Hann er öflug listasmíð, traustur og vandaður. En fyrst og fremst sameinar Nissan Pathfinder það grófa og það fína í einum best heppnaða útivistarbíl síðari ára.

PATHFINDER SE

Beinskiptur
174 hestöfl
5 dyra

Tilboðsverð: 4.250.000 kr.

44.096 kr. á mán.*

Sjálfskiptur: 4.450.000 kr.

46.164 kr. á mán.*

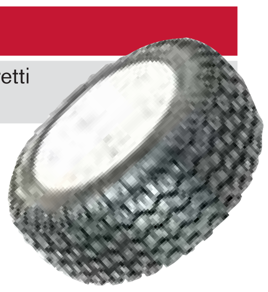
STAÐALBÚNAÐUR

- Þokuljós
- Krómað grill
- Leðurklætt stýri og gírstöng
- Krómaðar höldur inni í bíl
- Hiti í speglum
- Áttaviti í baksýnisspegli
- Litað gler
- 7 sæta
- Birtuskynjari í spegli
- Útvarpsfjarstýring í stýri
- Innbyggt loftnet (loftnet í afturrúðu)
- Regnskynjari
- Hraðastillir (Cruise Control)

250.000 krónum flottari!

Þeir sem kaupa Nissan Pathfinder í júlí fá 32" dekk, krómstigbretti og dráttarkrók í kaupbæti.

PATHFINDER ER KOMINN TIL LANDSINS
KLÁR Á GÖTUNA Á FIMM DÖGUM



VEIÐIKORTIÐ FYLGIR MEÐ!

Með veiðikortinu má veiða nánast ótakmarkað í a.m.k. 20 vötnum víðsvegar um landið og tjalda endurgjaldslaust hjá mörgum þeirra. Nánari upplýsingar á www.veidikortid.is

Glitnir

*Bílasamningur Glitnis með 30% innborgun og eftirstöðvar í 84 mánuði.

Ingvar Helgason | Sævarhöfða 2 Sími 525 8000 www.ih.is | Opið: Mánudaga – föstudaga kl. 9:00–18:00

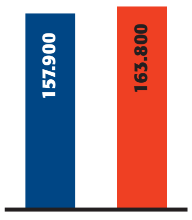
Hrísmýri 2a	Eyrarlandi 1	Sæmundargötu 3	Holtsgötu 52	Dalbraut 2b	Víkurbraut 4	Búðareyri 33	Sindragötu 3	Óseyri 5
800 Selfossi	530 Hvammstanga	550 Sauðárkróki	260 Njarðvík	300 Akranesi	780 Höfn í Hornafirði	730 Reyðarfjörður	400 Ísafjörður	603 Akureyri
482-3100	451-2230	453-5141	421-8808	431-1376	478-1990	474-1453	456-4540	461-2960

Fíton/SÍA

SVONA ERUM VIÐ

STARFANDI EINSTAKLINGAR Á ÖÐRUM ÁRSFJÓRÐUNGI

Heimild: Hagstofan



baksvið

fréttir og fróðleikur

FBL GREINING: STJÓRNSÝSLUÚTTEKT

Skúffur Íbúðalánasjóðs skoðaðar

Félagsmálanefnd Alþingis fól Ríkisendurskoðun í síðustu viku að gera svokallaða stjórnsýsluúttekt á Íbúðalánasjóði. Sjóðurinn verður lögum samkvæmt að afhenda ríkisendurskoðanda öll nauðsynlegt gögn til úttektarinnar.

Hvað er stjórnsýsluúttekt?
Stjórnsýsluúttekt, öðru nafni stjórnsýsluendurskoðun, hefur að markmiði að veita stofnunum og fyrirtækjum ríkisins aðhald í rekstri. Að undangenginni úttekt setur Ríkisendurskoðun fram ábendingar um það sem betur má fara, til dæmis í stjórnun, skipulagningu, eftirliti og verklagi stofnunar, félags eða fyrirtækis sem um ræðir. Stjórnsýsluúttektir geyma oftar en ekki nokkra gagnrýni, en leitast er við að setja hana fram á sanngjarnan og uppbyggilegan hátt.

Í stjórnsýsluúttekt er einkum könnuð meðferð og nýting almannafjár. Einnig er gengið úr skugga um hvort hagkvæmni og skilvirkni sé gætt í rekstri stofnana og fyrirtækja í eigu ríkisins. Loks athugar Ríkisendurskoðun hvort lagafyrirmælum um slík atriði sé framfylgt. Ríkisendurskoðun hefur víðtækar heimildir til þess að afla nauðsynlegra gagna og getur krafið hlutaðeigandi um öll gögn sem talin eru skipta máli vegna úttektarinnar.

Hvenær ber að gera stjórnsýsluúttekt?
Ríkisendurskoðun getur sjálf ákveðið hvar og hvenær ráðist skuli í stjórnsýsluúttekt. Alþingi eða þingnefndir geta einnig farið fram á slíkar úttektir. Skýrslur eru ávallt sendar Alþingi og birtar opinberlega og venjulega lýkur afskiptum Ríkisendurskoðunar af viðkomandi málefni þar með.

Hverjir hafa sætt stjórnsýsluúttekt?
Félagsmálanefnd Alþingis fól Ríkisendurskoðun í síðustu viku að gera stjórnsýsluúttekt á Íbúðalánasjóði vegna breyttrar stöðu hans á íbúðalánamarkaði. Stofnunin hefur á undanförnum misserum einnig gert stjórnsýsluúttekt á Háskóla Íslands, Fjórðungssjúkrahúsinu á Akureyri og Flugmálastjórn svo nokkuð sé nefnt.

SPURT & SVARAÐ

NÝR FORMAÐUR BLAÐAMANNAFÉLAGS ÍSLANDS

FRÉTTABLAÐIÐ/VALGARÐUR

ARNA SCHRAM

Býst ekki við umbyltingu

Arna Schram varð formaður Blaðamannafélags Íslands á dögunum.

Má búast við stefnubreytingu?
Mannabreytingum fylgja alltaf einhverjar áherslubreytingar, en ég á ekki von á umbyltingu, enda situr sama stjórnin áfram.

Muntu sakna Róberts Marshall?
Það var vissulega gaman að starfa með honum þótt það hafi verið stormasamt á köflum eins og vera ber í svona félagsskap. Hann gerði margt gott fyrir félagið og var mjög metnaðarfullur í því sem hann tók sér fyrir hendur. Ég óska honum velfarnaðar í nýju starfi og vonast eftir góðu samstarfi við hann.

Hvað er framundan hjá félaginu?
Það helsta er gerð kjarasamninga sem verða lausir í vetur. Ég geri ráð fyrir að samninganefndir og -ráð hittist í byrjun september til að móta kröfugerðina.

Ögurstund rennur senn upp

Fyrir nær þremur mánuðum sagði Davíð Oddsson utanríkisráðherra á Alþingi að ekki mætti bíða mikið lengur með að hefja kosningabaráttuna af fullum krafti ef Ísland ætlaði að halda fast við framboð sitt til öryggisráðs Sameinuðu þjóðanna. Erlendum áhorfendum þykir Íslendingar tvístígandi.

Klukkan tifar og senn líður að því að Davíð Oddsson utanríkisráðherra taki stefnumarkandi ákvörðun um það hvort Ísland standi við fyrri áform sín um að sækja um aðild að öryggisráði Sameinuðu þjóðanna og hefji kosningabaráttu í því skyni.

FRÉTTASKÝRING
UMSÓKN ÍSLANDS UM SÆTI Í ÖRYGGISRÁÐI SÞ

JÓHANN HAUKSSON
BLAÐAMAÐUR

Málið má rekja aftur til ársins 1998 þegar ríkisstjórn Framsóknarflokksins og Sjálfstæðisflokksins ákvað að Ísland yrði í framboði til Öryggisráðsins árið 2008 og tæki sæti í ráðinu árið 2009 og 2010. Til að svo megi verða þarf Ísland að hafa betur í viðureigninni við Tyrkland og Austurríki.

Vart þarf að taka fram að Ísland hefur aldrei átt sæti í öryggisráði Sameinuðu Þjóðanna. Þó er hefð fyrir því að Norðurlöndin taki þar sæti á fjögurra ára fresti og haldi þar sæti tvö ár í senn.

ÖRYGGISRÁÐ SAMEINUÐU ÞJÓÐANNA Keppinautar Íslands um sæti í öryggisráðinu eru Tyrkir og Austurríkismenn.

Röðin var komin að Finnum þegar Íslendingar gerðu vart við sig og fóru fram á að vera hleypt inn í röðina. Vera má að Finnar hafi tekið þessu fengins hendi enda hafa þeir í nægu að snúast á vettvangi Evrópusambandsins, en þar verða þeir í forsæti á næsta ári. Að líkindum hefðu þeir átt erfitt með að einbeita sér að kosningabaráttu um sæti í öryggisráðinu fyrr en árið 2007.

Í augum Norðurlandanna og annarra þjóða sem láta sig málið varða eru Íslendingar tvístígandi. Þannig verður það þar til Davíð Oddsson utanríkisráðherra tekur endanlega afstöðu um aðildarumsóknina og þar með væntanlega kosningabaráttu með tilheyrandi kostnaði.

Klukkan tifar

Hinn 29. apríl síðastliðinn sagði Davíð á Alþingi: „Áfram er unnið að undirbúningi að framboði Íslands til öryggisráðs Sameinuðu þjóðanna. Áleitnar spurningar hafa þó komið upp í mínum huga varðandi kostnað við framboðið og setu Íslands í ráðinu árin 2009 og 2010. Ljóst er að á brattann verður að sækja gegn keppinautunum, en auk Íslands eru Austurríki og Tyrkland í framboði til þeirra tveggja sæta sem tilheyra Vesturlandahópnum svonefnda. Það er óneitanlega miður að honum skuli ekki hafa tekist að komast að samkomulagi um að einungis tvö ríki væru í framboði þannig að smærri aðildarríkjum gæfist kostur á að taka þátt í störfum öryggisráðsins án þess að þurfa að leggja í dýra og erfiða kosningabaráttu. Í utanríkisráðuneytinu var gerð kostnaðaráætlun upp á rúmar 600 milljónir króna vegna kosningabaráttunnar og setunnar í ráðinu. Gera verður ráð fyrir að þegar líði á kosningabaráttuna aukist harkan í henni enn frekar en orðið er og þar

DAVÍÐ ODDSSON UTANRÍKISRÁÐHERRA „Ef halda á framboðinu áfram má ekki bíða mikið lengur með að hefja kosningabaráttuna af fullum krafti.“

HALLDÓR ÁSGRÍMSSON FORSÆTISRÁÐHERRA Aðild að öryggisráði Sameinuðu þjóðanna er talið vera sérstakt áhugamál hans.

með kostnaðurinn. Af þessum ástæðum öllum hefur framboð Íslands verið til skoðunar, sem lýkur á næstu vikum. Ef halda á framboðinu áfram má ekki bíða mikið lengur með að hefja kosningabaráttuna af fullum krafti“.

Erfitt að snúa við í miðri á

Tveir kostir virðast nú vera í stöðunni. Annars vegar getur Ísland dregið umsókn sína til baka, borið við miklum kostnaði og fyrirhöfn ellegar vonlausri stöðu þar sem vandaverk verði að telja tvær af hverjum þremur aðildarþjóðum Sameinuðu þjóðanna, eða að minnsta kosti fulltrúa 120 þjóða, á að greiða Íslandi atkvæði í baráttunni um sæti í öryggisráðinu.

Hins vegar gæti Ísland haldið fast við fyrri ákvörðun sína um aðildarumsókn, hellt sér út í kosningabaráttu og „tapað“ með sæmd ef svo bæri undir. Þessi kostur væri Norðurlöndunum sjálfsagt þóknanlegur úr því sem komið er og alls ekkert er gefið að slagurinn sé fyrir fram tapaður.

Aðildarþjóðir í sviðsljósið

Ýmsir telja að Halldór Ásgrímsson forsætisráðherra hafi alla tíð haft meiri áhuga á málinu en Davíð Oddsson utanríkisráðherra. Um þetta skal ekkert fullyrt en þegar grannt er skoðað getur aðild að öryggisráðinu verið fýsileg fyrir Ísland. Í fyrsta lagi njóta löndin í öryggisráðinu mikillar athygli innan Sameinuðu þjóðanna og rödd Íslands kynni að verða hærri og skýrari. Í öðru lagi gæti Ísland aflað sér gott orð og öðlast virðingu sem friðelskandi þjóð eða þjóð sem af heilindum reyndi að byggja upp friðsamlegri heim. Í þriðja lagi þykir ekki síður mikilsvert að Ísland axli ábyrgð sem ein ríkasta þjóð veraldar miðað við höfðatölu. Hún gæti til dæmis lagt þjóðum Afríku og Asíu til þekkingu varðandi viðbrögð við náttúruhamförum á borð við eldgos og jarðskjálfta svo nokkuð sé nefnt.

Vera má að aukinn áhugi stjórnvalda á málefnum Asíu og Afríku sé vísbending um að utanríkisráðherra haldi sig þrátt fyrir allt við fyrri áform stjórnvalda um framboð til öryggisráðs Sameinuðu þjóðanna og taki kosningaslaginn. ■

CITROËN

Þú færð 100 þúsund króna afslátt af verði bílsins.

Citroen Berlingo Van 1,4i (bensín) 75 hestöfl*

	með vsk.	án vsk.
Verð	1.419.000 kr.	1.139.740 kr.
Afsláttarverð	1.319.000 kr.	1.059.000 kr.
Rekstrarleiga	24.888 kr.	19.990 kr.

Citroën Berlingo Van 2,0 Hdi (dísil) 90 hestöfl*

	með vsk.	án vsk.
Verð	1.589.000 kr.	1.276.300 kr.
Afsláttarverð	1.489.000 kr.	1.196.000 kr.
Rekstrarleiga	28.000 kr.	22.490 kr.

Enn meira fyrir enn minna

Einstakt rekstrarleigutilboð meðan birgðir endast. Akstur allt að 75 þúsund km á þriggja ára tímabili. Meiri útbúnaður í bíl en áður. Meiri en hjá keppinautunum. Allt innifalið - ekkert vesen. Lægra leiguverð en áður. Hámarkaðu hagkvæmnina. Komdu í Brimborg.

Ný lög um olíugjald - Öflugasta dísilvélin, hlægileg eyðsla

Dísilbílar eru nú mun álitlegri kostur fyrir þig en áður. Nú færð þú nýja og öflugri dísilvél - þá öflugustu í sínum flokki sendibíla: 90 hestöfl og 205 Nm tog. Þrátt fyrir mikið afl er eyðslan einungis 5,7 l/100km í blönduðum akstri. Að sjálfsögðu bjóðum við Berlingo einnig með öflugum bensínvélum.

Galopið flutningsrými - ótrúleg burðargeta

Citroën Berlingo Van er með sex hurðum: tveimur á hvorri hlið og tveimur að aftan. Auk þess er Berlingo Van með góðum opnanlegum hlera á þaki, sem allir rekstraraðilar elska! Fáir eða enginn bíll stenst Citroën Berlingo Van snúning þegar kemur að notagildi fyrir rekstraraðila því auk þess sem unnt er að galopna þrjú þúsund lítra flutningsrýmið er burðargetan hvorki meira né minna en 800 kg. Tvær ferðir verða að einni. Það er staðreynd! Að sjálfsögðu er Berlingo Van með ABS hemla.

Einstakt vinnuumhverfi

Þú verður líka að hafa það gott! Þess vegna finnur þú vart betra vinnuumhverfi en í Berlingo Van: Þú opnar með fjarstýringunni, sest inn í hátt og breitt upphitanlegt sætið, setur rétta geisladiskinn í fjarstýranleg hljómtækin, fellir fram bakið á sætinu við hliðina, sem verður að vinnuborði, og leggur frá þér kaffibollann eða fartölvuna. Mörg geymsluhólf. Þú setur pappírana t.d. í hólfið fyrir ofan þig. Að sjálfsögðu eru rúðurnar og útispeglarnir rafdrifnir. Stýrið er létt og með hraðaþyngingu.

Takmarkað magn bíla

Brimborg hefur vart haft undan við afhendingu nýrra Citroën Berlingo Van til ánægðra rekstraraðila. Þess vegna er lager okkar takmarkaður og tilboðið, sem við gerum þér núna, er háð þeim takmörkunum. Hafðu strax samband við söluráðgjafa Brimborgar og kynntu þér á hvern hátt Berlingo Van getur skipt máli fyrir rekstur þinn. Festu þér frábæran vinnubíl á einstöku tilboði. Vertu hagkvæmur og í fremstu röð. Komdu í Brimborg!

Við kaupum af þér gamla bílinn: Staðgreitt!**

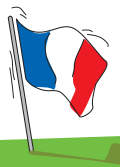
Við staðgreiðum** þann bíl sem þú vilt losna við ef þú leigir eða kaupir nýjan Citroën Berlingo. Þú getur notað peninginn til að greiða upp gamalt lán, nýtir hann í reksturinn eða lækkar mánaðargreiðslurnar enn frekar. Taktu Berlingo tilboðinu sem gildir út júlí mánuð. Ræddu við söluráðgjafa um hvernig Berlingo getur hjálpað þér í rekstrinum.

Gæði Citroën eru staðreynd

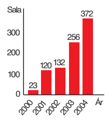
Í sjö ár hefur Citroën táknað gæði. Ástæðan er að Frakkarnir tóku sig á við framleiðslu bíla. Aftur þekkja þeir orðið gæði og framleiða m.a. Yaris fyrir japanska bílaframleiðandann Toyota. Róttæk gæðastefna Citroën hefur borið árangur. Citroën vex hraðar en önnur frönsk bílamerki á Íslandi en franskir bílar auka stöðugt hlut sinn á íslenska markaðnum. Nú eru yfir fjögurhundruð Berlingo bílar í stöðugri notkun hjá íslenskum fyrirtækjum og iðnaðarmönnum. Þú vilt gæði og þægilega vinnuaðstöðu a la frans. Veldu Citroën Berlingo - við tökum ábyrgðina.

Þú færð meira fyrir minna í Berlingo.

- Topplúga með fellanlegri þverslá
- Burðargeta 800 kg
- Þrjúþúsund lítra galopnanlegt flutningsrými
- Fellanlegt farþegasæti með borði og geymslurými
- Hiti í sætum
- Fjarstýrð samlæsing
- Fjarstýrð hljómtæki með geislaspilara
- Rafknúnir speglar
- Rafknúnar rúður
- Há sætisstaða, gott útsýni
- Breið og þægileg sæti, góð hvíld
- Hilla fyrir ofan bílstjóra
- Fjöldi geymsluhólfa
- Hleðsluhurð á hvorri hlið
- 180° opnun á tvöfaldri afturhurð
- Létt rafstýrt stýri með hraðaþyngingu



Sífellt fleiri Íslendingar velja Citroën. Sérstök hönnun, framúrskarandi tækni og mikil eftirspurn á endursölumarkaði tryggja gæði og hagkvæmni Citroën. Skoðaðu súlumyndina hér til hægri og þú sérð að fleiri og fleiri Íslendingar velja Citroën.



brimborg

Öruggur staður til að vera á

Brimborg Reykjavík: Bíldshöfða 6, sími 515 7000 | Brimborg Akureyri: Tryggvabraut 5, sími 462 2700 | Brimborg Reykjanesbæ: Njarðarbraut 3, sími 422 7500 | www.citroen.is

* Smur- og þjónustueftirlit samkvæmt ferli framleiðanda og Brimborgar er innifalið í leigugreiðslu og allt að 25.000 km. akstur á ári. Rekstrarleiga er miðuð við mánaðarlegar greiðslur í 37 mánuði. Kaupverð og leiga eru háð gengi erlendra mynta og vöxtum þeirra. Nánari upplýsingar veita söluráðgjafar Brimborgar. **45 dögum eftir að þú færð nýja bílinn.

GCI ALMANNATENGSL - GREY COMMUNICATIONS INTERNATIONAL

BÍLAÞING HEKLU

HVÍTA HÚSIÐ / SÍA - 3294

ÓMÓTSTÆÐILEG OPNUNARTILBOÐ!

Suzuki Baleno
Skráður 3.6.99, ek. 87 þ. km
1,6 l bensín beinsk.
Ásett verð: 590.000
Tilboðsverð: 350.000

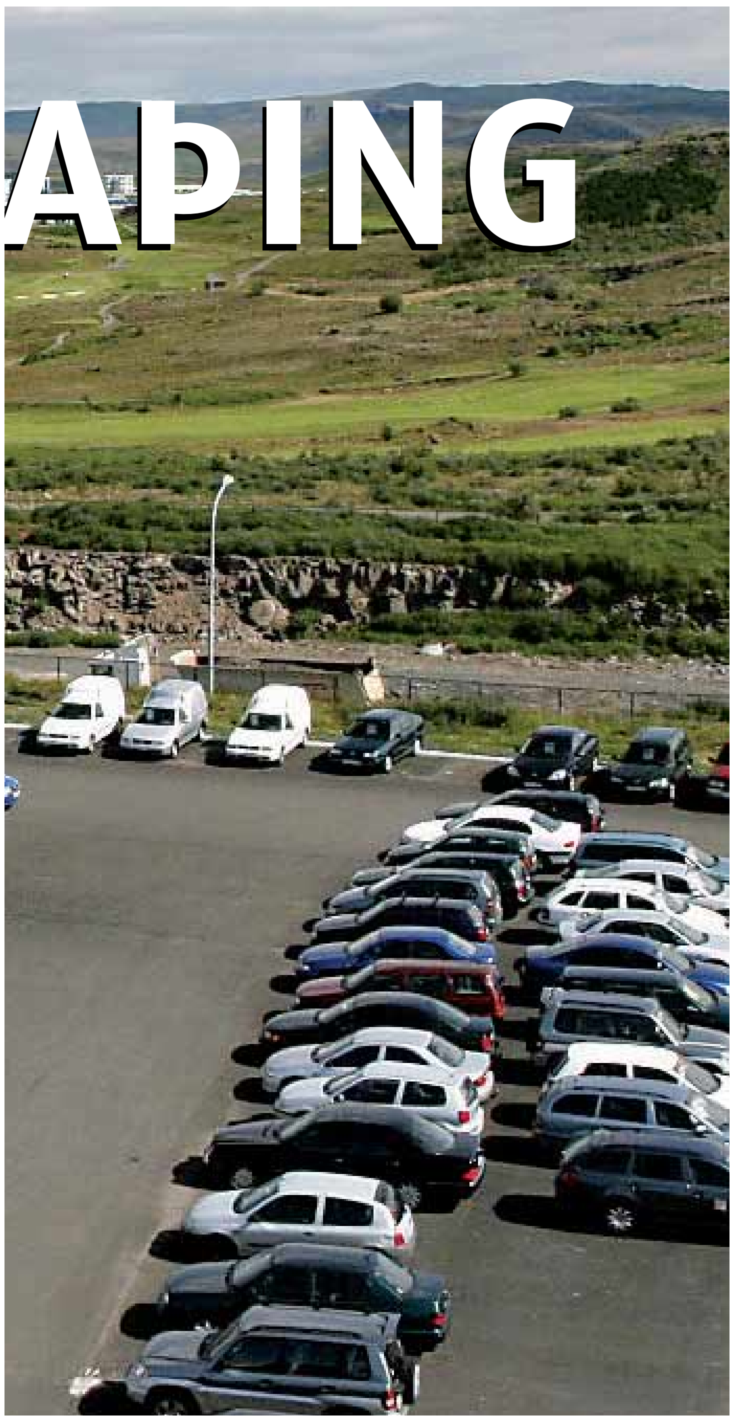
Skoda Octavia 4x4
Skráður 20.3.02, ek. 166 þ. km
2 l bensín beinsk.
Ásett verð: 1.050.000
Tilboðsverð: 780.000

VW Passat AT
Skráður 2.11.01, ek. 91 þ. km
2 l bensín sjálfsk.
Ásett verð: 1.590.000
Tilboðsverð: 1.390.000

VW Polo
Skráður 26.2.02, ek. 44 þ. km
1,4 l bensín beinsk.
Ásett verð: 990.000
Tilboðsverð: 820.000

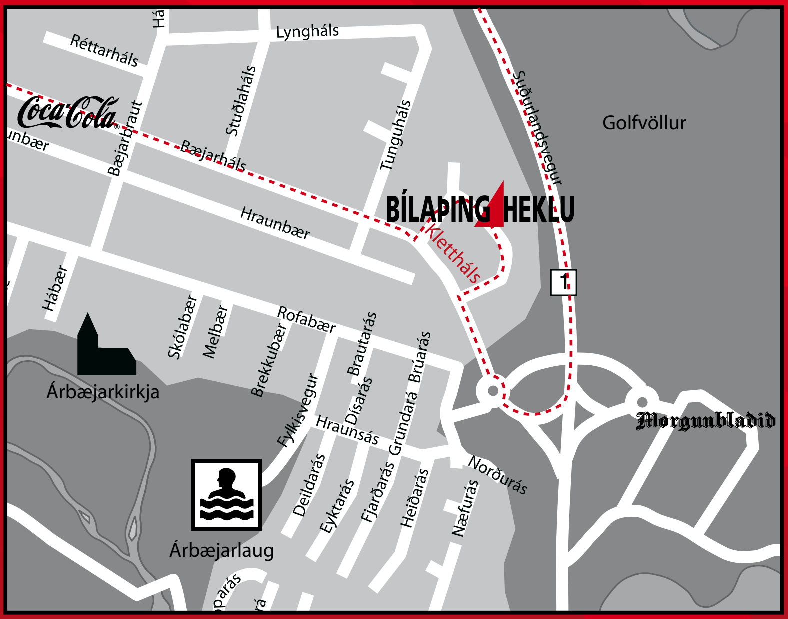
HEKLA®
Laugavegi 174
Sími 590 5040
www.bilathing.is
bilathing@hekla.is

Númer eitt í notuðum bílum



KLETTHÁLSI OG LAUGAVEGI

BÍLAÞING HEKLU verður framvegis á tveimur stöðum. Að Laugavegi 174 og í nýjum og glæsilegum húsakynnum að Klettháls 11.



Í tilefni af opnun nýja Bílaþingsins bjóðum við sérstök vildarkjör og 100% fjármögnun á völdum bílum til mánaðamóta eða á meðan birgðir endast.

100%
FJÁRMÖGNUN Í BOÐI

Land Rover Freelander V6
Skráður 25.6.02, ek. 44 þ. km
2,5 l bensín sjálfsk.
Ásett verð: 2.240.000
Tilboðsverð: 1.980.000

MMC Pajero Sport 33"
Skráður 27.3.01, ek. 73 þ. km
2,5 l dísil beinsk.
Ásett verð: 2.490.000
Tilboðsverð: 2.150.000

MMC Pajero Sport
Skráður 11.12.01, ek. 55 þ. km
3 l bensín sjálfsk.
Ásett verð: 2.490.000
Tilboðsverð 2.250.000

Nissan Terrano II
Skráður 4.12.98, ek. 175 þ. km
2,7 l dísil sjálfsk.
Ásett verð: 1.430.000
Tilboðsverð: 1.180.000

BÍLAÞING HEKLU
Númer eitt í notuðum bílum

Klettháls 11
Laugavegi 174
Sími: 590 5040

skoðun

SJÓNARMIÐ

GUÐMUNDUR MAGNÚSSON

Álagningarskrár eiga ekki að vera leyndarmál.

Hefð til að halda í

Hinn árlegi „glaðningur“ skattseðillinn er væntanlegur inn um bréfalúgur landsmanna í lok vikunnar. Strax á morgun geta netvædd heimili skoðað álagningu ársins á þjónustusíðu ríkisskattstjóra. Líklegt er að þetta verði einhverjum tilefni til þess að kyrja þann söng, sem heyrst hefur á þessum tíma undanfarin ár, að álagningarseðla eigi ekki að birta opinberlega. Ekki er ástæða til að taka undir það. Þvert á móti er full ástæða til þess að skattayfirvöld haldi í heiðri þær hefðir í þessu efni sem skapast hafa á undanförnum áratugum.

Allt pukur með álagningu skatta er til þess fallið að skaða skattkerfið og tiltrú á því. Þess vegna eiga álagningarskrár hér eftir sem hingað til að vera opinber gögn með þeim hætti sem tíðkast hefur.

Skattstjórar um land allt hafa um langt árabil haft það fyrir sið að taka saman lista með nöfnum þeirra skattgreiðenda, einstaklinga og félaga, sem hæst gjöld greiða í hverju umdæmi, þegar álagningarseðlar eru birtir. Engin lagafyrirmæli eru um þetta, heldur er hér um hefð að ræða sem orðin er aldargömul. Þá hafa skattstjórar við sama tækifæri jafnframt látið álagningarskrár hvers umdæmis liggja frammi á viðkomandi skattstofum, þannig að almenningi hefur gefist tækifæri til að bera skatta sína saman við skatta annarra og afla fróðleiks um hvernig álagningu er háttað hjá öðrum. Fyrir þessum sið er ótvíræð lagaheimild.

Þeir sem gagnrýna opinbera birtingu álagningarskráa telja að í þeim séu upplýsingar um viðkvæm einkamálefni sem rétt sé að leynt fari. Í því sambandi er gjarnan bent á að í upplýsingalögum eru undanþágur frá því að gera gögn opinber helst byggðar á því að um fjárhagsleg málefni sé að ræða og séu þau þess eðlis að þau eigi ekki erindi við almenning. Þá hefur líka verið bent á að upphaflega hafi álagningarskrár verið gerðar opinberar vegna þess að skattgreiðendum var heimilt að kæra álagningu annarra, en sú heimild sé ekki lengur fyrir hendi.

Þessi sjónarmið eru út af fyrir sig góðra gjalda verð, en hitt vegur þó þyngra að eðlismunur er á upplýsingum um skattgreiðslur og ýmis önnur fjárhagsleg málefni, svo sem launagreiðslur. Skattgreiðslur eru framlag hvers og eins til reksturs samfélagsins. Upplýsingar um þær hafa almennt aðhaldsgildi gagnvart stjórnvöldum, skattayfirvöldum og skattgreiðendum. Þær eru líka til þess fallnar að skapa sátt í samfélaginu og draga úr tortryggni.

Ef eitthvað er hefur á undanförnum árum orðið ríkari ástæða en áður til að gera álagningarskrár opinberar. Þetta stafar ekki síst af þeim miklu breytingum sem gerðar hafa verið á skattalögum, en þær hafa leitt til þess að æ fleiri komast hjá því að greiða hinn almenna 40% tekjuskatt launafólks og greiða í staðinn mun lægri fyrirtækja- eða fjármagnsskatt. Í sjálfu sér eru þessar breytingar á skattkerfinu ekki óeðlilegar en þær hafa skapað ákveðna efasemdir meðal almennings um að allir séu jafnir þegar um skattgreiðslur er að ræða. Allt pukur með álagningu skatta er til þess fallið að skaða skattkerfið og tiltrú á því. Þess vegna eiga álagningarskrár hér eftir sem hingað til að vera opinber gögn með þeim hætti sem tíðkast hefur. ■

FRÁ DEGI TIL DAGS

Guðspjallamenn Egill Helgason skrifar á Vísi í gær: „Gunnar Smári Egilsson og Sigmundur Ernir Rúnarsson hafa tekið að sér að vera guðspjallamenn nýju peningamannanna. Báðir skrifa þeir greinar í Fréttablaðið um helgina. Gunnar Smári er í raun alltaf að skrifa sömu greinina; að hér hafi allt verið ömurlegt áður en nýju bisnessmennirnir komu til að frelsa okkur. Lífið var leiðinlegt, fásinnið þrúgandi, stjórnvöld kúguðu okkur, fjölmiðlarnir voru handónýtir. Sigmundur Ernir skrifar um kjark og djörfung þessara manna – já, hvað þeir eru frábærir. Samfélagið sé rekið áfram af áræði. Hann ber þetta saman við hina stöðnuðu og letilegu Norðurlandabúa. Hann er sammála Gunnari Smára um að það sé gaman að búa í svona landi.“

Efasemdir Egill hefur sínar efasemdir um sérstöðu Íslendinga: „Jæja. Samt eiga Norðmenn stærsta skipastól í heimi, skip á förum um allan heim. Finnar eiga hátæknirisann Nokia. Svíar hafa verið taldir einhverjir mestu frumkvöðlar internetsins – þess utan teljast fyrirtækin Ericson og IKEA vera sænsk. Danir hafa aldrei átt neinar auðlindir en hefur samt tekist að vera ein auðugasta þjóð í heimi í mörg hundruð ár. Fyrir utan danska hönnun sem er rómuð um allan heim.“

Háar hugmyndir Og Egill spyr: „En hvað væru Íslendingar án hinna háu hugmynda sem þeir gera sér um sjálfa sig? Landar okkar hafa þó keypt búlgarska landsímann, Magasin du Nord og leikfangabúðina Hamleys.“ Lýkur hugleiðingunni með þessum orðum: „Við erum lítil þjóð með sögu kauphallarviðskipta sem ná tíu ár aftur í tímann. Því má ekki gleyma að hversu litlar sem hreyfingarnar eru teljast þær fréttnæmar á Íslandi. Fyrirtæki þurfa heldur ekki að verða ýkja stór til að vaxa ríkinu og þegnunum yfir höfuð. Eins og bent hefur verið á eru erlend fyrirtæki alls ekki neitt að fjárfesta á Íslandi; allir erlendu aðilarnir sem sýndu áhuga á símanum drógu sig í hlé.

Hvaða skilaboð felast í því?“

gm@frettabladid.is

Ekki nóg að bjóða falleg fjöll

Í DAG
FERÐAÞJÓNUSTAN

INGA RÓSA ÞÓRÐARDÓTTIR

Nú er vertíð. Hótel, gistiheimili og tjaldstæði eru full af ferðafólki. Rútur landsins eru ekki nógu margar, þaðan af síður rútubílstjórar og leiðsögumenn jafnvel af skornum skammti. Landið er fullt af ferðafólki. Íslendingar reyna að elta uppi sólarbletti en erlendum gestum er nokk sama. Þeir eru komnir til að skoða þessa ótrúlegu náttúru, hvernig sem viðrar og þótt rigni eru litirnir í fjöllunum samt ólýsanlegir, hverirnir halda áfram að sjóða og krauma og fallvötnin að streyma (flest). Erlendir gestir eiga almennt varla orð til að lýsa þeim áhrifum sem þeir verða fyrir í íslenskri náttúru. Það er víða fallegt í henni versu en hér uppi á Fróni eigum við náttúru sem er að mörgu leyti einstök.

En það er ekki nóg að hafa falleg fjöll að bjóða. Ferðamenn þurfa þjónustu og nú er sem sagt vertíð. Starfsfólk ferðaþjónustunnar vinnur frá morgni til kvölds og keppist við að mæta þörfum gesta sinna, flest a.m.k. Við hringveginn eru nokkrir mjög fjölsóttir þjónustustaðir þar sem mikill fjöldi nemur staðar til að taka bensín, kaupa mat og nota snyrtingar. Á flestum þessum stöðum leggur starfsfólk metnað sinn í að hafa undan álaginu, sinnir sínum störfum með bros á vör, þurrkar af borðum og lítur eftir að allt sé í lagi. En sums staðar er ekki svo. Það var dapurlegt að koma á einn þessara staða tvisvar með rúmlega viku millibili og sjá útlitið á snyrtingunum. Vatn á gólfunum, pappír út um allt. Mér er til efs að ég hafi viðkomu þarna aftur. Víða er líka dapurlegt að skoða það sem í boði er á veitingastöðum við hringveginn en það er önnur saga.

Rútubílstjórar eru undir miklu álagi, taka við farþegum að morgni, koma farangri um borð í bílana, aka á þjóðvegunum eins og þeir eru og í umferðinni eins og hún er með bros á vör og koma öllum heilum á húfi í áfangastað. Það er ekki létt verk og örugglega vanmetið eins og flest þjónustustörf. Leiðsögumenn eru ekki síður mikilvægir og um margra ára skeið hefur útskrifast hér á landi fjöldi ágætra leiðsögumanna. Þeim mun dapurlegra er að verða vitni að því þegar erlendir hópar fá ekki að njóta leiðsagnar íslensks fagfólks heldur er sent hingað upp fákunnandi fólk sem lítið veit. Fyrir nokkrum árum var talsverð umræða um faglega stöðu leiðsögumanna og hvort þeir þyrftu virkilega að sæta því að hingað kæmu hópar með erlenda leiðsögumenn. Þeir eru að vísu oftast titlaðir fararstjórar (tour leader) en eru í hlutverki leiðsögumanns eigi að síður. Þessi umræða virðist hafa legið niðri um nokkra hríð en er örugglega mjög þörf. Erlendu starfsmennirnir eru sjálfsagt eins misjafnir og þeir eru margir og sumir leysa þetta verkefni vafalaust ágætlega af hendi þótt naumast sé hægt að reikna með sömu upplýsingum og fróðleik og frá heimamanni. En aðrir eru svo fáfróðir að undrum sætir. Er ásættanlegt að leiðsögumaður með hóp erlendra gesta okkar leiti að Langjökli á Austfjörðum og Lakagígum í Mývatnssveit? Er ásættanlegt að leiðsögumaður leggi til að hópurinn syngi lagið „Á Sprengisandi“ þegar hann er staddur á Hólssandi með þeirri skýringu að „þau séu nú á þessari leið“. Þetta eru lítil dæmi úr ferðum sumarsins á Íslandi. Í raun var enginn leiðsögumaður með hópnum, aðeins fararstjóri (tour leader) en sá titlaði sig eigi að síður sem leiðsögumann og þjónaði hlutverki hans, þó með þeim hætti að fæstir hefðu viljað vera farþegar í þessum hópi. Starfsfólk ferðaþjónustunnar hefur sögur af þessu tagi á hraðbergi, raunverulegar frásagnir. Því sárnar og er misboðið þegar það verður vart við tilvik sem þessi enda í raun vegið að starfsheiðri þess. Þó er ónefnt það sem kannski vegur þyngst að farþegarnir eru auðvitað sviknir í þessari ferð, sviknir um fræðslu sem þeir eiga rétt á. Við gerum miklar kröfur til ferðaþjónustunnar og hún er mikilvægur þáttur í afkomu þjóðarinnar. Því er mikið í húfi að vel sé staðið að málum. Ef leiðsögumenn, sem starfa á Íslandi þótt erlendir séu rata varla um landið og þekkja ekki okkar frægustu staði svo sem Þingvallavatn getur hver maður velt því fyrir sér hvaða mynd svo fáfrótt fólk er að draga upp af landi og þjóð fyrir erlenda gesti.

Þó er ónefnt það sem kannski vegur þyngst að farþegarnir eru auðvitað sviknir í þessari ferð, sviknir um fræðslu sem þeir eiga rétt á.

Á vertíð þarf margt starfsfólk. Það liggur í hlutanna eðli að misjafn sauður er í mörgu fé. Við hljótum þó að óska gestum okkar þess besta sem við getum boðið. Erlendur leiðsögumaður sem veit hvorki haus né sporð á landi né þjóð er ekki það besta sem við getum boðið. ■

FRÉTTABLAÐIÐ

ÚTGÁFUFÉLAG: 365 – prentmiðlar RITSTJÓRI: Kári Jónasson FRÉTTARITSTJÓRI: Sigurjón M. Egilsson AÐSTOÐARRITSTJÓRI: Jón Kaldal FRÉTTASTJÓRI: Arndís Þorgeirsdóttir VARAFRÉTTASTJÓRI: Trausti Hafliðason FULLTRÚI RITSTJÓRA: Guðmundur Magnússon RITSTJÓRNARFULLTRÚI: Steinunn Stefánsdóttir AUGLÝSINGASTJÓRI: Þórmundur Bergsson RITSTJÓRN OG AUGLÝSINGAR: Skaftahlíð 24, 105 Reykjavík **AÐALSÍMI: 550 5000** SÍMBRÉF Á FRÉTTADEILD: 550 5006 NETFÖNG: **ritstjorn@frettabladid.is** og **auglysingar@frettabladid.is** VEFFANG: **visir.is** UMBROT: 365 – prentmiðlar PRENTVINNSLA: Ísafoldarprentsmiðja ehf. DREIFING: Pósthúsið ehf. **dreifing@posthusid.is** Fréttablaðinu er dreift ókeypis á heimili á höfuðborgarsvæðinu, Suðurnesjum og Akureyri. Einnig er hægt að fá blaðið í völdum verslunum á landsbyggðinni. Fréttablaðið áskilur sér rétt til að birta allt efni blaðsins í stafrænu formi og í gagnabönkum án endurgjalds. ISSN 1670-3871

Office1Superstore

Ódýrari skólavélar

Traust vörumerki og fyrsta flokks þjónusta

2.940,- **3.730,-**

Fyrsta greiðsla 1. september

Fartölva
HP Compaq nx6125 S3100+ 15.0
PY420EA
Örgjörvi: AMD Sempron 3100+ (1.8Ghz)
Þyngd: 2,7 kg
Höggvörn á hörðum disk
Vökvavörn á lyklaborði

- Skjár: 15" XGA 1024x768 Öflugt skjákort, ATI X300 (allt að 128mb)
- 512 MB — Minni: 512MB DDR RAM Mest 2 GB
- DVD — Drif: DVD+/-RW (DVD skrifari)
- Lithiumrafhlaða allt að 3,45 klst (8,45 klst með ferðarafhlöðunni)
- Fingrafaralesari Kortalesari fyrir 6 gerðir minniskorta
- 60 GB — Diskur: 60GB 4200rpm
- 802.11b/g WLAN (þráðlaust netkort)
- Stýrikerfi: Win XP-Pro með servicepack 2

2.940,- Tölvukaupalán 48 mán.*
8.325,- Vaxtalaust í 12 mán.**
99.900,- Staðgreitt

Fartölva
HP Compaq nx6125 ML-34 15.0
PY416EA
Örgjörvi: AMD Turion ML-34 (1.8Ghz)
64 bita tækni. 1mb cache minni
Þyngd 2,7 kg
Höggvörn á hörðum disk
Vökvavörn á lyklaborði

- Skjár: 15" SXGA 1400x1050 Öflugt skjákort, ATI X300 (allt að 128mb)
- 512 MB — Minni: 512MB DDR RAM Mest 2 GB (stakur kubbur)
- DVD — Drif: DVD+/-RW (DVD skrifari)
- Lithiumrafhlaða allt að 3,45 klst (8,45 klst með ferðarafhlöðunni)
- Fingrafaralesari Kortalesari fyrir 6 gerðir minniskorta
- 80 GB — Diskur: 80GB 5400rpm og Bluetooth
- 802.11b/g WLAN (þráðlaust netkort)
- Stýrikerfi: Win XP-Pro með servicepack 2

3.730,- Tölvukaupalán 48 mán.*
10.825,- Vaxtalaust í 12 mán.**
129.900,- Staðgreitt

*Meðalmánaðargreiðsla á 48 mánaða tölvukaupaláni V.Í.S. Umsóknin er afgreidd á staðnum á innan við mínútu.

**Miðað við 12 jafnar vaxtalausar greiðslur á Visa eða Mastercard skuldabréf. 0,5% stimpilgjald bætist við samningsfjárhæðina og greiðist með jöfnum greiðslum yfir samningstímann.

FYLGIR!

Verbatim All In One
1) vefmyndavél,
2) minnislykill 128 mb,
3) ljósmyndavél,
4) videovél - 12 min,
5) diktafónn 60 mín

Að verðmæti 11.900,-

Hugbúnaður
MS Office student version
Bættu við aðeins **1.416,-** á mánuði og fáðu Word, Excel, Outlook og Power Point. Vaxtalaust í 12 mánuði Staðgreitt 16.990,-

3 ÁR Alþjóðleg ábyrgð
Bættu við **833,-** á mánuði og fá þú þér þriggja ára alþjóðlega ábyrgð. Gildir í Evrópu og Norður-Ameríku. Vaxtalaust í 12 mán. Staðgreitt 10.000,-

McAfee Vírusvörn og eldveggur
Bættu við **499,-** á mánuði og vertu öruggur. Vaxtalaust í 12 mán Staðgreitt 5.995,-

4t+5t Aukarafhlaða
Bættu við **1.570,-** á mánuði og vertu lengur á ferðinni.Vaxtalaust í 12 mán. Staðgreitt 18.900,-

Afgreiðslutímar verslana!
Office 1 Smáralind
Virka daga frá 11-19, laugardaga 11-18, sunnudaga 12-18
Office 1 Skeifunni 17
Virka daga frá 10-18, laugardaga frá 11-16,
Office 1 Akureyri
Office 1 Egilsstöðum
Virka daga frá 10-18, laugardaga frá 11-16

Office1Superstore

Það er bara einn sem er alltaf ódýrastur!

Tilboðin gilda út ágúst 2005 eða á meðan birgðir endast. Birt með fyrirvara um myndbrengl og prentvillur.

Störf blaðamanna og „þar til bær yfirvöld?"

UMRÆÐAN
SPURNINGAR FYRIR FORMANN BLAÐAMANNAFÉLAGSINS

ILLUGI JÖKULSSON

Í desember 2003 hófust umræður í samfélaginu og ekki síst innan blaðamannastéttarinnar um nafn- og myndbirtingar. Ástæðan var að DV hafði birt nafn á manni sem handtekinn hafði verið grunaður um mjög alvarlegan níðingsskap gagnvart drengjum á Patreksfirði. Margir blaðamenn gagnrýndu DV harðlega þar sem maðurinn hefði ekki verið dæmdur sekur fyrir dómstólum. Á einum umræðufundi blaðamanna um málið steig til dæmis á stokk Arna Schram af Mogganum og tók mjög undir fyrrnefnda gagnrýni. Hún sagði ótilhlýðilegt að blaðamenn tækju sér það „vald" að birta nöfn sakaðra manna. Þeir ættu að bíða þangað til „þar til bær yfirvöld" hefðu úrskurðað um sekt þeirra eða sakleysi. Hún taldi sem sagt að blaðamenn ættu að haga störfum sínum eftir því hvað „þar til bær yfirvöld" væru búin að ákveða.

Þetta þótti mér þá með öllu ótækt viðhorf hjá blaðamanni. Nú þegar Arna Schram er skyndilega orðin formaður Blaðamannafélags Íslands finnst mér brýnt fyrir stéttina að fá á hreint viðhorf formannsins í þessu mikilvæga máli.

Því spyr ég einfaldlega: Hefur Arna Schram skipt um skoðun? Eða er hún enn sömu skoðunar?

Vænt þætti mér um ef formaðurinn gæfi við þessu einfalt og skorinort svar, helst bara já eða nei.

Og blandaði stefnu DV í nafn- og myndbirtingum ekki í málið. Því þetta snýst ekki – alls ekki! – um DV. Blaðamenn hafa fulla heimild til að vera á móti stefnu blaðsins í þessum efnum og vilja fara aðrar leiðir.

En það er allt annar hlutur að telja það faglega réttlætanlegt og jafnvel æskilegt að blaðamenn eigi sjálfkrafa og ævinlega að vera svo undirgefnir „þar til bærum yfirvöldum" að vilji þeirra eigi að að fá ráða því hvað birtist í fjölmiðlum.

Ég óttast reyndar að Arna Schram hafi alls ekki skipt um skoðun. Því í gærmorgun var hún í viðtali við morgunútvarp Talstöðvarinnar og var m.a. spurð um skoðun sína á væntanlegum málarekstri Bubba Morthens gegn Hér og nú út af umfjöllun um að hann væri fallinn á reykingabindindi. Og Arna svaraði að ekki væri „við hæfi" að hún sem formaður Blaðamannafélagsins léti hafa neitt eftir sér um málið þar sem það væri nú í höndum „þar til bærra dómsvalda".

Blaðamaður – nei, formaður Blaðamannafélags Íslands! – telur ekki „við hæfi" að tjá sig opinberlega um helsta hitamál stéttarinnar þar sem það er í höndum dómstóla! „Þar til bærra dómsvalda."

Þvílík virðing og já, lotning fyrir „yfirvöldum" væri allt í lagi en samt svolítið hjákátleg hjá prívatpersónu úti í bæ. En hjá formanni Blaðamannafélags Íslands virðist hún beinlínis fáránleg – og er þá vægt til orða tekið. Því formennska í þessu félagi snýst um fleira en samningamál, þótt Arna Schram vilji helst aðeins ræða um þau þegar hún er spurð um áherslur sínar í hinu nýja starfi.

Blaðamenn geta haft allar mögulegar skoðanir sínar á því hvað birtast eigi – og hvernig – í þeim fjölmiðlum sem þeir vilja starfa hjá. En það ættu þeir að eiga við samvisku sína, ekki „þar til bær" yfirvöld.

Höfundur er fyrrverandi ritstjóri DV. ■

Rekum völlinn sjálf með reisn og sóma

UMRÆÐAN
KEFLAVÍKURFLUGVÖLLUR

LÚÐVÍK GIZURARSON
HÆSTARÉTTARLÖGMAÐUR

Herstöðin í Keflavík er gamalt, úrelt fyrirbæri og Bandaríkjamenn hafa rétt fyrir sér með því að vilja loka henni.

Menn hafa alveg tapað sér ef kaupa á ríkisstofnanir norður með afslætti á húsaleigu á Akureyri og öðru slíku. Slíkir stjórnarhættir ganga ekki upp. Er allt farið um koll? Hafa allir tapað sér?

Stækkun á álveri Alcan í Straumsvík inn í byggð í Hafnarfirði er heimska. Slíkt nýtt álver getur vel verið fyrir norðan og er þar betur sett en í byggð í Hafnarfirði. Þess vegna á að fara þess á leit við Alcan að þeir byggi fyrirhugaða stækkun á álveri sínu í Straumsvík fyrir norðan. Flytji stækkun álversins norður. Þá koma mörg ný störf á Akureyri og í nágrenni.

Annars er aðalmálið í dag að taka strax við vellinum af Bandaríkjamönnum eins og Bandaríkjamenn vilja sjálfir. Þar koma 5000 ný störf. Þau losna um leið og herinn fer og Íslendingar fara að reka völlinn sjálfir að öllu með sínu fólki og vinnuafli sínu svo og hugmyndum. Herinn fer.

Herstöðin í Keflavík er gamalt, úrelt fyrirbæri og Bandaríkjamenn hafa rétt fyrir sér með því að vilja loka henni. Þá koma allir þessir nýríku Íslendingar á völlinn með sín nýju stóru fyrirtæki og gera hann að stórum einkarekstri Íslendinga sem okkur verður til mikils sóma sem þjóð. Herstöðin er blettur á okkar sjálfstæði og virðingu. Enn verra er það að betla það af Bandaríkjamönnum að vera áfram.

Þegar Bandaríkjamenn eru alfarnir frá Keflavík með allt sitt þá geta þeir í staðinn haldið með okkur lýðræðishátíð á Þingvöllum á sumrin. Það væri víkingahátíð.

Það gerði raunar ágætur fyrrverandi forseti Bandaríkjanna herra Clinton nýlega þegar hann fór pílagrímsferð til Þingvalla og vottaði lýðræðinu og víkingunum virðingu sína þar. Við viljum herinn burt en fleiri góða gesti sem herra Clinton var. ■

Þegar völdin ein eru eftir

UMRÆÐAN
R-LISTINN

BOLLI THORODDSEN
FORMAÐUR HEIMDALLAR

Stjórnmál eiga að snúast um hugsjónir, stefnu, fólkið og hagsmuni þess.

Það er sorglegt þessa dagana að verða vitni að valdabaráttu og opinberu hnútukasti R-lista flokkanna. Að þeirra eigin sögn er ekki ágreiningur um málefni, aðeins um aðferðir við val á framboðslista og skiptingu efstu sæta. Þegar svo er komið eiga stjórnmálaflokkar að líta í eigin barm og spyrja; um hvað eiga stjórnmál að snúast? Völd einstaklinga eða stefnumál og árangur?

Oft er sagt að áhrif stjórnmálamanna hafi minnkað, færst til atvinnu- og viðskiptalífs. Það er ekki alls kostar rétt sé horft til þess að opinber rekstur tók til sín 46% landsframleiðslu á Íslandi árið 2004. Þessu mikla fé, sem við Sjálfstæðismenn viljum draga úr, á að verja til samfélagslegra þarfa og miklu skiptir að kjörnir fulltrúar í sveitastjórnum og á Alþingi, hafi skýra sýn á það hvernig því er best varið. Hún byggi á hugsjónum, klárum stefnumiðum um verkefnin, eftirliti með að vel sé farið með þetta almannafé og tilætlaður árangur náist. Milljarða fjáraustur Orkuveitu Reykjavíkur í fjarskiptaævintýri, margs konar áhættufjárfestingar og fokdýrt skrifstofuhúsnæði þar sem lóðin ein kostar 300 milljónir sýnir glöggt virðingarleysi R-listans gagnvart skattfé borgarbúa.

Sjálfstæðismenn í Reykjavík hafa að undanförnu kynnt borgarbúum ýmis stefnumál ma. á íbúaþingi í júní sl. og Heimdallur hélt hugmyndaþing fyrir nokkru með ungu fólki til að undirbúa sína stefnuskrá fyrir borgarstjórnarkosningarnar. Á sama tíma eru fulltrúar R-listans uppteknir við að munnhöggvast í fjölmiðlum og er nýjasta umferðin undir forystu Össurar Skarphéðinssonar.

Rannsóknir sýna að árangur í kosningum byggist ekki síst á trúverðugri stefnu og samheldni þeirra sem sækjast eftir umboði kjósenda. Þótt R-listaflokkarnir hafi sett viðræðunefndina í fjölmiðlabann, eru í þeirra röðum einstaklingar, sem ekki geta sett hagsmuni R-listans ofar eigin þörf fyrir að láta á sér bera eða bara að hafa síðasta orðið. Innan Sjálfstæðisflokksins eru að sjálfsögðu skiptar skoðanir um menn og málefni, en enginn efast um samstöðu okkar um meginmál og vinnubrögð. Sjálfstæðisflokkurinn hefur margsýnt að honum er treystandi. Það sama mun hann sýna kjósendum í Reykjavík í kosningunum næsta vor og á því kjörtímabili sem þá hefst.

Stjórnmál eiga að snúast um hugsjónir, stefnu, fólkið og hagsmuni þess. Ungir Sjálfstæðismenn í Heimdalli hafa í sínu starfi sl. vetur lagt áherslu á borgarmálefni og hagsmuni ungs fólks í Reykjavík. Því verður haldið áfram og munu baráttumál ungs fólks endurspeglast í stefnu flokksins í Reykjavík. Þar skiptir ma. máli að rjúfa vítahring lóðaverðshækkana og íbúðaverðs með auknu framboði lóða, hlúa að grunnskólum borgarinnar og auka valfrelsi og samstarf við foreldra, styðja þá framhaldsskóla sem staðsettir eru í borginni, taka til baka hækkanir á dagvistargjöldum fyrir börn námsmanna, finna innanlandsflugvelli nýjan stað á stór- Reykjavíkursvæðinu, þétta byggðina og skapa svigrúm fyrir háskóla, námsmannaíbúðir og þekkingarþorp í Vatnsmýrinni. ■

Íbúðalánasjóður á hálum ís

UMRÆÐAN
ÍBÚÐALÁNASJÓÐUR

BJÖRGVIN GUÐMUNDSSON

Að mínu mati er nauðsynlegt að halda Íbúðalánasjóði í óbreyttri mynd þrátt fyrir þau mistök,sem sjóðurinn hefur nú gert.

Fréttir um að Íbúðalánasjóður hafi lánað bönkum og sparisjóðum 80 milljarða frá því í desember með veði í íbúðalánum hafa vakið mikla athygli. Félagsmálanefnd Alþingis tók mál þetta fyrir að kröfu Jóhönnu Sigurðardóttur alþingismanns 21.júlí sl. Var þar m.a. rætt hvort umræddar lánveitingar Íbúðalánasjóðs til banka og sparisjóða stæðust lög. Ekki fékkst ákveðin niðurstaða á fundinum um það atriði en Jóhanna Sigurðardóttir taldi, að umræddir lánasamningar stæðu á ótraustum lagagrundvelli. Hafa frekari útlán Íbúðalánasjóðs sem þau, er hér um ræðir, nú verið stöðvuð.

Bankar og sparisjóðir hafa lánað íbúðakaupendum allt að 25 millj. kr. á íbúð af því fjármagni sem Íbúðalánasjóður lánaði þeim. En samkvæmt lögum er hins vegar hámarkslánsupphæð Íbúðalánasjóðs til einstaklinga 15,9 millj. kr. Ljóst er því, að það er verið að fara í kringum lögin með því að fara með fjármagn Íbúðalánasjóðs gegnum banka og sparisjóði og lána það síðan til einstaklinga, allt að 25 millj. kr. á hverja íbúð. Eðlilegra hefði verið að breyta lögunum og heimila Íbúðalánasjóði að lána allt að 25 millj.kr. á íbúð.

Á fundi félagsmálanefndar Alþingis kom fram gagnrýni á lánveitingar Íbúðalánasjóðs til banka og sparisjóða. M.a. var það gagnrýnt, að Íbúðarlánasjóður ber ábyrgðina ef vanskil verða á lánum, sem bankar og sparisjóðir lána af fjármagninu frá Íbúðalánasjóði. Auk þess hefur það verið gagnrýnt,að umræddar lánaveitingar banka og sparisjóða eru ekki bundnar við íbúðarkaup eins og skilyrði er hjá Íbúðalánasjóði. Það er því unnt að nota lánin til annarra nota, ef veitt er veð í fasteign.

Bankar og sparisjóðir hafa sótt það fast að fá að taka við hlutverki Íbúðalánasjóðs. Þeir vilja Íbúðalánasjóð feigan. Með því háttalagi að lána bönkum og sparisjóðum 80 milljarða til þess að endurlána íbúðareigendum hefur Íbúðalánasjóður veikt sína eigin framtíð verulega og opinberað, að sjóðurinn sé sáttur við það að bankar og sparisjóðir taki við hlutverki hans. Það er komin upp óskastaða banka og sparisjóða: Þeir fá peninga frá Íbúðalánasjóði og afgreiða þá beint til íbúðareigenda. Íbúðalánasjóður er þá eins og heildsölubanki. Birgir Ísl. Gunnarsson, Seðlabankastjóri,sagði einmitt eftir fund félagsmálanefndar Alþingis, að breyta ætti Íbúðalánasjóði í heildsölubanka.

Að mínu mati er nauðsynlegt að halda Íbúðalánasjóði í óbreyttri mynd þrátt fyrir þau mistök, sem sjóðurinn hefur nú gert. Ef Íbúðalánasjóður verður lagður niður hækka bankar og sparisjóðir strax vexti á íbúðarlánum. Það er Íbúðalánasjóður sem á stærsta þáttinn í því í dag að vextir á íbúðarlánum haldast lágir. Ef Íbúðalánasjóður væri lagður niður myndu bankarnir strax daginn eftir hækka vexti á íbúðarlánum.

Það yrði áfall fyrir íbúðarkaupendur. Íbúðalánasjóður verður hins vegar að starfa örugglega innan laga og ekki vera á gráu svæði. Og lögin um Íbúðalánasjóð þurfa að vera raunhæf og eðlileg. T.d. þarf að hækka heimildir til lána til einstaklinga úr 15,9 millj.kr. í 25 millj. kr. að mínu mati. Íbúðalánasjóður á ekki að hrekja íbúðareigendur til banka og sparisjóða vegna ákvæða um hámarkslán. ■

	Sólarupprás	Hádegi	Sólarlag
REYKJAVÍK	4.15	13.34	22.51
AKUREYRI	3.39	13.19	22.56

Heimild: Almanak Háskólans

FRÉTTABLAÐIÐ

allt

heilsa o.fl.

Sykurinn grennir
BLS. 2

SMÁAUGLÝSINGASÍMINN ER 550 5000 OG Á visir.is

Góðan dag!
Í dag er þriðjudagur 26. júlí, 207. dagur ársins 2005.

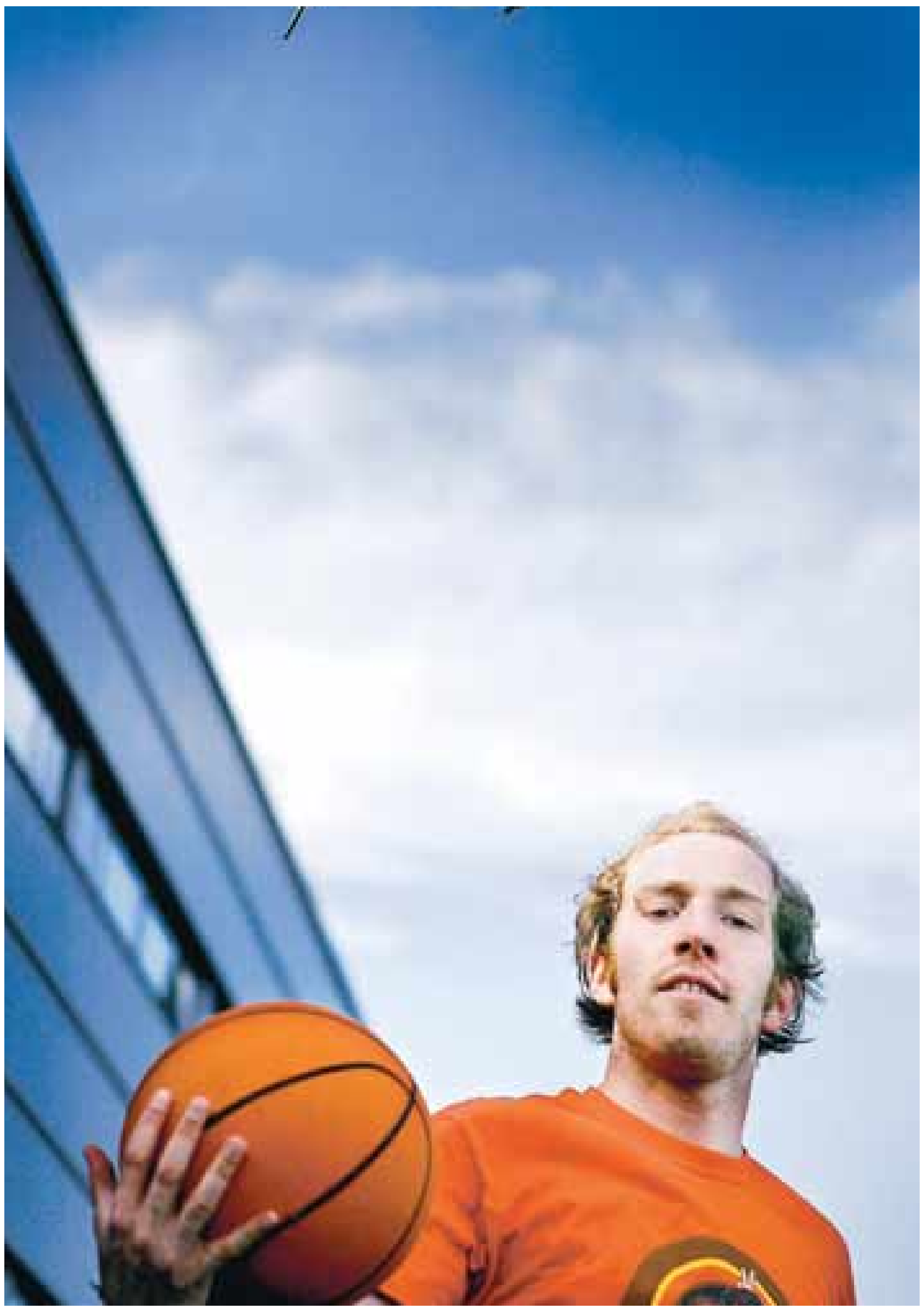
KRÍLIN

Smáauglýsingar
byrja í dag á bls. 4

Flokkar
Bílar & farartæki
Keypt & selt
Þjónusta
Heilsa
Skólar & námskeið
Heimilið
Tómstundir & ferðir
Húsnæði
Atvinna
Tilkynningar

ÞÚ GETUR PANTAÐ SMÁAUGLÝSINGAR Á visir.is

vísir



Elías reynir að hlaupa úti á hverjum degi.

Körfuboltinn skemmtilegastur

Elías Jón Guðjónsson, formaður Stúdentaráðs HÍ, er að ná sér eftir körfuboltameiðsli og skellir sér á Esjuna þegar hann er í stuði.

„Ég fer í fjallgöngur og út að hlaupa meðal annars, svo spila ég körfubolta,“ segir Elías um heilsubót sína. Honum finnst mikilvægt að geta komist í hreyfingu eftir að hafa setið langa daga inni á skrifstofu Stúdentaráðs HÍ. Að eigin sögn velur hann sér hreyfingu eftir því hvernig áhrif hann vill að hún hafi á sig. „Körfuboltinn er kannski skemmilegastur en ég nýt þess líka mjög að fara í fjallgöngur í góðra vina hópi. Svo fer ég oft einn út að hlaupa og finnst það gott til að hreinsa hugann.“

Reglulegasta líkamsræktin hans eru einmitt útihlaupin. „Ég reyni að fara daglega út að hlaupa í svona þrjátíu til fjörutíu mínútur. Samt hef ég ekki verið mjög duglegur upp á síðkastið vegna ökklameiðsla, en ég er að reyna að byrja aftur.“ Þegar blaðamaður spyr nánar út í ökklameiðslin kemur í ljós að þau eru eiginlega heilsuhreystinni að kenna. Elías lenti nefnilega í smávægilegu óhappi þegar hann var að spila körfubolta og er enn að jafna sig.

„Ég spila körfuboltann í háskólanum – í opnum tímum í íþróttahúsinu. Svo var ég að æfa með Þrótti í vetur,“ segir Elías. Aðspurður um hæfni sína í körfuboltaíþróttinni segist hann vera „svona allt í lagi.“

Fjallgöngurnar eru eðlilega sumaríþrótt og Elíasi finnst hann ekki fara nógu oft. „Ég fer eins oft og ég get. Reyni að komast um helgar á sumrin,“ segir Elías. „Svo skelli ég mér á Esjuna þegar ég er í stuði.“

Hormónar sem slökkva á matarlystinni

SIGUR GÆTI VERIÐ Í SJÓNMÁLI Í BARÁTTUNNI VIÐ OFFITUNA MEÐ HJÁLP MELTINGARHORMÓNS SEM LÍKAMINN FRAMLEIÐIR SJÁLFUR.

Hormón sem slökkva á matarlystinni hafa reynst of þungu fólki góð hjálpartæki í því að missa aukakílóin. Þetta kemur fram í rannsókn sem gerð var við Imperial Háskólann í Bretlandi. Þar kemur enn fremur fram að eftir fjögurra vikna reynslutíma liggi það fyrir að hormónið oxyntomodulin gæti reynst drjúgt til að kljást við offitu. Hormón þetta á upptök sín í þörmunum og gefur heilanum skilaboð um það að líkaminn hafi fengið nóg að borða.

Margir gætu nú freistast til að borða yfir sig af slíkum kræsingum.

Tveir hópar of þungra einstaklinga voru látnir sprauta sig með vökva hálftíma fyrir máltíð. Annar hópurinn fékk saltlausn á meðan hinn sprautaði í sig hormóninu góða. Enginn vissi hver tilheyrði hvaða hópi. Eftir fjórar vikur höfðu þeir sem fengu hormónið léts mun meira en hinir. Þeir höfðu einnig minni matarlyst en nutu matar á sama hátt og áður.
Þar sem líkaminn framleiðir hormónið sjálfur er ekki líklegt að þessi aðferð hætti nokkurntíma að virka eins og hefur verið raunin með ýmis önnur offitulyf þegar líkaminn aðlagast þeim. Frekari rannsóknir á virkni hormónsins standa fyrir dyrum.

LIGGUR Í LOFTINU

í heilsu

Áströlsk rannsókn hefur leitt í ljós að karlmenn sem vinna skrifstofuvinnu eru mjög líklegir til að þjást af offitu einhvern tímann á lífsleiðinni. Líkurnar á offitu eru rúmlega 50 prósent meiri hjá þessum karlmönnum heldur en hjá þeim sem vinna líkamlega vinnu. Kyrrsetuvinnan hefur svo mikil áhrif að þótt karlmennirnir séu duglegir í ræktinni eftir vinnu þá eru líkurnar á offitu samt töluverðar. Sambandið milli kyrrsetuvinnu og offitu var ekki eins sterkt hjá konum.

Strandíþróttir eru það heitasta í dag. Líka á Íslandi. Með tilkomu Nauthólsvíkur hefur strandblak orðið vinsæl íþrótt á Íslandi og nú hafa ýmsar aðrar strandíþróttir fylgt í kjölfarið, til dæmis strandhandbolti. Strandíþróttir sem stundaðar eru á sandi eru góð heilsurækt þar sem sandurinn gerir alla hreyfingu erfiðari.
Strandblakvelli er að finna víða um land. Til dæmis í Nauthólsvík, á Miklatúni, í Fagralundi í Kópavogi, á Akureyri og í Neskaupsstað.

Lyfið Herceptin hefur verið notað um árabil til að meðhöndla brjóstakrabbamein á síðari stigum. Nú telja læknar að lyfið gefi einnig góða raun á frumstigum sjúkdómsins. Heilbrigðisráðherra Breta vill að veitingu leyfis til að nota lyfið verði hraðað og konum sem þess óska verði gert það auðveldara. Fyrst verður hins vegar að rannsaka betur hvort kostir lyfsins vegi þyngra en hugsanlegar aukaverkanir.

Fjallahlaup verður haldið um verslunarmannahelgina á Siglufirði. Hlaupið sem kallast Hlaupið í Skarðið er 10 km hlaup fyrir 16 ára og eldri. Hlaupið verður eftir gamla Skarðsveginum frá Heljartröð, upp í Siglufjarðarskarð og niður að skíðaskálanum í Skarðsdal. Á sama tíma verður haldið þriggja kílómetra skemmtihlaup frá íþróttamiðstöðinni á Hóli og upp að skíðaskálanum. Hlaupið er einn af dagskrárliðum Síldarævintýrisins á Siglufirði.

heilsa@frettabladid.is

Sólbruni
Sólin á Íslandi er líka nógu sterk til að hægt sé að sólbrenna. Þess vegna er mikilvægt að bera á sig sólarvörn í réttum styrkleika þegar farið er í sund hér á landi og þegar eyða á tíma í glampandi sólskini.

FRÉTTABLAÐIÐ/HEIÐA

Guðmundur Kristinsson er áhugahlaupari og hefur hlaupið mjög reglulega síðustu sex til sjö árin.

Ekki of seint að byrja að æfa

Hlauparar um landið allt eru komnir á veg í undirbúningi fyrir Reykjavíkurmaraþon sem haldið verður 20. ágúst. Fréttablaðið ræddi við Guðmund Kristinson, áhugahlaupara, um undirbúninginn fyrir maraþonið.

Guðmundur ætlar að hlaupa hálft Reykjavíkurmaraþon að þessu sinni. Aðspurður um hvort orðið sé of seint að byrja undirbúning fyrir hlaupið segir hann að það fari eftir því hversu langt á að hlaupa. „Ef fólk þarf ekki að byrja alveg frá núlli er alveg hægt að fara tíu kílómetra. Ef það er aftur á móti ekki í neinu formi myndi ég ekki fara meira en bara skemmtiskokk.“

Hann segir að þjálfunin sem hlauparar ganga í gegnum fari eftir því að hverju þeir stefna. „Fyrsta markmiðið er nú kannski bara að komast vegalengdina í rauninni bara að hlaupa alla leið. En síðan ef þú ert búinn að fara tíu sinnum og langar að fara hraðar næst þá þarf að fara í aðrar æfingar, æfa spretti og svoleiðis.“

Þúsundir manna tóku þátt í síðasta Reykjavíkurmaraþoni.

Guðmundur segir þó að fólk ætti að ráðfæra sig við þjálfara áður en slíkar æfingar eru settar á fast prógramm eða slást í hóp með reyndari hlaupurum. Hann hleypur sjálfur með hlaupahópum þar sem fólk í alls konar formi hleypur saman með þjálfara. „Ef þú ert að reyna að bæta þig þarf að fara í eitthvað svoleiðis.“

Guðmundur er sjálfur sjóaður í hlaupunum og hefur hlaupið mjög reglulega í sex til sjö ár. Hann er þó ekki einn af þeim sem raðar sér í úrslitasætin í maraþonhlaupunum en æfir fimm sinnum í viku og minnkar æfingarnar ekki þó veturinn komi með tilheyrandi kulda og hálku. „Ég æfi svona klukkutíma í senn en tek lengri æfingar um helgar.“

Þegar blaðamaður reynir að fiska eftir góðum ráðum fyrir óreyndari hlaupara segir Guðmundur að gamla góða ráðið að fara ekki of hratt af stað sé alltaf gott og gilt. „Þegar komið er í hlaupið þarf að passa þetta rosalega vel. Það er svo mikill æsingur í startinu, fullt af krökkum sem fara fljótt af stað, og erfitt að ná góðu tempói. Jafnvel þeir sem eru reyndir fara stundum of hratt af stað og það veldur því að fólk er sprungið eftir svona hálft hlaup.“

Hægt er að kynna sér Íslandsbanka-Reykjavíkurmaraþonið á www.marathon.is. ■

Sykurinn grennir

ÞEIR SEM NOTA SYKUR Í KAFFIÐ ÞURFA EKKI AÐ HAFA SAMVISKUBIT LENGUR.

Danskir fræðimenn skoðuðu á dögunum tengsl milli ýmissa neysluþátta og offitu. Ein athyglisverðasta niðurstaða rannsóknarinnar var sú líkurnar á offitu virtust vera um það bil 40 prósent minni hjá þeim sem notuðu sykur í kaffið.
Ekki er vitað hvernig sykurinn getur haft þessi grennandi áhrif en dönsku fræðimennirnir telja að sykurinn minnki matarlystina. Hitaeiningarnar sem sykurinn inniheldur eru færri en í flestum mat sem fólk myndi annars borða ef matarlystin væri eðlileg.

SÖLVI GEFUR GÓÐ RÁÐ

Matardagbók

Þegar ég tók að mér að koma Gauja litla í form árið 1997 þá notuðum við matardagbók grimmt. Þetta virkaði heldur betur vel, að sjálfsögðu ásamt ákafri þjálfun, þar sem kappinn léttist um 50,8 kg á aðeins 7 mánuðum!
Þetta var jafnframt í fyrsta skipti sem ég notaði matardagbókina sem þjálfunar „tæki“. Ástæðan fyrir því að mér datt í hug að láta hann skrifa niður mataræði sitt kom samt úr sálfræði.

Sálfræðin á bak við líkamsrækt

Frá unga aldri hefur sálfræði heillað mig. Að mínu mati skiptir sálfræði, alla vega í sumum tilfellum, miklu meira máli en líkamsræktin sjálf varðandi árangur í líkamsrækt. „Það er enginn of feitur af því að honum líður of vel“!
Offita er alvarlegt heilsufarslegt vandamál! Það er staðreynd að flestum sem eru orðnir of feitir líður ekki vel með það og það segir sig sjálft að það hefur áhrif á mörgum sviðum í lífi þeirra.

Tilfinningadagbók?

Í sálfræði er stundum notuð sú aðferð að skjólstæðingur heldur tilfinningadagbók. Eftir ákveðinn tíma fara sálfræðingurinn og skjólstæðingur hans yfir tilfinningadagbókina saman. Þá er reynt að grafast fyrir um af hverju samtöl – og ákveðnar setningar o.s.frv. – skjólstæðingsins við vissa aðila og kringumstæður hafa meiri áhrif á hann, þá jafnvel neikvæð áhrif, en samtöl hans við aðra.

Fylgjumst með mataræðinu!

Strax á unga aldri byrjaði ég að fylgjast með mataræði mínu vegna þess að ég var feitlaginn sem krakki. Að fylgjast með mataræðinu gefur okkur vissa innsýn í líkamann og starfsemi hans sem nýtist okkur mjög vel. Það sem vakti strax athygli mína er hversu öflug sjálfshjálp þetta er!

Viltu prófa?

Þess vegna datt mér í hug að sínum tíma að útbúa einfalt eyðublað sem tekur á mataræðinu. Ef mataræðið og jafnvel aðrir þættir eru skrifað niður á blað og skoðuð eftir á þá kemur oft í ljós að það hefði ýmislegt mátt betur fara.
Ef þú hefur áhuga á, kæri lesandi, að nálgast matardagbók þá er hana að finna á vefsvæði Heilsuráðgjafar www.heilsuradgjof.is

Gangi þér vel!

Sölvi Fannar Viðarsson
Er framkvæmdastjóri Heilsuráðgjafar. Hann hefur starfað við einkaþjálfun og heilsuráðgjöf um árabil.

Ananaslauf gegn krabbameini

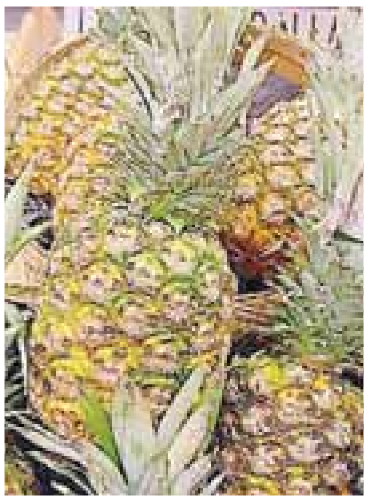
Efnasambönd sem finnast í pressuðum ananaskjarna virka vel á krabbameinsfrumur.

Tvö efnasambönd sem hafa verið einangruð úr pressuðum ananaslaufum hafa reynst vel í baráttunni við krabbameinsfrumur, samkvæmt rannsóknum sem gerðar voru við Heilbrigðisrannsóknarstöðina í Queensland í Ástralíu.

Vísindamenn gera sér vonir um að rannsóknin leiði af sér ný lyf til að nota í hinni löngu baráttu við krabbamein.

Efnið bromelain sem unnið er úr pressuðum ananaslaufum er mjög ríkt af ensímum og er meðal annars notað til að meyra kjöt, hreinsa bjór af ýmsu gruggi og aflita leður. Bromelain hefur því frekar verið þekkt efni að því að brjóta niður prótein en vísindamennirnir komust að því að bromelain hefur líka ýmis læknandi einkenni og gæti jafnvel aukið virkni í ónæmisfrumum líkamans jafnframt því að hindra skaðlegar frumur í að fjölga sér.

Efnasamböndin tvö, sem heita CCS og CCZ hafa í tilraunastofunni náð að stöðva vöxt æxlisfruma úr brjóstum, lungum, ristli, eggjastokkum og húð. Þau hafa öðruvísi virkni en þau krabbameinslyf sem þegar eru þekkt og gætu því gerbreytt meðferðum við sjúkdómnum. Fjölmörg krabbameinslyf eiga uppruna sinn í náttúrunni og því er bara að vona að bromelainefnasamböndin reynist eins vel utan rannsóknastofunnar og innan hennar. ■



Ananas er afar bragðgóður en nú hafa fleiri hlutar hans sýnt á sér góðar hliðar.

Reykingabannið gefur góða raun

VEITINGA- OG SKEMMTISTAÐIR Í NOREGI HAFA VERIÐ REYKLAUSIR Í RÚMT ÁR. STARFSMENN KVARTA SÍÐUR UNDAN HÖFUÐVERK, ÞURRKI Í HÁLSI OG ERTINGU Í AUGUM.

Rúmt ár er liðið síðan allir veitinga- og skemmtistaðir í Noregi urðu reyklausir. Í skýrslu sem kom út á dögunum kemur fram að breytingarnar hafi gengið vel fyrir sig og vinnuumhverfi starfsmanna á veitingahúsum hafi verið bætt til muna.

Þegar farið var af stað með reykingabannið í Noregi voru margir hræddir um að lagasetningin yrði til vandræða. Sú varð hins vegar ekki raunin. Um 90 prósent fólks virðir lögin og flestir telja að lagasetningin hafi heppnast vel. Það vekur einnig athygli að nú, ári eftir lagasetninguna, eru fleiri hlynntir reykingabanninu en áður.
Tilgangur lagasetningar um reyklausa veitinga- og skemmtistaði snýst fyrst og fremst um að bæta vinnuumhverfi þeirra sem þar vinna. Rannsóknir sem gerðar voru á starfsmönnum veitinga- og skemmtistaða fyrir og eftir lagasetninguna sýna að heilsufarsvandamálum starfsfólks hefur fækkað. Starfsmenn kvarta síður undan höfuðverk eða öðrum óþægindum og um 10 prósent þeirra hafa sjálfir hætt að reykja.

Reykingabannið í Noregi tók gildi í júlí í fyrra. Um 77 prósent Norðmanna telja að lagasetningin hafi heppnast vel.

Ný húð Á aðeins 5 dögum með Green peel, herbal peeling.
Notað til meðferðar á:
Óhreinni húð • Stækkun svitahola
Ótímabærrar öldrunar á húð
Hrukkum • Örum • Húðsliti
Appelsínuhúð • Minnkandi sveigjanleika húðar á maga, upphandleggjum og lærum
SPA fegurð
Heiðdís Steinsdóttir, snyrtifræðingur
S. 511 6680 Laugarvegi 86 (hjá Toni&Guy)

Rammíslenskar Speltkökur og Kartöflukökur af Ströndum
100 ára hefð og ekkert nema hollusta
Þú borðar þær með uppáhalds álegginu, kannski ylvolgar úr ofninum, ristaðar, með hvítlauksolíu, stundum eins og pizzur ... eða eins og Strandamenn, glænýjar með íslensku smjöri.
Fáðu þér Speltköku og Kartöfluköku í næstu matvöruverslun.
Hollara brauð finnst varla.

ekoland
Taktu lífræna ekoland safa með þér inn í sumarið
ferskir og ljúffengir
• 100% lífrænt ræktaðir ávextir
• enginn viðbættur sykur
• engin gervisætuefni
Yggdrasill
Skólavörðustíg 16
101 Reykjavík

Vertu *frekar* til fjörsins
Inniheldur auk vítamína og steinefna, öflugan skammt af ginkgo og ginseng
FJÖREFNI GINSENG & GINKGO
Fjörefni er ný bætiefnaformúla sem stuðlar að auknu þreki, betri heilsu og vellíðan.
Fæst í lyfjabúðum, matvöruverslunum, Heilsuhúsinu og öðrum heilsuverslunum.
KRAFTAVERK

Ashtanga jóga
Námskeið fyrir byrjendur
Framhalds-námskeið
Frá 4-10 ágúst í Kramhúsinu

LYFJA
Opið 8-24 alla daga
í Lágmúla og Smáratorgi

Heilsuvörur og matstofa
Opið virka daga kl. 10-20
laugardaga kl. 10-17
maður lifandi
Borgartúni 24

[ALLAR SMÁAUGLÝSINGAR VIKUNNAR Á visir.is]

allt - sem þig vantar

brimborg

Taktubíl

Til sölu FH12 460 hö, árg. 2000, 6x4 dráttarbíll með svefnhúsi. Ekinn 305 þús. km. Vökvkerfi fyrir sturtuvagn. Vel með farin og góður dráttarbíll. Verð kr. 4,0 milljónir án vsk. Upplýsingar í síma 515 7000 Brimborg eða í síma 899 3717.

Til sölu Scania R164 580 hö, árg. 2000, 6x4 dráttarbíll með topline svefnhúsi. Ekinn 450 þús. km. Vökvakerfi fyrir sturtuvagn. Aflmikill dráttarbíll tilbúinn í vinnu. Verð kr. 4,9 milljónir án vsk. Upplýsingar í síma 515 7000 Brimborg eða í síma 899 3717.

Renault Megane Scenic, skrd. 12/1999, ek. 109.000 km, 1600cc, beinskiptur. Ásett verð 820.000 kr. Tilboð 690.000 kr. 100% lán mögulegt. S. 515 7000.

Volvo V40, skrd. 11/2003, ek. 14.000 km, 2000cc, sjálfskiptur, ásett verð 2.490.000 kr. Tilboð 2.330.000 kr. 100% lán mögulegt. S. 515 7000.

Lexus LS430, skrd. 08/2003, ek. 19.000 km, 4300cc, sjálfskiptur. Ásett verð 5.990.000 kr. 100% lán mögulegt. S. 515 7000.

Citroen Berlingo Van , skrd. 05/2002, ek. 57.000 km. 1400cc, beinskiptur, ásett verð 840.000 kr. Tilboð 740.000 kr. 100% lán mögulegt. S. 515 7000.

Ford Mondeo, skrd. 05/2001, ek. 133.000 km. 1800cc, beinskiptur. Ásett verð 1.290.000 kr. 100% lán mögulegt. S. 515 7000.

MMC Lancer 4x4, skrd. 05/1999, ek. 123.000 km, 1600cc, beinskiptur. Ásett verð 780.000,- kr. Tilboð 690.000,- kr.100% lán mögulegt. S. 515 7000.

brimborg

Taktubíl

Nissan Almera, skrd. 12/1999, ek. 120.000 km, 1600cc, beinskiptur. Ásett verð 560.000,- kr. Tilboð 470.000,- kr. 100% lán mögulegt. S. 515 7000.

Lexus RX300, skrd. 04/2003, ek. 31.000 km. 3000cc, sjálfskiptur. Ásett verð 4.350.000 kr. Tilboð 4.090.000 kr. 100% lán mögulegt. S. 515 7000.

Volvo 850, skrd. 09/1994, ek. 176.000 km, 2000cc, sjálfskiptur. Ásett verð 590.000 kr. S. 515 7000.

Daihatsu Cuore, skrd. 07/1999, ek. 58.000 km. 1000cc, beinskiptur, Ásett verð 420.000,- kr. 100% lán mögulegt. S. 515 7000.

Daihatsu Applause, skrd. 11/1998, ek. 114.000 km, 1600cc, sjálfskiptur. Ásett verð 540.000 kr. 100% lán mögulegt. S. 515 7000.

Renault Megane Scenic, skrd. 08/1998, ek. 144.000 km, 1600cc, beinskiptur. Ásett verð 660.000 kr. Tilboð 499.000 kr. 100% lán mögulegt S. 515 7000.

Opel Vectra, skrd. 08/1998, ek. 93.000 km, 1600cc, sjálfskiptur. Ásett verð 830.000 kr. 100% lán mögulegt. S. 515 7000.

Opel Astra, skrd. 12/2002, ek. 38.000 km. 1600cc, beinskiptur. Ásett verð 1.250.000 kr. 100% lán mögulegt. S. 515 7000.

brimborg

Taktubíl

Ford Expedition, skrd. 05/2001, ek. 66.000 km. 5400cc, sjálfskiptur, 4x4, 260Hö. Ásett verð 2.950.000 kr. 100% lán mögulegt. S. 515 7000.

Ford Mondeo GHIA, skrd. 01/2004, ek. 12.000 km, 2000cc, sjálfskiptur. Ásett verð 2.390.000 kr. 100% lán mögulegt. S. 515 7000.

Toyota Rav4, skrd. 03/2004, ek. 27.000 km. 2000cc, beinskiptur, 4x4. Ásett verð 2.440.000 kr. 100% lán mögulegt. S. 515 7000.

Ford Explorer, skrd. 09/2000, ek. 76.000 km, 4000 cc, sjálfskiptur. 4x4, 204 hö. Ásett verð 2.120.000 kr. Tilboð 1.990.000. 100 % lán mögulegt kr. S. 515 7000.

Opel Vectra, skrd. 08/2000, ek. 80.000 km, 2000 cc, sjálfskiptur. Ásett verð 1.160.000 kr. Tilboð 990.000 kr. 100 % lán mögulegt. S. 515 7000.

Ford Escort, skrd. 11/1994, ek. 161.000 km, 1600cc, beinskiptur. Ásett verð 290.000 kr. S. 515 7000.

Toyota Corolla Touring, skrd. 07/1997, ek. 153.000 km, 1800cc, beinskiptur, 4x4. Ásett verð 590.000 kr. 100% lán mögulegt S. 515 7000.

Opel Vectra, skrd. 04/1999, ek. 122.000 km, 1600cc, beinskiptur. Ásett verð 820.000 kr. 100% lán mögulegt S. 515 7000.

brimborg

Taktubíl

Peugeot 406 station, skrd. 10/2001, ek. 68.000 km, 2000cc, sjálfskiptur. Ásett verð 1.460.000 kr Tilboð 1.290.000 kr. 100% lán mögulegt S. 515 7000.

Nissan Primera, skrd. 10/1999, ek. 69.000 km, 1600cc, beinskiptur. Ásett verð 760.000 kr. Tilboð 650.000 kr 100% lán mögulegt S. 515 7000.

Volvo S40 SE-Line, skrd. 09/2003, ek. 30.000 km, 2000cc, sjálfskiptur. Ásett verð 2.340.000 kr. 100% lán mögulegt S. 515 7000.

Renault Clio, skrd. 04/1997, ek. 147.000 km, 1200cc, Beinskiptur. Ásett verð 350.000 kr Tilboð 220.000 100% lán mögulegt S. 515 7000.

Subaru Impreza skrd. 03/1999, ek. 121.000 km, 2000cc, beinskiptur. Ásett verð 790.000 kr. Tilboð 690.000 kr. 100% lán mögulegt. S. 515 7000.

Volvo XC90, skrd.06/2004, ek. 22.000 km, 2500cc, sjálfskiptur. Ásett verð 5.570.000 kr. Tilboð 4.990.000 kr. 100% lán mögulegt. S. 515 7000.

Ford Expedition XLT Sport, skrd. 07/2004, ek. 13.000 km, 5400cc, sjálfskiptur. Ásett verð 4.890.000 kr. 100% lán mögulegt. S. 515 7000.

Hyundai Elantra, skrd. 04/1998, ek. 108.000 km, 1600cc, beinskiptur. Ásett verð 540.000 kr. 100% lán mögulegt. S. 515 7000.

MMC Lancer. skrd. 06/1997, ek. 149.000 km, beinskiptur 4x4. Ásett verð 620.000 kr. Tilboð 510.000 kr. 100% lán mögulegt. S. 515 7000.

brimborg

Taktubíl

Renault Megane Classic, skrd. 01/1999, ek. 79.000 km, 1600cc, beinskiptur. Ásett verð 650.000 kr. Tilboð 520.000 kr. 100% lán mögulegt. S. 515 7000.

Volvo V70 LPT-Turbo, skrd. 01/2003, ek. 33.000 km, 2000cc, sjálfskiptur. Ásett verð 3.090.000 kr. Tilboð 2.890.000 kr. 100% lán mögulegt. S. 515 7000.

Citroen Picasso Exclusive, skrd. 12/2003, ek. 32.000 km, 2000cc, sjálfskiptur. Ásett verð 1.790.000 kr. Tilboð 1.660.000 kr. 100% lán mögulegt. S. 515 7000.

Kia Grand Sportage, skrd. 06/1999, ek. 97.000 km, 2000cc, beinskiptur, 4x4. Ásett verð 890.000 kr. 100% lán mögulegt. S. 515 7000.

Volvo 744, skrd. 06/1987, 2316cc, ek. 265.000 km, sjálfskiptur. Ásett verð 250.000 kr. Tilboð 89.000 kr. 100% lán mögulegt. S. 515 7000.

Peugeot 307 SW Break, skrd. 01/2004, ek. 37.000 km, 2000cc, diesel, beinskiptur. Ásett verð 2.090.000 kr. 100% lán mögulegt. S. 515 7000.

Ford Focus High Series, skrd. 10/2000, ek. 100.000 km, 1600cc, beinskiptur. Ásett verð 910.000 kr. 100% lán mögulegt. S. 515 7000.

VW Passat skrd. 11/1998, ek. 123.000 km, 1800cc, sjálfskiptur. Ásett verð 990.000 kr. Tilboð 850.000. 100% lán mögulegt. S. 515 7000.

brimborg

Taktubíl

Volvo S60, skrd. 05/2004, ek. 16.000 km, 2000cc, beinskiptur. Ásett verð 3.540.000 kr. 100% lán mögulegt S. 515 7000.

Chevrolet Lacetti, skrd. 04/2005, ek. 8.000 km, 1800cc, beinskiptur. Ásett verð 1.490.000 100% lán mögulegt S. 515 7000.

Peugeot 307 SW, skrd. 09/2004, ek. 17.000 km, 1600cc, beinskiptur. Ásett verð 1.820.000 kr. 100% lán mögulegt S. 515 7000.

VW Passat, skrd. 06/2003, ek. 38.000 km, 2000cc, beinskiptur. Ásett verð 2.140.000 kr 100% lán mögulegt. S. 515 7000.

Volvo S40, skrd. 03/2004, ek. 33.000 km, 2500cc, sjálfskiptur. Ásett verð 3.590.000 kr 100% lán mögulegt S. 515 7000.

VW Golf Comfortline station, skrd. 04/2000, ek. 125.000 km, 1600cc, sjálfskiptur. Ásett verð 930.000 kr. 100% lán mögulegt S. 515 7000.

Daihatsu Gran Move, skrd. 04/1999, ek. 73.000 km, 1600cc, sjálfskiptur. Ásett verð 650.000 kr. S. 515 7000.

Volvo XC90 T-6 Twin Turbo, skrd. 02/2004, ek. 23.000 km, 2900cc, sjálfskiptur. Ásett verð 6.150.000 kr. Tilboð 5.890.000 100% lán mögulegt S. 515 7000.

Ford Mondeo CLX, skrd. 06/1998, ek. 97.000 km, 1600cc, beinskiptur. Ásett verð 590.000 Tilboð 480.000 kr. 100% lán mögulegt S. 515 7000.

Brimborg
Bildshöfða 6, 110 Rvk.
Sími: 515 7000
www.brimborg.is

Ingvar Helgason
Notaðir bílar

Mikið úrval tilboðsbíla á staðnum allt að 400.000 afsl. 100% lánmöguleikar

Opel Astra 1.2 nýskr. 06/01 bsk. ek.82.þús.km Verð 970.000.- Tilboð 650.000.- 100% Lánamöguleikar. Hafið samband við söluráðgjafa okkar í síma 5258020

Opel Vectra nýskr. 07/99 bsk. ek.125.þús.km Verð 830.000.- Tilboð 550.000.- 100% Lánamöguleikar. Hafið samband við söluráðgjafa okkar í síma 5258020

Subaru Legacy nýskr. 03/96 bsk., ek. 173 þús. km. Verð 650.000. Tilboð 450.000. 100% Lánamöguleikar. Hafið samband við söluráðgjafa okkar í síma 525 8020.

Opel Vectra nýskr. 03/00, ssk., ek. 96.þús. km. Verð 1.030.000. Tilboð 740.000. 100% Lánamöguleikar. Hafið samband við söluráðgjafa okkar í síma 525 8020.

Opel Vectra 1.6 nýskr. 06/98, ssk., ek. 126 þús. km. Verð 780.000. Tilboð 530.000. 100% Lánamöguleikar. Hafið samband við söluráðgjafa okkar í síma 525 8020.

Subaru Legacy nýskr. 01/98 ek. 141 þús. km. Verð 890.000. Tilboð 690.000. 100% Lánamöguleikar. Hafið samband við söluráðgjafa okkar í síma 525 8020.

Opel Corsa 1.4 Swing nýskr. 04/98 bsk. ek.108.þús.km Verð 530.000.- Tilboð 370.000.- 100% Lánamöguleikar. Hafið samband við söluráðgjafa okkar í síma 5258020

ATH. Notaðir bílar eru fluttir í norðurenda húsins áður Opel / Saab söludeild

Ingvar Helgason
Notaðir bílar

Mikið úrval tilboðsbíla á staðnum allt að 400.000 afsl. 100% lánmöguleikar

Opel Vectra 1.6GL nýskr. 06/98 ssk. ek.113.þús.km Verð 780.000.- Tilboð 570.000.- 100% Lánamöguleikar. Hafið samband við söluráðgjafa okkar í síma 5258020

Opel Astra nýskr. 05/98 ssk ek.110.þús.km Verð 550.000.- 100% Lánamöguleikar. Hafið samband við söluráðgjafa okkar í síma 5258020

Isuzu Trooper nýskr. 10/00 ssk. ek.97.þús.km Verð 2.200.000.- 100% Lánamöguleikar. Hafið samband við söluráðgjafa okkar í síma 5258020

Renault MASTER nýskr. 05/00 bsk ek.179.þús.km Verð 1.180.000.- 100% Lánamöguleikar. Hafið samband við söluráðgjafa okkar í síma 5258020

Kia Pride nýskr. 12/00 bsk. ek.34.þús.km Verð 490.000.- 100% Lánamöguleikar. Hafið samband við söluráðgjafa okkar í síma 5258020

Renault Kangoo nýskr. 02/02 bsk. ek.77.þús.km Verð 890.000.- 100% Lánamöguleikar. Hafið samband við söluráðgjafa okkar í síma 5258020

Opel Vectra Comfort nýskr. 08/03 ssk ek.30.þús.km Verð 2.050.000.- 100% Lánamöguleikar. Hafið samband við söluráðgjafa okkar í síma 5258020

ATH. Notaðir bílar eru fluttir í norðurenda húsins áður Opel / Saab söludeild

Ingvar Helgason
Notaðir bílar

Mikið úrval tilboðsbíla á staðnum allt að 400.000 afsl. 100% lánmöguleikar

Mitsubishi Space Wagon nýskr. 02/00 ssk. ek.116.þús.km Verð 1.040.000 .- 100% Lánamöguleikar. Hafið samband við söluráðgjafa okkar í síma 5258020

Honda Accord executive nýskr. 02/05 ssk.ek.7.þús 2.990.000.- 100% Lánamöguleikar. Hafið samband við söluráðgjafa okkar í síma 5258020

Nissan Almera Visia nýskr. 05/03 bsk ek.50.þús.km Verð 1.190.000.- 100% Lánamöguleikar. Hafið samband við söluráðgjafa okkar í síma 5258020

Subaru Impreza GL nýskr. 01/00, ssk., ek. 111 þús. km. Verð 950.000. 100% Lánamöguleikar. Hafið samband við söluráðgjafa okkar í síma 525 8020.

Volkswagen Vento Gli nýskr. 08/96 ek. 98 þús. km. Verð 520.000. 100% Lánamöguleikar. Hafið samband við söluráðgjafa okkar í síma 525 8020.

Kia Carnival nýskr. 04/02, ssk., ek. 39 þús. km. Verð 1.750.000. 100% Lánamöguleikar. Hafið samband við söluráðgjafa okkar í síma 525 8020.

Nissan Terrano Luxury nýskr. 07/03, ssk., ek. 45 þús. km. Verð 3.150.000. Tilboð 2.850.000. 100% Lánamöguleikar. Hafið samband við söluráðgjafa okkar í síma 525 8020.

ATH. Notaðir bílar eru fluttir í norðurenda húsins áður Opel / Saab söludeild

Ingvar Helgason
Notaðir bílar

Mikið úrval tilboðsbíla á staðnum allt að 400.000 afsl. 100% lánmöguleikar

Chevrolet Suburban nýskr. 10/92, ek. 225 þús. Verð 970.000. Hafið samband við söluráðgjafa okkar í síma 525 8020.

Renault Megane Classic nýskr. 03/02, ek. 51 þús. km. Verð 1.180.000. 100% Lánamöguleikar. Hafið samband við söluráðgjafa okkar í síma 525 8020.

Suzuki Baleno stw 4x4 nýskr. 09/98, bsk., ek.103 þús. km. Verð 680.000. Tilboð 470.000. 100% lánamöguleikar. Hafið samband við söluráðgjafa okkar í síma 525 8020.

Opel Astra 1.2 nýskr. 06/02, bsk.,ek.69 þús. km. Verð 1.040.000. Tilboð 820.000 100% lánamöguleikar. Hafið samband við söluráðgjafa okkar í síma 525 8020.

Chrysler Stratus nýskr. 03/99, ssk., ek. 76 þús. km. Verð 990.000. Tilboð 760.000.- 100% lánamöguleikar. Hafið samband við söluráðgjafa okkar í síma 525 8020.

Mitsubishi Lancer nýskr. 06/99, bsk., ek. 127 þús. km Verð 780.000. Tilboð 560.000. 100% lánamöguleikar. Hafið samband við söluráðgjafa okkar í síma 525 8020.

Suzuki Baleno stw 4x4 nýskr. 05/97 bsk., ek.170.þús.km Verð 480.000. Tilboð 330.000. 100% lánamöguleikar. Hafið samband við söluráðgjafa okkar í síma 525 8020.

ATH. Notaðir bílar eru fluttir í norðurenda húsins áður Opel / Saab söludeild

Ingvar Helgason
Notaðir bílar

Mikið úrval tilboðsbíla á staðnum allt að 400.000 afsl. 100% lánmöguleikar

Opel Astra 1.6GL nýskr.03/98 ssk., ek.104.þús.km Verð 550.000.- Tilboð 340.000.- 100% Lánamöguleikar. Hafið samband við söluráðgjafa okkar í síma 5258020

Alfa Romeo nýskr. 09/03, bsk., ek. 30 þús. km. Verð 2.720.000. 100% lánamöguleikar. Hafið samband við söluráðgjafa okkar í síma 525 8020.

Infiniti FX35 nýskr. 06/04, ssk., ek. 9 þús. km. Verð 4.970.000. 100% lánamöguleikar. Hafið samband við söluráðgjafa okkar í síma 525 8020.

Subaru Forester CS nýskr. 06/02, ssk., ek. 60 þús. km. Verð 1.620.000. 100% lánamöguleikar. Hafið samband við söluráðgjafa okkar í síma 525 8020.

Jeep Cherokee Laredo nýskr.07/91, ssk, ek 118 þús. km. Verð 470.000 Hafið samband við söluráðgjafa okkar í síma 525 8020.

Nissan Terrano Luxury nýskr.10/00, bsk, ek. 83 þús. km. Verð 2.150.000 100% lánamöguleikar. Hafið samband við söluráðgjafa okkar í síma 525 8020.

Nissan Terrano II SE nýskr. 06/96, bsk., ek. 169 þús. km. Verð 790.000 100% lánamöguleikar. Hafið samband við söluráðgjafa okkar í síma 525 8020.

Subaru Legacy Outback H6 nýskr.11/01, ssk, ek 74 þús. km. Verð 2.520.000 100% lánamöguleikar. Hafið samband við söluráðgjafa okkar í síma 525 8020.

ATH. Notaðir bílar eru fluttir í norðurenda húsins áður Opel / Saab söludeild

Ingvar Helgason
Notaðir bílar

Mikið úrval tilboðsbíla á staðnum allt að 400.000 afsl. 100% lánmöguleikar

Nissan Primera Elegance nýskr. 05/00, ssk, ek 64 þús. km. Verð 1.030.000 100% lánamöguleikar. Hafið samband við söluráðgjafa okkar í síma 525 8020.

Suzuki Jimny nýskr. 04/99, bsk, ek. 100 þús. km. Verð 770.000. Tilboð 590.000 100% lánamöguleikar. Hafið samband við söluráðgjafa okkar í síma 525 8020.

Nissan Primera Elegance nýskr. 05/02, ssk, ek.65 þús. km. Verð 1.290.000, Tilboð 990.000. 100% lánamöguleikar. Hafið samband við söluráðgjafa okkar í síma 525 8020.

Subaru Impreza GL nýskr. 12/99, bsk, ek. 69 þús. km. Verð 730.000. 100% lánamöguleikar. Hafið samband við söluráðgjafa okkar í síma 525 8020.

Nissan Almera Acenta nýskr. 06/04, ssk, ek 31 þús. km. Verð 1.590.000. 100% lánamöguleikar. Hafið samband við söluráðgjafa okkar í síma 525 8020.

Opel Corsa 1.2 nýskr. 05/00, bsk, ek 51 þús. km. Verð 480.000. Hafið samband við söluráðgjafa okkar í síma 525 8020

Peugeot 406 nýskr. 06/01, bsk, ek 72 þús. km. Verð 1.180.000. 100% lánamöguleikar. Hafið samband við söluráðgjafa okkar í síma 525 8020.

Ingvar Helgason
Sævarhöfða 2, 110 Rvk.
Sími: 525 8000
www.ih.is

ATH. Notaðir bílar eru fluttir í norðurenda húsins áður Opel / Saab söludeild

BÍLASALAN HÖFÐA HÖLLIN
Vagnhöfða 9 · Sími 567-4840 og 660-0565

Suzuki Sidekick JXI 33" árgerð 1996. Ekinn 175 þ. km. Nýskráður 2/1996. Næsta skoðun 2006. Verð kr. 580.000. Bílasalan Höfðahöllin Vagnhöfða 9, sími 567 4840 & 567 4841.

Toyota Landcr. '90 VX árgerð 1998. Ekinn 1 þ. km. Verð kr. 2.290.000.

Höfðahöllin
Vagnhöfða 9, 110 Rvk.
Sími: 567 4840
www.hofdahollin.is

BÍLAMIÐSTÖÐIN
HYRJARHÖFÐA 2 - SÍMI 5405800

Toyota Rav 4. 2.0, árgerð 1997, ekinn 103 þ. km, geislaspilari, smurbók og þjónustubók, einn eigandi, verð 880 þ. Tilboðsverð 720 þ. möguleiki á 100% láni.

Hyundai Santa-Fe 2.7, 8/2001, ekinn 65 þ. km, sjálfskiptur, leður, álfelgur, dráttarkúla, 100% þjónustaður bíll, einn eigandi, verð 1.970 þ. engin skipti.

Bílamiðstöðin
Hyrjarhöfða 2, 112 Rvk.
Sími: 540 5800
www.bilasala.net

SPA R bíll

Nýr '05 Infiniti Q 56 5,6L vél, Topplúga, leðurinnrétting, Rafdrifin sæti og rúður, Bakkmyndavél, DVD með þráðlausum heyrnartólum, Bose hljómflutnigstæki, ofl. ofl. Val um lit að innan sem utan. Okkar verð: 6.927 þúsund.

Sparibíll ehf
Skúlagötu 17, 101 Reykjavík
Sími: 577 3344
www.sparibill.is

BÍLAHORNIÐ
BÍLASALA
Funahöfða 5 - S: 567-2400
www.bilahornid.is

Nissan Almera 1600, árgerð 1997, ekinn 137 þ. km. Beinskiptur, álfelgur, geislaspilari, rafdrifnar rúður, samlæsingar, útvarp. Verð kr. 480.000.

Toyota Landcruiser 90 VX, árgerð 2002, ekinn 92 þ. km. Sjálfskiptur, bensín, álfelgur, dráttarkúla, geislaspilari, leðuráklæði. Verð kr. 3050.000. Áhv. kr. 2.500.- þús.

MMC Pajero árgerð 1998, ekinn 151 þ. km. Dísel knúinn. Skráður 7 manna. Álfelgur, brettakantar, dráttarkúla, fjarstýrðar samlæsingar, geislaspilari, stigbretti, upphækkaður, útvarp, vökvastýri, splunkuný dekk. Frábær 7 manna fjölskyldubíll tilbúinn í ferðalagið. Verð kr. 1.850.000. Áhvílandi kr. 1.500.000.

Chrysler Town & Country Limited 4WD, árg. 2002. ekinn 48 þ. km. Sjálfskiptur, fjórhjóladrif, álfelgur, filmur, fjarstýrðar samlæsingar, geislaspilari, hiti í sætum, leðuráklæði, samlæsingar, útvarp, vökvastýri. Verð kr. 3.190.000.

VW Passat Comfortline 1800, árgerð 2000. Ekinn 97 þ. km, 5 gíra. Álfelgur, geislaspilari, vetrardekk á felgum. Engin skipti. Verð kr. 1.150.000.

VW Golf GL 1.6 árgerð 1997, ekinn 80 þ. km. Litur blár. 5 gírar, geislaspilari, smurbók, útvarp, vökvastýri, þjónustubók. Frábært eintak. Verð kr. 550.000.

Bílahornið
Funahöfða 5, 110 Reykjavík
Sími: 567 2400
www.bilahornid.is

VÉLHJÓL TIL SÖLU

Nýjar vespur til sölu
árg. 2005, 3 litir
svart, rautt og silfur
50cc, 4 gengis,
verð 159.000.
Sími 587 1135
helgar 845 5999
Til sölu hjá:
VÉLHJÓL & SLEÐAR
S:5871135 Stórhöfða 18

Bílabankinn

Musso e-23 1998, bensín, ek. 112 þ. km, 5 gíra. V. 1.190, áhv. 250 þ. Ath öll skipti. S. 588 0700.

Toyota Corolla 4wd 6/99, ek. 99 þ. km, v. 840 þ. Áhv. 400 þ. S. 588 0700.

Toyota Avensis 2/00, ek. 102 þ. km, 5 gíra, v. 860 þ. Eigum einnig 2004 Avensis, sjálfsk. S. 588 0700.

VW Polo 1400 1997, ek. 112 þ. km, sjálfskiptur, v. 290 þ. S. 588 0700.

Chrysler Town & Count 4wd árg. 2000, ek. 96 þ. m, leður, rafm. í öllu, v. 2.390 þ. Áhv. 1.400 þ. Ath sk. S. 588 0700.

Coleman Fleetwood yuma 10fet, upphækkað, fortjald, 220V, ferða WC, 2 gaskútar ofl. ofl. Klárt í verslunarmannahelgina, v. 1.150 þ. Áhv. 400 þ.

Nissan Terrano II 5/97 disel, 7 manna, v.930 þ. Áhv. 570 þ. Ath skipti. S. 588 0700.

Bílabankinn
Breiðhöfða, 112 Reykjavík
Sími: 588 0700
www.bilabankinn.is

Kaupvild ehf
s. 699-6661 / 699-6661

Toyota Hilux D/C dísel, árg. '01. Ný 38" dekk, gormafjöðrun, kastarar, grind og fl. Ek. 96 þús. km. Bíll í mjög góðu standi, sk. '06. Verð 2.590 þús. Áhv. 1.700 þús., afb. 28 þús. á mán. Ath skipti á ódýrari/dýrari. Uppl. í s. 699 6661 & 699 5801.

Toyota Corolla Xli Stw 1996, ekinn 160 þús. í toppstandi, skoðaður 2006. Búið að skipta um tímareim. Flottur bíll, verð 390.000, 100% lán mögulegt. Uppl. í s. 699 6661 & 699 5801.

Kaupvild ehf
Hyrjarhöfði 2, 110 Reykjavík
Sími: 699 5801

TOPPBÍLAR
bílasala

Toyota Yaris 1.5 T-sport árgerð 12/2001, álfelgur, CD, sportinnrétting, rafm. í rúðum. Verð 1.050.000. Toppbílar Kletthálsi 2, sími 587 2000 eða toppbilar.is

BMW 330i árgerð 05/2001, ekinn aðeins 27 þ. km, sjálfskiptur, leður, 17" álfelgur, spólvörn, Harman Kardon hljóðkerfi. Verð 2.650.000. Toppbílar Kletthálsi 2, sími 587 2000 eða toppbilar.is

Lexus RX-300 LUXURY árgerð 12/2000, ekinn 79 þ. km, leður, sóllúga, álfelgur, dráttarkúla. Verð 2.890.000. Skipti athugandi á ódýrari. Toppbílar Kletthálsi 2, sími 587 2000 eða toppbilar.is

MMC Outlander Comfort árgerð 01/2004, ekinn 30 þ. km, álfelgur, dráttarkúla. Verð 2.190.000. Toppbílar Kletthálsi 2, sími 587 2000 eða toppbilar.is

Toyota Avensis Wagon disel, árgerð 11/2004, ekinn 19 þ. km, 5 gíra, ABS, loftkæling. Toppbílar Kletthálsi 2, sími 587 2000 eða toppbilar.is

Toyota Landcruiser 90 LX NEW, árgerð 2003, ekinn 98 þ. km, sjálfskiptur, VX felgur, samlitur. Verð 3.690.000. Toppbílar Kletthálsi 2, sími 587 2000 eða toppbilar.is

Toyota Carina E 2.0 GLI, árgerð 1996, ekinn 140 þ. km, sjálfskiptur. Verð 490.000. Toppbílar Kletthálsi 2, sími 587 2000 eða toppbilar.is

Toyota Avensis Wagon, árgerð 01/2003, ekinn 49 þ. km, sjálfskiptur, álfelgur, sumar+vetrardekk. Verð 1.690.000. Toppbílar Kletthálsi, 2 sími 587 2000 eða toppbilar.is

Toyota Corolla 1.6 H/B New, árgerð 2002, ekinn 61 þ. km, 5 gíra. Verð 1.280.000. Toppbílar Kletthálsi 2, sími 587 2000 eða toppbilar.is

Toyota Landcruiser árgerð 1985, ekinn 243 þ. km, 35" dekk, gullfallegur bíll. Verð 740.000. Toppbílar Kletthálsi 2, sími 587 2000 eða toppbilar.is

Skoda Oktavia GLXI 1.6, árgerð 1999, ekinn 135 þ. km, 5 gíra. Verð 630.000. Tilboð 390.000. Toppbílar Kletthálsi 2, sími 587 2000 eða toppbilar.is

Chevrolet Suburban 6,5 turbo árgerð 1998, ekinn aðeins 82 þ. km, 38" dekk, leður, loftdæla. Verð 3.200.000. Skipti athugandi á ódýrari. Toppbílar Kletthálsi 2, sími 587 2000 eða toppbilar.is

Volvo S-40 NEW, árgerð 04/2004, sjálfskiptur, leður, álfelgur. Verð 2.790.000. Skipti athugandi á ódýrari. Toppbílar Kletthálsi 2, sími 587 2000 eða toppbilar.is

Mercedes Benz E-280 4matic, árgerð 06/2001, ekinn aðeins 20 þ. km, sjálfskiptur, leður, sóllúga, algjör gullmoli. Verð 3.990.000. Toppbílar Kletthálsi 2, sími 587 2000 eða toppbilar.is

Range Rover Vouge árgerð 09/2003, ekinn 32 þ. km, leður, sóllúga, TV, 20" álfelgur, samlitur ofl. Verð 8.900.000. Skipti athugandi á ódýrari. Toppbílar Kletthálsi 2, sími 587 2000 eða toppbilar.is

Mercedes Benz E-200 Avantgarde árgerð 2004, ekinn 42 þ. km, sjálfskiptur, sóllúga, xenon. Verð 4.290.000. Toppbílar Kletthálsi 2 sími 587 2000 eða toppbilar.is

Toppbílar
Kletthálsi 2, 110 Rvk.
Sími: 587 2000
www.toppbilar.is

12 Volt

Subaru Legasy 2.0L., árg. 10/2002., ssk., ek. 31þús. km., álfelgur, karsti í svuntu, plast yfir gluggum, spoiler og vetrard. á felgum. Upplýs. 896-9616.

12 Volt
Malarhöfða 2, 110 Reykjavík
Sími: 565 2500

HEIMS BÍLAR
www.heimsbilar.is

Honda Civic DX nýskr. 01/'92, ek 135 þ. km., rauður, geislaspilari, hiti í sætum, smurbók, spoiler o.fl. Verð 280.000. Bílasölusvæðið við Kletthals er algjör nýjung á Íslandi sem alltaf hefur vantað, skoðaðu mörg hundruð bíla... sjáumst!

Heimsbílar
Klettháłsi 11a, 110 Reykjavík
Sími: 567 4000
www.heimsbilar.is

Bílar til sölu

Nissan Sunny '94, silfurgrár, 4 dyra, skoðaður '06. Í góðu ástandi. Verð 165 þús. Uppl. í síma 894 1617.

VW Golf dekur bíl til sölu með 17" og 15" álfelgum, spoilerkiti allan hringinn og mp3 spilara, fæst á 250 þ. og yfirtöku á láni sem er 24 þús. á mán. Uppl. í síma 867 1283.

Toyota Rav 4 árg. '04, innfluttur nýr frá Kanada. Ek. 17.500 km. Einn með öllu. Uppl. í s. 897 6807 eftir kl. 18.

Volvo 850 '96, ssk, ek. 200 þ. til sölu. Góður og fallegur bíll í toppstandi. V. 780 þ. S. 864 8338.

MMC Lancer 4wd árg. '96, ekinn 190 þús. Mikið yfirfarinn, sk. '06. Uppl. í s. 694 3308.

Subaru Legacy '03 til sölu. Ek. aðeins 28 þ. V. 1.6 milj. Bein sala. Uppl. í s. 895 1755.

Til sölu Toyota Celica árg. 2001, ekinn 76 þ. 1800 cc, 6 gíra, eyðslu grannur, toppbíll. Verð 1.290 þ. Ath. skipti. Sími 893 6921.

Til sölu VW Polo '99, ssk., ek. 87 þ. Sparibaukur í góðu standi. V. 590 þ. S. 699 0506.

Rúta - Húsbíll
15 sæta M. Benz 309D árg. 1984 (gott húsbílsefni) til sölu. Ásett verð 350 þús. Til greina kemur að taka ódýrari bíl uppí. Uppl. í s. 863 0990, 659 1893 & 567 2510.

Til sölu VW Jetta '91 í góðu standi. Sk. '06. V. 80 þús. Uppl. í s. 695 7640.

VERSLUNARMANNAHELGIN 2005

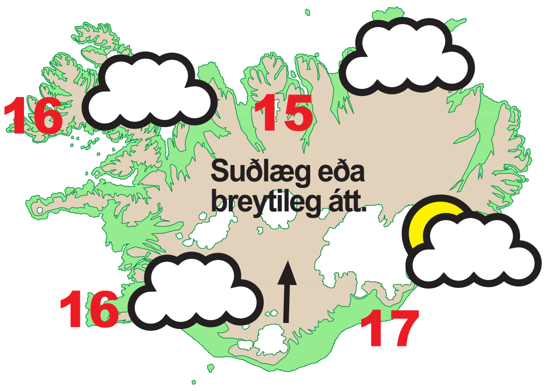
[vonandi skemmtið þið ykkur ...

Veðurspá um verslunarmannahelgina

Hæglætisveður með smáskúrum

Búist er við hæglætisveðri um helgina og smáskúrum á víð og dreif um landið. Að sögn **Hrafns Guðmundssonar,** veðurfræðings, gæti þessi spá þó breyst eitthvað á næstu dögum.

„Það verður svolítið skýjað á föstudag víðast hvar en það er hugsanlega á Austurlandi sem sólin gæti brotist fram. Annars verður að öllum líkindum meinlaust veður á landinu," segir Hrafn. Hitastig á landinu verður milt og gott áfram. „Það er ekkert að kólna neitt að neinu ráði. Það virðast ekki verða mikið meira en 20 stig neins staðar enda spáir skýjuðu veðri."



Á laugardag og sunnudag er spáð suðlægri eða breytilegri átt og vætu með köflum. Óvíst er hversu mikill vindur verður og að sögn Hrafns kemur það betur í ljós síðar.

Miðað við þessa spá virðist einna besta veðrið ætla að verða á Neistafluginu á Neskaupstað. Engu að síður virðist veðrið ætla að verða milt víðast hvar á landinu og ætti fólk því ekki mikið að þurfa að velta fyrir sér veðrinu þegar það velur sér útihátíð eða annan stað til að fara á um helgina.

UMFERÐ Umferðin getur verið afar þung um verslunarmannahelgina og því mikilvægt að fara varlega þegar framúrakstur er annars svegar.

ÁFENGIÐ LENGI AÐ FARA ÚR BLÓÐINU

Framundan er einhver mesta ferðahelgi ársins. Það er að mörgu að huga áður en lagt er af stað á bílnum.

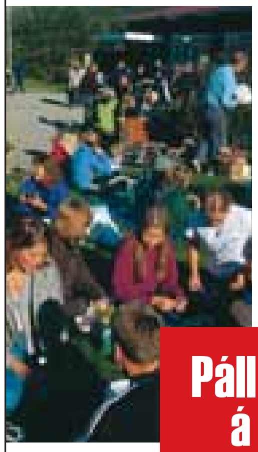
Fólk þarf að huga að ýmsu áður en það sest upp í bílinn, bæði á leið til og frá áfangastað um verslunarmannahelgina. Til að mynda skiptir gríðarlegu máli að menn aki ekki af stað á mánudeginum fyrr en þeir eru handvissir um að ekkert áfengi sé í blóði þeirra. Að sögn Sigurðar Helgasonar, verkefnastjóra hjá Umferðarstofu, fer það allt eftir því hvað menn eru búnir að drekka mikið hvenær þeir mega setjast undir stýrið. „Fólk gerir sér oft ekki grein fyrir því hversu lengi áfengi er að fara úr blóðinu og flestir ættu að bíða vel fram eftir deginum," segir Sigurður. „Stór hluti af þeim sem eru teknir af lögreglu eru teknir morguninn eftir eða daginn eftir. Það er hlutur sem er mjög gott að fólk hafi í huga."

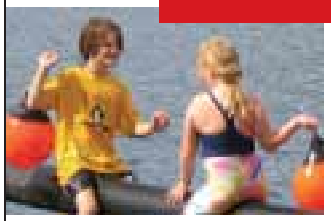
Sigurður nefnir sem dæmi að 80 kg maður sem hefur drukkið sex stóra bjóra fram til 3-4 um nóttina losnar oftast ekki við áfengið úr blóðinu fyrr en 17.00 til 18.00 daginn eftir. „Þetta er hlutur sem fólk áttar sig ekki á. Menn eru kannski búnir að sofa í 8-10 tíma, fara á fætur og halda að allt sé í lagi. Það er samt ekki að marka það. Lögreglan gefur fólki tækifæri til að koma og blása og best væri ef ökumenn nýttu sér það."

Sigurður vill brýna fyrir ökumönnum að aka ekki of hratt og að þeir þurfi að vara sig sérstaklega á hættunni sem fylgir framúrakstri. Einnig þurfa menn að hafa í huga í hvers konar ástandi bíllinn er, til dæmis hvort dekkin séu í lagi. Margt ungt fólk aki um á eldri bílum sem eru misvel búnir fyrir umferðina. Skyndihjálparbúnað getur einnig verið gott að hafa meðferðis ef eitthvað skyldi bera út af.

Einnig er stórt atriði að hafa bílbeltin spennt. „Það er atriði sem því miður er oft í ólagi í alvarlegum slysum. Það er ótrúlega oft þannig að þeir sem eru ekki með beltin spennt lenta í slysunum. Ágætt dæmi um hættuna við að vera ekki með belti er að þegar 85 kg manneskja situr laus í aftursæti á 70 km hraða þá verður hún um það bil 4 tonn þegar áreksturinn verður. Það þarf ekkert að velta fyrir sér afleiðingunum. Menn kastast fram og aftur og út úr bílnum og það er gott að fólk velti þessu fyrir sér," segir Sigurður.

SÆLUDAGAR Í VATNASKÓGI
UM VERSLUNARMANNAHELGINA





Örn Árnason

Páll Rósinkranz á tónleikum

ÁN ÁFENGIS
-AÐ SJÁLFSÖGÐU!

Ásta og Lóa hrekkjusvín

MIÐAVERÐ AÐEINS 2.000 KRÓNUR
ÓKEYPIS FYRIR 13 ÁRA OG YNGRI
Í FYLGD MEÐ FULLORÐNUM

KNATTSPYRNA • SKÓGARMANNAKVÖLDVÖKUR • UNGLINGADAGSKRÁ • GOSPELMESSA
BARNADAGSKRÁ • FRÆÐSLUSTUND • LEIKTÆKI • KASSABÍLAR • BÆNASTUNDIR • BÁTAR
VARÐELDUR • HELGISTUNDIR • KAFFIHÚS • FLUGELDAR • KODDASLAGUR • VATNAFJÖR

Allar nánari upplýsingar á www.kfum.is og á skrifstofu KFUM og KFUK í síma 588 8899

Ef þú ætlar að slá í gegn við grillið í sumar, þá mæli ég með HOT SPOT sósunum.

Mango Jalepeno glaze
Passar vel með öllum fiski, svínakjöti og kjúklingi. Hún hefur sætleikann úr mangóinu og kraftinn úr jalapeno. Marinerið í smástund eða penslið yfir.

Mesquite smoked Chili
Blanda af reyktum chili pipar og kryddjurtum. Góð marinering á lambalæri eða fillet einnig frábær á rif og nautakjöt.

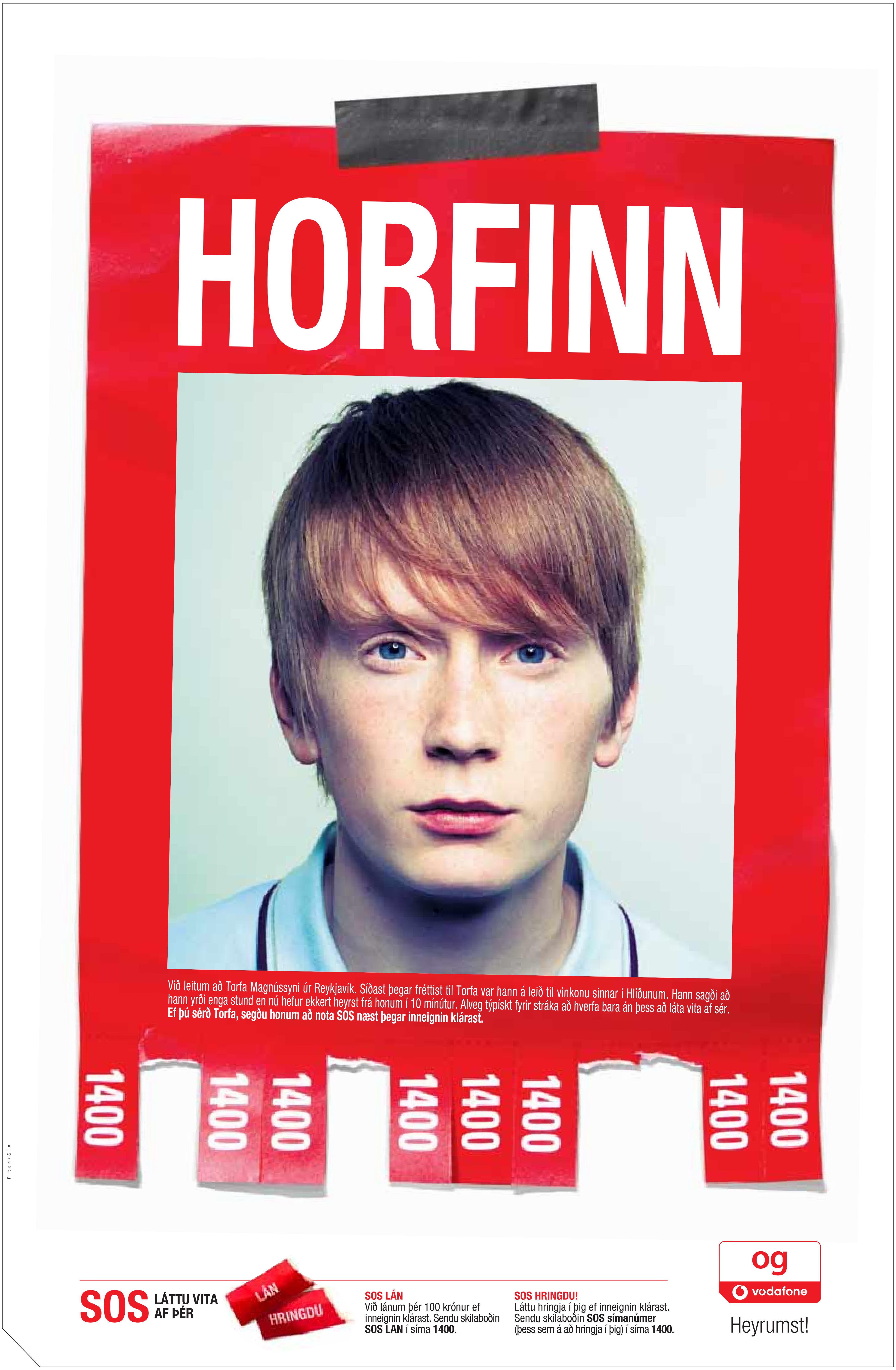
Motel 66 Texas honey BBQ
Ekta BBQ sósa. Hentar vel með klassískum grillréttum t.d. nautasteik, rifjum og kjúklingabringum. Marinerið eða penslið yfir -sósa sem virkar.

Beast
Frábær grillsósa á allan mat. Hentar vel á lambakjöt og grænmeti. Hlaðin krafti með chili og soya. Marinerið í smástund eða penslið yfir.

Mango Curry Marinade
Meiriháttar sósa á allt ljóst kjöt og fisk. Penslið yfir eða látið liggja í marineringu í smá tíma. Einnig fantagóð dressing á salatið, kjötið eða fiskinn og þá blönduð með sýrðum rjóma.

Tokyo Teriyaki
Ómissandi sósa fyrir þá sem kunna að meta Teriyaki. Sósa sem byggist á soya, með sætum keim og hefur örlítið sesam bragð. Penslið á það sem á að grilla.

Mango Jalepeno glaze | Mesquite smoked Chili | Motel 66 Texas honey BBQ | Beast | Mango Curry Marinade | Tokyo Teriyaki


HORFINN
Við leitum að Torfa Magnússyni úr Reykjavík. Síðast þegar fréttist til Torfa var hann á leið til vinkonu sinnar í Hlíðunum. Hann sagði að hann yrði enga stund en nú hefur ekkert heyrst frá honum í 10 mínútur. Alveg týpískt fyrir stráka að hverfa bara án þess að láta vita af sér.
Ef þú sérð Torfa, segðu honum að nota SOS næst þegar inneignin klárast.
1400
1400
1400
1400
1400
1400
1400
1400
SOS LÁTTU VITA AF ÞÉR
LÁN
HRINGDU
SOS LÁN
Við lánum þér 100 krónur ef inneignin klárast. Sendu skilaboðin SOS LAN í síma 1400.
SOS HRINGDU!
Láttu hringja í þig ef inneignin klárast. Sendu skilaboðin SOS símanúmer (þess sem á að hringja í þig) í síma 1400.
og vodafone
Heyrumst!
Fíton/SÍA

Afskiptaleysi á aldrei að líðast

Verslunarmannahelgin er mikil skemmtanahelgi. Í einni svípan getur hún hins vegar breyst í martröð.

Það er staðreynd að það eru karlmenn sem nauðga. Hins vegar eru ekki allir karlmenn nauðgarar, langt því frá. „Við erum ekki sáttir við þá karlmennskuímynd að allir karlmenn séu hættilegir á útihátíðum. Við megum ekki senda stelpur á útihátíð með þá hræðslu í brjósti að allir karlmenn séu nauðgarar," segir Gísli Atlason, ráðskona hjá karlahópi feministafélagsins. „Við viljum fá upp umræðu um naugðanir. Verslunarmannahelgin á að vera skemmtileg helgi og það er auðvelt að eyðileggja hana með einni uppákomu," segir hann.

Þetta er í þriðja skiptið sem karlahópurinn fer af stað með slíka herferð. Árið 2003 hófst hún með slagorðinu „Nauðgar vinur þinn?" og vöktu auglýsingarnar gríðarlega mikla athygli og umtal. Það er hins vegar staðreynd að í helmingi tilvika eru nauðgararnir vinir. „Við gerum oft lítið úr nauðgunum og fórnarlömb eru spurð um hluti sem koma þeim ekkert við. Ef einhver hefði ráðist á mig út á götu væri sennilega enginn sem spyrði mig hvernig ég hefði verið klæddur. Þessir hlutir koma verknaðinum ekkert við en með þessu er verið að reyna að réttlæta hann. Nauðgun er hins vegar aldrei réttlætanleg," segir Gísli.

Nauðgun er ofbeldi og á ekkert skylt við kynlíf. Sá sem gerir slíkan hlut er því orðinn að ofbeldismanni. „Ég er hins vegar ekkert viss um að allir nauðgarar hugsi um sig sem slíka. Þeir bera fyrir sig einhverjum mýtum, að hún hafi viljað þetta, þrátt fyrir að engin merki um samþykki hafi verið sýnd," segir Gísli og áréttar að enginn eigi að láta hlutina afskiptalausa. „Við eigum að grípa inn í ef við teljum okkur vita hvað er í gangi," segir hann.

Um verslunarmannahelgina mun Gísli ásamt félögum í feministafélaginu standa fyrir utan ÁTVR, BSÍ, vera í Þorlákshöfn og við Reykjavíkurflugvöll og ræða við drengi. „Við viljum hvetja þá til þess að taka þetta mál upp í sínum vinahópi og ræða það. Það er mikilvægt að muna að þetta gerist ekki bara um verslunarmannahelgina," segir Gísli og bendir á að fólk getur komið í veg fyrir nauðganir ef það virðir hvert annað.

Mýtur Ákveðnar mýtur ríkja í kringum nauðganir og þetta er ein þeirra sem hefur verið ansi lífseig

Gísli Atlason Við megum ekki senda stelpur á útihátíð með þá hræðslu að allir karlmenn séu nauðgarar

Sértilboð frá

Húsbílafélaginu og Norrænu

Sumarferð

Færeyjar

Þórshöfn er minnsta höfuðborg í Evrópu. Á eyjunum sem eru 18 býr ein minnsta þjóð í heimi, um 47.000 manns. Frá Þórshöfn eru góðar samgöngur til allra eyjanna, sem bjóða hvern og einn velkominn sem vill kynnast þessum litla heimi.
Lesið meira um Færeyjar á www.tourist.fo/www.faroeislands.com

Hjaltlandseyjar

Í landslagi Hjaltlandseyja skiptast á stórfenglegir klettar, langar sandstrendur og fallegar heiðar. Hjaltland er þekkt fyrir fuglabyggðir, fornleifafjársjóði og heillandi menningararf. Meðal annars má finna, fjölda golfvalla í stórbrotnu umhverfi, tónlistarviðburði, hátíðir, söfn og gallerí, kastala og rústir, tómstundasetur, sundlaugar, ásamt frábærum veitingastöðum og krám. Það er óþarfi að taka fram að héðan eru smáhestarnir "Shetland pony" upprunnir og eru ennþá meðal helstu tákna fyrir eyjarnar.
Lesið meira um Hjaltland á:
www.visitshetland.com

25% staðfestingargjald þarf að greiðast við bókun og eftirstöðvar einum mánuði fyrir brottför. Við bókun þarf að gefa upp nöfn farþega, kennitölur, símanúmer, heimilsfang, bílgerð, hæð/lengd og skráningarnúmer. Við greiðslu þarf að koma fram nafn á hópnum og nöfn aðila.

★★★★★

Hjaltlandseyjar
18. - 25. ágúst
26.900

Brottför frá Seyðisfirði 18. ágúst kl. 12:00 og komið til Leirvíkur föstudaginn 19. ágúst kl. 21:00. Brottför frá Leirvík 24. ágúst kl. 01:30 (aðfaranótt miðvikudags 24. ágúst) og komið til Seyðisfjarðar 25. ágúst kl. 08:00.

Verð pr. mann miðað við að tveir bóki sig saman og gisti í kynjaskiptum 4m. klefa (inn)
Innifalið: Sigling og gisting, einn húsbíll fyrir hverja tvo sem bóka í 4m. klefa. Hámarkslengd er 7 metrar. Aukagjald umfram 7 metra húsbíls er kr. 5.800 pr. meter en ekki er greitt fyrir aukahæð. Aukalega á mann í 4m klefa (út) kr. 5.000. Aukalega á mann í 2m klefa (út) kr. 17.000 Ath: Takmarkað framboð á klefum

★★★★★

Færeyjar
25. ág. - 1. sept.
22.900

Brottför frá Seyðisifirði 18. ágúst kl. 12:00 og komið til Færeyja föstudaginn 19. ágúst kl. 05:00 Brottför frá Þórshöfn 31. ágúst kl. 18:00 og komið til Seyðisfjarðar 1. sept kl. 08:00.

Verð pr. mann miðað við að tveir bóki sig saman og gisti í kynjaskiptum 4m klefa (inn)
Innifalið: Sigling og gisting, einn húsbíll fyrir hverja tvo sem bóka í 4m klefa. Hámarkslengd er 7 metrar. Aukagjald umfram 7 metra húsbíls er kr. 4.800 pr. meter en ekki er greitt fyrir aukahæð. Aukalega á mann í 4m klefa (út) kr. 4.000. Aukalega á mann í 2m klefa (út) kr. 15.000 Ath: Takmarkað framboð á klefum

BETRI STOFAN

AUSTFAR

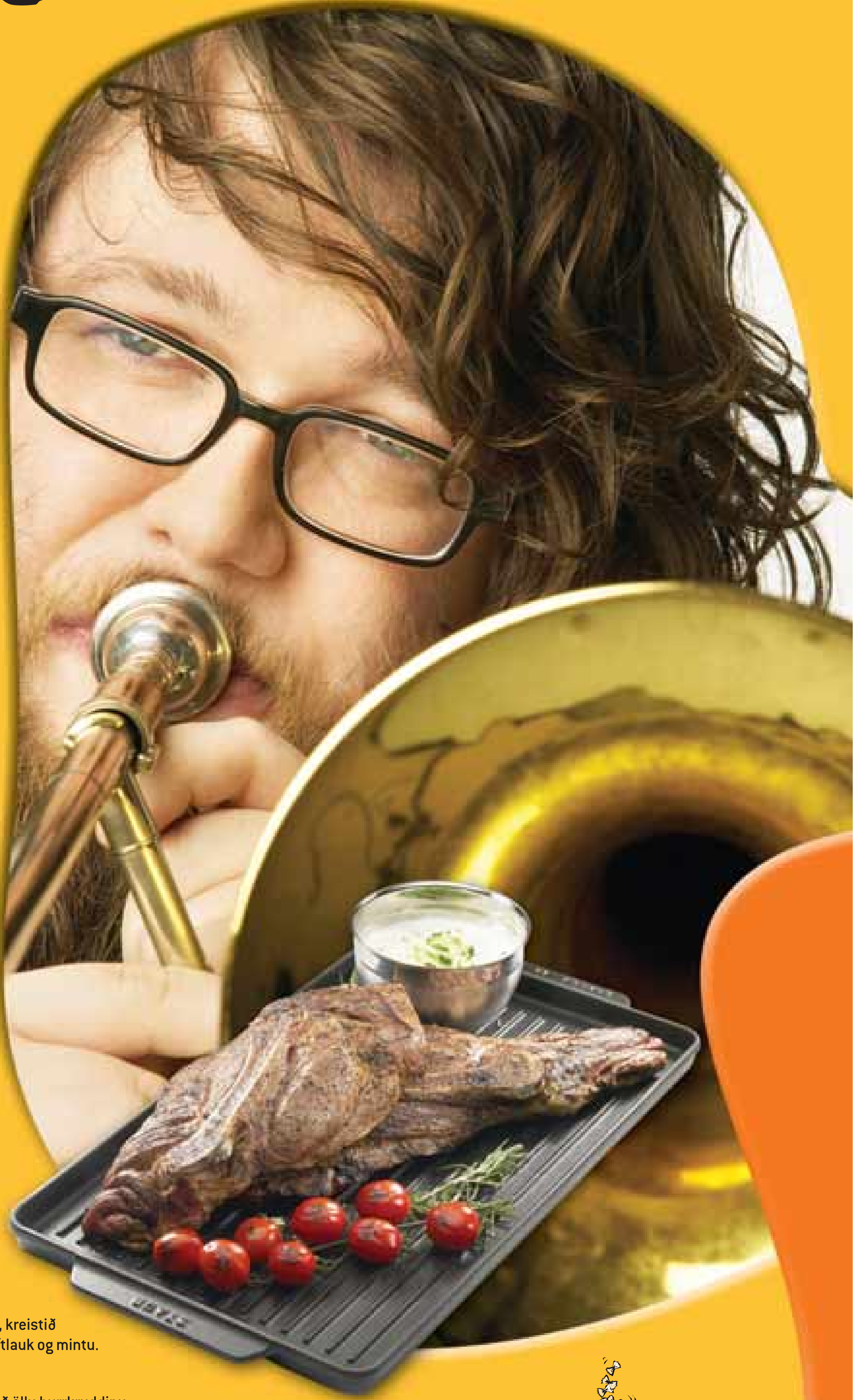
Fjarðargötu 8 • 710 Seyðisfirði • Sími: 472 1111
austfar@smyril-line.is • www.smyril-line.is

VISA

SMYRIL LINE ÍSLAND

Sætúni 8 • 105 Reykjavík • Sími: 570 8600 • Fax: 552 9450
www.smyril-line.is • email: info@smyril-line.is

Blásum til veislu



Básúnublásarinn, útsetjarinn, upptökustjórinn og síðast en ekki síst „Jagúarinn“ Samúel J. Samúelsson elskar lambakjöt en hafði þó aldrei dottið í hug sá möguleiki að kljúfa lærið „í herðar niður“. Honum finnst það frábær nýjung enda hentar það hans fjölskyldustærð mjög vel.

Langskorið lambalæri

(Lambalærið er sagað í tvennt langsum eftir beininu.)

Kryddblanda

1/2 tsk óreganó
1/2 tsk salvía
1/2 tsk paprikuduft
1 tsk sítrónupipar
1 tsk timjan
1 tsk rósmarín
1/2 bolli ólífuolía
safi úr hálfri sítrónu
salt og pipar

Skyrsósa

1 lítil dós hrært ósætt skyr
2 hvítlauksgeirar, pressaðir
1/2 agúrka, rifin á grófu rifjárni
10 fersk mintublöð, smátt söxuð
1/2 tsk salt

Stráið salti yfir rifnar agúrkurnar og látið standa í 3–4 mínútur, kreistið rifnu agúrkurnar lítillega og hrærið saman við skyrið ásamt hvítlauk og mintu. Látið sósuna standa í u.þ.b. klst. áður en hún er borin fram.

Biðjið kjötkaupmanninn að skera lambalærið langsum. Blandið öllu þurrkryddinu saman í skál, setjið ólífuolíuna og sítrónusafann saman við og hrærið. Nuddið blöndunni vel á lambalærið og látið það bíða í 1–2 klst. Setjið á grillið í u.þ.b. 9–10 mínútur á hvorri hlið, snúið því samt nokkrum sinnum svo það brenni ekki. Bragðbætið með salti og pipar. 1/2 lambalæri er tilvalið fyrir 2–3 í mat og einnig er mjög þægilegt að grilla lærið á þennan hátt þó svo að það séu fleiri í mat, það sparar tíma og gefur meiri skorpu.

lambakjöt – léttur réttur

Uppáhald íslensku þjóðarinnar
Fjöldi uppskrifta á www.lambakjot.is

Túristi í Reykjavík

Leiktu ferðamann í Reykjavík og framkvæmdu hluti sem þú hefur aldrei tíma til að gera.

Þótt þjóðin flykkist út í sveitir um verslunarmannahelgi fer þeim hóp fjölgandi sem kýs að eyða helginni í Reykjavík. Flestir sem það kjósa eru sammála um að borgin sé aldrei fegurri og yndislegri en akkúrat þessa helgi. Fyrir þá sem eru vanir að fara út úr bænum en langar til að prófa eitthvað nýtt þá koma hér nokkur góð ráð.

- Farðu í sund. Ef þú ferð í Vesturbæjarlaugina getur þú verið eins lengi og þig lystir í nuddtækinu, það mun enginn reka þig á brott þótt þú sért búin/n að fara tvisvar.

- Farðu hringinn í kringum Reykjavík á hjóli eða línuskautum og dragðu fjölskyldu og vini með. Fylltu bakpoka af ávaxtadjúsi og vertu búin/n að útbúa heimatilbúnar karamellur. Það mun án efa slá í gegn.

- Hringdu í gamlar frænkur og frændur sem ekki eru líkleg til að fara á Þjóðhátíð vegna aldurs og bjóddu þeim í ekta kaffiboð með heitu súkkulaði og rjómatertum.

- Farðu niður í bæ að degi til og skildu klukkuna eftir heima. Skoðaðu í bókabúðir, farðu á kaffihús og njóttu þín án þess að hafa áhyggjur af tímanum.

- Farðu með börnin eða ástina upp í Hallgrímskirkjuturn og blástu sápukúlur út um gluggana.

- Útbúðu veglega nestiskörfu með fylltum vatnsdeigsbollum, súkkulaðikökum og túnfisksamlokum. Settu alvöru kaffi á hitabrúsa og hitaðu mjólk og settu í hinn brúsann.

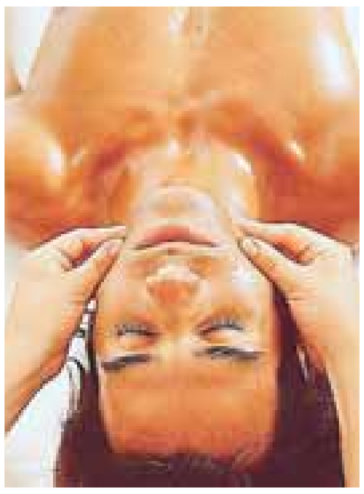
- Haltu partí. Bjóddu öllum innipúkum sem þú þekkir í teiti þar sem þú spilar bara uppáhaldslögin þín og býður upp á þína uppáhaldsdrykki. Þar sem lítið er um að vera er líklegt að fólk láti sig hafa það og stingi ekki af allt of snemma.

- Látt tengdó taka börnin með upp í sumarbústað og undirbúðu ástarhelgi fyrir makann. Farið í nudd, út að borða og endið kvöldið á hóteli í Reykjavík. Nú er rétti tíminn!

- Farðu í keilu

- Farðu í pikknik út í gróttu og leyfðu fjölskyldunni að svamla í sjónum, jafnvel þótt það sé rigning.

- Keyptu Playstationtölvu og Singstar og fáðu risamagnara lánaðan. Svo skaltu halda söngmaraþon á heimilinu og láta keppnina byrja á slaginu níu um morguninn. Vertu búin/n að kaupa fullt af vinningum við þitt hæfi og hættu ekki fyrr en þú ert búin að mala fjölskylduna í Singstar.



- Hreiðraðu um þig í garði nágrannans, grillaðu í garðinum hans og farðu í heita pottinn hans. Sjáðu lífið frá sjónarhorni nágrannans!

FOSSHÓTEL
Vinalegri um allt land

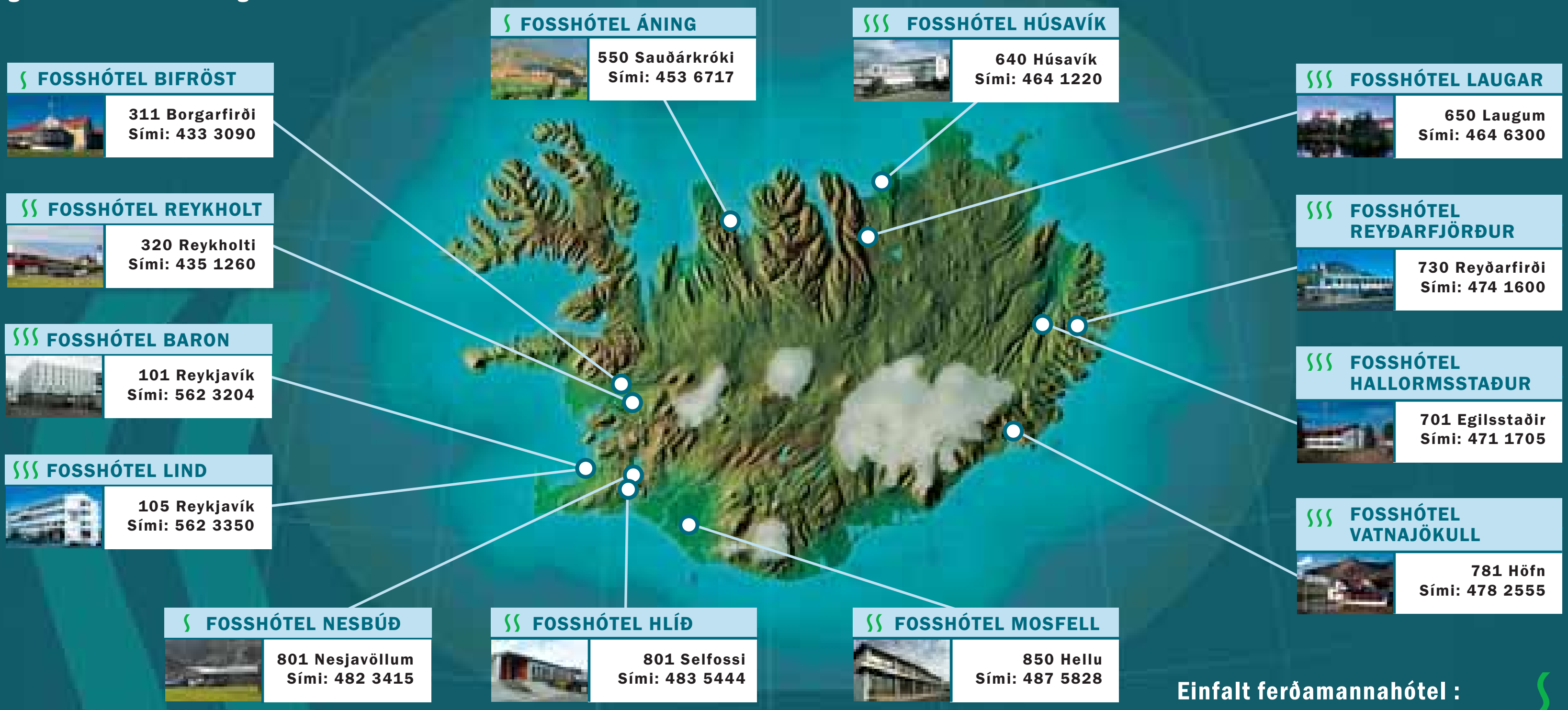
Veist þú ekki hvert þú átt að fara um helgina?
Hér er smá hjálp!

Ef þú kaupir 2 gistinætur eða fleiri, færðu **50% afslátt** af listaverði dagana 26. júlí til 05. ágúst.

Þetta þurfa ekki að vera samfelldar nætur eða gisting á sama hóteli

Verð frá kr. 6.600.- fyrir tvo í tveggjamanna herbergi með morgunmat. Eitt barn undir 12 ára gistir frítt í fylgd með fullorðnum.

Fosshótelin 13 eru á útvöldum stöðum víða um land, hvert með eigin sérkenni, en eiga þó öll sameiginlegt að bjóða upp á úrvalsmat og fjölbreytta og góða gistiaðstöðu í notalegu umhverfi.



Vinsamlegast hafið samband vid söluskrifstofu varðandi frekari upplýsingar og bókanir.
Sími: 562 4000 • fax: 562 4001 • Netfang: bokun@fosshotel.is • www.fosshotel.is

Einfalt ferðamannahótel :
Ferðamannahótel:
Notalegt ferðamannahótel:

allt fyrir
góða helgi

opið í öllum
verslunum 10-11 um
verslunarmannhelgina

10-11
...þegar þér hentar

www.10-11.is

verslunarmannahelgin mín }

EDDA BJÖRGVINSDÓTTIR

MYGLUÐ FLATKAKA ÁLITIN HASSKAKA

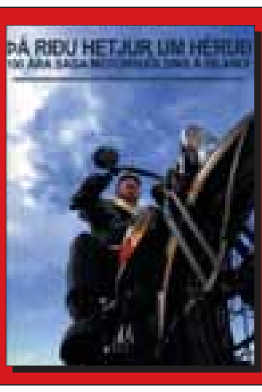
Eftirminnilegasta verslunarmannahelgin mín var þegar fjölskyldan sameinaðist hjá dóttur minni á Hellu árið 2002. Þar voru samankomnir allir þeir sem mér þykir vænst um. Allir voru í einhverjum æsingi á einhverjum hátíðum en við vorum í miklum notalegheitum í garðinum á Hellu. Það fyndnasta sem gerðist þá helgina, sem annars var róleg, var sagan sem ég heyrði um að lögreglan hafði gengið berserksgang í bakpoka hjá fjölskyldu á útihátíðinni á Galtalæk og tók hana alla fasta. Það fannst mygluð, græn flatkaka í bakpokanum hjá einu barnanna í fjölskyldunni og taldi lögreglan að þarna hefðu þeir fundið feita hassköku og var næstum kallað á Víkingasveitina til að stöðva dópsmyglið.

Sólheimar
Sýningin hugur og hönd, kaffihúsið Græna kannan, Verslunin Vala og söguskoðanir um verslunarmannahelgina. Kirkjan og Sesseljuhús verða einnig opin

FYLGSTU MEÐ!
SIRKUS

Golfvöllurinn Ásatúni
Veitingaskáli og glæsilegur golfvöllur rétt sunnan við Flúðir.
Njótið ykkar í sumarblíðunni
Opið 10:00-22:00 virka daga og 10:00-24:00 um helgar.
Verið velkomin.

FASTEIGNASALA SUÐURLANDS


ÞÁ RIÐU HETJUR UM HÉRUÐ
100 ára saga mótorhjólsins á Íslandi
Ekki bara bók.– heldur lífsstíll!
Nú á sérstöku tilboðsverði í öllum betri bókabúðum.

olís
Verslunin Borg
Grímsnesi
s; 486 - 4408
Matvara - eldsneyti - gas
Opið allt árið um kring,
sumartími ; 10 - 22
vetrartími ; 10 - 18

Nesbær-Kaffihús
Opið alla helgina
Nesbær Egilsbraut 7, Neskaupstað s: 477-1115

Vaglaskógur um verslunarmannahelgina

- Lifandi tónlist
- varð eldur
- grill
- sveppakynning

Raveonettes.

Tryllt tónlistarhátíð á Nasa

Innipúkinn verður haldinn á Nasa dagana 30. – 31. júlí. Fjöldi þekktra sem og minna þekktra tónlistarmanna mun koma fram og skemmta íslenskum innipúkum sem ekki treystu sér í útilegupakkann. Listamennirnir eru yfir 30 talsins og er ekki úr vegi að kynna nokkra af þeim betur fyrir íslenskum tónlistarunnendum.

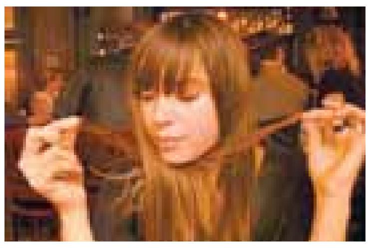
Donna mess.

Raveonettes

Margir ættu að kannast við parið en þetta eru þau Sun Rose Wagner og Sharin Foo frá Kaupmannahöfn. Þau spila hrátt stíliserað bílskúrsrokk. Í uppvextinum hlustaði Wagner aðallega á Bob Dylan, Bítlana og Velvet Underground og litar það eflaust tónlistina sem hann spilar. Dúettinn ákvað frá byrjun nokkrar reglur fyrir sína fyrstu plötu. Öll platan yrði spiluð í B-Moll, einungis þrír hljómar skyldu notaðir og öll lögin yrðu að vera minna en þrjár mínútur að lengd. Útkoman varð platan Whip It On og síðan hafa þau gefið út plöturnar The Chain Gang of Love og Pretty In Black.

Cat Power

Hún heitir í alvörunni Chan Marshall og er söngkona og lagahöfundur frá Suðurríkjunum. Hún hætti í menntaskóla, fór til New York og hóf feril sinn sem söngkonan Cat Power. Í NY kynntist hún Steve Shelley sem trommar fyrir Sonic Youth og Tim Foljahn gítarleikara í Two Dollar og samþykktu þeir að spila undir hjá henni. Hún gaf út sína fyrstu plötu árið 1995 og hefur síðan þá gefið út fjórar plötur og hafa þær allar fengið góðar viðtökur gagnrýnenda. Hún leikur þunglyndislegt indie rokk og er víst með undursamlega og afar sérstaka hráa og hása rödd. Hún á eflaust eftir að heilla marga upp úr skónum á Innipúkanum.



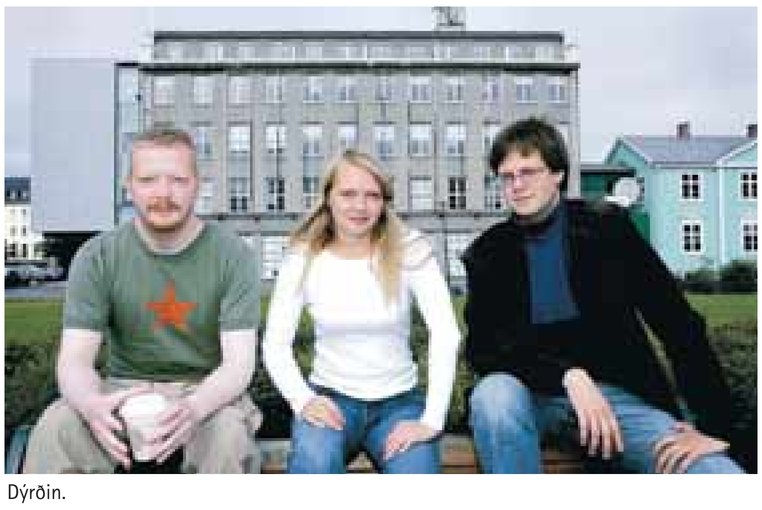
Cat Power.

Donna mess

Stelpusveit sem spilar hráa og harða tölvutónlist og hefur meðal annars verið líkt við söngkonuna Peaches. Sveitin er skipuð þeim Björgu Sveinbjörnsdóttur, Söru Gunnarsdóttur og Iðunni Andersen. Stúlkurnar eru allar á tuttugasta og þriðja aldursári og stunda tvær nám í Listaháskóla Íslands og ein í Háskóla Íslands. Þær eru nýjar á íslenska hljómsveitarmarkaðnum en þó virðist það ekki hafa tekið þær langan tíma að vekja athygli á sér því nú þegar hafa þær hitað upp fyrir hljómsveitina Trabant á útgáfutónleikum hennar.

Nortón

Sveitin er skipuð hressum strákum sem eru útskrifaðir úr Menntaskólanum í Hamrahlíð. Þeir hafa ekki gefið neitt efni út ennþá en lögin Bankastræti nr. 0 og Rokkum meira en Mínus hafa gert góða hluti á veraldarvefnum. Strákarnir eru þekktir fyrir að halda sveitta og fönkaða tónleika og minna að vissu leyti á hljómsveitirnar Jagúar, Kraftwerk og Hot Chip. Það ætti að vera auðvelt að hrista rassinn við þeirra tóna á Nasa um helgina.



Dýrðin.

Byltan

Fyrr voru strákarnir þekktir undir nafninu Blúsbyltan en spila nú melódískt rokk og styttu nafnið í Byltan. Margir ættu að kannast við lagið Enginn lúxus sem hefur heyrst í útvarpinu. Strákarnir hafa spilað saman í tvö ár og spila einungis frumsamið efni. Þeir eru svo að vinna í upptökum og vonandi er ekki langt í þeirra fyrstu plötu. Þetta eru hressir strákar og ætti engum að leiðast þegar þeir stíga á stokk á Nasa.

Vonbrigði

Hljómsveitin starfaði á árunum 1981-85 en tók nýlega saman á ný og hélt sína fyrstu tónleika í 19 ár. Skömmu síðar gáfu þeir félagar út 17 laga geisladisk sem bar heitið Eðli annarra og var þetta þeirra þriðja plata. Sveitin er skipuð þeim Jóhanni Vilhjálmssyni, Gunnari E. Knudsen, Þórarni Kristjánssyni, Árna Kristjánssyni og Halli Ingólfssyni.

Dýrðin

Þessi hljómsveit hefur spilað saman í hvorki meira né minna en ellefu ár. Þetta eru þau Hafdís, Einar, Magnús, Þórarinn og Vala en þau tvö síðastnefndu vantar á myndina. Sveitin fór þó í langt frí árið 1995 en árið 2003 tók hún saman aftur. Að eigin sögn spilar hún svokallað Nintendo rokk en ástæðan fyrir því er sú að þau hafa einungis notast við trommuheila og myndast þá stemning í anda tölvuleikjanna gömlu. Þau halda út í september og spila á tónleikum í Bandaríkjunum.

Auk þessara listamanna koma fram Blonde Redhead, Jonathan Richman, Hjálmar, Trabant, Mugison, Apparat, Hudson Wayne, Dr. Gunni, Skátar, Reykjavík!, Rass, Dr. Spock, Brim, Singapore Sling, Bob Justman, Lake Trout, Ampop, Störsveit Nix Noltes, Helgi Valur, Lára, Úlpa, Tonic, Bacon, Helvar, Þórir, NineElevens, KGB og Dj. Slimbuck

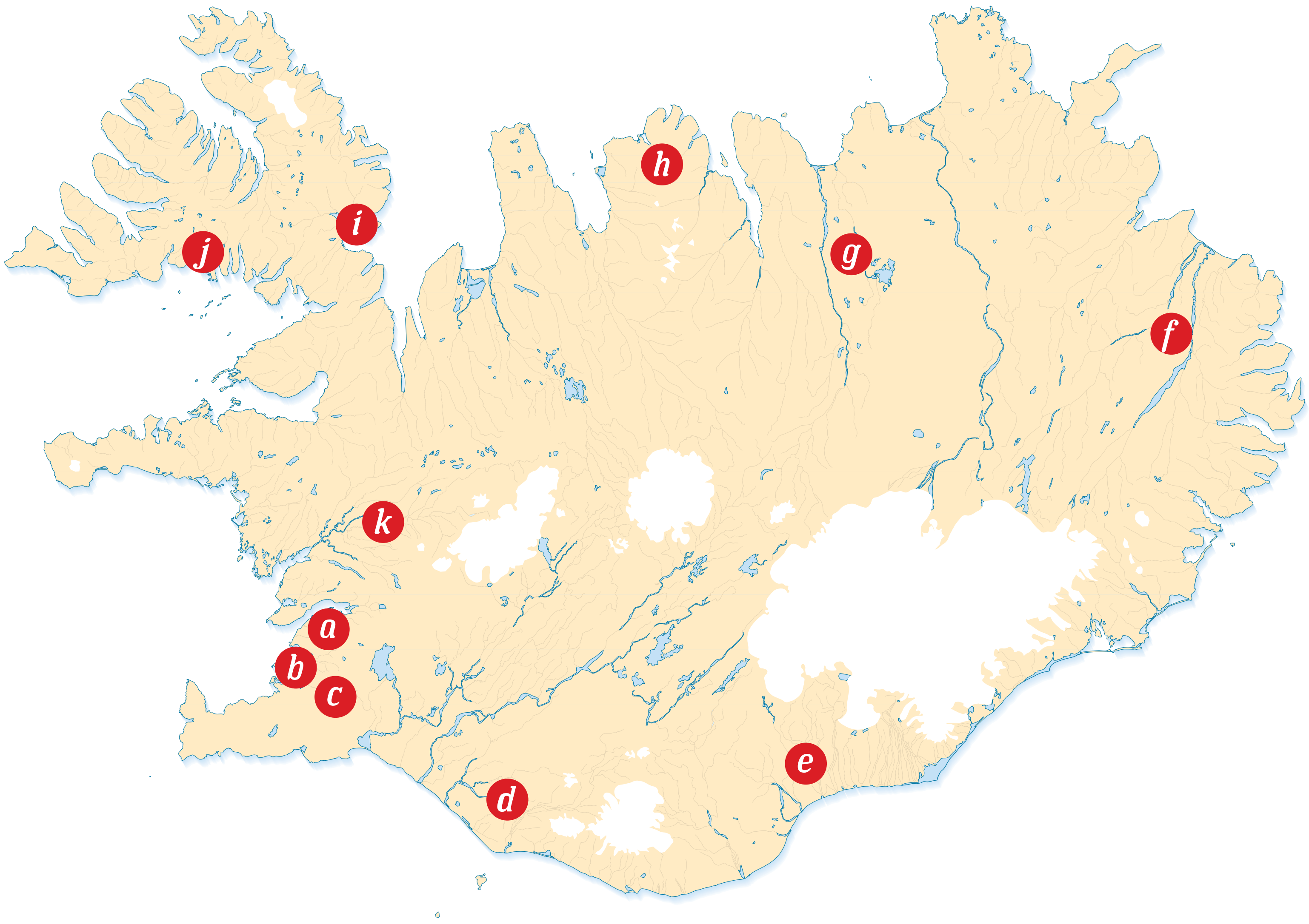
BÓNUS · Coca-Cola · 10-11 ...þegar þér hentar · EIMSKIP GREIÐ LEIÐ · KJARNAFÆÐI · HAGKAUP Skemmtilegast að versla

Framkvæmdir um verslunarmannahelgina

Hvar má búast við töfum á umferð vegna viðhalds og nýlagninga vega?

a)Vesturlandsvegur
b)Gatnamót Miklubrautar og Kringlumýrarbrautar
c)Svínahraun
d)Austur-Landeyjar
e)Eldvatnsbotnar
f)Egilsstaðir
g)Mývatn
h)Lágheiði
i)Drangsnesvegur
j)Vestfjarðavegur
k)Húsafell

Venjulega miðar Vegagerðin við að litlar framkvæmdir séu um Verslunarmannahelgina. Þó má búast við því að einhverjar tafir verði í vegakerfinu þar sem stórframkvæmdir eru í gangi. Ökumenn gætu einnig þurft að hægja á sér á vel völdum stöðum vegna þess að klæðning er sums staðar nýlögð og því laus í sér. Samkvæmt upplýsingum frá Vegagerðinni er að sjálfsögðu reynt að halda öllum töfum í lágmarki enda mikið öryggisatriði að umferðin gangi vel fyrir sig. Ökumenn þurfa að hafa í huga að fara sérstaklega varlega þegar ekið er um vegi þar sem framkvæmdir standa yfir, þar sem einhverjar tafir eru á umferð. Óreglulegur hraði býður upp á hættur og best að taka öllu með ró. Varast verður æsing og muna að bíllinn fer ekki hraðar þótt fólk bölsótist út í framkvæmdirnar.



Kaldur alla helgina!

Þegar þú verslar í matinn hjá okkur þá færðu kælibox með*

* kælibox fylgir með þegar þú kaupir 2 frosna kælikubba

Sími 575 2200 Fax 575 2210 www.gg.is Skútuvogi 4 104 Reykjavík

Gripið & greitt MIKIÐ FYRIR ALLA

ÞJÓÐHÁTÍÐ05
ÞJÓÐHÁTÍÐÍEYJUMALVÖRUÚTIHÁTÍÐ
TRABANT SKÍTAMÓRALL BUBBI
DANS Á RÓSUM HÁLFT Í HVORU
GRAFÍK Í SVÖRTUM FÖTUM
BREKKUSÖNGUR BRENNA FLUGELDASÝNING
VELKOMIN Á ÞJÓÐHÁTÍÐ
Góða skemmtun!
TUBORG
LÉTTÖL
PEPSI
SKJÁREINN
Esso

Prímus, klósettpappír og súkkulaði

Það væri synd að gleyma því mikilvægasta þegar komið er út í sveit og gleðin er rétt að byrja. Hér eru nokkur atriði sem er nauðsynlegt að hafa með.

tjald og tilheyrandi

Hér er að sjálfsögðu átt við svefnpoka og dýnur eða vindsæng. Margir munu kannski draga tjaldvagninn á eftir sér í staðinn eða keyra um með heljarinnar kuðung á bakinu. Velur hver fyrir sig. Við skulum ekki nefna nein hótel hér því hótelgisting telst nú varla til útilegu.

föt og skór til skiptanna

Fyrir allt veðurfar! Við búum jú á Íslandi og höfum enga ástæðu til bjartsýni. Rétt er að búast við rigningu, snjó, vindum eða jahh...sól?? Allt gæti gerst.

gott teppi

Mjög þægilegt er að leggja teppi ofan á dýnurnar í tjaldinu rétt til þess að einangra aðeins betur frá kuldanum í jörðinni. Einnig getur teppið nýst á kvöldin þegar setið er við varðeld. Þá er gott að geta kúrt sig saman undir teppi, jafnvel í rómantískum fíling.

söngbækur

Það er gaman að syngja saman bæði á leiðinni í útileguna og í útilegunni. Gott getur reynst að taka gítar með í för og þá helst líka einhvern sem kann á gítarinn. Skátasöngvarnir klikka aldrei.

súkkulaði

Það er ekki alltaf hægt að bera með sér nesti fyrir allan hópinn þegar farið er í litla göngutúra í útilegunni. Eitt lítið súkkulaðistykki á mann getur gert undur í gönguferðum úti í náttúrunni. Orkubiti í sinni tærustu mynd.

klósettpappír

Já, stundum kallar þörfin þegar síst er von á og nauðsynlegt er að fara á bak við stein og gera þarfir sínar. Þá er ekki vinsælt að skítug laufblöð séu það eina sem er við höndina.

lopapeysa

Það er sama hvað gengur á, alltaf er lopapeysan hlý. Hvort sem hún er gegnvot eða skraufþurr heldur hún hita á kroppnum. Gott er að hafa aðra fjölskyldumeðlimi lopafjölskyldunnar með eins og lopavettlinga, hosur og húfu. Klikkar aldrei.

vatnsbrúsi

Það gefst ekki alltaf færi á að fá gott og hreint vatn og því getur reynst sniðugt að hafa með sér einn stóran dunk og fylla þegar tækifæri gefst. Það getur verið gott að eiga vatnsslurk þegar það eina sem maður finnur er lítill og ryðgaður krani hjá gömlum kamri úti í buska.

vasaljós eða lukt

Ekki búast við neinum ljósrofa eða ljósastaurum úti í náttúrunni. Oft er það ekki fyrr en myrkrið er skollið á sem maður fattar hvað það gæti verið óskaplega gott að hafa eitt stykki vasaljós með sér. Ekki gleyma því.

eldspýtur eða kveikjari

Þarftu að kveikja á prímusnum, í varðeldinum eða ertu jafnvel týndur uppi á fjalli og þarft eitthvað til að kveikja í neyðarblysinu með? Eldspýtur eða kveikjari eru klárlega nauðsyn í útileguna.

prímus og ferðagrill

Nauðsynlegt til þess að útbúa fábrotna máltíð fyrir fjölskylduna. Grillið er upplagt í að elda kvöldmatinn en prímusinn hentar til að ylja sér á daginn. Gott er að hafa bollasúpu eða „instant“ súpur með sér eða bara slatta af haframjöli því hvað er betra en hafragrautur í mallann? Mjög íslenskt og hentar stórfenglega til átu í íslenskri sveit.

lögin sem þú verður að kunna }

Hjálpaðu mér upp með Ný dönsk Hér verður trúbadorinn að slá í gegn með lýtalausum flutningi á þessu klassíska lagi. Ef vel tekst til við flutninginn ætti gítarleikarinn að eiga salinn og náðuga stund með áheyrendum sínum.

Stál og hnífur með Bubba Morthens Ef þetta lag er ekki til í handraðanum er alveg eins gott að sleppa því bara að vera með gítar. Textinn svo einfaldur og gripin með að þetta lag er algjör skylda.

Sirkus Geira Smart með Spilverkinu Vissulega mjög erfitt lag en þegar rólegheitin eru kannski farin að ná yfirtökunum getur gítarleikarinn sprengt alla skala með góðum flutningi.

Svartur Afgan með Bubba Morthens Það er aðeins einn galli við þetta lag og hann er sá að flestir kunna fyrstu línuna en svo ekkert meir. „Hlusta á Zeppelin og ferðast aftur í tímann.“ Þeir sem ætla að verða stjörnur verslunarmannahelgarinnar verða því að fara í Bubbasafnið og læra afganginn.

Fjöllin hafa vakað með Egó Gott rokklag og hægt er að sleppa sólóinu. Ef fólk tekur ekki undir í þessu lagi, pakkaðu gítarnum þá niður og farðu eitthvert annað. Þetta partí er dautt.

Draumur um Nínu með Stefáni og Eyfa „Núna ertu hjá mér“ og svo er hópurinn látinn syngja „Nína!“ og þetta er komið. Hér eftir og það sem eftir lifir af helginni verður þér og bara þér treyst fyrir gítarnum. Þú ert stjarna verslunarmannahelgarinnar.

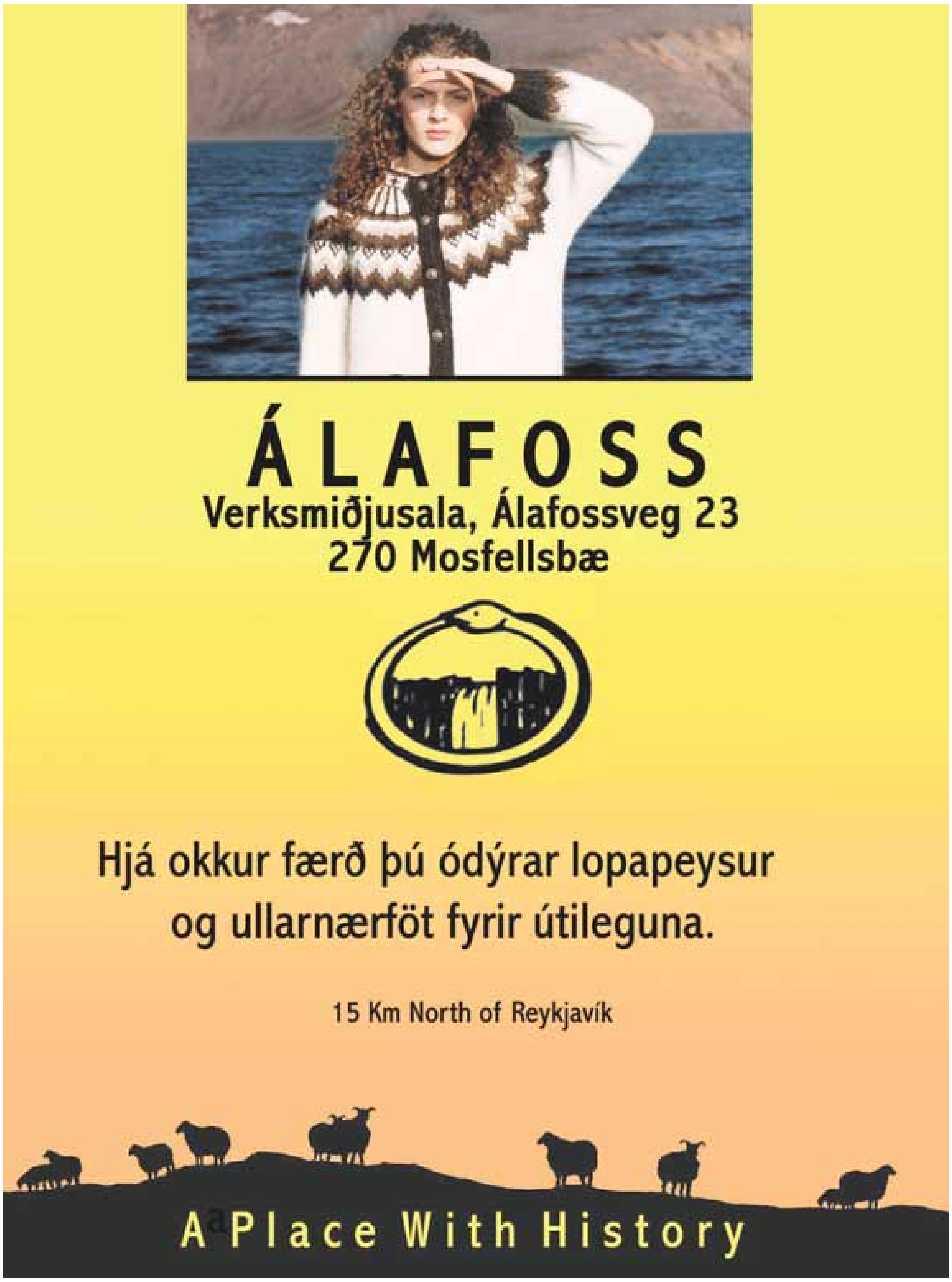
Vegbúi með KK Undurblítt lag sem gott er að enda á. Flestir kunna textann og það færist ró yfir mannskapinn. Ekki ólíklegt að fólk fari að skríða ofan í svefnpokann þegar þessu lagi er lokið.

Popplög í vasann

Þegar lagt er af stað út úr bænum er nauðsynlegt að vera með alla texta á hreinu. „Í útileguna“ er röð bóka þar sem textar og hljómar frægra hljómsveita eru sýndir.

Tíu söngbækur í röðinni „Í útileguna“ eru tilvaldar í gleðina um verslunarmannahelgina en það er Greifinn Kristján Viðar Haraldsson sem stendur fyrir útgáfunni. Hver bók er tileinkuð einni hljómsveit eða flytjanda og í henni má finna 15 texta með viðeigandi gítargripum og merkjum um hvar eigi að skipta. Fyrir þá sem ekki kunna gripin er mynd af þeim á opnunni. Röðin kallast „Í útileguna“ af augljósum ástæðum. Bækurnar átta sem þegar er búið að gefa út innihalda lög Bítlanna, Sálarinnar hans Jóns míns, Stuðmanna, Írafárs, Rolling Stones, Greifanna og Papanna og þá eru einnig komnar út bækur með jólalögum og að sjálfsögðu einkennislögum Þjóðhátíðar í Eyjum. „Það hafa verið til svona bækur en ekki með þessum seinni tíma popplögum. Í flestum tilvikum hafa hljómsveitirnar unnið þetta með okkur og haft svolítið um þetta að segja,“ segir Kristján Viðar og bendir á að bækurnar megi nota sem leið til þess að læra gripin á gítar. „Í flestum bókunum er að finna einhver lög sem eru það auðveld að allir geti spilað þau strax,“ segir hljómborðsleikarinn, sem getur sjálfur hugsað sér að reyna að læra fyrstu handtökin á gítar með bókunum.

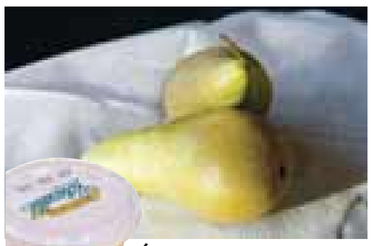
Að hafa með sér söngbók á útihátíð er nánast jafn sjálfsagt og að taka með sér mat og gott tjald.



Það er einfalt og fljótlegt að grilla grænmeti og svo bragðast það svo vel.

Gourmet matarveislur í sveitinni

Hvernig er hægt að útbúa dásamlegar matarveislur án þess að það kosti of mikla fyrirhöfn og hollustan sé í fyrirrúmi? Hér eru nokkrar góðar hugmyndir fyrir útileguna og sumarbústaðaferðina.



Útilegan

Matur skipar alltaf stóran sess í lífi fólks og flestir vilja hafa það sérlega náðugt í mat um verslunarmannahelgi. Það er alveg sama hvort fólk er á leið í hefðbunda útilegu, á útihátíð eða í sumarbústað. Margir eiga það til að missa sig í mikið matarsukk þegar farið er upp fyrir Ártúnsbrekkuna. Fyrir þá ferðalanga sem langar til að lifa nokkuð heilsusamlegu lífi er mælt með að taka með sér nesti og útbúa það sjálfur. Þá erum við ekki að tala um stæðurnar af brauði með kæfu heldur er hægt að gera svo margt sniðugt ef hugmyndafluginu er gefinn laus taumurinn. Ef þú ert á leið í útliegu er afar mikilvægt að hafa kælibox, prímus og ferðagrill meðferðis. Fylltu kæliboxið af klaka og settu í það nóg af skyri, mjólk, sódavatni, kotasælu, rúkkólasalati, tómötum, gulrætum og öðru grænmeti.

Skerðu bökunarkartöflur í báta og settu þær beint á grillið. Það gefur kartöflunum nýtt líf.

Fylltar pönnukökur í ferðalagið

Smyrðu mexíkanskar pönnukökurnar með kotasælu og settu örlítið af sætu sinnepi yfir. Því næst er kjúklingaskinka eða hamborgarhryggur sett yfir kotasælu og sinnep ásamt rúkkólasalati, tómötum og papriku. Vefðu pönnukökunum upp og pakkaðu þeim inn í álpappír og geymdu þær í kæliboxinu. Þess má geta að í kæliboxi geymast rúllurnar mjög vel.

Ferðagrillið er mikilvægt enda sérlega auðvelt að matbúa á því. Marineraðu kjúklingaleggi eða kjöt áður en þú ferð að heiman. Ekki kaupa kjöt sem er vakúmpakkað í kryddlegi því það innihaldur oft fullt af óæskilegum aukefnum. Það er líka voða gott að grilla tilbúin íslensk grænmetisbuff. Einnig er sniðugt að marinera rófur, sætar kartöflur og annað grænmeti og skella því á grillið sem meðlæti.

Kryddlögur fyrir kjúkling

4 msk matarolía
2 msk af arabísku kjúklingakryddi frá Pottagöldrum.
2 msk af hnetu-eða möndlukurli
2 msk maldon salt
2 msk nýmalaður pipar

Blandaðu öllu saman í skál. Settu kjúkling í plastpoka og helltu blöndunni yfir og láttu marinerast í sólarhring.

Sumarbústaðurinn

Mikilvægt er að hafa kælibox meðferðis, sérstaklega ef þú þarft að keyra langa vegalengd í bústaðinn. Það er mjög ljúffengt að grilla lax eða silung. Gott er að setja fiskinn í álpappír og leyfa honum að marinerast yfir nótt. Byrjaðu á því að strá maldon salti yfir fiskinn ásamt pipar og paprikudufti. Svo skaltu smyrja mango chutney yfir og setja nokkrar klípur af rjómaosti yfir. Þetta er alveg himneskt. Hafðu grillaðar kartöflur með. Skertu bökunarkartöflur í báta, kryddaðu með uppáhaldskryddinu þínu og settu beint á grillið. Með þessu er líka gott að hafa fyllta tómata.

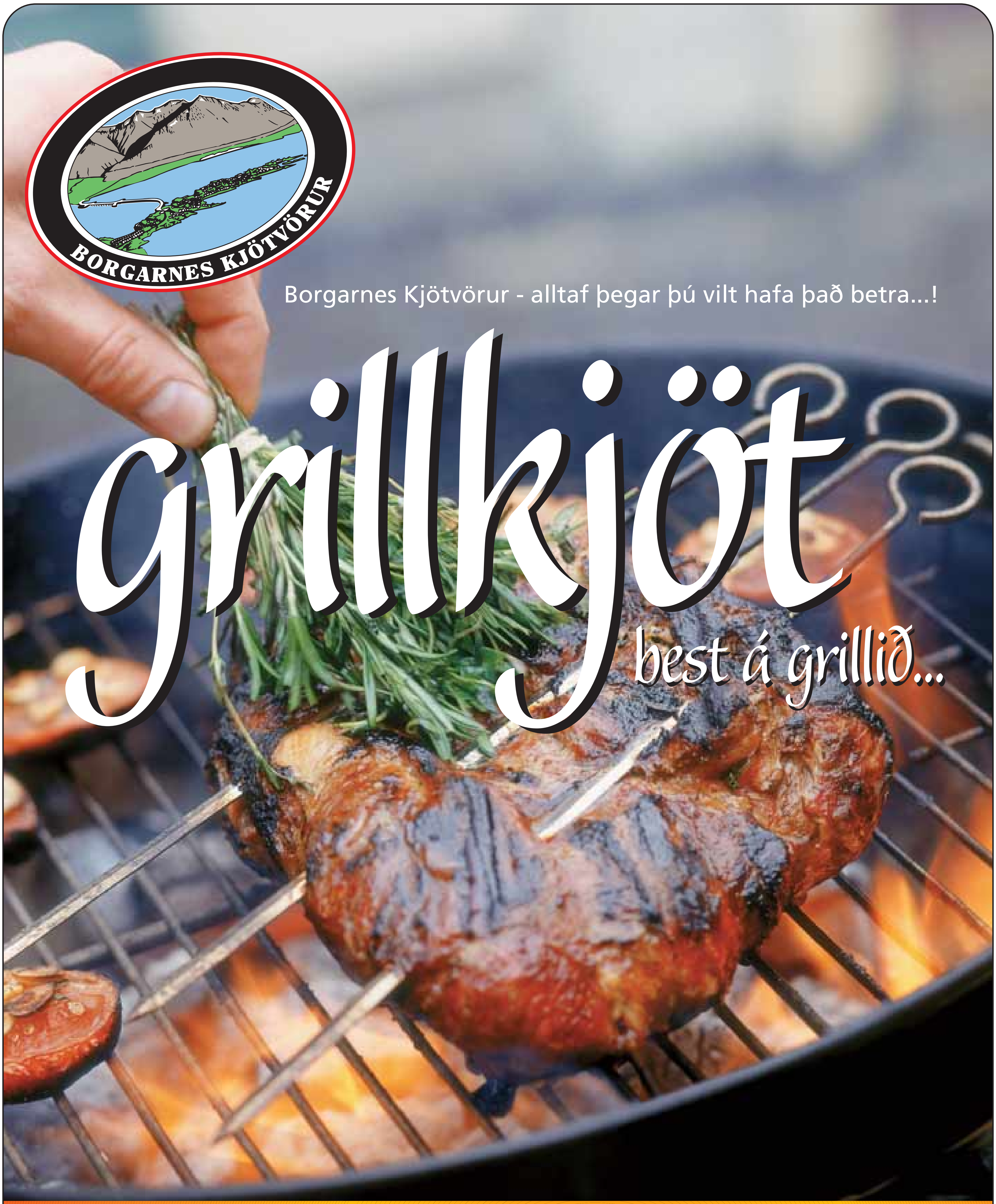
Fylltir tómatar fyrir fjóra

8 tómatar
1 brokkólíhaus
5 sveppir
Ferskt timian eftir smekk
2 msk kotasæla
3 msk fetaostur

Skerðu brokkólí niður í bita og steiktu á pönnu ásamt niðurskornum sveppum. Þegar allt er orðið brúnað er það sett í matvinnsluvél ásamt timian, fetaosti og kotasælu. Hatturinn er

skorinn af tómötunum og innihaldið hreinsað úr og pestóinu komið fyrir í staðinn. Þetta er sett á grillið í sjö-tíu mínútur. Ef það er afgangur af pestóinu er gott að hafa það með fiskinum.

Taktu með þér nóg af salati.



FRAMLEIÐANDI: BORGARNES KJÖTVÖRUR

SÍLDARÆVINTÝRI

Hvar: Siglufjörður.

Hverjir: ÓB kvartett ásamt Helenu Eyjólfs, Örvar Kristjánsson ásamt félögum, Heba, Von, Tvöföld áhrif, Karíus og Baktus og félagar úr Ávaxtakörfunni.

Hvernig: Á einkabíl eða með flugi eða rútu frá BSÍ til Akureyrar.

Verð: Verð: Ókeypis er inn á svæðið. Mikið er um ókeypis dagskrárliði en einstaka viðburðir krefjast aðgangseyris.

Heimasíða: www.siglo.is

KÁNTRÝHÁTÍÐ

Hvar: Skagaströnd

Hverjir: Viðar Jónsson og Hljómsveitin Sixties.

Hvernig: Á einkabíl eða með rútu frá BSÍ til Blönduóss eða fljúga til Sauðárkróks.

Heimasíða: www.kantry.is

SÆLUDAGAR

Hvar: Vatnaskógur

Hvað: Söngvakeppni barna, fánahylling, bænastundir, kvöldvökur o.fl.

Hverjir: Páll Rósinkrans, Helga Braga Jónsdóttir, Gospelkór KFUM og KFUK, Örn Árnason og Pétur Ben

Hvernig: Á einkabíl eða taka rútu frá BSÍ til Borgarness.

Verð: 2.000 krónur en frítt fyrir 13 ára og yngri í fylgd með fullorðnum.

Heimasíða: www.kfum.is

FJÖLSKYLDUFJÖR

Hvar: Útilífsmiðstöð skáta á Úlfljótsvatni

Hvað: Ekki er um eiginlega hátíð að ræða en á staðnum er skemmtileg aðstaða fyrir fjölskylduna: Vatnasafari, bátaleiga, þrautabrautir, hoppukastalar, kassabílar, sundlaug o.fl.

Verð: Greiddar eru 3.500 krónur fyrir hvert tjald frá föstudeginum en 2.500 krónur frá og með laugardeginum.

Hvernig: Hvernig: Á einkabíl.

Heimasíða: www.ulfljotsvatn.is

INNIPÚKINN

Hvar: Nasa í Reykjavík

Hvað: Tónlistaruppákomur

Hverjir: Jonathan Richman, Cat Power, Apparat Mugison, Dr. Gunni, Singapore Sling, The Ravenottes, Blonde Redhead, Trabant, Hjálmar, Skátar, Hudson Wayne, Norton o.fl

Verð: 3.900 krónur fyrir báða dagana og 2.900 krónur fyrir annan daginn.

Heimasíða: www.innipukinn.com

ÞJÓÐHÁTÍÐ Í EYJUM

Hvar: Vestmannaeyjar

Hverjir: Skítamórall, Leoncie, Í svörtum fötum, Hálft í hvoru, Hoffman, Oxford, Bermuda, Raggi Bjarna og Þorgeir Ástvaldsson, Hálft í hvoru ásamt Gylfa Ægis, Grafík, Trabant, Hálsull, Bubbi Morthens og fleiri.

Hvernig: Landsflug og Flugfélag Vestmannaeyja eru með loftbrú milli lands og Eyja. Herjólfur frá Þorlákshöfn, Rútur og bekkjabílar eru í ferðum allan sólarhringinn innan Vestmannaeyja.

Verð: Verð: 9.900 kr. Verð í forsölu var 8.500 kr. á www.midi.is. Verð á sunnudeginum er 4.000 kr. en börn yngri en 14 ára og ellilífeyrisþegar fá ókeypis aðgang.

Heimasíða: www..dalurinn.is

ORKAN BENSÍN

ALLS STADAR ÓDÝRAST

Verslunarmannahelgin 2005

EIN MEÐ ÖLLU

Hvar: Akureyri

Hverjir: Sálin hans Jóns míns, Nylon, Ný dönsk, Hjálmar, Ég, Rúnar Þór, Davíð Smári, Stjórnin, Nilfisk, Hölt hóra, Appolo, Múskat, Papar, Stuðmenn, Sixties og fleiri.

Hvernig: Á einkabíl, með flugi eða rútu frá BSÍ.

Staðir: Á Ráðhústorginu, KA-heimilinu, Akureyrarvelli, í Sjallanum og Dátanum og á velflestum skemmtistöðum bæjarins.

Neyðaraðstoð: Neyðarsími er 112 ef ná þarf í lögreglu, sjúkrabíl eða slökkvilið. Neyðarmóttaka fyrir fórnarlömb nauðgana er á slysadeild FSA, sími 4630800 og hjá Aflinu, systursamtökum Stígamóta á Norðurlandi í síma 4615959. Neyðarathvarf fyrir fórnarlömb kynferðisofbeldis verður í Húsinu, þjónustu og upplýsingamiðstöð ungs fólks að Hafnarstræti 73.

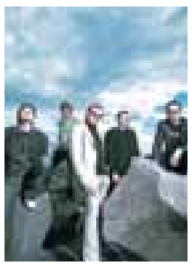
Heimasíða: www.akureyri.is

Akureyri

NEISTAFLUG

Hvar: Neskaupstaður

Hverjir: Gunni og Felix, Birta og Bárður, Jóhannes eftirherma Kristjánsson, Tóti tannálfur, Sölvar súri, Sykurpúðar, Out loud, Dichmilch, Jón Ólafsson, Sálin hans Jóns míns o.fl.



Hvernig: Á einkabíl eða taka flug eða rútu frá BSÍ til Egilsstaða.

Verð: Frítt inn á svæðið og inn á tjaldstæði.

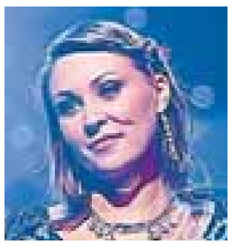
Heimasíða: www.neistaflug.is

BINDINDISMÓTIÐ Í GALTALÆK

Hvar: Galtalækur

Hvað: Fjölskylduhátíð.

Hverjir: Á móti sól, Bermuda, Hæsta hendin, Stingandi strá, Hildur Vala, Birta og Bárður, Helgi Valur, Athygli. Einnig verða barnadansleikir, poppmessa með séra Pálma Matthíassyni og Ragga Bjarna.



Hvernig: Á einkabíl.

Verð: Miðar til forsölu í verslunum Hagkaupa. Fullorðinsmiði kostar 5.800 kr. og unglingamiði kostar 4.800 kr. en frítt er fyrir tólf ára og yngri.

Heimasíða: www.galtalaekur.is

UNGLINGALANDSMÓT UMFÍ

Hvar: Vík í Mýrdal

Hvað: Kvöldvökur, leikir, gönguferðir flugeldasýning og ýmislegt fleira

Hverjir: Á móti sól og Svitabandið, Hildur Vala, Nudist Colony, The Queers, The Primus, Fritz von Blitz, the Lost Toad og Ísafold.

Hvernig: Á einkabíl eða með rútu frá BSÍ.

Verð: Ókeypis inn á svæðið en þáttökugjald er 4500 krónur.

Heimasíða: www.ulm.is

AÐRAR HÁTÍÐIR UM HELGINA

Hlíðardalsskóli í Ölfusi:
Félagið Heilsa og forvarnir stendur fyrir heilsusýningu milli klukkan 14.30-16.30. Almenningi gefst færi á að taka þátt í sýningunni og kanna ýmsa þætti sem varðar heilsufar.

Árnes í Skeiða- og Gnúpverjahreppi:
Félag harmonikuunnenda í Reykjavík stendur fyrir harmonikkumóti. Dansleikir undir stjórn Þorvaldar Björnssonar, Guðmundar Samúelssonar og Reynis Jónssonar auk Vindbelgjanna.

Borgarfjörður Eystri:
Álfaborgaséns. Dansleikir í Fjarðarborg. Hensonmót í knattspyrnu og ævintýraferð barnanna.

Flúðir:
Iðandi dagar. Traktorstorfæran, furðubátakeppni, brekkusöngur, golf o.fl.

Kirkjubæjarklaustur:
Klausturlíf, sölumarkaður o.fl.

Kotmót, Kirkjulækjarkoti:
Kvöldvökur, gospelsamkomur, Biblíufræðsla, myndbandasýningar og smiðjur. Nánnar á gospel.is

Það sem þú og bílinn þarfnast
fyrir góða ferð

Shell - með þér alla leið

Áfengir drykkir við allar aðstæður

Þótt mest fari fyrir útihátíðunum um verslunarmannahelgina eru alls ekki allir sem sækja þær. Margir njóta þess að vera í rólegheitunum í bænum og aðrir hafa það notalegt út af fyrir sig í sumarbústaðnum. En hvernig sem helgin verður er alltaf hægt að finna drykk við hæfi. Sóley Kaldal fékk nokkra sérfræðinga til að gefa góð ráð.

Áfengi í heimahúsum: Orri Huginn Ágústsson leikari, sérlegur áhugamaður um mat og vín

FLOTTARA OG FLÓKNARA

Þegar drykkir eru lagaðir í heimahúsum má virkilega sleppa fram af sér beislinu og gera flóknari hluti. Orri Huginn Ágústsson er hæfileikaríkur kokteilgerðarmaður. „Ef veðrið er gott, þá er alveg stórkostlegt að búa til góða sangríu. Margir eru hrifnir af rauðu sangríunum en persónulega finnst mér hvít ferskjusangría best. Sú uppskrift er hrikalega sumarleg og góð," segir Orri. „Þetta er svona eðalbolla því það er svolítið nostur við hana. Hún virkar mjög vel sem fordrykkur og er frábær á veröndina."

Það er ekki bráðnauðsynlegt að drekka sangríuna úr léttvísglösum en að sjálfsögðu er alltaf skemmtilegra að drekka góða drykki úr fallegum glösum.

Orri segir að þótt gaman sé að hafa ýmis tæki og tól við kokteilgerð sé góður félagsskapur alltaf mikilvægastur. „En ef maður er forfallinn kokteilaðdáandi þá er hægt að hnippa í vini og kunningja þegar fer að líða að afmælinu og panta kokteilhristu og lime-meitil," segir hann og hlær.

„Að búa til góðan kokteil er eins og að búa til góðan mat. Það þarf að þekkja hráefnið. Margir flaska á því að blanda saman of mörgum og mismunandi hráefnum en þá verður bara til ókennilegur og subbulegur drykkur. Mikilvægast er að leyfa hverju bragði að njóta sín, vegna þess að því færri efni sem sett eru í drykkinn, þeim mun aðgengilegri og betri verður hann, „segir Orri.

Fólk ætti alls ekki að vera feimið við að prófa sig áfram í kokteilagerð. „Það er til fjöldinn allur af kokteiluppskriftabókum sem hægt er að styðjast við og mér finnst mjög gaman að bjóða fólki upp á eitthvað sem það hefur ekki fengið áður. Yfirleitt eru bara tveir eða þrír tískudrykkir í gangi hverju sinni, sem er hálfgerð synd því það eru til fleiri þúsund góðir kokteilar."

FERSKJUSANGRÍA ORRA

1 flaska af góðu ítölsku hvítvíni, pinot grigio
1 bolli af brandí
1 bolli einfalt síróp (einfalt síróp er búið til með því að blanda saman sykri og vatni til helminga. Þetta er hitað saman í potti þangað til sykurinn hefur leyst upp og er svo kælt. Margir kokteilgæðingar eiga svona tilbúið á flöskum. Einfalt sýróp má nota í marga kokteila eins og cosmopolitan og Mojito.)
1/2 bolli ferskur og nýpressaður appelsínusafi (Má vera meira eftir smekk.)
3/4 bolli maukaðar, niðursoðnar ferskjur með safa
3-4 ferskar ferskjur, niðursneiddar
2-3 græn epli, niðursneidd
1-2 sítrónur, niðursneiddar
Nóg af ísmolum
-Þetta er allt sett saman í fallega skál eða karöflu.

Vín í sumarbústaðnum: Einar Logi Vignisson markaðsráðgjafi og unnandi góðra vína

RÓLEGT OG ELEGANT

Kassavín njóta sífellt meiri vinsælda og eru oftar en ekki fyrsti kostur í bústaðinn vegna þægilegra umbúða. „Um fjörutíu prósent léttvínssölu eru kassavín og það er þróun sem margir hafa áhyggjur af," segir Einar Logi Vignisson vínáhugamaður. „Þó má finna prýðileg kassavín eins og Guntrum Blue Riesling hvítvínið, sem er afar létt og ferskt," segir hann.

Einar Logi hefur ákveðna og skemmtilega sýn á umbúðir vína. „Ég er einn af þeim sem trúi því að vín í flöskum með skrúfutappa séu framtíðin. Flest vín eru tilbúin til neyslu strax og þurfa hvorki geymslu né þá hæfilegu öldrun sem korktapparnir veita. Skrúfutapparnir loka flöskunum betur en flestir korktappar og eru auk þess afar hentugir upp á að geyma vínið eftir að flaskan hefur verið opnuð. Ástralir hafa verið einna ákafastir í að nota skrúfutappa og mörg áströlsk hvítvín af betri gerðinni koma þannig, eins og Peter Lehmann Riesling."

Eitt stærsta vandamálið sem fólk stendur frammi fyrir þegar lagt er af stað úr bænum er plássleysi í bílnum. „Mitt helsta ráð er að velja vín sem eru þægileg til drykkjar og kalla ekkert endilega á mat með sér, því fólk er oft að dreypa á þeim við ýmis tækifæri og þá lítið í einu. Þægileg hvítvín úr sauvignon blanc eða riesling eru þannig góður kostur. Ítölsk rauðvín bera af fyrir þægilegheit og má nefna Banfi Col di Sasso og Artazuri," segir Einar Logi.

Fyrir þá sem leggja sérstaka áherslu á að gæta heilsunnar, þá bendir Einar Logi á mjög skemmtilegan kost. „Nú er boðið upp á lífrænt ræktuð vín í Vínbúðum og Cumera Sangiovese er virkilega gott lífrænt vín sem er bæði til í flöskum og kössum."

VÍNLISTI EINARS LOGA

Kassavín: Guntrum Riesling, Tabiso, Drostdy Hof og Pasqua.
Skrúfutappavín: Peter Lehmann Barossa Riesling og Cypress.
Þægileg og góð vín: Morandé frá Chile, Dr. Loosen frá Þýskalandi, Banfi Col di Sasso, Artazuri, Masi Valpolicella og Tommasi Valpolicella Rafael öll frá Ítalíu.
Lífrænt ræktuð vín: Cumera Sangiovese og Pujol Cotes du Roussillon.

BREYTTUR AFGREIÐSLUTÍMI
á Þjóðhátíð í Vestmannaeyjum

Lokað frá hádegi á föstudag og laugardag samkvæmt ákvörðun bæjarstjórnar Vestmannaeyja

Nánari upplýsingar um afgreiðslutíma Vínbúða er að finna á vinbud.is.

VÍNBÚÐ
lifum, lærum & njótum

Áfengi í útilegu og á útihátíð: Sigvaldi Kaldalóns morgunhani, útvarpsmaður og sérfræðingur í útilegum

MAGN OG FJÖLBREYTILEIKI

Þegar lagt er af stað í útileguna þarf að huga að ýmsum praktískum vandamálum eins og plássleysi. Sigvaldi Kaldalóns, eða Svali eins og hann er betur þekkur, kann þó að forgangsraða í bílinn og bakpokann. „Menn þurfa að gera sér grein fyrir því að ef stefnan er sett á útileguna, þar sem á að drekka og hafa gaman, verður allt plássið að fara í áfengið. Það þýðir ekkert að setja gin á plastbrúsa til að spara pláss – það eru hrein helgispjöll. Menn geta bara haft áhyggjur af því hvar þeir koma fötunum fyrir þegar veigarnar eru komnar á sinn stað," segir Svali.

„Það er algjört lykilatriði að hafa nóg af drykkjum því það er fátt leiðinlegra en að standa uppi tómhentur á miðri útihátíð. Svo er ekkert gaman að því að hafa bara einn pela af sterku og skvetta kóki út í. Fólk á að taka með sér sína uppáhaldsdrykki og ég tek til dæmis alltaf með mér gin og tónik."

Það getur verið mjög leiðigjarnt að drekka sama drykkinn alla helgina og Svali lætur það ekki koma fyrir sig. Hjá honum ræður fjölbreytnin ríkjum og hann er með drykk við hvert tækifæri. „Ég klikka aldrei á því að hafa með mér kakó og Stroh til að ná úr mér hrollinum eftir daginn. Ég fæ mér einn eða tvo hátíðarkakóbolla eftir kvöldmatinn, áður en ég fer út í brekkuna," segir hann. „Svo er Svali Special ómissandi, en þann drykk eignaði ég mér og hann fæst undir þessu nafni á veitingahúsum bæjarins." Að lokum bendir hann svo á að bjórinn standi alltaf fyrir sínu.

SVALI SPECIAL

Einfaldur Tanqueray gin (Mjög mikilvægt að hann sé einfaldur því ef hann er sterkari þá verður drykkurinn vondur)
1 dós af Magic orkudrykknum (ekki alveg full)
Skvetta af Sprite
Nokkrir bitar af lime ávöxtnum skornir niður, kreistir yfir og svo settir út í. (Mjög mikilvægt að kreista lime-ið því það opnar ávöxtinn.)

Laugardaginn 30. júlí kl. 15:00 og sunnudaginn 31. júlí kl. 15:30

INNIPÚKINN

Raveonettes, Cat Power, Blonde Redhead, Jonathan Richman.

Hjálmar, Trabant, Singapore Sling, Rass, Dr. Spock, Brim, Mugison, Apparat, Úlpa og Lake Trout.

Donna Mess, Ampop, Dr. Gunni, Kimano, Byltan, Bacon, Reykjavík!, Helgi Valur, Lára, Helvar, Bob Justman, KGB, Skátar, Þórir, Dýrðin, Vonbrigði, Tonik, Hudson Wayne, Nine Elevens, DJ Slimbuck, Norton.

NASA 2005

Verð er 3.900 kr. fyrir alla hátíðina en 2.900 kr. fyrir annan daginn. Miðar eru seldir á Hive.is, í verslun 12 tóna og í verslun Hive Grensásvegi.

Hive

GOTT FÓLK McCANN

Þessir Eyjapeyjar voru flottir á hátíðinni 1977.

Setjumst að sumbli

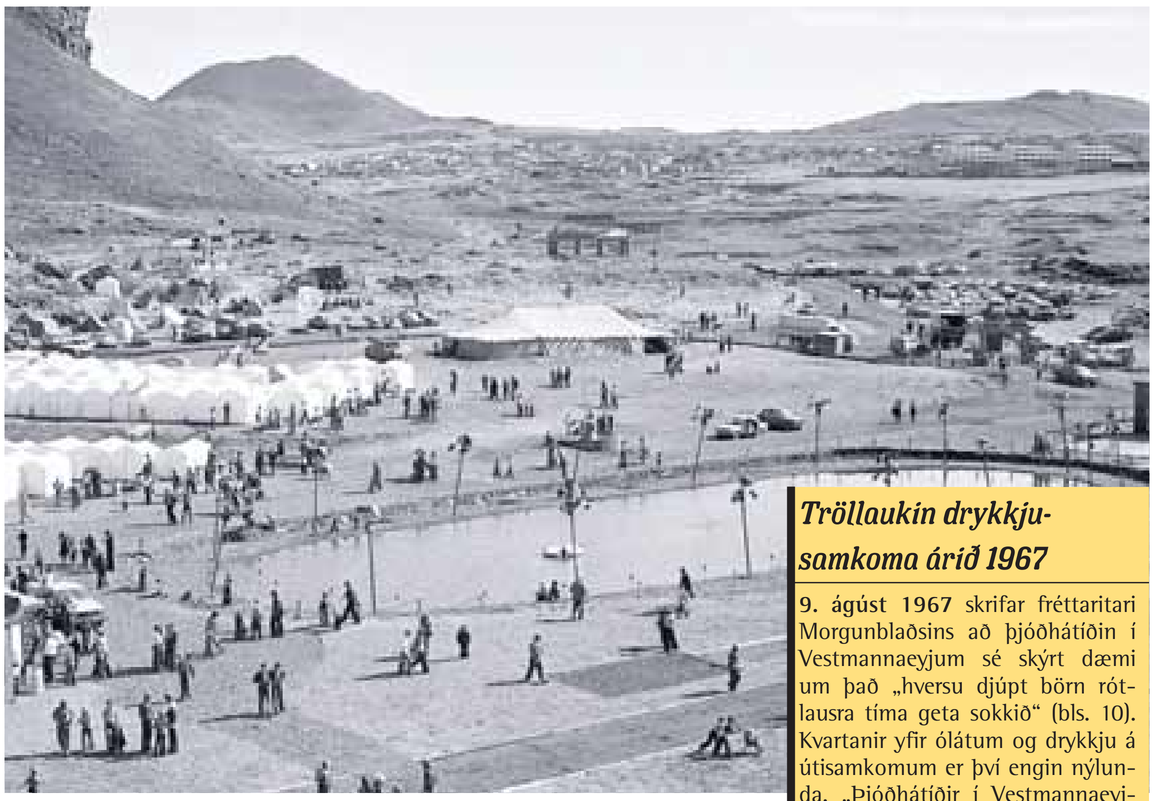
Þjóðhátíðin í Vestmannaeyjum er rík af hefðum en hún hefur verið haldin árlega í rúmlega hundrað ár

Rætur þjóðhátíðarinnar í Eyjum má rekja til hátíðarinnar 1874 þegar þjóðin fagnaði þúsund ára afmæli Íslandsbyggðar og nýrri stjórnarskrá sem Kristján 9. konungur færði Íslendingum. Hátíðahöld voru í júlí og ágúst víða á landinu, meðal annars í Herjólfsdal í Vestmannaeyjum 2. ágúst. Hátíðin var haldin aftur í Vestmannaeyjum árið 1901 en síðan þá hefur verið efnt til þjóðhátíðar á hverju sumri í ágúst, að árinu 1914 undanskildu þegar heimsstyrjöldin var nýbyrjuð. Fyrst í stað var miðað við að halda þjóðhátíðina á laugardegi í 16. viku sumars, eða um miðjan ágúst, en frá árinu 1972 hefur hún verið haldin um verslunarmannahelgina. Hátíðin hefur verið haldin í Herjólfsdal alla tíð, nema árin 1973 til 1976 þegar dalurinn var þakinn vikri úr eldgosinu.

Tjaldbúðir Eyjamann voru, og eru, heill heimur út af fyrir sig á þjóðhátíðinni í Eyjum. Mynd frá 1977.

Þjóðhátíðin í Eyjum skartar mörgum gömlum hefðum. Íþróttir voru hafðar í hávegum alla tíð en íþróttafélögin Þór og Týr skiptust á að halda hátíðina. Glíma, reiptog, kappróður og hlaup þóttu ómissandi til að byrja með, sund, knattspyrna og frjálsar íþróttir bættust við síðar en alltaf var fastur punktur að horfa á bjargsig.

Talað er um flugelda í heimildum frá 1903 og árið 1929 er fjallað um brennu á Fjósakletti eins og um venju sé að ræða. Brekkusöngurinn er tiltölulega nýtilkominn en alltaf hefur verið rík tónlistarhefð í kringum hátíðina. Fyrsta þjóðhátíðarlagið með frumsömdum texta og lagi var flutt árið 1933 og hét *Setjumst að sumbli*, en árin á undan höfðu ýmsir samið texta sem sunginn var á hátíðinni undir alþekktum lögum. Lagið við Setjumst að sumbli var eftir Oddgeir Kristjánsson og textahöfundur var Árni úr Eyjum og sömdu þeir lag og texta fyrir þjóðhátíðina næstu tvo áratugina, til dæmis perluna Ágústnótt. Einnig kannast flestir við lag Oddgeirs sem Ási í Bæ gerði texta við og nefndi Ég veit þú kemur í kvöld til mín.



Árin 1973 til 76 var Herjólfsdalur þakinn vikri eftir eldgosið og því þurfti að færa hátíðahöldin. Myndin er tekin 1977 þegar hátíðin var haldin í dalnum á ný.

Tröllaukin drykkjusamkoma árið 1967

9. ágúst 1967 skrifar fréttaritari Morgunblaðsins að þjóðhátíðin í Vestmannaeyjum sé skýrt dæmi um það „hversu djúpt börn rótlausra tíma geta sokkið“ (bls. 10). Kvartanir yfir ólátum og drykkju á útisamkomum er því engin nýlunda. „Þjóðhátíðir í Vestmannaeyjum eru ekki orðnar annað en ein stanzlaus og tröllaukin drykkjusamkunda, allsherjar þriggja sólarhringa stjórnleysistímabil í sögu nokkur þúsund nýfermdra barna.“ Blaðamaðurinn segir af unglingi „í stæl skyrtu“ sem byrjar drykkjuna á Reykjavíkurflugvelli og er orðinn rænulaus við komuna í Eyjar og missir af fjörinu við brennuna: „Dalurinn ymur fjörlega í sinfóníu þjóðhátíðarkvöldsins: Ölvuð ærsl, dynjandi músík, snemmdánir unglingar sofa úr sér milli grænna þúfna, sumstaðar er slegist, annarsstaðar er faðmast, allstaðar ríkir svallkenndur, ótaminn andi unglingaskemmtunarinnar.“ Sagan endurtekur sig, segir orðtakið.

Fanta
GALTALÆKUR
IOGT
VÍMULAUS FJÖLSKYLDUHÁTÍÐ
Á MÓTI SÓL • HILDUR VALA
BERMUDA • BIRTA & BÁRÐUR
HÆSTA HENDIN & SESAR-A
LOVEGURU ALLSTARS
NYLON • RAGGI BJARNA
HELGI VALUR • STINGANDI STRÁ
BARNASKEMMTANIR • LEIKTÆKI
PÉTUR PÓKUS • POPPMESSA
Á.M.S KARAOKEKEPPNI
KVÖLDVÖKUR • PLÖTUSNÚÐAR
SPRIKLANDI FERSK UNG-BÖND • ÖKULEIKNI
FRÁBÆR AÐSTAÐA FYRIR FJÖLSKYLDUFÓLK
Á móti sól
Hæsta Hendin
Hildur Vala
Love Guru AllStars
BERMUDA
Nylon
„Pulsaðu" þig upp í sumar!
SS pylsur
Kjörís
design.is@2005
Svali
FREYJA
LÝÐHEILSUSTÖÐ
Síminn
Forsala aðgöngumiða í verslunum Hagkaupa
Sparaðu 1200 kr.
Frítt fyrir 12 ára
og yngri
HAGKAUP
Skemmtilegast að versla

verslunarmannahelgin mín }

MUGISON

GRILLAÐ Í BÆNUM

FRÉTTABLAÐIÐ/HEIÐA

Eftirminnilegasta verslunarmannahelgin mín er þegar ég var í grillveislu hjá Arnaldi vini mínum úti á Seltjarnarnesi. Í grillveislunni voru svona tíu manns að grilla í rosa góðu veðri, spila fótbolta og í heitum potti við góða tónlist. Svo löbbuðum við öll saman niður í bæ og þetta var eitthvað svo rosalega rólegt og indælt.

Ég hef voðalega sjaldan farið út úr bænum um versunarmannahelgi en það er ekki það að mér þyki útilegur slæmar því mér þykja þær ógeðslega skemmtilegar. Ég hef bæði farið á Halló Akureyri og í Galtalæk og skemmt mér konunglega en ætli þetta sé ekki bara eitthvað snobb í manni að vilja vera öðruvísi en hinir.

Ferðaþjónustan KVERNÁ

Gisting, tjaldsvæði, hestaferðir og gönguferðir á fjöll í nágrenni Grundafjarðar og á jökulinn!

S: 438-6813 og 8654514
www.simnet.is/kverna

Sumarhús - Veislur - Golf - Ýmis afþreying

Hellishólar ehf. -Fljótshlíð, Suðurlandi

S: 487 8360 -Fax: 487 8364 - Hellisholar.is

REYKJAVÍK BAGEL COMPANY

Fíton/SÍA FI013707

Okkur þykir leitt að hafa beyglað þessa ágætu mokkakönnu. Við vildum bara vekja athygli á því að kaffið okkar gefur beyglunum ekkert eftir. Það er alltaf nýmalað og fullkomið hvort sem þig langar í ljúffengan capuccino, rjúkandi latte, rótsterkan espresso eða gamla góða uppáhellinginn. Við höldum áfram að beygla verðmæta hluti þangað til þú kemur og prófar.

500 kr.

Beygla með rjómaosti og kaffidrykkur að eigin vali.
T.d. fjölkornabeygla + jurtarjómaostur + capuccino.

NÝJAR BEYGLUR Á HVERJUM DEGI • LAUGAVEGI 81 - 101 REYKJAVÍK - 511 4500 - www.rbc.is

Göngugarpar njóta íslenskrar náttúru

Þeir sem vilja gera eitthvað annað en að fara á hina hefðbundu útihátíð um verslunarmannahelgina geta prófað að fara í skipulagða gönguferð um íslenska náttúru.

Það getur nefnilega verið afar frískandi að njóta náttúrunnar með því að fara í gönguferð og kynnast um leið umhverfi sínu betur. Ferðafélag Íslands og ferðaklúbburinn Útivist bjóða bæði upp á gönguferðir um helgina, rétt eins og um flestar aðrar helgar í sumar.

Ein af vinsælustu ferðunum hjá Útivist er í Skaftárhreppi og nefnist hún Sveinstindur – Skælingar. Farið verður þangað 29. júlí.

Ekið er upp Skaftártungu, um Fjallabak og vestur fyrir Eldgjá þar sem stefnan er tekin að Langasjó og Sveinstindi. Sveinstindur er 1090 metra yfir sjávarmáli og ganga á hann ætti ekki að vera neinum ofviða. Frá Sveinstindi er frábært útsýni og fjallasýn einstök. Í góðu skyggni sést til Öræfajökuls í austri og Heklu í vestri. Sumir telja sig jafnframt geta greint Eiríksjökul yfir slakkann í Langjökli. Útsýni yfir 25 km langan Langasjó og græna og svarta tinda Fögrufjalla lætur engan ósnortinn. Ferðin tekur fjóra daga og er verð fyrir félagsmenn í Útivist 23.000 krónur en 27.000 fyrir aðra. Innifalið í verðinu er fararstjórn, rútuferðir og gisting.

Önnur vinsæl ferð er gönguleiðin á milli Landmannalauga og Þórsmerkur sem kallast Laugavegur. Í ferðinni, sem tekur fimm daga, gefst ferðafólki kostur á að kynnast ótrúlega fjölbreyttu og fögru landslagi. Má þar nefna heitar laugar, hveri og jökla. Litadýrðin og fegurð svæðisins er slík að ekki verður lýst með orðum.

Boðið verður upp á fjórar Laugavegsferðir hjá Ferðafélagi Íslands á næstunni og þar af er orðið fullt í þrjár þeirra. 21 manneskja fer í hverja ferð og ættu börn niður í sex ára aldur að geta gengið leiðina með fullorðna fólkinu.

Hjá Ferðafélaginu er einnig hægt að fara í gönguferð sem nefnist Hálendið heillar. Hún stendur yfir frá 26. júlí til 2. ágúst. Þar er ekið og gengið um hálendið norðan Vatnajökuls og meðal annars skoðaðar helstu perlur Brúaröræfa og svæðið sem á að fara undir lón. Verð í þá ferð er 56 þúsund fyrir félagsmenn en 60 þúsund fyrir aðra. Innifalið er rúta, gisting og fararstjórn.

Ferðin Baráttan um björgin verður farin 2. ágúst og stendur yfir til 8. ágúst. Í þessari ferð verður leitast við að gefa farþegum nokkuð tæmandi mynd af fuglabjörgunum miklu, Hælavíkurbjargi og Hornbjargi.

HÚSADALUR Frá einni Laugavegsferðinni sem var farin á síðasta ári. Hér sjást tveir ferðalangar í Húsadalnum.

HORNSTRANDIR Farið var í gönguferð um Hornstrandir á síðasta ári þar sem útsýnið var ægifagurt.

Útbúnaðarlisti fyrir gönguferðir:

Almennur farangur
- Svefnpoki.
- Bakpoki
- Prímus og potturÝ
- Flugnanet
- Eldfæri
- Hitabrúsi
- Vatnsbrúsi
- Drykkjarílát, diskur og hnífapör
- Hreinlætisvörur, s.s. tannbursti, sápa og klósettpappír
- Sólarvörn og varasalvi
- Sólgleraugu
- Skyndihjálparbúnaður

Klæðnaður
- Mjúkir eða hálfstífir gönguskór og varareimarÝ
- Göngubuxur úr gerviefnum
- Hlý nærföt úr ull eða gerviefnumÝ
- Göngusokkar úr ull og gerviefnumÝ
- Peysa og/eða skyrta
- Vind- og vatnsheldur galli
- Vettlingar og húfa
- Tvö til fjögur aukapör af sokkum
- Vaðskór, t.d. strigaskór, sandalar eða laxapokar

Matur
- Á morgnana er gott að neyta matar sem er ríkur af kolvetnum s.s. gróft korn og ávextir. Einnig er gott að neyta próteinríkrar fæðu, en prótein fæst úr kjöti, fiski, eggjum og mjólkurvörum.
- Í hádegismat er gott að borða flatbrauð eða brauð með kæfu eða osti, heita pakkasúpu og orkuríktÝnasl á eftir.
- Á kvöldin er gott að borða fituríka fæðu, því þá hefur líkaminn nægan tíma til að melta fæðuna.
- Gott er að hafa eitthvað til að grípa í á göngu á daginn, s.s. rúsínur, súkkulaði eða kex.

Tekið af heimasíðu Útivistar, utivist.is.

Landsflug ehf

ÁÆTLUN TIL:

Vestmannaeyja
Hornafjarðar
Sauðárkróks
Bíldudals
Gjögurs

LEIGUFLUG FYRIR ALLA

- HVERT SEM ER

Hópar
Íþróttalið
Hljómsveitir
leiguflug@landsflug.is

ÞEGAR GRANNT ER SKOÐAÐ ÞÁ ER OFT ÓDÝRARA AÐ FLJÚGA EN AÐ KEYRA!

ÞJÓÐHÁTIÐ 2005!!!

Loftbrú milli lands og eyja

Fljúgðu á 15 mínutum fyrir aðeins 11.500,- kr. báðar leiðir!
Ennþá ódýrara á sunnudeginum.

Farðu strax á www.flugfelag.is eða hringdu í síma 570-3030

City Star Airlines

ÆTLAR ÞÚ AÐ MÆTA Á VÖLLINN Í ENSKU ÚRVALSDEILDINNI Í VETUR?

Hvort viltu sjá Hermann Hreiðars, Eið Smára eða Heiðar Helguson í leik á móti ensku toppliðunum?

Eða viltu sjá Íslendingana kljást innbyrðis?

Skelltu þér í dags- eða helgarferð með Landsflugi og City star airlines til Bretlands í vetur á enska boltann.

www.landsflug.is • www.citystarairlines.com

Listasafn Árnesinga í Hveragerði
sýnishorn úr safneign í litla sal
opið kl 11.00 - 17.00, 26., 27. og 28. júlí
Lokað frá 29.júlí - 7. ágúst
vegna uppsetningar nýrrar sýningar
Tívolí sýningin opnar
sunnudaginn 7. ágúst kl. 16.00
Allir velkomnir
Listasafn Árnesinga s. 483-1727
listasafn@listasafnarnesinga.is

amber hárstofa
Amber - hárstofa
Hafnarstræti 92 (Bautahúsinu)
600 Akureyri
Sími 466 4040

Verið velkomin í sund
Sundlaugin í Reykjahlíð við Mývatn
Opið alla daga frá 12 - 20
Heitir pottar, þreksalur og ljósabekkur
einnig á staðnum Sími: 4644225

ER ALLT KLÁRT
fyrir tjaldið og dalinn?????
Eigum tjaldaljós, gashylki, tjaldhæla, lása, blóm, vatnsbrúsa, Drykkjarbrúsa, pappadiska og glös, ódýr tjöld, silikonsprey, regnföt, sólgleraugu, verjur og margt fleira.
Flottasta staffið í bænum minnir svo á okkar frábæru matartilboð og eru reiðubúin að þjóna ykkur á Þjóðhátíð 2005
Gleðilega Þjóðhátíð
SKÝLIÐ
FRIÐARHÖFN
PEPSI

Til í yfir hundrað mismunandi útfærslum

Svissneski vasahnífurinn hefur farið víða og er ávallt með í för í geimferðum NASA.

Manni eru allir vegir færir í útilegunni með svissneskan hníf í vasanum. Hnífurinn er með öllum mögulegum og ómögulegum útdraganlegum tólum og er fáanlegur í yfir hundrað mismunandi samsetningum. Saga hnífsins hófst árið 1891 þegar Culter Karl Elsener framleiddi fyrsta margnota vasahnífinn fyrir svissneska herinn. Hann stækkaði fljótlega fyrirtækið sitt og skýrði það Victoria eftir móður sinni. Í kjölfarið fékk hnífurinn nafnið Victorinox sem er nafn fyrirtækisins steypt saman við inoxydable sem er franska orðið fyrir ryðfrítt stál. Í seinni heimstyrjöldinni náði hnífurinn mikilli útbreiðslu meðal bandarískra hermanna og eru framleidd 34 þúsund stykki á hverjum degi í verksmiðjum í Sviss.

Hnífurinn er nú búinn að festa sig í sessi á mörgum stöðum og er til dæmis eitt slíkt stykki með í för í öllum geimferðum bandarísku geimvísindastofnunarinnar NASA. Þar að auki er hönnun hans velþekkt og er til dæmis til sýnis í Nýlistasafninu í New York borg. Á Íslandi er hnífurinn fáanlegur í versluninni Brynju á Laugavegi og kostar þessi sem hér er sýndur 13.290 krónur. Einnig er hægt að fá ódýrari gerðir fyrir allt niður í 1.625 krónur.

verslunarmannahelgin mín }

STEINN ÁRMANN MAGNÚSSON

MISSTI SVEINDÓMINN Í ATLAVÍK

Það er nú ekki erfitt að velja mína uppáhalds verslunarmannahelgi. Það var tvímælalaust í Atlavík við Hallormsstað fyrsta árið sem Stuðmenn spiluðu þar. Það var alveg sjúklegt veður og rosalega gaman en það sem stendur upp úr er að þar missti ég sveindóminn inn í tjaldi.
Ég fór svolítið í útilegur um verslunarmannahelgi á þessum árum en hef gert minna að því nú í seinni tíð. Í ár er ég að fara að skemmta á Borgarfirði Eystra þar sem ég verð með Hagyrðingamót annan daginn og sprell og vitleysu með Helgu Brögu á hinn.

HANDVERK 2005
Eyjafjarðarsveit 4.-7. ágúst

FYLGSTU MEÐ!
SIRKUS

ALLT Í ÚTILEGUNA!
FELLISTÓLL
639,-
FERÐABORÐ
1.190,-
„ALPS" TJALD
Stórt 4 manna fjölskyldutjald með fortjaldi og tveimur svefnrýmum. Stærð 480 x 190/150 sm. Efni polyester. Þéttur vatnsvarinn botn. Þéttleiki 1500 mm/m2. Þyngd 9,8 kg.
7.990,-
FERÐABORÐ OG FELLISTÓLAR
Sterk ferðaborð sem hægt er að leggja alveg saman, stærð á borðplötu er 60x80 sm. Fellistólarnir eru úr hvítlakkaðri röragrind með sterku áklæði. Auðvelt að leggja saman og taka lítið pláss.
1.490,-
„NORMA" 2 MANNA TJALD
Gott 2ja manna tjald með vatnsvörðu akrýlhúðuðu næloni. Þéttur botn og sterkar stangir. Stærð 200x140x105 sm. Mjög létt og tekur lítið pláss.
VERÐ FRÁ:
990,-
KÆLIBOX
Kælibox, 24 lítra, verð....990,-
Kælibox, 32 lítra, verð....1.990,-
Rafmagnskælibox 12v, 24 lítra, verð......3.890,-
Rafmagnskælibox 12v, 32 lítra, verð......9.990,-
679,-
„US" STÓLL
Stóllinn er með örmum og glasahaldara. Hægt að leggja alveg saman svo lítið fari fyrir honum. Góður poki fylgir með. Frábær í ferðalagið!
RAFMAGNSPUMPA
Mjög góð rafmagnspumpa fyrir bæði 200W og 12V innstungur. Þessi er frábær í ferðalagið!
990,-
990,-
ÚTILEGULJÓS
Frábært útileguljós sem gengur fyrir rafhlöðum. Hægt er að velja um tvær birtustillingar, sterk eða dauf birta.
1.490,-
„BOSTON" SVEFNPOKI
Flottur svefnpoki. St. 195x75 sm. Ytra byrði polyester. Innra byrði polyester. Þyngd 1.100 gr. Má þvo í vél. Poki fylgir. Frábær svefnpoki á mjög góðu verði!
790,-
HITABRÚSI
Sérstaklega sterkur og góður eins lítra stálhitabrúsi á fínu verði. Þessi er nauðsynlegur í ferðalagið!
89,-
EINNOTA GRILL
Tilbúið til notkunar með grillkolum og grind. Frábært verð!
-góð kaup
RÚMFATA LAGERINN
HERBERGIÐ • BAÐIÐ • HEIMILIÐ
www.rumfatalagerinn.is
VELOUR VINDSÆNGUR
Einbreið lítil, st. 76x193x22 sm, verð 990,-
Einbreið stór, st. 137x191x22 sm, verð 1.690,-
Tvíbreið lítil, st. 152x203x22 sm, verð 1.990,-
Tvíbreið stór, st. 183x203x22 sm, verð 2.490,-
VERÐ FRÁ:
990,-

Þjóðhátíðarlög síðustu tíu ára

Vignir Snær úr Írafári og Hreimur úr Landi og sonum sömdu þjóðhátíðarlagið 2005, Með þér. Þetta er í fyrsta sinn sem Vignir kemur að þjóðhátíðarlagi en Hreimur er því alvanur. „Það sem skiptir máli er að það sé einhver laglína sem allir geta gripið sem fyrst og sungið með," segir Vignir Snær um það sem gott þjóðhátíðarlag þarf að hafa til brunns að vera. „Svo verður auðvitað að vera ákveðin stemmning í þessu, þjóðhátíðarstemmning, hvernig sem maður lýsir henni." Vignir hefur nokkrum sinnum farið á Þjóðhátíð í Eyjum og segir að eftirminnilegasta lagið sé Lífið er yndislegt.

1995	*Þúsund eldar*
1996	*Sumarnótt, flytjandi Greifarnir*
1997	*Þú veist hvað ég meina mær, flytjandi Skítamórall*
1998	*Við erum öll á þjóðhátíð*
1999	*Í dalnum, flytjandi Hreimur og Lundakvartettinn*
2000	*Í Vestmannaeyjum*
2001	*Lífið er yndislegt*
2002	*Vinátta*
2003	*Draumur um þjóðhátíð*
2004	*Í Herjólfsdal*
2005	*Með þér, Vignir Snær og Hreimur*

Greifarnir Sumarnótt hét þjóðhátíðarlagið sem Greifarnir sömdu 1996.

Vignir Snær „Ég hlakka mikið til að spila lagið í Eyjum, það verður upplifun, það er engin spurning," segir Vignir, en hann og Hreimur úr Skítamóral sömdu þjóðhátíðarlagið í ár.

Skítamórall Strákarnir í Skítamóral sömdu lagið 1997, Þú veist hvað ég meina mær.

Fréttablaðið/(af skimó): Ljósmyndastofa Einars Bárðarsonar

GÓÐA VEISLU GJÖRA SKAL

Fréttablaðið tók saman nokkra leiki sem nánast allir ættu að geta spilað.

Hlutverkaleikurinn

Hér veltur gamanið eiginlega á gestgjafanum. Kvöldið fyrir partíið ákveður hann nokkrar sniðugar persónur og hlutverk þeirra. Þegar fólkið fer að streyma í partíið þá lætur hann nokkra útvalda fá hlutverk. Einn á til dæmis bara að tala um köfun, einn á að halda ræðu á tíu mínútna fresti og einn á að hrósa öllum konum fyrir æðislegan fatnað. Gott er að setja persónu í hlutverk sem hún væri ekki líkleg til að sinna allajafna. Þegar líða fer á kvöldið og leikar æsast þá segir gestgjafinn frá því hvernig liggur í öllu saman og þá er leikurinn samt umræðuefni það sem eftir lifir kvöldsins.

Söngleikurinn

Þessi er einfaldur og hentar fyrir alla fjölskylduna. Sá sem byrjar nefnir orð og sá næsti á eftir honum í röðinni þarf að finna upp á lagi með orðið í titlinum. Ef hann getur það ekki innan skynsamlegra tímamarka fær næsti að geta. Ef hann getur lagið og er búinn að syngja smá bút úr því þá velur hann annað orð og svona gengur þetta koll af kolli. Í þessum leik þurfa helst margir að spila með og ef vel heppnast er þetta hin prýðilegasta söngskemmtun.

Vörumerkjaleikurinn

Í þessum leik þurfa að minnsta kosti sex að spila með. Þeir setjast í hring og lítið vatnsglas er fyllt af vatni og sett í miðjuna. Einn byrjar með að segja að vörumerkið sem þurfi að nefna séu bifreiðategundir. Hann hugsar sér eina tegund, til dæmis Ferrari, en segir engum frá. Sá sem giskar á réttu tegundina fær innihald vatnsglassins í framan í sig og þarf að nefna næsta vörumerki. Einnig, ef einhver giskar á það sama og einhver annar er búinn að gera þá fær hann vatnið framan í sig og þarf að nefna næsta vörumerki. Frábær leikur til að spila úti í náttúrunni!

NÝTT FRÁ KJÖRÍS
SHAKE
SÚKKULAÐI
SHAKE
Kjörís
JARÐARBERJA
SHAKE
Kjörís
RÉTTUR FYRIR ÞIG.
Kjörís

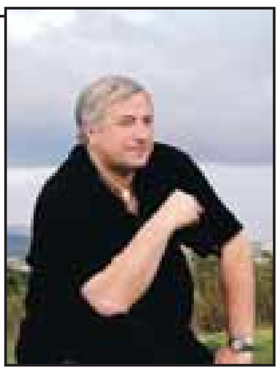
Útihátíðir sem gerðu garðinn frægan

Ringó Starr í Atlavík
Stuðmenn endurvöktu verslunarmannahelgarstemningu í Atlavík á níunda áratugnum. Frægust varð hátíðin 1984 þegar bítillinn Ringó Starr mætti á svæðið ásamt konu sinni Barböru Bach til að taka þátt í hátíðarhöldunum. Trommarinn lamdi snerilinn í laginu Johnny B. Good með Stuðmönnum og Gunnari Þórðarsyni en varð einnig frægur fyrir að blanda forláta koníaki í kók og afþakka dýrindis humar í veislu hjá bítlalífverðinum Jónasi R. Jónassyni með orðnum: „I don't eat anything that crawls."
Í Atlavík var hefð fyrir hljómsveitarkeppni og ku hljómsveitin Skriðjöklarnir hafa orðið til þegar ellefu liðsmenn skráðu sig í hljómsveitarkeppnina til að fá frítt inn á hátíðarhöldin.

Halló Akureyri
Hátíðarhöldin Halló Akureyri voru lögð niður eftir að fjölskylduhátíðin breyttist í eitt allsherjar unglingafyllerí. Akureyri hefur nú um árabil haldið hátíð undir nafninu Ein með öllu og er þar lögð sérstök áhersla á að allir aldurhópar fjölskyldunnar komi saman og skemmti sér. Lögreglan tók það skýrt fram í fyrra að átján ára aldurstakmark væri á tjaldstæðunum og að yngra fólki væri ekki undir neinum kringumstæðum hleypt inn á þau nema í fylgd með forráðamönnum. Heppnaðist hátíðin vel í fyrra og stefnir í fjölskylduvæna hátíð í ár.

Prodigy og MTV
Útihátíðin Uxi '95 varð fræg fyrir framlag hljómsveitarinnar Prodigy. Aðsóknin á tónleikana var þó minni en búist var við og var neikvæðri fjölmiðlaumfjöllun um það kennt. Hátíðin fékk töluverða athygli erlendis frá og MTV gerði hátíðinni skil. Um fimm þúsund manns sóttu hátíðina og góða veðrið er enn í minnum haft. Uxi hafði óorð á sér fyrir fikniefnaneyslu en Uxi 95 fór þó sæmilega fram. Engu að síður hefur enginn séð ástæðu til að endurvekja hátíðina síðan '95.

Jet Black Joe í Eldborg
Þúsundir unglinga flykktust í Eldborg á Snæfellsnesi árið 2001 en það var athafnamaðurinn Einar Bárðarson sem hafði veg og vanda að hátíðinni. Þar kom Jet Black Joe fram eftir langa hvíld og almennt virtist fólk skemmta sér vel. Hátíðin veitti Þjóðhátíð í Eyjum öfluga samkeppni en átta þúsund manns lögðu leið sína á Snæfellsnes. Það sem skyggði á Eldborg 2001 voru nauðganir og eiturlyfjanotkun en maður sem hafði smjörsýru í fórum sínum var handtekinn. Eldborgarhátíðin hefur ekki verið endurvakin.



Þjóðhátíð í Eyjum
Vekur alltaf verðskuldaða athygli en þó þykir vert að minnast örvæntingarinnar árið 2003 þegar útlit var fyrir að Árni Johnsen gæti ekki stýrt brekkusöngnum þar sem hann afplánaði dóm á Kvíabryggju. Eyjamenn voru ekki á eitt sáttir en voru einhuga um að Árni fengi helgarfrí frá fangelsisvistinni til að stjórna brekkusöngnum með óviðjafnanlegum söng og gítarslætti. Það kom í hlut fréttamannsins Roberts Marshall að hlaupa í skarðið fyrir Árna í brekkusöngnum en það var í fyrsta sinn í aldarfjórðung sem Árni lét sig vanta á Þjóðhátíð. Hann var þó með Eyjamönnum í anda og sendi bréf með þyrlu á hátíðina sem flutt var við upphaf brekkusöngsins eða eins og hann orðaði það sjálfur: „Þyrlan á vegum þjóðhátíðarnefndar var klár fram á síðustu stundu en gítarinn og brekkusöngvarinn fengu ekki grænt ljós til ferðar og þess vegna flytur þyrlan ykkur aðeins skilaboð mín og óskir um góðan þjóðhátíðarendi í nótt." Í bréfinu hét hann því jafnframt að láta sig ekki vanta á næstu þjóðhátíð þó að rigndi eldi og brennisteini.

BRJÁN- Blús, Rokk og Jazzklúbburinn Á Nesi

FJARÐABYGGÐ

Neistaflug

Föstudagur 29. júlí

Setning
Gunni & Felix
BRJÁN kynnir
Norðfirðingakvöld
Kung fú hitar upp fyrir kvöldið

Norðfirðingakvöld í Egilsbúð
Dansleikur í Egilsbúð með
Súellen, Ózon og Síva
Kung fú unglingadansleikur

Laugardagur 30. júlí

Neistaflugsgolfmót
Barðsneshlaup
Skemmtiskokk
Dorgveiðikeppni
Lystigarður opnar:
Leiktæki
Verðlaunaafhending
Gunni & Felix
Bárður og Birta
Ávarp bæjarstjóra
Out loud
Johnny and the left fingers
Brunaslöngufótboltamót
Papar
Kaffisala hjá eldri borgurum í Sigfúsarhúsinu
Speedway

Johnny and the left fingers – tónleikar í Blúskjallaranum
Útidansleikur með Out loud, Dichmilch og Sykurpúðunum
Papar – dansleikur í Egilsbúð

Sunnudagur 31. júlí

Strandblakmót
Tour de Norðfjörður
Hjólafimi
Lystigarður opnar:
Leiktæki
Verðlaunaafhending
Gunni & Felix ásamt Jóni Ólafssyni
Ávaxtakarfan - Palla pera og Guffi banani
Hljómsveitin Sykurpúðar
Tóti tannálfur og Sölvar súri
Súellen
Kaffisala hjá eldri borgurum í Sigfúsahúsinu

Við Nesskóla:
Harmonikkusveit
Gunni & Felix
Varðeldur
Jón Ólafsson
Jóhannes eftirherma
Brekkusöngur
Sálin hans Jóns míns
Flugeldasýning

Sálin hans Jóns míns – dansleikur í Egilsbúð

www.neistaflug.is · ÓKEYPIS AÐGANGUR OG FRÍ TJALDSTÆÐI

System · Ingólfur málari · Lyfja · Deloiette & touche · Nesprent · Kjötkaup · Tryggingamiðstöðin (TM) · Rauða torgið

Laufskálinn · Tónspil · Rafalda · G. Skúlason · G.Á Verktakar · Nestak · Netagerð · Nesbær · Gallerí hár · Hársnyrtistofa Maríu
Verkstæði Önna · Réttingarverkstæði Sveins · Ljósálfar · Smáraprent · Fjarðalagnir · Rafgeisli · Bílaverkstæði Ásbjörns
Byggt og flutt · Byggðarholt · Slökkvitækjaþjónusta Austurlands · Bókabúðin Eskja · Fjarðarblóm · Tanni ferðaþjónusta
Videoleiga Eskifjarðar · Hönnun · Fellabakarí · Bragasynir

verslunarmannahelgin mín }

FRÉTTABLAÐIÐ/E.ÓL.

GUNNAR ÞORSTEINSSON Í KROSSINUM

ÆVINTÝRI Í ÞÓRSMÖRK

Það er afar erfitt að gera upp á milli verslunarmannahelga svo hér verð ég að leika tveimur skjöldum. Í gamla daga fór ég í Þórsmörk og það var þvílíkt ævintýri að varla er hægt að lýsa því með orðum. Þar voru samankomnar þúsundir ungmenna, í skauti fallegrar íslenskrar náttúru, og átti ég þar góðar sumarnætur sem unglingur. Ætli ég hafi ekki verið fimmtán eða sextán ára þegar ég fór fyrst á slíka gandreið.

Nú seinni árin hef ég hins vegar farið á Kotmót í Kirkjulækjarkoti, Fljótshlíð, og það er svona hinum megin á vogarskálinni. Þangað stefna kristnir menn um hverja verslunarmannahelgi og njóta andlegrar blessunar og uppbyggingar í orði Guðs.

Kristilegt fjölskyldumót að Hlíðardalsskóla, Ölfusi.

Ræðumaður helgarinnar er **Louis Torres**, sem var í skemmtanabransanum en eftir að hann kynntist Kristi helgaði hann líf sitt boðun fagnaðarerindisins.

Fjölbreytt barnadagskrá og unglingadagskrá alla helgina.

Nánari upplýsingar og skráning í síma 588-7800 eða á www.adventistar.is undir Sumarmót 2005.

Róm-veitingar

Skjöldólfsstöðum
Jökuldal

Verslunarmannahelgin

Tjaldstæði - Sundlaug - Heitur pottur
gisting - veitingar - trambólín

Njótið veðurblíðunnar í kyrrlátu umhverfi.
Pantið tímanlega í síma: 4712006

Verið velkomin

starfsfólk Róm-veitinga.

Sofðu rótt í útilegunni

Þegar sofið er í tjaldi skiptir undirlagið öllu máli. Margt er í boði og dýnurnar eru af öllum stærðum og gerðum.

Flestir eru löngu hættir að kippa rúmdýnunum með sér í ferðalög enda úrvalið af tjalddýnum og vindsængum mikið. Af mörgu er að taka og það er misjafnt hvernig dýna hentar best. Á gönguferðum er gott að vera með létta einangrunardýnu en slíkar dýnur duga skammt þegar gestum er boðin gisting á hörðu stofugólfi. Vindsængurnar standa alltaf fyrir sínu og þær er gott að eiga. Margir nenna ekki að blása upp vindsængurnar og þá er gott að eiga sjálfuppblásanlega dýnu sem er það heitasta í dag. Á þeim er ventill og þegar opnað er fyrir hann sogar dýnan í sig loft úr umhverfinu. Dýnur og vindsængur fást í ýmsum stærðum og gerðum. Fréttablaðið fór á stúfana og skoðaði hvað er í boði fyrir þá sem vilja sofa vel í útilegunni.

Tvíbreið vindsæng frá Hi-gear með innbyggðri pumpu. Þykk og góð vindsæng. Everest 4.995 kr.

Rafmagnspumpa frá Hi-gear sem blæs upp tvöfalda vindsæng á fimm mínútum. Everest 1.595 kr.

Sjálfuppblásanleg Artiach dýna. Everest 4.995 kr.

Einangurnardýna frá Campex Everest 1.295 kr.

Velúr vindsængur í ýmsum stærðum og gerðum. Rúmfatalagerinn, verð frá 990 til 2.490 kr.

Sjálfuppblásanleg dýna Rúmfatalagerinn 1.690 kr.

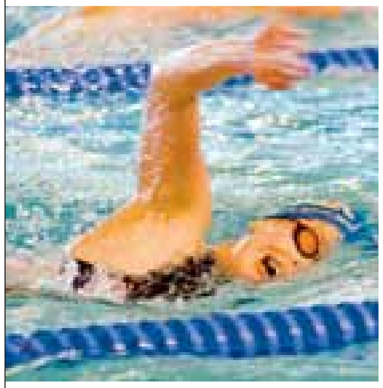
Nett og góð einangrunardýna Rúmfatalagerinn 399 kr.

2005

8. UNGLINGA
LANDSMÓT
UMFÍ

Verslunarmannahelgin

Vík í Mýrdal



Vímuefnalaus íþrótta- og fjölskylduhátíð

Unglingalandsmót UMFÍ er fyrir alla krakka 11 – 18 ára.
Frítt er inn á mótið en keppendur greiða þátttökugjald.

Íþróttakeppni

Fitness • Frjálsar íþróttir • Glíma • Golf • Hestaíþróttir • Knattspyrna • Körfubolti • Skák • Sund

Ókeypis tjaldsvæði

Ókeypis er á tjaldsvæðið í Vík þessa helgi og á allt mótssvæðið.

Hæfileikakeppni

Allir geta sýnt hvað í þeim býr og verið með.

Öðruvísi greinar

Bogfimi • Freestyle • Kassaklifur • Leikhússport

Skemmtikraftar

Á Móti Sól • Ísafold • Svitabandið • Hildur Vala

Leiktækjagarður

Fullt af skemmtilegum leiktækjum fyrir unga sem aldna.

Flugeldasýning

Við mótsslit á sunnudagskvöld verður flugeldasýning sem enginn má missa af.

Göngukeppni fjölskyldunnar

Skemmtilegur leikur sem allir geta tekið þátt í, frábær útdráttarverðlaun.

Kíktu á heimasíðuna okkar
www.ulm.is
Skráðu þig þar og fáðu frekari upplýsingar.

MENNTAMÁLARÁÐUNEYTIÐ

Fanta

KB BANKI

LÝÐHEILSUSTÖÐ

VÍS

Síminn

VISA

prentmet

UMFÍ
Ungmennafélag Íslands

USVS
Ungmennasamband Vestur Skaftafellssýslu

Mýrdalshreppur

FUNHEITAR EÐA SVALAR *í grillveisluna*

Þykkvabæjar
forsoðnar grillkartöflur
kartöflusalat
hrásalat

Einfalt og gott!

Peugeot 206 fór á götuna í Júlí '04. Ekinn aðeins tæpa 8 þús. km. Útborgun 50 þús. og 25 þús. á mán. Uppl. smabill206@hotmail.com eða í s. 697 6626 eftir kl 18.

Tilboð á Nýjum Jeep Grand Cherokee í júlí. Pantaðu í dag og þú færð kr. 300.000 í afslátt. Verð frá aðeins kr. 3.390.000 á splúnkunýjum bíl frá verksmiðju. Allt að 5 ára ábyrgð. Afgreiðslutími um 6 vikur. www.islandus.com

Benz 230K árgerð 2005 til afgreiðslu strax. Einn með öllu og eins og nýr innan sem utan. Sparneytin 1.8 lítra vél en með kompressor túrbínu og því kraftmikill. Ekinn 6þús km. Þú ræður verðinu. Gerðu okkur tilboð! Nýtt, Allt að 5 ára ábyrgð. BílaUppboð islandus.com

VW Touareg árgerð 2005 til afgreiðslu strax. Eins og nýr innan sem utan. V6 240 hestöfl 4x4 lúxusjeppi á 17 tommu álfelgum. 300w 10 hátalara hljóðkerfi. Ekinn 11 þús. km. Þú ræður verðinu. Gerðu okkur tilboð! Nýtt, allt að 5 ára ábyrgð. BílaUppboð islandus.com

0-250 þús.

Ford Escort GIHA '96, ek. 146 þús. km. Bíll í góðu standi, bein sala e. skipti á dýrari. Uppl. í s. 822 1483.

199 þúsund staðgreitt!
Golf STV árg. '97 ekinn 173 þús. Sk. '06. Gott ástand. Uppl. í síma 844 1233.

Toyota Corolla árg. '91, 5 dyra, nýsk. Fæst á 100 þús. Uppl. í s. 661 3011.

Nissan Sunny 1.6 '94 til sölu. Sk. '06, ssk., ek. 170 þ. V. 240 þ. S. 823 4040.

Til sölu Volvo 740 GL árgerð 1986. Ekki í ökufæru ástandi. Uppl. í síma 898 9431.

M. Benz 230E '87, sk. '06, ssk., ek. 304 þ. Leðurinnrétting. Bíll í toppstandi. V. 220 þ. S. 864 8338 & 562 8333.

Til sölu Volvo 740 '88, nýsk. Góður bíll. Uppl. í s. 892 4360.

Toyota Touring '90 ekinn 177 þús. Fæst fyrir lítið. Uppl. í síma 565 6832 & 866 9419.

VW Polo árg. 1995 til sölu. Ekinn 86.000. Bíll í lagi. Verð kr. 200.000. Uppl. í s. 824 1052.

180 kr. afsláttur af Suzuki Vitara '94, ek. 245 þús. Þarfnast lagfæringa fyrir skoðun. Tilboð 120 þús. Uppl. í síma 867 3789.

VW Golf árg. '91, þarfnast smávægilegra lagfæringa. Selst á 100 þús. S. 866 0633, Tinna.

250-499 þús.

Fallegur Subaru Legacy 2000 '95 til sölu. Uppl. í síma 893 5892.

Nissan d.cap 2.5 dísell 1996, ek. 113 þús. km, nýskoðaður, 5 gíra, CD, 4x4, b.lán 195 þús., 11 á mán, ásett verð 690 þús. Tilboð 490 þús. S. 691 4441.

Tilboð!!
Opel Astra 1600 station, árgerð '95, ekinn 148 þús. sk. '06, dráttarkúla, sumar og vetrardekk. Góður í sumarfríinu fyrir tjaldvagn eða bara kerru. Tilboðsverð 270 þús. Uppl. í s. 697 5189.

Til sölu Suzuki Swift árg. '98, ek. 139 þús. skoðaður '06, Litur vel út. Verð 200 þús. Uppl. í s. 695 1879 og 472 1688.

Mitsubishi L300 árg. '88, lítur vel út og í góðu ástandi. Engin skipti. Uppl. í s. 617 6037.

Suzuki Sidekick árg. '96, ekinn 148 þús. Mikið yfirfarinn, nýskoðaður, 31" dekk, álfelgur og dráttarbeisli. Engin skipti. Uppl. í síma 699 4396.

500-999 þús.

Volkswagen Golf Comf. 1600 árg. '99, ekinn 106 þús. Nýskoðaður í góðu standi. Einn eigandi. Verð 800 þús. Sími 820 6912.

Nissan Almera '99, ekinn 83 þ. Ásett verð 550 þ. Fæst á 500 þ. Uppl. í síma 868 9944.

Til sölu M-Benz 230E, nýskr. '92, ekinn aðeins 131 þús., beinsk., topplúga, CD, 2 eigendur, sk. '06 + ástandsskoðun frá Ræsi. V. 690 þús. Uppl. í síma 691 3970.

Opel Zafira 8/2000 1800 comfortline, ek. 112 þús. km, 5 gíra, 7 manna, ásett verð 1.140 þús., b.lán 770 þús., 19 á mán., tilboð 990, skoða skipti á ódýrum bíl. S. 691 4441.

Polo 1400 árg. 2000. Nýsk. Ek. 88.000 sumar+vetrard. Ný tímareim. Uppl. í s. 894 1593.

Prýðisbíll til sölu
Gæðingurinn, Subaru Impreza 1600 árgerð 1999, skráður í des. '98, beinskiptur, bensín. Ekinn 120 þús. Nýupptekin vél og nýskoðaður án athugasemda. Verð 550 þús. Bein sala engin skipti. Uppl. hjá Helga í s. 849 7386.

1-2 milljónir

Yaris SOL '05. Ekinn 1.500 km. Áhv. 1.000 þ. Verð 1.400 þ. Sverrir s. 699 6993.

Toyota Avensis 2.0, nýskr. 8/2000, ekinn 67 þ. km, ssk., álfelgur, dráttarkr., spoiler, vetrard. á felgum, CD,. Topp bíll. Verð 1.240.000. Uppl. í síma 694 8798.

Skoda Octavia station Elegance árg. '02, vél '00, ek. 60 þús. V. 1.300 þús. Uppl. í s. 898 9592 & 896 9515.

Honda Shuttle árg. '99, 7 manna, til sölu, ek. 84 þús. Verð 1.300 þús. Uppl. í síma 661 1100.

Renault Clio '04, 5 dyra, ekinn aðeins 5 þús. 200 þús. út og yfirtaka á láni. Uppl. í síma 867 7604.

Toyota Avensis l/b árg. 2002 ek. 79 þús. 2000cc (150hö) beinsk. Verð 1.690 þús. Uppl. í s. 863 0441.

2 milljónir +

BMW 330 með öllu árgerð 2002, ekinn 85 þ., M pakki, verð 3,7 millj. Sími 892 2422.

Jeppar

Gullmoli til sölu! Honda CR-V árg. 2004 ekinn aðeins 10.500 km. Verð 2.750.000 áhv. 2.100.000. Engin skipti. Uppl. í síma 860 2401.

S. Musso '88 til sölu. Vel með farinn. Ekinn aðeins 84.000 km. Breyttur f. 33" dekk. Sérsmíðuð grjótgrind. Dráttarkrókur. Verð kr. 1.350.000. Hugsanleg skipti á yngri og dýrari jeppa, breyttum. Uppl. í síma 554 4751.

Montero Endeavour árgerð 2004 til afgreiðslu strax. Ameríkujeppinn frá Mitsubishi. Sérstaklega sparneytinn en kraftmikill bíll á 17 tommu álfelgum. Ekinn 47 þús. km. Þú ræður verðinu Gerðu okkur tilboð! Nýtt, Allt að 5 ára ábyrgð. BílaUppboð islandus.com

Ford Excape árg. 2005 ekinn 28 þús. Leður, sóllúga, cruise control og fl. Verð 3,2 millj. Uppl. í síma 847 8209.

Ford Expedition Eddie Bauer 2000 til sölu. Ekinn 51. þ mílur. Bíllinn er tjónaður, sjá www.birting.net/tjon/tjon.html Verð 1.200 þ. S. 695 3413.

Pallbílar

Mazda E 2000 árg. '92, ek. 119 þ. km, í ágætis standi, gott viðhald. Verð 250 þ. Góður staðgr. afsl. Uppl. í síma 898 4791.

Húsbílar

Álbox húsbíla KE Málmsmíði, Hamarshöfða 5. S. 587 0626 & 696 3522.www.ke.is

Ford Transit '94, einn með öllu, t.d. sjónvarpsflatskjár, bakkmyndavél, svefnpláss fyrir 4, ísskápur með frysti, heitt og kalt vatn, wc og sturta, ný framdekk. Bíll í góðu lagi. Ekinn 144 þús. Verð 2,4 m. Gæti hugsanlega tekið mikið ódýrari húsbíl uppí. Uppl. í s. 821 2112.

Nýr húsbíll Ford Rimor Superbrig 07/2005 2,4 Turbo, afturhjóladrifinn. Tvöfalt að aftan. Vandaðar innréttingar. Verð 6,8 millj. Uppl. í síma 896 3470 & 552 3822.

Renault Trafic árg. '90, einn með öllu, verður að skoðast. Tilboð. S. 894 2453 & 436 1238.

Mótorhjól

Kawasaki ZX9R '96, v. 575 þ. Honda VTR1000F '99, v. 699 þ. Ath skipti á Enduro. S. 693 1042.

Suzuki Intruder 750, árg. '87, ek. 12 þús. 490 þús. S. 695 3621. Algjör gullmoli.

Icebike auglýsir. www.icebike.is. S. 867 1282 og 421 5452.

Til sölu Honda CBR F3 árg. '98, ek. 11 þús. Nýsprautað og vel með farið. Verð kr. 650 þús. Uppl. í s. 821 6368.

Rm 250 2003 árgerð. Ný dekk að framan og aftan, nýr stimpill, skipt um olíu á 4 tanka fresti, búið er að fara yfir það allt og er það í 100% standi. Tilboð 420.000. S. 863 5593.

SAMLESNAR AUGLÝSINGAR

! 90,9 Bylgjan FRÉTTABLAÐIÐ Létt 96,7 vísir

Rafhlöður!
Glóey, Ármúla.

Jeppakerrur,
Víkurvagnar

Luktir og vasaljós!
Glóey, Ármúla.

Hemlahlutir í bíla
Fálkinn

Rafmótorar – gírmótorar
Fálkinn

Ekorthafar athugið, 15 prósenta aukaafsláttur af öllum útileguvörum í Hagkaupum þriðjudaginn 26.júlí.
Ekort.is

Borðviftur!
Glóey, Ármúla.

Framlengingarspeglar
Víkurvagnar

Legur í bíla
Fálkinn

Yamaha hljómborð.
Hljóðfærahúsið Laugavegi 176

Antik.
Uppboð.is

Útsölulok.
Ótrúlegt verð, stakar buxur 1900,-
Herrafataverslun Birgis.

Postulín.
Uppboð.is

Ársalir Fasteignamiðlun,
533-4200.

Breytiklær!
Glóey, Ármúla.

Engin rigning við Ísafjarðardjúp.
Reykjanes við djúp.
Sími: 456-4844.

Gamla góða Kaupmannahöfn.
www.salkaforlag.is

Kajakferðir.
kajak.is

Tölvur, tölvuviðgerðir.
Tölvukaup

hamraborgkopavogi.is

Gasskynjarar!
Glóey, Ármúla.

Uppboð.is
Íslenskur uppboðsvefur.

Gólfviftur!
Glóey, Ármúla.

Vantar þig andlegt lesefni?
Andrés Önd og Myndasögusyrpur á næsta blaðsölustað.
Edda-útgáfa.

Árbæjarsafn er opið
alla daga í sumar.

Skartgripir.
Uppboð.is

Gullvörur.
Uppboð.is

Ársalir Fasteignamiðlun,
www.arsalir.is

Ferðaútvörp!
Glóey, Ármúla.

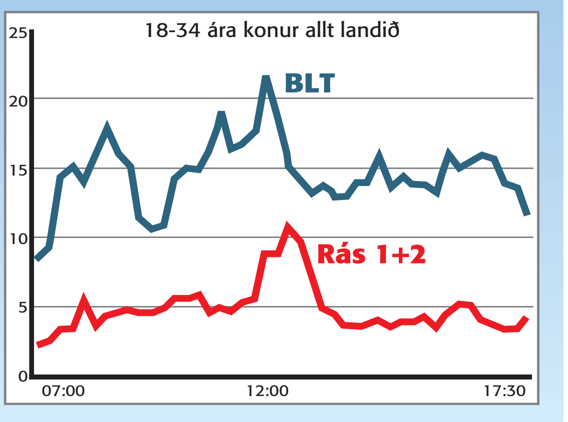
Dráttarbeisli
Víkurvagnar

Ekki gleyma að taka Andrés Önd með í fríið.
Edda-útgáfa.

Smáauglýsingasími Blaðsins, 510-3737
Þar sem smáauglýsingarnar kosta aðeins
555.- krónur stykkið.

Eitt símtal - meiri útbreiðsla - lægra verð

Hringu í síma 550 5000 og fáðu auglýsinguna þína lesna samdægurs á Bylgjunni, Létt og Talstöðinni og birta í smáauglýsingum í Fréttablaðinu og á vísir.is
Mun fleiri en áður lesa og heyra auglýsinguna þína á einfaldan og ódýran hátt.



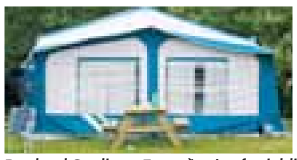
Hjólhýsi

Til sölu Hobby 440 SF árg. 2005, með föstu rúmi. Hentar vel fyrir fólksbíla. Lúxushús á góðu verði. Uppl. í síma 663 2555.

LMC 475RD Munsterland árg. '05 m/sólarsellu, fortjaldi og fl. Uppl. í s. 660 1304.

Lítið krúttlegt pólskt hjólhýsi til sölu, árg. '89, mjög vel með farið, hentar vel fyrir 2-3. Tilboð óskast. Uppl. í s. 557 1861 & 821 1861.

Fellihýsi



Portland Sterling 9Ft með stóru fortjaldi ca 10fm. Ísskápur með frysti, miðstöð, eldunaraðstöðu og vaski. Verð 450 þ. Upplýsingar í síma 896 3938.

Fellihýsaleiga.
Til leigu fellihýsi og tjaldvagnar. Sími 899 6277 & 461 5077, Tjalda og Seglaþjónustan ehf, Óseyri 6c, Akureyri.

Palomino Colt árg. '00 upphækkað um 2", ný stærri dekk, sólarsella, svefntjöld, 220 v. Verð 580 þús. stgr. Uppl. í s. 566 8689 & 892 5566.

Til sölu fellihýsi Coleman Taos árg. '00. Fortjald, nýr rafgeymir. Verð 720 þús. Uppl. í s. 863 0300 og 660 3705.

Til söli Starcraft fellihýsi með fortjaldi. V. 400 þús. Uppl. í s. 861 8833.

12 feta Fleetwood fellihýsi '97 til sölu. Uppl. í s. 822 7852 & 821 7852.

Coleman Cheyenne '99 (framl.'98) til sölu með sólarsellu, ísskáp, 2 gaskútum ofl. V. 680 þús. S. 895 9298.

Til sölu Coleman Redwood '01 með fortjaldi og sólarsellu. Uppl. í síma 660 0499.

Palomino Yerling fellihýsi árg. 2000, vel með farið, til sölu, verð 750 þús. Uppl. í síma 865 1829.

Til sölu Coleman Yukon 10 feta árg. '97 með fortjaldi. Uppl. í síma 897 5193 & 567 5193.

Til sölu Coachmen Hunter 1060 ST '01. Lítið notaður og vel meðfarinn. Uppl. í s. 848 3146.

Til sölu 10 feta Starcraft fellihýsi með geymslukassa að framan, ísskáp, eldavél, vask og nýju ferðaklósetti, sólarrafhl, 2 geymum, stereogræjum og fortjaldi. V. 500 þ. S. 868 5876.

Jayco 10 fet árg. '95 sólarsella, stórt nýtt fortjald, ný dekk, 2 kútar, stór rafgeymir. Í góðu lagi. Verð 550 þús. Uppl. í síma 822 8983.

Til sölu Viking fellih. '99. Fortjald, 70w. sólarsella og geymslukassi. S. 866 6323 eftir kl. 18.

Conway Cruiser árg. '94, sterkt og gott hús, stórt fortjald. Verð 390 þús. Uppl. í s. 899 1612.

Glæsilegur 12 feta Fleetwood Utah 2005 til sölu, í vagninum er m.a. sólarsella, hleðsla í akstri. Upphækkaður, grjótgrind, CD með MP3, skyggni/mofortj. 12/220v, ísskápur, ofl. ofl. Vagn m/öllu fyrir vandláta. Skoðum skipti á jeppa. Uppl. í síma 867 7996.

Coleman Cayanne fellihýsi árg. '01, upphækkað, með heitu og köldu vatni, 220 v. tengi. Uppl. í s. 893 7336.

Til sölu Coleman Colembia árg. 1990, með rafmagni, aðeins 2 eigendur, vel með farið. Verð 340 þús. Uppl. í s. 696 4819 & 698 3106.

Tjaldvagnar

Til sölu Montana tjaldvagn með fortjaldi árg.'99 í góðu standi. Verð 270 þús. Uppl. í s. 892 1650.

Camplet tjaldvagn '91 til sölu. Verðhugm. 220 þús. S. 616 2252.

Til sölu gamall Combi Camp með nýju fortjaldi. Verðhugmynd 120 þús. S. 694 2116.

Compi Camp Family árg. 2000, góður og vel með farinn vagn með geymslukassa og beisli. Uppl. í s. 896 1168.

Montana tjaldvagn '94. Upph. á 13" dekk, á fjöðrum og dempurum, fortjald og kassi á beisli. V. 220 þ. S. 822 0767.

Gamall Combi Camp með fortjaldi til sölu verð 100.000 kr. Uppl. í s. 892 2820.

Til sölu Camp-let árg. '01. Uppl. í síma 892 9097.

Til sölu Combi Camp árg. '94. Íslensk tjöld, farangurskista og fleira. Verð 200 þús. Til sýnis eftir kl. 17. Nánari uppl. í s. 893 8808.

Vinnuvélar

Til sölu ford 4100, verð 250 þ. Uppl. í síma 566 7032.

Caterpillar 140G til sölu, árg. '90. Keyrð ca 15 þús. vinnustundir. Með nýlegum slope og lazerbúnaði. Mjög gott tæki. Uppl. í s. 892 5195.

Case CX 210 (Sumitomo) beltagrafa til sölu. '03, ek. 1100 vinnust. 800 mm spyrnur, hraðtengi, vökvalagnir f/fleyg ofl. Verð 7,0 millj. + vsk. S. 892 5195.

Óska eftir gamalli traktorsgröfu. Má þarfnast lagfæringa. Skipti á traktor koma til greina. S. 892 1418.

Lyftarar

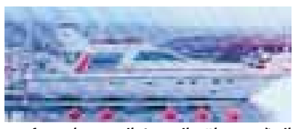
Allar gerðir af vinnulyftum til leigu. Góð tæki & betra verð. Armar ehf s. 565 4646 & 660 1700. www.armar.is

Komatsu PW150 ES-6
árgerð 1999, vinnustundir 11.900.
Tilboðsverð
3.000.000.- án/vsk

Brettatjakkar 2500 kg, frábært verð 25.000 án vsk. Partur-Spyrnan-Lyftarar ehf. Eldshöfða 10. S. 585 2500.

Bátar

Til sölu ál-kanó léttir og meðfærilegir, aðeins 32 kg. Stöðugir og viðhaldsfríir, þola geymslu útivið allan ársins hring. S. 895 1826 & 566 7887. hjakrissa@simnet.is



46 feta skemmtibátur til sölu, Verð tilboð óskast. Ýmis skipti mögul. Uppl. í s. 892 5195.

Færeyskur trébátur (langæringur) í góðu standi til sölu. Tilvalin við sumarbústaðinn. Upplýsingar gefur Jóhannes í síma 565 1213 eða 893 6435.

Jetski til sölu, Seadoo GTX árg. '04, 185 hö, ek. 8 tíma, kerra fylgir. V. 1.150 þús. Engin skipti. Uppl. í s. 896 1751.

Gúmmíbátar og Gallar
Viðgerðarþjónusta, 10 ára reynsla. Seago björgunarbátar & vesti. 4ra manna bátar til leigu. S. 660 7570 www.gummibatar.net

Bátaland, allt til báta.
Utanborðsmótorar, bátahlutir, dælur, öryggisbúnaður, bátar, þurrkubúnaður og margt fleira.
Bátaland, Óseyrarbraut 2 Hafnarfirði S. 565 2680, www.bataland.is

Bílaþjónusta

Hjólbarðar

Tilboð á sumardekkjum t.d. 155/80 x 13 frá kr. 3980 175/65 x 14 frá kr. 4800 195/65 x 15 frá kr. 5600 Hjólbarðaviðgerð Kópavogs, Hjólkó, Smiðjuvegi 26. S. 557 7200.

Varahlutir

Bílakjallarinn Stapahrauni 11, s. 565 5310. Sérhæfum okkur í VW, Toyota, MMC, Suzuki og fl.

Partar Kaplahrauni 11, s. 565 3323. Varahlutir í bíla þ.á m. Ford, Opel, Suzuki, Mazda, VW, Daewoo. Kaupum bíla til niðurrifs.

Partasalan VTS, s. 421 8090. Toyota, Nissan, Opel, Audi 100-95, Suzuki, Lancer. Opið virka daga frá 8-18, laugard. 10-15.

bilapartar.is
Bílapartar, erum flutt í Grænumýri 3 Mosfellsbæ, s. 587 7659. Erum eingöngu með Toyota. Kaupum Toyotabíla. Opið virka daga frá 10-18.

Partasalan Skemmuvegi 30, sími 557 7740. Eigum varahluti í Volvo, Opel, Nissan, Toyota, Renault, Honda og fleira.

Peugot-Citroen.
Peugeot, Citroen. Er eingöngu að rífa Peugeot og Citroen. Franskir bílapartar ehf. S. 587 8200 & 694 9117.

Bílhlutir, Drangahrauni 6, S. 555 4940. Sérhæfum okkur í Volkswagen, Skoda og Daihatsu. Eigum einnig varahluti í fleiri tegundir bíla. Kaupum bíla til niðurrifs.

Bílapartasalan Ás
Skútahrauni 15B, s. 565 2600. Honda, Mazda, MMC, Nissan, VW. Notaðir varahlutir í flestar gerðir bíla, Kaupum bíla til niðurrifs.

Hedd 557 7551
Bílapartasala sem sérhæfir sig í MMC, Nissan, VW, Subaru, Skoda og fl. Opið mán-föst 9-18.

Vélbúnaður og bodyhlutir í VW Golf, Polo og Yaris '98 og yngri. Einnig Airbag. Kaupi bíla. Uppl. í s. 554 1610 & 892 7852.

S. 555 3560
Bílapartar og Þjónusta eigum varahluti í flestar gerðir bíla. Dalshrauni 20.

Aðalpartasalan s. 565 9700
Kaplahrauni 11 HF. Eigum varahluti í Hyundai, Peugeot, Mazda, MMC, Opel og fl. Kaupum bíla til niðurrifs.

KEYPT & SELT

Til sölu

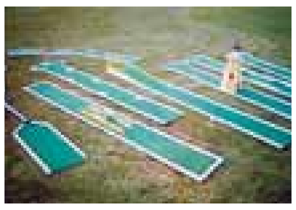
Full búð af nýjum vörum frá Austurlöndum. Frábært úrval. Vaxtalausar léttgreiðslur. Sigurstjarnan, S. 588 4545. Fákafeni (bláu húsin) Opið 11-18 virka daga og 11-15 laugardaga.

Bílskúrssala á búslóð
Ásamt fatnaði og öllu milli himins og jarðar. Verður fram á föstudag frá kl. 11-21.00. S. 846 2200, Njálsgata 43.

Þvottavélar
Til sölu nokkrar notaðar þvottavélar. Tökum bilaðar uppí. Sími 847 5545.

Seljum Porta Potti ferðaklósett og fylgihluti, s.s. hreinsivökva og ferðaklósettpappír. Verslaðu við traustan aðila. Seglagerðin Ægir, Eyjarslóð 5-7, sími 511 2200.

Útsala - útsala
Fyrstur kemur, fyrstur fær. Markaðsþjónn/Töfrateppið, 30 - 70 % útsala, leðurjakkar, húsgögn handhnýtt persknesk teppi og gjafavara. Rangárseli 4. Opið 13 - 18 virka daga, laugard. 12-16. S. 534 2288 & 864 0580.



Minigolf
9 holu minigolfvöllur til sölu. Skemmtilegt sett. Upplagt fyrir félagssamtök, útihátíðarsamtök og þjónustumiðstöðvar. Síðasta sett sumarsins. Upplýsingar í síma 847 7995 & 699 2698.

2ja ára, mjög lítið notaður svefnsófi frá Línunni. Uppl. í síma 557 8776 & 865 8212.

Til sölu vegna flutnings hv. sófas. 3+1, Queen Size rúm, elshúsb. m. 4 stólum & Fagor íssk. 60x180. S. 860 2320.

Til sölu 4ra mán. 3ja sæta sófi og sófaborð. Einnig playstation 2 tölva með 2 leikjum og öðrum aukahlutum. S. 561 8880 & 698 8718.

1 árs gömul þvottavél og barkalaus þurrkari til sölu. Uppl. í síma 698 0899.

Óskast keypt

Kaupum gamlar vínylplötur, gott verð, góð tilboð. Uppl. í s. 698 8629.

Hljóðfæri

Leigjum og seljum hljóðkerfi stór og smá. JBL, Crown, AKG HljóðX. Grensásvegi 12 sími 553 3050.

Harmonikur frá kr. 29 þús. Ýmsar stærðir. Uppl. EG-tónar, sími 462 7374.

Sjónvarp

Sjónvarps/videoviðgerðir. Afsl. til elli/öryrkja. Sækjum. Litsýn, Síðumúli 35, s. 552 7095.

Tölvur

Þarftu aðstoð við tölvuna? Viðurkenndur af Microsoft. 10 ára reynsla. S. 616 9153 (Friðrik). Frá kl 8-23.

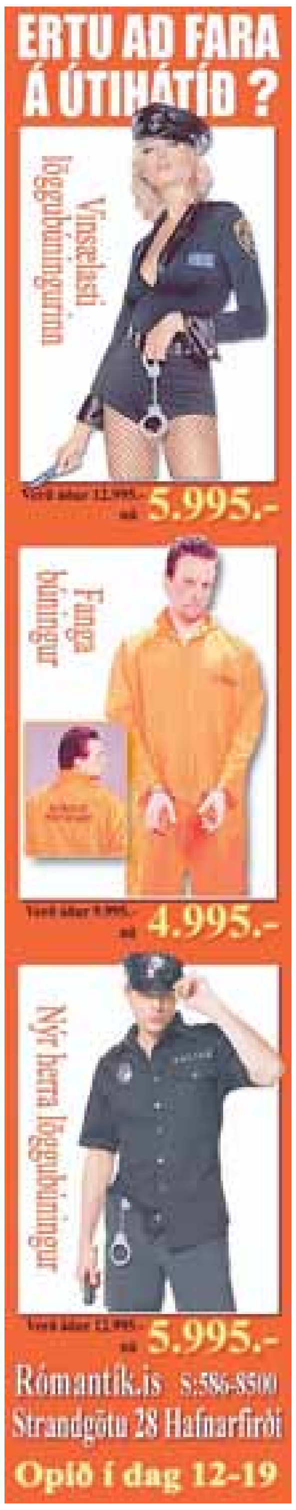
Ódýrar tölvuviðgerðir!
Alhliða tölvuviðgerðir og uppfærslur. Uppl. í s. 899 8894 eftir kl.18:00.

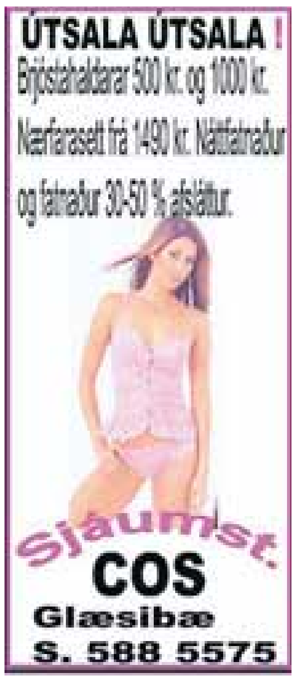
TIL SÖLU

Til bygginga

Pallaefni. Eigum fyrirliggjandi Massaranduba pallaefni 25 x 145mm. Endist í áratugi. Efnissalan ehf. S. 554 5400.

Verslun





Útsalan er hafin. 20-50% afsláttur af öllum sumarvörum. Opið frá 10-18 virka daga. ATH lokað á laugardögum í sumar. H-Gallerí Grænatúni 1, Kóp. S. 554 5800.

Sportlegu Heilsuskórnir
Sportlegu Heilsuskórnir komnir aftur, 8 litir, stærðir 35-41, verð 3.990 kr. La Vida Laugavegi 51, Náttúrubúðin Hverагerði, Töff Föt Húsavík. Gallerý Freydís Laugavegur 59

ÞJÓNUSTA

Barnagæsla

Áreiðanleg og vön unglingsstúlka í Garðabæ óskar eftir að passa börn. Er sveigjanleg með vinnutíma. Meðmæli ef óskað er. Áhugasamir hringi í Dísu í síma 565 5499.

Hreingerningar

Gluggatjaldahreinsun og tækniþrif.
Hreinsum flestar gerðir gluggatjalda t.d rimla, strimla og plíserðuð. Einnig sjónvörp, tölvur, lyklaborð o.fl. sót af brunamunum.
Bónbræður ehf, Hjallahrauni 8, s. 699 8403 & 896 5066 www.bonbraedur.is.

Nostra Hreingerningarþjónusta. Tökum að okkur fyrirtækja-, heimilis-, flutnings-, stigagangaþrif og teppahreinsanir. Uppl. í s. 824 1455 eða senda fyrirspurnir á nostra@nostra.is

Garðyrkja

Túnþökur.
Túnþökurúllur, túnþökur og holtagróður ávallt fyrirliggjandi
Túnverk ehf. 892 3666 Gylfi Jónsson

Garðsláttur og umhirða.
Njóttu sumarsins og láttu mig sjá um garðinn. Tek að mér slátt og almenna umhirðu að garðinum, fyrir einstaklinga, fyrirtæki og húsfélög.
Kem á staðinn og geri tilboð að kostnaðarlausu.
S. 869 3028.
Ásmundur.

Garðsláttur, klippingar og önnur garðvinna. Sumarkveðja! Draumagarðar draumagardar@vortex.is

Vorfáni - Hellulagnir
Varmalagnir og drenlagnir ásamt tengingum. Tiltekt í görðum og önnur verk.
S. 892 9141 eða 861 9142.

Tökum garðinn í gegn!
Sláum gras, klippum/fellum tré, hreinsum beð, eitrum tré og túnfífla, þökuleggjum, helluleggjum og margt margt fleira. Gerum góð tilboð.
Sláttumenn -Garðaþjónusta. Þórhallur s. 846 0864 Hjörleifur s. 868 2667.

Túnþökur til sölu. Heimkeyrsla í RVK innifalin. S. 847 5007 grassalan@simnet.is

Túnþökusala Oddsteins
Gerum tilboð í minni og stærri verk. tek einnig að mér lagningu. Steini. s. 663 6666/663 7666

Tökum að okkur hellulagnir og ýmis önnur verk. Steinaflatir Uppl. s. 699 8826.

Bókhald

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

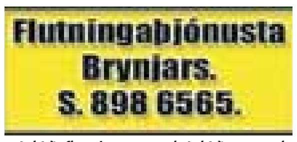
Málarar

Málari, tek að mér smærri verk. Helst inniverk. Eyjólfur. S. 867 4325.

Meindýraeyðing

Alhliða meindýraeyðing í heimahúsum s.s. geitungar, stari, mýs o.fl. S. 898 2801.

Búslóðaflutningar



Búslóðaflutningar og búslóðageymsla. Stór bíll. Gerum tilboð í flutning út á land. S. 898 6565. Flutningaþjónusta Brynjars.

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

Húsaviðhald

Eignarviðhald SF
Steypuviðgerðir, lekavandamál, þakrennuuppsetningar, þakásetningar, þak-og gluggamáling. Trésmíðavinna. Tilboð og tímavinna.
Áratugareynsla og fagmennska. S. 854 7449, 864 7449 og 565 7449

Móðuhreinsun glerja & háþrýstiþvottur!
Er komin móða eða raki á milli glerja? Háþrýstiþvottur húseigna. Móðuhreinsun, Ólafur í s. 860 1180.

Tek að mér allt alm. viðhald húsa, s.s. málun, múrun og trésmíðavinnu. Föst tilboð eða tímavinna. S. 616 1569.

Getum bætt við okkur verkefnum í flísalögnum, parketlögnum, málningu og öðrum viðhaldsverkum. Uppl. í síma 824 7587.

Get bætt við mig verkefnum í glugga og hurðasmíði. Tilboð eða tímavinna. Uppl. í s. 862 7894.

Stífluþjónusta

Fjarlægum stíflur úr WC, vöskum og fl. Röramyndavél og viðgerðir á frárennslislögnum. Stífluþjónusta Geirs, s. 697 3933.

Tölvur

Þarftu aðstoð við tölvuna? Kem á staðinn og geri við. Viðurkenndur af Microsoft. 10 ára reynsla. S. 616 9153 (Friðrik). Milli kl 8-23 alla daga.

Ódýrar tölvuviðgerðir. Kem samdægurs í heimahús. Kvöld- og helgarþjónusta. 695 2095.

Tölvuvandamál? Kem á staðinn. Viðurk. af Microsoft. Mikil reynsla. Ríkharður s. 898 0690, til kl. 23 alla daga.

Spádómar

Alspá 908-6440
Orkulaus? óþarfi. Nýjar leiðir, miðlun og huglækningar. 10-22. Y.Carlsson.

Spásíminn s. 908 5666. Ársspá 2005. Stjörnuspá, draumráðningar (ást og peningar), andleg hjálp. Trúnaður.

Dulspekisíminn 908 6414. Símaspáindraumaráðn. Spák. Yrsa í beinu sambandi. Hringdu núna!

Örlagalínan 908 1800 & 595 2001
Miðlar, spámiðlar, tarotlestur, draumráðningar. Fáðu svör við spurningum þínum.

Hanna 908-6040
Andleg leiðsögn, miðlun, tarot, spilaspá, draumar, og huglækningar. Frá kl. 13 til 01.

908 6116 er spákonan Sirrý. Ástir, fjármál, heilsa. Tímap. í s. 823 6393.

Múrarar

Húseigendur, Húsfélög Ath. Múrarameistari sérhæfður í sprungu og tröppuviðgerðum er að bóka ágúst. Vönduð vinna. Uppl. í s. 896 5778 & 567 6245.

Rafvirkjun

Viðgerðir

PÍPULAGNIR VIÐGERÐAÞJÓNUSTA.
Nýlagnir/ breytingar almennt viðhald.
Sími 897 6613. Gísli Steingrímsson. Löggiltur pípulagningarmeistari.

Smávélaviðgerðir: Garðsláttuvélar, sláttuorf, sláttutraktorar, garðlýsing, jarðvegsþjöppur, dælur, kerrusmíði, Gokart þjónusta, keðjusagir, hekkklippur, rafstöðvar. Vélverk JS S. 554-0661. www.velaverkjs.is

Loftnetsuppsetningar og -viðgerðir. Innanhúsviðgerðir og nýlagnir. Vönduð vinna. Loftnetsþjónustan Signal. S. 898 6709. Lítil bið.

HEILSA

Heilsuvörur

15 kíló farin með Shape-works. Borðið og grennist! Edda S. S. 861 7513 & 820 7547.

Frábær líðan. Alveg síðan, Herbalife www.eco.is Erla Bjartmarz erla@eco.is 899 4183.

Léttari og hressari með Herbalife. www.dagamunur.is og herbalife@mmedia.is s. 891 8902, Ásta.

Fæðubótarefni

Viltu léttast? Eða þyngjast? Þú getur það með Herbalife! Hafðu samband. Ólöf. S. 861 5356, olsiar@hotmail.com

Herbalife á toppnum í 25 ár! Shapeworks-Nouri Fusion www.arangur.is s. 586 8786.

Nudd

Vilt þú losna við bakverkina án lyfja og slaka á í leiðinni? Heilsustofa Lilju og Ella. S. 699 0858.

SKÓLAR & NÁMSKEIÐ

Námskeið

www.heimanam.is Námskeið í allt sumar Heimanám. Tölvufræðslan sími 562 6212. Við kennum allt árið.

Microsoft CERTIFIED Systems Administrator
Microsoft kerfisfjóranám hefst 5. september. Rafiðnaðarskólinn. www.raf.is s. 863 2186

HEIMILIÐ

Húsgögn

Tískustólar verð kr.14,900 www.rum.is snorrabraut 56 RVK s.551-5200 Glerárgötu 36 Akureyri 461-5300

Hvítur sófi úr Habitat og baststóll úr Ikea með hvítri setu fæst gefins gegn því að verða sótt. S. 891 8521.

Há Ikea koja 140x200 2ja ára til sölu. Einnig rúm 80x200. Uppl. í síma 868 4307.

Heimilistæki

Til sölu lítið notuð Teba eldavél 10000. Tveir pottofnar gefins. S. 820 7770.

Fatnaður

Allar viðgerðir, leðurviðgerðir og breytingar. Styttum buxur meðan beðið er. Saumsprettan v. Ingólfstorg. S. 552 0855.

Barnavörur

Leiðist barninu í bílnum? Bækur á cd-diskum fást á www.hljodbok.is og í b.búðum.

Dýrahald

Croft léttbúr fyrir hunda. Dýrabær, Hlíðasmára 9 kóp. Opið mán - föst 11:30-18:00, laugardaga 11-15:00. Sími 553 3062.

Hundabúr-Hvolpagrindur
Full búð af nýjum vörum. 30% afsl. af öllu. Opið mán. til föst. 10 til 18, laugard. 10 til 16, sunnd. 12 til 16. Tokyo Hjallahrauni 4. Hfj. S. 565 8444.

3 fallegir 8 vikna kassavanir kettlingar fást gefins. Uppl. í s. 691 1055.

Labrador hvolpar til sölu, heinræktaðir. Tilbúnir til afhendingar. Uppl. í s. 899 0817.

póst húsið

Ef þú hefur áhuga að slást í hóp blaðbera hafðu þá endilega samband í síma **5858330.**

Okkur vantar blaðbera í eftirtalin hverfi:

Á virkum dögum:
101-13 Laugavegur, Snorrabraut
101-20 Framnesvegur
101-21 Blómvallagata, Brávallagata, Hringbraut, Ljósvallagata, Ásvallagata
101-22 Hávallagata, Túngata
101-39 Bjarkargata, Hringbraut, Suðurgata, Tjarnargata
101-49 Aðalstræti, Lækjargata, Pósthússtræti, Tryggvagata
104-02 Brúnavegur, Dyngjuvegur, Kleifarvegur, Kleppsvegur, Vesturbrún
104-03 Laugarásvegur, Sunnuvegur
104-14 Drekavogur, Hlunnavogur, Njörvasund, Sigluvogur
104-20 Skeiðarvogur
105-29 Gullteigur, Hrísateigur, Kirkjuteigur, Silfurteigur
107-01 Hringbraut
107-02 Reynimelur
107-07 Birkimelur, Reynimelur, Víðimelur
107-08 Tómasarhagi
107-10 Dunhagi, Fálkagata, Smyrilsvegur, Þrastargata
107-17 Kaplaskjólsvegur, Nesvegur
107-27 Starhagi Lambhóll, Ægisíða
108-11 Breiðagerði, Búðargerði, Steinagerði, Teigagerði
109-20 Lindarsel, Látrasel, Lækjarsel, Melsel, Mýrarsel
109-21 Holtasel, Hryggjarsel, Hæðarsel
110-03 Hraunbær
110-09 Klapparás, Kleifarás, Lækjarás, Malarás
112-11 Logafold
112-36 Bakkastaðir
112-49 Frostafold
113-02 Maríubaugur
113-05 Ólafsgeisli
113-09 Grænlandsleið, Jónsgeisli
170-02 Lambastaðabraut, Nesvegur, Tjarnarból, Tjarnarstígur
170-05 Fornaströnd, Látraströnd, Víkurströnd
200-17 Hjallabrekka, Nýbýlavegur
200-48 Kársnesbraut, Litlavör
200-58 Auðbrekka
210-04 Kríunes, Súlunes, Þernunes
210-12 Iðnbúð, Smiðsbúð, Ásbúð
220-28 Lækjargata, Víðihvammur, Öldugata
220-33 Hringbraut, Reynihvammur, Strandgata
221-20 Blikaás, Lóuás, Spóaás
240-06 Arnarhraun, Borgarhraun, Leynisbraut, Leynisbrún, Staðarhraun
260-06 Borgarvegur, Grundarvegur, Reykjanesvegur
260-09 Fitjabraut, Klapparstígur, Sjávargata, Tunguvegur
270-24 Furubyggð, Grenibyggð
810-05 Breiðamörk, Heiðmörk, Hveramörk, Reykjamörk

Ýmislegt

Heitir pottar. Síðasta sending sumarsins. 8 manna pottar á frábæru verði, 85.000 stgr. S. 822 4200.

TÓMSTUNDIR & FERÐIR

Ferðalög

Beint 23.-28. ág.
5 d. ódýrt
frá kr. 39.900 m. gist.
Mest spennandi - nýtískulegasta - ódýrasta höfuðborg Evrópu.
Heimslistin - lífskúnstin með leiðsögn Ingólfs Guðbr. Heimskringla s. 861 5602.

Ferðaþjónusta

Sumarfrí við Eyjafjörð. Allt sem til þarf í gott sumarfrí: Gisting - grill - hestar - reiðhjól - kanó - golf - sund - hvalaskoðun - veiði - gönguferðir - nálægð við vinsæla ferðamannastaði. Gistiheimilið Árgerði við Dalvík. Sími 555 4212 og 862 2109 www.argerdi.com

Fyrir veiðimenn

www.sportvorugerdin.is

www.sportvorugerdin.is

Tóti Tönn og Ingó Ásgeirs fengu 42 laxa á þessa túpu. fæst á www.frances.is

Urriðinn er vitlaus í Hvítan Nobbler þessa dagana. Fæst á www.frances.is

Ódýrir og stórir maðkar til sölu! Silungs og laxa. Margra ára reynsla. Geymið auglýsinguna. S. 692 5133.

Þú færð allt í veiðiferðina í Veiðideild Intersport Bíldshöfða. Mikið úrval af beitu; maðk, makríl og sandsíli. Erum einnig með fallegar laxa- og silungaflugur, hnýttar af Dr. Jónasi Jónassyni (Dr. Frances). Yfirförum og smyrjum hjól að kostnaðarlausu og spólum uppá nýjar línur á meðan beðið er. Veiðideild Intersport Bíldshöfða.

Laxamaðkur! Maðkur til sölu. Uppl. í s. 898 3950.

Stórir laxamaðkar til sölu. Sími 869 0416.

Hestamennska

Óska eftir 2ja til 4ra hesta kerru, má þarfnast lagfæringa. Uppl. í síma 893 0251.

HÚSNÆÐI

Húsnæði í boði

Leigjendur, takið eftir! Þið eruð skrefi á undan í leit að réttu íbúðinni með hjálp Leigulistans. Kíktu inn á www.leigulistinn.is eða hafðu samb. við okkur í s. 511 1600.

Stórt herbergi til leigu í miðbæ 101 RVK frá 13. ágúst í 3 mán. S. 869 9766.

Til leigu 105 tvílift 82 fm einbýlishús með sérgarði, inng. og sér stæði á frábærum stað í bænum, barnvænn staður og eftirsótt hverfi. Leigist aðeins skilv. og reglus. Laust frá og með 15. sept eða fyrr. S. 846 0408.

Sumarhús á Spáni
Til leigu íbúð með 3 svefnh. kælingu og fl. Laus vikurnar 17.-31. ágúst á Caboroig við Torrevieja. Leiguv. 30 þ. vikan. (Örfá flugsæti laus). Uppl. í s. 821 8883 Siggi.

Íbúð til leigu á Hverfisgötu, 101 Rvk. Björt og falleg 3ja herbergja (samliggjandi stofur og tvö svefnherbergi) 90.000 á mán. Leigist til eins árs. Upplýsingar í síma 694 3901.

Húsnæði óskast

3ja herb. íbúð, helst m. kjallaraherb. og staðsett í v-Kóp, allt að 80 þús. á mán. Uppl. í s. 517 1831 & 692 6858.

Ungt par óskar eftir íbúð til leigu á/við Akureyri frá 1. sept. Uppl. í s. 892 0965.

Reglusamt par utan að landi vantar 2ja herb. íbúð á höfuborgarsvæðinu sem fyrst. Erum reglusöm og í góðri vinnu. Langtímaleiga. Uppl. í s. 820 0509.

Óska eftir 2ja herb. íbúð á sv. 107 frá 01.08. Reglusemi og skilv. gr. heitið. S. 867 7105.

Fyrirtæki í ferðaþjónustu óskar eftir 3ja-4ra herb. íbúð í póstn. 101/105/107, óskast strax til enda ágúst fyrir erl. ferðamenn. S. 588 0000.

Par í námi óskar eftir 2ja herb. íbúð á svæði 101. Skilvísar greiðslur. Reyklaus og reglusöm. Uppl. í síma 868 8966.

Reglusamt par utan af landi óskar eftir íbúð á svæði 107 eða 101. Skilvísar greiðslur. S. 891 7707 & 891 7767.

Óska eftir 3ja herbergja íbúð á svæði 101, langtímaleiga, greiðslugeta 50-60 þús. Uppl. í síma 661 2488.

Óska eftir íbúð í RVK/nágr. RVK. 4+ herb. Fyrirfr.greiðsla, meðm. ef óskað. S. 821 0923 & 821 0924.

34ra ára reglusamur einstaklingur óskar eftir 2ja-3ja herbergja íbúð á höfuðborgarsvæðinu. Skilvísum greiðslum heitið. Greiðslugeta 65-70 þús. Sími 895 2220.

Sumarbústaðir

Sumarhús/heilsárhús. Selst ódýrt. Fullinnréttað með öllum nútímaþægindum. S. 895 8898.

70 fm heilsárshús til sölu. Tilbúið að utan og einangrað að innan. Uppítaka á nýlegum díseljeppa möguleg. 11 fm gestahús getur fylgt. S. 822 4200.

Bílskúr

Endabílskúr til leigu í Hafnarfirði. Tilboð óskast. Uppl. í s. 863 3796.

ATVINNA

Atvinna í boði

Fullt starf og hlutastarf
10-11 óskar eftir duglegu starfsfólki í verslanir sínar á höfuðborgarsvæðinu. Um almenn verslunarstörf er að ræða. Umsækjendur verða að vera fæddir '87 eða fyrr. Umsækjendur verða að vera þjónustulundaðir, vinnusamir og áreiðanlegir. Bæði er leitast eftir starfsfólki í fullt starf en einnig hlutastarf. Nú er rétti tíminn að tryggja sér vinnu með skóla í vetur.
Umsóknum skal skila á vefnum www.10-11.is.

FMH FASTEIGNASALA
517 9500

Eiður Arnarson

Viggó Jörgensson
lögg. fasteignasali

Sigursveinn Jónsson

Geir Þorsteinsson

Sonja Magnúsdóttir

Strandgötu 41 - 220 Hafnarfjörður - www.fmh.is   Opið virka daga frá kl: 9:00 – 17:00

Glæsilegar íbúðir að Eskivöllum 9 Hafnarf.

Eskivellir 9 A og B eru tvö samliggjandi stigahús með lyftu, annars vegar með 30 íbúðum og hins vegar með 24 íbúðum, á 6 hæðum. Húsið er steinsteypt á hefðbundinn hátt, einangrað og klætt að utan með báruformaðri álklæðningu þannig að viðhaldskostnaður er lágmarkaður á komandi árum. Íbúðunum verður skilað fullbúnum að utan sem innan, án gólfefna. Baðherbergin eru sérlega glæsileg, flísalagðir veggir og gólf með vönduðum flísum, hornbaðkar með nuddi og innbyggðum hitastýrðum blöndunartækjum og sturtu út úr vegg. Gólf í þvottahúsum verða einnig flísalögð. Vandaðar innréttingar frá MODULIA og öll tæki að vandaðri gerð.
Lóð og sameign fullfrágengin.
Sjá einnig: www.fmh.is

Stærðir og verð

3ja herbergja 79,9 til 86,9 fm, verð frá 15,9 millj.
3ja til 4ra herbergja 86,0 til 93,8 fm, verð frá 18,1 millj.
4ra herbergja 122,0 til 127,5 fm, verð frá 22,9 millj.
5 herbergja 138,9 fm til 142,1 fm, verð frá 23,4 millj.
22 stæði í bílakjallara

Annað:
Sérlega stórar svalir (16,2 til 21,9 fm)
Stór sérafnotaflötur á jarðhæð (28,0 til 37,5 fm)
Stutt í leik- og grunnskóla
Traustur verktaki Fagtak ehf.

FAGTAK ehf.

Allar nánari upplýsingar veita sölumenn.

Select og Shell

Starfsfólk óskast á stöðvarnar okkar á höfuðborgarsvæðinu. Um fullt starf er að ræða sem og hlutastörf. Umsækjendur verða að vera fæddir '87 eða fyrr og vera þjónustulundaðir, vinnusamir og áreiðanlegir. Unnið er á vöktum. Nú er rétti tíminn til að tryggja sér vinnu með skóla eða aðra aukavinnu fyrir veturinn.

Umsóknum skal skila á vefnum www.10-11.is.

Vantar starfsmann sem fyrst

Óskum eftir að ráða starfsmann í fast starf í bakarí okkar, ekki yngri en 20 ára.

Kökuhornið, Bæjarlind. Uppl. í síma 544 5566 & 897 0702.

Sumarstörf í boði

I boði eru sumarstörf við ræstingar þar sem vinnuhlutfall er 25 - 100%. Störfin eru margvísleg og unnin á öllum tímum sólarhringsins.
Upplýsingar á www.iss.is eða í síma 5 800 600.

ISS Ísland

Störf í boði

Höfum í boði störf við ræstingar á öllum tímum sólarhringsins.
Einnig helgarvinna í boði.

Upplýsingar á www.iss.is eða í síma 5 800 600.

ISS Ísland

Húsasmiðir, mótavinna.

Óska eftir að ráða 2-3 samhenta menn í mótauppslátt með PERI mótum.

Upplýsingar í síma 893 3322. Þil ehf byggingarfélag.

Ræsting í Smárahverfi

Fastráðning byrjar 27. júlí kl. 07.00 til 13.00 mán. til föstd.

S. 533 6020 raestir@raestir.is

Charlott á Íslandi, frönsk hágæða undirföt, vill ráða nú þegar sölufulltrúa um allt land. Nýjar glæsilegar haustvörur komnar. Mjög góðir tekjumöguleikar, nýtt nettengt sölukerfi. Þetta skaltu skoða nánar. Áhugasamar sendi tölvupóst með símanúmeri á charlott@simnet.is

Vilt þú vinna heima og byggja upp vaxandi aukatekjur? Þjálfun í boði 7-10 klst. í viku. Halldóra Bjarna hjúkrunarfræðingur, sími 861 4019 www.HalldoraBjarna.is

Óska eftir starfskrafti við uppsteypun húsa hvort sem er smiður eða vanur. Sími 893 0884.

Óska eftir 2-3 samhentum smiðum í tímabundið verkefni (6-8 mán). Uppl. í s. 893 1901.

Ræstingaþjónustan sf óskar eftir starfsfólki til starfa víðsvegar á höfuðborgarsvæðinu. Nánari upplýsingar gefur Margrét í síma 587 3111, virka daga milli kl. 13 og 16.

Pítan

Óskar eftir öruggum starfsmanni í eldhús, framtíðarstarf, vaktavinna. Góð laun í boði. Umsóknareyðublöð á staðnum og á pitan.is

Ræstingar

Vantar fólk í 50-100% vinnu. Allar upplýsingar um störfin eru í s. 578 1450. Nostra ehf.

Vantar vélstjóra m. 1000 hö í afleysingar í 1 - 2 vikur á ísrækjuskip. Uppl. s. 897 5090.

Bakarí

Starfskraftur óskast til afgreiðslustarfa í bakarí í Breiðholti hálfan daginn og aðra hvora helgi, ekki yngri 20 ára, helst reyklaus. Uppl. í s. 820 7370.

Bakarí Kaffihús

Starfskraftur óskast til afgreiðslustarfa í Bakarí í Skipholti. Ekki yngri en 20 ára, hálfan daginn og aðra hvora helgi. Uppl. s. 820 7370

Hótel vantar næturvörð allan ágúst, vinnutími 20-08. S. 588 0000

Óskum eftir að ráða trésmiði, mikil vinna framundan. Uppl. í s. 860 0866.

Byggingaverkamenn. Óskum eftir að ráða vana verkamenn, mikil vinna. S. 860 0866.

Atvinna óskast

Laghentur 48 ára fjölskyldumaður óskar eftir vinnu á höfuðborgarsvæðinu. Er reglusamur. Sími 659 2228.

TILKYNNINGAR

Tapað - Fundið

Er nágranni þinn kominn með nýja kerru ? Nýlegri kerru frá Víkurvögnum nr. 0.48.5 var stolið í Garðabæ aðfaranótt 23. júlí. Stærð 123x200 opnanleg að aftan og með prófíla ofan á skjólborðum. Einnig á 15" dekkjum og með beislishjóli. Vísbendingar berist til lögreglunnar í Hafnarfirði s. 525 3300.

Varmi

... við réttum og sprautum

Viljum ráða vanan réttingamann,

sem og vönum manni í Cabas tjónaskoðun.
Einnig viljum við ráða bílamálara.
Góð laun í boði fyrir fagmenn.

uppl. í síma 896-4214 & 564-2141.

Skólaskrifstofa Hafnarfjarðar

Lausar stöður

Leikskólinn Vesturkot

(565 0220 vesturkot@hafnarfjordur.is)

Lausar stöður leikskólakennara og einnig lausar skilavaktir.

Í leikskólanum er samheldinn starfsmannahópur og mörg spennandi verkefni eru framundan.
Æskilegt að umsækjendur geti hafið störf sem fyrst.

Allar upplýsingar veita Laufey Ósk Kristófersdóttir, leikskólastjóri og Lilja Kolbrún Steinþórsdóttir, aðstoðarleikskólastjóri í síma 565 0220.

Fræðslustjórinn í Hafnarfirði

HAFNARFJÖRÐUR

VELKOMIN TIL HAFNARFJARÐAR!
Hafðu samband og fáðu frekari upplýsingar um Hafnarfjörð og margvíslega starfsemi á vegum sveitarfélagsins hjá þjónustuveri bæjarins í **síma 585 5500** og á heimasíðunni **www.hafnarfjordur.is**

Til leigu

innkeyrslubil að Hjallahrauni 4, Hafnarfirði.

Samtals 290 fm þar af ca. 90fm milliloft, auk kaffistofu, móttöku og wc. Allt nýmálað og tilbúið til afhendingar.

Upplýsingar í síma 898-3420.

Öryggisgæsla Securitas á Reyðarfirði

VR FYRIRMYNDAR FYRIRTÆKI 2005

Vegna aukinna verkefna býðst áhugavert starf fyrir bæði konur og karla á aldrinum 25-55 ára. Staðbundin gæsla, vaktavinna.

Í boði er:
Um er að ræða störf öryggisvarða, bæði á byggingarsvæðinu þar sem Alcoa er að reisa álver og á íbúðasvæði Bechtel á Reyðarfirði.

Hæfniskröfur:
Umsækjendur þurfa að geta axlað ábyrgð, unnið sjálfstætt, vera vel agaðir og úrræðagóðir. Áhersla er lögð á áreiðanleika og þjónustulund. Hreint sakavottorð, bílpróf og almennt flekklaus ferill eru skilyrði.

Umsóknir:
Nánari upplýsingar veitir Helgi Einarsson í síma 896 2513. Umsækjendur geta skilað inn umsóknum á þar til ætluðum umsóknareyðublöðum á skrifstofu okkar Síðumúla 23 eða sent umsóknir á tölvupósti á helgis@securitas.is.

Umsóknarfrestur er til 3. ágúst 2005

Við erum til fyrirmyndar!
Samkvæmt árlegri könnun VR meðal starfsfólks 2000 fyrirtækja á Íslandi er Securitas meðal hinna efstu. Að launum hlýtur fyrirtækið viðurkenningu VR og nafnbótina
Fyrirmyndarfyrirtæki 2005

SECURITAS
Síðumúla 23 - 108 Reykjavík
Sími 580 7000 - Fax 580 7070

SÖLUFÓLK

Við leitum eftir nýjum liðsmönnum í eina öflugustu söludeild landsins. Fjölbreytt úthringiverkefni og góðir tekjumöguleikar fyrir rétta fólkið. Greitt er fast tímakaup ásamt árangurstengdum bónusum. Verkefni frá morgni til kvölds, alla daga vikunnar.

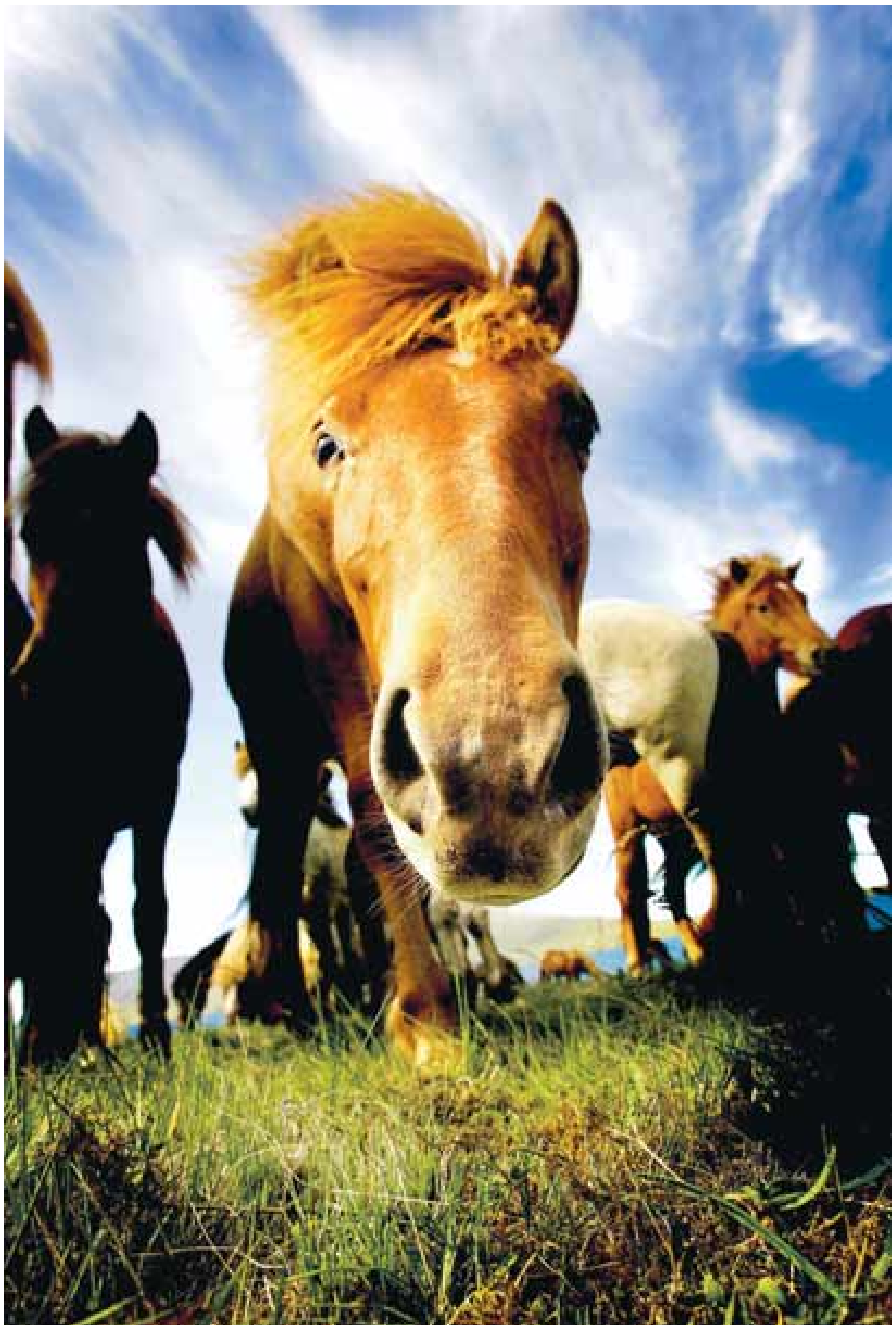
Nánari upplýsingar veitir Ólafía B. Rafnsdóttir í síma 696 6020. Umsóknir með ferilskrá má einnig senda á olafia.b.rafnsdottir@365.is

Ert þú sá besti?

365

365 er öflugasta fjölmiðlafyrirtæki landsins sem starfar á íslenskum ljósvaka- og prentmarkaði.

SJÓNARHORN



„Á hvað ertu að glápa, eins og eldgömul sápa?“ gæti þessi forvitni hestur verið að spyrja ljósmyndarann sem á dögunum rakst á þetta fallega stóð í Hvalfirðinum./Ljósmynd: Hari

HVUNNDAGURINN

Dansar gormadans fyrir litla frænda

Hvenær vaknarðu á morgnana?
Ég get vaknað þegar ég vil þessa dagana þar sem ég er í fríi. Það veltur á því hversu lengi ég er að lesa á kvöldin hvenær ég vakna, þannig að það er breytilegt og í raun allt leyfilegt. Yfirleitt vekur hún Hríma mig samt á morgnana.

Hvað er það fyrsta sem þú gerir þegar þú vaknar?
Ég byrja alltaf á því að knúsa hundinn minn hana Hrímu góðan daginn og svo hleypi ég henni út að pissa og fylgist örlítið með henni í garðinum.

Hvaða hluti dagsins finnst þér bestur?
Mér finnst notalegasti tími dagsins vera þegar ég er komin í ró upp í rúm og er að fara að lesa einhverja góða bók eða hitti á skemmtilegan sjónvarpsþátt fyrir svefninn. Kyrrð og fegurð bjartrar sumarnætur er líka engu lík.

Hvað gerir þú á kvöldin?
Á kvöldin fer ég oft út að ganga með hundana mína, Krummu (sem býr hjá ömmu sinni) og Hrímu, horfi svo á sjónvarpið og flakka á milli stöðva. Eins finnst mér gaman að sauma og prjóna. Svo er ég stundum að passa systurson minn, tveggja mánaða og þá dansa ég gormadansinn, sem ég bjó til fyrir hann með tilheyrandi söng.

Hvað er best við hvunndaginn?
Það besta er lífsflæðið. Áður en maður veit af þá er dagur að kvöldi kominn og þann dag skrapp maður ef til vill á kaffihús, hitti áhugavert fólk eða las um eitthvað nýtt og spennandi. Engir dagar eru eins en ef dagurinn líður stóráfallalaust fyrir sig þá er það í sjálfu sér ósköp ljúft og hversdagslegt að finna þetta eðlilega lífsflæði og vakna svo næsta dag.

Ragnheiður Clausen

!
Talstöðin
FM 90,9
ÞÚ HEYRIR ÞAÐ STRAX
Talstöðin færir þér fréttir oftar á sólarhring en nokkur önnur íslensk útvarpsstöð.

Við höfum flutt verslun okkar og hönnunarverkstæði ofar á Laugaveginn í rúmgott og bjart húsnæði að Laugavegi 52
Gull & Silfur
Sími: 552 0620

BRÚÐAR GJAFIR
...
Gallerí Fold
Kringlunni og Rauðarárstíg
LISTMUNASALA fold

Viltu nýta sumarið til góðra verka?
...næsta námskeið hefst 4. ágúst
Skráning á sumarnámskeið Hraðlestrarskólans er hafin á www.h.is og í síma 586-9400
HRAÐLESTRARSKÓLINN

Því bara Bónusfeðgar?

UMRÆÐAN
BAUGSMÁLIÐ

ALBERT JENSEN

En það veit örugglega ekki, að Jóhannes í Bónus svifti þrælsoki kaupmanna af almenningi. Sami maður og sonur hans virðast nú súpa seiðið af að hafa barið niður einokunarstarfsemi harðsvíraðs auðvalds sem græðgin hafði blindað á báðum.

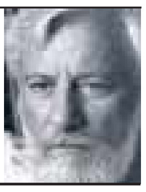
Nýlega spurði 22 ára gömul stúlka mig hvað yrðlingur væri. „Afkvæmi tófunnar“ svaraði ég: Hvað er tófa? spurði hún. „Refur og tófa er það sama og yrðlingur afkvæmið“ svaraði ég. Þessi stúlka nemur í háskóla. Nokkrar ungar manneskjur vissu ekki hverjir Bach, Beethoven og Mozart voru. Höfðu ekki heyrt minnst á skáldið Jónas Hallgrímsson, né Jón forseta. Líklega þarf því engan að undra, að þetta sama fólk umbreyti fegurstu kveðjum sem vitað er um, í ógeðfellda slangrið hæ og bæ. Undarlega algengt er að ungt fólk viti minna um fortíðina og umhverfið en til dæmis tíu ára börn fjórða áratugarins. Glaumgosum nægir að vita hvar knæpurnar eru. Ábyrgu fólki ekki. Þeir sem láta sér á sama standa um allt nema sjálfa sig, hafa óraunhæft mat á nær hverju sem er. Það veit líklega að Bónus býður betur. En það veit örugglega ekki, að Jóhannes í Bónus svifti þrælsoki kaupmanna af almenningi. Sami maður og sonur hans virðast nú súpa seiðið af að hafa barið niður einokunarstarfsemi harðsvíraðs auðvalds sem græðgin hafði blindað á báðum. Duglegt fólk sem ekki sá út úr vandanum þegar arðrán kolkrabbans stóð sem hæst, sér nú til sólar og þar á Bónus stóran þátt.

AÐ BREGÐA SÉR Í BÓNUS ER BARA FÍNT AÐ GERA. ÓTRÚLEGT HVAÐ FÆRÐU HÉR OG HUGGULEGT AÐ VERA.

Fyrirsjáanlega hagstæð viðskipti í öðrum löndum hafa verið rústuð fyrir syninum með fjandsamlega nákvæmum tímasetningum. Vonandi er ekki um ofsóknir að ræða, svo mikið sem þjóðin á undir að afgerandi duglegum mönnum gangi vel. Þeir feðgar hafa verið að skapa atvinnu og betri afkomu fyrir marga. Miðað við ótal aðra sem láta að sér kveða og hafa ef til vill ekki hreint mjöl í pokunum, líkist aðförin að Bónusfeðgum hornaveiðum. Ekki var Þórarinn V Þórarinnsson sóttur til saka í sumarbústaðamálinu. Hann var bara látinn taka pokann sinn og leystur út með fimmtán milljóna gjöf. Nokkru seinna var hann kominn í vinnu á vegum ríkisstjórnarinnar og þaðan lá leiðin í þjónustu við útlent skaðræðisfyrirtæki á Íslandi. Ekki má gleyma óheilindum þeirra er síst skyldi. Þar á ég við sviksemi ríkisstjórnarinnar gagnvart þjóðinni við sölu ríkisbankanna. Það arðrán verður aldrei hægt að réttlæta. Ráðherra bankamála, sem virðist meiri fulltrúi Framsóknar en þjóðarinnar, lét sér ekki muna um að axla ábyrgðina. Ráðherranum fannst sjálfsagt að þjóðargersemarnar í Landsbankanum fylgdu með í kaupunum. Það er ótrúlega margt sem ráðherranum finnst ekki skipta máli. Engu er líkar en menn hafi fengið lán í bankanum sem þeir svo keyptu með veði í honum sjálfum. Auðvitað væri slíkt ekki hægt nema sá sem þjóðin treysti fyrir eignum sínum hjálpaði til. Þannig má vera að óverðugir hafi orðið milljarðamæringar. Að vísu fellst viss snilld í að fjármagna margra milljarða kaup af loftinu einu saman. Fyrir slíka er reyndar engu að tapa, því ekki er peningum, heiðri né samvisku fyrir að fara. Þeir horfa bara tómlátum augum á rústirnar. Það gefur auga leið að brjálæðislegt kaupæði þeirra ábyrgðarlausu banka sem nú þykjast ávaxta pund landans býður hættunni heim. Nú tapa þeir sem eiga fé í bönkum öllu sínu, fari þeir á hausinn. Áður bar ríkið ábyrgðina. Nú er engin öruggur um sitt. Fólkið hefur ekki aðeins verið svift sameiginlegum eignum sínum, öryggið fór með. Takist bönkum og ríkisstjórn að eyðileggja Íbúðalánasjóð, eins og nú horfir, er verkið fullkomnað. Þegar svo er komið, geta bankarnir féflett fólk að vild sinni. Einkareknir bankar eru miskunarlaus gróðafyrirtæki, þar sem gjaldþrota maður er einskisvirði. Reyndar enginn sem ekki er hægt að græða á. Líklega eru bónusfeðgar blórabögglull, notaðir til að draga athygli almennings frá hinu raunverulega svínaríi. ■

Þögnin er saurug

UMRÆÐAN
BROTTFLUTNINGURINN FRÁ GAZA



URI AVNERY

Í Jerúsalem er múrinn, sem rífur palestínska íbúana á hol, að verða tilbúinn. Öryggissveitirnar skjóta á Palestínumenn (og ísraelska baráttumenn fyrir friði) sem mótmæla múrnum, sumir þeirra eru drepnir, aðrir særðir og margir eru handteknir.

Jæja, hvar er þetta vopnahlé? Munu Hamas og Jihad sprengja brottflutninginn frá Gaza í loft upp? Hvað er að gerast með Mahmoud Abbas?

Almennt er lýst yfir vopnahléi í einu af þremur tilfellum: Þegar önnur fylkingin hefur barið hina til hlýðni, þegar þriðji aðili þröngvar því upp á stríðsaðilana eða þegar báðar fylkingar eru úrvinda. Í okkar tilfelli hefur hvorugum hópnum tekist að sigra andstæðinginn. Hvorki Ísraelsher né Palestínumenn hafa veifað hvíta fánanum. Sverðin voru ekki slíðruð vegna þriðja aðila. Ameríkanar voru með veikan þrýsting og Egyptar reyndu líka að minna á sig. En í raun var enginn utanaðkomandi þrýstingur.

Það sem gerðist, var að báðir hóparnir þreyttust. Nokkurs konar pattstaða var komin upp og það hefði getað haldið áfram endalaust, engum til góðs. Palestínumenn hafa þjáðst mikið en þjáningar þeirra hafa ekki knúið þá til skilyrðislausrar uppgjafar.

Ísraelsher hefur ekkert svar við sprengikúlunum og Qassam-flugskeytunum sem héldu íbúum nálægra ísraelskra bæja á tánum en dugðu ekki til að tryggja hernaðarlegan sigur. Þreytan varð til þess að þeir sömdu.

En þetta vopnahlé var veikt frá upphafi. Í fyrsta lagi vegna þess að það var ekki gagnkvæmt, samþykkt opinberlega af hópunum tveimur. Það var ekki einu sinni kallað „vopnahlé“ (hudna á arabísku) heldur Ñró. Palestínska heimastjórnin samdi við vopnaðar sveitir Palestínumanna um að þeir legðu niður vopn og Sharon gaf í skyn gegn um milliliði að hann myndi gera það sama. Það er aumur grundvöllur fyrir vopnahléi.

Það er ekki skilgreint návæmlega í þessu þögla samkomulagi hverju hvor fylkingin verði að hætta. Fyrst báðir aðilar áskilja sér rétt til að „bregðast við“ ef annar gerir eitthvað sem hinn telur brjóta gegn vopnahlénu, og fyrst hvorki er dómari né gerðardómur, gæti soðið upp úr hvenær sem er. Á Gaza hætti Ísraelsher vissulega „útmiðuðum vígum“ og áhlaupum, en efldi þeim mun meira hatramma herför sína gegn Palestínumönnum á Vesturbakkanum.

Bygging múrsins, sem veldur því að tugir þúsunda palestínskra fjölskyldna búa við kvöl og fátækt, heldur áfram af fullum krafti. Í Jerúsalem er múrinn, sem rífur palestínska íbúana á hol, að verða tilbúinn. Öryggissveitirnar skjóta á Palestínumenn (og ísraelska baráttumenn fyrir friði) sem mótmæla múrnum, sumir þeirra eru drepnir, aðrir særðir og margir eru handteknir.

Á sama tíma er Ísraelsher önnum kafinn á öllum Vesturbakkanum. Herdeildir gera áhlaup dag og nótt, gera húsleit og handtaka eða drepa „eftirlýst“ fólk.

Brýtur þetta gegn vopnahlénu? Fylgismenn Sharons segja að svo sé alls ekki. Samkvæmt þeim nær vopnahléið einungis til Gaza. Palestínumenn líta hins vegar á þetta sem enn eina tilraun til að aðskilja Vesturbakkann frá Gaza, en það er innbyggt í áform Sharons um „brottfluttninginn“. Þeir mótmæla þessu auðvitað af öllum mætti. Oslóarsamkomulagið, sem var undirritað, og viðurkennt af alþjóðasamfélaginu, kveður sannarlega skýrt á um aðVesturbakkinn og Gaza séu eitt óaðskiljanlegt landsvæði.

Hverjir eru það þá sem brjóta gegn vopnahlénu? Þar sem hið „þögla samkomulag“ er ekki skráð og fer ekki út í smáatriði, er ekkert skýrt svar við því. Báðir aðilar halda því fram að hinn brjóti gegn vopnahlénu og sjálfir séu þeir aðeins að bregðast við.

Hvað eru Hamas og Jihad þá að bralla?

Þeir vilja auðvitað sýna brottflutning Ísraela frá Gaza sem sigur sinn, rétt eins og það var sigur fyrir Hizbullah-samtökin þegar Ísraelar hörfuðu frá Líbanon. Þess vegna juku þeir árásir með sprengjukúlum og Qassam-eldflaugum frá því að Sharon fyrirskipaði að leggja ætti niður landtökubyggðirnar í þessari viku, til að fyrirhugaður brottfluttningur væri svo gott sem öruggur.

Sú fullyrðing er ekki út í bláinn. Jafnvel barn fær skilið að Sharon drægi sig ekki frá Vesturbakkanum ef hann fengi að sitja þar í næði. Ein af ástæðunum fyrir að hann kýs að fara var að það var of dýrt fyrir her og ríkissjóð Ísraels að halda Gaza og verja landtökubyggðirnar.

Hrokafullt gortið í stjórnmálamönnum og hershöfðingjum Ísraels um hversu vel þeim hafi gengið að „sigrast á hryðjuverkum“ – eins og árásum Palestínumanna hafi ekki fækkað svona gífurlega út af vopnahlénu heldur vegna stærðarinnar hernaðarafreks – espaði palestínskar hreyfingar til að sanna hið gagnstæða.

En helsta tilefni Hamas snýr að innanríkismálum. Hreyfingin vill snúa velgengni sinni á vígvellinum yfir í pólitíska innistæðu. Þeir vilja umfram allt sanna að heimastjórninn geti ekki starfað án þeirra. Þar fyrir utan teyma Jihad, sem eru öfgafyllri, Hamas áfram (eins og Irgun var á sínum tíma teymd áfram af Stern hreyfingunni).

Sprengikúlu sem drepur Ísraelsmann er því í raun beint gegn Mahmoud Abbas.

Uri Avnery er rithöfundur, stjórnmálamaður og stofnandi ísraelsku friðarsamtakanna Gush Shalom. sjá betur á www.gush-shalom.org. Greinina í heild er að finna á skoðanasíðunni á vísi.is ■

...bara á
flugfelag.is
27. júlí – 2. ágúst
Verð miðast við flug **aðra leiðina. Bara á www.flugfelag.is** Takmarkað sætaframboð!
Milli Reykjavíkur og AKUREYRAR 5.199 kr.
Milli Reykjavíkur og BÍLDUDALS 4.999 kr.
Milli Reykjavíkur og EGILSSTAÐA 5.899 kr.
Milli Reykjavíkur og SAUÐÁRKRÓKS 4.999 kr.
Milli Reykjavíkur og ÍSAFJARÐAR 4.999 kr.
Milli Reykjavíkur og GJÖGURS 4.999 kr.
Milli Reykjavíkur og HORNAFJARÐAR 5.799 kr.
Milli Akureyrar og GRÍMSEYJAR 3.499 kr.
Milli Reykjavíkur og VESTMANNAEYJA 4.299 kr.
Milli Akureyrar og VOPNAFJARÐAR/ÞÓRSHAFNAR 4.499 kr.
Börn, 2ja–12 ára, í fylgd með fullorðnum, greiða 1.940 kr. aðra leiðina.
flugfelag.is
ÍSLENSKA AUGLÝSINGASTOFAN EHF./SIA.IS FLU 29057 07/2005

KAUPHÖLL ÍSLANDS [HLUTABRÉF]

ICEX-15 4.256 **+0,23%**

Fjöldi viðskipta: 164
Velta: 1.145 milljónir

MESTA HÆKKUN		MESTA LÆKKUN	
Landsbankinn	+1,65%	**Atorka**	-1,68%
Burðarás	+0,93	**Mosaic Fashions**	-0,75
Flaga	+0,64	**FL Group**	-0,68

HLUTABRÉF Í ÚRVALSVÍSITÖLU: Actavis 41,30 +0,24% ... Bakkavör 38,50 -0,52%... Burðarás 16,35 +0,93%... FL Group 14,50 -0,68% ... Flaga 4,70 +0,64% ...HB Grandi 8,40 +0,00% ... Íslandsbanki 13,75 +0,36% ... Jarðboranir 21,50 -0,46% ... KB banki 555,00 +0,00% ... Kögun 58,70 +0,00% ... Landsbankinn 18,50 +1,65% ... Marel 58,50 -0,68% ... SÍF 4,79 +0,00 ...Straumur 12,45 -0,40% ... Össur 78,00 -0,64%

viðskipti

Umsjón: MARKAÐURINN nánar á visir.is

Peningaskápurinn…

Fjárfest í stjórnarformanni

Uppgjör Burðaráss var yfir væntingum á markaði. Á markaði skyggði það aðeins á þá gleði að í ljós kom í uppgjörinu að Burðarás hefur keypt fyrir tæpa fjóra milljaðra í Novator sem er óskráð félag í eigu Björgólfs Thors Björgólfssonar, stjórnarformanns Burðaráss. Kom þetta sumum spánskt fyrir sjónir, enda hætta á hagsmunaárekstrum af slíkum viðskiptum. Novator er framsækið félag og hefur fjárfest í fjarskiptafyrirtækjum í Austur-Evrópu. Margir höfðu gert sér vonir um að stjórnarformennska Björgólfs Thors þýddi að Burðarás yrði gerandi í slíkum viðskiptum. Enn hefur ekki borið á því og Burðarás nær eingöngu fjárfest í skráðum félögum að undanförnu. Menn áttu ekki von að því skrefin í fjárfestingu í erlendum fjarskiptafélögum yrðu stigin með þeim hætti að almenningshlutafélagið Burðarás fjárfesti í óskráðu hlutafélagi í eigu síns eigin stjórnarformanns.

Baunar með fulla bauka

Danir eru sparsöm þjóð og kunna vel að njóta lífsins án þess að stofna fjárhag sínum í voða. Meðal Daninn á nú inni á banka eða í peningum um 116 þúsund danskar krónur eða um 1,2 milljónir íslenskra króna. Danir eru þrátt fyrir þetta fremur skuldsettir, en þar í landi skulda menn talsvert í húseignum sínum og til langs tíma. Þrátt fyrir þetta gildna sparibaukar Dana og er nú 55 prósent meira fé í eigu hvers Dana en fyrir tíu árum. Á meðan fjárfesta Íslendingar í dönsku atvinnulífi og þurfa nú að kenna Dönum hina íslensku þjóðarlist að eyða peningum.

MARKAÐSFRÉTTIR...

Bréf í franska fyrirtækinu **Groupe Danone** féllu á markaði í gær eftir að bandaríska fyrirtækið **PepsiCo** tilkynnti franska fjármálaeftirlitinu að ekki stæði til að leggja fram yfirtökutilboð í franska félagið. Bré Danone höfðu hækkað töluvert að undanförnu vegna orðróms um yfirtökuna.

Íslenska krónan styrktist um 0,46 prósent í litlum viðskiptum í gær. Veltan nam 2,9 milljörðum króna. Gengisvísitalan var 109,40 stig við opnun markaða í gær en er nú 108,9 stig.

Bréf í sænska bílaframleiðandanum **Volvo** lækkuðu á sænska markaðnum í gær eftir birtingu afkomutalna. Hagnaðurinn var 32 milljarðar króna sem er mesti hagnaður á öðrum ársfjórðungi í sögu félagsins. Markaðurinn bjóst við meiru og reyndist framleiðsla á flutningabílum skila lakari niðurstöðu en búist var við.

FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

SPÁÐ Í KRINGUM ÞRJÁ MILLJARÐA Í HAGNAÐ Þórður Már Jóhannesson, forstjóri Straums.

Uppgjör Straums í dag

Straumur birtir afkomutölur fyrir fyrstu sex mánuði ársins í dag og er félaginu spáð í kringum þriggja milljarða hagnaði á öðrum ársfjórðungi. Á öðrum ársfjórðungi í fyrra hagnaðist bankinn um rúman einn milljarð.

Spár bankanna eru ekki alveg samstíga en greiningardeildir KB banka og Landsbankans spá í kringum 2,75 milljörðum króna. Greiningardeild Íslandsbanka spáir Straumi 3.650 milljónum króna í hagnað.

Sala Straums á hlut sínum í TM bar hæst á öðrum ársfjórðungi en í afkomuspá Íslandsbanka segir að Straumur hafi losað þar um eigið fé sem ekki hafi verið vanþörf á.

\- dh

SPÁR UM AFKOMU STRAUMS FJÁRFESTINGARBANKA – Í MILLJÓNUM KRÓNA

Spá Íslandsbanka	3.650
Spá KB banka	2.740
Spá Landsbankans	2.785
Meðaltal:	**3.058**

Hræringar á lyfjamarkaði

Ísraelska samheitalyfjafyrirtækið Teva hyggst kaupa hið bandaríska Ivax og verður þar með stærsta fyrirtækið á markaðnum, metið á 1300 milljarða króna. Kaupverð er 481 milljarður króna.

Miklar hræringar hafa verið á samheitalyfjamarkaði undanfarið og hefur hver yfirtakan rekið aðra. Hið íslenska Actavis hefur tekið þátt í slagnum og keypti til að mynda bandaríska fyrirtækið Amide fyrir um þrjátíu milljarða nú á vordögum.

Markaðsverðmæti Actavis er um 137 milljarðar króna.

\- jsk

SAMNINGAR HANDSALAÐIR Frá kaupum Actavis á Amide. Mikið fjör er nú á samheitalyfjamarkaði. Ísraelska fyrirtækið Teva er nú stærsta fyrirtækið á markaðnum.

Actavis fær 47 milljarða lán

Lánið var tekið til að borga fyrir kaup félagains á bandaríska lyfjafyrirtækinu Amide. Einnig hyggst félagið endurfjármagna skammtíma og langtímaskuldir sínar. Alls tóku 22 bankar þátt í að lána Actavis.

Actavis Group hefur tekið lán fyrir 600 milljónir evra eða um 47 milljarða króna. Lánið er vegna kaupa félagsins á bandaríska lyfjafyrirtækinu Amide Pharmaceutical. Einnig er ætlunin að endurfjármagna skammtíma og langtímaskuldir félagsins en lánið er til fimm ára. Vextir af láninu eru 0,7 prósent yfir viðmiðunarvöxtum fyrir næsta ár en eftir það geta vextirnir sveiflast á bilinu 0,5 til 0,8 prósent. Ráðast vextirnir bæði af hlutfalli hagnaðar sem og upphæðum skulda.

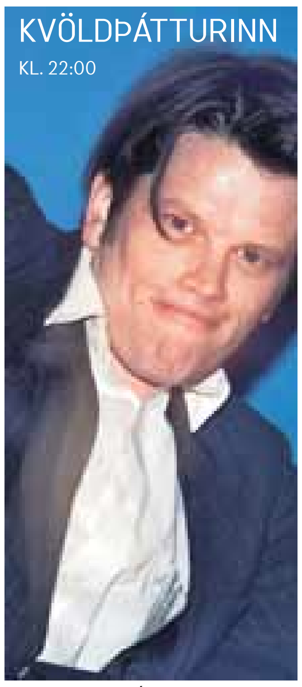
Mikil umfram eftirspurn var eftir láninu og ákvað félagið því að hækka lánsfjárhæðinu úr 500 milljónum evra upp í 600 milljónir evra. Þrír erlendir bankar voru leiðandi í fjármögnuninni, ABN Amro, Banc of America Securities Limited og WestLB AG. Alls tóku nítján aðrir bankar þátt í láninu og þar á meðal voru Íslandsbanki og Landsbankinn.

„Lánskjörin eru með því allra besta sem íslenskt fyrirtæki hefur fengið og sýnir vel það traust sem alþjóðlegir bankar bera til félagsins,“ segir Róbert Wessman, forstjóri félagins. Lánið komi til með að lækka talsvert fjármagnskostnað félagsins til næstu ára en Róbert segir lánskjör nýja lánsins um helmingi lægri en þau sem félagið hafi áður haft. Lánið styðji því vel við framtíðarvöxt félagins.

dogg@frettabladid.is

FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Róbert Wessman, forstjóri Actavis og Björgólfur Thor Björgólfsson, stjórnarformaður Actavis, á aðalfundi félagsins.



Í KVÖLD Á SIRKUS

FYLGSTU MEÐ!

SIRKUS

JÓNSSON & LE'MACKS • jl.is

Sjónvarpsstöðin Sirkus er alltaf í ólæstri dagskrá. Stöðin er á rásinni þar sem Popp Tíví var áður. Popp Tíví er á annarri rás á Digital Ísland.

Vinnslustöðin kaupir kvóta

Vinnslustöðin hefur styrkt stöðu sína í veiðum og vinnslum á uppsjávarfiski með kaupum á nótaskipinu Gullbergi VE-292 ásamt öllum uppsjávarkvóta þess. Meðal keyptra aflaheimilda eru 2,2 prósent af loðnukvótanum og 1,1 prósent af síldarkvótanum.

Vinnslustöðin greiðir seljandum Ufsabergi ehf. í Vestmannaeyjum um 400 milljónir króna auk 1.160 þorskígildistonna.

Eftir kaupin ræður Vinnslustöðin um tíu prósentum af loðnu- og síldarkvótanum á Íslandsmiðum, um sjö prósentum af norsk-íslensku síldinni og fjórum prósentum af kolmunnakvótanum.

- eþa

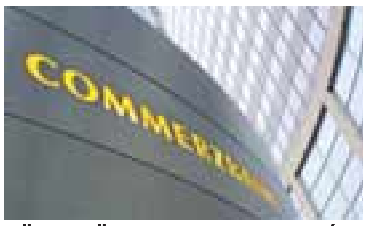
SIGURGEIR BRYNJAR KRISTGEIRSSON, FORSTJÓRI VINNSLUSTÖÐVARINNAR Vinnslustöðin hefur styrkt stöðu sína í veiðum og vinnslu á uppsjávarfiski með kaupum á Gullbergi VE-292 og aflaheimildum.

Þýskur banki í peningaþvætti

Fimm stjórnarmenn fjórða stærsta banka Þýskalands, Commerzbank, eru sakaðir um aðild að rússnesku peningaþvottarmáli. Stjórnarmennirnir eru sagðir hafa tekið þátt í að þvo hundruð milljóna dala við einkavæðingu rússneska fjarskiptafyrirtækisins Telecominvest.

Lögregluyfirvöld hafa leitað á skrifstofum Commerzbank í Frankfurt og í Sviss. Yfirmenn bankans segjast sýna yfirvöldum samstarfsvilja: „Við getum staðfest að saksóknarinn í Frankfurt fyrirskipaði húsleit í höfuðstöðvum Commerzbank. Við vinnum með yfirvöldum í málinu,“ sagði í yfirlýsingu frá bankanum.

- jsk



HÖFUÐSTÖÐVAR COMMERZBANK Í FRANKFURT Fimm stjórnarmenn bankans hafa nú verið ákærðir fyrir peningaþvott. Málið teygir anga sína frá Rússlandi til Þýskalands og þaðan til Sviss.

ÍSLANDSBANKA ER SPÁÐ UM SEX MILLJÖRÐUM Í HAGNAÐ Á sama tíma í fyrra hagnaðist bankinn um rúma tvo milljarða.

Íslandsbanki birtir í dag

Íslandsbanki birtir í dag afkomutölur fyrstu sex mánaða ársins og er bankanum spáð um sex milljarða króna hagnaði á öðrum ársfjórðungi. Íslandsbanki hagnaðist um rúma tvo milljarða á sama tíma fyrra. Bankinn hefur breyst nokkuð frá síðasta uppgjöri en Sjóvá fer út úr rekstri samstæðunnar og norski bankinn BNbank kemur inn.

KB banki og Landsbankinn eru nokkuð samstíga í spám sínum.

- dh

SPÁR UM AFKOMU ÍSLANDSBANKA – Í MILLJÓNUM KRÓNA

Spá KB banka	6.208
Spá Landsbankans	5.840
Meðaltal:	**6.024**

EVITA PERON (1919-1952)
lést þennan dag.

„Litlu verður áorkað án ofstækis.“

Evita Peron var eiginkona Juan Peron leiðtoga Argentínu. Hún naut gífurlegra vinsælda meðal þeirra sem minna máttu sín í landinu.

tímamót

timamot@frettabladid.is

ÞETTA GERÐIST

Churchill segir af sér

26. JÚLÍ 1945

Þennan dag árið 1945, á elleftu stundu í síðari heimsstyrjöldinni, varð Winston Churchill, forsætisráðherra Breta, að segja af sér þar sem flokkur hans tapaði fyrir Verkamannaflokknum í fyrstu almennu kosningunum í yfir áratug. Þennan sama dag var Clement Attlee, leiðtogi Verkamannaflokksins, svarinn í embætti sem nýr forsætisráðherra Breta.

Churchill fæddist árið 1874 og átti farsælan feril innan hersins en hann þjónaði í Indlandi, Súdan og Suður-Afríku. Hann var skipaður yfirmaður herafla Breta árið 1911 en var hrakinn úr starfi árið 1915. Eftir upphaf seinni heimsstyrjaldar var Churchill á ný settur yfirmaður breska hersins og átta mánuðum síðar tók hann við Neville Chamberlain sem forsætisráðherra. Fyrstu ár stríðsins stóð Bretland eitt gegn Þýskalandi en Churchill gaf loforð um að Bretland myndi aldrei gefast upp. Hann gerði samninga við Franklin D. Roosevelt og Joseph Stalin sem leiddi til sigurs á Öxulveldunum.

Aðeins fáeinum vikum fyrir sigurinn á Japan í síðari heimsstyrjöldinni galt Íhaldsflokkurinn afhroð í kosningunum og Churchill sagði af sér. Hann varð leiðtogi stjórnarandstöðunnar en var kosinn forsætisráðherra á ný árið 1951 og sleginn til riddara tveimur árum síðar af Elísabetu drottningu. Hann hlaut Nóbelsverðlaun fyrir ritverk sín um síðari heimsstyrjöldina. Hann lét af embætti forsætisráðherra árið 1955 en sat áfram á þingi til 1964, ári fyrir dauða sinn.

MERKISATBURÐIR

1847 Líbería lýsir yfir sjálfstæði frá Bandaríkjamönnum.

1908 Bandaríska alríkislögreglan FBI er stofnuð.

1956 Forseti Egyptalands tilkynnir að Suez skurðurinn verði þjóðnýttur, eigendum hans til mikillar hrellingar.

1963 Kona á sjötugsaldri finnst heil á húfi á Arnarvatnsheiði. Hún hafði legið úti í krapa og snjó í fimm nætur.

1963 Þúsundir látast í hörðum jarðskjálfta í júgóslavnesku borginni Skopje.

1992 Teygjustökk er sýnt í fyrsta sinn á Íslandi, við Kringluna.

1994 Sprengja springur við sendiráð Ísraels í London.

✝

Ástkær eiginmaður minn,

Hallfreður Örn Eiríksson

Háaleitisbraut 56, Reykjavík,

sem lést 17. júlí á hjúkrunarheimilinu Skógarbæ, verður jarðsunginn frá Háteigskirkju fimmtudaginn 28. júlí kl. 13.00.
Blóm og kransar vinsamlegast afþakkaðir en þeim sem vilja minnast hans er bent á Minningarsjóð hjúkrunarheimilisins Skógarbæjar, sími 510 2100 eða aðrar líknarstofnanir.

Olga María Franzdóttir.

✝

Þráinn Þórisson

fyrrverandi skólastjóri, Skútustöðum, Mývatnssveit,

er látinn. Jarðarförin verður auglýst síðar.

Margrét Lárusdóttir
Höskuldur Þráinsson
Sigríður Magnúsdóttir
Brynhildur Þráinsdóttir **Baldvin Kristinn Baldvinsson**
Sólveig Þráinsdóttir
Steinþór Þráinsson
Oddný Snorradóttir
Hjörtur Þráinsson
og fjölskyldur

✝

Elsku sonur okkar, bróðir, mágur og frændi,

Örn Jákup Dam Washington

verður jarðsunginn frá Neskirkju föstudaginn 29. júlí kl. 15.00.

Birgitta Dam Lísudóttir **Ernest Washington**
Davíð Tryggvason **Una Dögg Evudóttir**
Hans Christian Martinussen **Lina Martinussen**
Lísa Jensen **Carsten Jensen**
Vestarr Lúðvíksson
og börn

✝

Elskuleg móðir okkar, tengdamóðir, amma og langamma,

Elsa Sigurðardóttir

Bólstaðarhlíð 45, Reykjavík,

sem lést á Landspítalanum Fossvogi mánudaginn 18. júlí síðastliðinn, verður jarðsungin frá Háteigskirkju, miðvikudaginn 27. júlí kl. 15.00.

Björgvin Þórðarson **Svanfríður Elín Jakobsdóttir**
Helga Þórðardóttir
Ófeigur Sigurðsson
ömmu og langömmubörn

SIGRÍÐUR ARNARDÓTTIR SJÓNVARPSKONA ER FERTUG

Konur yfir fertugt eru glæsilegar

„Ég vil alltaf gera eitthvað nýtt á afmælisdaginn minn, til að finna að ég sé vaxandi manneskja,“ segir sjónvarpskonan Sirrý sem ætlar að spila sinn fyrsta almennilega golfhring í dag en hún hefur lengi staðið á hliðarlínunni í sportinu. „Það er kominn tími til að fara að sinna þessu fyrir alvöru, orðin svona hálffullorðin,“ segir Sirrý sem sat á spænskri strönd og hlustaði á ölduniðinn þegar haft var samband við hana. „Við erum hér hátt í hundrað Vesturbæingar en unglingarnir okkar í KR voru að keppa á Costa Blanca cup,“ segir Sirrý sem finnst mikilvægt að staldra við á tímamótum, horfa til baka og smíða plön fyrir framtíðina.

Í kvöld ætlar Sirrý að gæða sér á spænskum mat með fjölskyldunni. „Það er mikil spenna hjá mínum litla að fá almennilega tertu,“ segir hún glaðlega og ætlar ekki að valda syninum vonbrigðum. Sirrý er mikil fjölskyldumanneskja og finnst frábært að fylgjast með spænskum fjölskyldum á ströndinni þar sem þær sitja við mörg borð undir litríkum sólhlífum, borða ólífur og spjalla saman í marga klukkutíma.

„Það er með afmæli eins og lífið sjálft, þetta er allt of stuttur dagur. Ég er hálf frústreruð á þessum tímamótum yfir því hvað tíminn líður hratt,“ segir Sirrý sem horfir þó jákvæð inn í framtíðina enda finnst henni glæsilegustu konur sem hún þekki vera komnar yfir fertugt.

Sirrý gerir ekki alltaf allt eftir uppskrift og finnst að stórveislur þurfi ekki endilega að halda á tugum. „Mér gæti alveg eins dottið í hug að halda stórt upp á 42 ára afmæli mitt,“ segir Sirry sem útilokar þó ekki frekari veisluhöld þegar hún snýr heim frá Spáni. ■

FRÉTTABLAÐIÐ/RÓBERT REYNISSON

AFMÆLISBARN Sigríður Arnardóttir heldur upp á afmæli sitt á Spáni þar sem hún er stödd ásamt eiginmanni sínum og börnum.

70 ára

Hinn 28. júlí verður Álfheiður Eiríksdóttir 70 ára.
Eiginmaður hennar Þórir Kristinsson varð 70 ára 19. nóvember síðastliðinn.

Í tilefni þessara tímamóta vilja þau bjóða ættingjum og vinum að fagna með sér á afmælisdaginn hennar að Funafold 77 frá klukkan 18.00.

✝

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

Kristján Rafn Hjartarson

fyrrum símaverkstjóri,
Vesturgötu 7, Reykjavík,

lést 18. júlí síðastliðinn. Útförin fer fram frá Fríkirkjunni í Reykjavík, miðvikudaginn 27. júlí kl. 13.00.
Blóm og kransar vinsamlega afþakkaðir. Þeim sem vildu minnast hans er bent á líknarfélög.

Þórunn Björg Sigurðardóttir
Hjörtur Páll Kristjánsson **Guðrún Einarsdóttir**
Kristján Rafn Hjartarson **Jóna Ósk Lárusdóttir**
Einar Þór Hjartarson
Hjörtur Hafsteinn Kristjánsson og Bjarki Dagur Kristjánsson

ANDLÁT

Þorvaldur Ragnar Lárusson, Sæbólsbraut 34, Kópavogi, lést á Landspítala Landakoti miðvikudaginn 13. júlí. Útför hans hefur farið fram í kyrrþey.

Þormóður Birgisson stýrimaður, Laugarvegi 5, Siglufirði, lést á Sjúkrahúsi Siglufjarðar föstudaginn 22 júlí.

Sigurborg Sigurðardóttir frá Núpsseli, Miðfirði, V-Húnavatnssýslu, Gullsmára 11 Kópavogi, lést á hjartadeild Landspítalans við Hringbraut laugardaginn 23. júlí.

Héðinn Vigfússon, Strandgötu 1, Stokkseyri, lést á Heilbrigðisstofnun Suðurlands sunnudaginn 24. júlí.

JARÐARFARIR

13.00 Lárus Óskar Gamalíelsson, Hjallabraut 33, Hafnarfirði, verður jarðsunginn frá Fríkirkjunni í Hafnarfirði.

14.00 Guðlaugur Þór Þórðarson húsasmíðameistari og slökkviliðsstjóri, Akranesi, verður jarðsunginn frá Akraneskirkju.

LEGSTEINAR
S.HELGASON
Skemmuvegi 48
S: 557 6677
www.steinsmidjan.is

Stórútsala

í Smáralind og á markaði Hagkaupa Óseyri 1 Akureyri

40-60% afsláttur

af völdum vörum

TAKMARKAÐ MAGN, FYRSTIR KOMA FYRSTIR FÁ

19.995 kr
Verð áður 39.990-
50% afsláttur

Hægindastóll leður

40% afsláttur

Kommóður og náttborð
- NOKKRAR TEGUNDIR

64.727 kr
Verð áður 129.455-
50% afsláttur

Rúm án dýnu - NOKKRAR TEGUNDIR

12.495 kr
Verð áður 24.990-
40% afsláttur

Svefnstóll

11.996 kr
Verð áður 29.990-
60% afsláttur

Gestarúm/sófi

35.994 kr
Verð áður 59.990-
40% afsláttur

Nuddstóll TS-804F
- NOKKRAR TEGUNDIR

124.950 kr
Verð áður 249.900-
50% afsláttur

Leðursófasett 3+1+1 3171
- NOKKRAR TEGUNDIR

97.720 kr
Verð áður 162.867-
40% afsláttur

Leðursófasett 3+2+1 601
- NOKKRAR TEGUNDIR

99.995 kr
Verð áður 199.990-
50% afsláttur

Leðursófasett 3+1+1
- NOKKRAR TEGUNDIR

Gildir til 2. ágúst eða á meðan birgðir endast.

HAGKAUP
Skemmtilegast að versla

*Fæst í Hagkaupum Smáralind og á Akureyri.

Heyrst hefur ...

... að forráðamenn Stoke City hafi enn ekki sagt staðar numið í því að fá íslenska leikmenn til félagsins. Upp á síðkastið hafi þeir verið að fylgjast vel með Indriða Sigurðssyni, leikmanni Genk í Belgíu, og Stoke sagt hafa hug á því að kaupa hann frá félaginu.

sport

sport@frettabladid.is

BIRKIR KRISTINSSON: LEGGUR HANSKANA Á HILLUNA 41 ÁRS AÐ ALDRI

Hræddur um að ferillinn sé á enda

Markvörðurinn Birkir Kristinsson, sem varið hefur mark knattspyrnuliðs ÍBV undanfarin sex ár, er hættur keppni. Birkir lenti í hörðu samstuði við Davíð Þór Viðarsson í viðureign ÍBV og FH á dögunum, og þurfti í kjölfarið að yfirgefa völlinn. Það kom síðan í ljós að Birkir viðbeinsbrotnaði og herðablað brákaðist einnig. „Því miður er ég hræddur um að ferill minn sé á enda núna. Ég ætlaði mér að hætta eftir þetta tímabil en þessi meiðsli halda mér frá keppni það sem eftir er af því.“

Birkir hefur ekki meiðst mikið á sínum ferli, sem sýnir sig best á því að hann hefur spilað meira en þrjú hundruð leiki í röð í efstu deild. „Ég var einmitt að ræða það um daginn við einhvern hversu heppinn ég hef verið á mínum ferli. Ég hef lítið sem ekkert meiðst. Það er leiðinlegt að þurfa að hætta keppni með þessum hætti. Það var auðvitað markmið hjá mér að hjálpa ÍBV að halda sér uppi í deildinni. Núna kemur bara maður í minn stað og stendur sig örugglega vel. Ég hef fulla trú á því að ÍBV geti haldið sér uppi.“

Landsliðsferill Birkis kláraðist í fyrra þegar hann byrjaði inni á einum eftirminnilegasta landsleik sem íslenskt landslið hefur spilað, gegn Ítölum á Laugardalsvelli. Hann hefur spilað meira en tíu þúsund mínútur í röð í efstu deild og æft undir stjórn margra góðra þjálfara. „Hörður Helgason og Ásgeir Elíasson reyndust mér vel og gaman að vinna með þeim, en annars hef ég verið heppinn með þjálfara á mínum ferli. Ég hef að auki æft vel sjálfur. Yfirleitt er ég aðeins lengur eftir æfingar til þess að gera séræfingar. Það mættu fleiri gera það, því maður nær mestum árangri með því að æfa mikið. Ég er ekkert betri en aðrir markverðir held ég, en ég náði oft að gera mitt besta með því að æfa mikið. Markvarðarstaðan er mikil einbeitingarstaða og því hafa miklar æfingar mikið að segja.“

> Vissir þú að ...

... aðstæður voru nákvæmlega þær sömu þegar þjálfarinn Ivan Sochor var rekinn frá KR árið 1993. Þá hafði liðið tapað fjórum heimaleikjum í röð, þar af einum í bikar, og daginn eftir að hafa tapað 3-1 í Frostaskjólinu fékk Sochor að taka pokann sinn. Arftaki hans var Janus Guðlaugsson, þáverandi þjálfari 2. flokks félagsins en Sigursteinn Gíslason er einmitt núverandi þjálfari 2. flokksins.

> Vissir þú að ...

.... þetta er ekki í fyrsta sinn sem Magnús Gylfason er látinn fara frá KR. Árið 1997 var hann aðstoðarþjálfari Lúkasar Kostic hjá félaginu og voru þeir reknir eftir aðeins fimm leiki í starfi.

ÚR SPORTINU

Manchester City er nálægt því að kaupa sóknarmanninn **Darius Vassell** frá Aston Villa. Vassell er 25 ára og hefur allan sinn feril spilað fyrir Villa en nú er líklegt að þeim tíma fari að ljúka. Hann átti erfitt uppdráttar síðasta tímabil sökum meiðsla og lék undir tuttugu leiki og skoraði einungis tvö mörk. City á peninga í kassanum eftir söluna á Shaun Wright-Phillips til Chelsea og hefur boðið 2,5 milljónir punda í Vassell og því tilboði hefur verið tekið.

Jose Marie Del Nido, forseti spænska knattspyrnuliðsins Sevilla, segir að enska liðið Arsenal sé komið ansi nálægt því að krækja í brasilíska sóknarmanninn **Julio Baptista**. Hann segist vera hársbreidd frá því að ná samkomulagi við forráðamenn ensku bikarmeistarana og að kaupverðið verði líklega ekki ósvipað því sem Jose Reyes var keyptur á í fyrra en það voru 17,5 milljónir punda.

Sóknarmaðurinn **Albert Brynjar Ingason** hefur ákveðið að ganga til liðs við Þór Akureyri. Albert kemur til Þórs á lánssamningi frá Fylki út sumarið en hann kom við sögu í fjórum leikjum liðsins í Landsbankadeildinni þetta árið og skoraði eitt mark. Hann er nítján ára gamall. Tvö lið úr efstu deild vildu fá Albert en Fylkir vildi ekki lána hann til liðs í sömu deild og því fer hann til Þórs sem situr í áttunda sæti 1. deildar og er í fallbaráttu eftir að hafa verið spáð upp fyrir tímabilið.

Stjórnarformaður Chelsea, Peter Kenyon, segir að félagið ræði við **Michael Essien**, miðjumann Lyon, síðar í þessari viku með hugsanleg félagsskipti í huga. Essien er hugsaður sem arftaki Claude Makalele í liðinu í framtíðinni og hefur tveimur tilboðum félagsins þegar verið hafnað. Talið er að Chelsea þurfi að reiða fram 32 milljónir punda til að eiga kost á því að semja við leikmanninn.

HVAÐ? HVENÆR? HVAR?

MAÍ

19 20 21 **22** 23 24 25

Sunnudagur

LEIKIR

- 19.15 **Grindavík** tekur á móti **ÍA** á Grindavíkurvelli í Landsbankadeild karla.

SJÓNVARP

- 13.30 **HM í sundi** á RÚV.
- 16.10 **X-Games** á Sýn.
- 17.05 **Strandblak** á Sýn.
- 18.05 **Landsbankamörkin** á Sýn.
- 20.40 **This is Anfield** á Sýn.
- 22.00 **Mótorsport** á Sýn.
- 22.30 **sporðaköst 2** á Sýn.
- 00.20 **HM í sundi** á RÚV.

Magnús Gylfason rekinn frá KR

Stjórn KR-sports ákvað í gær að segja Magnúsi Gylfasyni upp störfum sem þjálfari KR en liðinu hefur gengið illa það sem af er sumri og er sem stendur í sjötta sæti í deildinni með þrettán stig eftir tólf leiki.

FÓTBOLTI Magnúsi Gylfasyni var í gær sagt upp störfum sem þjálfari meistaraflokks KR. Magnús tók við liðinu í nóvember á síðasta ári og gerði þá þriggja ára samning við félagið.

Sigursteinn Gíslason hefur verið ráðinn þjálfari í stað Magnúsar og verður Einar Þór Daníelsson, fyrrverandi leikmaður KR, aðstoðarmaður hans. Þeir léku báðir með KR á sínum tíma og hafa þjálfað annan flokk félagsins með góðum árangri í sumar. „Ég og Einar Þór þekkjumst vel og höfum starfað saman að þjálfun hjá öðrum flokki KR. Við spiluðum saman hjá KR og unnum nokkra titla með félaginu. Við vonumst auðvitað til þess að geta fengið liðið til þess að spila betur en það hefur gert. Það er líka kostur að við þekkjum ágætlega til flestra leikmannanna.“

Einar Þór Daníelsson, nýráðinn aðstoðarþjálfari KR, segir erfitt að taka við KR í þessari aðstöðu en jafnframt spennandi. „Það er alltaf erfitt að reka þjálfara á miðju tímabili. Þar að auki er Magnús vinur minn þannig að þetta er sárt að því leytinu til. En mikil áskorun fyrir mig.“ Aðspurður um framhaldið sagði hann að breytinga væri að vænta. „Við eigum alfarið eftir ráðfæra okkur um framhaldið við Sigurstein. En það verða breytingar, það er alveg öruggt.“

Sigursteinn segist ekki hafa getað gert annað en taka við liðinu. „Það kom aldrei neitt annað til greina en taka við þessu starfi þegar það bauðst. Mikil áskorun fyrir mig og viðurkenning á því starfi sem ég hef unnið að undanförnu, ásamt Einari Þór. Þetta kom óvænt upp, ég heyrði af þessu eftir leikinn á móti Keflavík en ekkert var staðfest við mig. Svo var ég beðinn um að taka verkið að mér daginn eftir leikinn og ég ákvað slá til. Ég hef ekki skrifað undir neinn samning enn þá en ég ætla að einbeita mér að því að klára þessa sex leiki sem eftir eru af deildarkeppninni með sæmd. Það býr mikið í liðinu og mitt verkefni er að ná meiru út úr því en náðst hefur hingað til.“

Kristján Finnbogason, markvörður og fyrirliði KR, frétti af þjálfaraskiptunum fyrstur leikmanna. „Ég var látinn vita af þessu eftir fund stjórnar KR með Magnúsi. Ég ræddi þetta aðeins við hann en það eina sem hægt er að gera núna er að horfa fram á veginn. Við erum í botnbaráttu eftir fyrstu tólf leikina og getum aðeins bætt spilamennsku okkar. Þetta er ágætis tækifæri fyrir okkur til þess að byrja upp á nýtt.“

Ágúst Þór Gylfason hefur skorað í síðustu tveimur leikjum KR sem engu síður hafa tapast. Fréttirnar komu honum, sem og flestum öðrum leikmönnum liðsins, á óvart. „Ég var persónulega sáttur við Magga enda er hann frábær þjálfari sem hefur gert mikið fyrir mig sem leikmann. En við verðum líka að hafa trú á Sigursteini og Einari enda góðir menn og miklir KR-ingar. Það er gott að fá slíka menn inn í stað þess að ráða einhvern óþekktan til félagsins.“

magnush@frettabladid.is

BREYTTIR TÍMAR Sigursteinn Gíslason tók við liði KR fyrir æfingu í gær og stjórnaði strax í kjölfarið á sinni fyrstu æfingu. Á stóru myndinni sést hann ræða við Helmes Matute. Á litlu myndinni sést hvernig Magnús Gylfason yfirgefur Frostaskjólið eftir fund með leikmönnum, þungur á brún. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

Íslenska kvennalandsliðið í knattspyrnu stóð sig vel gegn Bandaríkjunum:

Vörnin hrundi á fimm mínútum

LAUFEY Í LOFTINU Laufey Ólafsdóttir sést hér í baráttunni við Danielle Fotopoulos en hún skoraði tvö af mörkum Bandaríkjanna í leiknum.

FÓTBOLTI Íslenska kvennalandsliðið tapaði 0-3 í vináttulandsleik gegn Bandaríkjunum sem fram fór í Kaliforníu aðfaranótt mánudags. Danielle Fotopoulos skoraði tvö af mörkum heimastúlkna á tveggja mínútna kafla í fyrri hluta seinni hálfleiks eftir að hafa komið inn á sem varamaður. Íslenska liðið varðist vel og hélt marki sínu hreinu allt þar til á 64. mínútu en þá skoraði bandaríska liðið þrjú mörk á fimm mínútum. Jörundur Áki Sveinsson leyfði öllum leikmönnum að spreyta sig og var lið Íslands þannig skipað: María Björg Ágústsdóttir (86. Sandra Sigurðardóttir), Guðrún Sóley Gunnarsdóttir, Erna Björk Sigurðardóttir (47. Björk Gunnarsdóttir), Edda Garðarsdóttir, Ásta Árnadóttir (72. Íris Andrésdóttir), Laufey Ólafsdóttir, Erla Hendriksdóttir. Hrefna Huld Jóhannesdóttir (84. Laufey Jóhannsdóttir), Guðlaug Jónsdóttir, Rakel Logadóttir (57. Elín Anna Steinarsdóttir), Ólína Guðbjörg Viðarsdóttir.

ÚR SPORTINU

Ástralski knattspyrnumaðurinn **Tim Cahill** hefur neitað nýjum samningi frá Everton. Þessi 25 ára leikmaður stóð sig frábærlega á sínu fyrsta tímabili með félaginu eftir að hafa verið keyptur á tvær milljónir punda frá Millwall. Hann skoraði tólf mörk fyrir Everton sem vann sér inn sæti í Meistaradeild Evrópu á komandi tímabili. Cahill á enn þrjú ár eftir af samningi sínum en Everton vildi verðlauna hann fyrir góða frammistöðu með því að gera við hann enn lengri og stærri samning. Þær viðræður hafa nú strandað.

Sir **Alex Ferguson**, knattspyrnustjóri Manchester United, segir að ekkert sé til í þeim sögusögnum að hann og fyrirliðinn **Roy Keane** hafi lent í rifrildi. Keane er ekki með félögum sínum í æfingaferð í Asíu um þessar mundir vegna meiðsla en brátt fóru þær sögur að berast að hin raunverulega ástæða fyrir fjarveru Keane hefði verið ósætti við Ferguson. Sir Alex segir að þetta sé tóm vitleysa, eina ástæðan fyrir því að Keane sé ekki með séu meiðsli leikmannsins.

Heyrst hefur ...

... að forráðamenn Stoke City hafi enn ekki sagt staðar numið í því að fá íslenska leikmenn til félagsins. Upp á síðkastið hafi þeir verið að fylgjast vel með Indriða Sigurðssyni, leikmanni Genk í Belgíu, og Stoke sagt hafa hug á því að kaupa hann frá félaginu.

sport

sport@frettabladid.is

BIRKIR KRISTINSSON: LEGGUR HANSKANA Á HILLUNA 41 ÁRS AÐ ALDRI

Hræddur um að ferillinn sé á enda

Markvörðurinn Birkir Kristinsson, sem varið hefur mark knattspyrnuliðs ÍBV undanfarin sex ár, er hættur keppni. Birkir lenti í hörðu samstuði við Davíð Þór Viðarsson í viðureign ÍBV og FH á dögunum, og þurfti í kjölfarið að yfirgefa völlinn. Það kom síðan í ljós að Birkir viðbeinsbrotnaði og herðablað brákaðist einnig. „Því miður er ég hræddur um að ferill minn sé á enda núna. Ég ætlaði mér að hætta eftir þetta tímabil en þessi meiðsli halda mér frá keppni það sem eftir er af því.“

Birkir hefur ekki meiðst mikið á sínum ferli, sem sýnir sig best á því að hann hefur spilað meira en þrjú hundruð leiki í röð í efstu deild. „Ég var einmitt að ræða það um daginn við einhvern hversu heppinn ég hef verið á mínum ferli. Ég hef lítið sem ekkert meiðst. Það er leiðinlegt að þurfa að hætta keppni með þessum hætti. Það var auðvitað markmið hjá mér að hjálpa ÍBV að halda sér uppi í deildinni. Núna kemur bara maður í minn stað og stendur sig örugglega vel. Ég hef fulla trú á því að ÍBV geti haldið sér uppi.“

Landsliðsferill Birkis kláraðist í fyrra þegar hann byrjaði inni á einum eftirminnilegasta landsleik sem íslenskt landslið hefur spilað, gegn Ítölum á Laugardalsvelli. Hann hefur spilað meira en tíu þúsund mínútur í röð í efstu deild og æft undir stjórn margra góðra þjálfara. „Hörður Helgason og Ásgeir Elíasson reyndust mér vel og gaman að vinna með þeim, en annars hef ég verið heppinn með þjálfara á mínum ferli. Ég hef að auki æft vel sjálfur. Yfirleitt er ég aðeins lengur eftir æfingar til þess að gera séræfingar. Það mættu fleiri gera það, því maður nær mestum árangri með því að æfa mikið. Ég er ekkert betri en aðrir markverðir held ég, en ég náði oft að gera mitt besta með því að æfa mikið. Markvarðarstaðan er mikil einbeitingarstaða og því hafa miklar æfingar mikið að segja.“

> Vissir þú að ...

... aðstæður voru nákvæmlega þær sö[m]
þegar þjálfarinn Ivan Sochor var rekinn
KR árið 1993. Þá hafði li[ð]
tapað fjórum
heimaleikjum í röð,
af einum í bikar, og
daginn eftir að hafa
tapað 3-1 í
Frostaskjólinu fékk
Sochor að taka pokann
sinn. Arftaki hans var Janus Guðlaugss[on]
þáverandi þjálfari 2. flokks félagsins er
Sigursteinn Gíslason er einmitt núvera[ndi]
þjálfari 2. flokksins.

> Vissir þú að ...

.... þetta er ekki í fyrsta sinn sem Magn[ús]
Gylfason er látinn fara frá KR.
Árið 1997 var hann aðstoðarþjálfari Lúkasar Kostic hjá félaginu og voru þeir reknir eftir aðeins fimm leiki í starfi.

ÚR SPORTINU

Manchester City er nálægt því að kaupa sóknarmanninn **Darius Vassell** frá Aston Villa. Vassell er 25 ára og hefur allan sinn feril spilað fyrir Villa en nú er líklegt að þeim tíma fari að ljúka. Hann átti erfitt uppdráttar síðasta tímabil sökum meiðsla og lék undir tuttugu leiki og skoraði einungis tvö mörk. City á peninga í kassanum eftir sölu á Shaun Wright-Phillips til Chelsea og hefur boðið 2,5 milljónir punda í Vassell og því tilboði hefur verið tekið.

Jose Marie Del Nido, forseti spænska knattspyrnuliðsins Sevilla, segir að enska liðið Arsenal sé komið ansi nálægt því að krækja í brasilíska sóknarmanninn **Julio Baptista**. Hann segist vera hársbreidd frá því að ná samkomulagi við forráðamenn ensku bikarmeistarana og að kaupverðið verði líklega ekki ósvipað því sem Jose Reyes var keyptur á í fyrra en það voru 17,5 milljónir punda.

Sóknarmaðurinn **Albert Brynjar Ingason** hefur ákveðið að ganga til liðs við Þór Akureyri. Albert kemur til Þórs á lánssamningi frá Fylki út sumarið en hann kom við sögu í fjórum leikjum liðsins í Landsbankadeildinni þetta árið og skoraði eitt mark. Hann er nítján ára gamall. Tvö lið úr efstu deild vildu fá Albert en Fylkir vildi ekki lána hann til liðs í sömu deild og því fer hann til Þórs sem situr í áttunda sæti 1. deildar og er í fallbaráttu eftir að hafa verið spáð upp fyrir tímabilið.

Stjórnarformaður Chelsea, Peter Kenyon, segir að félagið ræði við **Michael Essien**, miðjumann Lyon, síðar í þessari viku með hugsanleg félagsskipti í huga. Essien er hugsaður sem arftaki Claude Makalele í liðinu í framtíðinni og hefur tveimur tilboðum félagsins þegar verið hafnað. Talið er að Chelsea þurfi að reiða fram 32 milljónir punda til að eiga kost á því að semja við leikmanninn.

HVAÐ? HVENÆR? HVAR?

MAÍ

19 20 21 **22** 23 24 25

Sunnudagur

LEIKIR

- 19.15 **Grindavík** tekur á móti **ÍA** á Grindavíkurvelli í Landsbankadeild karla.

SJÓNVARP

- 13.30 **HM í sundi** á RÚV.
- 16.10 **X-Games** á Sýn.
- 17.05 **Strandblak** á Sýn.
- 18.05 **Landsbankamörkin** á Sýn.
- 20.40 **This is Anfield** á Sýn.
- 22.00 **Mótorsport** á Sýn.
- 22.30 **sporðaköst 2** á Sýn.
- 00.20 **HM í sundi** á RÚV.

Magnús Gylfason rekinn frá KR

Stjórn KR-sports ákvað í gær að segja Magnúsi Gylfasyni upp störfum sem þjálfari KR en liðinu hefur gengið illa það sem af er sumri og er sem stendur í sjötta sæti í deildinni með þrettán stig eftir tólf leik[i]

FÓTBOLTI Magnúsi Gylfasyni var í gær sagt upp störfum sem þjálfari meistaraflokks KR. Magnús tók við liðinu í nóvember á síðasta ári og gerði þá þriggja ára samning við félagið.

Sigursteinn Gíslason hefur verið ráðinn þjálfari í stað Magnúsar og verður Einar Þór Daníelsson, fyrrverandi leikmaður KR, aðstoðarmaður hans. Þeir léku báðir með KR á sínum tíma og hafa þjálfað annan flokk félagsins með góðum árangri í sumar. „Ég og Einar Þór þekkjumst vel og höfum starfað saman að þjálfun hjá öðrum flokki KR. Við spiluðum saman hjá KR og unnum nokkra titla með félaginu. Við vonumst auðvitað til þess að geta fengið liðið til þess að spila betur en það hefur gert. Það er líka kostur að við þekkjum ágætlega til flestra leikmannanna.“

Einar Þór Daníelsson, nýráðinn aðstoðarþjálfari KR, segir erfitt að taka við KR í þessari aðstöðu en jafnframt spennandi. „Það er alltaf erfitt að reka þjálfara á miðju tímabili. Þar að auki er Magnús vinur minn þannig að þetta er sárt að því leytinu til. Það er mikil áskorun fyrir mig.“ Aðspurður um framhaldið sagði hann að breytinga væri að vænta. „Við eigum alfarið eftir ráðfæra okkur um framhaldið við Sigurstein. En það verða breytingar, það er alveg öruggt.“

Sigursteinn segist ekki hafa getað gert annað en taka við liðinu. „Það kom aldrei neitt annað til greina en taka við þessu starfi þegar það bauðst. Mikil áskorun fyrir mig og viðurkenning á því starfi sem ég hef unnið að undanförnu, ásamt Einari Þór. Þetta kom óvænt upp, ég heyrði af þessu eftir leikinn á móti Keflavík en ekkert var staðfest við mig. Svo var ég beðinn um að taka verkið að mér daginn eftir leikinn og ég ákvað slá til. Ég hef ekki skrifað undir neinn samning enn þá en ég ætla að einbeita mér að því að klára þessa sex leiki sem eftir eru af deildarkeppninni með sæmd. Það býr mikið í liðinu og mitt verkefni er að ná meiru ú[t úr] því en náðst hefur hingað til.“

Kristján Finnbogason, ma[rk]vörður og fyrirliði KR, frétt[i af] þjálfaraskiptunum fyrstur l[eik]manna. „Ég var látinn vita [af] þessu eftir fund stjórnar KR [með] Magnúsi. Ég ræddi þetta að[eins] við hann en það eina sem hæg[t er] að gera núna er að horfa fra[m] veginn. Við erum í botnbar[áttu] eftir fyrstu tólf leikina og ge[tum] aðeins bætt spilamennsku ok[kar]. Þetta er ágætis tækifæri f[yrir] okkur til þess að byrja up[p á] nýtt.“

Ágúst Þór Gylfason he[fur] skorað í síðustu tveimur leik[jum] KR sem engu síður hafa tap[ast]. Fréttirnar komu honum, sem flestum öðrum leikmönn[um] liðsins, á óvart. „Ég var pers[ónu]lega sáttur við Magga enda [er] hann frábær þjálfari sem he[fur] gert mikið fyrir mig sem l[eik]mann. En við verðum líka að h[afa] trú á Sigursteini og Einari e[nda] góðir menn og miklir KR-in[gar]. Það er gott að fá slíka menn i[nn í] stað þess að ráða einhv[ern] óþekktan til félagsins.“

magnush@frettablac

BREYTTIR TÍMAR Sigursteinn Gíslason tó[k] við liði KR fyrir æfingu í gær og stjórnaði strax í kjölfarið á sinni fyrstu æfingu. Á stóru myndinni sést hann ræða við Helmes Matute. Á litlu myndinni sést hvernig Magnús Gylfason yfirgefur Frosta[skjólið] eftir fund með leikmönnum, þungur á brún. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHE[LM]

Íslenska kvennalandsliðið í knattspyrnu stóð sig vel gegn Bandaríkjunum:

Vörnin hrundi á fimm mínútum

LAUFEY Í LOFTINU Laufey Ólafsdóttir sést hér í baráttunni við Danielle Fotopoulos en hún skoraði tvö af mörkum Bandaríkjanna í leiknum.

FÓTBOLTI Íslenska kvennalandsliðið tapaði 0-3 í vináttulandsleik gegn Bandaríkjunum sem fram fór í Kaliforníu aðfaranótt mánudags. Danielle Fotopoulos skoraði tvö af mörkum heimastúlkna á tveggja mínútna kafla í fyrri hluta seinni hálfleiks eftir að hafa komið inn á sem varamaður. Íslenska liðið varðist vel og hélt marki sínu hreinu allt þar til á 64. mínútu en þá skoraði bandaríska liðið þrjú mörk á fimm mínútum. Jörundur Áki Sveinsson leyfði öllum leikmönnum að spreyta sig og var lið Íslands þannig skipað: María Björg Ágústsdóttir (86. Sandra Sigurðardóttir), Guðrún Sóley Gunnarsdóttir, Erna Björk Sigurðardóttir (47. Björk Gunnarsdóttir), Edda Garðarsdóttir, Ásta Árnadóttir (72. Íris Andrésdóttir), Laufey Ólafsdóttir, Erla Hendriksdóttir. Hrefna Huld Jóhannesdóttir (84. Laufey Jóhannsdóttir), Guðlaug Jónsdóttir, Rakel Logadóttir (57. Elín Anna Steinarsdóttir), Ólína Guðbjörg Viðarsdóttir.

ÚR SPORTINU

Ástralski knattspyrnumaðurinn **Tim Cahill** hefur neitað nýjun[n] samningi frá Everton. Þessi 25 ár[a] leikmaður stóð sig frábærlega á sínu fyrsta tímabili með félaginu [eft]ir að hafa verið keyptur á tvær m[illj]ónir punda frá Millwall. Hann sk[or]aði tólf mörk fyrir Everton sem v[ann] sér inn sæti í Meistaradeild Evróp[u] á komandi tímabili. Cahill á enn þrjú ár eftir af samningi sínum e[n] Everton vildi verðlauna hann fyri[r] góða frammistöðu með því að g[era] við hann enn lengri og stærri sa[mn]ing. Þær viðræður hafa nú strand[að].

Sir **Alex Ferguson**, knattspyrnu[]stjóri Manchester United, segi[r] að ekkert sé til í þeim sögusögnu[m] að hann og fyrirliðinn **Roy Keane** hafi lent í rifrildi. Keane er ekki m[eð] félögum sínum í æfingaferð í Así[u] um þessar mundir vegna meiðsla en brátt fóru þær sögur að berast að hin raunverulega ástæða fyrir fjarveru Keane hefði verið ósætti við Ferguson. Sir Alex segir að þetta sé tóm vitleysa, eina ástæðan fyrir [því] að Keane sé ekki með séu meið[sli] leikmannsins.

Dýrmætur sigur Fram í fallbaráttuslagnum

Framarar unnu sinn fyrsta sigur í Landsbankadeildinni síðan 27. maí í gær þegar liðið bar sigurorð af Þrótti, liðinu sem þeir unnu síðast í deildinni.

Þróttur	0-1	Fram
Laugardv, áhorf: 1002		Magnús Þórisson (7)

0–1 Páll Einarsson, sjálfsmark (68.)

TÖLFRÆÐIN

Skot (á mark)	5–10 (1–6)
Varin skot	Fjalar 5 – Gunnar 0
Horn	4–6
Aukaspyrnur fengnar	8–7
Rangstöður	0–3

LANGÞRÁÐUR SIGUR Eftir að Andri Fannar Ottóson sneri aftur eftir meiðsli hefur Fram unnið tvo leiki í röð. Hér sést hann hafa betur í baráttu við Frey Karlson hjá Þrótti.
FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

FÓTBOLTI „Þetta var ömurlegt. Við ætluðum að verjast vel og gerðum það en sóknarleikurinn var alls ekki nægilega góður. Það er alltaf leiðinlegt að fá á sig mark en þetta er enn verra,“ sagði Páll Einarsson, fyrirliði Þróttar eftir að lið hans beið lægri hlut fyrir Fram í gærkvöldi.

Aðstæður til voru með besta móti á Laugardalsvelli í þessum fallbaráttuslag milli Fram og Þróttar. Enginn af dönsku leikmönnunum var í leikmannahópi Fram, Hans Mathiesen og Kim Nörholt eru báðir meiddir og Bo Hendriksen tók út leikbann. Leikurinn var ótrúlega líflaus og lítið sem ekkert gerðist í fyrri hálfleik. Framarar reyndu þó eitthvað að sækja en sama er ekki hægt að segja um Þróttara.

Ríkharður Daðason fór af velli í fyrri hálfleik eftir að hafa meiðst á hné en ekki er vitað hve alvarleg meiðslin eru. Seinni hálfleikur byrjaði á svipuðum nótum og sá fyrri og allt var með rólegasta móti.

Á 68. mínútu kom eina mark leiksins en þá varð Páll Einarsson fyrir því óláni að skora sjálfsmark eftir baráttu við Ómar Hákonarson Framara í markteignum. Þróttarar komust nálægt því að jafna þegar Jens Sævarsson átti hörkuskot af löngu færi beint úr aukaspyrnu en boltinn fór í stöngina. Þróttur ógnaði marki Fram annars lítið sem ekkert í leiknum. Vörn þeirra var traust nær allan leikinn, þeir lágu aftarlega og ekkert reyndi á Gunnar Sigurðsson í leiknum.

Framarar spiluðu ekkert glimrandi en náðu þremur stigum sem gætu reynst ansi mikilvæg þegar uppi er staðið.

“Við þurftum þrjú stig og tókum þau. Við spiluðum engan brasilískan sambabolta en þegar lið eru okkar stöðu þá þarf að taka vinnuhanskana fram. Strákarnir spiluðu með hjartanu og það er mikilvægt að taka stig af liðunum í kringum okkur. Nú erum við ósigraðir í tveimur leikjum í röð og ætlum að bæta þriðja sigrinum við gegn FH í bikarnum í næstu viku,“ sagði Ólafur Kristjánsson þjálfari Fram, glaður í bragði eftir leikinn í gærkvöldi.

elvar@frettabladid.is

ÞRÓTTUR 4–4–2		FRAM 4–4–2	
Fjalar	6	Gunnar S.	5
Ingvi	6	***Gunnar Þór**	**7**
Páll	6	Kristján	6
Eysteinn	6	Þórhallur Dan	6
Freyr	5	McLynn	6
Daníel	5	(46. Kristófer	6)
(60. Guðfinnur	6)	Víðir	6
Jens	6	(80. Heiðar Geir	–)
Hallur	5	Viðar	5
(74. Erlingur	–)	Ingvar	7
Halldór	5	Daði	5
Þórarinn	4	Ríkharður	5
Magnús Már	4	(35. Ómar	7)
(71. Sævar	5)	Andri Fannar	6

*MAÐUR LEIKSINS

Landsbankadeild karla:

STAÐAN:

FH	11	11	0	0	29–5	33
VALUR	**10**	**8**	**0**	**2**	**21–5**	**24**
KEFLAVÍK	12	5	4	3	21–24	19
FYLKIR	**11**	**5**	**2**	**4**	**20–16**	**17**
ÍA	10	4	2	4	9–11	14
KR	**12**	**4**	**1**	**7**	**14–19**	**13**
ÍBV	12	3	1	8	10–24	10
FRAM	**12**	**3**	**2**	**7**	**11–18**	**11**
ÞRÓTTUR	12	2	3	7	12–18	9
GRINDAVÍK	**10**	**2**	**3**	**5**	**10–17**	**9**

ÖRN ARNARSON Örn náði sér ekki á strik í 100 metra baksundinu í gær.

HM í sundi í gær:

Vonbrigði hjá Erni á HM

SUND Örn Arnarson, sundkappi úr SH, var eini Íslendingurinn sem keppti á heimsmeistaramótinu í sundi sem fer fram í Montreal í Kanada. Hann keppti í 100 metra baksundi og var í sjöunda milliriðli af tíu. Hann náði sér alls ekki á strik á synti á 57,43 sekúndum sem er langt frá Íslandsmeti hans, 54,75 sekúndum, sem hann setti á HM í Fukuoka í Japan fyrir fjórum árum síðan. Þá vann hann silfurverðlaun en Örn, sem hefur átt við erfið meiðsli að stríða undanfarin ár, hefur undanfarið reynt að koma sér í sitt fyrra form.

Hann bætti Íslandsmetið í 50 metra flugsundi í fyrradag og stóðu vonir til að hann væri á réttri leið en allt kom fyrir ekki. Hann byrjaði vel í gær og leiddi fyrstu metrana. Hann var svo þriðji í snúningnum en þá virtist honum öllum lokið og dróst hann verulega aftur úr og lauk keppni í síðasta sæti síns riðils. Hann varð í 33. sæti af 72 keppendum en Bandaríkjamaðurinn Aaron Peirsol synti á besta tíma gærdagsins, 54,41 sekúndum.

Annar íslenskur leikmaður kominn í raðir Stoke City:

Hannes í enska boltann

FÓTBOLTI Landsliðsmaðurinn Hannes Þ. Sigurðsson gerði í gær samning við enska 1. deildarliðið Stoke City til þriggja ára. Samningurinn tekur gildi í janúar en Stoke er nú í viðræðum við norska félagið Viking Stavanger, sem Hannes leikur með, til að freista þess fá hann til sín sem fyrst.

Hannes sagði í samtali við Fréttablaðið í gær að hann reiknaði með því að samkomulag milli liðanna tveggja myndi nást svo hann gæti tekið þátt í byrjun tímabilsins í ágúst. Hann segist mjög spenntur fyrir því að ganga til liðs við Stoke. „Eftir að hafa rætt við menn hjá félaginu þá fannst mér Stoke mjög spennandi kostur. Allt sem ég hef heyrt um klúbbinn hefur verið mjög jákvætt og alveg síðan ég heyrði af áhuga Stoke þá hef ég verið mjög spenntur. Ég er því mjög ánægður með að þetta sé komið í höfn,“ sagði Hannes.

Fleiri lið höfðu áhuga á Hannesi, þar á meðal var úrvalsdeildarliðið West Bromwich Albion sem var í viðræðum við umboðsmann hans. „Það hefur alltaf verið draumur manns að komast eitthvert af þessum stóru löndum í fótboltaheiminum og ég er alveg sannfærður um að þetta sé rétta skrefið,“ sagði Hannes sem hefur ekki leikið með Viking upp á síðkastið vegna tognunar í nára.

„Mér fannst frá byrjun Stoke vera rétta liðið fyrir mig. Ég hef fylgst ágætlega með liðinu síðustu ár þar sem það er svona tengt landi og þjóð. Nú er nýr stjóri hjá þeim og það sem ég hef heyrt frá honum hljómar mjög vel, hann er með flottar framtíðaráætlanir og það verður frábært að taka þátt í þeim,“ sagði Hannes að lokum.

-egm

TIL STOKE Hannes Sigurðsson segir að framtíðaráætlanir Stoke hafi ráðið mestu um ákvörðun hans um að ganga til liðs við félagið.

Vantar þig...

YFIR 150,000 ÍSLENDINGAR LESA FRÉTTABLAÐIÐ AÐ MEÐALTALI Á HVERJUM DEGI.

SMÁAUGLÝSING Í FRÉTTABLAÐINU ER ÓDÝR OG ÁHRIFARÍK LEIÐ SEM TRYGGIR MESTU HUGSANLEGU ÚTBREIÐSLU Á SKILABOÐUM ÞÍNUM.

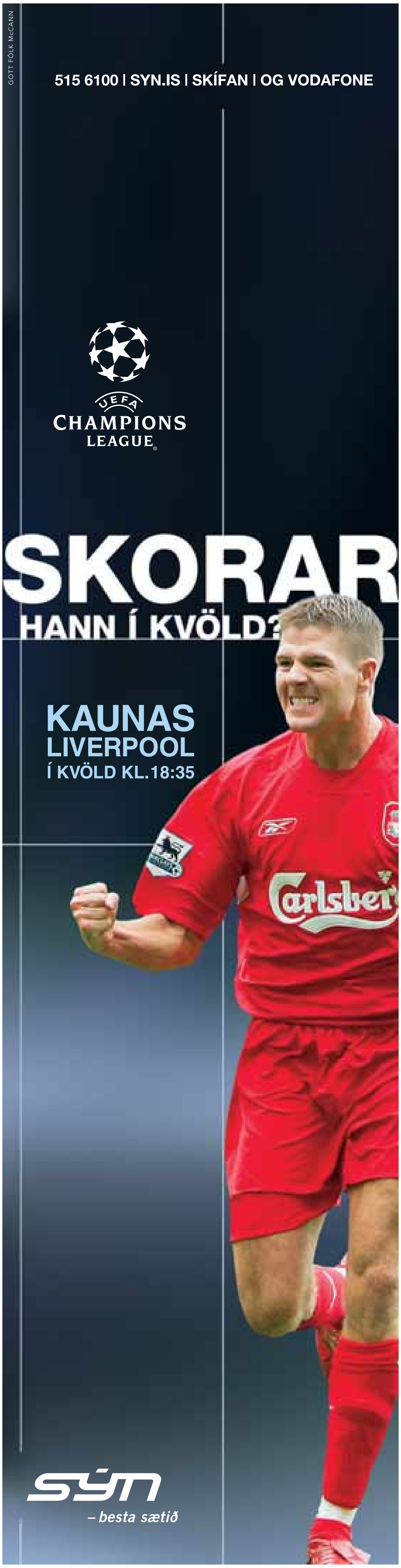
AUGLÝSINGIN ER AUK ÞESS BIRT ÞÉR AÐ KOSTNAÐARLAUSU Á VISIR.IS.

PANTAÐU Í SÍMA 550 5000 EÐA Á VISIR.IS.

FRÉTTABLAÐIÐ

– smáauglýsingar sem allir sjá

Fíton/SÍA F1013727



STUÐ MILLI STRÍÐA : 560 kaloríur ...

MARTA MARÍA JÓNASDÓTTIR ER AÐ BREYTAST Í ÍÞRÓTTAÁLF

MYND: HELGI SIGURÐSSON

Ég hef alltaf dáðst að íþróttahneigðu fólki. Svona fólki sem er fætt undir heillastjörnu íþróttaálfsins. Þetta íþróttagen vantar sumsé algerlega í mig. Sem barn vildi ég frekar föndra, sauma eða lesa í stað þess að eltast við bolta. Mér fannst það frekar tilgangslaust. Ég gerði samt heiðarlegar tilraunir til að smitast af íþróttaáhuga en einhvern veginn endaði ég alltaf á varamannabekknum. Litla leikfimisdísin fékk þó sitt tækifæri þegar ég prófaði línuskauta í fyrsta skipti. Þar fann ég hreyfingu við mitt hæfi. Viðurkenni líka að mér finnst ágætt að fara út í göngutúr með vinkonum mínum en þá verða þær líka að luma á góðum sögum og vera sérlega skemmtilegar. Um daginn gerði ég mér þó grein fyrir því að það væri ekki nóg að fara á línuskauta þrisvar yfir sumarið. Ég yrði að taka á því ef ég ætlaði ekki að enda í þriggja stafa tölu á vigtinni. Ég fór því til einkaþjálfara og skipaði honum að búa til „mjókkunarprógramm“ fyrir mig. Þjálfarinn gat ekki annað en glott út í annað en spurði mig í leiðinni hvað ég ætlaði að mæta oft í viku. Ég sagði honum að ég gæti ekki ákveðið það núna, enda væri ég ekki búin að pródúsera næstu vikur til hlítar. Þá hló þjálfarinn og tjáði mér að ég yrði að lyfta þrisvar í viku, hina dagana gæti ég svo leikið mér úti á línuskautum eða skokkað. Ég saup hveljur og hugsaði með mér hvernig ég ætti eiginlega að fara að því. En svo ákvað ég að standa mig og taka þessu eins og hverju öðru verkefni. Viti menn, þetta fer vel af stað og lofar nokkuð góðu. Á sunnudaginn dró ég vinkonu með mér í ræktina í stað þess að fara á kaffihús og borða kökur og kaffi. Við náðum að spjalla heilmikið meðan við eyddum 560 kaloríum og gerðum magaæfingar. Það fannst mér alveg magnað og langt frá því að vera leiðinlegt!

myndasögur

PONDUS

Eftir Frode Överli

GELGJAN

Eftir Jerry Scott & Jim Borgman

PÚ OG PA

Eftir SÖB

KJÖLTURAKKAR

Eftir Patrick McDonnell

BARNALÁN

Eftir Kirkman/Scott

Ávaxtakarfan
Sýnd í
Íþróttahöllini Akureyri
3.september kl.13.00
Guffi Banani og Palla Pera eru á Norðurlandi og
ætla að heimsækja eftirtalda staði og skemmta börnum.
Þriðjudaginn 26. júlí:
Húsavík kl. 13:00 fyrir utan Veitingastaðinn Sölku
Akureyri kl. 16:00 við Pennann Glerártorgi
Miðvikudaginn 27. júlí:
Ólafsfirði kl. 11:00 við Sparisjóð Ólafsfjarðar,
Aðalgötu 14 Dalvík kl. 13:00 við Sparisjóð Svarfdæla,
Ráðhúsinu Sauðárkróki kl. 17:00 við
Kaupfélag Skagfirðinga, Ártorgi
Fimmtudaginn 28. júlí:
Akureyri kl. 13:00 við Pennann Glerártorgi
Akureyri kl. 15:00 við Pennann Hafnarstræti
Forsala verður á staðnum. Miðaverð kr.2900
Sjáumst!
SPARISJÓÐURINN
ÍsMedia

SingStar 80's í haust

Tölvuleikurinn SingStar 80's kemur út fyrir PlayStation 2 leikjatölvuna í haust. Hægt verður að velja úr þrjátíu slögurum frá upphafi níunda áratugarins, þar á meðal Karma Chameleon, Ice Ice Baby, The Final Countdown, 99 Red Ballons, Wake Me Up Before You Go Go og Uptown Girl.

SingStar-leikirnir eru mest seldu Playstation 2-leikirnir hér á landi og því á þessi nýja útgáfa líklega eftir að njóta vinsælda bæði hérlendis sem og annars staðar í heiminum. ■

SINGSTAR Fjölmarga þekkta slagara frá níunda áratugnum verður að finna í SingStar 80's.

Langt tónlistar-myndband frá MTV

[TÓNLIST]

UMFJÖLLUN

THE LONGEST YARD
AÐALHLUTVERK: ADAM SANDLER, BURT REYNOLDS OG CHRIS ROCK
LEIKSTJÓRI: PETER SEGAL

NIÐURSTAÐA: The Longest Yard er ein stór bandarísk klisja með fimm aura bröndurum. Hún er yfirdrifin kvikmynd sem tekst ekki það sem hún ætlaði sér, að skemmta fólki.

The Longest Yard segir frá Paul Crewe sem er útbrunninn fótboltakappi. Hann var dæmdur fyrir svindl í NFL-leik og er haldið uppi af kærustunni sinni. Honum verður þó nóg boðið þegar hún reynir að klæða hann í fáranleg föt og eyðileggur Bentley bíl hennar á fylleri. Hann er því dæmdur til þriggja ára fangelsisvistar í Allenville-fangelsinu í Suðurríkjunum. Þar ræður ríkjum fangelsisstjórinn Walter Hazen sem fær Crewe til að þjálfa hóp fanga svo að þeir geti verið boxpúðar fyrir fangaverðina í amerískum fótbolta.

Þessi nýja Adam Sandler mynd er endurgerð samnefndrar kvikmyndar frá 1974 sem skartaði sjálfum Burt Reynolds í aðalhlutverki. Nú er Burt gamli hins vegar kominn í hlutverk þjálfara og Sandler hefur tekið við boltanum sem Paul Crewe. Þá var einnig gerð ensk útgáfa eftir þessu sama handriti sem hét Mean Machine og var með Vinnie Jones. Ég er ekki búinn að sjá frumgerðina en sú þá ensku sem var mjög skemmtileg, þó svo að þetta handrit sé ekki upp á marga fiska.

Það sem sló mig mest er að myndin er langt tónlistarmyndband frá MTV. Það eina sem vantaði voru berstrípaðar gellur sem dönsuðu í takt. „Sló mó"- atriði og fangarnir það svalir að maður hugsaði með sjálfum sér hvort ekki væri sniðugt að gerast glæpamaður. Fangaverðirnir sadistar sem kvelja fangana með bros á vör.

Adam Sandler er aðalhetjan en spurning hvort hann hefði ekki hreinlega átt að vera einn af lúðunum, það hlutverk leikur Sandler langbest. Burt Reynolds er síðan uppfullur af klisjukenndum ræðum og Chris Rock öskrandi allan tímann. Sá sem skilaði sínu best var gæðaleikarinn James Cromwell en mér finnst heldur sorglegt að hann skuli leggja nafn sitt við svona mynd.

The Longest Yard er ein stór bandarísk klisja með fimm aura bröndurum. Hún er yfirdrifin kvikmynd sem tekst ekki það sem hún ætlaði sér, að skemmta fólki.

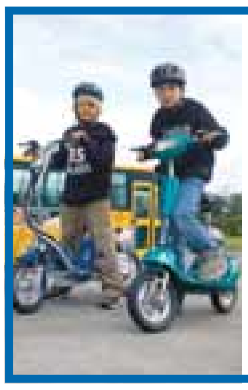
Freyr Gígja Gunnarsson

Brad Pitt heilsuhraustur

Aðdáendur leikarans Brad Pitt geta nú andað léttar því fregnir herma að leikarinn hafi endurheimt fulla heilsu.

Brad Pitt þjáðist af vægri heilahimnubólgu sem hann fékk í kjölfar flensu sem hann krækti sér í í Eþíópíu. Þangað fór Pitt ásamt vinkonu sinni Angelinu Jolie til að aðstoða hana við að ættleiða lítið stúlkubarn. Angelina Jolie hefur nú snúið heim frá Eþíópíu ásamt dótturinni, Zahara. „Vinirnir" hafa ekki enn þá staðfest sögusagnir um að eitthvað annað og meira en vinátta sé á milli þeirra. ■

BRAD PITT Kappinn er allur að skríða saman eftir óvænt veikindi.



Nýjasta æðið!

Scooterhjól með mótor í fyrsta sinn á Íslandi!

Engin trygging nauðsynleg – flokkast sem reiðhjól.

Notist á gangstéttum.

Engin aldurstakmörk

Munið eftir hjálmunum!

Salan er hafin!

Sími: 869 0898

Lifandi tuskudúkka fær harðsperrur í varirnar

PRAKKARALEGT BÚKTAL Höskuldur Sæmundsson segir Árna Beintein hafa strax sjarmerað allan leikhóp Annie upp úr skónum.

„Mamma mín kom mér í þetta. Hún píndi mig í alla þessa kóra og svo var það svo gaman að ég þurfti að halda áfram," segir hinn upprennandi leikari og skemmtikraftur Árni Beinteinn en hann slær nú í gegn í hlutverki búktalaradúkku í söngleiknum Annie í Austurbæ.

Í stuttu samtali við Árna, sem er tíu ára, er augljóst að hér er mikill húmoristi á ferð. Hann semur sín eigin leikrit og söngleiki sem hann leikur heima í stofu og hefur að sögn móður sinnar alltaf haft óstöðvandi frásagnargleði.

Höskuldur Sæmundsson, sem fer með hlutverk búktalarans, segir Árna Beintein strax hafa sjarmerað allan leikhópinn upp úr skónum. „Í fyrsta skiptið sem hann settist í fangið á mér var hann orðinn að dúkkunni," segir Höskuldur og játar að hann, sem búktalari, þurfi að hafa sig allan við til að hafa stjórn á dúkkunni.

Bæði rödd og líkamsbeiting Árna í hlutverkinu er aðdáunarverð. „Ég fékk svo frábæra leiðsögn frá leikstjórum og leikurum í sýningunni og við mótuðum þetta saman," segir Árni. „Við skoðuðum til dæmis ekta búktalaradúkku til að sjá hvernig andlitsmálningin átti að vera. Þá sá ég hvernig kjálkinn hreyfðist upp og niður þegar togað var í band," segir Árni og bætir prakkaralega við: „Það er ekkert erfitt að leika að maður sé dauð tuskudúkka en ég fæ harðsperrur í varirnar af því að ég þarf að brosa allan tímann."

Þótt Árni Beinteinn sé ungur að aldri hefur hann nú þegar lagt drög að glæstri framtíð innan skemmtanaiðnaðarins á Íslandi. „Ég fór í Sönglist í fyrra og lærði söng hjá Ragnheiði Hall og leiklist hjá Guðlaugu Elísabetu. Þar var ég valinn til að fara í leikprufur og fékk að leika í Híbýlum vindanna hjá Þórhildi Þorleifsdóttir. Hún var alveg yndisleg og þar lærði ég mikið," segir Árni sem hlakkar til þess að stíga aftur á svið Borgarleikhússins þegar verkið verður tekið upp í haust.

Er blaðamaður náði tali af unga leikaranum var hann eins og hver annar atvinnumaður í hvíld milli atriða í tökum á Stelpunum, nýrri sjónvarpsþáttaröð Óskars Jónassonar. „Það er búið að lita hárið á mér rautt og mér finnst ég taka mig einstaklega vel út," segir Árni en fyrst hárið er orðið rautt er spurning hvort hann geti ekki tekið að sér aðalhlutverkið í Annie. „Jú ekkert mál," segir hann og röddin breytist í ráma vískírödd búktaladúkkunnar. „Tomorrow, tomorrow," syngur dúkkan og segist svo þurfa frá að hverfa í upptökur á næsta sjónvarpsatriði.

thorakaritas@frettabladid.is

Richman hitar upp á Grandrokk

Tónlistarmaðurinn Jonathan Richman, sem spilar á Innipúkanum um verslunarmannahelgina, ætlar að hita upp fyrir hátíðina með tónleikum á Grandrokk á föstudagskvöld.

Tónleikarnir hefjast klukkan 22 og sér trúbadorinn Þórir um að hita upp fyrir kappann. Miðaverð er 1500 krónur og hefst miðasala í verslun 12 Tóna og á midi.is á miðvikudag.

Jonathan Richman er líklegast frægastur fyrir þátt sinn í kvikmyndinni There is Something About Mary frá árinu 1998. Þar sá hann um tónlistina og kom fram ásamt trommuleikaranum Tommy Larkins sem spilar með honum á Íslandi. Miðasala á Innipúkann fer fram í verslunum 12 Tóna og Hive. ■

JONATHAN RICHMAN Richaman er frægastur fyrir þátt sinn í myndinni There is Something About Mary.

Colin í kynlífsmyndbandi

Colin Farell stendur nú í málaferlum vegna kynlífsmyndbands sem sýnir hann og konu að nafni Nicole Narain stunda kynlíf. Farrell stefndi konunni á mánudaginn fyrir viku fyrir að reyna að gefa út myndbandið og fékk á hana nálgunarbann. Dómarinn í málinu lagði bann á að Narain seldi, dreifði eða sýndi myndbandið sem er fimmtán mínútna langt. Fyrrum elskendurnir fara aftur fyrir rétt í ágúst en Farrell hefur einnig kært Narain fyrir að vinna með klámmyndafyrirtæki á netinu að birtingu myndbandsins og fyrir að hafa samband við fréttamiðla vegna þess. Farrell heldur því fram að fyrir „tökurnar" hafi þau gert munnlegan samning um að myndbandið yrði aldrei gert opinbert. Í kærunni stendur einnig að birting myndbandsins myndi skaða orðspor leikarans og feril, en ef haft er í huga færið sem myndaðist í kringum kynlífsmyndband smástirnisins Paris Hilton er ekki loku fyrir það skotið að leikarinn græði á þessu eftir allt saman. ■

COLIN FARRELL Það væri nú ekki amalegt að sjá kynlífsmyndbandið með Colin.

CARLO ROSSI:
Kúturinn þægilegur í ferðalögin

Vinsælasta rósavín á Íslandi áratugum saman er kaliforníska vínið Carlo Rossi. Það kemur frá Livingston-víngerðarhúsinu og var hér á árum áður þekkt undir nafninu Chablis Blush. Frakkar voru ekki sáttir við notkunina á Chablis-nafninu, þar sem það vísar í ákveðið hérað í Frakklandi og vandræðalegt þótti að vinsælasta rósavín heims bæri nafnið, sérstaklega þar sem það er amerískt!

Á sumardögum í Vínbúðunum lækkar verð á þessu vinsæla rósavíni og er það eflaust fagnaðarefni fyrir fjölmarga aðdáendur þess hérlendis. 1,5 lítra kúturinn kunnuglegi með handfanginu lækkar úr 1.290 kr. í 1.190. Einkar þægilegar umbúðir í ferðalagið.

Carlo Rossi California Rosé er ljósbeikt rósavín „Blush", hálfsætt með mildan aðgengilegan ávöxt. Ákaflega gott eitt og sér sem fordrykkur og hentar vel með t.d. salatréttum og asískum mat. Berið ískalt fram sem sumarvín.

Kynningarverð á sumardögum í Vínbúðum 1,5 l á 1.190 kr.

GUNTRUM RIESLING:
Bestu kaupin í kassavínum

Í Gestgjafanum síðastliðið sumar fjallaði Þorri Hringsson vínrýnir um kassavín og var niðurstaðan af úttekt hans að hvítvínið Gruntrum Riesling væru bestu kaupin í kassavínum í Vínbúðum hérlendis. Þorri mælir með víninu einu og sér, með austurlenskum mat og léttum fiskréttum. Þýska vínhúsið Louis Guntrum hefur aflað sér orðstírs fyrir vel gerð og áreiðanleg vín á góðu verði. Hvítvínið Guntrum Riesling Royal Blue hefur um árabil verið með þeim vinsælustu á Íslandi.

Guntrum hefur opnað augu margra fyrir gæðum þýskra vína og hversu vel þau eiga við fjölmarga matarrétti. Þetta er fölgrænt hvítvín með meðalsætan blómlegan ávöxt sem nýtur sín best ískalt á veröndinni og með asískum réttum. Best framborið vel kælt.

Kynningarverð á sumardögum í Vínbúðum 2.590 kr.

GRENACHE:
Partíþrúgan

„Ekki segja að ég hafi ekki varað þig við," segir vínfræðarinn og gagnrýnandinn Oz Clarke um rauðvínsþrúguna grenache og ber hana saman við villta og freistandi konu sem auðvelt er að falla fyrir. Ilmur þrúgunnar er vissulega lokkandi: jarðarber, súkkulaði og karamella jafnvel. Vín úr þrúgunni eru oft mjög aðgengileg, ávaxtarík og svolítið sæt, með lága sýru og milt tannín. Sannkallað gleðivín, eða „partívín" eins og við Íslendingar myndum kalla það.

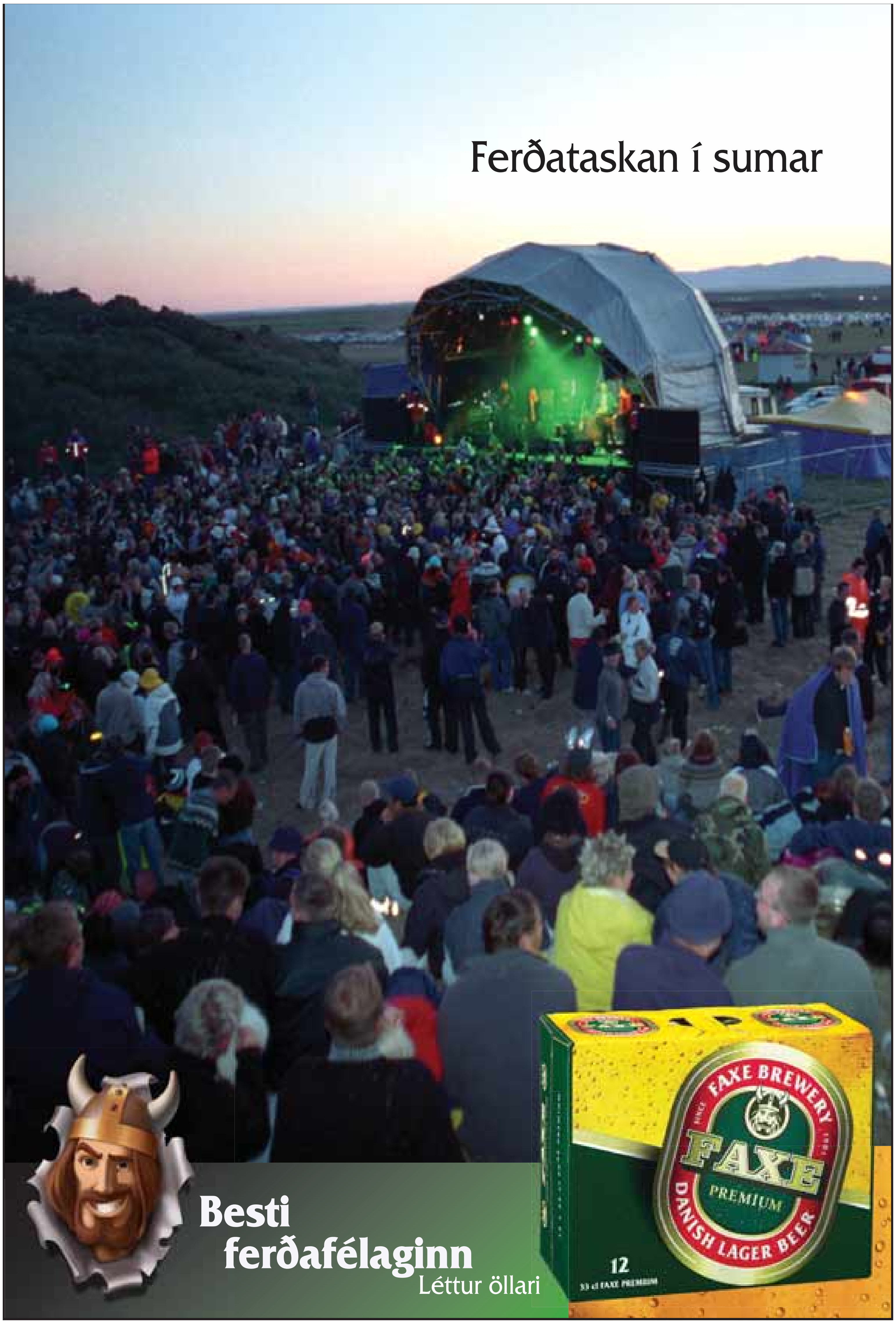
Það þýðir þó ekki að ekki sé hægt að framleiða gæðavín úr 100% grenache án þess þó að fórna nokkurn tímann þessum skemmtilega karakter þrúgunnar. Til dæmis fæst á sumartilboði í Vínbúðunum Heiðrúnu og Kringlunni hið skemmtilega Artazuri frá Artazu (1.190 kr) í Navarra á Spáni. Á Spáni er þrúgan mjög algeng og er kölluð garnacha. Hún er mikið notuð í rósavín en á engu síður stóran þátt í að búa til einhver mest spennandi rauðvín landsins í Priorato.

Ástralir sérfræðingar

Ástralir eru sérfræðingar í að búa til glæsileg vín úr grenache, ekki síst þegar henni hefur verið blandað við shiraz og mourvedre, skammstafað GSM, í vínum eins og GSM frá Rosemount (1.990 kr.), GSM frá Peter Lehmann (1.390 kr.) og The Steading (2.900 kr.) og Juveniles (2.390 kr.) frá Torbreck.

Hugmynd Ástrala er þó ekki ný því Frakkar hafa löngum blandað þessum þremur þrúgum saman, og fleirum, í Chateauneuf-du-Pape vínunum frægu. Dæmi um tvö slík gæðavín, frá Les Cailloux (3.790 kr.) og Guigal (3.590 kr.), er að finna í Vínbúðunum Heiðrúnu og Kringlunni.

Vefsíður sem veita frekari fróðleik:
www.torbreck.com
www.rosemountestate.com
www.peterlehmannwines.com.au
www.guigal.com
www.chateauneuf.com
www.winesfromspain.com



BORGARLEIKHÚSIÐ
Leikfélag Reykjavíkur • Listabraut 3, 103 Reykjavík

KALLI Á ÞAKINU
e. Astrid Lindgren • Í samstarfi við Á þakinu
Lau 13/8 kl 14, Su 14/8 kl 14, Lau 20/8 kl 14, Su 21/8 kl 14

ÖRLAGAEGGIN-SÖNGLEIKUR
6. sýning 22/7, 7. sýning 24/7 og lokasýning 28/7

Miðasölusími 568 8000 • midasala@borgarleikhus.is
Miðasala á netinu www.borgarleikhus.is Miðasalan í Borgarleikhúsinu er opin:
5/7, 11/7, 12/7, 13/7 kl. 14-18 6/7, 7/7, 8/7, 14/7, 15/7, 17/7, 22/7, 28/7 kl. 14-20
10/7, 17/7 kl. 12-18 LOKAÐ 18/7 - 21/7, 23/7-27/7, 29/7-11/8

AUGLÝSINGASÍMI
550 5000
FRÉTTABLAÐIÐ

HVAÐ? HVENÆR? HVAR?

JÚLÍ

24 25 **26** 27 28

Þriðjudagur

TÓNLEIKAR

☐ 20.30 Tónleikar í sal **Borgarhólsskóla** á Húsavík. Fram kemur **Lára Sóley Jóhannsdóttir** fiðluleikari við píanóundirleik Aladár Rácz. Gestasöngvari er Hjalti Jónsson og er efnisskrá fjölbreytt og skemmtileg. Miðverð er kr. 1.000 og er frítt fyrir 16 ára og yngri.

OPNANIR

☐ 20.30 **Jón Ingi Sigurmundsson** opnar málverkasýningu í **Eden**, Hveragerði, þriðjudaginn 26. júlí. Á sýningunni eru olíu-, pastel og vatnslitamyndir sem allar eru málaðar á þessu og síðasta ári. Þetta er 29. einkasýning Jóns Inga. Sýningunni lýkur 7. ágúst.

Upplýsingar um viðburði og sýningar sendist á **hvar@frettabladid.is** ekki síðar en sólarhring fyrir birtingu.

Vill leika Patti Smith

Leikkonan Juliette Lewis hefur lýst yfir miklum áhuga á að fara með hlutverk pönkdrottningarinnar Patti Smith einhvern tímann í framtíðinni. Mikið hefur verið rætt um hvort Lewis muni leika Janis Joplin í nýrri mynd um söngkonuna sálugu en hún segist miklu frekar vilja leika Smith, sem heldur tónleika hér á landi 6. september. „Það er erfitt að búa til kvikmyndir byggðar á ævi fólks," segir Lewis. „Varðandi sögu Janis Joplin þá myndi ég vilja einbeita mér að henni sem fyndinni og sjálfstæðri persónu sem stóð uppi sem sigurvegari í miklum karlaheimi. Sagan um hana sem eiturlyfjaneytenda er frekar leiðinleg og ég er ekki viss um þeir í Hollywood myndu segja rétt frá henni." ■

JULIETTE LEWIS Lewis, sem m.a. lék í Natural Born Killers, langar að leika í mynd um Patti Smith.

HÁDEGISBÍÓ 400 kr. MIÐAVERÐ Á ALLAR MYNDIR kl: 12 UM HELGINA Í SAMBÍÓUNUM KRINGLUNNI

STÆRSTA KVIKMYNDAHÚS LANDSINS • HAGATORGI • S. 530 1919 • www.haskolabio.is

ÁLFABAKKI

DARK WATER	KL. 3.45-5.50-8-10.20	B.I. 16
DARK WATER VIP	KL. 8-10.20	
THE PERFECT MAN	KL. 2-4-6-8-10	
MADAGASCAR enskt tal	KL. 2-4-6-8-10	
MADAGASCAR ísl. tal	KL. 2-4-6	
WAR OF THE WORLDS	KL. 8-10.30	B.I. 14
BATMAN BEGINS	KL. 2-5-8-10.40	B.I. 12
BATMAN BEGINS VIP	KL. 2-5	
SVAMPUR SVEINSSON ísl. tal	KL. 2	

KEFLAVÍK

DARK WATER	KL. 8-10.20	
MADAGASKCAR enskt tal	KL. 8	B.I. 14
WAR OF THE WORLDS	KL. 10	B.I. 12

AKUREYRI

DARK WATER	KL. 8-10
THE PERFECT MAN	KL. 6-8
MADAGASKCAR ísl. tal	KL. 6
MADAGASKCAR enskt tal	KL. 10

KRINGLAN

THE PERFECT MAN	KL. 4.30-6.30-8.30-10.30
MADAGASCAR	KL. 4.30-6.30
ELVIS HAS LEFT THE BUILDING	KL. 4.30-8.30-10.30
WHO´S YOUR DADDY	KL. 6.30-8.30-10.30

FRÁBÆR SKEMMTUN SAMBÍÓIN

ÁLFABAKKI 587 8900 KRINGLAN 588 0800 AKUREYRI 461 4666 KEFLAVÍK 421 1170

DARK WATER	KL. 5.50-8-10.15	B.I. 16 ára
MADAGASCAR enskt tal	KL. 6-8-10	
ELVIS HAS LEFT THE BUILDING	KL. 8-10	
BATMAN BEGINS	KL. 6-8.30	B.I. 12 ára
VOKSNE MENNESKER	KL. 5.45	

Háskólabíó

ALICE COOPER Fjórar rokksveitir munu hita upp fyrir Alice Cooper á tónleikum hans í Kaplakrika.

Fjórar rokksveitir hita upp

Rokksveitirnar Dimma, Sign, Dr. Spock og Brain Police munu hita upp fyrir sjokkrokkarann Alice Cooper á tónleikum hans í Kaplakrika 13. ágúst næstkomandi.

Upphaflega var talið að pönkhljómsveitin Q4U myndi hita upp fyrir Cooper á sínum fyrstu tónleikum í fjölmörg ár. Þau Ellý og Danny Pollock ú Q4U staðfestu þann orðróm í samtali við Fréttablaðið í síðasta mánuði en að sögn Einars Bárðasonar hjá Concert mun sveitin ekki hita upp eins og staðan er í dag.

Alice Cooper er án efa einn mesti áhrifavaldur í harðri rokktónlist í heiminum. Hann er af flestum talinn brautryðjandi í sjokkrokki og hafði gríðarlega áhrif á rokksöguna. Áhrif hans má finna hjá sveitum á borð við Kiss, Misfits, King Diamond, Slipknot og Marilyn Manson. Talið er að Cooper hafi verið fyrstur manna til að hagnýta sér myndmál kvikmynda og leikhúss á farsælan hátt í framleiðslu á rokki og róli. Að sækja tónleika með honum og sveit hans upp úr 1970 var eins og að fá tvo fyrir einn, í salnum glumdi ekki einungis fyrsta flokks harðrokk heldur stigu áheyrendur um leið inn í mjög svo rosalegt hryllingsleikhúss.

Tónleikar Cooper hér á landi eru hluti af tónleikaferð hans um heiminn til að fylgja eftir útgáfu plötunnar Dirty Diamonds sem kom í búðir í byrjun mánaðarins. ■

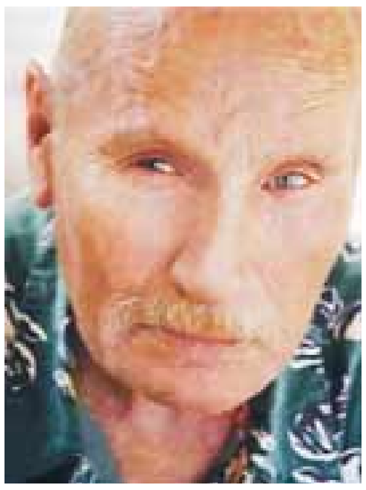
Mr Blue látinn

Glæpasagnahöfundurinn og leikarinn Edward Bunker, sem margir muna eftir sem Mr Blue úr kvikmynd Quentin Tarantino, Reservoir Dogs, er látinn, 71 árs gamall. Bunker var sykursjúkur og lést eftir aðgerð tengdri sjúkdómnum.

Bunker eyddi 18 árum ævi sinnar á bak við lás og slá fyrir rán, falsanir og aðra glæpi. Í steininum fór hann að skrifa bækur og sú fyrsta, No Beast So Fierce, kom út 1973. Kvikmyndin Straight Time var gerð upp úr bókinni og átti Bunker þátt í handritsgerðinni auk þess sem hann lék glæpamann í myndinni. Á meðal fleiri bóka sem Bunker skrifaði voru Little Boy Blue, Dog Eat Dog og Animal Factory. Var hann meðhandritshöfundur þegar gerð var kvikmynd eftir síðastnefndu bókinni árið 2000. Einnig átti hann þátt í handritinu að Runaway Train sem kom út 1985 með Jon Voight og Eric Roberts í aðalhlutverkum.

Síðasta kvikmyndahlutverk Bunker var í endurgerð myndarinnar The Longest Yard, með Adam Sandler í aðalhlutverki. ■

RESERVOIR DOGD Bunker sló í gegn sem Mr Blue í fyrstu kvikmynd Quentin Tarantino.



EDWARD BUNKER Þessi tukthúslimur notaði reynslu sína í skáldsögur og gerðist leikari á efri árum.

Tilboð fyrir verslunarmannahelgina

Allt sem þarf í útileguna

Nanoq Magnús bakpoki
75 lítrar. Stillanlegt bak.
Tilboð: 3.990 kr.
Verð áður: 9.990 kr.

Nanoq Compact svefnpoki
Góður sumarpoki.
Tilboð: 4.990 kr.
Verð áður: 6.990 kr.

Tvöföld vindsæng
Tilboð: 1.990 kr.
Verð áður: 3.990 kr.

ÚTILÍF

SMÁRALIND SÍMI 545 1550 ○ GLÆSIBÆ SÍMI 545 1500 ○ KRINGLUNNI SÍMI 545 1580

ÚR BÍÓHEIMUM

Í hvaða kvikmynd hljómaði þessi setning:

„Sir, if they found out they'd put my hot dog in a bun and chow down."

Svar: Clay Busby úr kvikmyndinni Memphis Belle frá árinu 1990.

dagskrá

VIÐ TÆKIÐ ÞÓRARINN ÞÓRARINSSON vill fá meira rusl í sjónvarpið á sumrin

Offramboð á góðu efni

Það er fastur liður hjá sjónvarpsrýnum að amast við því hversu ömurlega dagskrá sjónavarpsstöðvarnar bjóða upp á yfir sumarmánuðina. Sjálfur hef ég ítrekað amast við þessu og meðal annars talað um sumardagskrá sjónvarpsstöðvanna sem vorboðan fúla. Ég sé eftir þessu núna og tek allt aftur. Enginn veit hvað átt hefur fyrr en misst hefur og eftir að sjónvarpsstöðvarnar svöruðu kalli mínu og annarra nöldurseggja í ár með því að skreyta dagskrá sína með úrvalsþáttum hefur líf mitt farið á hvolf. Auðvitað á maður að vera úti á sumrin og nota þessi löngu og hlýju kvöld til annars en að glápa á sjónvarpið. Það er hins vegar ekki jafn auðvelt að velja á milli útiveru og heimahangs núna þegar maður er orðinn æsispenntur og komin á bólakaf í Lost! og hremmingar aðþrengdu eiginkvennanna. Það má auðvitað ekki missa úr þátt þannig að maður þorir ekki út úr húsi á kvöldin og getur ekki farið út úr bænum, með góðri samvisku, án þess að tímastilla myndbandstækið til þess að taka upp þessa þætti á meðan.

Það er svo auðvitað ekki nóg þar sem áhyggjur af því að rafmagnið fari eða upptökurnar klúðrist á annan hátt varpa löngum skugga yfir tjaldferðirnar.

Það var ekki til mikils að losna úr háspennunni í kringum 24 á Stöð 2 sem gengu langt inn í sumarið. Maður var þá þegar orðin háður fyrrnefndum þáttum á RÚV. Ríkissjónvarpið bætti svo enn um betur með því að bjóða upp á bresku snilldarkrimmana Trial and Retribution á þriðjudögum og svo náði Sylvía Nótt líka náð tökum á manni.

Hún hefur sem betur fer runnið sitt skeið og best væri ef Lost, Aðþrengdu eiginkonurnar og Trial and Retribution færu í frí. Það er agalegt að standa frammi fyrir því að þurfa að velja á milli íslenska sumarsins og engilsaxnesks skemmtiefnis í hæsta klassa.

Meira rusl í sjónvarpið á sumrin, takk. Vetrarkvöldin eru köld og löng og þá er gott að eiga gullmolana inni.

▶ 20.50 FRÆÐSLA

MÓTMÆLANDI ÍSLANDS

▶ 20.45 DRAMA

EYES

▶ 22.00 SPJALL

KVÖLDÞÁTTURINN

▶ 21:00 LÍFSSTÍLL

BRÚÐKAUPSÞÁTTURINN JÁ

▶ 19.40 ÍÞRÓTTIR

LANDSBANKADEILDIN

SJÓNVARPIÐ

13.30 HM í sundi. Bein útsending frá keppni í undanrásum í Montreal. **17.05** Leiðarljós **17.50** Táknmálsfréttir **18.00** Músasjónvarpið (3:13)

18.30 Gló magnaða (17:19)
19.00 Fréttir og íþróttir
19.35 Kastljósið
20.05 Everwood (15:22)
▶ **20.50 Mótmælandi Íslands** Heimildarmynd um Helga Hóseasson sem frægur er vegna baráttu sinnar fyrir því að fá skírnarsáttmála sinn ógiltan. e.
22.00 Tíufréttir
22.20 Rannsókn málsins VIII (1:2) (Trial and Retribution, Ser. 8) Bresk sakamálamynd frá 2004 þar sem lögreglan fær til rannsóknar sérlega snúið sakamál. Atriði í myndinni eru ekki við hæfi barna. Seinni hlutinn verður sýndur að viku liðinni.

0.00 Kastljósið **0.20** HM í sundi **2.20** Dagskrárlok

Stöð 2

6.58 Ísland í bítið **9.00** Bold and the Beautiful **9.20** Í fínu formi **9.35** Oprah Winfrey **10.20** Ísland í bítið

12.20 Neighbours **12.45** Í fínu formi **13.00** Perfect Strangers **13.25** Married to the Kellys (e) **13.50** Kóngur um stund **14.20** Monk **15.15** Extreme Makeover (e) **16.00** Barnatími Stöðvar 2 **17.53** Neighbours **18.18** Ísland í dag

18.30 Fréttir Stöðvar 2
19.00 Ísland í dag
19.35 Simpsons
20.00 Fear Factor (15:31)
▶ **20.45 Eyes (3:13)** Judd Risk Mangement er ekkert venjulegt fyrirtæki. Harlan Judd og félagar leysa málin fyrir fólk sem af einhverjum ástæðum vill ekki leita á náðir lögreglunnar.
21.30 Shield (13:13) The Shield gerist í Los Angeles og fjallar um sveit lögreglumanna sem virðist hafa nokkuð frjálsar hendur. Stranglega bönnuð börnum.
22.15 Navy NCIS (19:23) Sjóhernum er svo annt um orðspor sitt að starfandi er sérstök sveit sem rannsakar öll vafasöm mál sem tengjast stofnuninni. Bönnuð börnum.

23.00 Waking Life (Bönnuð börnum) **0.35** Revelations (3:6) (Bönnuð börnum) **1.20** Fréttir og Ísland í dag **2.40** Ísland í bítið **4.20** Tónlistarmyndbönd frá Popp TíVí

SIRKUS

18.30 Fréttir Stöðvar 2
19.00 Seinfeld 3
19.30 Game TV Allt það sem þú vilt vita um tölvur og tölvuleiki færð þú beint í æð í Game TV.
20.00 Seinfeld 3
20.30 Friends (22:24)
21.00 Joan Of Arcadia (4:23) Táningsstelpan Joan er nýflutt til smábæjarins Arcadia þegar skrítnar uppákomur fara að henda hana.
21.45 Sjáðu Fegurðardrottningin Unnur Birna sýnir okkur allt það heitasta í kvikmyndaheiminum.
▶ **22.00 Kvöldþátturinn** Beinskeyttur spjall- og skemmtiþáttur þar sem viðburðir dagsins eru hafðir að háði og spotti.
22.45 David Letterman

23.30 Rescue Me (4:13) **0.15** Friends (22:24) **0.45** Kvöldþátturinn **1.30** Seinfeld 3

SKJÁREINN

17.55 Cheers **18.20** Center of the Universe – NÝTT! (e)

19.15 Þak yfir höfuðið (e)
19.30 According to Jim (e)
20.00 The Biggest Loser Í þáttunum keppa offitusjúklingar, með hjálp sérvalinna einkaþjálfara um hverjum gengur best að megra sig og halda reglurnar.
20.50 Þak yfir höfuðið Umsjón hefur Hlynur Sigurðsson.
▶ **21.00 Brúðkaupsþátturinn Já**
22.00 CSI: Miami Horatio Cane fer fyrir fríðum flokki réttarrannsóknafólks sem rannsakar morð og limlestingar í Miami.
22.45 Jay Leno Jay Leno tekur á móti gestum af öllum gerðum í sjónvarpssal.

23.30 The Contender (e) **0.15** Cheers (e) **0.40** The O.C. **1.20** Hack **1.35** Óstöðvandi tónlist

SÝN – besta sætið

17.15 X-Games **18.10** 2005 AVP Pro Beach Volleyball

19.10 Landsbankamörkin Mörkin og marktækifærin úr tólftu umferð Landsbankadeildarinnar en þá mætast eftirtalin félög: KR – Keflavík, ÍBV – FH, Þróttur – Fram, Grindavík – ÍA og Valur – Fylkir.
▶ **19.40 Landsbankadeildin** (12. umferð) Landsbankadeildin heldur áfram á Sýn í kvöld en fram undan er bein útsending frá einum leik í tólftu umferð mótsins.
22.00 Mótorsport 2005
22.30 Sporðaköst II (Austurland) Skemmtilegir veiðiþættir þar sem rennt er fyrir fisk víða um land. Umsjónarmaður er Eggert Skúlason en dagskrárgerð annaðist Börkur Bragi Baldvinsson.

23.00 Landsbankadeildin. Útsending frá einum leik í tólftu umferð mótsins.

STÖÐ 2 BÍÓ

6.00 What Women Want **8.05** Joe Somebody **10.00** Gentlemen's Relish **12.00** My Big Fat Greek Wedding **14.00** What Women Want **16.05** Joe Somebody **18.00** Gentlemen's Relish **20.00** My Big Fat Greek Wedding **22.00** Vanilla Sky (B.b.) **0.15** A Beautiful Mind (B.b.) **2.25** Chasing Beauties (B.b.) **4.00** Vanilla Sky (B.b.)

OMEGA

7.00 Joyce Meyer **7.30** Benny Hinn **8.00** Dr. David Cho **8.30** Acts Full Gospel **9.00** Ron Phillips **9.30** Blandað efni **10.00** Joyce Meyer **10.30** Freddie Filmore **11.00** Samverustund (e) **12.00** Kvöldljós **13.00** Joyce Meyer **13.30** Blandað efni **14.30** Gunnar Þorsteinsson **15.00** Believers Christian Fellowship **16.00** Joyce Meyer **16.30** Blandað efni **17.00** Fíladelfía (e) **18.00** Dr. David Cho **18.30** Joyce Meyer **19.00** Fréttir á ensku **20.00** Samverustund (e) **21.00** Dr. David Cho **21.30** Freddie Filmore **22.00** Joyce Meyer **22.30** Blandað efni **23.00** CBN fréttastofan – fréttir á ensku **0.00** Nætursjónvarp

E! ENTERTAINMENT

12.00 E! News **12.30** Jackie Collins Presents **13.30** Fashion Police **14.00** Style Star **14.30** Life is Great with Brooke Burke **15.00** High Price of Fame **16.00** 101 Most Awesome Moments in... **17.00** Life is Great with Brooke Burke **17.30** The Soup **18.00** E! News **18.30** Love is in the Heir **19.00** E! Entertainment Specials **20.00** Hotspot Hollywood Roosevelt Hotel **20.30** My Crazy Life **21.00** The Entertainer **22.00** Scream Play **23.00** E! News **23.30** Hotspot Hollywood Roosevelt Hotel **0.00** Wild On **1.00** The E! True Hollywood Story

AKSJÓN

7.15 Korter

POPP TÍVÍ

Tónlist allan daginn - alla daga

VIÐ MÆLUM MEÐ...

Mótmælandi Íslands — Sjónvarpið **20.50**

Þögul mótmæli gegn valdastjórninni

Textað á síðu 888.

Í kvöld sýnir Sjónvarpið heimildarmyndina Mótmælandinn, um Helga Hóseasson sem frægur er vegna baráttu sinnar fyrir því að fá skírnarsáttmála sinn ógiltan. Helgi hefur líka um langt árabil haft uppi þögul mótmæli gegn valdstjórninni og þeim verkum hennar sem eru honum ekki að skapi og gjarnan hefur mátt sjá hann standa með mótmælaspjöld sín við Langholtsveginn í Reykjavík. Frægt varð líka þegar hann sæmdi alþingismenn skyrinu forðum.
Myndina, sem var tilnefnd til Edduverðlaunanna, gerðu Jón Karl Helgason og Þóra Fjeldsted.

Helgi Hóseasson.

TALSTÖÐIN FM 90,9

7.03 Morgunútvarpið **9.03** Margrætt með Ragnheiði Gyðu Jónsdóttur. **10.03** Morgunstund með Sigurði G. Tómassyni.

12.15 Hádegisútvarpið **13.01** Hrafnaþing **14.03** Fótboltavikan með Hansa **15.03** Allt og sumt **17.59** Á kassanum. Illugi Jökulsson. **19.30** Úrval úr Morgunútvarpi e.

20.00 Margrætt með Ragnheiði Gyðu Jónsdóttur e. **21.00** Morgunstund með Sigurði G. Tómassyni e. **22.00** Á kassanum e. **22.30** Hádegisútvarpið e. **23.00** Úrval úr Allt & sumt e.

0.00 Hrafnaþing Ingva Hrafns e.

RÁS 1 FM 92,4/93,5

7.05 Árla dags **7.30** Morgunvaktin **9.05** Laufskálinn **9.40** Sögumenn samtímans **9.50** Morgunleikfimi **10.13** Sáðmenn söngvanna **11.03** Samfélagið í nærmynd

13.00 Sakamálaleikrit **13.15** Sumarstef **14.03** Útvarpssagan: Bara stelpa **14.30** Bíótónar **15.03** Hljómsveit Reykjavíkur 1921-1930 **16.13** Hlaupanótan

17.03 Víðsjá **18.25** Spegillinn **19.00** Íslensk dægurtónlist í eina öld **21.00** Á sumargöngu **21.55** Orð kvöldsins **22.15** Kvöldsagan, Seiður og hélog

23.00 Djassgallerí New York

RÁS 2 FM 90,1/99,9

7.30 Morgunvaktin **8.30** Einn og hálfur með Gesti Einari Jónassyni **10.03** Brot úr degi

12.20 Hádegisfréttir **12.45** Poppland **16.10** Dægurmálaútvarp Rásar 2

18.00 Kvöldfréttir **18.25** Spegillinn **20.00** Músík og sport **22.10** Rokkland

1.10 Ljúfir næturtónar

BYLGJAN FM 98,9

5.00 Reykjavík Síðdegis. **7.00** Ísland Í Bítið **9.00** Ívar Guðmundsson

12.00 Hádegisfréttir **12.20** Óskalagahádegi Bylgjunnar **13.00** Bjarni Arason **16.00** Reykjavík Síðdegis

18.30 Kvöldfréttir og Ísland Í Dag. **19.30** Bragi Guðmundsson - Með Ástarkveðju

ÚTVARP SAGA FM 99,4

9.03 ÓLAFUR HANNIBALSSON **10.03** RÓSA INGÓLFSDÓTTIR **11.03** ARNÞRÚÐUR KARLSDÓTTIR

12.25 Meinhornið (endurfl. frá laug.) **12.40** MEINHORNIÐ **13.05** JÖRUNDUR GUÐMUNDSSON **14.03** KOLBRÚN BERGÞÓRSDÓTTIR

15.03 ÓSKAR BERGSSON **16.03** VIÐSKIPTAÞÁTTURINN **17.05** GÚSTAF NÍELSSON **18.00** Meinhornið (endurfl) **19.40** Endurflutningur frá liðnum degi.

AÐRAR STÖÐVAR

FM 95,7 Effemm / Zúúber tónlistarstöðin
FM 102,2 Útvarp Latibær / Fjölskyldu útvarp
FM 102,9 Lindin / Kristilegt efni
FM 96,7 Létt / Tónlist og afþreying
FM 105,5 Útvarp Boðun / Kristilegt efni
FM 89,5 Kiss / Nýja bítið í bænum
FM 88,5 XA-Radíó / 12 spora efni
FM 91,9 XFM / Tónlist og afþreying
FM 104,5 Radíó Reykjavík / Tónlist og afþreying

ERLENDAR STÖÐVAR

EUROSPORT

13.30 Swimming: World Championship Montreal Canada **16.00** Football: UEFA European Under-19 Championship Northern Ireland **18.00** Volleyball: World Grand Prix Baku **18.30** Football: UEFA European Under-19 Championship Northern Ireland **20.30** Athletics: IAAF Super Grand Prix Stockholm **22.00** Swimming: World Championship Montreal Canada

BBC PRIME

12.00 Popcorn **12.50** Teletubbies **13.15** Tweenies **13.35** Fimbles **13.55** Balamory **14.15** Monty the Dog **14.20** Yoho Ahoy **14.25** Bill and Ben **14.35** The Raven **15.00** Antiques Roadshow **15.30** Perfect Holiday **16.00** Animal Park **17.00** Bargain Hunt **17.30** EastEnders **18.00** Meerkats: Part of the Team **19.00** SAS Survival Secrets **20.00** Body Hits **20.30** Human Race **21.00** Casualty **21.50** Holby City **23.00** Leonardo **1.00** Comedy of Errors

NATIONAL GEOGRAPHIC

12.00 The Mugger Crocodile **13.00** Paranormal?: Ghosts **14.00** Air Crash Investigation: Cutting Corners **15.00** Seconds from Disaster: Flood at Stava Dam **16.00** Battlefront: Retaking of France **16.30** Battlefront: Operation Dragoon **17.00** Animal Nightmares: Rats **17.30** Monkey Business **18.00** The Mugger Crocodile *living Wild* **19.00** Paranormal?: Police Psychics **20.00** Air Crash Investigation: Flying Blind **21.00** Seconds from Disaster: Crash of the Concorde **22.00** Paranormal?: Exorcism **23.00** Air Crash Investigation: Flying Blind **0.00** Seconds from Disaster: Crash of the Concorde

ANIMAL PLANET

12.00 Profiles of Nature **13.00** Pet Star **14.00** Animal Precinct **15.00** Pet Rescue **15.30** Wildlife SOS **16.00** Amazing Animal Videos **16.30** Big Cat Diary **17.00** Monkey Business **17.30** Animals A-Z **18.00** The Heart of a Lioness **19.00** Penguin Baywatch – Antarctica **20.00** Crocodile Hunter **21.00** Animal Cops Detroit **22.00** Monkey Business **22.30** Animals A-Z **23.00** Pet Rescue **23.30** Wildlife SOS **0.00** Penguin Baywatch – Antarctica **1.00** The Heart of a Lioness

DISCOVERY

12.00 Big Stuff **13.00** Extreme Engineering **14.00** Junkyard Mega-Wars **15.00** Rex Hunt Fishing Adventures **15.30** Buena Vista Fishing Club **16.00** Extreme Machines **17.00** Scrapheap Challenge **18.00** Mythbusters **19.00** Extreme Engineering **20.00** Massive Machines **20.30** One Step Beyond **21.00** Surviving Extreme Weather **22.00** Forensic Detectives **23.00** Mythbusters **0.00** Weapons of War

MTV

13.00 SpongeBob SquarePants **13.30** Wishlist **14.00** TRL **15.00** Dismissed **15.30** Just See MTV **16.30** MTV:new **17.00** The Rock Chart **18.00** Newlyweds **18.30** My Super Sweet 16 **19.00** Power Girls **19.30** The Osbournes **20.00** Top 10 at Ten **21.00** Punk'd **21.30** SpongeBob SquarePants **22.00** Alternative Nation **23.00** Just See MTV

VH1

15.00 So 80s **16.00** VH1's video jukebox **17.00** Smells Like the 90's **18.00** VH1 Classic **18.30** Then & Now **19.00** Plastic Surgeryland **19.30** All Access **20.00** I Want a Famous Face **21.00** VH1 Rocks **21.30** Flipside **22.00** Top 5

CLUB

12.10 Retail Therapy **12.35** The Stylists **13.00** Crimes of Fashion **13.30** Hollywood One on One **14.00** Hollywood Star Treatment **14.25** Cheaters **15.10** Other People's Houses **16.00** Yoga Zone **16.25** The Method **16.50** The Race **17.40** Fantasy Open House **18.05** Come! See! Buy! **18.30** Hollywood One on One **19.00** Matchmaker **19.25** Cheaters **20.15** Sextacy **21.10** Spicy Sex Files **22.00** What Men Want **22.30** Sex Tips for Girls **23.00** Backyard Pleasures **23.30** Weekend Warriors **23.55** Awesome Interiors **0.20** Retail Therapy **0.45** The Stylists **1.10** Crimes of Fashion

CARTOON NETWORK

12.20 Samurai Jack **12.45** Foster's Home for Imaginary Friends **13.10** Ed, Edd n Eddy **13.35** Codename: Kids Next Door **14.00** Viva Las Bravo **16.05** Samurai Jack **16.30** Foster's Home for Imaginary Friends **16.55** Ed, Edd n Eddy **17.20** Dexter's Laboratory **17.45** Codename: Kids Next Door **18.10** The Powerpuff Girls **18.35** The Grim Adventures of Billy & Mandy

JETIX

12.10 Lizzie Mcguire **12.35** Braceface **13.00** Spider-Man **13.25** Moville Mysteries **13.50** Pokémon VI **14.15** Digimon I **14.40** Spider-Man **15.05** Sonic X **15.30** Totally Spies

MGM

12.10 Lawman **13.50** Killer Klowns from Outer Space **15.15** The Scalphunters **17.00** Love 600 **18.30** Late for Dinner **20.05** Nobody's Fool **21.50** Stella **23.40** Sweet Lies **1.15** Sketches **2.55** Grow Old Along with Me

TCM

19.00 The Philadelphia Story **20.50** The Best House in London **22.25** Arturo's Island **0.00** Travels with My Aunt **1.45** The Prize

HALLMARK

12.45 The Hound of the Baskervilles **14.15** Ivana Trump's For Love Alone **16.00** Touched by an Angel IV **16.45** Hiroshima **18.30** I Do But I Don't **20.00** Law & Order Viii **20.45** Lifepod **22.30** Scarlett **0.00** Law & Order Viii **0.45** I Do But I Don't **2.15** Lifepod

DR1

12.20 Et race for livet **12.50** Livet ombord **13.20** DR-Derude: Damerne på Vall¢ **13.50** Nyheder på tegnsprog **14.00** Shin Chan **14.10** Ozzy & Drix **14.30** SommerSummarum **15.30** Scooby Doo **16.00** Drengen de kaldte kylling **16.15** Thomas og Tim **16.30** TV Avisen med Sport og Vejret **17.00** Fint skal det være **17.30** Hvad er det værd? **18.00** Sporl¢s **18.30** Sommertid **19.00** TV Avisen **19.25** SportNyt **19.30** Hjertets veje **21.05** Joanne Kilbourn **22.30** Good vibrations

SV1

12.30 Nattbarn **14.00** Rapport **14.05** Rapport från framtiden **14.35** Familjen Anderson **15.00** I gamla spår över Hardangervidda **15.30** Simning: VM Montreal **15.45** Rederiet **16.30** Kipper **16.40** Brum **16.50** Berättelser från hönsgården **17.00** Stallkompisar **17.25** Reas boktips **17.30** Rapport **18.00** Allsång på Skansen **19.00** Friidrott: DN-galan **21.00** Rapport **21.10** Sängdags **21.40** Sommartorpet **22.10** Uppdrag granskning – vad hände sen? **23.10** Sändning från SVT24

HRÓSIÐ

...fær Börkur Sigþórsson sem stjórnaði tökum á myndbandi á nýjustu smáskífu bresku hljómsveitarinnar Supergrass, Saint Petersburg, sem verður að finna á næstu plötu sveitarinnar.

DÓTAKASSINN

Dótið 118 Klassíska leikjavélin

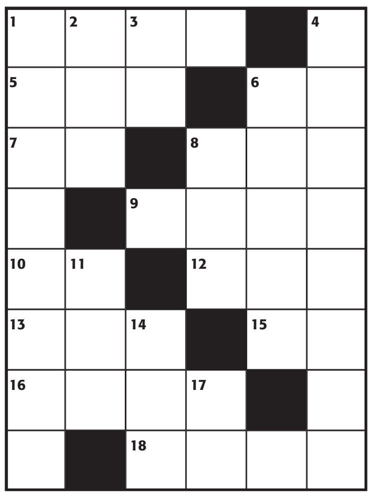
Sem er? Það er hægt að fá ógeð af leikjunum í PS2. Þeir eru orðnir svo hraðir. Nú er kominn tími til að rifja upp hina klassísku leiki á borð við Donkey Kong, Pac Man, Destroyer og fleiri. Þessa leiki finnurðu í 118 gerðinni af leikjavélinni. Allir eftirlætisleikirnir þínir á einum stað. Þar að auki er kassinn útbúinn gömlum fjarstýringunum sem þú varst búinn að ná svo mikilli leikni með.

Hvernig virkar það? Þetta tæki er ekki bara fyrir þá fullorðnu sem neita að gefast upp fyrir aldrinum heldur fyrir alla fjölskylduna. Öll hljóðin eru á sínum stað sem eykur bara enn frekar á skemmtanagildið. Þetta er ekki flókið, það

er bara sett í samband og svo er byrjað að spila. Skjárinn 14 tommur með mjög góða upplausn þannig að það er búið að nútímavæða gamla „kassann“ sem var í leiktækjasölunum.

Hvar fæst það? Tækið er hægt að panta í gegnum heimasíðuna paramountzone.com. Það er ekkert sérstaklega þungt, rétt rúmlega sjötíu kíló. Það er tæpir 160 cm á hæð og 52 cm á breiddina.

Hvað kostar það? Verðið er ekkert sérstaklega mikið ef miðað er við skemmtanagildi svona tækis. Rétt rúmlega hundrað þúsund krónur.



Lárétt: **1** mæra, **5** fugl, **6** sex, **7** áttir, **8** ung geit, **9** í munni, **10** hvíldist, **12** snjó, **13** geysast, **15** bardagi, **16** riða höfðinu, **18** drykkjumaður.
Lóðrétt: **1** óréttlæti, **2** gruna, **3** skóli, **4** þá fer nóttin í hönd, **6** starf, **8** haugur, **11** hvíldi, **14** gana, **17** sting.

Lausn.

Lárétt: **1** róma, **5** ara, **6** vi, **7** na, **8** kið, **9** tönn, **10** lá, **12** snæ, **13** æða, **15** at, **16** tina, **18** alki.
Lóðrétt: **1** ranglæti, **2** óra, **3** ma, **4** miðnætti, **6** vinna, **8** kös, **11** áði, **14** ana, **17** al.

[VEISTU SVARIÐ]

Svör við spurningum á bls. 8

1. 1.700 tonn.
2. Lance Armstrong.
3. Hrafnhildur Gunnarsdóttir.

JÓHANN G. JÓHANNSSON: BÁRÐUR HEFUR FENGIÐ HERKVAÐNINGU

Úr Stundinni okkar í flaggskip Eastwood

„Það er búið að lauma þeim skilaboðum að mér en ég er ekki búinn að skrifa undir neitt,“ segir leikarinn Jóhann G. Jóhannsson aðspurður um hvort hann sé kominn með hlutverk í væntanlegri mynd Clint Eastwood, Flag of Our Fathers.

„Þetta eru nú engin hlutverk. Ég held að þetta sé einhver ein setning sem mér er ætlað að öskra á ströndinni,“ segir Jóhann en tólf íslenskir leikarar koma svo til með að fá að fara með texta í kvikmyndinni.

Þess er að sjálfsögðu krafist að leikararnir geti gert bandarískum framburði góð skil. „Ég lærði úti í Ameríku svo ég er með ansi góðan amerískan hreim,“ segir Jóhann sem lærði leiklist í þrjú ár í University of Hartford í Connecticut.

„Ég kom heim og lék í Hárinu fyrir tíu árum en hélt aftur til Brooklyn árið 1995 og reyndi fyrir mér sem leikari. Það gerðist ekki mikið úti í New York á þessum tíma en ég fór í prufu hjá Francis Ford Coppola þar sem 15.000 manns sóttu um hlutverk. Þetta var eins og í réttunum og ég einn af rollunum. Síðar var mér sagt að algengt sé að skipuleggja opnar leikprufur ekki til þess að ráða í hlutverk heldur til að auglýsa stórmyndir. Eftir prufur með fimmtán þúsund manns er orðsporið fljótt að dreifast um alla Ameríku.“

Jóhann hefur alltaf verið mikill aðdáandi Eastwood. „Eastwood er sá flottasti í dag og ég var hrifinn af spagettí-vestrunum hans í gamla daga. Nú vonast maður bara til þess að fá að hitta kappann,“ segir Jóhann en bætir því við að allt eins gæti farið svo að aðstoðarmaður Eastwood leikstýri honum. „Fyrst er að sjá hvort maður fær að hitta Eastwood, svo er að sjá hvort maður fær að segja setninguna og að lokum er fróðlegt að vita hvort klipparinn þurrki mann út í eftirvinnslunni. Engu síður er þetta skemmtileg reynsla og spennandi verkefni.“

thorakaritas@frettabladid.is

JÓHANN G. JÓHANNSSON Hefur gert garðinn frægan sem Bárður í Stundinni okkar og fer með setningu í væntanlegri kvikmynd Clint Eastwood.

FRÉTTIR AF FÓLKI

Þær sögur kvisast nú um bæinn að aðstandendur Bachelor- þáttarins, sem hefja á göngu sína í haust á Skjá einum, séu orðnir örvæntingafullir. Málið er að aðalgaurinn, sjálfur piparsveinninn, er ekki enn þá fundinn. Áætlað er að tökur hefjist 15. ágúst en það gefur auga leið að það gengur ekki eftir ef prinsinn vantar. Hafa aðstandendur þáttarins verið að bera víur í marga góða menn, jafnvel þekkta, en án árangurs. Ljósið í myrkrinu er þó að búið er að finna húsið sem kvikmynda á þættina í og auðveldara virðist vera að fá konur í þáttinn en karla. Mörgum þykir merkilegt að það hafi ekki verið byrjað á því að finna prinsinn áður en allt fór á fullt. Sérstaklega í ljósi þess að áætlað er að eyða um 200 milljónum í verkefnið.

Hróður indversku söngkonunnar **Leoncie** berst víða og sannast hið fornkveðna að enginn er spámaður í sínu heimalandi. Á meðan Leoncie er í stöðugum erjum við nágranna sína í Sandgerði virðist tónlist hennar fá meiri hljómgrunn utan landsteinanna. Leoncie hefur haft af því spurnir að hún sé funheit á skemmtistaðnum Windypops í London og vísar því til stuðnings á tölvupóst sem hún segist hafa fengið frá eigendum klúbbsins þeim **Smess** og **Darren**. Þeir segjast leika lög hennar í hverri viku og fullyrða að hún sé besti tónlistarmaðurinn sem komið hafi frá Íslandi í háa herrans tíð. Annars virðist tölvupósturinn fyrst og fremst sendur til þess að forvitnast um hvar hægt sé að kaupa nýju plötuna hennar Leoncie, Invisible Girl, í London. Þá nota þeir Darren og Smess einnig tækifærið til þess að forvitnast um hvort það sé á döfinni hjá Leoncie að spila í London.

Össur leikur loðmæltan þingmann

„Aðstandendur þáttanna hringdu í mig og báðu mig að taka að mér hlutverkið. Ég ákvað svo bara að slá til því ég er alltaf til að taka þátt í smá spretti. Það gekk víst eitthvað erfiðlega að finna þingmann í hlutverkið því persónan í þáttunum er loðmæltur þingmaður sem talar eitthvert samhengislaust og óskiljanlegt bull og margir taka sig of alvarlega til þess að vilja taka þátt í slíku,“ segir Össur Skarphéðinsson þingmaður Samfylkingarinnar sem leikur þingmann í nýjum sjónvarpsþáttum sem heita Stelpurnar og sýndir verða í haust.

Eftir að hafa leikið hlutverk þingmannsins dreif Össur sig inn á skrifstofuna sína til þess að blogga aðeins um þessa skemmtilegu reynslu sem þó er ekki hans fyrsta af leiklistinni því árið 1972 lék hann í uppsetningu Herranætur Menntaskólans í Reykjavík á Bílakirkjugarðinum eftir Arrabal. Á bloggsíðu sinni sagði Össur: „Er það ekki draumur allra lítilla drengja að verða eins og pabbi? Nú er ég orðinn eins og hann. Pabbi gamli var nefnilega frægur revíuleikari suður með sjó og lék bæði með Gunnari Eyjólfssyni og Helga Skúlasyni. En hann toppaði auðvitað leikferilinn með því að verða einn af fyrstu kvikmyndaleikurum Íslands því hann lék aðalhlutverkið í fyrstu grínmynd Íslendinga -Bakkabræðrum!“

„Þetta var ákaflega skemmtileg reynsla, vonandi verða þetta ekki síðustu sporin á leiklistarferlinum,“ sagði Össur glaðhlakkalega um hádegisbilið í gær þar sem hann var staddur í blíðviðrinu á Snæfellsnesi en þingmaðurinn ætlar að dvelja þar um hríð. ■

ÖSSUR SKARPHÉÐINSSON Þingmaðurinn leikur loðmæltan þingmann í nýjum íslenskum grínþáttum sem heita Stelpurnar og eru í anda Smack the Pony og Svínasúpunnar og verða sýndir í haust.

KOMIN Í SKÍFUNA

á sumartilboði aðeins 1999 kr.

1.999 kr.

POTTÞÉTT 38
2FÖLD GEISLAPLATA

PLATA I

1. The Black Eyed Peas
   Don't Phunk With My Heart 3:59
2. Wig Wam
   In My Dreams 3:02
3. D.H.T.
   Listen To Your Heart 4:32
4. Akon
   Lonely 3:57
5. Keane
   This Is The Last Time 3:29
6. Hildur Vala
   Í fylgsnum hjartans 3:18
7. 3 Doors Down
   Let Me Go 4:00
8. FM All-stars
   Sumarið er tíminn 3:30
9. Backstreet Boys
   Incomplete 3:59
10. Destiny's Child
    Girl 3:44
11. Nelly feat Tim McGraw
    Over & Over 4:14
12. Heitar lummur
    Vertu ekki að plata mig 3:43
13. Kylie Minogue
    Giving You Up 3:31
14. Joss Stone
    Don't Cha Wanna Ride? 3:31
15. Anastacia
    Heavy On My Heart 4:27
16. Will Smith
    Switch 3:17
17. Amerie
    1 Thing 4:01
18. Davíð Smári
    You Do Something To Me 3:27
19. Elena Paparizou
    My Number One 2:55
20. Modest Mouse
    The World At Large 4:32

PLATA II

1. Coldplay
   Speed Of Sound 4:49
2. Gorillaz
   Feel Good Inc. 3:41
3. Jakob Sveistrup
   Talking To You 3:01
4. James Blunt
   You're Beautiful 3:36
5. Sálin hans Jóns míns
   Þú færð bros 4:01
6. BodyRockers
   I Like The Way 3:23
7. Queens Of The Stone Age
   Little Sister 2:56
8. Jamiroquai
   Feels Just Like It Should 3:40
9. Selma
   If I Had Your Love 3:11
10. Snoop Dogg
    Let's Get Blown 4:41
11. Jennifer Lopez feat. Fat Joe
    Hold You Down 3:55
12. Ryan Cabrera
    True 3:24
13. Oasis
    Lyla 5:12
14. Ashanti
    Don't Let Them 4:25
15. Avril Lavigne
    Fall To Pieces 3:28
16. Írafár
    Alla tíð 3:21
17. Max Graham vs. Yes
    Owner Of A Lonely Heart 2:48
18. The Coral
    In The Morning 2:33
19. The Killers
    Smile Like You Mean It 3:55

S·K·Í·F·A·N
...skemmtir þér ;)

Skífan Laugavegi 26 opið alla daga til 22 • Skífan Smáralind • Skifan Kringlunni • www.skifan.is

FRÉTTABLAÐIÐ

SÍMANÚMER FRÉTTABLAÐSINS: 550 5000, fax: 550 5099 **Ritstjórn:** 550 5005, fax: 550 5006, ritstjorn@frettabladid.is
DREIFING: dreifing@posthusid.is **Auglýsingadeild:** auglysingar@frettabladid.is **Veffang:** visir.is

VIÐ SEGJUM FRÉTTIR | SMÁAUGLÝSINGASÍMINN ER 550 5000

Trúlofunar- og giftingarhringir

20% afsláttur
www.gunnimagg.is
Strandgötu 37 • Hafnarfirði • 565 4040

BAKÞANKAR

KRISTÍNAR HELGU GUNNARSDÓTTUR

Storm-beljandi

Svo kemur maður af fjöllum og rafvirki frá Brasilíu var skotinn í hausinn á lestarstöð í London. Hvað er að verða um veröldina? tautar maður með sjálfum sér, en veltir því svo fyrir sér hvað sé til ráða þegar menn stökkva af stað er lögreglan hrópar á eftir þeim? Hafa menn ekki eitthvað að fela ef þeir leggja á flótta? Tja, það er til fólk sem bregst ekki við aðstæðum á hefðbundinn hátt- hellingur af fólki sem bregst við ótal aðstæðum á ótrúlega og óútreiknanlega vegu. Á að skjóta það allt? Er hægt að tryggja öryggi á fjölmennri lestarstöð í stórborg? Náinn ættingi valsar nú um Lundúnarborg, skoðar Stóra Benna, Buckingham-höll, höfuðstöðvar Chelsea, Madam Tússó og Bítlasafnið. Af og til berst skýrsla netleiðis um ævintýri í Lon og don og það læðist að manni að þetta fjölskyldubrot á ferðalagi feti sig á jarðsprengjusvæði. „Við hættum við að taka lestina í dag og tókum leigara – sem betur fer því það varð víst sprenging á lestarstöðinni.“ Jæja, andvarpar maður og leggst rólegur til svefns. Hvað ætli þau skoði á morgun? Skyldi þurfa að taka lest þangað? Næst legg ég til að þau fari í Norðurfjörð og Trékyllisvík í sumarfríinu.

ENGLAND, Egyptaland, Tyrkland, Írak. Viti sínu fjær binda menn sprengjur um sig miðja og taka sakleysingja með sér inn í eilífðina. Ferðamannastaðir eru skotmörk og markmiðið er að deyða saklaust fólk- skapa upplausn og ringulreið. Leiðtogar vopnaveldanna segjast vera í stríði við hryðjuverkamenn. Samkvæmt því er hver óbreyttur ræfill í löndum viljugra og staðfastra kominn í herinn. Með því að setjast upp í lest og halda til vinnu að morgni dags er hver maður orðinn hermaður í skilgreindum stríðsátökum.

„Í ÚTLÖNDUM er ekkert skjól- eilífur stormbeljandi,“ sagði skáldið góða. En Frónverjar búa líka í útlöndum- búa líka undir hæl stjórnvalda sem samþykkja innrásir í fjarlæg lönd, setja friðsama þjóð í fylkingarbrjóst með erlendum hersveitum. Gott að það eru ekki lestarstöðvar á landinu bláa. En, jú, hér er Leifsstöð, BSÍ, Hlemmur, Lækjartorg og Mjódd og enn situr Ísland á lista staðfastra þjóða. Danmörk er næst, segja einhverjir – en hver er þar næst?

Leyfðu okkur að bera ábyrgðina með þér

Ókeypis úttekt á eftirvögnum á vegum VÍS og Frumherja

á fellihýsum, hjólhýsum, tjaldvögnum og hestakerrum

Vátryggingafélag Íslands og Frumherji bjóða næstu daga ókeypis úttekt á eftirvögnum (fellihýsum, hjólhýsum, hestakerrum og tjaldvögnum). Vertu viss um að allur búnaður sé í lagi og í samræmi við lög áður en þú leggur af stað um verslunarmannahelgina.

Opið til kl. 20:00 í skoðunarstöð Frumherja í Hesthálsi til fimmtudags!

Ókeypis skoðun um allt land

Þessi þjónusta verður veitt á öllum skoðunarstöðum Frumherja á afgreiðslutíma þeirra fram að verslunarmannahelgi. Skoðunarstöð Frumherja í Hesthálsi 6–8 í Reykjavík verður opin lengur af þessu tilefni eða til kl. 20:00 fram til fimmtudags. Best er ef vagneigendur koma utan hefðbundins afgreiðslutíma eða milli kl. 17-20. Starfsmenn Frumherja mæla þyngd eftirvagnsins og kanna hvort viðkomandi bíll sé skráður með heimild til að draga eftirvagninn, kanna spegla bílsins og bremsu-, tengi og ljósabúnað eftirvagnsins.

Að skoðun lokinni fá ökumenn í hendur minnisblað með athugasemdum og geta gert viðeigandi ráðstafanir ef þörf krefur.

Vertu viss um allt sé í lagi

VÍS og Frumherji hafa veitt þessa þjónustu undanfarin tvö ár við góðar undirtektir. Í flestum tilfellum eru athugasemdir smávægilegar og auðvelt að lagfæra það sem þarf. Lögreglan fylgist sérstaklega með bílum með eftirvagna um þessar mundir og í alvarlegum tilvikum kann fólk á ferðalagi að fá fyrirmæli um að snúa við eða jafnvel verða kyrrsett. Það er því um að gera að koma með vagninn til okkar og njóta helgarinnar áhyggjulaust. Nánari upplýsingar er að finna á heimasíðu VÍS, **www.vis.is**

VÍS
þar sem tryggingar snúast um fólk

FRUMHERJI HF
BIFREIÐASKOÐUN

Fiton FI013809

Vátryggingafélag Íslands hf., Ármúla 3, 108 Reykjavík, sími 560 5060, www.vis.is

100% veðsetningarhlutfall

Frjáls íbúðalán

4,15%

4,15% verðtryggðir vextir

Engin skilyrði um önnur bankaviðskipti

Ráðgjafar okkar veita allar nánari upplýsingar.
Þú getur litið inn í Lágmúla 6, hringt í síma 540 5000
eða sent tölvupóst á frjalsi@frjalsi.is

FRJÁLSI
FJÁRFESTINGARBANKINN
www.frjalsi.is

Himinn og haf/SÍA