

HEFUR FUNDIÐ SINN STAÐ Í LÍFINU  
Björk Guðmundsdóttir um nýju  
röddina og draumastaðinn Púertó Ríkó

VIÐTAL 14



SVÍVIRÐILEGA EIN-  
FALDAR LAUSNIR  
Paul Bennett er í  
sinni fjórðu  
Íslandsheimsókn

VIÐTAL 10



fréttir

fylgja  
Fréttablaðinu  
í dag



# FRÉTTABLAÐIÐ

HELGARÚTGÁFA

FRÍTT

11. júlí 2009 — 163. tölublað — 9. árgangur

MEST LESNA DAGBLAÐ Á ÍSLANDI

Sími: 512 5000

GRASAFERÐ 18



Notar íslensk grös  
og kínverskar nála-  
stungur

STJÓRNMÁL 16

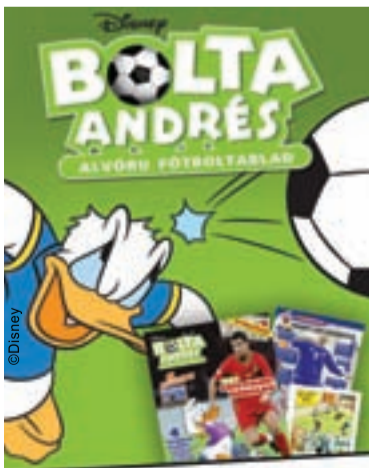
Þjóðin sem á að  
vera kínversk

INNI OG ÚTI

Rólað í  
garðinum



TVÖ SÉRBLÖÐ Í DAG



NÝTT ALVÖRU  
FÓTBOLTABLAÐ  
FÆST Á N1

WWW.ANDRÉSÖND.IS



GRÍÐARLEGT ELDHAF Eldur varð laus í húsinu síðdegis í gær og varð húsið aelda á um hálfri klukkustund. Mildi þykir að enginn skyldi slasast alvarlega í brunanum en húsið var rýmt strax eftir að eldsins varð vart. Slökkviliðsmenn fengu lítt við ráðið og brann hótelið nánast alveg til grunna.

FRÉTTABLAÐIÐ / DÍANA MIKAELSDÓTTIR

## Eyðileggingin algjör

Hótel Valhöll á Þingvöllum fór illa í eldsvoða í gær og er talið ónýtt. Ekki var brugðist við skýrslu frá árinu 2006 sem sagði brunavörnum ábótavant. Ég er ekki hissa á þessum endalokum segir annar höfundar svartrar skýrslu.

**BRUNN** Engar úrbætur að ráði voru gerðar á Hótel Valhöll eftir að svört skýrsla um ástand hússins var birt árið 2006. Þar kom fram að töluvert skorti á að húsið uppfyllti kröfur um brunavarnir. Hótelið brann til kaldra kola í gær.

„Það kemur fram í skýrslunni að þetta er slysgildra þannig að fyrst eldur varð laus var ég ekki hissa á þessum endalokum,“ segir Þorsteinn Gunnarsson arkitekt, annar tveggja sem unnu skýrsluna.

Eldur varð laus í Hótel Valhöll á fimmta tímanum í gær. Flest bendir til þess að eldsupptök hafi verið í reykhláf í eldhúsi, segir Úlfar Þórisson, sem tók við rekstri hótelsins í maí síðastliðnum.

Einn starfsmanna hótelsins



**BRUNNIÐ TIL GRUNNA** Ekkert eftir nema af hinu fornfræga hóteli nema rústir einar. FRÉTTABLAÐIÐ / ARNÞÓR

þurfti aðhlyningu vegna reyk-eitrunar, og var hann fluttur á Landspítalann í Reykjavík. Aðra sakaði ekki í brunanum.

„Þetta gerðist allt mjög hratt og húsið fylltist fljótlega af reyk,“ segir Úlfar. Hann segir húsið hafa verið rýmt um leið og eldurinn kviknaði. Fáir voru á hótelinu þegar eldurinn kviknaði, en til stóð að slá upp grillveislu um kvöldið og halda tónleika.

Húsið var aelda þegar slökkviliðsmenn frá Brunavörnum Árneshólssýslu komu á staðinn.

Þeir börðust við eldinn ásamt slökkviliðsmönnum frá höfuðborgarsvæðinu, en fengu lítið við eldinn ráðið.

Húsið er mikið skemmt og talið ónýtt. Slökkviliðsmenn unnu fram eftir kvöldi við að slökkva glæður, og til stóð að halda vakt við húsið í nótt.

- bj, vsp / sjá síðu 4

Hótel Valhöll var byggt árið 1898. Upphaflega var það bárujárnsklætt timburhús með 136 fermetra grunnflöt. Árið 1929 var það flutt á þann stað þar sem það stóð til loka. Þá var hafist handa við að byggja við það fyrir Alþingishátíðina 1930. Byggt var eftir teikningum Guðjóns Samúelssonar. Húsið hefur verið í eigu ríkisins frá árinu 2002.

- vsp



TÓNLIST  
TÖLVULEIKIR  
DVD MYNDIR

Í fullum gangi







Ragnar, fór hún nokkuð að grenja, skyttan?

„Það hefur verið óttalega mikill grátur og grenj í kringum þetta.“

Eigendur sextán jarða í Rauðasandshreppi eru óánægðir með grenjaskyttu sveitarfélagsins. Þeir vilja frekar aðra skyttu. Ragnar Jörundsson er bæjarstjóri Vesturbýggðar.

Listasafnið á Akureyri:

## Hlegið að kreppunni

**MENNING** Óhætt er að segja að kreppan sé fyrirferðarmikil á Listasafninu á Akureyri um þessar mundir. Málverkasýning undir yfirskriftinni Kreppumálarnir verður opnuð í dag þar sem sýnd



BERGUR EBBI BENEDIKTSSON

verða verk eftir Jón Engilberts, Þorvald Skúla-son og fleiri þjóðþekktu málara. Um kvöldið munu síðan nafntogaðir skemmtikraftar beina spjótum sínum að kreppunni á uppistandi í boði safnsins. „Auðvitað er mjög óvenjulegt að listasafn standi fyrir uppákomu sem þessari. En við lifum líka á óvenjulegum tímum þar sem örvænting ræður ríkjum og því er nauðsynlegt að veita upp á móti ástandinu,“ segir Bergur Ebbi Benediktsson, einn þeirra sem troða upp.

- rve / sjá Inni og úti

## DÓMSTÓLAR

### Sakaður um árás á yfirvaldið

Ríflega þritugur maður hefur verið ákærður fyrir brot gegn valdstjórninni, en honum er gefið að sök að hafa ráðist með ofbeldi að opinberum starfsmönnum í Leifsstöð í apríl í fyrra. Hann er sakaður um að hafa reynt að taka öryggisvörð hálstaki og hóta tveimur lögregluþjónum lífláti.

## REYKJANES

### Hraði ekki hækkaður

Vegamálastjóri hefur hafnað tillögum um að hámarkshraði á Reykjanesbraut verði hækkaður úr 90 kílómetrum á klukkustund í 100 kílómetra. Hann segir ekki víst hversu mikilli þjónustu verði hægt að halda úti þar á næstunni og því sé ekki hægt að hækka hraðann.

Þingforseti reiknar með áframhaldandi umræðum um ESB-áðild næstu daga:

## Kvartaði undan samflokksmönnum

**ALÞINGI** Þingmenn ræddu kosti og galla þess að senda Evrópusambandinu (ESB) aðildarumsókn í allan gærðag og fram eftir kvöldi, og stóð þingfundur enn þegar Fréttablaðið fór í prentun.

Uppnám varð í þinginu í gær þegar Ásmundur Einar Daðason, þingmaður Vinstri grænna, kvartaði undan þrýstingi frá samflokksmönnum sínum. Ásmundur sagði að sér hefði verið sagt að styddi hann tillögu sjálfstæðismanna um tvöfalda atkvæðagreiðslu gæti komið til stjórnarslita, og ákvað að taka ekki frekari þátt í umræðu á þinginu í gær.

Þingfundur mun hefjast á ný klukkan 10.30 í dag, en ólíklegt er að atkvæði verði greidd um tillöguna fyrr en eftir helgi, segir Ásta Ragnheiður Jóhannesdóttir, forseti Alþingis. Ekki verður þingfundur á morgun.

Aðildarumsókn að ESB er annað tveggja hitamála sem til stendur að klára áður en sumarþingi lýkur. Þingið á einnig eftir að fjalla um Icesave-samningana. Ásta Ragnheiður segir ekki ljóst hvenær það mál komi úr nefnd og til umræðu í þinginu. Það verði þó vonandi í næstu viku. Á því velti hvenær sumarþingi ljúki.

- bj



TÓMLEGT Mikið líf var í þingsalnum við upphaf þingfundar, en heldur fækkaði í salnum þegar leið á umræðurnar.

FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

# Hefði mátt búa til 353 kíló af amfetamíni

Jónasi Inga Ragnarssyni og Tindi Jónssyni hefur verið birt ákæra fyrir amfetamínframleiðslu í iðnaðarhúsnæði í Hafnarfirði. Jónas Ingi þrætir fyrir að hafa ætlað að framleiða amfetamín gengst við að eiga fíkniefni sem fundust í húsnæðinu.

**DÓMSMÁL** Ríkissaksóknari hefur gefið út ákæru á hendur Jónasi Inga Ragnarssyni og Tindi Jónssyni fyrir að hafa staðið saman að framleiðslu fíkniefna í iðnaðarhúsi í Hafnarfirði. Úr upphafsefnum sem fundust í húsinu hefði mátt framleiða að minnsta kosti 353 kíló af amfetamíni, að því er segir í ákæru. Ákæran var birt tveimur dögum á fimmtudag.

Jónas Ingi og Tindur voru handteknir vegna málsins um miðjan október í fyrra. Á tveimur stöðum í Hafnarfirði, að Móhelli og Rauðhelli, fundust 38 kíló af svokölluðu P-2-NP-efni, sem er upphafs- eða milliefni í amfetamínframleiðslu, og þrjár og hálfur lítri af svokölluðu P-2-P-vökva. Úr því hefði verið unnt að framleiða minnst 353 kíló af amfetamíni.

Þá fannst á stöðunum tveimur búnaður fyrir milljónir til fíkniefnaframleiðslu. Sérfræðingur um fíkniefnaverksmiðjur frá alþjóðalögreglunni Interpol, sem kom til landsins sérstaklega vegna málsins, sagðist aldrei hafa séð fullkornari verksmiðju.

Til marks um umfangið var að mennirnir fluttu til landsins rúmt tonn af íblöndunarefnum.

Til viðbótar þessu er Jónas Ingi ákærður fyrir að hafa haft í vörslu sinni í öðru iðnaðarhúsnæðinu rúm átján kíló af kannabisefnum ætluðum til sölu, og að hafa átt tæp 700 grömm af amfetamíni í hinu húsinu.

Samkvæmt heimildum Fréttablaðsins gengst Jónas Ingi við því að eiga fíkniefnin, en neitar því

## BÁÐIR HLOTIÐ PUNGA DÓMA

Jónas Ingi Ragnarsson, 37 ára, var árið 2004 dæmdur í fangelsi í tvö og hálf ár fyrir að láta undir höfuð leggjast að koma Litháanum Vaidasi Jucevicius til hjálpar þegar fíkniefnabelgir sprungu í iðrum hans, og fyrir ósæmilega meðferð á líki Vaidasar þegar hann kom, ásamt öðrum, líkinu fyrir í Neskaupstaðarhöfn.

Jónas neitaði alltaf sök í málinu, og kom meðal annars fram í fjölmiðlum til að bera af sér sakir, en í dóminum sagði að framburður hans væri svo fráleitur að það tæki engu tali.



Tindur Jónsson, 22 ára, var árið 2006 dæmdur í sex ára fangelsi fyrir tilraun til manndráps, en hann réðst á annan mann í samkvæmi og hjó í höfuð hans með stórrí sveðju. Þá var hann einnig sakfelldur fyrir fjórar aðrar líkamsárásir og fíkniefnabrot.

Tindur fékk að aflplána hluta refsingar sinnar á áfangahæimilinu Vernd, til að hann gæti stundað nám í efnafraeði á sama tíma.

Jónas Ingi og Tindur hafa báðir setið inni síðan amfetamínverksmiðjan uppgötvaðist og aflplánað eftirstöðvar dóma sinna.

## FULLKOMINN TÆKJABÚNAÐUR

Sérfræðingur frá Interpol sagði verksmiðjuna eina þá fullkomnu sem hann hefði séð.

MYND/LÖGREGLAN

## JÓNAS INGI RAGNARSSON

hins vegar að hafa ætlað að framleiða fíkniefni úr upphafsefnum sem fundust.

Jónas og Tindur gætu átt von á tólf ára fangelsi fyrir brotið.

stigur@frettabladid.is

Kjarnorkukafbátar við lögsögu:

## Rússar kanna hafsbotninn

**VARNARMÁL** Tveir rannsóknarkafbátar rússneska sjóhersins hafa haldið sig við Norður-Atlantshafshrygginn í sumar. Með þeim hafa verið kjarnorkukúnir árásar- og þjónustukafbátar, að því er fram kemur á vef Varnarmálastofnunar.

Þar segir að kabátaleitarflugvélar hafi fylgst náið með ferðum kabátanna og miðlað upplýsingum til Atlantshafsbandalagsins. Svo virðist sem kabátarnir séu notaðir til að vinna að kortlagningu og vísindarannsóknum.

Kafbátarnir héldu sig nokkra tugi sjómílna austur og norðaustur af íslensku efnahagslögsögunni í lok júní og byrjun júlí.

- bj



ÁLFSNES Mikinn reyk lagði frá sorphaugunum fram eftir degi í gær og höfðu margir samband við slökkviliðið vegna hans.

FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Sorphaugar í Álfsnesi:

## Sjálfsíkveikja á sorphaugunum

**ELDSVÖBI** Eldur kom upp á sorphaugum höfuðborgarsvæðisins á Álfsnesi aðfaranótt föstudags.

Engan sakaði í eldinum og hvorki hús né önnur mannvirki voru í hættu. Starfsmenn Sorpu aðstoðuðu slökkvilið höfuðborgarsvæðisins við slökkvistarf í gærmorgun.

Reyk lagði frá sorphaugunum í nokkurn tíma. Líklegt er talið að um sjálfsíkveikju hafi verið að ræða. Hiti undanfarið gæti hafa átt þátt í íkveikjunni.

- þeb

Vélar og verkfæri ehf. sektað:

## Misnotuðu markaðsstöðu

**SAMKEPPNISMÁL** Áfrýjunarnefnd samkeppnismála hefur staðfest fyrri úrskurð Samkeppniseftirlitsins um að Vélar og verkfæri ehf. hefði misnotað markaðsráðandi stöðu sína við sölu á efni til að framleiða höfuðlyklakerfi. Þetta kemur fram í tilkynningu frá Samkeppniseftirlitinu.

Í úrskurði áfrýjunarnefndar samkeppnismála sem birtur var í gær er staðfest að Vélar og verkfæri séu í markaðsráðandi stöðu og hafi brotið samkeppnislög. Áfrýjunarnefndin ákvað hins vegar að lækka sekt Véla og verkfæra úr 15 milljónum í 10 milljónum króna.

- bpa

**Sérferð**

## Gönguferð í Þýsku Ölpunum

Verð á mann í tvíbylli: **159.900 kr.**

**18.-25. ágúst 2009**

Fararstjóri: Margrét Árnadóttir fjallaleiðsögumaður

Innifalið: Flug til Friedrichshafen með sköttum og öðrum greiðslum, gisting á 4\* Hotel Oberstdorf með hálfu fæði, ferðir til og frá flugvelli erlendis, allar gönguferðir með fararstjórn og kynningarfundur með veitingum fyrir ferð.

**Express ferðir**  
Ferðaskrifstofa í eigu Iceland Express

Fleiri dagsetningar og nánari upplýsingar á [expressferdir.is](http://expressferdir.is) eða í síma 5 900 100 vinsamlegast sendið fyrirspurn á [info@expressferdir.is](mailto:info@expressferdir.is)

Þrjár kynslóðir prýða bjórauglýsingaskilti í Þýskalandi:

## Var aðallega í gríni gert

**FÓLK** Á litlu svæði nálægt Frankfurt í Þýskalandi getur að líta nokkuð stórt auglýsingaskilti sem auglýsir björttegundina Pfunstädter. Það væri ekki í frásögur færandi nema fyrir þær sakir að á skiltinu má sjá þrjár kynslóðir frægra íslenska karlmanna.

Langst til vinstri er Bragi Bergþórsson, einn efnilegasti tenórsöngvari landsins, Páll Bergþórsson, fyrrum veðurstofustjóri, er fyrir miðju og Bergþór Pálsson barítónsöngvari langst til hægri. Bragi er sonur Bergþórs og barnabarn Páls.

„Ég tók þessa mynd fyrir tveimur árum og svo hafði auglýsingastofa samband við mig og vildi kaupa myndina eftir að hún sá hana á flickrheimasíðunni minni,“ segir Bragi Bergþórsson, tenórsöngvari og sá yngsti í karleggnum.

Segist hann ekki vilja gefa upp verðið sem hann seldi myndina á en segir þetta aðallega hafa verið í gríni gert. Þess ber að geta að Páll hélt ekki á bjórflösku við myndatökuna. Hönd hans var bætt inn á síðar.

- vsp



**JETZT PFUNGT'S!** Þrjár kynslóðir í beinan karlegg auglýsa bjór í Þýskalandi. Myndin var keypt af auglýsingastofu sem skoðaði flickr-síðu Braga. Höndunum var bætt inn af auglýsingastofunni.



**50%**  
AFSLÁTTUR  
ÖLL SUMARBLÓM  
OG TRJÁPLÖNTUR

**20%**  
AFSLÁTTUR  
GARÐVERKFAERI

HJÓLBÖRUR - STUNGUSKÓFLUR - GAFFLAR  
KANTSKERAR - TRJÁKLIPPUR  
GRASKLIPPUR - KEÐJUSAGIR  
SLÓNGUHJÓL O.FL.

# GARÐ ÚTSALAN ER HAFIN

EINNIG  
AFSLÁTTUR  
AF REIÐHJÓLUM,  
SKJÓLVEGGJUM,  
FLÍSPEYSUM, SOFTSHELL,  
VINDFÖTUM, HJÓLA-  
HJÁLUM, SUMAR-PLAST-  
VÖRUM, SÍLIKON  
BÖKUNARFORMUM,  
BORÐÚKUM  
O.FL.

SUNWIND

GASGRILL  
SD 2000  
**39.990**

VERD ÁÐUR  
~~45.990~~

3000270

**15-35%**

AFSLÁTTUR

GARÐ-  
HÚSGÖGN

**20%**

AFSLÁTTUR  
SLÁTTUVÉLAR  
OG ORF

PALLAOLÍA  
3 LTR  
**1999**

VERD ÁÐUR  
~~2490~~

**20-40%**

AFSLÁTTUR

GARÐ-  
LEIKFÖNG

**1999**

VERD ÁÐUR  
~~2490~~

MEST  
SELDA  
PALLAOLÍA  
Á ÍSLANDI



x



Frábær saman



## VEISTU SVARIÐ?

GJALDMIÐLAR	KAUP SALA	
Bandaríkjadalur	129,08	129,7
Sterlingspund	209,27	210,29
Eúra	179,39	180,39
Dönsk króna	24,087	24,227
Norsk króna	19,755	19,871
Sænsk króna	118,29	118,95
Japanskt jen	1,3912	1,3994
SDR	199,56	200,74

## GENGISVÍSITALA KRÓNUNNAR

232,9003

HEIMILD: Seðlabanki Íslands

## STÓRBRUNI Á ÞINGVÖLLUM

## Valhöll brann til grunna

Hótel Valhöll varð alelda í gær. Húsið hefur staðið á þessum stað frá Alþingishátíðinni 1930. Hótelinu var slysgildra, að sögn arkitekts. Lagt var til að húsið yrði rífið vegna lélegs ástands þess í skýrslu frá 2006.

**BRUNI** Hið fornfræga Hótel Valhöll á Þingvöllum brann til grunna í gær. Eldurinn hófst á fimmta tímanum og slökkvistarf var fram eftir kvöldi. Átta slökkviliðsbílar voru á staðnum, frá slökkviliðinu á höfuðborgarsvæðinu, Selfossi og Hveragerði. Húsið er gjörónýtt. „Þetta fuðraði bara upp. Mest allt bendir til þess að eldsupptök séu úr reykþáfi í eldhúsinu,“ segir Úlfar Þórðarson sem tók við rekstri Hótel Valhallar í maí. Hann segir mildi að ekki hafi verið alvarleg slys á fólki.

„Hótelinu var rýmt um leið. Þetta gerðist allt mjög hratt og húsið fylltist fljótlega af reyk,“ segir Úlfar. Einn starfsmanna hans þurfti aðhlyningu vegna reyk-eitrunar og var fluttur á sjúkrahús í Reykjavík. Fimm gestir voru á hótelinu þegar eldurinn kviknaði en búist var við margmenni um kvöldið þar sem blása átti til grillveislu með tónleikum Helga Björnssonar.

Gestir í matsal Valhallar létu sér fátt um finnst þegar brunabjalla fór í gang, segir Kristján E. Gunnarsson, forstjóri og gestur á staðnum. Hann segir að eftir að bjallan hafi hringt öðru sinni hafi húsið loks verið rýmt.

Að minnsta kosti 30 mínútur liðu frá því húsið var rýmt þar til slökkvilið kom á svæðið. Samkvæmt upplýsingum frá slökkviliði er sjaldnast hægt að ráða við eld í timburhúsi eftir að hann fær að geisa óheftur í svo langan tíma.

Stór málverk eftir Gunnlaug Scheving og Jóhannes Kjarval prýddu eitt sinn vegg hótelsins. Þau voru hins vegar ekki seld með húsinu þegar nýir eigendur tóku við því nýverið. Starfsmönnum tókst að bjarga einu málverki eftir Svein Björnsson og öðru eftir Óþekktan málara, segir Úlfar.

Hótel Valhöll var byggt árið 1898 og var árið 1929 flutt á þann stað þar sem það stóð til loka. Að flutningum loknum var hafist handa við stórfelldar breytingar á húsinu eftir teikningum Guðjóns Samúelssonar, húsameistara ríkisins. Byggt var við það og því breytt fyrir Alþingishátíðina á Þingvöllum árið 1930. Í upphaflegri mynd var Valhöll bárujárns-klætt timburhús, um 136 fermetrar að grunnfleti. Húsið hefur verið í eigu ríkisins frá árinu 2002.

Órstutt frá hótelinu var áður bústaður Bjarna Benediktssonar, þáverandi forsætisráðherra. Það hús brann 10. júlí 1970, nákvæmlega 39 árum fyrir brunann í Valhöll í gær. Bjarni lést í eldsvoðanum ásamt konu sinni Sigríði Björnsdóttur og barnabarni.

vidirp@frettabladid.is



**RÚSTIR EINAR** Skelfileg sjón blasir við þar sem Hótel Valhöll stóð áður eftir eldsvoða í gær. Eldur varð laus í húsinu síðdegis í gær og varð húsið alelda á um hálfri klukkustund. Eldurinn kviknaði á fimmta tímanum og sat fólk að snæðingi í borðsalnum þegar eldurinn kom upp í eldhúsi hótelsins.

FRÉTTABLAÐIÐ / ARNÞÓR

## ÁTTI AÐ SPILA Á TÓNLEIKUM UM KVÖLDIÐ

„Þetta lítur hrikalega út. Húsið er brunnið til ösku,“ sagði Helgi Björnsson tónlistarmaður þegar blaðamaður talaði við hann síðdegis í gær.



HELGI BJÖRNSSON

Helgi átti ásamt hljómsveit að halda tónleika á föstudögum í allt sumar. „Þetta leit rosaalega vel út. Hér streymdi fólk að og það var æðislegt veður. Allt stefndi í yndislegt kvöld,“ segir Helgi en hljómsveitin átti að spila á tónleikum um kvöldið.

„Þetta var eins og bálkóstur þegar ég kom um hálfimm. Mjög sorglegt er að missa þetta frábæra hús.“

## SVÖRT SKÝRSLA UM HÓTEL VALHÖLL

„Það skortir enn töluvert upp á að húsnaðið uppfylli gildandi kröfur um brunavarnir og gera þyrfti brunatæknilega hönnun á húsnaðinu sem og úttektir á öllum kerfum ef rekstur þess á að halda áfram í núverandi mynd.“

Þetta sagði í skýrslu sem unnin var af Þorsteini Gunnarssyni arkitekt og Ríkharði Kristjánssyni verkfræðingi árið 2006.

Þar kemur fram að nýjustu hlutar hússins séu um aldarfjórðungs gamlir og standist ekki lengur nútímakröfur. Lagt var til að annaðhvort yrði húsið rífið og nýtt hús byggt eða framhúsið yrði varðveitt og restin rífin. Ekkert var hins vegar gert og allar aðgerðir sem grípa átti til dagaði uppi.

„Það kemur fram í skýrslunni að þetta er slysgildra þannig að fyrst eldur varð laus var ég ekki hissa á þessum endalokum,“ segir Þorsteinn Gunnarsson arkitekt.



**VERDMÆTUM BJARGAÐ** Hótelstarfsmenn bera málverk eftir Svein Björnsson á brott.

FRÉTTABLAÐIÐ / ARNÞÓR



**EINBEITIR AÐ STÖRFUM** Slökkviliðsmenn unnu hörðum höndum en fengu engum vörnum við komið.

FRÉTTABLAÐIÐ / ARNÞÓR



**HRIKALEG EYÐILEGGING** Slökkviliðsmenn athafna sig í rústum. Í bakgrunni stendur Þingvallabærinn.

FRÉTTABLAÐIÐ / ARNÞÓR

**GÓTT Í MATINN**

FYRIR ALLA SEM GRILLA

**LOKSINS FÁANLEGIR AFTUR!**  
FITUMINNSTA GRILLSÓSAN!

**GÓÐIR MEÐ GRILLMATNUM**

– Tilbærir til notkunar! Þarf í mesta lagi að setja þá í skál. [www.gottimatinn.is](http://www.gottimatinn.is)

**VEÐURSPÁ**

**Sigurður P. Ragnarsson**  
veðurfræðingur

**GÓÐVIÐRI**  
Í dag verður hæg austlæg eða breytileg átt. Hálfskýjað eða léttskýjað og hætt við þokulofti með ströndum norðan og austan til. Hitinn í dag verður á bilinu 14-21 stig, hlýjast til landsins á Suður- og Vesturlandi. Á morgun verður skýjað austan til á landinu með kólnandi veðri en vestan til verður bjartviðri með hiti um eða yfir 20 stigum til landsins.

**Á MORGUN**  
8-13 m/s NV- og austan Vatnajökuls annars hæðari

15 3 17 3 14 4 17 3 16 2 21 14 2 16 3 19 14 5 13 6 12 8 10 10 8 19 11 14 12

Á MORGUN 3-10 m/s, stífastur austan til

**HEIMURINN**

Alicante	30°
Amsterdam	21°
Basel	21°
Berlin	19°
Billund	20°
Eindhoven	23°
Frankfurt	20°
Friedrichshafen	21°
Gautaborg	20°
Kaupmannahöfn	21°
Las Palmas	27°
London	21°
New York	27°
Orlando	31°
Ósló	18°
Paris	22°
Róm	29°
Stokkhólmur	20°

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



# Grill og

# hoppukastali

Í dag laugardag

frá kl. 12-14

Í BYKO BREIDD

Grillaðar pylsur og gos



# Rýmíngar

Ödýrt

## sala á garðhúsgögnum

# 15-40%

afsláttur af öllum garðhúsgögnum

EXPO - www.expo.is

**25% afsláttur**

Vnr. 41616053  
**Garðstóll**  
BREEZE garðstóll með háu baki, Iron Wood viður.

**30% afsláttur**

Vnr. 41616052  
**Garðborð**  
Átthyrnt garðborð með innfellnum snúningsdisk, 1770x30 mm, Iron Wood viður.

**5.990**  
Fullt verð 7.990

**48.930**  
Fullt verð 69.900

**7.990**  
Fullt verð 12.900

**37% afsláttur**

Vnr. 41616010  
**Garðstóll**  
Garðstóll úr Ironwood við með hallanlegu baki.

**38% afsláttur**

Vnr. 41616011  
**Garðborð**  
Garðborð Homestad 90x90x2,5 cm.

**11.990**  
Fullt verð 18.900

**37% afsláttur**

Vnr. 41062310  
**Hundakofi**  
Hundakofi, 99x87x80 cm.

**13.900**  
Fullt verð 21.800

**4.990**  
Fullt verð 6.990

Vnr. 41616055  
**Garðstóll**  
MILAN garðstóll, Iron Wood viður.

**29% afsláttur**

**33% afsláttur**

Vnr. 41621529-30  
**Markísa**  
Markísa 3,5x2,5 m, græn eða beige.

**21.900**  
Fullt verð 32.900

**17% afsláttur**

Vnr. 41616037  
**Garðstofusett**  
Palla- og sólstofusett. Sófi, tveir stólar og sófaborð. Púðar fylgja. Kempas harðviður.

**49.900**  
Fullt verð 59.900





## KJÖRKASSINN



Á Ísland að hefja aðildarviðræður við Evrópusambandið?

Já	48,1%
Nei	51,9%

## SPURNING DAGSINS Í DAG:

Er eftirsjá að Hótel Valhöll á Þingvöllum?

Segðu þína skoðun á visir.is



## Frumvarp í franska þinginu: Vilja hafa opið á sunnudögum

**FRANKLAND, AP** Neðri deild franska þingsins tók á föstudaginn til umfjöllunar tillögu sem gerir fleiri verslunum kleift að hafa opið á sunnudögum.

Nicolas Sarkozy forseti hefur barist fyrir sveigjanlegri vinnulöggjöf í þeim tilgangi að efla hagvöxt og gera landið vænlegra fyrir ferðamenn. Líklegt þykir að frumvarpið nái fram að ganga, þrátt fyrir að það hafi mætt andstöðu í þinginu. - þeb



**ÞRÍR FRAKKAR** Jón Bjarnason landbúnaðarráðgjafi og Bjarni Jónsson, hjá Sambandi garðyrkjubænda, snæða rauðsprettu og nýjar kartöflur.

## Kartöfluuppskeran snemma: Þrjú tonn í fyrstu sendingu

**LANDBÚNAÐUR** Nýjar íslenskar Premier-kartöflur komu á markað á höfuðborgarsvæðinu í gær. Gera má ráð fyrir að um þrjú tonn komi í fyrstu sendingu.

„Fyrsta uppskera sumarsins er óvenju snemma á ferð í ár eða rúmri viku fyrr en venjulega. Það bíða margir spenntir eftir því að fá glænýjar íslenskar kartöflur á diskinn sinn og því selst fyrsta sending jafnan fljótt upp,“ segir Þórhallur Bjarnason, formaður Sambands garðyrkjubænda.

Hefð hefur myndast fyrir því að Úlfar Eysteinnsson, matreiðslumeistari á Þremur frökkum, bjóði til sín landsþekktum áhugamönnum um íslensku kartöfluna í rauðsprettu og glænýjar íslenskar kartöflur. - vsp

Barack Obama heldur til Afríku að loknum leiðtogafundi G8-ríkanna á Ítalíu:

## Segir efnahagshruni afstýrt

**ÍTALÍA, AP** Barack Obama Bandaríkjaforseti sagði við lok G8-fundarins á Ítalíu í gær að líklega hefði tekist að afstýra efnahagshruni í heiminum, sem hefði haft skelfilegar afleiðingar. Enn væri þó langt í varanlegan bata.

„Kæruleysi fárra kynti undir kreppu sem hefur farið um allan heiminn,“ sagði Obama og hvatti leiðtoga heims til að standa sameinaðir að björgunaraðgerðum, sem fela bæði í sér strangar reglur um fjármál og auknar fjárveitingar til að koma efnahagslífinu af stað.

Strax að loknum G8-fundinum hélt Obama á fund Benediktus



**BARACK OBAMA** Lauk Ítalíuferðinni með heimsókn til páfa. FRÉTTABLAÐIÐ/AP

XVI. páfa, en í dag ætlar hann að skreppa til Afríku, nánar tiltekið til Gana þar sem hann skoðar

kastalann á Höfðastrand.

Heimsóknin hefur táknrænt gildi fyrir Obama, því í þessum kastala höfðu Bretar höfuðstöðvar þrælaverslunar sinnar fyrr á öldum.

Obama hefur haft í nógu að snúast í vikunni, allt frá því hann hélt til Moskvu á mánudag að hitta bæði Dmitrí Medvedev forseta og Vladímír Pútín forsætisráðherra.

Á leiðtogafundinum í L'Aquila á Ítalíu í gær samþykktu G8-ríkin meðal annars að veita tutugu milljórdum Bandaríkjadala til stuðnings bændum í fátækum ríkjum, svo þeir gætu aukið framleiðslu sína. - gb

Aung San Suu Kyi fyrir rétti:

## Vitni sögðu lög ekki brotin

**BÚRMA, AP** Vitnaleiðslum í máli Nóbelsverðlaunahafans Aung San Suu Kyi frá Búrma lauk í gær. Vitni í málinu héldu því fram að engin lög hefðu verið brotin enda byggði kærán á lögum sem voru afnumin fyrir 21 ári.

Suu Kyi er sökuð um að hafa brotið lög þegar hún hósti amerískan ríkisborga sem mun hafa synt yfir vatn að heimili hennar. Suu Kyi hefur setið í stofufangelsi á heimili sínu í fjórtán af síðustu tuttugu árum þegar hún bar sigur úr býtum í kosningum í landinu. Suu Kyi gæti átt yfir höfði sér fimm ára fangelsi ef hún er fundin sek. - bpa

# Þorskkvóti skertur um 12 þúsund tonn

Heimilt verður að veiða 150 þúsund tonn af þorski á komandi fiskveiðidag, átta prósentum minna en á yfirstandandi fiskveiðidag. Þriðjungs samdráttur verður á ýsukvóta. Í takti við það sem við var að búast segir framkvæmdastjóri LÍÚ.

**SJÁVARÚTVEGSMÁL** Sjávarútvegsráðherra tilkynnti í gær átta prósentu samdrátt í aflamarki á þorski. Heimilt verður að veiða 150.000 tonn á næsta fiskveiðidag, en veiða mátti 162.500 tonn á yfirstandandi fiskveiðidag.

Þorskaflinn næsta fiskveiðidags miðast við tuttugu prósent afla úr viðmiðunarstofninum, og ætti því ekki að koma á óvart, segir Jón Bjarnason, sjávarútvegs- og landbúnaðarráðgjafi.

Aflamark ýsu verður skorið niður um þriðjung; heimilt verður að veiða 63 þúsund tonn, samborið við 93 þúsund tonn á yfirstandandi fiskveiðidag.

Ýsukvótinn er þó ekki skorinn jafn mikið niður og Hafrannsóknastofnunin mælti með, en stofnunin taldi ekki heppilegt að veiða meira en 57 þúsund tonn. Vísad er til þess í rökstuðningi ráðherra að ýsustofninn hafi náð óvenju mikilli stærð upp úr aldamótum, en stofninn fari nú minnkandi.

Heimilt verður að veiða um fjórðungi minni ufsa, fimmtíu þúsund tonn samanborið við 65 þúsund tonn nú. Aflamark á aðrar tegundir mun í flestum tilvikum standa í stað eða minnka lítillega.

„Þetta er mjög í takt við það sem mátti búast við,“ segir Friðrik J. Arngrímsson, framkvæmdastjóri Landssambands íslenskra útvegsmanna (LÍÚ). Hann segir það þó skoðun LÍÚ að óþarfi hafi verið að lækka þorskkvótann í 150 þúsund tonn. Heppilegra hefði verið að fara ekki neðar en í 160 þúsund tonn.

Sjávarútvegsráðherra fór að ráð-



**SKERÐING** Þorskkvóti næsta árs verður um átta prósentum minni en á yfirstandandi fiskveiðidag, en aflamark ýsu skerðist um þriðjung. FRÉTTABLAÐIÐ/JÓN SIGURDUR



JÓN BJARNASON



FRÍÐRIK J. ARN-GRÍMSSON

gjöf Hafrannsóknastofnunarinnar um aflamark á þorski, en í fjölmörgum tilvikum ákvað ráðherra að leyfa meiri veiði en ráðleggingar stofnunarinnar gerðu ráð-

fyrir. Hann segir þar einkum um að ræða smærri tegundir þar sem meiri óvissa sé um stofnstærð.

Á næstunni verður skoðað hvernig nýta megi þær lagaheimildir sem þegar eru til staðar, eða setja ný lög, til að styrkja fullvinnslu aflans hér á landi, segir Jón. Þar skipti miklu að tryggja íslenskum fiskvinnslum aðgang að fiski, í stað þess að hann sé seldur önnur úr landi.

Þá segist Jón íhuga að leggja fram lagafrumvörp sem taki á færslu aflaheimilda milli ára, og tilfærslum milli tegunda.

bjrann@frettabladid.is



Í HLJÓMSKÁLAGARÐINUM Viðstaddir fögnuðu vinasambandi við barnaheimilið í Aneho í Tógó. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Laufásborg hélt hátíð:

## Vinasamband við börn í Tógó

**FÓLK** Leikskólinn Laufásborg hefur ákveðið að gerast vinaléikskóli barnaheimilis í Aneho í Tógó. Íslenska styrktarfélagið Sóley & félagar hefur um nokkurt skeið styrkt barnaheimilið og aðra starfsemi systur Victo í Tógó.

Haldið var upp á þetta í Hljómskálagarðinum í gær. Börnin á Laufásborg fengu mangóís frá Sóleveigu Eiríksdóttur og tónlistarkonan Magga Stína tók lagið fyrir þau. Börnin fengu líka að smakka vesturafrískan drykk sem heitir bissap, en sá drykkur er vinsæll hjá börnunum í vinaskóla þeirra. - þeb

Viðræður um Hondúras:

## Sáttavon dvínar

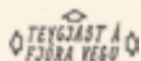
**KOSTARÍKA, AP** Vonir um að sættir tækjust í deilunni um stjórnarbyltingu í Hondúras dvínuðu þegar fundur andstæðra fylkinga skilaði engum árangri.

Þeir Manuel Zelaya forseti, sem hrakinn var úr landi í lok júní, og Roberto Micheletti, sem tók við af honum, héldu báðir til Kostaríku á fimmtudag, en hittust ekki á sameiginlegum fundi heldur ræddu sitt í hvoru lagi við Oscar Arias, forseta Kostaríku, sem reyndi að miðla málum.

„Við gerum okkur engar grillur,“ sagði Arias að fundunum loknum. „Þetta getur tekið lengri tíma en við höldum.“ - gb

### FRIGG

bolur og buxur



Verð bolur: 7.800 kr.  
Verð buxur: 6.800 kr.



Léttur flísfatnaður úr Polartec® Power Stretch®, efni sem teygist á fjóra vegu og heldur vægum hita á líkamanum. Fæst líka í svörtu.



### KEEN NEWPORT H2

barnasandalar

Verð: 6.200 kr.



Flottir barnasandalar með táavörn, frönskum rennilás og mjög góðu gripi. Fæst líka í appelsínugulu.



### KEEN CORONADO

barna strigaskór

Verð: 6.500 kr.



Barna strigaskór með góðum sóla. Með kaupum á Coronado skónum styrkir þú National Wildlife Federation sem vinnur að verndun dýralífs í heiminum.





# Tempur – 15 ár á Íslandi



Árið 1200 FK



JÖRÐIN

Árið 1000



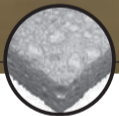
HEY

Árið 1800



GORMAR

Árið 1900



SVAMPUR

Árið 1970



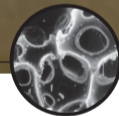
VATN

Árið 1980



LATEX

Árið 1993



TEMPUR®

Í dag



## Afmælistilboð í júlí

Yfir 20.000 Íslendingar sofa á Tempur heilsudýnu  
Yfir 50.000 Íslendingar sofa á Tempur heilsukodda

Stillanleg heilsurúm

25-30% afsláttur



Tempur heilsurúm

25% afsláttur



Tempur heilsukoddar

30% afsláttur



betrabak@betrabak.is • www.betrabak.is  
Faxafeni 5, Reykjavík • Sími 588 8477  
Skeiði 1, Ísafirði • Sími 456 4566  
Opíð virka daga frá kl. 10-18 Laugardaga frá kl. 11-16





**VEISTU SVARIÐ?**



- 1 Hvaða breska blað er sakað um að hafa hlerað síma fjölda frægra einstaklinga?
- 2 Hvað heitir fiskbúðin á Akureyri?
- 3 Hvaða verðlaunarithöfundur hefur verið hótað á Facebook?

SVÖRIN ERU Á Síðu 38

Eugenio Daudo Silva Chipa dæmdur í fjögurra og hálfis árs fangelsi:

## Nauðgaði konu í húsasundi

**DÓMSMÁL** Þrítugur karlmaður, Eugenio Daudo Silva Chipa, var í gær dæmdur í fjögurra og hálfis árs fangelsi í Héraðsdómi Reykjavíkur fyrir hrottafengna nauðgun fyrir hálfum öðrum mánuði.

Eugenio gerði sér dælt við konu á bar í miðbænum og bauð henni síðar um nóttina far með sér í leigubíl. Hann lét leigubílinn aka þeim að iðnaðarhverfi í Hafnarfirði og þegar þangað var komið réðst hann á konuna í afskekktu húsasundi og kom fram vilja sínum við hana.

Konan hlaut töluverða áverka af árásinni, og þykir dómnum ljóst að Eugenio hafi dregið hana um á hárinu og meðal annars barið

höfði hennar við vegg. Konan hlaut punktblæðingu í hársverðinum, glóðarauga, mar, bólgur og rispur í andliti, hrufi, fleiður, roða og mar víðs vegar um líkamann og áverka og eymsli á kynfærum. Þá var hún með rusl í hárinu þegar komið var að henni.

Eugenio neitaði sök og sagðist hafa haft samræði við konuna með fullu samþykki hennar. Dómnum þótti framburður hans ótrúverður og reikull og af myndum að dæma yrði auk þess „að telja einkar ósennilegt að ákærði og [konan] hafi valið sér þennan stað til að hafa samræði þegar litið er til aðstæðna á vettvangi, en þær

### MIKIL ÁHRIF

Við komuna á slysadeild var konan eirðarlaus, fékk grátköst og var óttaslegin, segir í dómi. Hún var í hnipri, með skjálfta, hroll og vöðvaspennu og hafi haft tíð þvaglát. Konan mun áfram sækja tíma hjá sálfræðingi vegna málsins.

eru einkar óaðlaðandi til slíkra athafna,“ segir í dómnum.

Fjölskipaður héraðsdómur dæmir Eugenio jafnframt til að greiða konunni 1,8 milljónir í skaðabætur.

-sh

Ráðherra á OECD-fundi:

## OECD taki þátt í endurskoðun

**UTANRÍKISMÁL** Steingrímur J. Sigfússon fjármálaráðherra sótti ráðherrafund OECD í París í síðasta mánuði. Á fundinum voru fulltrúar fjörutíu ríkja, þar af þrjátíu OECD-ríkja, sem standa undir áttatíu prósentum af hagkerfi heimsins.

Á fundinum lagði Steingrímur til að OECD tæki þátt í almennri endurskoðun á gildum og verðmætamati sem óumflýjanleg væri eftir þau efnahagslegu áföll sem orðið hefðu í mörgum aðildarríkjunum. Þá var kynnt efnahagsspá OECD fyrir árin 2009 og 2010 auk þess sem gögn tengd efnahagskreppunni voru lögð fram.

-vsp

Stór jarðskjálfti reið yfir sunnan til í Kína á fimmtudag:

## Þúsundir húsa gjöreyðilagðar

**KÍNA, AP** Meira en 400 þúsund manns þurftu að yfirgefa heimili sín eftir að harður jarðskjálfti varð í suðvestanverðu Kína á fimmtudag. Hamfarirnar kostuðu einn mann lífið og hundruð manna slösuðust, þar af nokkrir tugir alvarlega.

Jarðskjálftinn mældist 6 stig og upptök hans voru í Yao'an-sýslu í Yunnan-héraði. Kínverska fréttastofan Xinhua fullyrkti að 18 þúsund íbúðarhúsa væru gjöreyðilagð og 75 þúsund skemmd.

Margir íbúanna lögðust til svefnis úti á götu, en aðrir komu sér upp bráðabirgðatjöldum þar sem aðstæður leyfðu.

Einhver hluti þeirra sem flúðu úr húsum sínum getur þó snúið aftur, því margir þora ekki annað en að hafast úti við þótt húsin séu heil.

Átta eftirskjálftar höfðu ríðið yfir í gær, sá stærsti 5,2 stig seint



**ALDRÆRI KONU BJARGAÐ** Fjölmenn björgunarlíð var sent á vettvang strax á fimmtudag.

NORDICPHOTOS/AFP

í gær. Jarðskjálftar eru algengir í Yunnan, sem er fjallahérað norður af Taílandi og Búrma. Árið 1988 fórust 930 manns þegar jarðskjálfti, sem mældist 7,1 stig, skók héraðið.

Árið 1970 fórust 15 þúsund manns þegar enn stærri jarðskjálfti reið þar yfir, en hann mældist 7,7 stig. Stjórnvöld þá reyndu að gera sem minnst úr tjóninu opinberlega.

-gb

## ER KOMINN TÍMI Á VIÐHALDIÐ!

Tökum að okkur alhliða viðhaldsverkefni.

Áratuga reynsla!

Hafið samband og leitið tilboða.

Upplýsingar á skrifstofu í síma 534 1600 eða hjá Árna Geir Magnússyni, verkefnastjóra, í síma 690 6011.



www.afhus.is

F plús

## Vinsælasta íslenska fjölskyldutryggingin

Þarfir íslenskra fjölskyldna eru mismunandi. Þess vegna fæst vinsælasta fjölskyldutryggingin í nokkrum útgáfum. Eftir því sem heimilið stækkar og áhugamálin breytast velur þú þá vernd sem hentar þér best innan F plús trygginganna.

Þess vegna er F plús vinsælasta fjölskyldutryggingin á Íslandi.







AKUREYRI 2006

EGILSSTAÐIR 2003

EGILSSTAÐIR 1998

ÍSAFJÖRÐUR 2000

VESTMANNAEYJAR 1995  
(ÞJÓÐHÁTÍÐ)

# SKEMMTUM OKKUR INNANLANDS

Ljóslifandi minningar um notalega helgi við lítinn fjörð. Göngutúr út eftir eyrinni. Koss við höfnina. Maður verður betra foreldri af því að komast að heiman af og til. Ekki of langt. En nógu langt.

BÓKAÐU NÚNA Á [WWW.FLUGFELAG.IS](http://WWW.FLUGFELAG.IS)



FLUGFÉLAG ÍSLANDS



FRÉTTAVIDTAL: Paul Bennett, hönnunarstjóri og einn af eigendum fyrirtækisins IDEO

# Svívirðilega einfaldar lausnir

Paul Bennett er einn af eigendum IDEO, framsækings og skapandi hönnunarfyrirtækis. Fyrirtækið var valið meðal fimm framsæknustu fyrirtækja Bandaríkjanna árið 2008 ásamt Google, Apple og Facebook. Hann er að koma til landsins í fjórða sinn og vill gera hvað hann getur til að hjálpa til.

„Við erum að vinna með ráðamönnum um að opna vettvang þar sem fólk getur komið með hugmyndir og sameina fólk í baráttu í endurreisn landsins,“ segir Paul Bennett. Hann er einn af eigendum hönnunar-, ímyndar- og sköpunarfyrirtækisins IDEO auk þess að vera hönnunarstjóri hjá fyrirtækinu.

Paul segir að hann hafi fest kaup á léninu [www.DesignAndRecovery.is](http://www.DesignAndRecovery.is) sem hann vonast til að eigi eftir að vera vettvangur hugmynda og sköpunar á næstunni. „Við vonumst eftir að koma henni í loftið á næstu níutíu dögum,“ segir Paul. „Við viljum ná ráðamönnum og aðilum vinnumarkaðarins í samræmt áttak. Þetta er erfitt þar sem margir koma að þessu en ég er vongóður um að þetta hafist enda eru allir að vinna að sameiginlegum málstað.“

„Það sem Ísland þarfnast er svívirðilega einfaldar lausnir,“ segir Paul. Hann bætir við að þær séu þó ekki auðfundnar. Hann segir að hann horfi til þeirra aðferða sem Barack Obama hafi gripið til.



PAUL BENNETT Þetta er fjórða heimsókn Pauls til landsins. Hann hóf að fylgjast með málefnum Íslands eftir að Íslendingur benti honum á ástand mála hérlendis. IDEO var valið eitt af fimm framsæknustu fyrirtækjum í heiminum árið 2008 og var þar í hópi með Google, Apple, GE og Facebook.

FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

„Hann er ekki endilega að gera afskaplega mikið en hann upplýsir almenning um hvað hann er að gera, sem fyllir fólk bjartsýni.“ Hann bendir á að ríkisstjórn Obama standi fyrir vefsíðu sem eigi að auðvelda almenningi að hjálpa samfélaginu á einhvern hátt og fylgjast með aðgerðum hins opinbera.

Aðspurður segir Paul að ef hann væri í forsvari fyrir íslensku þjóðina um þessar mundir myndi hann einbeita sér að því að auka gegnsæi allra aðgerða. „Íslenskir ráðamen þurfa að forðast að vinna bak við luktur dyr. Það fólk sem ég hef rætt við er tvístigandi um það hvort það vill samþykkja Icesave eða ganga í Evrópusambandið en er sammála

um að þessari óvissu sem nú ríkir þurfi að ljúka,“ segir Paul.

Paul er að koma til landsins í fjórða skipti síðan allt fór í kalda kol og segir að hann hafi fundið fyrir því að fólk vilji hjálpa og gera uppbyggilega hluti. „Fólk er ekki endilega að leitast eftir því að fá borgað fyrir sína vinnu, það er einungis að leita eftir því að

taka þátt í uppbyggingu landsins. Það þarf að finna eitthvað að gera fyrir fólk og gefa því tækifæri á að taka þátt í þjóðhagslega og samfélagslega hagkvæmum verkefnum.“ Hann segir Íslendinga að mörgu leyti líka fólk í Kísildal (e. Silicon Valley) í Kaliforníuríki. „Fólk er frjótt og hefur ákaflega mikið af hugmyndum. Það þarf að búa til eitthvað sem er gerlegt og raunverulegt auk þess sem það verður að taka afar skammta tíma,“ segir Paul.

Aðspurður segir Paul að ekki sé þörf á að skapa nýja ímynd fyrir Ísland. „Allir vilja hjálpa litla Íslandi. Þetta snýst um að hefja endurreisnina.“ Paul segir að hann eigi í viðræðum við BBC og fleiri erlenda fjölmiðla um að koma hingað til lands til að hjálpa við að auka jákvæða umfjöllun um endurbyggingu landsins.

Fyrirtækið sem Paul á hlut í og starfar fyrir, IDEO, vinnur aðallega að vörubrúun, ímyndarvinnu og annarri sköpunarvinnu. Meðal viðskiptavina fyrirtækisins eru bandaríska ríkið, Procter & Gamble og Microsoft. Fyrirtækið hefur jafnframt unnið að verkefnum í Afríku til að bæta aðgengi að vatni. Vinna þess er því ákaflega fjölbreytt. Fyrirtækið var valið eitt af fimm framsæknustu fyrirtækjum Bandaríkjanna árið 2008 ásamt Google, GE, Apple og Facebook.

Paul hvetur alla sem hafa áhuga á að taka þátt í verkefnum að hafa samband við sig persónulega á netfangið [pbennett@iedo.com](mailto:pbennett@iedo.com). Einnig er hlekkur á umræðuvef á Facebook á vefsíðu fyrirtækisins, [www.ideo.com](http://www.ideo.com).

bta@frettabladid.is



**Tónlist.is**  
Uppáhaldslög allra  
Íslendinga fyrir  
0kr. í allt sumar\*  
á [siminn.is](http://siminn.is)

\*Sumaraskrift að Tónlist.is stendur viðskiptavinum í Minu Frelsi til boða án aukagjalds. Nánari skilmálar á [www.tonlist.is](http://www.tonlist.is).

\*\*60 mín/SMS á dag. Áfylling fyrir að lágmarki þúsund krónur virkjar tilboðið. Tilboðið gildir innan GSM kerfis Símans til 1. október 2009.



## KAUPHÖLL ÍSLANDS [Hlutabréf]

Fjöldi viðskipta: 18

Velta: 41,5 milljónir

OMX ÍSLAND 6  
745,86 -0,66%

## MESTA HÆKKUN

BAKKAVÖR GROUP 3,31%

## MESTA LÆKKUN

MAREL FÆROYA BANKI -1,78%  
-0,83%

**HLUTABRÉF Í ÚRVALSVÍSITÖLU:** Alfesca 4,20 +0,00% ... Atlantic Airways 159,00 0,00% ... Atlantic Petroleum 475,00 +0,00% ... Bakkavör 1,25 +3,31% ... Eik Banki 80,00 +0,00% ... Føroya Banki 119,50 -0,83% ... Icelandair Group 4,75 +0,00% ... Marel Food Systems 54,20 -1,81% ... Össur 114,00 +0,00%

## viðskipti

Umsjón: MARKAÐURINN nánar á visir.is

## Primera gerir viðhaldssamning

Íslenska flugfélagið Primera Air hefur gert samning um viðhald og viðgerðir við singapúrsku fyrirtækið ST Aerospace. Virði samningsins er um 32,5 milljónir dala. Um tvo samninga er að ræða og felur sá fyrri í sér að fyrirtækið er ætíð viðbúið til viðgerða auk þess sem að útvega varahluti. Jafnframt var undirritaður samningur um lendingarbúnað.

Primera Air rekur sex Boeing 737-flugvélar um þessar mundir auk þess sem það stendur til að bæta sex vélum við flotann. Jón Karl Ólafsson segir í tilkynningu frá ST Aerospace að samningurinn muni veita fyrirtækinu nauðsynlegan stuðning í þeirri útrás sem það er í.

- bpa



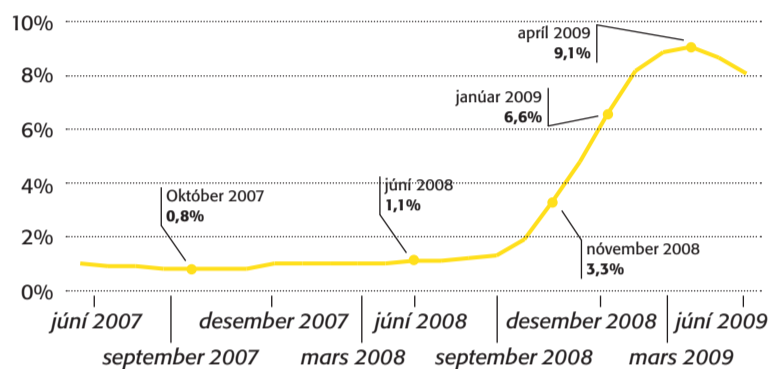
## Atvinnuleysi á niðurleið

Skráð atvinnuleysi í júní 2009 var 8,1 prósent eða að meðaltali 14.091 manns. Atvinnuleysi hefur dregist saman um 3,5 prósentustig að meðaltali frá því í maí eða um 504 manns. Á sama tíma á árinu 2008 var atvinnuleysi 1,1 prósent eða 1.842 manns. Atvinnuleysi var meira meðal karla en 8.484 karlar voru atvinnulausir í síðasta mánuði en 5.607 konur. Þetta kemur fram í tilkynningu frá Vinnuálastofnun.

Í Hagsjá Landsbankans segir að hluti af þessari lækkun atvinnuleysis skýrist af árstíðarsveiflu. Vegna hennar eykst áætlað vinnuafli í júní um rúma 6.700 einstaklinga. Árstíðarleiðrétt atvinnuleysi reyndist vera um 8,5 prósent í júní og er því svipað og í maímánuði.

Jafnframt kemur fram að atvinnuleysi sé jafnan minna í júní og júlí vegna árstíðarsveiflu. Líklegt er því að atvinnulausum fjölgi

## ATVINNULEYSI Á ÍSLANDI SÍÐUSTU ÁR



HEIMILD: VINNUMÁLASTOFNUN

á ný í haust. Þess skal þó getið að mörg þessara starfa eru ýmis sérstök tímabundin störf og vinnu- markaðstengd úrræði. Flest laus störf voru meðal ósérhæfðs starfsfólks, í sölu- og afgreiðslustörf.

Atvinnuleysi var mest á Suðurnesjum 12,1 prósent og á höfuðborgarsvæðinu 9,3 prósent. Það er hins vegar minnst á Vestfjörðum 1,8 prósent og Norðurlandi vestra 2,2 prósent.

- bpa

Til leigu



## Hagabeit og hesthús

Framkvæmda- og eignasvið Reykjavíkurborgar auglýsir til leigu hagabeit og hesthús í landi Viðiness á Kjalarnesi. Landið er um 63 hektarar og hesthúsið ásamt hlöðu er um 430 m<sup>2</sup>. Landið þarfnast áburðar og húsin viðhalds.

Til frekari upplýsinga vísast á vefslóðina [www.reykjavik.is/fer](http://www.reykjavik.is/fer), þar er að finna samningsdrög og loftmynd. Sendið fyrirspurnir á netfangið [olafur.i.halldorsson@reykjavik.is](mailto:olafur.i.halldorsson@reykjavik.is)

Framkvæmda- og eignasvið Reykjavíkurborgar | Borgartúni 12-14 | [www.reykjavik.is/fer](http://www.reykjavik.is/fer)

Auglýsingasími

512 50 50

- Mest lesið

800 7000 • siminn.is

## Meira Frelsi

0 kr. innan kerfis um helgar í sumar

Fylltu á Frelsið í gegnum Mitt Frelsi og hringdu svo eða sendu SMS innan kerfis um helgar í mánuð á eftir án þess að borga krónu.

Þú talar auðvitað áfram við vini þína innan eða utan kerfis - við fjölgum bara vinunum um helgar.\*\*

NETIÐ Í SÍMANUM FYLGIR FRELSINU!

Ef þú átt Frelsisnúmer ferðu á netið í símanum í sumar fyrir 0 kr. aukalega.

Það er Síminn





Jóhanna og Steingrímur spýta í lófana:

## Enginn tími fyrir biðleiki

JÓN KALDAL SKRIFAR

Ýmsir þeir sömu og hafa kvartað hæst yfir aðgerðaleyri ríkisstjórnar Jóhönnu Sigurðardóttur kvarta nú sáran yfir því að hún gangi of hratt til verks. Á það síðarnefnda bæði við um ríkisábyrgðina á Icesave-samningnum og aðildarumsóknina að Evrópusambandinu. Margt bendir til að afgreiðslu beggja mála ljúki innan viku á forsendum ríkisstjórnarinnar.

Það er eindregið fagnaðarefni ef ríkisstjórnin kemur þessum tveimur stóru málum í höfn. Með þeirri niðurstöðu væri hún að senda skýr merki um að hún hafi þann innri styrk sem þarf til að stýra landinu. Umfram allt væri þetta þó merki um að veruleg hreyfing er fram undan við löngu tímabært uppbyggingarstarf á fjármálakerfinu.

Að viðtengingarhættinum slepptum þarf á hinn bóginn ekki að velkjast í neinum vafa um að ef Jóhanna og félagar landa ekki þessum málum blasir við mikið óvissuástand.

Steingrímur J. Sigfússon fjármálaráðherra hefur undanfarnar vikur stigið afgerandi fram sem hinn sterki leiðtogi ríkisstjórnarinnar. Hann hefur staðið í miðjum stormi Icesave- og nú Evrópusambandsmæðunnar án þess að gefa eftir eina tommu. Að auki hefur rignt yfir hann eldi og brennisteini frá talsmönnum andstæðra sjónarmiða. Það virðist ekki heldur bita á hann.

Fjármálaráðherra býr augsýnilega að því að vera búinn að koma sér upp þykku skráp á löngum stjórnsmálaferli. Það er sannarlega dýrmætur eiginleiki í því starfi sem hann hefur valið sér. Enn þá meira virði er þó sú ára trúverðugleika sem hann hefur yfir sér.

Það fer ekki á milli mála að utan veggja þingsins fer virðing Steingríms vaxandi, kannski sérstaklega meðal þeirra sem deila ekki með honum pólitískum skoðunum.

Það hefur komið heldur óvænt í ljós að Steingrímur getur nálgast hlutina á pragmatískan hátt. Það er hreint ekki öllum gefið en er ómetanlegt fyrir þá sem vilja hafa alvöru áhrif í stjórnsmálum.

Á þingi í gær sagði hann til dæmis að ef til vill mætti kalla það víska „fórn“ að VG hefði samþykkt í stjórnarsáttmála að lögð yrði fram tillaga um aðildarumsókn að Evrópusambandinu. Var sú ákvörðun augsýnilega byggð á því mati Vinstri grænna að flokkurinn kæmi fleirum stefnumálum sínum í framkvæmd í stjórnarsamstarfi með Samfylkingu en öðrum flokkum.

U-beygja Steingríms í afstöðunni til samningaleiðar um Icesave er örugglega reist á sams konar köldu hagsmunumati.

Fyrir þá sem efast um að ríkisábyrgðin á Icesave-samningnum sé óumflýjanleg, hlýtur að vera traustvekjandi að Steingrímur hafi leitt hann til lykta. Það segir meira en mörg orð að eftir að hafa kynnt sér alla málavexti leggur þessi fyrrum háværa andstæðingur samningaleiðarinnar nú pólitískt líf sitt að veði fyrir samningnum.

Á undanförunum dögum hefur ríkisstjórnin sýnt að hún er tilbúin til að láta verkin tala. Gagnrýnin á þann kraft sem er hlaupinn í störf hennar er ósanngjörn. Okkur Íslendingum er ekki til setunnar boðið. Tími biðleikja er fyrir löngu að baki. Kyrrstaðan er ekkert val. Hún er bein ávisun á afturför við núverandi aðstæður. Á stjórnvöldum hvílir sú skylda að vísa veginn með afgerandi hætti.

### FRÉTTABLAÐIÐ

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

**LAGERSALA** Verslunarmiðstöðin. **HOLTAGARÐAR**

**Eldhúsvaskar Flísar Baðskápar Baðspeglar**

Mikið úrval af krókum handklæðaslám og fl.

LAGERSALAN EHF. HOLTAGÖRÐUM Sími: 894 1411 / 861-7540

## SPOTTIÐ



### AF KÖGUNARHÓLI ÞORSTEINS PÁLSSONAR

## Áfangi án samstöðu

Nefndarálit stjórnarflokka-anna í utanríkisnefnd um Evrópusambandsaðildina er áfangi á langri leið. Að sama skapi eru vonbrigði að ekki skuli hafa tekist breiðari samstaða um svo veigamikil mál. Það felur í sér áform um stöðu Íslands í alþjóðasamfélaginu og lausn á framtíðarstefnu í peningamálum og snýst þar af leiðandi um kjarnann í íslenskri pólitík.

Upphafleg tillaga ríkisstjórnarinnar var afar ófullkomin. Við meðferð málsins í utanríkisnefnd hefur verið tekið tillit til hugmynda stjórnarandstöðuflokkanna um nauðsynlegan vegvísi í samningaviðræðunum. Segja má að með því móti sé kominn hryggur í málalítilbúnaðinn. Vegvísirinn er þó ekki gallalaus.



ÞORSTEINN PÁLSSON

Þeirri spurning er ósvarað hvers vegna ekki tókst viðtæk samstaða um framgang málsins. Sennilegasta skýringin er sú að hvorki ríkisstjórnin né stjórnarandstöðuflokkarnir hafi haft á því raunverulegan áhuga. Það er áhyggjuefni fyrir margar sakir. Sundurlyndi við upphaf þessarar vegferðar er líklegt til að hafa áhrif á lokaniðurstöðuna.

Af nefndarálitinu einu og sér má ráða að VG hafi nú tekið upp fyrirvaralaus aðildarstefnu og hafi um leið horfið frá því markmiði að hafa

krónuna sem framtíðar gjaldmiðil. Á hinn bóginn kemur ekki skýrt fram að VG hafi horfið frá fyrirvaranum um að vera á móti samningi er þar að kemur, svo þverstæðukennt sem það er. Á þessu stigi er því erfitt að draga ákveðnar ályktanir um pólitískt gildi nefndarálitsins þegar úrslitn ráðast endanlega.

Í ljósi þess hversu mikilvægt það er fyrir Ísland að aðildarumsókn nái fram að ganga vakna spurningar hvers vegna ríkisstjórnin gekk ekki lengra til að reyna að ná samstöðu. Einkum á það við um mismunandi hugmyndir um stjórnskipulega lokameðferð málsins. Þær snúast um hvort þjóðin á að veita ráðgjöf eða hafa raunverulegt úrslitavald með því að samþykkja eða synja ákvörðun Alþingis.

## Ágreiningur eykur á óvissu

Hvers vegna vill ríkisstjórnin ekki að þjóðin fái úrslitavald?

Ein augljós ástæða lýtur algjörlega að þeim vanda VG að vilja bæði halda og sleppa. Málamiðlunin sem flokkurinn hefur gert við Samfylkinguna felst í því að styðja aðildarumsókn en geta verið á móti aðildarsamningi þegar þar að kemur. Til þess að auðvelda það á þjóðin að greiða atkvæði um samninginn áður en Alþingi tekur afstöðu. Þannig getur VG verið á móti samningi sem hennar eigin ríkisstjórn hefur gert. Við venjulegar aðstæður myndi ríkisstjórn einfaldlega ekki gera samning sem hún væri ósátt við.

Önnur ástæða lýtur að báðum stjórnarflokkunum. Eðlileg stjórnskipuleg málsmeðferð er sú að heimila aðild með stjórnarskrár-breytingu, samþykka síðan lög um aðildarsamning á Alþingi og bera þau þar á eftir undir þjóðaratkvæði. Þetta kallar á kosningar til Alþingis vegna breytinga á stjórnarskrá. Báðir stjórnarflokkarnir vilja komast hjá því að leggja mál sín í dóm kjósenda fyrr en almennu stjórnarskrárreglurnar um lengd kjörtímabils segja til um.

Þetta sýnast vera helstu skýringarnar á því að ríkisstjórnarflokkarnir voru ekki fúsir til að semja á breiðum grundvelli um framgang

málsins. Utanríkisráðherra virtist vera það í upphafi. Formenn stjórnarflokka hafa hins vegar attekið það með öllu. Sennilega hefði samkomulag um eðlilega lokamálsmeðferð verið stjórnarsamstarfinu ofraun. Vandinn er sá að sú leið sem ríkisstjórnin vill fara er bæði ólýðræðisleg og leiðir jafnframt til meiri óvissu um úrslit aðildarsamnings.

Engin rök standa til þess að hafa þjóðaratkvæðagreiðslu um aðildarumsókn. Verði það talið nauðsynlegt gilda hins vegar sömu rök þar um og lokameðferðina. Rétt væri í því tilviki að þjóðin tæki afstöðu til tillögu sem Alþingi hefði þegar samþykkt.

## Spurning um forystu og lýðræði

Hvers vegna á þjóðin að hafa úrslitavald en ekki ráðgefandi hlutverk? Er ekki nóg að forsætisráðherra lýsi því yfir að þingmenn fari eftir ráðgjöfinni? Málið er ekki alveg svo einfalt.

Íslensk stjórnskipun byggir á því að Alþingi og ríkisstjórn veiti landinu forystu. Rétt getur verið að takmarka vald Alþingis með þjóðaratkvæðagreiðslum. Ráðgjafarhugmyndin snýr þessu hlutverki hins vegar við. Engin lýðræðis-hugsjón býr þar að baki því að þá gildi reglan um öll mál. Það er fyrst

og fremst óeining um aðildarmálið en samhlíða eining um að viðhalda ríkisstjórninni sem veldur.

Í þessu samhengi má ekki gleyma að formföst umfjöllun Alþingis um einstök mál er ein og sér veigamikill þáttur í lýðræðinu. Þrjár umræður með nefndarumfjöllun og álitsgjöf sérfræðinga og hagsmunahópa er talin nauðsynleg við almenna laga-setningu. Því fremur er þörf á slíkri málsmeðferð áður en aðild að Evrópusambandinu er til lykta leidd.

Í Icesave-málinu hefur einn ráðherra ekki treyst sér til að taka

afstöðu til eigin frumvarps fyrr en að lokinni þinglegri meðferð. Það sýnir gildi hennar fyrir lýðræðislega skóðanamyndun.

Ráðgefandi þjóðaratkvæðagreiðsla gæti vissulega orðið afgerandi. En sömu líkur eru á að hún verði það ekki. Allt gæti það ferli því leitt til stjórnskipulegrar flækju.

Kjarni málsins er þessi: Þjóðin á rétt á forystu og hún á rétt til úrslitavalds um jafn stórt mál. Það er hins vegar mikill ábyrgðarhluti að tefla framgangi þess í tvísýnu. Það verður þar af leiðandi mikil prófaun á alla þingflokka.



heima

# HEIMA ER BEST!



200x80x80



**FIORI**  
3ja sæta : 219.800  
Stóll: 109.800



**KAKAN 103**  
Skinnstóll: 198.000  
Hvitt & svart / Hvitt & brúnt



210x57x49

**TV SKENKUR**  
Hvitt & svart:  
139.000  
Eik: 129.000

## Nýkomin sending af klukkunum vinsælu

Erum með meira úrval af klukkum



**NEXT TIME**  
65 sm:  
14.900



**BLAÐAGRIND**  
Svört & hvít:  
12.800

Opið virka daga 10-18, laugardaga 11-16.

Síðumúla 30 - 108 Reykjavík - Sími 568 4242 - [www.heimahusid.is](http://www.heimahusid.is)

# HEIMA HÚSIÐ

mood  
heima  
*Ordragef.*  
**b**  
BÚM BETUR



# Hefur fundið sinn stað í lífinu

**Björk Guðmundsdóttir** kveður Volta-ævintýrið með bíósýningum og útgáfu. Sjálf er hún komin allt annað, jafnvel alla leið til Puerto Rico. **Kolbrún Björt Sigfúsdóttir** ræddi við Björk um atburði síðustu ára og framtíðina.

**V**oltaic heitir gripurinn sem endar Volta-ævintýri Bjarkar Guðmundsdóttur. Þar má finna DVD-upptökur af tónleikum frá París og Íslandi, plötu með endurhljóðblöndunum af lögum Voltu eftir aðra listamenn, „live“-hljóðupptöku af Björk með hljómsveit í Olympic Studios og DVD þar sem öll þau myndbönd sem gerð voru fyrir plötuna má finna.

Það er bið eftir Björk, en allir miðlar landsins keppast um að ná tali af henni. Svo birtist hún, bleikklædd og fágúð í stíl, að vanda. Hún býður mér inn í borðstofuna á veitingastaðnum Við tjörnina. Þetta er svo yndislegt hús, segi ég. „Já, mann langar bara að flytja inn hérna,“ svarar hún. Við vitum báðar að við erum ekki komnar til þess. Ég er mætt til að leika blaðamann, hún er stjarnan sem situr fyrir svörum.

## Um margt að velja

Upptökurnar úr Olympic Studios, af hverju ákváðu þið að nota þær frekar en upptöku af tónleikum? „Við tókum upp tónleikana fyrir útvarp, áður en við fórum á túrinn. Svo notuðum við það ekki, ég man ekki út af hverju, en við hugsuðum vó, en gott að eiga þetta sem heimild og geta gefið þetta út sjálf, seinna.“ Hún segir hljómsveitina svo hafa verið sívaxandi á túrnum og safnið sýni þróunina vel. „Þannig að ef þú hefur áhuga þá ertu með Voltu, plötuna, síðan ertu með hljómsveitina, búna að æfa lögin áður en hún fer á túr og síðan eftir túrinn, þegar við erum búin að vera að spila í tvö ár og orðin þínu sjúkuð og ég orðin hás og svolítið rokkuð á því.“

Á mynddisknum eru tvær upptökur, frá París og Íslandi. „Ég ætti náttúrulega ekki að vera að segja frá þessu, en á Parísartónleikunum lenti ég í rosalegum vandræðum og gat ekki tekið háu nóturnar mínar. Þannig að þegar við héldum kirkjutónleikana hér tókum við bara rólegu lögin, sem er erfiðari að syngja. Ég var í raun enn með hnút á raddböndunum þá, en nú er hann farinn.“

## Margar hliðar raddarinnar

Í viðtali við Interview varstu spurð hvort tónleikaupptökur væru raunverulegri heimild um mismunandi hliðar raddar þinnar en upptökur í hljóðveri. Er þessi heimildarsöfnun um það, að fanga þessar hliðar? „Já, í rauninni. Þegar ég túra þá er ég alltaf að hugsa meira um tónlistina heldur en röddina mína. Til dæmis á Parísartónleikunum, sem eru aðaltónleikarnir, þar var ég með vandamál. Ég gerði Parísartónleikana og svo þremur dögum seinna voru Náttúrutónleikarnir og eftir þá aflýsti ég öllum tónleikum í tvær vikur og fór til London til sjö lækna. Þetta var í fyrsta skipti á ævinni sem ég lenti í svona vandræðum.“ Upptökurnar eru því af söngkonunni í erfiðleikum með röddina. „Síðan er ég núna, ár síðan túrinn var, búin að fara til hellings af sérfræðingum og læra alveg nýjan kafla af tækni sem ég kunnir ekki og hvernig maður á að læra að eldast.“

Björk tekur fram að það sé ekki að merkja í dag, en röddin er þreyttari en blaðamaður hefur áður heyrt hana. „Það var „reunion“ hjá hópnnum í gær, því hljóðmaðurinn fór í dag. Við fórum á Boston og dönsuðum til þrjú og öskruðum, þannig að ég er óvenju há í dag. En það er eins og þú segir, þegar maður er í stúdíóinu þá tekur það mig venjulega tvö ár að gera plötu eða eitthvað. Maður



VOLTA-ÆVINTÝRIÐ BÚIÐ Björk kemur til frumsýningar á Voltaic í Háskólalíó í gær.

FRÉTTABLAÐIÐ/ARNPPÓR

er að dúlla sér við útsetningar og bitin. Svo vakna ég einn morguninn og bara, vó, ég er í toppformi í dag og syng. Ég tek kannski fjórar, fimm tókur og svo finn ég þá bestu en á tónleikum hefur maður ekki þann lúxus. Þannig að það er í raun sannara. Þegar maður labbar á sviðið verður maður bara að vinna með það sem maður hefur þann daginn. Mér finnst það alltaf svolítið spennandi. Ég hef gaman af þessum andstæðu pólum.“

## Full mynd- og hljóðgæði

Tónleikarnir verða sýndir í Háskólalíó í miðvikudögum og laugardögum. „Já, ég er rosalega fegin og yrði mjög glöð ef fólk

myndi sjá þetta í miklum hljóðgæðum. Náttúrutónleikarnir voru erfiðir, bæði var svolítið kalt og raddarlega séð voru það verstu tónleikarnir. Svo var svo bjart þar, sem er auðvitað æðislegt, sumarnæturnar á Íslandi, en við gátum ekki verið með neitt af ljósunum okkar og leiserana. Í bíó fær fólk að sjá allt það. Mér fannst það vera hluti af þessu Volta-ævintýri, það var svolítið neon-frumstætt. Þess vegna var gaman að draga leiserinn fram. Hann var í tísku fyrir tuttugu árum, skilurðu? Við fengum gamaldags reif-leiser. Mennirnir voru bara, heyrðu, við getum gert miklu flottara dót með leiser. Ég bara, nei, nei, nei, við viljum

retró leiser. Það var hluti af útlitinu, þetta træbal-reif. En já, ég yrði rosalega glöð ef fólk myndi koma að sjá þetta.“

## Komin annað í huganum

Í huganum virðist Björk nú þegar búin að skilja við Voltu og komin allt annað. „Ég er náttúrulega bara byrjuð að vinna næstu plötu. Maður er enn þá í myrkrinu í þoku og getur ekki lýst neinu. Það kemur í ljós seinna.“

Hún beinir því sjónum sínum alfarið að tónlistinni í bili. „Ég tók alveg fjóra mánuði fyrir jólin í þessa náttúrubarattu herna heima. Það kom mér á óvart, maður var alveg átján tíma á dag í því. Í janúar ákvað ég að ég þyrfti að fara alveg í tónlistina. Ég geri meira gagn þar, held ég. Ég fór til New York, ákvað að fara alla leið í slipp, og fór vikulega til osteopata sem sérhæfir sig í söngvurum og raddþjálfara og talþjálfara og söngþjálfara og næringarfræðings, ég tók allan pakkann. Það var mjög gaman. Það tekur alltaf svolítið úr manni að túra. Maður þarf yfirleitt að fara í slipp á eftir.“

## Lærir að tala að nýju

Er eitthvað sem þú komst að um sjálfa þig í því ferli öllu? „Já, alveg gomma.“ Björk vantar sig við svarið. „Góð spurning. Ég komst að því af hverju að alltaf þegar ég labba þá anda ég eðlilega en þegar ég er kyrr þá fer öndunin öll í hakkabuff hjá mér. Það var svo augljóst að það þyrfti einhver að segja mér það (hlær). Þegar ég er að syngja á tónleikum þá er ég hlaupandi út um allt, því ég kann það miklu betur en að vera kyrr.“ Hún segir sönginn þó aldrei hafa verið vandamálið. „Ég fór til Engel Lund þegar ég var átján ára og þá sagði hún mér að ég talaði eins og mús. Ég pældi aldrei í því. Svo fór ég til raddþjálfara og hún sagði mér að vandamálið væri hvernig ég tala. Hún var aðallega að leiðrétta það, ekki söngröddina, hún kemur af einhverri eðlisávisun, það er ekkert að henni. Það var mjög áhugavert. Svona er þegar maður er búinn að gera eitthvað vitlaust í fjórutíu ár.“ Björk hlær að þessu. Það virðist aldrei taka á hana að ræða raddarvandræði sín, hún er reynslunni ríkarari.

## Nýr staður í sjónmáli

Ég las einhvers staðar að þú hefðir verið í Gvatemala. Hvað varstu að gera þar?

„Ég var bara að semja, fór á bátunum og samdi á honum. Ég var í smá rannsókn. Ég fór til Púertó Ríko, Dóminíska lýðveldisins, Kúbu, Belís, Mexíkó og Gvatemala að reyna að finna stað til að semja á. Mér finnst svo erfitt að vinna í New York, ég er ekki mikið borgarbar. Í ákveðinn tíma finnst mér rosalega gaman að fara í háhælaða skó og setja á mig varalit en ég get ekki búið þar eða samið. Þannig að ég var að reyna að finna einhvern stað sem væri nálægt New York en samt í náttúrunni. Ég held að ég sé búin að finna hann núna, Púertó Ríko sé málið. Það er líka stutt að ferðast þangað. Það er næsta plan að fara þangað.“

Staðsetningin er að mörgu leyti fullkomin til að geta eytt tíma bæði með tónlistinni og fjölskyldunni, en Matthew Barney, samþýlismaður Bjarkar, vinnur í New York og þau eyða helmingi ársins þar. Björk virðist því komin með stað í tilverunni aftur eftir tveggja ára túr, stríð við röddina sína, náttúruverndarbarattu og röt. Ég spyr hana hvort við þetta sé einhverju að bæta, veit að ég er að renna út á tíma og Bjarkar bíða enn blaðamenn í hrönnum. „Nei, ég er alveg góð.“ Með því skil ég við Björk.

## → VOLTA Í HNOTSKURN

Voltaic kemur út í þremur mismunandi útgáfum; þrefaldri hágæða vinyllútgáfu með DVD, geislaplötútgáfu ásamt DVD í sérútgáfu og staðlari CD/DVD útgáfu.

### Voltaic DVD-tónleikaupptaka

Upptaka af tónleikum Bjarkar í París

1. Brennið þið vitar
2. Earth Intruders
3. Hunter
4. Immature
5. Joga
6. Pleasure Is All Mine
7. Vertebrae by Vertebrae
8. Where Is the Line
9. Who Is It
10. Desired Constellation
11. Army of Me
12. Bachelorette

13. Wanderlust
14. Hyperballad
15. Pluto
16. Declare Independence

### Upptökur af tónleikum Bjarkar í Langholtskirkju

17. Pneumonia
  18. My Juvenile
  19. Vökuró
  20. Sonnets / Unrealities XI
  21. Mouth's Cradle
- Tónleikamyndskurinn færir fólki Volta-tónleika eins og þeir gerðust bestir en veita þó innsýn í raddarvandræði Bjarkar. Hvergi vantar þó upp á spilagledina, framkomuna, búningaskipti eða annað þá sem gerir tónleika hennar jafn eftirminnilega og raun ber vitni. Helst ber að nefna

einstakar útgáfur af lögum Medúllu.

### Upptökur í Olympic Studios frá því fyrir hljómlaikaferðalagið.

1. Wanderlust
  2. Hunter
  3. Pleasure Is All Mine
  4. Innocence
  5. Army of Me
  6. I Miss You
  7. Earth Intruders
  8. All Is Full of Love
  9. Pagan Poetry
  10. Vertebrae by Vertebrae
  11. Declare Independence
- Upptaka sem bætur fáu við plötur Bjarkar en fangar samhljómi hljómsveitarinnar sem tekst á við magnaðar útsetningar. Hálfgerð „Best

of“ sem virkar á mann eins og léttir hádegistónleikar, enda tekið upp með útvarp í huga.

### Voltaic Volta mixes

1. Earth Intruders - Spank Rock remix
2. Innocence - Simian Mobile Disco remix 12"
3. Declare Independence - Mathew Herbert 12"
4. Wanderlust - Ratatat remix
5. The Dull Flame of Desire - Modeselektor's RMX for girls
6. Earth Intruders - lex remix
7. Innocence - Sinden Remix
8. Declare Independence - Ghostigital In Deep End Dance Remix 12"
9. The Dull Flame of Desire - Modeselektor's RMX for Boys

10. Innocence - Alva Noto Unitxt Remodel 12" Version
11. Declare Independence - Black Plus mix
12. Innocence - Simian Mobile Disco dub remix

Dansvænar útgáfur af dansvænum smellum. Tilvalið í sveitt parti og áhugavert sem skoðun á hljóðblöndunartækni og taktpælingum dagsins í dag.

### Voltaic, Volta-myndböndin

1. Earth Intruders
2. Declare Independence
3. Innocence - Version 1 (sigurvegari)
4. Wanderlust
5. The Dull Flame of Desire
6. Innocence - David Saghiri

7. Innocence - Dimitrio Stankowicz
8. Innocence - Etienne Strubbe
9. Innocence - Juliet Himmer
10. Innocence - Laurent Labouille
11. Innocence - Mario Caporali
12. Innocence - Miko o\_o
13. Innocence - Misi Park & Pierre Khazem
14. Innocence - Christiano Leal
15. Innocence - Roland Matusek

Myndbönd við lög Bjarkar eru alltaf áhugaverð, hvað þá þegar snillingar eins og Michel Gondry koma þar að. Hér er einnig að finna allar útgáfur Innocence sem efnt var til keppni um. Safnið er þó helst fyrir harða aðdáendur.





# SJÓÐBULLANDI HEITUR POTTUR

Nú er Lottópotturinn fjórfaldur og stefnir fyrsti vinningur í **22 milljónir**.  
Leyfðu þér smá Lottó!



FARÐU Á NÆSTA SÖLUSTAD EÐA Á [WWW.LOTTO.IS](http://WWW.LOTTO.IS) OG FÁÐU ÞÉR MIÐA



# Þjóð sem á að vera kínversk

Harðvítug átök undanfarna viku í **Xinjiang-héraði** í Kína hafa beint athygli heimsbyggðarinnar að Úígúrum, fjölmennri þjóð sem sættir sig illa við hlutskipti sitt innan Kínveldis. Mótmælasamkoma þeirra í höfuðborginni Urumqi um síðustu helgi snerist upp í óeirðir og herinn greip til sinna ráða. *Guðsteinn Bjarnason* kynnti sér sögu Úígúra og undirrót óánægjunnar í Xinjiang.

**K**ínversk stjórnvöld vilja sem minnst vita af óánægju íbúa í Xinjiang-héraði. Í það minnsta vilja þau að bæði umheimurinn og almenningur í Kína fái sem minnst að vita af ástandinu.

Átökin undanfarna viku minna um margt á átökin í Tíbet á síðasta ári, þegar fjöldauppreisn heimamanna var barin niður af hörku með þeim afleiðingum að tugir manna féllu og hundruð særðust.

Ráðamenn í Kína virðast ekki taka annað í mál en að bæði Tíbetar og Úígúrar sætti sig við að vera Kínverjar, og hagi sér samkvæmt því. Rétt eins og Tíbetar eru Úígúrar þó frábrugðnir Kínverjum á margan hátt.

Menning þeirra á rætur í Mið-Asíu og markast af íslamstrú, tungumál þeirra er tyrkneskrar ættar og saga þeirra verður engan veginn innlimuð í sögu Kínverja, þótt leiðir þessara þjóða hafi með ýmsum hætti legið saman síðustu aldirnar og jafnvel árbúsundin.

Úígúrar hafa lengi verið afar ósáttir við vaxandi ítök Kínverja í héraðinu. Kínversk stjórnvöld hafa áratugum saman markvisst stuðlað að því að æ fleiri Kínverjar flytji til héraðsins, þar sem þeir leggja jafnharðan undir sig bestu störfina og mikilvægustu embættin.

Nokkrar sjálfstæðishreyfingar Úígúra hafa barist fyrir aðskilnaði frá Kína, en lítið orðið ágengt enda mætt harðri mótspyrnu yfirvalda. Þótt hin ýmsu þjóðarbrot í Kína fái að sýna þjóðdansa á tyllidögum er hversdagsmenningu þeirra sjaldnast gert hátt undir höfði og trúarbrögð eru illa séð.

Átökin í höfuðborginni Urumqi um síðustu helgi hófust í framhaldi af fjölmennri mótmælasamkomu Úígúra, sem virðist hafa verið boðað til vegna fréttar af því að múgur Han-Kínverja hafi drepit tvo Úígúra seint í júní í Guang-dong-héraði, sem er alveg í hinum endanum á Kína, suðvestast við Suður-Kínahaf.

Svo virðist sem mikil reiði hafi verið ríkjandi á þessari mótmælasamkomu, og hún hafi beinst að Han-Kínverjum, bæði vegna þessara morða og einnig almennt vegna yfiringangs Kínverja í héraðinu.

Vitni sáU Úígúra fara saman í hópum og berja á Han-Kínverjum, en næstu daga snerist þetta við og Han-Kínverjar óðu um götur og leituðu uppi Úígúra til að berja.

Lögregla og her brugðust við af fullri hörku, kæfðu fyrst niður mótmæli Úígúrana en stóðu síðar vörð um þau hverfi höfuðborgarinnar þar sem Úígúrar búa.

Kínversk stjórnvöld segja átökin hafa kostað 156 manns lífið, en fullyrðingar hafa birst um að tala látinna skipti hundruðum. Ekki er ljóst hve margir þeirra voru Úígúrar og hve margir Han-Kínverjar.

## SINKÍANG EÐA AUSTUR-TÚRKESTAN

Xinjiang-hérað, eða Sinkíang eins og það er skrifað að eldri rithætti, er í norðvesturhluta Kína, norður af Tíbet. Í vestri á Xinjiang landamæri að Kasakstan, Kirgisistan, Tadjikistan, Afganistan og Kasmír-héraði, en í norðri eru Rússland og Mongólía.

Nafn héraðsins, Xinjiang, er kínverskt og þýðir „nýja svæðið“ eða „nýja landið“, og þykir mörgum Úígúrum þetta niðrandi nafngift. Austur-Túrkestan er nafnið sem Úígúrar völdu sjálfir þegar landið naut sjálfstæðis um stutt skeið rétt fyrir miðja síðustu öld. Samkvæmt þeirri nafngift er þetta austurhluti Túrkestan, svæðisins þar sem tyrkneskar þjóðir búa í Mið-Asíu þar sem löndin heita Kasakstan, Kirgisistan, Túrkestan og Úsbekistan.

Kínverjar höfðu öldum saman



**KÍNASTJÓRN SENDI HEILU HERDEILDIRNAR Á VETTVANG** Götur og torg höfuðborgarinnar fylltust af hersveitum og lögreglumönnum, sem hafa það hlutverk að kæfa allt andóf í fæðingu.

FRÉTTABLAÐIÐ/AP

## MIÐ-ASIÚPÞJÓÐ AF TYRKNESKUM UPPRUNA



Úígúrar eru taldir vera nærri 12 milljónir alls. Sumar heimildir segja heildarfjölda þeirra þó líklega um 25 milljónir. Flestir þeirra, eða um átta milljónir samkvæmt opinberum kínverskum tölum, búa í Xinjiang-héraði í Kína.

Úígúrar eru Mið-Asíuþjóð af tyrkneskum uppruna, náskyldir íbúum Kasakstans, Kirgisistans, Túrkménistans og Úsbekistans. Tungumál Úígúra er sömuleiðis skylt tyrknesku, rétt eins og tungumál ofangreindra Mið-Asíuríkja.

Flestir Úígúrar eru súnnimúslimar, sem þeir eiga einnig sameiginlegt með Tyrkjum og frændþjóðunum í Mið-Asíu.

reynt að ráða yfir landsvæði Úígúra, með misjöfnum árangri þó, og formlega var héraðið ekki innlimað í kínverska keisaraveldi fyrr en árið 1884. Sú skipan fór þó út um þúfur þegar keisaraveldið leið undir lok árið 1911. Næstu áratugin var mikil ólga í héraðinu, stríðsherrar brutust til valda hver á fætur öðrum og börðust innbyrðis.

Árið 1933 lýstu síðan Úígúrar í Kashgar, mikilvægri borg vestast í héraðinu, yfir stofnun sjálfstæðs ríkis sem fékk nafnið Austur-Túrkestan. Árið 1944 lýstu Úígúrar í héraðinu öllu yfir sjálfstæði undir þessu sama nafni.

Það ríki átti þó ekki langa lífdaga því land Úígúrana var innlimað á ný í Kína þegar kommúnistar komust þar til valda árið 1949.

## Xinjiang-hérað í Kína

Í Xinjiang búa átta milljónir Úígúra. Þeir eru nú um 40 prósent af íbúum héraðsins en Han-Kínverjar eru litlu færri. Auk þess búa þar rúmlega milljón Kasakar ásamt fleiri þjóðum og þjóðarbrotum. Samtals eru íbúarnir um 20 milljónir á landsvæði sem mælist 1,6 milljónir ferkílómetra.



## ÚÍGÚRAR Í GUANTANAMO

Tuttugu og tveir Úígúrar hafa dvalist í fangabúðum Bandaríkjahers við Guantánamoflóa á Kúbu. Þeir voru handteknir í Afganistan stuttu eftir innrás bandaríska og breska hersins þar veturinn 2001-2002.

Bandaríkjastjórn komst reyndar fljótlega að þeirri niðurstöðu að ekki væri ástæða til að halda mönnum, en hefur ekki getað sent þá til Kína vegna þess hve óblíðar móttökur hætt er við að þeir fái þar.

Kínversk stjórnvöld notfærðu sér heimsstríð Bandaríkjanna gegn hryðjuverkamönnum sem réttlætingu fyrir því, að ganga hart fram gegn réttindabaráttu Úígúra, tengja talsmenn þeirra við hryðjuverkastarfsemi og saka þá um nán tengsl við Al Kaída.

Sautján þessara fanga eru því enn í haldi, en fimm þeirra fengu hæli í Albaníu vorið 2006 og einn fékk að fara til Sáði-Arabíu, þar sem hann er fæddur, um svipað leyti.

Bandaríkjamenn hafa skorað á fleiri Evrópuríki að veita einhverjum þeirra hæli, en með litlum árangri.

Fyrir nokkrum vikum bauð eyrikið Palá í Kyrrahafi þeim sautján, sem eftir eru, hæli þar og virðist vonast til að fá fjárhagsaðstoð frá Bandaríkjunum fyrir greiðann.



## ÚÍGÚRAR Í ÚTLEGG



Töluverður hópur útlaga frá Xinjiang býr í Bandaríkjunum. Einnig býr fjöldi Úígúra í München í Þýskalandi. Margir þessara útlaga hafa verið reknir frá Kína en aðrir hafa forðað sér sjálfir.

Þeir hafa látið nokkuð til sín taka í baráttu fyrir réttindum landa sinna heima fyrir.

Einn helsti leiðtogi útlagra Úígúra er Rebiya Kadeer, rúmlega sextug kona sem ólst upp í fátækt en kom undir sig fótunum í viðskiptum og verslunarrekstri. Hún notaði áhrif sín og auðæfi til að berjast fyrir umbótum í héraðinu, ekki síst í þágu kvenna og tók meðal annars þátt í heimsþingi kvenna í Peking árið 1995.

Í febrúar 1997 varð hún vitni að því þegar kínverskir hermenn börðu niður mótmæla- og uppreisnarhreyfingu Úígúra í bænum Gulja. Hún skýrði opinberlega frá því sem gerðist og hugðist veita bandarískri rannsóknarnefnd upplýsingar tveimur árum seinna, en var þá handtekin og sökuð um njósnir. Árið 2005 var hún svo rekin úr landi og send til Bandaríkjanna þar sem hún hefur búið síðan.

Þar hefur hún óspart látið til sín taka og stutt málstað Úígúra gegn kínverskum stjórnvöldum. Meðal annars krefst hún þess að synir hennar verði látnir lausir úr kínversku fangelsi, og hefur leitað eftir stuðningi vestrænna þjóðarleiðtoga við þá baráttu sína. Árið 2006 var hún kosin forseti Alþjóðaráðs Úígúra, sem hefur aðalásetur í Þýskalandi.

Kínversk stjórnvöld saka hana um einhliða áróður og segja hana standa bak við mótmælin í Urumqi um síðustu helgi.



# Sparaðu krónurnar

... verlaðu í Nettó!

GRILL LAMBALÆRI, KRYDDAÐ

**1.399** kr/kg

~~1.998~~ kr/kg



**30%**  
afsláttur



**50%**  
afsláttur

NAUTAPIPARSTEIK

**1.599** kr/kg

~~3.198~~ kr/kg

GRILL HAMBORGARAR 10x90g

**1.049** kr/kg

~~1.498~~ kr/kg



**30%**  
afsláttur

**ÓDÝRT**

SVÍNAKÓTILETTUR, RAUÐVÍNS

**1.199** kr/kg

~~1.998~~ kr/kg



**40%**  
afsláttur

KJÚKLINGABRINGUR, 900g

**1.198** kr/pk.



**40%**  
afsláttur

SVÍNALÆRISSNEIÐAR, RAUÐVÍNS

**779** kr/kg

~~1.298~~ kr/kg



CHICAGO TOWN PIZZUR

**497** kr/stk.

~~629~~ kr/stk.



KJÚKLINGALUNDIR, 700g

**998** kr/pk.



**40%**  
afsláttur

BBQ SÓSUR 510g,  
margar teg.

**237** kr/stk.

~~339~~ kr/stk.



NEKTARÍNUR, 750g

**199** kr/askjan

~~399~~ kr/askjan

**50%**  
afsláttur



TILBOÐIN GILDA 9. - 12. JÚLÍ EÐA MEÐAN BIRGÐIR ENDAST

www.netto.is

Mjódd - Salavegi - Hverafold - Akureyri - Höfn - Grindavík - Reykjanesbær

**netto**  
SPARNADUR

Birt með fyrirvara um prentvillur.



# Nálastungur og íslensk grös

Jurtir með lækningamátt finnast víða. Það reyndi *Steinunn Stefánsdóttir* þegar hún fór í stutta grasaferð með **Arnbjörgu Lindu Jóhannsdóttur** í Öskjuhlíð á mildum morgni í vikunni. Á augabragði fann Linda hátt í tug jurta sem allar má nota til lækninga.

**L**ækningamáttur finnst í mörgum þeim jurtum sem við höfum allt í kringum okkur, líka ýmsum jurtum sem við flokkum dags daglega sem illgresi.

Þetta þekkir Arnbjörg Linda Jóhannsdóttir vel. Hún ólst þó ekki upp við að sjá lækningamáttinn í illgresinu heldur segist hún hafa lesið sig inn í þennan áhuga. Kannski var það líka bókhneigðin sem gerði það að verkum að Linda ákvað fyrir sautján árum að setja saman bók um íslenskar lækningajurtir, sem nú hefur verið endurútfarin.

Linda ólst upp vestur á Bíldudal og var mikið með afa sínum og ömmu. „Þetta var algert frelsi og ég var mikið bæði í fjöllum og í fjörinni. Afi var alltaf að segja mér sögur af huldufólki og ég ólst upp við að huldufólkið væri jafn raunverulegt og við.“

Linda telur að í þessu uppeldi hafi verið lagður grunnur en það var þó annað sem skipti sköpum. „Um leið og ég byrjaði að lesa las ég allt sem ég komst yfir. Einhvern tíma las ég bók um indíána og þá breyttist allt. Ég gat bara ekki fengið nóg.“ Tengsl indíána við andaheiminn áttu skírskotun í raunveruleika Lindu þar sem huldufólkið bjó búi sínu í steinum og í gegnum indíánaáhugann kynntist hún því fyrst að jurtir gætu haft lækningamátt.

Linda var hálfþrítug þegar hún sótti um nám í grasaskóla í Bretlandi. Hún fékk synjun og fór til Kaliforníu á námskeið í óhefðbundnum lækningum. Hún kunni ekki við sig í skólanum en sá þar auglýsingu sem vakti athygli hennar. „Þetta var auglýsing um „workshop“ uppi í fjöllum hjá indíána sem átti eftir að breyta lífi mínu. Hann sagði mér að ég ætti ekki að taka nei sem nei, heldur fara í skólann. Ég fór því til Englands og sagði skólastjóranum að ég ætlaði í skólann.“ Skólastjórinn hló fyrst en gaf henni kost á að reyna við fyrsta árið. Linda lauk námi frá skólanum 1988.

Hún kom heim að námi loknu og fór að vinna við grasalækningar. „Þegar ég fór að greina fólk var ég bara með vestræna sjúkdómsgreiningu á bak við mig og mér fannst það ekki nóg. Ég var með grös við



Einhvern tíma las ég bók um indíána og þá breyttist allt. Ég gat bara ekki fengið nóg.



**NÁLASTUNGU- OG GRASALÆKNIR** Arnbjörg Linda lærði grasalækningar fyrir rúmlega tuttugu árum og bætti seinna við sig námi í kínverskum lækningum. Hún nýtir hvort tveggja við lækningar sínar og segist nota grös eins og indíánar gera, sem hjálparmeðal í lækningum. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

öllum kvillunum en ég vissi ekki hver var rötin að meininu og ég skildi ekki eðli sjúkdómsins. Þess vegna fór ég að leita fyrir mér í kínverskum lækningum og það er allt annar heimur. Þar liggur skilningur og skýringar á því hvers vegna fólk verður veikt og hvert allt mynstrið er. Það er ekki endilega hægt að nota sömu jurtina við höfuðverk hjá tveimur manneskjum. Það þarf að taka tillit til margra hluta, hvernig lífi fólk lifir, hvað það borðar, hvaðan það er og svo framvegis.“

Arnbjörg Linda hefur ákveðnar skoðanir á því hvernig hún notar grös til lækninga. „Indíánarnir tala um grösin

sem litla hjálparfólkið sitt. Þeir nota ekki jurtirnar beinlínis til lækninga heldur nota þeir andalækningar og svo grösin til að minnka einkennin og auka áhrif andalækninganna.“ Í þessum anda segist Linda vinna nú nema að hún notar grasalækningarnar til að styðja við kínversku lækningarnar í stað andalækninga eins og indíánarnir.

Allt gengur í hringi og spjallið við Lindu hefur færst úr Öskjuhlíðinni, þar sem grasaferðin hófst, á bekk fyrir framan Kaffismiðjuna á Kárastíg en það var einmitt á þeim stað, í versluninni Yggdrasil, sem Linda hóf feril sinn í grasalækningum.

## FYRSTU SKREFIN

Bók Arnbjargar Lindu, Íslenskar lækningajurtir, kom fyrst út árið 1992 og hefur nú verið endurútfarin. Í bókinni má fræðast um lækningajurtir, bæði íslenskar og erlendar. Auk þess er þar lýst blöndun jurtafylla og fjallað um sjúkdóma og meðferð við þeim.

Arnbjörg Linda mælir með því að þeir sem eru að stíga fyrstu skrefin í notkun jurta byrji á að drekka mildar teblöndur.

Linda bendir á að farsælt sé að fá aðstoð við að greina kvillana. Hún telur flesta heimilislækna alla af vilja gerða að liðsinna fólk við að draga úr lyfjanotkun en einnig geti verið gott að leita til grasalækis til að fá leiðbeiningar.

## → GRASAFERÐ Í ÖSKJUHLÍÐ



**Gulmaðra** er algeng um allt land. Best er að tína hana um mitt sumar og nýta má alla plöntuna nema rót.

Gulmaðra er meðal annars þvagdrífandi, blóðhreinsandi og græðandi.

Gott er að drekka gulmóðrute til að hreinsa blóðið. Gulmaðra er lifrarhreinsandi og þessvegna tilvalin teju á vorin og haustin. Gulmaðran er einnig góð við alls kyns húðsjúkdómum en er þá oftast notuð með öðrum jurtum eins og rauðsmára, nettlu og/eða njóla.



**Njóli** er almennt flokkaður sem illgresi og er algengur í óráktarlandi. Njólanum má safna allt sumarið og nýta má rót hans, blöð og fræ.

Njólinn er meðal annars þvagdrífandi, hægðalosandi og blóðhreinsandi.

Njóla má nota bæði útvortis og innvortis við alls kyns húðsjúkdómum, ekki síst þeim sem mikill kláði fylgir. Njólinn er einnig góður við brunasárum og öðrum sárum sem illa gróa.



**Túnfífill** vex um allt og líklega allt of víða að margra mati. Fífillinn á að tína fyrir blómgun og nota rót hans og blöð.

Fífillblöð eru meðal annars þvagdrífandi, en rót túnfífills er talin styrkja lifur og meltingarfæri.

Fífillblöð eru afar næringarrík og eru meðal annars notuð við þjúg. Te úr rötinni gagnast þeim sem þurfa að styrkja sig eftir langvarandi lyfjatöku eða áfengisneyslu. Fífillmjólk er gott að bera á vörtur og líkþorn.



**Vallhumall** vex um allt land, til dæmis í þurrum brekkum og vallendi. Hann á að tína fyrri hluta sumars og eru bæði blóm og blöð nýtt.

Vallhumall er meðal annars æðavíkkandi og lækkar blóðþrýsting. Einnig er jurtin svitadrífandi og róandi og kemur reglu á tíðir. Vallhumall er einnig græðandi sé hann notaður útvortis.

Vallhumalste er gott við kvefi og flensu. Einnig við verkjum í legi og ýmsum einkennum sem fylgja tíðahvörfum.

**Birki** má finna um allt land. Best er að safna birki að vori en nýta má blöð birkisins, birkinn af yngstu greinunum og safann en honum þarf að ná skömmu fyrir laufgun og gæta þess að særa tréð sem minnst.

Birki er meðal annars þvagdrífandi, bólgueyðandi og svitadrífandi.

Birki er aðallega notað við gigt og er mjög styrkjandi fyrir nýrun. Einnig má nota það við exemi. Birki má nota í te og sömuleiðis mjá sjóða smyrsl úr laufi þess og berki.



**Blóðberg** vex um allt land. Blóðberg má tína allt sumarið og er öll jurtin í blóma nýtt að undanskilinni rötinni.

Blóðberg losar meðal annars um slím í öndunarfærum og eyðir vindverkjum.

Blóðberg er mest notað gegn flensu og kvefi en það er einnig gott við ýmsum meltingarsjúkdómum. Best er að drekka sterkt te af blóðbergi oft á dag í fáeina daga í senn.



**Klíoelfting** er algeng um allt land. Hún vex í mölendi og skógum. Elftingu á að tína á vori og er öll jurtin utan rötunnar nýtt.

Elfting stöðvar meðal annars blæðingar og er styrkjandi og nærandi fyrir lungu og nýru. Hún hjálpar líkamanum að losa sig við eiturefni og hún styrkir ónæmiskerfið.

Jurtin er notuð bæði innvortis sem og í bakstra. Hún þykir góð gegn flensum og sjúkdómum í nýrum og þvagfærum. Einnig þykir hún styrkja líffæri í grindarholi kvenna, vegna styrkjandi eiginleika sinna.



**Mariustakkur** er algengur um allt land. Best er að tína hann fyrri hluta sumars en hægt er að tína hann allt sumarið, meðan blöðin eru fersk og heil, því það eru laufblöðin sem eru notuð.

Mariustakkur er meðal annars styrkjandi fyrir legið og kemur reglu á blæðingar. Einnig styrkir hann meltingarfæri.

Mariustakkur er fyrst og fremst jurt fyrir konur. Hann stillir blæðingar, bæði of miklar blæðingar og milliblaðingar.



**BÓNUS BÓNUS BÓNUS BÓNUS**



**898**

ALI GRÍSASNITSEL 898 kr./kg.



**898**

ALI GRÍSAGÚLLAS 898 kr./kg.



**498**

G.V GRÍSAHAKK 498 kr./kg.

**FERSKUR KJÚKLINGUR**



**1498**

BÓNUS FERSKAR KJÚKLINGABRINGUR  
MERKT VERÐ 1998 25% AFSLÁTTUR 1498 kr./kg.



**1598**

BÓNUS FERSKAR KJÚKLÍNGALUNDIR  
MERKT VERÐ 1998 20% AFSLÁTTUR 1598 kr./kg.



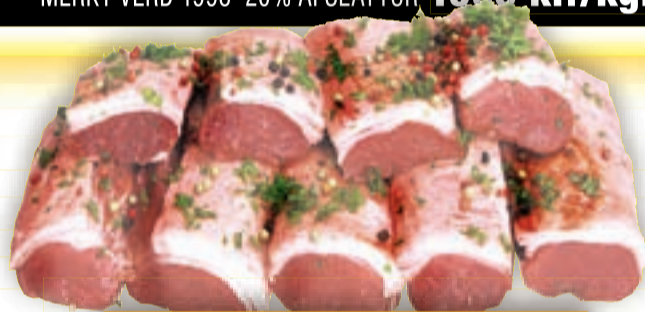
**798**

G.V GRÍSAKÓTILETTUR 798 kr./kg.



**198**

BÓNUS KORNKUBBAR  
4 STK. BÁÐAR TEG 198 kr.



K.S FERSKT  
LAMBAFILLET  
2698 kr./kg.



**298**

BÓNUS KLEINUR  
15 STK. 298 kr.



**159**

BÓNUS KORNBRAUÐ 1 KG 159 kr.



K.S LAMBALÆRI OG  
LAMBHRYGGUR  
Í SNEIÐUM 1359 kr./kg.



**198**

BÓNUS MJÚKAR KRINGLUR  
4 STK 198 kr.



**289**

FERSKJUR 1 KG 289 kr.

**199**

SPERGILKÁL 199 kr/kg

**129**

MELÓNUR GULAR 129 kr/kg

**289**

NEKTARÍNUR 1 KG 289 kr.

**159**

EPLI RAUÐ 159 kr/kg

**BÓNUS** BÝÐUR BETUR



OPIÐ: LAUGARD: 10:00-18:00 SUNNUD: 12:00-18:00





SVANUR VILBERGSSON Myndi aldrei reyna að spila lag eftir Michael Jackson.

FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN.

## Of sjóveikur til að spila á gítar

Svanur Vilbergsson gítarleikari segir stutt til allra átta á Djúpavogi og þar myndi hann vilja búa ef hann flytti frá Amsterdam. Hann heldur stofutónleika á Gljúfrasteini á morgun.

### ÞRIÐJA GRÁÐAN

**FULLT NAFN:** Svanur Davíð Vilbergsson

**FÆÐINGARÁR:** 1981

**LÍFIÐ Í HNOTSKURN:** Ég er upp-alinn á Stöðvarfirði en lærði tónlist í Englandi, á Spáni og í Hollandi. Starfa sem klassískur gítarleikari, bý í Amsterdam en hef meðal annars spilað í Boston, Seattle, Amsterdam og London og svo auðvitað á Íslandi.

Hvenær varstu hamingjusamastur? Núna.

Ef þú værir ekki gítarleikari, hvað myndirðu þá vilja vera? Píanóleikari. Sex strengir eru stundum ekki nóg.

Hvert er uppáhaldstónskáldið þitt? Mateu Malondra Flaquer. Eitt besta tónskáld Spánar.

Hvað er það versta sem hefur verið sagt við þig? Reyni að gleyma því, með ágætum árangri.

Ef þú byggir ekki í Amsterdam hvar myndirðu vilja búa? Á Djúpavogi. Þar er svo stutt til allra átta.

Draumahelgin þín? Barcelona. Kíkja á eitt eða tvö listasöfn, fá sér kaldan bjór og tapas, siesta, á tónleika og svo út að borða.

Ef þú ættir að spila Jackson-lag,

hvaða lag yrði fyrir valinu og af hverju? Myndi aldrei reyna það.

Hvert er versta starf sem þú hefur unnið? Reyndi einu sinni að vinna á togara en var sjóveikur allan tímann. Það var erfitt að æfa sig á gítarinn í svoleiðis fíling.

Uppáhaldsstaðurinn þinn í heiminum? Erfitt að segja. Var nýlega í Berlín og féll alveg fyrir þeirri borg. Annars er Stöðvarfjörður alltaf flottastur.

Ef þú ættir tímavél, hvert myndirðu vilja fara og af hverju? Myndi bara geyma hana inni í stofu og strjúka henni annað slagið.

Hvenær fékkstu síðast hláturskast? Þegar ég horfði á Ricky Gervais Politics-uppistandið.

Bók eða bíómynd? Bók.

Hollendingarnir Cees Nooteboom og Geert Mak í uppáhaldi núna.

Hvað er best við Ísland? Náttúran.

En verst? Kuldinn.

Hvaða eitt atriði myndi fullkoma lífsgæði þín? Friður á jörð og allt það.

Hvaða lag á að spila í jarðarförinni þinni? Stöð í Stöð.

Hvað er næst á dagskrá? Einleikstónleikar á Gljúfrasteini sunnudaginn 12. júlí kl. 16.00. Sama dag kl. 20.00 spila ég með bandaríska píanóleikaranum Shu-ann Chai í Húsinu á Eyrarbakka. Síðan held ég til Mallorca á Spáni og held tónleika þar og tek mér smá frí til að skoða eyjuna og drekka í mig sólna.

sigridur@frettabladid.is

## MÆLISTIKAN

### ■ Á uppleið

**Afskriftir** Björgólfsfeðgar fá niðurfellda milljarða og við hin biðum spennu eftir að fá helmingssafslátt á lánunum okkar. Það hlýtur að koma að því bráðum.



**Sykrað gos** Við þurfum alla þá orku sem við getum náð í og því er málið að drekka sykrað gos en eltast ekki við sykurskert sull. Það er bara bull.

**Tjöld** Tjöld eru réttu græjurnar fyrir árið 2009 en fellihýsi svo 2007. Það er bara halló að teppa hálf tjaldstæðið með ofvöxnu fellihýsi eða risavöxnum húsbl.



**Esjan** Þetta fallega fjall sem gnæfir yfir höfuðborginni er eitt besta útivistarsvæðið sem hægt er að komast í tæri við á höfuðborgarsvæðinu. Ekki skemmir fyrir að fjallganga er bæði ódýr líkamsrækt og holl fyrir sálarlífið. Og er það ekki einmitt það sem þjóðin þarf?

### ■ Á niðurleið



**Tvíhöfði** Voru frá-bærir í minningunni en hafa ekki elst vel. Gammlir aðdáendur ættu að forðast að hlusta á nýju plötuna þeirra, það fellir bara goðin af stallinum.

**Dýrar veiðigræjur** Partið er búið eins og allir vita. Það er miklu meira kúl að standa á árbakkanum með veiðistöng úr Europris og ánamaðk úr garðinum en dýra merkjavöru.



**Pepsi-deildin** Á þetta að vera eitthvað djök? FH-ingar eru komnir langleiðina með að klára deildina, eru með tólf stiga forrystu og næstu leikir snúast um hvort Hafnarfjarðarliðið slái einhver stigamet. Önnur lið þurfa að girða sig í brók.

**Facebook** Vefsíðan er að útrýma hugtakinu „besti vinur“ enda eiga margir vel á annað hundrað, ef ekki þúsund, vini. Þá hefur síðan reynst gróðrastia fyrir netniðinga og hún hefur orskað sambandsslit. Vonandi er tími bréfaskrifta að renna upp aftur.

facebook



410 4000 | landsbankinn.is



AUKAKRÓNUR

## 2 iPod Shuffle á ári fyrir Aukakrónur

Þú getur keypt þér tvo iPod Shuffle á ári í **Apple-búðinni** fyrir Aukakrónurnar sem safnast þegar þú notar A-kortið þitt – eða eitthvað annað sem þig langar í hjá samstarfsaðilum Aukakróna.\*

Sæktu um A-kort á [www.aukakronur.is](http://www.aukakronur.is)

\* M.v. 150 þúsund kr. innlenda verslun á mánuði, þ.a. 1/3 hjá samstarfsaðilum. Sjá nánar á [www.aukakronur.is](http://www.aukakronur.is).



A-kortin  
Kreditkort sem safna Aukakrónum fyrir þig





## GAMAN Í GARÐINUM

Fyrirtækið Jiande Chenyi Leisure Products hannar sköndnar rólur.

SÍÐA 5



## TÍMABÆRT AÐ SNYRTA

Sumarið er tilvalinn tími til að snyrta og klippa runna.

SÍÐA 4



FRÉTTABLAÐIÐ

● LIST  
HLEGIÐ AÐ KREPPUNNI  
● HEIMILI  
STÉTTAR OG STEINABEÐ  
● SZCZEPAN PAWLUSZEK  
METHAFI Í SVIFVÆNGJAFLUGI

Yfir 30 gerðir  
vandaðra grilla  
frá Þýskalandi

**Grillbúðin**  
www.grillbudin.is

Hlíðasmára 13, Kóp - S. 554 0400



Opið laugardag til kl. 14





**SUMAR**  
SÓLVEIG GÍSLADÓTTIR

## Undir tjaldhimni

Sumarið hefur misjafna þýðingu í hugum fólks. Fyrir sumum er sumarið göngutúr í miðbæ Reykjavíkur. Fyrir sumum er sumarið sólarlandaferð til Tenerife þar sem flatmagað er á ströndinni.

Fyrir mörgum er sumarið hins vegar tími tjaldferðalaga. Langflestir eiga minningar af fjölskylduferðum í íslenskri náttúru þar sem kvaklónnar og brestir hrossagauksins vaggja börnum sem fullorðnum í svefn. Þar liggur öll fjölskylda þétt í einu fleti og hrotur pabba gamla halda vöku fyrir unglíngnum sem nauðugur viljugur var teymdur með í ferðina. Við slíka upprifjun vakna minningar um gott nesti og kakó á brúsa, jafnvel af flatkökum og kókómjólk í íslenskum móa.

Það taldist nokkuð eðlilegt að fimm manna fjölskylda hæfist við í litlu kúlutjaldi á níunda áratugnum en það þykir ekki bjóðandi í dag.

En rómantísk minning um fuglasöng og ferskan gróðurilm nær þó ekki að breiða yfir það hve langt maðurinn er í raun kominn frá náttúrunni. Því til staðfestingar má benda á bakeymsli þeirra sem sofa á þunnri dýnu á harðri jörðinni, svefnleysi vegna tákulda og hálsríg vegna þess að lopapeysan var notuð í stað kotta.

Því er kannski ekki að furða að tjaldferðamenningin hafi breyst mjög mikið á síðustu árum. Það taldist nokkuð eðlilegt á níunda áratugnum að fimm manna fjölskylda hefðist við í litlu kúlutjaldi en það þykir ekki bjóðandi í dag.

Nú virðist útilegubúnaður þróast samhliða aldri. Unglingar og ungmennti gera sér hefðbundnu tjöldin að góðu enda eru þau handhægust á útihátíðum. Velja þau jafnvel ódýrustu tjöldin svo ekki hljóttist mikið fjárhagslegt tjón ef þau fjúka burt eða brenna.

Fjölskyldufólk kys heldur að leggja aðeins meiri kostnað í tjöldin enda hægt að fá tjöld í öllum stærðum og gerðum, jafnvel risastór tjöld með nokkrum herbergjum og jafnvel álum.

Næsta stig í þróuninni er tjaldvagninn. Hann er hentugur fyrir unga foreldra sem nenna ekki lengur að liggja á jörðinni og þykir óþægilegt að geta ekki staðið uppréttir í tjaldinu.

Svo eru það fellihýsin sem bjóða enn meiri þægindi, en efsta stig útilegumenningarinnar finnst í hjólhýsum og húsbílum. Þar er maðurinn sannarlega kominn eins langt frá uppruna sínum og kostur er en getur samt sem áður sagst vera í útilegu.



● **Forsíðumynd:** Valgarð Gíslason **Útgáfufélag:** 365 miðlar ehf., Skaftahlíð 24, 105 Reykjavík, s. 512 5000 **Ritstjórn:** Roald Eyvindsson roald@frettabladid.is og Sólveig Gísladóttir solveig@frettabladid.is **Auglýsingar:** Hlynur Þór Steingrímsson s. 512 5439 og Sigríður Dagný Sigurbjörnsdóttir s. 512 5462 **Útlitshönnuður:** Kristín Agnarsdóttir kristina@frettabladid.is



● **ÞÆGILEGT OG FLOTT** Fyrirtækið G.H. Design sérhæfir sig í alls kyns lausnum fyrir garða. Áherslan er oft á einfalda og skemmtilega hluti eins og þessi bekkur er til vitnis um. Hann er hannaður af Nancy Favier og upphaflega hugsaður fyrir nútímalegt sundlaugarsvæði í Kaliforníu. Hins vegar þykir sýnt að bekkurinn henti í nánast hvaða garð sem er, jafnvel í stofuna ef því er að skipta.

## Frjáls eins og fuglinn

● Pólverjinn Szczepan Pawluszek, sem býr á Íslandi, hefur einungis stundað svifvængjaflug í nokkra mánuði en hefur nú þegar slegið Íslandsmetið í lengsta svifvængjaflugi.

„Ég fór í fyrsta skipti í nokkurra tíma svifvængjaflug í Póllandi á síðasta ári en byrjaði fyrir alvöru í mars,“ segir svifvængjaflugmaðurinn Szczepan Pawluszek, sem Íslendingar kalla Stebba. „Með vorinu hef ég flogið meira þó að þetta sé aðallega stundað á sumrin.“

Stebbi segir að svifvængjaflug hafi verið draumur síðan hann var ungur. „Þegar ég var lítill langaði mig að prófa því oft var flogið yfir bænum mínum. Ég fór upp á lítið fjall nálægt bænum og fylgdist með og fannst það spennandi.“

Stebbi sló Íslandsmetið í lengsta svifvængjaflugi fyrir stuttu. Flug hann 75 kílómetra frá Herdísarvík til Geysis en fyrra metið var rúmlega 50 kílómetrar. „Ég vissi ekki að ég hefði slegið metið og varð hissa,“ segir Stebbi hlæjandi en flugið tók um fjóra tíma.

Stebbi er beðinn um að lýsa leið sinni sem hófst í Herdísarvík. „Ég fór yfir veginn sem liggur að Þorlákshöfn og ég sá að bílar stoppuðu og fylgdust með mér. Svo fór ég að Hengli en þar vonaðist ég til að fá hitauppstreymi og var heppinn,“ útskýrir Stebbi og segir að hann hafi vítað eftir gönguferð um Hengil að þar væri jarðhiti og gufa sem hann gæti nýtt á ferðinni.

Næst lá leið Stebba að Þingvallavatni. „Ég var að hugsa um að fara beint yfir vatnið en var hræddur við það og fór því hægra megin við miðju. Það var skemmtileg reynsla og blátt vatnið lítur allt öðruvísi út úr lofti,“ segir hann.

„Ég var hræddastur við að lenda í hrauni,“ upplýsir Stebbi sem fór frá Þingvallavatni í áttina að Geysi. „Ég lenti að lokum hjá sumarhúsi þar sem krakkar



Stebbi segir að svifvængjaflug sé aðallega stundað á sumrin á Íslandi en þó fari hann og þeir allra hörðustu á veturna líka. FRÉTTABLAÐIÐ/ARNÞÓR

sátu í heitum potti. Þau hoppuðu úr vatninu, komu til mín og spurðu hvaðan ég kæmi og ég svaraði að ég kæmi af himnum ofan,“ segir Stebbi sem komst til baka í Herdísarvík á puttanum.

Hvernig er tilfinningin að svífa um loftin blá? „Maður er frjáls eins og fuglinn. Mér finnst þetta snúast um ánægjuna við að fljúga og sjá fallega, íslenska landslagið frá öðru sjónarhorni.“ -mmf

# FRÉTTABLAÐIÐ ÞITT Á NETINU

EINFALT, ÞÆGILEGT OG ALLTAF TIL TAKS



FRÉTTABLAÐIÐ

FRÉTTABLAÐIÐ ÞITT Á VISIR.IS



# ego dekor

Leðursófasett 503  
Fáanlegt í svörtu leðri  
3ja sæta

Verð: 159.000,-

Stóll  
Verð: 78.000,-



ROMEO leðurtungusófi  
Stærð: 285X165  
Fáanlegur í svörtu leðri

Verð: 289.000,-



ARAN leðurtungusófi  
Fáanlegur í svörtu leðri  
Stærð: 275X175

Verð: 235.000,-



VISION leðursófasett  
Fáanlegt í svörtu og hvítu leðri  
3ja sæta

Verð: 169.000,-

Stóll  
Verð: 85.000,-



## MIKIÐ ÚRVAL AF FALLEGUM SÓFUM

COMFORT sófasett

2ja sæta

-20%

Verð áður:

112.000,-

Verð nú:

89.600,-

3ja sæta

Verð áður:

123.000,-

Verð nú:

98.400,-



ROCKPORT  
tungusófi

Fáanlegur í 2 litum  
Stærð: 320X165

Verð áður:

249.000,-

Verð nú:

199.200,-



-20%



MOON tungusófi

Stærð: 295cmX162cm  
Eingöngu fáanlegur  
í ljósum lit

Verð áður:

215.000,-

Verð nú:

172.000,-



EAST COAST  
tungusófi

Fáanlegur í 2 litum  
Stærð: 260X180

Verð:

187.000,-

LUND tungusófi

Stærð: 232X160

Verð:

158.000,-



MORRIS tungusófi

Stærð: 260cmX180cm

Microfiber áklæði

Fáanlegur í tveimur litum

Verð áður: 209.000,-

Verð nú:

156.750,-



-25%





Hvít, norsk mól frá Malbikunarstöðinni prýðir beðin í þessum garði. Háu plönturnar í þeim eru hengibaunatré.

MYND/GARÐASMÍÐI



Harðviðarpallur og Óðals hleðslusteinar setja svip á þennan garð. Einir og kvistar eru í beðunum í kring um pottinn.

MYND/GARÐASMÍÐI



Hleðslusteinn hlaðinn í boga utan um grasflöt og runna.

MYND/GARÐASMÍÐI

## Flestir vilja vera úti á palli

• Mikil vinna felst í að móta nýja garða og koma upp þeim mannvirkjum sem henta.

Aron Björn Arason skrudgarðyrkjufraeðingur er í óða önn að ganga frá stétt og steinabeði í vesturbæ Reykjavíkur. Hann kveðst hafa byrjað í garðyrkju fyrir fimmtán árum og segir tískuna hafa breyst talsvert síðan. „Fólk aðhyllist æ meira viðhaldsfría garða. Það vill stórar plöntur, timburpalla og steinlagðar stéttar þannig að garðurinn verði skjólsæll og hentugur til útivistar,“ lýsir hann.

Aron stofnaði Garðasmíði árið 2003 með Ólafi bróður sínum. „Við gerum það sem fólk vill og göngum frá garðinum frá A til Ö. Sinnum aðallega uppbyggingu á gördum en ekki viðhaldi. Þó kemur fyrir að við fáum garða í örækt og gerum þá eins og nýja,“ segir Aron og kveðst vinna ýmist eftir teikningum arkitekta eða út frá hugmyndum garðeigendanna. „Verkefnið eru langmest í heimgörðum enda er fjölbreyttasta og skemmtilegasta vinnan þar.“

Mikið hefur verið talað um áhuga almennings á matjurtarækt á þessu vori en Aron kannast ekkert við hann. „Það hefur enginn talað um matjurtir við mig frá því að ég byrjaði í þessu fagi nema Jói Fel,“ segir Aron Björn skrudgarðyrkjufraeðingur.



„Það hefur enginn talað um matjurtarækt við mig frá því að ég byrjaði í þessu fagi nema Jói Fel,“ segir Aron Björn skrudgarðyrkjufraeðingur.

FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

rækt á þessu vori en Aron kannast ekkert við hann. „Það hefur enginn talað um matjurtir við mig frá því að ég byrjaði í þessu fagi nema Jói Fel,“ segir hann og kveðst aðspurður aldrei hafa potað niður kartöflum. „Flestir vilja bara vera úti á palli og

slappa af. Aðrir eru viljugri, rækta hin ólíkustu blóm og hafa stórar flatir að slá,“ segir Aron sem viðurkennir að dregið hafi úr verkefnum frá því í fyrra og hittið fyrra. „Við höfum þurft að fækka fólki en erum fjórir núna og gengur vel.“

-gun

## ENSKA ÁN ERFIÐIS

Frábær leið til þess að læra ensku þegar þér hentar, hvar sem þú ert Heima, í sumarbústaðnum eða í bílnum



**Hlusta:** Nám á 18 geisladiskum með enskum og íslenskum kennurum. Nemandinn hlustar á geisladiskana og nýtir þannig heyrnaminni sitt.



**Tala:** Nemandinn les upphátt með kennurum og leiðréttir þannig framburð sinn, jafnframt nýtir hann tilfinningaminni sitt og færni í að tala ensku.



**Les:** Vinnubók með ensku og íslensku textunum hlið við hlið. Nemandinn nýtir þannig sjónminni sitt og tengir jafnframt við eldri námsaðferðir.



**Aðstoð:** Nemandinn getur haft samskipti við kennara símeiðis eða með tölvupósti

\* Námskeiðið hefur reynst mjög vel fyrir nemendur eldri en 25 ára.

Nánari upplýsingar í síma 540-8400 eða 820-3799

**T**ungumál.is

## Góður tími til að snyrta

Ýmsir blómrunnar, á borð við syrenur, eru um þessar mundir að ljúka blómgun. Hafsteinn Hafliðason, garðyrkjufraeðingur í Garðyrkjufélagi Íslands, segir þetta því tilvalinn tíma til að snyrta og klippa runnana. Þá vaxi nýir sprotar seinnipart sumars sem ná að þroska blómvísa fyrir haustið og blómgist svo næsta ár.

Hafsteinn skrifar um klippingu runna á vef Garðyrkjufélagsins, [www.gardurinn.is](http://www.gardurinn.is). „Klipptu framan við sprota sem leita upp og út frá runnunum. Þá halda þeir nokkuð náttúrulegu formi.“

Þar segir Hafsteinn einnig að gott sé að grísa mjög þetta runna á vorin eða veturna áður en þeir lafgist, þá sjáist form runnanna betur.

Sumir halda að ekki megi klippa tré á sumrin. Það er rangt. Sumarklipping trjáa er, að sögn Hafsteins, hið besta mál. „Þá er vöxturinn mestur í gróðrinum og öll sár lækna og lokast fyrr og betur en þegar einungis vetrarklippingu er beitt,“ segir hann.



Sýrena í blóma.

FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

-sg





GEYMDU  
PETTA  
EINTAK

VÍMULAUS ÆSKA/FORELDRAHÚS ER Á BAKVIÐ BORGARTÚN 6 Í REYKJAVÍK  
OPÍÐ VIRKA DAGA 09-16 SÍMI 511 6161 FORELDRASÍMIN 581 1799 - opinn allan sólarhringinn

FRÉTTABRÉF VÍMULAUSRAR ÆSKU OG FORELDRAHÚSS 23. árg. 1. tbl. 2009 | 11. júlí 2009 | Útgefandi: Vímulaus æska/Foreldrahús | Borgartúni 6 105 Reykjavík | Ritstj./ábm. Elísa Wíum | Dreifing með Fréttablaðinu

## Ráð til foreldra

Foreldrar eru mikilvægir í forvörnum og reynast vera þeir sem mest áhrif hafa á velferð barna sinna, einkum þegar eitthvað bjátar á. Til að styðja foreldra og styrkja í upplýsingum hefur Vímulaus æska í mörg ár miðlað upplýsingum og ráðum til foreldra á tímamótum eins og yfir sumartímann og um verslunarmannahelgar. Þótt ekki séu til nein töfraráð til að fyrirbyggja vímuefnaneyslu geta ráð sem þessi styrkt sjálfstraust foreldra og ábyrgð þeirra í forvörnum.

### Hafðu skoðun

Taktu þátt í lífi unglingsins með það í huga að hann þarfnast hæfilegs aga og aðhalds í stað „afskiptaleyfis“. Hvættu barnið þitt og sýndu áhuga á jákvæðum viðfangsefnum.

### Ekki kaupa áfengi

Unglingur þarfnast ekki vímunnar. Sá sem kaupir áfengi fyrir barnið sitt stuðlar að tvennu: a) gerir vímunu eftirsóknarverða og b) gefur barninu til kynna að foreldri sé sátt við neysluna.

### Sýndu áhuga

Unglingur þarf athygli foreldris, sérstaklega á sumrin þegar skólinn veitir ekki lengur aðhald. Áhugi þinn á „sumarfrii“ barnsins getur skipt sköpum í forvörnum.

### Vertu vakandi

Ef unglingur er byrjaður að neyta áfengis á grunnskólaaldri verður foreldri að beita festu og miklu aðhaldi í upplýsingum eigi neyslan ekki að valda óbætanlegum skaða.

### Leitaðu ráða

Ef einhver minnsti grunur er um vímuefnaneyslu barns eiga foreldrar án tafar að leita ráðgjafar hjá fagaðila – líf barnsins er í húfi.



Aðalstyrktaraðili  
Vímulausrar Æsku



# VERA Nýtt úrræði í Foreldrahúsi

Það var í ársbyrjun 2009 sem Vímulaus æska/Foreldrahús og félagsmálaráðuneytið hófu undirbúning að nýju úrræði fyrir börn í áhættuhópum og fjölskyldur þeirra. Úrræði fékk nafnið VERA (Virðing Efling, Reynsla, Auður) og er auk þess unnið í samstarfi við barnaverndir í landinu.

## FYRIR HVERJA?

V.E.R.A. er fyrir börn og unglunga frá aldrinum 6 - 18 ára með áhættuhegðun; einstaklingar sem eiga við hegðunarferðileika að stríða sem og tilfinningalega vanlíðan og þurfa mikinn stuðning.

## MARKMIÐ

Áhættuhegðun getur haft skaðlegar afleiðingar í för með sér fyrir einstaklinginn og hans nánasta umhverfi. Með því að grípa inn í þetta ferli, og veita þann stuðning, aðhald og ráðgjöf sem einstaklingurinn þarf á að halda, er markmiðið að koma í veg fyrir frekari skaða og bæta lífsgæði hans og fjölskyldu.

## MEDFERÐARFERLI

Úrræðið getur staðið í allt að 7 mánuði og fer alveg eftir þörfum hvers einstaklings fyrir sig. Meðferðin fer einnig fram yfir sumarmánuðina. Megináhersla úrræðisins er að vinna eftir þörfum einstaklingsins og prógrammið er sett upp út frá þeim forsendum, þ.a.s. einkaviðtöl, foreldraviðtöl og/eða fjölskylduviðtöl eftir þörfum.

## Hópastarf:

Hópastarfið fer fram einu sinni í viku sem samanstendur af 6-8 einstaklingum. Ráðað er í hóp eftir aldri, kyni og þörfum hvers og eins. Í hópastarfinu er einnig boðið uppá skapandi vinnu eins og tónlist, myndlist og leiklist.

## Foreldrastarf:

Foreldrahópar verða reglulega.

## Fjölskyldukvöld:

Einu sinni í mánuði mæta saman

foreldrar og systkini í leik og skemmtun.

## Vettvangsferðir:

Farið verður í reglulegar vettvangsferðir.

## FYRIRKOMULAG

### Tilvísanir:

Frá skólum, barnaverndarnefnum, heilsugæslum, félagsþjónustum í Reykjavík og öðrum sveitafélögum og einnig frá foreldrum.

## UMSÓKNIR

Umsóknir þurfa að berast til Foreldrahúss í gegnum síma 5116161 eða 5116163 og einnig gegnum tölvupóst: jorunn@vimulaus.is.

## INNTÖKUFERLI

Einstaklingurinn og forráðamenn eru boðaðir í forviðtöl þar úrræðið er kynnt og fengnar eru upplýsingar um aðstæður. Í framhaldi fær einstaklingurinn að taka ákvörðun um þátttöku. Þegar ákvörðunin hefur verið tekin er í sameiningu sett upp einstaklingsmiðuð markmið í formi skriflegs meðferðarsamnings. Þessi samningur er undirritaður af öllum aðilum sem koma að og er endurskoðaður reglulega.

## LEIÐBEINENDUR

Framkvæmd V.E.R.U. er í höndum Hrafnísis Teklu Pétursdóttur sálfræðings og Elísabetar Lorange listmeðferðarfræðings.

Hrafnísis Tekla útskrifaðist með Dipl.-Psych í klínískri sálfræði frá Þýskalandi. Hún hefur unnið um áraraðir að meðferðarmálum unglunga sem og ráðgjöf fyrir fjölskyldur og haldið ýmis konar námskeið.

Elísabet útskrifaðist með M.A. í listmeðferð frá Englandi. Hún hefur unnið í fjölda ára með börnum og unglingum bæði í hópa- og einstaklingsmeðferðum.



Elísabetar Lorange,  
listmeðferðarfræðingur



Hrafnísis Tekla Pétursdóttir,  
sálfræðingur

## „Aðsókn frammar vonum“

„Verkefnið fer mjög vel af stað og frammar vonum hvað varðar aðsókn. Í apríl fór fram undirbúningur og forviðtöl við þá sem sóttu strax um pláss í VERA. Þegar höfðu borist u.þ.b. 20 umsóknir. Í maí heldu forviðtöl áfram og einnig einkaviðtöl við þá sem voru komnir inn í úrræðið. Í júní hófust síðan regluleg viðtöl við einstaklinga, foreldra, fjölskyldur sem og vikulegt hópastarf“ segir Elísabet Lorange listmeðferðarfræðingur, sem er annar verkefnastjóri VERA ásamt Hrafnísi Teklu sálfræðingi.

„Núna eru 20 einstaklingar á biðlista í VERA en þeir sem þegar eru þátttakendur í úrræðinu eru 28 talsins, 18 strákar og 10 stúlkur á aldrinu 7 til 16 ára. Hjá okkur eru einstaklingar sem hafa fengið greiningar vegna ADHD, ADD, kvíða og þunglyndis. Einnig er nokkuð um þætti eins og félagsfælni, tölvufíkn og erfiðar heimilisadstæður vegna samskipta og neyslu vímuefna. Tilvísanir hafa aðallega komið

frá foreldrum en þó einnig frá sálfræðingum, læknum og félagsþjónustum og skólum.“

„Viðtöl hafa farið fram vikulega fyrir hvern einstakling og hafa foreldrar einnig nýtt sér að koma í einka-viðtöl. Einnig hafa verið fjölskyldu-viðtöl þar sem einstaklingurinn hefur óskað eftir að fá foreldri/ foreldra og þá hefur aðallega verið að vinna með samskipti á heimili.

Hópastarf í VERA hófst 8. júní sl. en hóparnir eru fjórir talsins. Á mánudögum er yngsti hópurinn en í þeim hópi eru stúlkur og strákar á aldrinum 7-10 ára, alls 8 einstaklingar. Elísabet Lorange listmeðferðarfræðingur sér um þennan hóp. Á mánudögum er elsti hópurinn en í þeim hópi eru 5 strákar á aldrinum 15-16 ára en ég sé um að leiða starfið í hópnum. Á þriðjudögum eru 2 miðhópar en í þeim eru stúlkur og strákar á aldrinum 11-14 ára, alls 15 einstaklingar. Elísabet, ég og 2 aðrir ráðgjafar sjá um hópana“ sagði Hrafnísis Tekla að lokum.





Guðni Björnsson, forvarnaráðgjafi ICPS:

# VÍMULAUS ÆSKA – þátttaka í forvarnastarfi á Íslandi í 23 ár

**V**ímulaus æska, foreldra-samtök, voru stofnuð árið 1986. Aukin neysla fíkniefna barna, allt niður í 12 ára, varð m.a. kvefjan af því að nokkrir foreldrar tóku sig saman um að stofna þessi samtök foreldra fyrir foreldra. Frá stofnun lögðu samtökin áherslu á forvarnastarf meðal foreldra og frá 1987 - 1993 fylgdu samtökin þeirri vinnu eftir með því að halda fræðslufundi í foreldrafélögum um land allt undir kjörorðunum „vímularnir hefjast heima“ og „vímulaus grunnskóli“. Á þessum tíma buðu samtökin einnig upp á fræðslu í skólum og átta síðan frumkvæðið að því ásamt

- að virkja sveitarfélög, stofnanir og samtök í heildræna forvarnavinnu;
- að stöðva landaframleiðslu og sölu til unglunga;
- að vekja athygli á útivistarreglum sem til voru í landinu og virkja þær sem tæki foreldra í uppeldismálum;
- að stöðva ásókn ungmenna undir lögaldri á útihátíðir.

Í mjög stuttu máli heppnaðist þetta átak mjög vel og vakti samfélagið til vitundar um ábyrgðina sem hver og einn hefur þegar kemur að vímuvörnum;

- Yfir 80 samtök, stofnanir, sveitarfélög og fleiri tóku

Á erfiðleikatímum sem nú eru skiptir því höfumáli að reynsla og styrkur sam-takanna komi að sem mestu gagni þegar þrengist um málefni barna og unglunga

- Heimilin virkjuð og hvött, fjölskyldan saman;
- Heildstæðar forvarnir sveitarfélaga, stofnana, samtaka, skóla og heimila;
- Útivist barna og lög um barnavernd sett í brennidepil og aukin aðstoð við börn í vanda;



## Átakshópurinn 1994

Yfir 80 samtök, stofnanir, sveitarfélög og fleiri tóku höndum saman árið 1994

Landasalan lagðist alveg af á 3 mánuðum

Lögreglustjórar hófu meira eftirlit með útihátíðum og löfgaldri

Sveitarfélög og lögregla fóru að kynna útivistarreglur með sérstökum auglýsingum

Samræming forvarnastarfs í sveitarfélögum varð meira áberandi

- höndum saman;
- Landasalan lagðist alveg af á 3 mánuðum;
- Lögreglustjórar hófu meira eftirlit með útihátíðum og löfgaldri;
- Sveitarfélög og lögregla fóru að kynna útivistarreglur með sérstökum auglýsingum;
- Samræming forvarnastarfs í sveitarfélögum varð meira áberandi.

## SAMRÆMDAR AÐGERÐIR SAMTAKA OG STJÓRNVALDA

Árið 1995 var e-pillan komin inná íslenskan vímuefnamarkað en Vímulaus æska hafði varað við þeim faraldri árið áður með litlum undirtektum en e-pilla var vel þekkt í nágrannalöndunum árið á undan. Þegar svíplegt dauðsfall unglings varð af neyslu e-pillu tóku margir við sér og forvarnaverkefni urðu fleiri og stærri en nokkrum sinnum fyrir. Stjórnvöld blésu til sóknar í forvörnum á þessu ári og skiluð m.a. ráðuneytin af sér hugmyndum um verkefnaframlag þeirra til vímuvarna. M.a. samdi heilbrigðisráðuneytið við SÁÁ um verkefnið „heildstæðar forvarnir í sveitarfélögum“ og menntamálaráðuneytið við FRÆ um „forvarnir í framhaldsskólum“. Stærsta verkefnið sem kom útúr þessu samfélagsástandi er tvímælalaust verkefni Reykjavíkurborgar og ECAD (European Citys Against Drug) og hét „Ísland án eiturlyfja 2002“.

Næstu árin eftir 1997 var haldið áfram í forvarnastarfi á Íslandi með sömu áherslum og markaðar höfðu verið í grasrótinni áratuginn á undan;

- Lögræðisaldurinn hækkaður úr 16 í 18 ár.

## FORELDRAHÚS – AUKIN ÞJÓNUSTA

Þar sem mikil vakning var nú komin í forvarnamálin undir lok aldarinnar fóru samtökin Vímulaus æska að leita enn nýrri leiða til að koma til móts við foreldra í vanda. Foreldrasíminn 581 1799 hafði verið opinn allan sólarhringinn frá árinu 1987 en þangað geta foreldra ennþá leitað með mál sín, en árið 1996 sameinaðist svokallaður „Foreldrahópur“ starfi samtakanna þar sem aukin áhersla var lögð á foreldra-ráðgjöf. Undir þeim formerkjum og í samstarfi við Foreldrahópin var síðan Foreldrahús opnað hjá Vímulausri æsku árið 1999 til þess að koma á festu í starfi fyrir foreldra börn og unglunga, bæði fræðslu, námskeiðshaldi og ráðgjöf.

Nú tíu árum síðar standa samtökin enn á tímamótum en möguleikar og þjónusta við fjölskyldur hefur stóru-aukist eftir að samtökin fluttu í nýtt og stærra húsnæði í Borgartúni 6. Sem fyrr eru samtökin virkur þátttakandi í forvörnum, stefnumörkun og samstarfi í vímuefnavörnum þjóðarinnar en með aukinni eftirspurn hefur ráðgjöf, námskeiðshald og hvers kyns úrræði fyrir foreldra, börn og unglunga bæst við flóruna í starfi Foreldrahúss. Á erfiðleikatímum sem nú eru skiptir því höfumáli að reynsla og styrkur samtakanna komi að sem mestu gagni þegar þrengist um málefni barna og unglunga, að foreldrar geti leitað sér aðstoðar og stuðnings áður en í óefni er komið.



## Fjölskylduráðgjöfin - opin alla daga

### Starfið í Foreldrahúsi 2008

Segja má að Fjölskylduráðgjöfin sé opin alla daga ársins allan sólarhringinn. Í Foreldrahúsi fer fram ráðgjöf fyrir foreldra og unglunga eða alla fjölskylduna en við það vinna nú faglegir ráðgjafar Vímulausrar æsku /Foreldrahúss.

Fjölskylduráðgjöfin sér um Foreldrasímann en ráðgjafar samtakanna annast um að svara símanum allan sólarhringinn. Allt árið 2008 voru yfir 4000 símtöl í Foreldrasímann en þeir sem hringdu voru yfirleitt foreldrar að leita eftir hjálp vegna neyslu barna og unglunga, týndra, veikra eða barna í neyslu eða foreldrar að biðja um hjálp fyrir sig og sína. Fjöldi símtala hefur aukist ár frá ári en á síðasta ári var töluverð aukning vegna 13 - 15 ára unglunga í vímuefnavanda.

Eingöngu mjög reyndir starfsmenn annast þessa símsvörum því oft þarf viðkomandi að þekkja vel til málaflöksins og þeirra úrræða sem eiga við í hverju máli fyrir sig. Mesta vinnan við Foreldrasímann er sjálfboðastarf en síminn hefur verið opinn hvíldarlaust frá 1986.

Flestum símtölum Foreldrasímans lýkur með því að fólk fær þær upplýsingar sem duga til stuðnings og styrkingar. Oftast var þó ákveðið að hittast í Foreldrahúsi hjá ráðgjöfum

Markmið Fjölskylduráðgjafarinnar að styðja alla fjölskylduna til heilbrigðs lífnis

samtakanna sem taka svokallað „fyrsta viðtal“ við einstaklinga, foreldra og/eða fjölskyldur. Þegar vandinn hefur verið greindur geta sérfræðingar og fagfólk í fjölskylduráðgjöf komið málinu áfram innan veggja Foreldrahúss eða vísað til viðeigandi fagaðila sem þá liggur utan starfsemi Vímu-lausrar æsku.

Árið 2008 voru yfir 500 viðtöl í Foreldrahúsi en viðtöl sem tekin eru í síma voru á sama tíma yfir 1100. Þeir sem sjá um þessi viðtöl og ráðgjöf eru 3 fagráðgjafar samtakanna og sálfræðingur í Foreldrahúsi.

Alls tóku um 100 foreldrar þátt í starfi foreldrahópa 2008 en markmið hópanna er að styðja við foreldra í gegnum ákveðin erfiðleikatímabil. Stuðningurinn felst í að foreldrar hittast í hverri viku með ráðgjafa á hópfunði þar sem foreldrar geta talað um líðan sína sagt frá stöðu sinni og/eða úrræðaleysi sem og óskað eftir aðstoð eða upplýsingum. Það er markmið Fjölskylduráðgjafarinnar að styðja alla fjölskylduna til heilbrigðs lífnis.



## Eftirmeðferð í Foreldrahús Nýr dagskrárstjóri

Eftirmeðferð í Foreldrahúsi hefur verið í breytingaferli síðustu mánuði og nú hefur Guðbjörg Erlingsdóttir verið ráðin dagskrárstjóri að þessu mikilvæga verkefni. Guðbjörg hefur mikla reynslu af meðferðarstarfi með ungu fólki, starfið hjá SÁÁ 2001-2003, ráðgjafanemi á Vogji,

Vík og göngudeild hjá Götu-smiðjunni og ráðgjafi og dagskrárstjóri þar. Árið 2005 fékk Guðbjörg réttindi frá Ráðgjafaskóla Íslands sem alþjóðlegur ráðgjafi IC&RC með ICADC viðurkenningu (international certified alcohol and drug counselor).





**GÖNGUVIKA** stendur yfir á Akureyri og í Eyjafirði fram á sunnudag. Þar eru í boði göngur bæði fyrir meðaljóninn og einnig þá sem hafa krafta í lengri og erfiðari göngur. [www.visitakureyri.is](http://www.visitakureyri.is)

# CALLT

FRÉTTABLAÐIÐ

Sölufulltrúar Jóna María Hafsteinsdóttir [jmh@365.is](mailto:jmh@365.is) 512 5473 Hugi Garðarsson [hugi@365.is](mailto:hugi@365.is) 512 5447

SEAFOLLY  
australia

Mikið úrval af Seafolly sundfatnaði í stærðum 8 - 18

MC PLANET+ Austurhrauni 3  
210 Garðabær  
S. 533 3805



Þuríður Helga í gróðurhúsi Norræna hússins þar sem rekið er kaffihúsið Kaffi Hvönn. Þar má til dæmis gæða sér á glænyjum radísu sem ræktaðar eru í Vatnsmyrinni.

FRÉTTABLAÐIÐ/STEFAN

## Reytir arfa í Skammadal

Þuríður Helga Kristjánsdóttir verkefnastjóri hjá Norræna húsinu hefur sumarfrí sitt í dag en hefur margt á þrjónunum. Helst ber að nefna matjurtarækt, slökun í gróðurhúsi og bílferð á Norðurland.

„Á laugardagsmorgun ætla ég að hefja daginn á því að búa til lummur handa dóttur minni í tilefni þess að þetta er fyrsti dagurinn í sumarfrí okkar beggja,“ segir Þuríður Helga Kristjánsdóttir, verkefnastjóri hjá Norræna húsinu og eigandi kaffihússins Tíu dropa.

Næst á helgardagskrá Þuríðar er að kíkja á matjurtagarð sem hún og systir hennar rækta í Skammadal í Mosfellssveit. „Þetta er fyrsta sumarið sem við erum með slíkan garð,“ segir hún glaðlega. Kærasti systur hennar var með slíkan garð í fyrra, sem varð til þess að Þuríður ræktar nú kartöflur, grænkál, rófur og fleira á um hundrað fermetra spildu. „Salatið sprettur svo vel að við höfum varla undan að borða það. Við höfum til dæmis tvisvar í þessari viku haft aðeins salat í matinn,“ segir hún hlæjandi. Mikið verk er fyrir höndum í dag því að sögn Þuríðar er allt á kafi í arfa.

Til að slaka á eftir átök garðyrkjustarfanna ætlar Þuríður Helga að hitta systur sínar í gróðurhúsi Norræna hússins og gæða sér á jarðarberjum, súkkulaði og kampavíni á pallinum. Gróðurhúsið er rekið sem kaffihús og ber heitið Kaffi Hvönn.

„Útsýnið er alveg frábært úr gróðurhúsinu enda sést til allra átta. Hér er útsýni yfir mýrina og Þingholtin og hægt er að fylgjast með fuglalífínu í mýrinni,“ segir Þuríður dreymin. Í Kaffi Hvönn er boðið upp á ljúffengan ís frá Holtaseli, tertur, sörur og makkarónur. Auk þess má nefna að þar fæst ýmislegt úr matjurtagarði Norræna hússins, þar sem ræktaðar eru íslenskar matjurtir og kryddplöntur.

Um kvöldið heldur Þuríður í matarboð hjá systur sinni Sólveigu. „Hún er mjög frumlegur og skemmtilegur kokkur. Þar sem hún er grænmetisæta verður

örugglega hráefni úr Skammadal á boðstólum,“ segir Þuríður og hlakkar til.

Sunnudagurinn fer að stórum hluta í bílferð norður á Akureyri en Þuríður er ætluð þaðan. „Mér finnst rosalega gaman að keyra norður. Við erum dugleg að stoppa á leiðinni og fá okkur nesti,“ segir hún. Tveir nestisstaðir eru í uppáhaldi, annar í Paradís í Borgarfirði sem er fallett rjóður í skóginum og hinn í fallettu rjóðri í Vatnsfirði sem er að finna rétt utan við þjóðveginn. Þannig reynir fjölskyldan eftir fremsta megni að komast hjá því að stoppa í yfirfullum vegasjoppum.

„Svo býst ég við nokkurs konar smáum ættarmóti á sunnudagskvöldið þegar við komum norður,“ segir Þuríður, sem ætlar að eiga góðar stundir með sínu fólki í sumarhúsi fjölskyldunnar á Hjalteyri við Eyjafjörð.

[solveig@frettabladid.is](mailto:solveig@frettabladid.is)

### Sjóræningjadagur í Viðey

Ævintýraleg fjársjóðsleit  
laugardaginn 11. júlí



Komdu út í Viðey og vertu sjóræningi í einn dag!



- Ratleikur fyrir alla fjölskylduna
- Glæsilegir vinningar í boði
- Lágmark tveir í hverju liði
- Verðlaun fyrir besta sjóræningjabúninginn
- Grillaðar pylsur og hamborgarar við Viðeyjarstofu á tilboði
- Ljúffengar kaffiveitingar í Viðeyjarstofu



Elding Hvalaskoðun Reykjavík / Viðeyjarferðir  
Sími: 555 3565 [www.elding.is](http://www.elding.is)



### Dúnmjúkar BRÚÐARGJAFIR

Gefðu íslenska hönnun

Sængurfatnaðurinn hjá Lin Design er ofinn úr bómullardamask og er því mjúkur, vandaður og sérstaklega fallegur. Yfir 30 tegundir af íslenskum sængurfatnaði til brúðargjafa.



Laugavegi 176  
Sími 533 2220  
[www.lindesign.is](http://www.lindesign.is)

Auglýsingasími  
512 5473

CALLT

VÍSIR.IS  
„...ég sá það á vísi“



# HÆLGIN

**FÓLKID OG FLÓRAN** er yfirskrift göngu sem farin verður á sunnudag í Þjóðgarðinum Snæfellsjökli. Gestir hitta landverði við Búðakirkju klukkan 14 og farið verður í auðveldla göngu að Frambúðum þar sem minjar eru um útgerð fyrri tíma. Gangan tekur um einn til tvo tíma.



**3. umferð Íslandmóts Tímstundahúsins og SBKÍ,**  
keppni fjarstýrðra bensín torfæribíla verður haldin **sunnudaginn 12. júlí** á brautasvæði SBKÍ í Gufunesi, Grafarvogi. Hægt er að skrá sig í keppni á heimasíðu [sbki.is](http://sbki.is) eða á staðnum. Frekari upplýsingar á [www.sbki.is](http://www.sbki.is)

**Hawa** Gler-rennibrautir  
Hawa Junior 80 eru glæsilegar rennibrautir fyrir 8-10-12 mm hert gler eða timburhurðir. Eigum einnig rennibrautir frá **GEZE** fyrir skápa og tréhurðir.  
Útvegum hert gler eftir máli..

**JARN&GLER** Járn & Gler ehf. - Skútuvogur 1h. Barkarvogsmegin. - 104 Reykjavík S: 58 58 900. [www.jarngler.is](http://www.jarngler.is)



Íslandsrover er félag með sex ára sögu og sumarhátíðir eru meðal fastra liða að sögn Davíðs formanns.

FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

## Rover-fjölskyldan saman

Árleg sumarhátíð félags Rover-eigenda stendur yfir í Húnaveri. Þar er fjöldi fólks saman kominn og floti jeppa af Rover-gerð. Davíð Garðarsson er formaður klúbbsins og kann að lýsa félagsskapnum.

„Hér voru settar upp tjaldbúðir í gær og í dag er bara gaman saman,“ segir Davíð sem gengur undir nafninu Dassi. Hann telur um 300-400 manns á svæðinu við Húnaver á 100-120 bílum. Skemmtiatriðin snúast meðal annars um akstursleikni og ökuferðir um ýmsa slóða í nágrenninu. Davíð blæs á illkvittnislegar athugasemdir blaðamanns um að jeppaakstur um þurra malarveggi sé bara skemmtilegur fyrir þann sem fyrstur fer. „Menn taka þessu rólega og svo er stoppað á völdum stöðum,“ segir hann með áherslu.

Þrautabrautir og vegasölt fyrir bílana hafa verið sett upp á samkomusvæðinu að sögn Davíðs. Eitt tækið er svokallað teygjutvist. Hann segir heimikla spennu felast í að fylgjast með hinum ýmsu þrautum. „Hver og einn fær atkvæðaseðil og velur fallegasta bílinn og þann athyglisverðasta. Sá sem kemur lengst að fær líka verðlaun og hingað kemur yfirleitt eitthvað af útlendingum, ýmist gagngert til að taka þátt eða þeir eru staddir hér á ferðalagi. Það eru Rover-klúbbar í flestum löndum heims og víða getið um svona samkomur.“

Enn heldur blaðamaður áfram að stríða Davíð og spyr hvort



Sumarhátíðin er haldin í Húnaveri í þriðja sinn í ár enda gefst sá staður vel.

körlunum takist að þvæla konunum með í svona útilegu. Hann er alveg hneykslaður.

„Já já, þeim finnst þetta rosa gaman. Hér mætir öll fjölskyldan og hundarnir líka. Svo rottar sig yfirleitt hópur saman og fer í fimm til sex daga ferð eftir helgina. Í fyrra fórum við alla Vestfirðina og stefnum eitthvað austur á land núna.“

Íslandsrover er félag með sex ára sögu og er opið öllum sem hafa áhuga á Rover-bílum, hvort

sem það er gamli Land Roverinn, Range Roverinn eða Discoverinn. „Það er bara öll Rover-fjölskyldan,“ tekur Davíð fram. Hann segir félagsmenn reyna að hittast einu sinni í mánuði og telur upp þrjá fasta liði á dagskránni, snjóferð í mars, vorferð í Þórs-mörk, og sumarhátíðina. Auk þess nefnir hann dagsferðir og námskeið. En hvernig Rover á formaðurinn? „Ég á gamlan Range Rover, '83 módel,“ upplýsir Davíð að lokum.

[gun@frettabladid.is](mailto:gun@frettabladid.is)

## ALLT MATUR

Leitið upplýsinga hjá sölufulltrúum;

Jóna María

512 5473

Hugi

512 5447

## SUMARHÚS OG FERÐALÖG



Sólarrafhlöður og fylgihlutir. 10-80w



Gaskæliskápar 100 og 180 lítra



Coolmatic 12v ísskápar m/ kælipressu



Sólarrafhlöður fyrir húsbíla og fellihýsi. Punnar 75 - 130w



Gashellur



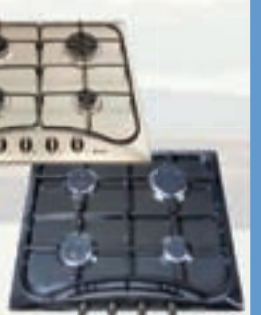
Gas vatnshitavar 5 - 14 l/mín



Gas eldavélar og helluborð



Gasofn



Gashelluborð



Kælibox gas/12v/230v



Olíuofn

**SKORRI**  
SÉRFRÆÐINGAR Í RAFGEYMMUM

Bíldshöfði 12 • 110 Reykjavík • 577 1515 • [skorri.is](http://skorri.is) • Opið virka daga frá kl. 8.15 til 17.30



# Heiðingjar yfirtaka paradís

Hið víðfræga Eden í Hveragerði hefur breyst í lðavelli, setur norrænnar goðafræði. Þar má fræðast um goðin en einnig kaupa minjagripi, fá sér gott í gogginn og svo er ísinn góði á sínum stað.

„Starfsemin í setrinu er þrjúþætt. Hér er veitingasala, verslun og myndræn sýning um fornan norrænan átrúnað,“ segir Guðbrandur Gíslason, framkvæmdastjóri lðavalla sem voru opnaðir nýverið í gamla húsnæði Eden í Hveragerði.

„Hugmyndin að setrinu hafði verið í vinnslu í nokkur ár en það var ekki fyrr en í byrjun þessa árs sem ákvörðunin var tekin um að opna á þessum stað,“ segir hann.

Í veitingasal lðavalla er boðið upp á nýstárlegan matseðil þar sem ferskt hráefni og íslenskar sjávarafurðir eru í öndvegi í réttum sem kenndir eru við persónur og atburði úr norrænum goðsögum. Þar er jafnframt sérstök Völuspárstofa þar sem hið mikla fornkvæði Völuspá, þar sem segir frá sköpun veraldarinnar, heimsmyndinni og loks ragnarökum, er túlkað í glæsilegum refilmýndum sem þekja vegg.

„Í minjagripaversluninni má síðan kaupa fallega minjagripi, íslenska hönnunarvöru, glerlist og handþrjónaða íslenska þrjónavöru,“ segir Guðbrandur.

Skrautfjöldur lðavalla er víðamikil sýning um norræna goðafræði og goðsögur sem ber yfirheitid Urðarbrunnur.

„Sýningin er hryggjarstykkið í starfseminni. Gesturinn er leiddur í gegnum þennan forna hugmyndaheim og goð og goðheimar birtast ljóslifandi á myndrænan og nýstárlegan hátt, þar sem myndlist, frásögn og tónlist fléttast saman í eina heild,“ segir Guðbrandur en nokkrir listamenn komu að uppsetningu sýningarinnar.

„Ingunn Ásdísardóttir er hugmyndahöfundur sýningarinnar,



Urðarbrunnur kallast sýningin á lðavöllum. Þar getur fólk fræðst um goð og goðheima.

Kristín Ragna Gunnarsdóttir hannaði og teiknaði hana og Hilmarr Örn Hilmarrsson samdi seiðmagnaða tónlistina,“ segir Guðbrandur og bætir við að ekki megi gleyma hlut Páls Ragnarssonar, ljósameistara Íslensku óperunnar, sem sá um að lýsa sýninguna og skapa dulúðlega stemningu.

„Um átján mínútur tekur að fara í gegnum sýninguna og þegar fólk hefur farið í gegnum hana er það búið að fá nokkuð góða hugmynd um hvað þetta var sem forfeður okkar trúðu á í mörg hundruð ár,“ segir Guðbrandur stoltur.

Ætlunin er að nota sýninguna sem kennslutæki á veturna. „Við ætlum að bjóðum öllum grunnskólum landsins að koma til okkar og sækja í framhaldi af því námskeiði um þennan menningararf,“ segir Guðbrandur ákafur. Þá verða í vetur einnig sérsniðin námskeið fyrir eldri borgara, erlenda ferðamenn og háskólaborgara.

En hvað með ísinn sem svo margir hafa keypt í Eden í gegnum tíðina? „Ísinn er til staðar og hefur aldrei verið betri enda búinn til í næsta húsi.“

solveig@frettabladid.is



Mörg gömul og falleg hús er að finna í miðbæ Akureyrar.

## Byggingarlist í elsta hluta Akureyrar

Sögugangan Hús úr húsi og fræðsluganga um Hrísey verða farnar á vegum Minjasafns Akureyrar á morgun í tilefni safnadsins.

Minjasafnið á Akureyri stendur fyrir óvenjulegri sögugöngu á morgun þar sem þátttakendur ganga hús úr húsi um elsta bæjarhluta Akureyrar. Gengið verður frá elsta húsi Akureyrar, Laxdalshúsi, Hafnarstræti 11, klukkan 14.

Byggingarlist innbæjarins verður í hávegum höfð í göngunni. Farið verður inn í Laxdalshús,

Friðbjarnarhús og Gamla spítalann. Þar fær göngufólk innsýn í þær endurbætur sem unnar hafa verið á þessum friðuðu húsum.

Hanna Rósa Sveinsdóttir, sérfræðingur í húsverndarmálum á Minjasafninu, leiðir gönguna.

Sama dag stendur Minjasafnið einnig fyrir fræðslugöngu um Hrísey. Þorsteinn Þorsteinsson, Hríseyingur og fuglaáhugamaður, leiðir gönguna og segir frá Hrísey fyrr og nú og gróður- og fuglalífi eyjunnar. Gangan hefst á bryggjunni í Hrísey klukkan 14, og tekur um tvo tíma. Ferjan leggur af stað frá Árskógssandi klukkan 13.30.

# Sumartilboð NINGS

Frábærir vinningar alla föstudaga í sumar!

## Sumartilboð

Djúpsteyktar rækjur með súrsætri sósu  
Heimalagaðar vorrúllur með grænmeti  
Kjúklingur og grænmeti með pandasósu  
Stökkt svínakjöt „Thai Sesam“  
ásamt hrisgrjónum og soya.

krónur **2790** fyrir tvo  
krónur **1395** á mann

ATH! SUMARTILBOD ER EINGÖNGU  
AFGREITT FYRIR 2 EÐA FLEIRI

Við drögum á föstudögum í allt sumar í morgunþætti Ívars Guðmundssonar á Bylgjunni

15.000 kr. matarkarfa frá Bónus, 3 mánaða kort í World Class, 10.000 kr. bensín úttekt frá Olís, gos frá Ölgerðinni, Tempur heilsukodda frá Betra bak, frítt í Laugarásbío í allt sumar og frítt frelsi frá Tal í allt sumar.



# NINGS

SUÐURLANDSBRAUT 6, HLÍÐASMÁRA 12 OG STÓRHÖFÐA 17 • SÍMI: 588 9899

NINGS  
...og kroppurinn blómstrar

Sími 588 9899  
www.nings.is

Íris Arna Geirsdóttir  
Íslandsmeistari í Model fitness  
elskar heilsurétti Nings



# ÞALTT SEM ÞIG VANTAR

Allar smáauglýsingar vikunnar á visir.is

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

Smáauglýsingasíminn er **512 5000**  
smaar@frettabladid.is / visir.is

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

## BÍLAR & FARATÆKI

**Bílamarkaðurinn**  
Smíðjuvegi 46E  
v/Reykjanesbraut,  
Kópavogi, sími  
567-1800  
Löggild bílasala



Okkur vantar bíla á staðinn. Mikil og góð sala. Við leitum að rétta bílnum fyrir þig. Opíð virka daga 10-18:30 Laugardaga 11-16 Ein elsta bílasalan st. 1974  
**Bílamarkaðurinn**  
Smíðjuvegi Kópavogi  
S. 567-1800 www.bbv.is

**Bílamarkaðurinn**  
Smíðjuvegi 46E, Kópavogi  
Sími: 567 1800



**Bilalíf.is**  
Bílasala Matthiasar  
**EINSTAKUR BÍLL !!!**  
2.990.000.  
CHRYSLER CROSSFIRE SRT- 6 COUPE. Nýskráður 2008, ekinn 4 þ.km, BENSÍN, Sjálfskiptur. Verð 5.690.000. TILBOÐ 2.990.000. Rnr.241263. Til sýnis og sölu hjá Bilalíf, Kletthálsi 2, S:562 1717. Sjá fleiri myndir á www.bilalif.is



**DÍSEL 4X4**  
RENAULT KANGOO 4WD DÍSEL Árg. 2005, ekinn 87 þ.km, DÍSEL, 5 girar. Verð 1.490.000. með vsk. Rnr.241702. Til sýnis og sölu hjá Bilalíf, Kletthálsi 2, S:562 1717. Sjá fleiri myndir á www.bilalif.is



**TILBOÐ 5.980.000.-**  
RANGE ROVER SUPERCHARGED. Árg. 2006, ekinn 77 þ.km, BENSÍN, Sjálfskiptur. Verð 8.900.000.- Umboðsbíll, einn með öllu. Rnr.242028. Til sýnis og sölu hjá Bilalíf, Kletthálsi 2, S:562-1717. Sjá fleiri myndir á www.bilalif.is

**Bílalíf**  
Kletthálsi 2, 110 Reykjavík  
Sími: 562 1717  
Opíð virka daga 10-18 laug. 12-16.  
www.bilalif.is



**HÖFÐABÍLAR**  
...þar sem bíllar seljast  
INFINITI QX56 4X4 56. Árg. 2006, ekinn 34 þ.km, Sjálfskiptur. 8 manna, DVD ... EINN MEST ÚTBÚNI JEPPINN SEM VÖL ER Á... Verð 6.950. þús Rnr.102082



**HÖFÐABÍLAR**  
...þar sem bíllar seljast  
TOYOTA LAND CRUISER 120 35" breyttur. Árg 2008, ek 8 þ.km DÍSEL, Sjálfskiptur. Ásett verð 8.900þ Rnr.127689



**HÖFÐABÍLAR**  
...þar sem bíllar seljast  
KIA PICANTO EX Árg 2005, ek 66 þ.km, BENSÍN, Sjálfskiptur spoiler, álfelgur, filmur „algjör spanibaukur“ Verð 980þ Rnr.128298

**Höfðabílar**  
Fossháls 27, 110 Reykjavík  
Sími: 577 4747  
www.hofdabilar.is



**Arnarbílar**  
www.arnarbilur.is  
**TILBOÐ 230 þ. stgr**  
NISSAN KING CAB, árg 9/1996, ek 142. þ km, Beinskíptur, 2.4L Bensín, Álfelgur, Skoðaður 2010, Verð 390.þ Arnarbílar, Malarhöfða 2. S: 567 2700.

**Arnarbílar ehf**  
Malarhöfði 2, 110 Reykjavík  
Sími: 567 2700  
www.arnarbilur.is



**100bilar.is**  
Toyota Land Cruiser 120 VX, árg 3/04, ek 140þús.km, 33" breyttur, leður, krókur, omfl, Flottur bíll, Tilboð yfirtaka + sölulaun, áhv.3830þús,

**100 bílar ehf**  
Pverholt 6, 270 Mosfellsbær  
Sími: 517 9999  
Opíð virka daga 10-18.00 og laugardaga 12-16  
www.100bilar.is



**Sport-X**  
Tilboðsdagar á vespum  
verð aðeins frá 195.000 kr með skráningu. Full búð af frábærum og góðum Vespum sjáð fleiri tegundir á www.sportx.is / sími 897-6040

**Sport-X**  
Draupnisgötu 7, 600 Akureyri  
Sími: 5642323 / 8976040  
Verslun og viðgerðajónusta á staðnum  
www.sportx.is



**Bílar til sölu**  
**50 þús kall í hanskahólfinu!**  
Til sölu vegna flutninga erlendis Nissan Primera Acenta árg. 2004, ek. 85 þús. Fæst á yfirtöku láns, áhvílandi ca 1150 þús. Upplýsingar í s. 770 3797.



**Drauma fjölskyldu og ferðabíll.** Chrysler town and country stow and go. Árg. 2006. Ríkulega búinn, t.d. leður, DVD omfl. Möguleiki á yfirtöku á 100% láni. Verð 2.650.000kr. Uppl. s. 693 8422 Doddi.



Til sölu Beinskípt TOYOTA COROLLA SEDAN Árg. 1998 EK 167 Þ.Km. Gott útlit að innan og utan. ABS. Upphækkaður. Ný skoðaður. Ný timareim. Álfelgur. Ný smúrður. NÝR RAFGEYMR. LOW PROFILE DEKK. ÁSETT VERÐ 420 ÞÚSUND. S. 895 8956.



Chevi van árg. '89. 8 cyl. sjálfsk. 7 manna ferðabíll. Skoðaður '10. Krókur. Uppl. s. 894 4560.



Til sölu beinskípt TOYOTA AVENSIS VTI SEDAN Árg. 2002 Ek. 117 þ. km. Gott útlit að utan og innan. Ný skoðaður. Áhvílandi lán 500 þús. Afborgun 30 þús. PR. MÁN. 17 gjald dagar eftir. Ásett verð 92 þús.



Sun-Lite pallhyski 2004 passar á litla sem stóra pallbíla iskápur,eldavél,vaskur,vatn,miðstöð,12/230v,svefnpláss fyrir 4 verð 550þstgr uppl:8486576



MM Pajero árg 00 GLS 3.2 d. Leðurkl m öllu nýsk. Uppl í s 483 4614 og 899 4614



Tilboð. E500 til sölu ek. 53 þús. km. Ný dekk og ný yfirfarinn. 3,9 stgr. S. 696 1635.



Nissan Patrol '95 sk. '10. Ný timareim, nýl. demp., nýl. gormar fram. Ek. 230 þús. V. 300 þús. S. 848 2334.



MERCEDES BENZ CL 63 AMG - 2008 sem nýr e 6þús Ýmis skipti möguleg Uppl 892-7858



Til sölu Skoda Octavia dísel árg. 04. Eyðsla ca. 3,5 l/100 í sparakstrí. Ný heilsársdekk. Ekinn 112 þús. Dráttark. Verð staðgr. 1.290 þús. Uppl. 664-0595 Kjartan



Toyota Yaris Tsport 05, ek. 89þús. Spoiler, dökkar rúður, gluggahlífar. 1500þúsund. S:8591056



Til sölu eins og nýr Porsche Boxter árg. 8/2005. Dekurbíll ek. aðeins 12.800km. Einn af 3 með nýja laginu á landinu. Fluttur nýr inn af umboði hláðinn búnaði. Ný skoðaður með 100% einkunn. Verð kr. 7.900.000. Uppl. s. 898 0870.



Toyota Aygo árg 2006 ekinn 47þ.km Álfelgur, Flottur bíll. Ásett verð 1180 Tílböð 990 þús staðgreitt. Uppl í síma 893-6404



Renault Megan árg. '98. 5 dyra. Ek. 127þ. Sk. 10. Verð 250þ. Uppl. s. 699 3935.



Til sölu beinsk. VW Passat station árg. 2001, ekinn 104 þús. Skipt á timareim 67 þús. Listaverð um 1 milljón en þú færð hann á 800 þús bein sala eða yfirtekið lán. Uppl. í síma 8661161.



Opel Corsa-B árg 2000, 3dyra, ek. 125þ km hvítur með smá lakkskemmdum, selst á 270þ stgr uppl. s. 698 9685



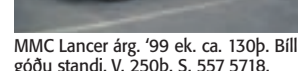
**Til sölu Audi A4 1,8T S line**  
Aukabúnaður 18" RS4 felgur, Bluetooth, leður og sóllúga, ekinn 23 þús km. Glæsilegur bíll fluttur inn af umboði verð 4.390.000 kr, sambærilegur bíll nýr frá Heklu kostar yfir 10 milljónir.  
Sími 8228832, bíllin er til sýnis hjá Heklu Kletthálsi 1A.



VW Golf árg. '99, 5d., bsk. Ek. 130þ.km. Nýsk., nýsmúrður og í góðu standi. V. 550þ. S. 848 6169.



GOLF V5,2001,ekinn 113þ. Bilun í sjálfsk. ásett verð 1290. Fer á góðu verði v.bilunar. Uppl. S:6996446



Góður bíll VW Polo ár98 ekinn 105þús Sum. og vetradékk. Verð 180 þús S. 6637678



**250.000- staðgreitt!!**  
Dewoo Lanos árg 1999 ekinn 125 þ km 5 girar spoiler spoilerkitt cd 5 dyra skoðaður 2010 verð aðeins 250.000-stgr upplí síma 861-7600



Renault Megan árg. '98. 5 dyra. Ek. 127þ. Sk. 10. Verð 250þ. Uppl. s. 699 3935.



Til sölu Opel Corsa '97 árg. Skoðuð '10. Einnig til sölu Opel Vectra '98. Báðir í góðu standi. Uppl. í S 848 2864 / 587 8614.



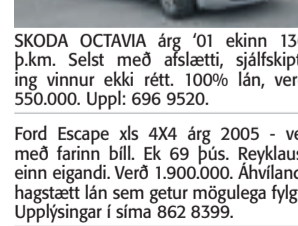
Yfirtaka á láni Accord '06, ek. 74. þús. ssk. Þjónustuskóðaður af Honda fæst gegn yfirtöku + 200 út. Afborganir 21 þús. á mán. S:692 6292.



**250-499 þús.**  
Peugeot 206, 2002 árg. ekin 140 þús. km til sölu. Ný yfirfarinn og í topp ástandi. selst á 490 þús. Áhugasamir hefi samband í síma 8477731



Mazda 323 árg. 2000, 3ja dyra. Ekinn 120þ km. Gott eintak - tilvalinn bíll í skólann !!! Verð kr. 350.000 STGR. 669 9668



**500-999 þús.**  
Opel Corsa-B árg 2000, 3dyra, ek. 125þ km hvítur með smá lakkskemmdum, selst á 270þ stgr uppl. s. 698 9685



**!!! TILBOD 100% ERLENT LÁN !!!**  
Vw Polo 1.2 3dyra, 2004 ek. 75 þús, beinskíptur, skoðaður 2010, eydir 5 litrum! Listaverð 900 þús en fæst á 700 þús !!! 100% yfirtaka a erlendu láni!!! Uppl. 894 6383.



Til sölu græn Toyota Corolla árg 99, ekin 98.000 nýskoðuð í topplagi. Ásett verð 580.000 kr áhv. 320 afb. 25 pr mán. Uppl. 862 2158





## Smíðir - Múrara

Eykt óskar eftir að ráða vana smíði í uppplátt og utanhús-klaðningar. Að auki vantar múrara. Þá vantar kranamann tímabundið. Umsóknnum ásamt starfsferilsskrá skal skila inn á skrifstofu Eyktar að Skúlagötu 63.

[www.hafnarfjordur.is](http://www.hafnarfjordur.is)

**HAFNARFJÖRDUR**

ÞJÓNUSTUVER HAFNARFJARÐARBÆJAR  
STRANDGATA 6  
220 HAFNARFJÖRDUR  
SÍMI 585 5500  
FAX 585 5599

### STARFSFÓLK VANTAR Á NÝTT HEIMILI FYRIR GEÐFATLAÐA

Félagsþjónustan í Hafnarfirði óskar eftir að ráða til starfa þroskaþjálfara og starfsfólk í félagslega liðveislu við nýtt heimili geðfatlaðra sem opna mun í Hafnarfirði í lok ágúst.

**Félagsleg liðveisla**  
Starfið felur í sér að aðstoða skjólstæðinga við að öðlast félagslega færni og auðvelda þátttöku í daglegu lífi. Um vaktavinnu er að ræða.

- Starfið gerir kröfu til jákvæðs viðmóts, mannúðlegra viðhorfa og góðra hæfileika í mannlegum samskiptum.  
- Sjálfstæði og frumkvæði í starfi eru miklir kostir.

Um kaup og kjör fer samkvæmt kjarasamningi Verkalýðs-félagsins Hlífar við launanevnd sveitarfélaga.

**Þroskaþjálfar**  
Starfið felur m.a í sér umsjón með þjónustu við notendur, áætlanagerð auk þátttöku við móttöku og uppbyggingu innra skipulags starfsmanna.

**Menntunar- og hæfniskröfur:**  
- Þroskaþjálfamenntun eða menntun á félags-,heilbrigðis- eða menntasviði.  
- Færni í mannlegum samskiptum og jákvætt viðmót.  
- Þekking á hugmyndafræði málefna fatlaðra æskileg.

Um kaup og kjör fer samkvæmt kjarasamningi launanevndar sveitarfélaga og viðkomandi stéttarfélags.

**Karlar jafnt sem konur eru hvattir til að sækja um framangreind störf.**

Nánari upplýsingar um störfin veitir Rakel Róbertsdóttir forstöðumaður í síma 695 8501.

Umsóknnum skal skilað til þjónustuvers Hafnarfjarðarbæjar, Strandgötu 6, 220 Hafnarfirði, í síðasta lagi 4.ágúst 2009 eða rafrænt á netfangið [hafnarfjordur@hafnarfjordur.is](mailto:hafnarfjordur@hafnarfjordur.is)

Marel Food Systems er alþjóðlegt hátæknifyrirtæki í fararbroddi í þróun og framleiðslu tækja, hugbúnaðar og lausna fyrir matvælaíðnað. Hjá fyrirtækinu starfa um 3700 manns í fimm heimsálfum, þar af um 350 á Íslandi.

# Við leitum að hugviti

Marel óskar eftir öflugum starfsfólki í Innova kerfishugbúnaðarteymi fyrirtækisins. Innova er hugbúnaður fyrir framleiðslustýringu í matvælaíðnaði sem býður upp á fullkominn rekjanleika hráefnis og mælingar í framleiðsluferli. Nú starfa um 45 manns hér á landi og í Árósum í Danmörku við að þróa, selja og þjónusta Innova lausnir. Hugbúnaður frá Marel er í notkun hjá yfir 1400 matvælafyrirtækjum um allan heim, er ört vaxandi þáttur í starfsemi fyrirtækisins og skapar því algera sérstöðu.

### Forritari fyrir kerfishugbúnaðargerð (Innova)

Forritari óskast í þróun á Innova lausnum í nánú samstarfi við sölu- og þjónustufólk Marel.

#### Þú færð að:

- vinna í öflugum þróunarumhverfi: Visual Studio, C# og SQL Server
- koma upp öflugum heildarlausnum fyrir matvælaíðnað
- vinna með færustu sérfræðingum í faginu

#### Þú þarft að:

- vera með menntun á sviði tölvunar-, verk- eða kerfisfræði
- reynsla af notkun SQL gagnagrunna, C# og .NET er skilyrði
- búa yfir þrútséigju og útsjónarsemi
- vera með góða enskukunnáttu og eiga möguleika á ferðalögum vegna starfsins

Nánari upplýsingar veitir Bjarni Bergsson í síma 563 8000

### Gæðastjóri fyrir kerfishugbúnaðargerð (Innova)

Hugbúnaðarverkfræðingur eða starfsmaður með sambærilega menntun óskast til starfa í þróunarteymi Innova kerfishugbúnaðar.

#### Þú færð að:

- vinna í öflugum teymi forritara og hugbúnaðarráðgjafa í Innova
- taka þátt í móttöku innra skipulags Innova hópsins
- skilgreina og innleiða verkferli fyrir m.a. útgáfustjórnun, prófanir og verkefnastjórnun
- takast á við framtíðarstarf í ört vaxandi alþjóðlegri hugbúnaðarstarfsemi

#### Þú þarft að:

- vera með menntun í hugbúnaðarverkfræði eða sambærilegum greinum
- vera áhugasamur um gæðastjórnun og aðferðarfræði hugbúnaðarþróunar
- hafa góða reynslu í forritun og hugbúnaðargerð
- búa yfir leiðtogaþæfni og geta unnið vel í teymi
- hafa bein í nefinu

Nánari upplýsingar um starfið veitir Ásgeir Ásgeirsson í síma 563 8000

Umsóknarfrestur er til og með 27. júlí nk.

Vinsamlegast sækjið um starfið á heimasíðu Marel, [www.marel.com/jobs](http://www.marel.com/jobs)

RETURN ON INNOVATION  
[www.marel.com](http://www.marel.com)



# GREININGARVINNA

MP Banki hf. var stofnaður árið 1999 og fékk fullt viðskiptabankaleyfi 2008. Þann 11. maí sl. opnaði MP Banki fyrsta útibú bankans í Borgartúni 26. MP Banki býður í dag upp á alhliða þjónustu og ráðgjöf varðandi daglega bankaþjónustu, greiðslukort, sparnað og ávöxtun eigna ásamt heildarlausnum í eignastýringu fyrir einstaklinga, fyrirtæki og fjárfesta með mismunandi áherslur.

MP Banki óskar eftir að ráða öflugan og metnaðarfullan einstakling í greiningardeild.

#### Starfssvið

- Skoðun og greining fyrirtækja
- Verðmatsvinna
- Almenn efnahagsgreining
- Samantekt upplýsinga og framsetning þeirra

#### Menntunar- og hæfniskröfur

- Háskólamenntun (hagfræði, stærðfræði, viðskiptafræði)
- Reynsla úr fjármálaumhverfi og skilningur á fjármálum og verðbréfum
- Greiningarhæfni
- Öguð vinnubrögð og metnaður til að ná árangri í starfi

Höfuðstöðvar MP Banka eru í Reykjavík en bankinn rekur einnig útibú í Vilnius í Litháen. Útibú MP Banka í Borgartúni og þjónustuver veita alhliða þjónustu og ráðgjöf varðandi daglega bankaþjónustu, sparnað og ávöxtun eigna, greiðslukort og lánamöguleika.

Umsjón með starfinu hafa Helga Jónsdóttir ([helga.jonsdottir@capacent.is](mailto:helga.jonsdottir@capacent.is)) og Tómas Oddur Hrafnsson ([tomas.hrafnsson@capacent.is](mailto:tomas.hrafnsson@capacent.is)) hjá Capacent Ráðningum. Umsóknarfrestur er til og með 20. júlí nk. Umsækjendur eru vinsamlegast beðnir að sækja um starfið á heimasíðu Capacent Ráðninga, [www.capacent.is](http://www.capacent.is)



Borgartúni 27 105 Reykjavík Sími 540 1000



## Sérfræðingur í Áhættustýringu Íslandsbanka



Áhættustýring Íslandsbanka leitar að öflugum liðsmanni í eigna- og skuldastýringu.

### Helstu verkefni:

- Áhættugreining eigna og skulda bankans
- Eftirlit með lausafjáráhættu og þróun áhættumælikvarða
- Þróun álagsprófa skv. annarri stoð Basel II reglnanna

### Menntunar- og hæfniskröfur:

- Framhaldsmenntun í verkfræði, hagfræði eða tengdum greinum
- Reynsla af sambærilegu starfi innan fjármálageirans skilyrði
- Góð greiningarhæfni og þekking á forritun og gagnagrunnum
- Hæfni til að koma frá sér upplýsingum í töluðu og rituðu máli á íslensku og ensku
- Frumkvæði, sjálfstæð vinnubrögð og geta til að starfa undir álagi
- Jákvæðni og hæfni í mannlegum samskiptum

Áhættustýring hefur eftirlit með áhættu í tengslum við starfsemi bankans og gefur skýrslur um áhættu bankans til innri og ytri aðila. Áhættustýring er einnig til ráðgjafar um áhættu og áhættumat í bankanum. Áhættustýring þróar, viðheldur og prófar áhættumatslíkön og veitir aðra þjónustu á sérsviði sínu innan bankans. Áhættustýring tekur þátt í störfum lána- og áhættunefnda, kemur að gerð áætlana og metur eiginfjárbörf bankans.

Ef þú uppfyllir ofangreindar hæfniskröfur og hefur áhuga á að gerast hluti af öflugum teymi metnaðarfullra og jákvæðra einstaklinga sem hafa gaman af því að takast á við krefjandi verkefni sendu okkur þá umsókn með itarlegri ferilskrá á [www.islandsbanki.is](http://www.islandsbanki.is) fyrir 17. júlí nk.

Tengiliður á mannauðssviði er Sigrún Ólafsdóttir, sími 440-4172, netfang: [sigrun.olafs@islandsbanki.is](mailto:sigrun.olafs@islandsbanki.is)

**Hárklippistofa Jörgens** óskar eftir starfsmanni á næstunni. Góð laun fyrir aðila vanan herraklippingu.

**Upplýsingar í s. 866 2215 og 554 1414.**

## SECURITAS ÓSKAR EFTIR STARFSFÓLKI Á AUSTURLANDI

### RAFVIRKJAR / RAFEINDAVIRKJAR

Vilt þú vinna í fjölbreyttu, skemmtilegu og hreinlegu umhverfi? Vegna vaxandi verkefna þarf Securitas að ráða fleiri rafvirkja og rafeindavirkja til starfa. Verkefnasviðið er afar fjölbreytt og spannar allt frá hefðbundinni rafvirkjavinnu til flókinnar hátæknivinnu.

### Hæfniskröfur

- ▶ Góð reynsla í rafstöðum eða rafeindavirkjun
- ▶ Almenn tölvukunnátta
- ▶ Enskukunnátta
- ▶ Þjónustulund og ánægja af samvinnu
- ▶ Geta til að vinna sjálfstætt
- ▶ Áhugi á aukinni þekkingu í starfi

Nánari upplýsingar veitir Heimir Snær Gylfason í síma 693 9979. Umsækjendur fylli út umsóknir á heimasíðu fyrirtækisins [www.securitas.is](http://www.securitas.is) eða sendi fyrirspurn á netfangið [hsg@securitas.is](mailto:hsg@securitas.is) Umsóknarfrestur er til 10. ágúst 2009.

Í boði eru samkeppnishæf laun og krefjandi störf hjá traustu og framsæknu fyrirtæki með samhentan hóp starfsmanna. Lögð er áhersla á góð starfskilyrði og möguleika starfsmanna til að vaxa og dafna með fyrirtækinu.



Síðumúli 23 | 108 Reykjavík | 580 7000 | [securitas.is](http://securitas.is)

# Við leitum að lögfræðingi, starfsmannastjóra og rekstrarstjóra

Skeljungur óskar eftir að ráða lögfræðing, starfsmannastjóra og rekstrarstjóra á neytendasvið til starfa. Um er að ræða ný og spennandi störf í góðu vinnuumhverfi.

### Lögfræðingur

#### Starfssvið:

- Aðstoð við samningagerð félagsins við viðskiptamenn og birgja
- Samskipti við eftirlitsstofnanir og aðra opinbera aðila
- Samskipti við sveitarstjórnir vegna lóðamála
- Fjölbreytt verkefni tengd málefnum félagsins og dótturfélögum

#### Menntunar- og hæfniskröfur:

- Meistarapróf í lögfræði (5 ára nám)
- Að minnsta kosti tveggja ára starfsreynsla
- Metnaður, frumkvæði og sjálfstæði í vinnubrögðum

### Starfsmannastjóri

#### Starfssvið:

- Stefnumótun á sviði mannauðsmála
- Umsjón með ráðningum, launamálum og starfsþróun
- Fræðslumál og upplýsingagjöf
- Fjölbreytt verkefni sem krefjast mikilla samskipta við starfsmenn og stjórnendur

#### Menntunar- og hæfniskröfur:

- Háskólamenntun sem nýtist í starfi, framhaldsmenntun á sviði mannauðsmála æskileg
- Reynsla af mannauðsmálum og starfsmannastjórnun
- Frumkvæði, metnaður og miklir samskiptahæfileikar

### Rekstrarstjóri á neytendasviði

#### Starfssvið:

- Umsjón með rekstri eigin rekinna stöðva og önnur rekstrarumsjón
- Áætlanagerð og eftirfylgni
- Stjórnun og samskipti
- Samningagerð og kostnaðareftirlit
- Þátttaka í stefnumótun
- Starfsmannamál

#### Menntunar- og hæfniskröfur:

- Háskólamenntun
- Reynsla og þekking á neytendamarkaði
- Góð rekstrar- og markaðsþekking
- Frumkvæði, metnaður og miklir samskiptahæfileikar
- Markmiða- og árangurssækni

Umsóknir berist fyrir 17. júlí nk. á tölvupósti á eitt af eftirfarandi netföngum:

[logfraedingur@skeljungur.is](mailto:logfraedingur@skeljungur.is)  
[starfsmannastjori@skeljungur.is](mailto:starfsmannastjori@skeljungur.is)  
[rekstrarstjori@skeljungur.is](mailto:rekstrarstjori@skeljungur.is)

Einnig er óskað eftir **útprentuðu eintaki** af ferilskrá í pósti á:

Skeljungur hf.  
Auglýst störf - „starfsheiti“  
Hólmaslóð 8  
101 Reykjavík

Skeljungur er þjónustu- og verslunarfyrirtæki með starfsemi á um 100 stöðum á landinu. Skeljungur leggur áherslu á að starfsfólk nýti hæfileika sína í daglegum störfum, hafi ánægju af starfi sínum og taki virkan þátt í að móta vinnuumhverfið. Markmiðið er að hafa ætíð á að skipa hæfu og áhugasömu starfsfólki þar sem áhersla er lögð á markviss vinnubrögð og skýra ákvarðanatöku. Fjöldi starfsmanna er um 300.







Hreint ehf. var stofnað 1983 og þjónustar fyrirtæki og stofnanir víða um land á sviði reglulegra ræstinga. Starfsmenn okkar, sem eru á annað hundrað talsins, er fagfólk í ræstingum. Við leggjum áherslu á vandaða þjónustu, hvatningu í starfi og ánægjuleg samskipti við viðskiptavinum og starfsfólk.

[www.hreint.is](http://www.hreint.is)

## Við leitum að öflugum söluráðgjafa

Um er að ræða fjölbreytt og krefjandi starf hjá einni elstu og reyndustu ræstingabjónustu landsins.

### Starfssvið:

- Sala á fyrirtækjamarkaði
- Kynningar á þjónustu fyrirtækisins
- Greining tækifæra og öflun nýrra viðskiptavina
- Tilboðsgerð
- Aðkoma að markaðsmálum
- Önnur tilfallandi verkefni

### Hæfniskröfur:

- Háskólamenntun
- Reynsla af sölu á fyrirtækjamarkaði
- Geta til að byggja upp traust
- Framúrskarandi sölu- og samskiptahæfileikar
- Góð tölvukunnátta
- Frumkvæði, vandvirkni og samvirkusemi
- Hreint sakavottorð er skilyrði

Nánari upplýsingar veita:

Inga Steinunn Arnardóttir, [inga@hagvangur.is](mailto:inga@hagvangur.is)

Umsóknarfrestur er til og með 21. júlí nk.

Umsóknir óskast fylltar út á [www.hagvangur.is](http://www.hagvangur.is)



## HAGVANGUR

SKÓGARHLÍÐ 12 · 105 REYKJAVÍK · Sími 520 4700  
[www.hagvangur.is](http://www.hagvangur.is)

### Til sölu er góður veitingarekstur í miðbæ Reykjavíkur.

Um er að ræða trausta einingu sem hefur verið í höndum sömu eigenda um árabil. Traustur kúnnahópur og tryggur leigusamningur til staðar um húsnæðið sem og rekstrarreyfi til 2013.

Um er að ræða frábært tækifæri fyrir dugmikla aðila til að taka við góðum rekstri með nokkuð auðveldum hætti.

Áhugasamir hafi samband með tölvupósti á [brynja@debet.is](mailto:brynja@debet.is) eða í síma 844-6326



## FISKVERK

### Vilt þú vera með okkur í liði?

Fiskverk er að setja saman kraftmikinn og drífandi hóp af sérhæfðu fiskvinnslufólki.

### Störf í boði:

Vélamaður (Baader).  
Handflökun.  
Snyrtning (Helst konur).  
Pökkun.

### Hæfniskröfur:

Við leitum af fólki sem er duglegt í alla staði.

### Vinnutími:

Unnið er á virkum dögum 6-10 tímar í senn.

Samstarf · Gæði · Áreiðanleiki · Afköst

Nánari upplýsingar veitir Stefán P. Jones  
S: 5771522 • [stefan@icelandicfresh.is](mailto:stefan@icelandicfresh.is)



## Ert þú framúrskarandi læknaritari?

Vegna aukinna verkefna leitum við að fleiri læknaritum í liðsheim okkar hjá Conscriptor ehf. Í boði eru fjölbreytt verkefni hjá spennandi fyrirtæki í góðu starfsumhverfi. Ekki þykir verra að við greiðum starfsfólki vel fyrir sín störf.

Ef þú hefur góða starfsreynslu og ert tilbúin til að vera hluti af skemmtilegri liðsheim þá ekki hika við að hafa samband við okkur. Sendu okkur upplýsingar um þig sem fyrst á netfangið [rosa@conscriptor.is](mailto:rosa@conscriptor.is) og hver veit nema leiðir okkar liggja saman?

Conscriptor ehf. er fyrirtæki sem sérhæfir sig í ritarabjónustu fyrir heilbrigðiskerfið. Félagið stendur á traustum grunni og skemmtilegri liðsheim framúrskarandi hæfileikafólks. Félagið er systurfélag Conscriptor AB sem rekur samskonar starfsemi fyrir virtar heilbrigðisstofnanir og einkareknar læknastofur í Svíþjóð.

Conscriptor

Conscriptor ehf. · Nóatún 17 · 105 Reykjavík · sími 445 1005 · [www.conscriptor.is](http://www.conscriptor.is)

## Sérfræðingar óskast

### Góðir almannatenglar

Virt almannatenglastofa óskar eftir tveimur starfsmönnum, annars vegar í fullt starf, og hins vegar í hálf starf. Störfin felast í vinnu við ýmis konar kynningarmál fyrir viðskiptavinum stofunnar. Helstu verkefni eru textagerð og –vinnsla, þýðingar, samskipti við viðskiptavinum og fjölmiðla.

### Hæfniskröfur

Háskólamenntun sem nýtist í starfi. Viðkomandi þarf að vera mjög vel að sér í textagerð og –vinnslu, og hafa gott vald á bæði íslensku og ensku í ræðu og riti. Þá er nauðsynlegt að hann vinni vel með öðrum, sýni bæði ábyrgð í starfi og frumkvæði og sé skipulagður. Reynsla af kynningarmálum er nauðsynleg, eins og reynsla af fjölmiðlum. Viðkomandi þarf að geta unnið sjálfstætt.

### Allsherjar hönnuður

Virt almannatenglastofa óskar eftir nákvæmum, hugmyndaríkum og ólötum allsherjarhönnuði. Starfið felst í fjölbreyttum verkefnum fyrir viðskiptavinum stofunnar. Helstu verkefni eru grafísk hönnun og frágangur fyrir prentmiðlun, grafísk hönnun og frágangur fyrir rafræna miðlun og vefhönnun.

### Hæfniskröfur

Menntun sem nýtist í starfi. Viðkomandi þarf að hafa mjög góða tölvukunnátta, vera mjög vel að sér í notkun ýmissa forrita; til að mynda fyrir myndvinnslu, umbrot, vefsíðugerð o.fl. Góð skil á HTML, PHP, MYSQL og CSS er við hæfi. Þá er nauðsynlegt að viðkomandi vinni vel með öðrum, sýni bæði ábyrgð í starfi og frumkvæði, og sé skipulagður. Reynsla af kynningarmálum er nauðsynleg, eins og reynsla af fjölmiðlum. Viðkomandi þarf að geta unnið sjálfstætt.

### Forritarar

Alþjóðlegt markaðsfyrirtæki í miklum vexti óskar eftir tveimur öflugum forriturum.

### Hæfniskröfur

Leitað er að forritara annars vegar með þekkingu og reynslu í CSS, HTML, Javascript, Visual Studio, ASP.Net AJAX og hins vegar forritara með þekkingu og reynslu í MSSQL, T-SQL, ADO .Net, C#, ASP.Net

VIRTUS

Mannauðsráðgjöf, lögmansþjónusta, bókhalds- og rekstrarráðgjöf, innheimtuþjónusta

Umsóknarfrestur er til og með 21. júlí.  
Sótt skal um störfin á [www.virtus.is](http://www.virtus.is)

Umsjón með störfunum hefur Elva Tryggvadóttir,  
[elva@virtus.is](mailto:elva@virtus.is), hjá VIRTUS mannauðsráðgjöf.

Laugavegi 170, 105 Reykjavík  
Sími 414 3200 [www.virtus.is](http://www.virtus.is)



# Skipa- eða Véltaekni/ Verkfræðingur

## Det Norske Veritas

Det Norske Veritas (DNV) á Íslandi óskar eftir að ráða verk- eða tæknifræðing á skipa eða vélasviði til eftirlitsstarfa.

Starfið felur aðallega í sér eftirlit með skipum, sem flokkuð eru hjá DNV, en einnig vottun og úttektir á öðrum sviðum.

Eftirlitsmaðurinn kemur til með að starfa í afar krefjandi starfs- umhverfi þar sem lykilatriði er fagleg vinnubrögð og þjónustulipurð. Þjálfun fer fram innan fyrirtækisins og verður reynsla viðkomandi starfsmanns höfð til hliðsjónar við skipulagningu þjálfunarinnar. Þjálfunin er bæði í formi starfsþjálfunar og námskeiða. Starfinu og þjálfuninni fylgja ferðalög og dvöl erlendis í einhvern tíma.

Umsækjandi þarf að vera menntaður verk- eða tæknifræðingur á skipa- eða vélasviði og hafa þekkingu á skipum. Umsækjandi þarf að geta unnið sveigjanlegan vinnutíma, geta unnið sjálfstætt og reikna með ferðalögum bæði innanlands og erlendis. Áhersla er lögð á þjónustu- lipurð, samstarfshæfileika, þægilega framkomu, trúnað og faglegan metnað. Umsækjandi þarf að hafa góða ensku kunnáttu bæði í rituðu og töluðu máli, þar sem enska er aðal tungumál innan DNV, einnig er kostur að hafa gott vald á Norðurlandamáli.

Við bjóðum upp á spennandi starf, sem gefur mikla möguleika á starfsframa í alþjóðlegu umhverfi hjá fyrirtæki sem er leiðandi á sínu sviði. Upplýsingar um DNV er að finna á [www.dnv.com](http://www.dnv.com).

**Umsóknarfrestur er til og með 24. Júlí nk.** Gengið verður frá ráðningu í starfið fljótlega. Umsóknnum skal skilað á ensku og verða öll gögn meðhöndluð sem trúnaðarmál.

Nánari upplýsingar veitir Herbert í síma 5515150 eða á [herbert.bjarnason@dnv.com](mailto:herbert.bjarnason@dnv.com)

Vinsamlegast sendið umsóknir og starfsferilskrá á [herbert.bjarnason@dnv.com](mailto:herbert.bjarnason@dnv.com) eða á:

Det Norske Veritas  
Fjarðargata 13-15  
220 Hafnarfjörður  
merkt "Starfsúmsókn"

Det Norske Veritas (DNV) is a global provider of services for managing risk. Founded in 1864, DNV is an independent foundation with the purpose of safeguarding life, property and the environment. DNV offers a truly international environment, comprising 300 offices in 100 countries, with 8,500 employees.

[www.dnv.com/careers](http://www.dnv.com/careers)



DNV is unique. With us, you are constantly given challenges in your area of expertise and the opportunity to make an impact beyond business.



MANAGING RISK



### MÚRARAR OG PÍPULAGNINGA- MENN ÓSKAST:

Nesbyggð ehf óskar eftir að ráða múrara og pípulagninga- menn. Þurfa að geta unnið sjálfstætt. Vinnustaður Reykjanesbær og Snæfellsnes. Umsóknnum sé skilað á heimasíðu Nesbyggðar: [www.nesbyggd.is](http://www.nesbyggd.is)

Sé óskað nánari upplýsinga veitir Páll Þær í síma 840-6100 milli kl 10 og 12 á virkum dögum.



### Langar þig að búa erlendis?

#### Smiðir - útlönd

Óskum eftir duglegum og vandvirkum smiðum eða mönnum vönum byggingavinnu til starfa hjá litlu íslensku byggingafyrirtæki í Fredrikstad, Noregi. Spennandi verkefni og manneskjulegur vinnutími. Upplýsingar í síma 0047-90130408 Sigmar Óðinn Jónsson [odinbygg@yahoo.no](mailto:odinbygg@yahoo.no)

Fredrikstad er skemmtilegur og vinalægur bær sem stendur við ósa stærstu ár Noregs, Glomma. Íbúafjöldi er tæplega 80.000. Fredrikstad er í um klst. akstursfjarlægð frá Oslo.



### Íþróttafulltrúi í Grafarholti

Knattspyrnufélagið Fram leitar að öflugum og áhugasömum einstaklingi til að sinna 60% starfi íþróttafulltrúa í Grafarholti. Íþróttafulltrúi vinnur náið með framkvæmdarstjóra og íþróttastjóra Fram.

#### Starfssvið:

- Umsjón með öllu íþróttá – og uppbyggingarstarfi Fram í Grafarholti
- Upplýsingar og ráðgjöf til foreldra og foreldrafélaga
- Kynning, fræðsla og útgáfumál
- Samstarf við skóla og önnur samtök í hverfinu

#### Menntunar- og hæfniskröfur:

- Þekking og áhugi á íþróttastarfsemi
- Skipulögð vinnubrögð
- Stundvísí, jákvæðni og frumkvæði
- Mikli hæfni í mannlegum samskiptum



#### Nánari upplýsingar:

Þór eða Kristinn s: 533-5600

Umsóknir sendist á [toti@fram.is](mailto:toti@fram.is), fyrir 22. júlí 2009.

### LAUSAR KENNASTÖÐUR Á ÞÓRSHÖFN



#### GRUNNSKÓLAKENNAAR ATHUGIÐ!

Lausar eru eftirtaldar stöður við Grunnskólann á Þórshöfn frá og með 1. ágúst nk.

Umsóknarfrestur er föstudagsins 31. júlí nk.

#### Kennara vantar til umsónarkennslu á öllum aldursstígam.

Grunnskólinn á Þórshöfn er einsetinn skóli með um 80 nemendum í hæfilega stórum bekkjardeildum. Á Þórshöfn búa um 400 manns í sérlega fjölskylduvænu umhverfi. Gott og ódýrt íbúðarhúsnæði er til staðar.

Á staðnum er öll almenn þjónusta, góður leikskóli og glæsileg íþróttamiðstöð ásamt sundlaug með aðstöðu fyrir alla aldurshópa. Fjölbreyttir útivistarmöguleikar eru til staðar í ósnortinni náttúru. Samgöngur eru góðar, m.a. er flug fimm daga vikunnar til Reykjavíkur um Akureyri.

Upplýsingar gefa Heiðrún Óladóttir, skólustjóri í sínum 468 1164 og 893 5836, [heidrun@langanesbyggd.is](mailto:heidrun@langanesbyggd.is) og Gunnólfur Lárusson, sveitarstjóri í sínum 468 1220 og 821-1646, [sveitarstjori@langanesbyggd.is](mailto:sveitarstjori@langanesbyggd.is)



Við finnum þann eina rétta

[www.stra.is](http://www.stra.is)



## Útboð

## ÚTBOÐ

**F.h. Reykjavíkurborgar:****Rammamningur um kaup á ferskum og frystum fiski og unnum fiskvörum – EES.**

Útboðsgögn á geisladiski verða seld á kr. 3.000, í síma- og upplýsingaþjónustu Ráðhúss Reykjavíkur. Opnun tilboða: 11. ágúst 2009, kl 14:00 í Ráðhúsi Reykjavíkur. 12178 Nánari upplýsingar er að finna á [www.reykjavik.is/utbod](http://www.reykjavik.is/utbod)



**Reykjavíkurborg**  
Innkaupaskrifstofa

Ráðhúsi Reykjavíkur, Tjarnargötu 11, 101 Reykjavík  
Sími 411 1042 / 411 1043, bréfsími 411 1048  
Netfang: [utbod@reykjavik.is](mailto:utbod@reykjavik.is)

## ÚTBOÐ

**F.h. Framkvæmda- og eignasviðs Reykjavíkurborgar:****Hjólástígar – 2009, Fossvogsdalur.**

Lokaskiladagur verksins er 1. nóvember 2009. Útboðsgögn á geisladiski verða seld á 3.000 kr. frá og með 14. júlí 2009, í síma- og upplýsingaþjónustu Ráðhúss Reykjavíkur. Opnun tilboða: 28. júlí 2009 kl. 10:00, í Ráðhúsi Reykjavíkur. 12313 Nánari upplýsingar er að finna á [www.reykjavik.is/utbod](http://www.reykjavik.is/utbod)



**Reykjavíkurborg**  
Innkaupaskrifstofa

Ráðhúsi Reykjavíkur, Tjarnargötu 11, 101 Reykjavík  
Sími 411 1042 / 411 1043, bréfsími 411 1048  
Netfang: [utbod@reykjavik.is](mailto:utbod@reykjavik.is)

## ÚTBOÐ

**F.h. Framkvæmda- og eignasviðs Reykjavíkurborgar, Orkuveitu Reykjavíkur og Mílu:****Hlíðarfótur - Gatnagerð og lagnir**

Lokaskiladagur verksins er 10. júní 2010. Útboðsgögn á geisladiski verða seld á 3.000 kr. frá og með 15. júlí 2009, í síma- og upplýsingaþjónustu Ráðhúss Reykjavíkur, Tjarnargötu 11, Reykjavík. Opnun tilboða: 29. júlí 2009 kl. 10:00 í Ráðhúsi Reykjavíkur. 12312 Nánari upplýsingar er að finna á [www.reykjavik.is/utbod](http://www.reykjavik.is/utbod)



**Reykjavíkurborg**  
Innkaupaskrifstofa

Ráðhúsi Reykjavíkur, Tjarnargötu 11, 101 Reykjavík  
Sími 411 1042 / 411 1043, bréfsími 411 1048  
Netfang: [utbod@reykjavik.is](mailto:utbod@reykjavik.is)



# Laus störf á Sólheimum

Leitað er að áhugasömum og metnaðarfullum einstaklingum sem hafa áhuga á að búa og starfa í einstöku samfélagi.

**Forstöðumaður Verslunarinnar Völu og Listhúss Sólheima****Meðal verkefna:**

- Innkaup og sala á dagvörum
- Sala á framleiðsluvörum handverkstæða og íbúa Sólheima
- Umsjón með öðru því er viðkemur daglegum rekstri

**Óskað er eftir umsóknum frá einstaklingum sem búa yfir eftirfarandi kostum:**

- Frumkvæði og jákvæðni.
- Áhuga á umhverfissvænum lífsstíl.
- Reynsla af verslunarstörfum æskileg.
- Skipulögðum og sjálfstæðum vinnubrögðum.

Umsóknir skulu berast Guðmundi Ármanni, [gap@solheimar.is](mailto:gap@solheimar.is), sími 480 4401, sem veitir nánari upplýsingar um starfið, eigi síðar en 19. júlí nk.

**Matráður**

Matráður óskast til starfa hjá Brekkukoti, Sólheimum. Brekkukot annast rekstur á mótuneyti Sólheima, gistiheimili og kaffihúsið Grænu könnuna.

**Meðal verkefna:**

- Matartilbúningur
- Innkaup
- Ýmis tilfallandi störf

Lögð er sérstök áhersla á heilsusamlegt fæði, grænmetisrétti og fagleg vinnubrögð.

Umsóknir skulu berast Sölva B. Hilmarssyni, [brekkukot@solheimar.is](mailto:brekkukot@solheimar.is), sími 480 4483, sem veitir nánari upplýsingar um starfið, eigi síðar en 19. júlí nk.



**SÓLHEIMAR**  
SJÁLFBÆRT SAMFÉLAG

Sólheimar - 801 Selfoss  
[www.solheimar.is](http://www.solheimar.is)

Í byggðahverfinu Sólheimum búa og starfa um 100 manns. Rekin er fjölbætt atvinnustarfsemi með skógrækt, garðyrkju, verslun og listhúsi, vefstofu, listasmíðju, jurtastofu, keramik, kertagerð og smíðastofu. Sesseljuhús umhverfissetur og gistiheimili eru einnig á Sólheimum auk hægmyndagarðs, trjásafns, sundlaugar, kaffihúss og kirkju. Verið velkomin í heimsókn!

## Til leigu

**Einbýlishús til leigu í Fossvogi- á besta stað.**

Einbýlishús er til leigu á besta stað í Fossvogi. Húsið er 210 m<sup>2</sup> með bílskúr sem er innréttaður sem studio íbúð. Hægt að leigja án bílskúrs (sem er í leigu núna en gæti losnað fljótt).

Stór og mikil lóð- pallur fyrir framan sem snýr í suður- 4 svefnherbergi, eldhús og stofa.

**Húsið er laust um miðjan júlí.**

Áhugasamir hafi samband við Davíð á [david@ntc.is](mailto:david@ntc.is) eða í síma 617-1767.



**SJÚKRATRYGGINGAR ÍSLANDS**

**Aðgerðir hjá bæklunarlæknum**

Reglugerð um greiðsluþátttöku sjúkratrygginga vegna sjálfstætt starfandi sérfræðinga í bæklunarlækningum hefur verið breytt.

**Nú verður að sækja fyrir fram um greiðsluþátttöku Sjúkratrygginga Íslands vegna aðgerða sjálfstætt starfandi bæklunarlækna án sammings sem krefjast aðkomu svæfingarlæknis.**

Þetta skilyrði varðar einungis ofanefndar aðgerðir sem fyrirhugað er að framkvæma eftir 1. ágúst 2009.

Sjúkratryggingum Íslands er óheimilt að samþykka eftir á endur-greiðslu kostnaðar vegna þessara aðgerða.

Reglugerðina sjálfa og umsókn ásamt ítarlegri upplýsingum má finna á [www.tr.is](http://www.tr.is).

# ERTU Á RÉTTUM STAÐ?

Kíktu á [www.capacent.is](http://www.capacent.is)

**capacent**  
RÁÐNINGAR

Borgartúni 27 105 Reykjavík Sími 540 1000



## Bílar óskast

Óska eftir Renault Cango. Árg. '98-01. Uppl. s. 892 9099.

**Þýskir bílar óskast til kaups!!**  
Óska eftir að kaupa gegn staðgreiðslu þýska bíla árgærd 2005 og yngri Mercedes Benz, Bmw, Audi og Porsche  
**Hringdu núna og fáðu staðgreiðslutilboð!**  
**Sverrir s 618-7001**

## !!! VANTAR BÍL Á 50- 200 þús!!

Má þurfa að laga, vera númerslaus, ljotur eða bara í finu standi. Hringið strax í s. 894 6383.

Kaupi bíla sem þarfnast viðgerðar fyrir ca 20-100 þús. stgr. sími 896 6744.

Góður Yaris eða Corolla óskast. Verðhugm. 400-500þús stgr. Uppl í s 696 0983

Óska eftir rútu 4x4, 18-25 sæta eða húsbíl að svipaðri stærð. S. 892 2977.

Óska eftir S 500 Benz 1986-1995 mod-eli á góðu verði. Sígi 8614300

Suzuki Jimny árgærd 2005 til 2008 óskast til kaups. Upplýsingar í síma S. 822 1216.

Jeep Liberty árgærd 2003 til 2007 óskast til kaups. Upplýsingar í síma S. 822 1216.

## Jeppar



Til sölu Landcruiser 120 (VX) árg. 11.03 ek. 82þ. 35" breyttur. Gull fallgur & ójaskaður. Ásett 4.950 / tilboð Uppl. 869 1122



VOLVO XC90 2,5 Diesel'07, ek. 42 þús. 7 sæta, krókur, leður o.m.fl. Ásett verð 7,490m. 1 milljón staðgr.afsl. v. flutninga. S.8646757



Dodge Durango 44" breyttur. 2 dekkjagangar, læsingar, GPB, NMT og VHF. S. 849 0511 og karinehf@hotmail.com



Til sölu Toyota Landcruiser 120 GX 10/03 diesel ekinn 105 þús sjúk. 33" dekk o.fl. Listaverð 4.070 þús. Uppl í síma 899 2124.



Jeep Grand Cherokee Limited 4,7L '00 árg. til sölu. Ek. 140 þús. km. Fallgur bíll í góðu ástandi, sk. '10. Áhv. ca. 440 þús. ásett v. 1.100 þús. Skoða skipti á ódyrari beinsk. station bíl eða dýrari Octaviu Combi. Einnig til sölu Ford Explorer SLS '02 4.0L sk. '10. Ek. ca. 68 þús. mílur. Bíll í góðu ástandi, hækkaður upp um 4cm. Skoða skipti á '06 og nýrri Explorer eða Kyrn. Er með milljón á milli. Uppl. gefur Ágúst í s. 840 4962.

## Þjónusta



EBERSPACHER, vatns- og hitablasarar 12 & 24volt, diesel og bensín, viðgerðar og varahlutþjónusta. Stilling sími: 520 8000.

Til sölu Suzuki Vítara V6 '96. Ssk. Nýsk. Vetradekk fylgja. Uppl í s. 844 5412.

Suzuki DR-Z 400S Óska eftir að kaupa Suzuki DR-Z 400S á hvítum númerum, gegn staðgreiðslu allt að 600. þús. Kr thordur@hotmail.com

## Sendibílar



WW Caddy til sölu. Árg. '98 sk. '10 Góður vinnubíll. Tilboð. S. 895 8194.

## Hópfæribílar

Óska eftir hópfæribíll, 10-14 sæta. Uppl. í s:869 1047.

## Vörubílar



Til sölu Scania og vélavagn Scania 124 árg. '99. Bíll í góðu standi. Einnig 3 öxla vélavagn. S. 897 2171.

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

## Húsbílar



Fiat Liberty árg. '02 2.8 mjög vel með farinn. Verð 4700þ. Uppl. í s. 840 0613.



Til sölu Fiat Reimo árg. 95. Ek. 130þ. Verð 2,7 millj. Uppl. s. 840 0613.



Fiat Elnac P200 '06 ek. 13þ. diesel. Ásett v. 5,2 áhv. ca. 3,7. S. 898 0885.



Til sölu fyrir laghenta Hobby 630 Fiat '85. Ekin 137 P km. Verð 750 þ eða tilboð. Upplýsingar í síma 821 7833.

Fortjald fyrir húsbíl með 3 metra markýsu. Uppl í s. 840 3017.

## Mótorhjól



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



Garmin Zumo 550 vatnshelt mótorhjólaleiðsögutæki til sölu. Nýtt Íslands og Evrópukort. Bílafesting fylgir. Fæst á hálfverði. Uppl. í síma 899 9795



Yamaha V-Star 1100. Árg. 03. Mikið króm og aukahlutir. Ásett verð 950 þús. Afsl. v/stgr. í boði. Skoða skipti á ódyrari litlum fólkabíl og litla milligjöf kaupanda. Uppl. Sveinn 618 1100.



Mótorhjólagerindur á bíla, passa á alla bíla með 50x50 prófilbeisli. Hægt að hengja kerru aftan. Verð 60.000. Fást einungis hjá Stálbæ Smiðjuvegi 9a rauð gata s 564 3013 Stalbaer.is



Honda shadow, árg 1997, 600cc ekið 4000 mílur lítur út einsog nýtt, verðhugmynd: 490 þús. Sími 866 5056 Ágúst.



Harley Davidson Soft Tail árg. '06 1450cc. Ek. 22þ.km. Áhv. 1600þ. Tilboð óskast. S. 662 6580.

## Vespur

Til sölu rauð vespa (frá Hagkaup) nýskr júlí 2008, ekin 210 km sem ný. Verð 146.000 uppl í síma 820 3889.

## Fjórthjól



Suzuki Quadracer LTR 450 2008 Special Edition. Fæst á Yfirtöku og 100.000 kr með í peningum, keyrt aðeins í 30 klst. Geggjað skemmtilegt Hjól. Áhvílandi erlent lán 1450 þús, afborgun 23þús á mánuði. Uppl sími 867 8030, raden@simnet.is

Sumoto 250cc árg 05, litur vel út. Á góðum dekkjum. uppl í s 483 4614 og 899 4614

Til sölu Polaris Sportsman X2 800 árg.'07. á 1500 þús. Uppl. í s. 892 5065.

## Kerrur



Hjóla-hesta og bílaflutningakerra til sölu. Lengd 6.60 m. breidd 2,50 m. og hæð 2.20 m. 1890 þús. Áhv. 1.100 þús. Glitmir. Afb. 25 þús. Uppl. í s: 898 1598.



Faranguskerra með læstu loki, ljósabúnaður og sturtanleg aukayfirbreiðsla fylgir. V. 80þ. S. 693 7421.

## Hjólhýsi



Detheffs 510TK árgærd '08. Trumamiðstöð og boiler,ísskápur m/ frysti, 4 þaklúgur, 2 gaskútar, hallogen lýsing, klósett, sturta, 70L vatnstankur, fortjald og 100W sólarrella NY. (Kojuhús). Ásett verð 2690þ. S: 696-4248

Sala/skipti á fellihýsi. Til sölu Adria aðiva 502 up, skráð 06/04 verð 2.150 þús. ekkert áhvílandi. Allir fylgihlutir. Alde hitakerfi ekki gasmiðstöð, svefnpláss fyrir 4, lítur mjög vel út. Skipti á fellihýsi Coliman eða Pallimino 9-11 fet. Verð ca 500 þús - 1 millj. Uppl í s 846 1562

Til sölu Adria hjólhýsi m. stóru fortjaldi og auka fortjaldi + 220 w. Fallgett hýsi. Mjög lítið notað og vel með farið. Öll skipti skoðuð. Uppl. hjá Gunnari s. 899 2279.

**www.hjolphysaleigan.is**  
Hjólhýsi til leigu í sumar!

## Fellihýsi



Til Sölu 3ára Truma 4000 gas-miðstöð. - Batteri, gaskútur & barkar fylgja með (ATH einnig frábergt í tjaldvagninn) Verð: 120.000 Sími 821-1767



Camplite 1999 8 feta fellihýsi ásamt fortjaldi til sölu. Verð 400 þús. Uppl. í s. 862 5427.



Til sölu Starkraft 11 RT '06 lítið notað, er með palli fyrir leikþæki. Skipti athugasandi. S. 660 0499.

palomino Yearling árg, 2004 12 feta fellihýsi til sölu, lítið notað, fortjald og fleira. Verð 1350 þúsund. Upplýsingar í síma 840 4050

Til sölu Pallimino Pony fellihýsi '01. Verð 400þús. Uppl. í s. 897 3458.

Fellihýsi til sölu, Palomino Yearling 10 fet árgærd 2006. Sími 8638520.

Fleetwood Cheyenne árg.'07. Sólarrafhl., grjótv., rafv., vatnst, 220V, miðstöð, íssk. og gaskútur. V. 1.500 þ. Uppl. í s. 699 1617, Auðunn

## Tjaldvagnar



Álbox fyrir tjaldvagna og fellihýsi KE Málmismiði, Axarhöfða 18. S. 587 0626 & 696 3522. www.ke.is



Combi camp 2000árg. í frábæru ástandi. Ásett verð 450 vatar að losna við sem fyrst og sel hann á 380 þeim sem nær honum fyrstur. S6984123

Combi Camp árg. '79, þarfnast smá lagf. V. 50 þ. Einnig lokuð farangurskera þarfnast lagf. á loki V. 30 þ. Uppl. í s 895 2243.

Camplet Apollo Lux, 2007 til sölu. Með yfirbreiðslu, stórum dekkjum (13"), geymslukassa, rennandi vatni og helluborði, vösúm á milli svefnkjaldra og dúk í fortjald. Ásett verð 790 þús. Uppl. í síma 825 8435.

Til sölu Comby Camp Family tjaldvagn árg.'92 vel með farinn nýtt fortjald, motta í fortjald, nýjar legur. Ásett verð 270 þúsund s 4371622 - 8637622

Til sölu Ægis tjaldvagn '04 árg. í toppstandi, gaseldavél, fortjald, dúkur í fortj. og geymslukassi á beysli. V. 650 þ. Uppl. í s 660 2143.

## Vinnuvélar

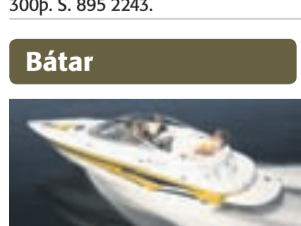


Handfærassökku úr stálsteypu 2 kg - 300 kr. stk 2,5 kg - 350 kr. stk 462 6512 / 897 9999.



MAN vörubíll árg. '78 sk. '10 ek. 187þ. Þarfnast lagf. Einnig Kase 580F traktorgrafa. Gömul, ljót en virkar. Verðh. 300þ. S. 895 2243.

## Bátar



Campion Chase 700(22fet) árg.'07 til sölu. Einn sá öflugasti á landinu gengur 70 mílur. Allar uppl. á slóðinni http://www.campionboats.com/chase/700/iBR/specs.php Áhugasamir hafið samband í s:868-1616



## Bátur til sölu

Til sölu 9,5 tonna bátur með ford MERMAID díselvél. Uppl. í sínum 894 8814 & 893 6204 & 894 1580.



Til sölu hraðfiskibátur með Volvo 130hó vél. Tilboð óskast. Uppl. í s. 840 0613.



Óska eftir seglbretti ódyrt. Skoða allt! S:661 3145.



GUL Shadow þurrullar m/öndun. Gott verð! www.gummibatar.is Opið um helgar. S:6607570

Óli skipasmíður getur bætt við sig viðhaldsverkefnum í bátum stórum sem smáum. S. 698 9608.

Hefur þú hug á að selja skip eða bát úr landi? Fyrirtækið IMEX tekur að sér verkefni f. fyrirtæki og einstaklinga við sölu á skipum, bátum og kvóta. IMEX aðstoðar aðila minni báta með flutning á þeim milli landa og hefur samninga flutningsafélag. IMEX er með umboðsaðila í Noregi, Svíþjóð, Danmörku, Færeyjum og Grænlandi og tengslanet á norðurlöndunum / Íslandi. IMEX býður upp á sérfræðinga með mikla reynslu í viðskiptum, markaðssetningu, sölu og leigu eigna og bjóðum upp á lögræðiaðstoð /ráðgjöf. IMEX Sérhæfir sig í alþjóða viðskiptum með áherslu á verkefni í Skandinavíu. Við sjáum um samskipti við stofnanir s.s. tollayfirvöld, flutningsaðila, eftirlitstofnanir ofl. í tengslum við verkefni. IMEX hefur mottoð: Fagleg, traust og örugg þjónusta. Askilinn er réttur IMEX til Þess að hafna verkefnum. Imex Sími:004748283045 Tölvupóst. Eggert Johannesson: e@imex.no eða Styrmir@imex.no

Til sölu Zodiac slöngubátur + 15hö Mercury fjörgengismotor. Uppl. í S 695 9543

Óska eftir hraðbát, slöngu eða plast. Uppl. í S 860 7607.

## Hjólbarðar



Til sölu 1 stk. 275 - 70x16. 1 stk. 235 - 70x16. 1 stk. 215 - 55x16. 1 stk. 225 - 55x16. 1 stk. 205 - 55x16. 1 stk. 185 - 70x14. Uppl. s. 844 9290.

Til solu 4stk.dekk og afelgur 275/55 R17 á 75.000 kr uppl.í S:822-7078



**Varahlutir**



Pú getur fundið varahlutina á  
**WWW.MHG.IS**  
MHG Verslun ehf  
Akralind 4 sími: 544-4656

**Sætis-áklæði**

Passa á flest sæti. Einnig fínanlegt á bekki.



ARCTIC TRUCKS  
Sími 548 4962

**555 6666**  
VW Bora, Golf, Passat, Cati, Audi A4, Hyundai Getz H1, Starex, Santa Fe, I30, Honda Jazz, CRV, Toyota Avenis, Yaris, M.Benz margar gerðir, Fiat Punto, Suzuki Swift, Chevrolet Lacette, MMC Galant, Pajero, Citroen Berlingo, Daihatsu Terios, Peugeot 206. Man 26530 árg.'05. og margt fleira. Kaupum bíla til niðurrifs. S. 555 6666 & 615 0888. Skeiðarás 3, 210 Grb.

**Flug**



TF-FAL til sölu. Nýlegur mótur, frábær tímasafnari. Skemmtileg flugvél. Ásett verð 2.3 m, tilboð óskast. Uppl. í síma 869 6652 villibj@hotmail.com

**ÞJÓNUSTA**

**Veislusalir**

Leigjum veislusal, með eða án veitinga. Rúmar 120 manns í sæti. S. 896 1250.

**Veitingastaðir**

Vinsamlegast pantið borð. Sérstakur staður á sérstökum stað. Hafid blaá útsýnis og veitingastaður við Ósa Ölfúsar. www.hafidblaa@hafidblaa.is & 483 1000.

**Hreingerningar**

**Atiö**  
Próf & Væðing  
Hreingerningar • Flutningsþjónusta  
Gólfborun • Teppahreinsun  
• Húsgagnahreinsun  
Sími: 662 0 662

**Garðyrkja**

**Gröfubjónusta Auberts.**  
Allar stærðir af gröfum með fleyg og jarðvegsbor, hlöðum grjótkanta og útvegum holtagrjót og allt fyllingarefni, jöfnum löðir, gröfum grunna. Einnig endurnýjun á drenn og klóaklögnum.  
Sími 892 1663.

**Túnþokusala Oddsteins**  
Túnþokur og túnþokurúllur til sölu í garðinn eða sumarbústaðinn!  
Steini S. 663 6666  
vísa/euro

**Alhliða garðabjónusta**  
Garðabjónusta Íslands ehf  
Vönduð vinnubrögð  
- Hjóðeifur í s. 844 6547  
- Róbert í s. 866 9767

**TRJÁPLÖNTUR TIL SÖLU**  
Til sölu 2 ára Birkí plöntur af Hrafnóttum 851 Hella.  
Upplýsingar í síma 487 5454 og 861 4452.

**Sælugarðar**

- Garðsláttur
- Garðaúðanir
- Beðahreinsun
- Trjáklippingar
- Trjáfellingar
- Þökulagnir
- Hellulagnir
- Sólpallasmiði

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

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

Traust þjónusta í 20 ár!  
**SLÁTTUR TRJÁKLIPPINGAR**  
**BEDAHEREINSUN**  
**STUBBATÆTUN**  
**GARÐAÚÐUN**  
Allt fyrir garðinn á einum stað!  
554 1989  
GARÐLIST  
WWW.GARDLIST.IS

**www.save.is**  
SÁ VERKLAUSNIR EHF  
Alhliða garðabjónusta og löðufrágangur. Gerum fínt verðtilboð.  
Hellulagnir - Meðsluveggir, þökulagnir - sláttur - klipping, hreinsun - jarðvegsskipti.  
FREKARI UPPL. HJÁ SÍGURÐI Í S. 897 3057 eða á heimasíðu.

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

**Þjónusta**

**SÁ Verklausnir ehf**  
Alhliða garðabjónusta og löða frágangur. Gerum fínt verðtilboð.  
Þökulagning - Hellulagning - Jarðvegsskipti  
Hreinsun - sláttur - klipping  
Frekari uppl. hjá Sigurði í s. 897 3057 eða á heimasíðu:  
**www.save.is**



**Láttu okkur sjá um garðinn í sumar**  
Tökum að okkur alla almenna umhirðu garða - garðslátt, trjáfellingar, beðahreinsun og trjáklippingar! Fínt verð tilboð ykkur að kostnaðarlausu Sláttur og Garðabjónustan 577 4444 & 892 9999.  
Smágröfubjónusta, hellulagnir, drenlagnir og öll almenn löðavinnu. Vönduð og góð vinnubrögð. Erum með vörubíl með krana. SS Hellulagnir. 691 8907. Sjá nánar á www.sshellulagnir.is

Lífrænn húsdýra áburður til sölu. 10 L. kr. 1300, 30 L. kr. 2000. Uppl. í s. 567 4656.

**Sumarklippingar!**  
Runnklippingar, trjáfellingar, snyrting á trjágróðri. Alhliða umhirða garða.

Eiríkur Sæland garðyrkjufraeðingur.  
S. 848 1723.

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

**Account Bókhald og rekstrarráðgjöf slf.**  
Framtöl ofl. S. 860 0266 & 840 0609  
www.account.is

**Málarar**

**Frír háprýstipvottur í Júlí!**  
Tökum að okkur múr- og málningavinnu, stór og smá verk. Örugg þjónusta, vanir menn vönduð vinna. Gerum verðtilboð þér að kostnaðarlausu.  
Upplýsingar gefur Sverrir s. 661 7000.

**ELIAS RABEN MÁLUN**  
PARF AD FARA AD HUGA AD VIDHALDI Á HUSINU ?  
ER KOMINN TÍMI Á AD MÁLA ?  
TÖKUM AD OKKUR: Múrviðgerðir, flötun, múrhúðun, flisalagnir, úti, inni og þakmálun, spörtlun og fleira.  
Komum og gerum tilboð ykkur að kostnaðarlausu!  
Eliás Raben - Múraramestari  
S. 770 3686  
eliasraben@gmail.com

Þorbjörn Ingi, lögg. múraramestari. Get bætt við mig verkefnum. 863 2134.

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

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

**Búslóðaflutningar**  
Ert þú að flytja? Búslóðafl., fyrirtækjafll., pianófl. o.fl. Extra stór bíll. Flutningaþj. Miklaels. S. 894 4560 www.flytja.is

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

Óska eftir samleigjanda að 20ft. gámi á Öresunds-svæðið í ágúst. Uppl. í s.899 2060

**Húsviðhald**

**Fagþjónusta - Allt á einum stað**  
Getum bætt við okkur í flisalögn, múrverki, pípulögn, málningu, parketlögn, glerisetningum og fleira. Sérhæfum okkur í lekavandamálum. Einnig tökum við að okkur niðurrif úr húsum og múrbrot. Fíjót og góð vinnubrögð. Tímavinna eða tilboð.  
Upplýsingar í síma 899 2420 Steingæði ehf.

**FJARDAR VIRKI**  
Byggr á traustum grunni.  
Kristinn Friðrik Jónsson  
Húsmiðameistari  
Nýsmiði  
Viðhald  
Breytingar  
898 0968  
fjardarvirki@simnet.is

Tek að mér viðhaldsverkefni stór sem smá, mikil reynsla og sanngjarnt verð. Óli smiður 698 9608.

Getum bætt við okkur verkefnum við endurbætur og viðhald á húsum. Uppl. í s. 698 8072.

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

**Múrviðgerðir, tröppur og málun**  
Múrviðgerðir, tröppur og málun. Geri tilboð innan viku yður að kostnaðarlausu. Hinrik, s. 892 9499.

Tek að mér allt alm. viðhald húsa, s.s. málun, múrun, flisa- & parketlagnir og trésmiði, nýsmiði á gluggum og ísetningu. Fínt tilboð eða tímavinna. S. 616 1569.

Þarf að skipta um rennur, glerja eða mála þakið? Tilboð/tímavinna. S. 553 2171.

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

**Húsviðhald!**  
Þak- og utanhússklæðningar og allt húsviðhald. Ragnar V. Sigurðsson ehf. S. 892 8647.

**Lekur þakið ?**  
Tek að mér að leggja P.V.C dúk á þök og bílskúra, erum líka í þakviðgerðum. Uppl. í s. 659 3598.

**Húsviðgerðir**  
Tökum að okkur allar almennar húsviðgerðir, flötun gólfa og flisalagnir. Hafid samband við Guðmund í s. 698 8171.

**Tölvur**  
Alhliða tölvu- og netviðgerðir, gagnaþjörgun og ráðgjöf. Kem á staðinn. Þar sem aðrir klíkka kem ég við sögu. Gott verð!! Baldvin, S. 699 6735.

**Dulspeki-heilun**  
Spámiðill. Miðla með aðstoð kaffibolla. Miðla til þín því sem þú þarft að heyra. S. 866 6597 Ásdís Spámiðill.

**Nudd**  
TANTRIK MASSAGE IN DOWN TOWN ANY TIME!!! 869 8602.

Whole body massage. S. 841 8529.

Whole body massage. Tel. 849 5247.

NEW!!!! LUXURY TANTRIC MASSAGE ANY TIME!! 8476555.

**Spádómar**

Hanna s. 555 2927

Spá Draumar Fyrirbænin

Opíð frá kl. 12-24, tek einnig í einkatíma

**Ljósíð S. 908 6060**  
Tarot, miðlun, fyrirbænin, trúnaður.  
Aðgát skal höfð í nærveru sólar.  
Opíð frá 12-23  
S. 894 9228 Steinunn  
vísa/euro

**www.orlagalinan.is**

**Örlaga línan**

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

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

Spásíminn 908 5666. Stjörnuþá. Tarot. Ársspá. Draumráðningar, ást og peningar. Andleg hjálp. Trúnaður.

**Skemmtanir**

DJ Hrafninn / DJ Ravin, tek að mér að spila við öll tækifæri, brúðkaup, party eða skemmtanir. Hef mikla reynslu og það verður stanslaust stuð. Uppl. á DJhrafninn@talnet.is (Ath. aðeins áhugasamir hafid samband!)

Hljómsveitin Vanir Menn. Alhliða tónlist við öll tækifæri. S. 863 9776 / 899 2060

**Múrarar**

**Viðgerðir**  
Múrverk, flisar, gífs, steining, hellulagning ofl. Utan sem innan. S. 847 2209.

**Trésmiði**



**Minigolf**  
**www.bustadur.is**  
9 holu minigolfvelli til sölu. Skemmtileg sett. Upplagt fyrir einstaklinga, félagsamtök, útihátíðarsamtök eða þjónustumiðstöðvar. Smíðum og gerum við sumarhús og útileiktækki og almenn trésmíðavinnu, smíðum borð með áföstum bekkjum. Uppl. í s. 867 3245 & 869 1690 Bergþjónan ehf Smíðshóla 12, pukinn@simnet.is

Builders available  
Plastering, painting, tiling, Dry-lining, Paving, Windows & Doors, Ceilings & Floors etc Cont:8450757

**smidaland.is**  
Nýsmiði, viðhald, gluggar, sólpallar, skálar, þakviðgerðir. Allt milli himins og jarðar. S. 772 0040.

**Önnur þjónusta**

**GSG**  
VEGMERKING

- Bilastæðamálun
- Vélsópun
- Malbiksviðgerðir

s. 568 4800 www.bilastaed.is

**KEYPT & SELT**

**Til sölu**

**Second Hand verslunin Marilyn Monroe opnar miðvikudaginn 1. júlí !**  
Opíð frá kl. 13 - 17.30 alla daga. Úrval af notuðum og nýjum herra- og dömfatnaði á góðu verði.  
Skór, töskur, slæður ofl.  
**Marilyn Monroe, Starmýri 2.**  
(gengið inn frá Álftamýri) s. 866 9747.

**Þjónusta**

**Parketslípun**  
sólpallaslípun | parketlagnir

551 1309  
690 5115

golflist@golflist.is  
www.golflist.is

**Gólf list**  
Parketlagnir og viðhald







Til sölu gestahús/vinnuskúr 12m2 með Wc og rafmagnstöflu. Verð 800þ. S. 898 8082.

Til sölu vel með farinn silfurkross barnavagn (35þ.), ferðabarnarúm, himnasæng, hlíf í rúm og bleijuskíptidýna (10þ.) Upp. í S 861 0038.

Nýir Rafmagnsmagnsnuddpottar 25% afsl. Uppl. í gsm. 695 3366.

HEITUR POTTUR Rafmagnspottur til sölu. Tilboð óskast. Uppl. s. 899 3350/898 6767.

Til s. sumarhús til flutn., má standa til næsta vors ef óskað er. Tilbúinn til að taka hjóla. eða tjaldv. uppl. Einnig til s. 5 h. landspilda. Uppl. í s.865 6560

Verðtilboð óskast. Falleg eikar eldhúsninnrétting til sölu. Sjó ára gömul, spónlögð og sérsmiðuð. Sími 661 4647.

Austurlensk gólfteppi, sjónvarp, litill ísskápur og tölva til sölu. Uppl. í s. 567 2827.

**Hurðir og tjald**

Til sölu gamlar hvítar hurðir. 4m bar stöng. 3 uppistöður fyrir bar úr ryðfrústáli. Nýtt Andros tjald úr Útillf, 6manna braggtjald til sölu, gott verð. S. 844 9595 & 898 5256

**Gefins**

Bráðvantar ísskáp, helst gefins. Uppl. í s. 696 2896.

**Óskast keypt**

**Kaup gull !**  
Ég Magnús Steinþórsson gullsmiðameistari kaup gull, gullpeninga og gull skartgrip af fólki. Og veiti ég góð ráð. Kaupi allt gull, nýlegt, gamalt og illa farið.  
Leitið til fagmanns.  
Upplýsingar á demantar.is í s. 699 8000 eða komið í Pósthússtræti 13, Verið velkomin

**Staðgreiðum gull, demanta og úr.**  
Hringar, hálsren, armbönd, Rolex, Cartier, Patek Philippe o.fl. Hringdu núna og fáðu tilboð þér að kostnaðarlausu!  
www.kaupumalltull.is  
Upplýsingar í síma 661 7000.

Við erum að leita eftir stólum, borðum, stól- borðfótum og borðplötum fyrir veitingastað. Vinsamlegast hafið samband í síma 821 7909 / 561 0990.

Wheeloader CAT 930, 950, 936, 966, árg. '84-'99. Excavator-bigger CAT 225, '90-'99. Einnig Benz vörubílar árg. '90-'99. Uppl. e-mail; Einar@raflist.is / S. 823 8860

Gott kvenn-reiðhjól (helst götuhjól) óskast keypt. Uppl. sendist á svavajo@gmail.com

Óska eftir 3.sturtuklefum, 3.vöskum og 3.klósettum á vægu verði. Uppl. í s. 461 2500

Óska eftir að kaupa CD, DVD diska, PS2 leiki og vinyll hjómplötur. Uppl. í s. 698 8629.

VANTAR ÞÉR PENING? Ertu með gullskartgrip, gullpening eða annað úr gulli sem þú vilt selja? Komdu til okkar á Laugarvegur 76 og þáðu gott staðgreiðsluverð. opið 10-16 eða hringdu:695 2804 til að panta aðra tíma.

**Skemmtun**

Hamraborg 11  
200 Kópavogur **Gatalina** S: 554-2166

Í kvöld spilar **Hermann Ingi Catalina**  
Allir velkomnir  
Snyrtilegur klæðnaður áskilin  
Fritt inn.

Hádegismatur alla virka daga  
Sérrettaseðill – Smáréttaseðill  
Allar veitingar á vægu verði.  
Hamborgaratilboð!  
Útdeigusalur  
Boltatilboð

**Boltinn í beinni!**

**Sjónvarp**  
Sjónvarps/vídeo vídeógerðir. Afsl. til elli/örkyrja. Sækjum. Litsýn - Síðumúli 35. - S. 552 7095.

**Vélar og verkfæri**  
Óska eftir öflugri bandsög. S. 464 3327 & 867 0220

**Til bygginga**

**Óska eftir að kaupa vinnupalla og steypumót gegn staðgreiðslu**  
Frá Layher, Plettac, Hunnebeck eða Rux. Steypumót, frá Peri, Doka eða Hunnebeck.  
Óska einnig eftir byggingarkrana, t.d. Liebherr, Demag, Grove eða Faun.  
Hringdu núna, Sverrir s. 693-6445

Krossviður, timbur, mótaborð, kambstál, gips og fl. uppl. í s: 840-7273 og ulfurinn.is

Til sölu Doki verð 2700.- pr/ fm. Nýr kostar 5650.- pr/fm. Uppl. í s. 848 3377

**amOR**  
Egg í miklu úrvali frá kr. 790.-  
Tilboð á DVD  
Frábært úrval af nýjum titlum.  
Full búð af nýjum vörum  
• INTIMO •  
Öruggelega besta rakgelið!  
Tökum að okkur heimakynningar.  
ATH!  
VSK af þegar pantað er á netinu!  
Skúlagata 40a s. 562 2433  
Dalvegur 16a s. 562 2445  
www.amor.is

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

**HEILSA**  
**Heilsuvörur**

**Ert þú með þurrar og/ eða sprungnar hendur/fætur?**  
O'Keefe's víðgerðarkremir eru lausnir.  
Kremin fást í flestum verslunum Lyfju, Apótekinu, Árbæjarapóteki, Lyfjaveri Suðurlandsbraut Lyfjavali í Mjódd, Laugarnesapóteki, Snyrtistofunni Laufið í Reykjanesbæ, Snyrtistofan Pema Hafnafirði og Snyrtistofu Grafarvogs.  
Ís - Undur ehf.  
www.isundur.is



Aloe Vera Heilsunnar vegna Betri lífstill - meiri orka. Magnús og Hlíf sjálfstæðir dreifingaraðilar 822 8244 www.flp.is

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

Botnlaus orka betri líðan! Herbalife Shapework. Heilsuáðgjöf og eftirfylgni. Kaupauki fylgir. Halldóra Bjarna hjúkrunarfræðingur. www.halldorabjarna.is S. 861 4019 & 868 4876.

Taktu þér tak! Með HERBALIFE nærðu árangri. Erla Bjartmarz S. 899 4183 www.eco.is Ný netverslun: www.betriheilsa.is/erla

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

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

**Nudd**  
Bið upp á slökunar og gott heilnudd. Röleg og gott umhverfi í 101. Sími 896 0082.

**Nýtt Nýtt! Nudd - Japanska baðið. Krepputilboð!**  
3500.-kr Nudd, 2000.-kr skróbb og heitur pottur, detox 3500.- kr. Matur 1000.- kr. Ayurveda nudd, sogsáala-nudd og Tibet nudd. Opið frá kl. 12.00 alla daga nema sunnudaga. Vaida er komin. Ekkiert sex nudd ! S. 823 8280.

**Tantric Massage of Sacred touch**  
For men, women and couples. Tel 698 8301 www.tantra-temple.com

**SKÓLAR & NÁMSKEIÐ**

**Námskeið**  
Unleash the Power Within  
TONY ROBBINS LIVE  
Róm 25-28.september  
www.englar.is  
567-6617 / 699-6617

Hæ ég heiti Kata og ég kenni á lífið. Sími 691-8672

**SIGLINGANÁMSKEIÐ**  
Skemmtilegt námskeið fyrir börn og fullorðna. Nánari uppl. s: 895 1551 www.brokey.is

**Ökukennsla**  
www.aksturinn.is  
S. 694 9515  
Öku og bifhjólakennsla. Tek einnig að mér akstursmat. Uppl. í s. 694 9515 Haukur Vigfússon.  
Ökukennsla, aðstoð við endurtöku-próf og akstursmat. Kenni á BMW 520D. S. 893 1560 og 587 0102, Páll Andrésson.

**Kennsla**  
**Angielski dla Polaków**  
English4Polish  
Szkoła angielskiego English4Polish ul. Hátún 19 kolo Hlemmuru zaprasza na wieczorne kursy, tel. 893 3089.

**HEIMILIÐ**

**Húsgögn**  
Óska eftir notuðu hjónarúmi ca stærð 180x2 í síma 895 2076 eftir kl. 19:00.

**Heimilistæki**  
Óska eftir þvottavél og ísskáp í góðu standi gefins eða á góðu verði. Uppl í s. 693 8073.

**Dýrahald**  
**HUNDAHREYSTI**  
Nýtt á Ísland! Ferskfóður fyrir hunda. www.hundahreysti.is

Hundaskóli Heimsenda Hunda. Nýtt Grunnnámskeið hefst 14 júlí. Fyrri hunda frá 4 mánaða aldri, fræðandi og skemmtilegt hundanámskeið. Menntaður hundáþjálfari. www.hundaskóli.net Uppl í síma 897 1992.

Tvo 3ja mánn kk kettlinga vantar heimili. Bólusetir, ormahreinsaðir og kassavani. S: 8628115

1 árs vel ættaður brúnn Labrador hundur til sölu af sérstökum aðstæðum. S. 862 8770

**TÓMSTUNDIR & FERÐIR**

**Gisting**

**Húsnæði óskast**  
**2-3 herberja íbúð**  
Óska eftir 2-3 herb. íbúð í RVK. Með bilageymslu eða bílskúr. Uppl s 822 1956 e kl 19.

**Fyrir veiðimenn**  
**ÓDÝR LAXVEIÐILEYFI.**  
Nokkur holl laus í Hölná í Þistilfirði. Gott veiðihús, Stórlaxavon. Tvær stangir, seldar saman. Nánari upplýsingar gefa, Lárus, 691 5167, Jón, 898 7108 og Júlíus, 892 9263.

SJÓSTÖNG.. Bjóðum bestu verðin í sjóstangveiði. Nýr bátur, nýjar stangir og gamall skipstjóri. Tilvalið fyrir fjölskylduna eða smærri hópa. Förum daglega frá Reykjavíkurbíóhn.S:892-0099

Maðkar Laxa og Silungs til sölu Tökum einnig pantanir. Uppl. í síma 695-2572 / 562-0242

**Hestamennska**  
8 daga hestaferð um Fjallabak Syðra og Nyðra 18-25. júlí. Nánari uppl. í s. 896 1675 eða www.hestaborg.is

**HÚSNÆÐI**  
**Húsnæði í boði**

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

Herb. til leigu í miðbæ Rvk. Húsgögn fylgja, verð 35 þús. Uppl. í síma 895 0497.

Herb. á sv. 109 aðg. að wc + sturtu. Tengill f. síma. V. 22 þús/mán. Uppl. 866 2025.

laugarnesverfi, falleg 2 herb.íbuð til leigu í eitt ár frá 0108. 80þ.+hiti og rafm. uppl.8956514

Til leigu 2ja herb. útsýnisíbúð í lyftu blokk í Espigerði. Uppl. gefur Fasteignasalan Miklaborg s. 569 7000.

3ja herb ný íbúð á ról. stað í miðbæ Rvk. 140þ með rafm, hita & intern. 663 0906.

Íbúð í Hafnarfirði til leigu. Stærð 50 fm. Leiga 80.000 á mánn. Laus strax

PINGHOLTIN - LAUS STRAX 3ja herb íbúð 80 fm. Leiga 110 þús á mánn m/hita&rafm. Húsg. fylgja. Uppl. í síma 844-4202

Til leigu góð 3ja herb íbúð á 2 hæð Ást. 4, Kóp. Ný málark, parket á gólf, þvottah & hæð. s. 896-5009

4herb. 90m2 íbúð til leigu í Furugrund 200 kóp. 115þús/mán. Uppl. 892 1026.

Gott herbergi með smá eldhúskrók á besta stað í bænum. Wc fram á sameiginlegum gangi. Laus 1. ágúst. Uppl. í s. 868 5599.

4 herb. íbúð á 1 hæð í blokk til leigu í Hj. Barnvænt umhverfi. V. 115þ. + hússj. Laus. Uppl. í s. 895 1750.

Til leigu 2-3 hebergja íbúð í kóraverfi í Kópavogi. 1 gluggalaust herbergi með loftraestingu inn og út, neðrihæð í parhúsi, verð 110 þús per mánn með hita og rafmagni, stöð 2 og interneti. Laus strax. Uppl. í s 692 4441

Studio 101 30fm til leigu. Fráb útsýnir yfir höfn. 70 þús, laus, nýstands. 896 9694

Stór og björt 3ja herb. íbúð til leigu á Hjarðarhaga. 107 Rvk. S. 692 8226

Til leigu 2 herb. 75fm íbúð á Hrefnugötu, 105 RVK. 110þ m/ hita og rafm. Uppl. í S 820 0099

2ja herb. íbúð í 105, laus 1 ág. Rúml. 58 fm, mj. vel skipulögð. Hægt að nota stofu sem auka svefnh. Rúmg. svarir. Þvottavél í kj, íssk. og eldav. í íbúð. Stutt í HÍ, HR og miðbæ. Ról. stigag., nóg bílastæði. Leiga 105þús á mánn., hiti og hússj. innif. s. 692 5300.

**Gisting**  
Sumarbústaðagisting, dags- og helgarleiga sjá „ibudir.is“ eða gsm. 695 3366.

**Fákúsfjörður - Gisting**  
www.hotelbjarg.is  
Hótel Bjarg - Tilboð á herbergjum - Sjóstangaveiði. S. 475 1466.

Við erum systkin að leita að 3.herbergja íbúð til leigu frá og með ágúst, helst nálægt HÍ (vesturbænum) eða miðbænum. Skilvisu greiðslum og góðri umgengni heitið. hafið samband í mailið huldafrosta@hotmail.com

Snyrtileg 3ja herb. íbúð óskast sem fyrst í 101 eða nágr. Ýmir s. 866 6180.

Stúdió eða 2 herb. íbúð á stóra Rvk svæði. Óskast frá og með 1. Ágúst - áramóta eða lengur. S. 845 7090.

Eldribergari reglusamur og reyklaus. Óskar eftir 2-3 herb. íbúð. skilvisar greiðslur. Langtíma leiga á stór Rvk svæði. S. 895 4064 eða 461 3177.

Hjón með 2 börn óskar eftir 4+ herbergja íbúð í 200 Kóp. Fossvogsdalurinn og þá helst fyrir neðan nýbýlaveg. Ólafur, S:856 2302.

**Sumarbústaðir**  
Prastahólar Grímsnesi - Útsala  
Snyrtilegt og nýstandsett 58fm sumarhús á góðri 5.500 fm eignarlóð. 100 fm sólpallur. Útsala 12,9 millj. Skoða skipti á hjólhýsi. Uppl. í s: 898 1598.

Eigna/sumarbústaðalóð til sölu í Grímsnesi. Stærð 6900fm. Tilbúinn að athuga skipti að andvirði helmingis. Verð 1600þ. Uppl. í s.896 2888

**visir.is**  
"...ég sá það á vísi"

Litill sumarhústaður til sölu í Grímsnesi. Uppl í s. 661 7159.

Skemmtileg verðlagning. Franskir gluggar ca. 25 stk. Ýmsar stærðir. Þykk utanhúsklæðning, liggandi, fura. Innihurðir, arnar, lokaðir með glieri sem hlaða þarf í kringum. S. 845 0454.

**Atvinnuhúsnæði**  
**Íðnaðar- íbúðarhúsnæði**  
Á BÍldshöfða. 100 fm íðnaðarhúsnæði á jarðhæð og 100 fm góð íbúð á efri hæð. Leigist saman eða í sitthvoru lagi. Uppl. í s. 892 2722.

100m2 verslunarhúsnæði staðsett í Hlíðasmára, Kópavogi. Mjög ódýrt fermetra verð. Uppl. í síma 695 7045 & 570 7045.

Hlíðasmári Kópavogi Aðstaða fyrir nuddara, snyrtifræðinga o.þ.h., mism. stærðir. Mjög hagstætt leiguverð. Uppl. í 695 7045 & 570 7045.

Bæjarlind 14-16 - Til leigu 400m2 versl./skrifstofuhúsnæði á jarðhæð, norðurendi (Tekk plássíð). Innk.dyr, næg bílastæði, góð aðkoma. Hagstæð leiga. Uppl. s:895-503

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

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

**Bílskúr**  
Til leigu. Splunkunýr tvöfaldur 62fm. í Árbæ. Tvær hurðar-gönguhurð, góð lofthæð og lýsing, 3ja fasa rafmagn. Lökkuð gólf, gott malbikað útipláss. Salerni og sturta, ekki talið með í fm. 857-9550

**Gisting**  
**GISTING Í KAUPMANNAHÖFN FRÁBÆRT VERÐ!**  
Fullbúnaður lúxus íbúðir í göngufæri frá miðbænum. Verð 950 dkr nóttin fyrir 3ja herb. íbúð. Nánari uppl. í s. 891-8612, +45 27111038, www.stracta.com eða annalilja@stracta.com.

4 herb. íbúð í Árbæ 4 herb. íbúð til leigu í Árbæ. Móguleiki á bíl til afnota. Leigist í styttri tíma, viku og helgarleiga. Uppl. 893-3836

Vikugisting í glaesilegum hóteli íbúðum í Hafnarfirði. Allur húsbúnaður, net-tenging, sjónvarp, eldunar- og þvotta-aðstaða, 2- 6 í íbúð, verð: 45-90 þús. á viku. Uppl. í síma 899 7004.

**ATVINNA**

**Atvinna í boði**

**SUBWAY**  
**Subway næturvinna**  
Subway auglýsir eftir duglegum starfsmanni með mikla þjónustulund á næturvaktir. Um 100% starf er að ræða. Unnið er 7 nætur í röð á 10 tíma vöktum og 7 nætur frí. Íslenskukunnátt er æskileg. Lágmarksaldur er 20 ár. Einnig vantar starfsmann í hlutastarf á næturvaktir um helgar.  
Umsóknareyðublið á staðnum (Subway við Hringbraut BSÍ) eða gegnum subway.is

Einn heilsudrykkur á dag...  
...Náttúruleg og heilbrigð leið til aukinnar orku og betri einbeitingar!  
Góðir tekjumöguleikar fyrir öfluga dreifingaraðila  
Jen Fe full life one kom á markað í USA í des 2008 og kom svo til landsins í mars 2009. Enn er öll evrópa eftir.  
JEN FE er byltingakennndur heilsu- og orkudrykkur. Nánari upplýsingar á blog.jenfe.is/heilsuorka  
Hafið samband á heilsuorka@visir.is eða í síma 894 9686





Afmælishátíð í Foreldrahúsi í Borgartúni 18. apríl sl.

# Foreldrahús 10 ára 1999 - 2009

Rétt ár var síðan Jóhanna Sigurðardóttir, þáverandi félagsmálaráðherra opnaði formlega nýtt Foreldrahús í Borgartúni 6 í apríl 2008 þegar haldið var uppá 10 ára afmæli Foreldrahúss 18. apríl sl. Fjöldi fólks gerði sér dagamun, börn, foreldrar og velunnarar Foreldrahúss nutu dagsins með grillpulsnum, loftkastala, blöðrum, afmælistertu og töframanni. Eins og sjá má af myndum þá var margt um manninn og allir höfðu mikið gaman af því sem í boði var. Starfið í foreldrahúsi hefur vaxið með aukinni þjónustu við foreldra og börn en aðstaðan í Borgartúni 6 er einstaklega hentug enda sérhönnuð fyrir þá þjónustu sem í boði

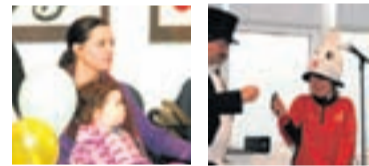


Jóhanna Sigurðardóttir, forsætisráðherra opnar formlega nýtt Foreldrahús í apríl 2008

LJÓSMYNIÐ FRÁ AFMÆLISHÁTÍÐ Í FORELDRAHÚSI 18. APRÍL 2009: MARGRÉT KÁRADÓTTIR



er. Miklar vonir eru bundnar við starf Vímulausrar æsku/ Foreldrahúss á næstu árum og 10. starfsárið hefur enda farið mjög vel af stað. Vímulaus æska vil nota tækifærið hér og þakka öllum velunnurum og styrktaraðilum sem komið hafa að rekstri samtakanna undanfarin misseri fyrir frábæran stuðning.



SAMAN hópurinn stendur fyrir sumarátaki sem ber yfirskriftina: „Höngum saman í sumar!“ Rannsóknir hafa sýnt að samvera foreldra og barna er ein besta forvörnin. Yfirskriftin „að hanga saman“ hefur þá skýrskotun að samveran þarf ekki að kosta neitt, vera skipulögð eða hafa skemmtanagildi. Að verja tíma saman skilar engu að síður árangri. Rannsóknir hafa einnig sýnt að börn og unglingar vilja verja meiri tíma með foreldrum sínum. Það sama hefur komið fram í máli foreldra sem tekið hafa þátt í könnunum.



hengdar upp um land allt í sumar. Sólirnar minna okkur á mikilvægi samverustunda og jákvæðs hugarfars. Fjöldi sveitarfélaga leggur verkefninu lið og er þeim þakkaður velvilji og gott samstarf. Unglingar í sumarvinnu sveitarfélaga taka að sér að hengja sólirnar upp í sínu sveitarfélagi.



Kristín Snorradóttir ráðgjafi er með B.A.-próf í þroskaþjálfarafræðum

## Sjálfsmynd barna með ADHD

foreldra sem eiga unglunga í neyslu og meirihluti þeirra hafa talað um að barnið þeirra sé með ADHD. Svo ég fór að hugsa um hvort ekki væri full ástæða til þess að horfa sérstaklega á ADHD hópin og vímuefnaneyslu, bæði með forvarnir í huga og inngríp. Börnum og unglingum með ADHD er hættara en öðrum við að eiga í erfiðleikum námslega, hegðunarlega og félagslega. Af þeim sökum er hættu á því að smámsaman brotni sjálfsmynd þeirra og við það eykst hættan á að þau leggi líf sitt í hættu til dæmis með vímuefnum. Ef ADHD hópurinn borinn saman við aðra má sjá að honum hættari við að lenda í alvarlegum slysum, ganga illa eða hætta í skóla, komast í kast við lögin,

ótímabærri þungun og að byrja fyrir en aðrir að nota vímuefni og reykja sígarettur. Sterk sjálfsmynd er eitt öflugasta vopnið þegar kemur að forvörnum. Því er mikilvægt að þeir sem koma að börnum og unglingum með ADHD séu upplýstir um ADHD röskunina og hvernig nálgast eigi þennan hóp á þann hátt að það eflir sjálfsmynd einstaklinganna. Mikilvægt er að upplýsa barnið og eða unglinginn um ADHD, hvað það þýðir að vera með ADHD og hjálpa þeim að finna styrkleika sína. Jafnframt er mikilvægt að geta mætt unglingi með ADHD út frá því hvar hann er staddur eftir að hann kemur úr vímuefnamedferð. Sjálfsmyndarvinna og efling á félagsfærni eru mikilvægir liðir þegar kemur að því að styðja einstaklinginn til hamingjuríks lífs. □





# Þökkum stuðninginn

**Reykjavík**

Fjallabak ehf  
Félag bóka- og myndgerðamanna  
Kafólska kirkjan á Íslandi  
Sigurborg ehf  
Eyrir fjárfestingafélag ehf  
Lögmannsstofan Réttur  
About Fish Íslandi ehf  
Íslensk erfðagreining  
HGK ehf  
Danica sjávarafurðir ehf  
Menntaskólinn í Reykjavík  
Sægreifinn  
Faxaflóahafnir sf  
101 Reykjavík fasteignasala ehf  
Beta líf ehf  
Ís-rós ehf  
Hús verslunarinnar sf  
Wilson's Pizza  
Ásbjörn Ólafsson ehf  
Iceland Travel - Ferðaskrifstofan VITA  
Jónar Travel ehf  
Esja Kjöttvinnsla ehf  
BSRB  
Landssamband lögreglumanna  
Guðmundur Jónasson ehf  
Forsjá Fyrirtækjaþjónusta ehf  
Fasteignasalan Fasteign.is ehf  
Kjöthöllin ehf  
Slökkvilið höfuðborgarsvæðisins bs  
Tannréttingar sf  
Barnaverndarstofa  
Útfararstofa Kirkjugarðanna ehf  
Skólavefurinn.is  
Grásteinn ehf  
Lýfjaver ehf  
Yogastöðin Heilsubót  
Annata ehf  
Suzuki bílar hf  
Valhúsgögn ehf  
Prentlausnir ehf  
Ernst & Young hf  
Hreyfimyndasmiðjan ehf  
SIBS  
Oddgeir Gylfason, tannlæknir  
Tryggingamiðlun Íslands ehf  
JP Lögmenn ehf  
Innheimtustofnun sveitarfélaga  
Teymi ehf  
TEG endurskoðun ehf  
Reykjavíkúrprófastsdæmi eystra  
Breiðhólskirkja  
Seljakirkja  
Lagnaðæði ehf  
7.is hef  
lðntré ehf  
Parlogis hf - Lýfjadreifing ehf  
Aðalblíkk ehf  
MD vélar ehf  
Íþróttafélagið Fylkir  
Ósal ehf  
G.S.varahlutir ehf  
Sprinkler pípuagnir ehf  
GB Tjónaþjófgerðir ehf  
Árbæjarkirkja  
Sökkull ehf  
Verslunartækni ehf  
Stilling ehf  
BGI málarar ehf  
Rafallinn ehf  
Strúctor byggingaþjónusta ehf  
Rafsvið sf  
Borgarholtsskóli  
P.G. verktafar ehf  
Veidþjónustan Strengir  
Við og Við sf  
B.K.flutningar ehf  
Lausn hugbúnaður, hýsing og ráðgjöf ehf  
Menntamálaráðuneytið

**Kjalarnes**  
VT þjónustan ehf

**Seltjarnarnes**  
Prentsmiðjan Nes ehf

**Vogar**  
V.P.véla- og vélaverkstæði ehf

**Kópavogur**  
Snælandsskóli  
Tengi ehf  
Kópavogsbær  
Malbikun H.G. ehf  
Allianz á Íslandi hf  
Bílamálinn Varmi ehf  
Biljófur ehf, gul gata  
Borgarvirki ehf  
Hörðuból ehf  
Sérverk ehf  
Einar Beintens ehf - Dúklagningameistari

Debenhams á Íslandi ehf  
Marás ehf  
Eignarhaldsfélag Brunabótafélags Íslands  
Bílstál ehf  
Gæðaflutningar ehf  
Smurstöðin Stórahjalla ehf  
Stíkkvík ehf  
Kraftlind ehf

**Garðabær**

H.Filipsson sf  
Garðabær  
Pakmálun ehf  
Fagvæl ehf  
Ísafoldarprentsmiðja ehf  
Vistor hf  
Wurth á Íslandi ehf

**Hafnarfjörður**

Sviðsmyndir ehf  
Guðmundur Rúnar Ólafsson, tannlæknir  
lðnvélar ehf  
Lerkiverktakar ehf  
Hagtak hf  
Sæli ehf  
Héðinn Schindler lyftur hf  
Rafal ehf

**Grindavík**

Einhamar Seafood ehf  
Marver ehf  
Grímsnes ehf

**Garður**

Sveitarfélagið Garður

**Reykjanesbær**

Reiknistofa fiskmarkaða hf  
Rörlagningamaðurinn ehf  
Verslunarmannafélag Suðurnesja  
Íslenska félagið ehf  
Bókhald og skattur ehf  
Tannlæknast Einar Magnúss ehf  
Reykjanesbær  
Vatnsafl ehf  
Ístek ehf  
Fitjavík ehf

**Mosfellsbær**

Kvenfélag Lágafellssóknar  
Stálsveipur ehf  
Ísflug ehf  
Nýja bílasmiðjan hf  
Mosfellsbær  
Garðyrkjustöðin Gróandi  
Nonni líti ehf  
Elektrus ehf - löggiltir rafverktakar ehf

**Akranes**

Ehf, Álmskógum 1  
Brautin ehf  
Apótek Vesturlands ehf  
Fortuna veisluþjónusta  
GT Tækni ehf

**Borgarnes**

Sæmundur Sigmundsson ehf  
Þjónustumiðstöðin Húsafelli ehf  
SÓ Húsbyggingar sf  
Eyja- og Miklaholtshreppur  
Landbúnaðarháskóli Íslands

**Stykkishólmur**

Sæfell Sæmundarþakkhús, Stykkishólmi  
Rauði kross Íslands Stykkishólmsdeild  
Verkstjórafélag Snæfellsness

**Reykjólshreppur**

Hólakaup ehf

**Ísafjörður**

Fræðslumiðstöð Vestfjarða  
Stál og Hnífur ehf  
Hamraborg ehf  
Tréver sf

**Bolungarvík**

Fiskmarkaður Bolungarvíkur og Suðureyrar ehf

**Patreksfjörður**

Oddi hf, fiskverkun

**Blönduós**

Búnaðarþing Húnaþings og Stranda  
Húnavatnshreppur

**Skagaströnd**

Trésmiðja Helga Gunnarssonar ehf

**Sauðárkrúkur**

Kvenfélagið Framför

Kaupfélag Skagafirðinga  
Útgerðarfélagið Sæfari ehf

**Varmahlíð**

Akrahreppur Skagafirði

**Siglufjörður**

Egilssíld ehf

**Akureyri**

Steypusögum Norðurlands ehf  
Fasteignasalan Hvammur ehf  
Æskulýðssamband Þjóðkirkjunnar  
Ísgát ehf  
Svalbarðsstrandarhreppur  
Blikkrás ehf  
Haraldur Helgason ehf  
Kjarnafæði hf

**Grenivík**

Jói ehf

**Ólafsfjörður**

www.brimnes.is

**Húsvík**

Sorpsamlag Þingeyinga ehf  
Lindi ehf  
Framhaldsskólinn á Húsvík  
Fjallasýn Rúnars Óskarssonar ehf

**Laugar**

Norðrúppóll ehf  
Þingeyjarsveit

**Þórshöfn**

Þórshafnarprestakall

**Egilsstaðir**

Birkitré sf  
Hitaveita Egilsstaða og Fella ehf

**Seyðisfjörður**

Seyðisfjarðarkaupstaður

**Eskeifjörður**

Fjarðarþrif ehf

**Neskaupsstaður**

Rafgeisli Tómas R Zoéga ehf

**Höfn í Hornafirði**

Framhaldsskólinn í Austur - Skaftafellslystun  
Skinney - Þinganes hf  
Sveitarfélagið Hornafjörður  
Nóna ehf

**Selfoss**

Pylsuvagninn Selfossi  
Ræktunarsamband Flóa og Skeiða  
Pípuagnir Helga ehf  
Hrói Höttur  
Krossfiskur ehf  
Reikningsskil og ráðgjöf ehf  
Verkfærðistofa Guðjóns  
Búnaðarfélag Villingaholtshrepps  
Skálholtskirkja  
Esekiel ehf  
Jeppasmiðjan ehf  
Flóahreppur  
Búnaðarfélag Grafningshrepps

**Hveragerði**

Eldhestar ehf  
Hveragerðisprestakall

**Þorlákshöfn**

Þorlák- og Hjallakirkja  
Hafnarnes VER hf  
Sveitarfélagið Ólfus  
Fagus ehf  
Frostfiskur ehf  
A.K. flutningar ehf

**Stokkseyri**

Eggert og Pétur ehf  
Kvenfélag Stokkseyrar

**Flúðir**

Héraðssjóður Árnesprófastsdæmis

**Hella**

Sólflug ehf  
Verkalýðsfélag Suðurlands

**Vestmannaeyjar**

Frár ehf  
Vinnslustöðin hf  
Tvisturinn ehf

**Drafnarfell ehf**  
Matbúskennsla og  
gönguleiða  
Stórhöfða 35  
110 Reykjavík  
5672653 - 8936959





### ● VERÖLD ÚR PAPPA

Katrín Nussbaumer mynd- aði þetta skemmtilega pappa- listaverk sem sjá má hér til hlið- ar, þótt óljóst sé hvort hún er hönnuðurinn. Nussbaumer, sem er fædd í Austurríki árið 1974, er ljósmyndari að mennt og bú- sett í Amsterdam. Hún hefur að eigin sögn mestan áhuga að segja sögu með myndum sínum og hefur átt í nánu samstafi við Frank Visser IJM. Myndir hennar hafa birst í glanstímaritum á borð við Marie Claire, Elle og Living svo dæmi séu tekin. Um Nussbaumer og verk hennar má fræðast frekar á heimasíðu ljósmyndarans, það er að segja [www.karinnussbaumer.com](http://www.karinnussbaumer.com).



## Rólað í garðinum

**F**lestir kannast við hina hefðbundnu garðrólu. Þar geta allt að þrjár setið, ruggað sér fram og til baka og andað að sér gróðurilminum.

Hjá fyrirtækinu Jiande Chenyi Leisure Products er farið með garðróluna á hærra plan. Þar má finna hina sköndustu hönnun á garðrólum og hér má sjá nokkur dæmi hennar.

Fyrir þá sem vilja grennslast nánar fyrir um þessar bráðskemmtilegu rólur er bent á vef- síðuna <http://jdchenyi.en.made-in-china.com/>.



## Notað verður nýtt

**M**önnum hættir oft til að henda gömlum munum um- hugsunarlaust án þess að gera sér ljóst að hægt er að nýta þá á ýmsa vegu. Viða á netinu eru gagnlegar ábendingar um hvernig það megi gera, eins og sést á meðfylgjandi mynd. Gamlar skúffur úr skrifborði eða innréttingum, sem hafa endað á ruslahaugunum, öðlast hérna annað líf. Svo er hægt að gefa ímyndunaraflinu lausan tauminn og láta bergfléttur hringa sig upp höfuðgafli af gömlu rúmi eða breyta gömlu, ónýtu píanói í fyrirtaks gosbrunn.



**RÝMUM TIL FYRIR NÝJUM VÖRUM og seljum síðustu eintökin úr Spring línunni með 40% afsl. í dag laugardag.**

*Signature*  
••• húsgögn

Opið  
Mán. - Fö. 12-18  
Lau 12-16

Fiskislóð 45, 101 Rvík - S. 771 2099  
[www.signature.is](http://www.signature.is)



**Fann mikinn mun innan 3ja vikna**  
Margrét Óskarsdóttir



## Frábært að hægt sé að bæta ástand liðanna með náttúrulegu efni

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

### Reyndi margt

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

### NutriLenk til sölu á Íslandi

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

### Eftir 2-3 vikur fann ég greinilegan mun

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

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

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

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

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



### Mikilvægt er að annast sig vel allt lífið.

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

### Hvað getur NutriLenk gert fyrir þig?

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



Heilbrigður liður



Liður með slitnum brjóskef

### Náttúrulegt byggingarefni fyrir liðbrjóskið

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

### Vara ársins!

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

**NutriLenk er fánlegt í flestum apótekum, heilsuþúðum, Fræinu Fjarðarkaupum og stærri Hagkaupsverslunum.**

**NÁTTÚRULEGT FYRIR LIÐINA**





# ÚTSALAN ER HAFIN

## 20–50 %

### AFSLÁTTUR AF VÖLDUM VÖRUM

## DUKA

Kringlunni 4-12  
Sími 533 1322 | duka@duka.is

Hjálpaðu  
umhverfinu  
með  
Blaðberanum

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



Verða með uppistand á Akureyri í kvöld. Frá vinstri: Jóhann, Ari, Arni, Bergur Ebbi og Dóri DNA.

FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

## Veita útrás fyrir útrásina

• Nokkrir af nafntoguðustu mönnum í íslensku skemmtanalífi troða upp í Ketilhúsinu í kvöld í boði Listasafnsins á Akureyri. Kreppugrín og landsbyggðarbrandarar verða á dagskrá.

„Auðvitað er mjög óvenjulegt að listasafn standi fyrir uppákomu sem þessari. En við lifum líka á óvenjulegum tímum þar sem ör-vænting ræður ríkjum og því er nauðsynlegt að veita upp á móti ástandinu með því að sjá skoplegu hliðarnar á tilverunni,“ segir Bergur Ebbi Benediktsson, sem ætlar ásamt Dóra DNA, Jóhanni Alfreð Kristinssyni, Árna Vilhjálmsyni og Ara Eldjárn að vera með uppistand í Ketilhúsinu í kvöld klukkan 21. Listasafnið á Akureyri stendur fyrir viðburðinum, sem nefnist Hláturkvöld.

„Við ætlum bara að skemmta okkur og öðrum í leiðinni,“ segir Bergur Ebbi glettinn og bætir við að meðal annars standi til að gera óspart grín að kreppunni. „Við ætlum að taka stöðu gegn ástandinu, fattarðu,“ segir hann og hlær. „Fá útrás fyrir útrásina, meðal annars með því að ræða alls kyns hluti sem hafa verið að pirra okkur. Jóhann ætlar til dæmis að taka fyrir viðskiptafréttir frá góðærinu, þar sem líf einhverja businesskarla var gert að algjörri glansmynd. Meðan þessar greinar birtust var hinn venjulegi maður í hálfgerðu fangelsi, en nú er hann laus úr þrúundinni.“

Bergur Ebbi segir mikið tilhlökkunarefni að koma fram við þessar heldur óvenjulegu aðstæður, þar sem félagarnir hafi aðeins reynt



Þorvaldur Skúlason: Frá Reykjavíkurhöfn. Frá árinu 1931. Olía á striga, 80 sinnum 95 sentimetrar. Í eigu Listasafns Íslands.

af uppistandi á skemmtistöðum þar sem stemningin er allt önnur. Þeir hafi því ekki staðist mátið þegar Hannes Sigurðsson, sýningarstjóri á Listasafninu á Akureyri, leitaði til þeirra eftir að hafa hrifist af uppistandi hjá þeim.

„Mér fannst bara tilvalið að fá þessa stráka til liðs við mig, þar sem uppistandið kallast, jú, á við sýninguna sem verður opnuð á safninu í dag klukkan 15. Þarna mætast nútíð og fortíð,“ útskýrir Hannes og á þar við sýninguna Kreppumálarana, þar sem verk eftir Þorvald Skúlason, Jón Engilberts, Gunnlaug Scheving og Snorra Arinbjarnar verða til sýnis.

Um sýninguna segir hann: „Hún er liður í viðleitni okkar til að veita ákveðna sýn á samfélagið. Til marks um það vorum við með sýningu, Stríðsmenn hjartans – Hundrað milljónir í reidufé, árið



Jón Engilberts: Kröfuganga, frá árinu 1934. Kol á pappír, 140 sinnum 193 sentimetrar. Í eigu ASÍ.

2005 þar sem peningahrúgum var stillt upp og svo kvöddum við það tímabil í fyrri með sýningunni Bæ bæ Ísland – Uppgjör við gamalt konsept, reyndar löngu fyrir bankahrún. Á þeirri fyrri var komið fyrir á stöplum svellþykkum og flóðlýstum búntum eins og um stórmerkileg listaverk væri að ræða. Í bakgrunni blöstu við heljarinnar portretmyndir af fólki í móki á öllum helstu vímuefnum sem til eru: LSD, kókaíni, hassi og svo framvegis. Nú kemur þessi sýning sem varpar ljósi á hvernig fólk lifði í kreppunni, en auk málverkanna ætlum við að sýna gamla matarskammtamiða, bréf yfir ómaga á framfæri, kolaþing og eftirmynd af alþýðuheimili frá fjórða áratugnum. Svo gáfum við út sérstakt fréttarit með fréttum frá þessum tíma, sem minna okkur á að við höfum staðið í þessum sporum áður.“

- rve

## Björguðu einmana húsi

Nýtt gallerí á Laugavegi, ART67, var formlega opnað á fimmtudaginn en þrettán listakonur reka það. „Við gengum niður Laugavegin, fannst hann vera heldur dapur og vildum glæða hann lífi,“ segir Birna Smith listakona. „Það er náttúrliga ómurlegt að fólk þurfi að horfa upp á Reykjavík í þessu ástandi þannig að við tókum okkur saman og björguðum einmana húsi á Laugaveginum.“

Aðspurð segist Birna hafa fengið hugmyndina ásamt listakonunni



ART67 er nýtt gallerí sem var opnað formlega á Laugaveginum á fimmtudaginn.

MYND/BIRNA SMITH

Ragnheiði Guðjónsdóttir. „Við tókum húsið á leigu og hringdum í alla sem okkur datt í hug sem eru að selja myndlist, leir og gler. Þetta er 250 fermetra gallerí í fallegu, gömlu húsi og við höfum fengið rosalegar góðar viðtökur.“

Í kjallaranum á galleríinu eru listakonurnar með vinnustofu sem hægt er að kíkja inn í. „Þar erum við að vinna á daginn til skiptis.“ ART67 er á Laugavegi 67 og er opið á milli 11 og 18.

- mmf



Sunnudagsmorgunn  
með  
**Sirry**

Mannlegur þáttur  
með morgunkaffinu

Vaknaðu með Sirry á  
sunnudagsmorgnum  
frá 8.00-12.00  
á Rás2



**RÁS 2**

- Fyrst og fremst um helgar



1.642

pör gengu í hjónaband á Íslandi árið 2008 samkvæmt bráða-  
birgðatölum Hagstofu Íslands. Auk þess staðfestu 18 pör sam-  
vist, tólf pör karla og sex kvenna. Þá urðu 549 lögskilnaðir árið  
2008 og 9 pör í staðfestri samvist skildu að lögum.

7 gæludýraverslanir  
eru starfræktar á  
landinu: Ástund,  
Dýrabær, Dýraland,  
Dýralíf, Dýraríkið,  
Fiskó og Lífland.

7 flugfélög eru  
starfandi á Íslandi.

5 konur eiga sæti í  
ríkisstjórn Íslands.

fróðleikur í tölum

## VIÐ MÆLUM MEÐ...



**...AÐ SEM FLESTIR FÁI  
ÚTRÁS FYRIR ÆVINTÝRA-  
PRÁNA Í SUMAR.**

Skelltu þér  
til dæmis á köfunarnámskeið og  
kannaðu svo þann ævintýraheim  
sem leynist í undirdjúpum Íslands.



**...BÍÓFERÐ.** Að lokinni útiveru er  
tilvalið að fara á góða mynd í bíó. Ice  
Age 3 er fyrirtaks fjölskylduskemmt-  
un en Brúno er gott fullorðinsgrín. Í  
þeirri síðarnefndu þykir Sacha Baron  
Cohen ekki gefa Borat neitt eftir í  
hlutverki austurríska tískusérfræð-  
ingsins Brúno, sem kallar ekki allt  
ömmu sína.



**...HEIMSÓKN Í FJÖL-  
SKYLDU- OG HÚSDÝRA-  
GARÐINN.**

Það klikkar aldrei  
að kíkja í heimsókn með yngstu  
kynslóðina sem unir sér í vel í  
návist húsdýra og villtra dýra. Þar er  
ýmislegt fleira sem er víst með að  
vekja gleði, svo sem vísindaveröld,  
sjávardýrasafn, leiktæki og svo veit-  
ingastaður þar sem hægt er að gæða  
sér á kræsingum og hvíla lúin bein.



**...HEIMASÍÐUNNI WWW.  
FREECITYTRAVEL.COM.**

Reykjavík hefur upp á heilmargt að  
bjóða og sumt kostar ekki krónu  
eins og fram kemur á þessari síðu.  
Flestir ættu að geta fundið eitthvað  
við sitt hæfi þar sem síðan hefur að  
geyma upplýsingar um helstu söfn,  
skemmtistaði, bari, afþreyingu og  
viðburði sem ókeypis er á.



# Tyggðu fram bros

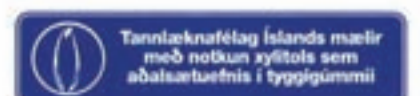


Rannsóknir sýna að notkun sykurlaus **Extra** eykur  
munvatnsframleiðslu, jafnar sýrustig, heldur tönnum  
hreinum og stöðvar sýklaárásir á þær.

**Extra** minnkar upptöku hitaeyninga og dregur það  
úr streitu í amstri hversdagsins.

WRIGLEY'S  
**Extra**

**Gott bragð fyrir heilbrigðar tennur...**





Bífvélavirki. Vanur bífvélavirki óskast á nýja fullkomna þjónustumiðstöð. Þarf að vera vanur almennum bílavíðgerðum. Áhugasamir sendi upplýsingar á hvos@internet.is

ÚTKEYRSLA Við leitum eftir starfsmanni til útkeyrslu á matvælum. Aðeins áreiðanlegur vanur maður kemur til greina. Aldurstakmark 25 ára. Þarf að geta hafið störf mjög fljótlega. Reyklaus vinnustaður. Umsóknir sendist á kjothusid@kjothusid.is

Vegna sérstakra aðstæðna fæst rótgróin hárgreiðslustofa til sölu eða rekstrarleigu. 3 stólar og 1 vaskur. Frábær staðsetning í RVK, gott verð og góð leiga. Uppl. í S 861 3434.

Bónstöð sem er að hefja rekstur óskar eftir vönu fólki til starfa. Lögð verður áheyrsla á vandvirkni og fjölbærni þjónustu, eins og smærri viðgerðir og fl. Verð að fá aðila með kunnáttu á því sviði(sjá bonogþvottur.is) Uppl. í s. 615 4090

Við erum nýtt og glæsilegt veitingarhús í keflavík, óskum eftir að ráða vana þjóna og kokka (ÍSL. og Austurlenskur matur) í fulla vinnu. Einnig vantar aðstoðarfólk í eldhús, bæði í fulla vinnu og hlutastarf. S. 696 3883.

Starfsfólk óskast á kvöldin. Auðveld og þægileg vinna. Góð laun í boði fyrir duglega. Hægt er að velja vaktir sun-fim milli 18-21.30. Áhugasamir hafi samb. við kristjan@tryggir.is

**MG Hús**

Óskum eftir að ráða vana smíði og verkamenn í viðgerðarvinnu. Uppl. í s. 699 8128.

Vantar vanann trésmíð sem er vanur viðhaldsvinnu, einnig vantar vanann handlangara. Uppl. í s. 616 1569

**Atvinna óskast**

Sjálfstæður smíður getur bætt við sig verkefnum. Uppl. í s. 770 0970.

**TILKYNNINGAR**

**Tapað - Fundið**



Þessari kerru var stolið í Grindavík um áramótin. Ein sinnar tegundar, úr ryðfríu stáli. Þeir sem geta gefið uppl. hafi samband í s. 426 8688 & 863 4388.

**Ýmislegt**

LAX-LAX-LAX Vegna forfalla eru 5 dagar lausir í Laxá á Ásum 2. - 7. ágúst. Um er að ræða 2 stangir (öll áin). Hægt er að kaupa staka daga. Upplýsingar í síma 864-7349.

**Einkamál**

**SÍMAPJÓNUSTUR**

- Stefnumót  
905-2000 (símatorg)  
535-9920 (kreditkort)  
535-9923 (fritt, karlar)  
555-4321 (fritt, konur)
- Spjall  
904-5454 (símatorg, karlar)  
535-9940 (kreditkort, karlar)  
555-4321 (fritt, konur)
- Gay spjall  
535-9988 (kreditkort)
- Sögur  
905-2002 (símatorg)  
535-9930 (kreditkort)
- Spjaldómur  
908-6000 (símatorg)  
535-9999 (kreditkort)

**Ertu einmanna?**

Ertu einn og einmanna um helgina þá erum við til fyrir þig. Hringdu núna og spjallaðu við okkur. Við biðum. S. 908 6666

**Símapjónusta**

Spjaldómur S. 908 6666 & 908 2000. Ópið þegar þér hentar

Rúmgaff fyrir queen size rúm árgsamall. Selst ódyrt uppl. s:864 1060.

Hyundai Santa Fe 2003 keyrður 95.000, listaverð 1.490þ, áhv 930þ afb 30þ á mán, 4 sumardekk, 4 vetrardekk, vel með farinn. Tilboð óskast í s:896 1556.

Excellent whole body massage for you!Alena.S.822 7301.

**Hrútalágar 2**  
801 Selfoss  
FRÁBÆRT HELGARTILBOÐ

Stærð: 54,8 fm  
Fjöldi herbergja: 4  
Byggingarár: 1999  
Brunabótamat: 7.620.000

**RE/MAX**  
Bær

Magnús Ninni  
Sölufulltrúi  
0 maggi@remax.is

Snorri  
Sölufulltrúi  
8648090 ss@remax.is

Þórunn S. Eiðsd  
Lögg. fasteignasali  
0 tse@remax.is

**LAUGARDAG OG SUNNUDAG KL. 15-16 Verð: 8.900.000**

HELGARTILBOÐ. VERIÐ VELKOMIN Í OPIÐ HÚS AÐ HRÚTALÁGUM 2 Í GNÚPVERJAHREPPI, SKAMMT FRÁ ÁRNESI. LAUGARDAG OG SUNNUDAG KL 15-16. HÚSIÐ ER BYGGT 1999 EN NÝLEGA VAR LOKIÐ VIÐ ÞAÐ. LEIGULÓÐ, LANGTÍMA LEIGUSAMNINGUR. FALLEG LÓÐ OG ÚTSÝNI. HÚSIÐ ER MEÐ PREMUR SVEFNHERB, BAÐHERB MEÐ STURTU OG ELDHÚSI OG STOFU Í OPNU RYMI, NÝ ELDHÚSINNRETTING. VERSLUN OG SUNDLAUG Í ÁRNESI. STUTT Í LAXVEIÐI. KORT AF HRÚTALÁGUM 2 Á ja.is. NÁNARI UPPLÝSINGAR Í S. 8648090 OG 6949999.

RE/MAX Bær - Malarhöfði 2 - 110 Reykjavík - Sími: 5123400 - www.remax.is

Auglýsingasími  
**512 50 50**

FRÉTTABLAÐIÐ  
- Mest lesið

**Gefðu vatn**

907 2002

Hjálparstarf kirkjunnar  
www.help.is

**EIGNAMIDLUN**  
Reykjavík

Frá 1957  
Eitt hefur þú þurft að vita

Sími: 588 9090 • Síðumúla 21 • 108 Reykjavík • www.eignamidun.is

**Eiðistorg 5, 6.hæð, íbúð 602**

**OPIÐ HÚS**

**Opið hús sunnudaginn 12. Júlí frá kl 15:00 til 17:00.**

Góð 147 fm íbúð á 6. og efstu hæð í lyftuhúsi með einstaklega fallegu útsýni yfir sjóinn. Tvennar svalir eru á íbúðinni. Glæsilegt útsýni til norðurs yfir Akrafjall og Esju. En frá svölum í suðri, sem eru eins og aukaherbergi við íbúð má sjá fjallahringinn til suðurs. Einungis ein önnur íbúð er á sömu hæð og stigangur er lokaður. Bilastæði í bílskýli fylgir og rúmgóð geymsla í kjallara.

**Verð. 57 milljónir**

**» Ráðningarþjónusta**

**Ert þú í atvinnuleit?**

**Leyfðu okkur að aðstoða.**

**Skráðu þig á www.hhr.is.**

**HH RÁÐGJÖF**  
RÁÐNINGARÞJÓNUSTA

**HH Ráðgjöf, Ráðningarþjónusta • Fiskislóð 81 • 107 Reykjavík**  
Sími: 561 5900 • Fax: 561 5909 • hhr@hhr.is • www.hhr.is

Hringdu í síma  
**512 50 60**  
ef blaðið berst ekki



JÓN ÓLAFSSON RITSTJÓRI AND-  
ÆÐIST ÞENNAN DAG ÁRIÐ 1916.

„Sest ryk á sannleikann ef  
söpana vantar“.

Jón var skeleggur blaðamað-  
ur og ritstjóri, alþingismaður,  
skáld og þýðandi.



# tímamót

timamot@frettabladid.is

ÞETTA GERÐIST: 11. JÚLÍ 1971

## Matthildingar í loftið

Beint útlavp úr Matthildi hét þáttur sem hóf göngu sína þennan dag árið 1971. Um var að ræða grínþátt í Ríkisútlavpinu undir stjórn Davíðs Oddssonar, Hrafn Gunnlaugssonar og Þórarins Eldjárns, skólafélaga úr Menntaskólanum í Reykjavík. Þátturinn náði fljótt miklum vinsældum landsmanna enda ekki sérlega mikið um grín og glens í útlavpinu á þessum tíma og allra síst á sumrin. Þeir Matthildingar höfðu auðugt ímyndunarafli, litu á málefni líðandi stundar í spéspegli og fóru oft á kostum í umfjöllun sinni.

Sem dæmi um brandara þeirra má nefna einn um að til stæði að flytja Reykjavíkurtjórn upp á Árbæjarsafn en áður þyrfti að fylla hana af stífelsi. Einnig má geta viðtals við formann ungmennafélaganna sem nefndur var Elliði Karlsson og sagði helsta áhyggjuefni ungmennafélaganna vera maðinn með ljáinn.

Matthildi var útlavpað um Ríkisútlavp-



ið sumarið 1971, í desember 1971 og sumarið 1972. Hún var fimmtán þættir alls, hátt í fimm klukkustundir samanlagt. Brot af því besta var gefið út á plötum.

## MERKISATBURÐIR

- 1809 Önnur auglýsing Jörundar hundadagakonungs birtist þar sem hann tilkynnir að hann hafi tekið að sér stjórn landsins.
- 1911 Konungur staðfestir lög um jafnan rétt kvenna á við karla til menntunar og embætta. Frumvarpið flytur Hannes Hafstein.
- 1923 Í Reykjavík verða fjöðslagsmál á milli sjómanna og útgerðarmanna vegna launadeilu.
- 1972 Skákeinvígi á milli Boris Spasskí, þáverandi heimsmeistara í skák, og áskorandans Bobbys Fischer hefst í Reykjavík.
- 1993 Björk verður fyrst íslenskra listamanna til að komast á topp tíu listann í Bretlandi er plata hennar Debut fer beint í 3. sæti.
- 1998 Hvalfjarðargöngin opnuð.

## AFMÆLI



GRÉTAR ÖRVARS-  
SON tónlist-  
armaður er  
fimmtugur í  
dag.



LIL' KIM  
rapperari er  
35 ára í dag.



GIORGIO  
ARMANI  
tískuhönn-  
uður er 75  
ára í dag.



HERMANN  
HREIDARS-  
SON knatt-  
spyrnumað-  
ur er 35 ára  
í dag.



ÞEIR FETA Í FÓTSPORIN Erik Qvick, Ásgeir Ásgeirsson, Reynir sjálfur, Gunnar Hrafnsson og Haukur Gröndal.

MYND/ÚR EINKASAFNI

## Markaður í miðaldastíl

Miðaldamarkaður hefur verið opnaður að Laugarbakka í Miðfirði í Húnaþingi. Söluvarningurinn er úr héraðinu, handverk á borð við krúsir sem líkjast fornminjum, trésverð, jurttalitað band og skikkjur. Einnig ýmislegt matarkyns svo sem sultur og brauð. „Þetta er fyrsta skrefið í verkefninu Laugarbakki – sagnasetur sem okkur dreymir um að koma á fót. Draumurinn er að bjóða í framtíðinni upp á gistingu og veitingar í sögu-aldarstíl,“ segir Valgerður H. Bjarnadóttir, sem er í forsvari fyrir verkefnið.

Gestir og íbúar Húnaþings hafa tekið markaðinum vel að sögn Valgerðar. Hann verður opin allra laugardaga og sunnudaga í sumar frá klukkan 13 til 19. Klukkan 17 hvorn dag er farið með fornar sagnir og söngva í svokölluðum Grettishring fyrir gesti sem þar sitja og ylja sér við langeldinn.



GRASATE Í FORNALDARKRÚSUM „Þetta er fyrsta skrefið í verkefninu Laugarbakki – sagnasetur,“ segir Valgerður H. Bjarnadóttir.

REYNIR SIGURÐSSON: MINNIST ÁRSINS 1959 MEÐ TÓNLEIKUM

# Djassinn var dansmúsík þá

„Það voru merk tímamót fyrir mig, stráklínginn, að vera allt í einu kominn í band með landsliðinu,“ segir Reynir Sigurðsson víbrafónleikari um þá jákvæðu reynslu að komast í hljómsveit Andrésar Ingólfssonar árið 1959, þá aðeins tvítugur að aldri. Andrés var í hópi bestu djassleikara landsins og náði þetta sama ár efsta sæti í alþjóðlegri tónlistarkeppni. Sigurlaunin voru skólavist í Berklee-skóla í Boston, sem þá var frægasti djassskóli heimsins, og þangað fór hann um haustið til náms. Heimkominn átti hann farsælan feril í hljómsveitum Ingimars Eydal, Ólafs Gauks og Ragnars Bjarnasonar en lést fyrir aldri fram árið 1979.

Reynir hefur fengið til liðs við sig valinkunna djassara og ætlar að minnst merkisársins 1959 bæði í sínu lífi og Andrésar með tónleikum í Fríkirkjunni annað kvöld, sunnudag, og á Kaffi Rosenberg á mánudagskvöld. Þar tekur Haukur Gröndal hlutverk Andrésar og leikur á saxófón, Ásgeir Ásgeirsson spilar á gítar, Gunnar Hrafnsson á bassa og Erik Qvick á trommur.

Reynir kveðst hafa byrjað í dans-tónlist sautján ára og djassi um tvítugt. „Djassinn var eiginlega dans-tónlist á þessum tíma. Það var tjúttáð eftir svinglögnum og mörg dægurlög voru með djassbíti,“ minnst hann. Hann segir hljómsveit Andrésar Ingólfssonar hafa leikið í Þórskaffi, Vetrargarðinum, Selfossbíói og Krossinum í Keflavík. Einnig á Hótel KEA á Akureyri. „Það var mikil upplifun og upphæð að spila í þeirri hljómsveit. Við vorum með söngvara með okkur,



HLJÓMSVEIT ANDRÉSAR INGÓLFSSONAR Leiðtoginn situr efstur. Aðrir eru Þórir Roff, Jón Páll Bjarnason, Reynir Sigurðsson, Árni Egilsson og Ólafur Stephensen.

MYND/ÚR EINKASAFNI

Sigurð Johnny, sem sá um vinsældalögina eins og Blueberry Hill með Louis Armstrong-stælingu.“ Sjálfur hefur Reynir spilað alla sína tíð eftir að hann komst á bragðið og hélt áfram í djass- og dansmúsík til 24 ára aldurs, með hljómsveitum Gunnars Ormslev, Jóns Páls og Svavars Gestis auk þess sem hann sjálfur stýrði hljómsveit í Leikhúskjallaranum. Eftir nám í tónlistarskóla hóf hann að kenna og gekk til liðs við Símfóníuhljómsveitina, þar sem hann lék frá þrítugsaldri fram

yfir sextugt. Hann kveðst þó alltaf hafa gripið í djassinn með félögum sínum af og til.

Nú eru það gömlu, góðu lögina sem verða rifjuð upp á tónleikum næstu daga. Reynir nefnir Flying Home og Samba De Orfeo þar sem kenna má brasilískra áhrifa. „Ég er bara að rifja upp þennan skemmtilega tíma árið 1959,“ segir hann og kveðst þó taka fram að það verði djasshljóðin á hljómsveit Andrésar Ingólfssonar sem verði ofan á.

gun@frettabladid.is



## Legsteinar og fylgihlutir

- Mikið úrval
- Yfir 40 ára reynsla
- Sendum myndalista

MOSAIK Hamarshöfða 4 - 110 Reykjavík  
Sími 587 1960 www.mosaik.is

**Útlavarpjónusta**

Sími 551 7080  
Báragata 4, 101 Reykjavík.

Inger Steinhólm,  
útlavarsjóni,  
s. 591 0919

Inger Rís,  
útlavarsjóni,  
s. 591 0919

Ólafur Ólafsson,  
útlavarsjóni,  
s. 596 0344

Vönduð og persónuleg þjónusta





Í VIGUR Stjórn Sögufélags Ísfríðinga og bræðurnir í Vigur. Salvar Baldursson, Valdimar Gíslason, Magni Guðmundsson, Guðfinna M. Hreiðarsdóttir, Geir Guðmundsson, Sigurður Pétursson og Björn Baldursson.

## Vigurklerkurinn kominn út

Ævisaga Sigurðar prests Stefánssonar í Vigur er nýkomin út. Hún nefnist Vigurklerkurinn. Höfundur er Sigurður sjálfur en hann lést fyrir 85 árum, árið 1924. Áður hafði hann lokið skráningu æviminninga sinna og hafa afkomendur hans lengi haft áform um að gefa þær út. Það er þó fyrst núna sem af því hefur orðið og það er fyrir tilstuðlan Sögufélags Ísfríðinga sem jafnframt er útgefandi bókarinnar.

Séra Sigurður Stefánsson var þjóðkunnur maður á sinni

tíð, þingskörungur og áhrifamikill kennimaður og stjórn-málamaður. Hann var sóknarprestur í Ógurþingum í Ísa-fjarðardjúpi í 43 ár, frá 1881 til dauðadags árið 1924. Árið 1886 var hann síðan kjörinn alþingismaður og varð þingsaga hans bæði löng og viðburðarík.

Fyrsta eintak bókarinnar var formlega afhent núverandi eigendum Vigur, þeim Salvári og Birni Baldurssonum, en séra Sigurður var langafi þeirra.

## Spennandi og sannfærandi samtímalýsing

Rithöfundurinn Evar Örn Jósepson hlaut Blóðdropann, glæpasagnaverðlaun Hins íslenska glæpafélags, þegar þau voru veitt við há-tíðlega athöfn á Borgarbókasafninu í Tryggvagötu í gær. Verðlaunin hlaut Evar fyrir bókina Land tækifæranna, sem verður einnig framlag Íslands til norrænu glæpasagnaverðlaunanna Glerlykilsins árið 2010.

Að þessu sinni voru nú bækur tilnefndar en það var samdóma álit dómnefndar að veita Evari verðlaunin. Í álit sem hún skilaði af sér segir meðal

annars að sagan sé hvort tveggja í senn spennandi morðsaga og íslenskur samfélagsspeglur, þar sem sagan hefst strax eftir bankahrun í október 2008. Hvergi sé að finna finna hnökra í lýsingum á nýliðnum viðburðum. Jafnframt hafi hún til að bera eitt helsta einkenni vandaðra glæpsagna, góða persónusköpun, þar sem persónur ræða kreppu og bankahrun og eru oft ósam-mála. Katrín Jakobsdóttir, menntamálaráðherra og meðlimur í dómnefnd, afhenti Evari verðlaunin.



HANDHAFI BLÓÐDROPANS Evar Örn Jósepson hlaut verðlaun fyrir bók sín Land tækifæranna.

FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI



Okkar ástkæri og yndislegi eiginmaður, faðir, sonur, tengdasonur, bróðir, mágur og vinur,

**Hafþór Hafsteinsson**  
flugmaður,  
Skrúðási 9, Garðabæ,

lést af slysförum fimmtudaginn 2. júlí. Útförin fer fram frá Bústaðakirkju mánudaginn 13. júlí, athöfnin hefst kl. 13.00. Blóm og kransar eru vinsamlegast afþakkaðir en þeim sem vilja minnast hans er bent á Flugbjörgunarsveitina í Reykjavík.

Hjördís Líney Pétursdóttir  
Andri Pétur Hafþórsson  
Arnar Hugi Hafþórsson  
Elsa Smith  
Hafsteinn Sigurðsson  
Sigrún Jónatansdóttir  
Íris Mjöll Hafsteinsdóttir  
Hjördís Baldursdóttir  
og aðrir aðstandendur.

Pétur Jóhannsson  
Ríkarður Sigmundsson  
Þorleifur Björnsson



Innilegar þakkir til allra þeirra sem sýndu okkur samúð og hlýbug við andlát og útför móður, tengdamóður, ömmu og langömmu,

**Valgerðar Þorsteinsdóttur**  
Skógarbæ, Árskógum 2, Reykjavík.

Þorsteinn A. Jónsson  
Helgi Jónsson  
Þórður Jónsson  
Jytte Fogtmann  
barnabörn og barnabarnabörn.

Martha Á. Hjálmarsdóttir  
Jónína Sturludóttir



Elskulegur faðir okkar, tengdafaðir, afi og langafi,

**Flosi Bjarnason**

lést á Dvalarheimili aldraðra í Borgarnesi þriðjudaginn 7. júlí. Útförin fer fram frá Borgarneskirkju þriðjudaginn 14. júlí kl. 15.00. Þeim sem vilja minnast hans er bent á Dvalarheimili aldraðra, Borgarnesi.

Erla Flosadóttir  
Sigríður Flosadóttir  
Þórður Flosason  
tengdabörn, afa- og langafabörn.

Tilkynningar um merkisatburði, stórafmæli og útfarir má senda á netfangið timamat@frettabladid.is.

Auglýsingar sendist á auglysingar@frettabladid.is eða hringja í síma 512 5000.



Ástkær eiginkona mín og móðir okkar,

**Guðborg Hera  
Guðjónsdóttir**

Hraunvangi 3, Hafnarfirði.

verður jarðsöngin frá Þjóðkirkjunni í Hafnarfirði þriðjudaginn 14. júlí kl. 15.00. Fyrir hönd aðstandenda,

Helgi S. Guðmundsson  
Elfár Helgason  
Helga Helgadóttir



Ástkær móðir okkar, tengdamóðir, amma og langamma,

**Jóhanna Hálfánardóttir**

Skúlagötu 20, Reykjavík,

lést á öldrunarlækningadeild Landspítala, Landakoti, fimmtudaginn 9. júlí. Jarðarförin verður auglýst síðar.

Ingvar Hauksson  
Elín Hauksdóttir  
Guðmundur Vignir Hauksson  
Sigurðis Hauksdóttir  
barnabörn og barnabarnabörn.

Sigríður Axelsdóttir  
Svavar Helgason  
Lilja Guðmundsdóttir



Hjartkær móðir okkar, tengdamóðir, amma, langamma og langlangamma,

**Ragnhildur Sigurjónsdóttir**

frá Vestmannaeyjum, Skólabraut 3, Seltjarnarnesi,

lést á Lungnadeild Landspítalans í Fossvogi laugardaginn 4. júlí. Útförin fer fram frá Fríkirkjunni í Reykjavík mánudaginn 13. júlí kl. 13.00. Blóm vinsamlega afbedin, þeim sem vilja minnast hennar er bent á líknarstofnanir.

Eyjólfur Sigurðsson  
Jóhanna Sigurðardóttir  
Gísli R. Sigurðsson  
Guðrún Sigurðardóttir  
barnabörn, barnabarnabörn og barnabarnabarnabörn.

Sjófn Ólafsdóttir

Hlökkver Sigurðsson



Eiginmaður minn og faðir okkar,

**Guðmundur Karl Jónsson**

fyrirverandi forstjóri,

sem lést fimmtudaginn 2. júlí, verður jarðsöngin frá Vídalínskirkju í Garðabæ mánudaginn 13. júlí kl. 15.00. Þeim sem vilja minnast hans er bent á minningargjafasjóð Landspítalans.

Rannveig Björnsdóttir  
Jón Örn Guðmundsson  
Björn Þór Guðmundsson



Okkar innilegustu þakkir ferum við öllum þeim sem sýndu okkur samúð og hlýbug vegna andláts og útfarar elskelegs bróður okkar, mágs og frænda,

**Guðmundar Halldórs**

**Atlasonar**  
flugumsjónarmanns,  
Boðagranda 7, Reykjavík,

sem jarðsöngin var frá Háteigskirkju í Reykjavík mánudaginn 29. júní sl. Sérstakar þakkir viljum við færa starfsfólki Gjörgæslu Landspítala í Fossvogi, Reykjalundar, og Hjúkrunarheimilisins Skógarbæ.

Lárus Atlason  
Atli Helgi Atlason  
Dóra Elín Atladóttir Johnsen  
Nanna Guðrún Zoëga  
Ingibjörg Gréta Gísladóttir  
Birgir Bárðarson  
og frændsystkini.





Verð kr. 265.000.-

# Rainbow

Bjóðum nokkrar Rainbow á **186,000**  
Eða gömul Rainbow upp í nýja tilboð 155,000

Eigum einnig notaðar yfirfarnar rainbow  
með ábyrgð verð **80.000 tilboð 58.000**  
meðan byrgðir endast.

**Hrein fjárfesting ehf**

Dalbraut 3 105 reykjavík • rainbow@rainbow.is  
Sími verslun 567 7773 . kvöld og helgar 893 6337

[www.rainbow.is](http://www.rainbow.is)



Getraunaleikur  
Tals og Vísis

Drögum vikulega út  
veglega vinninga

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



[VÍSIR.IS](http://VÍSIR.IS)

Hringdu í síma

# 512 50 60

ef blaðið berst ekki



**NOKKUR ORÐ**  
Freyr Gígja  
Gunnarsson



## Hinar undarlegu samræður

Maður veltir því stundum fyrir sér hvernig andrúmsloftið hefur verið þegar fræg samtöl hafa átt sér stað. Samtöl sem hafa síðar meir ratað í sögu-bækurnar og jafnvel breytt heiminum. Þá hafa aðalatriðin verið dregin fram í dagsljósið en smáatriðunum sleppt. Hvernig var til að mynda stemningin þegar Reagan og Gorbatsjov ræddu um fækkun kjarnorkuvopna í Höfða 1986. Gerðu þeir góðlátlegt grín að þessari litlu þjóð eða var kannski sovéski aðalritarinn enn þá svekktur eftir móttökurnar í Keflavík: „Var forsetinn á svæðinu? Svakalegt svindl var það.“ gætu hafa verið fyrstu orð Gorbatsjovs þegar hann tók í höndina á Ronald. Síðasta kvöldmáltíðin hjá Jesú og lærisveinum hans er svo annað. Frelsarinn hlýtur að hafa mænt á

Júdas fyrst hann vissi að fégráðugi lærisveinninn ætti eftir að svíkja hann. „Af hverju ertu að horfa svona á mig? Er ég með eitthvað í skegginu? Segðu mér, hvað er að?“ voru kannski spurningarnar sem Júdas spurði Jesú, rétt áður en hann braut brauðið og deildi út víni.

Og einhvern veginn hlýtur spennan að hafa verið rafmögnum þegar menn voru að reyna að bjarga bönkunum á sínum tíma. Og maður heldur einhvern veginn að allir hafi þá bara talað um yfirvofandi hrun og gjaldþrot. Skuldir, skuldajöfnun, afskriftir og kúlulán. En á einhverjum tímamarki hefur þó verið stund milli stríða og hvað fór mönnum á milli þá? Þetta gerðist einu sinni á pókerkvöldi hjá nokkrum félögum mínum. Þá fórum við að ræða hvor væri betri, Kenwood-hrærivélin eða Kitchen Aid. En við hættum því fljótlega. Enda ekki alveg í samræmi við leikinn.

## myndasögur

### ■ Pondus

Eftir Frode Øverli



### ■ Gelgjan

Eftir Jerry Scott &amp; Jim Borgman



### ■ Handan við hornið

Eftir Tony Lopes



### ■ Kjölturakkar

Eftir Patrick McDonnell



### ■ Barnalán

Eftir Jerry Scott &amp; Rick Kirkman





FYRIR ALLA SEM HAFA VERIÐ ...ERU ...VILJA VERA ...EÐA NEITA AÐ VERA Í SAMBANDI

JÓHANNES HAUKUR ER

# HELLISBÚINN

EFTIR ROB BECKER

VINSÆLASTI  
EINLEIKUR  
ALLRA TÍMA!

FRUMSÝNDUR  
3. SEPTEMBER  
Í ÍSLENSKU ÓPERUNNI

„Brjálæðislega fyndinn!

Allir sem vilja skilja hitt kynið ættu að sjá Hellisbúann“

– John Gray, Karlmenn eru frá Mars, konur eru frá Venus

LEIKSTJÓRI: RÚNAR FREYR GÍSLASON

AÐALHLUTVERK: JÓHANNES HAUKUR JÓHANNESSON DÝÐING: SIGURJÓN KJARTANSSON

WWW.HELLISBUINN.IS

Miðasala hefst 6. ágúst á **midi.is** og í síma 540 9800  
Vertu í sambandi við Hellisbúann á **FACEBOOK**



**bravó!**



**> TÍSKUFRÉTT VIKUNNAR**

Tískuheimurinn býður í ofvæni eftir Coco before Chanel, kvikmynd um ævi og störf tískufrömuðarins nafntogaða. Catherine Leterrier sér um búningahönnun og geta áhugasamir skoðað hvernig henni tókst upp á vefsvæði tískutímarisins Vogue, vogue.co.uk.

Nýja skó fyrir sumarið. Hvenær annars getur maður áhyggjulaus skartað hvítum skóm eins og þessum úr Kron?



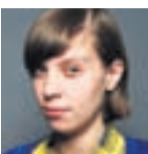
Öðruvísi hálsmen eftir hönnuðinn Ingu Björk Andrésdóttur.

OKKUR LANGAR Í ...

Það nýjasta í kögrinu. Þessar sokkabuxur úr Stellu slá allt út.

**stíll**

utlit@frettabladid.is



**DAÐRAÐ VIÐ TÍSKUNA**  
Kolbrún Björt Sigfúsdóttir

*Hormottur eru hallærislegar*

Ég hef stundum gert mér upp öfund á karlkyninu. Haldið því fram að það sé ekkert mál að klæða sig ef maður er þess kyns og svo viðurkennt að úrvalið sé ömurlegt og til skammar. Þá vorkenni ég strákunum aðeins, hjúfra mig upp að kjól og renni fingrunum yfir allt glingrið sem ég má eiga en ekki þeir. Jafnréttið er undarlegur andskoti.



**GLAUMGOSAR** Það sem lítur vel út á öðrum fer þér ekki endilega vel og það á við bæði kyn.

Hver miðillinn á fætur öðrum keppist um að segja konum hvernig þær eiga að lífa út. Konur eru að sjálfsgöðu misuppteknar af þessum tískuheimi öllum en það breytir því ekki að markhópurinn er við.

Hvað eiga þá karlmenn að gera? Eiga þeir ekkert að huga að tískunni, klæðast því sem fæst í Dressmann hverju sinni og láta þar við sitja? Er í lagi fyrir menn að vera púkó, er það yfir höfuð hægt?

Ég er ekki því starfi vaxin að geta sagt karlkyninu eins og það leggur sig hverju það eigi að klæðast. Jakkaföt eru hallærisleg ef þau fara þér ekki, ef þú mætir í þeim í skólann eða klæðist engu öðru. Jakkaföt eru samt ekki hallærisleg í sjálfru

sér. Sama mætti segja um einkennisbúning indí-strákanna; dökkar þröngar gallabuxur, illa farinn bolur, leðurjakki, sólgleraugu, támjóir skór. Það útlit er í sjálfu sér flott, ef það klæðir þig. En ef þú lítur í spegilinn og hugsar, þetta er ekki ég, ekki ímynda þér að þú þykkir upp einhverja gellu á Ellefunni bara út á lúkkið. Þá ertu líklegri til að vekja lukku í rifnum gallabuxum og flannelskyrtu í anda Kurts Cobain, svo lengi sem þú þværð á þér hárið auðvitað.

Í stuttu máli sagt getur hvaða maður sem er lítið út eins og fáviti, rétt eins og hvaða kona sem er á það á hættu að verða gangandi tískuslys. Hið fallega við hinn póstmóðerníska heim er að hann gerir alla að einstaklingum. Sem einstaklingur hefur maður frelsi til að klæðast því sem maður vill. Það má meira að segja skarta hormottu, þótt þær séu almennt það hallærislegasta í heimi, svo lengi sem viðkomandi lifir sig inn í hlutverkið sem kemur með henni. Þetta er einfalt: „If you don't walk the walk, don't talk the talk.“



**SKORIN Í VIÐ** Kjólar Gaultiers minna eilítið á kríólinur og korselett.



**ÝKTAR KVENHETJUR** Heimsstyrjaldar- ofurkonan er mætt að nýju.

**LOKKAFRÍÐ OG SEIÐANDI** Það gústar köldu af þökkadísu Gaultiers.

**JEAN PAUL GAULTIER SETUR TÓNINN FYRIR HAUSTIÐ**

**Silfruð og köntuð framtíð**

Haustlína Jeans Pauls Gaultier sló í gegn á tískuvikunni í París á dögum. Armani, Gaultier, Valentino og fleiri virðast uppteknir af gamaldags Hollywood-glamúr, silfri, svörtum blúndum og dýrum feldi. Sýning Gaultier er þó retró á annan hátt en hún litast af framtíðarsýn fortíðar í bland við skýrar línur áttunda áratugsins. Köntuð brjóst, örmjó mitti og vottur af hermannaísku voru áberandi á sýningar-pallinum. Útlit er því fyrir að stíllinn í haust sé innblásinn af gullaldarstjörnum, kvenhetjum og kyntáknum. Er það yfir alla línuna, frá klassískri augnmálningu til Veroniku Lake-hárgreiðslunnar. Tími til kominn að draga fram heimsstyrjaldarkorselettin?



**SILFRUÐ OG SEIÐANDI** Skýrar línur í bland við flæðandi kjóla mátti sjá á hausttísku-sýningu Gaultiers.



**LÚXUS Á TÁ OG FINGRI** Hvergi er sparad í hausttískunni.



**LEITAD Í BLÆTIÐ** Hausttískan er full af undarlegum sniðum sem vísa í bindingar og blæti. NORDICPHOTOS/AFP

**Viltu skjól á veröndina?**  
Eigum við ekki að hætta þessari þrjósku.

www.markisur.com • www.markisur.is  
Veðrið verður ekkert vandamál

Rein Fjarfesting ehf

REX Dalbraut 3, 105 Reykjavík. Nánari upplýsingar í síma 567-7773 og 893-6337 um kvöld og helgar



FM957

20 ÁRA AFMÆLISHRINGFERÐ FM957  
ELDHÚSPARTÝ OG MIDNÆTURDANSLEIKUR



FLUGFÉLAG ÍSLANDS



ZÚBER SENDIR ÚT ÞÁTTINN FRÁ KAFFI AKUREYRI Á FÖSTUDAGINN OG ÞÉR ER BODIÐ Í MORGUNKAFFI.

**Zúber**  
GRÚBBAN

**AKUREYRI**

FIMMTUDAGSKVÖLD

16.JÚLÍ KAFFI AKUREYRI / FMPARTÝ MED ZÚBER / GESTIR EINAR ÁGÚST, BMV & 3 RADDIR OG BEATUR

20 ÁRA FM STÓRDANSLEIKUR

17.JÚLÍ VÉLSMÍÐJAN / ZÚBER GRÚBBAN ÁSAMT EINARI ÁGÚSTI, VIGGA SNÆ & DJ.SVALA

MIDAUVERÐ 1.900.- ( MIDAUVERÐ Í FORSÖLU 1.500.- FORSALA Á KAFFI AKUREYRI )

TAL NOTENDUR FÁ 300.KR AFSLÁTT AF MIDAUVERÐI

VIÐ SKEMMTUM ÞÉR SUMARIÐ 2009

NÁNARI UPPLÝSINGAR Á WWW.FM957.IS



## &gt; BROTNAR SAMAN

Glamúrgellan Katie Price sagði í viðtali við Piers Morgan að skilnaður hennar við söngvarann Peter Andre, væri alfarið honum að kenna. Í viðtalinu talar hún opinskátt um hjónabandið og skilnaðinn og á einum tímamarki brotnar hún niður og fellir nokkur tár. Peter hefur aftur á móti ákveðið að ræða ekki um skilnaðinn við fjölmiðla.



**fólk**  
folk@frettabladid.is

# Japönsk sýn á íslenskt landslag

Bók sem inniheldur íslenskar landslagsmyndir eftir japanska ljósmyndarann Ariko er nú fánleg í bókabúðum hér á landi. Ariko, sem er mjög eftirsóttur ljósmyndari í heimalandi sínu og hefur unnið fyrir tímarit á borð við ID Magazine, er stödd hér á landi þess dagana við tókur á japönsku tónlistarmyndbandi.

Ariko hefur heimsótt Ísland reglulega síðastliðin átta ár og eru myndirnar sem prýða bókina allar teknar á ferðum hennar um landið. „Ég bjó í fjögur ár í New York-borg og var í ljósmyndanámi við Parsons-háskólann. Þar kynntist ég nokkrum Íslendingum sem buðu mér með sér í heimsókn til Íslands. Þetta var árið 2002 og upp að því hafði ég alfarið einbeitt mér



**EINS OG Á ÆSKUSLÓÐUNUM** Ariko segir að Ísland minni hana mikið á æskuslóðirnar í Kyoto.

FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

náttúrufegurðina hér. Ég hef ferðast mikið í gegnum árin vegna vinnunnar og kynnst ólíkum menningarheimum en þegar ég kom til Íslands þá fannst mér eins og ég væri í fyrsta sinn hluti af heiminum og jörðinni en ekki einhverri ákveðinni menningu.“

Ariko segir margt við Ísland minna sig á æskuslóðirnar í Kyoto og segir hún japanska lystigarða vera eins og smækkaða mynd af íslenskri náttúru. Bókin, sem á íslensku heitir Sól, kom út í Japan fyrir ári og hefur vakið mikla athygli þar og nú hefur Ariko ákveðið að deila Íslandssýn sinni með landanum. Hægt er að nálgast bókina í verslunum Pennans og í bókabúðinni Útúrdúr við hliðina á Nýlistasafninu.

að portrett-ljósmyndun. Það breyttist þó þegar ég kom hingað og upplifði

- sm

## Deyja margoft á dag

Hreyfipróunarsamsteypan vinnur nú að nýju dansverki fyrir Reykjavík Dansfestival í Djassballettskóla Báru. Seinasta verk þeirra, DJ Hamingja, var tilnefnt til Grímunnar. Nýja verkið heitir Shake Me, eða Hristu mig og hlaut styrk frá Prologos-leikritunarsjóðnum. Víkingur Kristjánsson og Hannes Óli Ágústsson aðstoða þær við verkið.

„Við erum að vinna með sum af verkum Shakespeares og skoða dramatískar dauðasenu þar sem aðalpersónur falla fyrir eigin hendi, eru myrtar eða deyja í bardaga. Þessu er svo blandað saman við „power-ballöður“. Við erum því að vinna út frá tveimur ofsalega dramatískum viðfangsefnum, ást og dauða,“ segir Katrín Gunnarsdóttir, ein úr hópnum.

Hún segir viðfangsefnið hafa verið valið vegna þess hversu fjarlægur dauðinn er fólki. „Við erum því að reyna að búa til drama og upplifa einhverjar sterkar tilfinningar í gegnum Shakespeare eða ástarlög, því við upplifum þær ekki lengur í daglegu lífi.“

Þetta er í fyrsta skipti sem Hreyfipróunarsamsteypan vinnur út frá leiktexta. Hún segir þær nálgast verkin fyrst og fremst sem dansarar. „Hvernig



**ÁST OG DAUÐI** Melkorka S. Magnúsdóttir og Katrín Gunnarsdóttir drepa og deyja í nýju dansverki.

FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

ætlum við að koma Shakespeare til skila í einhverju dansformi, er það yfirhöfuð hægt? Það verður bara að koma í ljós.“ En dramað tekur sinn toll. „Þegar maður deyr tuttugu sinnum á dag skilur það eftir sig ákveðin líkamleg ummerki. Títus er svolítið ofbeldisfullur.“

- kbs



Í **KLÓM DANA** Stuttmynd Rúnars, Anna, keppir fyrir hönd Dana.

## Keppa fyrir hönd Íslands

Keppnismyndir Nordisk Panorama hafa verið tilnefndar. Fyrir hönd Íslands keppir Draumalandið í flokknum besta heimildarmyndin. Um bestu stuttmyndina keppa Epik feil eftir Ragnar Agnarsson, Álagablettir eftir Unu Lorenzen og Sugarcube eftir Söru Gunnarsdóttur. Þá keppir lokaverkefni Rúnars Rúnarssonar, Anna, fyrir hönd Danmerkur.

Tilnefnd fyrir hönd landsins

sem Ný norræn rödd er myndin Hnappurinn eftir Sigurbjörn Búa Baldvínsson. Á fjármögnunarmessunni svokölluðu verða Adequate Beings, sem Poppoli Pictures framleiða, og Reynir the Strong, í framleiðslu Zeta Productions ehf., kynntar.

Nordisk Panorama fagnar nú tuttugu ára afmæli en hún er haldin í Reykjavík 25. til 30. september.

## Waits í viðtal

Tónlistarundrið Beck tók á dögnum viðtal við Tom Waits fyrir vefsíðu sína. Bera þeir saman uppvaxtarár sín í Los Angeles og Waits lýsir pylsulögudum bíl sem keyrði um hverfið og konunni sem notaði málverk eftir Van Gogh til að skýla sér fyrir sólinni svo fátt eitt sé nefnt.

Þá ræða þeir félagar um tónlist

og hvernig hún á það til að þýða mismunandi hluti fyrir fólk, jafnvel eitthvað sem listamaðurinn sá ekki fyrir.

Aðeins hefur verið birtur fyrri hluti viðtalsins. Skulu aðdáendur því hafa augun opin fyrir birtingu seinni hlutans í næstu viku, enda margt skemmtilegt sem gerist þegar tveir furðufuglar mætast.

## Fíflaveislan Gay Pride og nekt

„Þetta byrjaði á því að nokkrir krakkar í MH nenntu ekki að vera í leikfélaginu, vildu heldur stofna sitt eigið, sem mér fannst ógeðslega mikið brill. Þeir hringdu í mig og báðu mig um að vera sér innan handar,“ segir Tyrvingur Tyrfingsson, nemandi við fræði og framkvæmd, um leikhópinn Maddy.

Hópurinn hefur sett á svið tvær sýningar, Jólahugveku í gamla Fáfnishúsinu ásamt krökkum úr Fíladelfu og Eru ekki allir í sundi? í Sundhöll Reykjavíkur. „Þetta var stuttu eftir hrúnið og við vorum mikið að spá hvað allt væri skritið. Við ákváðum að einbeita okkur að einhverjum einum heimi og snúa svolítið á það hvenær er hann réttur og hvenær er hann rangur. Af hverju er skritið að vera nakinn ofan í sundi en það er í lagi í sturtunni? Það er bara einn metri sem skilur þar að. Hvenær er nekt eðlileg og hvenær óeðlileg?“

Nýjasta verkefni hópsins er unnið í samstarfi við artFart og Gay Pride og kallast Margt að ugga, öfugugga. Þar skoðar hópurinn Gay Pride-fyrirbærið. „Þetta er eins og „fiest of fools“, fíflaveisla, dagar hommanna. Við ákváðum að nota það bara, gera almennilega veislu og sjá svo hverjir fíflin eru.“ Sýningin er margmiðla og verður sýnd 7. og 14. ágúst í Austurbæ. Þá verður Eru ekki allir í sundi? tekin upp að nýju á artFart.

Er markmiðið að ganga fram af áhorfendum? „Markmiðið er ekki að ganga fram af heldur afhjúpa eitthvað sem við teljum satt, einhverja birtingarmynd sannleikans, eins skritinn og ljótur og hann má vera.“

- kbs

**ALLT GETUR GERST** Leikhópurinn Maddy hristir upp í fólki.

MYND/ODDUR



IVITA, HUBER/SIA 09-0513



# Jackson-aðdáendur vilja hjálpa Palla

Eins og kom fram í fjölmiðlum nýverið blæs Páll Óskar Hjalmtýsson til mikillar Michael Jackson-veislu á Nasa í kvöld þar sem hann tekur mörg af þekktustu lögum poppguðsins ásamt Jagúar og þeim Seth Sharp og Alan Jones. Þá mun Yasmine Olsen ásamt fríðum flokki dansara endurskapa bæði Thriller og Smooth Criminal og Páll mun síðan þeyta Jackson-skífum alla nóttina. Allur ágóði tónleikanna rennur til Barnaspítala Hringins en bæði tónlistarmenn og tæknimenn gefa vinnu sína.

Fréttin um þetta kvöld virðist hafa hreyft við Jackson-aðdáendum um allt Ísland því þeir hafa verið duglegir við að hringja í Páll og bjóða fram aðstoð sína. „Og svo eru margir sem hafa komið með svokölluð „bootlegg“-upptök og mix sem hafa aldrei heyrst áður,“ segir Páll en „bootlegg“ eru ólöglegar upptök af tónleikum. Páll hyggst spila þessar upptök þannig að gestir og gangandi fá að heyra tónlistina á algjörlega nýjum nótum.

Páll er ekki í vafa um að arfleifð Michaels eigi eftir standast



**ÆSTIR AÐDÁENDUR** Páll Óskar hefur fengið símtöl og tölvupósta frá æstum Jackson-aðdáendum sem vilja ólmir leggja sitt af mörkum.

tímans tönn og spáir því að hann eigi eftir að verða hæst launaði látni listamaðurinn, slái þar sjálfum Elvis Presley við. „Annars er maður bara uppgjafinn eftir æfingarnar með Jagúar, ég verð bara að finna tíma á sunnudaginn til að hvíla mig,“ segir Páll. Veislan hefst klukkan 23.00 og er, eins og áður segir, á Nasa.

- fgg

# Antídóp-Svavar klár í slaginn

Svavar Sigurðsson, einarður baráttumaður gegn eiturfjadjöflinum um árabil, beinir nú sjónum sínum að fjárhagsvanda landsins. Og er þess albúinn að taka við af stjórnvöldum – sem eru við uppgjöf að hans mati.

„Já, ég er þess albúinn að taka við þegar þeir hafa gefist upp. Þú sérð hvaða árangri ég hef náð í eiturfjadjamálunum,“ segir Svavar Sigurðsson sem hefur nú í rúm þrettán ár barist með oddi og egg gegn fíkniefnafjandanum – með góðum árangri að sögn. Svavar segir mikinn uppgjafartón kominn í ráðamenn og telur þá á hinum mestu villigötum í ráðaleysi sínu. Þeir einblíni á afleiðinguna í stað orsakarinnar. Og meðan svo er komast menn hvorki lönd né strönd.

Spurður hvaða ráð hann sjálfur hafi í erminni vitnar Svavar til spádóma Nostradamusar, sem byggjast á Jesajabók Biblíunnar. Svavar varð fyrir vitrun fyrir fimmtíu árum. Hann er á vegum Drottins. „Þetta er stórkostlegt tæki sem ég hef í höndunum. Ég spyr andann og svörin koma í skynjunum.“ Svavar segir svo frá því að hann hafi nú talað við stjórnarráðið, ráðuneytin, forseta Alþingis, ritara forseta, sent erindi – einblöðung þar sem segir af spádómum Nostradamusar – í öll sendiráð á Íslandi, öll sendiráð Íslands erlendis og sé nú að vinna í að setja sig í samband við Hvíta húsið. „Ég hef talað við 34 þingmenn á tveimur dögum. Og svo 14 nokkru seinna. Hringi bara í gsm-símana. Mest hef ég talað við Tryggva Herbertsson. Ég hef álit á honum. Ég hef bæði hringt í hann, sent honum sms-skeyti og



**SVAVAR SIGURÐSSON.** Hefur á þrettán og hálfu ári safnað 150 milljónum í baráttu sinni gegn eiturfjadjum. Ef ekki tekst að vinna bug á bágru fjárhagsstöðu er hætt við að sú baráttu fari fyrir lítið. Hér er mynd af gegnumlýsingarbúnaði. FRÉTTABLAÐIÐ/ARNÞÓR

tölvupóst. Ég myndi vilja vinna með þeim og býðst til þess að koma á þeirra fund. En ég veit að ég fæ ekki að komast að fyrr en þeir hafa gefist upp. Og það er uppgjafartóni dag.“

Svavar er þegar landsþekktur fyrir baráttu sína gegn fíkniefnum og hefur orðið verulega ágegn í þeim efnum. Hann hefur fengið frá fyrirtækjum og hinu opinbera 150 milljónir sem hann hefur veitt í baráttuna, til dæmis keypt auglýsingar og gegnumlýsingarbúnað fyrir tollara. Einkum hefur hann lagt upp úr því að halda Vestmannaeyjum hreinum. Þegar spurður um ástæður harðrar mót-

stöðu hans við eiturfjadj, sem hann hefur aldrei prófað, segir hann: „Eigum við ekki að segja að Drottinn sé á móti þeim. Hann fékk mig til að standa í þessu. Ég hef verið í fimmtíu ára þjálfun. Þetta er köllun. Þetta hefur verið erfitt. Og ef þú myndir verða fyrir þessu eins og ég fyrir fimmtíu árum myndir þú detta á gólf, hrópa á hjálp og verða keyrður inni við sundin blá. Mikill sársauki. En það hefur dregið úr honum – ég hef verið að herðast og herðast.“ Svavar einbeitt sér nú að skuldastöðunni því að í fjárleysi er vonlaust að standa í baráttunni gegn döpínu.

jakob@frettabladid.is

## Rokkað fram á nótt

Sérstakt rokkabilly-kvöld verður haldið á skemmtistaðnum Q-bar í Ingólfsstræti í kvöld. Hljómsveitin Langi Seli og skuggarnir munu leika lifandi tónlist fyrir gesti og því næst mun plötusnúðurinn Curver þeyta skífum langt inn í nóttina. Rósa Birgitta Ísfeld söngkona er skipuleggjandi kvöldsins og hvetur fólk eindregið til að mæta uppstrílað í anda rokkabilly-tískunnar til að skapa stemningu. „Strákarnir eiga að mæta gelaðir í gallabuxum og stelpurnar í pils-um og með túberað hár í anda Grease,“ segir hún.

Skemmtunin hefst klukkan 22.00 og stendur fram á nótt. Aðgangseyrir er 1000 krónur.

- sm

## Skilmálabreyting á bílasamningum

Nú skiptir mestu fyrir marga að lækka greiðslubyrði hvers mánaðar. Íslandsbanki Fjármögnun býður lausn sem lækkar tímabundið afborganir af bílasamningum í erlendri mynt. Skilmálabreytingin felur í sér lækkan greiðslubyrði í 8 mánuði og lengingu á samningi um 4 mánuði. Lækkunin er u.þ.b. 50% af greiðslubyrði í janúar 2009 og er föst krónutala þessa 8 mánuði.

### DÆMI

**Bílasamningur að upphæð 2 milljónir 1. nóvember 2007**

Lánstími: 5 ár

Myntkarfa: 50% yen og 50% svissneskir frankar

- Afborgun 1. desember 2007 **42.000 kr.**
- Afborgun 1. maí 2009 **84.000 kr.**
- Afborgun eftir skilmálabreytingu **43.000 kr.**  
(m.v. 50% greiðslubyrði í 8 mánuði)

• **Mismunur 41.000 kr. eða 48,8% lækkun á greiðslubyrði**

### KOSTIR

- Jöfn greiðslubyrði til skamms tíma.
- Lægri greiðslubyrði miðað við núverandi afborganir.
- Styrkist gengi íslensku krónunnar greiðist höfuðstóll lánsins hraðar niður.
- Möguleiki á að greiða inn á höfuðstól hvenær sem er.

### ÓKOSTIR

- Samningur lengist um 4 mánuði.
- Gengisáhætta.
- Hærrí vaxtakostnaður með lengri lánstíma.
- Breytilegir vextir gætu hækkað á lánstíma.
- Ekki er hægt að taka nýtt fjármögnunarlán ef viðkomandi er með lán með skilmálabreytingu.

Kynntu þér skilmálabreytingu bílasamninga í erlendri mynt hjá ráðgjöfum Fjármögnunar á Kirkjusandi í síma 440 4400 eða á [islandsbanki.is](http://islandsbanki.is).

Íslandsbanki Fjármögnun sérhæfir sig í fjármögnun atvinnutækja og atvinnuhúsnæðis fyrir rekstraraðila, og bifreiða fyrir einstaklinga.





# Framhaldslíf á kreppumarkaði

„Við opnuðum í október í fyrra og ætluðum þá bara að reka þetta í stuttan tíma, ég var atvinnulaus og vildi finna mér eitthvað að gera. Svo hefur þetta bara gengið svona glimrandi vel og við erum enn að,“ segir Helga Dís Gísladóttir, sem rekur Kreppumarkaðinn í Vestmannaeyjum ásamt Guðrúnu Steinunni Guðmundsdóttur.

Kreppumarkaðurinn er opinn frá fimmtudegi til sunnudags og rennur hluti ágóðans til styrktar Björgunarsveit Vestmannaeyja. „Fólk kemur annaðhvort með hlutinn hingað til okkar eða við sækjum hann til þess. Við erum með allt frá bollum og kertastjökum til stærri húsgagna og einnig eitthvað af fötum. Fólk hefur tekið mjög vel í þetta og hingað koma jafnt Eyjamenn sem og íslenskir og erlendir ferðamenn.“ Að sögn Helgu Dísar gengur reksturinn ágætlega og finnst henni nauðsynlegt að hafa flóamarkað í hverju bæjarfélagi. „Mér finnst

**GUÐRÚN STEINUNN** stendur vaktina í búðinni ásamt samstarfskonu sinni, Helgu Dís.



**KREPPUMARKAÐURINN Í EYJUM** Hægt er að gera kjarakaup á Kreppumarkaðinum. MYND/ÓSKAR PÉTUR FRÍÐRIKSSON

að það ætti að vera kreppumarkaður í hverju bæjarfélagi; flikur og muþlar geta alltaf átt framhaldslíf. Það eru svo margir sem hafa gaman af því að gramsa og gera góð kaup,“ segir Helga Dís og bætir því við þær stóllur ætla að halda áfram með markaðinn svo lengi sem þær eigi fyrir leigunni.

## HEIMSFROMSÝNING!

SACHA BARON COHEN SNÝR AFTUR Í EINHVERRI SNARKLIKKUÐUSTU OG FYNDNUSTU MYND SÍÐARI ÁRA.

„**BETRI EN BORAT** ★★★★★  
COHEN ER SCHNILLINGUR!“ - TV. KVÍKMYNDIR.IS

# brúno

MYND SEM ÞÚ MÁTT EKKI MISSA AF!

„ÞIÐ SEM AÐ HÉLDU AÐ THE HANGOVER VÆRI ÞAÐ FYNDNASTA SEM KOMIÐ HEFUR ÚT ÁRÍÐ 2009, BIÐIÐ BARA OG SJÁIÐ HVAD BRÚNO GERIR AF SER“ - TV. KVÍKMYNDIR.IS

SÁM MÍÐIÐNÍ ALFABAKKA		SÁM MÍÐIÐNÍ KRINGLUNNI	
BRUNO	kl. 2 - 4 - 6 - 8D - 8:30 - 10:10D - 10:30	BRUNO DIGITAL	kl. 2 - 4 - 6 - 8 - 9 - 10 - 11 - 12
BRUNO	kl. 2 - 4 - 6 - 8 - 10:10	TRANSFORMERS 2	kl. 3D - 6D
TRANSFORMERS 2	kl. 2 - 5:30 - 8 - 10:50	THE HANGOVER	kl. 4 - 6 - 8 - 10:20
ÍSÖLD 3	kl. 1:30(3D) - 3:40(3D) - 5:50(3D)	HANNAH MONTANA	kl. 2
ÍSÖLD 3	kl. 1:30 - 3:40 - 5:50	CORALINE 3D	kl. 1 DIGITAL 3D SÍÐASTA SÝNING
HANGOVER	1:30 - 3:40 - 5:50 - 8 - 8:30 - 10:20 - 10:50	BRUNO	kl. 4 - 6 - 8 - 10
		HANGOVER	kl. 8
		TRANSFORMERS 2	kl. 4 - 10

KYNNTU ÞÉR SÝNINGARTÍMA Á SELFOSSI OG Í KEFLAVÍK Á WWW.SAMBIO.IS

## NÝTT Í BIÓ!

ÞRÍJA LEIKSTJÓRA

★★★★★  
"Þessi fallega og ástakanlega kvikmynd hlýjar manni bæði um hjartaáretunir og rifur í þær"  
- Ó. P. I., Kvíkmyndir.com

# my sister's keeper

Á 20 AÐ GATA Í STYTTUR MINNARI

MISSIÐ EKKI AF STÆRSTU OG SKEMMTILEGUSTU TEIKNIMYND ÁRSINS OG NUNNA LIKA Í 3-D

Ó.H.T., RÁK 2  
S.V., MBL

THE HURT LOCKER LÚXUS

ÍSÖLD 3 RISAEDLURNAR ROKKA!

TRANSFORMERS

SMÁRA BIÓ SÍMI 564 0000 TILBOÐSVERÐ 550\*

THE HURT LOCKER	kl. 8 - 10:45	16	MY SISTERS KEEPER	kl. 3:20 - 5:40 - 8 - 10:20	12
THE HURT LOCKER LÚXUS	kl. 8 - 10:45	16	BJÖRK - VOLTAIC*	kl. 4	L
ICE AGE 3 3D ENSKT TAL ÁN TEXTA	kl. 8 - 10:10D	L	ÍSÖLD 3 ISLENSKT TAL	kl. 3:40 - 5:50 - 8	L
ÍSÖLD 3 3D ISLENSKT TAL	kl. 1 - 3:30 - 5:45 D (850*)	L	YEAR ONE	kl. 3:30 - 10:10	7
ICE AGE 3 ENSKT TAL M/SL. TEXTA	kl. 1 - 3:30 - 5:45 - 8 - 10:10	L	GHOSTS OF A GIRLFRIEND PAST	kl. 5:45 - 8 - 10:15	7
ÍSÖLD 3 ISLENSKT TAL	kl. 1 - 3:30 - 5:45	L	ANGELS & DEMONS	kl. 6 - 9	14
TRANSFORMERS 2	kl. 1 - 5 - 8 - 11	10	GULLBRÁ	kl. 4**	L
TRANSFORMERS 2 LÚXUS	kl. 1 - 5	10	* Áðeins laugardag	** Áðeins sunnudag	

BORGAR BIÓ SÍMI 462 3500 TILBOÐSVERÐ 550\*

ÍSÖLD 3 ISLENSKT TAL	kl. 2 - 4 - 6	L
ICE AGE 3 ENSKT TAL M/SL. TEXTA	kl. 4 - 6 - 8 - 10	L
MY SISTERS KEEPER	kl. 8 - 10	12
GULLBRÁ	kl. 2	L

REGNBÖGINN SÍMI 551 9000 750 kr.

## ÓDÝRT Í BIÓ!

THE HURT LOCKER	kl. 3 - 5:30 - 8 - 10:35	16
ICE AGE 3 ENSKT TAL M/SL. TEXTA	kl. 3 - 5:50 - 8 - 10:10	L
GHOSTS OF A GIRLFRIEND PAST	kl. 3:30 - 5:45 - 8 - 10:15	7
YEAR ONE	kl. 3:30 - 5:45 - 8	7
TERMINATOR	kl. 10:15	16

### HVAD? HVENÆR? HVAR?

Laugardagur 11. júlí 2009

#### → Tónleikar

- 14.00 Sunna Gunnlaugs** píanóleikari og **Andrés Þór** gítarleikari flytja eigin lög og íslenskar perlor frá ýmsum tímabilum á tónleikum í Sólheimakirkju í Grímsnesi. Aðgangur er ókeypis.
- 21.00 Grímur Helgason**, klarinett og **Hrónn Þráinsdóttir**, píanó flytja verk eftir Pórkell Sigurbjörnsson, Arnold Bax, Debussy og Poulenc á tónleikum í Reykjalhöfðarkirkju á Mývatni. Aðgangur er ókeypis.
- 22.00** Hljómsveitin **Árstíðir** og trúbaðararnir **Svavar Knútur** og **Helgi Valur** verða með tónleika á Græna Hattinum við Hafnarstræti 96 á Akureyri. Húsið verður opnað kl. 21.
- 22.00** Hljómsveitin **B.Sig** verður með tónleika á Café Rósenberg við Klapparstíg.
- 22.00** **Rockabilly-ball** verður haldið á Qbar við Ingólfsstræti. Fram koma **Langi Seli** og **Skuggarnir** og **Dj Curver**.



#### → Sýningar

Myndlistarkonurnar **Barbara Milne** og **Barbara Ballachay** eru gestir Gullkistunnar við Bjarkarbraut á Laugarvatni. Þær verða með sýningu þar áðeins í dag milli kl. 14-18.

#### → Sumartónleikar

Sumartónleikar í **Skálholtskirkju**, 4. júlí - 6. ágúst. Aðgangur ókeypis. Nánari upplýsingar á [www.sumartónleikar.is](http://www.sumartónleikar.is).

- 15.00 Camerartica** flytur verk eftir Sammartini, Haydn og Hoffmeister.
- 17.00 Skálholtskvartettinn** flytur Daudinn og stúlkan eftir F. Schubert og op. 9 nr. 5 eftir F.J. Haydn.

#### → Uppákomur

Listamaðurinn **Snorri Ásmundsson** stendur fyrir Snryti- og framkomu-námskeiði 10-12. júlí, fyrir nýtt Ísland í Nýlistasafninu við Laugaveg 26 (gengið inn Grettisgötu megin). Ágangur ókeypis og allir velkomnir. Nánari upplýsingar á [www.flotakona.com](http://www.flotakona.com).

**13.00** Námskeið þar sem gert verður „**extreme Makeover**“ á velvöldum Íslendingum úr ýmsum stéttum.

#### Sunnudagur 12. júlí 2009

#### → Tónleikar

**17.00** Organistinn **Christof Pülsch** flytur verk eftir Félix-Alexandre Guilmant, Mendelssohn og Jean Langlais á tónleikum í Hallgrímskirkju við Skólavörðuholt.

**17.00** Kammerkórinn **Schola cantorum** heldur tónleika í Akureyrarkirkju við Eyrarlandsveg. Á efmisskránni verða m.a. verk eftir Felix Mendelssohn Bartholdy.

**21.00** Hljómsveitin **Árstíðir** og trúbaðararnir **Svavar Knútur** og **Helgi Valur** verða með tónleika á Café Rósenberg við Klapparstíg 25.

#### → Leikrit

**20.00** **Kristján Ingimarsson** flytur verk sitt „**Mike Attack**“, sem er gamanleikur án orða, í Sláturhúsinu, menningarsetri á Egilsstöðum.

#### → Leiðsögn

**15.00** **Elisabet V. Ingvarsdóttir** verður með leiðsögn um sýninguna Íslensk hönnun 2009 sem nú stendur yfir á Kjarvalstöðum við Flókagötu. Sýningin er opin daglega kl. 10-17.

#### → Sumartónleikar

Sumartónleikar í **Skálholtskirkju**, 4. júlí - 6. ágúst. Aðgangur ókeypis. Nánari upplýsingar á [www.sumartónleikar.is](http://www.sumartónleikar.is).

**15.00 Skálholtskvartettinn** og **Camerartica** flytja Kvartetta eftir F.J. Haydn.

#### → Uppákomur

Listamaðurinn **Snorri Ásmundsson** stendur fyrir Snryti- og framkomu-námskeiði 10-12. júlí, fyrir nýtt Ísland í Nýlistasafninu við Laugaveg 26.

**15.00** Pallborðsumræður. Þátttakendur: **Sigríður Klingenberg**, **Unnur Arngrímsdóttir**, **Ármann Reynisson**, **Sara María Júlíusdóttir** og **Mundi vandi**.

Sími: 553 2075 - bara lúxus

## Ódýrt í bió

ATH. 850 KR. Á 3D ATH. 550 KR. EKKI Í 3D ATH. SÝND KL.2

ÍSÖLD 3 RISAEDLURNAR ROKKA!

GULLBRÁ med íslensku tali! ATH. SÝND KL.2

TILBOÐ Á FYRSTU SÝNINGAR DAGSINS

## TILBOÐSVERÐ

SMÁRA BIÓ HÁSKÓLABÍÓ BORGAR BIÓ

KL.3.30 HÁSKÓLABÍÓ	550*	KL.1 SMÁRABÍÓ	550*	KL.2 BORGARBIÓ	550*	KL.4 HÁSKÓLABÍÓ sunnudag	3D 850*	KL.1 SMÁRABÍÓ	550*
--------------------	------	---------------	------	----------------	------	--------------------------	---------	---------------	------

## SparBió

SAMBIO.IS SAMBÍÓINN!

550kr MYND SEM ÞÚ MÁTT EKKI MISSA AF!

BRUNO kl. 2 í Álfabakka og í Kringlunni kl. 4 á Akureyri, Keflavík og Selfossi

ÍSÖLD 3 kl. 1:30 í Álfabakka kr. 550 í tvívið, kr. 850 í þrívið kl. 4 í Keflavík í tvívið

TRANSFORMERS 2 kl. 2 í Álfabakka kl. 4 á Akureyri

HANGOVER kl. 1:30 í Álfabakka

## NÝTT Í BIÓ

LAUGARAS BIÓ Sími: 553 2075 - bara lúxus

FLÖTTASTA HASARMYND SUMARSINS

★★★★★  
- Ó. P. I., Kvíkmyndir.com

SÝND MED ÍSLENSKU TALI

Tilboð í bió. Gildir á allar sýningar merktar með rauðu!

BIÓ SÝNINGARTÍMAR

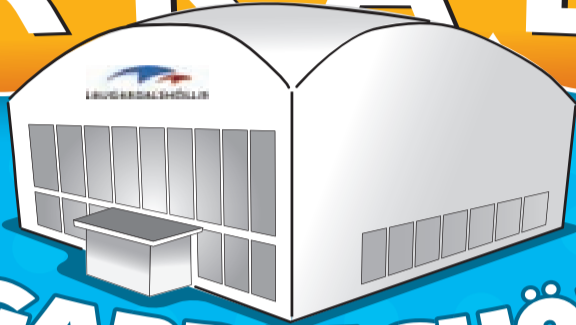
MY SISTERS KEEPER	kl. 5:50, 8 og 10:15	12
ÍSÖLD 3 - 3D - Íslenskt tal	kl. 2(850 kr) og 4	L
ÍSÖLD 3 - Íslenskt tal	kl. 2(550kr), 4 og 6	L
TRANSFORMERS 2	kl. 7 og 10	10
YEAR ONE	kl. 8 og 10	7
GULLBRÁ	kl. 2(550 kr) og 4	L



NÚ ER KÁTT Í HÖLLINNI

# RISA

## MARKAÐUR



Í LAUGARDALSHÖLLINNI

Íslensk tónlist - erlend tónlist

### TÓNLIST

klassík - jazz - DVD tónlist

Tónlist frá 99 kr.

Grid of music album covers with prices:

- KR. 799
- KR. 999
- KR. 399
- KR. 1299
- KR. 799
- KR. 1499
- KR. 999
- KR. 699
- KR. 799
- KR. 999
- KR. 499
- KR. 1299
- KR. 999
- KR. 999
- KR. 1299
- KR. 499
- KR. 499
- KR. 999
- KR. 1499

Púsurdir titla í boði

### TÖLVULEIKIR

### DVD MYNDIR

Leikir á allar leikjavélar  
PC - Playstation 2 - PSP - Xbox - Nintendo

Tölvuleikir frá 999 kr.

DVD myndir frá 399 kr.

Grid of video game covers with prices:

- KR. 3999
- KR. 2999
- KR. 999
- KR. 999
- KR. 2999
- KR. 1999

Nóg af bílastæðum

Grid of DVD movie covers with prices:

- KR. 999 HVER MYND

OPHD 11 - 19 ALLA DAGA VIKUNNAR



## > Helgi Már fylgir Sigurði til Solna

Helgi Már Magnússon varð í gær annar leikmaður Íslandsmeistarara KR í körfubolta til þess að skella sér í sænsku úrvalsdeildina því hann er búinn að semja við Solna Vikings. Á dögunum gekk Jakob Örn Sigurðarson til liðs við sænsku meistarana í Sundsvall en þessi lið hafa barist um sænska titilinn undanfarin ár. Helgi Már mun spila fyrir landsliðsþjálfarann Sigurð Ingimundarson sem tekur við þjálfun Solna-liðsins í haust. Helgi Már á að baki eitt ár sem atvinnumaður en hann lék eitt tímabil með svissneska liðinu BC Boncourt.

**sport**  
sport@frettabladid.is



## MARKADROTNINGIN MARGRÉT LÁRA VIÐARSÓTTIR: SPILAÐI FANTAVEL Í SÍNUM FYRSTA BYRJUNARLIÐSLEIK

# Gaman að tala íslensku og æfa með stelpunum

Eftir erfiða tíma í sænska boltanum átti Margrét Lára Viðarsdóttir stórleik á miðvikudaginn þegar hún lék sinn fyrsta leik í byrjunarliði Kristianstad í 3-2 sigri á AIK. Margrét Lára kom Kristianstad í 2-0 úr vítaspyrnu sem hún fiskaði sjálf.

„Maður renndi nokkuð blint í sjóinn. Þrátt fyrir að hafa æft með liðinu í viku þá vissi maður ekki alveg um styrkleika þess. En liðið kom mér skemmtilega á óvart, það er mikið hjarta í þessu liði,“ segir Margrét, sem var fremst í leikkerfinu 4-5-1.

„Oft er vörn besta sóknin fyrir lið sem eru í neðri hlutanum. Þetta var nýtt fyrir manni en til að fá tækifæri fram á við þarf lið að vera þétt til baka. Við vorum bara miklu betri í þessum leik og ég hefði ekki getað beðið um betri byrjun hjá félaginu,“ segir Margrét en Kristianstad skoraði sigurmarkið í lokin.

„Við sýndum mikinn karakter með því að rífa okkur aftur upp eftir að þær jöfnuðu. Upp á framhaldið að gera held ég að það hafi ekki verið hægt að biðja

um þetta betra. Liðið hafði ekki náð að vinna leik þegar það hafði fengið mark á sig fram að þessu. Þetta sýnir bara að þó að við fáum á okkur mark þá er leikurinn alls ekki búinn.“

Elisabet Gunnarsdóttir sagði eftir leikinn að hann hefði verið eins og jólapakki sem inniheldur allt. Hún sagði Margréti hafa verið besta mann vallarins að sínu mati. „Það er mjög mikilvægt að vera í umhverfi þar sem leikmenn og þjálfarar hafa trú á manni. Ég finn það bara að leikmennirnir treysta á mig og það gefur mér auknið sjálfstraust. Ég hef verið gagnrýnd fyrir form og ýmislegt fleira en andlega hlíðin skiptir oft meira máli, svo fylgir hitt með,“ segir Margrét.

Hún er nú komin til Íslands enda landsliðsverkefni framundan, vináttulandsleikir gegn Englandi og Danmörku sem leiknir verða á Englandi 16. og 19. júlí.

„Það er alltaf gaman að tala íslensku og æfa með stelpunum. Það eru erfiðir leikir framundan en þessi vinna sem leikmenn hafa verið að leggja á sig mun líklega skila sér. Leikmenn eru í toppstandi og íslensku stelpurnar í Svíþjóð hafa til dæmis verið að vekja mikla athygli,“ segir Margrét Lára.



MEIDDUR Í NÁRA Hjörtur Logi er tognður á nára. MYND/ARNPÓR

Freyr og Hjörtur Logi:

## Missa af næstu leikjum FH

**FÓTBOLTI** Varnarmennirnir Freyr Bjarnason og Hjörtur Logi Valgarðsson hjá Íslandsmeisturum FH spila ekki næstu tvær vikurnar vegna meiðsla. Báðir fóru þeir meiddir af velli í 3-2 sigurleik FH gegn Fylki á fimmtudag.

Ásgeir Gunnar Ásgeirsson og Tryggvi Guðmundsson fóru einnig meiddir af velli í leiknum og þurfti FH-liðið að leika einum færra síðasta hálf tíma leiksins. Þrátt fyrir það tókst þeim að skora sigurmarkið og tryggja sér öll stigin þrjú.

Meiðsli Ásgeirs og Tryggva eru ekki eins slæm og verða þeir til í slaginn í næsta leik FH, sem er Evrópuleikur á miðvikudag.

- egm



ÁNÆGDUR Aron Einar vill nýjan samning við Coventry. NORDICPHOTOS/GETTY

Aron Einar Gunnarsson:

## Ekki tilbúinn fyrir bandið

**FÓTBOLTI** Fyrirliðastaðan hjá Coventry er laus eftir að Scott Dann fór til Birmingham. Íslenski landsliðsmaðurinn Aron Einar Gunnarsson segist í samtali við enska fjölmiðla ekki tilbúinn í fyrirliðahlutverkið. Aron er tvítugur og var valinn leikmaður ársins hjá félaginu á síðasta tímabili.

„Ég er ekki viss um að ég gæti tekið við bandinu ef mér yrði rétt það. Ég er enn ungur og minn tími er ekki kominn,“ sagði Aron en sóknarmaðurinn Clinton Morrison er talinn líklegastur til að verða næsti fyrirliði.

Í viðtalinu segist Aron Einar vonast eftir að fá nýjan samning frá Coventry eftir frammiðstöðuna síðasta vetur. „Ég er ánægður hér og tilbúinn að framlengja samning minn. Mér hefur þó ekki verið boðið neitt enn.“

- egm

# Íslendingarnir hjá GAIS í kuldunum

Íslendingaliðið GAIS hefur varla staðið undir nafni sem Íslendingalið á þessari leiktíð. Tækifæri þeirra fjögurra Íslendinga sem eru á mála hjá félaginu hafa verið af skornum skammti þrátt fyrir dapurt gengi.

**FÓTBOLTI** „Ég ætla ekkert að hrauna neitt yfir þjálfarann og kenna honum um þetta, Mig langar að segja svo margt en verð að vera skynsamur. Við þurfum bara að halda áfram að reyna að gera okkar besta,“ segir Eyjólfur Héðinsson, leikmaður GAIS, en hann hefur eins og hinir Íslendingarnir hjá félaginu verið úti í kuldunum og spilað aukahlutverk hjá sænska liðinu á þessu tímabili.

Eyjólfur gekk til liðs við GAIS frá Fylki árið 2007 en síðasta haust keypti félagið þrjá aðra Íslendinga; Hallgrím Jónasson frá Keflavík og þá Guðjón Baldvinsson og Guðmund Reyni Gunnarsson frá KR. Sá síðastnefndi hefur nú verið lánður aftur til KR og verður löglegur með liðinu hinn 15. júlí.

Engum íslensku leikmannanna hefur tekist að vinna sér inn sæti í liðinu. „Eins og er þá eru 27 leikmenn á áfingum, ég hef aldrei á ævi minni æft í jafn fjölmennum hópi. Þetta er í raun algjör vitlæysa. Það er bara pláss fyrir ellufu í byrjunarliðinu svo sextán manns þurfa að sætta sig við að vera utan þess,“ segir Eyjólfur, sem hefur verið notaður sem varmaður á tímabilinu eftir að hafa spilað reglulega með liðinu tímabilið á undan.

„Ég er bara alltaf á bekknum sem stendur. Ef ég hef síðan fengið að byrja þá hefur það verið vegna þess að einhver af miðjumönnum hefur verið meiddur eða í leikbanni. Ég hef ekki verið að slá einhverja út

EYJÓLFUR HÉÐINSSON er fastur á bekknum.

úr liðinu, bara verið að fylla upp í,“ segir Eyjólfur.

Meiðsli hafa verið að hrjá þá Guðjón og Hallgrím. Guðjón hefur verið að glíma við meiðsli síðustu vikur en Hallgrímur er að snúa aftur eftir að hafa verið á meiðslalistanum frá janúar og fram í júní. „Haddi er bara nýfarinn af stað og hann er ekkert mjög langt frá því að komast í liðið,“ segir Eyjólfur en hann segir að stöðugleika skorti hjá félaginu.

### Ekki góð fyrirheit

„Ég hef verið með þrjú þjálfara herna á tveimur árum. Með nýjum þjálfara koma nýjar áherslur og nýir leikmenn. Ég er búinn að vera herna í rúm tvö ár og af þessum 27 sem eru að æfa með liðinu nuna eru bara fimm sem hafa verið lengur hér en ég. Það gefur ekki góð fyrirheit ef það er verið að skipta svona mikið um leikmenn. Þetta er mikil barátta,“ segir Eyjólfur.

Þegar þrettán umferðir eru búnar af sænsku úrvalsdeildinni er GAIS í fimmtánda og næst-neðsta sæti með ellufu stig, þremur stigum á eftir Djurgården sem er sæti ofar. Alexander Axén er þjálfari liðsins en hann tók við stjórnartumunum í desember í fyrra, eftir að



VIÐ UNDIRSKRIFTINA Guðjón, Hallgrímur og Guðmundur kynntir til leiks við komuna til félagsins. MYND/HEIMASÍDA GAIS

allir Íslendingarnir höfðu verið fengnir til liðsins. Þrátt fyrir dapurt gengi á tímabilinu virðist Axén hræddur við að gera breytingar á liðinu og er lítið að gefa leikmönnum tækifæri.

### Verður að sýna þolinmæði

„Það er alveg rétt að mér finnst það mjög sérstakt hve lítið hann breytir liðinu. Það er komin þvífík pressa á hann vegna þess hve illa gengur og ljóst að það verður eitt-hvað að fara að gerast. Fjölmiðlar herna tala um að sæti hans sé orðið mjög heitt. Við erum í fimmtánda sæti en erum með of gott lið til að vera þar,“ segir Eyjólfur. „Það var eytt talsverðum fjárhæðum í liðið fyrir tímabilið svo þessi staða er langt undir væntingum.“

Umræða var uppi um að sameina GAIS öðrum félögum í Gautaborg en sú hugmynd hefur nú algjörlega verið slegin út af borðinu.

Eyjólfur segist ekki vera farinn að hugsa sér til hreyfings en viðurkennir að það geti breyst ef ástandið haldist óbreytt.

„Ég var ekki of hress með gang mála í vor. Maður verður að sýna þolinmæði líka og líta í eigin barm, það þýðir ekkert annað en reyna að standa sig betur og sýna á áfingum og vellinum að maður eigi heima í liðinu. Ég er ekkert hættur, ég mun gefa þessu meiri tíma. Ef það fer ekkert að gerast næstu vikur eða mánuði fer maður samt kannski að líta í kringum sig,“ segir Eyjólfur Héðinsson.

elvargeir@365.is

### ÍSLENDINGARNIR HJÁ GAIS

Fjöldi leikja eftir 13 umferðir

**Eyjólfur Héðinsson:**  
11 leikir - 3 í byrjunarliðinu

**Guðjón Baldvinsson:**  
5 leikir - 0 í byrjunarliðinu

**Guðmundur Reyni Gunnarsson:**  
4 leikir - 2 í byrjunarliðinu

**Guðjón Baldvinsson:**  
2 leikir - 0 í byrjunarliðinu

Atli Eðvaldsson mætir með nýju lærisveinana sína í Val á KR-völlinn í stórleik Pepsi-deild karla í dag:

# Einstök tengsl Atla og erkifjendanna

**FÓTBOLTI** Stórleikur dagsins í Pepsi-deild karla er milli erkifjendanna í KR og Val. Það hefur bæði ýtt undir eftirvæntinguna fyrir leiknum að Atli Eðvaldsson mun þarna stjórna Valsliðinu í fyrsta sinn í Pepsi-deildinni sem og að liðin munu mætast aftur í bikarum seinna í þessum mánuði. Leikurinn hefst klukkan 16 á KR-vellinum.

Atli Eðvaldsson er nú kominn aftur í Val eftir tæplega tuttugu ára fjarveru en hann lék sinn síðasta leik fyrir félagið á móti Fram 17. ágúst 1989. Atli er búinn að loka hringnum en hann hefur nú bæði spilað með og þjálfað Val og KR. Það sem er merkilegra er að KR og Valur hafa alltaf komið við sögu í frumraun Atla á hverjum stað

og svo verður einnig í Frosta-skjólínu í dag.

Fyrsti leikur Atla í efstu deild var með Val gegn KR hinn 10. júní 1974. Atli kom þá inn á sem varmaður og tryggði Val 2-2 jafntefli með sinni fyrstu snertingu í leiknum. Atli lék alls þrettán deildar- og bikarleiki með Val á

**Í FYRSTA LEIKNUM** Atli Eðvaldsson fylgdist með leik Vals á móti KA í bikarum. FRÉTTABLAÐIÐ/ARNPÓR

móti KR og enginn þeirra tapaðist. Atli skoraði 7 mörk í leikjum 13.

Þegar Atli sneri heim úr atvinnumennsku vorið 1990 ákvað hann að ganga til liðs við KR og fyrsti deildarleikur hans með Vesturbæjarliðinu var einmitt á móti Val á Hlíðarenda. Valur vann leikinn 2-1. Atli mætti Val tíu sinnum í deild og bikar og tapaði þremur þeirra leikja, þar af einum í vítakeppni. Atli skoraði aðeins einu sinni á móti Val, fyrsta markið í 9-1 sigri KR á Hlíðarenda í loka-umferðinni haustið 1992.

Atli lék fjögur tímabil með KR

og gerðist síðan spilandi þjálfari HK. Hann tók síðar við þjálfun ÍBV og þjálfaði seinna Fylki áður en hann gerðist þjálfari KR árið 1998. Fyrsti deildarleikur Atla sem þjálfari KR var einmitt á móti Val og endaði hann með markalausu jafntefli. KR tapaði ekki deildar- eða bikarleik á móti Val undir stjórn Atla, vann fjóra og gerði eitt jafntefli. KR vann einnig deildarbikarinn undir hans stjórn eftir sigur á Val í vítaspyrnukeppni í úrslitaleiknum sem fram fór í ágúst 1998.

Leikurinn í dag markar enn eitt upphafið í sögu Atla og erkifjendanna í hjarta Reykjavíkurborgar. Atli er eins og áður sagði tekinn við þjálfun Vals og að sjálfsögðu er fyrsti deildarleikur hans á móti KR.

- 66j







HLÚÐ AÐ ÆSKUNNI Wenger hefur sett saman efnilegt lið hjá Arsenal.

NORDIC PHOTOS/GETTY

## Manuel Almunia, Arsenal: Vinnum ekki með krökkum

**FÓTBOLTI** Markvörðurinn Manuel Almunia skýtur föstum skotum að forráðamönnum Arsenal þegar hann gagnrýnir kaupstefnu félagsins um að fá bara unga og efnilega leikmenn í stað reyndari leikmanna og segir það ástæðu þess að félagið vinni ekki titla.

„Það er vissulega gott og blessað að vera með ungt og efnilegt lið en titlar eru ekki unnir þannig. Til þess að taka skrefið lengra þurfa menn að vera tilbúnir í stóru leikjunum og við þurfum meiri reynslu til þess að vera samkeppnishæfir við önnur félög,“ er haft eftir Almunia í breska götublaðinu The Sun. - óþ

## Dwyane Wade, Miami Heat: Riley vill sömu hluti og ég

**KÖRFUBOLTI** Stórstjarnan Dwyane Wade hjá Miami Heat vísar á bug sögusögnum um að honum og Pat Riley, forseta félagsins, komi ekki saman.

Wade sendi stjórn félagsins skýr skilaboð í fjölmiðlum þegar hann sagði að styrkja þyrfti leikmannahópin til muna við fyrsta tækifæri og fleiri stór nöfn vantaði til félagsins. En Riley svaraði honum með því að segja að Wade þyrfti fyrst að framlengja samning sinn við Miami, sem rennur út eftir komandi tímabil, áður en hægt væri að raða stjórnuleikmönnum í kringum hann.

„Við Riley erum í sama liði og viljum sömu hlutina. Við erum bara í ólíkum stöðum hjá félaginu og það er allt og sumt. Þetta er enginn ágreiningur,“ segir Wade í samtali við Miami Herald. - óþ

Mourinho er hóflega bjartsýnn fyrir næsta tímabil:

## Er ekki Harry Potter

**FÓTBOLTI** Knattspyrnustjórinn litríki José Mourinho hjá Ítalíumeisturum Inter talar tæpitungulaust í viðtali við Gazzetta dello Sport í dag og viðurkennir að eins og staðan sé í dag muni Inter ekki vinna Meistaradeildina á næstu leiktíð.

Hann kvartar jafnframt yfir því að hafa af stóran leikmannahóp þegar undirbúningstímabilið sé að byrja.

„Það er alls ekki jákvætt að vera með þrjátíu leikmenn í aðalliðinu. Hugmyndin var að fá fjóra nýja leikmenn inn í sumar og að við myndum losa okkur við átta leikmenn í staðinn en það hefur ekki gengið upp hingað til. Okkur vantar enn miðvörð og sóknarmiðjumann. Fjórir leikmenn hafa farið frá okkur, þar af þrír með lausan samning og einn á láni, og við erum því ekki að fá neina peninga í kassann. Ég er ekki að gagnrýna forráðamenn félagsins því ég veit að þetta eru erfiðir tímar, efnahagslega séð. Það er því áfram ákveðinn getumunur á okkur og bestu liðum Evrópu en þetta verður að duga eins og er. Við getum unnið áfram með þennan leikmannahóp en ég er enginn

# SPURÐUR AÐ ÞVÍ HVORT ÉG VÆRI BÚINN AÐ TÝNA MARKANEFINU

Sævar Þór hefur skorað ellefu síðustu mörk Selfoss í 1. deildinni og séð til þess öðrum fremur að liðið situr í toppsætinu. Einhverjir voru þó farnir að stríða honum þegar hann skoraði ekki í fyrstu umferðunum.

**FÓTBOLTI** Sævar Þór Gíslason hefur verið óstöðvandi í síðustu leikjum með Selfyssingum í 1. deildinni. Hann hefur meðal annars skorað átta mörk í síðustu þremur leikjum, sem hafa skilað Selfyssingum sjö stigum og séð til þess að liðið er enn í efsta sæti deildarinnar.

Sævar Þór var jafnvel að hugsa um að hætta fyrir tímabilið en ákvað að halda áfram. Það gekk hins vegar lítið að skora í maí. „Hínir strákarnir byrjuðu að skora í fyrstu leikjunum og svo fóru þeir eitthvað að skjóta á mig og þá fór ég að setja hann,“ sagði Sævar Þór í léttum tón. Sævar Þór lék ekki fyrsta leik mótsins og náði síðan ekki að skora í næstu þremur leikjum.

„Maður fékk aðeins að heyra það hvort maður væri hættur og hvort ég væri búinn að týna markanefinu,“ segir Sævar, sem hefur síðan skorað 11 mörk í 6 leikjum. „Mörkin hafa oft dreifst meira á leikina hjá mér en þetta er mjög skemmtilegt. Á meðan við erum að hala inn stig er maður ánægður,“ segir Sævar.

### Vinnan gengur fyrir

Mörgum þótti það skrýtin ákvörðun þegar Sævar Þór ákvað að hætta að spila í úrvalsdeildinni og skipti yfir í þá 2. deildarlið Selfoss.

„Ég fékk heldur betur að heyra það þegar ég fór. Ég álit hins vegar að vinnan gangi fyrir, en ég fékk vinnu í mínum heimabæ. Ég fór í aðgerð þetta ár sem ég ákvað að fara yfir til Selfoss. Svo voru Fylkismenn byrjaðir að æfa en ég mátti ekki æfa vegna meiðslanna. Ég heyrði ekkert í þjálfaranum og það virtist enginn áhugi á að semja við mig þannig að ég fór bara að spila með Selfossi,“ segir Sævar og hver veit nema hann eigi eftir að spila aftur í efstu deild – með Selfossi.

„Það væri algjör draumur að spila með Selfossi í efstu deild en við erum með fæturna á jörðinni. Þetta er ný staða hjá okkur því

við höfum aldrei verið á toppnum. ÍBV var á toppnum allt síðasta sumar þannig að þetta er nýtt fyrir okkur og bara gaman,“ segir Sævar.

Sævar þakkar félögum sínum í Selfossliðinu fyrir hjálpa og þá sérstaklega Arilfusi Marteinsyni sem leikur við hlið hans í framliðinu.



MARKAHÆSTUR Sævar Þór Gíslason er markahæsti leikmaður 1. deildar karla í sumar en hann hefur skorað 48 mörk í 46 deildarleikjum með Selfossi undanfarnin þrjú sumur. FRETABLADID/PJETUR

„Við misstum Viðar til ÍBV en það kom annar strákur inn, Arilfusi. Hann var frammi með mér 2007 þegar Viðar var bara á bekknum en það skiptist síðan árið eftir. Hann þekkir þetta allt og er búinn að eiga stóran þátt í þessum mörkum. Ég veit ekki hvað hann hefur gefið margar stoðsendingar á mig og

hann er að hjálpa mér mjög mikið. Maður er oftast með tvo varnarmenn á sér og þá losnar um hann. Hann er mjög skapandi spilari,“ segir Sævar.

Sævar Þór hefur nú skorað 11 síðustu deildarmörk Selfossliðsins og hefur enginn annar leik-

maður skorað fyrir liðið síðustu 514 mínútur. Síðastur til að skora á undan Sævari var Agnar Bragi Magnússon, sem kom liðinu í 1-0 á móti Víkingi úr Ólafsvík 5. júní síðastliðinn.

„Það var einhver að segja mér að þetta gæti verið Íslandsmet,“ segir Sævar. Það hefur ekki fengið staðfest en er líklegt.

### Klaufaskapur að fara ekki upp

Selfyssingar voru á leiðinni upp í úrvalsdeildina síðasta sumar en misstu Stjórnnumenn upp fyrir sig á lokasprettinum.

„Við gáfum eftir í blálokin í fyrra. Það var leiðinda klaufaskapur að komast ekki upp. Þetta var eins og margir þjálfarar segja, að það hafi verið ákveðið reynsluleysi í hópnun, og menn læra af reynslunni. Það er vonandi að við höfum lært af þessu í fyrra,“ segir Sævar, sem er ekkert að missa sig yfir góðri stöðu liðsins í dag.

„Við erum ekkert farnir að tala um það ennþá að komast upp í Pepsi-deildina enda mótið rétt að verða hálfnað. Það er frábær uppgangur á Selfossi og við ætluðum okkur að ná stöðugleika í deildinni. Það er alltaf talað um að annað árið sé svo erfitt. Við erum með ákveðin markmið, að ná vissum stigafjölda, og þegar við náum því setjum við okkur ný markmið,“ segir Sævar Þór.

### Gulli er mjög heppinn

Gunnlaugur Jónsson tók við hjálfun Selfoss fyrir þetta tímabil en Zoran Miljkovic var með liðið í fyrra. „Zoran gerði heilmikið og Gulli tekur við góðu búi. Hann hefur viðhaldið því og bætt við og það var mjög jákvætt að fá hann til Selfoss,“ segir Sævar og bætir við:

„Gulli er mjög heppinn að hafa komið inn í svona umhverfi. Hann er ofan af Skaga þar sem lífið er fótbolti og eigum við ekki að segja að það fari að vera þannig á Selfossi,“ segir Sævar. ooj@frettabladid.is

Ódýrt úr nammibarnum á

Tilboðið gildir aðeins á laugardögum

# LAUGARDÖGUM



50%

Úr nammi- og hnetubarnum

Tilboðið gildir aðeins á laugardögum

alltaf í leiðinni!

MOURINHO Er spar á fullyrðingarnar fyrir komandi tímabil. NORDIC PHOTOS/AFP



## &gt; Tony Shalhoub

„Monk er bæði sérvitur og pirrandi og þó að fólki finnst gaman að fylgjast með honum hugsa ég að fæstir vilji umgangast hann.“

*Shalhoub leikur einkaspæjarann Monk í samnefndum þætti sem Stöð 2 sýnir í kvöld.*



# dagskra

sunnudagur

## SUNNUDAGSKVÖLD

## STÖÐ 2 KL. 21.25

## Prison Break, lokabáttur

Það er komið að lokabættinum af Prison Break. Við fáum nú að skyggnast inn í framtíðina og sjá hvað verður um söguhetjurnar okkar. Búast má við magnaðri sögufléttu sem enginn getur séð fyrir.



## ► VIÐ MÆLUM MEÐ

Same Sex America  
SkjárEinn kl. 21.50

SkjárEinn sýnir í kvöld margverðlaunaða heimildamynd um samkynhneigð pör sem ætla að ganga í hjónaband. Fylgst er með sjö þörum sem ætla að láta þússa sig saman í Massachusetts, fyrsta ríki Bandaríkjanna til að samþykkja hjónabönd samkynhneigðra.



## SJÓNVARPIÐ

**08.00 Morgunstiðin okkar** Í næturgarði, Litil prinsessa, Geirharður Bojng, Gló magnaða, Sí-gildar teiknimyndir, Nýi skólinn keis-arans, Einu sinni var... Jörðin og Landið mitt.

**10.40 Poppunktur** (e)  
**11.35 Reykjavíkurmót Fáks** (e)  
**12.05 Helgarsportið** (e)  
**13.05 Landsmót UMFÍ** (e)  
**13.20 Mótókross** (e)  
**13.50 Óvænt heimsókn** (4:7) (e)  
**14.20 Ganges** (1:3) (e)  
**15.10 Hlé**

**17.20 Tákn málsfréttir**  
**17.30 Langt að heiman**  
**17.45 Pip og Paník** (8:13) (e)  
**17.50 Örvæiturfroskarnir** (3:3)  
**18.00 Stundin okkar** (e)

**18.30 Hellisbúar** (Cavemen) (6:13) Bandarísk gamanþáttaröð um þrjú frummenn sem búa innan um nútímafólk í Bandaríkjunum.

**19.00 Fréttir**  
**19.30 Veðurfréttir**  
**19.35 Út og suður** Gísli Einarsson heilsar upp á Þórhall Arason á Þingeyri.

**20.05 Afríka, ástin mín** (Afríka, mon amour) (2:3) Þýskur myndaflokkur um konu sem flýst til Tansaníu árið 1914 eftir að maðurinn hennar er henni ótrú.

**21.35 Sunnudagsbíó - Týnda stjarnan** (La stella che non c'è) Ít-ölsk bíómynd frá 2006 um ítalskan mann sem fer til Kína að leita að gallaðri vél sem fyrirtæki hans hefur selt þangað.

**23.20 Landsmót UMFÍ** Stutt samantekt frá keppni dagsins á 100 ára afmælislandsförum UMFÍ sem fram fer á Akureyri.

**23.35 Söngvaskáld** (3:6) Bjart-mar Guðlaugsson (e)

**00.30 Útvarpsfréttir í dag-skrárlök**

## STÖÐ 2

**07.00 Barnatími Stöðvar 2** Lalli, Gulla og grænjaxlamir og Kalli og Lóa.  
**07.30 Algjör Sveppi** Svampur Sveinsson, Hvellur keppnisbíll, Áfram Diego, áfram! ofl.

**10.20 Aquamarine** Tólf ára vin-konur finna hafmeyju í sundlaug strandklúbbs.

**12.00 Nágrannar**  
**12.20 Nágrannar**  
**12.40 Nágrannar**  
**13.00 Nágrannar**  
**13.20 Nágrannar**

**13.45 So You Think You Can Dance**  
**15.10 So You Think You Can Dance**

**16.00 Hell's Kitchen**  
**16.55 Oprah** Skemmtilegur þáttur með vinsælustu spjallþáttadrottningu heims.

**17.40 60 mínútur** Reyndustu fréttaskýrendur Bandaríkjanna fjalla um mikilvægustu málefni liðandi stundar og taka einstök viðtöl við heimsþekkt fólk.

**18.30 Fréttir Stöðvar 2**  
**18.49 Íþróttir**  
**18.59 Veður**

**19.10 Pressa** (3:6) Íslensk spennuþáttaröð í sex hlutum.  
**19.55 Amnesia** (6:8) Spurninga-keppni þar sem keppendur svara spurningum tengdum sjálfum sér sem oftast er ekki eru afar vand-ræðalegar.

**20.40 Monk** (3:16) Einkaspæjar-inn og sérvitringurinn Adrien Monk er mættur aftur og heldur áfram að aðstoða lögregluna við lausn á und-arlegum sakamálum.

**21.25 Prison Break** (24:24)  
**22.15 Lie to Me** (4:13) Spennu-þáttaröð um sérfræðinga sem með sálfræði, atferlisfræði og hæfileik-um geta greint í andlitsdráttum fólk hvort það segi satt eður ei.

**23.00 Twenty Four** (24:24)  
**23.45 60 mínútur**  
**00.30 Coma**  
**02.15 Fallen: The Beginning**  
**03.35 Blind Flight**  
**05.10 Monk** (3:16)  
**05.55 Fréttir**

SPORT besta sætið

**07.40 KR - Valur** Útsending frá leik í Pepsi-deildinni.

**09.30 Sumarmótin 2009: N1 mótið**

**10.10 Celebrity Soccer Sixes**  
**11.00 F1. Við rásmarkíð** Hitað upp fyrir komandi keppni.

**11.30 F1. Þýskaland / Kapp-aksturinn**  
**14.15 F1. Við endamarkíð** Keppni helgarinnar krufin til mergjar.

**14.45 Evrópumótardöðin** Bein út-sending frá Barclays Scottish Open mótinu í golfi.

**16.30 Meistaradeildin - Gull-leikir** AC Milan - Barcelona 1994.

**18.15 Gillette World Sport 2009** Íþróttabáttur þar sem farið er yfir það helsta sem er að gerast í íþróttunum.

**18.40 PGA Tour 2009 - Há-punktur**  
**19.35 Inside the PGA Tour 2009**

**20.00 Barclays Scottish Open** Sýnt frá mótinu í golfi.

**21.45 F1. Við endamarkíð** Keppni helgarinnar krufin til mergjar.

**22.15 Augusta Masters Official Film** Þáttur um Masters mótið í golfi árið 2006 þar sem Phil Mickelson bar sigur úr þytum.

**23.10 Poker After Dark** Margir af snjöllustu pókerspilurum heims mæta til leiks í Texas Holdem.

SPORT 2 enski boltinn

**18.00 PL Classic Matches** New-castle - Man. Utd, 2002.

**18.30 PL Classic Matches** Tot-tenham - Everton, 2002.

**19.00 Football Rivalries: Bar-celona v Real Madrid** Í þessum þætti verður fjallað um rígg spænsku stórveldanna Barcelona og Real Madrid, innan vallar sem utan.

**19.55 Premier League World 2008/09** Enska úrvalsdeildin skoð-ud frá ýmsum hlíðum.

**20.25 Arsenal - Newcastle** Út-sending frá leik í ensku úrvalsdeild-inni.

**22.05 Man. Utd. - Man. City** Útsending frá leik í ensku úrvals-deildinni.

**23.45 PL Classic Matches** Chel-sea - Tottenham, 2003.

## EXTRA

**15.30 Sjáðu** Ásgeir Kolbeins kynn-ir allt það heitasta í bíóheiminum.

**16.00 Hollyoaks** (226:260)

**16.25 Hollyoaks** (227:260)

**16.50 Hollyoaks** (228:260)

**17.15 Hollyoaks** (229:260)

**17.40 Hollyoaks** (230:260)

**18.05 Seinfeld** (4:22)

**18.30 Seinfeld** (5:22)

**19.00 Seinfeld** (7:24)

**19.30 Seinfeld** (8:24)

**20.00 Total Wipeout** (7:9) Hér er á ferð ómengdu skemmtun, gam-all og góður bulslugangur með nýrri þælingu sem ekki nokkur maður getur staðist.

**21.00 America's Got Talent** (6:20) Nú er leitinn hafin í þriðja sinn að sönnu hæfileikafólki. Líkt og síð-ast verða dómaramir þau David Hasselhoff, Piers Morgan og Sharon Osbourne. Jerry Springer er kynnr.

**21.45 ET Weekend** Fremsti og frægasti þáttur í heimi þar sem allt það helsta sem gerðist í vikunni í heimi fina og fræga fólksins er tíund-að á hressilegan hátt.

**22.30 The O.C. 2** (2:24) Orange-sýsla í Kaliforníu virðist vera fríðsæl paradís þar sem lífið leikur við bæjar-búa. Þegar við kynnumst þeim betur koma hins vegar leyndarmálin í ljós.

**23.15 Seinfeld** (4:22)

**23.40 Seinfeld** (5:22)

**00.05 Seinfeld** (7:24)

**00.30 Seinfeld** (8:24)

**00.55 Sjáðu**  
**02.00 Tónlistarmyndbönd frá Nova TV**

## INN

**17.00 Græðlingur**

**17.30 Skýjum ofar**

**18.00 Borgarlíf**

**18.30 Íslands safari**

**19.00 Mér finnst**

**20.00 Hrafnaþing**

**21.00 Útvegurinn**

**21.30 Maturinn og lífið**

**22.00 Hrafnaþing**

**23.00 Mér finnst**

## SKJÁREINN

**06.00 Óstöðvandi tónlist**

**12.45 World Cup of Pool 2008** (e)

**13.35 Rachael Ray** (e)

**14.20 Rachael Ray** (e)

**15.05 What I Like About You** (e)

**15.30 America's Funniest Home Videos** (47:48) (e)

**15.55 Stylista** (6:9) (e)

**16.45 Stylista** (7:9) (e)

**17.35 Monitor** (3:8) (e)

**18.05 Britain's Next Top Model** (2:10) Bresk raunveruleikasería þar sem leitað er að nýrri ofurfyrir-sætu. (e)

**18.55 The Biggest Loser** (24:24) Bandarísk raunveruleika-sería þar sem fitubollur berjast við bumbuna. (e)

**19.45 America's Funniest Home Videos** (48:48) Fjölskyldu-þáttur þar sem sýnd eru myndir myndbrot sem venjulegar fjölskyldur hafa fest á filmu.

**20.10 Robin Hood** (4:13) Bresk þáttaröð um hetjuna Hróa hött, út-lagann sem rætur þá ríku til að gefa hinum fátæku. Fógetinn ræður nýjan skattheimtumann, Rufus, til að hafa meira fé af þörpsbúum. Þegar Hrói reynir að ræna Rufus fer allt úrskæiðis og Kate og Allan eru handsómuð. Sonur skattheimtu-mannsins er í haldi Hróa og það þarf að hafa fangaskipti.

**21.00 Leverage** (13:13) Spenn-andi þáttaröð um þjófahóp sem rætur þá sem misnota vald sitt og ríkiðæmi. Það er komið að loka-þættinum og Nate reynir að ná fram hefndum gegn mannum sem bar ábyrgð á dauða sonar hans. Hann leggur allt undir og það gæti kostað félaga hans frelsið.

**21.50 Same Sex America** Heim-ildarmynd um sjö samkynhneigð pör sem ætla að ganga í það heil-aga í Massachusetts.

**23.25 Murder** (1:10) Bandarísk raunveruleikasería þar sem venju-legt fólk glímir við raunverulegar morðgátur. (e)

**00.15 CSI: New York** (13:21) (e)

**01.05 Óstöðvandi tónlist**

## OMEGA

Dagskrá allan sólarhringinn.

# FRÉTTABLAÐIÐ ÞITT Á NETINU

EINFALT, ÞÆGILEGT OG ALLTAF TIL TAKS



## FRÉTTABLAÐIÐ

FRÉTTABLAÐIÐ ÞITT Á VISIR.IS



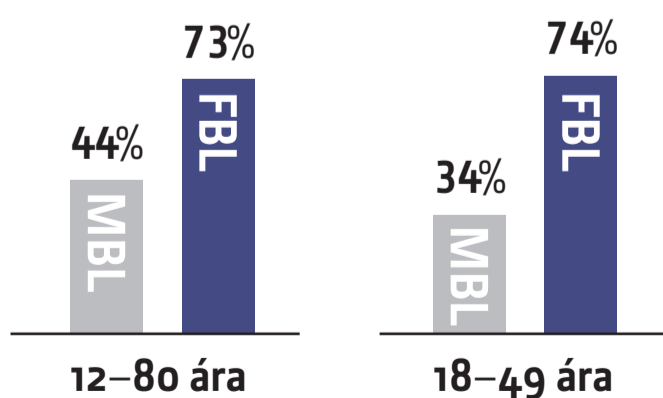


Meðallestur á tölublað m.v. allt landið, 12–80 ára. Könnun Capacent í febrúar 2009 - apríl 2009.

## Fréttablaðið stendur upp úr

Fréttablaðið er sem fyrr mest lesna dagblað landsins með glæsilegt forskot á samkeppnisaðila sinn eins og síðasta könnun Capacent Gallup ótvírætt sýnir. Við erum auðvitað rífandi stolt af þessum góða árangri og bendum auglýsendum á að notfæra sér forskot okkar þegar þeir velja auglýsingamiðil.

### Lestur á höfuðborgarsvæðinu



Allt sem þú þarft...



## > Sharon Osbourne

„Það er langt frá því að vera sársaukalaust að fara í andlitslyftingu. Það er álika og að eyða nóttinni með axarmörðingja.“

**Osbourne dæmir í hæfileika-keppninni America's Got Talent sem Stöð 2 sýnir í kvöld.**



# dagskrá



## VIÐ TÆKIÐ SARA MCMAHON VILL FÁ FLEIRI GAMANÞETTI Í SJÓNVARPIÐ

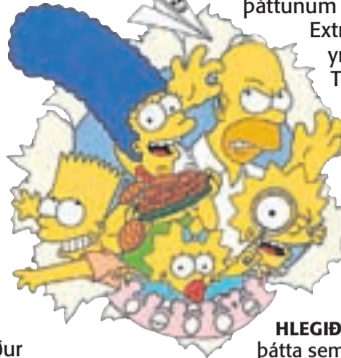
### Hláturinn lengi lifi og lengir lífið

Allir eiga sinn upphaldssjónvarpsþátt, hvort sem um er að ræða skemmtilegan gamanþátt, klikkaðan raunveruleikaþátt eða breskan sakamálaþátt. Undanfarið hefur mér þótt bera mikið á tveim síðastnefndu sjónvarpsflokkunum, það er að segja raunveruleikaþáttunum og sakamálaþáttunum, en vera minna um gamanþætti. Mér þykir ágætt að horfa á spennandi glæpa- og lögregluþætti og hef nokkuð gaman af raunveruleikaþáttum þar sem leitað er að næstu ofurfyrisætu, en skemmtilegast finnst mér að hlæja. Það mundi kæta mig afskaplega ef fleiri klassískir gamanþættir væru á dagskrá ljósvakanna. Fólk hefði líka gott af því að láta kæta sig örliðið þessa dagana, því nóg er dramatíkin í kringum okkur.

Þegar ég hugsa til baka og lit yfir feril minn sem sjónvarpsáhorfandi þá standa gamanþættirnir ávallt upp úr sem þeir eftirminnlegustu. Grínið gleður

og maður man greinilega það sem er gaman. Bandarísku þættirnir Arrested Development tróna á topp tíu listanum mínum, ásamt þáttunum um Simpson-fjölskylduna, hinum pinlegu þáttum Extras og Little Britain, að sjálfsgöðu. Þegar ég var yngri þóttu mér þættirnir um írsku prestinn Father Ted líka ótrúlega skemmtilegir og gerði í því að apa eftir húshjálpi föður Teds við hvert tækifæri.

Ég vil ekki sjá á bak spennuþáttum eða raunveruleikaþáttum en það væri nú gaman að auka við flórana í gamanþáttunum, kítla hláturtaugarar aðeins og hlæja dátt. Einhvers staðar hef ég líka heyrt að hláturinn lengi lifði og ekki er það ljótur bónus við skemmtilegheitin.



**HLEGIÐ DÁTT** Það mætti auka fjölda skemmti-þátta sem eru á dagskrá ljósvakanna.

## LAUGARDAGUR



► **15.45 KR – Valur, beint**  
STÖÐ 2 SPORT



► **18.00 Sjáðu** STÖÐ 2



► **19.45 America's Funniest Home Videos** SKJÁREINN



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



► **21.55 Gamli skólinn** SJÓNVARPIÐ

## SJÓNVARPIÐ

**08.00 Morgunstundin okkar** Pósturinn Páll, Stjarnan hennar Láru, Sammi, Snillingarnir, Tóti og Patti, Ólívía, Elías knái, Strákurinn, Frækni ferðalangar, Skúli skelfir og Hrúturinn Hreinn.

**10.30 Leiðarljós** (e)

**11.10 Leiðarljós** (e)

**12.00 Helgarsportíð** (e)

**13.00 Gullmót í frjálsum íþróttum**

**15.00 Landsmót UMFÍ** (e)

**15.15 Mótókross**

**15.45 Út og suður** (e)

**16.15 Sápugerðin** (9:12) (e)

**16.40 Bergmálsströnd** (9:12) (e)

**17.05 Lincolnshæðir** (13:13)

**17.50 Táknálsfréttir**

**18.00 Poppunktur** (e)

**18.54 Lottó**

**19.00 Fréttir**

**19.30 Veðurfréttir**

**19.35 Fjölskylda mín** (7:9) Bresk gamanþáttaröð um tannlækninn Ben og skrautlega fjölskyldu hans.

**20.10 Brettagaurar** (Grind) Bandarísk bímynd frá 2003.

► **21.55 Gamli skólinn** (Old School) Bandarísk gamanmynd frá 2003. Þrjú menn sem eru óánægðir með hve líf þeirra er dauflegt reyna að endurvefja kæruleysi skólaáranna.

**23.25 Landsmót UMFÍ** Stutt samantekt frá keppni dagsins á 100 ára afmælislands-móti UMFÍ sem fram fer á Akureyni.

**23.40 Wallander - Fyrir frostið** (Wallander: Innan frosten) Sænsk sakamála- mynd frá 2005. Maður með langar fléttur og indíanafjöður í hárinu gengur inn í banka með sprengju um hálsinn. (e)

**01.15 Útvarpsfréttir í dagskrárlök**

## BÍÓ

**06.10 My Best Friend's Wedding**

**08.00 Murderball**

**10.00 Running with Scissors**

**14.00 Murderball**

**16.00 Running with Scissors**

**20.00 My Best Friend's Wedding**

**22.00 The Departed**

**00.30 Firewall**

**02.15 Puff,Puff, Pass**

**04.00 The Departed**

## STÖÐ 2

**07.00 Barnatími Stöðvar 2** Kalli á þakinu, Dynkur smáebla og Flintstone krakkarnir

**08.05 Algjör Sveppi** Gulla og grænjaxlarnir, Ruff's Patch, Elías, Boowa and Kwala, Þorlákur, Sumardalsmyllan, Refurinn Pablo, Svampur Sveinsson, Hvellur keppnisbill, Könnuðurinn Dóra, Maularinn, Tommi og Jenni, Nornafélagið, Kalli litli Kanína og vinir og Ofuróndin.

**12.00 Bold and the Beautiful**

**12.20 Bold and the Beautiful**

**12.40 Bold and the Beautiful**

**13.00 Bold and the Beautiful**

**13.20 Bold and the Beautiful**

**13.45 Total Wipeout** (7:9)

**14.50 Gossip Girl** (22:25)

**15.35 Jamie At Home** (11:13)

**16.05 Ashes to Ashes** (7:8)

**17.05 ET Weekend** Fremsti og frægasti þáttur í heimi þar sem allt það helsta sem gerðist í vikunni í heimi fína og fræga fólksins er tiundað á hressilegan hátt.

► **18.00 Sjáðu** Ásgeir Kolbeins kynnir allt það heitasta í bíóheiminum, hvaða myndir eru að koma út og hverjar aðalstjörnumar eru. Ómissandi þáttur fyrir alla kvikmyndaáhugamenn.

**18.30 Fréttir Stöðvar 2**

**18.45 Íþróttir**

**18.52 Lottó**

**19.00 Ísland í dag - helgarúrval**

**19.30 Veður**

**19.35 America's Got Talent** (6:20) Leitinn að sönnu hæfileikafólki er hafinn í þriðja sinn. Dómarar eru þau David Hasselhoff, Piers Morgan og Sharon Osbourne. Jerry Springer er kynnir.

**20.20 Firehouse Dog** Fjörug og skemmtileg gamanmynd fyrir alla fjölskylduna um hund sem týnist og fær athvarf á niðurníðri slökkvistöð. Fyrir en varir er hann orðinn mikilvægasti hlekkurinn í slökkviliðinu og vinnur hvert björgunarafrækið af öðru.

**22.15 Sin City**

**00.20 Mischief** Jonathan er lítt reyndur í samskiptum við hitt kynið en vinur hans Gene sem er úr stórborginni, lumar á göðum ráðum í þeim efnum. Ráðin hitta þó ekki alltaf í mark eins og Jonathan kemst að raun um.

**01.55 Pursued**

**03.30 The Omen**

**05.15 ET Weekend**

**06.00 Fréttir**

## SPORT

besta sætið

**08.25 F1: Þýskaland / Æfingar**

**08.55 F1: Þýskaland / Æfingar**

**10.00 Herminator Invitational**

**10.45 Inside the PGA Tour 2009**

**11.15 F1: Við rásmarkíð** Hitað upp fyrir komandi keppni.

**11.45 F1. Þýskaland** Bein útsending frá tímatökunni.

**13.20 PGA Tour 2009 - Hápunktar**

**14.20 10 Bestu** Pétur Pétursson.

**15.10 Kraftasport 2009** Sýnt frá keppninni Sterkasti maður Íslands.

► **15.45 KR - Valur** Bein útsending frá leik í Pepsi-deildinni.

**18.00 Meistaradeildin - Gulleikur** Juventus - Man. Útd. 21.41999.

**19.50 F1. Þýskaland** Sýnt frá tímatöku liðanna.

**21.25 Celebrity Soccer Sixes**

Knattspyrnumót á Stamford Bridge þar sem mættu ýmsir frægir sem þekktir eru fyrir eitthvað allt annað en að spila knattspyrnu. Meðal keppenda var boxarinn Joe Calzaghe.

**22.15 World Series of Poker 2008**

Allir bestu og snjöllustu pókerspilarar heims mæta til leiks.

**23.00 KR - Valur** Útsending frá leik í Pepsi-deildinni.

**00.50 World Series of Poker 2008**

**01.35 Ultimate Fighter** Allir fremstu bardagamenn heims mæta til leiks og keppa um titilinn The Ultimate Fighting Champion.

**02.20 UFC Unleashed** Í þessum þáttum eru bestu bardagar í sögu Ultimate Fighting Champion skoðaðir.

## SPORT 2

enski boltinn

**18.00 Goals of the season** Öll glæsilegustu mörk hvernar leiktiðar Úrvalsdeildarinnar frá upphafi til dagsins í dag.

**18.55 Champions of the World: Mexico** Þættir sem varpa einstöku ljósi á knattspyrnuhefðina í Suður-Ameríku.

**19.50 Premier League World 2008/09** Enska úrvalsdeildin skoðuð frá ýmsum hlíðum.

**20.20 1001 Goals** Bestu mörk úrvalsdeildarinnar frá upphafi.

**21.15 Fulham - Liverpool** Útsending frá leik í ensku úrvalsdeildinni.

**23.00 PL Classic Matches** Liverpool - Manchester Útd, 2001.

**23.30 PL Classic Matches** Arsenal - Newcastle, 2000.

## SKJÁREINN

**06.00 Óstöðvandi tónlist**

**13.10 Rachael Ray** (e)

**13.55 Rachael Ray** (e)

**14.40 Rachael Ray** (e)

**15.25 All of Us** (13:22) (e)

**15.55 America's Funniest Home Videos** (45:48) (e)

**16.20 America's Funniest Home Videos** (46:48) (e)

**16.45 How to Look Good Naked** (e)

**17.35 Matarklúbburinn** (3:8) (e)

**18.05 Greatest American Dog** (e)

**18.55 Family Guy** (6:18) (e)

**19.20 Everybody Hates Chris** (e)

► **19.45 America's Funniest Home Videos** (47:48) .

**20.10 Wet Hot American Summer** Grímmynd sem gerist árið 1981 í sumarþúðum þar sem starfsliðið er furðulegra en gengur og gerist. (e)

**21.50 Dr. Steve-O** (1:7) Ærslafull þáttaröð með Steve-O úr Jackass. Hann tekur að sér að „lækna“ skræfur, lúða og letingja og reynir að bjarga þeim frá glötun. (e)

**22.20 The Dudesons** (1:8) Þáttaröð með fjórum finnskum ofurhugum sem framkvæma ótúlegustu hluti. (e)

**22.50 Battlestar Galactica** (13:20) (e)

**23.40 Painkiller Jane** (21:22) (e)

**00.30 World Cup of Pool 2008** (e)

**01.20 Murder** (1:10) (e)

**02.10 Monitor** (3:8) (e)

**02.40 Opposite Sex: Rene's Story** (e)

**04.00 Penn & Teller. Bullshit** (e)

**04.30 Óstöðvandi tónlist**



**17.00 Mér finnst**

**18.00 Hrafnáþing**

**19.00 Mér finnst**

**20.00 Hrafnáþing**

**21.00 Græðlingur**

**21.30 Skýjum ofar**

**22.00 Borgarlíf**

**22.30 Íslands safarí**

**23.00 Mér finnst**

**00.00 Hrafnáþing**

OMEGA

Dagskrá allan sólarhringinn.

# 80's ball



## Laugardagskvöldið 11. júlí

Það verður allt crazy á SPOT í Kópavoginum laugardaginn 11. júlí nk. Þegar gleðispaðarnir í Spútnik ásamt söngkonunni Telmu Ágústsdóttur spila öll flottustu 80's lögin.

Nú er tækifærið til að dressa sig upp í 80's gallann og haga sér eins og það sé 1985!

**SPOT**

Bæjarlind 6, Kópavogi | Sími 544 4040 | spot@spot.is

**Carlsberg**

# Spútnik & Telma



Í KVÖLD

STÖÐ 2 KL. 22.10

Sin City

Margrómuð spennumynd eftir Robert Rodriguez og Quentin Tarantino sem þykir hið mesta sjónarspil enda einhver best heppnaða kvikmynd gerð eftir myndasögu. Fríður flokkur stórlaikara fer með aðahlutverk í myndinni og nægir þar að nefna Bruce Willis, Mickey Rourke, Clive Owen, Benicio Del Toro, Brittany Murphy og Josh Harnett.



▶ VIÐ MÆLUM MED

Brettagaurar (Grind) Sjónvarpið kl. 20.10

Stöð 2 Bíó

Bandarísk bíómynd frá 2003. Hjólabrettagarpar elta átrúnaðargoð sitt á sumarferðalagi í von um að vekja eftirtekt og verða stjórnur sjálfir. Í aðahlutverkum eru Mike Vogel, Vince Vieluf, Adam Brody, Joey Kern og Jennifer Morrison.



RÁS 1 FM 92,4/93,5

- 06.30 Árla dags
- 06.40 Veðurfregni
- 06.50 Bæn
- 08.00 Morgunfréttir
- 08.05 Gatan mín
- 09.03 Út um græna grundu
- 10.05 Veðurfregni
- 10.15 Kvika
- 11.00 Víkulokin
- 12.02 Hádegisútvarp
- 12.20 Hádegisfréttir
- 12.45 Veðurfregni
- 13.00 Vistaskipti
- 14.00 Til allra átta
- 14.40 Lostafulli listræninginn
- 15.15 Með laugardagskaffinu
- 15.35 Stíklur úr furðum hversdagsins
- 16.00 Síðdegisfréttir
- 16.08 Veðurfregni
- 16.10 Í boði náttúrunnar
- 17.05 Húslestrar á Listahátíð 2009
- 18.00 Kvöldfréttir
- 18.17 Bláar nótur í bland
- 18.50 Dánarfregni
- 19.00 Jacqueline du Pré
- 20.00 Sagnaslóð
- 20.40 Trío
- 21.30 Án ábyrgðar
- 22.07 Veðurfregni
- 22.12 Orð kvöldsins
- 22.15 Gullöld revíunnar
- 23.10 Stefnunót
- 00.07 Nætturtónar

FM 90,9 Talstöðin FM 99,4 Útvarp Saga FM 98,9 Bylgjan FM 95,7 FM957 / Topp tónlistarstöðin FM 102,2 Útvarp Latibær / Fjölskyldu útvarp FM 102,9 Lindin / Kristilegt efni FM 96,7 Létt Bylgjan / Tónlist og afþreying FM 105,5 Útvarp Boðun / Kristilegt efni FM 88,5 XA-Radíó / 12 spora efni FM 97,7 X-ið / Enginn viðbjóður

EXTRA

16.00 Nágrannar Lífið í Ramsey-götu gengur sjaldnast sinn vanangang enda eru í búar þar einkar skrautlegir og skemmtilegir.

16.20 Nágrannar  
16.40 Nágrannar  
17.00 Nágrannar  
17.20 Nágrannar

17.40 E.R. (19:22) Þættir sem gerast á bráðamóttöku sjúkrahúss í Chicago þar sem erillinn er næstum óviðráðanlegur og læknamir fá nánast engan tíma til að taka ákvarðanir upp á líf og dauða.

18.30 Ally McBeal (8:21) Elaine reynir að ætteleiða yfirgefið barn og Ally sýnir á sér kynþokkafullu hliðina á jólahátíð fyrirtækisins.

19.15 X-Files (19:24) Fox Mulder trúir á meðan Dana Scully efast er þau rannsaka yfirmáttúruleg mál innan FBI. Leynileg öfl reyna að hindra leit þeirra að sannleikanum.

20.00 So You Think You Can Dance (6:23) Stærsta danskeppni í heimi snýr aftur fimmta sumarið í röð. Keppnin í ár verður með svipuðu sniði og þær fyrri. Allt byrjar þetta á prufunum sem fram fóru í fjórum borgum og aldrei fyrr hafa jafn margir hæfileikaríkir dansarar skráð sig.

21.25 So You Think You Can Dance

22.10 Stelpurnar Það er óhætt að segja að Stelpurnar hafi slegið í gegn með nýstárlegu gríni og glensni en vinsældir þeirra virðast ekkert ætla að dvína.

22.35 E.R. (19:22)

23.25 Ally McBeal (8:21)

00.10 X-Files (19:24)

00.55 Stelpurnar

01.20 Sjáðu

02.25 Tónlistarmyndbönd frá Nova TV

BBC entertainment

10.10 The Black Adder 10.45 The Black Adder  
11.20 EastEnders 11.50 EastEnders 12.20 EastEnders 12.50 EastEnders 13.20 Hustle 14.10 Hustle 15.00 My Hero 15.30 My Hero 16.00 My Hero 16.30 Any Dream Will Do 17.55 Gavin And Stacey 18.25 Gavin And Stacey 18.55 Dalziel and Pascoe 19.45 Dalziel and Pascoe 20.35 Waking the Dead 21.25 Any Dream Will Do 22.55 Gavin And Stacey 23.25 Gavin And Stacey 23.55 Dalziel and Pascoe

DR 1

10.10 Boogie Mix 10.30 Tjenesten classic 10.50 Hovdingeböld 11.35 Flight 29 savnes! 12.00 Det lille hus på prærien 12.45 Napoleon 14.15 aHA! - Linie 3 15.10 For søndagen 2009 15.20 Held og Lotto 15.30 Johanne i Troldekskoven 15.55 Minisekterne 16.00 Mr. Bean 16.30 TV Avisen 17.20 Geniale dyr 17.45 Aftertour 2009 18.10 Merlin 18.55 Kriminalkommissær Barnaby 20.30 Ghostbusters 2 22.15 Inspector Rebus

NK1

10.30 Norge rundt jukeboks 11.30 Sport Jukeboks 12.30 Svijs gull jukeboks 13.35 La de små børn ... 15.20 Lít som deg 15.50 Oddasat - nyheter på samisk 15.55 Nýheter på tegnspråk 16.00 Ugleskogen 16.10 Mamma Mirabelle viser film 16.25 Tofferud 16.35 Smáplukk 16.40 Distriktsnyheter 17.00 Dagsrevyen 17.30 Lollipop 17.55 Fridrett 20.00 Taggart 21.10 Kveldsnytt 21.25 Hotell Babylon 22.15 Andrea Bocelli - live i Toscana 23.10 20 sporsmál 23.35 Country jukeboks m/chat

SVT 1

10.00 Juanes. en musikalisk resa 12.00 Sanne Salomonsen hel igen 12.30 Uppdrag granskning - sommarspecial 13.30 Strömsö 14.10 Allt ljus på 14.50 Allsång på Skansen 15.50 Helgmålsringning 15.55 Blomsterspråk 16.00 Rapport 16.15 Disneydags 17.00 Bobster 17.25 Bernard 17.30 Rapport 17.45 Sportnytt 18.00 Sommarkväll med Annie Lundberg 19.00 Minnenas television 20.00 Kriminaljouren 20.45 Pistvakt 21.15 Sjukan 21.45 Förbytelse 23.25 Sändningar från SVT24

FYRIR ALLA SEM GRILLA

15 GRILLSETT

20 GJAFAKÖRFUR FRÁ MS

10 WEBER SALT- OG PIPARKVARNIR

## GÆFURÍKT GRILLSUMAR!

Taktu þátt í grillleik MS og þú gætir unnið glæsilegt Weber grill eða grillsett. Kaupu dós af sýrðum rjóma frá MS, farðu á [www.ms.is](http://www.ms.is), sláðu inn lukkunúmerið sem er í lokinu og þú færð strax að vita hvort þú hefur unnið.

3 WEBER GASGRILL

Ég grilla til að vinna - sýrður rjómi, þverröndóttur bolur, alpahúfa, kvartboxur ...

[www.gottimatinn.is](http://www.gottimatinn.is)





Þóra Jónsdóttir tölvunarfræðingur

**Aldur:** 54  
**Starf:** Tölvunarfræðingur er mitt aðalstarf en þess utan sé ég um rafræna viðhaldsbók fyrir húseigendur.  
**Fjölskylda:** Ég á mann og þrjú uppkomin börn.  
**Búseta:** Reykjavík.  
**Stjórnumerkir:** Ég er steingeit.

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

**LÁRÉTT**

2. mælieining á spennu rafstraums, 6. frá, 8. ílát, 9. óvild, 11. golfáhald, 12. lítið barn, 14. rithöfundur, 16. kusk, 17. spil, 18. munda, 20. tveir eins, 21. högg.

**LÓÐRÉTT**

1. innsigli, 3. kúgun, 4. nennuleysi, 5. þri, 7. pest, 10. áþekkt, 13. hamingja, 15. ryk, 16. umrótt, 19. tvíhljóði.

**LAUSN**

16. los, 19. au.  
 LÓÐRÉTT: 1. lakk, 3. ok, 4. leittí, 5. niu, 18. óta, 20. ff, 21. stuð.  
 LÁRÉTT: 2. volt, 6. af, 8. ker, 9. kal, 11. tí, 12. kríll, 14. skáld, 16. íó, 17.

**VEISTU SVARID**

Svör við spurningum á síðu 8

- 1 News of the World.
- 2 Heimur hafsins.
- 3 Vigdís Grímsdóttur.

**STEYPUGLJÁI**



Clear Guard Steypugljái fyrir stimplaða steypu, bílaplön og stéttar. Fánlegt: 3,8 og 19 lítrar.

**MÚRBÚÐIN**

- Afslátt eða gott verð?

Sími 412 2500 - www.murbudin.is

www.this.is/krossgatur

**250 ÓKEYPIS KROSSGÁTUR**

**NÝ GÁTA Í HVERRI VIKU**

# Evrur klingja einkum í hatti Jójós

Gleðigjafinn og götulistamaðurinn Jójó gerði sér lítið fyrir og dröslaði píanóinu sínu niður í Austurstræti en þar er hann jafnan með gítarinn sinn og spilar fyrir vegfarendur.

„Já, ég spila líka á píanó. Roland-rafmagnspíanó,“ segir Jójó og dásamar tíðina. Segir sumarið hafa verið dásamlegt. Hann verður þess ekki var að fólk hengi haus þó efnahagsástandið sé eins og það er. „Alls ekki,“ segir Jójó telur ekkert vinnast nema með brosi á vör. Hann grínast og syngur fyrir þá sem eiga leið um Austurstrætið. Þar hefur hann verið árum saman og er með puttann á púlsinum. Sennilega meira að marka Jójó en allar tölur frá Hagstofunni eða Leifsstöð samanlagt. Aldrei hafa verið fleiri túristar í Reykjavík en nú að sögn Jójós sem hefur árum saman haft viðurværi sitt

af því að skemmta vegfarendum. Gítartaskan er opin og hatturinn. Þar klingja nú einkum evrur. „Já, mikið af því. Einhverjir dollarar. Danir eru gjafmildir og Norsarar. Lítið um Svía en Litháar koma hérna, mikið er um Ítali, Þjóðverja og Hollendinga. Og Kanadamenn auk þess sem Japanir og Kínverjar eru alltaf inni á milli með myndavélarnar. Þeim finnst ég vera voðalega myndarlegur.“ Jójó merkir breytingu á túristum þannig að ekki er eins mikið af partýljónum sem mæta til landsins og venjulega.

Þetta er venjulegt fólk sem kemur til að skoða. Venjulega er borgin dauð frá fjögur en nú er miðbærinn fullur af fólki frá fjögur til tíu á kvöldin – sem spásarar um og borðar á veitingastöðunum. Þetta eru túristar.



**ALDREI FLEIRI TÚRISTAR Í REYKJAVÍK** Jójó er með puttann á púlsinum og hann segir aldrei hafa fleiri túristar verið í Reykjavík og nú. Og ætí að vita það.

- jbg

FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN



**GÖGNIN VEL LÆST** Á tölvu Jóns Atla eru mikilvæg gögn fyrir hann sem plötusnúð en þau eru læst og gagnast öðrum því ekki. Hann er tilbúinn til þess að greiða fundarlaun finni tölvuna einhver sem vill koma henni til réttmæts eiganda.

**JÓN ATLI: TÖLVUNNI STOLIÐ Í NAUTHÓLSVÍK**

## Bíllinn besti staðurinn fyrir þjófna að mati lögreglu

„Þetta er Macbook Pro. Öll tónlistin mín er í henni og hún nýttist engum öðrum en mér. Svo er hún líka læst þannig að þeir komast ekkert inn í hana,“ segir Jón Atli Jónsson, plötusnúður og tónlistarmaður. Jón Atli er kominn í hóp lánlausra Íslendinga sem hafa orðið fyrir bardúna á tölvuþjófum en tölvunni hans var stolið úr bíl hans, af gerðinni Volkswagen Golf, sem stóð mannlus í Nauthólsvík. „Þeir brutu rúðuna og hirtu hana. Þetta er öll tónlistin sem ég nota sem plötusnúðurinn Sexylaser, en hann er ekki mikið „sexy“ núna, án tónlistarinnar.“ Jón Atli hefur kært þjófnaðinn til lögreglunnar og var búinn að hringja í tryggingarfélagið sitt. „Ég er hins vegar alveg reiðubúinn að greiða fundarlaun ef tölvunni skyldi verða á vegi einhvers sem vildi koma henni í hendurnar á réttmætum

eiganda.“ Mikið hefur verið skrifað og fjallað um innbrotafaraldur á höfuðborgarsvæðinu síðan bankakreppan reið yfir. Stefán Eiríksson, lögreglustjóri í Reykjavík, sagðist ekki hafa tölurnar á hreinu en viðurkenndi að auðgunarbrotum væri alltaf að fjölga. „Þetta kemur alveg skýrt fram í mánaðarlegri tölfræði frá okkur. Við viljum bara brýna fyrir fólki, enn og aftur, að skilja ekki verðmæti eftir í bílum því sá staður er sá einfaldasti fyrir þjófna að brjótast inn í, þar er bara ein rúða sem skilur á milli,“ segir Stefán og bætir því við að honum þyki það undarlegt hversu auðvelt það er fyrir þjófana að koma gössinu í verð. „Þetta er auðvitað nokkuð sem þarf að skoða; það virðist vera þýfismarkaður þar sem menn geta keypt illa fengna hluti á ótrúlega lágu verði.“

Undir þetta tekur Friðrik Smári Björgvinsson, yfirmaður rannsóknardeildar lögreglunnar á höfuðborgarsvæðinu. Fólk eigi að sýna meiri aðgæslu þegar það yfirgefi bílana sína, það eigi alls ekki að skilja eftir verðmæti sem auðvelt sé að koma í verð eins og síma, tölvur og tónhlöður. „Innbrotum og þjófnum hefur fjölgað töluvert frá því um seinnipart síðasta árs og það hefur haldist nokkur stöðugleiki í þeim fjölda. Hins vegar hefur dregið aðeins úr þessu nú í sumar. En það er talsvert meira um innbrot núna en á sama tíma fyrir ári.“ Friðrik segir lögregluna alltaf vera að leggja hald á göss, það finnst stundum á víðavangi eða í húsleitum í tengslum við önnur mál. Fórnarlömb þjófna skyldu þó ekki hafa of miklar væntingar.

freyrgigja@frettabladid.is

**FRÉTTIR AF FÓLKI**

**Eiríkur Örn Norðdahl**

gæti talist kynlegur kvistur því samhliða því að vera einhver helstur uppreisnarseggar innan bókmenntageirans og vilja rugga bátum er hann jafnframt nokkuð viðurkenndur sem rithöfundur, þýðandi og ljóðskáld. Sem skýrist kannski af því að það er nánast lært atferli innan lista og viðurkennt að vera uppreisnargjarn. En það hlýtur að teljast viðurkenning í því fólgin fyrir Eirík Örn að hann kemur nú fram á The Scream Literary Festival annað árið í röð. Hátíðin fer fram í Toronto í Kanada, dagana 2. til 13. júlí, og les Eiríkur síðasta daginn á viðburði sem nefnist Scream in High Park. Meðal annarra þátttakenda á hátíðinni eru Oana Avasilichioaei, Wakefield Brewster, Margaret Christakos og Peter Cullen svo einhverjir séu nefndir.



Hjálmtýr Heiðdal er formaður félags kvikmyndagerðarmanna og hann las sér til ánægju mola í blaðinu í gær þess efnis að Þórhallur Gunnarsson dagskrárstjóri á RÚV ætli að leggja megináherslu á Íslenskar

heimildarmyndir í vetrardagskránni. En jafnframt nokkurrar furðu því reynsla hans og annarra kollega er að sögn fremur sú að þeir hafi farið bölndir til búðar eftir að hafa reynt að selja Þórhalli svo sem eins og eina heimildarmynd.

Fréttablaðið greindi í gær frá því að Helgi Björnsson rokkhundur ætlaði að halda tónleika í gærkveldi samhliða því að halda upp á afmæli sitt í Valhöll. Þau áform tóku hins vegar óvanta stefnu síðdegis í gær en þá spurðist að Valhöll, þessi fornfrægi staður, væri í björtu báli. Þegar þetta er ritað er ekki vitað hvernig Helgi hélt upp á afmæli sitt en Helgi er þekktur stemningsmaður og ekki í vandræðum með að hrista fram úr erminni gigg með skömmum fyrirvara.

- jbg



## Jón Ólafs á slóðum Villa í Lúxemborg

„Ég var þarna fyrir tveimur vikum, drakk í mig umhverfið og stemninguna, svona þrjátíu til fjörutíu árum seinna,“ segir Jón Ólafsson, tónlistarmaður með meiru. Hann var nýverð í smárinu Lúxemborg, á slóðum Vilhjálms Vilhjálmssonar, einhvers ástsælasta söngvara íslensku þjóðarinnar. Fréttablaðið greindi frá því fyrir margt löngu að Jón hefði verið fenginn til að skrifa ævisögu Vilhjálms og síðan í febrúar hefur hann eiginlega verið á útopnu að víða að sér heimildum. Hann er nú loks byrjaður að skrifa enda er stefnt að því að gefa bókina út fyrir júl. „Ég held að ég hafi örugglega talað við vel yfir hundrað manns.

Sennilega gæti ég talað við fólk sem kannaðist við Vilhjálmi til æviloka en þá kæmi þessi bók aldrei út.“ Jón segir Vilhjálmi hafi kynnst gríðarlegum fjölda fólks, hann hafi víða sáð fræjum og haft mikil áhrif á fólk. „Og auðvitað hefur sitthvað komið upp úr dúrnum sem ég vissi ekki. Vilhjálmi var auðvitað bara manneskja, breysk eins og við hin og það skiptust svo sannarlega á skin og skúrir

**VINAMARGUR** Jón segir Vilhjálmi hafa haft ótrúlega mikil áhrif á fólk í kringum sig en hann hefur rætt við yfir hundrað manns í tengslum við ævisögu söngvarans.



í hans lífi,“ segir Jón, sem bjóst ekki við því að heimildarvinnan yrði jafn víðamikil og raun ber vitni. „Nei, það er alveg á hreinu. Bara að ná í skottið á öllum þessum flugmönnum sem þekktu Vilhjálmi getur verið þrautin þyngri. Mennirnir eru auðvitað minnst heima hjá sér. Ég verð að sæta færiss þegar þeir eru í landi því fyrr en varir eru þeir horfnir til Hong Kong eða þaðan af lengra.“ Jón segir að bókinni eigi eftir að koma á óvart, margt hafi aldrei komið upp á yfirborðið og þá þræði bókina myndir sem aldrei hafi áður birst á prenti.



# BRISA

## LAGERSALA

Í HOLT AGÖRÐUM 2. HAED



**NATUZZI**  
It's how you live

**ALLT Á 40-80%  
AFSLÆTTI**

**OPIÐ:  
LAUGARDAG: 10-17 - SUNNUDAG: 13-17 - VIRKA DAGA 10-18:30**





**BAKÞANKAR**  
Júlía Margrét  
Alexandersdóttir

## Mont og metingur

Sjálfhælni er skemmtilegt orð og lýsir því hvernig maður getur í tíma og ótíma hælt sjálfum sér í eyru annarra. Sjálfri finnst mér gaman að monta mig af þrífum og bakstri. Finnst ekkert leiðinlegt að segja fólki frá því að ég hafi nú hent í eina franska súkkulaði-köku rétt áður en ég bakaði brauðið mitt, sem var eftir að ég tók eldhússkápana í gegn.

**KUNNINGI** minn byrjar allar setningar nokkurn veginn á þessa leið. „Sko, þegar ég bjó í París...“ og botnar frásagnir sínar með því hvernig Frakkar séu vanir að gera hlutina, hvað mataræði þeirra sé stórkostlega vel samsett, hvað þeir eru smart og ótrúlega miklu æðislegri en við Íslendingar. Einhvern veginn skal honum, í öllum samræðum, takast það að troða því inn strax í byrjun að hafa eitt sinn búið í Frakkland – sama hvað um er rætt – og leggja út frá dvöl sinni þar.

**KONA** á besta aldri er málkunnug nokkrum listamönnum og rit höfundum hér í bæ. Henni finnst það dýrmætt að hafa farið í gegnum daginn og nikkað til Sjóns eða Huldu Hákon. Hennar list er sú að koma því svo að í samtali við aðra að hún hafi einmitt verið að ræða við Einar Má Guðmundsson – RITHÖFUND – úti á horni í dag. Í þessu er mikilvægt að greina frá fullu nafni og starfsgreina viðkomandi sem greint er frá. Spurning hvort sagt væri frá Jóa pípara á sama stað: „Var einmitt að ræða við Jóhann Guðlaugsson pípulagn-ingamann og hann sagði...“

**KONA**, sem er hagleikskona mikil í sjálfhælni, leiðir fólk reglulega í allan sannleik um það hve aumingjagóð hún er. Hún hefur að eigin sögn aldrei sett það fyrir sig að hjálpa „þessu“ sem á það svona bágt – og ber rónum og flóttamönnum fyrir sig eins og auglýsinga-spjaldi og veifar söfnunarbauknum fyrir ofan. Sjálf á hún bróður sem hefur lamið eiginkonu sína eins og harðfisk í mörg ár og um leið og hún gengur í „hóp gegn ofbeldi gegn konum“ á Facebook horfir hún fram hjá ofbeldinu í næsta garði.

**SJÁLFHÆLNI** hefur öðlast nýja vængi í því nýja þorpi sem 60.000 Íslendingar hafa nú gengið til liðs við – Facebook. Þar getur þjóðin iðkað íþróttina á hverjum degi og sett montið fram á margvíslegan hátt – lúmskt og ólúmskt og sagt frá öllu því stórfenglega sem gert var þann daginn. Júlía Margrét Alexandersdóttir – hvað þarf margar eggjarauður aftur í Toblerone-ísinn?



© Inter IKEA Systems B.V. 2009

# ÚTSALA

9. júlí – 1. ágúst



**BYGEL** ílát H12,5cm. Ýmsir litir  
~~95,-~~ 45,-



**MOLGER** kollur/hirsla L38B38, H50cm. Valhnota ~~5.650,-~~ 3.450,-



**LERAN** hengiljós Ø37cm. Ólitað ~~5.990,-~~ 3.990,-



**KLAPPAR RÁV** mjúkdýr ~~995,-~~ 595,-/2 í pk.



**295,-/stk.**

**KORALL STJARNAN** leikfangahirsla L120×B120cm. Ýmsir litir ~~495,-~~



**FLOKATI** motta B70×L130cm. Rautt ~~3.490,-~~ 2.490,-  
Fæst einnig í svörtu



**1.990,-/stk.**

**HERMAN** stóll sætishæð 44cm. Hvítt/silfurlitað ~~2.450,-~~



**SOLIG** karfa með handföngum B36×H45cm. Ýmsir litir ~~1.690,-~~ 1.190,-



**GRANÁS** sófaborð L118×B78, H49cm. Svart/gler ~~12.950,-~~ 7.490,-



**GOLIAT** tölvuborð B79×D50, H78cm. Birkiáferð ~~12.950,-~~ 7.950,-



**LÖTTORP** 2ja sæta sófi B220×D89, H86cm. Ljósgrátt ~~119.900,-~~ 79.900,-



**BESTÁ ENÖN** sjónvarps-hirsla B120×D40, H128cm. Beykiáferð ~~19.950,-~~ 7.950,-



**PILATORP** körfur ólitað ~~595,-~~ 295,-/4 í pk.



**KLIPPAN** áklæði á 2ja sæta sófa. Rautt ~~5.400,-~~ 2.450,-  
sófa grind seld sér



**695,-**  
**SOLIG** værdarvoð B130×L170cm. Ýmsir litir ~~1.490,-~~

**295,-**

**SVEPA** kanna 1L. Glært gler ~~595,-~~

**GÓÐAN DAG!**  
Í dag er laugardagurinn 11. júlí 2009, 192. dagur ársins.

	Sólarupprás	Hádegi	Sólarlag
Reykjavík	3.30	13.33	23.34
Akureyri	2.40	13.18	23.53

Heimild: Almanak Háskólans