SKOÐUN Björn B. Björnsson vill Náttúruminjasafn gegnt Arnarhóli. 18

MENNING Þrjár spennandi en ólíkar sýningar í Hafnarhúsinu. 36

LÍFIÐ Arnar Dan túlkar Arnór Dan í nýju tónlistarmyndbandi Agent Fresco. 54

SPORT 100 marka maðurinn Atli Viðar Björnsson er hvergi nærri hættur. 60

Opið allan sólarhringinn
í Engihjalla, Vesturbergi og Arnarbakka
OPIÐ 24 TÍMA
Iceland

FRÉTTABLAÐIÐ

MEST LESNA DAGBLAÐ Á ÍSLANDI*

Föstudagur
22. maí 2015
119. tölublað 15. árgangur
Sími: 512 5000

*Samkvæmt prentmiðlakönnun Capacent Gallup apríl-júní 2014

LÍFIÐ

Fann sig á hæsta tindi

Vilborg Arna Gissurardóttir er nýkomin heim frá Nepal þar sem hún upplifði hræðilegar náttúruhamfarir. Hún var týnd sem unglingur en fann sjálfa sig á hæsta tindi Íslands. Síðan hefur hún verið á réttri braut og sett tvö heimsmet. Vilborg segir Lífinu frá unglingsárum, áskorunum og einverunni á suðurpólnum.

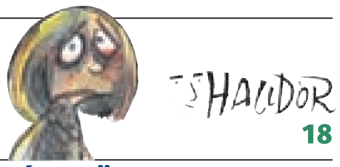
FRÉTTIR

Hverfa 500 milljónir? Verkföll starfsfólks í flugafgreiðslu geta valdið því að Smáþjóðaleikunum sem halda á hér á landi verður aflýst. Tólf hundruð manns eru væntanlegir. 2

Trúa ekki loforðum Umhverfisvaktin við Hvalfjörð segir fátt nýtt í svörum Faxaflóahafna vegna sólarkísilverksmiðju og ítrekar fyrri efasemdir. 4

Mótmæla hálendisskúrum Ferðafélag Íslands telur nýveitt stöðuleyfi fyrir gáma og skúra í Landmannalaugum ekki til hagsbóta fyrir svæðið. 8

Náttúrunni blæðir Álag á náttúruna vegna síaukinnar ferðaþjónustu er eitt stærsta umhverfismál þjóðarinnar og ekkert bendir til að það sé að breytast. 10



18

2 SÉRBLÖÐ

Lífið | Fólk

VONBRIGÐI Í VÍN „Mér fannst þetta mjög flott hjá henni og hún stóð sig með sóma," sagði Felix Bergsson, þegar tal náðist honum eftir Eurovision-keppnina í gærkvöld. María Ólafsdóttir náði ekki áfram með lagið Unbroken. „Það er svo erfið byrjun á þessu lagi. Pegar stressið kemur verður þetta svolítið erfitt," sagði Felix, sem var þulur Sjónvarpsins þetta árið. Tíu lönd komust áfram í úrslit í gær, þar á meðal Svíþjóð og Noregur. Sjá síðu 70 EUROVISION/EBU ANDRES PUTTING

Sagði ekki frá ofbeldi pabba gegn mömmu

„Hann gekk berserksgang, húsgögnum var stútað og hann barði hana eins og harðfisk," segir Guðrún Ögmundsdóttir, sem upplifði gróft ofbeldi á æskuheimilinu.

FÓLK „Ég var nákvæmlega eins og öll önnur börn, ég sagði ekki frá," segir Guðrún Ögmundsdóttir sem sagði á dögunum í fyrsta skipti opinberlega frá heimilisofbeldi sem hún upplifði sem barn.

Þrátt fyrir að hafa lengi starfað að málefnum þolenda ofbeldis hefur hún aldrei áður stigið fram og sagt frá eigin reynslu.

Saga Guðrúnar vakti mikla athygli. „Mér finnst oft gleymast bæði þessi trúnaður barna við foreldra og þessi mikla ást sem þau hafa til foreldra sinna."

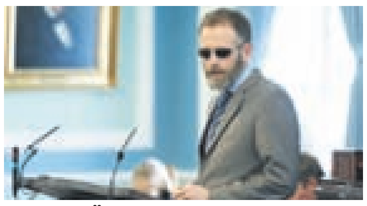
Hið stóra leyndarmál Guðrúnar var að faðir hennar beitti móðurina líkamlegu ofbeldi þegar hann var undir áhrifum áfengis. Það var erfitt fyrir lítið barn að skilja þessar aðstæður.

„Hann gekk berserksgang, húsgögnum var stútað og hann barði hana eins og harðfisk. Svo kom lögg- an og tók hann en eftir sat heimilið í rjúkandi rúst," segir hún.

Fyrir utan skuggahlið föðurins var hann réttsýnn maður og kenndi Guðrúnu að líta aldrei niður á nokkurn mann. Það voru því flóknar tilfinningar sem fylgdu því að upplifa að hann hafði líka þessa hlið.

„Ég er alin upp við mjög mikla réttlætishugsun og að maður ætti aldrei að vera í dómarasæti," segir Guðrún. - ós, vh / sjá nánar bls 16.

> Ég hafði hins vegar ekki áttað mig á því að þessi reynsla sæti svona svakalega í frumunum.
>
> *Guðrún Ögmundsdóttir.*



HELGI HJÖRVAR Segir rammaáætlun ekki verða afgreidda. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Allt í óvissu vegna Rammans:

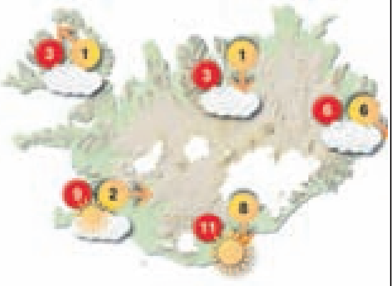
Tilbúin til að stöðva málið

STJÓRNMÁL „Það vita allir að þetta mál er ekki að fara í gegn," segir Helgi Hjörvar, þingflokksformaður Samfylkingarinnar, um tillögu um rammaáætlun.

Enn einn daginn lituðust þingstörf af deilum um dagskrá í gær og ljóst er að tillaga meirihluta atvinnuveganefndar í málinu hefur hleypt þingstörfum í uppnám.

„Þetta er allt óbreytt og engin niðurstaða komin í neitt," segir Einar K. Guðfinnsson, forseti Alþingis. „Staðan er auðvitað ekki góð, en meðan menn eru þó eitthvað að reyna að tala saman eygir maður von." - kóp / sjá síðu 2

VEÐUR



LÉTTIR VÍÐA TIL, en skýjað norðaustanlands og slydduél þar lengst af. Hiti 2 til 6 stig norðaustantil, en 8 til 12 stig sunnan heiða. Gengur í suðaustan 8-15 og fer að rigna vestast seint um kvöldið.

SJÁ SÍÐU 32

Enn hafa engir samningar náðst um þinglok og óvíst hvenær þinghaldi mun ljúka fyrir sumarið:

Segja Rammann ekki munu fara í gegn

ALÞINGI Enn er allt í uppnámi á Alþingi og ekki er vitað hvenær þingi verður frestað fyrir sumarið. Samkvæmt starfsáætlun á að gera það eftir viku og Einar K. Guðfinnsson, forseti Alþingis, segir að á meðan staðan sé jafn óviss og nú er treysti hann sér ekki til að segja til um hvort það standi.

„Það er allt óbreytt og engin niðurstaða komin í neitt,“ segir Einar.

Ljóst er að þolinmæði stjórnarliða er að minnka gagnvart ræðuhöldum stjórnarandstæðinga. Bjarni Benediktsson fjármálaráðherra hætti í miðri ræðu, þar sem hann fékk ekki hljóð fyrir frammíköllum. „Jæja, haldið þið bara áfram að tala, ég skal ekki trufla frekari ræðuhöld hér um fundarstjórn forseta. Gjörið svo vel, ræðustóllinn er ykkar.“

Það er tillaga um rammaáætlun sem setur allt í uppnám og Helgi Hjörvar, þingflokksformaður Samfylkingarinnar, segir rammaáætlun ekki munu fara í gegn:

„Það vita allir að þetta mál er ekki að fara í gegn og er farið að spilla fyrir öllum sem að því standa. Í landinu eru miklu brýnni verkefni sem þingið þarf að taka á. Það er bara tímaspursmál hvenær ríkisstjórnin áttar sig á því,“ segir Helgi. „Það er útilokað að fallast á það að gengið sé gegn lögum um rammaáætlun og það er ljóst að það verður rætt lengi enn.“

Og miðað við orð flokkssystur Helga, Valgerðar Bjarnadóttur, í umræðunum í gær eru fleiri sama sinnis: „Ég er alveg til í að slá öll met í fjölda ræðna um fundarstjórn forseta ef það þarf til.“ - kóp

TEKIST Á Einar K. Guðfinsson og Valgerður Bjarnadóttir standa í ströngu á Alþingi þessa dagana. FRÉTTABLAÐIÐ/DANÍEL

FISKIBÁTUR EYÐILAGÐUR Indónesíuher hefur sprengt 41 bát í þessari viku. FRÉTTABLAÐIÐ/EPA

Indónesar taka hart á ólöglegum fiskveiðum útlendinga:

Tugir fiskibáta sprengdir í tætlur

INDÓNESÍA **Á miðvikudaginn greip sjóherinn í Indónesíu til stórtækra aðgerða og sprengdi í loft upp 41 fiskibát en bátarnir höfðu verið gerðir upptækir vegna ólöglegra veiða í indónesískri landhelgi.**

Allir bátarnir voru í eigu útlendinga, sumir teknir nýlega í landhelgi en aðrir fyrir nokkrum árum. Meðal bátanna var einn kínverskur, sem gerður var upptækur árið 2009. Kínversk stjórnvöld hafa gert alvarlegar athugasemdir við þetta.

Indónesíuher hefur áður gripið til sams konar aðgerða og sprengt upp útlend skip, sem staðin voru að ólöglegum veiðum. - gb

Svíar í leit að betri kjörum:

Kennaraflótti til Noregs

SVÍÞJÓÐ Hundruð sænskra kennara aka daglega yfir landamærin til að starfa í Noregi þar sem kennaralaunin eru miklu hærri.

Í frétt sjónvarpsstöðvarinnar TV4 segir að kennari á unglingastigi í grunnskóla í Arvika hafi fengið 31 þúsund sænskar krónur í laun í Svíþjóð en jafnvirði 55 þúsunda sænskra króna í Noregi. Haft er eftir kennara að í Noregi þurfi kennarar ekki að sinna jafnmiklili pappírsvinnu. Þeir nýti tímann betur til kennslu. - ibs

Gagnrýni á meirihlutann:

Glæpamenn fái ekki forgang

SVÍÞJÓÐ Meirihluti félagsmálanefndar borgarstjórnar Stokkhólms leggur til að þeir sem vilja yfirgefa öfgahópa eða snúa heim frá stríðsátökum erlendis fái aðstoð við að fá vinnu og húsnæði.

Þjóðarflokkurinn og Kristilegir demókratar gagnrýna tillöguna. Verið sé að láta glæpamenn fá forgang í húsnæðisbiðröðina. Ekki séu nefndar neinar beinar aðgerðir um hvernig eigi að snúa viðkomandi á rétta braut. - ibs

500 milljónir gufa upp með Smáþjóðaleikum

Verkföll stefna framkvæmd Smáþjóðaleikanna í hættu. Ef verkföllum starfsfólks í flugafgreiðslu lýkur ekki fyrir 31. maí þarf að aflýsa leikunum. Heildarvelta leikanna er fimm hundruð milljónir króna. 1.200 manns eru á leiðinni til landsins.

KJARAMÁL „Það er mikið í húfi en við höldum okkar dampi á meðan það eru ekki meira afgerandi fréttir af kjaraviðræðum,“ segir Líney Rut Halldórsdóttir, framkvæmdastjóri ÍSÍ, sem heldur í vonina um að þeim ljúki fyrir 31. maí en á þeim degi er von á 1.200 manns til landsins vegna Smáþjóðaleikanna sem verða haldnir í Reykjavík dagana 1. til 6. júní.

Ef starfsfólk flugafgreiðslu semur ekki fyrir 31. maí koma gestir leikanna ekki til landsins. Verkfall þeirra er boðað ótímabundið frá 6. júní.

„Ef deilan leysist ekki fyrir 31. maí er tvísýnt um að fólk komist burt frá landinu eftir að leikum er lokið og ef það er staðan þá kemur fólk ekki. Það bíða hreinlega allir eftir því hvernig málin þróast,“ segir Líney og segir tjónið geta orðið mikið ef allt fer á versta veg.

„Það fer eftir því út úr hvaða skuldbindingum við getum komið okkur en heildarvelta leikanna er 500 milljónir.

Við reynum að halda haus en vissulega er þetta erfið bið því undirbúningur að leikunum hefur staðið yfir frá árinu 2013 og síðustu mánuði hefur hann verið stífur.“

EKKERT PLAN B Líney Rut Halldórsdóttir, framkvæmdastjóri ÍSÍ, segir leikana fellda niður komist gestir ekki burt af landinu vegna verkfalls starfsfólks í flugafgreiðslu. FRÉTTABLAÐIÐ/VILLI

Enginn gesta hefur afboðað komu sína vegna þeirrar óvissu sem ríkir. „Fólk fylgist vel með stöðunni og við reynum bara að vera bjartsýn.“

Verkföll standa yfir hjá hótelstarfsfólki 30. og 31. maí, Líney segist ekki telja að það verkfall hafi afgerandi áhrif á Smáþjóðaleikana. „Verkfallinu lýkur á miðnætti 31. maí, flestir gesta okkar koma á þeim degi. Það verður að koma betur í ljós hvaða áhrif það hefur.“

En er eitthvert plan B?

„Nei, það er í raun ekkert plan B. Ef verkfalli starfsfólks í flugafgreiðslu er ekki lokið þá verða leikarnir líklega felldir niður. Það er ekki hægt að fresta þeim. Hótelherbergi voru bókuð fyrir tveimur árum. Það er búið að leggja mikla vinnu í framkvæmd leikanna.“

kristjanabjorg@frettabladid.is

Verkföll og Smáþjóðaleikar

Smáþjóðaleikarnir eru haldnir 1.-6. júní.

1.200 gestir eru á leið til landsins, flestir þann 31. maí en nokkrir fyrr.

Meðal gesta er Albert fursti af Mónakó.

Verkfall starfsfólks í flugafgreiðslu hefst 6. júní og er ótímabundið.

Verkfall starfsfólks rútufyrirtækja er boðað 28. og 29.maí.

Verkfall hótelstarfsfólks er boðað 30. og 31. maí.

GRILLIÐ FYRIR ÞIG

VELDU GRILL SEM ENDAST OG ÞÚ SPARAR

Landmann gasgrill
Avalon 4ra brennara

16,5 KW

139.900
FULLT VERÐ 169.900

• Orka 18,7 KW = 64.000 BTU
• 4 brennarar úr ryðfríu stáli
• Postulínsemalerað eldhólf
• Grillgrindur úr pottjárni
• Tvöfalt einangrað lok m. mæli
• Postulínsemalerуð efri grind
• Rafkveikja fyrir alla brennara
• Gashella - Auðveld þrif

TEST WINNER

LANDMANN
Er frá Þýskalandi

Grillbúðin
www.grillbudin.is
Smiðjuvegi 2, Kóp - S. 554 0400

Skoðið úrvalið á www.grillbudin.is
Opið til kl. 16 á laugardag

Dregur til baka ummæli sín í rannsóknarskýrslu Alþingis um óheiðarleika:

Árni biður Björgólf afsökunar

STJÓRNMÁL Árni M. Mathiesen, fyrrverandi fjármálaráðherra, hefur beðið Björgólf Thor Björgólfsson afsökunar vegna ummæla sem höfð eru eftir Árna í skýrslu Rannsóknarnefndar Alþingis um bankahrunið. Björgólfur Thor skrifaði Árna bréf þar sem hann fór fram á að ummælin yrðu dregin til baka.

„Í skýrslu RNA var haft eftir Árna að allir stjórnendur bankanna hafi vísvitandi logið að stjórnvöldum. Og verstur hafi ég verið, ég hafi sagt öðrum ósatt líka og þeir sagt ráðherranum að ekkert væri að marka það sem ég segði. Þessar lýsingar skutu svo aftur upp kollinum í bók Árna, Frá bankahruni til byltingar, sem gefin var út haustið 2010,“ segir Björgólfur Thor. „Það er illt að sitja undir ásökunum um að hafa komið óheiðarlega fram á ögurstundu.“

Árni svaraði bréfi Björgólfs. „Ég met það svo að staða þín hafi þá verið fjárhagslega sterkari en ég hélt og mat þitt á stöðu Kaupþings betra heldur en annarra og því ekki verið ástæða fyrir mig að ætla að þú hafir verið að segja ósatt um möguleika þína á því að afla fjár fyrir nýjan sameinaðan banka.“ - kbg

EKKI ÁSTÆÐA TIL ÓSANNSÖGLI Árni Mathiesen segir nú að staða Björgólfs hafi verið fjárhagslega sterkari en hann taldi og mat hans á stöðu Kaupþings betra en annarra. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

SNARPUR SPENNUTRYLLIR
FRÁ HINUM SÍVINSÆLA JO NESBØ

NÝ BÓK

"Æsileg Blanda sem samanstendur af morði, hefnd og byssumanni í vanda."
The Independent

Blóð í snjónum
Verð kr. 3.699

VILDARKLÚBBUR EYMUNDSSON

Austurstræti 18
Skólavörðustíg 11
Laugavegi 77
Hallarmúla 4

Álfabakka 14b, Mjódd
Kringlunni norður
Kringlunni suður
Smáralind

Hafnarfirði - Strandgötu 31
Keflavík - Sólvallagötu 2
Akureyri - Hafnarstræti 91-93
Akranesi - Dalbraut 1

Ísafirði - Hafnarstræti 2
Vestmannaeyjum - Bárustíg 2

Penninn Eymundsson

540 2000 | penninn@penninn.is | www.penninn.is | www.eymundsson.is

Vöruúrval mismunandi eftir verslunum. Tilboð gildir frá 22. maí til og með 25 maí. Upplýsingar eru birtar með fyrirvara um villur og myndabrengl.

SPURNING DAGSINS

Halldór, þarf sextett um Sinfó?

„Einsöngurinn þarf að verða að hópsöng.“

Sjálfstæðismenn í Reykjavík lögðu til í borgarstjórn á þriðjudaginn að sveitarfélögin á höfuðborgarsvæðinu greiði með Sinfóníuhljómsveit Íslands. Í dag er Reykjavík eina sveitarfélagið sem það gerir.

Blóðsýni 25 manna, sem grunur leikur á að hafi smitast af hettusótt, fást ekki greind á Landspítala:

Hafna ítrekuðum beiðnum sóttvarnalæknis

HEILBRIGÐISMÁL Fjórir einstaklingar hafa greinst með hettusótt á undanförnum vikum á Íslandi. Sýni úr 25 manns til viðbótar bíða staðfestingar á veirurannsóknadeild Landspítala, en þessi sýni hafa ekki fengist greind vegna yfirstandandi verkfalls.

Sóttvarnalæknir sendi frá sér tilkynningu í gær þar sem kom fram að ekki sé hægt að fá nákvæma greiningu á yfirstandandi faraldri vegna verkfallsins, „þrátt fyrir ítrekaða beiðni“ um að sýnin yrðu greind. Þeir fjórir sem greindir hafa verið eru allt fullorðnir óbólusettir einstaklingar búsettir á suðvesturhorni landsins.

Hettusótt er mjög smitandi veirusýking sem leggst oftar á börn en fullorðna. Sýkingin er yfirleitt hættulaus og gengur fljótt yfir en hún er þekkt fyrir að valda alvarlegum fylgikvillum sérstaklega hjá unglingum og fullorðnum.

Eftir að farið var að bólusetja gegn hettusótt á árinu 1989 hefur sjúkdómnum nánast verið útrýmt á Íslandi en þó kom hér upp faraldur 2005-2006 þar sem 113 einstaklingar greindust, flestir óbólusettir. Síðast greindist hér eitt tilfelli á árinu 2013.

Engin meðferð er til við hettusótt en besta fyrirbyggjandi meðferðin er bólusetning. **- shá**

FORVÖRN Engin meðferð er til við hettusótt en besta fyrirbyggjandi meðferðin er bólusetning. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

ÚR FORNMINJASAFNI BORGARINNAR Hundruðum merkra gripa hefur verið forðað burt úr borginni á síðustu dögum. FRÉTTABLAÐIÐ/EPA

Palmyra á vald ISIS:

Þúsundir íbúa innikróaðar

SÝRLAND Vígasveitir Íslamska ríkisins náðu í gær á sitt vald borginni Palmyra í Sýrlandi, ásamt þeim fornminjum sem þar eru.

Sameinuðu þjóðirnar sendu í gær frá sér tilkynningu þar sem þær sögðust hafa miklar áhyggjur af íbúum borgarinnar, sem ekki var leyft að forða sér þegar vígamennirnir komu.

Þá er óttast að vígamennirnir muni eyðileggja fornminjar borgarinnar, bæði fornar rústir í útjaðri hennar og fjölmarga forna listgripi sem geymdir eru í safni þar í borg. **- gb**

Stórbruni í Bergen:

Tugum bjargað úr brunanum

NOREGUR Mikill eldur kviknaði í miðborg Bergen í gær. Rýma þurfti fjölda húsa og rúmlega 20 manns var bjargað úr brunanum. Að minnsta kosti fimm manns slösuðust.

Eldurinn kom upp að kvöldlagi í timburhúsabyggð í miðborginni, við göturnar Hamburgersmauet og Lille Øvregate.

Slökkviliðið átti erfitt með að ráða við eldinn. Síðla kvölds skýrðu norskir fjölmiðlar frá því að enn væri fólk í nauðum statt, hangandi utan á gluggum og hrópandi á hjálp. **- gb**

Trúa ekki lengur loforðum um mengunarlausa stóriðju

Umhverfisvaktin við Hvalfjörð segir fátt nýtt í svörum Faxaflóahafna vegna sólarkísilverksmiðju. Ef verksmiðjan mengi eins lítið og lofað sé þá ætti hún að rísa á hafnarbakkanum í Reykjavík þar sem vinnuaflið sé fyrir.

UMHVERFISMÁL „Það má vera að þessi verksmiðja sé eitthvað hreinni en álver en við trúum því ekki lengur að það sé eitthvað lítil mengun á ferðinni,“ segir Ragnheiður Þorgrímsdóttir, formaður Umhverfisvaktarinnar við Hvalfjörð, vegna fyrirhugaðrar sólarkísilverksmiðju í Hvalfirði.

Gísli Gíslason, hafnarstjóri Faxaflóahafna, sendi á dögunum Umhverfisvaktinni svör við spurningum félagsins vegna sólarkísilverksmiðjunnar sem kanadíska fyrirtækið Silicor Materials hyggst reisa í landi Kataness, austan við núverandi verksmiðjur í Hvalfirði. Ragnheiður segir svör Gísla ekki bæta í þeir eyður sem fyrir séu.

„Við vitum að þetta er tilraunaverksmiðja og flestar upplýsingarnar koma frá þeim sjálfum, eðlilega vegna þess að þetta er eina fyrirtækið í heiminum sem framleiðir með þessari aðferð,“ segir Ragnheiður og minnir á að til þessa hafi aðeins verið framleidd 700 tonn með þeirri aðferð sem Silicor beitir.

„Okkur finnst það mikið veikleikamerki að nota eigi þá þekkingu sem er fyrir hendi eftir að hafa búið til 700 tonn til að slengja sér út í framleiðslu hér upp á 16 til 19 þúsund tonn á ári. Það er ekki rétt að taka við þessari verksmiðju með svo lítinn þekkingarlegan bakgrunn,“ segir Ragnheiður.

Þá segir formaður Umhverfisvaktarinnar það snerta fólk við Hvalfjörð beint að bæta eigi enn einni verksmiðjunni við tvær stórar og tvær minni verksmiðjur í Hvalfirði.

„Við fáum alltaf loforð í hvert skipti sem það bætist við verksmiðja að hún mengi svo lítið og að það verði svo gott eftirlit. En þau loforð bara standast ekki,“ segir Ragnheiður. „Menn gleyma líka alltaf að reikna inn samlegðaráhrifin. Við vitum að eftir nokkur ár fara neytendur að spá enn meira í upprunamerkingar á matvælum. Hvort sem það er eitur í þeim eða ekki munu neytendur örugglega sneiða hjá matvælum sem eru framleidd við þessi skilyrði.“

Í nýju svarbréfi Umhverfisvaktarinnar til Faxaflóahafna eru ítrekaðar fyrri efasemdir, sérstaklega vegna margvíslegrar mengunar. Einnig er vikið að þeim rökum að stóriðja sé réttlætanleg vegna mikillar atvinnuskorpunar. Þar sé blandað saman ólíkum málum.

„Atvinna er annað mál og mikilvægt, en það er ekki atvinnuleysi við Hvalfjörð,“ segir Umhverfisvaktin sem kveður forsvarsmenn Faxaflóahafna verða að átta sig á að Faxaflóahafnir séu aðeins einn margra landeigenda í Hvalfirði. „Haldi þeir að hlutur Faxaflóahafna sé merkilegri eða réttmeiri en hlutur annarra er það á misskilningi byggt.“

Ragnheiður minnir á að Reykjavíkurborg er meirihlutaeigandi í Faxaflóahöfnum. „Ef þetta er svona hrein stóriðja, af hverju er þetta ekki bara við hafnarbakkann í Reykjavík? Þar er nóg vinnuafl.“

gar@frettabladid.is

Í HVALFIRÐI Verksmiðja Silicor Materials verður innan við þær verksmiðjur sem þegar standa við Hvalfjörð. FRÉTTABLAÐIÐ/PJETUR

Hvort sem það er eitur í þeim eða ekki munu neytendur örugglega sneiða hjá matvælum sem eru framleidd við þessi skilyrði.

Ragnheiður Þorgrímsdóttir, formaður Umhverfisvaktarinnar við Hvalfjörð

Tíu manns útskrifuðust úr Jafnréttisskóla Háskóla Sameinuðu þjóðanna:

Berst gegn kynbundnu ofbeldi

JAFNRÉTTI Tíu manns útskrifuðust úr Jafnréttisskóla Háskóla Sameinuðu þjóðanna á Íslandi á miðvikudaginn.

Útskriftarhópurinn er fjölbreyttur en í honum er fólk frá Malaví, Mósambík, Úganda og Palestínu.

Þetta er í sjöunda sinn sem skólinn útskrifar nemendur úr sex mánaða námi en frá upphafi hafa samtals 53 sérfræðingar frá þróunarlöndum útskrifast frá skólanum með þjálfun í jafnréttismálum.

Tony H. Bero, einn nemandi skólans, kemur frá Palestínu. Lokaverkefni hans fjallaði um kynbundið ofbeldi í flóttamannabúðum og hvernig mætti berjast gegn því. Hann hefur undanfarið unnið með flóttamannaaðstoð Sameinuðu þjóðanna, UNRWA.

„Verkefnið tekur fyrir sjö flóttamannabúðir á norðurhluta Vesturbakkans í Palestínu,“ sagði Tony. „Markmiðið með verkefninu er að útbúa ramma utan um hvernig megi berjast gegn kynbundnu ofbeldi í flóttamannabúðum. Þar legg ég til hvernig megi styrkja félagasamtök og þjálfa sjálfboðaliða,“ segir hann. Tony kemur til með að innleiða verkefnið sitt í Palestínu árin 2016 til 2018.

„Ég mun fara aftur til Palestínu og vinna með samtökunum mínum, UNRWA, við að finna fjármögnun fyrir verkefnið. Vonandi getum við hafið það á næsta ári.“ **- srs**

TONY H. BERO

ÚTSKRIFTARSÖNGUR Útskriftarhópurinn flutti tónlistaratriði í tilefni af útskriftinni. MYND/GOLLI

TAX FREE DAGAR

ENN BETRA VERÐ!

ÖLL REIÐHJÓL OG HJÓLAAUKAHLUTIR

ÁN VIRÐISAUKASKATTS* DAGANA 21.-25. MAÍ

Ný sending af hjólum!

28" CRONUS CITY BIKE LADY
vnr. 917504
~~49.900~~
40.239

16" Spiderman
vnr. 887985
~~29.900~~
24.111

14" Frozen
vnr. 932101
~~26.900~~
21.692

16"
vnr. 932102
~~29.900~~
24.111

Flottir hjálmar í fullorðins- og barnastærðum

Slöngur á góðu verði 879kr

SIXSIXONE
Hjálmur
6.999

FRÍ HEIMSENDING

FRÍ YFIRFERÐ & ÁSTANDSSKOÐUN**

ÞJÓNUSTA & GÆÐI

VERSLAÐU Á NETINU HAGKAUP.IS

Allt vöruúrvalið er fáanlegt í Smáralind og á hagkaup.is. Minna úrval í öðrum verslunum. Frí heimsending gildir á höfuðborgarsvæðinu.
** Frí yfirferð og ástandsskoðun á reiðhjólum einu sinni innan árs frá kaupum hjá viðurkenndum fagaðila.

Að sjálfsögðu fær ríkissjóður 24% virðisaukaskatt af þessari sölu. Verðlækkunin 19,35% er alfarið á kostnað Hagkaups.

HAGKAUP
Skemmtilegast að versla

VEISTU SVARIÐ?

1. Hvaða byltingarkenndu tækni kynnti fyrirtækið Össur í vikunni?
2. Eftir hvern er óperan Peter Grimes sem frumflutt verður á Íslandi í kvöld?
3. Hvaða fyrirtæki stýrir Hilmar Veigar Pétursson?

SVÖR:
1. Gervifætur sem stýrt er með huganum. **2.** Benjamin Britten. **3.** CCP.

VERKALÝÐSBARÁTTAN

REYNSLUSÖGUR ÁHRIF YFIRSTANDANDI AÐGERÐA

Mismunandi upplifun á fæðingardeildinni

„Þetta gekk nú bara eins og draumur,“ sagði Hrefna Sif Ármannsdóttir nýbökuð móðir.

Hrefna eignaðist son 10. maí síðastliðinn, á mæðradaginn, ásamt kærasta sínum Stefáni Jóni Sigurðssyni. Hún fann persónulega ekki mikið fyrir verkfalli ljósmæðra á Landspítalanum.

„Allri lágmarksþjónustu er auðvitað sinnt. Þetta er einn af þeim hlutum sem er ekki hægt að fresta,“ segir Hrefna sem lofar þjónustuna sem hún fékk á spítalanum. „Þær eru alveg yndislegar í heimaþjónustunni.“

En Hrefna veit af öðrum mæðrum sem fengu skerta þjónustu vegna verkfalla. „Einhverjar hafa misst af sónar og þurft að endurskipuleggja heimsóknir í mæðravernd.“

Hrefna er í bumbuhóp á Facebook þar sem nýbakaðar og verðandi mæður deila reynslusögum. Hún segir að þar sé upplifun kvenna mismunandi vegna verkfallsins.

Algengt er að mæður geti ekki verið í Hreiðrinu á Landspítalanum og eru settar fjarri nýfæddu barninu sem dvelur á vökudeildinni. Þá eru sumar sem hafa þurft að fresta gangsetningu.

„Veit um konur sem áttu pantaða gangsetningu í gær og voru sendar heim þegar þær mættu og fóru skiljanlega að hágráta og ekkert víst hvernig verður með mína gangsetningu í næstu viku,“ skrifar ein kvennanna í hópnum. **- srs**

Fréttablaðið leitar að sögum sem tengjast verkfallsaðgerðum. Láttu okkur endilega vita af skemmtilegum, eða miður skemmtilegum, sögum með því að senda okkur póst á **ritstjorn@frettabladid.is.**

FISKVINNSLA Á ÞINGEYRI Næsta lota í verkfallsaðgerðum Starfsgreinasambandsins er fyrirhuguð 28. og 29. þessa mánaðar. Áhrifin eru mest á fyrirtæki í margvíslegum rekstri utan höfuðborgarsvæðisins. FRÉTTABLAÐIÐ/DANÍEL

VERKFALLSAÐGERÐIR Í GANGI

BANDALAG HÁSKÓLAMANNA (BHM)

Ótímabundið verkfall hjá hluta aðildarfélaga | Stendur enn yfir

Í DAG ER 46. DAGUR Í VERKFALLI FIMM ÞEIRRA:

1 **Félag geislafræðinga** Hefur meðal annars áhrif á starfsemi Landspítalans. Ekki er hægt að framkvæma margvíslegar rannsóknir sem krefjast röntgenmyndatöku.

2 **Félag lífeindafræðinga** Áhrif á framkvæmd rannsókna á Landspítalanum. Lífeindafræðingar starfa á rannsóknastofum sjúkrahúsa og fyrirtækja í erfðagreiningu og lyfjaiðnaði, auk stofnana sem þjóna landbúnaði.

3 **Félag íslenskra náttúrufræðinga á Landspítala** Koma að frumu- og sameindalíffræði, eðlis- og efnafræði, lífeðlis- og lífefnafræði, erfðafræði og líftækni, örveru- og veirufræði, ónæmisfræði, blóðbankafræði, vefjafræði, meinafræði, faraldsfræði, tölfræði og kerfislíffræði.

4 **Ljósmæðrafélag Íslands á Landspítala |** ÞRI., MIÐ. OG FIM. Raskar starfi kvennadeildar, en undanþágur hafa verið veittar, svo sem vegna keisaraskurðaðgerða.

5 **Stéttarfélag lögfræðinga hjá Sýslumanninum á höfuðborgarsvæðinu** Ekki er hægt að ganga frá alls kyns opinberum skiptum, gjaldþrota- eða skiptum dánarbúa, skilnuðum, hjónavígslum og fleiri hlutum.

● **Ljósmæðrafélag Íslands á Sjúkrahúsinu á Akureyri** Ótímabundið verkfall hófst 9. apríl. Verkfall á mánudögum og fimmtudögum. Aðgerðir eru því á 44. degi.

HAFA VERIÐ Í VERKFALLI FRÁ 20. APRÍL - 33. DAGUR

1 **Félag íslenskra náttúrufræðinga á Matvælastofnun** Meðal annars áhrif á eftirlit með plöntuheilbrigði, matvælaöryggi og neytendavernd.

2 **Stéttarfélag háskólamanna á matvæla- og næringarsviði á Matvælastofnun** Raskar margvíslegu eftirliti og rannsóknum.

3 **Dýralæknafélag Íslands** Stórfelld áhrif á matvælaframleiðslu. Uppáskrift dýralækna og eftirlit þarf við slátrun og einnig vegna innflutnings.

Í PÍPUNUM: Hjúkrunarfræðingar: Ótímabundið verkfall hefst 27. maí. **SGS:** Verkfall 28.-29. maí og ótímabundin vinnustöðvun frá 6. júní. **VR, LÍV og Flóabandalag:** 28.-29. maí er verkfall hjá hópbifreiðafyrirtækjum, 30.-31. maí er verkfall á hótelum, gisti- og baðstöðum, 31. maí-1. júní er verkfall í flugafgreiðslu, 2.-3. júní er verkfall hjá skipafélögum og í matvöruverslunum, 4.-5. júní er verkfall hjá olíufélögum, 6. júní hefst ótímabundið verkfall félaganna.

Skortur á samtali skýrir viðræðuhnút

Engin sátt er um að rétta bara hlut lægst launuðu hópa segir Ari Skúlason. Þeir tekjuhærri vilji ná sömu stöðu og fyrir hrun. Þorsteinn Pálsson segir rekstur þjóðarbúsins þurfa að vera samkeppnishæfan til að laun verði hér samkeppnishæf.

Öngstræti það sem kjaraviðræður eru lentar í skýrast af skorti á samtali milli atvinnurekenda, stéttarfélaga og stjórnvalda, að því er fram kom í máli Katrínar Ólafsdóttur, lektors í hagfræði við Háskólann í Reykjavík, á opnum borgarafundi í Iðnó í Reykjavík í hádeginu í gær. Að fundinum stóð hópur sem tekið hefur sig saman undir kjörorðinu Aukum kaupmáttinn og snerist fundarefnið um hvort deiluaðilar á vinnumarkaði gætu lært af sögunni.

„Það sem myndi gerast ef launahækkanir yrðu eins og nú lítur út fyrir þá yrði jú eitthvað meiri kaupmáttur, en það yrði líka hærri verðbólga, hærri vextir og hækkun á skuldum heimilanna.“ Staðan myndi svo skila sér í minni fjárfestingu og hagvexti, samkvæmt þeim dæmum sem Seðlabankinn hafi teiknað upp.

Þorsteinn Pálsson, fyrrverandi forsætisráðherra og ritstjóri, sagði mikilvægt að endurtaka ekki mistök sem gerð hafi verið á vinnumarkaði hér á áttunda og níunda áratug síðustu aldar. Í kjaradeilum nú sem fyrr takist á rökhyggja og tilfinningar um það sem mönnum finnist réttlátt.Í þeirri stöðu sem uppi sé kunni að vera skynsamlegra að finna niðurstöðu sem gildir í skamman tíma, fremur en að ákveða efnahagslega óskynsamlega niðurstöðu til lengri tíma.

Þorsteinn segir að sýna megi skilning bæði kröfunni um hækkun lægstu launa og kröfu BHM um mat á menntun til launa. Vafamál sé hins vegar hvort hagurinn vænkist við að ganga að kröfum allra. „Það skilur alla eftir í verri stöðu.“

Furðulegast sagði Þorsteinn vera að hér virtust stjórnmálaflokkar sammála um að stinga niður í skúffu niðurstöðum McKinsey-skýrslunnar um samkeppnishæfni landsins, sem hafi verið á pari við Grikkland en ekki Norðurlönd. Skilningur hafi verið á því að laun lækna yrðu að vera samkeppnishæf við nágrannaþjóðirnar. „Hinn kaldi veruleiki efnahagslífsins er sá að við munum aldrei ná því marki að þeirra laun og annarra verði samkeppnishæf, ef þjóðarbúskapurinn er ekki samkeppnishæfur. Þá þurfum við alltaf að brúa bilið með verðbólgu.“

Aukin framleiðni sé lykillinn að bættum kjörum. Þá sé augljóst að peningastefna sem tryggi stöðugan gjaldmiðil sem ekki þurfi hærri vexti en í samkeppnislöndunum, sé efnahagsleg forsenda fyrir því að hér megi gera efnahagslega skynsamlega kjarasamninga.

„Og komast nær því að brúa bilið milli hins kalda veruleika efnahagslífsins og þess sem tilfinningarnar segja okkur að sé réttlátt.“

olikr@frettabladid.is

Í IÐNÓ Í GÆR Þorsteinn Pálsson, Ari Skúlason og Katrín Ólafsdóttir fjölluðu um hnút þann sem kjaraviðræður eru í og leiðir til úrbóta á opnum fundi í gær. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

Engin sátt er um skiptingu teknanna

Ari Skúlason, hagfræðingur hjá Landsbankanum og fyrrverandi hagfræðingur og framkvæmdastjóri ASÍ, sagði á borgarafundinum í Iðnó í gær blasa við að þrátt fyrir að talað væri fjálglega um að rétta hlut tekjulægstu hópa væri engin sátt um tekjuskiptinguna eins og hún er nú eða þá sem orðið hafi til eftir hrun. „Eftir hrun hafa lægri laun unnið hlutfallslega á miðað við þau hærri og augljóst að þeir hærra launuðu vilja nú ná að minnsta kosti sömu stöðu og áður.“ Þá hafi róttækum hugmyndum um vinnutímabreytingar sem oft hafi komið upp áður alltaf verið illa tekið af hálfu verkalýðsfélaga, sem taki hagsmuni þeirra sem mikið vinna fram yfir þeirra sem minna vinni. Framleiðniaukningu megi hins vegar augljóslega ná með aukinni áherslu á dagvinnu. Tillögur atvinnurekenda um minna vægi yfirvinnu geti því skilað miklu en þurfi miklu meiri tíma í vinnslu.

Gæðakerrur fyrir öll tækifæri
- mikið úrval aukahluta

Garð- og tómstundakerra
Gerð: 1205 S
Ný hönnun, margir möguleikar!
- Öflugar festingar
- Hægt að geyma upp á enda
Innanmál: 203x116x35 cm
Heildarþyngd: 750 kg. Burðargeta 625 kg.

Toyota Kauptúni
Kauptúni 6
Garðabæ
Sími: 570-5070 - info@toyota.is

Opið mán - fös:
07.45 -18.00
Laugardaga:
12.00 - 16.00

Verkfall dýralækna hefur áhrif á kynbótasýningar íslenskra hrossa:

Ekki hægt að sýna alla stóðhesta

LANDBÚNAÐUR Ekki er hægt að sýna alla fimm vetra stóðhesta og eldri á kynbótasýningum í sumar vegna verkfalls dýralækna hjá Matvælastofnun. Fyrsta kynbótasýningin fer fram í dag í Hafnarfirði og þurfa nokkrir hestar frá að hverfa.

„Það er þannig að stóðhestar sem náð hafa fimm vetra aldri þurfa að vera röntgenmyndaðir gegn spatti sem getur myndast í hækillið á fótum hrossa. Eftirliti með þessu er þannig háttað að lestur röntgenmyndanna er samræmdur. Á meðan dýralæknar eru í verkfalli er þetta ekki gert,“ segir Þorvaldur Kristjánsson hrossaræktarráðunautur.

Þorvaldur telur að af þessum sökum verði ekki hægt að sýna nokkra tugi stóðhesta á kynbótasýningum fyrr en að verkfalli loknu. „Margir stóðhestaeigendur létu mynda og skoða hross sín áður en verkfall hófst en það er alveg rétt að þetta getur haft nokkur áhrif. Að öðru leyti munum við keyra kynbótasýningar með sama hætti og áður,“ segir Þorvaldur.

- sa

VERKFALL HAMLAR Stóðhestar sem náð hafa fimm vetra aldri verða að hafa verið röntgenmyndaðir fyrir spatti á hækillið þegar þeir eru sýndir á kynbótasýningum. FRÉTTABLAÐIÐ/HEIÐA

heimkaup.is

ÞÚ FÆRÐ ENDURGREITT EF ÞÚ SPÁIR RÉTT FYRIR UM ÚRSLITIN Í EUROVISION!

Þegar þú pantar á Heimkaup.is skráir þú hvaða lönd þú heldur að lendi í 5 efstu sætunum (í réttri röð).

Því naskari sem þú ert því hærri verður endurgreiðslan.

EUROVISION 2015
VERÐ NÚ
1.990,-

FYRSTA SÆTIÐ RÉTT 5%

FYRSTU TVÖ SÆTIN RÉTT 10%

FYRSTU ÞRJÚ SÆTIN RÉTT 20%

FYRSTU FJÖGUR SÆTIN RÉTT 40%

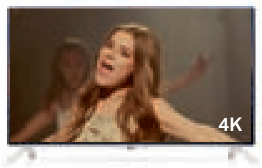
FYRSTU FIMM SÆTIN RÉTT 100%

Þeir sem vilja taka þátt þurfa að skrifa löndin inn í pöntunina – sjá dæmi hér að ofan.

PANTAÐU ÁÐUR EN AÐALKEPPNIN HEFST Á MORGUN OG GERÐU EUROVISIONKVÖLDIÐ ENN MEIRA SPENNANDI.

FRÁBÆR TILBOÐ ALLA HELGINA!

SJÓNVÖRP



LG

LG SJÓNVARP 40“
TILBOÐSVERÐ
99.990,-
VERÐ ÁÐUR **129.990**

LG-40-4K-Snjallsjonvarp

HEIMABÍÓ

LG

LG HEIMABÍÓ
TILBOÐSVERÐ
44.990,-
VERÐ ÁÐUR **54.990**

LG-Soundbar-21-Bluetooth-LGNB3540

REIÐHJÓL

SCHWINN

16“ SCHWINN HJÓL
TILBOÐSVERÐ
24.990,-
VERÐ ÁÐUR **29.990**

Schwinn GREMLIN reiðhjól

SPJALDTÖLVUR

i.onik

SPJALDTÖLVA 7“
TILBOÐSVERÐ
9.990,-
VERÐ ÁÐUR **12.990**

Ionik-TP-7-Android-44-Spjaldtolva-DC

ÍÞRÓTTAVÖRUR

20%
AFSLÁTTUR
AF ÖLLUM VÖRUM FRÁ UNDER ARMOUR

Under Armour

GRILL

weber

WEBER GENESIS
TILBOÐSVERÐ
199.990,-
VERÐ ÁÐUR **239,990**

Weber-Genesis-S310

SNYRTIVÖRUR

essie

20%
AFSLÁTTUR
AF ESSIE NAGLALÖKKUM

Essie

BARNAVÖRUR

chicco

BARNABÍLSTÓLL 15-36KG
TILBOÐSVERÐ
39.990,-
VERÐ ÁÐUR **45.990**

Chicco-Oasys-Barnabilstoll-15-36kg

Gildir fyrir ALLAR pantanir sem gerðar voru frá því úrslit í undankeppninni voru kynnt í gærkvöldi þar til aðalkeppnin byrjar klukkan 19:00 á morgun, laugardag. Gildir fyrir pantanir sem eru greiddar um leið og pantað er. Endurgreiðslur hefjast þriðjudaginn 26. maí en athugið að endurgreiðslur gætu tekið allt að 48 tíma. Endurgreitt verður í sömu mynt og greitt var með. Dæmi: ef greitt var með greiðslukorti verður endurgreitt inn á sama greiðslukort. Sætin eru talin ofanfrá þangað til komið er að röngu sæti. Dæmi: Ef þú ert með fyrstu þrjú sætin rétt auk fimmta sætisins verður endurgreiðslan 20% fyrir fyrstu þrjú sætin.

Heimkaup.is er stærsta netverslun á Íslandi!

Öryggi - Ekkert mál að skila eða skipta
Augljós kostur við að versla við innlenda risavefverslun og vöruhús eins og Heimkaup.is er að ekkert mál er að skila eða skipta ef upp koma vandamál.

Hægt að greiða við afhendingu
Ólíkt mörgum netverslunum býðst þér einnig að greiða með peningum eða korti við afhendingu vörunnar. Öruggara verður það ekki.

Frí heimsending samdægurs
Höfuðborgarsvæðið: Pantaðu fyrir kl. 13:00 og sendingin getur verið komin til þín fyrir 16:00 sama dag og strax sama kvöld ef pöntun berst fyrir kl. 17:00. Pantanir berast strax daginn eftir víðast hvar á landsbyggðinni. Allar pantanir yfir 4.000,- sendar frítt hvert á land sem er.

Heimkaup.is
Smáratorgi 3 · 201 Kópavogi · 550 2700

HEIMKAUP

SVONA ERUM VIÐ

203 **menn létust í slysum á sjó á árunum 1971-1980, en 21 á árunum 2001 til 2010.**

UNDIRRITUN Háskólasjóður styrkir Árnastofnun um 11 milljónir.
FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN KARLSSON

Árnastofnun hlýtur styrk:

Skrá handrit í Vesturheimi

SAMFÉLAGSMÁL Háskólasjóður H/f Eimskipafélags Íslands og Árnastofnun hafa gert samstarfssamning um að Árnastofnun safni upplýsingum um handrit í Vesturheimi og skrái rafrænt. Háskólasjóðurinn styrkir Árnastofnun um 11 milljónir króna á þremur árum til að vinna að verkefninu.

Guðrún Nordal, forstöðumaður Árnastofnunar, og Tryggvi Pálsson, formaður stjórnar Háskólasjóðs, undirrituðu samninginn í Háskóla Íslands á miðvikudaginn. - srs

Gagnrýna ferðamannagáma sem leyfðir eru á hálendinu

Ferðafélag Íslands telur nýveitt stöðuleyfi fyrir gáma og skúra í Landmannalaugum ekki til hagsbóta fyrir svæðið. Oddviti sveitarstjórnar Rangárþings ytra tekur undir það. Vinna hafin um að breyta ásýnd svæðisins.

PERLA HÁLENDISINS ÍSLANDS um 80 þúsund gestir heimsækja Landmannalaugar árlega og þær eru ein af fjölsóttustu perlum hálendisins.

FERÐAÞJÓNUSTA Rangárþing ytra hefur veitt stöðuleyfi fyrir gáma, þjónustuhús og tvær skólarútur í Landmannalaugum sem munu verða notaðar til að þjónusta ferðamenn á svæðinu í sumar.

Í janúar kynnti Rangárþing ytra í samvinnu við Umhverfisstofnun og Félag íslenskra landslagsarkitekta vinningstillögu í samkeppni um skipulag og hönnun svæðisins í Landmannalaugum. Markmið með tillögunni var að endurheimta landgæði svæðisins.

Ferðafélag Íslands gagnrýnir stöðuleyfisveitingarnar og er almennt á móti gáma- og skúravæðingu hálendisins.

Páll Guðmundsson, framkvæmdastjóri Ferðafélags Íslands, segir félagið reka um fjörutíu skála víða á hálendinu og hafa lagt mikið upp úr því að þeir skálar falli að umhverfinu sem best. Gámar og skúrar í Landmannalaugum séu ekki til þess fallnir að falla að umhverfinu og bæta ásýnd svæðisins. „Það er einföld sýn okkar á það að við erum á móti skúravæðingu á hálendi Íslands,“ segir Páll.

Sveitarfélög hafa skipulagsvald yfir sínu svæði minnir Páll á.

„Rétt er að benda á að sveitarfélagið hefur metnað og vilja til að breyta ásýnd Landmannalauga og er það í ferli innan sveitarfélagsins hvernig best sé að haga þeim breytingum. Því skjóta þessar leyfisveitingar skökku við í þeirri umræðu,“ segir Páll.

Vilji Ferðafélagsins er að sögn Páls skýr.

„Við hefðum viljað fjarlægja alla gáma úr Landmannalaugum sem myndi breyta ásýnd svæðisins. Það eru viðræður á milli félagsins og sveitarfélagsins um ásýnd svæðisins í gangi og við vonum að þær beri árangur.“

Á fundi sveitarstjórnar 29. apríl síðastliðinn var samþykkt tillaga um að stofna vinnuhóp um skipulagsmál í Landmannalaugum. Samhliða því yrði útbúinn samráðsvettvangur um skipulagsmál milli sveitarfélagsins og Ferðafélags Íslands sem rekur starfsemi á nokkrum stöðum í sveitarfélaginu.

Þorgils Torfi Jónsson, oddviti sveitarstjórnar Rangárþings ytra, segir þessar stöðuveitingar ekki falla að þeim markmiðum að bæta ásýnd Landmannalauga.

„Nei, það gerir það því miður ekki og ásýnd Landmannalauga mun ekki lagast fyrr en við komumst með málið á rekspöl og tillögurnar eru í vinnslu. Tilgangurinn með vinnu sveitarfélagsins er að bæta ásýnd Landmannalauga og þess vegna var lagt af stað í þá vegferð,“ segir oddvitinn.

sveinn@frettabladid.is

„Við hefðum viljað fjarlægja alla gáma úr Landmannalaugum sem myndi breyta ásýnd svæðisins.

Páll Guðmundsson, framkvæmdastjóri Ferðafélags Íslands

BMW 2 Active Tourer 218d, 150 hestafla dísilvél. Verð frá 5.290.000 kr. Eyðsla 4,2 L/100 km.*
Staðalbúnaður m.a. iDrive stjórntölva, 6,5" upplýsingaskjár, handfrjáls símabúnaður (Bluetooth) með raddstýringu, 16" álfelgur, radarstýrð árekstrarvörn, lykillaus gangsetning, loftkæling og hraðastillir (Cruise Control).

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

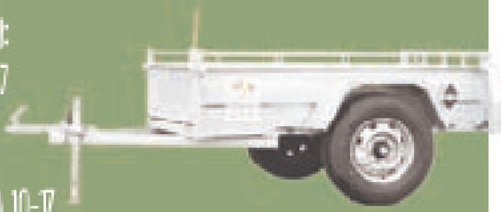
PLÖNTUTILBOÐ

- HENGILOBELIA 990KR
- TÓBAKSHORN 990KR
- DAHLÍA 990KR
- GEISLASÓPUR 1.890KR
- BLÁBERJAPLÖNTUR 20% AFSL.

TÚNÞÖKURNAR OG KERRUMOLDIN KOMIN!
50% AFSLÁTTUR AF KERRULEIGU EF KEYPT ER MOLD

OPNUNARTÍMI MOLDARAFGREIÐSLU:
VIRKA DAGA 9-18 ★ HELGAR 10-17

OPNUNARTÍMI TÆKJALEIGU:
VIRKA DAGA 9-18 ★ LAUGARDAGA 10-17



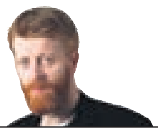
BLAÐÁBURÐUR HJÁLPAR SÍGRÆNUM PLÖNTUM AÐ ENDURNÝJA SIG EFTIR FROSTSKEMMDIR.

GARÐHEIMAR

Stekkjarbakka 6 • 540 3300 • gardheimar.is

Lifum tímabil stórfelldra skemmda

Álag á náttúruna vegna síaukinnar ferðaþjónustu er eitt stærsta umhverfismál þjóðarinnar. Erum á sama tíma langt á eftir í umbótum og ekkert í kortunum sem bendir til að það sé að breytast. Staða málaflokksins innan stjórnsýslunnar er í engu samhengi við mikilvægi hans.



Svavar Hávarðsson
svavar@frettabladid.is

Umhverfismál íslenskrar ferðaþjónustu er eitt stærsta umhverfismál íslensku þjóðarinnar í dag. Tímabil stórfelldra skemmda á viðkvæmri náttúru er staðreynd á sama tíma og við erum langt á eftir í úrbótum. Hagsmunirnir eru gríðarlegir og öllum kunnir. Verði ekki úr bætt er með öllu óraunhæft að stefna að þeirri fjölgun ferðamanna sem spáð hefur verið.

Þetta kom m.a. fram í máli Andrésar Arnalds, fagstjóra hjá Landgræðslu ríkisins, á fundi Landverndar og Landgræðslunnar á miðvikudag sem bar yfirskriftina Stígum varlega til jarðar – Áhrif ferðamanna á náttúru Íslands. Andrés, að öðrum ólöstuðum, hefur um áratuga skeið bent á það í ræðu og riti að bregðast verði við auknum fjölda ferðamanna hérlendis með uppbyggingu innviða.

„Verkefnið er gríðarstórt, en við erum gjörsamlega vanmáttug að takast á við þetta. Stofnanakerfið er afar veikt, sundurlaust og lítil samstaða innan þess. Þá er fjármagn af afar skornum skammti," sagði Andrés og bætti við áleitnum spurningum um hversu tilbúin við erum sem þjóð að takast á við viðfangsefnið sem blasir við; að gera ráðstafanir til að koma í veg fyrir frekari skemmdir og fyrirbyggja að orðstír Íslands sem ferðamannalands glatist.

Lengi vitað

Í upphafi erindis síns gerði Andrés að umtalsefni setu sína í nefnd um úrbætur á fjölsóttum ferðamannastöðum á vegum samgönguráðherra árin 1994 til 1995. Öllu því sem er í umræðunni árið 2015 má finna stað í skýrslunni – en Andrés sagði augljóst að staðan hefði stórlega versnað og óskiljanlegt af hverju við höfum flotið sofandi að feigðarósi – vitandi vits.

Þegar gluggað er í skýrslu nefndarinnar sem Andrés vísar til má finna eftirfarandi atriði útdregin úr meginmáli hennar: „Þrátt fyrir mikla þenslu í ferðaþjónustu er enn lítið gert til að hlúa að ferðamannastöðum á landinu." Þar má einnig finna: „Víða er þegar komið í óefni vegna aðstöðuleysis. […] Ríkið og ferðaþjónustuaðilar verða að bregðast skjótt við til að leysa úr þessum vanda."

Hafa má hugfast að þegar skýrslan var skrifuð höfðu höfundar áhyggjur af stöðunni út frá spá um 322.000 ferðamenn aldamótaárið 2000.

„Það sem vantar er heildræn sýn, stefna og markmið. Hluti af þeirri stefnumótun er að skilgreina hvað er sjálfbær ferðamennska því náttúruvernd er ekki eins sjálfgefinn þáttur eins og hún þyrfti að vera," sagði Andrés.

Hornreka í stjórnkerfinu

Andrés gerði að sérstöku umtalsefni ábyrgð þeirra sem auglýsa landið í tengslum við ferðaþjónustu – hvort sem það er almenn landkynning eða vegna einstakra tækifæra til afþreyingar eða upplifunar. Því miður, þó það sé alls ekki algilt, sé landið auglýst á þeim forsendum að allt sé leyfilegt. Í umræðum að erindi Andrésar loknu var rædd sú hugmynd að Landvernd tæki sérstaklega að sér að funda með hagsmunaaðilum til að vinda ofan af þess háttar kynningu – þó ekki væri til annars en að efla umhverfisvitund þjóðarinnar og gefa gestum okkar réttar upplýsingar.

HRÓPANDINN Í EYÐIMÖRKINNI Andrés Arnalds. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

Stjórnkerfið áhyggjuefni nr. 1

Stjórnkerfið sjálft er ekki síður áhyggjuefni, að mati Andrésar. Hann lagði það fyrir fundarmenn að finna ferðaþjónustunni stað á mynd af skipuriti atvinnu- og nýsköpunarráðuneytisins. Á sama tíma og Andrés benti á að skrifstofa viðskipta, nýsköpunar og ferðaþjónustu væri allra góðra gjalda verð þá lagði hann það jafnframt í dóm gesta hvort ekki væri ástæða til að hér yrði stofnað ráðuneyti umhverfis- og ferðamála. Náttúran væri jú megin-undirstaða ferðaþjónustunnar og því yrði þetta tvennt vart rætt nema í samhengi.

Ferðaþjónustan væri á sama tíma í fyrsta sæti í öflun gjaldeyristekna og málaflokkurinn hefði afar veika stöðu í stjórnkerfi landsins miðað við mikilvægi.

Fjármagn til málaflokksins og uppbyggingar sagði hann svo vera heilan heim út af fyrir sig. Ljóst væri að árlega þyrfti milljarða til að halda í horfinu. Hvert tapað ár þýði önnur tvö við að vinna upp skaðann sem er skeður. Því væri illt til þess að vita að þrisvar sinnum hærri upphæð væri eyrnamerkt á fjárlögum til markaðsstarfs og birgðahalds kindakjöts en á fjárlagaliðnum Framkvæmdasjóður ferðamannastaða.

VW Tiguan er vel útbúinn til að gera ferðalagið að frábærri upplifun.
Taktu skrefið til fulls og fáðu þér Tiguan. Góða skemmtun!

Taktu þátt í leiknum okkar á hekla.is og þú gætir unnið iPad Air.

Das Auto.

www.volkswagen.is

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

-10 kr.

AF LÍTRANUM Í DAG

með lykli, Staðgreiðslu- og Tvennukorti

Því miður komumst við ekki upp úr undanúrslitum Eurovision í gærkvöldi, en við óskum Maríu og félögum engu að síður til hamingju með frábæra frammistöðu og dælum út vonbrigðunum með bros á vör.

Það er til lykils að vinna!

Þú getur enn tekið þátt í leiknum á ob.is og giskað á fimm efstu löndin í úrslitunum á morgun.

GULLLYKILL
-20 kr.
af hverjum lítra í 10 skipti

SILFURLYKILL
-15 kr.
af hverjum lítra í 10 skipti

BRONSLYKILL
-10 kr.
af hverjum lítra í 10 skipti

ÓB

#OBvision

PIPAR\TBWA • SÍA • 152217

Endurbyggt við Sauðárkrók:

Skipulagi breytt fyrir virkjun

ORKUMÁL Sveitarstjórn Skagafjarðar hefur samþykkt breytingu á aðalskipulagi vegna fyrirhugaðs stöðvarhúss og aðrennslislagnar fyrir endurbyggða Gönguskarðsárvirkjun.

Athugasemdum jarðeigenda ofan við svæðið er hafnað.

Fjáreigendafélag Sauðárkróks óttast áhrif á beitiland og aðgang að útivistar- og berjalandi. Bæjarstjórnin segir óþægindi lítil að framkvæmdum loknum. - gar

Angela Merkel tekur af skarið stuttu fyrir leiðtogafund ESB með samstarfsríkjunum í austri:

Segir aðild Úkraínu að ESB útilokaða í bili

ÚKRAÍNA Angela Merkel Þýskalandskanslari segir að Úkraína geti ekki gert sér vonir um aðild að Evrópusambandinu, að minnsta kosti ekki í bráðina.

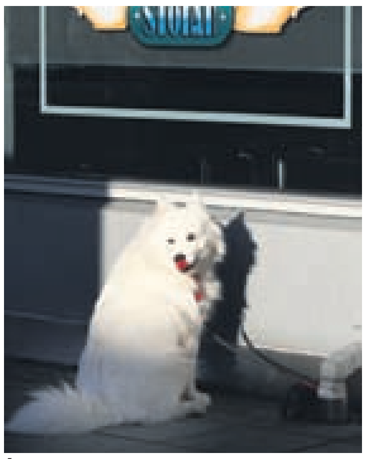
„Fyrst þarf Úkraína að uppfylla öll skilyrði og laga sig að reglum Evrópusambandsins,“ sagði hún á þýska þinginu í gær, stuttu áður en hún hélt til Riga í Lettlandi. Þar hófst í gær leiðtogafundur Evrópusambandsins og samstarfslanda þess í austri, en þau eru sex: Armenía, Aserbaídsjan, Georgía, Hvíta-Rússland, Moldóva og Úkraína.

Hún sagði Úkraínu eiga þar töluvert í land, en geta engu að síður treyst á víðtæka aðstoð Evrópusambandsins, rétt eins og hin samstarfslöndin í austri.

„Samstarfið í austri beinist ekki gegn neinum, og allra síst gegn Rússlandi,“ tók hún svo fram, en bætti því við að ákvörðun um nálgun að Evrópusambandinu sé og verði ákvörðun sem þessi lönd ein geta tekið: „Enginn á rétt á því að loka þessari leið fyrir þeim.“

Hún upplýsti jafnframt að Rússland muni ekki taka þátt í leiðtogafundi G7-ríkjahópsins. - gb

ANGELA MERKEL OG PETRO POROSJENKÓ Þýskalandskanslari og Úkraínuforseti. FRÉTTABLAÐIÐ/EPA



ÚTI EÐA INNI? Borgin vill ráða um dýrin. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

Tilmæli frá borg til ríkisins:

Rýmkið reglur um gæludýrin

DÝRAHALD Borgarstjórn Reykjavíkur hefur samþykkt að beina þeim tilmælum til ríkisins að rýmka reglur um hollustuhætti og matvæli með tilliti til veru dýra á ýmsum stöðum.

Samkvæmt tillögu sjálfstæðismanna sem samþykkt var ætti ríkið að sjá til þess að hvert sveitarfélag geti ákveðið reglur um á hvaða stöðum sé leyfilegt að hafa dýr, svo sem á kaffihúsum, veitingastöðum, líkamsræktarstöðvum og samkomuhúsum. „Það er réttlætismál að sveitarfélög hafi svigrúm gagnvart eigendum slíkra staða að leyfa dýrahald ef þeir óska,“ segir í tillögunni. - gar

Kirkjan hefur hægt um sig

Allar líkur virðast á því að Írar muni með góðum meirihluta samþykkja hjónaband samkynhneigðra í þjóðaratkvæðagreiðslu í dag. Kaþólska kirkjan á Írlandi hefur ekki reynt að hafa mikil áhrif á afstöðu kjósenda.

ÍRLAND Írar ganga á morgun til kosninga um lögleiðingu hjónabands samkynhneigðra. Skoðanakannanir sýna verulegt fylgi við breytinguna, en nokkuð hefur þó dregið saman með fylkingunum síðustu daga.

Fylgismenn breytingarinnar hafa fundið fyrir miklum meðbyr og sárafáir þingmenn hafa lýst því yfir opinberlega að þeir muni greiða atkvæði gegn henni.

Andstæðingar vara hins vegar við því að lögleiðing hjónabands samkynhneigðra geti dregið dilk á eftir sér í siðferðisefnum: „Við erum ekkert á móti jafnrétti, en þetta snýst um að breyta undirstöðueiningu samfélagsins, hinni náttúrulegu grundvallareiningu,“ hefur bandaríska dagblaðið The New York Times eftir Ben Conroy, talsmanni Iona-stofnunarinnar, sem er þrýstihópur kaþólskra íhaldsmanna á Írlandi.

Kaþólska kirkjan sjálf, sem lengi vel stjórnaði afstöðu írskra stjórnvalda til siðferðismála af þessu tagi, hefur samt ekki verið einstrengingsleg í afstöðu sinni nú. Satt að segja hafa fulltrúar hennar forðast að tjá sig mikið opinberlega fyrr en nú á allra síðustu vikum.

Þessi varfærni kirkjunnar stafar ekki síst af því hve vegur hennar hefur hrapað á Írland undanfarin ár, eftir að prestar hennar og yfirmenn urðu hvað eftir annað uppvísir að kynferðisbrotum eða tilraunum til að þagga niður kynferðisbrot.

Andrúmsloftið er þannig að harðorðar yfirlýsingar frá kirkjunni gætu sem hægast haft þveröfug áhrif.

„Ég hef engan áhuga á að troða trúarskoðunum mínum ofan í kokið á öðru fólki,“ skrifar Diarmuid Martin, erkibiskup kaþólsku kirkjunnar í Dublin, í grein sem birtist í dagblaðinu The Irish Times í gær. Hann segist sjálfur ætla að greiða atkvæði gegn hjónaböndum samkynhneigðra, en vill ekki gefa öðrum nein fyrirmæli í þessum efnum.

„Afstaða mín er sú sama og Frans páfi hefur, sem talaði mjög skýrt í umræðum um hjónabönd samkynhneigðra í Argentínu og sagðist vera á móti lögleiðingu en var samt samkvæmur sjálfum sér í því að segja fólki að dæma engan einstakling,“ skrifar Martin.

Kaþólski presturinn Gerard Moloney, sem er ritstjóri tímaritsins Reality, segist fylgjandi jafnrétti til hjónabands, jafnvel þótt hann sem prestur aðhyllist „þann kristilega skilning á hjónabandinu“ að það sé heilagt sakramenti, gert milli eins karls og einnar konu með blessun kirkjunnar.

„En þótt ég líti á þetta sem sakramenti, þá tel ég það vera í höndum borgara ríkisins að taka ákvörðun um það hvernig þeir skilgreina hjónaband og hverjir geti gengið í það,“ segir Moloney. „Og þannig á það að vera, vegna þess að við búum nú orðið í fjölbreyttu og flóknu samfélagi.“

gudsteinn@frettabladid.is

SKIPTAR SKOÐANIR Kosningaspjöld já-hreyfingarinnar og neihreyfingarinnar hlið við hlið á götu í Dublin. NORDICPHOTOS/AFP

➜ Breytingar á Írlandi

1993 bann við samkynhneigð afnumið á Írlandi

1985 bann við getnaðarvörnum afnumið að hluta

2010 borgaraleg sambúð samkynhneigðra lögleidd

2011 fyrsta samkynhneigða parið skráð í sambúð

Fóstureyðingar eru enn bannaðar nema meðgangan stofni lífi konunnar í hættu

Fjölbreytt forysta

Alþjóðleg ráðstefna um fjölbreytileika í stjórnum og stjórnunarstöðum í atvinnulífinu
29. maí 2015 á Grand Hótel Reykjavík

Jafnréttisstofa í samstarfi við Atvinnuvega- og nýsköpunarráðuneytið, Kauphöllina, Háskóla Íslands og Háskólann í Reykjavík heldur alþjóðlega ráðstefnu um fjölbreytta forystu í atvinnulífinu þann 29. maí nk. Ráðstefnan veitir fólki í viðskiptalífinu, fræðimönnum og sérfræðingum tækifæri til að ræða gildi fjölbreyttrar forystu þegar kemur að ákvarðanatöku, rekstri og vinnumenningu fyrirtækja.

Á ráðstefnunni verða niðurstöður nýrra rannsókna á stjórnum og vali í stjórnir fyrirtækja kynntar.

Stjórnendur úr atvinnulífinu miðla sínum skoðunum á stöðu mála og hugmyndum um tækifæri og ögranir í íslensku atvinnulífi þegar litið er til fjölbreyttrar forystu.

Ráðstefnan fer fram á ensku og ráðstefnugjald er 5000 kr.

Nánari upplýsingar og skráning fer fram á vefsíðunni:
www.fjolbreyttforysta.is

Jafnréttisstofa
HÁSKÓLI ÍSLANDS
HÁSKÓLINN Í REYKJAVÍK
REYKJAVIK UNIVERSITY
Nasdaq

Yfirmaður fíkniefnalögreglu stýrði smyglhring:

Með 65 þúsund evrur í blómabeðinu heima

FINNLAND Það voru áhyggjur fyrrverandi yfirmanns fíkniefnadeildar finnsku lögreglunnar af blómabeði í garði hans sem leiddu til þess að þar fundust 65 þúsund evrur í reiðufé.

Yfirmaðurinn, Jari Aarnio, er grunaður um að hafa stýrt smyglhring sem á árunum 2010 til 2012 smyglaði 900 kílóum af hassi til Finnlands við átta mismunandi tilfelli. Talið er að hagnaðurinn hafi numið 1,8 milljónum evra.

Hitna fór undir Aarnio í desember 2011 þegar smygla átti tunnu til Finnlands með 141 kílói af hassi frá Hollandi. Hollenska lögreglan varaði kollega sína í Finnlandi við til að þeir gætu handtekið þá sem tækju á móti tunnunni

Aarnio er sagður hafa beitt ýmsum brögðum til að villa um fyrir samstarfsmönnum sínum svo að grunur beindist ekki að honum. Sá hann meðal annars til þess að grunur félli á saklausan mann. Við rannsókn málsins þótti ljóst að leki væri innan lögreglunnar og var hann rakinn til yfirmannsins.

Þegar Aarnio var handtekinn í nóvember 2013 kom í ljós að hann gat ekki gert grein fyrir hvaðan féð var komið sem hann greiddi með fyrir bíla og byggingarefni í hús sitt.

Leit í einbýlishúsi Aarnio og sumarbústað bar ekki árangur. Yfirlögregluþjónn sem hleraði síma eiginkonu Aarnios fannst skilaboðin sem lögreglumaður í fíkniefnadeildinni bar eiginkonunni eftir að hann hafði heimsótt Aarnio í gæsluvarðhaldið einkennileg. Þau voru á þann veg að mikilvægt væri að setja spýtu yfir beð í garðinum, einkum hægra hornið.

Það var samt ekki fyrr en í maí þegar frost var farið úr jörðu að fata með 65 þúsund evrum fannst.

Aarnio neitar öllum sakargiftum og segir einhvern hafa grafið niður féð til að koma sök á hann. Lögreglan segir ekkert hafa verið grafið niður frá því í nóvember 2013 til 2014 þegar garðurinn var vaktaður með myndavélum. - ibs

GRÓF NIÐUR FÉ Saksóknarar krefjast 13 ára fangelsisdóms yfir yfirmanni fíkniefnadeildar finnsku lögreglunnar.

Eina sérverslun landsins með grill og garðhúsgögn

Grillbúðin

Landmann gasgrill
Triton 2ja brennara

Niðurfellanleg hliðarborð

PTS

69.900
FULLT VERÐ 79.900

- Orka 8 KW = 27.300 BTU
- 2 brennarar úr ryðfríu stáli
- Postulínsemalerað eldhólf
- Grillgrindur úr pottjárni
- PTS hitajöfnunarkerfi sem skapar einstaklega jafnan hita
- Kveiking í öllum tökkum
- Niðurfellanleg hliðarborð
- Tvöfalt einangrað lok m. mæli
- Postulínsemaleruð efri grind
- Auðveld þrif - Bakki fyrir fitu undir öllu grillinu
- 4 hjól með bremsu

N1 Fæst einnig á þjónustustöðvum N1 um allt land

LANDMANN Er frá Þýskalandi

Nr. 12903

Landmann gasgrill
Triton 3ja brennara

Niðurfellanleg hliðarborð

PTS

89.900
FULLT VERÐ 99.900

VELDU GRILL SEM ENDAST OG ÞÚ SPARAR

- Orka 10,5 KW = 36.000 BTU
- 3 brennarar úr ryðfríu stáli
- Postulínsemalerað eldhólf
- Grillgrindur úr pottjárni
- PTS hitajöfnunarkerfi sem skapar einstaklega jafnan hita
- Kveiking í öllum tökkum
- Niðurfellanleg hliðarborð
- Tvöfalt einangrað lok m. mæli
- Postulínsemaleruð efri grind
- Auðveld þrif - Bakki fyrir fitu undir öllu grillinu - 4 hjól
- Einnig til hvítt og vínrautt

N1 Fæst einnig á þjónustustöðvum N1 um allt land

LANDMANN Er frá Þýskalandi

Nr. 12932

Landmann gasgrill
Triton 4ra brennara

PTS

- Gashella í hliðarborði

114.900
FULLT VERÐ 124.900

- Orka 14,8 KW = 50.500 BTU
- 4 brennarar úr ryðfríu stáli
- Postulínsemalerað eldhólf
- Grillgrindur úr pottjárni
- PTS hitajöfnunarkerfi sem skapar einstaklega jafnan hita
- Kveiking í öllum tökkum
- Tvöfalt einangrað lok m. mæli
- Postulínsemaleruð efri grind
- Auðveld þrif - Bakki fyrir fitu undir öllu grillinu - 4 hjól

Einnig til hvítt

N1 Fæst einnig á þjónustustöðvum N1 um allt land

LANDMANN Er frá Þýskalandi

Nr. 12962

Landmann gasgrill
Avalon 4ra brennara

TEST WINNER!

139.900
FULLT VERÐ 169.900

- Orka 18,7 KW = 64.000 BTU
- 4 brennarar úr ryðfríu stáli
- Postulínsemalerað eldhólf
- Grillgrindur úr pottjárni
- Tvöfalt einangrað lok m. mæli
- Postulínsemaleruð efri grind
- Rafkveikja
- Gashella
- Auðveld þrif

www.grillbudin.is

LANDMANN Er frá Þýskalandi

Nr. 12792

Landmann gasgrill
Avalon 5 brennara

209.900
FULLT VERÐ 249.900

- Orka 22,8 KW = 78.000 BTU
- 4 brennarar úr ryðfríu stáli
- Innrauður ofurbrennari fyrir hina fullkomnu steik
- Grillgrindur úr pottjárni
- Tvöfalt einangrað lok m. mæli
- Grillteinn og bakbrennari
- Gashella

LANDMANN Er frá Þýskalandi

Nr. 12794

Landmann gasgrill
Avalon 5 brennara

PTS

229.900
FULLT VERÐ 249.900

- Orka 22,8 KW = 78.000 BTU
- 4 brennarar úr ryðfríu stáli
- Innrauður ofurbrennari fyrir fullkomna Nautasteik
- PTS hitajöfnunarkerfi sem skapar einstaklega jafnan hita
- Grillgrindur úr pottjárni
- Tvöfalt einangrað lok m. mæli
- Grillteinn og bakbrennari
- Innbyggður kjöthitamælir
- Gashella • LED gaumjós í tökkum

LANDMANN Er frá Þýskalandi

Nr. 12798

Landmann gasgrill
Grill Chef 3 brennara

57.900
FULLT VERÐ 67.900

- Orka 10,5 KW = 36.000 BTU
- 3 brennarar úr ryðfríu stáli
- Ryðfrítt lok með mæli
- Postulínsemalerað eldhólf
- Postulínsemaleraðar grillgrindur
- Kveiking í öllum rofum
- Postulínsemaleruð efri grind
- Bakki fyrir fitu undir öllu grillinu sem auðveldar mjög þrif

LANDMANN Er frá Þýskalandi

Nr. 12749

Weber gasgrill
Genesis 3ja brennara

219.900
FULLT VERÐ 268.900

- Orka: 11,1 KW = 38.000 BTU
- 3 brennarar úr ryðfríu stáli
- Postulíns emalerað tvöfalt lok
- Grillgrindur úr pottjárni
- Efri grind
- Rafstýrð kveikja
- Sears Station - Auka brennari fyrir steikina

weber

Nr. Genesis E330

Opið 11 - 18 virka daga - 11 - 16 laugardaga

Komdu og fáðu ráðleggingar

Grillbúðin

Smiðjuvegi 2, Kópavogi | S. 554 0400 | Við hliðina á BÓNUS | grillbudin.is

ÍSLENSKA SIA.IS ICE 73465 04/15

+ Nánar á icelandair.is/fljugduvel

#FljugduVel

Vertu með okkur

ICELANDAIR

FÖSTUDAGSVIÐTALIÐ

Verður aldrei eins vont og það var

Guðrún Ögmundsdóttir upplifði mikið frelsi við að segja frá leyndarmáli sem fylgt hafði henni frá barnæsku. Hún bjó við heimilisofbeldi en passaði sig að segja engum frá, ekki fyrr en nú. Hún vonast til þess að saga sín verði til þess að fleiri þori að segja frá og vinna í sínum málum.

Ólöf Skaftadóttir
olof@frettabladid.is
Viktoría Hermannsdóttir
viktoria@frettabladid.is

Svona gerist eiginlega skref fyrir skref, þegar ég var að vinna að bókinni um mig þá var ég ekki komin á þennan stað," segir Guðrún Ögmundsdóttir, fyrrverandi þingkona, sem sagði í síðustu viku frá heimilisofbeldi sem hún bjó við sem barn. Saga Guðrúnar vakti mikla athygli en sjálf hefur hún um árabil unnið með þolendum ofbeldis og verið baráttukona fyrir þá sem minna mega sín. Hún hefur aldrei opnað sig opinberlega um þessa reynslu fyrr en nú.

Sagði ekki frá

Guðrún segir að kannski sé það vegna þess að hún hafi unnið að þessum málum sem hún hafi áttað sig á hvers vegna það væri mikilvægt að stíga fram og tala um reynslu sína. Til þess að opna á umræðu um hversu erfitt það sé fyrir börn að segja frá slíkum aðstæðum og mikilvægt að fjölskyldur fái hjálp. Guðrún hefur undanfarin ár verið tengiliður vistheimila og tekið yfir 1.000 viðtöl við þolendur ofbeldis á vistheimilum víða um land.

„Mér finnst oft gleymast bæði þessi trúnaður barna við foreldra og þessi mikla ást sem þau bera til foreldra sinna. Og þá hugsaði ég hvernig var þetta hjá mér, það var nákvæmlega eins og þetta, ég var nákvæmlega eins og öll önnur börn, ég sagði ekki frá."

Sá bara rautt

Leyndarmálið sem hún sagði aldrei frá var að faðir hennar beitti móður hennar líkamlegu ofbeldi þegar hann var undir áhrifum áfengis. „Hann drakk lítið, í hæsta lagi einu sinni á ári og varla það. En þegar hann gerði það og þegar hann sá mömmu þá sá hann bara rautt."

Það var erfitt fyrir lítið barn að skilja þessar aðstæður. „Hann gekk berserksgang, húsgögnum var stútað og hann barði hana eins og harðfisk. Svo kom löggan og tók hann en eftir sat heimilið í rjúkandi rúst," segir hún. Dagana á eftir var hann fullur iðrunar. „Þá tók við mjög sérkennilegt tímabil, það er þetta tímabil mikillar sektarkenndar," segir hún. „Það var mikil eftirsjá hjá honum. Mikill grátur hjá þeim báðum. Og þetta horfir maður allt á sem barn og nær auðvitað ekkert alltaf að skilja allt. Það er ekki síður erfitt fyrir barn að vera áhorfandi og auðvitað þátttakandi. Þetta gerðist allt inni á heimilinu."

Látin róa föður sinn

Faðir Guðrúnar lagði aldrei hendur á hana og í raun var hún notuð til þess að róa hann þegar hann var í þessum ham. Ef Guðrún var sjáanleg beitti hann ekki ofbeldi. „Börn eiga ekki að vera í þannig stöðu. Ég var sett í fangið á honum og þá var hann góður."

Með tímanum þegar hún var orðin eldri lærði hún sjálf hvað ætti að gera. „Það gerðist á einhverju bili að ég eiginlega tók svolítið völdin. Það eiga börn heldur ekki að gera. Það var búið að venja mig á að setja mig í fangið á honum þegar hann var fullur því hann gerði ekki neitt þegar ég var nálægt. Þegar ég var ósýnileg þá gat hann hjólað í mömmu."

> Hann gekk berserksgang, húsgögnum var stútað og hann barði hana eins og harðfisk. Svo kom löggan og tók hann en eftir sat heimilið í rjúkandi rúst.

TOGSTREITA Þrátt fyrir að hafa lengi starfað að málefnum þolenda ofbeldis var Guðrún ekki tilbúin að segja frá sinni reynslu fyrr en nú. Hún segir mikilvægt að átta sig á því að erfitt er að fá börn til að tala um ofbeldi þar sem trúnaður og ástin til foreldranna sé svo sterk, það þekkir hún sjálf. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

Kvíðinn læstist um líkamann

Guðrún man svipmyndir frá því hún var bara nokkurra ára gömul. Tilfinningin og hræðslan er skýr í minningunni. Ein svipmyndin er af því þegar hún stendur við gluggann ásamt móður sinni og ömmu sem bjó með þeim. Faðir hennar var ekki kominn heim úr vinnu og þær vissu hvað var í vændum. „Þá fann maður kvíðann læsast um líkamann, bara hverja frumu, þá stóð maður bara og pissaði niður úr. Angistin er slík þú ræður eiginlega ekki við neitt. Þetta er bara lömun," segir hún. Þó að ofbeldið væri ekki rætt þá vissi hún hvað var í gangi og hvenær væri von á því.

Skugginn sem hvíldi yfir

Guðrún man eftir að hafa komið heim einu sinni eftir að hafa gist annars staðar og hún fann að það var eitthvað í loftinu. „Ég skynjaði stemminguna. Það hafði eitthvað gerst en enginn sagði neitt. Það er eitthvað nýtt inni á heimilinu en þú veist ekki hvað. Maður er bara barn en börn lesa alltaf í aðstæður. Það getur vel verið að ég sé eitthvað næm en ég held að barnssálin sé einmitt svona næm.

> Þá fann maður kvíðann læsast um líkamann, bara hverja frumu, þá stóð maður bara og pissaði niður úr. Angistin er slík þú ræður eiginlega ekki við neitt. Þetta er bara lömun.

Þess vegna þarf maður alltaf að vera með þessa aðgát. Kannski hefði bara átt að setjast niður með manni og tala um það en þessi kynslóð talaði aldrei um svona hluti."

Kjörbarn foreldra sinna

Ofbeldið var sem svartur skuggi á annars góðu lífi fjölskyldunnar. Heimilislífið var gott nema þegar faðir hennar drakk. „Ég er alin upp við alveg kjöraðstæður, mikla ást og umhyggju, en auðvitað fullt undir niðri sem maður hefur þurft að glíma við en hver segir að þetta eigi allt að vera slétt og fellt. Það er nú meiri vitleysan," segir hún og skellir upp úr.

Guðrún er kjörbarn foreldra en fyrir átti móðir hennar þrjú börn „Kynmóðir mín var besta vinkona þeirra. Hún var nýskilin og ein með börn," segir hún. „Ég var alin upp við gríðarlega mikla virðingu fyrir Huldu mömmu minni. Ég þekkti alltaf systkini mín og það var aldrei neitt leyndarmál með það. Ég man að pabbi sagði oft að við ættum Huldu allt að þakka."

Sjálf ættleiddi Guðrún svo barn með eiginmanni sínum þegar hún var orðin fullorðin. „Ég gat þá launað fyrir mig," segir hún.

Reynslan situr í frumunum

Fyrir utan skuggahlið föður hennar þá var hann réttsýnn maður og kenndi henni að líta aldrei niður á nokkurn mann. Það voru því flóknar tilfinningar sem fylgdu því að upplifa að hann hafði líka þessa hlið. „Ég er alin upp við mjög mikla réttlætishugsun og að maður ætti aldrei að vera í dómarasæti. Ég bjó rétt hjá braggahverfum og maður var eiginlega skikkaður af pabba að braggabörnin væru alltaf velkomin," segir hún.

„Ég bjó við mikla ást og var mjög heppin. Síðan auðvitað er alls konar eins og þetta stóra sár sem maður lagar og læknar og lifir með. Ég hafði hins vegar ekki áttað mig á því að þessi reynsla sæti svona svakalega í frumunum."

Hún sagði engum frá ofbeldinu, ekki einu sinni sínum bestu vinum. „Bara ömmu því við deildum herbergi. En hún dó þegar ég var þrettán ára og þá talaði maður ekki um þetta. Síðan gerist það að maður lokar þetta í einhverju hólfi og þú hefur enga þörf fyrir að tala um það."

Viðbrögðin komu á óvart

Ekki fyrr en nú að hún taldi rétta tímann til að opna sig. Hún var tilbúin. Og viðbrögðin hafa ekki látið á sér standa. Fjölmargir hafa hringt og sent henni skilaboð. Margir sem búa að sömu reynslu. Áður en hún hélt erindið á málþinginu bjóst hún alls ekki við þessum viðbrögðum. „Svo byrja ég erindið og þá finn ég bara að ég er að tala í sal sem er með þannig hlustunarskilyrði að þau hlusta með hjartanu. Þau heyra allt sem ég er að segja, eiginlega meira, þau heyra í kringum það sem ég er að segja," segir hún og heldur áfram: „Ég skynjaði mjög sterkt að ég var að tala við marga sem höfðu nákvæmlega sömu reynslu og það var magnað. Ég fann það á faðmlögunum frá ókunnugu fólki á eftir."

Guðrún segir það hafa verið góða tilfinningu að segja loksins frá. Það hafa margir með sömu reynslu haft samband við hana. „Erfiðast finnst mér þegar fólk er að lýsa ofbeldi gegn sér. Það toppar allt óréttlæti heimsins að beita börn ofbeldi. Varnarlaus börn. Ég er að vona að þetta verði til þess að fólk geti farið að vinna með sjálft sig og finni að þetta er ekki mikið tabú." Guðrún segist upplifa mikið frelsi við að hafa sagt frá þessu.

Ekki að svíkja neinn

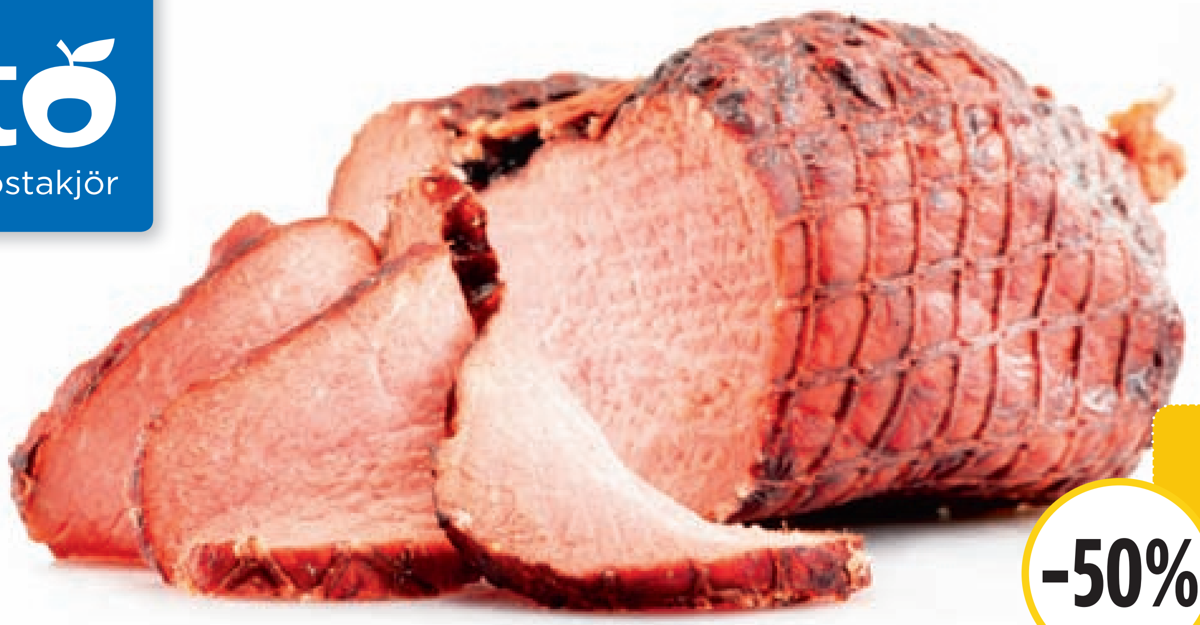
„Allt í einu fattaði ég að ég er ekki að svíkja neinn. Ég er að standa með sjálfri mér. Allir sem vissu, vissu. Ég er ekki að sverta neina minningu. Það vissu allir. En það vissu líka allir hversu heitt ég elskaði hann pabba minn. Og ég fékk einmitt óskaplega fallegt símtal út af því þar sem kona sagði: Mér finnst þetta enn kjarkaðra því ég veit hvað þú elskaðir hann mikið. Ég var algjört pabbabarn. Ég vil segja að í rauninni er ástin hreyfiaflið í þessu, þessi skilyrðislausa ást," segir hún.

Guðrún vonast til þess að saga hennar verði til þess að fleiri fari að vinna í sínum málum. „Það er þannig með öll þessi mál að það verður aldrei eins vont og það var. Þegar maður byrjar að skoða, þá taka sig upp tilfinningar en það verður aldrei eins vont og það var. Það er mikilvægt að átta sig á því."

HLAÐVARP

Hlusta má á ítarlegra viðtal við Guðrúnu í hlaðvarpinu Föstudagsviðtalið inn á Visir.is. Þar talar Guðrún á einlægan hátt um reynslu sína af heimilisofbeldi, pólítíkina og baráttuna sem drífur hana áfram.

netto
Kræsingar & kostakjör



BAUTABÚRIÐ

-50%
BAYONNESKINKA ÚR BÓG
999
ÁÐUR 1.998 KR/KG

GOÐI

GRÍSARIF BBQ
1.398
KR/KG

FERSKLEIKI KJÖTBANKINN FAGMENNSKA

LAMBAPRIME STUBBAR Í SÍTR.SMJÖRI
2.990
ÁÐUR 3.359 KR/KG

GOÐI

-30%
BRATWURST PYLSUR
593
ÁÐUR 698 KR/PK

-20%
JARÐARBER FROSIN 400 GR. ALLETIDER
248
ÁÐUR 310 KR/PK

LÍF RÆNT

-20%
WHOLE EARTH GOS 330ML, 7 TEG
159
ÁÐUR 199 KR/STK

-50%
EPLI RAUÐ
175
ÁÐUR 349 KR/KG

NÝTT Í NETTÓ!

Mikið úrval af ljúffengum **vegan** ostum frá Violife!

Tilboðin gilda 22. maí – 25. maí 2015

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

SKOÐUN

Því fleiri stórfyrirtæki, því betra:

Sjálfstæðari þjóð með margar stoðir

Tilefni er til að staldra við þær skoðanir á íslensku efnahagslífi og -umhverfi sem Frosti Sigurjónsson, formaður efnahags- og viðskiptanefndar Alþingis, viðrar í fréttaviðtali í blaðinu í gær. Tilefnið er að tölvuleikjaframleiðandinn CCP hugleiðir flutning úr landi. Frosti er líka fyrrverandi stjórnarformaður CCP.

Í viðtalinu í gær segir Frosti mikilvægt að leggja ekki stein í götu stórfyrirtækja sem flytja vilji höfuðstöðvar sínar annað. Þau eigi að geta flutt þangað sem markaðir eða fjárfestar sem stutt geti við áframhaldandi vöxt þeirra eru.

Óli Kristján Ármannsson

olikr@frettabladid.is

Þá segir Frosti líka varasamt að efnahagslíf landa verði um of háð stórfyrirtækjum. Finnland sé víti til að varast þar sem landið hafi verið orðið háð rekstri Nokia.

„Þá gæti það fyrirtæki farið að setja þinginu og stjórnvöldum afarkosti. Þá byrjar regluverkið að svigna í átt að stórfyrirtækjum frá hagsmunum lítilla fyrirtækja og heimilanna. Við megum ekki verða háð stórfyrirtækjum,“ segir Frosti.

Óneitanlega veltir maður því fyrir sér hvort formaður efnahags- og viðskiptanefndar hafi ekki áhyggjur af stöðu íslenskra sjávarútvegsfyrirtækja í þessu samhengi. Kannski væri best að losna við þau úr landi líka?

Lausnin felst augljóslega ekki í að fæla frá landinu stórfyrirtæki heldur haga hér efnahagsstjórn og lagaumgjörð þannig að sem flest fyrirtæki sjái sér hag í að skjóta hér rótum. Með því móti má fjölga stoðum efnahagslífsins og tryggja að eitthvert eitt fyrirtæki, eða atvinnuvegur, verði ekki svo ráðandi að annarra hagsmunir lúti í lægra haldi.

Hér starfa nokkur fyrirtæki sem hafa heiminn allan undir í starfsemi sinni. CCP er eitt þeirra og selur tölvuleiki um allan heim. Matvælavinnsluvélaframleiðandinn Marel er annað, líka stoðtækja- og gervilimaframleiðandinn Össur og Marorka sem býr til eldsneytissparandi búnað fyrir skip. Fyrirtæki í þessari stöðu eiga það sammerkt að á markaðssvæði þeirra er alltaf einhvers staðar nótt. Staðsetning höfuðstöðvanna er því ekki aðalmálið á meðan aðbúnaður og regluverk er í lagi.

Hér er málum ekki svo háttað. Raunar er það svo að hluti þessara fyrirtækja er hér enn fyrir þær sakir einar að ættjarðartaugin er römm, hjá annaðhvort eigendum eða stjórnendum. Í viðvarandi gjaldeyrishöftum (jafnvel þó að þau verði kölluð þjóðhagsvarúðarreglur) og broguðu regluverki sem torveldar fyrirtækjunum að sækja sér menntað starfsfólk, eða eiga viðskipti hvar sem er í heiminum, þá er hætt við að trosni taugin sem heldur þeim hér.

Sú virðist vera raunin hjá CCP og sætir kannski furðu að fyrirtækið sé ekki löngu farið. Pollýönnuleikur formanns efnahags- og viðskiptanefndar um að hæfileikafólk sem ekki fari með geri þá eitthvað annað merkilegt hér heima breytir því ekki að mikill missir er að svona starfsemi. Nær væri að ráðamenn einbeittu sér að því að tryggja hér stöðugleika með þeim ráðum sem best duga og laga regluverk þannig að henti sem fjölbreyttustu atvinnulífi.

FRÉTTABLAÐIÐ

ÚTGÁFUFÉLAG: 365 miðlar ehf. **STJÓRNARFORMAÐUR:** Ingibjörg Stefanía Pálmadóttir **FORSTJÓRI:** Sævar Freyr Þráinsson **ÚTGEFANDI OG AÐALRITSTJÓRI:** Kristín Þorsteinsdóttir *kristin@frettabladid.is* **AÐSTOÐARRITSTJÓRAR:** Andri Ólafsson *andri@365.is,* Hrund Þórsdóttir *hrund@stod2.is,* Kolbeinn Tumi Daðason *kolbeinntumi@365.is.*
Fréttablaðið kemur út í 90.000 eintökum og er dreift ókeypis á heimili á höfuðborgarsvæðinu og Akureyri. Einnig er hægt að fá blaðið í völdum verslunum á landsbyggðinni. Fréttablaðið áskilur sér rétt til að birta allt efni blaðsins í stafrænu formi og í gagnabönkum án endurgjalds. ISSN 1670-3871

Tónskáldasjóður 365

Undirritaðar umsóknir skulu berast sjóðnum á þar til gerðum eyðublöðum í þríriti ásamt fylgigögnum fyrir miðnætti hinn **17.júní 2015** merktar:

„Tónskáldasjóður 365“
c/o STEF, Laufásvegi 40, 101 Reykjavík.

Umsóknareyðublöð má fá heimasíðu STEFs.

FÉLAG TÓNSKÁLDA & TEXTAHÖFUNDA

FRÁ DEGI TIL DAGS

Tragikómedían

Sjálfsagt hitti Helgi Vilhjálmsson í Góu naglann á höfuðið þegar hann sagði í samtali við Markaðinn að það hlyti að vera rosalegt að vinna á Alþingi þar sem ekkert gerðist og allir eru ósammála. Þessu fáum við að kynnast fyrir hver jól og á hverju vori þegar merkingarlausum ræðum fjölgar svo um munar. Stjórnarmeirihlutinn bregst svo við með ásökunum um málþóf. Þetta er árlegt leikrit og virðist engu máli skipta hver er í hlutverki stjórnarmeirihluta og hver er í hlutverki andstöðunnar. Tragikómedía er líklegast rétta lýsingin á verkinu.

Að viðurkenna vandann

Þingmennirnir virðast nú viðurkenna þetta og sumir þeirra eru ekki svo ýkja hrifnir af eigin hegðun. „Ég er ekki hrifin af aðgerðum eins og þessum. En þetta er eina leiðin sem við höfum og við verðum hérna áfram,“ sagði Valgerður Bjarnadóttir, þingmaður Samfylkingarinnar, í gær og lýsti vel stemmingunni í þingsalnum. Að viðurkenna vandann er kannski fyrsta skrefið inn á rétta braut.

Ekki sú fyrsta

Vala er reyndar ekki sú fyrsta til að bera kennsl á vandann, því einlæg ræða Ásmundar Friðrikssonar vakti athygli fyrr í vikunni. Og um leið viðurkenndi hann vanmátt sinn og kollega sinna. „Ég hugsa það oft sem þingmaður, hvað er verið að setja mál í hendurnar á okkur sem sérfræðingar áttu að ráða við og klára. Það eru þeir sem kunna þetta. Við treystum þeim og mikil skelfing vildi ég að þeir gætu klárað þetta frá a-ö og við fengjum bara niðurstöðuna inn í þingið og þyrftum ekki annað en að blessa hana. En okkur er ekki treystandi til þess, við erum búin að sýna það, þingið er búið að sýna það,“ sagði Ásmundur. Orð eru til alls fyrst og kannski má búast við betri starfsháttum á Alþingi, eftir sumarfrí sem senn skellur á.

jonhakon@frettabladid.

HALLDÓR

Náttúruminjasafn gegnt Arnarhóli

SKIPULAG

Björn B. Björnsson
hönnuður

Holan stóra við hlið Hörpu er tvær lóðir. Sú sem er nær höfninni verður hótel en hin, sem snýr að Arnarhóli, er í eigu Landsbankans. Bankinn hefur hug á að reisa þar aðalstöðvar sínar, en forsætisráðherra hefur staðið gegn þeim áformum.

Ég held að flestir Íslendingar séu sammála Sigmundi Davíð um að fráleitt sé að banki í almannaeigu eyði milljörðum króna í að reisa bankahöll í hjarta höfuðborgarinnar eftir það sem á undan er gengið.

Svo fjölmennur vinnustaður myndi líka auka á umferðar- og bílastæðavanda miðborgarinnar. Höfuðstöðvar Landsbankans má vel byggja fjær miðborginni og nær stórum umferðaræðum.

Vegna mótstöðu forsætisráðherra við byggingaráform bankans mun ekkert gerast í þessum hluta holunnar á næstunni – en á sama tíma verður byggt upp á öllum öðrum lóðum á svæðinu milli Hörpu og miðbæjarins. Bankinn virðist ætla að bíða þangað til tækifæri skapast til að koma áformum sínum í gegn.

Á sama tíma er eitt höfuðsafn þjóðarinnar, Náttúruminjasafn Íslands, geymt í kössum því ekkert safnhús er til. Til að bæta úr því ófremdarástandi hafa verið uppi hugmyndir um að búa til einhvers konar sýningu í Perlunni í samstarfi við fjárfesta. Ætlunin er að þeir fái tekjur sýningarinnar og þannig fjárfestingu sína til baka. Ekki er mikil reisn yfir þeim áformum, enda hefur Alþingi ekki fengist til að veita fé til verksins.

Þar sem Landsbankinn er í almannaeigu ættu stjórnvöld að geta komið því í kring að þessi lóð verði nýtt undir Náttúruminjasafn Íslands.

Myndarlegt safn á þessum fallega stað væri stórhuga lausn sem hæfði vel þeim sessi sem náttúra landsins á í hjörtum okkar allra – og sú tilfinning mun vaxa á næstu árum, áratugum og öldum.

Erlendir ferðamenn koma flestir til Íslands vegna náttúru landsins svo ekki er að efa að stórt og spennandi safn á þessum stað yrði gríðarlega fjölsótt og skilaði miklum tekjum.

Sjálfsagt er að fram fari alþjóðleg samkeppni um útlit jafn mikilvægrar byggingar svo safnið geti í framtíðinni orðið eitt af einkennum Reykjavíkur og stolt allra Íslendinga.

FRÉTTABLAÐIÐ Skaftahlíð 24, 105 Reykjavík **Sími:** 512 5000, *ritstjorn@frettabladid.is* **PRÓUNARSTJÓRI:** Tinni Sveinsson *tinni@365.is* **HELGARBLAÐ:** Erla Björg Gunnarsdóttir *erla@frettabladid.is* **MENNING:** Magnús Guðmundsson *magnus@frettabladid.is*
LJÓSMYNDIR: Pjetur Sigurðsson *pjetur@frettabladid.is* **FRAMLEIÐSLUSTJÓRI:** Sæmundur Freyr Árnason *sfa@frettabladid.is* **ÚTLITSHÖNNUN:** Silja Ástþórsdóttir *siljaa@frettabladid.is*

Smánarterta Íslendinga

Í DAG
Sif Sigmarsdóttir
rithöfundur

> Hvers vegna kirkjunni líðst að neita einum þjóðfélagshóp um þjónustu sína á 21. öldinni er með ólíkindum. Hvort sem við stöndum innan eða utan kirkjunnar kemur málið okkur við.

Sjaldan hefur ein kaka valdið jafnmiklum usla. Kakan var svo sem ekkert sérstök í sjálfu sér. Bara venjuleg svampterta með sykurbráð. En áhrif hennar náðu langt út fyrir mörk bragðlaukanna.

Sagan hófst þegar Gareth Lee gekk inn í bakaríið Ashers Baking Company í Belfast á Norður-Írlandi í júlí síðastliðnum. Þar rakst hann á auglýsingabækling frá fyrirtækinu um sérpantanir. Gareth vantaði einmitt köku fyrir samkomu sem hann var að skipuleggja. Hann pantaði kökuna, greiddi fyrir og hélt heim á leið.

Tveim dögum síðar hringdi síminn. Hinum megin á línunni var kona, einn eigenda bakarísins. Hún tjáði Gareth að fyrirtækið hygðist ekki baka fyrir hann kökuna sem hann hafði pantað. Kökuna fengi hann endurgreidda hið fyrsta. Þegar Gareth heyrði ástæðuna trúði hann ekki eigin eyrum.

Annars flokks manneskja

Gareth Lee er samkynhneigður. Kakan sem hann hafði keypt var fyrir einkasamkvæmi þar sem fagna átti alþjóðlegum degi gegn fordómum í garð samkynhneigðra. Kökuna átti að prýða mynd af Bert og Ernie úr barnaþáttunum Sesamee Street ásamt slagorðinu „styðjum hjónaband samkynhneigðra“.

En eigendur bakarísins voru kristnir. Sögðust þeir ekki geta átt viðskipti við Gareth því það stangaðist á við trú þeirra.

Gareth var brugðið. Lýsti hann því sem svo að sér hafi liðið eins og „annars flokks manneskju“, eins og hann hefði unnið sér eitthvað til „vansæmdar“.

Gareth hafði samband við skrifstofu umboðsmanns jafnréttismála á Norður-Írlandi sem skrifaði eigendum bakarísins bréf og krafðist þess að Gareth fengi miskabætur. En bakaríseigendurnir ákváðu að standa fast á sínu. Í yfirlýsingu frá fyrirtækinu um kökuna sagði að „hún stangaðist á við Biblíuna“.

Málið fór að endingu fyrir dómstóla. Síðastliðinn þriðjudag komst dómur að þeirri niðurstöðu að bakaríið hefði mismunað Gareth vegna kynhneigðar hans og voru eigendurnir dæmdir til að greiða honum 500 pund í miskabætur.

Hafin yfir lög, reglur og 21. öldina

Við Íslendingar erum langtum umburðarlyndara samfélag en Norður-Írland þegar kemur að réttindum samkynhneigðra. Þegar hjónaband samkynhneigðra var lögleitt í Bretlandi fyrir rétt rúmu ári var Norður-Írland undanskilið. Engin áform virðast uppi um að lögleiða það í bráð.

En þótt við teljum okkur umburðarlynd eigum við sjálf okkar eigin smánartertu.

Kirkjuþing unga fólksins kom saman fyrr í mánuðinum. Sendi samkundan frá sér ályktun þar sem hvatt var til þess að regla um samviskufrelsi presta yrði afnumin en hún heimilar prestum þjóðkirkjunnar að neita samkynja pörum um hjónavígslu á grundvelli samvisku sinnar. Ályktunin verður lögð fyrir kirkjuráð þjóðkirkjunnar og verður líklega tekin fyrir í júní en í kirkjuráði situr biskup meðal annarra.

Við ungliða þjóðkirkjunnar vil ég segja: „High five“. Við hitt liðið vil ég segja: „Hæ, ég sé ykkur. Við sjáum ykkur öll.“

Stundum er eins og kirkjunnar fólk telji hempur sínar gæddar töframætti á borð við huliðsskikkjuna úr Harry Potter. Það er eins og þeim finnist þau lifa í samfélagslegu lofttæmi, eins og þau séu hafin yfir tíma og rúm, lög og reglur, mannréttindi og 21. öldina. Það er eins og þeim finnist þau geti gert það sem þeim sýnist.

Og þegar kemur að hjónaböndum samkynhneigðra er sú og raunin. Engum leyfist, hvorki einstaklingi, einkafyrirtæki né opinberri stofnun, að gera upp á milli fólks vegna kynhneigðar – nema prestastéttinni. Aðeins prestum er gefin undanþága frá því að virða mannréttindi.

En hingað og ekki lengra. Hvers vegna kirkjunni líðst að neita einum þjóðfélagshóp um þjónustu sína á 21. öldinni er með ólíkindum. Hvort sem við stöndum innan eða utan kirkjunnar kemur málið okkur við. Stöndum með unga fólkinu í þjóðkirkjunni og látum fornfálega forystusveit hennar ekki komast upp með að hunsa sjálfsagða kröfu þess. Afstaða kirkjunnar á mannréttindum er ekki einkamál hennar heldur mál samfélagsins alls.

Verslunarmaður ræður ekki hvern hann afgreiðir í búð sinni. Hann gæti ekki neitað að afgreiða samkynhneigða. Ekki frekar en svertingja eða gyðinga eða rauðhærða eða fólk með stórt nef. Ekki frekar en á Norður-Írlandi gæti íslenskur bakari neitað samkynhneigðum um þjónustu. Hvers vegna mega íslenskir prestar það?

AF NETINU

Ríkissáttasemjari: Tekist á um skiptingu auðsins

Magnús Pétursson ríkissáttasemjari er margreyndur embættismaður sem nýtur mikillar virðingar. Hann var áður forstjóri Landspítalans og ráðuneytisstjóri í fjármálaráðuneytinu. Það var mjög merkilegt að heyra Magnús tjá sig um kjaradeilur í fréttum RÚV í gær. Hann þarf náttúrlega að tala af varkárni, en þó fer ekki á milli mála að hann telur stöðuna vera grafalvarlega. Magnús var mjög einlægur í viðtalinu, það er athyglisvert að heyra hann segja að baráttan nú snúist ekki einungis um hækkanir á laun, heldur líka um skiptingu auðsins á Íslandi.

http://eyjan.pressan.is/silfuregils/

Egill Helgason

Metum hjúkrunarfræðinga að verðleikum

KJARAMÁL

Ólafur G. Skúlason
formaður Félags íslenskra hjúkrunarfræðinga

Verkfall hjúkrunarfræðinga skellur á eftir nokkra daga, ef ekki semst. Komi til verkfalls munu aðgerðirnar hafa gífurleg áhrif á heilbrigðisstofnanir um land allt. Hjúkrunarfræðingar hafa miklar áhyggjur af því ástandi sem þá skapast en ákvörðun um verkfall var tekin af nauðsyn en með miklum trega.

Öryggi skjólstæðinganna er leiðarljósið í starfi hjúkrunarfræðinga og það verður ekki undantekning á því í komandi verkfalli. Öryggislistar eru í gildi á stofnunum sem eiga að tryggja að skjólstæðingar heilbrigðiskerfisins hljóti ekki skaða af verkfallinu. Þó er ljóst að það hefur víðtæk áhrif þegar um 1.500 hjúkrunarfræðingar leggja niður störf enda eru hjúkrunarfræðingar hryggjarstykki í íslenska heilbrigðiskerfinu sem verður ekki starfhæft án þeirra.

Kröfur hjúkrunarfræðinga eru einfaldar, að menntun þeirra og ábyrgð verði metin til launa. Samanburður við aðrar háskólamenntaðar stéttir hjá hinu opinbera sýnir að laun hjúkrunarfræðinga eru töluvert lægri en dagvinnulaun sambærilegra stétta. Munurinn er 14-25%. Um helmingur starfandi hjúkrunarfræðinga vinnur eingöngu dagvinnu.

Hver er ástæða þessa launamunar? Grunnnám hjúkrunarfræðinga tekur fjögur ár meðan flestar háskólamenntaðar stéttir eru með grunnám sem tekur þrjú ár. Auk þess er stór hluti stéttarinnar með framhaldsnám sem tekur að jafnaði tvö ár til viðbótar. Það er því ekki hægt að segja að menntun hjúkrunarfræðinga útskýri þennan launamun. Ef horft er til ábyrgðar hjúkrunarfræðinga er ekki hægt að segja að hún skýri launamuninn. Ábyrgð hjúkrunarfræðinga er gífurleg, þeir bera ábyrgð á lífi og heilsu fólks. Smávægileg mistök í okkar starfi geta haft gífurlegar afleiðingar bæði fyrir skjólstæðinga okkar og okkur sjálf.

Algerlega óásættanlegt

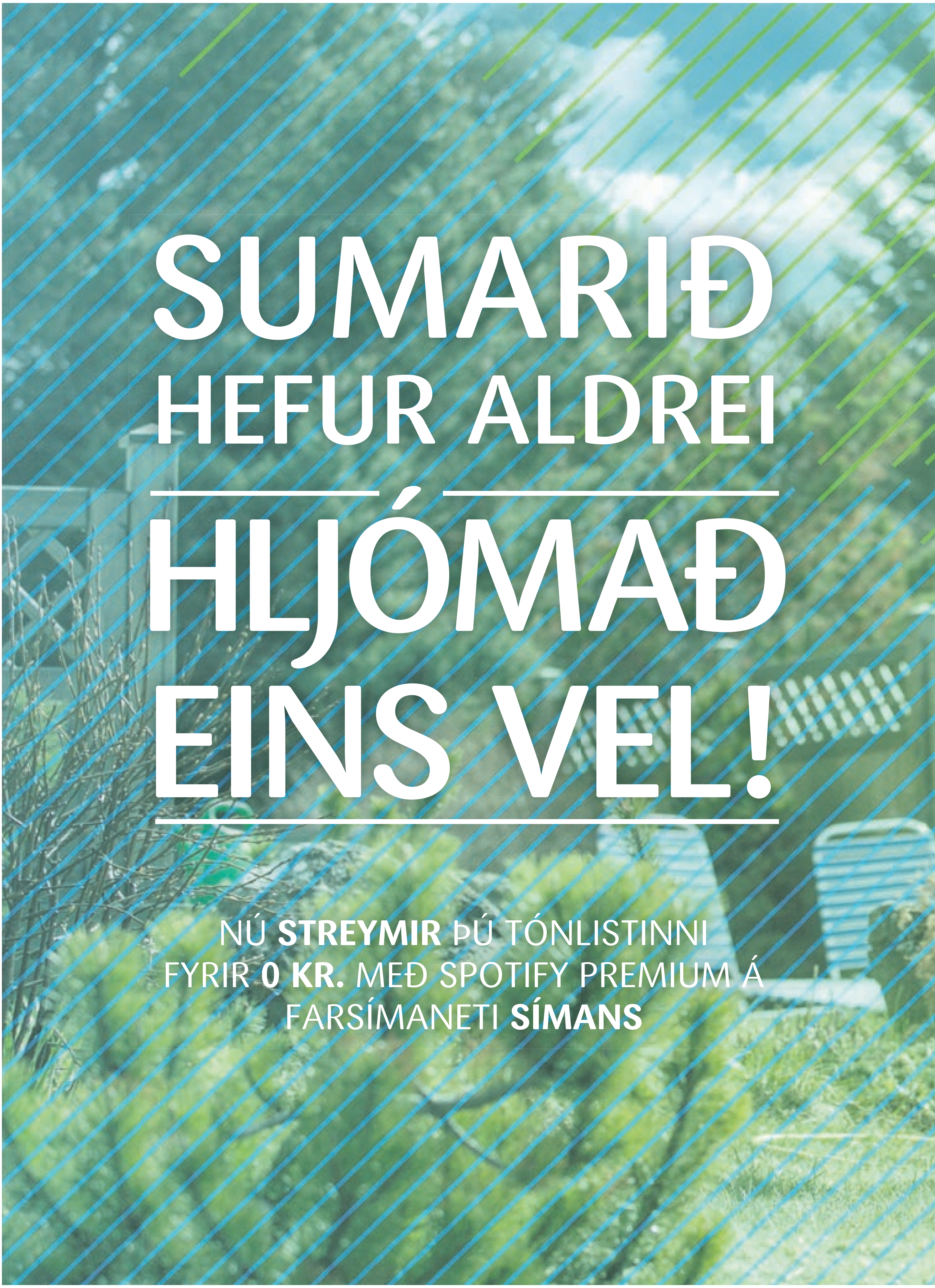
Mikil eftirspurn er eftir hjúkrunarfræðingum, bæði hér heima og erlendis. Vinnumarkaður hjúkrunarfræðinga er ekki bundinn við landamæri og íslenskir hjúkrunarfræðingar eru eftirsóttir víða erlendis. Nú þegar næst ekki að manna allar þær stöður hjúkrunarfræðinga sem losna hér á landi og haldi áfram sem horfir munum við standa frammi fyrir gífurlegum skorti á hjúkrunarfræðingum á næstu árum. Í heimi viðskipta myndi verð fyrir svo eftirsótta vöru hækka til muna en svo virðist sem lögmál framboðs og eftirspurnar eigi ekki við þegar laun íslenskra heilbrigðisstarfsmanna eru annars vegar.

Það er því aðeins eitt sem eftir stendur sem mögulega útskýrir launamuninn. Hefðbundnar kvennastéttir eru á lægri launum en hefðbundnar karlastéttir. Þannig eru meðaltalsdagvinnulaun tæknifræðinga 25% hærri en hjúkrunarfræðinga og laun viðskipta- og hagfræðinga 18% hærri.

Ég fagna því að laun þeirra eru góð en betur má ef duga skal í launum hjúkrunarfræðinga. Það er algerlega óásættanlegt að árið 2015, þegar konur fagna því að 100 ár eru liðin frá því að þær fengu kosningarétt hér á landi, séu störf sem aðallega eru unnin af konum enn metin til lægri launa en hefðbundin störf karla.

Við hjúkrunarfræðingar sættum okkur ekki við þetta lengur. Bætt laun hjúkrunarfræðinga eru forsenda þess að fá hjúkrunarfræðinga til starfa, tryggja ásættanlega nýliðun stéttarinnar og gera kjörin sambærileg við það sem býðst í nágrannalöndunum.

Ekki er hægt að reka öflugt og öruggt heilbrigðiskerfi án hjúkrunarfræðinga. Ég hvet stjórnvöld til að ganga til samninga við hjúkrunarfræðinga sem allra fyrst og nota tækifærið á 100 ára kosningaafmæli kvenna til að taka stórt skref í þá átt að útrýma kynbundnum launamun.


SUMARIÐ
HEFUR ALDREI
HLJÓMAÐ
EINS VEL!
NÚ STREYMIR ÞÚ TÓNLISTINNI
FYRIR 0 KR. MEÐ SPOTIFY PREMIUM Á
FARSÍMANETI SÍMANS

Siminn.is/spotify

Glæsilegar útskriftar-gjafir fyrir dömur

ASA HÁLSMEN
19.300 kr.

ASA LOKKAR
7.800 kr.

Daniel Wellington
29.800 kr.

MICHAEL KORS
43.700 kr.

MICHAEL KORS
57.500 kr.

ARNE JACOBSEN
64.900 kr.

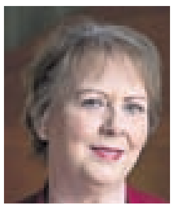
Kíktu á úrvalið í vefversluninni á michelsen.is

MICHELSEN
ÚRSMIÐIR

Laugavegi 15 - 101 Reykjavík
Sími 511 1900 - www.michelsen.is

Hjónabandið, frelsið og þjóðkirkjan

SAMFÉLAG



Agnes M. Sigurðardóttir
biskup Íslands

Í Fréttablaðinu 14. maí sl. er frétt um samþykkta tillögu kirkjuþings unga fólksins um „að reglur þær sem nú eru í gildi um samviskufrelsi presta sem heimila prestum að neita fólki um þjónustu á grundvelli kynhneigðar verði afnumdar“ eins og segir í tillögunum.

Fram kemur í fréttinni að biskup hafi ekki viljað tjá sig um málið að svo stöddu. Staðreyndin er sú að ég var aldrei spurð og vissi ekki af fréttinni fyrr en ég las hana í Fréttablaðinu. Hið stutta svar hefði verið að ég teldi þetta ekki vandamál innan kirkjunnar og ég og yfir 90% presta innan þjóðkirkjunnar værum tilbúin til að vígja fólk af sama kyni í hjónaband eins og lög leyfa.

Kirkjuþing og löggjafinn

Umræðan um hjónaband fólks af sama kyni var til umfjöllunar fyrir nokkrum árum í kirkju okkar. Málið var rætt víða innan kirkjunnar út frá guðfræðilegum forsendum og var á grundvelli þeirrar umræðu samþykkt á kirkjuþingi árið 2007 að ef lögum um staðfesta samvist yrði breytt þannig að trúfélög fengju heimild til að staðfesta samvist þá styddi Kirkjuþing það að prestum Þjóðkirkjunnar, sem eru vígslumenn að lögum, verði það heimilt. Kirkjuþing lagði í samþykkt sinni áherslu á að frelsi presta í þessum efnum verði virt.

Ég ætla ekki að rifja upp þá umræðu en vek athygli á að þegar árið 1999 setti biskup form fyrir blessun og fyrirbæn yfir staðfesta samvist. Eftir breytingu á hjúskaparlögunum árið 2010 var sett nýtt form fyrir hjónavígslu í samræmi við hið nýja ákvæði um hjónaband fólks af sama kyni.

Umfjöllun um samviskufrelsi presta varðandi hjónavígslu samkynhneigðra, þ.e. hvort prestar hefðu leyfi til að verða ekki við beiðni samkynhneigðra para um hjónavígslu fór einnig fram fyrir nokkrum árum. Í greinargerð með frumvarpi um breytingar á hjúskaparlögunum, sem lagt var fyrir Alþingi á 138. löggjafarþingi 2009-2010, er í 6. kaflanum fjallað um ýmis álitaefni. Þar stendur varðandi skyldu eða heimild til að vígja: „Árétta ber að spurningar um vígsluheimild og vígsluskyldu snerta fyrst og fremst einstaka vígslumenn. Með hliðsjón af stöðu þjóðkirkjunnar á Íslandi þykir mega stefna að því að allir muni geta notið kirkjulegrar vígslu innan þjóðkirkjunnar ef annað eða bæði hjónaefna tilheyra þjóðkirkjunni þó að hver og einn eigi ekki rétt á vígslu af hálfu tiltekins vígslumanns.“

Eftir síðustu breytingar á hjúskaparlögunum þar sem fólki af sama kyni er veittur réttur til að ganga í hjónaband hefur Þjóðkirkjan ávallt litið svo á að réttur samkynhneigðra til kirkjulegrar hjónavígslu væri tryggður þó friðhelgi prests til að fara eftir samvisku sinni væri ekki fyrir borð borin.

Engar reglur til

Í áðurnefndri greinargerð með frumvarpinu um breytingar á hjúskaparlögunum þar sem fjallað er um ýmis álitaefni stendur einnig að „samkvæmt 1. mgr. 22. gr. hjúskaparlaga eiga hjónaefni ótvíræðan rétt á að stofna til hjúskapar fyrir borgaralegum vígslumanni hvort sem þau eiga kröfu á kirkjulegri hjónavígslu eða ekki.

Á kirkjulegum vígslumönnum hvílir ekki sams konar skylda. Í 16. og 17. gr. laganna er fjallað um vígsluheimild presta og forstöðumanna skráðra trúfélaga og skv. 2. mgr. 22. gr. laganna getur ráðuneytið, að fengnum tillögum biskups, sett reglur um hvenær prestum sé skylt að framkvæma hjónavígslu og nánari reglur um hvenær þeim sé þetta heimilt. Ákvæði þetta er óbreytt frá setningu eldri laga en ráðuneytið hefur ekki nýtt lagaheimildina til að setja umræddar reglur.“

➜ Hið stutta svar hefði verið að ég teldi þetta ekki vandamál innan kirkjunnar og ég og yfir 90% presta innan þjóðkirkjunnar værum tilbúin til að vígja fólk af sama kyni í hjónaband eins og lög leyfa.

Af ástæðum sem mér eru ekki kunnar hefur ráðuneytið ekki kallað eftir tillögum biskups og ekki sett þessar reglur. Ef til vill er ástæðan sú að ekki hefur verið talin þörf á því.

Samþykkt kirkjuþings unga fólksins verður send til kirkjuráðs til umfjöllunar og meðferðar eins og starfsreglur gera ráð fyrir. Tillöguna má sjá hér: http://kirkjuthing.is/kerfi//skraarsofn/kirkjuthing/2015/05/mal06.pdf

Athugas. ritstj.

Að gefnu tilefni skal tekið fram að við vinnslu fréttarinnar sem biskup vísar til í grein sinni og birtist á forsíðu Fréttablaðsins 14. maí síðastliðinn hafði blaðamaður samband við Biskupsstofu og leitaði eftir því að fá viðbrögð biskups. Árni Svanur Daníelsson, verkefnisstjóri upplýsingamála kirkjunnar og fjölmiðlafulltrúi, svaraði því til að biskup vildi ekki tjá sig um málið að svo stöddu.

Málamiðlun Landsvirkjunar

ORKUMÁL

Steinar Kaldal
verkefnisstjóri hálendisverkefnis Landverndar og Náttúruverndarsamtaka Íslands

Meirihluti atvinnuveganefndar hefur lagt til, án faglegrar, lögboðinnar undirbúningsvinnu við rammaáætlun, að landsvæðið við Skrokköldu á miðjum Sprengisandi verði nýtt undir virkjun. Ef Skrokkölduvirkjun kæmist á laggirnar yrði enn frekar gengið á víðerni miðhálendisins, þrátt fyrir yfirlýsta stefnu stjórnvalda um verndun þeirra.

Sérstaða miðhálendisins felst að stórum hluta í víðernunum. Ferðamenn, innlendir sem erlendir, sækja þangað til að upplifa ómanngert umhverfi og njóta náttúrunnar í sinni tærustu mynd. Það veitir þeim sem ferðast hafa á miðhálendinu vellíðan að sækja í ferðaminningarnar þaðan. Þeir mæla með hálendinu sem áfangastað við aðra, bera út boðskapinn, markaðssetja það. Tilfinningagildin gera þannig sitt gagn og ferðaþjónustan, stærsta atvinnugrein landsins, sem skilaði 303 milljörðum í gjaldeyristekjur á síðasta ári, græðir á tilfinningum þeirra sem upplifa töfra miðhálendisins.

Samrýmist ekki hugmyndum ferðamanna

Yfir 90 prósent ferðamanna sem heimsóttu hálendið telja víðerni vera hluta af aðdráttarafli staðarins. Þetta kemur fram í rannsókn Önnu Dóru Sæþórsdóttur, dósents í ferðamálafræði. Anna Dóra lagði spurningalista fyrir ferðamenn á 11 áfangstöðum á hálendinu. Virkjunarmannvirki, stíflur, miðlunarlón og raflínur samrýmast því ekki hugmyndum ferðamanna um hálendið.

Landsvirkjun er eitt þeirra orkufyrirtækja sem vill ráðast í virkjanaframkvæmdir á landinu. Stór hluti virkjanakosta fyrirtækisins er á hálendinu. Stefna Landsvirkjunar varðandi samfélagsábyrgð hefur tekið stakkaskiptum eftir að nýir stjórnendur tóku við taumunum. Fyrirtækið er opnara en áður og sýnir vilja til samtals við þá sem eru á öndverðum meiði í virkjanamálum, og er það vel.

Þetta mátti til dæmis heyra í máli Harðar Arnarsonar í Morgunútgáfu RÚV fyrir stuttu. Þar nefndi hann meðal annars að áform Landsvirkjunar myndu á engan hátt hrófla við Aldeyjarfossi í Skjálfandafljóti. Þá sagðist hann sjá fyrir sér að hægt væri að tvöfalda friðuð svæði utan jökla á hálendinu. Ef rýnt er nánar í þessa hugmynd þá yrði reyndar ekki um stórt svæði að ræða og virkjanahugmyndir fyrirtækisins gætu líklega eftir sem áður allar rúmast enn á teikniborðinu.

➜ Fyrirtækið er opnara en áður og sýnir vilja til samtals við þá sem eru á öndverðum meiði í virkjanamálum, og er það vel.

Í framhaldi af þessum ummælum Harðar sagði hann að þeir sem væru á móti frekari virkjunum á miðhálendinu þyrftu að sýna vilja til málamiðlunar. En hver yrði sú málamiðlun? Væri það til dæmis málamiðlun að ef Aldeyjarfoss í Skjálfandafljóti fengi áframhaldandi tilverurétt þá mætti Landsvirkjun fara af stað með virkjanahugmyndir sínar á svæðum sem eru í núverandi verndarflokki rammaáætlunar? En fyrirtækið óskaði m.a. eftir því, að í þriðja áfanga rammaáætlunar yrðu kannaðar virkjanahugmyndir við Norðlingaöldu í jaðri Þjórsárvera, Bjallavirkjun, Tungnárlón og Hólmsá við Einhyrning, sem allar eru í núverandi verndarflokki áætlunarinnar. Það yrði lítil sátt um það.

Röskunin er nú þegar mikil

Miðhálendið er nú þegar raskað af virkjanaframkvæmdum. Á suðurhluta þess eru sex aflstöðvar og raflínur tengdar þeim, Kárahnjúkavirkjun var reist á austurhluta hálendisins og í norðri er Blöndulón. Fleiri uppistöðulón og raflínur má svo finna á hálendinu. Ef áform Landsvirkjunar næðu fram að ganga og haldið yrði áfram inn á lítt snortin stór svæði myndu víðernin verðmætu smám saman glata gildi sínu.

Sálfræðingar eru nauðsynlegt afl inn í skólakerfið

HEILBRIGÐISMÁL

Eymundur L. Eymundsson
ráðgjafi

Maður spyr sig af hverju séu ekki komnir sálfræðingar í hvern grunn- og framhaldsskóla landsins árið 2015. Til þess að taka á vandanum strax í grunnskóla er nauðsynlegt að hafa sálfræðinga og leyfa þeim að vinna þá vinnu sem þeir eru menntaðir til.

Það eru mörg ungmenni sem eiga erfitt og halda ekki áfram námi eftir grunnskóla þar sem þau hafa ekki fengið tækifæri til að fá aðstoð út af sinni vanlíðan. Þau hafa því ekki sömu tækifæri og aðrir þar sem þau hafa brotna sjálfsmynd, vantar skilning og stuðning frá samfélaginu.

Með því að hafa sálfræðing í hverjum grunnskóla getur það haft fyrirbyggjandi áhrif og gefið börnum tækifæri og von um betri lífsgæði og bætta sjálfsmynd. Það gefur þessum börnum tækifæri á að byggja upp sitt líf með meiri menntun og möguleika í lífinu.

Hvað verður um þessi ungmenni?

Það er nefnilega aldrei talað um þau ungmenni sem halda ekki áfram eftir grunnskóla. Hvað ætli séu mörg ungmenni sem fara ekki í framhaldsskóla út af sinni vanlíðan og brotnu sjálfsmynd?

Ég sjálfur gat ekki haldið áfram í framhaldsskóla þar sem ég hafði ekki sjálfstraust til þess þá og leitaði í vímuefni til að deyfa mig eða drekka í mig kjark! Mörg dæmi er hægt að nefna þar sem ungmenni hafa ekki getað haldið áfram námi eftir grunnskóla út af sinni vanlíðan.

Hvað verður um þessi ungmenni og hvaða tækifæri hafa þau eftir grunnskóla? Hve mörg af þessum ungmennum leita í vímuefni, einangra sig og flýja inn í ímyndaðan heim tölvuleikja? Eða gæti verið að seinna meir falli þau fyrir eigin hendi út af sinni vanlíðan eða neyslu?

Gæti verið að þau sem hætta í framhaldsskólum út af andlegum veikindum hafi ekki fengið þá viðeigandi aðstoð sem þau hafa þurft á að halda í grunnskóla? Að það vanti sálfræðinga í framhaldsskóla til að þau geti haldið áfram námi?

➜ Ég sjálfur gat ekki haldið áfram í framhaldsskóla þar sem ég hafði ekki sjálfstraust til þess þá og leitaði í vímuefni til að deyfa mig eða drekka í mig kjark!

Sparnaður og mannréttindi

Þegar menn eru að tala um sparnað eru þeir ekki með í huga þarfir þessara barna sem eiga að vera mannréttindi fyrir hvert barn sem þarf á þessu að halda. Menn tala um hreyfingu sem er góð út af fyrir sig. En þegar þessum börnum líður illa þurfa þau eitthvað meira til að byggja á til að geta hreyft sig. Það þarf að gefa þeim tækifæri til að fá aðstoð frá manneskju sem er sérmenntuð á því sviði sem þau þurfa til að efla og byggja upp sjálfstraust barnsins.

Fyrirbyggjandi aðgerðir

Það er hægt að fyrirbyggja margt með því að fá sálfræðing í hvern grunn- og framhaldsskóla landsins og þar af leiðandi að gefa sem flestum tækifæri til að nýta sína styrkleika til náms og láta sína drauma rætast! Ekki segja að þetta kosti of mikið! Hvað kosta framtíðarmöguleikar barns og hvert mannslíf? Það er ekki eftir neinu að bíða! Ég tala af eigin reynslu um þessi mál og það er kominn tími á að við tökum strax á þessum málum og viðurkennum að þau þurfi hjálp. Þess vegna er nauðsynlegt að hafa sálfræðing í hverjum skóla og gefa börnum og ungmennum sömu tækifæri til náms og framtíðarmöguleika í lífinu.

Höfundur er ráðgjafi og sérfræðingur af sínum geðröskunum. Komst úr myrkrinu með góðri hjálp og er meðlimur í https://grofin.wordpress.com

KAFFIVÉLATILBOÐ

Dolce Gusto
KYNNING
Í HEIMILISTÆKJUM
SUÐURLANDSBRAUT
Föstudag 14-18 og Laugardag 12-16

15% afsláttur af öllu Dolce Gusto kaffi, kakói og tei 22. - 23. maí.

GREAT COFFEE YOUR WAY

DēLonghi

Dolce Gusto EDG305
Dolce Gusto sjálfvirk MiniMe kaffivél fyrir kaffihylki.
15 Bar. Tilbúin til notkunar á 16 sek. Vatnsmælir.
0.7L vatnstankur. Slekkur á sér eftir 5 mín.

AÐEINS 100 VÉLAR Í BOÐI

TILBOÐ
14.995
FULLT VERÐ 22.995

34 TEGUNDIR Í BOÐI.

Heimilistæki ht.is

UMBOÐSMENN UM LAND ALLT

HAFNARGÖTU 90 **REYKJANESBÆ** S: 414 1740 • EYRARVEGI 21 **SELFOSSI** S: 480 3700 • GARÐARSBRAUT 18A **HÚSAVÍK** S: 464 1600 • GLERÁRGÖTU 30 **AKUREYRI** S: 460 3380 • **KAUPVANGI 6 EGILSSTÖÐUM** S: 414 1735 • ÞJÓÐBRAUT 1 **AKRANESI** S: 431-3333 • SUÐURLANDSBRAUT 26 **REYKJAVÍK** S: 569 1500

Glæsilegar útskriftar-gjafir fyrir herra

TISSOT
63.300 kr.

ARMANI
38.400 kr.

BÖRKUR
24.400 kr.

SKAGEN
38.700 kr.

Daniel Wellington
29.800 kr.

Kíktu á úrvalið í vefversluninni á michelsen.is

MICHELSEN
ÚRSMIÐIR

Laugavegi 15 - 101 Reykjavík
Sími 511 1900 - www.michelsen.is

Páli Winkel svarað

DÓMSMÁL

Gestur Jónsson
hrl., verjandi Sigurðar Einarssonar

Maður, sem afplánar fjögurra ára fangelsisdóm á Kvíabryggju, er aftur ákærður og nú krefst saksóknari þess að refsing hans verði aukin í allt að 9 ára fangelsi vegna þess að hann sé vana- eða atvinnuafbrotmaður og brot hans séu alvarleg. Maðurinn hefur neitað sök og telur sig saklausan. Aðalmeðferð málsins hófst fyrir Héraðsdómi Reykjavíkur 20. apríl sl. og þingað er samkvæmt dagskrá hvern virkan dag frá kl. 9.00 til 16.00. Þess er vænst að málið verði dómtekið síðla föstudagsins 22. maí nk. Undirritaður er verjandi þessa manns. Í málinu gáfu skýrslu fyrir dómi níu sakborningar og 46 vitni. Munnlegum málflutningi eru ætlaðir fimm dagar.

Í 6. gr. mannréttindasáttmála Evrópu, sem er hluti af íslenskri löggjöf, segir m.a.:

Hver sá sem borinn er sökum um refsiverða háttsemi skal eigi njóta minni réttar en hér greinir:

b. Hann fái nægan tíma og aðstöðu til að undirbúa vörn sína.
c. Hann fái að halda uppi vörnum sjálfur…
d. Hann fái að spyrja eða láta spyrja vitni sem leidd eru gegn honum…

Maðurinn óskaði þess áður en réttarhaldið hófst að hann fengi að vera viðstaddur aðalmeðferðina. Óskaði hann þess að vera fluttur af Kvíabryggju í dómsalinn þá daga sem þingað væri og til baka að því loknu. Fangelsismálastofnun féllst á erindið með skilyrði um að maðurinn dveldi þann tíma sem aðalmeðferðin tæki í gæsluvarðhaldsklefa Hegningarhússins við Skólavörðustíg. Hann yrði vistaður þar þann tíma sem hann væri ekki í dómhúsinu. Yrði klefa hans læst að utanverðu frá kl. 22.00 og til næsta morguns. Honum væri frjálst að hitta verjanda sinn í Hegningarhúsinu og væri heimilt að vera í netsamskiptum við verjandann. Hann yrði þó sjálfur að útvega tölvu og netsamband því engin aðstaða er í hegningarhúsinu til „… vinnu eða náms og þetta er eina tölvulausa fangelsið á landinu“ eins og forstöðumaður hússins sagði í viðtali við Morgunblaðið 25. apríl sl. Flutningi milli Kvíabryggju og dómhússins var hafnað af kostnaðarástæðum.

Maðurinn hafði skömmu áður dvalið 11 nætur í Hegningarhúsinu. Hann er á sextugsaldri. Álag sem fylgir því að sitja réttarhöld í dómhúsi alla virka daga, frá morgni til kvölds, í fimm vikur er mikið. Líka fyrir þá sem geta hvílst heima hjá sér. Maðurinn sem átti að hvílast í gæsluvarðhaldsklefanum treysti sér ekki til þess að þiggja þetta boð.

Verjandi mannsins óskaði þess að Fangelsismálastofnun endurskoðaði afstöðu sína og leitaði annarrar raunhæfrar lausnar með það að markmiði að maðurinn gæti fylgst með því þegar ákæruvaldið færði fram sönnun þess fyrir dómi að hann skyldi þola langa vist í fangelsi. Við því var ekki brugðist.

Mannréttindi framar reglum

Þegar leið að þeim degi sem maðurinn skyldi gefa skýrslu fyrir dómi sendi verjandinn stofnuninni annað erindi. Fram undan var þriggja daga helgi þar sem ekki yrði þingað í málinu. Óskaði verjandinn þess að maðurinn fengi, til undirbúnings skýrslugjöfinni, að koma á lögmannsstofu hans þar sem öll gögn málsins væru aðgengileg og góð vinnuaðstaða. Áætlaði verjandinn að fundurinn gæti tekið fjórar til sex klukkustundir og lagði verjandinn það í hendur stofnunarinnar hvenær innan helgarinnar það hentaði best að flytja manninn til Reykjavíkur. Erindinu var hafnað en tekið fram að unnt væri að flytja fangann í Hegningarhúsið í þessu skyni á virkum degi. Verjandinn áttar sig ekki á því hvort þetta boð var sett fram í alvöru því fyrir liggur að réttarhaldið stendur alla virka daga. Úr varð að verjandinn fór á Kvíabryggju umrædda helgi og hitti þar skjólstæðing sinn.

Verjandinn hefur beint erindum til dómsformanns og saksóknara í málinu um að þeir beiti sér fyrir því að maðurinn fái notið réttinda sinna til að vera viðstaddur málsmeðferðina. Dómsformaðurinn hefur ekki mörg ráð í því efni og saksóknarinn kvaðst ekki vilja skipta sér af þessu máli.

Páll Winkel fangelsismálastjóri sendir verjandanum tóninn í viðtali við Ríkisútvarpið. Segir um erindi verjandans að „það að synja refsifanga um bílstjóra og bíl til að aka í sex tíma á hverjum degi í fimm vikur sé ekki mannréttindabrot, heldur fullkomlega eðlileg vinnubrögð. Það að einhverjum lögmanni hins vegar detti í hug að tilteknir fangar geti borgað fyrir umframréttindi sé í besta falli dómgreindarskortur og til marks um þekkingarleysi á því hvernig okkar fullnustukerfi, og reyndar hjá öðrum siðmenntuðum þjóðum virkar“.

➜ Verjandinn vill taka það fram að hann hefur aldrei nefnt við fangelsismálastjóra eða annan starfsmann hjá stofnuninni að maðurinn fái „umframréttindi“ og það eru hrein ósannindi að verjandinn hafi boðið borgun fyrir slíkt.

Verjandinn vill taka það fram að hann hefur aldrei nefnt við fangelsismálastjóra eða annan starfsmann hjá stofnuninni að maðurinn fái „umframréttindi“ og það eru hrein ósannindi að verjandinn hafi boðið borgun fyrir slíkt. Þess hefur einungis verið óskað fyrir hönd ákærðs manns að hann fái notið lögbundinna réttinda sinna til þess að verjast fyrir dómi og fá að fylgjast með sönnunarfærslunni gegn sjálfum sér. Verjandinn hefur haldið því fram að maðurinn fái ekki í reynd notið þessara mannréttinda vegna skilyrða sem stofnunin setur. Telur verjandinn að mannréttindin gangi framar reglum Fangelsismálastofnunar um fullnustu refsinga.

Orð fangelsismálastjóra um dómgreindarleysi og þekkingarleysi verjandans af þessu tilefni verður hann að eiga við sjálfan sig.

Neytendur eiga rétt á daglegu lífi án eiturefna

UMHVERFISMÁL

Fyrir hönd Norðurlandaráðs sem er formlegur vettvangur þingmannasamstarfs Norðurlanda:

Elín Hirst,
borgara- og neytendanefnd (Íslandi)
Knut Storberget,
borgara- og neytendanefnd (Noregi)
Annicka Engblom,
formaður borgara- og neytendanefndar (Svíþjóð)
Christina Gestrin,
formaður umhverfis- og náttúruauðlindanefndar (Finnlandi)
Pyry Niemi,
formaður efnahags- og viðskiptanefndar (Svíþjóð)

Yfirlýsing Norðurlandaráðs 26. mars 2015 um að herða löggjöf um hormónatruflandi efni: http://www.norden.org/is/a-doefinni/frettir/yfirlysing-nordurlandarad-kallar-eftir-daglegu-lifi-an-eiturefna

Börnin okkar eru með miklu meira magn af eiturefnum í blóðinu en nokkur önnur kynslóð hingað til. Ekki er séð fyrir hverjar afleiðingarnar verða. Daglegt líf án eiturefna er lýðheilsumál. Aðgerðir gegn hormónatruflandi efnum eru ekki síður mikilvægar en aðgerðir gegn öðrum eiturefnum á við tóbak og áfengi. Þess vegna beitir Norðurlandaráð sér fyrir því að aflað verði meiri þekkingar og reglur hertar um efni og efnavörur í daglegu lífi fólks.

Löggjöf Evrópusambandsins um efni og efnavörur, REACH, gildir á öllum Norðurlöndunum. Þar að auki hefur ESB sett ýmsar aðrar reglur um notkun efna og efnavara. Löndin hafa því hvert um sig takmarkað svigrúm til að setja sér reglur um efni og efnavörur. Á sjö árum hefur ESB ekki tekið nema tuttugu og tvö efni (af mörg hundruð) úr umferð sem skilgreind eru sem hormónatruflandi. Eins hefur framkvæmdastjórn ESB látið undir höfuð leggjast að efna gefin loforð um að leggja fram viðmið og reglur um prófanir á hormónatruflandi efnum. Þess vegna er brýnt að Norðurlöndin grípi til sameiginlegra aðgerða til að vernda almenning gegn skaðlegum efnum og efnavörum sem fólk kemst í snertingu við á degi hverjum.

Norðurlandaráð vill innleiða varúðarregluna

Norðurlandaráð sendi frá sér yfirlýsingu í lok mars sl. þar sem Framkvæmdastjórn ESB er hvött til að herða reglugerðir um hormónatruflandi efni. Við teljum að ESB eigi að leggja fram tillögu hið fyrsta um almenn viðmið fyrir greiningu á hormónatruflandi efnum. Norðurlandaráð vill innleiða prófanir á efnum í því skyni að mæla hormónatruflandi áhrif þeirra, þar á meðal kokteiláhrif. Við teljum ennfremur að ESB verði að breyta löggjöfinni um efni og efnavörur eftir því sem við á þannig að hún nái einnig til efna sem geta verið hormónatruflandi. Efni á skrá REACH-löggjafar ESB um hættuleg efni og efnavörur ber að taka tafarlaust úr umferð.

Norðurlandaþjóðirnar hafa löngum unnið ötullega að rannsóknum á áhrifum efna og efnavara og þróun laga og reglugerða þar að lútandi, ekki einungis innan ramma ESB heldur einnig á vettvangi Efnahags- og framfarastofnunarinnar (OECD) og Sameinuðu þjóðanna. Norðurlöndin geta gegnt mikilvægu hlutverki við að bæta alþjóðlegar reglur um hættuleg efni sem ekki er að finna í gildandi samningum. Við teljum að Norðurlöndin eigi að taka forystuna og leggjast á eitt um að innleiða varúðarregluna um efni og efnavörur sem ekki er fjallað um í REACH-löggjöfinni.

Rannsóknir verði samhæfðar

Norrænt samstarf á einnig að stuðla að því að upplýsingar um efni og efnavörur verði aðgengilegri. Virkur þrýstingur upplýstra neytenda sem og vandaðar og fullnægjandi rannsóknir eru forsenda þess að reglur verði hertar. Eins og staðan er nú skortir þekkingu á áhrifum efnanna, meðal annars vegna þess hve rannsóknarumhverfi landanna eru smá í sniðum.

Norðurlöndin hafa þróað kerfi til að samhæfa rannsóknir með það fyrir augum að stækka rannsóknarverkefni. Því eru góðar forsendur fyrir því að efla norrænt samstarf um rannsóknir á hormónatruflandi efnum og þess vegna höfum við skrifað rannsóknarráðum landanna og hvatt til þess að rannsóknasamstarf verði eflt, til að mynda á vettvangi NordForsk þar sem þróað hefur verið hentugt kerfi til að samhæfa rannsóknir í norrænu samstarfi.

Sá fjöldi eiturefna sem almennir neytendur komast daglega í snertingu við er óásættanlegur. Ríkisstjórnir Norðurlandanna verða að geta sýnt fram á að þær séu verðugar trausts neytenda, meðal annars með því að vinna markvisst saman að því að herða reglur um efni og efnavörur í daglegu lífi fólks. Hvert land um sig er léttvægt á evrópskum eða alþjóðlegum vettvangi en samanlagt eru íbúar Norðurlandanna um 26 milljónir. Sameinuð höfum við miklu betri vonir um að geta tryggt norrænum neytendum daglegt líf án eiturefna eins og þeir eiga heimtingu á.

HERRAR!
KÝLIÐ Á ÞAÐ
KÍKIÐ Á NÝJU NIKE
HERRADEILDINA
Í KRINGLUNNI
20% AFSLÁTTUR*
AF NIKE FATNAÐI Á HERRANA
ÁRNASYNIR
*Gildir ekki með öðrum tilboðum.
GLÆSIBÆ
KRINGLUNNI
SMÁRALIND
ÚTILÍF
síðan 1974
utilif.is

Vorsala í M

MÚRBÚÐARVERÐ

Meister jarðvegsdúkur 9961360 5x1,5 meter
795

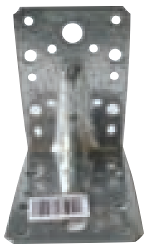
Landora tréolía Col-51903 3 l.
2.690

Dicht-Fix þéttiefni. 750ml
1.995

ODEN EÐAL OLÍA á palla. Hágæða Silikonalkyd efni. 2,7 l.
4.390

DEKAPRO útimálning, 10 lítrar (A stofn)
7.490

Bio Kleen pallahreinsir
895
5 lítrar kr. **3.295**



DOMAX byggingarvinklar. Mikið úrval

Deka festifrauð 750 ml
985

Steypugljái á stéttina – þessi sem endist

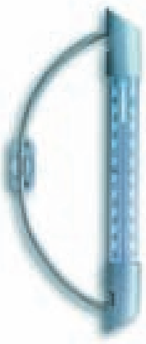
Weber Gróf Múrblanda 25 kg
1.695

Weber Milligróf múrblanda 25 kg
1.890

Trup 21026 endurskinsvesti
595

Leca blómapottamöl 10 l.
990

Mako penslasett
590



TFA-146015 Útihitamælir
1.790

Protool kúttari GW8012, 1900W 254mm blað
28.990

Protool veltisög 250mm, 1800W, borð 47x51 cm
48.990

Pretul öryggisgleraugu Trup-14304
595

Proflex Nitril vinnuhanskar
375

PRETUL úðadæla 5 l. Trup 24685
2.990

Öflugar hjólbörur, 90 lítra
8.590

Slípirokkur HDD432 800W 125mm DIY
4.890

Hjólbörur 80L
3.990

Járnbúkkar sett=2 stykki
4.690

Drive160 L steypuhrærivél
39.510

Lokað slönguhjól 20m 1/2"
9.780

Kapalkefli 10 mtr
2.990

Neytendur athugið! Múrbúðin selur allar vörur sínar á lágma

úrbúðinni
MIKIÐ ÚRVAL
GÆÐASKÓFLUR
Verð frá
2.190
2.190
1.570
1.690
1.790
1.590
1.690
Malarhrífa
1.890
Frábært verð á stál- og plast-þakrennum.
Sjá verðlista á www.murbudin.is
Álstigi 3x8 þrep
2.27-5.05 m
17.990
Laufhrífa
890
Lavor háþrýstidæla STM 160
Made by Lavor
160 bar Max
8,5 lítrar/mín.
2500W
Pallabursti
8 metra slanga
Turbo stútur
Slanga fyrir stíflulosun
Þvottabursti
27.990
Mei-0390610
Kústaklemma
225
Strákústur
30cm breiður
795
Garðkarfa 25L
1.075
einnig fáanleg 50 lítra karfa kr. 1.990
Black&Decker háþrýsti-dæla max 110 bar
14.900
1400W 360/lit/klst
Þolir 50C heitt vatn
5 metra barki
Sápubox
20 lítra fata
895
einnig til 12lítra
625
12 lítra fata
345
65 lítra bali
2.295
Truper 10574
1.895
Hlúaajárn Buf PGH316
1.890
Haki
2.390
Garðverkfærasett
590
Leirpottar, verð frá kr. 125
Gríðarlegt úrval!
Nýkomin sending
Mako sterkir ruslapokar 120 lítrar 10stk
390
Meister Terraso kústur með stífum hárum 4360340
1.395
Strekkibönd 64407
995
Strekkibönd í úrvali
Trup hekkklippur 23060
1.245
Flúðamold 20 l
590
Blákorn 5 kg
1.390
Meister fúguburstí með krók #4360430
2.590
(með auka vírbursta)
Furukrossviður
Sjá verðlista á www.murbudin.is
verðdæmi 9 mm 5 laga 122x244cm kr. 3.190
15 metra rafmagnssnúra
3.190
PVC húðað vírnet
50cmx15 metrar
4.695
Meiri gæði
Lægra verð
MÚRBÚÐIN
MÚRBÚÐIN
Sími 412 2500 - sala@murbudin.is - www.murbudin.is
rksverði fyrir alla, alltaf. Gerið verð- og gæðasamanburð!

✝

Faðir minn og vinur,

JÓHANNES JÓHANNESSON
Þórólfsgötu 4a, Borgarnesi,

lést á Landspítalanum við Hringbraut, miðvikudaginn 13. maí. Útför hefur farið fram í kyrrþey að ósk hins látna. Þökkum auðsýnda samúð og hlýhug vegna fráfalls hans.

Þórarinn Lárus Líndal Jóhannesson
Sigurborg Þórarinsdóttir

✝

Elskuleg kona mín og systir okkar,

FRÍÐA ÓSKARSDÓTTIR
Írabakka 10,

lést á heimili sínu þann 19. maí.

Kolbrún Gunnarsdóttir
Karl Óskarsson
Kolbeinn Magnússon **Sigurbjörg Guðjónsdóttir**
Sigrún Óskarsdóttir
Esther Terrazas **Joe Terrazas**
Óskar Óskarsson **May Margrét Zapanta**
Erna Arnardóttir
Elsa Óskarsdóttir **Sæmundur Þór Jónsson**
Hjörtur Óskarsson **Sylvía Marta Borgþórsdóttir**
Helga Óskarsdóttir **Guðmundur Friðriksson**

✝

Innilegar þakkir fyrir veitta samúð og vináttu við fráfall frænku okkar,

ÞÓRU KRISTÍNAR ARTHURSDÓTTUR
Hrísmóum 1, Garðabæ.

Fyrir hönd aðstandenda,
Þóra Davíðsdóttir

✝

Yndisleg eiginkona, móðir okkar, tengdamóðir, amma og langamma,

HJÖRDÍS SIGURÐARDÓTTIR
Markarvegi 15,

lést á Spáni síðastliðinn þriðjudag.

Ásgeir Hjörleifsson
Sigurður Þór Ásgeirsson **Fríða Kristín Gísladóttir**
Hjörleifur Ásgeirsson **Maria Purificacion Luque Jimenez**
Kristinn Ingi Ásgeirsson **Linda Einarsdóttir**
Ásdís Rósa Ásgeirsdóttir
Svanlaug Rós Ásgeirsdóttir **Xavier Rodrigues**
barnabörn og barnabarnabarn.

✝

Móðir okkar, tengdamóðir og amma,

STEFANÍA SIGRÚN KEMP
Hlíðarhúsum 3, Reykjavík,

lést á Landspítalanum 17. maí sl. Útför hennar fer fram frá Háteigskirkju miðvikudaginn 27. maí kl. 13.00.

Helgi Sigurðsson **Ólöf Finnsdóttir**
Oddný Sigurðardóttir **Helena Leufstadius**
barnabörn.

✝

Ástkær móðir okkar, tengdamóðir, amma og langamma,

ELÍSABET KRISTINSDÓTTIR
Seiðakvísl 3,
Reykjavík,

lést á Landakoti þriðjudaginn 19. maí sl. Hún verður jarðsungin frá Grafarvogskirkju fimmtudaginn 4. júní nk.

Þóra Sjöfn Guðmundsdóttir **Reynir Vignir**
Sveinn Guðmundsson
Birna Guðmundsdóttir **Kolbeinn Finnsson**
barnabörn og langömmubörn.

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

Auglýsingar á að senda á **auglysingar@frettabladid.is** eða hringja í síma **512 5000.**

ÞETTA GERÐIST 22. MAÍ 1992

Johnny Carson þáttastjórnandi lætur af störfum

Johnny Carson var bandarískur þáttastjórnandi og naut mikilla vinsælda í Bandaríkjunum.

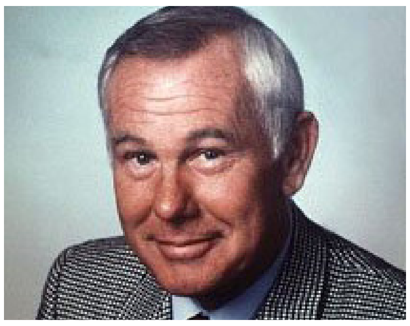
Hann stjórnaði þættinum The Tonight Show í þrjátíu ár eða frá árunum 1962 til 1992.

Carson fæddist 1925 og hóf ungur að koma fram fyrir framan áhorfendur. Hann barðist í seinni heimsstyrjöldinni en að henni lokinni lauk hann háskólaprófi. Ferillinn hófst í útvarpi þar sem hann sá um vinsæla grínþætti sem báru nafnið Carson's Cellar.

Það var svo í október árið 1962 að Carson gerðist stjórnandi The Tonight Show sem hann stjórnaði í þrjátíu ár.

Milljónir manna settust fyrir framan skjáinn á hverju kvöldi þar sem Carson spjallaði við góða gesti. Ásamt viðtölum var tónlist og ýmiss konar grín vinsælt í þættinum.

Etirmaður Johnnys Carson, sem lét af störfum þennan dag árið 1992, var Jay Leno sem stjórnaði þættinum til 6. febrúar 2014. Í dag er stjórnandi þáttarins Jimmy Fallon. Carson lést þann 23. janúar 2005.



ÖFLUGUR Róbert spilar með PSG í París, sem er á toppi frönsku deildarinnar.

NORDICPHOTOS/GETTY

Heimurinn stoppar ekki þó maður eigi afmæli

Handboltamaðurinn knái Róbert Gunnarsson fagnar 35 ára afmæli sínu í dag

„Þetta leggst nú bara mjög vel í mig. Ég reikna með að eyða deginum bara á æfingu, líkt og aðra daga. Heimurinn stoppar ekki þó maður eigi afmæli," segir Róbert sem búsettur er í París ásamt eiginkonu sinni og fjórum börnum þeirra.

„Ég ætla svo bara að hafa kósýkvöld með krökkunum, það er alltaf fastur liður hjá okkur á föstudögum." Róbert spilar með Paris Saint Germain, PSG, og hefur gert undanfarin þrjú ár, en liðið tryggði sér efsta sætið í franska handboltanum í vikunni.

„Við héldum að það yrði eitthvað stórmál að vera með börn í stórborg, fólk var búið að tala þannig og vara mann við. Svo er þetta bara rosalega gaman og hér er vel hugsað um okkur. Það er nóg af görðum hérna í kring þar sem við getum farið og þau leikið sér." Aðspurður hvernig gangi með frönskuna segir hann þetta allt vera að koma. „Ég get alveg bjargað mér, annað væri líka skrítið eftir þennan tíma. En franskan lá ekki jafn vel fyrir mér og þýskan og danskan, ég viðurkenni það alveg."

Róbert segir margt standa upp úr á handboltaferlinum. „Eðlilega standa Ólympíuleikarnir 2008 hæst og það að fá silfrið. Annars eru margir bæði liðssigrar og persónulegir sigrar sem standa upp úr." Róbert á eitt ár eftir af samningi sínum við PSG og segir ómögulegt að segja til um hvað taki við eftir ár. Hann segir þó að stefnan sé ekki sett heim til Íslands, að minnsta kosti ekki strax.

„Okkur líður vel erlendis og það er svo skrítið að heimþráin virðist minnka með árunum. Annars er ég heppinn að hafa fengið að koma heim í tengslum við landsliðið. Það eru algjör forréttindi að hafa verið í landsliðinu og þar hefur maður kynnst mörgum af sínum bestu vinum í dag."

adda@frettabladid.is

✝

Ástkær móðir okkar, tengdamóðir, amma og langamma,

LÁRA JÓNSDÓTTIR
Miklubraut 58,
Reykjavík,

lést á hjúkrunarheimilinu Mörk þriðjudaginn 19. maí. Jarðarförin fer fram frá Áskirkju þriðjudaginn 2. júní, kl. 15.00.

Jón Ögmundur Þormóðsson **Lilja Guðmundsdóttir**
Salvör Þormóðsdóttir **Björn Sverrisson**
Guðmundur Þór Þormóðsson
barnabörn og barnabarnabörn.

✝

Elskulegur eiginmaður minn, faðir okkar, tengdafaðir og afi,

INDRIÐI PÁLSSON
Sóltúni 16,
Reykjavík,

lést á Landspítalanum í Fossvogi 13. maí. Útför hans fer fram frá Neskirkju þriðjudaginn 26. maí kl. 13.00.

Elísabet Guðný Hermannsdóttir
Sigríður Indriðadóttir **Margeir Pétursson**
Einar Páll Indriðason **Halla Halldórsdóttir**
og barnabörn.

FÓLK

KYNNINGARBLAÐ

Kassabílarall í Laugardal

Hið árlega kassabílarall fer fram 31. maí í Fjölskyldu- og húsdýragarðinum í Laugardal. Þátttakendum hefur fjölgað með hverju ári og er þetta orðið vinsælt sport hjá mörgum krökkum.

SÍÐA 2

SUMARYFIRHAFNIR

Skoðið laxdal.is/yfirhafnir

laxdal.is

BERNHARD LAXDAL

Laugavegi 63 • S: 551 4422

Vertu vinur á Facebook

VILL HELST EKKI KVEÐJA SKÓLANN

HRINGSJÁ KYNNIR *Nám í Hringsjá er góður undirbúningur undir frekara nám eða þátttöku á vinnumarkaði. Nemendur mæla heils hugar með skólanum.*

Mariana Carmen Sineavschi útskrifaðist úr þriggja anna námi frá Hringsjá í vikunni. Hún mælir heilshugar með skólanum. „Ég mæli þúsund prósent með skólanum. Þetta er ekki bara besti skóli á Íslandi heldur í heiminum. Þegar ég byrjaði í Hringsjá fannst mér eins og ég væri komin heim. Þar eru allir svo vinalegir, persónulegir, kurteisir og hjálplegir. Hver og einn fær góðan stuðning og námið er mjög einstaklingsmiðað. Stuðningurinn miðar ekki aðeins að náminu heldur fékk ég þar bæði sálrænan og félagslegan stuðning,“ segir Mariana ánægð.

Hringsjá er náms- og starfsendurhæfing fyrir fólk sem þarf á endurhæfingu að halda til að takast á við nám og/eða að stunda atvinnu á almennum vinnumarkaði eftir hlé vegna sjúkdóma, slysa eða annarra áfalla. Námið hentar einnig þeim sem hafa litla grunnmenntun eða sértæka námserfiðleika. Stefnt er að því að þeir sem útskrifast frá Hringsjá séu færir um að takast á við nám í almennum framhaldsskólum og finna störf við hæfi á almennum vinnumarkaði.

Í Hringsjá lærði Mariana meðal annars félagsfræði, ensku, stærðfræði, bókhald, íslensku, heimspeki, sálfræði, upplýsingatækni og námstækni. „Mig langaði að klára stúdentspróf en ég var ekki tilbúin að fara í almennan skóla. Ég var ekki vel á mig komin andlega og líkamlega og fór því á Reykjalund. Þar var mér bent á að fara í Hringsjá og Virk starfsendurhæfingarsjóður greiddi námið fyrir mig. Mér var sagt að Hringsjá væri góður skóli, bæði fyrir þá sem af einhverjum ástæðum eiga erfitt með að læra og fyrir útlendinga en ég er frá Rúmeníu og hef búið á Íslandi í tæp tólf ár. Það kom svo sannarlega í ljós að skólinn var

ÚTSKRIFUÐ Mariana Carmen lætur vel af Hringsjá, bæði náminu og öðru sem viðkemur skólanum. MYND/GVA

góður því ég er næstum döpur yfir að vera að útskrifast úr Hringsjá.“

Mariana ætlar þó ekki að kveðja Hringsjá alveg og mun fá stuðning þaðan næsta haust til að stunda skrifstofunám hjá NTV. „Ég var í tölvubókhaldi í Hringsjá á síðustu önn og er nú á framhaldsnámskeiði í tölvubókhaldi hjá NTV. Svo langar mig í löggilt bókaranám seinna. Draumurinn er að klára stúdentspróf en það er erfitt þar sem fólk eldra en 25 ára getur ekki lengur farið í framhaldsskóla. Það ætti bara að vera hægt að taka stúdentsprófin í Hringsjá,“ segir hún og brosir.

GÓÐUR SKÓLI

Mér var sagt að Hringsjá væri góður skóli, bæði fyrir þá sem af einhverjum ástæðum eiga erfitt með að læra og fyrir útlendinga en ég er frá Rúmeníu og hef búið á Íslandi í tæp tólf ár.

Áburðardreifarar

Grasið verður grænna og garðurinn fallegri með góðri og jafnri áburðargjöf

Model WE-B
Rafhlöðuknúinn kastdreifari.
Vinnslubreidd allt að 2,5 m
Sérstaklega hentugur fyrir minni garða

Model WE-330
Áburðardreifari.
Rúmtak 15 lítrar.
Vinnslubreidd 41 cm

Model WE-430
Áburðardreifari
Rúmtak 20 lítrar.
Vinnslubreidd 43 cm

ÞÓR HF

Reykjavík: Krókháls 16, 110 Reykjavík, Sími 568-1500
Akureyri: Lónsbakka, 601 Akureyri, Sími 568-1555
Vefsíða: www.thor.is
Opnunartími: Opið alla virka daga frá kl 8:00 -18:00, Lokað um helgar

KRAFTMIKLIR Í yngsta keppnishópnum eru 4-7 ára krakkar. MYND/MAGNI ÞÓR BIRGISSON

ÞEYST UM DALINN Á KASSABÍLUM

KASSABÍLARALLÍ *Börn og unglingar keppa á heimasmíðuðum kassabílum í Laugardal eftir viku. Skráningarfrestur rennur út næsta mánudag.*

Árleg kassabílarallíkeppni Bifreiðaíþróttaklúbbs Reykjavíkur fer fram sunnudaginn 31. maí í Fjölskyldu- og húsdýragarðinum í Laugardal. Keppnin hefur verið haldin með þessu sniði síðan árið 2013 og hefur þátttakendum fjölgað jafnt og þétt að sögn Guðmundar Höskuldssonar hjá Bifreiðaíþróttaklúbbi Reykjavíkur. „Skráningarfrestur rennur út á miðnætti 25. maí og til að tryggja sem skemmtilegustu stemninguna hvet ég sem flesta til að skrá sig tímanlega og vera með.“

Upphaf keppninnar má rekja til þess þegar Guðmundur og dóttir hans höfðu verið að leika sér á kassabíl sem hann sjálfur og faðir hans höfðu smíðað þegar Guðmundur var krakki. „Mig langaði að skrá dóttur mína í einhverja keppni fyrir kassabíla. Helst fann ég keppnir sem voru í boði á ýmsum bæjarhátíðum víða um land auk þess sem frístundaheimilin í vesturbæ Reykjavíkur kepptu sín á milli. Ég fann hins vegar enga keppni þar sem reyndi virkilega á útsjónarsemi ökumanna eins og í alvöru rallíkeppnum. Því kom upp sú hugmynd að setja eina slíka keppni á fót enda hef ég sjálfur skipulagt fjöldann allan af venjulegum rallíkeppnum í gegnum tíðina.“

Keppt er í fjórum aldursflokkum; 4-7 ára, 8-11 ára, 12-15 ára og 16 ára og eldri og fer keppnin fram á sjö mislöngum brautum. „Fyrir yngsta aldurshópinn gilda aðeins fyrstu fjórar brautirnar í tímatöku en ef þeir vilja mega þeir keyra allar brautirnar. Tveir eða þrír keppendur eru í hverju liði og ákvarðast keppnisflokkurinn af elsta keppandanum.“

FORELDRAR HJÁLPA

Liðsstjórar og foreldrar gegna stóru hlutverki í keppninni, sérstaklega hjá yngstu keppendunum. „Þeir geta hjálpað keppendum með tímabókina og reiknað út tímann og hvenær liðið á að mæta á næstu braut. Í yngsta flokknum leyfum við foreldrum að labba á eftir krökkunum og aðstoða en þau mega þó ekki hjálpa þeim að ýta bílnum. Dómarar eru á brautunum sem gefa refsitíma ef veitt er óeðlileg utanaðkomandi hjálp. Einnig dæma þeir ef ýtari er að hafa áhrif stefnu bílsins eða keppendur eru að stytta sér leið.“

Flestir keppenda mæta á eigin bílum, að sögn Guðmundar, sem þeir hafa ýmist smíðað sjálfir eða með hjálp foreldra og vina. „Dómnefnd mun velja flottasta kassabílinn en þeir keppendur sem eiga ekki bíl geta fengið hann lánaðan en við erum þó með takmarkaðan fjölda lánsbíla.“

ALLIR MEÐ Guðmundur Höskuldsson frá Bifreiðaíþróttaklúbbi Reykjavíkur skipuleggur keppnina og hvetur sem flesta til að skrá sig. MYND/STEFÁN

FJÖRUG KEPPNI Börnin skemmta sér vel í brautinni. MYND/MAGNI ÞÓR BIRGISSON

Keppendur mæta að morgni keppnisdags í keppnisskoðun þar sem farið er yfir bílana og athugað hvort þeir uppfylli allar kröfur. Síðan er boðið upp á brautarskoðun þar sem hægt er að labba um brautirnar og kynna sér þær.

Keppnin sjálf fer fram sunnudaginn 31. maí og hefst kl. 11.00 en keppnisskoðun hefst kl. 9.30. Gjald fyrir hvert keppnislið er 1.500 kr. *Nánari upplýsingar má finna www.kassabilarally.is.*

starri@365.is

FÓLK ER KYNNINGARBLAÐ sem býður auglýsendum að kynna vörur og þjónustu í formi viðtala og umfjallana. Í blaðinu er einnig hefðbundið ritstjórnarefni. Blaðið fylgir Fréttablaðinu daglega.

Útgefandi: **365 miðlar** | Ábyrgðarmaður: **Svanur Valgeirsson**
Sölumenn: **Bryndís Hauksdóttir,** bryndis@365.is, s. 512 5434
Jón Ívar Vilhelmsson, jonivar@365.is, s. 512 5429
Hönnun: **Silja Ástþórsdóttir**

Lífið

FÖSTUDAGUR
22. MAÍ 2015

Nanna Árnadóttir íþróttafræðingur
FÆÐINGARORLOF NÝTT TIL HINS ÝTRASTA 4

Eva Laufey Matarvísir
KRÆSINGAR ELDAÐAR Á FRANSKA VÍSU 8

Tíska og trend í augabrúnum
STJÖRNURNAR HAFA ÁHRIF Á AUGABRÚNIR 10

Vilborg Arna Gissurardóttir

BRÝTUR UPP GAMALDAGS STAÐALÍMYNDIR

FRÉTTABLAÐIÐ
› visir.is/lifid

Heilsuvísir

TÓNLIST SEM TÆTIR OG TRYLLIR

Heiða Dóra Jónsdóttir er söngkona sem hefur glatt landann með skemmtilegum söng sínum og hnyttnum textum. Hér deilir hún með lesendum Lífsins þeim lögum sem koma henni í gott skap.

- **ÞYNNKUBLÚS** *BARA HEIÐA.*
- **MIA** *HIDE YOUR KIDS.*
- **FOR REASONS UNKNOWN** *THE KILLERS.*
- **ALFOMEGA** *CAETANO VELOSO.*
- **L-O-V-E** *NAT KING COLE.*
- **SEA, SEX AND SUN** *SERGE GAINSBOURG.*
- **THE BAY** *METRONOMY.*
- **THE SPELL** *LEAVES.*
- **HOLD ME CLOSER TO YOUR HEART** *MOTION BOYS.*
- **SON OF MAGNIFIED** *TROY VON BALTHAZAR.*

Hún vann ekki í lottói, né kom einhver til hennar og færði henni tækifæri. Vilborg fann sinn fjársjóð, hamingju og styrk með því að breyta um hugarfar.

FULLUR BOLLI AF HAMINGJU

Lykillinn að lífshamingjunni er meðal annars að njóta stundarinnar sem er hér og nú og horfast í augu við verkefnin, sinna fjölskyldunni, vinunum og vinnunni og horfa björtum augum fram á veg.

Friðrika Hjördís Geirsdóttir
umsjónarkona Lífsins | rikka@365.is

Fullur bolli af hamingju

Ég fór að velta fyrir mér hamingjunni um daginn, hvað það þýddi að vera hamingjusamur. Eins og með margt annað segir reynslan mér að það sé ansi mismunandi hvað það er sem gerir fólk virkilega hamingjusamt. Mér finnst ágætt að hugsa um hamingjuna í bollum, einn bolli fyrir hvert svið í lífi þínu sem þarf að vera í jafnvægi svo að þú sért hamingjusöm manneskja. Einn bolli er fyrir fjölskylduna sem heild, einn fyrir börnin og gefandi stundir með þeim, einn fyrir sambandið, einn fyrir vinina, einn fyrir vinnuna, einn fyrir sjálfið og svo framvegis. Þegar búið er að velja þá bolla sem fylla einhver skilyrði þá þarftu að ákveða hvort þeir eru hálffullir eða hálftómir. Ætlarðu að vakna á hverjum degi og horfa á lífið björtum augum? Þitt er valið.

Áskorunin

Þá er komið að hamingjuáskoruninni en hún er sú að halda bollunum temmilega fullum. Tökum dæmi. Ef þú sinnir ekki sjálfum þér, hreyfir þig ekki eða hugsar lítið um sjálfið þá tæmist sá bolli. Sért þú til að mynda of mikið með makanum þínum þá yfirfyllist sá bolli og sambandið gæti hreinlega orðið leiðigjarnt og á meðan tæmast aðrir bollar eins og til dæmis vinabollinn. Hvenær hittirðu síðast góðan vin? Hittirðu kannski vini þína of mikið og gleymir vinnunni eða börnunum? Lífið snýst að miklu leyti um jafnvægi og að njóta stundarinnar sem er hér og nú.

Fjársjóðurinn ert þú

Í blaðinu er viðtal við Vilborgu Örnu. Ég heillaðist af henni þegar ég sat einu sinni fyrirlestur sem hún hélt. Hún var ein af þeim sem sneri blaðinu við. Hún var óörugg í eigin skinni og óviss um framtíðina en fann sinn farveg og eftir það gekk allt betur. Hún vann ekki í lottói, né kom einhver til hennar og færði henni tækifæri. Vilborg fann sinn fjársjóð, hamingju og styrk með því að breyta um hugarfar, sama hvort þau voru af góðum eða slæmum meiði.

LÍFIÐ MÆLIR MEÐ

SAÐSÖMU SNAKKI

Nú nálgast partíhelgi mikil, bæði er hvítasunnuhelgi og svo hið heilaga Eurovision. Þegar snakkað er fyrir framan sjónvarpið getur verið skynsamlegt að gæta jafnræðis í kræsingum og bjóða upp á grænmeti innan um steiktar kartöfluflögur. Ídýfur má gera hollari með því að blanda sjálfur saman sýrðum rjóma og kryddum og svo er hægt að skella hnetum og fræjum inn í ofn með hunangi og góðri kryddblöndu og úr verður eðalsnakk. Svo er gott að smella nokkrum ávöxtum út í hreint sódavatn og njóta þess að þenja raddböndin og hrista skankana.

Lífið www.visir.is/lifid
ÚTGÁFUFÉLAG 365 miðlar ehf., Skaftahlíð 24, 105 Reykjavík, sími 512 5000
Umsjón **Friðrika Hjördís Geirsdóttir** rikka@365.is • Ábyrgðarmaður **Kristín Þorsteinsdóttir** erlabjorg@365.is • Auglýsingar **Atli Bergmann** atlib@365.is
Hönnun **Silja Ástþórsdóttir** siljaa@frettabladid.is • Forsíðumynd **Vilhelm Gunnarsson**

FLEIRI MYNDIR Á FACEBOOK!

hjá Hrafnhildi

Vertu vinur okkar á Facebook

- Engjateigur 5
- Sími 581 2141
- www.hjahrafnhildi.is

HREYFING Í FÆÐINGARORLOFINU

Flestar konur sem eignast börn eiga erfitt með að koma sér aftur af stað eftir fæðingu. Fæðingarorlofið getur þó nýst til góðs enda margt gott í boði fyrir nýbakaðar mæður og upplagt að hitta aðrar konur í svipaðri stöðu.

Nanna Árnadóttir
íþróttafræðingur

„Fæðingarorlofið getur þó líka oft verið, afsakið orðbragðið, drulluerfitt! Það eru því miður ekki allir sem eiga börn sem sofa."

Fæðingarorlof getur oft verið dásamlegt og líkja margir því við að svífa um á bleiku skýi. Maður er að kynnast nýjasta fjölskyldumeðlimnum og ef þetta er fyrsta barn, að kynnast sjálfri sér sem móður eða föður í leiðinni. Það er fátt skemmtilegra og meira gefandi en að fylgjast með barninu sínu þroskast og dafna. Fæðingarorlofið getur þó líka oft verið, afsakið orðbragðið, drulluerfitt! Það eru því miður ekki allir sem eiga börn sem sofa bróðurpartinn úr deginum og liggja þess á milli á leikteppinu og hjala á meðan foreldrið maukar, þrífur og þvær þvottinn. Sum börn láta einfaldlega hafa miklu meira fyrir sér en önnur og því margir foreldrar sem njóta þess ekki að vera í fæðingarorlofi á sama hátt og aðrir, ég meina hverjum finnst gaman að komast ekki í sturtu, vera með gubb í klofinu, lekandi brjóst (þetta á vanalega bara við um mæðurnar), úfið hár og grátandi barn á öxlinni? Það er allavega mjög þreytandi til lengdar.

Ekki hætta að hreyfa þig

Fyrstu mánuðirnir af mínu fæðingarorlofi tóku verulega á. Barnið mitt grét nánast stanslaust í þrjá mánuði og það tók virkilega á taugarnar. Ég get alveg viðurkennt það hér að ég naut þess eiginlega ekki neitt á meðan á því stóð. Ég var varla viðræðuhæf á meðan á þessu stóð og var alltaf með hugann við það hvað gæti amað að barninu. Það voru þó nokkrir hlutir sem komu mér í gegnum þetta og hjálpuðu mér að halda andlegri heilsu og þeir voru að leggja mig á daginn með honum og að hreyfa mig á hverjum degi. Ég fór í mömmuleikfimi sem mér fannst æðislegt og þess á milli fór ég í göngutúra, oft langa göngutúra þar sem honum leið vel í vagninum og ég fékk smá hvíld frá grátinum á meðan. Ég er alveg handviss um að sú hreyfing sem ég stundaði hafi haft mjög mikið um það að segja að ég komst ágætlega í gegnum þetta tímabil.

Margt í boði

Þar sem það eru konurnar sem ganga með börnin er hreyfing sérstaklega sköpuð fyrir nýbakaða foreldra yfirleitt eingöngu miðuð við móðurina. Það eru margir möguleikar í boði fyrir nýbakaðar mæður þegar kemur að hreyfingu en hægt er að fara í mömmuleikfimi, mömmujóga eða einfaldlega fara í ræktina ef maður hefur pössun. Það er þó ekki á allra færi og því um að gera að nýta sér þann kost sem er algjörlega kostnaðarlaus, að fara í göngutúr. Þeir sem hafa ýtt á undan sér vagni heilu og hálfu dagana vita að það tekur alveg á. Hinn týpíski vagn er um það bil 20 kg að þyngd, ég gúglaði það. Börnin eru svo frá um 3-4 kg og upp í 10-15 kg á meðan við erum í fæðingarorlofi. Þarna erum við að tala um að ýta á undan okkur 25-30 kg á meðan við göngum. Ég tel það bara vera ansi góða hreyfingu. Ef göngutúrinn er síðan ekki nóg er ekkert mál að gera æfingar á meðan maður gengur, taka nokkur framstig, nokkrar hnébeygjur við þriðja hvern ljósastaur eða leggjast aðeins í grasið og taka nokkrar armbeygjur. Sumum finnst það skrítið, öðrum ekki. Sitt sýnist hverjum en kosturinn er til staðar.

Ég mæli eindregið með því fyrir alla foreldra í fæðingarorlofi að hreyfa sig á hverjum degi ef heilsan leyfir. Það þarf ekki að taka langan tíma eða að kosta mikið en ég hvet alla til að taka þennan tíma frá daglega. Það gæti bjargað geðheilsunni!

Flottir kjólar

Kjóll á 10.900 kr.
2 litir
Stærð 36 - 46

Kjóll á 9.900 kr.
Einn litur
Stærð 36 - 46

Opið virka daga kl. 11–18
Opið laugardaga kl. 11-16

black pepper
FASHION
Laugavegi 178 | Sími 555 1516
Kíkið á myndir og verð á Facebook

SAMFARIRNAR ERU SÁRSAUKAFULLAR

? Sæl, ég hef lengi verið að spá í einu og nú er ég í sambandi og það er virkilega farið að trufla mig. Ég kynntist strák og við erum nokkrum sinnum búin að reyna samfarir en það gengur aldrei, hann kemur honum ekki inn eða hann kemst bara smá inn og þegar hann hefur komið honum inn þá er það svo sárt að hann þarf að hætta og taka hann út. Ég hef aldrei getað notað túrtappa og mér finnst þetta mjög leiðinlegt, og bara vandræðalegt og óþægilegt, en ég veit ekki hvert ég á að snúa mér, vonandi getur þú aðstoðað mig.

SVAR Ótrúlegt en satt þá ert þú alls ekki sú eini í heiminum sem upplifir sársauka við samfarir og vandamál tengd innsetningu lims í leggöng. Það geta verið ýmsar ástæður fyrir þessum erfiðleikum, bæði af sálrænum toga og líkamlegum og er ekki ósennilegt að hvort tveggja spili inn í. Áður en ég fer og reyni að sjúkdómsgreina þig í pistli þá langar mig að benda þér á að heimsækja kvensjúkdómalækni sem getur metið þig og skoðað. Viðkomandi gæti í framhaldinu vísað þér á sjúkraþjálfara sem myndi kenna þér að slaka á og aðstoða við að reyna innsetningu. Einnig væri gott að tala við kynfræðing eða sálfræðing um tilfinningarnar og hugsanirnar sem tengjast kynlífi og líkamanum.

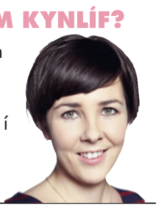
Allt kynlíf tengist heilanum og er máttur hugans mjög mikilvægur. Þú getur ímyndað þér að hugurinn sé umferðarljós og ef heilinn stillir á rautt þá stoppar allt í líkamanum. Um leið og hugur flögrar að streitutengdum hugsunum, eða jafnvel bara einhverju allt öðru en þér þykir kynferðislega æsandi þá getur öll gredda stöðvast.

Í því samhengi langar mig að spyrja þig hvort þú hafir stundað sjálfsfróun og hvort þú hafir sjálf getað sett fingur inn í leggöng. Margar konur glíma við sektarkennd og skömm í tengslum við sjálfsfróun. Það er erfitt að ætla að læra inn á líkamann og unað ef maður getur ekki, eða vill ekki, snerta sig sjálfa. Því skiptir máli hvernig þú upplifir kynlíf og þig sem kynveru og hvernig þér líður í kynlífi með annarri manneskju. Traust til bólfélaga getur skipt sköpum ef samfarir eiga að vera ánægjulegar.

Á meðan þú gengur í gegnum þetta ferli að komast að því hvað sé að og hvað sé hægt að gera, er gott að muna að kynlíf er meira en bara samfarir. Biddu strákinn um að sýna þér þolinmæði og stuðning og ef þú treystir þér til þá er hægt að kela, knúsa, sleikja, nudda og strjúka, og það á mjög fullnægjandi hátt, allt án þess að innsetning í leggöng sé reynd. Þá er gott að muna að snípurinn er efst á píkunni og er innsetning hvorki handa né lims nauðsynleg fyrir fullnægingu.

VILTU SPYRJA UM KYNLÍF?

Ef þú hefur spurningu um kynlíf þá getur þú sent Siggu Dögg póst og spurningin þín gæti birst í Fréttablaðinu.
sigga@siggadogg.is



TOM JONES
LIVE
8. júní
TOM JONES
SPIRIT IN THE ROOM
Í SÖLU
LAUGARDALSHÖLL
Miðasala á midi.is

MEÐ HEIMSMET Í BAKPOKANUM

VILBORG ARNA GISSURARDÓTTIR setti heimsmet þegar hún gekk ein fyrst kvenna á suðurpólinn. Annað heimsmet setti hún svo þegar hún gekk án leiðsögumanns og súrefnis upp á Cho Oyu, sjötta hæsta fjall í heimi. Vilborg er nýkomin heim frá Nepal þar sem hún upplifði hræðilegar náttúruhamfarir.

FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

Friðrika Hjördís Geirsdóttir
umsjónarkona Lífsins | rikka@365.is

Vilborg Arna er alin upp í Reykjavík en var svo lánsöm að eyða stórum hluta æskunnar hjá ömmu sinni og afa á Vestfjörðum.

„Ég man að þegar ég var lítil langaði mig alltaf svo mikið til þess að eignast gönguskó og fara í fjallgöngur þrátt fyrir að enginn í fjölskyldunni stundaði útivist að neinu marki, þannig að ég var alls ekki alin upp á fjöllum eins og margir halda,“ segir Vilborg. Sem unglingur var Vilborg týnd, eins og hún segir sjálf, og segist ekki hafa fundið sig á þessari hefðbundnu leið sem flestir feta. „Ég var með brotna sjálfsmynd og fannst skóli ekki vera fyrir mig. Á þessum tíma var ég nokkrum sinnum rekin úr námi, hreinlega af því ég vildi ekki vera í skóla. Mér gekk vel að læra en hafði engan áhuga.“ Það fór þó ekki svo að Vilborg fyndi ekki sína leið að lokum en fjallganga á hæsta tind landsins breytti sýn hennar á lífið til frambúðar. „Þegar ég var tuttugu og tveggja ára þá gekk ég á Hvannadalshnúk og má segja að það hafi verið algjör vendipunktur í lífi mínu. Það var í fyrsta skiptið sem ég vann einhvern persónulegan sigur í langan tíma. Mig langaði að vera eins og þessir strákar sem leiðbeindu okkur á toppinn. Þetta var dagurinn sem breytti lífinu.“ Í framhaldinu fór Vilborg í björgunarsveit og kláraði þar tveggja ára nám með prýði. „Ég fann að þarna var ég komin á heimavöll, þetta lá allt vel fyrir mér og þetta var í fyrsta skipti sem ég kláraði eitthvað. Þarna var ég tuttugu og fimm ára og loksins komin á rétta braut að mínu mati.“ Þegar Vilborg uppgötvaði styrkinn til að klára þau verkefni sem hún tók að sér fann hún fyrir fítonskrafti og dreif sig í háskólanám. „Ég kláraði ferðamálafræði og tók svo MBA-nám í kjölfarið. Ég var bara komin með svo mikinn metnað á þessum tímapunkti að ég lifði fyrir áskoranir,“ segir Vilborg og bætir við að allir geti eitthvað en það séu ekki allir sem viti hvað þeir geti nema að prófa.“

Henti örygginu frá sér

Eftir námið fékk Vilborg draumavinnu hjá Kötlu jarðvangi sem er hluti af alþjóðlegu UNESCO-neti en innst inni vissi hún að hennar beið eitthvað stærra og meira. „Ég var svo til nýkomin í starfið þegar ég fann að ég hreinlega yrði að ganga á suðurpólinn. Fyrst um sinn þorði ég ekki að segja neinum frá þessum stóra draumi. Hugmyndin hafði komið til mín fyrir 10 árum í gegnum bókalestur eins og flestallar aðrar hugmyndir sem koma til mín. Bókin sem hafði áhrif á mig var um fyrstu íslensku pólfarana. Einn af þeim, Haraldur Örn, er mikill félagi minn og var hann sá fyrsti sem fékk vitneskju um þetta stóra markmið mitt. Þar sem hann hafði sjálfur farið þessa leið sýndi hann mér mikinn skilning og gaf mér styrk til að halda áfram. Ég vissi að ef ég segði einhverjum, sem ég bæri mikla virðingu fyrir, frá áætlun minni yrði það mér hvatning því ég vissi að ef ég myndi ekki segja frá því þá væri svo auðvelt að hætta við.“ Vilborg ákvað að segja starfinu lausu sem hún var nýbúin að ráða sig í og tók hana tvo mánuði að fá. Hún fann í hjarta sér að þessa leið yrði hún að feta. „Þetta var draumur sem ég þurfti að láta rætast og ég henti frá mér öllu fyrir þetta, öruggu umhverfi og tekjum. Persónulega hafði ég ekki ráð á ferðinni og þurfti að sækja mér styrki en það var ákveðin áskorun þar sem ég féll ekki að þessari hefðbundnu staðalímynd. Þarna var komin lítil ljóshærð stelpa sem ætlaði að labba ein á pólinn, ég fékk oft mjög skondin viðbrögð,“ segir Vilborg og hlær. Með þrautseigju, ákveðni og sterkri framtíðarsýn tókst Vilborgu ætlunarverk sitt og safnaði nægilega miklu fé fyrir ferðinni.

> „Þetta var draumur sem ég þurfti að láta rætast og ég henti öllu frá mér fyrir þetta, öruggu umhverfi og tekjum.“

Þegar Vilborg er spurð að því hvort það hafi ekki verið erfitt að ganga þessa tæpa tólf hundruð kílómetra ein síns liðs segir hún að undirbúningurinn hafi skipt höfuðmáli þegar kom að einverunni. „Ég bjó mér til heim og hugsjón sem ég fylgdi og var búin að undirbúa áður en ég lagði af stað. Auðvitað komu erfiðir tímar, á köflum var nístandi kuldi, tjaldstöngin brotnaði og ýmsir aðrir hlutir sem þurfti að bregðast hratt við. Varðandi einsemdina þá hef ég verið miklu meira einmana í aðstæðum innan um fólk heldur en þarna.“ Vilborg lagði allt í sölurnar fyrir þessa ferð og það síðasta sem var í boði var að gefast upp. „Ég var búin að leggja allt undir og vissi að ef ég hætti við þá myndi ekkert rætast í kjölfarið sem ég hafði stefnt á, það vill enginn hlusta á „wannabe“ pólfara tala eða segja sögu sína.“ Vilborg kláraði pólgönguna með sóma og varð fyrsti Íslendingurinn til þess að fara þessa leið einn og fyrsta konan í heiminum til þess að ljúka þessum áfanga.

Draumurinn um Everest

Vilborg er nýkomin heim úr erfiðri ferð frá Nepal. Þar ætlaði hún sér að reyna við hæsta fjall heims, Everest, í annað sinn en þurfti frá að hverfa vegna mikilla jarðskjálfta sem riðu yfir landið.

Í fyrra skiptið féll stórt snjóflóð í fjallinu sem olli töluverðu manntjóni, meðal annars voru það félagar Vilborgar sem fórust. „Ég vaknaði upp við snjóflóðið í tjaldinu mínu, það voru þrír sérpar úr mínum hóp sem fórust. Þetta var allt hálf óraunverulegt og óhugnanlegt. Í kjölfar snjóflóðsins kom upp mikill pólitískur ágreiningur um hag sérpa. Þetta fólk sem vinnur þarna hefur að litlu öðru að hverfa. Þeir eru ekki bara búnir að missa félaga sína heldur einnig tekjur. Það er erfitt að horfa upp á þetta og geta ekkert gert í rauninni. Þetta var

mjög átakanlegt tímabil og þurfti ég að leita mér áfallahjálpar þegar ég kom heim en fann það mjög sterkt að ég þurfti að snúa aftur um leið og fjallið opnaðist á ný,“ segir Vilborg.

Í ágúst sama ár sneri Vilborg til baka á sömu slóðir og nú til að reyna við fjallið Cho Oyu sem er 8.201 m hátt. „Markmiðið var fyrst og fremst að fara á bak aftur, hitta fólkið sem ég hafði kynnst og horfast í augu við þetta áfall sem ég hafði orðið fyrir. Ég vissi að ef ég drifi mig ekki af stað þá myndi ég aldrei láta verða af því að fara aftur á þessar slóðir.“ Vilborg fór á fjallið á eigin vegum, án leiðsögumanna og súrefnis. Félagi hennar sem fór upphaflega með henni þurfti frá að hverfa vegna veikinda en Vilborg ákvað að reyna ein við fjallið. „Þessi ferð leiddi til míns stærsta sigurs og ég náði að toppa fjallið. Þegar ég kom heim komst ég að því að um leið og ég steig á toppinn á fjallinu setti ég heimsmet. Ég varð fyrsta konan og eina konan í heiminum sem hefur bæði gengið ein á pól og klifið 8.000 m tind ein. Bara það að horfast í augu við það sem maður stendur frammi fyrir veitir manni styrk og er að mínu viti góð leið til að leysa vandamálin sem fyrir liggja.“ Eftir þessa sigurgöngu varð Vilborg staðráðnari en áður í að reyna við Everest á ný.

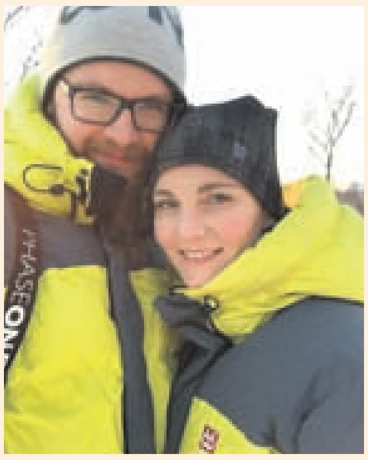
Tilviljun ræður för

Undirbúningurinn undir ferðina gekk vonum framar. Vilborg hafði sjaldan verið eins tilbúin fyrir nokkurt verkefni eins og að klífa þetta hæsta fjall heims.

> „Þessi ferð leiddi til míns stærsta sigurs og ég náði að toppa fjallið. Þegar ég kom heim komst ég að því að um leið og ég steig á toppinn á fjallinu setti ég heimsmet.“

„Ég var í banastuði og aðlagaðist vel í fjallinu. Það var ekkert sem stóð í veginum fyrir því að allt myndi ganga upp eins best væri á kosið, en allt kom fyrir ekki.“ Þegar Vilborg og félagar hennar voru komin í fyrstu búðir, sem eru í sex þúsund metra hæð, gerðist hið óraunverulega að harður jarðskjálfti reið yfir svæðið og olli bæði miklum skemmdum og manntjóni. „Það eru margar tilviljanir sem ráða því að ég og aðrir erum á lífi í dag. Ef flestir þeir sem voru í fyrstu búðum hefðu verið í grunnbúðunum hefðu fleiri farist, það svæði fór mjög illa vegna mikilla flóða.“ Þegar Vilborg er spurð að því hvort hún sé ekki búin að fá nóg og ætli að leggja drauminn um að klífa Everest á hilluna svarar hún að það sé ómögulegt að ákveða það eins og er en enginn viti hvað framtíðin beri í skauti sér. Eitt er þó víst að Vilborg Arna er hvergi nærri hætt og hver veit nema hún bæti fleiri heimsmetum í bakpokann.

MYNDAALBÚMIÐ



Vilborg að lokinni suðurpólsgöngu, ásamt Tómasi, sambýlismanni sínum. Vilborg með Everestfjall í baksýn.

HVAÐ FER MIKIL ORKA Í HEIMILISTÆKIN?

Prófaðu reiknivélina á www.on.is og sjáðu hvað blandarinn, kaffivélin og önnur eldhústæki nota mikið rafmagn.

Við erum heppin að náttúran skuli sjá okkur fyrir meira en nóg af orku til að létta okkur lífið svo um munar. Forsenda þess að við getum farið vel með auðlindirnar og lækkað kostnað er að vita hvað er í gangi og hversu mikla orku raftækin nota að staðaldri. Á on.is er handhæg reiknivél sem auðveldar þér að sundurliða orkunotkun heimilisins og meta kostnaðinn í heild og við einstaka þætti.

Orka náttúrunnar framleiðir og selur rafmagn til allra landsmanna á samkeppnishæfu verði. Við viljum nýta auðlindir af ábyrgð og nærgætni og bæta lífsgæðin í nútíð og framtíð.

ORKA NÁTTÚRUNNAR
Bæjarhálsi 1, 110 Reykjavík · Sími 591 2700 · www.on.is · on@on.is

on
ORKA NÁTTÚRUNNAR

VEISLA UPP Á **FRANSKA VÍSU**

Frönsk matargerð er með allra vinsælustu í heiminum enda ekki furða þar sem hver rétturinn á eftir öðrum er gómsætari. Eva Laufey eldaði sínar eftirlætis frönsku uppskriftir í þætti sínum Matargleði Evu sem sýndur er á fimmtudögum á Stöð 2.

Matargleði Evu

Quiche Lorraine

Bökudeig
250 g hveiti
100 g smjör
salt á hnífsoddi
75 ml kalt vatn

1 Blandið 250 g af hveiti saman við 100 g af smjöri og brjótið smjörið hægt og rólega saman við hveitið.

2 Bætið salti við og síðan köldu vatni og hnoðið saman í deig.

3 Pakkið deiginu inn í plastfilmu og setjið í ísskáp í 30 mínútur.

4 Fletjið deigið svo út þannig að það sé stærra en bökuformið.

5 Leggið síðan deigið ofan í mótið og formið eftir því.

6 Gatið deigið með gaffli og bakið í 15–20 mínútur í 180°C.

Á meðan bökuskelin er í ofninum útbúið þið fyllinguna.

5 egg
430 g sýrður rjómi
1 laukur
200 g pancetta
pipar

1 Setjið fimm egg í skál og hrærið saman, bætið sýrðum rjóma saman við og kryddið til með pipar.

2 Steikið lauk og pancettu á pönnu þar til pancettan er stökk.

3 Setjið pancettu og lauk í bökubotninn í mótinu og hellið eggjablöndunni yfir.

4 Bakið í ofni við 180°C í 30–35 mínútur.

Það er gott að láta bökuna standa í 20 mínútur eða svo áður en hún er skorin í sneiðar því þá verður hún þéttari í sér. Berið bökuna fram með fersku salati og dressingu.

Einföld og ljúffeng salatdressing
2 dl ólífuolía
1 dl ferskur sítrónusafi
1 msk. dijon-sinnep
maldon-salt
pipar

Allt sett í krukku og hrist í smá stund, berið strax fram.

Gómsæt og einföld quiche Lorraine.

Franskar makkarónur með súkkulaðifyllingu.

Makkarónur

125 g möndlumjöl
125 g flórsykur
40 g eggjahvítur
matarlitur að eigin vali
40 g eggjahvítur
110 g sykur
2 msk. vatn

Sjóðið saman 110 g af sykri og 2 msk. af vatni þar til sírópið hefur náð 110°C hita. Notið kjöthitamæli til þess að mæla hitastigið. Þeytið 40 g af eggjahvítum og bætið sírópinu út í og hrærið í hrærivél þar til marensinn hefur kólnað. Marensinn er klár þegar þið getið hvolft skálinni án þess að hann hreyfist.

Sigtið möndlumjöl og flórsykur saman, með því að sigta það saman tryggjum við að mjölið verði eins fínt og best verður á kosið. Blandið 40 g af eggjahvítum út í og hrærið vel í eða þar til þetta verður að góðum möndlumassa. Makkarónur eru sérlega fallegar í öllum regnbogans litum og á þessu stigi bætið þið matarlit við deigið og blandið vel saman. Í lokin bætið þið marensblöndunni saman við í þremur skömmtum og hrærið vel saman með sleif.

Hitið ofninn í 110°C. Setjið makkarónudeigið í sprautupoka og sprautið 2–3 cm hnappa með jöfnu millibili á pappírsklædda ofnplötu. Skellið plötunni á borðið 2–3 sinnum, með því að gera það þá losum við um loftbólur sem myndast í deiginu. Kökurnar þurfa að standa í 15–25 mínútur við stofuhita eða þar til þær verða snertiþurrar.

Bakið kökurnar í 10–12 mínútur. Ofnar eru auðvitað misjafnir og það er best að athuga með fremstu kökurnar fyrst, ef þær eru enn fastar við bökunarpappírinn þá þarf að baka þær örlítið lengur.

Kælið kökurnar áður en þið sprautið kremi á milli botnanna.

Súkkulaðifylling með sjávarsalti
50 ml rjómi
100 dökkt súkkulaði
2 msk. smjör
gróft salt

Hitið rjóma að suðu, takið pottinn af hitanum og bætið söxuðu súkkulaðinu og smjörinu út í rjómann. Leyfið súkkulaðinu að bráðna í rólegheitum og setjið smá salt í lokin. Setjið kremið í sprautupoka og kælið þar til það verður stíft. Sprautið á milli botnanna.

AUGLÝSING: ZIKZAK KYNNIR

ZIKZAK LÆKKAR VÖRUVERÐ

Í um hálft ár hefur ZikZak hannað sína eigin fatalínu sem slegið hefur í gegn meðal viðskiptavina. ZikZak-fatalínan nýtur mikilla vinsælda vegna góðra stærða, flottra sniða og frábærs verðs. Um helgina verður Eurovision-partí í versluninni þar sem öllu því nýjasta og flottasta úr ZikZak-línunni verður skartað ásamt flottum tilboðum.

„Þetta er klassískur og fallegur fatnaður sem hentar öllum konum í stærðum 36-56,“ segir Berglind Ásgeirsdóttir, annar eigandi ZikZak. „Viðskiptavinir okkar eru konur á öllum aldri, allt frá stúlkum upp í glæsikonur á áttræðisaldri. Við erum líka með allar stærðir og það veitir okkur sérstöðu því við bjóðum vörur í öllum stærðum á rosalega góðu verði, verði sem annars þekkist ekki hér í bænum.“

Berglind segir nýju línuna vera sniðna að þörfum íslenskra kvenna. „Við erum með allar grunnflíkur, pils, leggings, síða hlýraboli, boli, kjóla, peysur og fleira, á allt frá 1.990 til 5.990 krónur. Flíkurnar eru bæði einlitar og fallega mynstraðar, meðal annars með blóma-, sebra- og hlébarðamynstri. Viðskiptavinir okkar sækja einmitt mikið í munstraða kjóla núna.“

Tískan hefur síkkað mikið undanfarið og ná bæði kjólar og peysur niður á kálfa. Við erum mikið með síð snið sem eru styttri að framan. Það er þægilegt og smart og konur finna minna fyrir því að þær séu í síðu. Við höfum fengið góð viðbrögð við nýju línunni, þá sérstaklega við þessum fallegu sniðum og frábæra verði,“ segir hún og brosir.

Stelpurnar í ZikZak hafa lengi verið þekktar fyrir frábæra þjónustulund, þeirra aðalsmerki hefur alltaf verið persónuleg þjónusta, góðar stærðir og frábært verð. „Á síðustu sex mánuðum höfum við náð að lækka vöruverð enn meira með tilkomu nýju ZikZak-línunnar ásamt ýmissi annarri jákvæðri hagræðingu innan reksturs og viðskiptavinir okkar fá að njóta góðs af því. Einn viðskiptavinur sagði einmitt við mig nýlega að það væri frábært að versla hjá okkur og ekki væri lengur þörf á að fara til útlanda, þar sem verðið hjá okkur væri sambærilegt við það sem gerðist úti.“

Um helgina verður mjög góð stemning í ZikZak vegna Eurovision-keppninnar. Það verður Eurovision-leikur í gangi þar sem konurnar geta skráð sig og átt möguleika á að vinna gjafabréf í versluninni. „Við ætlum að spila gömlu góðu Eurovision-lögin, ásamt því að bjóða upp á hrikalega góð tilboð og á pöllum fyrir utan verslunina verður allt það nýjasta úr Zik Zak-línunni sýnt,“ segir Berglind hress.

Stelpurnar í ZikZak eru þekktar fyrir góða og persónulega þjónustu.

Mæðgurnar í ZikZak bjóða nú upp á eigin línu sem hefur slegið í gegn.

MYND/VILHELM

AUGABRÚNIR Í GEGNUM ÁRATUGINA

Augabrúnir setja mikinn svip á andlitið og mikil fræði á bak við það hvernig þær eigi að vera. Í dag keppast flestir sem fylgja tískustraumum við að þykkja á sér augabrúnirnar en það hefur svo sannarlega ekki alltaf verið þannig. Undirrituð man eftir því að undir lok síðasta áratugar þótti nokkuð smart að vera með fínlegar augabrúnir. Svona breytist tískan. Á myndunum sem hér fylgja sjáum við hvernig þekktar konur hafa haft áhrif á tískustrauma augabrúnanna í gegnum árin.

1920-30

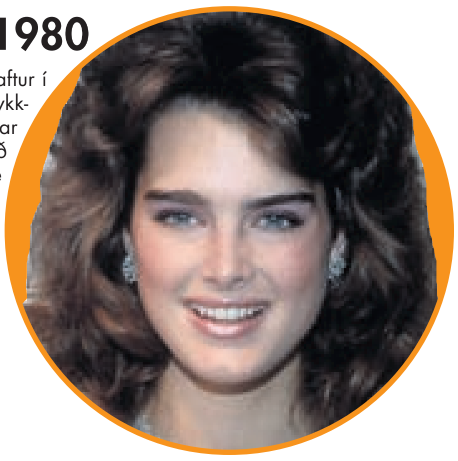
Í kringum 1920-30 þótti voða fínt og fallegt að vera með þunnar og beinar augabrúnir sem náðu vel niður að kinnum. Kvikmyndastjarnan **Clara Bow** er gott dæmi um tískuna á þessum tíma.

1940

Veronika Lake var gyðja síns tíma í kringum 1940 og hafði hún þau áhrif að augabrúnirnar þykknuðu og andlitið varð mýkra og sakleysislegra að sjá.

1960

Um 1960 og til 1970 þynntust augabrúnirnar örlítið aftur og varð línan beinni í gegn en ekki dregin upp eins og áður. **Sophia Loren** er ágætisdæmi um þessa tísku en eftir því sem árin liðu og hippatíminn tók við þynntust augabrúnirnar eins.



1980

Um 1980 kom það aftur í tísku að vera með þykkar augabrúnir, þá var alveg bannað að plokka. **Brooke Shields** er frábært dæmi um tískuna á þessu tímabili.

1990

Pamela Anderson var aðalskvísan í kringum 1990 og þótti þá afar heitt að vera með örfínar augabrúnir, nánast bara pennastrik. Þessi tíska gefur andlitinu ekki mikinn svip eins og gefur að skilja og ekki allir sem bera þetta form.

2015

Í dag mætti segja að **Kim Kardashian** endurspegli augabrúnatískuna. Þær eru þykkar, vel mótaðar og þéttar.

1970

Þegar hippatíminn gekk í garð þynntust augabrúnirnar á ný og urðu bogadregnari. **Jane Fonda** var mikil fyrirmynd kvenna á þessum tíma og nýbúin að slá í gegn sem Barbarella.

1950

Um 1950 var það **Marilyn Monroe** sem stjórnaði straumnum með dökkum og þykkum augabrúnum sem skáru sig frá platínuljósa hárinu. Elizabeth Taylor skartaði einnig þessum þykku fallegu augabrúnum.

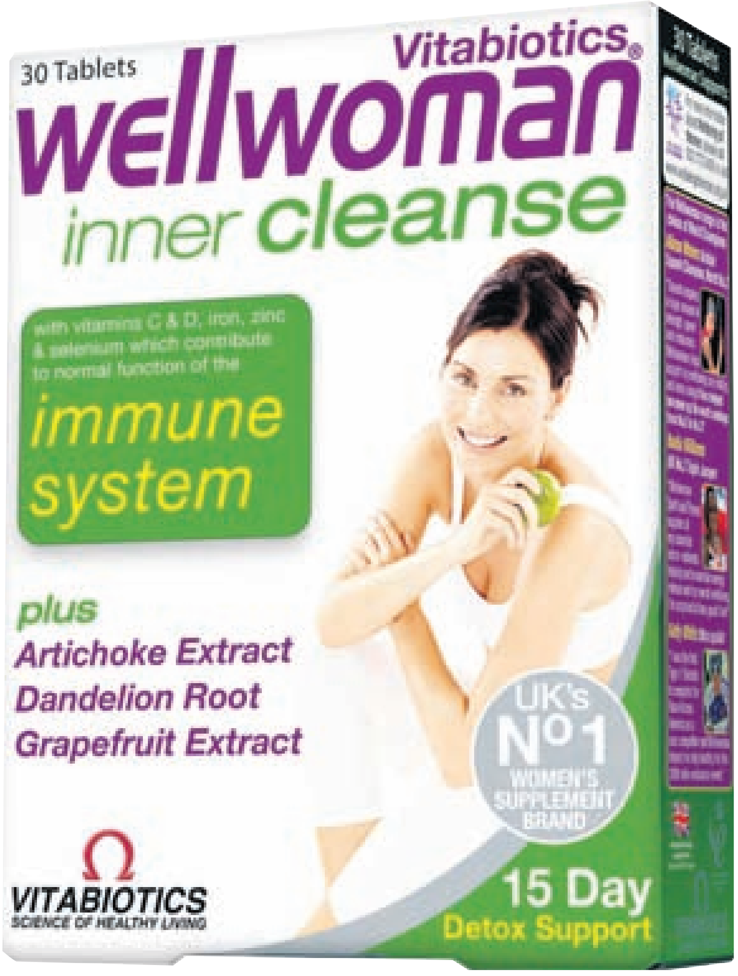
AUÐVELDAR HREINSUN

ICEPHARMA KYNNIR *Margir finna reglulega hjá sér þörf til að hreinsa líkamann. Inner Cleanse er fæðubótarefni sem er hannað til að aðstoða líkamann við hreinsun. Hreinsunin stuðlar að aukinni orku og vellíðan.*

Eiturefni og mengun sem fylgja nútíma lífsstíl gera það að verkum að margir finna hjá sér þörf til að hreinsa líkamann. Sumir næringarfræðingar mæla með einstaka hreinsun til þess að losa líkamann við skaðleg aukaefni og stuðla þannig að aukinni orku og vellíðan.

Inner Cleanse er fæðubótarefni sem er hannað til að aðstoða líkamann við hreinsun en einnig til að útvega honum þau vítamín sem hann þarf nauðsynlega á að halda til þess að geta sinnt daglegum störfum.

Töflurnar innihalda meðal annars C- og D-vítamín sem eru öllum nauðsynleg, sérstaklega yfir vetrartímann. Þær innihalda líka kopar og járn sem hjálpar til við að viðhalda orku, sink og selen sem vernda frumurnar og B12 sem dregur úr þreytu. Í Inner Cleanse-töflunum er líka þykkni (e. extract) úr ætiþistli og greipi en ætiþistillinn er mjög næringarríkur og hefur góð áhrif á starfsemi lifrarinnar og greipið er vatnslosandi sem hjálpar til við hreinsun líkamans.



Inner Cleanse
15 daga hreinsunarkúr

- Inner Cleanse hjálpar líkamanum að losa sig við óæskileg aukaefni á náttúrulegan hátt. Þetta eru efni sem eiga það til að safnast upp í líkamanum og geta verið skaðleg.
- Töflurnar hafa góð áhrif á heilsuna og innihalda fæðubótarefni sem eru tilvalin til hreinsunar.
- Töflurnar innihalda C- og D-vítamín, kopar og járn til að viðhalda orku.
- Töflurnar innihalda zink og selen sem vernda frumurnar fyrir streitu.
- Mælt er með því að huga vel að mataræðinu meðan á hreinsun stendur og halda koffínneyslu, áfengisneyslu, sykurneyslu og neyslu á unninni matvöru í lágmarki.
- Nauðsynlegt er að drekka vel af vatni og borða 5-7 skammta af ávöxtum samhliða hreinsun.
- Dagskammtur: 2 töflur á dag með mat.
- Ekki er nauðsynlegt að taka fjölvítamín með.
- Sjá nánar á Vítamín.is / Facebook.
- Fæst í flestum apótekum.

BETRI EINBEITING OG MEIRI ORKA

HREINSAR OG NÆRIR *Herdísi Stefánsdóttur kom ánægjulega á óvart hversu vel Inner cleanse frá Vitabiotics virkaði á sig. Hún var fljót að gleyma kókinu sem hún annars drakk nokkuð af, magaummálið minnkaði og líðanin varð betri.*

Þegar ég las fyrst um Inner cleanse frá Vitabiotics vakti það strax athygli mína að hreinsunin er full af vítamínum. Þannig að maður er ekki bara að hreinsa kroppinn heldur líka að næra hann. Ég ákvað að prófa þennan kúr strax í byrjun árs og strax á fyrstu viku fann ég hvernig einbeitingin varð allt önnur og ég varð orkumeiri en nokkur tíman fyrr. Mér fannst líka kostur að þetta virkar vel með venjulegum hollum heimilismat svo maður getur borðað það sama og fjölskyldan. Mælt er með að hafa í huga sykurneyslu svo ég ætlaði að halda kókdrykkjunni í lágmarki en merkilegt nokk þá var ég fljót að gleyma kókinu og langar ekkert lengur í kók. Mér leið líka svo vel á meðan ég tók töflunar svo ég var ánægð að heyra að maður mætti taka kúrinn í 28 daga en ekki bara 15 daga, svo ég ákvað að halda áfram enda leið mér stórkostlega og magaummálið fór minnkandi. Nú er bara að halda áfram að taka inn vítamín frá Vitabiotics sannfærð um að þau séu jafngóð og hreinsikúrinn þó ég sé strax farin að spá hvenær ætli ég megi taka inn næsta hreinsikúr.

NÁNARI UPPLÝSINGAR UM INNER CLEANES FRÁ VITABIOTICS MÁ FINNA Á VITAMIN.IS OG FACEBOOK.

ÁNÆGÐ Herdís fór á Inner cleanse hreinsikúrinn í 28 daga, tekur nú vítamín frá Vitabiotics en getur ekki beðið eftir að prófa annan hreinsikúr bráðlega.

STRAX ORKUMEIRI Björg fann mikinn mun á húðinni og fannst hún verða mun frísklegri. Hún losnaði jafnframt við bólgur og varð ekki þrútin eftir mat. MYND/GVA

SYKURLÖNGUNIN HVARF STRAX

Björg Gilsdóttir hefur góða reynslu af fæðubótarefninu Inner Cleanse. Hún varð strax orkumeiri, losnaði við allar bólgur í líkamanum og sykurlöngunin hvarf. Sykurlöngunin gerði ekkert vart við sig um hátíðarnar á síðasta ári.

Björg Gilsdóttir, starfsmaður hjá Aðalskoðun, prófaði Inner Cleanse-hreinsikúr í lok nóvember og sér ekki eftir því.

„Ég fann mikinn mun um leið og ég hóf inntöku á Inner Cleanse. Ég varð strax orkumeiri, sykurlöngunin hvarf nánast frá fyrsta degi sem gerði þetta allt mun auðveldara," segir Björg, sem er fimm kílóum léttari í dag.

Björg fann líka mikinn mun á húðinni. „Hún varð rosalega góð og mér fannst ég mun frísklegri. Mér fannst ég losna við allar bólgur og varð ekki þrútin eftir neinn mat sem skýrist eflaust líka af því að ég var samhliða kúrnum að borða hreinni mat."

Björgu finnst sykurlöngunin mun minni nú eftir að hún lauk við að taka töflurnar. „Ég var líka alveg laus við sykurlöngun um jólin. Mér leið það vel að ég hlakka til að taka næsta skammt."

Instagram

Smekklegi rithöfundurinn

www.instagram.com/annikavonholdt

Annika Von Holdt er einstaklega smekklegur danskur rithöfundur sem býr bæði í Danmörku og á eyju í Karíbahafi. Hún skrifar hryllingssögur sem er ekki það fyrsta sem manni dettur í hug þegar þessi fallegi og bjarti Instagram-aðgangur er skoðaður.

HLAÐVARP

Ferðalangurinn

http://www.extrapackofpeanuts.com/

Ferðalög geta orðið að ansi spennandi lífsstíl og hér má hlusta á hjón sem ferðast hafa víða deila ýmsum ómetanlegum ráðum auk þess að hvetja alla til að leggja land undir fót.

Pinterest

Prófaðu vegan

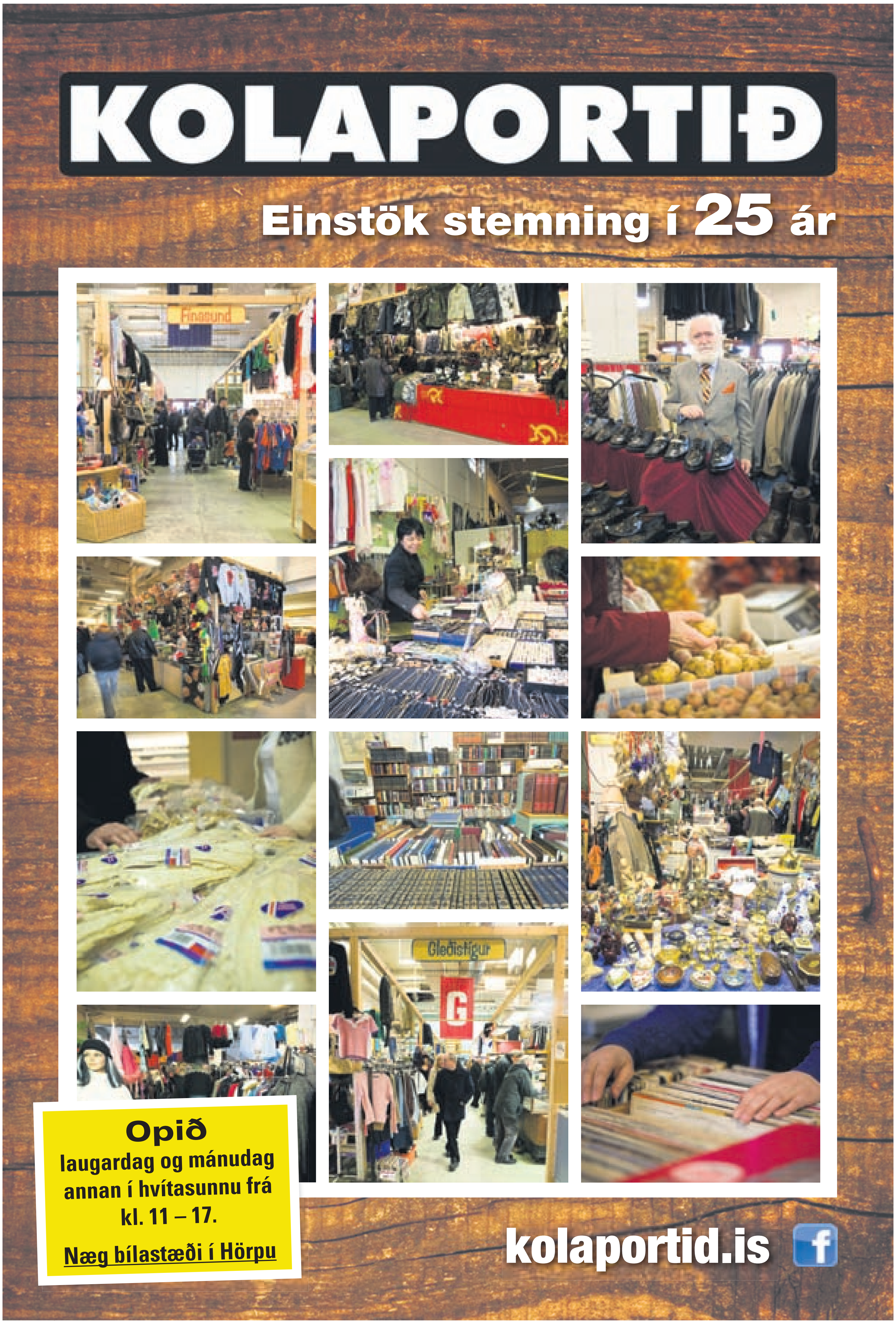
https://www.pinterest.com/ecovegangal/

Vegan-mataræði er þegar allri neyslu á dýrum og dýraafurðum er sleppt. Margir þeirra sem ákveða að verða vegan gera það heilsunnar vegna en einnig út frá umhverfissjónarmiði. Hér er urmull af auðveldum uppskriftum og þú færð innsýn í líf einnar vegan-konu.

HEIMASÍÐAN ELDUM MEÐ BÖRNUNUM OKKAR

Eldum saman.is er ný vefsíða sem Snædís Bergmann setti nýverið í loftið. Vefsíðan er hluti af lokaverkefni hennar í grunnskólakennslufræði í Háskóla Íslands og einbeitir hún sér á síðunni að því að setja fram einfaldar og skemmtilegar uppskriftir sem fjölskyldan getur mallað saman. „Það er ekki bara gaman og gefandi að elda með börnunum, heldur hafa rannsóknir líka sýnt að börn sem hjálpa til í eldhúsinu læra ótal margt og eru líklegri til að borða hollari fæðu,“ segir Snædís.

Eldum Saman



5000 kr. dagar í FLASH

Kjóll verð áður 14.990 kr.
Verð nú 5.000 kr.

Kjóll verð áður 14.990 kr.
Verð nú 5.000 kr.

Skokkur verð áður 11.990 kr.
Verð nú 5.000 kr.

Mussur margir litir
Verð 5.000 kr.

Túnikkur margir litir
Verð 5.000 kr.

Mussur margir litir og gerðir
Verð 5.000 kr.

Kjólar verð áður 9.990 kr.
Verð nú 5.000 kr.

Nýtt kortatímabil

FLASH

Laugaveg 54,
sími: 552 5201

Kjólar og túnikkur
Verð 5.000 kr.

Fleiri myndir á Facebook

smáauglýsingar FRÉTTABLAÐIÐ

smaar@frettabladid.is / visir.is

512 5000
Afgreiðsla smáauglýsinga og sími er opinn alla virka daga frá 9-17

Allar smáauglýsingar vikunnar á **visir.is**

BÍLAR & FARARTÆKI

bilaborg.is
Sími 517-1111

TOYOTA Land Cruiser 100 diesel . Árgerð 8/2002, ekinn 249 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. Tilboðsverð 2.890.000. Rnr.133790. Ásett 3290 þús. Er á staðnum

FORD F350 crew 4x4 44" breyttur . Árgerð 2005, ekinn 146 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 3.290.000. Rnr.133961. Er á staðnum.

Bílaborg
Stórhöfða 26, 112 Reykjavík
Sími: 517 1111
http://www.bilaborg.is

CLASSICBILAR.IS
Bílasala

EINN SÁ FALLEGASTI !

BMW 730D Mtech,2011, ek.52 Þ.KM, dísel,ssk Full M-tech bíll M-look, M-fjöðrun, M-innrétting, 20" M-felgur Verð 11.880 Rnr.100367.Til sýnis í Gilsbúð 3 Garðabæ!

Óskum eftir bílum á söluskrá okkar
www.classicbilar.is

Classicbilar.is
Gilsbúð 3, 210 Garðabær
Sími: 517 9500
http://classicbilar.is

ÍSBAND.IS
BÍLAINNFLUTNINGUR

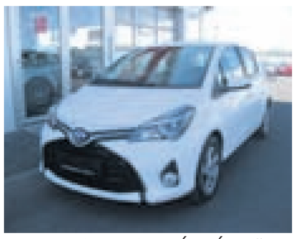
2015 NÝIR JEEP CHEROKEE 4X4

Stórglæsilegir, V6 272hö og 184hö 4cyl, 9 gíra sjálfskiptir, Hlaðnir lúxus og tækni búnaði t.d. Leggur sjálfur í stæði, Adaptive cruise control omfl, Kynningarverð aðeins frá 8.490þkr, Komdu og skoðaðu, Eru í salnum, ATH Getum útvegað allar gerið af Cherokee,

Íslensk-Bandaríska ehf
Þverholt 6, 270 Mosfellsbæ
Sími: 534 4433
Opið 10-18.00 og lau 11-15
http://www.isband.is

STÓRA BÍLASALAN

Óskum eftir bílum á staðinn.
Mikil sala.



Toyota Yaris Hybrid - NÝTT Árgerð 2015. Erum að fá nokkra á lager. Takmarkað upplag. Verð aðeins 3.090.000kr. Raðnúmer 156735. Sjá nánar á www.stora.is

Hyundai i20 Classic Árgerð 2014. Ekinn 25þ.km. Beinsk. Er á staðnum. Verð 1.790þ.kr stgr. Getum líka útvegað nýja i20 bílinn á 2.290þ.kr. Raðnr 134727.

Stóra bílasalan
Klettháls 2, 110 Reykjavík
Sími: 5861414
http://www.stora.is

ASKJA
NOTAÐIR BÍLAR

TOYOTA Land cruiser 150 GX. Árgerð 2013, ekinn 41 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 8.390.000. Rnr.240361.

MERCEDES-BENZ A 200 CDI 4matic. Árgerð 2015, ekinn 1 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 7.390.000. Rnr.161444.

HONDA Cr-v executive. Árgerð 2010, ekinn 85 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur. Verð 4.190.000. Rnr.210631.

Kia Sorento EX Luxury. Árgerð 2005, ekinn 175 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 1.990.000. Rnr.991087.

ASKJA notaðir bílar
Kletthálsi 2, 110 Reykjavík
Sími: 590 2160
www.notadir.is

Bíla & FerðavagnaMarkaður

Erum fluttir að Breiðhöfða hjá bílasöluni Bílaplanið.
Vantar allar gerðir ferðavagna á svæðið.

Ferðavagnamarkaður
Breiðhöfði, 110 Reykjavík
Sími: 445 3367 & 659 2452
Sérhæfum okkur í ferðavögnum.
www.ferdavagnamarkadur.is

SUZUKI

Rafmagnsfjallareiðhjólin vinsælu fást hjá okkur. Þægileg 26" reiðhjól sem henta vel fyrir íslenskar aðstæður. Verð 188.900.- kr. Einnig til 28" borgarhjól.

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

J.R.BÍLASALAN

Vegna mikillar sölu óskum við eftir bílum á skrá.

MERCEDES-BENZ Sprinter 616 cdi 4x2 með kæli. Árgerð 2006, ekinn 205 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 3.400.000 + VSK einn eigandi og öskju þjónustaður, Rnr.156611.

MERCEDES-BENZ Sprinter 313 cdi 4x2. Árgerð 2008, ekinn 70 Þ.KM, dísel, 6 gírar verkstæðisinnrétting, Verð 3.490.000. Rnr.157220.

JR Bílasala
Bíldshöfði 3, 110 Rvk
Sími: 567 0333
www.jrbilar.is

567 2277 NÝJA www.nyja.is
BÍLAHÖLLIN

BÍLL DAGSINS !!!

BMW 3 318i s/d e90. Árgerð 2010, ekinn 49 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur. Bíllinn er á staðnum. Verð 3.690.000. Rnr.330055.

Nýja bílahöllin
Eirhöfða 11, 110 Rvk.
Sími: 567 2277
www.nyja.is

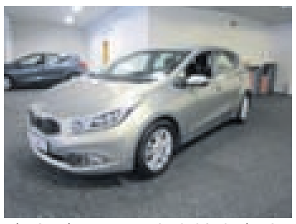
TOPPBÍLAR

TOYOTA Corolla verso. Árgerð 2008, ekinn 96 Þ.KM, bensín, 5 gírar. Verð 1.890.000.TILBOÐ 1.390.000.- Rnr.133648.

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

100bilar.is
bílasala

Nissan Leaf 2015, Nýr bíll - Verksmiðjuábyrgð -Evrópubíll- 7" opnanlegur snertiskjár - 6,6 kw hleðsa - Eigum 2 stk í mismunandi litum- Verð 3790þús er á staðnum. Raðnr 151734



Kia Ceed EX New 1,6 12/2012 ek 53 þkm sjsk, dísel, ásett verð er 3390 þús , er á staðnum, raðnr 119359.

100 bílar ehf
Þverholt 6, 270 Mosfellsbær
Sími: 517 9999
Opið 10-18.00, Lau 11-15
www.100bilar.is

Bílar til sölu

EINN ÓDÝR

Opel Vectra ,99 ATH. biluð kúpling Verð 25þús S. 898-4202

Ford focus titanium, árg. 2011, ek.80.000, sjálfsk., álfelgur ofl. Verð 2.590.000. Hákon,660 5550.

Seldur.is

KAUPUM BÍLA
HÆRRA UPPÍTÖKUVERÐ

Við staðgreiðum bílinn þinn og þú getur þar með fengið staðgreiðsluafslátt af nýja bílnum. Sendu okkur upplýsingar í gegnum www.seldur.is og við sendum þér staðgreiðslutilboð.

250-499 þús.

SSK 4X4 SMÁJEPPLINGUR

DAIHATSU TERIOS 4X4 árg 99 ek.148 þús, sjálfskiptur, ný skoðaður 16, eyðir litlu og lýtur vel út. TILBOÐ 390þús möguleiki á 100% vísaláni s.841 8955

500-999 þús.

GÓÐUR FERÐABÍLL,TILBOÐ 690 ÞÚS

FORD FOCUS C-MAX 2004 ek.148 þús, ný skoðaður 16, ný kúpling, ný dekk ofl.dráttarkrókur, rúmgöður og skemtilegur fjöldskyldubíll ásett verð 850 þús TILBOÐ 690 ÞÚS möguleiki á 100% vísaláni í 36 man s.841 8955

TILBOÐ 590 ÞÚS - 100% VÍSALÁN Í BOÐI

Suzuki Jimny 4X4 árg 2004 ek 150 þús, beinskiptur, ný dekk, lýtur vel, sparneytinn jepplingur sem kemst allt, verð 790 og tilboð 590 þús möguleiki á 100% vísaláni s.841 8955

Bílar óskast

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

0-600 STAÐGREITT

Vantar bíl á verðinu 0-600. Skoða allt. Jeppa, fólksbíl. Má þarfnast lagfæringar. Sími 857 9326.

Sendibílar

Vörubílastöðin Þróttur
ÞRÓTTUR 577-5400
Vörubílar - Kranabílar
Sandur - Mold
Jarðvinna
Sími 577 5400

568 5000 NS NÝJA-SENDIBÍLASTÖÐIN

Allar stærðir sendibíla. Nýja Sendibílastöðin sími 568-5000.

Mótorhjól

NOLAN

Ítalskir cross-hjálmar
Verð aðeins 29.000,-
Kletthálsi 3
sími 540 4900
www.yamaha.is

Húsbílar

PLANIÐ
bílasala
5170000

Stærstir í húsbílum!

KOMDU OG SKOÐAÐU ÚRVALIÐ!
Korputorgi
112 Reykjavík · Sími 517 0000
planid@planid.is · www.planid.is
/bilasalanplanid

Reiðhjól

RAFMAGNS-REIÐHJÓL
ALLT AÐ 50% AFSLÁTTUR AF ELDRI ÁRGERÐ.
VERÐ NÚ FRÁ 75.000,-
TAKMARKAÐ MAGN.
EL - BIKE.IS
Bindir & stál ehf.
Hvaleyrarbraut 39
220 Hafnarf. S. 864 9265

Fellihýsi

Umboðssala á notuðum tjaldvögnum fellihýsum húsbílum hjólhýsum
Risasýningarsvæði á Korputorgi
Útilegu maðurinn

Ferðavagna-eigendur Athugið!
NEW

Vitlu leigja út ferðavagninn þinn í sumar? Mikil eftirspurn!! www. highway.is S: 5378787

BÍLL DAGSINS

PEUGEOT 308 Active Turbo
Nýskráður 12/2014, ekinn 2 þús.km., bensín, sjálfskiptur.

Verð kr. **3.690.000**

SUZUKI

Swift Sport
Nýskráður 6/2014, ekinn 18 þús.km., bensín, 6 gírar.
Verð kr. 2.990.000

KIA

Ceed EX CRDi Premium
Nýskráður 6/2012, ekinn 35 þús.km., dísel, sjálfskiptur.
Verð kr. 3.490.000

PEUGEOT

3008 Hybrid 4WD
Nýskráður 2/2013, ekinn 23 þús.km., dísil, sjálfskiptur.
Verð kr. 5.900.000

HONDA

Jazz Comfort
Nýskráður 6/2010, ekinn 85 þús.km., bensín, 5 gírar.
Verð kr. 1.750.000

HONDA

CR-V Executive Dísil
Nýskráður 8/2013, ekinn 15 þús.km., dísll, sjálfskiptur.
Verð kr. 6.490.000

HONDA

CR-V ES
Nýskráður 1/2007, ekinn 141 þús.km., bensín, 5 gírar.
Verð kr. 1.790.000

HONDA

CR-V ES
Nýskráður 1/2005, ekinn 185 þús.km., bensín, sjálfskiptur.
Verð kr. 1.550.000

HONDA

Accord Sport
Nýskráður 4/2005, ekinn 151 þús.km., bensín, sjálfskiptur.
Verð kr. 1.490.000

Opnunartími
Mánudaga - föstudaga milli kl. 10:00 og 18:00
Laugardaga milli kl. 12:00 og 16:00

BERNHARD
NOTAÐIR BÍLAR
Bílakjarnanum • Eirhöfða 11 • Sími 551 7171 • notadir.bernhard.is

Palomino Colt árg 05 í góðu standi. Geymt inni yfir vetur. Velbúið aukahl. Bremsur endurnýjaðar 2014, nýr geymir,ný dekk. Verð 800þ kr og engin skipti. Uppl í s 8632581.

Bátar

SWIMAX SLÖNGUBÁTAR
320 - 420 cm frá 199.000 kr.
Veiðiportið Grandagarði 3, s. 552-9940
Nánar á veiðiportid.is

Bílaþjónusta

Hjólbarðar

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

Viðgerðir

BÍLAVERKSTÆÐIÐ SMÁPARTAR
Getum bætt við okkur nokkrum kúnnum

Upplýsingar á Smápartar.is eða í síma 5675040-7785040

ÞJÓNUSTA

Pípulagnir

ÁRATUGA REYNSLA
Tökum að okkur almennt viðhald og breytingar. Pípulagningaþjónustan Ró ehf. s. 780 3939

Hreingerningar

Hreingerningaþjónusta
Þvegillinn
5 44 44 46

Hreingerningar - Bónun - Bónleysing Flutningsþrif - Þrif eftir iðnaðarmenn thvegillinn.is - Stofnað 1969 Traustir og vanir menn.

VY-ÞRIF EHF.
Öll almenn þrif, fyrir heimili, húsfélög, fyrirtæki ofl. Gerum verðtilboð. S. 662 4010 www.vy.is

Garðyrkja

Smávélaviðgerðir, viðgerðir á utanborðsmótorum: Garðsláttuvélar, sláttuorf, sláttutraktorar, jarðvegsþjöppur, dælur, kerrusmíði, Gokart þjónusta, keðjusagir, rafstöðvar, einnig úrval af notuðum sláttuvélum. Vélverk JS S. 554 0661. www. velaverkjs.is

Garðaþjónusta Íslands ehf
www.garda.is
Vönduð vinnubrögð
Róbert S. 517 5900

FYRIRMYNDAR GARÐSLÁTTUR
Ódýr og vandaður garðsláttur og trjáklippingar fyrir húsfélög og einstaklinga. Engi ehf 615-1605, grasblettur@gmail.com

Bókhald

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

Málarar

MÁLARAMEISTARI
Jón Ingvar Garðarsson málarameistari tilboð - tímavinna s. 896 6148.

Löggiltur málari getur bætt við sig verkefnum. Pakmálun, úti og inni málning. S. 693 2625

Búslóðaflutningar

Ert þú að flytja? Búslóðafl., fyrirtækjafl., píanófl. o.fl. Extra stór bíll. Búslóðalyfta. Flutningaþj. Mikaels. S. 894 4560 www.flytja.is flytja@flytja.is

Húsaviðhald

VIÐHALD
fasteignaviðgerðir
Viðhald og viðgerðir fasteigna fyrir fyrirtæki, húsfélög og einstaklinga.
- múrviðgerðir
- þakviðgerðir
- málningarvinnu
- trésmíðavinnu
- gluggaskipti
- glerskipti
- pípulagnir
- flísalagnir
- jarðvinna
- hellulagnir
- álklæðningar

Sími 567 6699
vidhald@vidhald.is
www.vidhald.is

HÚSAVIÐGERÐIR
Veitum sérhæfða þjónustu varðandi breytingar, viðgerðir og viðhald á öllum mannvirkjum að utan sem innan.
ÖRUGG OG FAGLEG ÞJÓNUSTA.
UPPL. Í SÍMA 858 3300

Við hreinsum allar gerðir loftræstikerfa. Hafðu samband og pantaðu fría ástandsskoðun í síma: 557 7000 eða inná www.k2.is

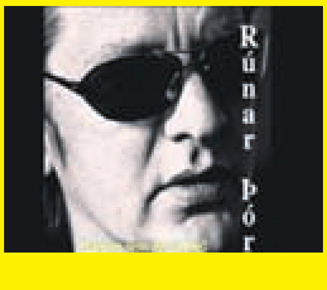
skemmtanir

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

LAUGARDAGURINN 23. MAÍ
EUROVISION Í BEINNI
LEIKIR HELGARINNAR

SUNNUDAGURINN 24. MAÍ
13:50 CHELSEA - SUNDERLAND
13:50 STOKE CITY - LIVERPOOL

HLJÓMSVEITIN KLETTAR



RÚNAR ÞÓR, ÁSGEIR ÓSKARS, SIGGI ÁRNA OG TRYGGVI HUBNER SPILA UM HELGINA.
Allir velkomnir

http://www.facebook.com/cafecatalina
Heimilismatur í hádeginu virka daga • Eldhúsið opið alladaga til kl. 21:00 • Boltatilboð • Snyrtilegur klæðnaður áskilin

Nudd

NÝTT NÝTT, ný og glæsileg nuddstofa í 101, opið alla daga S.7877481

Spádómar

SÍMASPÁ 555 2927
Draumaráðningar, fyrirbænir. Opið frá 15-21 Hanna s. 847 7596

Rafvirkjun

RAFLAGNIR, DYRASÍMAR. S. 663 0746.
Bjóðum hagstætt verð í töfluskipti. Straumblik ehf. Löggiltur Rafverktaki. straumblik@gmail.com

KEYPT & SELT

Óskast keypt

STAÐGREIÐUM OG LÁNUM ÚT Á: GULL, DEMANTA, VÖNDUÐ ÚR OG MÁLVERK!
Hringar, hálsmen, armbönd, Rolex, Cartier, Patek Philippe o.fl. Hringdu núna og fáðu tilboð þér að kostnaðarlausu! www.kaupumgull.is
Opið mán - lau 11-17, Kringlan - 3. hæð (Hagkaupsmegin)
Upplýsingar í síma 661 7000

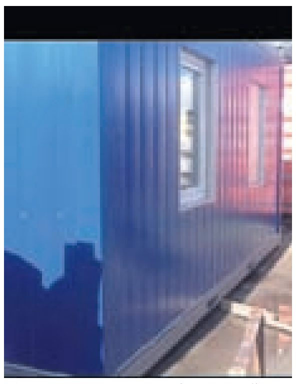
KAUPUM GULL - JÓN & ÓSKAR
Kaupum gull til að smíða úr. Spörum gjaldeyri. Heiðarleg viðskipti. Aðeins í verslun okkar Laugavegi 61.
Jón og Óskar - jonogoskar.is
s. 552-4910.

Tölvur

NOTAÐ UPPÍ NÝTT!
Við tökum allar tölvur uppí nýja, mættu á staðinn og fáðu verðmat strax!.

Tölvuvirkni, Holtasmára 1, Sími 555-6250

Til bygginga



Vinnuskúr, gámhús 20 fet, ónotað Sjá augl. á bland.is Verð 700 þ+vsk, s. 8602130

Sjónvarp

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

Verslun

NÝ SKEMMTILEG SENDING KOMIN
Vinsælasta unaðsvara heims We-Vibe 4, Butt plugs, 50 Shades of Grey vörur, ástarkúlur, egg o.fl. Sendum um allt land - tökum við millifærslu, netgíró og greiðslukortum www.hush.is

HEILSA

Nudd

TANTRA NUDD
Ekta vígsla í leyndardóma Tantra með Tantra nuddi. Einstæð upplifun fyrir pör, konur og karla. 112 Rvk. S.698 8301 www.tantra-temple.com

Heilnudd. Nuddstofan svæði 112. Uppl. S: 823 5669 eða 693 0348

HÚSNÆÐI

Húsnæði í boði

WWW.LEIGUHERBERGI.IS
Dalshraun 13 Hafnarfirði

Funahöfða 17a-19, Reykjavík

Smiðjuvegi 68-72 Kópavogi

VERÐ FRÁ 55.000 á mán. Rent a room price from 55.000 kr. per month.
gsm 777 1313
leiga@leiguherbergi.is

TIL LEIGU Á AÐEINS 950 KR FM!
Kistumelar 16, 116 Reykjavík 165 - 280 fm bil með allt að 9 m lofthæð, stórar innkeyrsluhurðir, góð malbikuð lóð og greið aðkoma.
Uppl. veitir Hafsteinn í s. 690-3031

Sumarbústaðir

Sumarbústaður til sölu ca. 45 mín frá Rvk verð tilboð. Upplýsingar í síma:8620487 Þorvaldur og 8992968 Jón.

Atvinnuhúsnæði

TIL LEIGU OG SÖLU
Ný 50 m2 bil í Steinhellu 14. Mikil lofthæð. Góðir gluggar og hurðir. Fyrir frístundir eða lítinn rekstur. S: 661-6800 og 564-6500

Geymsluhúsnæði

GEYMSLUR.COM
Frá kr. 3990 hjá Ikea í Garðabæ og Fiskislóð í Reykjavík. S. 555 3464

FYRSTI MÁNUÐUR FRÍR WWW.GEYMSLAEITT.IS
Og ódýrt eftir það. Stærðir 1 til 17 m2. Nýtt, upphitað og vaktað. S: 564-6500

WWW.BUSLODAGEYMSLA.IS
Búslóðageymsla Olivers frá 3000 kr mán. Langtímasamningur í boði. S. 567 4046 & 892 0808.

SUMARTILBOÐ GEYMSLULAUSNIR.IS
Verð frá 2900kr.mán Sækjum og sendum. S: 615-5005

ATVINNA

Atvinna í boði

SÓLAR

SÓLAR EHF
Óskum eftir hressu fólki í ræstingarvinnu, hlutastarf. Nánari uppl á skrifstofu Sólar Kleppsmýrarveg 8, 104 R milli 10-16. We are looking for people for cleaning jobs, part time. More info at Sólar office Kleppsmýrarveg 8, 104 R between 10-16. Must speak icelandic or english.

Rótgróið verktakafyrirtæki óskar eftir mönnum í hellulagnir. Næg verkefni framundan, reynsla æskileg. Umsóknir og ferilskrár berist til baldur@btverk.is

Assistants needed in a bakery in the Reykjavík area. Shift work. Please apply to umsokn@kornid.is

TILKYNNINGAR

Einkamál

Rauða Torgið
Sönn tilbreyting • Heit ævintýri
Stefnumót: 905-2000 • 535-9920
Konur, allt frítt í s. 555-4321
Karlar auglýsa frítt, 535-9922
Símadömur • live spjall
908-6000 • 535-9999

Kona („Magga") leitar karlmanns með tilbreytingu í huga. Gefur upp sitt nýja símanúmer. Rauða Torgið, s. 905-2000 og 535-9920, augl.nr. 8505.

Hugguleg kona vill kynnast fullorðnum karlmanni með góðar stundir í huga. Rauða Torgið, s. 905-2000 og 535-9920, augl.nr. 8554.

Gullfalleg ung kona (með yndislega rödd) vill heyra í karlmönnum. Gefur upp símanúmer. Rauða Torgið, s. 905-2000 og 535-9920, augl.nr. 8308.

SÍMADÖMUR 908 1666
Spjalldömur, hlökkum til að heyra í þér. Opið þegar þér hentar!

SKORRADALUR-VATNSENDAHLÍÐ 135
OPIÐ HÚS SUNNUD. 24. MAÍ KL.14.00-16.00
- Glæsilegur 82 fm. bústaður, mikið útsýni.
- Þrjú svefnherbergi, opin stofa og eldhús
- Frábær staðsetning, stutt frá borginni
- Mikil lofthæð, tilb. til innréttinga/fullbúinn

V.20.7-23.5 milj.

Hafðu samband
NADIA KATRÍN BANINE
Sölufulltrúi. Sími 692 5002

ÍRIS HALL
Löggiltur fasteignasali
irishall@landmark.is

LANDMARK
FASTEIGNASALA
ÍRIS HALL - Löggiltur fasteignasali
SÍMI 512 4900 – BOLHOLTI 4 – LANDMARK.IS

EIGNAMIÐLUN
Sala fasteigna frá 1957
Elsta starfandi fasteignasala landsins

Vatnsendahlíð 134 - 311 Borgarnesi

Glæsilegur nýlegur 79,6 fm sumarbústaður á frábærum stað við Skorradalsvatn í landi Vatnsendahlíðar. Fallegt útsýni er yfir vatnið. Bústaðurinn með verönd allan hringinn, heitum potti og geymslurými undir bústaðnum. Lóðin er öll skógi og kjarri vaxin.
OPIÐ HÚS VERÐUR UM HVÍTASUNNUHELGINA.
MAGNÚS SÝNIR S. 617 1712 V. 27 m. 3996

588 9090 · www.eignamidlun.is · Grensásvegi 11 · 108 Reykjavík

Svæðisáætlun um meðhöndlun úrgangs á Norðurlandi 2015-2026

Fyrir hönd átján neðangreindra sveitarfélaga auglýsir verkefnisstjórn tillögu að sameiginlegri svæðisáætlun um meðhöndlun úrgangs á Norðurlandi fyrir tímabilið 2015-2026 ásamt umhverfisskýrslu sem gerð er í samræmi við lög nr. 105/2006 um umhverfismat áætlana og er hluti af tillögunni. Tillagan er auglýst með vísan til 6. gr. laga nr. 55/2003 um meðhöndlun úrgangs, með síðari breytingum, sbr. einnig 7. gr. laga nr. 105/2006 um umhverfismat áætlana.

Tillagan ásamt umhverfisskýrslu liggur frammi á skrifstofum hlutaðeigandi sveitarfélaga og er aðgengileg á heimasíðu Flokkun Eyjafjörður ehf., ***http://www.flokkun.is.*** Öllum er frjálst að gera athugasemdir við tillöguna og umhverfisáhrif hennar. Athugasemdir skulu vera skriflegar og þurfa þær að berast til Ólafar Hörpu Jósefsdóttur, formanns verkefnisstjórnar, Geislagötu 9, 600 Akureyri, eða á netfangið ***flokkun@flokkun.is*** í síðasta lagi **föstudaginn 3. júlí 2015.**

F.h. Húnaþings vestra, Húnavatnshrepps, Blönduósbæjar, Skagabyggðar, Sveitarfélagsins Skagastrandar, Sveitarfélagsins Skagafjarðar, Akrahrepps, Fjallabyggðar, Dalvíkurbyggðar, Hörgársveitar, Akureyrarbæjar, Eyjafjarðarsveitar, Svalbarðsstrandarhrepps, Grýtubakkahrepps, Þingeyjarsveitar, Norðurþings, Tjörneshrepps og Skútustaðahrepps.

Verkefnisstjórn

HÖFÐI FASTEIGNASALA

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

Runólfur Gunnlaugsson
lögg. fast.

Ásmundur Skeggjason
lögg. fast.

Brynjar Baldursson
sölufulltrúi

Jóhann Friðgeir Valdimarsson
sölufulltrúi

Kristinn Tómasson
lögg. fast.

Fyrir fólk á fasteignamarkaði

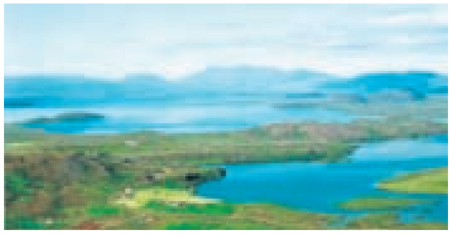
Sumarhús við Langá á Mýrum

Sumarhús við Langá á Mýrum, stutt frá Borgarnesi – Húsið er 83,1 fm. á 5.000 ferm. eignarlóð úr landi Jarðlangsstaða (skammt frá Langá). Laust við kaupsamning. Lóðin er með miklum trjágróðri og fallegt útsýni er frá bústaðnum. **Verð 17, 9 millj. Uppl. veitir Runólfur á Höfða s. 892 7798 runolfur@hofdi.is**

Skorradalur – Indriðastaðir

Vinalegur 30,4 fm. sumarbústaður i landi Indriðastaða. Lóðin er 2.900 fm. eignalóð. Bústaðurinn er hitaður upp með rafmagnskyndingu, en hitaveita er á svæðinu. Svæðið er gróið með miklu birki og útsýni yfir Skorradalsvatn. C.a. 50 mín. akstur frá Reykjavík. **Verð 7,9 millj. Uppl. veitir Runólfur á Höfða s. 892 779.**

Úlfljótsvatn – sumarhúsalóðir



Fallegar eignarlóðir við Úlfljótsvatn í Grímsnes- og Grafningshreppi. Landið hallar mót vestri með frábæru útsýni yfir vatnið og snýr vel við sól. Á svæðinu í heild hafa verið skipulagðar 33 sumarhúsalóðir frá rúmlega 0,8 - 1,9 hektarar að stærð. **Verð frá kr. 3,9 millj. Upplýsingar Ásmundur á Höfða sími 8953000**

Sumarhús – Þingvellir.

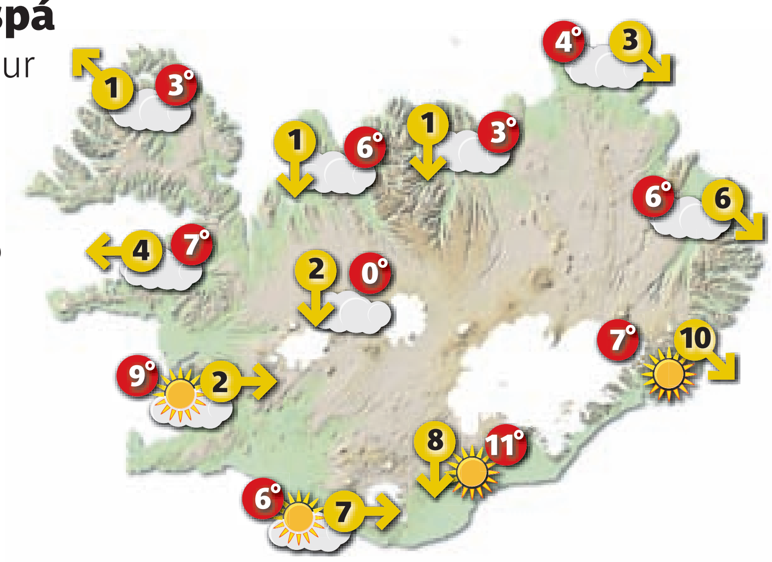
Vel staðsett 43,7 fm. sumarhús við Þingvallavatn, í landi Villingaholts. Aðeins 35 mín akstur úr Reykjavík ef ekið er um Nesjavallaleið. Fallegt útsýni er út á vatnið og leyfi fyrir bát með uppsátri. Rafmagn og heilsársvatn er í húsinu. Húsið stendur á 2000 fm leigulóð sem leigð er til 2024. **Verð kr. 13,9 millj. Sigurður sýnir: s- 896 2099.-**

2 SAMAN Í SETTI
YUMI BORÐ kr. 28.400
KLAPPSTÓLL kr. 5.990
PILLAR LJÓS kr. 19.950
FRÁ kr. 4.900
FRÁBÆRT ÚRVAL AF PÚÐUM
GYRO kr. 156.400
BALDVIN 3JA SÆTA SÓFI 196 CM kr. 129.900
PLAN TO WASH
Poki fyrir þvott kr. 3.200
BUTTERFLY STÆKKUN
MONICA BORÐSTOFUBORÐ 90X180/270 kr.157.800
- HÚSGÖGN OG FYLGIHLUTIR FYRIR HEIMILIÐ -
Motta 70x200 kr. 17.500
GINA STÓLL kr. 19.700
BLAÐAGRIND kr. 8.900
kr. 9.800
kr. 16.700
MIST KLUKKA kr. 9.980
BETINA EIKARSKENKUR 170 CM kr. 144.700
JOY STÓLL kr. 170.900
CALVIN TUNGUSÓFI 269X153 CM kr. 227.400
- 25% AFSLÁTTUR AF VÖLDUM SÝNINGARSÓFUM -
LUIGI
SJÓNVARPSSÓFI MEÐ STILLANLEGUM HNAKKAPÚÐUM - STÆRÐ 235X166
KR. 342.500 / AFLÁTTARVERÐ KR. 256.875
VALMONT
3JA SÆTA SÓFI - STÆRÐ 220X90
KR. 151.300 / AFLÁTTARVERÐ KR. 113.475
SIMONE
3JA SÆTA SÓFI - STÆRÐ 230X94
KR. 217.300 / AFLÁTTARVERÐ KR. 162.975
fyrstur kemur, fyrstur fær...
LÍNAN
BÆJARLIND 16 KÓPAVOGUR SÍMI 553 7100 WWW.LINAN.IS
OPIÐ MÁNUDAGA TIL FÖSTUDAGA 11 - 18 LAUGARD. 11 - 16

Veðurspá

Föstudagur

Minnkandi norðlæg átt í fyrramálið, hæg breytileg átt síðdegis á morgun. Léttir víða til, en skýjað norðaustanlands og slydduél þar lengst af. Hiti 2 til 6 stig norðaustantil, en 8 til 12 stig sunnan heiða. Gengur í suðaustan 8-15 og fer að rigna vestast seint um kvöldið.

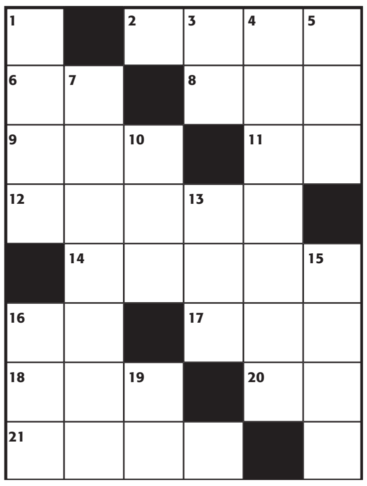


Laugardagur

Reykjavík	Ísafjörður	Akureyri
7°	5°	7°
9	8	12
Egilsstaðir	**Kirkjubæjarkl.**	**Hveravellir**
6°	7°	1°
7	5	11

Sunnudagur

Reykjavík	Ísafjörður	Akureyri
7°	2°	4°
5	6	7
Egilsstaðir	**Kirkjubæjarkl.**	**Hveravellir**
7°	9°	1°
10	13	7



KROSSGÁTA

LÁRÉTT
2. framanverður, **6.** í röð, **8.** þrekvirki, **9.** gifti, **11.** ónefndur, **12.** hlé, **14.** arkarbrot, **16.** skst., **17.** sigað, **18.** fljótfærni, **20.** ólæti, **21.** mælieining.

LÓÐRÉTT
1. garga, **3.** til dæmis, **4.** skortíta, **5.** starf, **7.** krókus, **10.** skordýr, **13.** spíra, **15.** hræðsla, **16.** húsfreyja, **19.** vörumerki.

LAUSN

LÁRÉTT: 2. ytri, **6.** rs, **8.** dáð, **9.** gaf, **11.** nn, **12.** aflát, **14.** fólíó, **16.** fr, **17.** att, **18.** ras, **20.** at, **21.** únsa.
LÓÐRÉTT: 1. orga, **3.** td, **4.** ráníta, **5.** iðn, **7.** saffran, **10.** fló, **13.** ála, **15.** ótti, **16.** frú, **19.** ss.

SKÁK

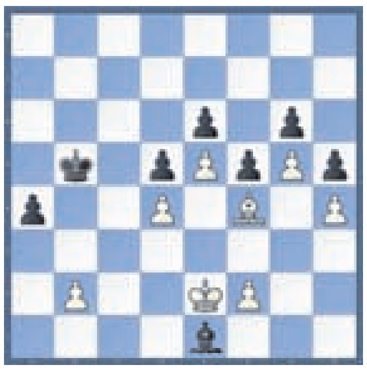
Gunnar Björnsson

Einar Hjalti Jensson (2.359) hafði svart gegn Sigurði Daða Sigfússyni (2.319) á Íslandsmótinu í skák í Hörpu.

Svartur á leik

50.... Bxf2! 51. Kxf2 Kc4. Þótt hvítur geti gefið biskupinn fyrir a-peðið mun frípeð svarts á f-línunni ávallt tryggja honum sigur. Sigurður Daði gafst því upp. Það stefnir í mikla baráttu Hjörvars og Héðins um Íslandsmeistaratitilinn.

www.skak.is: Níunda umferð kl. 17 í dag í Hörpu.



FRÉTTABLAÐIÐ ER HELGARBLAÐIÐ

Tvö til þrjú intersex börn fæðast árlega á Íslandi og oft eru ónauðsynlegar aðgerðir gerðar á þeim. Kristín María Björnsdóttir lét framkvæma aðgerð á dóttur sinni þegar hún var ungbarn og sér eftir því enn í dag.

Meira en þriðjungur Þjóðverja telur Angelu Merkel kanslara hafa logið að kjósendum fyrir þingkosningarnar árið 2013.

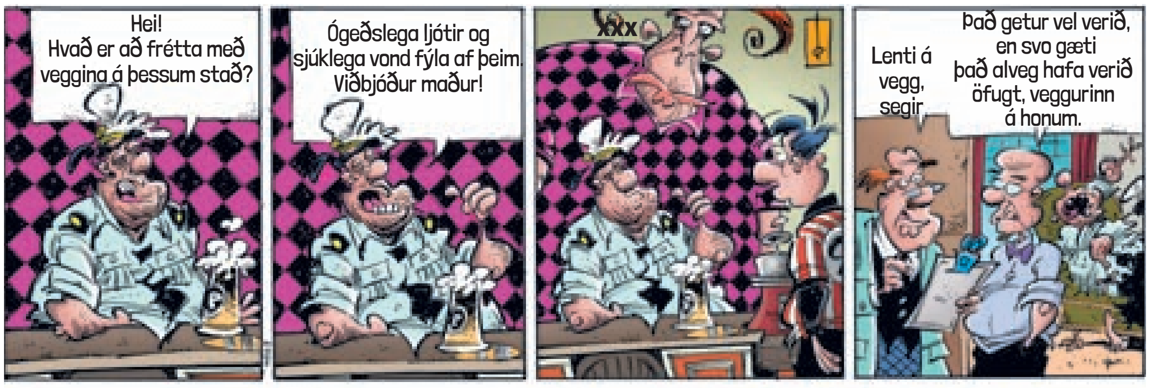
Fréttablaðið fór á tónleika með OMAM í Portland og ræddi við meðlimi sveitarinnar um lífið í rútunni.

FRÉTTABLAÐIÐ
Ómissandi hluti af góðri helgi

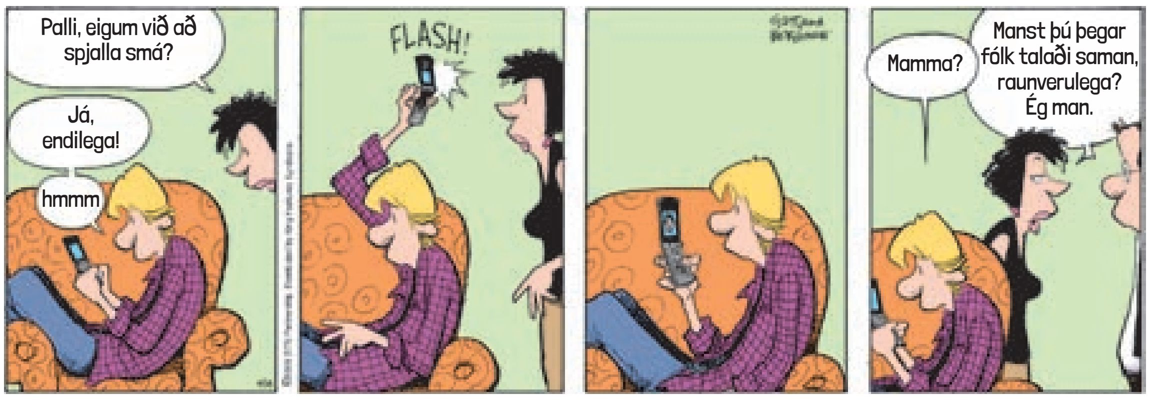
Skaftahlíð 24 | 105 Reykjavík | 512 5000
Auglýsingar 512-5401 | **visir.is**

Myndasögur

PONDUS — Eftir Frode Øverli



GELGJAN — Eftir Jerry Scott & Jim Borgman



BARNALÁN — Eftir Jerry Scott & Rick Kirkman

SUDOKU

LÉTT

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

MIÐLUNGS

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

ÞUNG

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

LAUSN SÍÐUSTU SUDOKU

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

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

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

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

Lausnin verður birt í næsta tölublaði Fréttablaðsins.

nexus 9

16GB | WIFI	32GB | 4G
79.995	**99.995**

ANDROID 5.0 LOLLIPOP

Nýjasta Android stýrikerfið með auðveldari leiðum til að skipta milli forrita,flakka um netið, horfa á bíómyndir og hlusta á tónlist.

FULLKOMIN SKJÁGÆÐI

Kristaltær 8.9“ IPS skjár með **1538X2048 punkta QXGA** upplausn og rispuþolnum **Gorilla Glass 3.**

TEGRA K1 ÖRGJÖRVI

Nýi fjögurra kjarna **Tegra K1 örgjörvinn** sem keyrir þyngstu og flottustu öppin í fullkomnum gæðum.

9,5 KLST RAFHLÖÐUENDING

Sérstaklega löng rafhlöðuending með stórri **6700mAh rafhlöðu** og betri orkunýtingu.

tl.is
TÖLVU LISTINN

REYKJAVÍK
SUÐURLANDSBRAUT 26
Sími 414 1700

AKUREYRI
GLERÁRGÖTU 30
Sími 414 1730

HÚSAVÍK
GARÐARSBRAUT 18A
Sími 464 1600

EGILSSTAÐIR
KAUPVANGI 6
Sími 414 1735

KEFLAVÍK
HAFNARGÖTU 90
Sími 414 1740

SELFOSS
AUSTURVEGI 34
Sími 414 1745

AKRANES
ÞJÓÐBRAUT 1
SÍMI 431 3333

ROOTS UNROOTED Mirte Bogaert og Juliette Louste

Kveðjudans

Í júní og júlí verður Tjarnarbíó lokað vegna framkvæmda, þar sem efri hluti áhorfendastúkunnar verður endurgerður og ný, betri sæti sett í staðinn. Í nýja salnum verða 30 fleiri sæti og sjónlína verður leiðrétt. Einnig verður ýmis tækjakostur hússins endurnýjaður.

Í tilefni af þessum breytingum hafa Juliette Louste og Mirte Bogaert samið Roots Unrooted, dansverk til heiðurs gömlu stúkunni, sem þær munu frumsýna í kvöld kl. 20.

Áhorfendur á sýningunni munu fá að sjá salinn á hátt sem þeir hafa aldrei séð áður, en þær bjóða áhorfendum að hverfa á vit minninganna sem salurinn býr yfir, með leikgleði og dans að leiðarljósi, en Roots Unrooted er frumlegt dansverk sem þurrkar út hefðbundin mörk milli áhorfenda og flytjenda. Mirte Bogaert og Juliette Louste leita sífellt að nýjum heimkynnum, til að dansa, hittast, til að fagna tíma, rými, hreyfingu og hljómi. Þær eiga sér gerólíka sögu, en samt svo líka. Leið þeirra um tíma og rúm skapaði í þeim sams konar hugarfar, um listina og um lífið.

Sama kvöld, að sýningu lokinni, heldur Kári Viðarsson tónleika á Tjarnarbarnum. Hann hefur notið mikilla vinsælda með flutning sinn, sem er einhvers staðar á milli uppistands og tónleika. - mg

Alltaf skemmtilegt að skapa

Fimm verkefni fengu í gær nýræktarstyrk Miðstöðvar íslenskra bókmennta og verk yngstu höfundanna er eftir Arnór Björnsson og Óla Gunnar Gunnarsson en annar er á fyrsta ári í Versló og hinn klárar grunnskólann í vor.

Í gær var úthlutað nýræktarstyrkjum Miðstöðvar íslenskra bókmennta við hátíðlega athöfn í Gunnarshúsi. Illugi Gunnarsson mennta- og menningarmálaráðherra, tilkynnti hverjir hlutu styrkina í ár sem er úthlutað til útgáfu á nýjum verkum ungra höfunda en þetta er í áttunda skipti sem nýræktarstyrkjum er úthlutað. Höfundarnir skila inn handriti til umsóknar og í ár eru það fimm verk sem hljóta styrk úr sjóðnum.

Að heiman, höfundur Arngunnur Árnadóttir.

Glópagull og galdraskruddur, barnabók, höfundur Kristín Ragna Gunnarsdóttir.

Himnaljós, smásögur, höfundur Áslaug Björt Guðmundardóttir.

Sirkus, skáldverk, höfundur Júlía Margrét Einarsdóttir.

Af hverju breytast allir í kringum mann þegar maður verður UNGLINGUR en ég er alltaf sama krúttið? Höfundar Arnór Björnsson og Óli Gunnar Gunnarsson og ritstjóri Bryndís Björgvinsdóttir.

Yngstu styrkþegarnir að þessu sinni eru þeir Arnór Björnsson og Óli Gunnar Gunnarsson með Af hverju breytast allir í kringum mann þegar maður verður UNGLINGUR en ég er alltaf sama krúttið? Þeir gerðu garðinn frægan með leiksýningunni Unglingurinn á vegum Gaflaraleikhússins en þeir bæðu skrifuðu verkið og léku í því.

Arnór og Óli Gunnar eru frændur og er aðeins ár á milli þeirra félaga en Óli Gunnar er árinu yngri. „Arnór er á fyrsta ári í Versló en ég er að klára tíunda bekkinn,“ segir Óli Gunnar. „En ég stefni líka í Versló á næsta ári og vona að það gangi eftir. Um styrkveitinguna segir Óli Gunnar að þetta sé óneitanlega smá pressa en þó fyrst og fremst innblástur og hvatning. „Þetta tiltekna verkefni kom eiginlega þannig til að Bryndís Björgvinsdóttir hafði samband við okkur og kom með þessa hugmynd út frá leikritinu okkar. Þetta verður kannski dálítið sérstök bók sem kemur til með að vera í senn skáldsaga og sagan um okkur að rífast um hvernig bókin eigi að vera. Við erum þó ekki komnir langt með verkefnið þar sem við erum báðir í prófum en förum svo á fullt í sumar. Það hjálpar okkur líka hvað Unglingurinn gekk vel því það hefur gefið okkur sjálfstraust.

Óli Gunnar ætlar sér að verða leikari í framtíðinni og telur að það sé nú ekki ólíklegt að Arnór ætli sér það líka þó að hann verði auðvitað að svara fyrir sig. Hann bendir líka á að það fari í raun mjög vel saman við ritstörfin.

„Málið er að það er bara svo skemmtilegt að skapa og ef maður lendir kannski í þeirri stöðu að vera atvinnulaus leikari þá getur maður skapað sér vinnu með skrifunum. Í sumar erum við t.d. að fara að leika Unglinginn bæði í Póllandi og Kína og það er alveg rosalega spennandi og skemmtilegt dæmi sem við hlökkum mikið til.“

magnus@frettabladid.is

NÝRÆKTARSTYRKURINN Styrkþegar voru glaðir og ánægðir með viðurkenninguna. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Reykjavíkurborg
Umhverfis- og skipulagssvið

Auglýsing um breytingu á deiliskipulagi í Reykjavík

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

Laugavegur 120

Með vísan til athugasemda Skipulagsstofnunar dags. 6. maí sl. þar sem fram kom að í fyrri auglýsingu sem birt var þann 30. janúar hafi efnisatriðum breytinganna ekki verið lýst, er hér með endurauglýst tillaga að breytingu á deiliskipulagi Bankareits 1.240.2 vegna lóðarinnar nr. 120 við Laugaveg. Breytingin felur í sér breytingu á byggingarreit og hækkun á nýtingarhlutfalli. Hæð viðbyggingar fer ekki yfir heimilaða hæð gildandi deiliskipulags á horni Stórholts/Þverholts ásamt niðurfellingu á byggingu bílakjallara. Í samræmi við notkun byggingar sem hótel, er krafa um fjölda bílastæða lækkuð. Áður innsendar athugasemdir vegna fyrri auglýsingar halda gildi sínu. Nánar um tillöguna vísast til kynningargagna.

Tillagan liggur frammi í þjónustuveri Reykjavíkurborgar að **Borgartúni 12-14**, 1. hæð, virka daga kl. 8:20 – 16:15, **frá 22. maí 2015 til og með 3. júlí 2015**. Einnig má sjá tillöguna á heimasíðunni, www.reykjavik.is, undir skipulag í kynningu. Eru þeir sem telja sig eiga hagsmuna að gæta hvattir til að kynna sér tillöguna. **Ábendingum og athugasemdum við tillöguna skal skila skriflega, til umhverfis – og skipulagsviðs, b.t. skipulagsfulltrúa, eða á netfangið *skipulag@reykjavik.is*, eigi síðar en 3. júlí 2015. Vinsamlegast notið uppgefið netfang fyrir innsendar athugasemdir með tölvupósti.**

Reykjavík 22. maí 2015
Skipulagsfulltrúi Reykjavíkur

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

Tillaga að breyttu deiliskipulagi í Kópavogi

Hafnarbraut 12. Breytt deiliskipulag.

Í samræmi við 43. gr. skipulagslaga nr. 123/2010 er hér með auglýst tillaga að breyttu deiliskipulagi Hafnarbrautar 12 (áður Vesturvör 25-27 og Hafnarbraut 12-14). Nánar tiltekið afmarkast deiliskipulagssvæðið af Nesvör í suður, Hafnarbraut í vestur, Vesturvör í norður og vesturmörkum lóða við Kársnesbraut 104 og 106. Í breytingunni felst að í stað 130 íbúða fyrir aldraða með tilheyrandi þjónusturými er í tillögunni ráðgert að byggt verði fjölbýlishús með 130 íbúðum fyrir almennan markað. Heildarbyggingarmagn er áætlað um 24.000m2 sem er 2000m2 minna en gildandi deiliskipulag heimilar og nýtingarhlutfall verður 3,1 í stað 3,5. Samkvæmt tillögunni verður fyrirhuguð bygging ein til fjórar hæðir með inndreginni fimmtu hæð að hluta. Hluti þakforms fer yfir hámarkshæð í gildandi deiliskipulagi. Fjöldi bílastæða á lóð er áætlaður alls 162 stæði þar af 130 í bílageymslu neðanjarðar. Nánar um tillöguna vísast til kynningargagna.

Ofangreind tillaga verðir til sýnis á skipulags- og byggingardeild Kópavogs, Fannborg 6, 2. hæð frá kl. 8:30 til 16:00 mánudaga til fimmtudaga og á föstudögum frá 8:30 til 15:00, frá og með 26. maí 2015. Einnig má sjá tillögurnar á heimasíðu bæjarins, www.kopavogur.is. Eru þeir sem telja sig eiga hagsmuna að gæta hvattir til að kynna sér tillöguna. Athugasemdir eða ábendingar skulu hafa borist skriflega skipulags- og byggingardeild Umhverfissviðs, Fannborg 6, 200 Kópavogi eða á skipulag@kopavogur.is eigi síðar en kl. 15:00 fimmtudaginn 9. júlí 2015.

Kópavogsbær

kopavogur.is

Myrkrið í Mörk

BÓKMENNTIR ★★★☆☆

Mörk – saga mömmu
ÞÓRA KARÍTAS ÁRNADÓTTIR

JPV-ÚTGÁFA

Að leggja sín dekkstu leyndarmál á borð fyrir alþjóð krefst hugrekkis og einurðar sem fáir hafa til að bera. Saga Guðbjargar Þórisdóttur af skelfilegu ofbeldi sem hún varð fyrir af hendi afa síns öll sín uppvaxtarár er skráð af slíkri einurð af dóttur hennar Þóru Karítas Árnadóttur að lesandann setur hljóðan og hann kinokar sér við að leggja mat á það hvort bókin sé góð. Efnið er svo persónulegt og að baki því liggur slík þjáning að hefðbundnir staðlar á gildi bókmenntaverka eiga engan veginn við. Þessi saga á einfaldlega erindi við okkur öll, hvort sem okkur líkar betur eða verr.

Frásögnin er öll í fyrstu persónu, skráandinn er ósýnilegur, og verður fyrir vikið nærgöngulli og sárari en ef atburðum væri lýst utan frá. Guðbjörg lýsir æsku sinni og ofbeldinu af mikilli einlægni og lesandanum rennur kalt vatn milli skinns og hörunds við að vera áhorfandi að því helvíti sem hún býr við frá því að hún er ungbarn. Ógnin er alls staðar undirliggjandi og þótt hún eigi góða foreldra og heimili gerir ofbeldið hana að hálfgerðri utangarðsmanneskju í fjölskyldunni að því leyti að þögnin sem hún neyðist til að sveipa misgjörðir afa síns í hamlar henni í því að treysta foreldrunum fyrir sjálfri sér.

Það sem gerir þessa sögu að mörgu leyti sterkari en ýmsar aðrar þar sem kynferðisofbeldi gegn börnum er lýst er lýsing Guðbjargar á því flókna tilfinningamunstri sem fylgir því að vera beittur ofbeldi af nánum ástvini. Hún elskar afa sinn, þrátt fyrir allt, þótt hún hati hann líka og eins og börn í þessum aðstæðum gjarna gera kennir hún sjálfri sér um ofbeldið og reynir sitt besta til að afsaka gerðir ofbeldismannsins sem hún elskar. Það er þyngra en tárum taki að fylgjast með baráttu hennar við eigin tilfinningar á þessu viðkvæma æviskeiði og lesandann langar helst til að geta horfið aftur í tímann og tekið þessa litlu stúlku út úr þessum hryllingi.

Þrátt fyrir skelfilegt umfjöllunarefnið er sagan aldrei yfirdrifin, öllu tilfinningaklámi er vandlega haldið utan hennar og það fer ekki fram hjá lesandanum að Guðbjörg hefur lagt mikla vinnu í að vinna úr þessari hræðilegu reynslu, reynt sitt besta til að skilja og fyrirgefa og hefur tekist að verða ótrúlega heilsteypt manneskja þrátt fyrir að hafa verið svipt æskunni. Maður tekur ofan fyrir slíkri manneskju.

Stíll og málfar bókarinnar er til fyrirmyndar, hér hefur verið nostrað við hvert orð en helsti galli hennar er sá að það er eins og hryllingurinn beri þær mæðgur á köflum ofurliði og þær snúa sér í snarhasti að því að lýsa einhverju öðru, rifja upp sögur fjölskyldumeðlima, einkum afans, og dreifa þannig kjarna sögunnar óþarflega á dreif. Fyrirgefning er eflaust nauðsynlegur þáttur í því að komast í gegnum slíkar upplifanir og leggja þær að baki sér en lesandinn hefur engan áhuga á að skilja og fyrirgefa ofbeldismanninum. Allra síst þar sem slíkir menn leika enn lausum hala um allan heim og eyðileggja fleiri líf en tölu verður á komið.

Friðrika Benónýsdóttir

NIÐURSTAÐA: Sterk, einlæg og sláandi saga sem sendir lesandann í tilfinningarússibana.

40.000
FBL
fréttaþyrstir notendur
Smelltu þér á Fréttablaðsappið og lestu blaðið hvar sem er og hvenær sem er.
Fáðu Fréttablaðið ókeypis í spjaldtölvuna og snjallsímann með Fréttablaðsappinu.
Nálgastu appið á visir.is/fbl eða beint í gegnum:
Download on the App Store
Download from Windows Store
Google play
FRÉTTABLAÐIÐ
Áheyrnarfulltrúum vantreyst í Garðabæ
FRÉTTABLAÐIÐ
PIPAR\TBWA · SÍA

Þrjár ólíkar með öllu í Hafnarhúsinu

Í gær opnuðu í Hafnarhúsinu þrjár forvitnilegar sýningar. Á vegum Listahátíðarinnar í Reykjavík opnaði sýningin Áfangar Richard Serra en Athöfn og yfirskyn eftir Magnús Sigurðarson og Bangsavættir eftir Kathy Clark eru hins vegar á vegum Listasafns Reykjavíkur.

Magnús Guðmundsson
magnus@frettabladid.is

Bandaríkjamaðurinn Richard Serra er einn virtasti myndlistarmaður samtímans. Serra er einkum þekktur fyrir stór útilistaverk og hafa mörg af leiðandi söfnum heims einkasýningar á verkum hans en sýningin Áfangar Richard Serra er á vegum Listahátíðarinnar í Reykjavík. Hafþór Yngvason er sýningarstjóri Áfanga Richard Serra og hann segir að umhverfisverkið Áfangar hafi verið sett upp í vesturey Viðeyjar á Listahátíð 1990.

„Þetta var sannarlega stórhuga verkefni á sínum tíma hjá Listahátíðinni í Reykjavík. Valgarður Egilsson var formaður Listahátíðar á þessum tíma þegar hugmyndin kom að fá meiriháttar listamann að koma og gera verk. Myndhöggvarafélagið kom að þessu og þeir settu bara stærstu nöfnin á lista og í framhaldinu var leitað til Beru Nordal sem fékk Serra til þess að koma án skuldbindinga. Serra kom og sá landið, áttaði sig á aðstæðum, sá eyjuna og stuðlaberg og sagði já.

Það eru fáir sem vita af þessu verki og átta sig á hvað við erum með þarna en sýningunni er ætlað að gera þessu vandlega skil. Auk verkanna er þarna heimildarefni sem Sveinn M. Sveinsson kvikmyndagerðarmaður gerði á sínum tíma og þar á meðal ítarlegt viðtal við Serra. En við verðum með 30 grafísk verk og 19 teikningar sem Serra gaf Listasafni Íslands.

Það athyglisverða er að þetta eru verk sem hann gerir eftir að hann kláraði útilistaverkið. Ekki skissur eða stúdíur heldur verk sem eru gerð á sömu forsendu og verkið úti í eyju.

Þetta er tilraun hjá Serra til þess að ná tilfinningunni aftur og koma henni frá sér. Eins og einhver mundi reyna að rifja upp í orðum þá gerir hann það í myndum.“

Bangsavættir

Myndlistarkonan Kathy Clark frá Bandaríkjunum hefur verið búsett á Íslandi í tíu ár. Kathy er af bandarísku og asísku bergi brotin og ólst upp í úthverfi Chicago-borgar. Hún lauk meistaranámi í myndlist frá San Francisco Arts Institute og sýndi list sína í kjölfarið víðs vegar um Bandaríkin.

Bangsavættir / bears, truths er fyrsta einkasýning Kathy Clark í opinberri listastofnun í Reykjavík. Eitt af langtímaverkefnum Kathy hefur verið að safna böngsum reykvískra barna og hefur verslunin Góði hirðirinn reynst henni góð uppspretta í þessum efnum.

„Málið er að ég er safnari í mér og elska gamla notaða hluti. Þetta er verkefni sem ég byrjaði á fyrir mörgum árum en bakkaði svo út úr aftur áður en ég fór í þetta á fullu. Allt eru þetta notaðir bangsar eða önnur tuskudýr og ég hef oft hugsað hvaða sögu þau hefðu að segja ef þau gætu talað.“

Úr böngsunum sem eitt sinn voru elskaðir og knúsaðir en var að endingu hent gerir Kathy alls konar skemmtilega skúlptúra og verk sem mynda á sýningu hennar sannkallaða undraveröld sem býður áhorfandanum í ferðalag í gegnum lífshlaup manneskjunnar.

„Þegar ég kom til Íslands þá heillaðist ég af görðunum við sjóinn, stígunum og vörðunum sem er að finna svo víða í íslenskri náttúru og það myndar ákveðið leiðarstef í sýningunni. Þetta er ferðin okkar í gegnum lífið, það sem við veljum og óttumst – möguleikarnir sem við stöndum frammi fyrir á hverjum degi.

Þegar ég er búin að vinna bangsana á ýmsa máta þá eru þeir farnir að segja sögu og spyrja spurninga. Það hvetur vonandi áhorfendur til þess að hugsa um lífið.“

Kathy Clark í þeim undraheimi sem hún hefur skapað úr gömlum böngsum..

FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

Undirbúningur að verki Magnúsar Sigurðarsonar, Athöfn og yfirskin, stóð sem hæst í Hafnarhúsinu í vikunni.

FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

Hafþór Yngvasson er sýningarstjóri Áfanga Richard Serra.

Athöfn og yfirskin

Magnús Sigurðarson heldur sína fyrstu einkasýningu hér á landi um langt skeið. Hann er búsettur í Miami í Bandaríkjunum en var áður búsettur í New York að loknu mastersnámi í New Jersey.

„Ég er búinn að vera í Flórída í tíu ár svo það fylgdi því ákveðinn spenningur að koma heim og sýna. En svo þegar ég var kominn niður á hvernig ég vildi hafa þetta þá hvarf stressið eins og dögg fyrir sólu,“ segir Magnús sem hefur ávallt unnið með mjög fjölbreytta tækni og möguleika í sínum verkum. Sýning Magnúsar kallast Athöfn og yfirskin og nú vinnur hann með vídeó og eigin performans í ákveðnu útliti og umhverfi. „Umhverfið er reyndar Hallgrímskirkja þar sem ég tók myndbandið upp fyrir viku með dróna fljúgandi í kringum mig inni í kirkjunni og það við undirleik Harðar Áskelssonar organista á þetta stóra, magnaða orgel kirkjunnar. Ég naut mikillar velvildar Listvinafélags Hallgrímskirkju sem og alls starfsfólks þar og finnst nú reyndar gaman að segja frá því að þegar ég var kominn í mína múnderingu og var að fara að byrja að taka upp þá kom presturinn á harðahlaupum eftir kirkjugólfinu. Mér brá aðeins en svo reif hann bara upp símann, smellti af mér mynd og sagði brosandi: „Fyrir Facebook.“ Mér fannst þetta mjög skemmtilegt.

Myndböndunum verður svo varpað á fjóra veggi sýningarrýmisins og þar í kring er ég með tölvuteikningar af íslenskum fjöllum sem ég hef verið að vinna að mjög lengi. Þegar maður býr í Flórída saknar maður íslensku fjallanna því augað stoppar hvergi í þessu flatlendi þarna og þetta er mín leið til þess að takast á við söknuðinn.“

Magnús segir að allur fjölbreytileikinn sé tilkominn vegna þess að í hans huga sé myndlist samræður. „Myndlistin er heimur endalausra möguleika og ég hef þörf fyrir að ræða þessa möguleika. Þess vegna fékk ég Markús Þór Andrésson sýningarstjóra í lið með mér.“

WITH A LITTLE HELP FROM MY FRIENDS

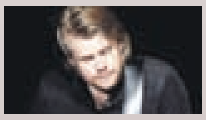
BÍTLAKRÁS fyrir Grensás

Fjöldi landsþekktra listamanna flytja lög Bítlanna Lennon og McCartney
og gefa vinnu sína á **stuðningstónleikum** fyrir Grensásdeild
í Háskólabíói kl 18:00 - laugardaginn 30. maí 2015
Frábær skemmtun á aðeins 4.700,-

Miðasala: midi.is

EFTIRTALDIR AÐILAR KOMA FRAM:

Kynnar: Helgi Pétursson og Bogi Ágústsson, - Listamenn: Björn Thoroddsen, Ari Jónsson, Eyþór Ingi Gunnlaugsson & Lovísa Fjeldsted, Sönghópur úr Domus vox, Hljómsveitin; Bandið bak við eyrað, Ólafía Hrönn, Jóhanna Guðrún Jónsdóttir, Þuríður Sigurðardóttir, Örn Gauti Jóhannsson.



Sing-Along á tjaldi - Leynigestur - Sögusýning í anddyri og margt fleira

HLJÓMSVEITARSTJÓRN:	TROMMUR:	HLJÓMBORÐ:	BASSI:	RADDIR:
Davíð Sigurgeirsson	Óskar Þormarsson	Ingvar Alfreðsson	Ingi Björn Ingason	Gospelkór Jóns Vídalíns

Hollvinir Grensás

Hollvinir Grensás safna fé bæði til tækjakaupa og almennra styrkja við starf Grensásdeildar og einnig til endurbóta á húsnæði deildarinnar.
www.grensas.is

Aukin lífsgæði verða ekki metin til fjár

Styrktaraðili Hollvina Grensás

365

Í GÓÐU STUÐI Það var feiknastuð á æfingunni fyrir Óskarshátíð í gær og von á góðri stemningu í kvöld. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

Óskarshátíð í minningu djassgeggjara úr Eyjum

Pálmi Gunnarsson ásamt fleiri tónlistarmönnum efnir til tónlistarveislu í minningu góðs vinar í kvöld.

„Við bara ætlum að djamma af okkur rassgatið eins og þeir segja á góðri íslensku,“ segir Pálmi Gunnarsson tónlistarmaður léttur í lundu um Óskarshátíð sem blásið verður til á Háaloftinu í Vestmannaeyjum í kvöld.

„Þetta er djasshátíð til minningar um Óskar Þórarinsson, skipstjóra og djassgeggjara frá Vestmannaeyjum,“ segir hann um viðburðinn en Óskar lést 2. nóvember árið 2012 og var einn öflugasti stuðningsmaður djassins á Íslandi að sögn Pálma.

„Hann var einn af stofnendum Djassvakningar á Íslandi og öflugur bakhjarl djassins. Alveg frábær karakter og skemmtilegur maður.“

Pálmi segir því tímabært að heiðra minningu Óskars og blása til tónlistarveislu en á Óskarshátíðinni koma fram Ragnheiður Gröndal söngkona, Ari Bragi Kárason trompetleikari og hljómsveitin TUSK sem skipuð er þeim Pálma, Kjartani Valdemarssyni, Birgi Baldurssyni og Edvard Lárussyni. Óskarshátíð ber upp á afmælishelgi Óskars og er Pálmi þrælspenntur fyrir viðburðinum.

„Við hlökkum mikið til. Það verður mjög gaman að fara til Eyja og búa til góða veislu,“ segir hann léttur í lund að lokum.

Óskarshátíðin hefst á Háaloftinu í Vestmannaeyjum klukkan 21.00 í kvöld. - gló

FÖSTUDAGUR

HVAÐ? HVENÆR? HVAR?

22. MAÍ

Gjörningar

16.00 Útskriftarverk - Þorvaldur Sigurbjörn Helgason - Handan. Hvar: Landakotsspítali. Aðgangur er ókeypis en panta þarf miða á midisvidslist<\@>lhi.is

Leiklist

17.00 The WonderWagon, gamall strætó sem búið er að breyta í lifandi leikhús. Farið á milli listasafna og tónlistarviðburða. Eva María Jónsdóttir, Ilmur Stefánsdóttir og Nanna Hlíf Ingvadóttir sjá um ferðina. Aðgangur 6.000 kr og farið er frá aðalinngangi Hörpu tónlistarhúss.

Pub Quiz

21.00 Júró Pub Quiz á Kondó Bar Dalvík. Upphitun fyrir stóra kvöldið, tveir til þrír saman í liði. Um að gera að koma saman og hafa gaman. Ókeypis aðgangur.

Dans

20.00 Roots Unrooted, dansverk eftir Juliette Louste og Mirte Bogaert,til heiðurs gömlu stúkunni verður frumsýnt í Tjarnarbíó. Miðaverð er 2.000 kr.

22.00 Mjólkurkvöld Borgarholtsskóla á Hendrix við Gullinbrú. Gísli Pálmi stígur á stokk. Aðgangseyrir 1.500 krónur. 18 ára aldurstakmark.

Tónlist

19.30 Óperan Peter Grimes eftir Benjamin Britten verður frumflutt á Íslandi næstkomandi föstudag, 22. maí í Eldborg í Hörpu. Tónleikauppfærslan er samstarfsverkefni Sinfóníuhljómsveitar Íslands, Íslensku óperunnar, Hörpu og Listahátíðar í Reykjavík.

22.00 Byssukisi spilar fyrir dansi á Bar Ananas, Klapparstíg 28. Aðgangur ókeypis.

23.00 Hljómsveitt spilar á Bar 11. Aðgangur ókeypis og bjórinn á 500 krónur fram að miðnætti. Hvar: Hverfisgata 18

Fyrirlestrar

13.00 Gæðavísir 2015. Árleg ráðstefna Rafarnarins um gæði og öryggi í heilbrigðisþjónustu, með áherslu á myndgreiningu. Aðgangur ókeypis. Hvar: Háskólinn í Reykjavík.

Samkoma

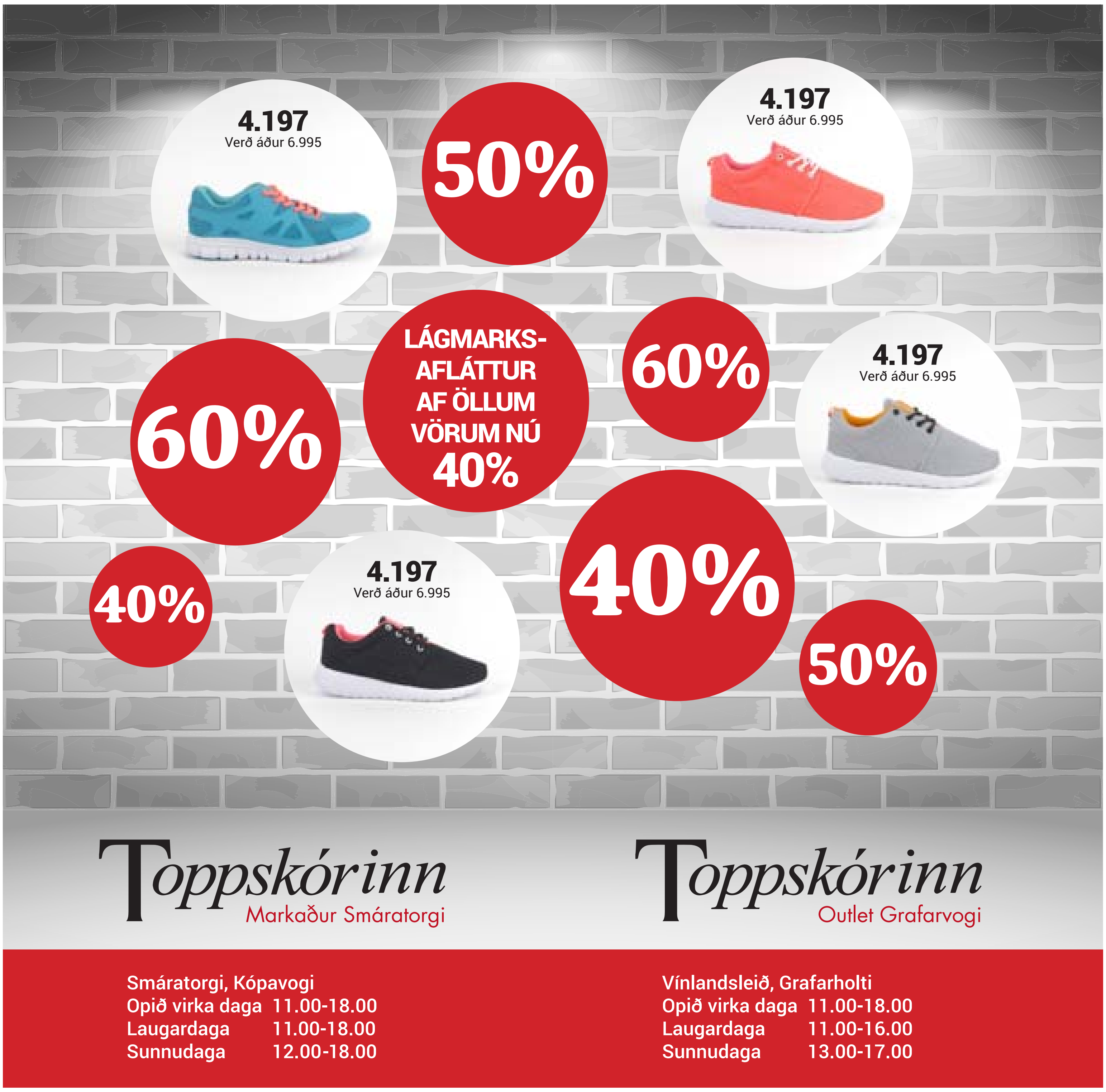
16.00 Hið árlega Summerjam í Bláfjöllum. Búningakeppni og brjálað stuð. Aðgangur 2.000 krónur.

Tónleikar

22.00 Douglas Wilson - Útgáfu og lokatónleikar á Græna hattinum, Akureyri. Aðgangseyrir 2.000 krónur.

22.00 Styrktartónleikra fyrir þolendur jarðskjálftanna í Nepal haldnir á Frederiksen Ale house, Hafnarstræti 5. Fram koma Una Stef, Reykjavíkurdætur, Valdimar, Vio, 1860, Hinemoa og Teitur Magnússon. Aðgangseyrir 1.500 krónur, og rennur óskiptur til söfnunarinnar.

23.00 Casio Fatso eru að fara gefa út plötu og verður hún leikin í heild sinni á Dillon í kvöld. Aðgangur ókeypis.



Aðalvinningur er **Stórglæsilegt 50″ Ultra HD 4K LED sjónvarp frá Samsungsetrinu**

LUKKULEIKUR

Þeir sem koma með bíl í skoðun hjá Frumherja geta skráð sig í happaleik og þannig öðlast möguleika á því að eignast stórglæsilegt 50″ sjónvarp frá Samsungsetrinu sem verður dregið út 1. júní 2015.

Frumherji

Sími: 570 9090 · Netfang: frumherji@frumherji.is · www.frumherji.is

KREATIV

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

BÓNUS BÓNUS BÓNUS BÓNUS

NÝTT KORTATÍMABIL NÝTT KORTATÍMABIL NÝTT KORTATÍMABIL

98 kr. 5 stk.
BÓNUS **Fimm flatkökur**

498 kr. pk
BÓNUS **Hangiálegg** 170g

1398 kr. 500g
Fersk **bláber** 500g

Bláber og rjómi

398 kr. 550ml
Bónus **rjómi** 550ml

198 kr. 170g
Doritos snakk 4 teg. 170g

698 kr. 2 ltr.
KJÖRÍS **Mjúkís 2 ltr.**

59 kr. 250ml
ERUROSHOPPER **Energy drink**

169 kr. 200g
RITZ kex 200g

198 kr. 160g
OLW **Ostasnakk** 160g

798 kr. 4 x 2 ltr.

198 kr. 1.5 ltr.

298 kr. 175g
Lay´s snakk 175g

159 kr. 250g
OLW **Saltstangir** 250g

EUROSHOPPER SÚKKULAÐIÐ 100 grömm

98 kr. 100g.

239 kr. 175g
VOGA **Ídýfur:** krydd-sweet chili-laukur- paprika

698 kr. 4 x 2 ltr.
PEPSI & PEPSI MAX 4 X 2 LTR. **KIPPA**

69 kr. 330ml

BÓNUS EKKERT BRUÐL

Verð í þessari auglýsingu
Gilda a.m.k. til 25. maí

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

LÍFIÐ

BUCKS FIZZ

FÁNÝTUR EUROVISION FRÓÐLEIKUR 1 DAGUR Í EUROVISION

- 2014 var ár smáþjóðanna, en fjórar með undir milljón íbúa kepptu og komust í aðalkeppnina: Ísland og Malta og í fyrsta sinn voru San Marínó og Svartfjallaland í úrslitum.
- Portúgalar hafa tekið þátt 47 sinnum en aldrei komist á topp fimm.
- Íslendingar hafa tvisvar lent í síðasta sæti. 1989 fékk Daníel Ágúst núll stig fyrir Það sem enginn sér og árið 2001 varð Angel með Two Tricky neðst með þrjú stig ásamt Norðmönnum.
- Lúcia Moniz sem keppti fyrir hönd Portúgals árið 1996 fór með eitt hlutverkanna í bresku myndinni Love Actually.
- Árið 1981 voru Bucks Fizz frá Bretlandi þau fyrstu til að klæða sig úr flík á sviðinu.
- Árið 1964 voru sigurvegararnir Ítalir. Gigliola Conquetti flutti lagið Non Ho L'Etá sem flestir þekkja sem Heyr mína bæn á íslensku.
- Dieter Bohlen úr 80's-hljómsveitinni Modern Talking keppti fyrir hönd Austurríkis árið 1989 og var svo í hlutverki stigakynnis Austurríkis árið 2009.

➜ Lúcia Moniz lenti í 6. sæti Eurovision árið 1996

MÆTA Steed Lord verður meðal þeirra sem stíga á svið um verslunarmannahelgina og munu eflaust lokka marga að hátíðinni.

Fyrstu sveitir á Innipúkanum tilkynntar

Sudden Weather Change, Maus og Steed Lord eru meðal þeirra sem koma fram á Innipúkanum í ár.

„Við erum mjög stolt af þessari fyrstu tilkynningu," segir Steinþór Helgi Arnsteinsson, einn af aðstandendum hátíðarinnar Innipúkans sem haldin er ár hvert í miðbæ Reykjavíkur um verslunarmannahelgina. Nú liggur fyrir hverjar fyrstu sveitirnar sem koma fram á hátíðinni eru. Þær eru: Maus, Ylja, Kimono, Sin Fang, Muck, Steed Lord, Sudden Weather Change, Mammút, Sammi Big Band og svo mun söngkonan Sóley einnig troða upp.

„Án þess að maður vilji velja einhvern sérstaklega úr þá er gaman að sjá Maus og Sudden Weather Change sem er að koma saman í fyrsta sinn í langan tíma," segir Steinþór. Búist er við fjölmenni á hátíðina. „Undanfarin ár höfum við alltaf selt upp og gerum ráð fyrir því að það verði eins nú." Hátíðin fer fram á skemmtistöðunum Húrra og Gauknum og bíða aðstandendur Innipúkans eftir svari frá Reykjavíkurborg um hvort loka megi Naustinni, götunni sem staðirnir standa a við. „Hugmyndin er að hafa flotta dagskrá utandyra yfir daginn, ef leyfið fæst," útskýrir Steinþór.

- kak

EINN AF FORSPRÖKKUNUM Steinþór Helgi Arnsteinsson er einn af þeim sem standa að hátíðinni.

SVALUR Davíð hvetur fólk til að ganga lengra og mæta í búningi í dag, enda muni stemningin mögulega ná nýjum hæðum.

Upphaflega ætluðum við að hafa þetta á laugardag, en breyttum því svo snarlega þegar veðurspáin var ljós, en spáð er logni, heiðskíru og sex gráðu hita. Það verður ekki betra.

Sundlaug og hoppdýna í Bláfjöllum í dag

Mikið verður um dýrðir í dag þegar blásið verður til brettaveislu í fjallinu, þar sem plötusnúð verður komið fyrir í fjallinu og allt fullt af sérhönnuðum pöllum.

„Það er enn þá nóg af snjó, svo mikill reyndar að það gæti komið mörgum á óvart," segir Davíð Arnar Oddgeirsson, upphafsmaður brettaveislunnar, aðspurður um stöðuna í Bláfjöllum í maí, en í dag verður Summerjam haldið þar í fjórða skiptið.

„Þetta verður geggjað, við erum búin að vera í þrjá daga að moka snjó og búa til palla fyrir skíðaparkið," segir Davíð.

Mun allri norðurleiðinni, öxlinni, breytt í almennilegt brettasvæði með tilheyrandi búnaði, ásamt því að plötusnúðnum DJ Lehoe verður komið fyrir í miðju fjallinu, þar sem hann spilar músík svo undir tekur í fjallgarðinum.

„Í fyrsta skipti á Íslandi verður boðið upp á að hoppa á stærðarinnar uppblásna dýnu af stökkpallinum, en hún er flutt til landsins að norðan sérstaklega fyrir þetta tilefni," útskýrir Davíð.

Og áfram heldur hann: „Við höfum mokað eins og hálfs metra djúpa sundlaug sem verður fyllt af vatni og er til þess fallin að brettagarparnir komi á ferðinni og fleyti sér yfir hana," segir Davíð og bætir við að búið sé að koma upp sólbaðsbekkjum líkt og tíðkist við allar almennilegar sundlaugar enda veðurspáin eins og pöntuð fyrir viðburðinn.

„Upphaflega ætluðum við að hafa þetta á laugardag, en breyttum því svo snarlega þegar veðurspáin var ljós, en spáð er logni, heiðskíru og sex gráðu hita. Það verður ekki betra."

Eins og áður segir er Summerjamið haldið í fjórða skipti í ár, og býst Davíð við að hópur fólks muni láta sjá sig líkt og árin á undan. „Þetta byrjaði nú upphaflega þannig að búið var að loka skíðasvæðinu en feikinóg af snjó enn þá. Úr varð að ég fékk að henda í viðburð sem varð svona vinsæll að ekki er hægt að hætta."

Hefjast herlegheitin klukkan fjögur í dag og standa fram eftir kvöldi.

gudrun@frettabladid.is

Selja ástarpunga með lambakjöti

Nýi veitingastaðurinn Public House gastropub gefur mat og drykk í samstarfi við UNICEF til að sýna samhug og styrkja hjálparstarf á hamfarasvæðum í Nepal.

„Hugmyndin var að gera eitthvað góðverk í stað þess að halda opnunarpartí," segir Eyþór Mar Halldórsson, yfirmatreiðslumaður og annar eigandi Public House. Á laugardag ætla eigendur að bjóða upp á mat og drykk í samstarfi við UNICEF. „Það verður frítt að borða og frír bjór, en við hvetjum hins vegar alla til þess að leggja fram andvirði matarins til styrktar neyðaraðgerða UNICEF í Nepal," segir Eyþór. Framlögin sem safnast á laugardag munu meðal annars fara í að útvega hreint vatn og hreinlætisvörur, neyðarskýli, nauðsynleg lyf og sálræna stuðning fyrir börn á jarðskjálftasvæðinu í Nepal. Eyþór segir matseðilinn vera sérstaklega skemmtilegan og fjölbreyttan. „Það kennir ýmissa grasa. Við ætlum að bjóða upp á sushi, svarta hamborgararann okkar, léttreykt andalæri, japanska pitsu og einn eftirrétt. Svo verður líka ástarpungur fylltur með lambaskanka og kleinuhringur með grísakjöti." Staðurinn verður opnaður klukkan 12 og stendur söfnunin yfir til klukkan 18.

- asi

➜ Eyþór hvetur sem flesta til að koma, gæða sér á góðum mat og styrkja gott málefni í leiðinni.

EYÞÓR MAR HALLDÓRSSON

SECRET × SOLSTICE × 2015

DAGUR ALLA NÓTTINA × LAUGARDALUR × REYKJAVÍK × 19.-21. JÚNÍ

WU-TANG CLAN [US]

FKA TWIGS [UK] **CHARLES BRADLEY** [US]
KELIS [US] **THE WAILERS** [JM] **GUSGUS** [IS]
MØ [DK] **FLIGHT FACILITIES** [AU] **HAM** [IS]
HJÁLMAR [IS] **HERCULES & LOVE AFFAIR** [US]
NIGHTMARES ON WAX LIVE [UK]

Í STAFRÓFSRÖÐ

AGENT FRESCO [IS] **BAM MARGERA'S EARTH ROCKER / FFU** [US]
FM BELFAST [IS] **FOREIGN BEGGARS** [UK] **GÍSLI PÁLMI** [IS]
GREEN VELVET [US] **GUTI** LIVE [AR] **HEIDI** [UK] **HELGI BJÖRNS** [IS]
KINK LIVE [BG] **MISS KITTIN** [US] **MOODYMANN** [US] **MUGISON** [IS]
NICK CURLY [DE] **RETRO STEFSON** [IS] **ROUTE 94** [UK] **SKREAM** [UK]
STORMZY [UK] **SUBMOTION ORCHESTRA** [UK] **ZERO 7** DJ [UK]
TOTALLY ENORMOUS EXTINCT DINOSAURS DJ [UK]

ANUSHKA [UK] **ARTWORK** [UK] **BERNDSEN** [IS] **BLAZ ROCA** [IS] **DANIEL AVERY** [UK]
DETROIT SWINDLE [NL] **DIKTA** [IS] **DJ FLUGVÉL OG GEIMSKIP** [IS] **DROOG** [US] **ENSÍMI** [IS]
EMMSJÉ GAUTI [IS] **EROL ALKAN** [UK] **FOX TRAIN SAFARI** [IS] **HALLELUWAH** [IS]
JAVI BORA [ES] **JASPER JAMES** [UK] **JÚNÍUS MEYVANT** [IS] **KLOSE ONE** [UK] **LEDFOOT** [US]
LEON VYNEHALL [UK] **DJ MARGEIR** [IS] **SAMARIS** [IS] **SERGE DEVANT** [US] **SINISTARR** [US]
ÚLFUR ÚLFUR [IS] **VALDIMAR** [IS] **WANKELMUT** [DE]

7 BERG [IS] **ALVIA ISLANDIA** [IS] **ARKIR** [IS] **AXEL FLÓVENT** [IS] **BENNY CRESPO'S GANG** [IS] **BENSOL** [IS] **BONES** [CA]
BORG DJ [IS] **CHEDDY CARTER** [IS] **CLASS B** [IS] **CASANOVA** [IS] **EGILL TINY** [IS] **FRÍMANN** [IS] **GEIMFARAR** [IS]
GERVISYKUR [IS] **GHOST CULTURE** [UK] **HIDDEN PEOPLE** [IS] **INTR0BEATZ** LIVE [IS] **KAMERA** [UK] **KIAT** [SG] **KILO** [IS]
KIRIYAMA FAMILY [IS] **KSF** [IS] **KÆLAN MIKLA** [IS] **LAGAFFE TALES** DJ [IS] **LAFONTAINE** LIVE [IS] **LÁRA RÚNARS** [IS]
LILY THE KID [IS] **MELLA DEE** [UK] **MÁNI ORRASON** [IS] **MÆLGINN** [IS] **PANDA** [UK] **REYKJAVÍKURDÆTUR** [IS]
RIX [IS] **RVK DNB** [IS] **SESAR A** [IS] **SHADES OF REYKJAVÍK** [IS] **SHAMAN SHAWARMA** [IS] **STURLA ATLAS** [IS]
STURLE DAGSLAND [DK] **STEINDÓR JÓNSSON** [IS] **TETRIZ TAKEOVER** [IS] **UNI STEFSON** [IS] **VALBY BRÆÐUR** [IS]
VIO [IS] **WONKERS** [IS] **YAMAHO** [IS] **YOUNG KARIN** [IS] **ÞRIÐJA HÆÐIN** [IS] **OG FLEIRI OG FLEIRI ...**

HVAR VERÐUR ÞÚ ÞEGAR SUMARIÐ NÆR HÁMARKI?
MIÐASALA Á TIX.IS, Í LUCKY RECORDS OG MOHAWK

wow air ÍCELANDIC GLACIAL 66° NORTH VÍKING Léttöl Coca-Cola last.fm

SECRETSOLSTICE.IS

#SECRETSOLSTICE

UPPVEÐRAÐIR Þeir Sigurður Sigurjónsson, Grímur Hákonarson og Theodór Júlíusson voru ansi reffilegir í Cannes þar sem þeir hafa í nægu að snúast. Sigurður og Theódór fara með aðalhlutverk myndarinnar, þar sem þeir leika bræður hvorn í sinni sveitinni sem eru ósáttir. Grímur tók sér fimm ár í skriftirnar, sem fóru mikið til fram í sveit. MYND/BRYNJAR SNÆR

Sögulegir Hrútar á Cannes-hátíðinni

Kvikmyndahátíðin í Cannes er haldin 13.-24. maí þetta árið og er þetta 68. skiptið sem þessi virta hátíð er haldin. Íslendingar settu mark sitt á hátíðina í ár en í fyrsta sinn í 22 ár var íslensk mynd í aðalprógrammi hátíðarinnar, myndin Hrútar eftir Grím Hákonarson.

Aðalprógrammið í Cannes skiptist í tvo keppnisflokka, Un Certain Regard sem er ætlaður ungum upprennandi leikstjórum og svo keppnin um hinn eftirsótta Gullpálma. Hátíðin hófst með frönsku myndinni Standing Tall eftir Emmanuelle Bercot, en það er í annað sinn sem keppnin hefst á mynd eftir kvenleikstjóra. Þetta árið var reynt að hafa sérstaka áherslu á kvenleikstjóra. Til dæmis hlýtur Agnes Varda heiðursverðlaun hátíðarinnar í ár og plakatið skartaði Ingrid Bergman. Tvær konur áttu mynd í keppni um Gullpálmann og fjórar konur í Un Cetrtain Regard.

Kvikmyndahátíðin í Cannes er sérstakur ævintýraheimur kvikmyndanna. Þó að listrænar kvikmyndir frá öllum heimshornum séu sýndar á hátíðinni þá er Hollywood ekki langt undan í keppninni um Gullpálmann. Í ár voru það leikstjórar á borð við Todd Haynes með myndina Carol sem skartar Cate Blanchett í aðalhlutverki og Gus Van Sant með myndina The Sea of Trees með þeim Matthew McConaughey og Naomi Watts. Það er reyndar ekki tekið út með sitjandi sældinni að frumsýna í Cannes því að áhorfendur halda ekki aftur af sér þegar þeir lýsa yfir hrifningu eða vanþóknun á myndinni, þannig var mynd Van Sants púuð niður og gagnrýnendur slátruðu henni með einnar stjörnu dómum.

Gullpálminn

Keppnin um Gullpálmann er það sem fær mestu athyglina. Mikil mannmergð safnast saman fyrir framan dregilinn og ljósmyndarar mynda stjörnurnar í sínu fínasta pússi. Strangar fatareglur eru á rauða dreglinum og er fólki miskunnarlaust vísað frá ef það uppfyllir ekki skilyrðin. Karlmenn þurfa að klæðast svörtu og kvenfólk kvöldkjólum. Í ár varð mikið fjölmiðlafár þegar konum var vísað frá rauða dreglinum fyrir að vera ekki í hælaskóm. Þykja þessar ströngu reglur ekki vera í takt við tímann en setja vissulega svip sinn á hátíðina. Hér er meira um glamúr en gengur og gerist á kvikmyndahátíðum.

Sauðkindin í Cannes

Hrútar eftir Grím Hákonarson var frumsýnd í höllinni Festival des Palais síðastliðinn föstudag og voru viðtökurnar gríðarlega góðar. Fólk reis á fætur og lófaklappið ætlaði engan endi að taka. Það er mikill heiður að vera valinn í keppnisflokkinn Un Certain Regard og bransinn fylgist með nýjum leikstjórum sem frumsýna þar. Hrútar fjallar um bræður norður í Bárðardal, sem hafa ekki talast við í 40 ár, og sauðfé þeirra. Það má því segja að íslenska sauðkindin hafi sjaldan fengið jafn mikla athygli erlendis eins og undanfarna daga. Myndirnar sem frumsýndar eru í Cannes eiga síðan eftir að ferðast á kvikmyndahátíðir um allan heim. Þetta eru bestu myndir ársins.

Stór stund fyrir íslenska kvikmyndagerð

Hrútar er önnur íslenska myndin sem kemst í Un Certain Regard-keppnina. Árið 1993 komst hin goðsagnakennda mynd Sódóma Reykjavík eftir Óskar Jónasson þangað. Það eru því 22 ár síðan íslensk mynd keppti í þessum virta flokki. Kvikmyndin Stormviðri eftir Sólveigu Anspach var valin í Un Certain Regard árið 2003 en hún var frönsk framleiðsla. Einnig var Dagur Kári Pétursson með dönsku myndina Voksne Mennesker árið 2005.

„Það er búið að ganga vel hér í Cannes og mjög góðar viðtökur á sýningunum. Það eru bara rosalega jákvæð viðbrögð og mjög góðir dómar búnir að birtast,“ sagði Grímur þegar hann náði að setjast niður nokkrum dögum eftir frumsýninguna í einni af skútunum þar sem íslenski hópurinn gistir í höfninni í Cannes, sem er við hliðina á kvikmyndahöllinni. „Ég er búinn að vera stanslaust í viðtölum síðustu daga. Fólk er að hafa samband, umboðsmenn hafa áhuga á að vinna með mér. Ég geri mér enga grein fyrir hvaða þýðingu þetta hefur fyrir mig en nú er boltinn farinn að rúlla og hlutirnir að gerast af sjálfu sér. Það lítur út fyrir að Hrútar sé að fara á mjög margar kvikmyndahátíðir. Eins er strax búið að selja hana til nokkurra landa og dreifingin mun halda áfram á næstu dögum.“

Fyrsti dómurinn birtist á Variety, sem er nokkurs konar Biblía kvikmyndaiðnaðarins, nokkrum klukkutímum eftir frumsýninguna, og var hann mjög jákvæður. Lofræðan hélt áfram og fleiri dómar fylgdu í kjölfarið næstu daga, hver öðrum jákvæðari. Meðal annars er tekið fram að lokasenan í myndinni sé ein sú fallegasta sem birst hafi á hvíta tjaldinu og einn gagnrýnandi segir: „Hver hefði trúað að mynd um kindur gæti fengið fólk til að gráta?“ Myndin þykir afar mannleg og hreyfir við áhorfendum.

Kvikmyndastjörnur í Cannes

Útskriftarmynd Gríms frá FAMU kvikmyndaskólanum í Prag var valin í stuttmyndaflokk hér á Cannes árið 2005, Grímur hafði því fengið smjörþefinn af því hvernig er að vera með mynd á Cannes þó að umstangið hafi verið miklu meira í þetta sinn. Grímur og hans föruneyti var sótt í drossíum út á flugvöll.

Það var mikill spenningur í hópnum. Aðalleikarar myndarinnar, þeir Theodór Júlíusson og Sigurður Sigurjónsson, voru með í för auk fleiri sem komu að gerð myndarinnar. Þeir vöktu mikla athygli alskeggjaðir á rauða dreglinum og hlutu mikið lof fyrir leik sinn. Þeir voru einnig bókaðir í sjónvarpsviðtöl og eyddu frumsýningardeginum í blaðaviðtöl.

> **Ég var ekki endilega á því að senda hana til Cannes af því að hún var ekki alveg tilbúin. Þetta var stuttur fyrirvari. Ég gerði mér kannski vonir um að hún færi á einhverjar stórar hátíðir en ég var ekki mjög fókuseraður á Cannes. Ég var meira að hugsa þessa mynd fyrir ömmu og afa.**
>
> *Grímur Hákonarson*

Bændur á frönsku Rívíerunni

Áttirðu von á því að mynd um bændur í Bárðardal og íslenskt sauðfé myndi slá í gegn í Cannes?

„Nei, alls ekki. Ég var ekki endilega á því að senda hana til Cannes af því að hún var ekki alveg tilbúin. Þetta var stuttur fyrirvari. Ég gerði mér kannski mér vonir um að hún færi á einhverjar stórar hátíðir en ég var ekki mjög fókuseraður á Cannes. Ég var meira að hugsa þessa mynd fyrir ömmu og afa,“ segir Grímur og hlær. „En það var bara geggjað að fá bréfið um að myndin væri komin inn í Un Certain Regard, ég var mjög hissa. Þannig að það var bara fagnað vel og vandlega.“

Það er ekki sjálfgefið að komast inn í keppnina, 4.000 myndir eru sendar inn og 19 valdar úr. Hrútar er einstaklega vel gerð mynd sem snertir strengi.

„Það var fimm ára vinna að gera þessa mynd. Ég skrifaði þetta handrit í sumarbústað fjölskyldunnar í Flóanum með hléum í þrjú ár. Ég var ekkert að flýta mér of mikið. Meðan ég var að skrifa handritið gerði ég tvær heimildarmyndir, Hvell og Hreint hjarta. Ég fer mikið út á land þegar ég er að skrifa og vinna hugmyndavinnuna. Mig langaði að gera sveitamynd. Bræðrabylta er stuttmynd sem ég gerði áður og ferðaðist um á fjölda hátíða og vann verðlaun, mig langaði að gera mynd í svipuðum anda um sveitina.”

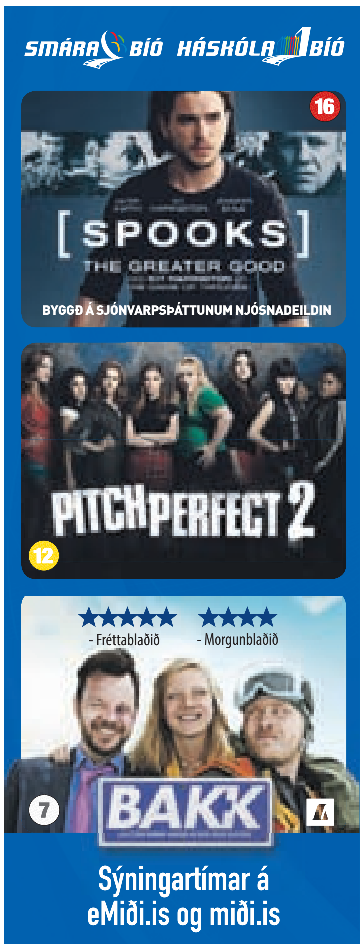
Að gefa sér tíma

„Það hjálpar þessari mynd að það var fimm ára ferli að gera hana og ég lagði gríðarlega vinnu í handritið. Við höfðum líka góðan tíma í undirbúning. Ég hitti Theódór Júlíusson tveimur árum áður en við fórum í tökur. Ég var strax sannfærður um að hann væri rétti maðurinn. Mjög fljótlega sannfærðist ég svo um að fá Sigurð Sigurjónsson í aðalhlutverkið. Það sem sannfærði mig var að horfa á Land og syni eftir Ágúst Guðmundsson þar sem hann leikur ungan bónda. Að mörgu leyti er einhver sameiginlegur tónn í Landi og sonum og Hrútum. Þá strax erum við farnir að horfa á myndir saman og lesa bækur um bændur, ég gaf þeim í jólagjöf bók sem heitir Sauðfjárrækt á Íslandi. Þannig byrjuðum við með hugmyndavinnuna. Þeir eru búnir að hafa langan tíma til að stúdera sína karaktera,“ segir Grímur sem er afskaplega ánægður með alla sem komu að gerð myndarinnar.

„Hópurinn hefur líka mikið að segja. Það hefur verið ákveðin gæfa í þessu verkefni og mjög góður andi í hópnum allan tímann. Það er að mörgu leyti Grímari framleiðanda að þakka, hann hefur haldið svo vel utan um þetta og við áttum mjög góð samskipti við fólkið í sveitinni og ég held að það skili sér á tjaldið.“

Spennandi verður að fylgjast með verðlaunaafhendingunni sem fer fram á laugardaginn og verða Grímur og Grímar viðstaddir. Cannes-hátíðinni lýkur svo á sunnudaginn og þá tekur við frumsýning á Íslandi.

ALLT FYRIR PARTÍIÐ
Ekkert eðlulega gott
199 kr. stk.
DORITOS 170 G – NACHO CHEESE, COOL AMERICAN OG SWEET CHILLI
Doritos
SWEET CHILLI PEPPER
Doritos
COOL AMERICAN
EÐLA
1 pakki rjómaostur
1 krukka Doritos-sósa
Rifinn ostur
Rjómaostur settur í eldfast mót, Doritos-sósu hellt yfir og rifnum osti stráð yfir. Bakað við 180 gráður þar til osturinn er orðinn gullinbrúnn.
RJÓMA OSTUR
519 kr. stk.
Rjómaostur
PIZZA OSTUR
389 kr. stk.
Pizzaostur
pepsi MAX
maximum taste no sugar
199 kr. stk.
Pepsi Max 2 l
SALSA ÉPICÉE · HOT SALSA
SALSA DOUCE · MILD SALSA
Doritos
349 kr. stk.
Doritos-sósa
pepsi
199 kr. stk.
Pepsi 2 l
PIPAR\TBWA • SÍA • 152303
Verð birt með fyrirvara um prentvillur og gildir á meðan birgðir endast.
OG ALLT HITT FYRIR FULLKOMIÐ EURÓVISIONPARTÍ
Lay's
Bugles
Voga ídýfa
Magnum súkkulaðiís 3 pk.
Red Bull orkudrykkur 4 pk.
Pepsi og Pepsi Max 4 x 2 l
Úrval er breytilegt eftir verslunum. Allar vörurnar fást í Iceland, Engihjalla.
OPIÐ 24 TÍMA
OPIÐ ALLAN SÓLARHRINGINN
ICELAND, ENGIHJALLA,
VESTURBERGI OG ARNARBAKKA
Iceland



Samgöngumál eru kjaramál

BAKÞANKAR
Guðmundar Kristjáns Jónssonar

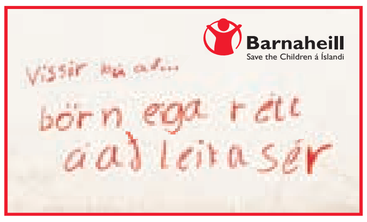
Á Íslandi eyðir stór hluti fólks umtalsverðum hluta ráðstöfunartekna sinna í samgöngur. Í sumum tilfellum getur þessi kostnaður numið allt að 30% af tekjum fólks, einkum í tilfellum þeirra tekjulægstu.

Í borgum er einkabíllinn langsamlega dýrasti ferðamáti fólks svo ekki sé minnst á önnur neikvæð áhrif mikillar bílanotkunar. Um þetta eru flestir sammála en því miður eru aðstæður á höfuðborgarsvæðinu, þar sem mikill meirihluti landsmanna býr, til þess fallnar að margir eru knúnir til að eiga bíl jafnvel þó að þeir hafi ekki raunverulega efni á því.

ÞAÐ er lífseig mýta að óumflýjanlegir umhverfislegir þættir líkt og veðurfar og hæðótt landslag skýri stjarnfræðilega einkabílanotkun þjóðarinnar en rannsóknir sýna hins vegar að mun raunhæfara sé að leita skýringa í þáttum sem hægt er að stjórna með skipulagi byggðar, samgöngumannvirkjum og efnahagslegum aðgerðum. Þetta eru þættir á borð við þéttleika byggðar, aðgengi að verslun og þjónustu, lengd ferða og ferðakostnað, bílastæði, þjónustu og aðgengi að almenningssamgöngum og aðstöðu fyrir gangandi og hjólandi. Allir þessir þættir geta haft afgerandi áhrif á kjör fólks og afkomu.

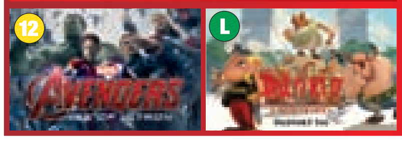
PRÁTT fyrir þetta eru samgöngumál ekkert til umræðu í yfirstandandi kjaradeilum. Það sætir furðu og er eitthvað sem þarf að taka til skoðunar. Það eitt að hafa val um ferðamáta getur skipt sköpum fyrir hina tekjulægstu og aukið kaupmátt þeirra til muna. Lausnirnar geta verið margvíslegar, allt frá lögbundnum samgöngustyrkjum upp í ókeypis almenningssamgöngur fyrir alla. Þessar hugmyndir gætu virkað sem eitur í beinum einhverra en svo þarf ekki að vera. Róttækar breytingar á ferðavenjum almennings, þar sem áhersla er lögð á að efla aðra ferðamáta en einkabílinn, er ein allra mesta samfélags- og efnahagslega hagræðing sem hugsast getur.

MEÐ réttum áherslum í samgöngumálum er hægt að bæta kjör almennings og á sama tíma stuðla að bættu umhverfi, góðri heilsu, lífvænlegum hverfum og aðlandi borgarbrag.



LAUGARÁS BÍÓ
midi.is
Miðasala og nánari upplýsingar
ÞÚ FÆRÐ Coca-Cola Í LAUGARÁSBÍÓI

Tilboð í bíó. Gildir á allar sýningar merktar með rauðu.



LAUGARÁSBÍÓ Sýningartímar

PITCH PERFECT 2	5, 8, 10:30	12
MAD MAX 3D	5, 8, 10:30(P)	16
BAKK	5:50, 8	L
AVENGERS 2 3D	10:10	12
ÁSTRÍKUR 2D	4 - ÍSL TAL	L

SAMBÍÓIN

SAMBÍÓIN ÁLFABAKKA

GOOD KILL	KL. 5:20 - 8 - 10:40	
MAD MAX: FURY ROAD 3D	KL. 6:20 - 9	
MAD MAX: FURY ROAD 2D	KL. 5:20 - 8 - 10:40	
MAD MAX: FURY ROAD VIP 2D	KL. 5:20 - 8 - 10:40	
HOT PURSUIT	KL. 10:55	
THE WATER DIVINER	KL. 5:30 - 8	
AVENGERS 2 2D	KL. 5 - 8	
CHILD 44	KL. 10:30	

SAMBÍÓIN KEFLAVÍK

GOOD KILL	KL. 10:20	
MAD MAX: FURY ROAD 3D	KL. 8 - 10:40	
PITCH PERFECT 2	KL. 8	
ÁSTRÍKUR Á GOÐABAKKA ÍSL TAL	KL. 6	L
LOKSINS HEIM ÍSL TAL 3D	KL. 6	L

SPARBÍÓ
MERKTAR MEÐ GRÆNU EÐA APPELSÍNUGULU KR.950 Á APPELSÍNUGULT OG KR. 1200 Á GRÆNT

SAMBÍÓIN EGILSHÖLL

GOOD KILL	KL. 5:40 - 8 - 10:20	
MAD MAX: FURY ROAD 3D	KL. 8 - 10:30	
MAD MAX: FURY ROAD 2D	KL. 5:30 - 9	
HOT PURSUIT	KL. 6 - 8	
AVENGERS 2 2D	KL. 6 - 10	

SAMBÍÓIN KRINGLUNNI NÚMERUÐ SÆTI

MAD MAX: FURY ROAD 2D	KL. 5:20 - 8 - 10:40	
MAD MAX: FURY ROAD 3D	KL. 10	
HOT PURSUIT	KL. 6 - 8	
AVENGERS 2 2D	KL. 5:30 - 8:30	

SAMBÍÓIN AKUREYRI

GOOD KILL	KL. 10	
MAD MAX: FURY ROAD 3D	KL. 5:20 - 8 - 10:40	
HOT PURSUIT	KL. 8	
AVENGERS 2 2D	KL. 5	

GÓÐUR HÓPUR Leikhópurinn telur sautján manns og koma þau fram stuttu á undan Amy Pohler á hátíðinni í júní. MYND/IMPROVICELAND

Gúglaði hættur þess að hlæja of mikið

Dóra Jóhannsdóttir hlær svo mikið á æfingum spunaleikhópsins The Entire Population of Iceland að það vakti áhyggjur af því að það væri hættulegt heilsunni.

„Við erum að fara á hátíð sem hefur verið haldin í sautján ár. Þetta eru 72 klukkutímar af spuna í sjö leikhúsum,“ segir Dóra Jóhannsdóttir, listrænn stjórnandi spunaleikhópsins The Entire Population of Iceland.

Hópurinn leggur land undir fót í júní og ferðast til New York þar sem hann mun sýna á Del Close-spunahátíðinni hjá UCB-leikhúsinu þar í borg. En á hátíðinni sýna margir af kunnustu gamanleikurum og handritshöfunum Bandaríkjanna. Sýningarnar eru sýndar allan sólarhringinn í 72 klukkutíma samfleytt og því hægt að lenda á sýningartíma hvenær sem er dagsins en hópurinn hafði svo sannarlega heppnina með sér.

„Við verðum á sama sviði og Amy Pohler sem er í næstu sýningu á eftir okkur. Ég var svolítið hrædd um að við myndum fá spott klukkan fimm um nóttina. En við fengum besta spottið sem er fyndið, ég held að það sé bara af því við erum 18 einstaklingar frá Íslandi,“ segir Dóra glöð í bragði.

The Entire Population of Iceland er sprottið upp úr leikfélaginu Improv Iceland sem æfir saman spuna undir stjórn Dóru en hún hefur lært langspuna síðastliðin ár í UCB-leikhúsinu í New York. Hún segir mikið stuð vera á æfingunum en á miðvikudaginn kom til landsins spunakennarinn Christian Capozzoli sem hjálpa mun hópinn fyrir ferðina og einnig halda vinnubúðir sem opnar verða öllum áhugasömum.

Á spunahátíðinni heldur hópurinn klukkutímasýningu sem unnin er upp úr einu orði frá áhorfanda en Dóra segir spunann ógnvænlegt og ótrúlega skemmtilegt form.

„Það er svo mikið kikk að vera í svona klikkaðri óvissu. Að standa bara á sviði og vita ekkert hvað maður er að fara að gera,“ segir hún og bætir við: „Spuninn er algjörlega ávanabindandi, þegar maður byrjar í þessu þá getur maður ekki hætt.“

Hópurinn er fjölbreyttur og stendur saman af alls konar fólki sem hefur áhuga á því að koma fram en ekki endilega vera leikarar. Meðal annars eru leikarar, leikstjórar, tónlistarmenn, verkfræðingur, sundlaugarvörður og frístundakennari og Dóra segir svo mikið fjör á æfingum að hún hafi óttast um heilsu sína sökum hláturs.

„Ég hlæ svo mikið að stundum hef ég fengið áhyggjur. Ég hef í alvöru komið heim og gúglað hvort það sé líkamlega hættulegt að hlæja svona mikið af því mér fannst þetta svo mikil áreynsla,“ segir Dóra skellihlæjandi og bætir við: „Mér fannst ég bara vera að sprengja einhverjar æðar og hugsaði með mér að þetta gæti ekki verið hollt.“ Henni hefur þó ekki orðið meint af hlátrinum og hún hlakkar mikið til að halda utan og halda áfram með spunanámskeiðin.

HLÁTURMILD Dóra er listrænn stjórnandi hópsins og segir spunann vera ávanabindandi. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

The Entire Population of Iceland efnir til fjáröflunarsýninga í Þjóðleikhússkjallaranum í kvöld og næstkomandi föstudag. Aðgangseyrir er 2.000 krónur og eru sýningarnar klukkan 19.00 og 21.00.

gydaloa@frettabladid.is

netto
Kræsingar & kostakjör

Hjóladagar í Nettó

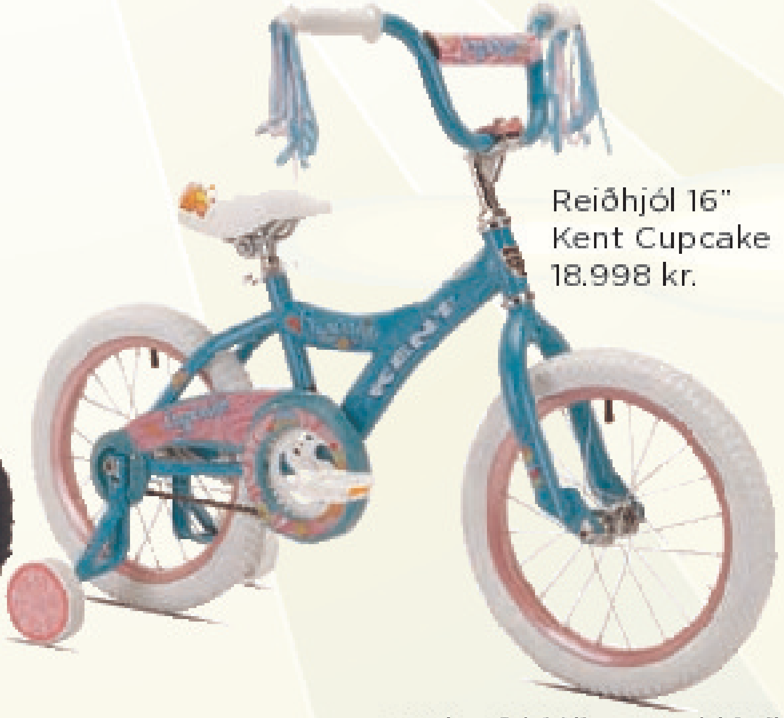
Reiðhjól 12"
Kent Best Friends/Panda
17.998 kr.

Reiðhjól 20"
Kent Full Tilt
22.998 kr.

Reiðhjól 12"
Street Racer
17.998 kr.

Reiðhjól 20"
Kent Peppermint Swirl
22.998 kr.

Reiðhjól 16"
Kent Pro 16
18.998 kr.



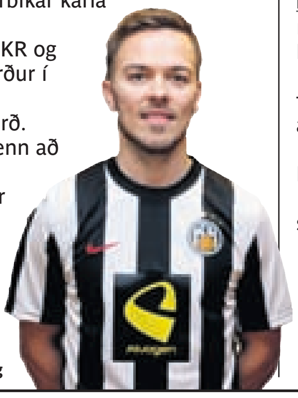
Reiðhjól 16"
Kent Cupcake
18.998 kr.

* Ath að hjólin eru ekki til sölu
í verslunum Nettó Hverafold og á Salavegi

netto.is

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

Keflavík fær tækifæri til að hefna



FÓTBOLTI Í gær var dregið í 32-liða úrslit í Borgunarbikar karla og í 16-liða úrslit í Borgunarbikar kvenna.

Liðin sem mættust í úrslitum karlamegin í fyrra, KR og Keflavík, munu mætast suður með sjó. Sá leikur verður í beinni á Stöð 2 Sport.

Annars eru þrír úrvalsdeildarslagir í þessari umferð. Stjarnan tekur á móti Leikni og svo þurfa Fjölnismenn að fara upp á Akranes og spila við ÍA.

Kvennamegin er heldur betur stórslagur og leikur sem margir eru þegar farnir að tala um sem úrslitaleik keppninnar. Þá munu Íslandsmeistarar Stjörnunnar taka á móti Breiðabliki. Þessum liðum var spáð tveimur efstu sætunum í Pepsi-deild kvenna í vetur og þau hafa alla burði til þess að vera langsterkustu liðin í kvennadeildinni í sumar. Nánar má lesa um dráttinn á Vísi. - hbg

Kristín snýr aftur eftir áralanga fjarveru frá landsliðinu

HANDBOLTI Ágúst Þór Jóhannsson, landsliðsþjálfari kvenna í handbolta, valdi í gær hóp sinn fyrir umspilsleikina við Svartfjallaland og vináttulandsleiki við Pólland.

Ágúst Þór valdi 23 leikmenn að þessu sinni en þar á meðal eru nýkrýndi, fimmfaldi Íslandsmeistarinn Anna Úrsúla Guðmundsdóttir og leikmaður ársins, Kristín Guðmundsdóttir, sem koma nú báðar aftur inn í landsliðið.

Anna Úrsúla hefur ekki spilað með landsliðinu frá EM í Serbíu 2012 en Kristín lék síðast með landsliðinu fyrir meira en áratug.

Karen Knútsdóttir, fyrirliði liðsins, er hins vegar frá vegna meiðsla og verður sárt saknað í þessum leikjum.

Ágúst Þór valdi tvo nýliða í hópinn en það eru Fylkisstelpan Thea Imani Sturludóttir og Gróttustelpan Eva Björk Davíðsdóttir.

Leikirnir í Póllandi eru: 29. maí kl. 15.30 og 30. maí kl. 16.00. Leikirnir við Svartfellinga eru: 7. júní í Svartfjallalandi kl. 18.30 og 14. júní í Laugardalshöllinni kl. 14.30. Hópinn má sjá á Vísi. - óój

KRISTÍN GUÐMUNDSDÓTTIR
FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

ÞRJÚ MET Í EINU Kastið hans Helga Sveinssonar á miðvikudagskvöldið var Íslands-, Evrópu- og heimsmet. Hann bætti heimsmetið um tæpa tvo metra. Hér sýnir hann stoltur nýja þrefalda metið sitt. MYND/KÁRI JÓNSSON

Setur stór markmið og stendur við þau

Helgi Sveinsson byrjaði tímabilið eins vel þegar hann setja heimsmet í spjótkasti í flokki F42 á Laugardalsvelli í fyrrakvöld. Helgi ætlar sér stóra hluti í sumar og hefur ekki áhyggjur af því að hann sé að toppa fimm mánuðum fyrir HM.

FRJÁLSAR Heimsmeistari 2013 og Evrópumeistari 2014 og nú bæði Heims- og Evrópumethafi eftir risakast í Laugardalnum í fyrrakvöld. Hinn magnaði Ármenningur Helgi Sveinsson sem byrjaði 2015-tímabilið af sögulegum krafti þegar hann kastaði spjótinu 54,62 metra á JJ-móti Ármanns.

„Ég var settur út í djúpu laugina því það var tilkynnt án þess að ég vissi af því. Það var því gaman að standa við stóru orðin þess sem setti þetta í fjölmiða," gantaðist Helgi með en fyrir mótið var send út fréttatilkynning þar sem því var slegið upp að Helgi ætlaði að reyna við heimsmetið.

Gamla heimsmetið frá ÓL 2012

Helgi hefur bætt sig rosalega mikið á stuttum tíma en þegar Kínverjinn Fu Yanlong setti heimsmetið á Ólympíumótinu í London 2012 þá varð Helgi fimmti með persónulegt met upp á 47,61 metra. Nú þremur árum síðar er hann að kasta sjö metrum lengra og tæpum tveimur metrum lengra en Yanlong sem kastaði 52,79 metra fyrir tæpum þremur árum.

„Þetta átti ekkert endilega að koma núna samkvæmt uppsettu plani en það er í rauninni ekkert hægt að segja til um það í þessari grein. Þegar það kemur þá bara kemur það," segir Helgi.

Daninn Jakob Mathiasen var búinn að eiga Evrópumetið síðan í Sydney 2000 þegar hann kastaði 52,74 metra.

„Þetta er búið að vera upp á við hjá mér frá byrjun. Ég er búinn að vera kasta svona langt nokkrum sinnum á æfingum og það er gaman að geta yfirfært það af æfingum og inn í keppni. Ég tók þarna bæði Evrópu- og heimsmet sem er mjög gaman," segir Helgi sem bætti Íslandsmetið á dögunum þegar hann kastaði 52,69 metra á fyrsta móti sumarsins en þá var hann aðeins tíu sentímetra frá heimsmetinu.

Búinn að styrkja sig mikið

Helgi viðurkennir að hann hafi verið búinn að bíða spenntur að komast út til að kasta en það er ekki hægt að stunda spjótkastið innanhúss. Þetta var því kannski eins og þegar beljurnar sleppa út á vorin.

„Þetta er svolítið þannig tilfinning. Ég er svolítið villtur og vildi taka svolítið mikið á því. Ég er búinn að styrkja mig yfir uppbyggingartímabilið og er rosalega sterkur. Þegar maður ætlar að taka þetta á látum og kröftum þá vill oft ekkert gerast í þessari grein. Svo hittir maður inn á milli á góðu köstin eins og ég hitti á þarna," segir Helgi.

„Þetta lyftir manni upp á næsta stig og fær mann til að gleyma öllum þessum erfiðu og leiðinlegu æfingum. Svona kvöld gera þetta allt þess virði. Nú ætla ég að setja einhverja stóra gulrót fyrir framan mig sem ég þarf að ná. Mér finnst mjög gaman að gefa mín markmið út og standa við þau. Ég hef náð að standa við þau öll hingað til," segir Helgi og það er hægt að votta það.

Helgi vissi ekki hvort fréttirnar af heimsmetinu hefðu borist alla leið til Kína. „Ég veit ekki hvort Kínverjinn er búinn að frétta af þessu. Hann fær í magann þegar hann sér þetta," segir Helgi og fráfarandi heimsmethafi veit alveg hver Íslendingurinn er því Helgi vann hann á HM í Lyon 2013. „Hann setti metið í London 2012 en metið var búið að standa á undan því í áratug," segir Helgi en það er að heyra á honum að það verði ekki eins langt í næsta heimsmet.

Helgi hefur þrátt fyrir heimsmet í fyrsta mánuði tímabilsins ekki áhyggjur af því að hann hafi verið að toppa strax í maí.

60 metrarnir markmiðið

„Ég hef engar áhyggjur því ég á alveg fullt inni. Markmiðið mitt er að vera sá fyrsti sem nær að kasta 60 metra. Það eru enn sex metrar í það en ég á eitthvað inni ennþá. Þegar tæknin skólast til og styrkurinn er til staðar á það eftir að koma mér á óvart hvað spjótið fer langt," segir hinn metnaðarfulli spjótkastari sem samkvæmt þessu er hvergi nærri hættur að bæta heimsmetið. „Ég held að þetta verði sumarið," sagði Helgi að lokum. ooj@frettabladid.is

> **Mér finnst mjög gaman að gefa mín markmið út og standa við þau.**
> *Heimsmethafinn Helgi Sveinsson*

REYKJAVÍK GUITARAMA

INTERNATIONAL GUITARFEST

HÁSKÓLABÍÓ 3. OKTÓBER KL. 20

AL DI MEOLA, ROBBEN FORD
BJÖRN THORODDSEN, PEO ALFONSI,
BRYNHILDUR ODDSDÓTTIR OFL.

TÓNLISTARSJÓÐUR
TÓNASTÖÐIN Allt fyrir tónlistarmanninn
Radisson BLU SAGA HOTEL, REYKJAVIK
HÁSKÓLABÍÓ
Reykjavíkurborg
midi.is

1 INGI BJÖRN ALBERTSSON

Fæddur 3. nóvember 1952
126 mörk í 210 leikjum 1970 til 1987
Mörk fyrir: Valur (109), FH (17)
Markakóngur: 2 sinnum (1976, 1983)
Flest mörk á tímabili: 13, 1983
Tímabil með mark: 15 (5 yfir 10)
Fyrsta markið: 24. maí 1970 á móti ÍBV
Hundraðasta markið: 18. júní 1983 á móti KR (30 ára, 7 mánaða og 15 daga)
Flest mörk á móti: Breiðablik, Víkingur 17.

2 GUÐMUNDUR STEINSSON

Fæddur 18. júlí 1960
101 mark í 228 leikjum frá 1978 til 1993.
Mörk fyrir félög: Fram (80), Víkingur (21)
Markakóngur: 2 sinnum (1984, 1991)
Flest mörk á tímabili: 16, 1976
Tímabil með mark: 14 (5 yfir 10)
Fyrsta markið: 13. ágúst 1978 með Fram á móti FH
Hundraðasta markið: 23. júní 1993 með Víkingi á móti Fram (32 ára, 10 mánaða og 5 daga).
Flest mörk á móti: ÍBV 14.

3 TRYGGVI GUÐMUNDSSON

Fæddur: 30. júlí 1974
131 mark í 241 leik frá 1993 til 2013.
Mörk fyrir félög: ÍBV(75), KR (3), FH (51), Fylkir (2)
Markakóngur: 2 sinnum (1997, 2005)
Flest mörk á einu tímabili: 19, 1997
Tímabil með mark: 14 (5 yfir 10)
Fyrsta markið: 23. maí 1993 með ÍBV á móti Fram.
Hundraðasta markið: 13. september 2008 með FH á móti Val. (34 ára, 1 mánaða og 14 daga).
Flest mörk á móti: Valur 17.

4 ATLI VIÐAR BJÖRNSSON

Fæddur: 4. janúar 1980
100 mörk í 209 leikjum frá 2001.
Mörk fyrir félög: FH (100)
Markakóngur: 1 sinni (2013)
Flest mörk á tímabili: 14 mörk 2009 og 2010.
Tímabil með mark: 14 (5 yfir 10)
Fyrsta markið: 27. maí 2001 með FH á móti KR.
Hundraðasta markið: 20. maí 2015 með FH á móti ÍA. (35 ára, 4 mánaða og 16 daga).
Flest mörk á móti: ÍBV 13.

NÝJASTI MEÐLIMUR 100 MARKA KLÚBBSINS

Atli Viðar Björnsson skoraði sitt 100. mark í efstu deild gegn ÍA og varð þar með sá fjórði til að ná þeim áfanga. Atli Viðar hefur gert lítið annað en að skora undanfarin ár og er hvergi nærri hættur í boltanum.

Ingvi Þór Sæmundsson
ingvithor@365.is

FÓTBOLTI Atli Viðar Björnsson náði merkum áfanga í fyrradag þegar hann kom FH 1-0 yfir gegn ÍA í Kaplakrika með skalla eftir fyrirgjöf Jóns Ragnars Jónssonar. Þetta var mark númer 100 hjá Atla Viðari í efstu deild á Íslandi en hann er sá fjórði sem nær þessum áfanga á eftir Tryggva Guðmundssyni, Inga Birni Albertssyni og Guðmundi Steinssyni.

„Nei, ég hef ekki hugsað mikið um þetta en þetta kom upp í hugann annað slagið,“ sagði Atli þegar Fréttablaðið sló á þráðinn til hans í gær. „Fólkið í kringum mig minnti mig samt reglulega á að þetta væri handan við hornið. Það var gaman að ná þessu fljótt og nú er bara að halda áfram og finna sér eitthvað nýtt til að horfa til.“

Fyrir tímabilið var Atli kominn með 98 mörk og því voru allar líkur á að metið félli í sumar. Hann skoraði mark númer 99 í 2-0 sigrinum á Keflavík 10. maí og rauf svo 100 marka múrinn í gær eins og áður sagði.

Ferilinn gæti endað á morgun

Atli segist ekki vera með nein markmið um hversu hátt hann ætlar að komast á markalistanum en hann þarf aðeins tvö mörk til að komast upp fyrir Guðmund Steinsson. Lengra er í Tryggva og Inga Björn sem skoruðu 131 og 126 mörk á sínum tíma.

„Ég hef enga skoðun á því. Ég hef alltaf sagt það og hugsað þannig að ferillinn gæti verið búinn á morgun. Ég er ekki að setja mér markmið langt fram í tímann en meðan ég er við góða heilsu og hef gaman af því að spila get ég vonandi gert gagn fyrir FH og skorað nokkur mörk,“ sagði Atli sem hefur skorað öll 100 mörkin í búningi FH.

Framherjinn gekk í raðir Fimleikafélagsins frá Dalvík fyrir tímabilið 2001 sem var hans fyrsta í efstu deild. Þá gerði hann þrjú mörk í fyrstu tíu deildarleikjunum áður en hann sleit krossbönd í leik gegn ÍBV í lok júlí og missti af restinni af tímabilinu.

Atli sleit krossbönd öðru sinni 2006 og árið eftir var hann lánaður til 1. deildarliðs Fjölnis þar sem hann skoraði 14 mörk í 17 deildarleikjum. Hann sneri aftur til FH eftir tímabilið og það var fyrst þá sem markastíflan brast fyrir alvöru. Atli segir að Heimir Guðjónsson hafi breytt miklu þar um.

Fékk traustið hjá Heimi

„Þegar Heimir tók við eftir tímabilið 2007 ákvað hann að ég fengi tækifæri sem fremsti maður. Árin á undan var ég búinn að spila á hægri kantinum og skoraði eðlilega ekki eins mikið. Þá var Allan Borgvardt, sem er einn besti framherji sem hefur spilað í deildinni síðustu árin, líka í FH og það var kannski ekki alltaf pláss í framlínunni.“

Sumarið 2008 skoraði Atli, þá 28 ára, í fyrsta sinn meira en tíu mörk í efstu deild. Hann byggði ofan á þann árangur en á síðustu sjö tímabilum hefur hann fimm sinnum skorað yfir tíu mörk í deildinni.

Frá 2008 hefur Dalvíkingurinn skorað 77 mörk í 132 deildarleikjum, eða 0,58 mörk að meðaltali í leik sem er frábær árangur. En hugsar hann einhvern tímann um hvað hann gæti verið kominn með mörg mörk ef hann hefði sloppið betur við meiðsli snemma á ferlinum?

„Nei, aldrei nokkurn tímann. Ég velti mér ekkert upp úr því og er alveg heiðarlegur með það,“ sagði Atli ákveðinn.

Held áfram ef ég skila einhverju

Framherjinn varð 35 ára fyrr á árinu og það er því farið að síga á seinni hlutann á ferlinum. En hvað telur Atli að hann eigi mörg ár eftir í boltanum?

„Ég hef ekki hugmynd um það. En meðan heilsan er góð og mér finnst ég vera að skila einhverju til liðsins held ég áfram,“ sagði 100 marka maðurinn Atli Viðar Björnsson að lokum.

HUNDRAÐ MARKA MAÐUR Atli Viðar Björnsson stal sviðsljósinu í 4. umferð Pepsi-deildar karla í fótbolta þegar hann skoraði sitt annað mark á tímabilnu og þar með sitt hundraðasta mark í efstu deild í 4-1 sigri á ÍA á Kaplakrika á miðvikudagskvöldið. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

FIMM UPPÁHALDSMÖRK ATLA VIÐARS

FH 2-0 KR. Kaplakriki, 27. maí 2001
„Fyrsta markið sem kemur upp í hugann. Mitt fyrsta mark í efstu deild.“

FH 3-2 Keflavík. Kaplakriki, 21. september 2008
„Sigurmark á lokamínútunni í stórleik í næstsíðustu umferð. Sérstaklega eftirminnilegt. Við tryggðum okkur svo titilinn í lokaumferðinni.“

Valur 0-5 FH. Vodafonevöllurinn, 2. júlí 2009
„Skemmtilegt mark í skemmtilegum leik. Tók hann með mér á kassann og vippaði honum í fjærhornið.“

FH 4-0 Stjarnan. Kaplakriki, 28. september 2013
„Seinna markið í þessum leik í lokaumferð deildarinnar sem tryggði mér minn fyrsta og eina gullskó.“

FH 4-1 ÍA. Kaplakriki, 20. maí 2015
„Hundraðasta markið í efstu deild.“

HUNDARÆKTARFÉLAG ÍSLANDS
4. september 1969

Pedigree

VÍS

Tvöföld

HUNDASÝNING

Hundaræktarfélags Íslands

23.-25. maí í Reiðhöll Fáks í Víðidal

Dómar standa frá 9:00 - 20:00
Miðaverð: 700 kr.
Frítt fyrir börn 12 ára og yngri í fylgd með fullorðnum.
Nánar á www.hrfi.is

DAGSKRÁ

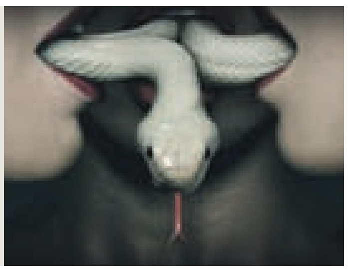
Stöð 2 | 22:10
STAR TREK INTO THE DARKNESS
Þegar áhöfn Enterprise er kölluð heim uppgötva þau hryðjuverkaógn innan eigin raða. Kirk skipstjóri ákveður að koma til bjargar og leiðir sitt fólk inn í stríðshrjáðan heim til að finna manninn sem ber ábyrgð á ógninni.

SKEMMTILEGT
FÖSTUDAGSKVÖLD!
Fáðu þér áskrift á 365.is
365

Stöð 2 | 19:50
THE PRINCE AND ME 3: A ROYAL HONEYMOON
Rómantísk gamanmynd um Edward konung og Paige drottningu sem fara í brúðkaupsferð til Belaviu.

Stöð 2 | 21:25
NCIS: NEW ORLEANS
Mögnuð NCIS þáttaröð sem gerist í New Orleans og skartar hinum stórgóða leikara, Scott Bakula.

Bíóstöðin | 22:00
JOE
Nicolas Cage leikur Joe Ransom sem á heldur vafasama fortíð að baki.



Stöð 3 | 21:40
AMERICAN HORROR STORY: COVEN
Þriðja þáttaröðin af þessum dulmögnuðu þáttum þar sem aðalsöguhetjurnar eru nornir sem skiptast í tvær fylkingar.

Gullstöðin | 22:20
CURB YOUR ENTHUSIASM
Frábærir gamanþættir þar sem Larry David leikur sjálfan sig. Einn þáttur sýndur hvern virkan dag klukkan 22.20 á Gullinu.

Krakkastöðin | 19:00
HAPPY FEET
Falleg teiknimynd fyrir alla fjölskylduna með skemmtilegum lögum og flottustu mörgæsadönsum í heimi.

Allt þetta og meira til í Skemmtipakkanum á aðeins 310 kr. á dag. Nánari upplýsingar á 365.is

STÖÐ 2

07.00 **Barnatími Stöðvar 2**
07.40 **Batman. The Brave and the bold**
08.05 **The Middle** *(6.24)*
08.30 **Glee 5** *(10.20)*
09.15 **Bold and the Beautiful**
09.40 **Doctors** *(162.175)*
10.20 **Last Man Standing** *(12.22)*
10.50 **Heimsókn**
11.10 **Life's Too Short** *(1.7)*
11.40 **Save With Jamie** *(1.6)*
12.35 **Nágrannar**
13.00 **Charlie and the Chocolate Factory**
14.55 **The Amazing Race** *(7.12)*
16.05 **Kalli kanína og félagar**
16.30 **Batman. The Brave and the bold**
16.55 **Super Fun Night** *(12.17)*
17.20 **Bold and the Beautiful**
7.40 **Nágrannar**
18.05 **Simpson-fjölskyldan**
18.47 **Íþróttir**
18.55 **Ísland í dag.**
19.25 **Simpson-fjölskyldan** *(22.22)*
19.50 **The Prince and Me 3. A Royal Honeymoon** Rómantísk gamanmynd um Edward konung og Paige drottningu sem fara í brúðkaupsferð til Belaviu þar sem þau komast að lævísum áformum danska forsætisráðherrans um að eyðileggja fallegt landsvæði sem er í eigu konungsríkisins í gróðarskyni. Brúðkaupsferðin breytist því í eitthvað allt annað en Edward og Paige sáu fyrir sér og töluvert meira spennandi í þokkabót þar sem þau beita sér fyrir því að koma í veg fyrir spillinguna.
21.25 **NCIS. New Orleans** *(20.23)*
22.10 **Star Trek Into Darkness**
00.20 **Think Like a Man too**
02.05 **Liberal Arts**
03.40 **Red**
05.30 **Fréttir og Ísland í dag**

SPORT *besta sætið*

07.45 **NBA - Playoff Games Golden State - Houston. Leikur 2**
09.35 **Fylkir - KR**
11.30 **Pepsímörkin**
12.50 **Spænsku mörkin**
13.15 **Goðsagnir efstu deildar - Hörður Magnússon**
13.50 **Þýsku mörkin**
14.15 **Demantamótaröðin**
16.20 **Fylkir - KR**
18.15 **NBA - Playoff Games Golden State - Houston. Leikur 2**
20.05 **La Liga Report**
20.35 **Meistarad. Evrópu - fréttaþáttur**
21.00 **Goðsagnir efstu deildar** Guðmundur Steinsson er einn af mestu markaskorurum efstu deildar. Hann átti langan og farsælan feril bæði með Fram og Víking. Guðmundur skoraði 101 mark í efstu deild og var annar leikmaðurinn í sögunni til að komast í 100 marka klúbbinn.
21.40 **Box - Golovkin vs. Monroe Jr.**
23.50 **Goðsagnir efstu deildar** Guðmundur Steinsson
00.30 **NBA - Playoff Games Atlanta - Cleveland. Leikur 2**

SPORT 2 *enski boltinn*

09.00 **Messan**
10.10 **Tottenham - Hull**
12.00 **Premier League World**
12.30 **Swansea - Man. City**
14.15 **Arsenal - Sunderland**
16.00 **Liverpool - Crystal Palace**
17.45 **WBA - Chelsea**
19.35 **Ensku mörkin - úrvalsdeild**
20.30 **Match Pack**
21.00 **Messan**
21.30 **Enska úrvalsdeildin - upphitun**
22.00 **Southampton - Aston Villa**
23.45 **Match Pack**
00.15 **Messan**
00.45 **Enska úrvalsdeildin - upphitun**

STÖÐ 3

18.35 **Raising Hope** *(20.0)*
19.00 **Junior Masterchef Australia**
19.50 **Hawthorne** *(8.10)*
20.35 **Community** *(2.13)*
20.55 **The Lottery** *(7.10)*
21.40 **American Horror Story. Coven** Þriðja þáttaröðin af þessum dulmögnuðu þáttum og nú eru nýjar söguhetjur kynntar til leiks. Nú er sögusviðið New Orleans og aðalsöguhetjurnar eru nornir sem skiptast upp í tvær fylkingar og það stefnir í blóðugt uppgjör þeirra á milli.
22.35 **Trust Me** *(12.13)*
23.20 **Raising Hope** *(20.0)*
23.40 **Junior Masterchef Australia**
00.35 **Hawthorne** *(8.10)*
01.15 **Community** *(2.13)*
01.40 **The Lottery** *(7.10)*
02.20 **American Horror Story. Coven**
03.10 **Trust Me** *(12.13)*
03.50 **Tónlistarmyndbönd frá Bravó**

Krakkastöðin

07.00 Dóra könnuður **07.24** Mörgæsirnar frá Madagaskar **07.45** Doddi litli og Eyrnastór **07.55** Sumardalsmyllan **08.00** Áfram Diego, áfram! **08.24** Svampur Sveinsson **08.49** Tommi og Jenni **08.55** Leyndarmál vísindanna **09.00** Lína Langsokkur **09.22** Kalli á þakinu **09.47** Ævintýraferðin **10.00** Strumparnir **10.25** Ævintýri Tinna **10.47** Skoppa og Skrítla **11.00** Dóra könnuður **11.24** Mörgæsirnar frá Madagaskar **11.45** Doddi litli og Eyrnastór **11.55** Sumardalsmyllan **12.00** Áfram Diego, áfram! **12.24** Svampur Sveinsson **12.45** Tommi og Jenni **12.53** Leyndarmál vísindanna **13.00** Lína Langsokkur **13.22** Kalli á þakinu **13.47** Ævintýraferðin **14.00** Strumparnir **14.25** Ævintýri Tinna **14.48** Skoppa og Skrítla **15.00** Dóra könnuður **15.24** Mörgæsirnar frá Madagaskar **15.45** Doddi litli og Eyrnastór **15.55** Sumardalsmyllan **16.00** Áfram Diego, áfram! **16.45** Tommi og Jenni **16.53** Leyndarmál vísindanna **17.22** Kalli á þakinu **17.47** Ævintýraferðin **18.00** Strumparnir **18.25** Ævintýri Tinna **18.48** Skoppa og Skrítla **19.00** Happy Feet

GULLSTÖÐIN

16.20 **Friends** *(14.24)*
16.45 **Modern Family**
17.10 **Mike & Molly** *(9.24)*
17.30 **The Big Bang Theory** *(2.24)*
17.55 **Arrested Development** *(7.15)*
18.25 **Bandið hans Bubba** *(2.12)*
19.15 **It's Always Sunny In Philadelphia**
19.35 **The Newsroom** *(4.9)*
20.35 **Cold Feet** *(3.6)*
21.25 **Cold Feet** *(4.6)*
22.20 **Curb Your Enthusiasm** *(6.10)*
22.50 **Without a Trace** *(12.24)*
23.35 **Bandið hans Bubba** *(2.12)*
00.20 **Arrested Development** *(7.15)*
Sunny In Philadelphia *(9.10)*
02.10 **Cold Feet** *(3.6)*
03.00 **Cold Feet** *(4.6)*
03.50 **Tónlistarmyndbönd frá Bravó .**

BÍÓSTÖÐIN

09.20 **Contact**
11.50 **Jack the Giant Slayer**
13.45 **Ocean's Eleven**
15.40 **Contact**
18.10 **Jack the Giant Slayer**
20.00 **Ocean's Eleven**
22.00 **Joe** Nicolas Cage leikur Joe Ransom sem á vafasama fortíð að baki. Þegar Joe vingast við hinn 15 ára Gary sem býr við ömurlegar heimilisaðstæður ákveður hann að ganga í málið og vernda drenginn.
00.00 **Prisoners**
02.30 **The Possession**
04.00 **Joe**

ÍNN

20.00 **Hrafnaþing**
20.30 **Hrafnaþing**
21.00 **Hvíta tjaldið**
21.30 **Eldhús meistaranna**

RÚV

14.25 **Eurovision 2015**
16.25 **Ljósmóðirin** *(3.8)*
17.20 **Vinabær Danna tígurs** *(16.40)*
17.31 **Litli prinsinn** *(15.18)*
17.54 **Jessie** *(11.26)*
18.15 **Táknmálsfréttir**
18.25 **Sterkasti fatlaði maður heims**
19.00 **Fréttir**
19.25 **Íþróttir**
19.30 **Veðurfréttir**
19.35 **Hraðfréttir** *(29)*
20.40 **Séra Brown** *(5.10)*
21.30 **Geggjun Georgs konungs** *(The Madness of King George)* Óskarsverðlaunamynd frá 1995. Saga Georgs III. Englandskonungs. Árið 1788 hafði geðheilsu konungs hrakað verulega sem og sambandi hans við soninn, prinsinn af Wales. Aðalhlutverk. Nigel Hawthorne, Helen Mirren og Rupert Graves. Leikstjóri: Nicholas Hytne.
23.20 **Heil á húfi**
00.50 **Beck - Grafinn lifandi**
02.20 **Útvarpsfréttir í dagskrárlok**

SKJÁREINN

06.00 **Pepsi MAX tónlist**
08.00 **Everybody Loves Raymond**
08.20 **Dr. Phil**
09.00 **The Talk**
09.45 **Pepsi MAX tónlist**
15.05 **Cheers** *(24.25)*
16.15 **Once Upon a Time** *(10.22)*
17.00 **Eureka** *(3.14)*
17.50 **Dr. Phil**
18.30 **The Talk**
19.10 **Secret Street Crew** *(4.6)* Ofurdansarinn Ashley Banjo stjórnar þessum frumlega þætti þar sem hann æfir flóknar dansrútínur með ólíklegasta fólki.
19.55 **Parks & Recreation** *(17.22)*
20.15 **The Voice** *(25.28)*
21.45 **The Voice** *(26.28)*
23.15 **Nurse Jackie** *(8.10)*
23.45 **Law & Order. SVU** *(7.24)*
00.30 **The Affair** *(6.10)*
01.20 **Law & Order** *(2.22)*
02.10 **The Borgias** *(4.10)*
03.00 **Lost Girl** *(3.13)*
03.50 **Pepsi MAX tónlist**

Golfstöðin

08.00 **Inside The PGA Tour 2015**
11.25 **This is the Presidents Cup 201**
11.50 **Inside The PGA Tour 2015**
12.15 **Golfing World 2015 13.05PGA Tour 2015**
13.05 **PGA Tour 2015**
16.05 **European Tour 2015**
19.35 **Inside The PGA Tour 2015**
20.00 **PGA Tour 2015**
23.00 **Golfing World 2015**

HRINGBRAUT

10.00 **Þjóðbraut** *(e)*
11.00 **Sjónarhorn** *(e)*
11.30 **Lífsins List** *(e)*
12.00 **Þjóðbraut** *(e)*
13.00 **Sjónarhorn** *(e)*
13.30 **Lífsins List** *(e)*
14.00 **Þjóðbraut** *(e)*
15.00 **Sjónarhorn** *(e)*
15.30 **Lífsins List** *(e)*
16.00 **Þjóðbraut** *(e)*
17.00 **Sjónarhorn** *(e)*
17.30 **1Lífsins List** *(e)*
18.00 **Þjóðbraut** *(e)*
19.00 **Sjónarhorn** *(e)*
19.30 **Lífsins List** *(e)*
20.00 **Helgin**
20.30 **Kvennaráð**
21.15 **Lífsins List** *(e)*
21.45 **Eðaltónar** *(e)*
22.00 **Helgin** *(e)*
22.30 **Kvennaráð** *(e)*
23.15 **Lífsins List** *(e)*
23.45 **Eðaltónar** *(e)*

ÚTVARP

FM 88,5 XA-Radíó
FM 89,5 Retro
FM 90,1 Rás 2
FM 90,9 Gullbylgjan
FM 93,5 Rás 1
FM 95,7 FM957
FM 96,3 FM Suðurland
FM 96,7 Létt Bylgjan
FM 97,7 X-ið
FM 98,9 Bylgjan
FM 99,4 Útvarp Saga
FM 100,5 K100
FM 102,9 Lindin

Afmælistónleikar
19. september 2015
MAGGI EIRÍKS
70 ára
Reyndu aftur
Braggablús
Elska þig
Vegurinn heim
Samferða
Ó, þú
Magnús Eiríksson fagnar sjötíu ára afmæli sínu með stórtónleikum í Eldborg, þann 19. september. Dregnir verða fram gimsteinar, konfektmolar og blúsaðar perlur úr óviðjafnanlegu lagasafni Magnúsar sem fyrir löngu er samofið þjóðarsál Íslendinga. Nýir og gamlir vinir líta við s.s. KK, Ellen Kristjánsdóttir, Valdimar Guðmundsson, Pálmi Gunnarsson o.fl. Hljómsveit ásamt strengjasveit leikur undir stjórn Þóris Úlfarssonar.
Ómissandi tónleikar fyrir ómissandi fólk.
Miðasalan er hafin
harpa.is | 528 5050 | tix.is
HARPA
DÆGURFLUGAN

FÖSTUDAGSLAGIÐ

„Djassinn kemur mér alltaf í stuð. Hotter Than That með Wynton Marsalis nær mér alltaf. Best væri samt að fá Einar Jónsson trompetleikara til að spila þetta. Ég á fertugsafmæli í sumar, kannski gæti hann komið mér á óvart.“

Stefán Karl Stefánsson leikari

Ísland ekki með í úrslitum Eurovision

María Ólafsdóttir stóð sig frábærlega þegar hún flutti framlag Íslands í undankeppninni í gærkvöldi.

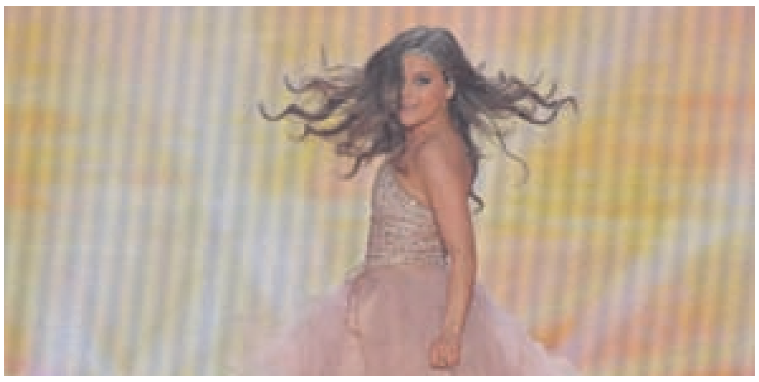
Framlag Íslands í Eurovison var ekki eitt af þeim tíu lögum sem komust upp úr undankeppninni og í lokaúrslitin, sem fara fram á morgun.

María Ólafsdóttir stóð sig frábærlega, en því miður dugði það ekki til. Hún var tólfta á svið og uppskar mikið lófaklapp fyrir flotta frammistöðu. Pálmi Ragnar Ásgeirsson og Ásgeir Orri Ásgeirsson, lagahöfundarnir, voru að vonum svekktir yfir úrslitunum.

Löndin tíu sem komust áfram úr undankeppninni eru:

Litháen, Pólland, Slóvenía, Svíþjóð, Noregur, Svartfjallaland, Kýpur, Aserbaídsjan, Lettland og Ísrael.

Ef Ísland hefði komist áfram í undankeppninni, hefði það verið áttunda árið í röð sem við hefðum verið með í úrslitunum. Aðeins tveimur öðrum þjóðum hefur tekist það, Rúmeníu og Grikklandi, sem komust í úrslitin á morgun. **- asi**



STÓRGLÆSILEG María stóð sig frábærlega á sviðinu í Vín.

EUROVISION/EBU ANDRES PUTTING

HÁLFNAFNAR Nöfnum Arnars Dan og Arnórs Dan hefur oft verið ruglað saman enda aðeins einn stafur sem skilur þau að.

FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

Arnar Dan túlkar hálfnafnann Arnór Dan

Agent Fresco gefur út sína aðra smáskífu af væntanlegri plötu í dag. Lagið heitir See Hell og leikarinn Arnar Dan túlkar Arnór Dan í myndbandi við nýja lagið.

Hljómsveitin Agent Fresco gefur út sína þriðju breiðskífu þann 7. ágúst næstkomandi og ber hún nafnið Destrier. Um hádegisbil í dag verður tónlistarmyndband við lagið See Hell frumsýnt á Vísi en þetta er önnur smáskífan af væntanlegri plötu.

Leikarinn Arnar Dan túlkar í myndbandinu texta söngvarans Arnórs Dan, sem segir að við val á aðalleikara myndbandsins hafi það heillað sig hversu lík nöfn þeirra eru.

Nafnið heillaði

„Ég verð að viðurkenna að nafnið heillaði mig frekar mikið, mér finnst þetta flott nafn,“ segir Arnór hlæjandi og bætir við: „Ég hef líka bara oft pælt í því að það væri mjög gaman að við gerðum eitthvað saman og ég er mjög sáttur.“

Arnar er einnig ánægður með útkomuna en þetta er fyrsta tónlistarmyndbandið sem hann leikur í. „Fyrir mig persónulega að vinna með þeim er líka alveg geggjað, af því ég er Agent Fresco-aðdáandi og hef verið lengi,“ segir hann hress.

Nöfn þeirra félaga eru fremur lík, mætti kalla þá hálfnafna, og hefur það nokkrum sinnum valdið misskilningi sem Arnór og Arnar hafa gaman af. „Þegar ég var að segja fólki frá því að Arnar Dan væri að leika aðalhlutverkið í myndbandinu hélt fólk að ég væri að tala um mig í þriðju persónu. Las bara vitlaust, það var ekki

„Þegar ég var að segja fólki frá því að Arnar Dan væri að leika aðalhlutverkið í myndbandinu hélt fólk að ég væri að tala um mig í þriðju persónu.

Arnór Dan, söngvari Agent Fresco.

Arnór Dan heldur Arnar Dan,“ segir Arnór og þeir hlæja báðir.

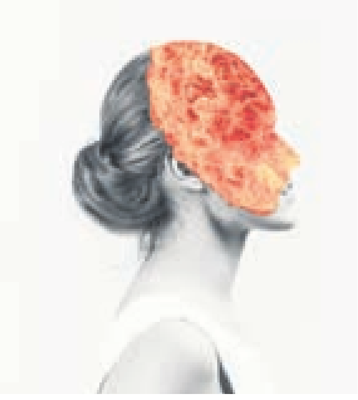
Ákveðið tímabil

Myndbandið er unnið af fyrirtækinu Tjarnargötunni og leikstýrt af Frey Árnasyni og Gísla Þór Brynjólfssyni. Tökur á myndbandinu tóku rúma sextán tíma og var það tekið upp í JL húsinu sem Arnór og Arnar segja báðir að hafi verið fullkominn vettvangur, hrátt en samt fallegt.

Það var Arnóri mikilvægt að lagið, textinn og myndbandið segðu sömu söguna og kæmu henni vel til skila. „Okkur í Agent Fresco langaði til þess að fylgja textanum frekar vel með þessi nýju lög, taka eitthvað úr textanum og gera það myndrænt,“ segir Arnór en hann segir plötuna túlka ákveðið tímabil í lífi hans. „Þetta byrjaði þegar ég varð fyrir líkamsárás fyrir þremur árum, það opnaðist heimur af kvíða og reiði. Ég ætlaði að búa til mjög jákvæða plötu en það breyttist mjög hratt.“

Núna kemur hitt dýrið

Agent Fresco er með þriggja platna samning við þýska útgáfufyrirtækið Long Branch Records. Destrier tók nokkuð langan tíma í undirbúningi en líkt og áður sagði er nú kominn staðfestur útgáfudagur, 7. ágúst næstkomandi. „Núna kemur hitt dýrið að fylgja þessu eftir. Líkamlega að vera upp á sviði og tjá sig.“ Einnig hyggst hljómsveitin halda á Evróputúr næsta haust og Arnór leggur áherslu á að þá langi til þess að spila í grunn- og menntaskólum þar sem sá aldurshópur á oft ekki kost á að fara á tónleika sem iðulega fara fram á skemmtistöðum. „Unga fólkið, sem er aðalaðdáendurnir, gleymist oft. Hvar væri ég ef ég hefði ekki mátt fara á Slipknot-tónleika þegar ég var fimmtán ára? Þetta veitir svo mikinn innblástur,“ segir Arnór að lokum.



DESTRIER Umslag plötunnar var hannað af Dóru Andréssyni.

gydaloa@frettabladid.is

SÍMAR AUGLÝSINGADEILDIR–AUGLÝSINGASTJÓRI: Svanur Valgeirsson svanur@365.is **ALMENNAR AUGLÝSINGAR: SÍMI 512-5401:** Gústaf Bjarnason gustaf@365.is, Hjalti Egilsson hjalti@365.is, Hjördís Zoëga hjordis@365.is, Sigfús Örn Einarsson sigfus@365.is, Svanhildur Ólöf Þórsteinsdóttir svansi@365.is, Örn Geirsson orn.geirsson@365.is **FÓLK/LÍFIÐ/SÉRBLÖÐ SÍMI 512-5402:** Atli Bergmann atli.bergmann@365.is, Bryndís Hauksdóttir bryndis@365.is, Gunnhildur Geira Dan Þorláksdóttir geira@365.is, Jón Ívar Vilhelmsson jonivar@365.is, Jónatan Atli Sveinsson jonatan@365.is, **FÓLK OG SÉRBLÖÐ EFNI:** Sólveig Gísladóttir solveig@365.is og Vera Einarsdóttir vera@365.is **RAÐAUGLÝSINGAR /FASTEIGNIR SÍMI 512-5403:** Hrannar Helgason hrannar@365.is, Viðar Ingi Pétursson vip@365.is **ÞJÓNUSTUAUGLÝSINGAR SÍMI 512-5407:** Arna Rut Kristinsdóttir arnarut@365.is, Sigrún Helga Guðmundsdóttir sigrunh@365.is

GUNNAR HANSSON
VÍKINGUR KRISTJÁNSSON
SAGA GARÐARSDÓTTIR
- HULDA GEIRSDÓTTIR, RÁS 2
„Fyrsti íslenski sumarsmellurinn“
- HJÖRDÍS STEFÁNSDÓTTIR, MORGUNBLAÐIÐ
„Man ekki eftir að hafa skemmt mér jafn vel í bíó lengi og mæli hiklaust með henni“
- KJARTAN MÁR ÓMARSSON, FRÉTTABLAÐIÐ
„Bakk fær sex stjörnur af fimm.“
- MÁNI Í HARMAGEDDON Á XINU.
„Hef ekki hlegið svona mikið í bíó í langan tíma! Þetta er myndin sem íslenskir bíóáhorfendur hafa verið að bíða eftir“
- STEFÁN MÁNI RITHÖFUNDUR
BAKK
LEIKSTJÓRN GUNNAR HANSSON OG DAVÍÐ ÓSKAR ÓLAFSSON
KOMIN Í BÍÓ
mystery
sena
B|L

FRÉTTABLAÐIÐ
VIÐ SEGJUM FRÉTTIR • SMÁAUGLÝSINGASÍMINN OG SKIPTIBORÐ: 512 5000 VÍSIR
RITSTJÓRN 512 5313, Fax: 512 5301, ritstjorn@frettabladid.is AUGLÝSINGADEILD auglysingar@frettabladid.is PRENTUN Ísafoldarprentsmiðja
9 771670 387005
Póstdreifing
DREIFING: dreifing@postdreifing.is
EF BLAÐIÐ BERST EKKI: 800 1177

Opið allan sólarhringinn í Engihjalla, Vesturbergi og Arnarbakka
OPIÐ 24 TÍMA
Iceland

FRÉTTIR AF FÓLKI

Farin og á lausu

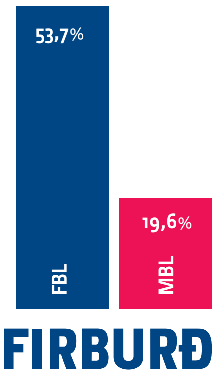
Ásdís Rán Gunnarsdóttir sló í gegn í sjónvarpsþættinum Hraðfréttum í síðustu viku, þar sem hún lá fyrir illa haldin af leiðindum í íslensku samfélagi. Nú er hún farin af landi brott og flutt aftur til Búlgaríu ásamt dóttur sinni. Jóhann Wiium sem Ásdís var að hitta um skeið var ekki með í för og nýlega breytti hún upplýsingum um sambandsstöðu sína í einhleyp eins og mbl.is greindi frá í gær. Því virðist sem hún sé á lausu. **- kbg**

Dóri óskar eftir nýju heimili

Halldór Halldórsson, betur þekktur sem Dóri DNA, leitar nú logandi ljósi að íbúð á Akureyri. Gerir hann kröfu um að minnsta kosti sjötíu fermetra til afnota þar nyrðra með haustinu, og þætti vænt um að fá ábendingar sendar beint í tölvupóstinn. Hyggst Dóri flytjast búferlum þar sem leiklistargyðjan kallar, en hann mun í slagtogi við leikkonuna Sögu Garðarsdóttur, sem er vægast sagt sjóðandi heit um þessar mundir, skella upp leiksýningu á Akureyri næsta vetur. Sannkallaður hvalreki fyrir norðlenskt menningarlíf, en tvíeykið er mögulega það fyndnasta á landinu. **- ga**

Mest lesið VÍSIR

1 Ásmundur á þingi í dag: „Ég gat ekki séð að hann væri fárveikur“
2 Vigdís ósátt við Birgittu: „Var hún á Saga Class?“
3 Lögreglumenn óánægðir með afsökunarbeiðni lögreglu til Halldórs
4 Vill milljónir frá ríkinu: Lögregla beitti Orminum á mótmælendur
5 Eurovision-djammið: Skemmtistöðum skellt í lás klukkan þrjú



YFIRBURÐIR
Fréttablaðsins staðfestir
Höfuðborgarsvæðið, meðallestur á tölublað 18–49 ára. Prentmiðlakönnun Gallup, jan.– mar. 2015
Allt sem þú þarft ...

Upplifðu tilfinninguna að svífa í þyngdarleysi
TEMPUR®
Komdu til okkar í Betra Bak og upplifðu óviðjafnanlega hvíldartilfinningu.
Hið einstaka TEMPUR® efni í heilsudýnum og koddum aðlagast líkama þínum og gefur þér þá tilfinningu að þér finnst þú svífa.

TEMPUR®
20% AFSLÁTTUR
af C&J stillanlegum rúmum með TEMPUR® heilsudýnum í maí

Hafðu það stillanlegt og þægilegt!
Eitt mest úrval landsins af stillanlegum heilsurúmum.
Stillanlegu heilsurúmin frá C&J:
- Inndraganlegur botn.
- Lyftigeta er yfir 2 x450 kg per botn.
- Mótor þarfnast ekki viðhalds.
- Tvíhert stálgrind undir botni.
- 2 nuddmótorar með tímarofa.
- Þráðlaus fjarstýring með klukku, vekjara og vasaljósi.
- LED lýsing undir rúmi - góð næturlýsing.
- Hliðar og endastopparar svo dýnur færist ekki í sundur.

Þráðlaus fjarstýring

Stillanleg heilsurúm í sérflokki
Charlotte Julien
Dream your world
TEMPUR®
Verðdæmi:
2x90x200 cm
C&J stillanlegt með Tempur® heilsudýnum
TILBOÐSVERÐ: kr. 643.040
Fullt verð kr. 803.800
Fæst í mörgum stærðum.

Áttu von á gestum – QUATRO – ítalskir svefnsófar

Kr. 231.920
Fullt verð 289.900
Fæst í þremur litum með slitsterku áklæði.
Dýnustærð: 140x200 cm.
QUATRO
20%
AFSLÁTTUR

www.betrabak.is
Betra BAK
Leggur grunn að góðum degi
betrabak@betrabak.is • www.betrabak.is
Faxafeni 5, Reykjavík • Sími 588 8477
Dalsbraut 1, Akureyri • Sími: 558 1100
Skeiði 1, Ísafirði • Sími 456 4566
Opið virka daga frá kl. 10-18 Laugardaga frá kl. 11-16