LITRÍK RÖÐ OG REGLA Í VESTURBÆ ▶30

ÁSKORANIR KVENFRUMKVÖÐLA ▶32

FRÉTTABLAÐIÐ

MEST LESNA DAGBLAÐ Á ÍSLANDI*

HELGARBLAÐ
30. maí 2015
125. tölublað 15. árgangur
Sími: 512 5000

*Samkvæmt prentmiðlakönnun Capacent Gallup apríl-júní 2014

GAF DÓTTUR SÍNA TIL ÆTTLEIÐINGAR

Jóhanna Ýr Jónsdóttir gaf dóttur sína frá sér til að skapa bjartari framtíð fyrir hana, sjálfa sig og barnið sem hún átti fyrir. Dóttirin **Margrét Arnardóttir** er nú tvítug. Þær eru ekki mæðgur en eiga samt sitt sérstaka samband. ▶ 24

MYND/GUÐBJÖRG GUÐMANNSDÓTTIR

BRÆÐRABÖND Í SVEITINNI
Sigurður Sigurjónsson og Theodór Júlíusson urðu nánir vinir við tökur á Hrútum. ▶28

SEPP BLATTER
SAGÐUR ÓHÆFUR EN VANN SAMT KOSNINGARNAR
▶10

GCD
KEMUR AFTUR SAMAN
▶64

365

Til hvers að flækja hlutina?

LIFÐU
í NÚLLINU!

365.is | Sími 1817

Við kynnum Philips Ambilight 9000 sjónvörpin
Engin venjuleg upplifun

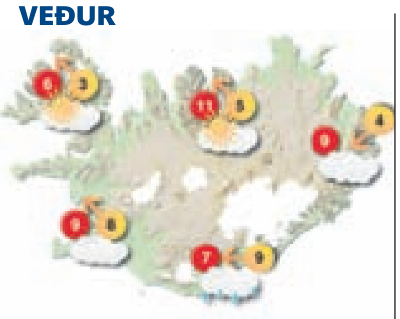
PHILIPS

með Android | Heimilistæki | ht.is

GULL BYLGJAN

FRÉTTIR

VEÐUR



Austan og suðaustanátt í dag. Rigning allvíða um landið sunnanvert og hiti víða 5 til 10 stig, en léttir til fyrir norðan og von er á hita upp að 12 stigum.

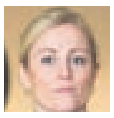
SJÁ SÍÐU 46

GLEÐIFRÉTTIN

Verðlaun í Cannes

Kvikmynd Gríms Hákonarsonar, Hrútar, vann verðlaunin Un Certain Regard á Cannes-kvikmyndahátíðinni. Um er að ræða flokk kvikmynda sem vert er að veita sérstaka athygli. Þetta er í fyrsta sinn í 68 ára sögu keppninnar sem íslensk kvikmynd í fullri lengd vinnur til verðlauna á hátíðinni. Grímur tók við verðlaununum úr hendi Isabellu Rossellini, formanns dómnefndar.

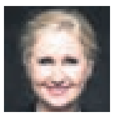
FIMM Í FRÉTTUM ATVINNULÍF OG VERKFÖLL



Alda Hrönn Jóhannsdóttir, aðstoðarlögreglustjóri höfuðborgarsvæðisins, vonast eftir nánara samstarfi við heilbrigðisyfirvöld í kjölfar þess að móðir var beitt grófu ofbeldi af barnsföður sínum. Ofbeldið hófst á fæðingardeild Landspítalans.

Jón Georg Aðalsteinsson, stjórnarformaður fyrirtækisins Ice-co, segir að verkföll myndu stefna verðmætu uppbyggingarstarfi við markaðssetningu erlendis í hættu og koma afar illa byggðarlögum eins og Patreksfirði, sem eiga mikið undir viðskiptum.

Ingrid Vanderveldt, stofnandi verkefnisins Empowering a Billion Women by 2020, segir að það krefjist fórna að vera frumkvöðull. Fólk þurfi að geta staðið upprétt, sama hversu oft það fellur. Þú þarft að reyna aftur, aftur og aftur alveg þangað þú nærð árangri.



Helga Árnadóttir, framkvæmdastjóri Samtaka ferðaþjónustunnar, fagnar því að ríkisstjórnin hafi samþykkt að veita 850 milljónir króna til brýnna verkefna á ferðamannastöðum víðs vegar um landið. Ráðist verður í meira en hundrað verkefni.

➜ **Sigríður Gunnarsdóttir** er framkvæmdastjóri hjúkrunar á Landspítalanum. Verkfall hjúkrunarfræðinga hófst í vikunni og þurfti að útskrifa fjölda sjúklinga vegna þess.

Á toppi tilverunnar

TÓNLEIKAR Á ESJUNNI Ásgeir Trausti hélt tónleika efst í Esjuhlíðum í gær. Fótsárir tónleikagestir nutu aðstoðar þyrluþjónustunnar Helo sem flaug með gesti á topp Esjunnar. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Framkvæmt á 65 stöðum:

Bæta öryggi vegfarenda

ÖRYGGI Borgarráð hefur samþykkt að heimila umhverfis- og skipulagssviði að bjóða út framkvæmdir við gönguleiðir fyrir um 120 milljónir króna.

Um er að ræða aðgerðir sem tengjast minnkun á umferðarhraða við gönguþveranir og er aðgerðunum ætlað að auka öryggi gangandi vegfarenda. Sérstök áhersla er lögð á að bæta öryggi á gönguleiðum skólabarna.

Framkvæmt verður á 65 stöðum víðs vegar í borginni og settar sebragangbrautir á upphækkaðar gönguþveranir auk viðbótarskilta. - shá

Braut gegn 26 stúlkum:

Dæmdur til dauða í Kína

KÍNA Dómstóll í Kína dæmdi grunnskólakennara til dauða eftir að hann var fundinn sekur um að hafa nauðgað eða brotið kynferðislega gegn 26 stúlkum. Frá þessu er greint í frétt BBC.

Maðurinn sem hét Li Jishun hefur nú þegar verið tekinn af lífi.

Jishun framdi brotin á árunum 2011 til 2012 þegar hann starfaði í grunnskóla í Gansuhéraði. Hann réðst á stúlkur á aldrinum fjögurra til ellefu ára meðal annars í skólastofum og á heimavist. - ngy

Boða aðgerðir upp á 34 milljarða króna

2.300 félagslegar íbúðir verða reistar á næstu fjórum árum. Kostnaður verður 4,5 milljarðar á ári. Skattkerfisbreytingar þýða 16 milljarða tekjumissi ríkissjóðs. Ríkisstjórnin kynnti í gær umfangsmiklar aðgerðir til að greiða fyrir kjarasmningum.

KJARAMÁL Ríkisstjórnin kynnti í gær umfangsmiklar aðgerðir til að greiða fyrir kjarasamningum. Samtals kosta aðgerðirnar 34 milljarða á næstu fjórum árum, bæði í formi minni skatttekna og beinna útgjalda.

Líkt og Fréttablaðið greindi frá á fimmtudag verður skattþrepum fækkað í tvö og milliþrepið verður því afnumið. Breytingarnar verða í tveimur skrefum en þegar þær eru að fullu komnar fram verða fjárhæðarmörk efra þrepsins 700 þúsund krónur.

Tekjuskattur á lægra þrepið verður lækkaður úr 22,86 prósentum í 22,5 prósent, líka í tveimur áföngum. Álagið við efra þrepið nemur síðan 9,3 prósentum þannig að heildartekjuskattsprósentan með þessum breytingum verður sú sama og í dag, að teknu tilliti til útsvars, en meðalprósenta þess er 14,44.

Breytingarnar verða í tveimur áföngum, eins og áður segir, og að fullu komnar fram í árslok 2017.

„Þetta eru breytingar sem við áætlum að leiði til tekjumissis fyrir ríkið um 9 til 11 milljarða og þegar þar bætist við um það bil 5 milljarða tekjuskattslækkun sem við höfum áður hrundið í framkvæmd, þá má segja að við séum að lækka tekjuskatt á kjörtímabilinu um allt að 16 milljarða,“ segir Bjarni Benediktsson fjármálaráðherra.

Farið verður í umfangsmiklar aðgerðir á húsnæðismarkaði og reistar 2.300 nýjar félagslegar íbúðir á næstu fjórum árum. Þá verða húsnæðisbætur hækkaðar og kerfinu umbylt. Árlega munu fara um 2,5 milljarðar úr ríkissjóði til byggingar íbúðanna og aukning í bótakerfið nemur um 2 milljörðum króna.

„Ég held að það sé óhætt að fullyrða það hér að við höfum ekki tekið jafn stór skref sem tengjast uppbyggingu félagslegs húsnæðiskerfis hér á Íslandi í um 50 ár,“ segir Eygló Harðardóttir, ráðherra húsnæðismála. „Við erum að leggja grunninn að nýju félagslegu leiguíbúðakerfi.“

Miðað verður við að leiga fólks með lágar tekjur muni ekki nema hærra hlutfalli en 20 til 25 prósentum af tekjum. Í dag eru dæmi um að hún nemi 50 til 70 prósentum af tekjum.

Þá verður reglum breytt og þær einfaldaðar til að lækka byggingarkostnað. kolbeinn@frettabladid.is

BREYTINGAR KYNNTAR Sigmundur Davíð Gunnlaugsson forsætisráðherra fór fyrir ráðherrum í gær þegar umfangsmiklar aðgerðir ríkisstjórnarinnar til að greiða fyrir kjarasamningum voru kynntar. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

> **... þá má segja að við séum að lækka tekjuskatt á kjörtímabilinu um allt að 16 milljarða.**
>
> *Bjarni Benediktsson, fjármálaráðherra*

> **Við erum að leggja grunninn að nýju félagslegu leiguíbúðakerfi.**
>
> *Eygló Harðardóttir, félagsmálaráðherra*

Játuðu fyrir dómi að hafa ráðist að fulltrúa sýslumanns og kveikt í bifreið hans:

Áttu að fá hálfa milljón fyrir verkið

DÓMSMÁL Tveir karlmenn játuðu í gær í Héraðsdómi Norðurlands eystra að hafa aðfaranótt 12. nóvember síðastliðins veist að Eyþóri Þorbergssyni, fulltrúa sýslumanns, og kveikt í bifreið hans með bílsprengju.

Lítur ákæruvaldið verknaðinn alvarlegum augum og telur þetta vera árás gegn valdstjórninni þar sem Eyþór er fulltrúi ákæruvaldsins á Akureyri.

Annar sakborningurinn veittist að Eyþóri með barefli og veitti honum áverka á vinstri handlegg auk þess að ráðast að bíl hans.

Sögðu þeir báðir fyrir dómi að þriðji aðili hefði ætlað að greiða þeim fimm hundruð þúsund krónur fyrir verknaðinn þar sem honum væri illa við embættið. Sá á að hafa sagst vilja brjóta hendur Eyþórs í þeim tilgangi að hann gæti ekki undirritað nein skjöl og viljað taka hann úr umferð.

Þessi þriðji aðili taldi málið hins vegar allt byggjast á misskilningi og sagðist ekki hafa skipað fyrir um árásina. Vildi hann ekki meina að hann hefði lofað neinni greiðslu fyrir verkið.

Mennirnir eiga yfir höfði sér þunga dóma verði þeir fundnir sekir um allar sakargiftir. Árásarmennirnir, sem játuðu brot sín fyrir dómi, sögðust lítið muna frá umræddu kvöldi sökum vímuefnaneyslu. - sa

VILDI HANN ÚR UMFERÐ Þriðji aðilinn sem á að hafa fyrirskipað árásina á fulltrúa sýslumannsins er sagður hafa sagt við árásarmennina að hann vildi manninn úr umferð. FRÉTTABLAÐIÐ/PJETUR

Orkuveita Reykjavíkur hlýtur

Hvatningarverðlaun jafnréttismála 2015

Orkuveita Reykjavíkur leggur áherslu á jafnrétti á öllum sviðum fyrirtækisins. Blandaðir vinnustaðir eru betri vinnustaðir og kynbundnum launamun er hægt að eyða. Við hvetjum öll fyrirtæki í landinu til að láta jafnrétti sig varða og nýta þá auðlind sem býr í orku kvenna.

Úr rökstuðningi dómnefndar:
„Fyrirtækið hefur stigið veigamikil skref og er í markvissri vinnu við að jafna stöðu kynjanna á öllum sviðum fyrirtækisins. Fyrirtækið vill jafnframt vera öðrum fyrirtækjum fyrirmynd í jafnréttismálum og vill leggja sitt að mörkum til að breyta viðhorfum til staðalímynda kynjanna enda er trú þess að kynbundið náms- og starfsval sé félagsmótun en ekki náttúrulögmál. Því hefur verið lögð rík áhersla á að skapa umhverfi sem er aðlaðandi fyrir bæði karla og konur að starfa í.“

Takk fyrir okkur!

Orkuveita Reykjavíkur
#orkakvenna

SA FESTA UN WOMEN

GAGNAVEITA REYKJAVÍKUR
ON ORKA NÁTTÚRUNNAR
Orkuveita Reykjavíkur

HVÍTA HÚSIÐ/SÍA – 15-1237

25.05.2015 → 31.05.2015

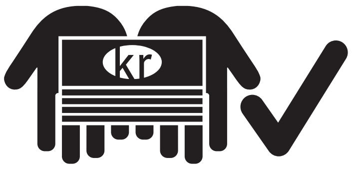
25% færri
fengu fjárhagsaðstoð í Reykjanesbæ í apríl en í sama mánuði í fyrra.

54.000 blóðtökum

hafði verið frestað vegna verkfalla á Landspítala fyrr í vikunni.

3.000 TIL 4.000

manns hefur Týr, skip Landhelgisgæslunnar, tekið þátt í að bjarga á Miðjarðarhafi.


7 MILLJARÐA
hrunlán Pólverja til Íslands var endurgreitt í vikunni.

26,7 MILLJÓNIR ÖKUTÆKJA

höfðu farið um Hvalfjarðargöng frá opnun 1998 til ársloka 2014.

5,5%

var atvinnuleysið í apríl.

500 FARÞEGA
er nýjum Herjólfi ætlað að geta flutt á milli lands og Eyja.

FORSETANUM FAGNAÐ Buhari á mikinn fjölda stuðningsmanna. FRÉTTABLAÐIÐ/AFP

Muhammad Buhari sór embættiseið sem forseti Nígeríu:

Fögnuðu ákaft nýjum forseta

NÍGERÍA Stuðningsmenn Muhammads Buhari Nígeríuforseta fögnuðu ákaft í miðborg Abuja, höfuðborgar Nígeríu, í gær.

Buhari sór embættiseið sem forseti Nígeríu í gær. Í ræðu sinni sagðist hann tilheyra öllum og engum og lofaði að auka velmegun í Nígeríu. Þá lagði hann áherslu á að berjast gegn spillingu og uppgangi vígahreyfingarinnar Boko Haram.

Forsetinn sór eið sinn á Arnartorgi í höfuðborginni. Eftir athöfnina stukku áhorfendur á fætur, dönsuðu trylltan dans, sungu og kölluðu nafn forsetans. - srs

142 milljarðar upp úr sjó:

Loðnuvertíðin eykur verðmæti

SJÁVARÚTVEGUR Mun betri loðnuvertíð í ár en í fyrra veldur því að verðmæti afla upp úr sjó reiknast miklum mun hærra milli ára. Verðmæti afla upp úr sjó nam tæpum 16,2 milljörðum í febrúar, 41,7% hærra en í febrúar 2014. Aflaverðmæti loðnu nam tæpum 6 milljörðum og jókst um nálægt 4 milljörðum milli ára. Aflaverðmæti þorskaflans nam 6,2 milljörðum í febrúar sem er ríflega 24% aukning miðað við sama mánuð 2014.

Aflaverðmæti á 12 mánaða tímabili frá mars 2014 til febrúar 2015 nam 142,6 milljörðum og er nánast óbreytt miðað við 12 mánaða tímabil árið áður. - shá

Samstarf VIRK og IKEA:

Sýna skilning á veikindum

SAMFÉLAG IKEA hefur um nokkra hríð tekið þátt í samstarfi við VIRK og skoðað hvort eitthvað mætti fara betur í umhverfi vinnustaðarins. „Við greinum nú betur á milli skammtíma- og langtímaveikinda. Nú eru þau flokkuð og úrræðin ólík eftir því hvort um er að ræða fjarveru í skamman tíma eða langan. Stjórnendur eru líka meðvitaðri um þörfina á að hafa samband við langtímaveikan starfsmann og sýna honum þannig áhuga og velvild, sem og að halda starfsmanninum upplýstum um hvað fram fer á vinnustaðnum,“ segir Fjóla Kristín Helgadóttir starfsmannastjóri. - kbg

Grunnur lagður að nýju húsnæðiskerfi

Auka á val um búsetuform með því að reisa 2.300 félagslegar íbúðir á fjórum árum. Húsnæðisbótakerfi verður gjörbylt. Húsaleiga þeirra tekjulægstu verði ekki meira en fjórðungur tekna. Frumvarp á leiðinni og hin koma á haustþingi.

KJARAMÁL Eygló Harðardóttir, ráðherra húsnæðismála, kynnti í gær umfangsmiklar aðgerðir í húsnæðismálum. Reisa á 2.300 félagslegar íbúðir á næstu fjórum árum og gjörbylta kerfi húsnæðisbóta. „Við erum að leggja grunninn að nýju félagslegu leiguíbúðakerfi,“ segir Eygló.

Tillagnanna hefur verið beðið um nokkra hríð, en þær eru afrakstur samvinnu ríkisstjórnarinnar við Samband íslenskra sveitarfélaga, Samtök atvinnulífsins og fjölda verkalýðsfélaga. Þær eru kynntar sem aðgerðir til að leysa deilur á vinnumarkaði.

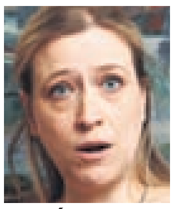
Markmið tillagnanna er að fjölga hagkvæmum og ódýrum íbúðum til að tryggja tekjulágum fjölskyldum leiguhúsnæði til lengri tíma. Félagslega leigukerfið verður fjármagnað með stofnfjárframlögum ríkis og sveitarfélaga og með beinum vaxtaniðurgreiðslum sem nema um 30 prósentum af núvirtum stofnkostnaði. Slíkt framlag á að leiða til þess að leiga fólks með lágar tekjur verði ekki hærri en 20 til 25 prósent af tekjum, en í dag þekkjast dæmi um að hún nemi á bilinu 50 til 70 prósentum af tekjum þeirra launalægstu.

Íbúðirnar 2.300 verða reistar á árunum 2016 til 2019, þó aldrei fleiri en 600 á ári.

Fara á í endurskoðun lagaumhverfis, þar með talið byggingareglugerðar og skipulagslaga. Tekinn verður inn nýr flokkur mannvirkja sem mun auðvelda byggingu smærri og ódýrari íbúða. Þá verður gjaldtaka sveitarfélaga vegna lóða og gatnagerðar skoðuð til að lækka byggingarkostnað.

Sérstakur stuðningur verður við efnaminni leigjendur á almennum leigumarkaði og húsnæðisbætur hækkaðar. Þá verður komið til móts við þá sem kaupa sína fyrstu íbúð með því að gera sparnað til íbúðakaupa skattfrjálsan.

HÚSNÆÐI Reistar verða 2.300 félagslegar leiguíbúðir á árunum 2016 til 2019, þó aldrei fleiri en 600 á ári.


EYGLÓ HARÐARDÓTTIR

„Ég held að það sé óhætt að fullyrða það að við höfum ekki tekið jafn stór skref sem tengjast uppbyggingu félagslegs húsnæðiskerfis hér á Íslandi í um 50 ár. Þá var farið í mikið átak. Við erum að gera enn betur núna,“ segir Eygló.

kolbeinn@frettabladid.is

→ 4,5 milljarðar á ári

Við erum að lofa okkar hlut í fjármögnun á þessum mikla fjölda íbúða. Ef það gengur allt eftir þá má áætla að sá hluti einn og sér muni kosta allt að **2,5 milljörðum** á ári, upp undir 600 íbúðir á ári. Aðrir þættir sem snúa að leigubótum, þar sem við erum í raun og veru að tala um húsnæðisbætur, eru um **2 milljarðar** eða svo á ári.

Bjarni Benediktsson, fjármálaráðherra

Forsætisráðherra segir aðgerðirnar hjálpa fólki úr fátæktargildrunni:

Yrði tíunda stærsta sveitarfélagið

KJARAMÁL Þær 2.300 félagslegu leiguíbúðir sem ríkisstjórnin hyggst stuðla að því að verði reistar yrðu tíunda stærsta sveitarfélag landsins ef þær væru reistar saman sem ein byggð. Þetta benti Sigmundur Davíð Gunnlaugsson forsætisráðherra á þegar hann kynnti aðgerðirnar í gær.

„Aðkoma ríkisins fælist þarna bæði í stofnstyrkjum og vaxtaniðurgreiðslu, en til þess að setja þetta í samhengi þá er þetta álíka mikill fjöldi íbúða eins og allar íbúðir í Borgarnesi og í öllum bæjum á Snæfellsnesi samanlagt. Borgarnes, Stykkishólmur, Grundarfjörður, Ólafsvík og svo framvegis. Það má líka segja að á næstu fjórum árum séu menn að byggja félagslegar íbúðir sem nemi öllum Ísafirði og Egilsstöðum.“

Sigmundur Davíð segir að við breytingarnar í skattamálum hafi verið horft til þess að tekið væri á kjörum hinna lægst settu í kjarasamningum, en ríkið kæmi í auknum mæli að því að bæta kjör millitekjufólks.

„Ástæðan fyrir því að þetta er skynsamleg verkaskipting er sú að þeir sem eru með lægstar tekjur greiða minnst til ríkisins og í sumum tilfellum ekki neina skatta til ríkisins. Þar af leiðandi er þar svigrúm fyrir ríkið til þess að koma inn í og bæta kjörin mjög takmarkað,“ segir Sigmundur Davíð. Með því takist að vinna á fátæktargildru „þar sem menn festast í lágum tekjum og svo eru jaðaráhrifin við það að komast upp úr því svo mikil að menn sitja fastir.“ - kóp

SÁTT VIÐ SAMNINGA Sigmundur Davíð Gunnlaugsson og Eygló Harðardóttir héldu blaðamannafund í gær.

VÁ!

ÞÝSK GÆÐI FRÁ OPEL!

BEIN LEIÐ Í 40 ÁR

1975 | Bílabúð Benna | 2015

Opel Corsa

Verð frá: **2.490.000 kr.**

Útborgun frá aðeins: **249.000 kr.**

Hægt er að velja um fjölbreytt úrval af aukabúnaði.

Ný Corsa

Snjallasti bíllinn í bænum

Það er komin ný Corsa og hún er bráðsnjöll. Hún er fáanleg vel græjuð fyrir fólk sem vill vera í góðu sambandi öllum stundum. Þú tengir símann þinn og spilar uppáhalds tónlistina þína í gegnum Bluetooth. En Bluetooth er bara einn kosturinn við Corsa – þú getur fengið þá miklu fleiri.

Bílabúð Benna
Sérfræðingar í bílum

Kynntu þér Opel Corsa á opel.is eða á benni.is

Reykjavík
Tangarhöfða 8
590 2000

Reykjanesbær
Njarðarbraut 9
420 3330

Opið virka daga frá 9 til 18
og laugardaga frá 12 til 16.
Verið velkomin í reynsluakstur.

OPEL

Bíll á mynd er Corsa Enjoy fimm dyra. Bílabúð Benna áskilur sér rétt til breytinga á verði og búnaði. Birt með fyrirvara um texta og myndabrengl.

Lykill

Bílabúð Benna og Lykill gera þér kleift að eignast nýjan Opel á þægilegan máta. Útborgun er að lágmarki 10% af verði bílsins og Lykill lánar þér afganginn til allt að sjö ára. Þú velur þér nýjan bíl hjá Bílabúð Benna og sölumenn sjá um að ganga frá láninu. Lánshlutfall ræðst af lánshæfis- og/eða greiðslumati hvers umsækjanda og getur hæst orðið 90%. Skylt er að kaskótryggja bifreiðina á lánstímanum.

Diplómanám um áfengis- og vímuefnamál

Diplómanám um áfengis- og vímuefnamál er sjálfstætt 30 eininga þverfræðilegt nám að loknu BA-, BS- eða sambærilegu háskólaprófi.

Námsleiðin er ætluð þeim sem starfa með áfengis- og vímuefnasjúkum og fjölskyldum þeirra, s.s. félagsráðgjöfum, hjúkrunarfræðingum, sálfræðingum, lýðheilsufræðingum, iðjuþjálfum, guðfræðingum og læknum.

Kennsla fer fram tvo samfellda daga í mánuði sem auðveldar fólki að sinna náminu meðfram vinnu.

Sæktu um á hi.is fyrir 5. júní.

Nánari upplýsingar á felagsradgjof.hi.is og hjá dr. Steinunni Hrafnsdóttur í síma 824 0598 og 525 5266.

HÁSKÓLI ÍSLANDS
FÉLAGSRÁÐGJAFARDEILD
www.hi.is

15% afsláttur

af Nicorette Fruitmint, öllum pakkningastærðum og styrkleikum

2 mg 210 stk.
Nú kr. 3.994.-

Tilboðið gildir til 17. júní n.k.

Lyfjaval APÓTEK
Álftamýri - Mjódd - Bílaapótek Hæðasmára 4

Tilboð á stígvélum!
Tilboðið gildir 30.5. - 6.6.

NOKIAN FOOTWEAR

FINNSKA BÚÐIN

HAI Low 12.900,-

Ankle wedge 19.900,-

Múmín barnastígvél 6.990,-

HAI stígvél 12.900,-

Kauptu tvö pör og fáðu ódýrara parið á 30% afslætti.

FINNSKA BÚÐIN, Laugavegi 27 (bakhús)
www.finnskabudin.is, 519 6688

Samningar smullu með skattalækkun

Öll aðildarfélög Starfsgreinasambandsins, VR og Landssambands íslenskra verslunarmanna skrifuðu undir kjarasamning við Samtök atvinnulífsins hjá ríkissáttasemjara í gær. Ríkisstjórnin liðkaði til með loforði um lægri skatta.

Kristjana Björg Guðbrandsdóttir
kristjanabjorg@frettabladid.is

KJARAMÁL Aðkoma stjórnvalda til að liðka fyrir gerð kjarasamninga skipti miklu máli að sögn forystumanna þeirra félaga sem skrifuðu undir kjarasamning við Samtök atvinnulífsins í gær.

Þar má fyrst nefna fyrirhugaðar heildarlækkanir á tekjuskatti einstaklinga sem eiga að auka ráðstöfunartekjur um 50-100 þúsund krónur á ári. Aðgerðir ríkisstjórnarinnar eiga að stuðla að bættum kjörum almennings. „Útspil ríkisstjórnarinnar var jákvætt en hafði ekki úrslitaáhrif. Fleiri félagslegar íbúðir og lækkun lækniskostnaðar skiptir félagsmenn okkar máli og er ágætis innlegg,“ segir Björn Snæbjörnsson, formaður Starfsgreinasambandsins, SGS. „Auðvitað hefðum við viljað sjá aukinn persónuafslátt líka en hann hækkar áfram eins og lög gera ráð fyrir með hækkandi verðlagi.“

Strax í upphafi viðræðna fór SGS fram með skýra kröfu um að lágmarkslaun yrðu 300 þúsund krónur innan þriggja ára. Björn segir deiluna hafa verið erfiða, samninganefnd hafi talið að lengra yrði ekki komist eftir átökin, aðalmarkmiðinu hafi verið náð og kjarasamningar gagnist vel fólki á taxta. „Okkur finnst stór áfangi að ná lágmarkslaunum í þrjú hundruð þúsund krónur, þetta er sigur fyrir fólk sem vinnur á taxta.“

Kjarasamningarnir gilda til 1. maí árið 2018 og fela í sér blöndu krónutöluhækkana fyrir lægstu launahópana og stiglækkandi prósentuhækkana til þeirra sem eru í millitekjuhópunum. Í lok samningstímans verða lágmarkslaun orðin 300 þúsund krónur á mánuði. Næstu tvær vikurnar verður samningurinn kynntur í aðildarfélögum SGS og skal niðurstaða atkvæðagreiðslu liggja fyrir 22. júní.

Ólafía B. Rafnsdóttir, formaður VR, segir það hafa kostað átak að tryggja lágmarkslaunin og skattabreytingar ríkisstjórnarinnar hafi liðkað til við samningagerðina. „Það sem er mér efst í huga er að ég tel að það hafi náðst að tryggja kaupmáttaraukningu, líka að ná stórum hópi að samningaborðinu. Útspil ríkisstjórnarinnar skipti máli, sérstaklega hvað varðar skattabreytingar. Við tryggðum lágmarkslaunin með þessum hætti.“

Samningurinn verður kynntur félagsmönnum á kynningarfundum næstu daga og vikur til samþykktar.

Þorsteinn Víglundsson, formaður Samtaka atvinnulífsins, segir töluverðan kostnað felast í nýgerðum kjarasamningum en að á sama tíma sé ákveðinn léttir að hafa komist að niðurstöðu. „Það er ákveðinn léttir að það hafi náðst að landa þessum samningum með farsælum hætti. Það er ljóst að það er töluverður kostnaður sem í þeim felst, í þeim eru miklar launahækkanir sem geta reynt á þol fyrirtækja. Við bindum vonir við það að vegna þess að það er samið til langs tíma ráði fyrirtæki betur við kostnaðaraukann. Það er annars engin leið að meta með hvaða hætti fyrirtæki bregðast við þeim kostnaðarauka sem felst í kjarasamningum. Hér er verið að hækka lægstu laun um liðlega 30% en ýtrustu kröfur voru 50%-70% hækkun allra launa, verðbólguáhrifin verða því minni en ella.“

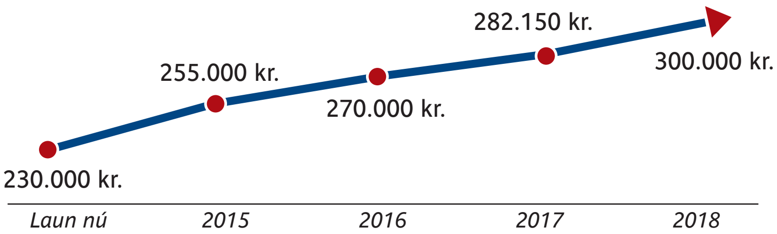
Hann segir útspil ríkisstjórnar skipta miklu máli og lofar sérstaklega aukið framboð félagslegs húsnæðis. „Það þurfti að bregðast við því að fjöldi fólks á við verulega erfiðleika að etja á húsnæðismarkaði. Þá finnst mér vera góður samhljómur með skattabreytingum ríkisstjórnar og þeim áherslum sem eru í þessum samningum. Við vonum að þegar upp er staðið þá leiði þeir til kaupmáttaraukningar fyrir launafólk og að okkur auðnist að halda þeim stöðugleika sem hefur náðst. Ef við höldum vel á spilunum þá getur þetta orðið farsælt,“ segir Þorsteinn sem segir deiluna hafa verið þá alhörðustu síðustu áratugi. Deila ríkis og BHM er hins vegar enn í hnút. Félagið hafnaði tilboði ríkisins í gær og taldi mikið bera á milli.

kristjanabjorg@frettabladid.is

HARÐASTA DEILA Í ÁRATUGI Þorsteini Víglundssyni, formanni Samtaka atvinnulífsins, er létt eftir nýgerða kjarasamninga. Ólafía B. Rafnsdóttir, formaður VR, segir skattabreytingar hafa skipt máli í því að tryggja lágmarkslaun. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

300 ÞÚSUND KRÓNUR

Lágmarkslaun hækka í 300 þúsund krónur á samningstímanum.



50-100 þúsund krónur á ári

Ráðstöfunartekjur aukast um 50-100 þúsund krónur á ári Persónuafsláttur hækkar í samræmi við verðlagsbreytingar.

31,1% hækkun

Lægstu launataxtar VR hækka um 31,1% eða kr. 64.208 á samningstímanum. Lágmarkstekjur verða 300 þúsund krónur á mánuði frá maí árið 2018. Forsendur fyrir samningnum eru m.a. að hann verði stefnumarkandi fyrir aðra.

70 þúsund starfsmenn

Nýgerðir kjarasamningar munu hafa áhrif á meirihluta vinnandi fólks eða 65-70 þúsund starfsmenn á landinu.

SVONA HÆKKA LAUN FÉLAGSMANNA Í VR

Laun nú	2015	2016	2017	2018	Hækkun á tímabilinu
230.000 kr.	255.000 kr.	270.000 kr.	282.150 kr.	300.000 kr.	70.000 kr.
300.000 kr.	321.600 kr.	339.288 kr.	349.467 kr.	356.456 kr.	56.456 kr.
450.000 kr.	476.400 kr.	502.602 kr.	517.680 kr.	528.034 kr.	78.034 kr.
550.000 kr.	577.378 kr.	609.134 kr.	627.408 kr.	639.956 kr.	89.956 kr.
650.000 kr.	676.578 kr.	713.790 kr.	735.204 kr.	749.908 kr.	99.907 kr.
750.000 kr.	774.000 kr.	816.570 kr.	841.067 kr.	857.888 kr.	107.888 kr.

*Taflan sýnir launahækkanir eftir tekjum og árum fyrir þá sem ekki hafa fengið neinar hækkanir á tímabilinu febrúar 2014 og út maí 2015.

F&F
Sumar
2015
Kringlunni
Garðabæ
Akureyri
Spönginni
Skeifunni

Hundruð kvenna segja frá ofbeldi

Íslenskar konur deila inni á Facebook-hópnum Beauty Tips reynslu sinni af kynferðisofbeldi sem þær hafa orðið fyrir. „Bylting“ segir ein þeirra og deilir reynslu sinni og vonast eftir að byltingin muni verða til þess að útrýma skömminni.

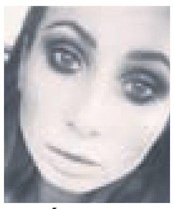
SAMFÉLAGSMÁL Inni á Facebook-hópnum Beauty Tips hafa á síðasta sólarhring hundruð kvenna sem eru meðlimir hópsins deilt reynslu sinni af því að hafa orðið fyrir kynferðisofbeldi. Hópurinn er lokaður en meðlimir eru um 24 þúsund talsins. Sögunum hefur verið deilt undir myllumerkjunum #þöggun og #konurtala. Um sannkallaða byltingu er að ræða þar sem þolendur kynferðisofbeldis skila skömminni og margar eru að segja í fyrsta skipti frá kynferðisofbeldi sem þær hafa orðið fyrir.

„Ég skammaðist mín alltaf fyrir að hafa lent í þessu sem varð til þess að ég var með mjög lítið sjálfsálit,“ segir Andrea Sóleyjar og Björgvinsdóttir, ein þeirra sem deildu reynslu sinni inni á Beauty Tips en áður hafði hún sagt sögu sína í Kvennablaðinu. Andreu var nauðgað þegar hún var unglingur en sagði engum frá, ekki fyrr en hún var áreitt af tveimur yfirmönnum sínum fyrir tveimur árum. „Það að segja frá losaði mig við mikla byrði í sálinni,“ segir Andrea sem á þrjár dætur. „Ég vil að dætur mínar alist upp í heimi sem er laus við þetta. Ég vil leggja allt mitt af mörkum til þess að þetta hætti.“ Andrea líkir frásögnum kvennanna á síðunni við byltingu. „Það verður að stoppa þetta og það þarf alltaf byltingu til að stoppa alla hluti. Við eigum ekki að sætta okkur við að kynferðisofbeldi sé til.“

Sigríður Tinna Einarsdóttir sagði líka frá sinni reynslu. Hún segir blendnar tilfinningar hafa fylgt því að opinbera reynslu sína á þessum vettvangi. „Ég er búin að fara þrisvar að gráta í dag en er samt ótrúlega stolt af mér og öðrum. Orð skipta máli og þegar við stöndum saman þá verður allt auðveldara. Þegar það eru svona margar raddir þá tölum við svo hátt,“ segir Sigríður sem vonast til að þessi bylting verði til þess að sem flestir þolendur ofbeldis skili skömminni. „Ef mín frásögn hjálpar einni við að segja frá þá er tilganginum náð. Ég á tvær stelpur, tveggja og þriggja ára, og ég vona að þegar þær verði orðnar unglingar þá detti þeim aldrei í hug að þær þurfi að þegja yfir því ef einhver meiði þær.“

Margar kvennanna voru að segja frá ofbeldinu í fyrsta skipti, einnig var áberandi að konurnar lýstu reynslu sinni af því að hafa kært en málið hafi verið fellt niður vegna skorts á sönnunargögnum. viktoria@frettabladid.is

BYLTING Á síðunni hafa fjölmargar konur sagt frá ofbeldi sem þær hafa orðið fyrir. NORDICPHOTOS/GETTY



SIGRÍÐUR TINNA EINARSDÓTTIR

ANDREA SÓLEYJAR OG BJÖRGVINSDÓTTIR

Frásagnir nokkurra kvenna á Beauty Tips

„ Ég var 9 ára þegar stóri frændi minn, sem ég dýrkaði og dáði, misnotaði mig. Þegar ég loksins fann kjarkinn til að segja honum að ég vildi ekki gera þessa hluti lengur þá bættist við andlegt ofbeldi. Hann var að refsa mér fyrir að taka ekki þátt í þessu sjálfviljug.

„ Mér var nauðgað af barnsföður mínum með hníf við hálsinn heima hjá mér. Ári seinna kærði ég hann.

„ Ókunnugur maður kemur og biður mig um kveikjara. Þegar ég er að leita þá dregur hann mig á hárinu inn í húsasund. Ég berst á móti og næ að komast burt eftir langa baráttu.

Ég var rifin í endaþarmi og leggöngum, áverkavottorðið var hræðilegt. Kæran var felld niður því að tveir menn sem voru teknir í viðtal neituðu og sannanirnar ekki nógu miklar.

„ Þegar ég var að verða 17 ára var ég plötuð upp í sumarbústað af strák sem var „skotinn í mér“. Þegar ég kom upp í bústaðinn þá var strákurinn ekki þar, heldur allir vinir hans. Mér var nauðgað og það var tekið upp á vídeó.

„ Mér var nauðgað af maka með vakandi barnið okkar í fanginu.

„ Ég var 15 ára þegar eldri bróðir manneskju sem ég þekkti misnotaði mig. Hélt mér niðri og hélt svo fyrir munninn á mér svo enginn heyrði í mér á meðan hann fékk vilja sínum framgengt.

Ég sagði ekki frá því ég skammaðist mín og ætlaði bara að bæla þetta niður þangað til ég myndi gleyma. Ég hlyti að gleyma þessu einhvern tímann ... mikið sem ég hafði rangt fyrir mér.

„ Hann neyddi mig upp í herbergi með sér, henti mér í rúm þannig að ég lá á maganum, þrýsti kodda á höfuðið á mér og hélt fyrir munninn á mér, tók mig úr buxunum og nauðgaði mér.

Hjartað í mér stoppaði, ég sá engan tilgang með lífinu.

TAKTU SKREFIÐ

SKAPAÐU ÞÍNA EIGIN FRAMTÍÐ

NÁMSBRAUTIR Á HAUSTMISSERI - UMSÓKNARFRESTUR TIL 1. JÚNÍ

Á GRUNNSTIGI

LEIÐSÖGUNÁM Á HÁSKÓLASTIGI
STAÐNÁM - FJARNÁM

NÁM Í UNDIRSTÖÐUATRIÐUM HUGRÆNNAR ATFERLISMEÐFERÐAR

NÁM TIL LÖGGILDINGAR FASTEIGNA-, FYRIRTÆKJA- OG SKIPASALA
STAÐNÁM - FJARNÁM

Á FRAMHALDSSTIGI

JÁKVÆÐ SÁLFRÆÐI
DIPLÓMANÁM Á MEISTARASTIGI

SÉRNÁM Í HUGRÆNNI ATFERLISMEÐFERÐ FYRIR SÁLFRÆÐINGA OG GEÐLÆKNA

NÁMSLÍNUR ÁN EININGA

VERKEFNASTJÓRNUN OG LEIÐTOGAÞJÁLFUN

VIÐURKENNDUR BÓKARI

FRAMKVÆMDAFERLI MANNVIRKJAGERÐAR
STAÐNÁM - FJARNÁM

FJÁRMÁL OG REKSTUR
STAÐNÁM - FJARNÁM

FLESTAR NÁMSBRAUTIR ENDURMENNTUNAR ERU LÁNSHÆFAR

NÁMSRÁÐGJÖF OG UPPLÝSINGAR: SÍMI 525 4444 ENDURMENNTUN.IS

ENDURMENNTUN HÁSKÓLA ÍSLANDS

Segja Blatter óhæfan sem forseta

Sepp Blatter var endurkjörinn forseti FIFA. Prins Ali dró framboð sitt til baka eftir fyrstu umferð kosninga. Michel Platini, forseti UEFA, útilokar ekki að Evrópuríki sniðgangi næsta heimsmeistaramót í knattspyrnu. Bakhjarlar FIFA íhuga að draga stuðning til baka.

ÍÞRÓTTIR Sepp Blatter var endurkjörinn formaður FIFA í gær. Hann hefur lofað því að láta af embætti árið 2019.

Hann sigraði í fyrri hluta atkvæðagreiðslunnar með 133 atkvæðum. Mótherji hans, Prins Ali Bin al-Hussein, hlaut 73 atkvæði.

Tvo þriðju hluta eða 140 atkvæði þurfti til að vinna kosninguna og lá fyrir að kjósa þyrfti aftur en Prins Ali dró framboð sitt til baka fyrir aðra umferð kosninganna.

„Ég þakka ykkur fyrir að hafa kosið mig til næstu fjögurra ára,“ sagði Blatter.

„Ég verð áfram skipstjóri FIFA-skipsins. Við munum ná því aftur á siglingu. Ég kann vel við ykkur. Ég kann vel við starf mitt. Ég er ekki fullkominn. Enginn er fullkominn. Förum saman af stað. Áfram FIFA!“

Blatter sagðist í sigurræðu sinni ætla að taka ábyrgð á því að endurvekja traust á FIFA og lagði áherslu á ríkt samstarf.

Prins Ali þakkaði fyrr sig þegar hann dró framboð sitt til baka.

„Ég vill þakka ykkur öllum. Þetta hefur verið undursamlegt ferðalag. Ég vil sérstaklega þakka öllum ykkur sem voruð svo hugrökk að kjósa mig.“

Fyrir þingið var það ljóst að evrópsku knattspyrnusamböndin stóðu nærri ein gegn Blatter. Forseti evrópska knattspyrnusambandsins (UEFA), Michel Platini, sagði á fimmtudaginn að nú væri mælirinn fullur og að Blatter þyrfti að segja af sér. Platini hefur þar að auki ekki útilokað að evrópsk knattspyrnulið sniðgangi næsta heimsmeistaramót.

Greg Dyke, formaður enska knattspyrnusambandsins, sagði að Blatter hefði stjórnað FIFA í sextán ár og hann væri ekki maðurinn til að vinna bug á spillingu innan samtakanna.

Þingið var haldið á afar stormasömum tíma en fjórtán háttsettir embættismenn FIFA hafa verið kærðir og sjö handteknir fyrir mútuþægni og spillingu.

Upphaf þingsins gerði lítið til að draga úr stormaseminni en framkvæmdastjóri FIFA tilkynnti þingfulltrúum að þinginu hefði borist sprengjuhótun og í kjölfarið var þingsalurinn rýmdur. Eftir að lögregla hafði leitað á svæðinu gat þinghald haldið áfram.

Fjöldi bakhjarla FIFA er að endurskoða samstarf sitt eftir að kærur voru gefnar út á miðvikudag. Visa er að endurskoða styrk sinn til FIFA. Coca-Cola, Adidas, Nike og McDonalds eru einnig að hugsa sinn gang.

stefanrafn@

SIGURSÆLL Sepp Blatter hefur lofað því að gefa ekki kost á sér 2019. FRÉTTABLAÐIÐ/AFP

PALESTÍNUMENN LÖGÐU TIL BROTTVÍSUN ÍSRAELS ÚR FIFA

Fulltrúi palestínska knattspyrnusambandsins (PFA) dró til baka tillögu sína um að úthýsa ísraelska knattspyrnusambandinu (IFA) úr FIFA.

PFA lagði í síðustu viku fram tillögu um brottvísun ísraelska sambandsins úr FIFA.

Jibril Rajoub, formaður PFA, sagði í ávarpi sínu á aðalþingi FIFA að hann hefði dregið tillöguna til baka vegna þrýstings frá háttsettum fulltrúum FIFA.

Tillaga PFA kom til vegna árása Ísraels á Palestínu og takmarkana Ísraelshers á fótboltastarfsemi í Palestínu.

Þess í stað kaus þingið með tillögu um að koma upp eftirlitsnefnd sem tryggir frelsi Palestínumanna til að stunda íþróttina óhindrað.

„Ég ákvað að draga brottvísunina til baka en það þýðir ekki að ég muni hætta andspyrnunni.“

Jibril Rajoub

BMW X5 25d xDrive. Verð frá 10.790.000 kr.: Steptronic 8 þrepa sjálfskipting – 18” álfelgur lykillaus gangsetning – rafdrifinn afturhleri – rafdrifin framsæti með minni fyrir ökumann – nálgunarvarar bakkmyndavél – handfrjáls Bluetooth símabúnaður – 6,5” litaskjár

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

blómaval
HÚSASMIÐJAN
HLUTI AF BYGMA

HELGAR SPRENGJA

10 STJÚPUR Í BAKKA

999 kr.

Fullt verð: 1.590 kr.

Blandaðir litir

10 FJÓLUR Í BAKKA

999 kr.

Fullt verð: 1.790 kr.

Rafmagnssláttuvél

1100W, sláttubreidd 32 cm.
30 ltr. safnari, 6 hæðastillingar 30-60 mm.
5085113

13.995 kr.

Frábært verð

Rafmagnssláttuvél

EMAX32, 1200W, Sláttubreidd 32 cm
Grassafnari: 35 lítrar
5085160

20.695 kr.

Fullt verð: 1.590 kr.

Sláttuvél Razor 4610

Sláttubreidd 46 cm, drif á hjólum, 65 lítra safnpoki, 6 hæðarstillingar 28-75 mm.
5085286

43.995 kr.

Frábært verð

Greinaklippur GREEN-IT
5084765

1.595 kr.

Frábært verð

Hekk- og greinaklippur GREEN-IT 2 stk.
5084773

2.995 kr.

Frábært verð

Laufhrífa GREEN-IT
5084343

1.295 kr.

Frábært verð

Garðborð
160x91 cm
3899965
39.990 kr.

Garðstóll
Staflanlegur.
3899964
7.990 kr.

Garðstóll
Með stillanlegu baki.
3899966
16.990 kr.

Sláttuorf

IKRA mogatec

350W, 24 cm sláttubreidd.
Aukaspóla
5086612

4.995 kr.

Frábært verð

Broil King

Baron 320

3 ryðfríir brennarar:
Dual Tube 8,8 kW/h
Rafstýrður kveikjari,
Grillgrind úr pottjárni
Postulínshúðuð vermigrind
3000611

79.990 kr.

Frábært verð

OUTBACK

Omega 200

Grillsvæði 50x36 cm.
Tvískiptur brennari.
Emaleruð grillgrind, hliðarborð, kveikjari og þrýstijafnari.
3000225

23.900 kr.

Frábært verð

Samfélagssjóðir Virðingar auglýsa eftir styrkumsóknum

Gjafir sem auðga lífið

Vinnum saman að betri framtíð

Virðing hefur frá upphafi lagt áherslu á ábyrga hegðun í allri sinni starfsemi. Við trúum því að við getum öll lagt okkar af mörkum til að byggja upp heilbrigt samfélag. Þess vegna vill Virðing leggja þeim lið sem stuðla að jákvæðri uppbyggingu og framförum.

Hvatning til góðra verka

Umsækjendur eru hvattir til að skilgreina verkefnið vel, sýna fram á hvernig það fellur að markmiði viðkomandi sjóðs og tilgreina hversu háa fjárhæð sótt er um og/eða hverskonar vinnuframlag.

AlheimsAuður

AlheimsAuður er samfélagssjóður ætlaður til að hvetja konur til frumkvæðis og athafna, einkum í þróunarlöndum.
Virðing býður viðskiptamönnum sínum að leggja hluta af hagnaði sínum í sjóðinn. Stjórn AlheimsAuðar tekur ákvörðun um úthlutun styrkja.

Dagsverk Virðingar

Dagsverk Virðingar er samfélagsverkefni starfsmanna Virðingar. Dagsverkið felst í því starfsmenn gefa andvirði dagslauna á hverju ári í verðugt málefni.
Ennfremur vinna allir starfsmenn Virðingar sem nemur einum vinnudegi á ári í þágu góðs málefnis. Starfsmenn Virðingar velja verkefni sem hljóta fjár- eða vinnuframlag.

Umsóknarfrestur er til mánudagsins 8. júní 2015.

Styrkjum verður úthlutað 19. júní n.k.

Umsóknum má skila á netfangið virding@virding.is

Nánari upplýsingar á virding.is

Við erum óháð og alhliða verðbréfafyrirtæki og veitum fjárfestingatengda þjónustu á sviði eignastýringar, markaðsviðskipta, fyrirtækjaráðgjafar og reksturs framtakssjóða. Við byggjum upp langtímasamband við viðskiptavini þar sem gagnkvæmt traust og samvinna leggja grunninn að arðbærum árangri.

Óháð staða Virðingar kemur í veg fyrir hagsmunaárekstra milli fyrirtækisins og viðskiptavina okkar og gerir okkur kleift að velja fjárfestingakosti eingöngu út frá hagsmunum viðskiptavina. Við stefnum að ábyrgri arðsemi þar sem virðing fyrir umhverfinu, mannauðnum og samfélaginu skilar öllum betri langtímaárangri.

VIRÐING

BORGARTÚNI 29 · 105 REYKJAVÍK · 585 6500 · WWW.VIRDING.IS

Capacent Ráðningar

Umsækjendur og atvinnurekendur
- kynnið ykkur þjónustuna á **www.capacent.is**

capacent

HÆTTA Á SKAÐA „Það er þekkt að konur missa fóstur á meðgöngu vegna heimilisofbeldis vegna áverka, svo sem fylgjuloss og blæðinga," segir Katrín Sigurgeirsdóttir, ljósmóðir á Heilbrigðisstofnun Suðurnesja. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Aukin vernd á Suðurnesjum

Á Íslandi hafa börn dáið í móðurkviði vegna heimilisofbeldis. Á Suðurnesjum hefur orðið vakning hjá ljósmæðrum í kjölfar átaks gegn heimilisofbeldi.

SAMFÉLAG „Okkur ber skylda til að vernda ófædd börn og til þess að styðja konur sem verða fyrir heimilisofbeldi," segir Katrín Sif Sigurgeirsdóttir, ljósmóðir hjá Heilbrigðisstofnun Suðurnesja. Átak gegn heimilisofbeldi hófst á Suðurnesjum í febrúar 2013, fyrst sem tilraunaverkefni en er nú til frambúðar vegna góðs árangurs.

„Það hefur orðið mikil vakning bæði hjá hjúkrunarfræðingum og ljósmæðrum á síðustu fimm árum um heimilisofbeldi á meðgöngu og þá sér í lagi að okkur kemur þetta við og að við berum ábyrgð. Mín upplifun er sú að á mörgum stöðum hafi ljósmæður og hjúkrunarfræðingar skimað og verið á varðbergi gagnvart heimilisofbeldi en skort úrræði til að styðja konuna."

Katrín tekur fram að aldrei sé tekið fram fyrir hendur móður vegna heimilisofbeldis. „Við styðjum móðurina og erum á hennar bandi. Við höfum að sjálfsögðu ríka tilkynningarskyldu til barnaverndar en þegar kemur að tilkynningum til lögreglu gerum við það í samstarfi."

Alvarlegar afleiðingar

Afleiðingar heimilisofbeldis á meðgöngu eru alvarlegar. „Það er mjög vont að barn sé baðað í stresshormónum á meðgöngu og þá er hætta á fósturskaða og fósturláti. Það er þekkt að konur missa fóstur á meðgöngu vegna heimilisofbeldis vegna áverka, svo sem fylgjuloss og blæðinga."

> **„Það er þekkt að sumir ofbeldismenn mæta í alla tíma, líta ekki af konunni sinni, svara jafnvel fyrir hana og sýna ógnandi hegðun inni á stofnuninni.**

Þó að börn deyi í móðurkviði á Íslandi vegna heimilisofbeldis eru ekki til tölur yfir algengi þess. „Það vantar frekari rannsóknir á alvarlegum afleiðingum ofbeldis á meðgöngu."

Sýna ógnandi hegðun

Katrín segir suma ofbeldismenn sýna ógnandi hegðun í mæðraeftirliti og þess vegna sé nauðsynlegt að mæður mæti í að minnsta kosti einn tíma einar. „Það er þekkt að sumir ofbeldismenn mæta í alla tíma, líta ekki af konunni sinni, svara jafnvel fyrir hana og sýna ógnandi hegðun inni á stofnuninni. „Þá hvílir skylda á okkar herðum. Við sendum ekki konurnar út í óvissuáhættuástand. Við reynum að koma á neti sem grípur þær og vonum að fleiri heilbrigðisstofnanir og bæjarfélög fylgi í kjölfarið."

Árangurinn segir Katrín mældan í öryggi kvennanna sem leita til þeirra. „Þetta hefur tvímælalaust borið árangur, þetta veitir konum öryggistilfinningu og von, og eins ljósmóðurinni, manni finnst maður hafa vopn til að grípa til."

kristjanabjorg@frettabladid.is

Nicorette® QuickMist munnholsúðinn

virkar á 60 sek.

- og reykingalöngunin minnkar

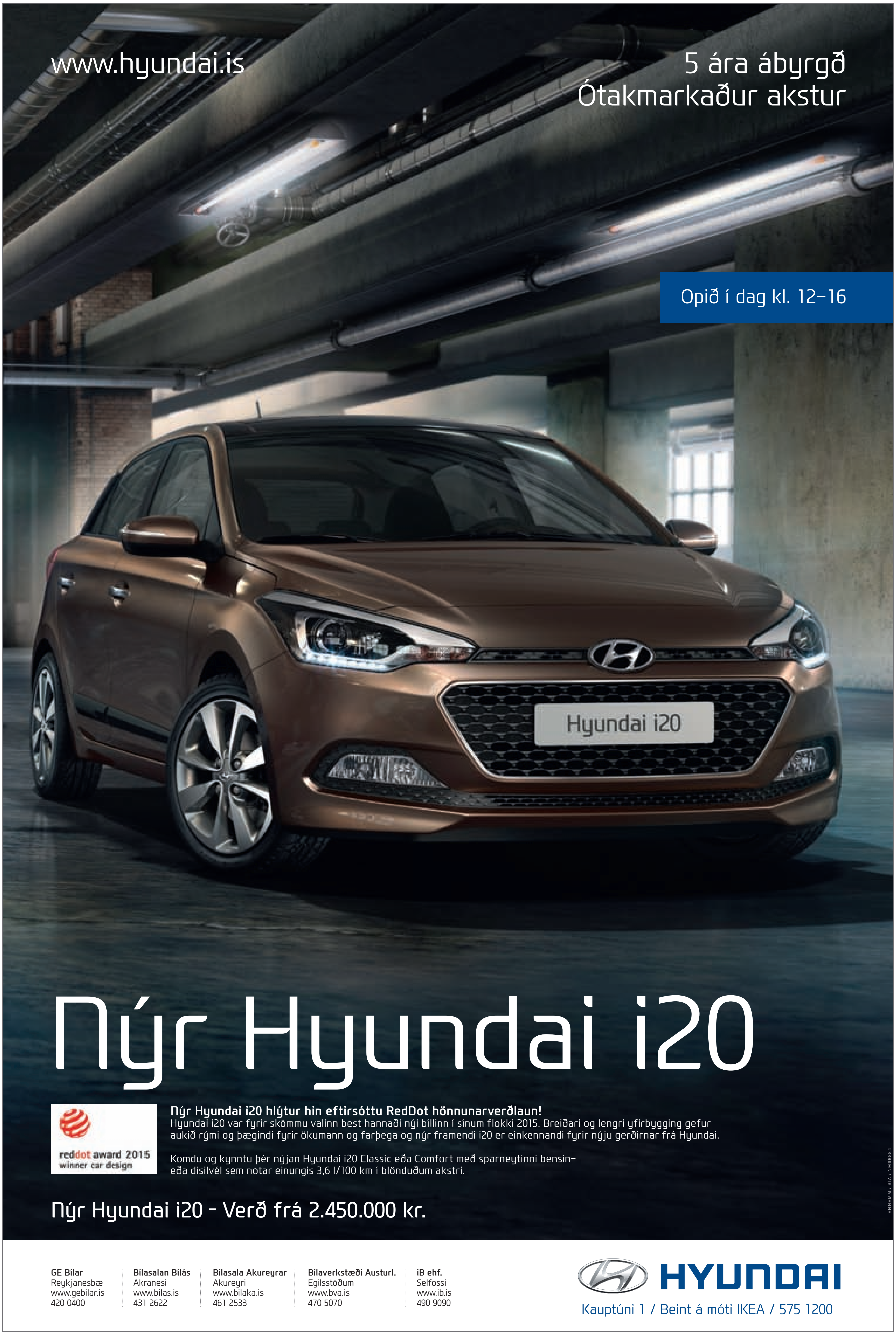
Nicorette QuickMist munnholsúði er nikótínlyf sem dregur úr fráhvarfseinkennum og nikótínþörf þegar reykingum er hætt.

2 pakkningastærðir: 1 stk. og 2 stk.

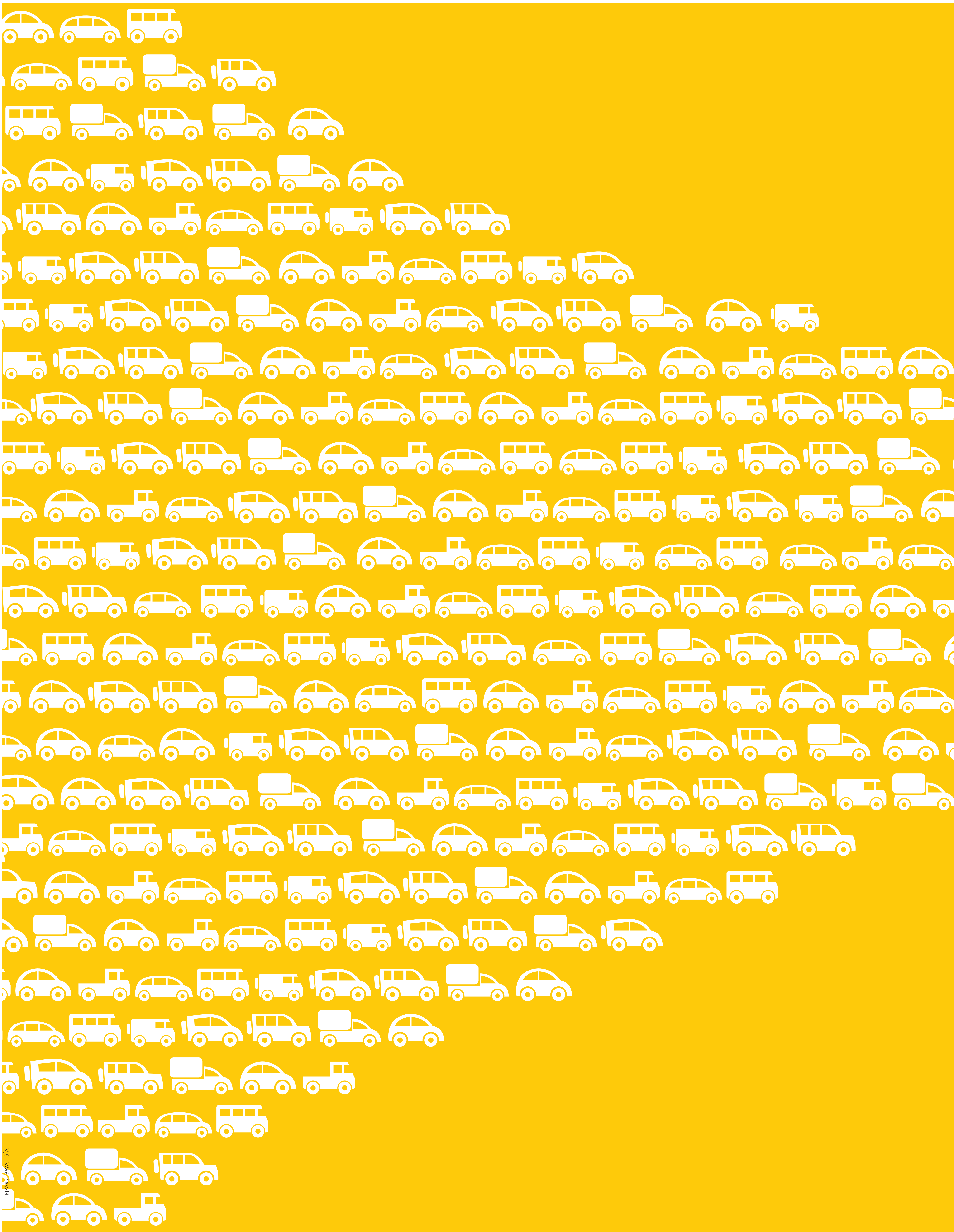
nicorette auðveldar þér að hætta að reykja

Nicorette® QuickMist munnholsúði, lausn (inniheldur nikótín, inniheldur hjálparefnið etanól/alkohól, innan við 100 mg af etanóli/úða) er ætlaður til meðferðar við tóbaksfíkn með því að draga úr nikótínþörf og fráhvarfseinkennum. Helst á að nota lyfið samhliða atferlismeðferð ásamt stuðningi. **Skammtar:** Hætta skal reykingum á meðan meðferð stendur. Börn yngri en 18 ára eiga ekki að nota lyfið. Fullorðnir: Nota má allt að 4 úða á klst. en ekki fleiri en 2 úða við hverja skömmtun og ekki fleiri en 64 úða á 16 klst. á sólarhring. Eftir 6 vikna meðferð á að byrja að draga úr daglegum úðafjölda. Ekki er mælt með notkun lengur en 6 mánuði. Sumir geta þurft meðferð í lengri tíma til að koma í veg fyrir bakslag. **Frábendingar:** Ofnæmi fyrir nikótíni eða einhverju hjálparefnanna. Þeir sem aldrei hafa reykt. **Varnaðarorð:** Reykingafólk með nýlegt hjartadrep, óstöðuga eða versnandi hjartaöng (þ.m.t. Prinzmetal), alvarlegar hjartsláttartruflanir, óméðhöndlaðan háþrýsting eða sem hefur nýlega fengið heilablóðfall skal einungis nota Nicorette undir nákvæmu eftirliti læknis. Gæta skal varúðar og leita ráða hjá lækni við notkun Nicorette hjá einstaklingum sem hafa fengið ofnæmisbjúg eða ofsakláða, eru með skerta lifrar- eða nýrnastarfsemi, sykursýki, óméðhöndlað skjaldvakaóhóf, krómfíklaæxli, skeifugarnar- eða magasár eða vélindabólgu. Yfirfærð ávanabinding getur komið fyrir. Gæta skal þess að úða ekki í augu. **Aðgát í návist barna:** Nikótínskammtar sem fullorðnir þola geta valdið alvarlegum eitrunareinkennum og verið banvænir litlum börnum. Geymið þar sem börn hvorki ná til né sjá. **Meðganga og brjóstagjöf:** Eingöngu skal nota Nicorette í samráði við heilbrigðisstarfsfólk. Nikótín berst til fósturs og hefur áhrif á öndunarhreyfingar og blóðrás þess. Nikótín berst í brjóstamjólk í magni sem getur haft áhrif á brjóstmylking. **Lesið allan fylgiseðilinn vandlega áður en byrjað er að nota lyfið.** Markaðsleyfishafi: McNeil Denmark ApS. Umboð á Íslandi: Vistor hf., sími: 535-7000.

IS/NIC/2014-12-Q-1



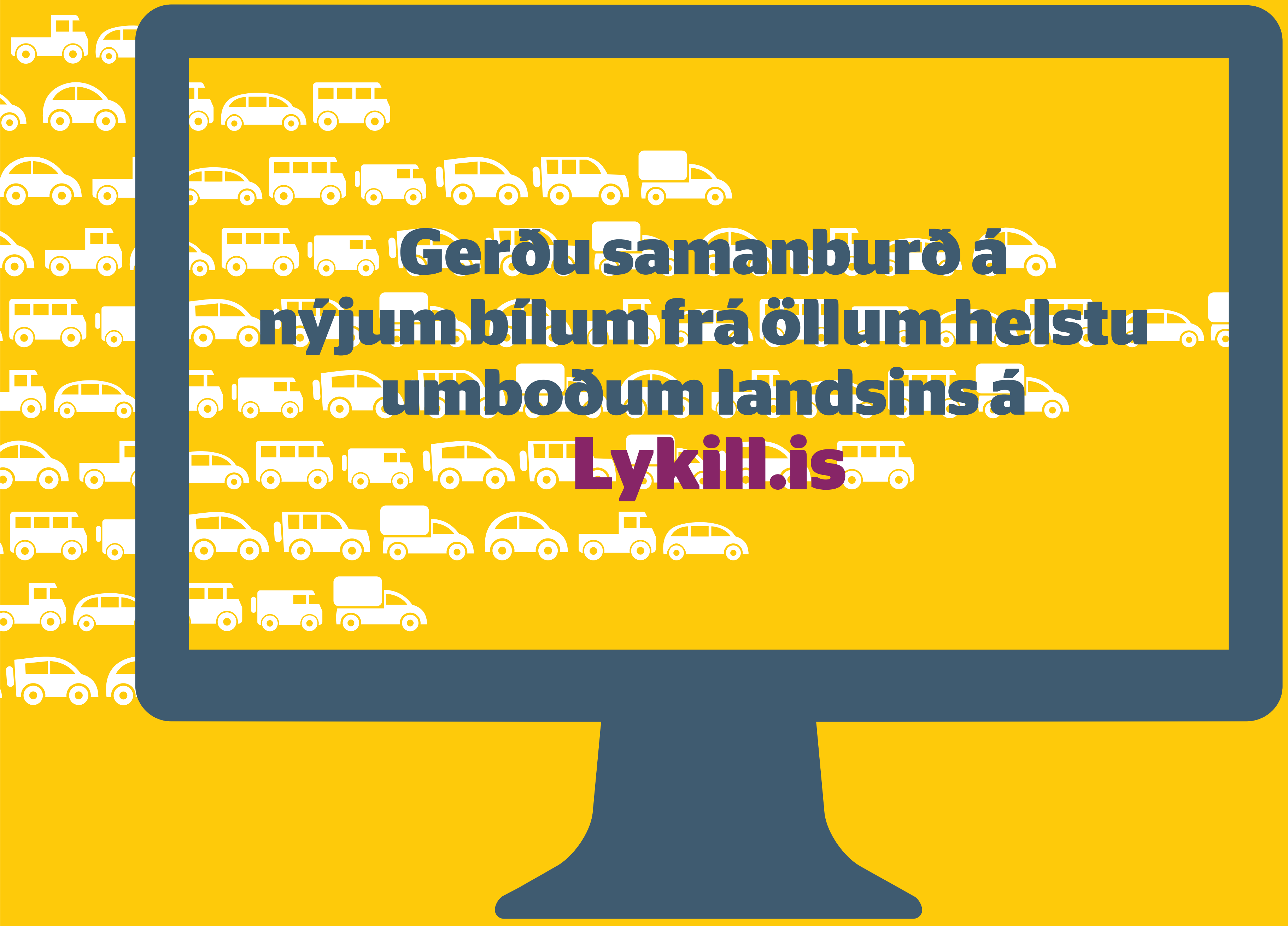
www.hyundai.is
5 ára ábyrgð
Ótakmarkaður akstur
Opið í dag kl. 12–16
Hyundai i20
Nýr Hyundai i20
reddot award 2015
winner car design
Nýr Hyundai i20 hlýtur hin eftirsóttu RedDot hönnunarverðlaun!
Hyundai i20 var fyrir skömmu valinn best hannaði nýi bíllinn í sínum flokki 2015. Breiðari og lengri yfirbygging gefur aukið rými og þægindi fyrir ökumann og farþega og nýr framendi i20 er einkennandi fyrir nýju gerðirnar frá Hyundai.
Komdu og kynntu þér nýjan Hyundai i20 Classic eða Comfort með sparneytinni bensín- eða dísilvél sem notar einungis 3,6 l/100 km í blönduðum akstri.
Nýr Hyundai i20 - Verð frá 2.450.000 kr.
ENNEMM / SÍA / NM68884
GE Bílar
Reykjanesbæ
www.gebilar.is
420 0400
Bílasalan Bílás
Akranesi
www.bilas.is
431 2622
Bílasala Akureyrar
Akureyri
www.bilaka.is
461 2533
Bílaverkstæði Austurl.
Egilsstöðum
www.bva.is
470 5070
iB ehf.
Selfossi
www.ib.is
490 9090
HYUNDAI
Kauptúni 1 / Beint á móti IKEA / 575 1200



PIPAR\TBWA · SÍA

Lykill er hluti af Lýsingu hf. | Ármúla 1 | 108 Reykjavík | S. 540 1700 | lykill.is | lykill@lykill.is

Stærsti bílasýningarsalur landsins



Hvort sem þú ert að hugsa um að kaupa eða leigja þá finnurðu bílinn á Lykill.is

Það hefur aldrei verið einfaldara að endurnýja bílinn!

Lykill
fjármögnun

Lítil reisn yfir Sepp Blatter:

Töfrum fótboltans ógnað

Svisslendingurinn Sepp Blatter rétt marði endurkjör í forsetastól Alþjóðaknattspyrnusambandsins, FIFA, í skugga lögreglurannsókna sem snúast um peningaþvætti og mútur. Lítil reisn er yfir kappanum sem hefur verið höfuð fótboltans á uppgangstímum, sem sökum spillingar og græðgi gætu snúist upp í andhverfu sína. Þetta er háalvarlegt mál, sem snertir alla heimsbyggðina.

Enginn leikur nær álíka tökum á tilfinningum karlpeningsins og fótbolti. Í Súdan og Grímsnesinu geta karlar rætt smáatvik á vellinum, sem átti sér stað fyrir langalöngu, tímunum saman. Þeir deila um hvor var betri, þessi eða hinn, æsa sig, hækka róminn og tárast af einlægri hrifningu, líkt og listviðburður sé á ferð.

Kristín Þorsteinsdóttir
kristin@frettabladid.is

Vagga fótboltans er á Wembley í London. Þar er mikið safn, þar sem þrautþjálfaðir leiðsögumenn fræða gesti um sögu íþróttarinnar. Þeir hafa fyrir satt að dag hvern, að afloknum vinnudegi, fari fram funheitar umræður milli 300 þúsund karla á krám vítt og breitt um Bretland um markið umdeilda, sem tryggði Englendingum sigur í úrslitaleiknum gegn Þjóðverjum í heimsmeistarakeppninni 1966, umdeildasta mark sögunnar.

Geoff Hurst, landsliðsmaður Englendinga, skaut í slá og niður. Rifist er um hvort boltinn var á línu, fyrir innan eða utan. Markið var dæmt gilt og tryggði Englandi jafntefli að loknum venjulegum leiktíma og heimsmeistaratitil í æsispennandi framlengingu. Sumum þykir þetta ómerkilegt karp. En það er hroki að gera lítið úr daglegu umræðuefni 300 þúsund karla, þótt þeir hafi kneyfað nokkrar ölkönnur.

Heimsmeistarakeppnin 1966 var sú fyrsta sem sýnd var beint í sjónvarpi. Milljónir manna fylgdust með keppninni heima í stofu. Beinar útsendingar voru nýjar af nálinni. Nú á tímum Sepps Blatter fylgjast vel á annan milljarð manna með heimsmeistarakeppni í beinni útsendingu. Líklega skipta karlarnir tugum milljóna, sem núna í dag ræða einstök atvik í einstökum leikjum.

Fótboltamenn verða fyrirmyndir. Ruud Gullit og Frank Rijkard voru fyrir um aldarfjórðungi fyrstu þeldökku stjörnur hollenska landsliðsins. Sagt er að þeirra frammistaða á fótboltavelli hafi um tíma haft meiri áhrif á batnandi samskipti kynþátta í heimalandinu en nokkuð annað.

Í Afríkuríkinu Líberíu var um langt árabil háð blóðug borgarastyrjöld. Þaðan er knattspyrnumaðurinn George Weah. Hann lék lengst af á Ítalíu og var talinn sá besti í heiminum. Heima í Líberíu naut hann slíkrar hylli að dæmi voru um að á meðan beinar útsendingar fóru fram legðu stríðandi fylkingar niður vopn og fylgdust saman með goðinu á skjánum. Hvergi heyrðust skothvellir á meðan leikir fóru fram.

Nú stendur litla Ísland mögulega frammi fyrir því að verða merkur hluti af sögu fótboltans. Við eigum raunhæfa möguleika á að komast í lokakeppni Evrópumótsins í Frakklandi á næsta ári. Þar með yrðum við minnsta þjóðin til að ná slíkum árangri. Verra væri ef það merka afrek verður í skugga leiðindanna, sem nú skyggja á þessa töfrandi íþrótt.

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

GUNNAR

MÍN SKOÐUN: JÓN GNARR

Íslensk kjötsúpa

Þjóðerniskenndin virðist nú vera í mikilli uppsveiflu á Íslandi. Menn tjá sig mikið um hina svokölluðu þjóðmenningu og vitna í söguna. Þetta er sérstaklega áberandi í pólitískri umræðu. Það er svo skrítið að umræðan snýst sjaldnast um það sem mér sjálfum finnst íslenskast af öllu; skáldagáfuna sjálfa og hina listrænu tjáningu. Það er ekki nógu áþreifanlegt. Íslensk þjóðmenning virðist að mestu leyti snúast um feitlagna menn sem sögðu eitthvað einu sinni, unnar kjötvörur og einhverja sérkennilega tegund af stærilæti.

Öllu eðlilegu er snúið á hvolf og það er ekki vatnið sem holar steininn heldur steinninn sem holar vatnið og það með hvellu skvampi. Viðkvæmni er aumingjaskapur og skáld eru liðleskjur sem ættu að hætta að skrifa sína gagnslausu vitleysu en fá sér frekar vinnu, helst í kjötvinnslu. Frekja og yfirgangur er talin dyggð. Blíða og kurteisi óþarfi. Af hverju að standa og bíða í röð eins og einhver hálfviti þegar maður getur svo auðveldlega troðið sér fram fyrir?

Víkingar

Því er oft haldið fram að forfeður okkar hafi verið miklir víkingar. Það er ekki alveg rétt. Þótt nokkrir víkingar hafi slæðst hingað þá voru ungir bændasynir, þrælar og lúserar stofninn í því fólki sem nam land á Íslandi. Þótti lítil upphefð í því að búa eða vera frá Íslandi.

Við höfum helst Íslendingasögur sem heimildir um landnámið og þá sérstaklega Landnámu. Íslendingasögur eru þó ekki alveg traustar heimildir. Þeir sem skrifuðu þær skráðu þær eftir eldri munnlegum heimildum. Sögurnar eru litaðar af skáldlegum innblæstri og ýkjum. Þótt þær gefi sig út fyrir að segja frá sönnum atburðum þá virðist margt sett inn í þær í öðrum tilgangi en að vitna um sannleikann. Enginn veit almennilega af hverju þessar sögur voru skrifaðar. Að einhverju leyti hefur það verið gert í pólitískum tilgangi.

Fyrstu Íslendingunum var legið á hálsi fyrir að vera afkomendur þræla og illmenna. Þannig var það kallað til forna en í dag væri það líklega nefnt lúðar og aumingjar. Menn vildu gjarnan afsanna þetta með því að skrifa langar ættartölur sem gerðu þá að afkomendum höfðingja í Noregi. Líka var mikilvægt að tryggja sér lagalegan eignarrétt á landi. Litlar og fáar heimildir eru til um leiguliða og þræla. Sögurnar eru sagðar og skrifaðar um frekar fámenna yfirstétt og með hennar þarfir í huga. Margt er jafnvel hrein og klár lygi. Ég stórefast til dæmis um að Ingólfur Arnarson hafi nokkurn tíma verið til heldur búinn til, eins og margir aðrir, í áróðursskyni.

No dogs no Irish!

Í Íslendingasögum er því jafnan haldið fram að við eigum allar okkar ættir að rekja til Noregs. Rannsóknir á erfðamengi okkar sýna hins vegar írskara blóð en áður var talið. Rannsóknir benda til að allt að þriðjungur landnámsfólks hafi verið frá Bretlandseyjum. Það virðast líka hafa aðallega verið konur. Það mætti leiða að því líkur að jafnvel meirihluti formæðra okkar hafi verið breskar.

Hinn gelíski arfur hefur þó glatast að mestu og lotið í lægra haldi fyrir þeim brennandi áhuga að gera okkur norsk. Það þótti fínt á meðan írskt þótti til skammar. Gert hefur verið lítið úr írskum áhrifum og þeim jafnvel eytt. Ég held að fordómarnir gegn rauðhærðu fólki hafi verið og séu jafnvel enn angi af þessu. Við rauðhausarnir erum lifandi sönnun um ætternið. Kannski varð hinn gelíski arfur líka undir vegna þess að hann var svo kvenlægur, hin mjúka og listræna kvenlega taug hafði ekki roð við hinni norsku, listalausu og praktísku frekju. Það er líka siður barbara að fara með listamenn sem aumingja.

Ég hallast að því að forfeður okkar hafi aðallega verið friðsamt og þenkjandi fólk sem var að flýja karlmennskubrjálæði og ribbaldahátt víkinganna. Hingað leitaði fólk friðsemdar og öryggis. Ég held að margt af þessu fólki hafi verið skáld. Skapandi fólk er sjaldnast slagsmálahundar. Því var Ísland kjörinn staður fyrir alls konar sveimhuga. Við erum sú þjóð sem hefur hvað hæst hlutfall af athyglisbresti og ofvirkni. Við erum listræn þjóð.

Ekki ná allir árangri. Það er algengt með kreatíft fólk að hneigjast til óreglu. Glæpamenn eru flestir með athyglisbrest og yfirgnæfandi hluti dæmdra manna framdi hinn glæpsamlega verknað undir áhrifum. Margir krimmar eru misskildir listamenn. Og nú þegar íslenskir stjórnmálamenn eru enn og aftur að endurskrifa Íslandssöguna sér í hag þá vil ég segja að ég er stoltur af því að vera Íslendingur og afkomandi írskra þræla og aumingja. Mér finnst löngu tímabært að þessi vanrækti hluti sögu okkar fái meiri athygli. Það er verðskuldað og ég held að við hefðum mjög gott af því sem þjóð. Það er í rauninni ekkert alíslenskt nema tungumálið. Það er íslensk þjóðmenning. Og það eru íslenskir vesalingar og aumingjar sem hafa haldið því við af því að þeir eru svo oft svona fólk sem finnst gaman að blaðra og segja sögur þangað til einhver æpir: „Þegiðu þarna auminginn þinn og farðu að vinna!“

Með von um góða helgi og alls konar fyrir aumingja!

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*

Fjör fyrir alla fjölskylduna á Sumarsýningu Kia

The Power to Surprise

ASKJA · Krókhálsi 11 · 110 Reykjavík · 590 2100 · askja.is
Viðurkenndur sölu- og þjónustuaðili KIA á Íslandi.

Fylgdu okkur á Facebook.
facebook.com/kiamotorsisland

Stjórnarskráin – eitt skref í einu

STJÓRNARSKRÁ

Stefán Jón Hafstein
í hópi áhugafólks um sjálfbæra þróun og auðlindir í þjóðareign

Traust á valdamönnum og stjórnmálaflokkum mælist nú í réttu hlutfalli við árangur og efndir. Stjórnarskráin er dæmi um fórnarlamb þröngrar hagsmunagæslu og íhaldssemi allt frá lýðveldisstofnun og fram á þennan dag, þrátt fyrir að þetta grundvallarplagg um stjórnarfar og lýðréttindi hafi stöðugt verið í „endurskoðun“ sem enn stendur. Getur verið að þetta endalausa þrátefli hafi verið rofið með grein formanns Sjálfstæðisflokksins á dögunum þar sem hann leggur til endurbætur á mikilvægum atriðum sem kosið verði um samhliða næstu forsetakosningum að ári? Í þágu málstaðarins tel ég rétt að íhuga það.

Auðlindaákvæði

Formaður Sjálfstæðisflokksins leggur til að sú stjórnarskrárnefnd sem nú starfar (enn ein) skili af sér tillögum í tæka tíð fyrir næsta vor og verði kosið um ákvæði um auðlindir í þjóðareign (sem hann segir engan ágreining um) og aukinn rétt almennings til að krefjast þjóðaratkvæðagreiðslu og setja valdastofnunum skorður. Eins og ég rakti í grein í Fréttablaðinu fyrir stuttu hefur í raun og veru verið ágreiningur um skilgreininguna á hugtakinu um „þjóðareign“ á auðlindum og formaður Sjálfstæðisflokksins veit mætavel að þar beinast spjótin einkum að fólki í hans eigin röðum. Ekkert í grein hans bendir til að hann geri sér ekki grein fyrir raunverulegu inntaki málsins, að hugtakið „þjóðareign“ í stjórnarskrá verði að hafa merkingarbæran stuðning og skilgreiningu sem taki af vafa um eignarhald Íslendinga allra á sameiginlegum auðlindum og að þjóðin öll eigi að njóta arðs af þeim. Tvær auðlindanefndir hafa fjallað ítarlega um þennan þátt og flutningsmenn tillagna úr öllum flokkum hafa reynt að skapa um þetta naglfasta samstöðu – án árangurs og einkum vegna andstöðu í Sjálfstæðisflokknum.

Sama máli gegnir um ákvæði um aukinn rétt fólks til að sækja rétt sinn á hendur löggjafar- og framkvæmdavaldi. Útfærslan verður að hafa raunverulegt gildi svo ekki sé aðeins um orðin tóm að ræða. Þetta ræddi stjórnlagaráð í þaula og nægur efniviður er til staðar. Því má segja að um bæði þessi ákvæði hafi verið rætt ítarlega og vönduð vinna liggi fyrir sem geri þessari nýjustu stjórnarskrárnefnd verkið fremur létt.

Trúverðugleiki formannsins?

Er útspil formanns Sjálfstæðisflokksins núna trúverðugt? Hann gerir sér trúlega manna best grein fyrir því að höfundur hugtaksins um „ómöguleika“ gagnvart eigin kosningaloforðum er fremur berskjaldaður – enda mátti sjá það af nánast ósjálfráðum viðbrögðum sumra þeirra sem vilja mun róttækari heildarbreytingar. Ég er í þeim hópi, en hér í liggur tækifæri. Til að ná fram mikilvægum breytingum sem skipta verulegu máli þurfa allir að gefa eftir. Ég kann að baka mér óvinsældir þeirra sem vilja „allt eða ekkert“, en þá leið tel ég ófæra af þessum sökum: Alþingi kaus að efna ekki loforð sitt í kjölfar Rannsóknarskýrslunnar og staðfesta nýja stjórnarskrá; það hélt tillögum stjórnlagaráðs í gíslingu á fyrra kjörtímabili og á þessu var svo enn einu sinni farin leiðin um „fleiri nefndir – engar efndir“. Sá glæpur er fullframinn. Það er von að fólk sé ekki móttækilegt fyrir málamiðlun. En ef tekst að ná fram markverðum breytingum í þá átt sem formaður Sjálfstæðisflokksins leggur til og fá þær staðfestar á næsta ári tel ég mikið unnið og áfangasigur í höfn. Betri er hálfur sigur en enginn.

Leiðin skiptir máli

Í framhaldi af tillögu formanns Sjálfstæðisflokksins legg ég þetta til: Að stjórnarskrárnefndin ljúki tillögugerð um þessi ákvæði fyrir haustið og bjóði upp á almenna og skipulega umræðu víða um samfélagið um eðli og inntak þeirra breytinga sem lagt er upp með. Sérstaklega verði hugað að því að þeir sem sárast hafa verið leiknir síðustu misseri fái boð um að koma að borðinu og leggja gott til. Málinu verði hleypt út úr lokaðri nefndarstofu og sett á lýðræðislegan umræðuvettvang. Tillögur stjórnarskrárnefndar verði einmitt tillögur – til almennrar umræðu. Upp úr næstu áramótum verði búið að leysa úr og jafna ágreining ef hægt er og móta ákvæði sem þjóðin er reiðubúin að styðja af heilum hug. Takist það ekki, segir mér svo hugur að slíkt klúður verði hin endanlega grafskrift stjórnmálastéttarinnar eins og hún leggur sig. Allir hafa til mikils að vinna.

Fólk og forgangsröðun

SAMFÉLAG

Páll Valur Björnsson
þingmaður Bjartrar framtíðar

Í vetur greindu fjölmiðlar frá því að nokkrir ráðherrar ríkisstjórnarinnar væru að fá nýja bíla. Það er gott til þess að vita að við skulum vera nægilega rík í þessu landi til að í ríkissjóði finnist peningar sem duga fyrir góðum bílum fyrir ráðherrana okkar en samkvæmt fjölmiðlum kosta bílarnir á bilinu tíu til tuttugu milljónir króna hver.

Enginn heilvita maður efast um mikilvægi þess að ráðherrarnir séu vel akandi til að þeir geti sinnt sínum krefjandi störfum fyrir hönd og í þágu þjóðarinnar og geti tekið virkan þátt í samfélaginu. Og ekki viljum við hafa þá á einhverjum skrjóðum því að þá gæti þeirra dýrmæti tími farið allt of mikið í að ýta í gang, skipta um dekk og bæta á leka vatnskassa.

Það er hins vegar mjög leitt til þess að vita að við skulum samt vera svo fátæk í þessu landi að það skuli ekki vera til peningar í ríkissjóðnum okkar til að reka félagslega túlkasjóðinn allt árið. Það þýðir aðeins eitt. Heyrnarskert fólk sem er háð þjónustu sjóðsins fer á mis við tækifæri til að taka virkan þátt í samfélaginu og vera með okkur í leik og starfi. Þetta gengur fullkomlega gegn þeim grundvallarsjónarmiðum sem samningur Sameinuðu þjóðanna um réttindi fatlaðs fólks byggist á og samningurinn hefur að meginmarkmiði, þ.e.a.s „að fatlaðir geti tekið fullan og virkan þátt í samfélaginu án aðgreiningar“, eins og þar segir.

Ekki lúxus

Hér er því alls ekki um ölmusu eða góðverk eða lúxus ræða. Þetta snýst um grundvallarmannréttindi fólks til að vera ekki útilokað frá þátttöku í samfélaginu.

Og þó að ég telji æskilegt að ráðherrar okkar séu á vel gangfærum bílum en ekki á einhverjum bilanagjörnum skrjóðum ætla ég þó að gerast svo djarfur að fullyrða það hér að réttur þeirra til þess sé ekki tryggður í alþjóðlegum mannréttindasamningum.

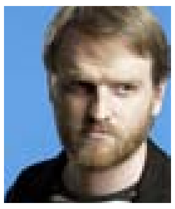
Ég vil því hvetja hæstvirtan mennta- og menningarmálaráðherra til að lesa nú samning Sameinuðu þjóðanna um réttindi fatlaðs fólks vel yfir og taka þær skyldur sem þar eru á hann lagðar alvarlega. Ég hvet hann einnig til að kíkja svo í ríkiskassann okkar og sjá hvort hann getur ekki fundið þar svolitla peninga til að reka megi félagslega túlkasjóðinn þannig að sómi sé að og þannig að ekki verði brotin mannréttindi á fólki í okkar nafni.

Ef hæstvirtum ráðherra tækist þetta er ég viss um að hann myndi gleðja mikið allan almenning í þessu landi sem hann vinnur fyrir og sem á peningana sem geymdir eru í ríkiskassanum.

Frelsi til tjáningar

MENNING

Njörður Sigurjónsson
dósent í menningarstjórnun við Háskólann á Bifröst



Guðni Tómasson
listsagnfræðingur

Feneyjatvíæringurinn á Ítalíu er um margt sérstakur viðburður í menningarsamskiptum þjóða heims, með yfir 100 ára sögu. Þar er þjóðríkjum boðið að senda fulltrúa sína til þess að sýna það helsta sem er að gerast í myndlist á hverjum tíma. Það þýðir ekki að listamaðurinn þurfi að hafa vegabréf frá því landi sem hann er fulltrúi fyrir en áhugaverð þróun hefur einmitt átt sér stað á síðustu áratugum þar sem þjóðir hafa einmitt valið listamenn frá öðrum stöðum og svæðum og grafið þannig undan hugmyndinni um ætlað þjóðerni listarinnar.

Nú bregður svo við að framlagi Íslands til 56. Feneyjatvíæringsins, sem er innsetning listamannsins Christophs Büchel í kirfilega „afhelguðu“ húsi í Cannaregiohverfinu í Feneyjum, hefur verið lokað. Ástæða lokunarinnar virðist vera hrein og bein ritskoðun en verkið rímar illa við kreddur stjórnmálamanna og skriffinna í Feneyjum.

Listaverkið, sem er moska, hefur vakið mikla jákvæða athygli í erlendum fjölmiðlum, og hafa einhverjir þekktustu listgagnrýnendur heims hlaðið það lofi. Verkið vekur upp spurningar um samskipti menningarheima og hver er velkominn hvar. Athyglin sem það hefur vakið, og öfgafull viðbrögð borgaryfirvalda í Feneyjum, undirstrika mikilvægi verksins – að það sé sýnt og um það sé talað. Þessi meinlausa innsetning er nefnilega listaverk í öllum venjulegum skilningi þess orðs og eins hefðbundið og þau gerast í samtímanum.

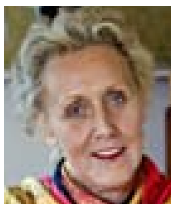
Láti í sér heyra

Í ljósi atburða er einkar mikilvægt að mennta- og menningarmálaráðuneytið láti í sér heyra og vinni að því að framlag Íslands til Feneyjatvíæringsins 2015 verði opið almenningi. Íslensk stjórnvöld verða að standa með rétti listamannsins til þess að tjá sig. Hvar eru einnig samtök myndlistarmanna og fjölmiðlamanna sem stundum standa svo einarðlega með málfrelsinu? Má ekki spyrja gagnrýnna spurninga um það hvernig ólíkir menningarheimar takast á í samtímanum og benda á það hvernig hægt er að auka skilning og samhygð milli manna?

Látum það ekki spyrjast út að við látum slíkt óréttlæti og forneskjulegt afturhald yfir okkur ganga. Verjum tjáningarfrelsi listamanna og Moskuna í Feneyjum.

Stattu með taugakerfinu

HEILBRIGÐISMÁL



Auður Guðjónsdóttir
stjórnarformaður Mænuskaðastofnunar Íslands

Allt frá því að ég áttaði mig á hversu alvarlega alþjóðlegt taugavísindasvið þarfnast pólitískrar aðstoðar frá alþjóðasamfélaginu hefur mér fundist það kjörið verkefni fyrir litla Ísland að beita áhrifum sínum á alþjóðavísu taugakerfinu til framdráttar. Íslensk stjórnvöld hafa orðið við beiðni minni þar að lútandi og eiga heiðurinn af því að ráðherranefnd Norðurlandaráðs hefur nú samþykkt að gera mænuskaða að einu forgangsverkefna sinna. Árangur þessi sýnir að smáþjóð eins og Ísland getur haft frumkvæði að því að koma mikilvægum málum í farveg á alþjóðavísu, sé hvergi hvikað. Nú þurfum við Íslendingar að halda áfram að standa með taugakerfinu og gera mannkyninu með því mikinn greiða. Við þurfum að ná taugakerfinu inn sem sjálfstæðu þróunarmarkmiði hjá Sameinuðu þjóðunum í september næstkomandi. Að fá taugakerfið sem þróunarmarkmið myndi varpa alþjóðaathygli á vanda þess og auka fjármagn til vísindasviðsins í kjölfarið. Stjórnvöld hafa undanfarið unnið að málinu á vettvangi hinna Sameinuðu þjóða en segja róðurinn þungan. Ef þau gætu beitt sér á þeim forsendum að íslenska þjóðin geri ríkar kröfur til þess að þjóðir heims hrindi úr vör alþjóðlegu átaki til aukins skilnings á virkni taugakerfisins gæti það gert gæfumuninn. Oft er það grasrótin sem nær lengst.

Vegna þessa biðja SEM samtökin, MND félagið, MS félagið, Geðhjálp, Parkinson félagið, Lauf, félag flogaveikra, Mænuskaðastofnun Íslands og Heilaheill Íslendinga um að standa með taugakerfinu og rita nöfn sín til stuðnings átakinu á vefsíðunni taugakerfid.is. Allt er í húfi fyrir taugakerfið því að næstu þróunarmarkmið verða ekki sett fyrr en árið 2030. Svo lengi getur taugakerfið ekki beðið eftir að átak verði gert í því.

KÚBA

23. - 30. nóvember

HAVANA

7 nætur

Verð frá **276.900** kr.*

og **12.500** Vildarpunktar

á mann m.v. 2 í herbergi með morgunverði
á hótel Nacional.
Verð án vildarpunkta 286.900 kr.

HAVANA / VARADERO

4 nætur í Havana og 3 nætur í Varadero

Verð frá **269.900** kr.*

og **12.500** Vildarpunktar

á mann m.v. 2 í herbergi með morgunverði
á hótel Nacional í 4 nætur og á hótel Melia
Varadero í 3 nætur með öllu inniföldu.
Verð án vildarpunkta 279.900 kr.

Innifalið: Flug, gisting skv. ofangreindu og íslensk fararstjórn. Ef bókað er á skrifstofu bætist við 2.500 króna bókunargjald. * Upplýsingar um hvað er innifalið í sérferðum er að finna á vita.is

Flogið með Icelandair

Skráðu þig
í netklúbbinn - VITA.is

VITA - Skógarhlíð 12 - Sími 570 4444

vita

VITA er lífið

Saga Garðarsdóttir leikkona

Afmælisgjafaleit

Ég er að fara að sýna seinustu sýningarnar af Svörtum fjöðrum í Þjóðleikhúsinu. Svo ætla ég að eiga unaðsstund með móður minni þar sem við drekkum te og tölum illa um ríkisstjórnina og að lokum finna afmælisgjöf handa kærastanum mínum. Allar ábendingar eru vel þegnar í pm.

Hildur Sverrisdóttir varaborgarfulltrúi

Kærkomið vinkonufrí

Ég mun eyða helginni með MH-stelpunum mínum. Við ætlum að fara í sumarbústað, hanga í heita pottinum, elda lambalæri, fara á trúnó, spila, drekka rauðvín og skoða gömul myndaalbúm. Aldeilis löngu tímabært og kærkomið.

Friðrik Ómar Hjörleifsson söngvari

Sér helgarfrí í hillingum

Ég ætla að vera syngjandi úti um alla Reykjavík þessa helgina. Helgin fer eiginlega bara alveg í það og ekki tími fyrir annað, hvorki á laugardag né sunnudag. Ég sem ætlaði að taka mér frí. Það bíður bara betri tíma.

Hermundur Rósinkranz talnaspekingur

Nærir golfbakteríuna

Ég ætla að spila golf um helgina, ég hef þessa svokallaða golfbakteríu sem ég smitaðist af fyrir um sex árum og hef ekki með nokkru móti losnað við þessa dásamlegu bakteríu, en þess á milli ætla ég að hafa það náðugt. heima.

FARÐU HLUSTAÐU LESTU HORFÐU...

OG NJÓTTU LISTAHÁTÍÐAR sem er í fullum gangi um allan bæ alla helgina. Nánari upplýsingar á listahatid.is

Á ÞRÖNGSKÍFUNA CIRCLES, sem hljómsveitin Vök gaf út í síðustu viku.

BLÁTT BLÓÐ eftir Oddnýju Eir Ævarsdóttur sem fjallar um reynslu höfundar af ófrjósemi.

Á WORDS AND PICTURES klukkan 19.40 á Stöð 2 í kvöld með Clive Owen og Juliette Binoche í aðalhlutverkum.

PRJÓNAKAFFI Einn hluti af Félagsstarfinu er Prjónakaffið. Þá hittast fimmtíu konur og taka til prjónanna. Hér fremstar í flokki eru Jóna, Sigrún og Ása Hildur sem munu vera með handverk sitt til sölu á markaðnum. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA.

Markaður handverkskvenna

Á lokadegi vorsýningar Félagsstarfsins í Gerðubergi verður sannkölluð markaðsstemning í loftinu.

Sannkölluð markaðsstemning mun ríkja í Gerðubergi á morgun þegar handverkskonur bjóða fólki að kaupa alls kyns vörur; prjónaðar flíkur, hekluð listaverk, skartgripi og málverk.

„Þetta er lokadagur vorsýningar Félagsstarfsins en hjá okkur starfa fjölbreyttir handverkshópar. Á vorsýningunni má meðal annars sjá bókband, bútasaum, gler, postulínsmálun, tálgun og útskurð og eru sýnendur yfir níutíu talsins," segir Anna Kristín Bjarnadóttir, umsjónarmaður Félagsstarfsins.

Anna Kristín segir Félagsstarfið vera mikilvægan þátt í daglegu lífi fjölmargra borgarbúa en starfið er öllum opið óháð aldri. Fólk kemur víða að til að taka þátt og því er starfið ekki bundið við Breiðholtsbúa. Eftir mikla frjósemi og framleiðni eftir skemmtilegan vetur er haldin sýning á hverju ári. „Sýningin er okkar uppskeruhátíð og svo hafa nokkrir kosið að bjóða sitt verk til sölu á morgun á markaðnum."

Hvað? Handverksmarkaður / Vorsýning Félagsstarfsins í Gerðubergi.
Hvar? Gerðuberg í Breiðholti.
Hvenær? Sýningin er opin í dag og á morgun kl. 13-16. Markaðurinn verður klukkan 14-16 á morgun, sunnudag.

➔ Á vorsýningunni má meðal annars sjá bókband, bútasaum, gler, postulínsmálun, tálgun og útskurð.

TRÉKALLAR Þessir fínu trékallar verða meðal annars til sýnis í Gerðubergi um helgina.

Hollir hafraklattar til að narta í milli mála

Ásthildur Björnsdóttir matarbloggari hefur gífurlegan áhuga á hollum mat og gefur uppskrift að millimáli.

Á matarsíðunni Matur Milli Mála má finna holla og einfalda uppskrift að hafraklöttum.

Ásthildur Björnsdóttir er konan að baki síðunni en hún er hjúkrunarfræðingur, einkaþjálfari og heilsumarkþjálfi með mikinn áhuga á hollu millimáli. Þessir klattar eru góðir með laugardagskaffinu en langbestir með ískaldri mjólk!

- 2 vel þroskaðir bananar, stappaðir
- 1 stórt epli, rifið niður
- 3-4 bollar haframjöl
- 2 egg
- 2 msk. kanill
- 2 msk. chiafræ
- 3 msk. kókosmjöl
- ¼-½ bolli möndlumjólk (rétt til að bleyta í deiginu)
- Hreint hunang eftir smekk (sett á klattana þegar þeir eru búnir að bakast)

Öllu blandað vel saman. Deigið þarf að vera þannig að þú getir mótað litlar kúlur og flatt þær út á bökunarplötunni. Ef deigið er of þurrt bættu við meiri mjólk, ef það er of blautt bættu við meira haframjöli. Bakað í ofni í um 15 mínútur við 200 gráður.
Þegar yfirborðið er orðið þurrt taktu þá klattana út úr ofninum og settu pínu hunang yfir hvern og einn klatta, magn fer eftir smekk.
Klattarnir settir aftur inn í ofn og bakaðir í nokkrar mínútur í viðbót.

LJÚFFENGIR Hafraklattarnir eru með bönunum, eplum og chiafræjum. MYND/MATURMILLIMÁLA

LEITAÐU RÁÐA HJÁ OKKUR
Hjá Ellingsen starfa sérfræðingar í öllum deildum. Við veitum faglega og vandaða ráðgjöf og finnum réttu vörurnar sem uppfylla þínar þarfir. Við seljum eingöngu þrautreyndar hágæðavörur sem henta fyrir íslenskar aðstæður.

REYKJAVÍK	AKUREYRI	OPNUNARTÍMI
Fiskislóð 1	Tryggvabraut 1–3	Mán.–fös. 10–18
Sími 580 8500	Sími 460 3630	Lau. 10–16

Ellingsen
– FULLT HÚS ÆVINTÝRA

VESTA tungusófi

Ljós- og dökkgrárr slitsterkt áklæði.
Stærð: 295 x160 H: 80 cm

Sumar ÚTSALA
279.990
FULLT VERÐ: 399.990 KRÓNUR

KENYA hægindastóll

Sumar ÚTSALA
39.990
FULLT VERÐ: 49.990 KRÓNUR

Slitsterkt áklæði, margir litir.

ECKMAN HORNSÓFI 2H2 – ***TILVALINN Í BÚSTAÐINN***

Svart bonded leður.
Stærð: 233 x 233 H:90

Sumar ÚTSALA
188.990
FULLT VERÐ: 269.990 KRÓNUR

GALAXY barstóll

Sumar ÚTSALA
11.995
FULLT VERÐ: 23.990 KRÓNUR

STANFORD svefnsófi með tungu

Sumar ÚTSALA
109.990
FULLT VERÐ: 179.990 KRÓNUR

Slitsterkt dökkgrátt áklæði.
Stærð: 244 x 165 x H: 86 cm.

LA-Z-BOY®

Sumar ÚTSALA
125.993
FULLT VERÐ: 179.990 KRÓNUR

PINNACLE La-z-boy stóll.
Svart og brúnt leður. Stærð: B:80 D:85 H:104 cm.

ALLIR DÚKAR – 40% AFSLÁTTUR – MIKIÐ ÚRVAL

Sumar ÚTSALA
DÚKAR **40%** AFSLÁTTUR

HÚSGAGNAHÖLLIN • Bíldshöfða 20 • Reykjavík • **OPIÐ** Virka daga 10-18, laugard. 11-17 og sunnud. 13-17

Í FULLU FJÖRI!

Sumar ÚTSALA

ALLT AÐ
60%
AFSLÁTTUR

MARS&MORE púðar

MIKIÐ ÚRVAL – 50% AFSLÁTTUR

Sumar ÚTSALA
FRÁ 2.495
FULLT VERÐ FRÁ: 4.990 KR.

HÚSGAGNAHÖLLIN

IVV skálasett
30% AFSLÁTTUR

Sumar ÚTSALA
11.193
FULLT VERÐ: 15.990 KRÓNUR

Glerskálar í setti
með sex mismunandi litum.

OG Dalsbraut 1 • Akureyri OPIÐ Virka daga kl 10–18 og laugardaga 11-16 EITT SÍMANÚMER 558 1100

Í EYJUM Sagan hófst í Vestmannaeyjum. Jóhanna Ýr vissi af hjónum sem þráðu að eignast barn og þá fann hún lausn á sínum vanda. MYND/GUÐBJÖRG GUÐMANNSDÓTTIR

Valdi foreldra fyrir dóttur sína

Jóhanna Ýr Jónsdóttir ákvað að gefa barn sitt til ættleiðingar til að gefa bæði sér, barninu og barni sem hún átti fyrir betri möguleika á bjartri framtíð. Í dag er stúlkan, Margrét Arnardóttir, orðin tvítug. Þær hafa alltaf þekkst en aldrei litið á sig sem mæðgur. Ákvörðun Jóhönnu Ýrar hefur snert líf margra og sagan einkennist fyrst og fremst af þakklæti og virðingu.

Erla Björg Gunnarsdóttir
erlabjorg@frettabladid.is

Fyrir tuttugu árum var Jóhanna Ýr tvítug, einstæð móðir sem vann á flæðilínunni í frystihúsi í Vestmannaeyjum. Hún hafði hætt í framhaldsskóla þegar hún varð ólétt að fyrsta barni sínu sautján ára gömul. Svo komst hún að því að hún væri aftur ólétt.

„Ég hafði átt í stuttu sambandi við yndislegan strák. En við vorum hætt saman þegar ég komst að því að ég væri ólétt. Ég var ein með þriggja ára stelpu og stóð frammi fyrir því að festast í þeirri gryfju að vera einstæð og ómenntuð í félagslegri íbúð það sem eftir er. Það fannst mér ekki góð örlög fyrir mig, ófædda barnið eða litla barnið sem ég átti þegar.“

Jóhönnu Ýri hafði alltaf langað til að mennta sig og hún vissi að hún hefði alla burði í það. Aftur á móti var erfitt að klára stúdentinn með ábyrgð á litlu barni og mánaðarlegum reikningum. Það var henni því mikið áfall að komast að því að hún ætti von á öðru barni.

„Ég hafði hugsað um ættleiðingu en þorði ekki að segja það upphátt. Ég þekkti engan sem hafði gert það og fannst það svo óraunveruleg hugmynd. Svo viðraði frænka mín þetta við mig og systir mín kom inn í samtalið líka. Vinafólk hennar hafði nefnilega lengi reynt að eignast barn án árangurs og voru farin að íhuga ættleiðingu. Þegar ég labba heim eftir þessa heimsókn til frænku minnar, leiðandi litlu stelpuna mína sem trallaði kát og glöð við hliðina á mér, varð ættleiðing að raunverulegri kosti. Ég tók þessa ákvörðun fyrir okkur þrjár. Annars hefðu framtíðarmöguleikar okkar allra verið niðurnjörvaðir og svo takmarkaðir. Eigingjarna leiðin hefði verið að halda barninu, það hefði verið auðveldast fyrir mig. Þannig að mér fannst ég verða að bíta á jaxlinn og skapa svigrúm fyrir okkur allar, til að eiga möguleika á einhverju meira og stærra í lífinu.“

Gátu ekki búið í sama bæ

Jóhanna Ýr hafði alltaf þekkt til þessara vinahjóna systur sinnar og vissi að þau væru gott fólk. Fyrsta skrefið var að Jóhanna fór í heimsókn til þeirra. Það var stutt að fara enda bjuggu þau í litla samfélaginu úti í Eyjum eins og Jóhanna Ýr.

„Þetta var undarlegasta heimsókn sem ég hef farið í. Ég sat þarna með kaffibollann minn og vissi ekki hvernig ég ætti að byrja þetta samtal. „Viljið þið fá barnið mitt?“ En svo gekk þetta mjög vel og fyrsta skilyrðið sem ég setti var að þau myndu flytja frá Eyjum, því ég hafði hugsað mér að búa þar áfram. Þá kom í ljós að þau vildu það gjarnan. Á meðgöngunni gekk síðan allt upp hjá þeim, atvinna og húsnæði, og þau fluttu af eyjunni.“

Eftir að ákvörðun var tekin fór Jóhanna Ýr að kynna sér framkvæmdina.

„Það var skrýtin upplifun að hringja í dómsmálaráðuneytið og spyrja við hvern ég ætti að tala ef ég vildi gefa barn mitt til ættleiðingar. Það kom fát á alla, mér var vísað áfram og áfram. Regluverkið varð bara eitt stórt spurningamerki. Ég vissi að það væri réttur minn að velja foreldrana sjálf en það fór allt í keng í ráðuneytinu og starfsmenn töluðu um langa biðlista. En fyrir mér kom það málinu ekkert við. Þegar ég lít til baka þá finnst mér ótrúlegt hvað tvítuga ég var hörð. Ég sendi ráðuneytinu bara puttann og stóð fast á mínu. Ég var búin að velja foreldra fyrir barnið mitt.“

Langaði að sjá litlu tásurnar

Ákvörðunin var tekin snemma á meðgöngunni og því fóru næstu mánuðir hjá Jóhönnu Ýri í að aftengja. Hún fékk að vita kynið til að segja kjörforeldrunum frá því. Þegar hún fann fyrsta sparkið hringdi hún strax í þau. Það að líta á barnið strax sem þeirra, var leið Jóhönnu til að aftengja sig.

„Ég ákvað svo snemma og af heilum hug að þetta væri ekki mitt barn og það yrði það aldrei. Ég upplifði mig nánast eins og staðgöngumóður. En auðvitað var þetta erfitt enda eru þetta svo ógurlega flóknar tilfinningar. Ég vildi þetta, ég valdi þetta – en þetta var samt svo sárt. Þetta var svakaleg togstreita. En ég byrjaði svo hjá Jónu Hrönn presti í viðtalsmeðferð, það bjargaði mér alveg og Guðný Bjarnadóttir, ljósmóðir hér í Eyjum, hélt líka vel utan um mig.“

Jóhanna gekk tvær vikur fram yfir settan fæðingardag. Hún var með látlausa fyrirvaraverki og það tók hana algjörlega á taugum.

„Ég kveið svo fæðingunni og mómentinu þegar ég myndi gefa hana frá mér. Þannig að ég stressaðist upp í hvert skipti sem ég hélt að ég væri að fara af stað í fæðingu. En það var búið að undirbúa þetta mjög vel og fæðingin gekk síðan eins og í sögu. Um leið og Margrét fæddist var hún tekin fram á meðan það var verið að sinna mér. Hún átti ekki að liggja í vöggu við hliðina á mér eins og vaninn var. Síðan var komið með hana til mín fullklædda. Það var það eina sem angraði mig eftir á, því ég hafði hlakkað svo til að sjá litlu tásurnar hennar en þorði síðan ekki að biðja um það. Ég fékk svo að halda á henni og eftir það sat Jóna Hrönn hjá mér með Margréti í fanginu og bað. Það var ofboðslega falleg stund. Barnsfaðir minn kom og fékk að sjá hana og halda á henni. Að því loknu var hringt í kjörforeldrana.“

Var með henni í fjóra tíma

Kjörforeldrarnir tóku flug samstundis og komu til Eyja. Jóhanna Ýr var meðvituð um að sýna engan eignarrétt á litla barninu.

„Ég var spurð hvort ég vildi ekki halda á henni þegar þau kæmu inn í stofuna. En það fannst mér ekki passa. Svo komu þau, nýbakaðir foreldrarnir, og fengu að halda á henni og dást að henni. Þá fann ég að ég var alveg búin á því þannig að fljótlega fóru þau með hana til Selfoss. Það var strax reynt að slökkva á þessum móðurhluta með því að reyra á mér brjóstin og gefa mér þurrkutöflur. Svo kom Heba, dóttir mín, til mín seinnipartinn og þá fór ég næstum að hágráta. Hún labbaði inn, ýtti á magann og spurði: „Hvar er barnið?“ Þetta var ótrúlega erfitt en um leið fékk ég móðurlega útrás með því að knúsa hana og hafa hana hjá mér. Svo þekkti ég eina konu sem lá sængurleguna um leið og ég. Ég bað ljósmóðurina um að spyrja hana hvort ég mætti halda á nýfædda barninu hennar af því að ég var svo hrædd um að þetta væri eins og að detta af hestbaki og ég myndi forðast lítil börn það sem eftir er.“

Jóhanna Ýr hafði byrjað í framhaldsskóla á meðgöngunni og stuttu eftir fæðinguna fór hún aftur í skólann – og bar þar höfuðið hátt. Vissulega kvisaðist saga hennar út um alla eyjuna á stuttum tíma en hún upplifði það ekki á neikvæðan hátt, heldur með hlýju.

> **Ég sat þarna með kaffibollann minn og vissi ekki hvernig ég ætti að byrja þetta samtal. „Viljið þið fá barnið mitt?“**
>
> *Jóhanna*

„Ég fann augngoturnar en mér var alveg sama. Ég var að þessu fyrir Hebu. Svo útskrifaðist ég þremur árum seinna og var ekki lítið stolt af stúdentsprófinu. Ég þurfti að vera í aukavinnum með náminu og þetta var strembið. En ég þurfti að gefa barnið mitt út af aðstæðum mínum, hvað er meira spark í rassinn? Ég bara beit fast á jaxlinn,“ segir Jóhanna sem hefur bætt við sig þremur háskólagráðum síðan þá og skoðar þessa dagana doktorsnám í sagnfræði. Hún hefur fyrir löngu náð markmiði sínu að gera eitthvað úr sjálfri sér, hefur unnið sem safnstjóri, gert heimildarmynd og myndband um einhverfu sem sýnt er í grunnskólum. Í dag starfar hún sem bæjarfulltrúi.

Svo stolt af henni

Fyrstu árin voru öll helstu samskipti Jóhönnu við kjörforeldrana í gegnum systur hennar sem fékk fréttir af barninu reglulega. Hún sagði Jóhönnu aldrei fréttirnar að fyrra bragði heldur var tilbúin til svars ef Jóhanna spurði. Þannig gat Jóhanna varist fregna ef hún átti erfiða daga. Hún segist vera fegin að þetta var fyrir tíma internetsins þannig að hún þurfti ekki að vera með barnamyndir á Facebook fyrir framan sig í tíma og ótíma. ▶

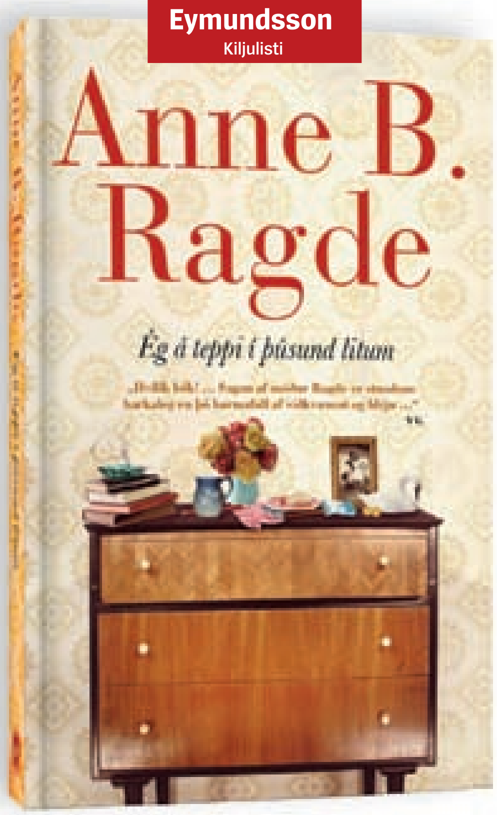
Kilja fyrir þig!

1.
Metsölulisti Eymundsson
Heildarlisti

★★★★

„Ein eftirminnilegasta skáldsaga Jo Nesbø."
Kristjana Guðbrandsdóttir / Fréttablaðið

2.
Metsölulisti Eymundsson
Kiljulisti



„... gríðarlega skemmtileg saga ..."
Aftenposten

3.
Metsölulisti Eymundsson
Kiljulisti

★★★★

„Jack Reacher er konungur konunganna, töffari töffaranna ..."
Steinþór Guðbjartsson / Morgunblaðið

www.forlagid.is | Bókabúð Forlagsins | Fiskislóð 39

BEIT Á JAXLINN Jóhönnu Ýri fannst aðstæður sínar ekki bjóða upp á annað barn. Eftir að Margrét fæddist menntaði hún sig og bjó sér til betri framtíð. MYND/GUÐBJÖRG GUÐMANNSDÓTTIR

Þegar hún var yngri fékk ég þrá til að snerta hana, knúsa eða halda á henni í fanginu. En það gerir maður ekki og það var erfitt að standast það.

„Hjónin sem ættleiddu hana eru svo yndisleg og samskiptin hafa alltaf verið góð. Til dæmis uppgötvaði ég stuttu eftir fæðinguna að það hafði gleymst að taka mynd af mér með Margréti þegar hún var nýfædd. Ég sá svo hrikalega eftir því, því mig langaði að eiga mynd af okkur saman – þessar tíu mínútur sem hún var mín. Þannig að ég hafði samband og spurði hvort ég mætti koma og láta taka mynd af mér með henni. Lagalega séð hafði ég níutíu daga til að skipta um skoðun og taka hana aftur. Þetta var innan þess ramma. Þau buðu mig samt hjartanlega velkomna til sín án þess að hafa nokkra skyldu til þess og hafa rétt til að neita mér. Þau vissu samt ekkert um mitt ástand og hvort hætta væri á því að ég myndi hætta við. En þetta sýnir að þau ætluðu ekki að sporna gegn því, ef mér myndi snúast hugur. Þau fóru í þetta ferli af heilum hug og þetta sýndi mér að ég hafði valið rétt.“

Næstu árin hitti Jóhanna Ýr Margréti og fjölskyldu hennar innan skynsamlegra marka. Í gegnum tíðina hafa fjölskyldurnar verið í vinasambandi, farið í heimsóknir og verið viðstaddar stóra viðburði í lífi hvor annarrar. Foreldrar Margrétar líta á börn Jóhönnu Ýrar eins og ská-barnabörn og Jóhönnu Ýri þykir óskөp vænt um systkini Margrétar – sérstaklega systur hennar sem fæddist eingöngu sjö mánuðum eftir að Margrét fæddist. „Mér finnst ég alltaf eiga smá í henni líka. Þær eru svona dúó, koma í pakka,“ segir Jóhanna hlæjandi en viðurkennir svo að það sé þó alltaf svolítið sárt að hitta Margréti en það hafi þó lagast mikið eftir að hún varð eldri.

„Þegar hún var yngri fékk ég þrá til að snerta hana, knúsa eða halda á henni í fanginu. En það gerir maður ekki og það var erfitt að standast það. En nú þegar hún er orðin fullorðin manneskja er þetta auðveldara og við spjöllum mikið saman. Ég fæ auðvitað móðurlegar tilfinningar og er ótrúlega stolt af henni. En ég spyr sjálfa mig hversu mikið ég má eigna genunum þetta og hve mikið þetta er uppeldið. Svo finnst mörgum við vera líkar, bæði í útliti og í okkur, og ég viðurkenni að það er pínu kikk og mjög gaman. En stundum líka svolítið sárt. Annars geri ég mér fullkomlega grein fyrir að mínar tilfinningar gagnvart henni eru mun sterkari en tilfinningar hennar gagnvart mér. Ég á börn og veit hverju ég missti af. Hún á yndislega foreldra og hefur mig sem svona extra.“

Systir „í viðbót“

Jóhanna Ýr hefur aldrei falið þessa reynslu. Hún kynntist síðar eiginmanni sínum og eignuðust þau tvö börn saman. Þegar hún er spurð hvað hún eigi mörg börn, svarar hún að hún eigi fjögur.

„Ég get ekki sleppt henni. Mér finnst það ekki í lagi. Ef fólk spyr út í fjórða barnið sem býr ekki hjá mér þá svara ég því heiðarlega ef tími gefst. Ég hef ekkert að fela og þegar það eru engin leyndarmál þá er engin skömm. Eins er með börnin mín. Elsta dóttir mín hefur alltaf vitað þetta, ég geri mér grein fyrir að ég aðskildi þær systurnar en dóttir mín hefur alltaf sýnt þessu mikinn skilning. Yngri börnin fengu að vita þetta mjög ung. Þegar sonur minn var fjögurra ára var fjölskyldan á leiðinni í heimsókn og mér fannst ég verða að útskýra fyrir honum hver Margrét væri. Ég sagði honum að hann ætti eina systur í viðbót. Í nokkur ár kallaði hann Margréti „systur sína í viðbót“,“ segir Jóhanna Ýr og skellihlær. „Þegar börnin finna að allt sé eðlilegt og maður leyfir þeim að spyrja spurninga þá verður þetta ekkert vandamál.“

Jóhanna Ýr hefur aldrei séð eftir því að hafa gefið Margréti til ættleiðingar. Reynslan hefur þó verið ljúfsár.

„Það rættist svo vel úr öllu og ég fæ oft staðfestingu á því að þetta var rétt ákvörðun. Og þegar sársaukinn er sem verstur er það ekki eftirsjá, heldur svona sársaukafleiði. Ég vissi innst inni að þetta væri það langbesta fyrir okkur allar þrjár og er þakklát fyrir að hafa hlustað á innsæið.“

Finnst gaman að segja söguna sína

Margrét Arnardóttir segir það ekkert leyndarmál að hún sé ættleidd og það sé öllum ljóst sem þekkja hana. Í kringum fæðingu hennar komst mamma hennar að því að hún væri barnshafandi og því á hún systur sem er sjö mánuðum yngri.

Margrét hefur alltaf vitað að hún er ættleidd enda hefur það aldrei verið falið fyrir henni.

„Mér var líka alltaf sagt að ég ætti mörg systkini. Þau voru alltaf kölluð það, börnin hennar Jóhönnu – systkini mín. Þannig að ég tel þau alltaf með þegar ég er spurð hvað ég eigi mörg systkini. Mér þykir mjög vænt um það.“

Margrét á albúm með myndum frá því hún var nýfædd. Þar er til dæmis mynd þegar mamma hennar og pabbi koma á fæðingardeildina til að sjá hana í fyrsta skipti, fjórum tímum eftir að hún er fædd. Foreldrar hennar hafa einnig verið duglegir að segja henni söguna hennar og hvernig það kom til að hún varð dóttir þeirra. Þar sem ættleiðingin hefur alltaf verið eðlilegur hluti af lífi Margrétar hefur henni aldrei þótt erfitt að segja frá því.

„Það vissu allir í bekknum í grunnskóla að ég væri ættleidd. Ég kynni mig ekkert sem Margréti sem er ættleidd en um leið og fólk kynnist mér segi ég frá því. Mér finnst gaman að segja þessa sögu.“

Það sést á myndum að mikill svipur er með Margréti og Jóhönnu. Þær eru einnig með afar líka rödd. Margrét segist þó aldrei hafa pælt mikið í því hvort hún sé lík Jóhönnu, ekki fyrr en í seinni tíð.

„Ég sé að ég er að líkjast henni meira með árunum. Annars finnst mér ég mjög lík mömmu, ég er með mikið af töktum frá henni og fólk kemur gjarnan með athugasemdir um að við séum líkar.“

Sjö mánuðum eftir að Margrét fæddist eignaðist hún systur. Foreldrar Margrétar höfðu reynt að eignast barn í langan tíma og um það bil þegar Margrét fæddist komust þau að því að þau ættu von á öðru barni.

„Maður hefur heyrt dæmi um að fólk fái sér hund eða ættleiði og takist þá að eignast barn. Eins og það losni einhver spenna. Kannski var það tilfellið hjá mömmu og pabba – þau allavega fengu hálfgerða tvíbura. Við erum nefnilega jafn gamlar á sumrin. Hún er fædd í maí og ég í október. Við vorum oft spurðar hvort við værum tvíburar þegar við vorum yngri. Við svöruðum neitandi. Svo var spurt hvað við værum gamlar og við sögðum sama aldur,“ segir Margrét hlæjandi og segir fólk oft hafa orðið afar ringlað. „Við erum að minnsta kosti mjög nánar systur, við erum bestu vinkonur.“

Margrét á einnig eldri bróður sem foreldrar hennar áttu töluvert áður en þau eignuðust hana og svo systkinahóp úti í Eyjum.

„Þau eru hópurinn minn. Svo á Jóhanna eldri stelpu sem ég hef alltaf litið upp til. Hún er svona stóra systir mín, í mínum augum. Svo er mjög gaman að eiga lítil systkini.“

Margrét tekur undir orð Jóhönnu um að það hafi alltaf verið eðlileg og falleg samskipti á milli fjölskyldnanna. Margrét segir þau vera vinafjölskyldur með tvisti.

„Það er aldrei neitt vandræðalegt að hittast og krakkarnir hennar Jóhönnu hafa komið í pössun til okkar og hún hefur komið til að passa okkur. Ég hef verið spurð hvort ég kalli hana mömmu en það er einfalt svar við því. Hún er ekki mamma mín en hún er kynmóðir mín. Þetta hefur aldrei verið mér erfitt en ég skal þó viðurkenna að þegar ég var á hápunkti hormóna á unglingsárunum þá fór ég að ímynda mér hvernig lífið væri ef þetta hefði farið öðruvísi. En ég var samt svo rosalega þakklát á sama tíma fyrir að hafa alist upp hjá foreldrum mínum. Ég á svo frábært eintak af foreldrum.“

Ég hef verið spurð hvort ég kalli hana mömmu en það er einfalt svar við því. Hún er ekki mamma mín en hún er kynmóðir mín.

LÍKIST JÓHÖNNU MEÐ ÁRUNUM Margrét segist vera bæði lík kynmóður sinni og mömmu. MYND/GUÐBJÖRG GUÐMANNSDÓTTIR

FYRSTA MYNDIN Jóhanna og Heba dóttir hennar fengu að koma í heimsókn og taka mynd af sér með Margréti nýfæddri.

SYSTKINAHÓPUR Margrét segist alltaf hafa kallað börn Jóhönnu systkini sín. Hér eru Margrét, Gísli Hrafn, Sigrún Ýr og Heba á góðri stundu.

→ Frumættleiðingar

- Afar sjaldgæft er að börn séu gefin til frumættleiðingar á Íslandi.
- Fagaðilar í málaflokknum eru sammála um að mögulegar ástæður séu lítið samfélag og sterkt velferðarkerfi.
- 194 íslensk börn voru aftur á móti í varanlegu fóstri árið 2014. Börn fara yfirleitt í fóstur vegna félagslegra vandamála og sjaldnast með samþykki foreldra.
- Börn eru ekki ættleidd nema samþykki foreldra liggi fyrir.

10 íslensk börn sem voru innan við eins árs voru gefin til ættleiðingar árunum 2000-2013.

Samkvæmt Hagstofu Íslands

Keilir býður uppá spennandi háskólanám

Keilir hefur tekið frumkvæðið að nýstárlegu og spennandi háskólanámi. Við bjóðum vandað háskólanám (BSc gráðu) í tæknifræði á vegum Háskóla Íslands og á vettvangi Keilis, bæði í Orku- og umhverfistæknifræði og Mekatróník hátæknifræði. Með samstarfi við Thompson Rivers University í Kanada bjóðum við átta mánaða Leiðsögunám í ævintýraferðamennsku á háskólastigi sem kennt er á mögnuðum stöðum í íslenskri náttúru! Kynntu þér háskólanám Keilis.

Sæktu um strax á keilir.net

Keilir
Miðstöð vísinda,
fræða og atvinnulífs

Djúpstæð og varanleg vinátta

Sigurður Sigurjónsson og **Theodór Júlíusson** fara með aðalhlutverk í kvikmyndinni Hrútar sem var frumsýnd í vikunni við gríðarlega góðar undirtektir. Þeir segja vinnuna við tökur í hinum fagra Bárðardal hafa verið góðan tíma með góðu fólki í sveitinni og að eftir standi ekki aðeins falleg kvikmynd heldur einnig ómetanleg vinátta og góðar minningar.

Magnús Guðmundsson
magnus@frettabladid.is

LEIKBRÆÐUR Sigurður Sigurjónsson og Theodór Júlíusson bundust miklum vinaböndum við tökur á Hrútum norður í Bárðardal. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Leikararnir og náttúrubörnin Sigurður Sigurjónsson og Theodór Júlíusson fara á kostum í kvikmyndinni Hrútar. Þar eru þeir félagar í hlutverki bræðra sem talast ekki við en búa hvor í sínu húsinu á sama bænum í Bárðardal, stunda sauðfjárrækt af ástríðu og lifa einir með sjálfum sér.

Báðir eiga þeir Siggi og Teddi, eins og þeir eru oftast kallaðir, farsælan feril að baki í leiklistinni og eru flestum landsmönnum að góðu kunnir. En þeir eiga sér líka rætur í dreifbýlinu og hjarta þeirra stendur nærri náttúrunni.

Náttúrubörn í hjarta

„Ég var svo lánsamur að fá að vera í sveit sem strákur í tíu ár,“ segir Siggi og það örlar á fortíðarþrá í röddinni. „Þarna fékk maður beintenginguna við náttúruna og skepnurnar, þannig að ég hafði alveg tekið á sauðkindinni áður en ég skellti mér í tökur á Hrútum. Alla tíð síðan hef ég verið mikið fyrir sveitina og náttúruna, við hjónin erum mikið fyrir að stússast í garðinum og hef ég afskaplega gaman af dýrum,“ bætir Siggi við sem minnir líka á að hann þurfi að skreppa eftir hádegið með tíkina sína til dýralæknis.

„Ég fékk nú bara eitt sumar í sveit en verandi frá Siglufirði þá var maður kominn á síldarplanið sex ára með mömmu og í vinnu í síldinni sjö ára,“ segir Teddi og brosir. Það er sterkur í honum Siglfirðingurinn. „Við Guðrún mín og dætur okkar eigum tvö hús á Siglufirði og það er okkar athvarf. Þar erum við búin að rækta upp og stórfjölskyldan ver miklum tíma þarna. Svo erum við Siggi líka báðir í veiðinni og stutt í náttúrubörnin í okkur. Enda miklir náttúruverndarsinnar báðir tveir.“

Teddi og Tom Jones í Cannes

Þeir félagar eru sammála um að Cannes hafi verið mikið ævintýri. „Ég hafði reyndar komið áður á Cannes með Eldfjall Rúnars Rúnarssonar,“ segir Teddi. En Siggi glottir við og bendir á að Teddi hafi nú komið þarna tvisvar áður og að hann þurfi nú frekar að segja söguna af því. „Já alveg rétt, ég kom nefnilega til Cannes þegar ég var sautján ára og þá með karlakórnum Vísi frá Siglufirði. Það var sko ævintýri. Við vorum með kórstjóra sem var búinn að poppa aðeins upp dagskrána hjá okkur og við sendum frá okkur plötu. Það reyndist vera mest selda platan á Íslandi það árið – geri aðrir karlakórar betur.

Ég var langyngstur í hópnum en það sem bar helst til tíðinda í ferðalaginu var að Tom Jones var þá aðalstjarnan á svæðinu. Við komum að þar sem hópur blaðaljósmyndara var að mynda stjörnuna og ég ákvað að sjálfsögðu að skella mér bara inn í hópinn með gömlu kassamyndavélina framan á mér. Tom Jones kom auga á mig og sá vel að þarna var ekki blaðaljósmyndari á ferð. En í stað þess að láta vísa mér í burtu ýtti hann öllum ljósmyndurunum frá og stillti sér upp fyrir mig einan. Ég smellti af og tók svo upp miða að tónleikunum okkar og fékk eiginhandaráritun. Miðann á ég en það var reyndar engin filma í vélinni. Það er í góðu lagi, þetta er greypt í minnið.“

Einstök vinátta

Siggi skemmtir sér vel yfir sögunni hjá Tedda. „Þetta var frábær tími í Cannes en samt er það nú ekki síður tíminn í Bárðardal sem reyndist ógleymanlegur,“ segir Siggi og bendir á að tökutíminn hafi verið afar sérstakur. „Þeir félagar Grímur og Grímar náðu að mynda alveg einstaka stemningu. Það var haldið vel utan um hópinn og okkur leið vel í Bárðardalnum.“

Teddi tekur undir að það hafi verið gott að dvelja í Bárðardalnum. „Ég var í færri tökum en Siggi en dvaldi engu að síður allan tímann í dalnum. Þarna var gott að vera og sambúðin hjá okkur félögunum góð.“ Siggi tekur undir það. „Við nýttum tímann á kvöldin oft vel til þess að vinna og undirbúa okkur fyrir næsta tökudag og ef ég var einn í tökum, kannski snemma dags, þá var Teddi búinn að hafa til handa mér morgunverð svo þetta var ljómandi góð sambúð. Við vorum vinir fyrir Hrúta en vinaböndin sem við myndum á þessum tíma eru varanleg og djúpstæð.“

Teddi segir að það hafi líka verið einstök reynsla að koma nánast beint af rauða dreglinum í Cannes og á frumsýningu myndarinnar að Laugum í Reykjadal. „Þvílíkar móttökur! Í stað rauða dregilsins var kominn gæruskinnsdregill og viðtökurnar við myndinni voru dásamlegar. Við vorum leystir út með þvílíkum gjafakörfum fylltum með dásamlegum afurðum bæjanna í Bárðardal. Fólkið í Bárðardal á svo mikið í þessari mynd og á miklar þakkir skildar. Þetta er gott fólk.“

Vinnan mikilvæg

Þeir félagar eru sammála um það að vinnuumhverfið skipti leikara miklu máli. Þeir hafa báðir verið lengi í þessum bransa en það er athyglisvert hvernig þeir hafa báðir í auknum mæli verið að leika í kvikmyndum hin síðari ár. Siggi segir að þetta hafi nú bara einhvern veginn þróast svona. „Ég hef verið lánsamur með minn feril og fengið að takast á við skemmtileg verkefni. Með aldrinum fækkar hlutverkunum í leikhúsinu en það virðist vera þörf fyrir svona skarfa eins og okkur í bíói og það er hið besta mál. Það er nefnilega hætt við því að leikarar á okkar aldri fari að ryðga ef verkefnin láta bíða eftir sér.“

Teddi tekur undir þetta og segir að það sé gaman að takast á við mörg og ólík verkefni. Á síðasta ári var Tedda mjög svo óvænt sagt upp samningi við Borgarleikhúsið en svo ráðinn að nýju skömmu síðar. Teddi er ekki mikið fyrir að dvelja við þetta. „Nei, ég hef bara haldið áfram. Leikarar þurfa að vísu á sínu sjálfstrausti að halda og svona lagað er ekki gott fyrir sjálfstraustið. Ég hef því lagt þetta að baki og nýt þess að vinna og það er nóg að gera. Ég lifi líka á því að hafa verið útnefndur Bæjarlistamaður Kópavogs, sem var mikill heiður, og ég hlakka mjög til næsta leikárs í Borgarleikhúsinu.“

Skegg og bíómynd

Það er sannarlega nóg fram undan hjá þeim báðum. Siggi er reyndar farinn að hlakka mest til þess að losna við skeggið sem hann hefur þurft að halda í allan vetur. Teddi kannast við þá tilfinningu. „Um leið og ég mátti raka mig fór ég og tók þetta allt á einu bretti. Krúnurakaði mig líka,“ segir Teddi og skælbrosir við tilhugsunina. „Já, það fer að koma að þessu hjá mér. Þetta verður reyndar alveg fjölskylduviðburður. Barnabörnin ætla að koma og fá að taka þátt í þessu,“ segir Siggi en þeir félagar eru báðir margfaldir afar.

„Ég er líka að vinna að minni eigin kvikmynd. Er byrjaður að skrifa handrit og allt að gerast. Þar verður sko pottþétt hlutverk fyrir Tedda. Ekki spurning.“ Teddi brosir við tilhugsunina en minnir nú á að þeir þurfi nú líka að hafa tíma til þess að veiða sem minnir Sigga á eitt afar mikilvægt: „Já, ég ætla að hnýta flugur úr skegginu. Þarf að klára það áður en við förum að veiða í Bárðardal.“

NJÓTTU
SUMARSINS
ÚTI Í NÁTTÚRUNNI
MEÐ VINSÆLASTA
ÚTIVISTARMERKI Í HEIMI
20% AFSLÁTTUR*
AF ÖLLUM FATNAÐI FRÁ
THE NORTH FACE
TIL MÁNUDAGS
*Gildir ekki með öðrum tilboðum.
ÚTILÍF
síðan 1974
GLÆSIBÆ
KRINGLUNNI
SMÁRALIND
utilif.is

UPPÁHALDS Í HOSILÓ
MARGRÉT BUHL
KVIKMYNDARGERÐARKONA

➜ **STAÐURINN** **UPPÁHALDSSTAÐURINN** Stofan er notaleg og þar stendur vígalegur plötuspilari sem er í mikilli notkun og Margrét skellir iðulega plötu á fóninn þegar hún situr þar inni. Sófinn við plötuspilarann er uppáhaldsstaður hennar heimilinu. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

VEGGSPJALD „Þetta er ég búin að eiga síðan ég var krakki og mamma leyfði mér aldrei að leika mér með það," segir hún um He-Man veggspjaldið sem er á íslensku. Hún bætir við að hún sé þakklát móður sinni í dag.

SPARIGRÍS
Amma Margrétar málaði sparigrísinn fyrir hana þegar hún var lítil og gerði slíkt hið sama fyrir bræður hennar. „Hún var alltaf að safna peningum í hann fyrir mig þegar hún var á lífi."

VÍNILPLATA Margrét hlustar mikið á vínilplötur og er plata með Crosby, Stills, Nash & Young í talsverðu uppáhaldi. „Ég keypti hana í desember á einu fyrsta deitinu með kærastanum mínum. Við förum í Lucky Records og ég fann þessa plötu."

KAFFIBOLLI
Margrét er Jane Austen-aðdáandi og á kaffibolla með mynd og tilvitnunum í rithöfundinn. „Emma. Clueless er náttúrulega byggð á henni," svarar hún án þess að þurfa að hugsa sig um þegar hún er spurð um uppáhaldsbók sína eftir höfundinn.

Litríkt skipulag í Vesturbæ

Margrét Buhl, kvikmyndargerðarkona og kaffibarþjónn, býr í Vesturbæ Reykjavíkur. Heima hjá henni má finna vínilplötur og litríka muni.

Gyða Lóa Ólafsdóttir
gydaloa@frettabladid.is

Litríkir hlutir, ég fíla þá," segir Margrét og bætir við að hún meti hönnunarvöru til jafns við fallega hluti sem hún rekst á í nytjamörkuðum og ódýrari búðum. „Ef það er einhver hönnun sem mér finnst æðisleg þá safna ég mér fyrir þeim hlut en mér finnst skemmtilegt að blanda dýru og ódýru saman."

Margrét rekur kvikmyndagerðarfyrirtækið Anthems of Our Youth ásamt tveimur vinkonum sínum og vinnur einnig sem kaffibarþjónn. Það er því nóg að gera hjá Margréti sem finnst betra að hafa allt í röð og reglu heima.

Margrét kemur frá Akureyri en það fer vel um hana í Vesturbænum og hún setur vínilplötu í spilarann og byrjar að sýna okkur sína fimm uppáhalds hluti.

EIGINHANDARÁRITUN
Margrét er mikill Rage Against the Machine-aðdáandi og á eiginhandaráritun frá Tom Morello sem henni áskotnaðist í gegnum aðdáendaklúbb Audioslave. „Ég var með þeim fyrstu til að skrá mig í hann. Þegar þeir hættu þá sendi hann mér þetta bréf," segir Margrét.

Áskorun til stjórnvalda í tilefni af Degi barnsins

HÚSNÆÐISÖRYGGI ER FORSENDA ÞROSKA OG HEILSU BARNA

Heimili sem er öruggt og heilsusamlegt er ein grundvallarforsenda
fyrir þroska barna, heilsu þeirra, menntun og félagslífi.
Börn þurfa aðstöðu og næði á heimili sínu til að vinna heimavinnu,
leika sér og geta boðið félögum sínum heim.
Börn sem búa við fátækt eru líklegri til að búa ekki við þessar aðstæður.

SAMKVÆMT BARNASÁTTMÁLA SAMEINUÐU ÞJÓÐANNA EIGA ÖLL BÖRN AÐ HAFA TÆKIFÆRI TIL AÐ LIFA OG ÞROSKAST OG BÚA VIÐ AÐSTÆÐUR SEM STUÐLA AÐ LÍKAMLEGUM, ANDLEGUM OG FÉLAGSLEGUM ÞROSKA ÞEIRRA. ÖLL BÖRN SKULU NJÓTA ÞESSARA RÉTTINDA OG EKKI MÁ MISMUNA ÞEIM SÖKUM STÖÐU ÞEIRRA EÐA FORELDRA ÞEIRRA.

Þó er það þannig að vegna efnahagslegrar stöðu foreldra sinna búa ekki öll börn við ásættanlegar aðstæður eða jöfn tækifæri.

Á ÍSLANDI EIGA UM 12.000 BÖRN Á HÆTTU AÐ BÚA VIÐ FÁTÆKT EÐA FÉLAGSLEGA EINANGRUN

ALLT AÐ 30% ÞESSARA BARNA BÝR Í HÚSNÆÐI SEM ER ÓVIÐUNANDI OG ÞAU BÚA JAFNVEL VIÐ MIKIÐ ÞRÖNGBÝLI

UM 40% BARNANNA BÝR VIÐ ÞÆR AÐSTÆÐUR AÐ HÚSNÆÐISKOSTNAÐUR ER FJÖLSKYLDUNNI ÞUNGUR BAGGI OG HENNI JAFNVEL OFVIÐA

HLUTI BARNANNA BÝR VIÐ TÍÐA FLUTNINGA OG ÓÖRYGGI, SEM GERIR ÞAÐ AÐ VERKUM AÐ ÞAU NÁ EKKI AÐ FESTA RÆTUR OG EIGA Á HÆTTU AÐ VERÐA FÉLAGSLEGA EINANGRUÐ

Barnaheill — Save the Children á Íslandi hvetja stjórnvöld til að tryggja að allir eigi öruggt og heilsusamlegt heimili og að öll börn á Íslandi búi við tryggt húsnæði til lengri tíma. Samtökin skora á stjórnvöld og alla aðra sem málinu tengjast að taka höndum saman og vinna hratt og örugglega að því að ná þessu markmiði. Að alast upp við fátækt hefur víðtæk áhrif á möguleika barna til framtíðar.

BARNAFÁTÆKT ER ÞVÍ BROT Á MANNRÉTTINDUM BARNA.

Barnaheill
Save the Children á Íslandi

8 UPPÁHALDS ÖPPIN

Kristín María Dýrfjörð
markaðsstjóri hjá Te & Kaffi

COUCH TO 5 K Maður skokkar undir eigin tónlist þar til rödd segir manni að hægja á sér, labba og skokka svo aftur.

COFFEE TOOLS Varúð, nörda-app Sýnir manni hvort kaffið er undir- eða yfirlagað með því að mæla þykkt uppáhellingarinnar

DUBSMASH Hverjum hefði dottið í hug að hægt væri að hlæja svona mikið einn með sjálfum sér Ég ætlaði alltaf að verða leikkona þegar ég var lítil, þarna fæ ég mína útrás.

ROOM FOR THOUGHT Dagbókarforrit í myndmáli. Forritið sendir manni skilaboð á mismunandi tímum yfir daginn og þegar maður hefur opnað skilaboðin tekur það mynd innan þriggja sekúndna.

BUFFER Einfaldar manni lífið með því að sjá um skipulagningu allra pósta á samfélagsmiðla. Buffer getur líka tímasett póstana fyrir þig, sem er mjög þægilegt.

INSTAGRAM Ég set reglulega myndir á Instagram og finnst gaman að skoða hjá öðrum. Þetta er eins og myndaalbúmið mitt en ég hef stundum látið prenta þessar myndir út hjá Prentagram.

WHATSAPP Ég spjalla mikið við vinkonur mínar á þessu, við sendum myndir, myndbönd, sms og talskilaboð á milli. Eitthvað af þessu gæti komið sér vel einn daginn, sérstaklega dubsmash-myndböndin.

PINTEREST Eins og maðurinn minn segir þá stoppar kvörnin í mér aldrei. Ég er alltaf að leita að hugmyndum, hvort sem það tengist vinnunni eða heimilinu Ég elska þetta forrit.

Kvenfrumkvöðullinn stígur á svið

Kvenfrumkvöðlar á Íslandi sem freista þess að hasla sér völl í karllægum heimi tækni, vísinda og verkfræði heyja nú baráttu gegn staðalímyndum og fordómum Þær þurfa að sigrast á kynbundnum áskorunum og þær munu hafa betur.

Kjartan Hreinn Njálsson
kjartanh@365is

Við hefjum þetta á játningu. Í hálft ár eða svo hef ég fjallað um vísindi, tækni og nýsköpun á síðum Fréttablaðsins. Umfjöllunarefnin eiga tvennt sameiginlegt. Annars vegar varpa þau ljósi á hvernig vísindin móta daglegt líf okkar. Hins vegar eiga þau það sammerkt að engin kona kemur fyrir í þeim. Þetta er vægast sagt dapurleg staðreynd. Þegar ég skrifa þetta átta ég mig jafnframt á að ég man aðeins eftir tveimur konum sem mörkuðu djúp spor í vísindasögunni. Hvað með þig?

Í mínum huga eru frumkvöðlarnir okkar vitnisburður um hvert við stefnum sem samfélag. Hvað þýðir það þá þegar konur í frumkvöðlageiranum eru jafn fáar og raun ber vitni? Í vísindasögunni er að finna urmul tilfella þar sem stórkostlegar uppgötvanir kvenna hafa verið þaggaðar niður og oft eignaðar körlum. Í dag blasir sú staðreynd við að aðeins 11 prósent stjórnenda í Kísildalnum í Bandaríkjunum eru konur og á lista Forbes yfir 100 áhrifamestu leiðtoga tæknigeirans eru konurnar fjórar talsins.

Íslenska samhengið

Eins og Anna María Jóhannesdóttir, sem nýverið lauk meistaranámi í viðskiptafræði við Háskóla Íslands, komst að þá er þetta vandamál ekki einskorðað við Norður-Kaliforníu. Anna, sem hefur bakgrunn í lífefnafræði, beindi sjónum að kvenfrumkvöðlum á Íslandi og áskorunum þeirra í eigindlegri rannsókn.

„Það sem við almennt þekkjum varðandi persónueinkenni frumkvöðla; hvatningu, bakgrunn, fjölskylduhagi, starfsreynslu, árangur og mistök, hefur að mestu verið skrifað um karlfrumkvöðla," ritar Anna í ritgerð sinni og heldur áfram: „Til dæmis hafa vissir eiginleikar verið tengdir við árangur eins og áhættusækni, sjálfstæði og leit að efnahagslegum möguleikum eftir röklegum leiðum. Þannig er litið svo á að frumkvöðlar beri stereótípíska karlmannlega eiginleika. Þetta vinnur bersýnilega gegn konum."

Anna er hreinskilin í svörum aðspurð um ástæður þess að hún ákvað að rannsaka kvenfrumkvöðla á Íslandi. „Að einhverju leyti er þetta líka fyrir sjálfa mig. Ég hef alltaf haft áhuga á að stofna fyrirtæki og ég vona að ég geri það í framtíðinni. Svo í rauninni var það mikill hvati fyrir mig að læra af reynslu þeirra."

Kynbundnar áskoranir

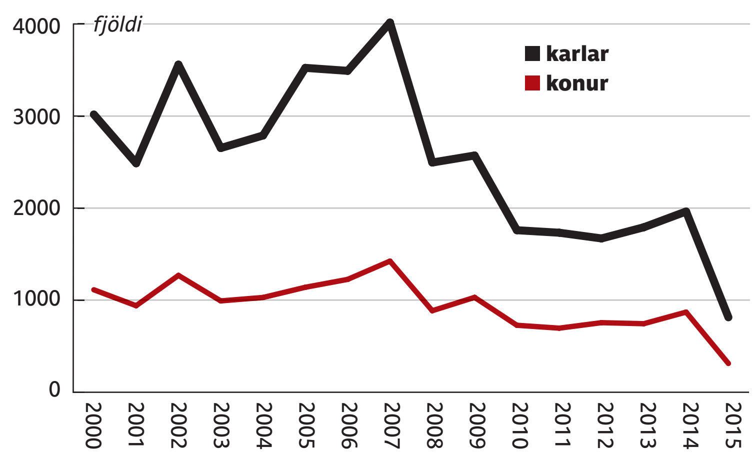
Í ritgerðinni, sem ber heitið „Ég vil fá að vera ég sjálf þó ég sé kona", ræðir Anna við níu konur sem stofnað hafa fyrirtæki í tækni-, vísinda- og verkfræðigeiranum. Niðurstöður hennar draga upp mynd af bjartsýnum konum og jákvæðum sem með tölu hafa tröllatrú á fyrirtækjum sínum. Atgervi frumkvöðla eru athyglisverð fræði en engu að síður fræði sem hingað til hafa að stórum hluta til tekið mið af reynsluheimi karla, eða eins og Anna kemst að orði: „Fyrirtækið verður framlenging af frumkvöðlinum sem einstaklingi og fyrirtækið endurspeglar persónuleika hans."

FRUMKVÖÐLAR Brynja Guðmundsdóttir, forstjóri Azazo, og Anna María Jóhannesdóttir viðskiptafræðingur eru sammála um að umsvif kvenna í frumkvöðlageiranum á Íslandi fari vaxandi.

> **Vonandi verða kvenfrumkvöðlarnir okkar í dag hvatning til stelpna að feta sömu spor.**
>
> *Anna María Jóhannesdóttir, viðskiptafræðingur*

> **Ég vildi óska þess að þetta væri ekki svona en þetta er staðreyndin.**
>
> *Brynja Guðmundsdóttir, forstjóri AZAZO*

FYRIRTÆKI STOFNUÐ FRÁ 2000



Konurnar níu í ritgerð Önnu lýsa allar erfiðleikum sem flestir frumkvöðlar, karlar og konur, þurfa að takast á við en einnig kynbundnum áskorunum kvenna í karlaheimi. „Þær töluðu einna helst um það í tengslum við fjármögnun. Að það væri viss hindrun að vera kona þegar fjármagn er annars vegar."

Einn viðmælandi Önnu segist hafa séð að greinilegt ósamræmi væri í fjármögnun fyrirtækja og leit svo á að fremur væri fjárfest í fyrirtækjum karlmanna. „Þannig að það er spurning hvað er að gerast hér, af hverju erum við ekki að fá jafn mikið og strákarnir?" spyr frumkvöðullinn.

Þegar kemur að beinum fordómum og karlrembu lýsa nokkrar konur nánast súrrealískum aðstæðum. Þar á meðal er makalaus sena þar sem frumkvöðullinn fer ásamt meðeiganda (karlmanni) til endurskoðanda. Ljóst er að konan fer með fjármálastjórn fyrirtækisins en endurskoðandinn beinir hvað eftir annað svörum sínum og spurningum til meðeigandans. Önnur var að ræða við fyrirmann í banka. „Hann sagði „já, lána þeir ekki bara út á andlitið". Það eru svona skot sem þú færð þegar þú ert kona. Þetta myndi karlmaður aldrei fá," segir hún.

Að gefast ekki upp

Konurnar í frumkvöðlageiranum á Íslandi eru ekki margar, en þær eru sannarlega til staðar. Ein af þeim er Brynja Guðmundsdóttir, forstjóri hugbúnaðarfyrirtækisins Azazo. Fyrirtækið stofnaði hún árið 2007, þá einstæð móðir með fjögur börn og 20 ára reynslu af stjórnunarstörfum.

Brynju klæjaði. Nokkuð algengt sjúkdómseinkenni frumkvöðla. Kláðinn var vandamál sem Brynja þurfti að leysa og hafði að gera með að alltof mikill tími fór í að leita að upplýsingum á vinnustöðum og tölvukerfin oft of mörg auk þess sem þau töluðu ekki saman. „Það er staðreynd að 10-50% af tíma fólks á sumum vinnustöðum fer í að leita að gögnum og skrá óþarfa gögn," segir Brynja. „Við vildum þróa kerfi sem hugsar fyrir þig."

Því hefur Azazo þróað upplýsingastjórnunarkerfið CoreData ECM og er í fararbroddi í upplýsingatækni á Íslandi. Íslenska ríkið undirritaði ríkisreikning síðasta árs með rafrænum skilríkjum í Coredata-hugbúnaði Azazo. Einsdæmi í heiminum.

Harkið

„Það er ákveðin krafa í menningu okkar að mæður eigi að vernda börnin og heimilið. Þannig var maður sífellt að leita að hættulausri leið til að stofna fyrirtæki svo ég þyrfti ekki veðsetja húsið," segir Brynja. Hún leitaði ráða hjá þeim sem höfðu náð langt í geiranum. „Hvers vegna eiga bankarnir að veðja á þig ef þú þorir ekki að leggja allt að veði?" spurði ein lærimóðirin.

Brynja sló til. „Ef ég missi allt þá er það bara þannig. Ég er heilsuhraust og börnin mín líka. Við finnum annað heimili. Heimili er ekki steypan." Þar með er ekki sagt að þetta hafi verið leikur einn. Í orðum Brynju ómar reynsla níumenninganna í ritgerð Önnu Maríu.

„Einstæð 40 ára móðir að stofna fyrirtæki var ekki beint hin viðtekna staðalmynd," segir Brynja. „Kúltúrinn er þannig að konur eiga að stofna krúttleg fyrirtæki." Brynja setti saman metnaðarfulla viðskiptaáætlun (lesist: heimsyfirráð). Það fór svo að hún dró úr umfangi hennar svo hún væri „kvenlegri" og kæmi bankastofnunum ekki í opna skjöldu að kona væri með svo ítarlega viðskiptaáætlun. Í dag starfa 50 mann hjá AZAZO í sex löndum.

Eins þurfti hún að þola hlutdrægni karla og kvenna, óméðvitaða og meðvitaða. „Ég er með mikið af stórkostlegum fjárfestum í fyrirtækinu mínu. En ég er líka búin að lenda í því að hitta fjárfesti, sem er ekki fjárfestir hjá okkur, sem var búinn að bóka hótelherbergi fyrir okkur. Þá hef ég kynnt stóran samning á fundi og þá heyrir maður „varstu í stuttu pilsi?"

„Maður þarf oft að tækla það að vera kynvera. Ég hef ekki breytt neinu. Ég er kvenmaður og vil vera klædd eins og kvenmaður. Ég hef ekki farið í það að klæða mig í strigapoka," segir Brynja og bætir við: „En þú vilt fá hrós á réttum forsendum."

„Ég vildi óska þess að þetta væri ekki svona en þetta er staðreyndin. Þó svo að það sé mun auðveldara fyrir ungar konur að stofna fyrirtæki í dag þá munu þær enn reka sig á svipaða veggi og ég lenti á, en vonandi eru þeir færri."

Fyrirmyndir

Núningur staðlaðra hugmynda og framsækinna hugsjóna myndar mótlætið sem frumkvöðullinn þarf að takast á við. Kvenfrumkvöðlar hafa háð baráttu gegn staðalímyndum og fordómum og haft betur. Fyrirmyndir verða nú til. „Vonandi verða kvenfrumkvöðlarnir okkar í dag hvatning til stelpna að feta sömu spor og vera óhræddar að gera það," segir Anna María að lokum.

netto
Kræsingar & kostakjör

GRÍSASNITSEL
Í RASPI, FRYSTIVARA
998
KR/PK

GRILLPYLSUR 2 TEG
KRASSANDI/FJÖLSKYLDU
998
KR/PK

GRÍSAPOTTRÉTTUR
Í SVEPPASÓSU/FERSKUR
-30%
1.539
ÁÐUR 2.198 KR/KG

KRYDDSMJÖR
M/HVÍTLAUK - JURTAKR.
197
ÁÐUR 219 KR/STK

SÉRBAKAÐ
VÍNARBRAUÐ
-40%
119
ÁÐUR 198 KR/STK

LAMBALÆRISNEIÐAR
FERSKAR
2.182
ÁÐUR 2.598 KR/KG

FLÓRÍDANA SAFAR
3 TEG, 1L FERNA
189
KR/STK

OREO KEX
NABISCO 66 GR
-23%
99
ÁÐUR 129 KR/PK

Kauptu þrjú á **399kr!**
(fullt verð 597)

FOOD DOCTOR
6TEG, NÆRINGARSTYKKI
199
KR/STK

Nýtt!

KAFFITÁR 250 GR
KARAMELLU/MALAÐ
999
KR/STK

BLÁBER
BOX 125 GR
-50%
299
ÁÐUR 598 KR/PK

HVÍTLAUKSBRAUÐ
COOP, 2 TEG
-33%
199
ÁÐUR 298 KR/KG

LAXABITAR
X-TRA, 4X100GR
-20%
746
ÁÐUR 933 KR/KG

Tilboðin gilda 28. maí – 31. maí 2015

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

ÓGÆFUSAMASTA DROTTNING SÖGUNNAR

FLÆKJUSAGA

Illugi Jökulsson rekur hér harmsögu um Önnu drottningu á Bretlandi sem bókstaflega varð að eignast barn, hvað sem það kostaði.

ANNA DROTTNING Hnarreist á góðum degi í æsku.

Einhverjir kostir hljóta að vera við arfakónga; annars hefði það stjórnskipulag varla viðgengist svo lengi, og svo víða. Nú á dögum kunna þeir kostir að virðast vandséðir; það er eitthvað nánast súrrandi galið að skipa svo málum að æðstur valdamaður í hverju ríki verði sá sem slysast til að fæðast fyrstur tilteknu pari. Það er auðvitað engin leið að segja til um það fyrir fram að sá einstaklingur verði á nokkurn hátt hæfastur sinna jafnaldra til að stjórna ríki eða deila út örlögum millum samferðamanna sinna.

Og auðvitað má nefna mörg fleiri dæmi um hvernig arfakóngskerfið komst í ógöngur: Habsborgaraættin er eitt þeirra, en sú familía réð ríkjum bókstaflega talað í mörg hundruð ár, mörgum ríkjum í Evrópu, og var allt lagt undir til að tryggja að ætterni réði erfðum, en í allri þeirri sögu er vart hægt að finna nokkurn einstakling sem var öllu meira en miðlungsmaður að hæfileikum og skynsemi, en skyldaleikaræktun ættarinnar leiddi hins vegar til þess að oft rataði í konungsstóla gjörsamlega óhæft fólk til stjórnarstarfa sakir gáfnaskorts eða annarra kvilla.

VILHJÁLMUR BRETAPRINS Engum þótti hann fagur, ekki einu sinni móðurinni.

En eitthvað jákvætt hlýtur þó sem sé að hafa verið við þetta fyrirkomulag, ef við trúum því að sagan hljóti alltaf að stefna svona meira og minna í nokkurn veginn rétta átt! Væntanlega hefur sá stöðugleiki sem arfakóngskerfið hefur (oftast) í för með sér verið nægjanlega mikils virði meðan samfélagið taldist „frumstætt“ og ekki á allra færi að fylgjast með og taka þátt í landsstjórninni. Og þá hefur sú stjórnsýsluþekking og reynsla sem safnaðist fyrir í konungsættum líka verið einhvers virði, og þetta hvorttveggja vegið upp á móti þeirri undarlegu tilfinningu sem hugsandi fólk í arfaríkjum hlýtur oft að hafa verið býsna þrúgað af – sem sé hve einkennilegt það væri að hafa raunverulegt hæfileikafólk við landstjórn og hvers konar sýslu yrði að sitja kurteislega hjá, meðan hálfgerðir idjótar rorruðu í hásætinu.

GEORG DANAPRINS Gegndi sinni dapurlegu skyldu.

Þjóðsagan um „bláa blóðið“

Til þess að treysta arfakónga í sessi og koma í veg fyrir að þeim yrði sópað út í hafsauga í hvert sinn sem einhver dulan klöngraðist yfir lík síns afdauða föður upp í hásæti, þá var stundum markviss og miskunnarlaus innræting um „blóðhelgi“ konungsætta og þjóðsagan um „bláa blóðið“ varð til. Og jafnvel skynsamasta fólk trúði því fyrirvaralaust að alls konar vanhæft lið hefði goðumlíkan rétt til að ríkja á grundvelli ætternis, en ekki hæfileika. Og til að tryggja það var gengið ansi langt í sumum familíum, og jafnvel lögð mikil ógæfa á einstaklinga af konungsættinni sjálfri, svo tryggja mætti viðganginn sem talinn var haldast í hendur við ætternið.

Hér er eitt sorglegt dæmi. Mikið hafði gengið á á Bretlandi á 17. öld, aðalsmenn neituðu að láta völd sín af hendi til konungs og vaxandi borgarastétt var farin að gera sig gildandi með aukinni kaupmennsku Breta um víða veröld. Enska þingið varð raunveruleg valdastofnun og atti mjög kappi við kónga. Ekki bættu trúardeilur úr skák, því þótt mótmælendur hefðu mjög reynt að berja pápískuna niður skaut hún alltaf upp kollinum og þá ekki síst í konungsættinni sjálfri. Er af því löng og flókin saga, en þetta dugar hér: Árið 1688 var hinn kaþólski Jakob II kóngur hrakinn frá völdum af bandalagi sem forkólfar þingsins höfðu gert við prinsinn af Óraníu í Hollandi, Vilhjálm, sem vildi svo til að var bæði systursonur Jakobs og kvæntur Maríu dóttur hans og náfrænku sinni. María var góður mótmælandi og studdi uppreisnina gegn föður sínum, og nú settist hún í hásæti drottningar og Vilhjálmur varð kóngur henni til samlætis, enda af rétta fólkinu kominn þótt ekki væri það í þetta sinn í beinan karllegg. En Vilhjálmur III og María II – eins og þau kölluðust – áttu engin börn. María dó svo úr bólusótt aðeins 32ja ára 1694 og eftir það sat Vilhjálmur einn á konungsstóli þar til 1702 þegar hann var 51s árs. Þá datt hann af hestbaki, braut viðbein, fékk ígerð og lungnabólgu og dó. Þá lifði Anna prinsessa ein af börnum Jakobs IIs og varð hún nú drottning. Og það er hún sem óhætt er að segja að beri með rentu titilinn sem ég notaði í fyrirsögn: Ógæfusamasta drottning sögunnar, og þar komu ekki síst við sögu krafan um blóðerfingja fyrir ættina.

Prins kveikir vissulega líf hjá drottningu

Anna var gift Georg Danaprins, hann var sonur Friðriks IIIja konungs, þess sem Íslendingar sóru einveldiseið á Kópavogsfundi. Aldrei kom til mála að Georg fengi konungsnafn á Bretlandi þar eð hann var ekki af konungsættinni líkt og Vilhjálmur af Óraníu hafði verið. Georg var raunar hæglát sál og sóttist alls ekki eftir völdum af neinu tagi, hann var hæstánægður með að eyða tímanum í að setja saman skipamódel – og gera konu sinni börn, svo viðhalda mætti konungsfjölskyldunni. Og það gerði Georg svikalaust. Allar götur frá því þau giftust 1683 kveikti Georg hvern lífsneistann af öðrum í kviði Önnu konu sinnar og þeim mun fleiri eftir því sem betur varð ljóst að María systir hennar myndi engin börn eignast og framtíð konungsættarinnar kynni að velta á því hvort Önnu tækist að koma króga í heiminn. Alls varð Anna barnshafandi sautján sinnum á sextán árum, og þó grunar suma að tilfellin hafi verið fleiri en sum fóstrin hafi hún misst svo snemma á meðgöngu að þau hafi ekki öll verið skráð. Og að minnsta kosti tvisvar gekk hún með tvíbura, svo það var enginn smáræðis hópur sem Anna reyndi að koma í heiminn. En ógæfan sem hún bjó við var ekki einleikin.

Fyrst fæddi Anna andvana dóttur en síðan komu í heiminn tvær heilbrigðar dætur með árs millibili, en þær dóu báðar úr bólusótt febrúar 1687 á fyrsta og öðru aldursári. Og urðu foreldrum sínum harmdauði, hvað sem leið framgangi konungsættarinnar. Fáeinum dögum áður en dæturnar dóu hafði Anna auk þess misst fóstur öðru sinni, og nú fyrst fóru hörmungarnar að knýja dyra. Næst missti hún fóstur á miðri meðgöngu en heill mánuður leið eftir að fóstrið dó þar til líkami hennar skilaði því frá sér. Þannig gekk þetta svo næstu árin; tvisvar komu fullvaxta börn í heiminn en lifðu aðeins fáeinar mínútur, annars þurfti hún að þola hvert fósturlátið af öðru. Aðeins ein undantekning var á. Árið 1689 fæddi Anna son sem lifði og var skírður Vilhjálmur og útnefndur hertogi af Gloster. Hann var að sjálfsögðu augnayndi móður sinnar en hún fékk ekki að annast hann í frumbernsku né hafa hann á brjósti; slíkt var álitið verk lægri stéttar kvenna.

> **Þegar hann var tæplega tíu ára skrifaði móðir hans að sonur hennar liti betur út en nokkru sinni fyrr: „Þá meina ég hraustlegri, því þótt ég elski hann afar heitt, þá get ég ekki stært mig af því að hann sé fallegur.“**

Einn hann lifði

En Vilhjálmur litli var viðkvæmt barn og síveikt, hann hafði til dæmis vatnshöfuð, sem þá var kallað, og var heldur seinn til þroska og máttlítill í fótum og víðar, svo þegar hann fór loks að ganga vildi hann láta styðja sig upp stiga. Slíkt var ekki talið nógu konunglegt, svo Georg faðir hans, sá mildi hæglætismaður, húðstrýkti fimm ára son sinn þangað til hann lærði að hollast væri að hann reyndi sjálfur að hökta upp stigana. Heilsa drengsins var alltaf slæm en stundum virtist hann þó ætla að braggast eitthvað og þegar hann var tæplega tíu ára skrifaði móðir hans að sonur hennar liti betur út en nokkru sinni fyrr: „Þá meina ég hraustlegri, því þótt ég elski hann afar heitt, þá get ég ekki stært mig af því að hann sé fallegur.“

Svo viðkvæm var heilsa litla prinsins að ekki þótti annað koma til mála en Anna héldi áfram að reyna að geta börn til að tryggja lúterskt konungdæmið, og það lenti ekki í klóm kaþólskra ættingja. Því var Anna einlægt ófrísk og mædd og segir sig sjálft að heilsan og hreystin létu mjög á sjá með árunum. Hún hafði verið hávaxin og hnarreist og ákveðin stúlka, en þegar þarna var komið þótti ekki sjón að sjá hana. Hún var skelfilega bólugrafin í andliti, endalaust kvalin af þvagsýrugikt og ýmsum fleiri kvillum sem ég kann ekki að nefna, var keyrð um í hjólastól af því fæturnir gáfu sig og gerðist gríðarlega feit. Þá var hún orðin hirðulaus um klæðaburð og hreinlæti, illþefjandi vessar seytluðu víða, hún þótti sem sé ekki mjög drottningarleg, hún Anna. En áfram hélt hún að reyna að gegna sinni skyldu og koma fleiri börnum í heiminn, því auðvitað var það ekkert annað en skyldurækni sem réð því að þau Georg gengu enn saman til verka eftir öll þessi ár og alla þessa ógæfu og allan þennan dauða. Bláa blóðið yrði að tryggja, og passa um leið að kaþólsk skyldmenni Önnu kæmust ekki í hásætið að henni látinni.

Annus horribilis

Árið 1700 var örlagaríkt. Í janúar fæddi Anna barn eftir sjö og hálfs mánaðar meðgöngu, þá vissu allir að þetta steinbarn hafði verið dáið í mánuð. Og í júlí dó Georg litli sonur hennar, eini árangurinn af öllu þessu skelfilega amstri drottningar, hann var nýorðinn 11 ára. Eftir þetta reyndi Anna ekki að verða barnshafandi aftur. Eftir sautján fósturlát og fæðingar – að minnsta kosti – stóð hún uppi barnlaus. Tveimur árum seinna varð hún drottning en lét ráðgjafa sína og þingmenn að miklu leyti um að stjórn landsins. Þó sýndi hún alltaf furðu mikla röggsemi sem verulega reyndi á. 1707 dó Georg eiginmaður hennar. Þrátt fyrir alla ógæfuna og dauflyndi hans annars staðar en í rúminu, þá hafði hjónaband þeirra á sinn hátt verið farsælt og hún syrgði hann ákaflega. Engin hjón höfðu átt við annað eins barnaólán að stríða.

Árið 1714 dó Anna. Hún var ekki nema 49 ára en gjörsamlega farin að heilsu og kröftum. Fjarskyldur ættingi í Þýskalandi var með bolabrögðum gerður að kóngi, Georg hét hann, mótmælandi, þá var gengið fram hjá 50 nánum ættingjum Önnu sem allir voru kaþólskir – þrátt fyrir allt réði trúin þá meiru en blóðið í það sinn.

STÓRELDHÚS

LAUGARDAGUR **30. MAÍ 2015**

Kynningarblað Ekran, fagmenntun, uppskriftir og ráð

Ekran þjónustar um 1.600 fyrirtæki hér á landi og býður upp á mikið úrval matvara, að sögn Jóns Inga Einarssonar, framkvæmdastjóra Ekrunnar. MYND/GVA

Heildarbirgir fyrir stóreldhús

Það felst mikill tímasparnaður og þægindi í því að versla alla matvöru á einum stað. Ekran er heildarbirgir á stóreldhúsmarkaði hér á landi og býður upp á mikið úrval matvara í eldhús fyrirtækja og stofnana frá rúmlega 150 birgjum. Nýlega hóf fyrirtækið að selja matvöru í erlend skemmtiferðaskip sem stoppa hér á landi yfir sumartímann en mikill vöxtur er í þeirra þjónustu.

Fyrirtækið Ekran er öflugur heildarbirgir á íslenskum stóreldhúsamarkaði sem þjónustar um 1.600 viðskiptavini, stóra sem smáa, um land allt. Ekran hefur upp á að bjóða mikið úrval matvara í eldhús fyrirtækja og stofnana. Ekran er heildarbirgir og því er ávinningur viðskiptavina fyrirtækisins mikill þar sem hægt er að versla allt á einum stað að sögn Jóns Inga Einarssonar, framkvæmdastjóra Ekrunnar. „Ávinningur viðskiptavina okkar felst meðal annars í færri birgjum sem þeir þurfa að skipta við, sem um leið þýðir færri pantanir og færri reikningar sem síðan leiða af sér færri móttökur og minna bókhald. Allt í allt snýst þetta um mikinn tímasparnað og ekki síður betri kjör fyrir viðskiptavini okkar.“

Hann nefnir sem dæmi að fyrirtæki og stofnanir geti fengið allt að tíu sendiferðarbíla að húsinu á hverjum degi með ýmiss konar matvöru. „Margföldunaráhrifin eru mikil og allt skapar þetta vinnu og álag í stað þess að fá bara eina sendingu á dag frá Ekrunni. Ekki má heldur gleyma þeim slæmu áhrifum á umhverfið sem stöðug umferð og mengun stærri bíltækja hefur í kringum vinnustaði og skóla. Þá er betra að fá allar vörur á einu bretti frá Ekrunni, sem þýðir auðvitað líka að afhendingaröryggi verður allt annað og betra en ella.“

Gott vöruúrval

Vöruúrval Ekrunnar er mikið og nær til rúmlega 150 birgja um allan heim. „Vöruúrval okkar hæfir öllum eldhúsum enda bjóðum við upp á heildarlausn. Þar má nefna mjólkurvörur, ávexti og grænmeti, kjöt og fisk sem og allar aðrar kæli-, frysti- og þurrvörur. Framleiðendur okkar eru bæði innlendir og erlendir og að mestu um að ræða þekkt og vinsæl vörumerki.“

Það eru ekki bara viðskiptavinir Ekrunnar sem hagnast á viðskiptum, það sama má segja um birgja fyrirtækisins. „Þetta er sérstaklega heppilegt fyrir minni og meðalstóra birgja sem losna við að selja í stykkjatali til margra viðskiptavina með tilheyrandi kostnaði en geta í stað þess afgreitt meira magn til okkar í einu lagi. Þessir aðilar ganga að góðu sölu- og dreifineti hjá okkur í stað þess að þurfa að byrja svo gott sem frá grunni sjálfir við að afla sér tengsla og upplýsinga. Raunar á þetta ekki bara við um minni og meðalstóra framleiðendur heldur á þetta við um alla framleiðendur og birgja.“

Flavour of Iceland

Fyrir rúmum tveimur árum setti Ekran nýtt verkefni á fót sem ber heitið Flavour of Iceland. „Verkefnið snýr að því að kynna og selja íslenska matvöru um borð í skemmtiferðaskipin sem koma hingað til lands á sumrin. Verkefnið er unnið í samstarfið við TVG-Zimsen og Gáru en við höfum lagt mikla vinnu í að kynna vöruframboð okkar fyrir þeim aðilum sem sjá um innkaupin fyrir skipin. Þetta er stór markaður, hér erum við í alþjóðlegri samkeppni og verðum bara að standa okkur. Verkefnið hefur gengið vel enda erum við með góða birgja á bak við okkur, vonandi á þetta eftir að vaxa enn frekar næstu árin.“

Starfstöðvar Ekrunnar eru bæði í Reykjavík og á Akureyri þar sem til samans starfa yfir 100 starfsmenn. Allar upplýsingar um fyrirtækið og fjölbreytt vöruúrval má finna á www.ekran.is.

Skortur mögulega viðvarandi vandi

Skortur er á öllum fagmönnum í matvælageiranum; kjötiðnaðarmönnum, bökurum, matreiðslumönnum og framreiðslumönnum. Lög kveða skýrt á um að fagmenn skuli vera starfandi á hótelum og veitingastöðum en víða er pottur brotinn í þeim efnum.

Umræða um skort á fagmönnum í veitingageiranum hefur verið nokkuð að undanförnu og ekki að ástæðulausu. Að sögn Baldurs Sæmundssonar, áfangastjóra verknáms í Menntaskólanum í Kópavogi, þyrftu töluvert fleiri að útskrifast úr matvælagreinum en verið hefur undanfarin ár til að mæta þessum skorti. „Í dag eru að útskrifast um fjörutíu matreiðslumenn en þeir mættu alveg vera tuttugu í viðbót. Útskriftarnemar í hinum greinunum mættu vera tvöfalt og jafnvel þrefalt fleiri en þeir eru í dag. Framleiðslumenn sem útskrifast úr skólanum hjá okkur núna eru 26 talsins en þeir mættu vera um sextíu þar sem mikil vöntun er í þeirri grein. Í bakstri og kjötiðn er það svipað, við útskrifum núna átta bakara en engan kjötiðnaðarmann. Það þarf töluverða aukningu í báðum greinum og mættu þeir vera um tuttugu á ári í hvorri grein,“ segir Baldur.

Með tilkomu vinnustaðanámssjóðs sem fyrst var úthlutað úr haustið 2011 hefur aðsókn í fagnám í veitingageiranum aukist töluvert en úr honum fá meistarar greitt fyrir að taka nema. „Það hefur verið aukning í öllum greinum en mest í matreiðslunni þar sem við erum með á þriðja hundrað nemendur, þannig að það horfir til betri vegar,“ segir Níels Sigurður Olgeirsson, formaður Matvís.

Krafa um fagmenntað fólk

Þeir Baldur og Níels eru sammála um að skorti á fagmönnum hafi verið mætt með því að manna bransann með ófaglærðu fólki, sem sé ekki nógu gott. „Margt af því fólki hefur ekki sótt nein námskeið og hefur því misjafna kunnáttu í því sem verið er að gera,“ segir Baldur. Níels bætir við að þannig sé ekki hægt að tryggja þau gæði sem viðskiptavinir eigi rétt á. Hann segir alveg skýrt að krafa sé um að fagmenntað fólk starfi á veitingahúsum og hótelum. „Iðnaðarlögin eru alveg skýr, það má enginn starfa við iðnað nema hafa menntun til þess. Samkvæmt lögunum ætti enginn að fá að opna veitingastarfsemi nema að hafa þar við störf meistara í matreiðslu og í framleiðslu. Enginn ætti að fá að meðhöndla matvæli nema hafa til þess menntun, hvort sem hún er iðnmenntun eða einhver önnur,“ segir Níels.

Baldur Sæmundsson, áfangastjóri verknáms MK, segir ýmislegt hafa verið gert til að mæta skorti á fagfólki en að meira þurfi til. MYND/VILHELM

Hann segir sýslumenn, sem eigi að sjá til þess að iðnaðarlögum sé framfylgt, brjóta lög með því að gefa út leyfi fyrir veitingastaði án þess að þar starfi fagmenn. „Ferðamannafjöldinn hefur aukist að mínu viti of hratt og hefur hann byggst upp á því að við erum láglaunaland. Við erum hálfdrættingar í launatöxtum miðað við hin Norðurlöndin. Uppbyggingin hefur verið svo mikil og hröð og það spretta upp veitingastaðir og alls kyns þjónusta um allt. Iðnaðarlögin eru alveg skýr og það er verið að brjóta þau. Þetta er stór hluti af vandanum og verður vaxandi vandi. Með þessu er verið að gera lítið úr faggreinunum.“

Níels Sigurður Olgeirsson

Mögulega viðvarandi vandi

Baldur segir að reynt hafi verið að koma til móts við þennan vanda með svokölluðu raunfærnimati en þá fá þeir sem hafa unnið ákveðinn tíma í þessum greinum mat á reynslu sinni og geta þá fengið styttingu á náminu á móti. Einnig hafi námi í Meistaraskóla hótel- og veitingagreina verið breytt fyrir fjórum árum. „Síðan þá höfum við útskrifað um 170 meistara en það hafa verið biðlistar í það nám frá upphafi. Fleiri meistarar ættu að skapa mótvægi því þá eru fleiri sem geta tekið nema.“

Hann segir einnig nauðsynlegt að gera iðnmenntun sýnilegri og áhugaverðari. „Matreiðslumenn hafa verið sýnilegir og góður árangur landsliðs matreiðslumanna hefur sitt að segja. Aðrar deildir mættu vera duglegri. Svo er þetta líka spurning um þá sem kynna nám í grunnskólum. Ég hef ekki fengið mörg símtöl frá skólum þar sem spurt er út í námið hjá okkur. Þetta hafa kannski verið tíu til tuttugu símtöl á þeim tíu árum sem ég hef verið hér í MK. Það eru nokkrir samverkandi þættir sem hafa orðið til þess að iðnnám almennt hefur átt undir högg að sækja,“ segir Baldur.

Níels segir skortinn á fagmenntuðu fólki í veitingageiranum verða viðvarandi vandamál ef kjarasamningar sem verið er að gera fari í gegn. „Þar er verið að minnka bilið enn frekar á milli þeirra sem hafa enga menntun og þeirra sem hafa hana. Iðnaðarmannasamfélagið hefur setið eftir undanfarna samninga. Ef ekki fást hærri laun verður enn minni ávinningur í því að mennta sig og áhuginn á því minnkar.“

Útgefandi: 365 miðlar ehf., Skaftahlíð 24, s. 512 5000 **Umsjónarmenn auglýsinga:** Jón Ívar Vilhelmsson, s. 512-5429. jonivar@365.is **Ábyrgðarmaður:** Svanur Valgeirsson.

Sífellt fleiri kokka- og fageldhús nota IKEA-vörur.

Hnífarnir frá IKEA eru algerir vinnuhestar.

365+ línan þolir daglega notkun, allan ársins hring. Hún var nýlega endurbætt með viðbótum sem henta breyttum neysluvenjum fólks og mataræði.

Þurfa að þola mikla notkun

Það mæðir mikið á pottum, pönnum og öðrum eldhúsáhöldum í stóreldhúsum og gæðin þurfa að vera slík að áhöldin þoli notkun á hverjum degi, allan ársins hring. Þetta á við um allt sem viðkemur undirbúningi, matreiðslu og ekki síst framreiðslu. IKEA býður upp á mikið og fjölbreytt úrval fyrir hvers kyns eldamennsku og allar gerðir af eldhúsum. Sífellt fleiri fageldhús nota IKEA-vörur.

Við erum fólki ofarlega í huga þegar keypt er í fyrsta búið eða þegar þarf að endurnýja eitthvað í eldhúsinu heima. Það sem margir gera sér ekki eins mikla grein fyrir er að við bjóðum upp á breitt úrval af endingargóðum gæðaáhöldum sem þola mikla notkun í langan tíma,“ segir Auður Gunnarsdóttir sölustjóri. Hún segir sífellt fleiri kokka- og fageldhús nota IKEA-vörur, þar á meðal séu sjálft kokkalandsliðið, Hótel- og matvælaskólinn í MK og mörg stærstu eldhús landsins.

„Fagfólk er mjög ánægt með vörurnar frá okkur og hrósar þeim mikið. SENSUELL-pottarnir og -pönnurnar eru sérstaklega vönduð og hafa notið mikilla vinsælda. Eins hafa IKEA 365+ eldunaráhöldin svo sannarlega staðið fyrir sínu, og voru til dæmis notuð af keppendum Íslands í Bocuse d'Or matreiðslukeppninni í Frakklandi fyrr á árinu,“ segir Auður. „Þeir sem þekkja til eru farnir að gera sér grein fyrir að gæði og ending haldast ekki alltaf í hendur við himinhátt verð, og vörulínur eins og til dæmis IKEA 365+ eru einfaldlega gæðavara á frábæru verði. Eins og nafnið gefur til kynna er línan hönnuð með það í huga að þola daglega notkun, allan ársins hring. Hún hefur þar að auki verið endurbætt nýlega með viðbótum í borðbúnaði sem eiga að henta breyttum neysluvenjum fólks og mataræði. Vörurnar eru stílhreinar, úr gæðapostulíni og fara vel á borði og í hendi, fyrir allt frá morgunkorninu til hátíðarsteikarinnar,“ að sögn Auðar.

Það er ekki hægt að tala um matreiðslu án þess að minnast á hnífana. Þeir eru ein allra mikilvægustu áhöldin sem notuð eru í eldhúsinu, en margir vilja gleyma að hnífana þarf að brýna til að þeir þjóni sem best, og ekki síður öryggisins vegna því bitlaus hnífur getur oft valdið meiri skaða en beittur. „IKEA 365 + hnífarnir okkar eru úr gæðastáli og halda bitinu lengi. Ef hugsað er vel um þá eru þeir algjörir vinnuhestar og endast um árabil,“ segir Auður. „Eins eru VARDÖ-hnífarnir úr endingargóðu ryðfríu gæðastáli með góðu gripi. Svo bjóðum við auðvitað upp á breitt úrval af aukahlutum eins og mæliáhöldum, skurðarbrettum, fötum og formum. Það má því fá allt í stóreldhúsið hjá okkur – fyrir utan hráefnið sjálft.“

IKEA býður upp á breitt úrval af endingargóðum gæðaáhöldum.

Kryddað með öðru en salti

Súpur eru daglegt brauð í flestum mötuneytum en oft vill brenna við að þær séu of saltar. Hægt er að nota ýmislegt annað en salt til að kitla bragðlaukana. Hér fylgir uppskrift að gulrótarsúpu fyrir 100 manns. Hún er krydduð með engifer, karríi og broddkúmeni.

Margir kannast við að hafa fengið brimsalta mötuneytissúpu. Hugsanlega gæti annar hver kokkur verið orðinn ónæmur fyrir salti en líklegra er að notað sé of mikið af krafti eða tilbúnum pakkagrunni sem hvort tveggja er mjög salt.

Til að komast hjá því að súpur verði of saltar er best að gera þær frá grunni. Þá er vel hægt að notast við annað krydd og kryddjurtir en salt til að bragðbæta. Eins er mikilvægt að hafa það í huga að í flestum kryddblöndum er salt og sömuleiðis í súputeningum og ýmiss konar krafti. Ef slíkt er notað ætti því að minnka eða sleppa viðbótarsalti á móti. Það er sömuleiðis góð regla að lesa utan á umbúðir þeirra matvara sem notaðar eru við matseldina en vörur teljast saltríkar ef þær innihalda 1,25 g af salti (0,5 g af natríum) eða meira í 100 g.

Í handbók um mataræði í framhaldsskólum sem gefin var út af Lýðheilsustöð árið 2010 er mælst til þess að mötuneytiskokkar í framhaldsskólum dragi eins og kostur er úr saltnotkun. Þar eru gefin dæmi um krydd sem innihalda ekki salt en kitla engu að síður bragðlaukana. Þau eru meðal annars laukur, hvítlaukur, graslaukur, paprika, paprikukrydd, pipar, engifer, basilíka, óreganó, mynta, kóríander, sítróna, sítrónugras, rósmarín, chilipipar, kúmen, múskat, steinselja, timjan, sítrónumelissa, dill, salvía, fennel og majóran.

Í bæklingum er einnig að finna stórar uppskriftir fyrir mötuneytiskokka. Þar á meðal þessa krydduðu gulrótarsúpu sem er laus við viðbætt salt. Uppskriftirnar eru gefnar upp fyrir tíu og hundrað manns. Hér er stærri uppskriftin. Hún er frá matartæknideild Hótel- og matvælaskólans í MK.

Gulrótarsúpa

- 1½ dl matarolía
- 35 hvítlauksgeirar
- 35 sellerístönglar
- 13 stórir laukar
- 4-5 dl engifer, rifið
- 4-5 dl hveiti
- 20 l kjúklingasoð
- 5 kg gulrætur, rifnar
- 2-3 msk. karrí
- 1 msk. pipar
- 2-3 msk. broddkúmen
- 8-10 dl döðlur
- sítrónusafi eftir smekk

Þessi súpa rífur í þrátt fyrir að vera laus við viðbætt salt. Í henni er meðal annars engifer, karrí, hvítlaukur og broddkúmen.

Hitið saman í potti matarolíu og krydd. Skerið hvítlauk, lauk og sellerí gróft, bætið í pottinn og látið krauma. Afhýðið engifer og rífið það fínt. Bætið í pottinn og látið krauma í 10 mínútur. Takið pottinn af hellunni og stráið hveitinu yfir. Bætið rifnum gulrótum, kjúklingasoði og döðlum saman við og sjóðið í 20 mínútur. Maukið súpuna með töfrasprota (eða í matvinnsluvél). Bætið sítrónusafa og meira kryddi í eftir smekk. Berið fram með 5% sýrðum rjóma eða grískri jógúrt.

Ferskar vatnslausnir fyrir vinnustaðinn!

Við hjá INNES erum komin í sumarskapið og bjóðum ferskar vatnslausnir á frábæru sumarverði

Fjölbreytt úrval vatnstækja til sölu eða leigu.
Kynntu þér úrvalið á **www.kaffi.is** eða hafðu samband við sölufulltrúa okkar í síma **585 8585**

INNES
INNES ehf.
Fossaleyni 21, 112 Reykjavík
Sími 585 8585 • www.kaffi.is

FABBRI 1905

Allt til ísgerðar
ÍSAM HORECA
Tunguháls 11 sími 522-2728 www.isam.is

FÓLK
KYNNINGARBLAÐ

Lék aukahlutverk
Guðrún Sveinbjörnsdóttir á Mýri í Bárðardal lánaði híbýli sín við tökur á myndinni Hrútar. Hún lék einnig lítið aukahlutverk. SÍÐA 2

Trukkar og kranar
Stærsta trukkasýning landsins er haldin í dag. Yngsta kynslóðin má setjast undir stýri. SÍÐA 8

FÁ KNÚS Í VINNUNNI

SUÐURHLÍÐARSKÓLI KYNNIR *Suðurhlíðarskóli fagnar 25 ára starfsafmæli á morgun milli kl. 14 og 16. Allir eru hjartanlega velkomnir að gera sér glaðan dag með starfsfólki og nemendum, fjölskyldum, vinum og velunnurum skólans.*

Suðurhlíðarskóli er lítill, sjálfstæður grunnskóli 1.-10. bekkjar við fjöruna í Fossvogi. Einkunnarorð skólans eru skapandi, hvetjandi og kristinn skóli en hann leggur áherslu á vináttu og virðingu eins og í leikskólanum Vinagarði, sem er jafnframt vinaskóli Suðurhlíðarskóla. Suðurhlíðarskóli var stofnaður árið 1990 í nýrri skólabyggingu við Suðurhlíð 36. Hann er því vel staðsettur skammt frá fjöru, skóg og móa.

FÁ KNÚS Í VINNUNNI

Í vetur hafa tvær „lestrarömmur" komið í skólann tvisvar í viku að hjálpa nemendum yngsta stigs í lestri. Þær Sigurborg Pétursdóttir og Herdís Björnsdóttir taka hvor um sig einn og einn nemanda inn í lestrarstofu og æfa lestur með nemandanum í ró og næði.

„Ég vissi ekkert hvað „skólaamma" var þegar skólinn hafði samband við mig en þetta hefur reynst mikið ánægjustarf," segir Sigurborg Pétursdóttir eða amma Bogga eins og hún er kölluð í skólanum. „Nemandinn fær að ráða hvar við sitjum, við borð eða í sófanum," segir Bogga og Herdís, kölluð amma Dísa, bætir við að þetta sé afar notaleg stund með krökkunum þar sem þau fá gott tóm til að þjálfa lesturinn.

„Við höfum um tíu mínútur með hverju barni og iðulega eru þau skriðin upp í fang okkar í lok tímans," segir Dísa. „Við útskýrum fyrir þeim orð sem þau ekki skilja og hjálpum þeim að hafa réttar áherslur í lestrinum. Þetta gengur ótrúlega vel og við sjáum augljósar framfarir hjá þeim. Sum börnin hafa ekki íslensku sem móðurmál og þetta gagnast þeim sérstaklega vel. Þetta fyrirkomulag ætti að vera í öllum skólum finnst mér," bætir hún við.

SKÓLAÖMMUR Þær Sigurborg Pétursdóttir og Herdís Björnsdóttir mæta tvisvar í viku í Suðurhlíðaskóla og hlusta á yngstu nemendurna lesa upphátt. MYND/GVA

Báðar segja þær starf skólaömmunnar mjög gefandi „Okkur er alltaf fagnað þegar við mætum hingað í skólann," segir Sigurborg og Herdís tekur undir það. „Krakkarnir opna fyrir okkur dyrnar og knúsa okkur þegar við komum. Ég á sex barnabörn sjálf og vann sem ljósmóðir í gamla daga. Börn gefa svo mikið af sér. Mér finnst þetta yndislegt starf," segir Herdís.

„Ég geri þetta af hugsjón að gefa börnunum þennan tíma minn," segir Sigurborg. „Ég á fjögur börn sjálf og þar af einn fatlaðan son og hef gegnum árin mikið unnið með fötluðum. Börn hafa alltaf höfðað til mín og á árum áður var ég mikið í skáta- og barnastarfi. Þetta starf gefur mér ekki minna en börnunum."

Á heimasíðu skólans má sjá stutt viðtal við Boggu og Dísu, **www.sudurhlidarskoli.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** | Hönnun: **Silja Ástþórsdóttir** Sölumenn: **Bryndís Hauksdóttir,** bryndis@365.is, s. 512 5434 **Jón Ívar Vilhelmsson,** jonivar@365.is, s. 512 5429

HRÚTAR Guðrún ásamt aðalleikurum, leikstjóra og framleiðanda Hrúta. F.v. Jón Friðrik Benónýsson, Guðrún Sveinbjörnsdóttir, Theódór Júlíusson, Grímur Hákonarson, Sigurður Sigurjónsson og Grímar Jónsson. MYNDIR/641.IS/HERMANN AÐALSTEINSSON

EKKI ERFITT AÐ LÆRA RULLUNA

BÍÓ *Guðrún Sveinbjörnsdóttir lék aukahlutverk í Hrútum en gerir sjálf lítið úr sínum hlut enda ákaflega jarðbundin. Hún segist ekki hoppa upp fyrir lítið.*

Guðrún Sveinbjörnsdóttir, húsfrú á Mýri, gerir lítið úr leik sínum í kvikmyndinni Hrútar sem frumsýnd var nú í vikunni. Myndin var tekin upp að hluta á bæ hennar en aðalsögusviðið var næsti bær við hliðina. „Myndin var tekin að mestu hér í næsta húsi en bræðurnir sem eru aðalsögupersónur myndarinnar áttu að búa á þessum bæjum sem standa saman. Við höfðum nú ekki mikinn trafala af þessu. Mín aðkoma að myndinni kom skyndilega til en kvöldið fyrir tökur hringdi hann í mig hann Grímar (Jónsson, framleiðandi) og bað mig að taka þátt í þessu af því að það forfallaðist fólk. Það var mjög skemmtilegt að kynnast þessu öllu en þetta var nú ekki mikill leikur," segir Guðrún hógvær.

Hún segir atriðin sem hún lék í hafa verið klippt út að mestu. „Ein persónan í myndinni er hreppstjóri og ég átti að vera konan hans. Hann átti svo að deyja og þegar verið var að bera hann út dauðan þá átti ég að vera að grenja svolítið þarna úti í rigningunni og svo aftur þegar verið var að jarða hann. Það var mikið vesen að bera hann út úr kirkjunni og ég þurfti náttúrlega að vera hnuggin og grátandi yfir þessu en þetta var allt klippt í burtu," segir hún og hlær. Hún segir létt í bragði að það sem eftir hafi staðið hafi verið lítið. „Ég bara sat og gaf lömbum og svona. Maður var nú ekki í erfiðleikum með að læra rulluna í þessu verki."

HÆFILEIKAFÓLK Í SVEITINNI

Guðrún er á áttræðisaldri og segist ekki hafa átt erfitt með að setja sig í hlutverk enda ýmsu vön. „Ég er orðin svo fullorðin og við tökumst á við svo margt hérna frammi á Öræfunum. Hérna í sveitunum bjargar fólk sér sjálft á þorrablótum og slíku, það er fullt af góðum leikurum hér í sveitinni, skáld, lagasmiðir og hvað annað. Hæfileikarnir leynast víða."

Tvö og hálft ár er liðið frá því Grímur Hákonarson leikstjóri kom fyrst á Mýri. Þá vissu Guðrún og hennar fólk ekki hvað stóð til og tóku á móti honum eins og hverjum öðrum gesti. „Samstarfið við kvikmyndagerðarfólkið var allan tímann einstaklega gott. Þeir Grímur og Grímar voru hérna annað slagið þannig við vorum orðin vinir þeirra þegar kom svo að tökunum í fyrrasumar. Þær stóðu yfir í hálfan annan mánuð og svo kom tökuliðið aftur í janúar og var í tæpar þrjár vikur."

GUÐRÚN var viðstödd frumsýningu Hrúta í Laugabíói í Reykjadal í vikunni.

HALLÆRISLEG Á TJALDINU

Í vikunni var svo komið að frumsýningu myndarinnar í Laugabíói í Reykjadal. Guðrún var spurð að því hvernig henni hefði þótt að sjá sjálfa sig á hvíta tjaldinu. „Það var nú ósköp hallærislegt. Ég átti nú ekki von á miklu þannig að þetta skipti mig nú ekki máli. Það má segja að mér hafi hlotnast mikill heiður fyrir lítið þarna á frumsýningunni, ég fékk að fara upp á svið og hneigja mig og svona," segir hún og brosir. Hún segir það samt ekki hafa verið skrítið að sjá sig í mynd því allir séu í mynd nú á dögum í tölvum, símum og annars staðar. „Það eru allir orðnir vanir að sjá sig og heyra rödd sína þannig að það er lítil upphefð í því."

Guðrún segir það helst hafa komið á óvart að kynnast því hve langan tíma kvikmynd sé í vinnslu. „Það kom okkur öllum ákaflega á óvart hve margar tökur þurfti í hvert sinn og hve feikilega mikil vinna er í kringum eitthvað sem er svo kannski ein mínúta í myndinni. Ég held nú að þeir hafi vandað þetta mikið enda er það að skila sér hjá þeim, sýnist manni, og skemmtilegt að þeir hafi fengið verðlaun," segir Guðrún og vísar þar til verðlaunanna Un Certain Regard sem Hrútar hlaut á Cannes-hátíðinni á dögunum.

HÆFILEIKAR Í SVEITINNI

„Hérna í sveitunum bjargar fólk sér sjálft á þorrablótum og slíku, það er fullt af góðum leikurum hér í sveitinni, skáld, lagasmiðir og hvað annað. Hæfileikarnir leynast víða."

Milwaukee

VERKFÆRA SALAN

TILBOÐ

DAGANA 26. MAÍ TIL 16. JÚNÍ

Tilboð **219.900,-** M18 FUEL

OFURSETT M18 CPP6A-502B
Höggborvél, sverðsög, höggskrúfvél, hjólsög, slípirokkur, vinnuljós, 3 x 5,0 Ah Red Li-Ion rafhlöður, hleðslutæki og verkfærataska.
MW 4933 4483 40

Tilboð **49.900,-** M18

POWERPACK M12 BPP2D-402B
Hleðsluborvél og tifvél
2 x 4,0 Ah Red Li-Ion rafhlöður
hleðslutæki og verkfærataska.
MW 4933 4412 50

Tilboð **139.900,-** M18

M18SET2A-503W
Höggborvél og slípirokkur
3x 5,0Ah rafhlöður
MW 4933 4485 56

Tilboð **179.900,-** M18

M18 PP6D-502B
Nett höggborvél, hersluskrúfvél
HD stingsög, HD sverðsög
vinnuljós, 3x5,0Ah rafhl og taska
MW4933 4510 39

Tilboð **36.900,-** M12

M12BDD-402C
Nett bor og skrúfvél
2x4,0Ah rafhlöður
MW 4933 4419 35

Tilboð **49.900,-** M18

M18BPD-402C
Nett höggborvél
Átak: 60Nm 2x4,0Ah rafhlöður
MW 4933 4435 20

Tilboð **99.900,-** M18 FUEL

M18 Set1-503X
M18 CPD höggborvél
3x5,0 Ah. rafhlöður
Átak: **80 Nm.**
MW 4933 4481 15

Tilboð **99.900,-** M18 FUEL

M18CAG125X-502C
125 slípirokkur
2x5,0Ah rafhlöður
MW 4933 4481 90

Tilboð **9.900,-**

AG750-125
Slípirokkur 125mm.
Mótor: 750 W.
Sn/mín: 10.000
MW 4933 4191 80

Tilboð **62.900,-** M12 FUEL

M12CCS44-402C
44mm. hjólsög
2x4,0Ah rafhlöður
MW 4933 4482 35

Tilboð **89.900,-** M18

M18[illegible]-402C
Nett SDS+ borhamar
1,2J 2x4,0Ah rafhlöður
MW 4933 4433 30

Tilboð **105.900,-** M18 FUEL

M18CHIWF12-502C
H: 950Nm
L: 1491Nm
1/2" herslulykill
2x5,0Ah rafhlöður
MW 4933 4481 00

KAUPAUKI

Milwaukee Fleece peysa fylgir öllum Milwaukee settum meðan birgðir eru

KAUPAUKI

Ef verslað er fyrir 250þ fylgir M12 Útvarp að verðmæti kr.24.900.- C12JSR

KAUPAUKI

Ef verslað er fyrir 300þ fylgir M18 Útvarp að verðmæti kr.44.990. C12-28DCR

Milwaukee bíllinn verður með kynningar á Íslandi dagana 26. maí til 16. júní. Fylgstu með hvenær bíllinn verður nálagt þér. Komdu og prófaðu nýjustu tækin.

OPIÐ !!!

Laugardaginn 30. maí klukkan 10.00 til 16.00

Milwaukee

Bíllinn verður staddur sem hér segir:

1. júní	2. júní	3. júní	4. júní	5. júní
Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur	Föstudagur
Vestmannaeyjar Selfoss	Keflavík Grindavík	Síðumúla 11 Reykjavík	Grundartangi Akranes Borgarnes	Stykkishólmur

Síðumúla 11 - 108 Reykjavík
Sími 568-6899
Netfang: vfs@vfs.is
Netsíða: www.vfs.is

6. júní	8. júní	9. júní	10. júní	11. júní	12. júní	15. júní	16. júní
Laugardagur	Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur	Föstudagur	Mánudagur	Þriðjudagur
Tálknafjörður Bíldudalur Patreksfjörðu	Ísafjörður Bolungarvík	Hvammstangi Blönduós Skagaströnd	Sauðárkrókur Siglufjörður	Ólafsfjörður Dalvík	Akureyri	Húsavík Þórshöfn	Vopnafjörður

NOKKUÐ ÞÉTTUR Á NÖGLINNI

TÓNLEIKAR Á GAUKNUM *Heiðar Ingi Svansson leikur á bassa í hljómsveitinni Trúboðarnir. Fyrsta plata hljómsveitarinnar er nýkomin út og útgáfutónleikar fram undan á Gauknum á fimmtudaginn. Fólk spurði Heiðar út í helgarplönin og hljómsveitina.*

Hvernig eru hefðbundnar helgar hjá þér? Það er fátt hefðbundið í mínu lífi enda þrífst ég best þegar mikið er að gera og verkefnin eru sem fjölbreyttust. Oft nota ég helgarnar til að klára ýmislegt sem ég hef ekki komist yfir í vinnuvikunni. Á sunnudagsmorgnum á messutíma fer ég oft á fund til að hitta félaga mína í ónefndum félagsskap og fæ mér kaffi með þeim á eftir. Síðan reyni ég sem oftast að fá í kvöldmat sem flesta úr fjölskyldunni, meðal annars fósturson minn og tengdadóttur, og gef mér tíma til að elda eitthvað gott. Bestu helgarnar eru með mínu fólki, konunni minni, börnum og ekki væri verra ef að ég næði að líka að hitta barnabörnin mín tvö sem búa rétt hjá Flúðum.

Sefurðu út? Sá eiginleiki virðist tekinn frá manni þegar maður er kominn yfir ákveðinn aldur. Annars kann ég mjög vel við að vakna tímanlega um helgar og á oft góðar stundir einn með sjálfum mér áður en aðrir vakna.

Hvað ætlarðu að gera um helgina? Í gærkvöldi var útskriftarveisla heima. Fósturdætur mína, Unnur Blær og Sóley Ylja, voru að útskrifast sem stúdentar frá Kvennó. Ég þyrfti líka að koma tölvupóstinum í vinnunni up to date um helgina. En svo verður líka talið í eina æfingu hjá Trúboðunum í dag eða á morgun. Diskurinn okkar, Óskalög sjúklinga, var að koma út og af því tilefni eru útgáfutónleikar á Gauknum 4. júní. Á sunnudagskvöldið erum við hjónin svo boðin í mat hjá vinafólki.

Hvernig undirbýrðu þig fyrir tónleika? Ég reyni bara að vera vel undirbúinn og kunna lögin það vel að ég geti spilað þau í svefni. En ég reyni líka að vera afslappaður og búa mér til andlegt rými þannig að það séu ekki aðrir utanaðkomandi hlutir að trufla mig.

Hvernig tónlist spila Trúboðar? Meldódískt gruggrokk, eitthvað sem á rætur sínar að rekja til þeirrar tónlistar sem varð til eftir pönkið og hefur stundum verið nefnt grunge eða síðpönk. Pixies eru t.d. fyrirtaks samnefnari fyrir þessa tónlist. Grípandi meldóíur en oft ólgandi undirtónn.

Af hverju Óskalög sjúklinga? Fyrir margt löngu vorum við nokkrir vinir mínir að útskýra fyrir breskum félaga okkar hvernig það var að alast upp á Íslandi í okkar ungdæmi. Ekkert sjónvarp á fimmtudögum og í útvarpinu voru auglýsingar þar sem fólk var hvatt að koma til Hveragerðis og sjá apana. Þá var bara Rás 1 og fáir dagskrárliðir sem spiluðu samtímatónlist. Einn af þeim var þó þátturinn Óskalög sjúklinga sem við þýddum fyrir Bretann sem „The Sick People's Hit List". Þetta fannst okkur mjög fyndin þýðing og ég ákvað að ef að ég myndi einhvern tíma gera plötu þá myndi hún heita Óskalög sjúklinga og ekki síst þar sem það myndi hljóma svo vel fyrir erlendan markað. Það kom því aldrei annað til greina en þetta nafn þegar við ákváðum að gera plötu nema að núna er okkur nákvæmlega sama um erlendan markað.

Svo hefur ástandið í heilbrigðiskerfinu kallað á það að fólk fengi þar eitthvað almennilegt til að hlusta á meðan það bíður eftir aðgerðunum sem alltaf er verið að fresta.

Ertu góður á bassa? Þarna kom nú vel á vondan því að ég hef lengi haft minnimáttarkennd yfir því að vera ekki nógu góður tekniskur bassaleikari. En eftir þessa plötuvinnslu og með góðri hvatningu frá félögum mínum í bandinu er ég mun sáttari við mig í dag. Ætli ég sé ekki bara nokkuð þéttur á nöglinni. Ég syng ekki, er ekki nógu góður til að geta bæði spilað og sungið. Flest lögin sem ég í félagi við vin minn og spilafélaga, Karl Örvarsson. Ég hef einhverja náðargáfu að geta raðað saman hljómum og hef víst, er mér sagt, ákveðið höfundareinkenni í þeim efnum. En ég get ekki samið laglínur, þá tekur Kalli við.

Hvernig kom það til að þú prýðir plötuumslagið? Það er nú tilviljun eins og svo margt annað í mínu lífi. Þetta var sunnudagsmorgni og ég vaknaði snemma, var eitthvað úldinn og fékk mér Cheerios. Tók iPadinn til að spila einhverja tónlist. Fann ekki mín heyrnartól þannig að ég greip bleik heyrnartól dóttur minnar. Fór svo að leita að einhverri mynd í myndasafninu á spjaldtölvunni. Myndavélin var þá stillt öfugt þannig að við mér blasti þessi miðaldra karlmaður með bauga undir augum, ber að ofan með bleik heyrnartól. Mér fannst þetta eitthvað fyndið sitúasjón og setti því þessa mynd á Facebook. Kalli, sem er söngvari í bandinu og líka grafískur hönnuður, greip þetta á lofti og sagði að kovermyndin væri hér með komnin enda ljóst að maðurinn á myndinni væri fárveikur!

Hvað hafa Trúboðarnir starfað lengi? Við höfum starfað saman í sjö ár en með hléum þó. Það er ýmislegt búið að ganga á, einn gítarleikari hætt og annar kominn í staðinn. Svo getur verið flókið að púsla saman fjölskyldulífi, vinnu og ýmsum öðrum skyldum svo löngunin verður að koma innan frá. Tilvísunin í trúboðið er þannig komin að við höfum sömu ástríðu og þörf fyrir að spila í þessu bandi eins og trúboðar sem ganga hús úr húsi. Því má segja að þetta sé ekki val heldur köllun.

TRÚBOÐI Á BASSA „Ég syng ekki, er ekki nógu góður til að geta bæði spilað og sungið," segir Heiðar Ingi Svansson, bassaleikari hljómsveitarinnar Trúboðarnir. Hljómsveitin fagnar útgáfu fyrstu plötunnar á Gauknum á fimmtudaginn. MYND/GVA

Verður plötunni fylgt eftir með tónleikaferðalögum í sumar? Við verðum á Gauknum á fimmtudagskvöldið í næstu viku og erum að plana útgáfutónleika fyrir norðan á Græna hattinum í ágúst. Svo er eitthvað verið að skoða Menningarnótt. En ætli við tökum því ekki frekar rólega í sumar en komum kannski sterkari inn með haustinu.

FERÐAMÁLA SKÓLINN

www.mk.is
Ferðamálaskólinn sími: 594 4020

STARFSTENGT FERÐAFRÆÐINÁM

MENNTASKÓLINN Í KÓPAVOGI
HÓTEL- OG MATVÆLASKÓLINN FERÐAMÁLASKÓLINN LEIÐSÖGUSKÓLINN

Ævintýralegur starfsvettvangur

Langar þig að starfa í ört vaxandi atvinnugrein – eða ertu starfandi í ferðaþjónustu?

Kynntu þér spennandi nám sem býður upp á mörg tækifæri og möguleika

Innritun lýkur 10. júní

natures aid

Ný margverðlaunuð vítamínlína

Sérfræðingar í náttúrulegri heilsu síðan 1981

20% afsláttur til 15. júní

Sýnishorn af línunni:

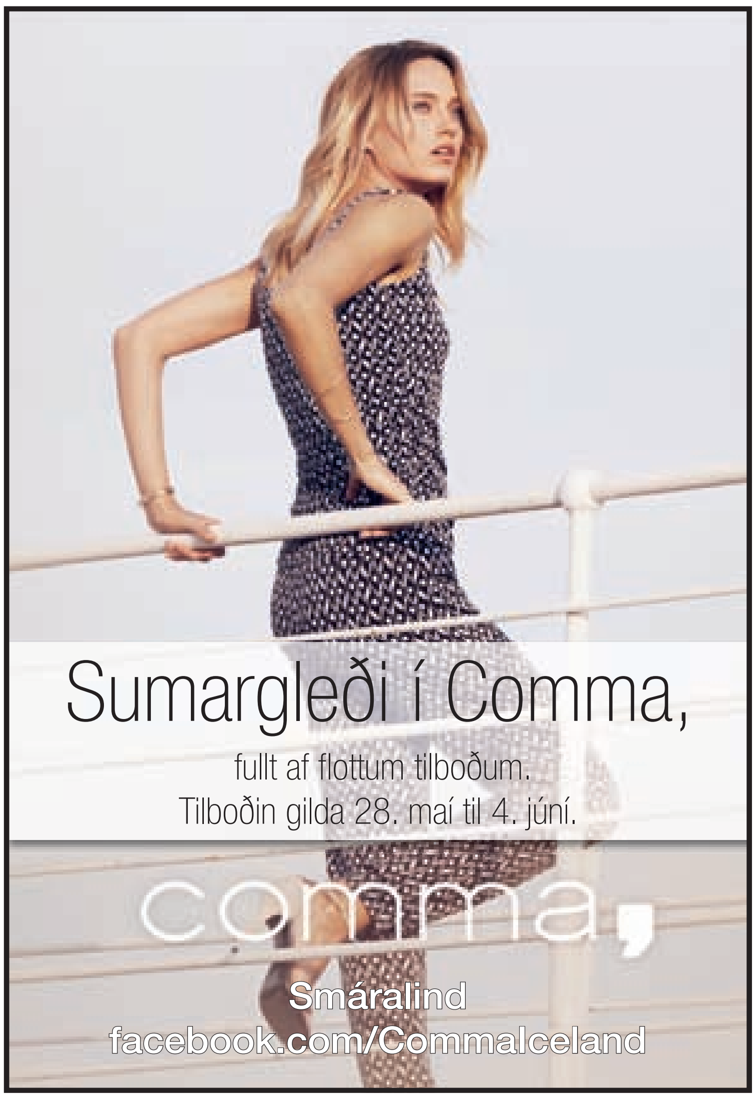
GMP vottuð framleiðsla

Athugið! Hagkvæmnispakkningar í boði - Gott verð - Mikið magn

Apótekarinn - lægra verð

Lyf & heilsa - Við hlustum!

www.gengurvel.is



SPILAÐ Á LOKKINN Berglind María er flautuleikari en mun spila þrjú ný verk á lokkinn á sunnudaginn. MYND/GVA

SÖGULEGUR LOKKUR

LISTAHÁTÍÐ Í REYKJAVÍK *Berglind María Tómasdóttir hefur látið smíða allsérstætt hljóðfæri sem sett er saman úr rokk og langspili. Hún telur líklegt að slíkt hljóðfæri hafi orðið til meðal Íslendinga í Vesturheimi.*

Lokkur er gamalt hljóðfæri en þó nýtt, ríkt af sögu en þó snautt, allt eftir því hvernig á málið er litið. Flautuleikarinn Berglind María Tómasdóttir hefur um nokkurt skeið velt fyrir sér hvernig tónlistariðkun Íslendinga sem tóku sig upp og fluttu til Vesturheims var háttað. Hún hefur komist að þeirri niðurstöðu að lokkurinn, hljóðfæri myndað úr langspili og spunarokk, gæti vel hafa verið raunhæf niðurstaða.

„Ég sé fyrir mér að hljóðfærið hafi orðið til við samruna þessara tveggja verkfæra sem gengu í endurnýjun lífdaga þegar rokkurinn varð óþarfur. Þannig hefur hann fengið nýtt hlutverk sem hluti af hljóðfæri,“ segir Berglind sem telur líklegt að konur hafi spilað á lokkinn líkt og rokkinn áður fyrr.

Berglind ákvað að endurskapa lokkinn eins og hún ímyndar sér að hann hafi verið. „Ég fékk til liðs við mig Auði Alfífu Ketilsdóttur og Jón Marinó Jónsson sem hjálpuðu mér við smíði lokksins,“ segir Berglind og lýsir hvernig lokkurinn virkar. „Rokkurinn hefur sömu virkni og bogi, hjólið sem er fótstigið strýkur strengi langspilsins og framkallað hljóð.“

Hljóðið sem berst úr lokknum er einstakt, þar sem stíga má rokkinn í lengri tíma myndast samfelldur og þéttur hljómur.

TÓNLEIKAR Í SMIÐSHÚSI

Á sunnudaginn mun Berglind spila á lokkinn fyrir gesti Árbæjarsafns. „Ég mun frumflytja nýjar tónsmíðar fyrir lokkinn eftir Karólínu Eiríksdóttur og Þórunni Grétu Sigurðardóttur auk þess sem ég mun spila lítið verk eftir sjálfa mig líka,“ segir Berglind og telur lokkinn frábært hljóðfæri með marga möguleika.

Tónleikarnir eru hluti af dagskrá Listahátíðar í Reykjavík. Berglind mun spila tvenna stutta tónleika í Smiðshúsinu í Árbæjarsafni klukkan 14 og 16 á sunnudaginn. Hún mun endurtaka leikinn sunnudaginn 7. júní. „Smiðshúsið er afar lítið hús neðarlega í Árbæjarsafni. Fólk borgar sig bara inn á safnið til að komast á tónleikana en fyrsti dagur sumaropnunar safnsins verður einmitt á sunnudaginn,“ segir Berglind. Í allt sumar verður síðan sýning á hljóðfærinu og ýmsu myndefni sem tengist því í Smiðshúsinu.

TÓNLEIKAR

Tónleikarnir verða klukkan 14 og 16 sunnudagana 31. maí og 7. júní. Sýning á lokknum og myndefni sem tengist honum verður í Árbæjarsafni út sumarið.

Skápur, grár, Verð áður 345.000 kr. – Nú 276.000 kr.

Skenkur, svartur, Verð áður 245.000 kr. – Nú 196.000 kr.

HAMEFA SKÁPARNIR - NÝ SENDING

Sjónvarpsskenkur, svartur, Verð áður 145.000 kr. – Nú 116.000 kr.

Skápur, hvítur,
Verð áður 195.000 kr. – Nú 156.000 kr.

Skápur, hvítur, Verð áður 465.000 kr. – Nú 372.000 kr.

Skápur, svartur, Verð áður 245.000 kr. – Nú 196.000 kr.

habitat SÍÐAN 1964

TEKK COMPANY

TEKK COMPANY OG HABITAT | Kauptúni | Sími 564 4400 | Opið mánudaga til laugardaga kl. 11-18 og sunnudaga kl. 13 -18 | Vefverslun á www.tekk.is

TRUKKAVEISLA Yfir 80 tæki verða til sýnis í dag á stórsýningunni Trukkar og tæki. Ókeypis er inn á sýninguna sem er ætluð bæði fagfólki og fjölskyldufólki. MYNDIR/ELVA HRÖNN

ÆVINTÝRAHEIMUR TRUKKANNA

TRUKKAR *Stærsta trukkasýning landsins er haldin í dag á bílaplaninu fyrir ofan Smáralind. Mörg svakaleg tæki verða sýnd og yngsta kynslóðin má setjast undir stýri. Síðasta sýning var umtöluð og ætla skipuleggjendur sýningarinnar að toppa hana í ár.*

Stórsýningin Trukkar og tæki hefst í dag á planinu fyrir ofan verslunarmiðstöðina Smáralind. Um er að ræða stærstu trukkasýningu landsins en þar má skoða úrval af trukkum, rútum og stórvirkum vinnuvélum á borð við gröfur og krana auk ýmissa annarra tækja og tóla. Ókeypis er inn á sýninguna sem er stíluð inn á alla fjölskylduna og ekki síður börn, enda hafa þau gaman af stórum trukkum og gröfum að sögn Harðar Aðils Vilhelmssonar, eins skipuleggjenda sýningarinnar. „Þessi stóru tæki hafa yfir sér ævintýrablæ og börnum þykir sérstaklega spennandi að skoða þau. Allt í allt verða þetta yfir 80 tæki sem verða til sýnis og eflaust munu upprennandi trukkarar setjast undir stýri í fyrsta sinn í dag og skoða herlegheitin.“

Fyrsta sýningin var haldin árið 2008 en auk Harðar komu Ólafur Þór Þórðarson og Gestur Reynisson að henni. „Þar tókst okkur að smala saman um 40 bílum, krönum og einni gröfu. Sýningin fékk góða aðsókn og ári síðar vildum við gera enn betur. Þá fengum við Halldór Jónsson, betur þekktan sem Dóra tjakk, í lið með okkur en hann er mikill reynslubolti. Úr varð stærsta sýning sinnar tegundar sem haldin hefur verið hérlendis. Þar sýndum við meðal annars stóran krana sem hífði fólk upp með körfu í 60 metra hæð. Þessi sýning toppaði allt saman enda er fólk enn að tala um hana mörgum árum síðar.“

Sex ára hlé varð á sýningunni sökum lítillar endurnýjunar á trukkum hér á landi að sögn Harðar en í vor var ákveðið að setja upp nýja sýningu og auðvitað átti að gera betur en síðast. „Gestur hætti eftir sýninguna 2009 og í ár fengum við öflugan mann, Finn Lúðvíksson, í lið með okkur. Á sýningunni í dag verður boðið upp á flottustu og verklegustu trukkana, glæsilegustu rúturnar, björgunartrukka, bæði stórar og smáar gröfur og loks stóra krana. Sýningin er sem fyrr stíluð inn á alla, bæði fagmenn og fjölskyldur.“

Trukkarar landsins halda vel hópinn enda hálfgerður sértrúarsöfnuður að sögn Harðar. „Við hittumst oft og þar sem hver og einn dýrkar sína tegund skapast oft fjörugar umræður þegar menn eru að skjóta hver á annan. En í þessari stétt eru allir vinir og tilbúnir að hjálpa hver öðrum. Í kvöld verður líka sérstakt Trukkakvöld á SPOT í Kópavogi þar sem við ætlum allir að hittast og eiga gott kvöld saman undir fjörugum tónum Hvanndalsbræðra.“

Sýningin stendur yfir milli kl. 12 og 17 og ókeypis er inn. Nánari upplýsingar má finna á Facebook undir Trukkar og Tæki.

GAMLIR TÍMAR
Eldri trukkar og bílar verða til sýnis.

MK
MENNTASKÓLINN Í KÓPAVOGI

MATSVEINN – MATARTÆKNIR

MENNTASKÓLINN Í KÓPAVOGI
HÓTEL- OG MATVÆLASKÓLINN FERÐAMÁLASKÓLINN LEIÐSÖGUSKÓLINN

HEILSA OG MATUR

Matsveina- og matartæknanám er fyrir þá sem starfa eða vilja starfa á fiski- og flutningaskipum, mötuneytum vinnustaða, heilbrigðis- og menntastofnunum

Innritun er til 10. júní

www.MK.IS
Upplýsingar hjá Baldri Sæmundssyni í síma 594 4000 eða á baldur.saemundsson@mk.is

SÖLUFULLTRÚAR
Viðar Ingi Pétursson vip@365.is 512 5426
Hrannar Helgason hrannar@365.is 512 5441

Allar atvinnuauglýsingar vikunnar á visir.is

Öflugir forritarar - spennandi tækifæri

- Java hugbúnaðarþróun - Spring/Hibernate
- .NET hugbúnaðarþróun

Við leitum að hugbúnaðarsérfræðingum sem eru í hópi þeirra bestu.

Sjá nánari upplýsingar á www.intellecta.is

intellecta
Ráðgjöf • Ráðningar • Rannsóknir

www.intellecta.is

Verkefnastjóri

Öflugt fyrirtæki í fjölbreyttri framleiðslu á höfuðborgarsvæðinu óskar eftir að ráða til sín úrræðagóðan verkefnastjóra í framleiðsludeild. Æskilegt er að viðkomandi geti hafið störf sem fyrst.

Starfssvið:
- Umsjón með framleiðslu, pöntunum og verðútreikningum
- Samskipti við birgja
- Áætlanagerð og eftirfylgni
- Skipulagning verkefna
- Verkefnavinna í Navision og Excel

Menntunar - og hæfniskröfur:
- Reynsla af verkefnastjórnun er skilyrði
- Hæfni til að skilja rekstur og metnaður til að ná árangri
- Ögun í vinnubrögðum
- Lipurð í mannlegum samskiptum
- Góð íslensku- og enskukunnátta skilyrði
- Þekking á Illustrator kostur

Umsóknarfrestur er til og með 7. júní nk.
Umsækjendur eru vinsamlegast beðnir að sækja um starfið á heimasíðu Capacent, www.capacent.is.

Umsókn um starfið þarf að fylgja ítarleg starfsferilsskrá og kynningarbréf þar sem gerð er grein fyrir ástæðu umsóknar og rökstuðningur fyrir hæfni viðkomandi í starfið. Nánari upplýsingar veita Katrín Ólöf Egilsdóttir (katrin.egilsdottir@capacent.is) og Jóna Björk Sigurjónsdóttir (jona.sigurjonsdottir@capacent.is) hjá Capacent ráðningum.

capacent

Lögfræðingur

GILDI lífeyrissjóður

Gildi-lífeyrissjóður óskar eftir að ráða lögfræðing til að sinna fjölbreyttum og krefjandi lögfræðistörfum hjá sjóðnum.
Um nýtt starf er að ræða sem heyrir undir framkvæmdastjóra sjóðsins.

Starfssvið:
Lögfræðistörf sem lúta að öllum þáttum í starfsemi sjóðsins, einkum á sviði eignastýringar. Meðal verkefna á því sviði eru skjala- og samningagerð, álitsgerðir, skýrslugerðir og samskipti við eftirlitsaðila. Undir starfið heyra einnig ýmis verkefni tengd lífeyrisréttindum og lánveitingum til sjóðfélaga auk annarra tilfallandi verkefna. Starfsmaðurinn mun jafnframt sinna regluvörslu innan sjóðsins.

Menntunar - og hæfniskröfur:
- Meistarapróf eða embættispróf í lögfræði, málflutningsréttindi eru kostur
- Reynsla af störfum á fjármálamarkaði
- Góð færni í íslensku og ensku
- Nákvæm og öguð vinnubrögð
- Jákvætt viðmót og hæfni í samskiptum
- Frumkvæði og metnaður til að ná árangri í starfi

Gildi-lífeyrissjóður er þriðji stærsti lífeyrissjóður landsins og nema eignir hans rúmlega 420 milljörðum króna. Sjóðurinn rekur bæði samtryggingar- og séreignardeild. Á árinu 2014 greiddu um 4.400 launagreiðendur iðgjöld til sjóðsins fyrir 41.500 sjóðfélaga og rúmlega 18.000 einstaklingar fengu greiddan lífeyri frá sjóðnum. Samtals eiga um 195.000 einstaklingar réttindi hjá Gildi.

Umsóknarfrestur er til og með 10. júní nk.
Umsækjendur eru vinsamlegast beðnir að sækja um starfið á heimasíðu Capacent, www.capacent.is.

Umsókn um starfið þarf að fylgja ítarleg starfsferilsskrá og kynningarbréf þar sem gerð er grein fyrir ástæðu umsóknar og rökstuðningur fyrir hæfni viðkomandi í starfið. Nánari upplýsingar veita Auður Bjarnadóttir (audur.bjarnadottir@capacent.is) og Jóna Björk Sigurjónsdóttir (jona.sigurjonsdottir@capacent.is) hjá Capacent ráðningum.

capacent

GT VERK ÓSKAR EFTIR

Meira prófs bílstjóra á dráttarbíla

Vélamönnum

Áhugasamir sendið umsókn með ferilskrá á gtv@gtv.is

Rauðhellu 1 - 221 Hafnarfjörður - Sími 580 16 00 Fax 580 16 01
gtv@gtv.is - www.gtv.is

Starfsfólk óskast!

Ullarkistan leitar að starfsfólki í verslun okkar á Laugavegi.
Jákvæðni, rík þjónustulund, stundvísi, snyrtileiki, reykleysi og heiðarleiki.
Eiga þessi atriði vel við þig?
Ef svo er gætir þú verið sú/sá sem við erum að leita að!

Um er að ræða 70-100% vinnu, virka daga og aðra hvora helgi.

Umsókn ásamt ferilskrá og mynd sendist á: halldora@ullarkistan.is fyrir 6.júní.

Ullarkistan
Laugavegi 25, 101 Reykjavík www.ullarkistan.is

Bakari

Bakarameistarinn

Við hjá Bakarameistarnum Suðurveri leitum að jákvæðum og metnaðarfullum bakara með mikinn áhuga á faginu, ríka þjónustulund, stundvísi, og snyrtimennsku til að ganga til liðs við okkur. Við leitum að bakara í fullt starf.
Hjá Bakarameistaranum starfa nú um 140 samheltnir starfsmenn við framleiðslu og þjónustu í þeim sex verslunum sem fyrirtækið rekur.
Bakarameistarinn ehf. er staðsettur í Suðurveri, Mjóddinni, Glæsibæ, Húsgagnahöllinni, Smáratorgi og Austurveri.

Sért þú þeim kostum gæddur er við leitum að, hvetjum við þig til að leggja inn umsókn.
Umsóknareyðublöð er að finna á heimasíðu Bakarameistararans www.bakarameistarinn.is og nánari upplýsingar um starfið fást hjá framleiðslustjóra Bakarameistarans ottar@bakarameistarinn.is

---

Læknamóttökuritari

59% staða sem krefst mögulega hærra vinnuhlutfalls án fyrirvara í undantekningartilfellum. Nauðsynlegt er að viðkomandi reyki ekki, sé sjálfstæður, vanur tölvuvinnu, kassauppgjörsvinnu og helst bókhaldi. Ferill sem greinir menntun, starfsreynslu og fjarvistir í tímaröð ásamt upplýsingum um tölvureynslu, uppgjörs- og/eða bókhaldsvinnu, persónu- og fjölskylduhagi, launakröfur, hvers vegna hlutastarf henti auk valupplýsinga eins og um veikindi og meðmælendur óskast strax á starfsumsokn@gmail.com.

Ert þú **viðmótssnillingur?**

Móberg leitar að **viðmótssérfræðingi (UX / UI)** í öflugan hóp snillinga í markaðsdeildina ásamt því að vinna á móti forriturum og hönnuðum. Frábært tækifæri fyrir hæfan einstakling sem vill starfa á skemmtilegum og líflegum vinnustað.

Þú þarft að:

- Vera sérfræðingur í hönnun notendaviðmóta
- Búa yfir þekking á hugbúnaðarþróun
- Hæfni til að setja þig inn í verkefni notenda og skilja þarfir þeirra
- Hafa auga fyrir vef- og upplýsingahönnun
- Þekkja inn á HTML, XML og CSS
- Búa yfir jákvæðni og drifkrafti
- Hafa skipulagshæfni, öguð vinnubrögð og samskiptalipurð

Áhugasamir sendið ferilskrá á netfangið skorri@moberg.is

MÓBERG

PIPAR\TBWA • SÍA • 152636

Forstöðumaður íbúðakjarna fyrir fatlað fólk

Velferðarsvið Kópavogsbæjar opnar nýjan íbúðakjarna fyrir fatlað fólk og leitar að hæfum og kraftmiklum einstaklingi til að sjá um að skipuleggja og leiða starfsemina.

Helstu verkefni og ábyrgð
- Stýrir uppbyggingu kjarnans og mótun starfsemi hans frá upphafi.
- Ber ábyrgð á rekstri heimilisins í samræmi við fjárhagsáætlun.
- Stýrir faglegu starfi og þróar innra starf í samræmi við stefnu bæjarins.
- Sér um starfsmannamál og skipulag vakta.
- Vinnur að gerð þjónustuáætlana og annast samskipti við aðstandendur og aðra aðila um málefni íbúanna.

Menntunar- og hæfniskröfur
- Háskólamenntun á sviði þroskaþjálfa eða mennta- og félagsvísinda.
- Reynsla af starfsmannahaldi og stjórnun er æskileg.
- Gerð er krafa um reynslu af starfi með fötluðu fólki.
- Góð hæfni í mannlegum samskiptum, ábyrgðarkennd og frumkvæði.

Umsóknarfrestur er til og með 5. júní 2015.
Nánari upplýsingar er að finna á vef Kópavogsbæjar og hjá Guðlaugu Ósk Gísladóttur, gudlaugo@kopavogur.is.
Karlar jafnt sem konur eru hvattir til að sækja um starfið.
Eingöngu er hægt að sækja um starfið rafrænt á vef Kópavogsbæjar, www.kopavogur.is.

Kópavogsbær
kopavogur.is

Spennandi störf hjá Fjarðabyggð

Fjölskyldusvið

Skólastjóri við leikskólann Lyngholt
Skólastjórar við Skólamiðstöð Suðurfjarða, þ.e. leikskólann Kærabæ og Grunnskóla Fáskrúðsfjarðar

Leitað er að kraftmiklum og lausnamiðuðum leiðtogum fyrir þróttmikið skólastarf og öfluga uppbyggingu skólasamfélagsins í Fjarðabyggð.

Upplýsingar um störfin og eyðublöð eru á fjardabyggd.is/laus störf, leikskolinn.is/lyngholt, leikskolinn.is/kaerib og fask.is.

Nánari upplýsingar veitir Þóroddur Helgason, fræðslustjóri í síma 860 8331 eða á thoroddur.helgason@fjardabyggd.is.

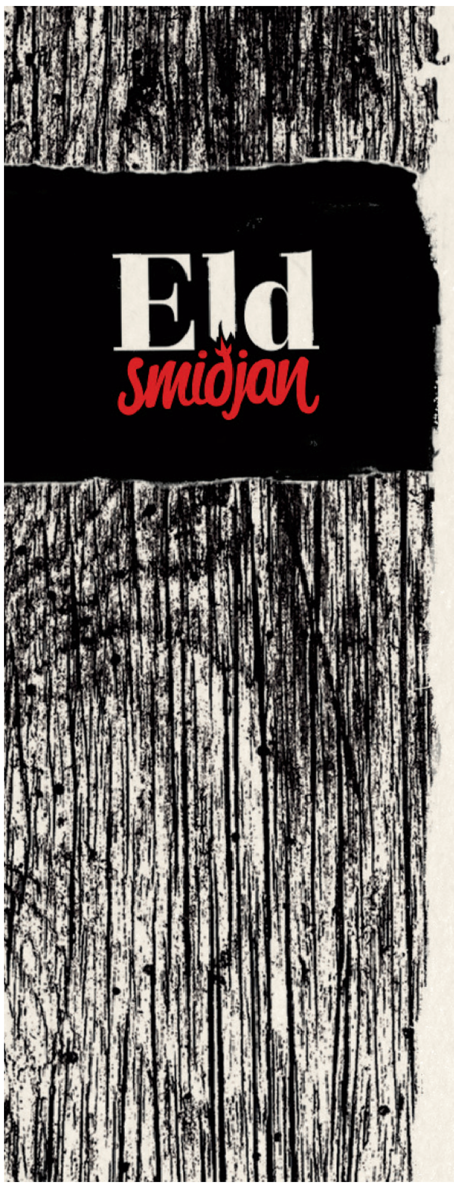
Umsóknarfrestur er til 8. júní.

Fjarðabyggð er fjölmennasta sveitarfélag Austurlands með um 4.700 íbúa. Hjá sveitarfélaginu starfa liðlega 450 manns, þar af rúmur helmingur hjá leik- og grunnskólum. Í skólum Fjarðabyggðar ríkir góður starfsandi og er samstarf gott á milli þeirra og annarra mennta- og fræðslustofnana í sveitarfélaginu. Bæjar- og byggðakjarnar í Fjarðabyggð eru Brekkuþorp í Mjóafirði, Neskaupstaður í Norðfirði, Eskifjörður, Reyðarfjörður, Fáskrúðsfjörður og Stöðvarfjörður.

FJARÐABYGGÐ
fjardabyggd.is

Capacent Ráðningar

capacent



VILT ÞÚ VERÐA ELDSMIÐUR?

Við viljum ráða dugmikinn vaktstjóra til starfa á Eldsmiðjunni. Þarf að búa yfir eldmóði, hafa gott vald á íslensku — og helst ensku. Reynsla af bakstri er æskileg. Um er að ræða 100% starf, en unnið er 15 daga á mánuði á föstum vöktum.

Ef þú hefur gaman af fólki og góðum mat, ert eldri en 20 ára og vilt vinna hjá traustu og skemmtilegu fyrirtæki með einstakan starfsanda, hikaðu þá ekki við að sækja um.

Sæktu um hér:
atvinna@foodco.is — umsokn.foodco.is

Átt þú heima hjá Nova?

Sæktu um fyrir 2.júní

SÖLU- OG ÞJÓNUSTURÁÐGJAFAR Í VERSLUN OG ÞJÓNUSTUVER

Við leitum að framúrskarandi skemmtilegum liðsfélögum til að stíga dansinn með okkur í verslunum og þjónustuveri Nova. Þetta er sannkallað draumastarf fyrir þá sem vilja umgangast glás af lífsglöðu fólki og hafa nóg að gera.

Lífsgleði, metnaður og keppnisskap eru eiginleikar sem skipta máli. Auk mikilla söluhæfileika, þjónustulundar og góðrar tölvukunnáttu. Áhugi á snjallsímum og öllu dótinu sem við erum að selja er að sjálfsögðu bráðnauðsynlegur!

Um er að ræða fullt starf til framtíðar. Rífandi góðir tekjumöguleikar því laun eru árangurstengd. Unnið er á vöktum og þurfa umsækjendur að geta hafið störf sem allra fyrst. Stúdentspróf eða sambærileg menntun er skilyrði.

Áhugasamir sæki um á nova.is fyrir 2.júní
Allar nánari upplýsingar veitir Eva Ýr Gunnlaugsdóttir, evag@nova.is.

MARKAÐSFYRIRTÆKI ÁRSINS 2014 | VR FYRIRMYNDAR FYRIRTÆKI 2014 | ÍSLENSKA ÁNÆGJUVOGIN

Stærsti skemmtistaður í heimi!
NOVA

SEÐLABANKI ÍSLANDS

Seðlabanki Íslands er sjálfstæð stofnun í eigu íslenska ríkisins en lýtur sérstakri stjórn. Seðlabankinn fer með stjórn peningamála á Íslandi og er meginmarkmið hennar stöðugleiki í verðlagsmálum. Seðlabankinn skal ennfremur sinna viðfangsefnum sem samrýmast hlutverki hans sem seðlabanka, svo sem að varðveita gjaldeyrisvarasjóð og stuðla að virku og öruggu fjármálakerfi, þ.m.t. greiðslukerfi í landinu og við útlönd.

Laust starf hjá Seðlabanka Íslands

Sérfræðingur á fjármálastöðugleikasvið: Þjóðhagsvarúð

Seðlabanki Íslands óskar eftir að ráða sérfræðing á sviði fjármálastöðugleika: Þjóðhagsvarúð. Um er að ræða 100% starfshlutfall með starfsstöð í Reykjavík.

Eitt meginhlutverka Seðlabanka Íslands er að stuðla að stöðugu, öruggu og virku fjármálakerfi. Fjármálastöðugleikasvið fylgist með þróun fjármálakerfisins bæði hér á landi og erlendis, styrk þess og skilvirkni og áhrifum efnahagslegra þátta á kerfið í heild sinni. Fjármálastöðugleikasvið rannsakar og greinir reglulega áhættur sem raskað gætu stöðugleika íslenska fjármálakerfisins, með það að markmiði að koma auga á veikleika sem gætu leitt til alvarlegra áfalla.

Helstu verkefni:
- Rannsóknir á sviði fjármálafræði og þjóðhagsvarúðar.
- Þróun á greiningaraðferðum og mælikvörðum til að greina og meta kerfisáhættu.
- Nýta líkön til að rannsaka virkni stýritækja sem nýta má til að bregðast við kerfisáhættu.
- Rannsóknir á samspili þjóðhagsvarúðar og eindarvarúðar.
- Skrif í rit bankans, sér í lagi ritið *Fjármálastöðugleiki*.
- Tilfallandi verkefni, umsagnir og ráðgjöf á ábyrgðasviðum fjármálastöðugleika.

Hæfniskröfur:
- Áskilið er a.m.k. meistarapróf í hagfræði, verkfræði, tölfræði eða öðrum sambærilegum greinum.
- Þekking á fjármálafræðum.
- Gott vald á tölfræði og líkanagerð.
- Gott vald á mæltu og rituðu máli.
- Gott vald á upplýsingatækni og gagnavinnslu.
- Góðir samskiptahæfileikar og vilji til hópvinnu.

Upplýsingar um starfið veitir Sigríður Benediktsdóttir, framkvæmdastjóri fjármálastöðugleika í síma 569-9600.

Sótt skal um starfið á heimasíðu Seðlabanka Íslands, www.sedlabanki.is, í síðasta lagi mánudaginn 15. júní næstkomandi. Við ráðningar í störf hjá Seðlabanka Íslands er tekið mið af jafnréttisstefnu og jafnréttisáætlun bankans. Umsóknir gilda í sex mánuði. Öllum umsóknum verður svarað þegar ákvörðun um ráðningu hefur verið tekin.

ÁLTAK

Áltak ehf. Doka Mótaleiga

Óskum eftir að ráða duglegan og kraftmikinn starfsmann á mótaleigu okkar.

Starfið felst í afgreiðslu Steypumóta og fylgihluta, yfirferð, þrifum og viðhaldi
steypumóta auk tilfallandi verkefna.

Hæfniskröfur:
- Rík þjónustulund
- Öguð og vönduð vinnubrögð
- Sjálfstæði í starfi
- Stundvísi
- Hreint sakavottorð
- Góð líkamleg heilsa
- Reynsla af steypumótum kostur
- Lágmarksaldur 22 ára.

Áhugasamir sendið inn umsóknir eða hafið samband við gummi@altak.is **fyrir 5. júní.**

Sterk tengsl í íslensku atvinnulífi
www.hagvangur.is
HAGVANGUR
SKÓGARHLÍÐ 12 105 REYKJAVÍK SÍMI 520 4700
www.hagvangur.is

Markaðsfulltrúi

Framsækið þjónustufyrirtæki óskar eftir að ráða jákvæðan og drífandi aðila í starf markaðsfulltrúa á markaðssviði.

Ábyrgð og verkefni
- Markaðssetning vörumerkja fyrirtækisins í samstarfi við markaðsstjóra
- Samskipti og upplýsingagjöf til birgja
- Skýrslugerð
- Skipulaging sýninga og viðburða
- Stafræn markaðssetning
- Önnur tilfallandi verkefni á markaðssviði

Hæfniskröfur
- Háskólamenntun eða önnur menntun sem nýtist í starfi
- Reynsla af markaðsmálum er kostur
- Mjög góð ensku- og íslenskukunnátta er skilyrði
- Færni í notkun Excel og góð almenn tölvukunnátta
- Færni í að tjá sig í ræðu og riti
- Sjálfstæð vinnubrögð, frumkvæði og áreiðanleiki
- Hæfni í mannlegum samskiptum

Viðkomandi þarf að geta hafið störf sem fyrst.

Upplýsingar veitir:
Kristín Guðmundsdóttir
kristin@hagvangur.is

Umsóknir óskast fylltar út á hagvangur.is

Umsóknarfrestur er til og með 8. júní nk.

HAGVANGUR
SKÓGARHLÍÐ 12 105 REYKJAVÍK SÍMI 520 4700
www.hagvangur.is

ASKJA

Askja er framsækið þjónustufyrirtæki sem sérhæfir sig í sölu og þjónustu á Mercedes-Benz og Kia bifreiðum.

Umsjónarmaður söluskoðana

Bílaumboðið Askja óskar eftir að ráða öflugan einstakling með góða þekkingu á bílum í starf umsjónarmanns söluskoðana. Vinnutími er alla virka daga frá kl. 8.00 – 17.00.
Viðkomandi þarf að geta hafið störf sem fyrst.

Ábyrgð og verkefni
- Framkvæmd söluskoðana
- Miðlun þekkingar til starfsfélaga
- Starfa eftir öryggisreglum Öskju og gæðakröfum framleiðenda

Hæfniskröfur
- Haldbær reynsla af störfum bifvélavirkja
- Gilt bílpróf
- Öguð, snögg og nákvæm vinnubrögð
- Frumkvæði og sjálfstæði í starfi
- Góð og fagleg framkoma, snyrtimennska og stundvísi
- Almenn tölvukunnátta
- Enskukunnátta

Upplýsingar veitir:
Kristín Guðmundsdóttir
kristin@hagvangur.is

Umsóknir óskast fylltar út á hagvangur.is

Umsóknarfrestur er til og með 8. júní nk.

HAGVANGUR
SKÓGARHLÍÐ 12 105 REYKJAVÍK SÍMI 520 4700
www.hagvangur.is

Accountant

Actavis á Íslandi leitar að öflugum og reynslumiklum starfsmanni í bókhald. Starfið tilheyrir fjármálasviði Actavis PTC, en sú eining starfar á alþjóðamarkaði við rannsóknir, þróun og sölu í lyfjaiðnaði og sinnir margþættri þjónustustarfsemi tengdri samstæðunni allri innanlands sem utan. Starfið felur í sér utanumhald við innkaupa- og lánadrottnabókhald fyrirtækisins og þarf viðkomandi að geta hafið störf sem fyrst.

Helstu verkefni:

- Yfirumsjón með verkferli og bókunum innkaupapantana
- Samskipti við innkaupasvið samstæðunnar (Global Procurement)
- Samskipti við innlenda og erlenda stjórnendur samstæðunnar
- Skýrslugerð, áætlanir og eftirlit
- Afstemmingar innlendra og erlendra lánadrottna
- Önnur tilfallandi verkefni

Við leitum að einstaklingi

- með menntun sem nýtist í starfi, s.s. á sviði viðskipta eða sambærilegt
- með mjög góða þekkingu og reynslu af bókhaldi (skilyrði)
- með þekkingu á SAP (kostur)
- með góða þekkingu á Excel
- með mjög gott vald á ensku, talaðri og ritaðri
- sem býr yfir hæfni í mannlegum samskiptum og er góður í hópi
- sem sýnir frumkvæði og sjálfstæði í vinnubrögðum
- sem er skipulagður og lausnamiðaður

Kíkið á fleiri laus störf á www.actavis.is

Umsóknir óskast fylltar út á **www.actavis.is**, undir Störf í boði.
Umsóknarfrestur er til og með 7. júní nk.

Einungis er tekið á móti umsóknum á heimasíðu Actavis.
Nánari upplýsingar um starfið veitir Jenný Sif Steingrímsdóttir, jsteingrimsdottir@actavis.is.

Actavis
www.actavis.is

15-1243 - HVÍTA HÚSIÐ / SÍA

Ertu **brautryðjandi?**

Isavia leitar að kraftmiklum flugvallarstarfsmönnum í öflugan hóp starfsmanna Akureyrarflugvallar

Meðal helstu verkefna eru björgunar- og slökkviþjónusta ásamt eftirliti og viðhaldi flugbrauta, tækjabúnaðar og flugvallarmannvirkja. Umsjón með snjóruðningi og hálkuvörnum er einnig stór hluti starfsins.

Upplýsingar um starfið veitir Hjördís Þórhallsdóttir umdæmisstjóri, **860 5634 – hjordis.thorhallsdottir@isavia.is.**

Hæfniskröfur:

- Meirapróf er skilyrði.
- Reynsla af snjóruðningi og hálkuvörnum er æskileg.
- Reynsla af slökkvistörfum er kostur.
- Iðnmenntun (bifvélavirki/vélvirki eða önnur iðnmenntun) sem nýtist í starfi er kostur.
- Góð tök á íslenskri og enskri tungu, ásamt grunn tölvukunnáttu
- Gerðar eru kröfur til líkamlegs atgervis og umsækjandi þarf að standast bakgrunnsskoðun hjá Ríkislögreglustjóra.

Umsóknum skal skilað inn á rafrænu formi á **www.isavia/atvinna** Umsóknarfrestur er **til og með 9. júní 2015**

Gildi Isavia eru öryggi, þjónusta og samvinna

Hjá Isavia og dótturfélögum starfa um 940 manns. Helstu verkefni fyrirtækisins eru umsjón með uppbyggingu og rekstri flugvalla og að veita flugleiðsöguþjónustu fyrir innanlandsflug jafnt sem millilandaflug auk yfirflugsþjónustu fyrir Norður-Atlantshafið. Isavia leggur áherslu á jafnan rétt karla og kvenna til starfa.

ISAVIA

GRUNNSKÓLINN Í HVERAGERÐI HVERAGERÐISBÆR

Bókasafnsfræðingur eða skólasafnskennari

Við Grunnskólann í Hveragerði vantar starfskraft til að halda utan um starfsemi bókasafnsins okkar. Við óskum eftir að ráða bókasafnsfræðing eða skólasafnskennara í a.m.k. 70% stöðu. Æskilegt er að viðkomandi hafi reynslu af störfum á skólasafni.

Æskilegt er að viðkomandi geti hafið störf 1. ágúst nk.

Starfsmaður Frístundaskóla

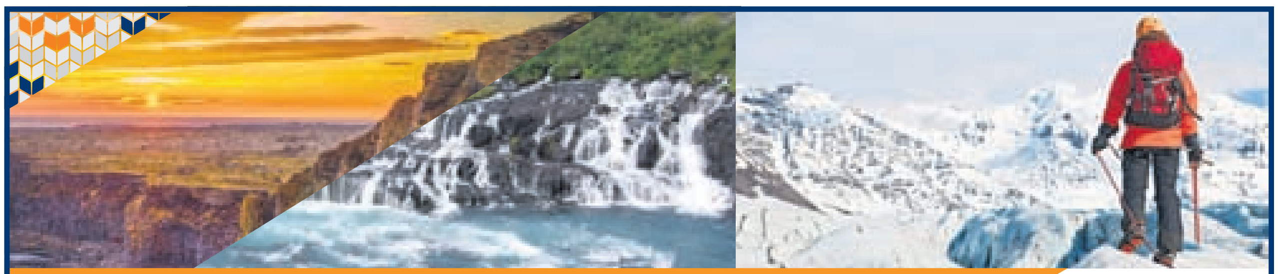
Einnig vantar okkur uppeldismenntaðan aðila í 100% stöðu til að halda utan um daglegt starf Frístundaskólans, starfsmannahald og foreldrasamskipti. Auk starfsins með börnunum sæi viðkomandi um innkaup, eftirlit með leikföngum og búnaði og bæri ábyrgð á skipulagi starfseminnar.

Viðkomandi þarf að geta hafið störf 15. ágúst nk.

Í báðum tilvikum leitum við að ábyrgum og skipulögðum einstaklingi sem sýnir metnað í starfi og er lipur í samskiptum við börn og fullorðna. **Umsóknarfrestur er til 15. júní**

Nánari upplýsingar veitir Fanney Ásgeirsdóttir, skólastjóri, gegnum netfangið fanney@hveragerdi.is og í síma 660 – 3912.

Skólastjóri



Viltu vinna í ferðaþjónustu?

Gray Line
Your Iceland Tour Expert

Gray Line Iceland leitar að drífandi einstaklingum sem búa yfir mikilli þjónustulund. Við bjóðum upp á lifandi, krefjandi og skemmtilegt starfsumhverfi.

Verkstæði

Gray Line Iceland óskar eftir bifvélavirkja eða manni vönum viðgerðum hópbifreiða

Í boði er:
- 100% starf
- Mjög góð vinnuaðstaða

Menntunar- og hæfniskröfur:
- Meirapróf kostur
- Þjónustulund og sveigjanleiki

Starfsmenn á starfsstöð í Hafnarstræti og Holtagörðum

Gray Line Iceland óskar eftir starfsmönnum í okkar í öfluga starfsmannahóp

Í boði er:
- 100% starf
- Framtíðarstarf/Sumarstarf
- Unnið er á 12 klst. vöktum
- Skemmtilegt og krefjandi starf

Menntunar- og hæfniskröfur:
- Góð enskukunnátta
- Önnur tungumálakunnátta kostur
- Góð þekking á Íslandi

Helstu verkefni:
- Upplýsingagjöf til ferðamanna
- Sala ferða og bókanir ferða
- Farþegaafgreiðsla
- Önnur tilfallandi störf

Gray Line Iceland
Gæði - Öryggi Þjónusta

grayline.is

Umsóknir berist til: Elínar Hlífar Helgadóttur, mannauðsstjóra, elin@grayline.is.
Umsóknarfrestur er til og með 5. júní 2015.

Gray Line Iceland er leiðandi íslenskt ferðaþjónustufyrirtæki í örum vexti. Fyrirtækið er handhafi viðskiptasérleyfis Gray Line Worldwide sem er stærsta skoðunarferðafyrirtæki í heimi. Félagið er ferðaskipuleggjandi, ferðaskrifstofa og hópferðafyrirtæki með starfsemi einkum í skipulögðum dagsferðum með yfir 60 áfangastaði víðs vegar um Ísland. Gray Line á Íslandi á einn yngsta rútubílaflota landsins, 65 hópferðabíla sem taka frá 9 til 71 farþega. Félagið flutti rúmlega 510 þúsund ferðamenn árið 2014 í eigin ferðum. Fyrirtækið kappkostar að veita góða og persónulega þjónustu við ferðamenn á Íslandi.

Leikskólastjóra vantar á Djúpavog

Djúpavogsskóli, sem er sameinaður grunn-, leik- og tónskóli á Djúpavogi, auglýsir stöðu leikskólastjóra við Leikskólann Bjarkatún. Leikskólastjóri stýrir öllu daglegu starfi í leikskólanum, sér um áætlanagerð, skýrslugerðir, samskipti við aðila leikskólasamfélagsins, starfsmannahald, gerð fjárhagsáætlunar o.fl. Hann starfar í nánu samstarfi við skólastjóra Djúpavogsskóla sem er hans yfirmaður.

Launakjör eru skv. kjarasamningum KÍ og Sambands íslenskra sveitarfélaga.

Umsóknarfrestur er til 12. júní 2015 og skulu umsóknir berast á netfangið **skolastjori@djupivogur.is.**

Umsóknareyðublöð má finna á heimsíðu leikskólans. Viðkomandi þarf að geta hafið störf **1. ágúst 2015.**

Á Djúpavogi búa um 450 manns. Í leikskólanum eru nú 40 börn en verða 30-35 næsta skólaár. Það er gott að búa á Djúpavogi og er mikið af ungu fólki á staðnum sem hefur valið að koma aftur heim eftir nám og taka þátt í jákvæðri uppbyggingu staðarins sem hefur átt sér stað sl. ár. Gott félagslíf er á staðnum, góð aðstaða til íþróttaiðkunar og útivistar, þjónusta með ágætum og almennt mjög gott mannlíf. Hægt er að fara inn á heimasíðu sveitarfélagsins **http://djupivogur.is/adalvefur/** til að lesa sér til um þennan fallega stað og þar má einnig finna flipa leik- og grunnskólans.

Skólastjóri Djúpavogsskóla, Halldóra Dröfn Hafþórsdóttir veitir nánari upplýsingar.

Verkstjóri óskast

Viðhaldsþjónusta óskar eftir úrræðagóðum og samskiptaliprum verkstjóra til starfa við fráveitukerfi Orkuveitu Reykjavíkur á höfuðborgarsvæðinu. Viðhaldsþjónusta sér um rekstur og viðhald í öllum veitukerfum OR Veitna.

Verkstjóri fráveitu leiðir hóp starfsmanna sem sinnir fráveitukerfum OR á höfuðborgarsvæðinu hvort sem er í hreinsi- og dælustöðvum eða safnkerfum.

Starfs- og ábyrgðarsvið

- Umsjón með daglegum rekstri og skipulagi verka
- Stýring viðhalds- og endurnýjunarverka
- Þátttaka í framkvæmdaverkum
- Ábyrgð á öryggismálum

Menntunar- og hæfnikröfur

- Vélfræði eða önnur iðnmenntun sem nýtist í starfi
- Reynsla af verkstjórn æskileg
- Metnaður, frumkvæði og sjálfstæði í vinnubrögðum

Æskilegt er að viðkomandi geti hafið störf sem fyrst.

Nánari upplýsingar veitir Bryndís Ernstsdóttir mannauðsráðgjafi í netfanginu starf@or.is.

Þú sækir um á ráðningavef Orkuveitunnar starf.or.is. Umsóknarfrestur er til og með 8. júní 2015.

Við hvetjum konur sérstaklega til að sækja um starfið.

JAFNRÉTTISRÁÐ

Orkuveita Reykjavíkur hlaut jafnréttisviðurkenningu 2002 og 2013

Orkuveita Reykjavíkur er fjölbreyttur og lifandi vinnustaður fólks með mikla þekkingu. Fyrirtækið leitast við að vera í fremstu röð hvað snertir öryggi, vinnuumhverfi og möguleika til að samræma vinnu og fjölskylduábyrgð.

Nánari upplýsingar um þjónustu okkar má finna á www.or.is

Orkuveita Reykjavíkur

ATVINNA

AÞ-Þrif leitar að einstaklingum í vinnu.

Einungis íslensku- eða enskumælandi einstaklingar koma til greina.

Ákjósanlegur aldur er 20–40 ára. Gerðar eru kröfur um bílpróf og hreint sakavottorð.

Umsóknir sendist á
bjarki@ath-thrif.is merkt „Atvinna"

AÞ-ÞRIF WWW.ATH-THRIF.IS
Skeiðarási 12
210 Garðabæ

Jökulsárlón ehf. leitar að starfsfólki fyrir sumar 2015

Skipstjóra til siglinga á hjólabát.
Skipstjórar þurfa að hafa skipstjórnarréttindi. Umsækjendur þurfa einnig að hafa lokið námskeiði hjá slysavarnaskóla sjómanna. **Tímabil er frá byrjun júní-september.**

Húsnæði er í boði fyrir starfsmenn. **Upplýsingar gefur Katrín Ósk á katrin@jokulsarlon.is eða í síma: 844-8397.**

Starfatorg.is

Laus störf hjá ríkinu og upplýsingar um málefni ríkisstarfsmanna

Starf	Stofnun	Staður	Nr. á vef
Framhaldsskólakennari	Menntaskólinn á Akureyri	Akureyri	201505/567
Framhaldsskólakennari	Fjölbrautaskóli Suðurnesja	Reykjanesbær	201505/566
Lögfræðingur	Innanríkisráðuneytið	Reykjavík	201505/565
Verkfræðingur/hagfræðingur	Þjóðskrá Íslands	Reykjavík	201505/564
Framhaldsskólakennari	Fjölbrautaskólinn í Breiðholti	Reykjavík	201505/563
Starfsmaður	HÍ, Upplýsingaskrifstofa	Reykjavík	201505/562
Iðjuþjálfi/sjúkraþjálfari	Sjúkratryggingar Íslands	Reykjavík	201505/561
Dýralæknar	Matvælastofnun	Ýmsir staðir	201505/560
Deildarlæknar	LSH, Barnaspítali Hringsins	Reykjavík	201505/559
Forvarsla forngripa	Þjóðminjasafn Íslands	Reykjavík	201505/558
Félagsráðgjafi	LSH, barna- og unglingageðdeild	Reykjavík	201505/557
Framhaldsskólakennarar	Menntaskólinn á Ísafirði	Ísafjörður	201505/556
Lögfræðingur/nefndarritari	Alþingi	Reykjavík	201505/555
Hjúkrunarfræðingur	LSH, Barnaspítali Hringsins	Reykjavík	201505/554
Skrifstofumaður	Sýslumaðurinn á Suðurnesjum	Keflavík	201505/553
Sérfræðingur	Seðlabanki Íslands	Reykjavík	201505/552
Hjúkrunardeildarstjóri	LSH, heila-, tauga- og bækl.skurðdeild	Reykjavík	201505/551
Embætti skólameistara	Framhaldsskólinn í Vestm.eyjum	Vestm.eyjar	201505/550
Doktorsnemi/nýdoktor	LSH, meinafræðideild	Reykjavík	201505/549

Veðurstofa Íslands

Náttúruvársérfræðingur

Veðurstofa Íslands óskar eftir að ráða sérfræðing í vöktun náttúruvár. Um er að ræða nýtt og spennandi vaktavinnustarf og eru vaktir unnar á öllum tímum sólarhringsins. Starfið heyrir undir Eftirlits- og spásvið og starfa um 50 manns á sviðinu.

Meginhlutverk

- Fylgjast með ástandi jarðskorpu og greina breytingar á virkni í jörðu, þ.m.t. eldfjöllum.
- Meta stöðu íslenskra vatnsfalla og mögulegar ástandsbreytingar sem leitt geta til vatnavár.
- Útgáfa viðvarana vegna atburða sem geta haft samfélagsleg áhrif í för með sér.
- Gerð veðurathugana í Reykjavík og almenn vöktun á veðri.
- Frágangur gagna og yfirlitsupplýsinga.
- Miðlun upplýsinga til almennings, fjölmiðla og hagsmunaaðila.

Menntunar- og hæfniskröfur

- Háskólapróf á sviði náttúru- og/eða raunvísinda.
- Greiningarhæfni og gott vald á úrvinnslu talna og gagna.
- Skipulagshæfni og nákvæmni.
- Geta til að vinna undir álagi.
- Hæfni til að miðla upplýsingum.
- Góð hæfni í samstarfi og mannlegum samskiptum
- Góð tölvufærni.
- Gott vald á íslensku og ensku.

Laun taka mið af kjarasamningum ríkisins og viðeigandi stéttarfélags.

Nánari upplýsingar um starfið veita **Theodór Freyr Hervarsson**, framvæmdastjóri Eftirlits- og spásviðs (**teddi@vedur.is**) og **Borgar Ævar Axelsson**, mannauðsstjóri (**borgar@vedur.is**) í síma **522 6000**.

Umsóknarfrestur til og með 17. júní nk.

Umsækjendur eru vinsamlega beðnir um að sækja um störfin á heimasíðu Veðurstofu Íslands undir **www.vedur.is/um-vi/laus-storf** eða á **www.starfatorg.is**.

*Veðurstofa Íslands er opinber stofnun sem heyrir undir umhverfis- og auðlindaráðuneytið. Hjá stofnuninni starfa um 135 manns með fjölbreytta menntun og starfsreynslu sem spannar mörg fræðasvið. Auk þess starfa um 110 manns við athugana- og eftirlitsstörf víðsvegar um landið. Hlutverk stofnunarinnar er öflun, varðveisla og úrvinnsla gagna, sem og miðlun upplýsinga á helstu eðlisþáttum jarðarinnar, þ.e. **lofti, vatni, jörð, snjó, jöklum og hafi**. Starfsemin fer fram á fjórum sviðum: **Eftirlits- og spásviði, Athugana- og tæknisviði, Úrvinnslu- og rannsóknasviði, Fjármála- og rekstrarsviði og Skrifstofu forstjóra**. Nánari upplýsingar um stofnunina má finna á heimasíðu hennar **www.vedur.is***

*Gildi Veðurstofunnar eru **þekking, áreiðanleiki, framsækni og samvinna**. Ráðningar hjá stofnuninni munu taka mið af þessum gildum.*

www.vedur.is
522 6000

Sýslumaðurinn á Suðurlandi
Sumarafleysing

Auglýst er eftir starfsmanni í sumarafleysingarstarf í 100% stöðu skrifstofumanns hjá sýslumanninum á Suðurlandi, á starfsstöð embættisins á Selfossi. Starfsmaðurinn þarf að geta hafið störf sem fyrst.

Starfssviðið felst í móttöku, meðferð og afgreiðslu mála fyrir umboð Tryggingastofnunar og Sjúkratrygginga Íslands.

Menntunar- og hæfniskröfur: Æskilegt er að umsækjandi hafi lokið stúdentsprófi eða sambærilegri menntun. Reynsla af skrifstofustörfum er kostur. Starfið krefst þess að umsækjandi sé töluglöggur, hafi góða kunnáttu á tölvu og gott vald á ensku. Starfið krefst frumkvæðis og sjálfstæðra vinnubragða. Lagni í mannlegum samskiptum er algert skilyrði.

Launakjör eru skv. kjarasamningum ríkisins við SFR stéttarfélag í almannaþjónustu.

Upplýsingar um starfið veita Anna Birna Þráinsdóttir sýslumaður í síma 458-2800 eða á netfangið **annabirna@syslumenn.is** og Sigurður Bjarnason skrifstofustjóri í síma 458-2800 eða á netfangið **siggi@syslumenn.is**

Umsóknarfrestur er til og með föstudeginum 12. júní nk. og skal senda umsókn ásamt upplýsingum um menntun og fyrri störf til sýslumannsins á Suðurlandi, Hörðuvöllum 1, 800 Selfoss eða á áður greind netföng.

Sýslumaðurinn á Suðurlandi

SLYSAVARNAFÉLAGIÐ LANDSBJÖRG

Leiðbeinandi / kennari óskast

Slysavarnaskóli sjómanna leitar eftir leiðbeinanda / kennara til starfa við skólann. Slysavarnaskólinn er í eigu Slysavarnafélagsins Landsbjargar og er staðsettur um borð í skólaskipinu Sæbjörgu. Tilgangur starfsins er vinna að markmiðum Slysavarnaskóla sjómanna sem eru að efla öryggisfræðslu sjómanna með öflugum skóla, sem uppfyllir íslenskar og alþjóðlegar kröfur um þjálfun sjómanna ásamt því að auka þjónustu við sjómenn og aðra aðila með fræðslu um slysavarnir við sjó og vötn.

Starfið felur í sér m.a.:
- kennslu á námskeiðum skólans í Reykjavík og á landsbyggðinni,
- þróun og undirbúning námskeiða, æfinga og nám sefnis um öryggismál sjómanna.
- viðhald námstækja og námsgagna skólans.
- viðhald skips og búnaðar skólaskipsins Sæbjargar.

Leitað er eftir heilsuhraustum einstaklingi með víðtæka reynslu til sjós, góða tölvuþekkingu auk þekkingu og reynslu í öryggismálum sjómanna. Æskilegt er að viðkomandi hafi kennsluréttindi. Viðkomandi þarf að geta hafið störf eigi síðar en 1. september n.k.

Unnið er samkvæmt gæðastjórnunarkerfi ISO 9001:2000.

Umsóknir með upplýsingum um menntun og starfsferil ásamt mynd berist Slysavarnafélaginu Landsbjörgu, Skógarhlíð 14, 105 Reykjavík, merkt
"**Kennari/leiðbeinandi Slysavarnaskóla**",
fyrir 20. júní n.k.

ÍAV

Stavanger Noregi

Marti IAV Solbakk DA óska nú þegar eftir að ráða 2-3 vana menn með réttindi á gröfur og búkollur. Verkefnið er fram á mitt ár 2018.

Fyrsta flokks aðstaða er á staðnum. Frítt fæði, húsnæði og flug og ferðir.

Áhugasamir hafi sambandi við Heimir Heimisson í síma +47 9741 1158 eða í tölvupósti heimir.heimisson@marti-norge.no

Íslenskir aðalverktakar hf. | Höfðabakka 9
110 Reykjavík | s. 530 4200 | iav.is

Fulltrúi akstursþjónustu Strætó

S strætó.is

Strætó bs. óskar eftir skipulögðum og lausnamiðuðum einstaklingi með framúrskarandi samskiptafærni til starfa við akstursþjónustu félagsins, með sérstaka áherslu á ferðaþjónustu fatlaðra á höfuðborgarsvæðinu.

Helstu verkefni
- Dagleg umsjón, skipulag og framkvæmd aksturs.
- Greining gagna og tölfræði.
- Samvinna og samskipti við bílstjóra og verktaka.
- Samvinna og samskipti við þjónustuver Strætó bs.
- Samskipti við notendur.
- Önnur tilfallandi verkefni í akstursþjónustu.

Hæfniskröfur
- Stúdentspróf eða sambærileg menntun.
- Háskólapróf kostur en ekki skilyrði.
- Mjög góð tölvufærni. Þekking á SQL kostur.
- Greiningarhæfni á tölur og gögn.
- Þekking og reynsla á sviði samskipta og þjónustu.
- Samskiptafærni og skipulagshæfileikar.
- Frumkvæði, drifkraftur og metnaður til að ná árangri í starfi.

Um ferðaþjónustu fatlaðs fólks
Þjónustan byggir á leiðbeinandi reglum velferðarráðuneytisins fyrir sveitarfélög um ferðaþjónustu fyrir fatlað fólk frá 24. janúar 2012. Reglurnar taka mið af þeim alþjóðlegu skuldbindingum sem íslensk stjórnvöld hafa gengist undir, einkum samningi Sameinuðu þjóðanna um réttindi fatlaðs fólks. Í 20. gr. samningsins kemur fram að aðildarríkin skuli gera árangursríkar ráðstafanir til þess að tryggja að einstaklingum sé gert kleift að fara allra sinna ferða og tryggja sjálfstæði fatlaðs fólks í þeim efnum, eftir því sem frekast er unnt, meðal annars með því að greiða fyrir því að fatlað fólk geti farið allra sinna ferða með þeim hætti sem og þegar því hentar og gegn viðráðanlegu gjaldi.

Áhugasamir sæki um starfið á http://www.straeto.is/um-straeto/laus-storf/
Umsóknarfrestur er til og með 14. júní nk.

Fatlað fólk er sérstaklega hvatt til að sækja um starfið. Nánari upplýsingar veitir Erlendur Pálsson, sviðsstjóri Akstursþjónustu Strætó bs., erlendur@straeto.is

Laus störf í Skaftárhreppi

Starf tónlistarskólastjóra í Skaftárhreppi

Laust er til umsóknar starf tónlistarskólastjóra hjá Skaftárhreppi. Umsækjandi þarf að geta hafið störf í ágúst 2015. Leitað er eftir einstaklingi sem er tilbúinn til að byggja upp öflugt tónlistarstarf og kennslu. Einnig er laust starf organista í hlutastarfi í Kirkjubæjarklaustursprestakalli sem getur hentað samhliða starfi tónlistarskólastjóra.
Umsóknarfrestur er til og með 4. júní n.k.
Nánari upplýsingar um starfið og umsóknarferlið má finna á www.klaustur.is

Starf leikskólastjóra í Heilsuleikskólanum Kærabæ á Kirkjubæjarklaustri

Leitað er eftir drífandi og metnaðarfullum leiðtoga í starf leikskólastjóra á Heilsuleikskólann Kærabæ sem er staðsettur á Kirkjubæjarklaustri. Kæribær er einnar deildar leikskóli með heilsdagsrými fyrir 16 börn á aldrinum eins til sex ára.
Umsóknarfrestur er til og með 4. júní n.k.
Nánari upplýsingar um starfið og umsóknarferlið má finna á www.klaustur.is

Starf Íþrótta- og tómstundafulltrúa í Skaftárhreppi

Laust er til umsóknar 40% starf íþrótta- og tómstundafulltrúa í Skaftárhreppi. Markmiðið með ráðningunni er að auka og bæta framboð á íþrótta- og tómstundastarfi í sveitarfélaginu.
Umsóknarfrestur er til og með 4. júní n.k.
Nánari upplýsingar um starfið og umsóknarferlið má finna á www.klaustur.is

Á Kirkjubæjarklaustri er gott mannlíf, þar búa um 130 manns en íbúar Skaftárhrepps eru um 450 talsins.
Á Kirkjubæjarklaustri er að finna alla nauðsynlega þjónustu s.s. verslun, banka, vínbúð, heilsugæslustöð, leikskóla, kaffihús og íþróttamiðstöð. Í íþróttamiðstöðinni er glæsilegt íþróttahús, sundlaug og tækjasalur.

Veðurfar og náttúrufegurð Skaftárhrepps er rómað.

ALÞINGI

Lögfræðingur

Skrifstofa Alþingis auglýsir eftir lögfræðingi, nefndaritara, í fullt starf. Sjá nánari upplýsingar á starfatorg.is.

Er þú leikskólakennari? Viltu ganga í lið með okkur?

Leikskólarnir Fossakot og Korpukot í Grafarvogi óska eftir skemmtilegu og drífandi starfsfólki sem býr yfir hæfni í mannlegum samskiptum, áreiðanleika og frumkvæði.

Við leitum að:

- *Deildarstjóra*
- *Leikskólakennurum*
- *Öðru uppeldismenntuðu fólki*
- *Leiðbeinendum*

Áhugasamir sendi ferilskrá á umsoknir@lfa.is

Fossakot Korpukot

Fossakot og Korpukot · Fossaleyni · 112 Reykjavík

SAk SJÚKRAHÚSIÐ Á AKUREYRI AKUREYRI HOSPITAL

Öryggisstjóri Sjúkrahúsinu á Akureyri

Laus er til umsóknar staða öryggisstjóra við Sjúkrahúsið á Akureyri. Um 80-100% starf er að ræða. Viðkomandi þarf að geta hafið störf sem fyrst.

Nánari upplýsingar um starfið veitir Vignir Sveinsson, framkvæmdastjóri fjármálasviðs í síma 463-0100 eða á netfangi **vignir@sak.is**

Umsóknarfrestur er til og með 1. júní nk.

Helstu verkefni og ábyrgð

Öryggisstjóri er yfirmaður öryggismála hjá SAk. Hann hefur með höndum verkefnastýringu og frumkvæði til viðhalds og eflingar öryggis á SAk. Hann ber ábyrgð á því að SAk starfi samkvæmt lögum og reglum um vinnuvernd, brunavarnir og öryggismál. Einnig að sjúkrahúsið starfi samkvæmt samþykktri öryggisstefnu.

Hæfnikröfur

Háskólamenntun sem nýtist í starfi er æskileg en ekki skilyrði. Reynsla af öryggisstjórnun er mikill kostur. Umsækjandi skal hafa þekkingu á góðum starfsháttum í öryggismálum, kröfum, lögum og reglum þar að lútandi. Hann þarf að vera kunnugur helstu tækniatriðum er varða öryggiskerfi; s.s. aðgangsstýringum, myndavélakerfum og brunaviðvörunarkerfum.

Lögð er áhersla á frumkvæði, sjálfstæð vinnubrögð og hæfileika í samskiptum og samvinnu.

Frekari upplýsingar

Laun eru samkvæmt gildandi kjarasamningi fjármálaráðherra og viðkomandi stéttarfélags

Umsóknum skal skilað á umsóknareyðublaði sem fæst á vef sjúkrahússins **www.sak.is** Umsóknum skulu fylgja ítarlegar upplýsingar um nám og starfsferil ásamt prófskírteinum og starfsleyfi.

Öllum umsóknum verður svarað þegar ákvörðun um ráðningu hefur verið tekin.

Gildi Sjúkrahússins á Akureyri eru: ÖRYGGI SAMVINNA FRAMSÆKNI.

Við ráðningar í störf er tekið mið af jafnréttisstefnu sjúkrahússins, sem er reyklaus vinnustaður.

Markaðs- og sölufulltrúi

Williams & Halls ehf. er íslenskt lyfjafyrirtæki sem hefur verið starfrækt hér á landi síðan árið 2010. Fyrirtækið sérhæfir sig í sölu á lyfjum og lækningatækjum bæði undir eigin merki og sem umboðsaðili erlendra lyfjafyrirtækja.

Williams & Halls ehf. leitar að öflugum og sjálfstæðum markaðs- og sölufulltrúa á Íslandi. Viðkomandi mun sjá um kynningar á lyfjum félagsins sem eru ýmist sérhæfð sjúkrahúslyf, lyfseðilsskyld lyf eða lausasölulyf.

Starfssvið

- Gerð sölu- og markaðsáætlana og eftirfylgni.
- Kynningar á lyfjum fyrirtækisins fyrir lækna, heilbrigðisstarfsfólk og lyfjaverslanir.
- Samskipti við erlenda birgja fyrirtækisins varðandi markaðsmál og þjálfun.
- Gerð kynningar- og fræðsluefnis.

Menntunar- og hæfniskröfur

- Háskólamenntun í hjúkrunarfræði, lyfjafræði eða sambærileg menntun sem nýtist í starfi er skilyrði.
- Góð íslensku- og enskukunnátta.
- Brennandi áhugi á sölu og markaðsmálum.
- Frumkvæði og sjálfstæð vinnubrögð eru skilyrði

Umsóknir óskast sendar á laufey.vilhjalmsdottir@wh.is **fyrir 15.júní n.k.**

Williams & Halls

Williams & Halls, Reykjavíkurvegur 62, 220 Hafnarfjörður, s.527 0600
info@wh.is www.wh.is

Sérfræðingur á sviði iðnstýringa

Við leitum að áhugasömum sérfræðingi á sviði iðnstýringa sem hefur reynslu og þekkingu á rafhönnun, forritun iðntölva og skjákerfum.

Við óskum eftir einstaklingi með brennandi áhuga á iðnstýringum auk menntunar og/eða reynslu sem nýtist í starfi. Viðkomandi þarf að geta unnið sjáfstætt, undir álagi, haft frumkvæði og ríka öryggisvitund.

Staki – Upplýsingar alla leið

Hjá Staka starfa saman hugbúnaðarsérfræðingar, iðntölvuforritarar, verkfræðingar og tæknifræðingar, alls 22 sérfræðingar, þar sem hver og einn skiptir miklu máli.

Staki er markaðsdrifið þjónustufyrirtæki sem leggur megináherslu á sjálfvirkni ferla. Starfsemin skiptist í höfuðatriðum í:

- **Sjálfvirkni og stýringar á sviði iðnaðar.**
- **Hugbúnaðargerð.**
- **Upplýsingastýringu.**
- **Ferlastýringu með áherslu á rafræna viðskiptaferla.**

Staki hefur sett sér það markmið að brúa bil milli hefðbundinnar hugbúnaðargerðar og iðntölvuforritunar/stýringa en það bil er sífellt að minnka.

Umsóknir

Umsókn skal senda í tölvupósti til Jóns Eyfjörð, **jonef@staki.is**. Umsóknarfrestur er til 9. júní nk. Æskilegt er að viðkomandi getið hafið störf sem fyrst.

Í umsókn skal koma fram lýsing á náms- og starfsferli sem og nöfn og símanúmer meðmælenda. Gætt verður fyllsta trúnaðar varðandi allar umsóknir, fyrirspurnir og persónulegar upplýsingar.

Jón Eyfjörð, framkvæmdastjóri, gefur allar nánari upplýsingar í síma **510 0411**, gsm **897 2723** eða **jonef@staki.is**.

Staki

Staki automation ehf. • *Síðumúla 32 • 108 Reykjavík • S: 510 0410 • staki@staki.is • staki.is*

Ert þú **viðmótssnillingur?**

Móberg leitar að **viðmótssérfræðingi (UX / UI)** í öflugan hóp snillinga í markaðsdeildina ásamt því að vinna á móti forriturum og hönnuðum. Frábært tækifæri fyrir hæfan einstakling sem vill starfa á skemmtilegum og líflegum vinnustað.

Þú þarft að:

- Vera sérfræðingur í hönnun notendaviðmóta
- Búa yfir þekking á hugbúnaðarþróun
- Hæfni til að setja þig inn í verkefni notenda og skilja þarfir þeirra
- Hafa auga fyrir vef- og upplýsingahönnun
- Þekkja inn á HTML, XML og CSS
- Búa yfir jákvæðni og drifkrafti
- Hafa skipulagshæfni, öguð vinnubrögð og samskiptalipurð

Áhugasamir sendið ferilskrá á netfangið skorri@moberg.is

MÓBERG

VILTU BLIKKA?

Þ.H. Blikk ehf. er öflugt fyrirtæki sem staðsett er á Selfossi og eru helstu verkefni á sviði loftræstinga, klæðninga og ryðfrí stál og blikksmíði.

Fyrirtækið er búið fullkomnum tækjakosti og er í stöðugri framþróun. Þar starfa nú blikksmíðameistarar, vélvirkji, nemi og aðstoðarmenn.

Við óskum eftir kraftmiklum liðsmönnum sem eru tilbúnir að takast á við fjölbreytt verkefni í bikksmíðum. Einnig hvetjum við þá sem langar að læra iðnina til að sækja um.

Upplýsingar veitir Þröstur Hafsteinsson blikksmíðameistari á netfanginu thblikk@thblikk.is. Umsóknir sendist á sama netfang.

ÞH BLIKK — það liggur í loftinu

Sunnulækjarskóli

Við Sunnulækjarskóla á Selfossi eru lausar stöður umsjónarkennara í 7. bekk og staða kennara í hönnun og smíði. Þá vantar íþróttakennara til afleysinga frá hausti til ársloka 2015.

Umsækjandi þarf að hafa kennsluréttindi, góða skipulagshæfileika og mikla hæfni í mannlegum samskiptum. Reynsla af teymisvinnu og áhugi á þróunarstarfi eru mikilvægir eiginleikar.

Í skólanum er lögð áhersla á sveigjanlega og fjölbreytta kennsluhætti, einstaklingsmiðað nám, teymisvinnu kennara, ábyrgð nemenda og góða samvinnu allra sem að skólastarfinu koma.

Laun og starfskjör eru samkvæmt kjarasamningi Launanefndar Sveitarfélaga og viðkomandi stéttarfélags. Starfið hentar jafnt konum sem körlum.

Nánari upplýsingar má finna á vefsíðu skólans: http://www.sunnulaekjarskoli.is

Umsóknarfrestur er til 7. júní 2015.

Umsókn með upplýsingum um menntun, starfsreynslu og umsagnaraðilum sendist Birgi Edwald, skólastjóra, birgir@sunnulaek.is eða Sunnulækjarskóli, Norðurhólum 1, 800 Selfoss.

Skólastjóri

FJARÐARSKEL

Laus störf hjá Fjarðarskel ehf.

Starfið er fjölbreytt og breytilegt eftir árstíma, sem felst m.a. í verkefnum í landi og um borð í sérútbúnum skelbát. Fjarðarskel er sérhæft í ræktun bláskeljar á Íslandi og áformar að byggja upp öflugan rekstur á næstu árum. Starfsvæði félagsins er í Hvalfirði en bátur gerður út frá Akranesi. Um er að ræða eitt heilsársstarf og þarf viðkomandi að hafa eftirfarandi réttindi:

Skipstjórnarnám A, eða meira. Kostur ef viðkomandi hefur reynslu af viðhaldi og viðgerðum.
Einnig er um að ræða sumarstörf sem þarfnast ekki réttinda, en æskilegt er að viðkomandi hafi lokið slysavarnarskóla sjómanna.

Umsóknir skal senda á netfangið: **fjardarskel@gmail.com** og merkja sem „**atvinnuumsókn**“.

Umsóknarfrestur er til 10. júní.

Lausar stöður í Snæfellsbæ fyrir áhugasamt fólk!

Frá og með næsta skólaári verða lausar stöður grunn- og leikskólakennara í Snæfellsbæ.

Leikskólar Snæfellbæjar auglýsir; starfsstöð leikskólinn Kríuból

Leikskólinn Kríuból á Hellisandi leitar að aðstoðarleikskólastjóra, deildarstjóra og stuðningsfulltrúa við leikskólann. Kríuból er tveggja deilda leikskóli með 45 plássum.

Í stöðu aðstoðar og sérkennslustjóra sem er 75-88% fellst í stjórnun sem og viðkomandi er staðgengill leikskólastjóra, yfirumsjón með sérkennslu barna innan veggja skólans.

Einnig leitum við að leikskólakennurum sem deildarstjóra og þroskaþjálfara eða stuðningsfulltrúa vegna fatlaðs barns sem er að byrja hjá okkur í haust.

Opið svæðaval, markviss málörvun og numicon er áherslan okkar.

Gerð er krafa um að umsækjendur séu með leyfisbréf sem leikskólakennari. Stöðurnar eru 75-100%

Áhugasömum er bent á að hafa samband við Ingigerði Stefánsdóttur eða Steinunni D Ingibjörnsdóttur í síma 433-6926 eða senda tölvupóst á **leikskolar@snb.is**

Í lögum um leikskóla nr. 90/2008 segir í 3. mgr. 6. gr: „Óheimilt er að ráða til starfa við leikskóla einstakling sem hlotið hefur refsidóm fyrir brot á ákvæðum XXII. kafla almennra hegningarlaga. Við ráðningu skal liggja fyrir sakavottorð eða heimild leikskólastjóra til að afla upplýsinga úr sakaskrá.“

Grunnskóli Snæfellsbæjar auglýsir

Í Grunnskóla Snæfellsbæjar eru laus 75% staða íþróttakennara. Nánari upplýsingar um skólann er að finna á heimasíðu hans **www.gsnb.is** .

Nánari upplýsingar veitir Magnús Þór Jónsson, skólastjóri Grunnskóla Snæfellsbæjar í síma 8949903 eða á póstfanginu maggi@gsnb.is.

Umsóknarfrestur til og með þriðjudeginum 5.maí.

Minnt er á eftirfarandi grein í lögum um grunnskóla nr. 91 frá 2008:

„Óheimilt er að ráða til starfa við leikskóla/grunnskóla einstakling sem hlotið hefur refsidóm fyrir brot á ákvæðum XXII. kafla almennra hegningarlaga. Við ráðningu skal liggja fyrir sakavottorð eða heimild skólastjóra til að afla upplýsinga úr sakaskrá.“

Vissir þú að...
börn eiga rétt á að leita sér

Barnaheill
Save the Children á Íslandi

Ferðaskrifstofa Guðmundar Jónassonar
Borgartún 34, 105 Reykjavík, S: 511 1515

GUÐMUNDUR JÓNASSON EHF

Óskar eftir að ráða

sölufulltrúa í einstaklingsdeild

Guðmundur Jónasson ehf er eitt af elstu ferðaþjónustufyrirtækjum landsins. Fyrirtækið rekur öfluga ferðaskrifstofu, gerir út fjölda hópferðabifreiða og rekur auk þess gistiheimili. Hjá fyrirtækinu starfar samhentur hópur starfsfólks með breiða þekkingu og reynslu af ferðaþjónusturekstri.

Við leitum að fólki sem býr yfir eftirfarandi kostum:

- brennandi áhugi á sölumennsku
- góð tungumálakunnátta, a.m.k. íslenska og enska
- góð tölvukunnátta, Word, Excel, Outlook o.fl.
- fjölhæfni, nákvæmni, frumkvæði og sjálfstæði í starfi
- Reynsla og/eða menntun í ferðaþjónustu æskileg
- haldgóð þekking á landafræði Íslands og íslenskri ferðaþjónustu

Umsækjandi þarf að geta hafið störf sem fyrst.

Umsóknarfrestur er til og með 3. júní.
Umsókn um starfið þarf að fylgja kynningarbréf á umsækjanda ásamt ítarlegri starfsferilskrá.

Allar nánari upplýsingar um starfið veitir Valgerður Lindberg, sölustjóri ferðaskrifstofu, en umsóknum skal skilað á netfangið **valgerdur@gjtravel.is**

GRUNNSKÓLI GRINDAVÍKUR
VIRÐING – VELLÍÐAN – VIRKNI

Umsjónarkennari á miðstigi – heimilisfræðikennari - þroskaþjálfi.

Í Grunnskóla Grindavíkur vantar fólk í eftirtaldar stöður:

Umsjónarkennari á miðstigi
Heimilisfræðikennari
Þroskaþjálfi

Umsóknarfrestur er til 10. júní en ráðið er í stöðurnar frá 1. ágúst.

Skólinn er heildstæður, einsetinn grunnskóli, með um 470 nemendur í tveimur starfsstöðvum. Í Grunnskóla Grindavíkur er starfað eftir Uppbyggingarstefnunni og lögð áhersla á að skapa námsumhverfi í samráði við foreldra þar sem allir eru virkir, að öllum líði vel og allir læri að bera virðingu fyrir sjálfum sér, öðrum og umhverfi sínu.

Í framtíðarsýn skólans kemur fram að skólinn er lærdómssamfélag þar sem áhersla er á að allir nemendur hljóti góða menntun og fái hvatningu til náms í samræmi við þroska sinn og áhuga í öruggu og uppbyggilegu umhverfi. Nemendur, starfsfólk og foreldrar eru virkir þátttakendur í lærdómssamfélaginu.

Allur aðbúnaður og umhverfi skólans er til fyrirmyndar. Sjá nánar á heimasíðu skólans http://www.grindavik.is/grunnskolinn.

- Við leitum að einstaklingum með réttindi til starfa í grunnskóla sem eru metnaðarfullir, og góðir í mannlegum samskiptum, með skipulagshæfileika, eru sveigjanlegir og tilbúnir að leita nýrra leiða í skólastarfi.
- Starfsmenn Grindavíkurbæjar hafa sett sér eftirfarandi gildi sem unnið er eftir í starfsemi bæjarins, þau eru jafnræði, jákvæðni, þekking, framsækni og traust.

Karlar jafnt sem konur eru hvött til að sækja um starfið.

Laun eru samkvæmt kjarasamningi Sambands íslenskra sveitarfélaga og viðkomandi stéttarfélags.

Umsóknir skulu berast Grunnskóla Grindavíkur Ásabraut 2, 240 Grindavík eða sendist á netfangið halldorakm@grindavik.is .

Nánari upplýsingar veitir Halldóra K. Magnúsdóttir skólastjóri í síma 420-1150.

Maður vanur netagerð óskast

Óskum eftir að ráða starfsfólk vant netagerð til vinnu við almenna neta- og víravinnu á netaverkstæði félagsins í Hafnarfirði. Um framtíðarstörf er að ræða.

Umsóknarfrestur er til 5. júní næstkomandi.

Umsóknir skal senda til:
Oddgeirs Oddgeirssonar með tölvupósti oddgeir@isfell.is

Ísnet netaverkstæði Ísfells eru alls sjö talsins og veita alla þjónustu er varðar uppsetningu og viðhald veiðarfæra. Ísfell kappkostar að veita viðskiptavinum félagsins heildarlausnir með breiðu úrvali veiðarfæra.

Ísfell ehf
• Óseyrarbraut 28 • 220 Hafnarfjörður
Sími 5200 500 • isfell@isfell.is

Skipulags- og byggingarfulltrúi

Auglýst er eftir skipulags- og byggingarfulltrúa Eyjafjarðar til starfa fyrir fjögur sveitarfélög við Eyjafjörð; Hörgársveit, Grýtubakkahrepp, Svalbarðsstrandarhrepp og Eyjafjarðarsveit. Íbúafjöldi samtals í þessum sveitarfélögum er um 2.400. Reiknað er með að starfsstöð verði á skrifstofu Eyjafjarðarsveitar. Leitað er eftir öflugum einstaklingi sem er tilbúinn að vinna að þróun á nýju starfi. Um er að ræða 100% starf.

Starfssvið

- Skipulagsfulltrúi fer með framkvæmd skipulags- og byggingarmála og starfar skv. skipulagslögum nr. 123/2010.
- Umsjón með skipulagsgerð, útgáfa framkvæmdaleyfa og eftirlit með framkvæmdum.
- Ber ábyrgð á gerð skipulagsáætlana, embættisafgreiðslum í umboði sveitarfélaganna og eftirfylgni með stefnumótun og ákvörðunum þeirra.
- Áætlanagerð og eftirfylgni, mælingar, úttektir og útreikningar.
- Undirbúningur og eftirfylgni funda skipulags- og byggingarnefnda.
- Ber m.a. ábyrgð á skráningu mannvirkja og úttektum.
- Önnur verkefni sem eðlilegt getur talist að falli undir verksvið skipulags- og byggingarfulltrúa.

Menntunarkröfur

- Framhaldsmenntun á háskólastigi í skipulagsfræði, arkitektúr eða skyldum greinum skv. ákvæðum skipulagslaga nr. 123/2010.
- Háskólamenntun á sviði byggingarmála skv. 8. gr. mannvirkjalaga nr. 160/2010.
- Löggilding sem hönnuður skv. 25. gr. mannvirkjalaga nr. 160/2010.

Hæfniskröfur

- Leitað er að einstaklingi með leiðtogahæfni, frumkvæði og framsýni og hefur þekkingu á lögum um mannvirki, skipulagslögum og byggingarreglugerð.
- Þekking og reynsla af úttektum og mælingum.
- Sannreynd skipulagsfærni og nákvæmni í vinnubrögðum sem og gott orðspor í mannlegum samskiptum og samvinnu er skilyrði.
- Reynsla af stjórnun og þekking á starfsumhverfi opinberrar stjórnsýslu er æskileg.

Skipulags- og byggingarfulltrúi er ráðinn að byggðasamlagi sveitarfélaganna fjögurra og lýtur stjórn þess. Laun eru samkvæmt kjarasamningum stéttarfélaga við Samband íslenskra sveitarfélaga.

Umsókninni þarf að fylgja greinargott yfirlit yfir nám og störf þar sem umsækjandi gerir sérstaklega grein fyrir hæfni til starfans út frá ofangreindum kröfum. Tilgreina þarf a.m.k. tvo umsagnaraðila.

Umsóknarfrestur er til og með 19. júní 2015.

Umsækjendur eru beðnir um að senda umsókn á netfangið **snorri@horgarsveit.is.** Nánari upplýsingar veitir Snorri Finnlaugsson í síma 460-1752.

Öllum umsóknum verður svarað.

Eyjafjarðarsveit

Öryggisverðir óskast

115 SECURITY

115 Security auglýsir eftir öryggisvörðum í verslunarþjónustu.

Skilyrði:

– Hreint sakavottorð
– Íslenskukunnátta
– 20 ára lágmarksaldur
– Góð þjónustulund

Umsóknum með mynd og ferilskrá má skila á staðnum eða með tölvupósti 115@115.is.

115 Security
Austurbakka 2, 101 Reykjavík
(Harpa tónlistarhús)

PIPAR\TBWA · SÍA · 131202

115 Security er ungt og framsækið fyrirtæki sem þjónustar fyrirtæki, stofnanir og einstaklinga. Starfsmenn félagsins eru um 100 og búa yfir áralangri reynslu í mannaðri gæslu, uppsetningu og sölu á myndavéla- og öryggiskerfum ásamt brunakerfum, brunaúttektum og aðgangsstýringum.

115.is

Sölufulltrúi hjá Leit.is

Leit.is

Leit.is leitar eftir öflugum einstaklingum til að ganga til liðs við söludeild okkar til framtíðar. Starfið felur í sér sölu og ráðgjöf, þarfagreiningu fyrir fyrirtæki auk tilboðs- og samningagerðar ásamt góðri eftirfylgni. Einnig sér hann um að viðhalda viðskiptatengslum og afla nýrra.

Umsækjendur þurfa að búa yfir framúrskarandi samskiptahæfileikum, koma vel fyrir og vera reglusamir. Reynsla af sölu á fyrirtækjamarkaði er æskileg en ekki skylda.

Starfssvið

- Kynning á fjölbreyttri þjónustu Leit.is á fyrirtækjamarkaði
- Sala á auglýsingum og kynningarsvæðum
- Önnur verkefni á sviði söludeildar

Hæfniskröfur

- Góð færni í íslensku og góð tölvukunnátta
- Þekking og reynsla af sölu á fyrirtækjasviði er kostur
- Brennandi áhugi á markaðsmálum og uppbyggingu á nýjum verkefnum
- Frumkvæði, virkni og drifkraftur

Leit.is býður

- Samkeppnishæf laun
- Hvetjandi vinnuumhverfi og góðan vinnuanda

Allar frekari upplýsingar um starfið má nálgast með tölvupósti á umsokn@leit.is.

Umsóknarfrestur er til og með 12. júní 2015. Umsóknir skulu sendar ásamt ferilskrá og mynd á umsokn@leit.is

Pökkun og prófanir

Við leitum að vandvirkum, nákvæmum, kröftugum og skemmtilegum starfsmanni til að vinna við pökkun og prófanir á vörum okkar. Hlutverk starfsmanns er að sinna prófunum á virkni, taka til pantanir af sölulager og sinna pökkun á framleiðsluvörum Nox Medical.

Starfsmaður vinnur í samstarfi með sex manna hópi sem sinnir framleiðslu og prófunum ásamt því að vinna í samstarfi við vöruflæðis- og framleiðslustjóra. Önnur verkefni falla einnig undir starfssvið starfsmanns, s.s. aðstoð við önnur störf og viðvik sem til gætu fallið.

Hæfniskröfur og menntun

- Geti unnið og nálgast verkefni af krafti og nákvæmni
- Hafi góða hæfni í mannlegum samskiptum
- Sé heilsuhraustur og í góðu líkamlegu ásigkomulagi
- Geti lesið og skilið ritaða ensku
- Sé vel tölvufær og talnaglöggur
- Búi yfir frumkvæði og sjálfstæði í vinnubrögðum
- Sé jákvæður og sé tilbúinn að takast á við mörg fjölbreytt verkefni

Umsóknir og óskir um frekari upplýsingar óskast sendar á netfangið work@noxmedical.com. Umsókn ásamt ferilskrá skal sendast fyrir 9.júní 2015.Vinsamlegast setjið í efnislínu tölvupóstsins hvaða starf er sótt um. Hvetjum bæði konur og karla til að sækja um.

Nox Medical

Nox Medical | Katrínartún 2 | Höfðatorg | 105 Reykjavík | 570 7170 | info@noxmedical.com | www.noxmedical.com

STARFSMENN ÓSKAST Í VERKSMIÐJU

ÓSKUM EFTIR SUMARSTARFSMÖNNUM Í EFTIRTALIN STÖRF:

1. STARFSMANN Í SENDLASTARF
2. STARFSMANN Í TILTEKT Á ÚTISVÆÐI OG STEYPUSKÁLA, ÞRIF O.FL. SEM FELLUR TIL.
3. VANANN SMIÐ

Umsóknir og meðmæli óskast sent á thorvaldur@ev.is
Einnig er hægt að fá upplýsingar í síma 843 8772 og á staðnum.

Einingaverksmiðjan sérhæfir sig í framleiðslu forsteyptra eininga til byggingaframkvæmda. Fyrirtækið er í forystu á sínu sviði og tækjabúnaður og sérhæfð þekking gerir fyrirtækinu kleift að afgreiða bæði stór og smá byggingaverkefni fljótt og örugglega.

EININGAVERKSMIÐJAN

Breiðhöfði 10 | 110 Reykjavík | Sími: 414 8700 | www.ev.is | ev@ev.is

Viðskiptastjóri á húsgagnasviði

Starfssvið:

- Ábyrgð, utanumhald og umsjón ákveðins hóps stærri viðskiptavina.
- Sala og tilboðsgerð.
- Frumkvæði við öflun nýrra viðskiptavina.
- Annast kynningu á húsgagnalausnum og vörum fyrir viðskiptavini.

Menntunar- og hæfniskröfur:

- Háskólamenntun sem nýtist í starfi og reynsla af sambærilegu starfi.
- Reynsla af sölu og viðskiptum.
- Þjónustulund, sjálfstæði, frumkvæði og metnaður til að ná árangri í starfi.
- Jákvæðni og lipurð í mannlegum samskiptum.
- Góð almenn enskukunnátta.
- Haldgóð tölvuþekking og kunnátta á Navision er æskileg.
- Áhugi á fallegri og framúrskarandi hönnun og áhugi á að selja gæðavörur.

Áhugasamir vinsamlegast sækið um á heimasíðu Pennans, **penninn.is.**
Nánari upplýsingar gefur Hildur Halldórsdóttir, hildurh@penninn.is.
Umsóknarfrestur er til og með 8.júní nk.

Penninn Húsgögn

Penninn | Skeifan 10 | sími 540 2000 | www.penninn.is | penninn@penninn.is

Forstöðumaður Salalaugar í Kópavogi

Íþróttadeild Kópavogsbæjar auglýsir eftir forstöðumanni í Salalaug í Kópavogi.

Í Kópavogi eru starfræktar 2 sundlaugar sem rúmlega 830 þúsund gestir heimsækja árlega. Salalaug er í íþróttamiðstöðinni Versölum í Salahverfi í Kópavogi og var tekin í notkun vorið 2005.

Forstöðumaður ber ábyrgð á rekstri og starfsemi sundlaugarinnar. Hann ber einnig ábyrgð á samskiptum við gesti og birgja og öllum öryggismálum laugarinnar.

Menntunar- og hæfniskröfur

- Háskólamenntun í íþrótta-, rekstrar- og/eða stjórnunarfræðum eða önnur sambærileg menntun.
- Framhaldsmenntun á sviði ofangreindra fræða eða önnur sambærileg menntun æskileg.
- Frumkvæði og metnaður til að ná árangri í starfi.
- Færni í mannlegum samskiptum og skipulagsfærni.

Umsóknarfrestur er til og með 12. júní 2015.

Nánari upplýsingar er að finna á vef Kópavogsbæjar og hjá Jóni Júlíussyni, jonj@kopavogur.is.

Konur jafnt sem karlar hvattar til að sækja um starfið.

Eingöngu er hægt að sækja um starfið rafrænt á vef Kópavogsbæjar, www.kopavogur.is.

Kópavogsbær

kopavogur.is

Spennandi störf hjá Kópavogsbæ

Stjórnsýslusvið

- Fulltrúi í bókhaldsdeild

Leikskólar

- Deildarstjórar í leikskólann Baug
- Deildarstjóri í leikskólann Urðarhól
- Fagstjóri í íþróttum, m.leikskólakennara- eða íþróttakennaramennt í leikskólann Urðarhól

Grunnskólar

- Grunnskólakennari á yngsta stig í Kársnesskóla
- Skólaliði í gangavörslu/ræstingar í Lindaskóla
- Skólaliði í dægradvöl í Lindaskóla

Nánari upplýsingar og fleiri störf er að finna á vef Kópavogsbæjar

Eingöngu er hægt að sækja um störfin rafrænt á vef Kópavogsbæjar www.kopavogur.is

Vakin er athygli á að öll laus störf hjá bænum eru auglýst **www.kopavogur.is**

Kópavogsbær

kopavogur.is

ráðum atvinnustofa

Við finnum rétta starfsfólkið

radum.is

Styrktarsjóður
Richards P. Theodórs og Dóru Sigurjónsdóttur

Styrktarsjóður Richards P. Theodórs og Dóru Sigurjónsdóttur auglýsir eftir umsóknum um styrki úr sjóðnum.

Tilgangur sjóðsins er annars vegar að styrkja ungt, blint eða sjónskert fólk til mennta, og hins vegar menntun eða vísindastarf í þágu blindra og blinduvarna. Heimilt er að úthluta árlega úr sjóðnum allt að 2 milljónum króna.

Umsóknir sendist rafrænt (eða á pappír) til Ingu Lísar Hauksdóttur ingaliso@landspitali.is Augndeild LSH, Eiríksgötu 37, 3.h., 101 Reykjavík, sem einnig veitir nánari upplýsingar.

Umsóknin skal í stuttu máli gera grein fyrir þeirri skólagöngu, menntun eða verkefni sem sótt er um, ásamt upplýsingum um umsækjanda, náms- og starfsferil og sjónskerðingu, ef við á.

Umsóknarfrestur er til 1. ágúst 2015.

Grunnskólakennari óskast

Laus er til umsóknar 100% staða grunnskólakennara við Grunnskólann á Drangsnesi frá 1. ágúst 2014. Í skólanum er lögð rík áhersla á skapandi og sjálfstæð vinnubrögð nemenda sem allir eru einstakir og ómissandi. Þar starfa að jafnaði tveir kennarar, skólastjóri og 10-15 nemendur.

Við leitum að kennara sem hefur réttindi til kennslu á grunnskólastigi og hefur brennandi áhuga á skólaþróun og framsækinu skólastarfi.

Endilega hafðu samband við Björn Kristjánsson skólastjóra í síma 451 3436 / 8645854 eða sendu póst á skoli@drangsnes.is fyrir 15. júní.

Drangsnes er um 70 manna þéttbýliskjarni í Kaldrananeshreppi á Ströndum. Á Drangsnesi er kaupfélag, sundlaug, aðstaða til heilsuræktar, dásamlegir heitir pottar í fjöruborðinu, leikskóli og ómetanleg náttúrufegurð og friður. Í boði er ódýrt húsnæði nálægt vinnustað.

ÚTBOÐ
SKÓLAMÁLSVERÐIR FYRIR SJÁLANDSSKÓLA Í GARÐABÆ

Garðabær óskar eftir tilboðum í framleiðslu og framreiðslu á mat fyrir Sjálandsskóla í Garðabæ.

Samningstími er þrjú ár auk ákvæða um framlengingu.

Útboðsgögn er hægt að nálgast endurgjaldslaust á útboðsvef Strendings ehf. verkfræðiþjónustu á www.strendingur.is/utbodsvefur

Tilboðum skal skila eigi síðar en kl. 14:00 þann 18. júní 2015, í þjónustuver Garðabæjar, Garðatorgi 7, 210 Garðabær.

GARÐABÆR
www.gardabaer.is

Tækni- og umhverfissvið

Byggingaverkfræðingur / byggingatæknifræðingur

Fyrirtækið er rótgróin og traust verkfræðistofa staðsett á höfuðborgarsvæðinu.

Við leitum að sérfræðingi með háskólamenntun á byggingasviði. Áhersla er lögð á marktæka reynslu og þekkingu á sviði burðarþols. Haldbær þekking og reynsla af notkun Auto CAD er jafnframt nauðsynleg. Einhver þekking á pípu-, loftræsi- og sprinklerhönnun er kostur. Um framtíðarstarf er að ræða.

Umsóknarferlið er opið og ráðið verður í starfið skv. nánara samkomulagi.

Guðný Harðardóttir veitir nánari upplýsingar í síma 588 3031, en símaviðtalstímar eru alla virka daga frá kl.13-15 meðan á umsóknarferli stendur.

Vinsamlega sendið umsóknir og meðfylgjandi gögn til stra@stra.is. Þeir sem eiga umsóknir fyrirliggjandi hringi eða sendi rafpóst og tilkynni þátttöku. Sjá nánar vefi www.stra.is.

STRÁ

Landsvirkjun

Forval nr. 20194
Stækkun Búrfellsvirkjunar
Forval í vél- og rafbúnað

Landsvirkjun efnir til forvals um þátttöku í áætluðu útboði sem snýr að framleiðslu vél- og rafbúnaðar við stækkun Búrfellsvirkjunar, samkvæmt forvalsgögnum nr. 20194

Verkefnið felst í hönnun, smíði, uppsetningu og gangsetningu á einni 100 MW vélarsamstæðu ásamt tengdum búnaði. Áætlað er að framkvæmdir geti hafist fyrri hluta árs 2016 og að raforkuframleiðsla hefjist í apríl 2018.

Landsvirkjun áætlar að útboðsgögn vegna verksins verði tilbúin til afhendingar í september 2015. Þeir tilboðsgjafar sem uppfylla kröfur í forvali fá afhend útboðsgögn.

Forvalsgögn verða aðgengileg á útboðsvef Landsvirkjunar, **http://utbod.lv.is** frá og með þriðjudeginum 2. júní 2015.

Umsóknum skal skila til Landsvirkjunar, Háaleitisbraut 68, 103 Reykjavík eigi síðar en kl. 12:00 þriðjudaginn 14. júlí 2015 þar sem þau verða opnuð sama dag kl. 14:00 og verða nöfn umsækjenda lesin upp að viðstöddum þeim sem þess óska.

STRÁ

Starfsemi STRÁ ehf. býr að aldarfjórðungs reynslu og þekkingu á sviði starfsmanna- og ráðningarmála en stofan hefur unnið fyrir mörg helstu og leiðandi fyrirtæki landsins um árabil.

Rík áhersla er lögð á trúnað varðandi vörslu gagna og upplýsinga bæði gagnvart umsækjendum, sem og vinnuveitendum.

Ánægðir viðskiptavinir til margra ára hafa notið þjónustu STRÁ, en stofan hefur jafnframt umsjón með ráðningum í sérfræði- og stjórnunarstöður.

www.stra.is

Til hvers að auglýsa ?

Ef þú auglýsir sjálf-/ur eftir starfsmanni eyðir þú verulegum tíma í úrvinnslu innsendra umsókna.

Okkar styrkur er öflugur gagnabanki og yfir tveggja áratuga reynsla við að þjónusta fyrirtæki við leit að starfsmanni.

Sparaðu þér tíma, kostnað og fyrirhöfn - leitaðu aðstoðar fagmanna með langvarandi reynslu af ráðningarmálum.

STRÁ Starfsráðningar ehf. - Suðurlandsbraut 30 - sími 588-3031
stra@stra.is - gudny@stra.is - www.stra.is.

Hefur þú ástríðu fyrir matargerð?

Vilt þú vinna hjá rótgrónu, metnaðarfullu og farsælu fyrirtæki?
Við hjá Lostæti leitum eftir dugmiklum einstaklingum í vinnu í framleiðslueldhúsi okkar á Akureyri. Um tvær stöður er að ræða.

MATREIÐSLUMAÐUR

Leitum eftir góðum og metnaðarfullum matreiðslumanni.

- Fagmenntun skilyrði
- Meistararéttindi eru kostur
- Hæfni í mannlegum samskiptum og rík þjónustulund
- Útsjónarsemi, áreiðanleiki og hæfni til að vinna undir álagi
- Snyrtimennska og hreinlæti
- Góð tölvukunnátta æskileg

AÐSTOÐ VIÐ MATREIÐSLU

Leitum eftir áhugasömum og metnaðarfullum aðila til starfa við matreiðslu með matreiðslumönnum okkar.

- Hæfni í mannlegum samskiptum og rík þjónustulund
- Skipulagshæfni og hæfni til að vinna undir miklu álagi
- Reynsla af matargerð
- Góð íslensku eða ensku kunnátta
- Snyrtimennska og hreinlæti
- Reynsla af vinnu í stóreldhúsi kostur

Vilt þú vinna hjá rótgrónu, metnaðarfullu og farsælu fyrirtæki?

Við hjá Lostæti leitum eftir duglegum einstaklingum í vinnu í framleiðslueldhúsi okkar á Akureyri. Um tvær stöður er að ræða.

Lostæti er fyrirtæki í örum vexti sem rekur veislu- og veitingaþjónustu með starfsemi á Akureyri og á Reyðarfirði.
Hjá fyrirtækinu eru um 70 starfsmenn á launaskrá en Lostæti leggur áherslu á vellíðan starfsmanna, starfsánægju og góðan starfsanda.

Umsóknarfrestur er til og með 14. júní 2015.

Umsóknarform og nánari upplýsingar um fyrirtækið er að finna á www.lostaeti.is Fyrirspurnum svarar Agnes Harpa Jósavinsdóttir, skrifstofustjóri Lostætis, í síma 455 3700 eða agnes@lostaeti.is.

LOSTÆTI

LOSTÆTI WWW.LOSTAETI.IS S: 455 3700

Útboð Orkuver Svartsengi Sjávarlögn

Stofnlögn frá niðurdælingarsvæði til sjávar

Útboð F0212203-004

HS Orka hf. óskar eftir tilboðum í lagningu stofnlagnar frá niðurdælingarsvæði orkuversins við Þorbjarnarfell, til sjávar í Arfadalsvík sem er vestan við Grindavík.

Verkið felst í að leggja um 4,5 km langa stofnlögn. Lögnin er að mestu niðurgrafin DN 500 mm stálpípa í ø630 mm plastkápu en næst niðurdælingarsvæðinu er hún DN 400 mm og ofanjarðar. Í lagnaskurð fyrir lögnina skal einnig leggja blástursrör fyrir ljósleiðara. Lögnin liggur um óslétt hraun og skal jafna og byggja upp um 8 m breytt vegstæði fyrir vinnuslóða og lögnina. Tveir loka- og tengibrunnar eru á lögninni og felst verkið einnig í því að steypa brunnana og setja upp loka og tæmilögn í þeim. Þeir eru um 10 fermetrar að grunnfleti hvor.

Verkinu skal að fullu lokið eigi síðar en 1. júlí 2016.

Útboðsgögn er unnt að nálgast á heimasíðu HS Orku, www.hsorka.is.

Tilboðum skal skilað á skrifstofu HS Orku hf., Brekkustíg 36, Reykjanesbæ, eigi síðar en þriðjudaginn 23. júní 2015 kl. 10.00.

HS Orka
Brekkustígur 36
260 Reykjanesbæ
Sími: 520 9300

www.hsorka.is

FORVARNARVERÐLAUN VÍS 2015

HS ORKA

Framhaldsskólakennari í sagnfræði við FB

Fjölbrautaskólinn í Breiðholti óskar eftir að ráða sögukennara í a.m.k. 75% starf frá 1. ágúst 2015. Laun eru samkvæmt stofnanasamningi FB og kjarasamningi KÍ og fjármálaráðherra. **Umsóknum skal skilað fyrir 15. júní 2015** til Guðrúnar Hrefnu Guðmundsdóttur skólameistara **ghg@fb.is** sem jafnframt gefur upplýsingar um starfið í síma 899 2123.

Áskilinn er réttur til að nýta auglýsinguna í 6 mánuði frá ráðningu.

Skólameistari
FB, Austurbergi 5 – 111 Reykjavík,
sími 570 5600 – www.fb.is

Landsvirkjun

Forval nr. 20194
Stækkun Búrfellsvirkjunar
Forval í vél- og rafbúnað

Landsvirkjun efnir til forvals um þátttöku í áætluðu útboði sem snýr að framleiðslu
vél- og rafbúnaðar við stækkun Búrfellsvirkjunar, samkvæmt forvalsgögnum nr. 20194

Verkefnið felst í hönnun, smíði, uppsetningu og gangsetningu á einni 100 MW vélarsamstæðu ásamt tengdum búnaði. Áætlað er að framkvæmdir geti hafist fyrri hluta árs 2016 og að raforkuframleiðsla hefjist í apríl 2018.

Landsvirkjun áætlar að útboðsgögn vegna verksins verði tilbúin til afhendingar í september 2015. Þeir tilboðsgjafar sem uppfylla kröfur í forvali fá afhend útboðsgögn.

Forvalsgögn verða aðgengileg á útboðsvef Landsvirkjunar, **http://utbod.lv.is** frá og með þriðjudeginum 2. júní 2015.

Umsóknum skal skila til Landsvirkjunar, Háaleitisbraut 68, 103 Reykjavík eigi síðar en kl. 12:00 þriðjudaginn 14. júlí 2015 þar sem þau verða opnuð sama dag kl. 14:00 og verða nöfn umsækjenda lesin upp að viðstöddum þeim sem þess óska.

ÚTBOÐ

Garðabær, Garðatorgi 7, kt.: 570169-6109 óskar eftir tilboðum í uppsteypu 1. áfanga nýbyggingar Urriðaholtsskóla í Garðabæ. Áfanginn er alls um 5.300 m² að stærð.

Umsjónaraðili útboðs f.h. Garðabæjar
Baldur Ó. Svavarsson arkitekt
Úti og inni sf. arkitektar
Netfang: baldur@ui.is

HELSTU MAGNTÖLUR

• Brúttó fermetrar:	5.300 m²
• Mótafletir:	18.200 m²
• Steypumagn:	2.920 m³
• Járn:	205.000 kg
• Grunnlagnir:	950 lm

ÚTBOÐSYFIRLIT OG HELSTU DAGSETNINGAR

- Opið almennt útboð
- Afhending útboðsgagna á vef Garðabæjar www.gardabaer.is: 2. júní 2015
- Skil og opnunartími tilboða: 19. júní 2015 kl. 11:00 á Bæjarskrifstofum Garðabæjar, Garðatorgi 7, Garðabæ
- Verkinu skal skilað uppsteyptu 15. janúar 2016

GARÐABÆR
www.gardabaer.is
Tækni- og umhverfissvið

ÚTBOÐ

Ný útboð í auglýsingu hjá Reykjavíkurborg:

- **Vetrarþjónusta gatna í Reykjavík 2015 – 2018 – Útboð I ,** EES útboð nr. 13532
- **Vetrarþjónusta gatna í Reykjavík 2015 – 2018 – Útboð II,** EES útboð nr. 13533.
- **Vetrarþjónusta gatna í Reykjavík 2015 – 2018 – Útboð III,** EES útboð nr. 13534.

Nánari upplýsingar er að finna á
www.reykjavik.is/utbod

Reykjavíkurborg
Innkaupadeild
Borgartúni 12-14, 105 Reykjavík
Sími 411 1042 / 411 1043, Bréfsími 411 1048
Netfang: utbod@reykjavik.is

Faxaflóahafnir sf
Associated Icelandic Ports
Reykjavík
Grundartangi
Akranes
Borgarnes

Útboð

Faxaflóahafnir sf. óska eftir tilboðum í verkið:
LANDGERÐ UTAN KLEPPS Í SUNDAHÖFN

Verkið felst í frágangi grjótvarna, byggja upp farghaug og hækka land og ganga frá yfirborði þess með púkklagi.

Nokkrar helstu magntölur eru:

Grjótvörn:	10.000 m^3
Grjótkjarni:	12.000 m^3
Farghaugur:	40.000 m^3
Efni til hækkunar lands:	14.000 m^2
Púkk:	2.800 m^3

Útboðsgögn verða afhent á skrifstofu Verkís Ofanleiti 2, 1. hæð, 103 Reykjavík frá og með þriðjudeginum 2. júní n.k.

Tilboð verða opnuð á skrifstofu Verkís Ofanleiti 2, 1. hæð, 103 Reykjavík, miðvikudaginn 16. júní n.k. kl. 14:00.

VERKÍS
VERKFRÆÐISTOFA

ÚTBOÐ

Ný útboð í auglýsingu hjá Reykjavíkurborg:

- **Betri hverfi 2015 – Austur,** útboð nr. 13519
- **Endurnýjun gönguleiða 2015,** útboð nr. 13530.
- **Ýmsar fasteignir Reykjavíkurborgar, reglubundið viðhald raflagna - Hverfi 1, 2 og 3,** útboð nr. 13458
- **Ýmsar fasteignir Reykjavíkurborgar, reglubundið viðhald raflagna - Hverfi 4 og 5,** útboð nr. 13459.
- **Ýmsar fasteignir Reykjavíkurborgar, reglubundið viðhald raflagna - Hverfi 6 og 7,** útboð nr. 13460
- **Ýmsar fasteignir Reykjavíkurborgar, reglubundið viðhald raflagna - Hverfi 8, 9 og 10,** útboð nr. 13461.

Nánari upplýsingar er að finna á
www.reykjavik.is/utbod

Reykjavíkurborg
Innkaupadeild
Borgartúni 12-14, 105 Reykjavík
Sími 411 1042 / 411 1043, Bréfsími 411 1048
Netfang: utbod@reykjavik.is

Félag löggiltra endurskoðenda

FLE auglýsir til umsóknar styrki frá Námsstyrkja- og rannsóknarsjóði félagsins.

Markmið sjóðsins er að:

- Styrkja bóklega menntun endurskoðenda með því að veita ýmist styrki til einstaklinga sem stunda framhaldsnám í endurskoðun og reikningsskilum eða styrkja stofnanir sem standa fyrir slíku námi.
- Veita styrki til eflingar rannsókna á sviði reikningshalds og endurskoðunar í þeim tilgangi að efla faglega umræðu um efnið, viðhalda og auka faglega þekkingu endurskoðenda eða styrkja rannsóknir sem snerta beint hagsmuni FLE eða lögbundið hlutverk þess.

Umsóknarfrestur um náms- eða rannsóknarstyrk á árinu 2015 er til 15. september. Stjórn sjóðsins metur umsóknir og ákvarðar um úthlutun styrkja eigi síðar en 15. nóvember næstkomandi. Nálgast má skipulagsskrá sjóðsins, úthlutunarreglur og umsóknarslóð á heimasíðu félagsins www. fle.is

Suðurlandsbraut 6 | 108 Reykjavík | Sími: 568 8118 | fle@fle.is

---

FASTEIGNAMIÐLUN
Einar Guðmundsson
Lögg. fasteignasali
S. 896 8767
www.egfasteignamidlun.is einar@egfasteignamidlun.is

EFSTALAND 18 33,9 millj.

OPIÐ HÚS
Mánudag milli kl. 17 - 17.30

Björt og falleg 3ja herbergja íbúð á
1. hæð í fjölbýli á góðum stað í Fossvogi.
Íbúðin hefur verið mikið endurnýjuð m.a. öll gólfefni, baðherbergi, eldhús, hurðir og fataskápar.
Stórar flísalagðar suðursvalir.

HRAUNHAMAR
FASTEIGNASALA
Bæjarhrauni 10 - Hafnarfirði - Sími 520 7500 - www.hraunhamar.is

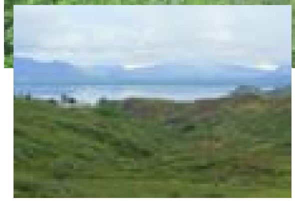
Roðgúll – Stokkseyri – Einbýli

Opið hús sunnudaginn 31. maí milli kl. 14-16.

Nýkomið sérlega fallegt tvílyft einbýli samtals ca. 120 fm. Hásteinsvegur 13. Stokkseyri.
Um er að ræða þekkt hús í bænum. Allt uppgert að utan. Sjón er sögu ríkari. Myndir á netinu. **Verðtilboð.**
Nánari upplýsingar gefur Helgi Jón sölustjóri s. 893 2233.

Magnús Emilsson Löggiltur fasteignasali.

Þingvellir – Tjarnarlaut



Tvílyft glæsihýsi í landi Nesja, 164,3 fm að stærð

Efri hæð (bjálki) með tveimur svefnherbergjum, stórri stofu og eldhús

Neðri hæð (steypt) með aukaíbúð. Heitur pottur

Óskað er eftir tilboðum.

Nánari upplýsingar veitir
Jón Rafn Valdimarsson
löggiltur fasteignasali
sími: 695 5520
jon@miklaborg.is

FASTEIGNASALAN MIKLABORG **569 7000** Lágmúla 4 **www.miklaborg.is**
Óskar R. Harðarson og Jason Guðmundsson, löggiltir fasteignasalar
- með þér alla leið -

Lúxus sumarhús
Leitum að

Sumarhús við eða í grennd við vatnsbakka með góðu útsýni og á eignarlandi.

Nútíma sumarhús a.m.k. 150 fm að stærð á eignarlandi, fullbúið og engu til sparað.

Mikil eftirspurn fjársterkra aðila eftir stórum og vönduðum sumarhúsum.

Nánari upplýsingar veitir
Jón Rafn Valdimarsson
löggiltur fasteignasali
sími: 695 5520
jon@miklaborg.is

FASTEIGNASALAN MIKLABORG **569 7000** Lágmúla 4 **www.miklaborg.is**
Óskar R. Harðarson og Jason Guðmundsson, löggiltir fasteignasalar
- með þér alla leið -

Fasteignasala Mosfellsbæjar

KJARNA - ÞVERHOLTI 2
• 270 MOSFELLSBÆ
• SÍMI: 586 8080
• FAX: 586 8081
WWW.FASTMOS.IS

Súluhöfði 8 - 270 Mosfellsbær

Opið hús í dag laugardag frá kl. 14:30 til 15:00
Fallegt 189,7 m2 parhús á einni hæð með bílskúr í litlum botnlanga. Eignin skiptist í forstofu, stofu, eldhús, sjónvarpsh., 2 barnah., hjónah., baðh. m/kari og sturtu og gestasalerni. Innangengt í bílskúr með góðu geymslulofti. Hellulagt bílaplan fyrir framan húsið og stór timburverönd og vesturgarður.**V. 54,9 m.**

Langalína 7 - 210 Garðabæ

Opið hús mánudaginn 1. júní frá kl. 17:30 til 18:00
Falleg 116 m2, 3-4ra herbergja endaíbúð á fyrstu hæð ásamt bílastæði í bílageymslu og timburverönd í lyftuhúsi. Ca. 100m2 garður þar af 33m2 viðarpallur í vestur. Íbúðin skiptist í 2 svefnh., forstofugang, baðh., þvottah., eldh., stofu og borðstofu.**V. 41,7 m.**

Einar Páll Kjærnested Löggiltur fasteignasali

LANDMARK

FASTEIGNASALA

Sími 512 4900
landmark.is

Magnús Einarsson Löggiltur fasteignasali Sími 897 8266
Sigurður Samúelsson Löggiltur fasteignasali Sími 896 2312
Sveinn Eyland Löggiltur fasteignasali Sími 690 0820
Íris Hall Löggiltur fasteignasali
Þórarinn Thorarensen Sölustjóri Sími 770 0309
Rúnar Óskarsson MBA viðskiptafr. / sölufulltrúi Sími 895 0033
Eggert Maríuson Sölufulltrúi Sími 690 1472
Guðrún Diljá Lúðvíksdóttir skjalagerð
Benedikt Ólafsson sölufulltrúi Sími 661 7788
Nadia Katrín sölufulltrúi Sími 692 5002
Orri Hermannsson sölufulltrúi Sími 6 900 900

Landmark leiðir þig heim!

AUSTURKÓR 19 & 23 – 203 KÓP

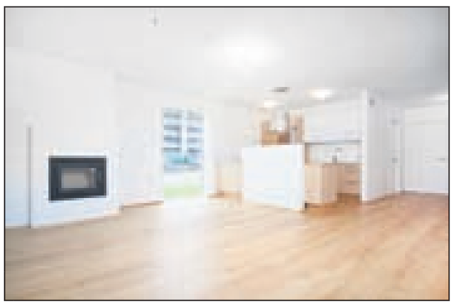
- Bjartar og vel skipulagðar 114.3 fm 4ra herb.íbúðir
- Íbúðir eru afhentar fullbúnar að öllu leiti og lóð fullbúin
- Sérinngangur og rúmgóðar suður-svalir glæsileg fjallasýn
- Íbúðir eru lausr til afh.við kaupsamning
- Innréttingar frá AXIS
- **V. 35.9 millj.**

AÐEINS 2 ÍBÚÐIR EFTIR

Hafðu samband
SVEINN EYLAND
Löggiltur fasteignasali. Sími 690 0820

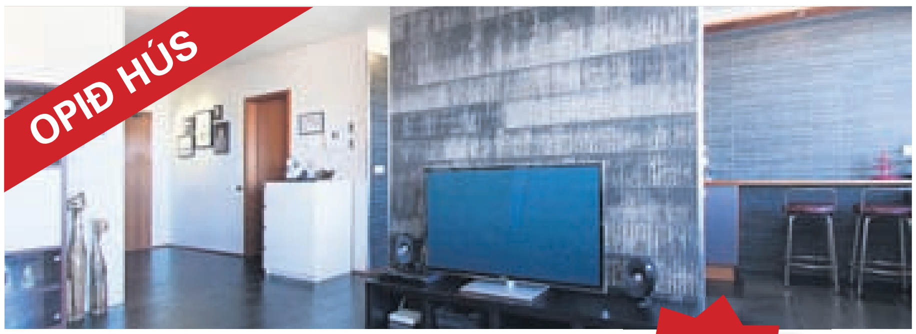
VINDAKÓR 2-8 – 203 KÓP

- Bjartar og vel skipulagðar 3ja-5. herb.íbúðir
- Íbúðir eru 119 – 166 fm
- Íbúðir eru afhentar fullbúnar að öllu leiti án gólfefna
- Stæði í bílgeymslu með öllum íbúðum.
- Lyfta í húsi.
- Íbúðir eru lausr til afh.við kaupsamning
- Viðhaldfrítt hús að öllu leiti
- **V. 34.3 – 43.6 millj.**



90% FJÁR-MÖGNUN

Hafðu samband
SVEINN EYLAND
Löggiltur fasteignasali. Sími 690 0820



RJÚPNASALIR 12 – 201 KÓP

OPIÐ HÚS SUNNUDAG 31.MAÍ KL.14:00-14:30

LAUS Í LOK JÚLÍ

- Vel skipulögð 109 fm 4ra herb.íbúð
- Vandaðar innréttingar
- Stæði í bílgeymslu / lyfta
- Rúmgóðar suður-svalir
- **V. 37.5 millj.**

Hafðu samband
SVEINN EYLAND
Löggiltur fasteignasali. Sími 690 0820

MJÓAHLÍÐ 10 – 105 RVK

OPIÐ HÚS SUNNUDAG 31.MAÍ KL.15:30-16:00

- Vel skipulögð 4ra herb.íbúð á 2.hæð
- Rúmgóð stofa / borðstofa og eldhús
- Bílskúrsréttur með þessari íbúð
- Húseign hefur verið endurnýjuð töluvert
- **V. 38.5 millj.**

Hafðu samband
SVEINN EYLAND
Löggiltur fasteignasali. Sími 690 0820

ÁSGARÐUR – 108 RVK

MÖGULEGA LAUS Í BYRJUN JÚLÍ

- Vel skipulagt 136 fm endaraðhús
- Þrjú svefnherbergi / tvær stofur
- Stór afgirt suður / vestur-verönd við hús
- Töluvert endurnýjað s.s skolp, dren og þak
- **V. 38.5 millj.**

Hafðu samband
SVEINN EYLAND
Löggiltur fasteignasali. Sími 690 0820

HÁTÚN 9 – 105 RVK

OPIÐ HÚS SUNNUDAGINN 31. MAÍ FRÁ 14.00 – 14.30

- Fallegt 227,5 fm einbýli á tveim hæðum.
- Mikið endurnýjað húsnæði.
- Útleigueiningar.
- **V. 67.9. millj.**

Hafðu samband
EGGERT MARÍUSON
sölufulltrúi. Sími 690 1472

LANDMARK

FASTEIGNASALA

Sími 512 4900
landmark.is

Magnús Einarsson Löggiltur fasteignasali Sími 897 8266
Sigurður Samúelsson Löggiltur fasteignasali Sími 896 2312
Sveinn Eyland Löggiltur fasteignasali Sími 690 0820
Íris Hall Löggiltur fasteignasali
Þórarinn Thorarensen Sölustjóri Sími 770 0309
Rúnar Óskarsson MBA viðskiptafr. / sölufulltrúi Sími 895 0033
Eggert Maríuson Sölufulltrúi Sími 690 1472
Guðrún Diljá Lúðvíksdóttir skjalagerð
Benedikt Ólafsson sölufulltrúi Sími 661 7788
Nadia Katrín sölufulltrúi Sími 692 5002
Orri Hermannsson sölufulltrúi Sími 6 900 900

Landmark leiðir þig heim!

SKEIÐARVOGUR 11
104 RVK

OPIÐ HÚS SUNNUDAGINN 31. MAÍ KL. 15:00 – 15:30

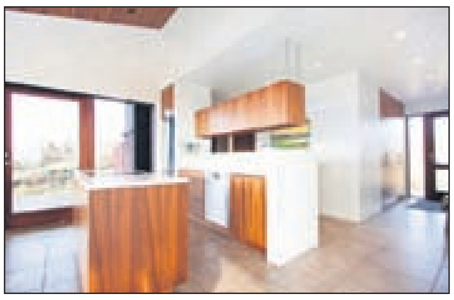
Virkilega falleg og frábærlega staðsett 182,6 fm. 6 herb. íbúð í endaraðhúsi þ.a. 25,4 fm. bílskúr.

- Eignin hefur verið mikið endurnýjuð á síðustu árum, skólp, rafmagn og rafmagnstafla.
- 4 svefnherbergi og 2 baðherbergi.
- Tvennar svalir og fallegur garður.
- Stétt fyrir framan eignina nýlega endurnýjuð með hitalögn undir.
- Stutt í alla þjónsutu og skóla.
- **V. 49,9 millj.**

Hafðu samband
ÞÓRARINN THORARENSEN
sölustjóri. Sími 770 0309

GLÆSILEGT SUMARHÚS
MINNA MOSFELL, UNDIRHLÍÐ

Einstaklega glæsilegt 107 fm. sumarhús ca. 80 km. frá Reykjavík.



- Eignin stendur á 9.600 fm. eignarlóð.
- Afar vandaðar og sérsmíðar hnotu-innréttingar og innihurðir. Allir gluggar og hurðir úr harðvið.
- Stór verönd með frábæru útsýni.
- Hiti í gólfum með sér hitastýringu fyrir hvert rými.
- Eignin er staðsett við Minna Mosfell í Grímsnes og Grafningshreppi.
- Rafmagnshlið inn á svæðið.
- **V. 34,9 millj.**

Hafðu samband
ÞÓRARINN THORARENSEN
sölustjóri. Sími 770 0309

LINDARGATA 14. ÍBÚÐ Á 2 HÆÐ Í REYKJAVÍK.

OPIÐ HÚS MÁNUDAGINN. 1. JÚNÍ KL. 17:30 - 18:00

- Glæsilega 105.1 fm. 4ra herb. íbúð / hæð eign í hjarta miðbæjarins sem hefur verið einstaklega vel og smekklega uppgerð. Miklir möguleikar sem gistiheimili eða fyrir stóra fjölskyldu.
- Eignin er afar björt .
- Eign sem vert er að skoða.
- Stutt í alla þjónustu.
- **V. 46 millj.**

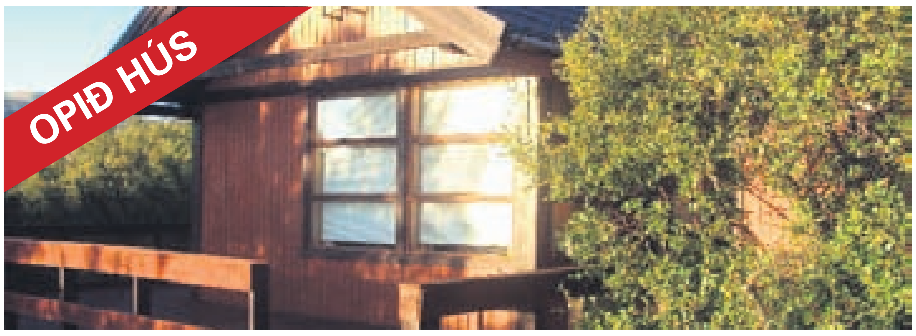
Hafðu samband
BENEDIKT ÓLAFSSON
Sölufulltrúi. Sími 661 7788

SLÉTTALAND Í ÁSAHREPPI

OPIÐ HÚS SUNNUDAGINN 31. MAÍ KL. 14:00 – 16:00

- Ca. klst. akstur frá Reykjavík. Hentar vel í ferðaþjónsutu.
- 163,4 fm. einbýlis hús sem stendur á ca. 1 hektara landi.
- Mikil lofthæð í húsinu, upprunalega byggt sem félagsheimili.
- Lóðin er fallega ræktuð og bundið slitlag á heimreið.
- Allt innbú getur fylgt.
- **TILBOÐ ÓSKAST**

Hafðu samband
ÞÓRARINN THORARENSEN
sölustjóri. Sími 770 0309



STUTTÁRBOTNAR - HÚSAFELL

OPIÐ HÚS SUNNUDAGINN 31. MAÍ KL. 14:00 – 15:00

- Afar fallegt og vel skipulagt 36,2 fm. sumarhús á gróðursælum stað.
- Eignin er frábærlega staðsett, kjarr allt í kringum húsið.
- Stutt í alla þjónustu.
- Hitaveita.
- Heitur pottur og útisturta.
- **V. 10,9 millj.**

Hafðu samband
ÞÓRARINN THORARENSEN
sölustjóri. Sími 770 0309

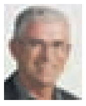
DALSEL 6 – 109 RVK

OPIÐ HÚS LAUGARDAGINN 30. MAÍ KL. 14.00 – 14.30

- Björt 106,9 fm 4ra herb íbúð.
- Stæði í bílageymslu.
- Stutt í leik- og grunnskóla.
- **V. 27,9 millj.**

Hafðu samband
EGGERT MARÍUSON
sölufulltrúi. Sími 690 1472

OPIÐ HÚS
sunnudaginn 31.maí frá kl: 14:00 til 14:30


Nánari upplýsingar veitir
Svan G. Guðlaugsson
sölufulltrúi
sími: 697 9300
svan@miklaborg.is

Óskar R. Harðarson
hdl. og löggiltur fasteignasali

Nýleg 3ja herberga íbúð í lyftuhúsi í Skugganum.
Vandaður innréttingar og frágangur.
Suðursvalir og bílastæði í bílakjallara.
Staðsetningin er frábær og örstutt í miðborgarlífið en þó laus við skarkala miðbæjarins.

FASTEIGNASALAN MIKLABORG 569 7000 Lágmúla 4 www.miklaborg.is
Óskar R. Harðarson og Jason Guðmundsson, löggiltir fasteignasalar
- með þér alla leið -

Átt þú fasteign á Norðurlandi ?
Íbúð, sumarhús, jörð eða land ?

Tryggðu þér skoðun og þjónustu löggilts fasteignasala dagana 5-7 júní n.k í Eyjafjarðarsýslu og næsta nágrenni.

Fagleg ljósmyndataka og sýnileiki sem tryggir árangur.

Nánari upplýsingar veitir
Jón Rafn Valdimarsson
löggiltur fasteignasali
sími: 695 5520
jon@miklaborg.is

FASTEIGNASALAN MIKLABORG 569 7000 Lágmúla 4 www.miklaborg.is
Óskar R. Harðarson og Jason Guðmundsson, löggiltir fasteignasalar
- með þér alla leið -

EIGNAMIÐLUN
Sala fasteigna frá 1957
Elsta starfandi fasteignasala landsins

Stórhöfði 27 110 Rvík, Til leigu

Til leigu glæsileg 204,2 fm skrifstofuhæð á efstu hæð í nýlegu og góðu húsi við Stórhöfða. Glæsilegar innréttingar og góð móttaka. Lyfta. Glæsilegt útsýni. Laus 1. júní n.k. **Tilboð** 8649

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

Opið hús 1.júní

Hrísholt 5, Garðabæ

Tegund:	einbýli
Stærð:	320,4 fm
Svefnherbergi:	7
Verð:	105.000.000

Opið hús mánudaginn 1. júní milli kl. 17:30-18:00

Fallegt 320,4 fm einbýli , panorama útsýni. Auka íbúð á neðri hæð með sér inngangi. 3 svefnh. á efri hæð ásamt 2 stofum. Neðri hæð. Vinnuh, köld geymsla innaf. Baðh.m/sauna. Stórt fjölskylduh/unglinga, geymsla þar innaf. Þvottahús. 2ja h. íbúð sem er í útleigu á neðri hæð. Rósa Margrét sölufulltrúi tekur á móti áhugsömum. gsm 8937969 netfang: rosamargret@husaskjol.is

Rósa Margrét, sölufulltrúi
gsm 893 7969

Ásdís Ósk
löggiltur fasteignasali
gsm: 863-0402
asdis@husaskjol.is

Húsaskjól fasteignasala
Hlíðasmára 2, 201 Kópavogi,
sími 519-2600

WWW.HUSASKJOL.IS HUSASKJOL@HUSASKJOL.IS WWW.FACEBOOK.COM/HUSASKJOL

Sundagörðum 2
Sími: 533-4800
www.midborg.is

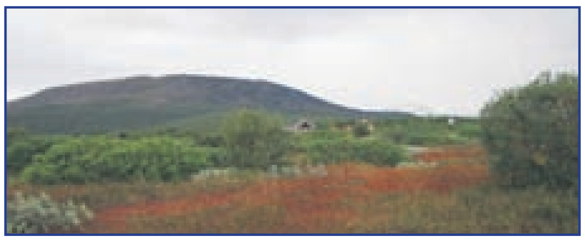
MIÐBORG fasteignasala

Björn Þorri Viktorsson
Hrl. og lögg. fasteignasali
Karl Georg Sigurbjörnsson
Hrl. og lögg. fasteignasali

KVISTHAGI 21
OPIÐ HÚS SUNNUDAG Á MILLI 15.00 OG 15.00

Falleg og töluvert endurnýjuð 2ja herbergja íbúð á jarðhæð með sérinngangi á vinsælum stað í Vesturbæ Reykjavíkur. Stutt í Háskólann og alla þjónustu. Topp eign. Stærð 70,5fm **V. 26,9m** Uppl. Gylfi 822-0700

RIMATJÖRN Í LANDI LEYNIS VIÐ BÖÐMÓÐSSTAÐI BLÁSKÓGABYGGÐAR!!



ÞÚ VILT EKKI MISSA AF ÞESSU. GÓÐ KAUP.

- Um er að ræða mjög fallegar samlyggjandi lóðir rétt við Laugarvatn með tjörn sem liggur við lóðirnar.
- ÞRJÁR FLOTTAR EIGNALÓÐIR Í LANDI LEYNIS VIÐ BÖÐMÓÐSTAÐI Í BLÁSKÓGABYGGÐ AÐ RIMATJÖRN NR. 4.6.8 FRÁBÆR STAÐSETNING.
- Stærð lóðanna: Lóð nr. 4 er 6,925 fm. Lóð nr. 6 er 5,735 fm. Lóð nr. 8 er 5,468 fm. Falleg tjörn liggur uppvið lóðarmörk.
- Kaupandi hefur heimild til stangveiða í brúará, fyrir landi Leynis skv. nánara skipulagi.

Benedikt gefur upplýsingar í s. 6617788

Tilboð óskast

Íris Hall
Löggiltur fasteignasali

Benedikt Ólafsson
sölufulltrúi
Sími 661 7788

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

LIND FASTEIGNASALA / 510 7900 Hlíðasmári 6 / 201 Kópavogur / www.FASTLIND.is

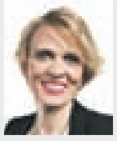
OPIÐ HÚS › 31. maí 15:00 – 16:00

Efstiás 22 í Svínadal
HVALFJARÐARSVEIT

STÆRÐ: 85 fm
SUMARHÚS HERB: 5

Fallegt sumarhús við Eyrarvatn Hvalfjarðarsveit, 45 mín akstur frá Höfuðborgarsvæðinu. 7,300 fm endaleigulóð í suðurhlíð. Steypt plata, hitaveita, sólskáli og heitur pottur. Öryggishlið.

23.900.000 KR


Heyrumst
Þórunn Gísladóttir
Löggiltur fasteignasali
› 510 7900
› thorunn@fastlind.is

Heyrumst
Jóhanna Gústavsdóttir
Sölufulltrúi
› 698 9470
› johanna@fastlind.is

Uppspretta ánægjulegra viðskipta

LIND FASTEIGNASALA / 510 7900 Hlíðasmári 6 / 201 Kópavogur / www.FASTLIND.is

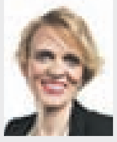
OPIÐ HÚS › 2. júní 17:00 – 17:30

Rauðavað 13
110 REYKJAVÍK

STÆRÐ: 104,5 fm
FJÖLBÝLI HERB: 3

Vel skipulögð 3. herbergja íbúð á 2. hæð með sérinngangi í nýlegu litlu fjölbýli.
Parket og flísar. Suður svalir. Sérstæði í bílageymslu. Verðlaunalóð.

32.900.000 KR


Heyrumst
Þórunn Gísladóttir
Löggiltur fasteignasali
› 510 7900
› thorunn@fastlind.is

Heyrumst
Bjarni Blöndal
Sölufulltrúi
› 662 6163
› bjarni@fastlind.is

Uppspretta ánægjulegra viðskipta

HÖFÐI FASTEIGNASALA

Suðurlandsbraut 20
Sími 533 6050
Faxnr. 533 6055
www.hofdi.is

Kirkjustétt 2-6 Grafarholti
Opið hús í dag á milli 15 og 16

Stórglæsileg fullbúin 54 fm vinnustofa / íbúð með sér inngangi og til afhendingar strax í nýlegu klæddu húsi. Möguleiki er á 80 % fjármögnun til 25 ára að uppfylltum skilyrðum um greiðslumat. Eignin skiptist í parketlagt alrými með glæsilegri eldhúsinnréttingu, ísskápur og uppþvottavél fylgja, keramik helluborð og stálháfur. Baðherbergi er flísalagt, t.f. þvottavél, sturta. Herbergi er parketlagt.

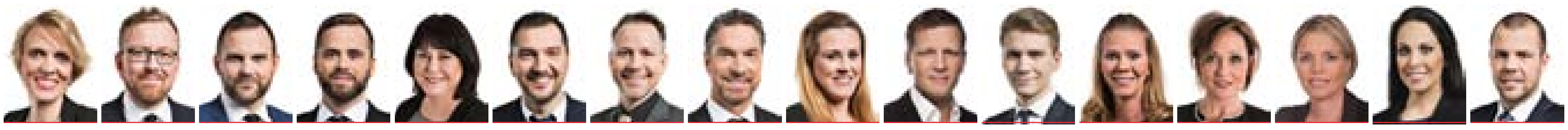
Hagstætt verð aðeins 15,9 millj.
Ásmundur Skeggjason fasteignasali tekur vel á móti ykkur. S: 895 3000.-
Fyrstur kemur fyrstur fær.

Dæmi um mögulega fjármögnun:
Útborgun kr. 1.500.000.
Lán til 25 ára kr.12.720.000.-
Þann 01.11.2015 kr.1.000.000.-
Þann 01.02.2016 kr.680.000.-

LIND FASTEIGNASALA

510 7900

Hlíðasmári 6 / 201 Kópavogur / www.FASTLIND.is



Þórunn | Andri | Hannes | Stefán | Jóhanna | Kristján | Bjarni | Gunnar | Arna | Venni | Anton | Kristín | Þórey | Lára | Harpa | Magnús

Möðrufell 11
111 REYKJAVÍK

STÆRÐ: 64,2 fm | **FJÖLBÝLI** | **HERB: 2-3**

2ja-3ja herbergja íbúð á rólegum stað með sólpalli sem snýr til vesturs og garði í sameign. Stutt er í alla þjónustu og má þá nefna skóla, leikskóla, sundlaug, íþróttasvæði og verslanir.

Heyrumst
Arna › 692 5515 **19.900.000 KR**

OPIÐ HÚS › 2. júní 18:00 – 18:30

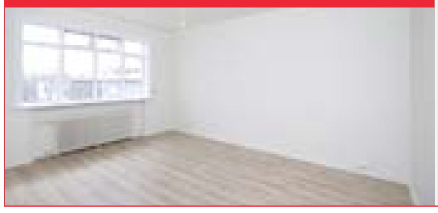
Maríubakki 10
109 REYKJAVÍK

STÆRÐ: 87,5 fm | **FJÖLBÝLI** | **HERB: 3**

2 svefnherbergi. Rúmgóð þvottahús inn af eldhúsi. Suður svalir. Útsýni. Stutt í skóla og þjónustu. Gott leiksvæði í sameiginlegum garði.

Heyrumst
Bjarni › 662 6163 **24.900.000 KR**

TIL LEIGU



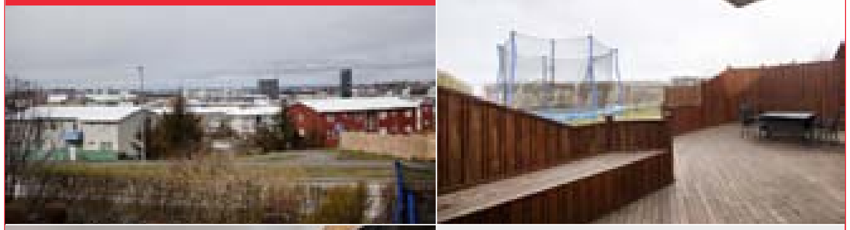
Njálsgata 86
101 REYKJAVÍK

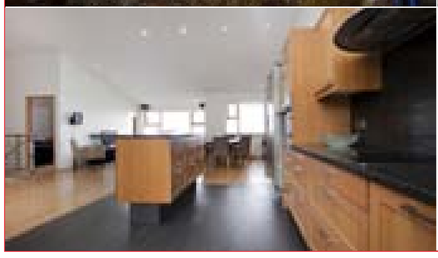
STÆRÐ: 62,3fm | **FJÖLBÝLI** | **HERB: 2**

Laus til leigu Skilmálar 3ja mánaða bankaábyrgð, hrein vanskilaskrá, meðmæli frá fyrri leigjanda ef við á. Leigusamningur ótímabundinn með sex mánaða uppsagnafresti. hannes@fastlind.is

Heyrumst
Hannes › 699 5008 **Leiga 155.000 KR**

OPIÐ HÚS › 31. maí 15:00 – 15:30





Haukalind 6
201 KÓPAVOGUR

STÆRÐ: 221 fm | **RAÐHÚS** | **HERB: 6**

Mjög fallegt og mikið endurnýjað 6 herbergja raðhús á tveimur hæðum á frábærum útsýnisstað við Haukalind 6 í Kópavogi.

Heyrumst
Gunnar › 699 3702 **64.900.000 KR**

OPIÐ HÚS › 31. maí 14:00 – 14:30

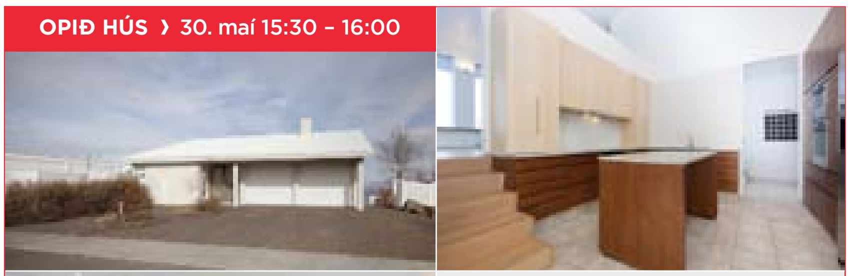
[illegible]ðra[illegible]rga[illegible]ur 34
[illegible]K

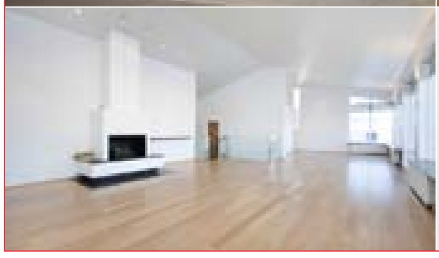
[illegible]8,4 fm | **FJÖLBÝLI** | **HERB: 4**

Mjög góð og vel skipulögð 4ra herbergja íbúð með sérinngangi við Bræðraborgarstíg 34 í Rvík.

Heyrumst
Gunnar › 699 3702 **29.900.000 KR**

OPIÐ HÚS › 30. maí 15:30 – 16:00





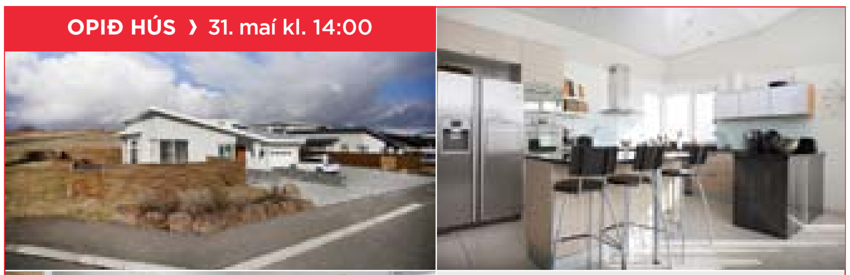
Skrúðás 11
210 GARÐABÆR

STÆRÐ: 268,8 fm | **EINBÝLI** | **HERB: 5**

Glæsilegt og vandað einbýlishús á tveimur hæðum á einstökum útsýnisstað. Fallegur viðhaldslítill garður með skjólveggjum og veröndum.Fjölskylduvænt hverfi.

Heyrumst
Jóhanna › 698 9470 **94.000.000 KR**

OPIÐ HÚS › 31. maí kl. 14:00



Dofrakór 8
203 KÓPAVOGUR

STÆRÐ: 200 fm | **EINBÝLI** | **HERB: 6**

Fallegt og vandað einbýli á einni hæð. Frábært útsýni, góð staðsetning.
Mikil lofthæð í aðalrými. Granít á gólffleti og hiti. Bílskúr einnig granítlagður með hita í gólfi.

Heyrumst
Hannes › 699 5008 **69.900.000 KR**

LIND FASTEIGNASÖLU
hefur borist mikill liðsstyrkur.

Við bjóðum
Vernharð Þorleifsson
hjartanlega
velkominn
til starfa.

LIND FASTEIGNASALA

699 -7372
venni@fastlind.is

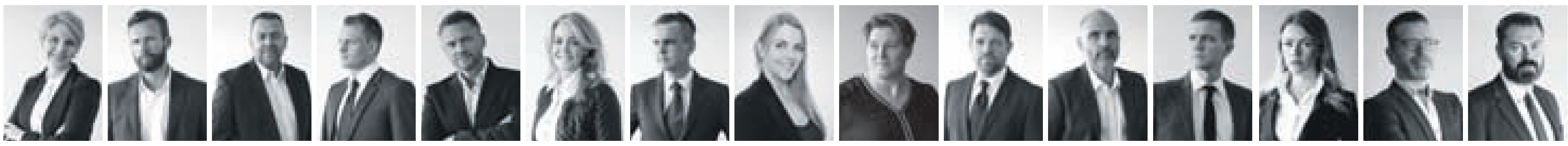
Hlíðasmára 6 / 201 Kópavogur / www.FASTLIND.is

Uppspretta ánægjulegra viðskipta

BORG
FASTEIGNASALA

Borg fasteignasala
Síðumúla 23
108 Reykjavík
www.fastborg.is

519 5500



Þóra Birgisdóttir	Brandur Gunnarsson	Gunnlaugur Þráinsson	Héðinn Birnir Ásbjörnsson	Sigurður Fannar Guðmundsson	Hildur Birkisdóttir	Ingimar Ingimarsson	Þórunn Sigurðardóttir	Vilborg G. Hansen	Stefán Páll Jónsson	Úlfar Þór Davíðsson	Stefán Jóhann	Jóhanna Sigurðardóttir	Gísli Elí Guðnason	Axel Axelsson
Fasteignasali	Sölumaður	Sölumaður	Fasteignasali	Sölumaður	Sölumaður	Hrl.	Sölumaður	Fasteignasali	Sölumaður	Fasteignasali	Fasteignasali	Sölumaður	Sölumaður	Sölumaður
777 2882	897 1401	844 6447	848 4806	897 5930	663 4539	519 5501	778 7707	853 7030	781 5151	897 9030	864 8808	662 1166	698 5222	820 6478

EIGN ÓSKAST

Erum með kaupanda að eign í þjónustakjarna fyrir eldirborgara á höfuðborgarsvæðinu.

Til greina kemur:
Árskógar
Gullsmári
Hvassaleiti
Strandvegur

Hafið samband við Þóru í síma 778 2882 eða thora@fastborg.is

Þóra
Fasteignasali
777 2882

GISTIHEIMILI

Borg fasteignasala kynnir:
Til sölu gott gistiheimili í góðum rekstri í hjarta miðbæjar Reykjavíkur.

Húsnæðið er með sex fullbúnum herbergjum, sameiginlegu eldhúsi og tveimur baðherbergjum.

Þrjú herbergi eru auk þess tilbúin til útleigu ásamt því að möguleiki er á að breyta bílskúrnum í stúdíó íbúð.

Þrír umgangar af líni fyrir sex herbergi og nýjar gardínur. Húsið var allt málað að innan árið 2014.

Öll rekstrarleyfi til staðar. Frábært tækifæri fyrir gott fólk.

Úlfar Þór
Fasteignasali
897 9030

Axel
Sölumaður
820 6478

Opið hús þriðjudaginn 2. júní kl. 17.30-18.00

Tjarnarból 2 íbúð 301

Glæsileg þriggja herbergja íbúð að Tjarnarbóli 2, endaíbúð á 3ju efstu hæð. Sérstaklega vel staðsett í húsinu, útsýni yfir höfuðborgina og til suðurs. Rúmgott hjónaherbergi, björt og falleg stofa með stórum gluggum til suðurs.

Verð: 33.900.000

Úlfar Þór
Fasteignasali
897 9030

Gunnlaugur
Sölumaður
844 6447

Bókið skoðun hjá sölumanni

Rekagrandi 8

Borg kynnir glæsilega 133,2 fm íbúð á tveimur hæðum, ásamt stæði í bílageymslu í Vesturbænum. Örstutt göngufæri í skóla og leikskóla og verslanamiðstöð.

Verð: 41.900.000

Þórunn
Sölumaður
778 7707

Opið hús mánudaginn 1. júní kl. 17.30-18.00

Þingholsbraut 74

Funkishús á pöllum með útsýni til Keilis, Bessastaða og Snæfellsjökuls. Arkitektinn Hákon Hertervig lét byggja húsið fyrir sig og sína fjölskyldu árið 1963. Stór stofa með miklum fallegum gluggum og gríðarmiklu og fallegu útsýni.

Verð: 64.900.000

Þóra
Fasteignasali
777 2882

Jóhanna
Sölumaður
662 1166

Klappakór 4

Glæsileg 4ra herbergja sérhæð með sérinngangi (gengið inn í götuhæð) og 24 fm. bílskúr. Stofan er rúmgóð og björt,gengið út á svalir sem vísa til s-austurs og eru með fallegu útsýni yfir Elliðavatn og Heiðmörk.

Verð: 49.900.000

Þóra
Fasteignasali
777 2882

Jóhanna
Sölumaður
662 1166

SÖLUSÝNING SUNNUDAGINN 31. MAÍ KL. 14.00-14.30

Austurkór 65 - 203 Kópavogu

Þetta eru nýjar vandaðar íbúðir á útsýnisstað, inngangur snýr í austur en stofa og svalir í vestur með stórkostlegu útsýni yfir höfuðborgina, Snæfellsnesið og fjallahringinn til norðurs. Sjón er sögu ríkari, verið velkomin.

- Tilbúnar til afhendingar strax -

Verð frá: 35.500.000

Þóra
Fasteignasali
777 2882

Gunnlaugur
Sölumaður
844 6447

SÖLUSÝNING SUNNUDAGINN 31. MAÍ KL. 15.00-15.30

Vindakór 5-7 - 203 Kópavogur

Nýlegt fjögurra hæða lyftuhús

- Rúmgóðar og smekklegar fullbúnar íbúðir
- Sér inngangur af lokuðum svalagangi eða lóð
- Merkt stæði í lokuðum bílakjallara (1-2)
- Stórar svalir eða sérnotareitur á lóð
- Fjölþætt þjónusta fyrir alla aldurshópa og góð tenging við náttúru.

Þóra
Fasteignasali
777 2882

Gunnlaugur
Sölumaður
844 6447

BYGGINGALÓÐIR Á SELFOSSI

Akurhólar 2, 4, 6

Byggingalóðir á Selfossi.
Þrjár samliggjandi lóðir. Á hverri lóð má byggja allt að 12 íbúðir. Samtals 36 íbúðir. Byggingarétttur allt að 3.200 fm.
Öll gatnagerðagjöld greidd. Lóðirnar eru í grónu hverfi. Stutt í skóla og leikskóla.

Verð 27.9 mkr. pr lóð.
Allar saman 76mkr. (2mkr pr íbúð)

Verð: 27.9 mkr. pr lóð

Sigurður Fannar
Sölumaður
897 5930

VINVEITTIR GERLAR

Dagleg inntaka vinveittra gerla styrkir ónæmiskerfið. Optibac fæst í öllum apótekum og heilsuverslunum á Íslandi. Nánari upplýsingar á www.raritet.is og www.facebook.com/optibaciceland

FLATUR MAGI Á SJÖ DÖGUM

RARITET KYNNIR *OptiBac-meltingargerlarnir henta þeim sem þjást af óþægindum í maga. Þeir hjálpa til við niðurbrot mjólkursykurs og sterkju í meltingarvegi. One Week Flat dregur úr lofti í maga og gerir þaninn kvið flatari.*

Ég stunda strangar æfingar alla daga og það úthéimtir mikla orku. Ég þarf að byggja upp orkuna bæði fyrir æfingarnar og til að eiga eitthvað afgangs fyrir fjölskylduna og daglegt líf. Það reynir verulega á líkamann að standast álagið sem fylgir því að vera dansari og keppa á meðal þeirra bestu,“ segir Hanna Rún Bazev Óladóttir dansari.

Algengt er að fólk fái pestir, svo sem kvef og flensu eða í magann, þegar líkaminn er undir miklu álagi. Því er mikilvægt að huga vel að mataræðinu og taka inn OptiBac-meltingargerla en 60% af ónæmiskerfisfrumunum er að finna í meltingarveginum. Vinveittar bakteríur úr OptiBac styrkja varnarkerfi líkamans.

FÆST Í ÖLLUM HELSTU APÓTEKUM OG HEILSUVÖRUVERSLUNUM

HEILBRIGÐ MELTING
„Ég mæli með því að nota vandaða meltingargerla eins og frá OptiBac Probiotics til að viðhalda heilbrigðri meltingu og bæta almenna heilsu,“ segir Hanna Rún Bazev Óladóttir dansari.
MYND/ERNIR

VIÐKVÆM Í MAGA

Hanna Rún kynntist nýlega OptiBac-meltingargerlunum. OptiBac – One Week Flat er sjö daga kúr sem inniheldur vinsamlegar bakteríur eins og acidophilus og prebiotics-trefjar.

„Ég er sjálf með magavandamál. Ég þoli illa glúten, brauð og mjólk og er alltaf í miklum vandræðum þegar kemur að keppnum. Þá þarf ég að passa mjög vel hvað ég læt ofan í mig. Það er dagamunur á mér, stundum get ég vel borðað brauð án þess að finna fyrir neinu en aðra daga fer það rosalega illa í mig. Við ferðumst líka mjög mikið í tengslum við keppnir og þá er ég kannski að borða öðruvísi mat en ég er vön. Það kemur oft fyrir að maginn á mér þenst út, mér verður illt og lít nánast út fyrir að vera komin nokkra mánuði á leið. Það er erfitt að keppa í þröngum kjól með útblásinn maga,“ segir Hanna Rún.

„Meðan á blæðingum stendur þenst kviðurinn líka gjarnan út og þá er mjög erfitt að halda maganum inni. One Week Flat kemur sér vel þá daga sem þær standa yfir.“

ÞARF EKKI AÐ GLEYPA PILLUR

„Það er líka stór kostur við One Week Flat að það er í duftformi en ekki í töflum. Ég hef alltaf átt mjög erfitt með að gleypa töflur, sama hversu litlar þær eru. Þess vegna líst mér sérstaklega vel á að One Week Flat er í duftformi, ég get þá bara hrært það út í vatn,“ segir Hanna Rún.

ONE WEEK FLAT

- OptiBac-meltingargerlarnir henta vel fyrir þá sem þjást af óþægindum vegna lofts í maga sem getur stafað af mataróþoli eða vanvirkni í meltingarstarfsemi.
- One Week Flat er sjö daga kúr sem inniheldur vinsamlegar bakteríur eins og acidophilus og prebiotics-trefjar.
- Gerlarnir hjálpa til við niðurbrot mjólkursykurs og sterkju í meltingarvegi og koma í veg fyrir óþægindi sem tengjast fæðuóþoli.
- One Week Flat dregur úr lofti í maga og gerir þaninn kvið flatari.
- Vörurnar frá OptiBac innihalda blöndu sýruþolinna meltingargerla sem komast örugglega og lifandi gegnum magasýrur smáþarma, þar sem þeim er ætlað að virka.

ÚTSÖLUSTAÐIR: Apótek um allt land

BESTA FLENSUVÖRN SEM ÉG HEF PRÓFAÐ

Sambucol er öflug fyrirbyggjandi lausn gegn kvefi og flensu fyrir alla fjölskylduna. Sambucol er náttúrulegt fæðubótarefni úr black elderberry-extrakt.

Þórarinn Þórhallsson, eigandi Raritet, hefur varla fengið flensu eða kvef undanfarin ár eða síðan hann kynntist Sambucol. „Ég prófaði Sambucol þegar ég fékk heiftarlega flensu fyrir nokkrum árum og það virkaði strax. Einkennin urðu mildari og það var mun auðveldara að takast á við veikindin. Ég var kominn aftur á ról eftir tvo til þrjá daga. Eftir það hef ég notað Sambucol markvisst allt árið um kring og hef hvorki fengið kvef né flensu síðan sem neinu nemur, 7-9-13,“ segir Þórarinn.

NÁTTÚRULEG VÍRUSVÖRN

Áratuga rannsóknir á Sambucol hafa sannað gagnsemi við t.d. inflúensu A og B og styrkingu á ónæmisviðbrögðum.

Dæmi um klínískar rannsóknir á Sambucol:

- *1995 – Inflúensa B rannsókn*
Miklu meiri bati hjá 93,3% þeirra sem tóku Sambucol en þeim sem notuðu lyfleysu.
- *2001 – Ónæmiskerfisrannsókn „In vitro“*
Sambucol reyndist vera hjálplegt til að styrkja ónæmiskerfið hjá fólki sem hafði minnkuð ónæmisviðbrögð.
- *2004 – Inflúensa A rannsókn*
Sambucol sýndi góða verkun gegn flensu og fækkaði veikindadögum að meðaltali um fjóra. Þeir sem tóku Sambucol þurftu einnig á mun minni verkjalyfjum að halda.
- *Fuglaflensa H5N1*
Sambucol virkaði í 99% tilfella til að vinna á móti H5N1 vírusnum.

HVERNIG GETUR SAMBUCOL HJÁLPAÐ?

- **Með því að taka Sambucol allan ársins hring er hægt að koma í veg fyrir kvefsmit og flensu. Mælt er með því að taka stærri skammt af Sambucol yfir vetrartímann.**
- **Sambucol getur hjálpað til við að forðast flensusmit á ferðalögum, á fjölförnum stöðum og í almenningsfarartækjum.**
- **Sambucol hefur fyrirbyggjandi áhrif, svo gott er að taka það inn þegar mikið stendur til.**

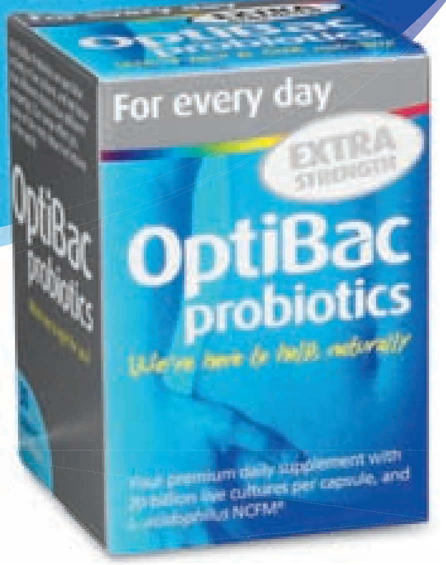
SAMBUCOL ER FÁANLEGT Í ÞREMUR MISMUNANDI PAKKNINGUM

- Sambucol for Kids er bragðgott náttúrulegt þykkni sem inniheldur svört ylliber og C-vítamín. Hentar börnum á aldrinum 3-12 ára. Þykknið er einstaklega bragðgott.
- Sambucol Immune Forte er sykurlaust, náttúrulegt þykkni sem inniheldur svört ylliber og Antivirin sem kemur í veg fyrir að vírusar nái til frumnanna og fjölgi sér. Inniheldur auk þess C-vítamín og sink sem styrkja ónæmiskerfið.
- Sambucol Immune Forte – hylki: Fyrir þá sem ekki vilja mixtúru er hægt að fá Sambucol forte með C-vítamíni og sinki í hylkjum. En forðahylki eru góður kostur þar sem innihaldsefnin eru í duftformi og eru þannig auðmeltanleg.

GÓÐ RÁÐ TIL AÐ FORÐAST SMIT

- Hreinlæti.
- Borðið engifer og hvítlauk og takið meltingargerla til að styrkja ónæmiskerfið.
- Takið inn Sambucol alla daga til að minnka líkur á smiti af kvefi og flensu.
- Best er að halda sig heima ef flensan bankar upp á.

OptiBac probiotics



”Bestu meltingargerlar sem ég hef prófað“

Viðir Þór Þrastarsson,
íþrótta- og heilsufræðingur
frá Háskóla Íslands.

@OptiBac
www.facebook.com/optibaciceland

Fæst í apótekum og heilsubúðum

PRENTUN.IS

GAMAN SAMAN Fjöldi manns lagði leið sína í Öskjuhlíð þegar Fjölskyldudagurinn var haldinn í fyrra og átti góða stund með fjölskyldu og vinum. AÐSEND MYND

FJÖR Í ÖSKJUHLÍÐ

FJÖLSKYLDUSAMVERA *Fjölskyldur geta gert sér glaðan dag í Öskjuhlíðinni í dag þar sem sérstakur Fjölskyldudagur verður haldinn á milli eitt og þrjú.*

Það verður eitthvað í boði fyrir alla í Öskjuhlíðinni í dag, fjölskyldan getur komið saman í einstakri náttúru Öskjuhlíðar og notið sín. Farið verður í klettasig, rathlaup, skylmingar, upplifunarleiðangur, náttúrubingó, jóga, lært að tálga og fræðst um fugla. Dr. Bike verður á svæðinu og í lokin verður boðið upp á slökun og hugleiðslu.

Fjórar konur sem eru einlægar áhugamanneskjur um heilsu og velferð barna standa að skipulagningu dagsins. Þær Lára G. Sigurðardóttir, Sigríður Arna Sigurðardóttir, Sabína St. Halldórsdóttir og Pálína Ósk Hraundal eiga það sameiginlegt að finnast það mikilvægt að kynna fyrir fjölskyldum ýmsar leiðir til að njóta samverunnar úti í náttúrunni og hafa gefið út bækurnar Útivist og afþreying fyrir börn, Færni til framtíðar og Útilífsbók barnanna. „Heilsan er okkur öllum mikilvæg og ekki síst fyrstu æviárin en þá eru foreldrar helstu fyrirmyndir barna sinna. Með því að njóta samverunnar úti í náttúrunni sláum við margar flugur í einu höggi; við eflum líkamlega, andlega og félagslega heilsu okkar allra, þar hvílum við okkur á amstri dagsins og þar er nettenging af skornum skammti,“ segir Lára. Sigríður bætir við að það megi með sanni segja að náttúran gefi okkur ró, kraft og heilsu.

FORELDRAR FYRIRMYNDIRNAR

„Við viljum líka sýna fólki að það er hægt að gera svo margt án þess að leggja út í mikinn kostnað. Við höldum sjálfar öllum kostnaði í lágmarki og gerum daginn eins heimilislegan og náttúrulegan og hægt er. Við erum lánsamar að allir þeir sem við höfðum samband við til að vera með okkur í Öskjuhlíðinni tóku vel í hugmyndir okkar og gefa einnig vinnu sína, sem er ekki sjálfgefið, og eiga miklar þakkir fyrir,“ segir Sigríður og brosir.

Sabína segir markmiðið með deginum vera að gefa fjölskyldum hugmyndir að samverustundum ásamt því að hvetja foreldra til að stunda útilíf og hreyfingu með börnum sínum. „Rannsóknir sýna að börn sem stunda heilbrigðan lífsstíl með foreldrum sínum eru líklegri til að tileinka sér hann síðar meir. Einnig eru börn sem stunda útilíf almennt hraustari og fá síður pestir. Því er mikilvægt að vekja athygli á því hversu ómetanlegt það er fyrir foreldra að vera góð fyrirmynd og hvetja börn sín til heilbrigðs lífsstíls.“

ALLIR MEÐ BROS Á VÖR

Fjölskyldudagurinn var haldinn í fyrsta skipti í fyrra og þá mættu um 700 manns í Öskjuhlíðina. „Dagurinn í fyrra var frábær í alla staði. Sá árangur okkar hvatti okkur enn frekar til að halda daginn aftur í ár. Við erum allar með vefsíður eða Facebook-síður þar sem við færum fólki fróðleik um mikilvægi útiveru barna, gefum tillögur að skemmtilegum viðburðum, tillögur að einföldum leikjum og leiðum fyrir foreldra og forráðamenn til að hreyfa sig með börnunum sínum. Því er þessi dagur mjög mikilvægur hlekkur í þeim boðskap sem við stöndum fyrir,“ útskýrir Lára.

Þær stöllur vonast til að fá fleiri til að koma á Fjölskyldudaginn í dag en komu í fyrra. Þær hvetja alla til að koma hjólandi eða gangandi þó að næg bílastæði séu við Perluna. „Það gæti komið sér vel að taka með teppi og nesti, vera í góðum skóm og klæða sig eftir veðri en umfram allt með bros á vör,“ segja þær og brosa sjálfar.

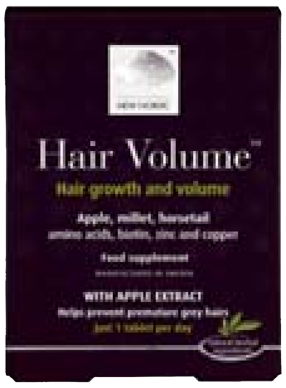
SKIPULEGGJENDUR Þær Sigríður Arna Sigurðardóttir, Lára G. Sigurðardóttir og Sabína St. Halldórsdóttir skipuleggja Fjölskyldudaginn ásamt Pálínu Ósk Hraundal. MYND/VILHELM

KLETTASIG Fjölbreytt dagskrá verður í Öskjuhlíð í dag og verður meðal annars hægt að fara í klettasig. AÐSEND MYND

STUÐLAR AÐ LÍFLEGRA HÁRI

ICECARE KYNNIR *Frábærar töflur sem hægt er að mæla hiklaust með. Hárið verður líflegra og þykkara með Hair Volume.*

Selma Björk Grétarsdóttir var farin að taka eftir að hár hennar hafði þynnst og var orðið mjög þurrt og slitið. „Ég ákvað að prófa Hair Volume sem ég hafði séð auglýst og fljótlega sá ég að hárið varð miklu líflegra. Mér finnst einnig vera kominn gljái á hárið og finn að það hefur þykknað þótt ég sé einungis búin að taka Hair Volume í tvo mánuði. Ég hef litað hárið reglulega og þarf því að gæta þess að það þorni ekki of mikið. Ég get hiklaust mælt með Hair Volume fyrir þær sem eru í sömu stöðu og ég,“ segir Selma.



Eflir hárvöxt, styrkir og þykkir hárið. Innihald: elfting (horsetail extract), epla-extrakt, hirsi (millet extract), amínósýrur L-cysteine og L-methionine, bíótín, pantótenatsýra, sink og kopar.

HAIR VOLUME

- **Nýjung á markaðnum.**
- **Eina varan sem inniheldur náttúrulega vaxtarvakann procyanidin-B2 sem unninn er úr eplum.**
- **Nærir rætur hársins með bíótíni sem hvetur hárvöxt og umfang hársins.**
- **Inniheldur kopar sem viðheldur eðlilegum lit.**
- **Hjálpar til við að koma í veg fyrir grá hár.**
- **Inniheldur þykkni úr hirsi, kísli og B-vítamínum.**

ÁNÆGÐ Selma Björk sá mikinn mun á hári sínu eftir að hafa tekið Hair Volume í tvo mánuði. MYND/VILHELM

FLJÓT AÐ SOFNA Sigríður slakar vel á og sefur betur þegar hún tekur Melissa Dream enda laus við fótaóeirð þegar hún tekur töflurnar. MYND/ERNIR

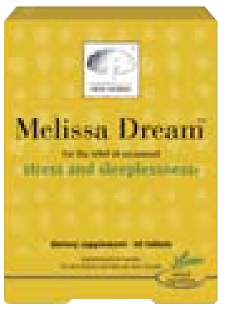
Í BETRA JAFNVÆGI OG SEFUR MIKLU BETUR

Melissa Dream-töflurnar fá þig til að sofa betur. Þetta er ekki lyf heldur náttúruleg vítamín og jurtir.

Svefntruflanir geta stuðlað að vanlíðan. Við búum í hröðu og erilsömu samfélagi sem veldur því að svefntruflanir eru gríðarlega algengar. Ef þú færð ekki nægan svefn geturðu fengið bauga undir augun, húðin orðið föl og einnig getur það valdið þyngdaraukningu þar sem þú eykur framleiðslu á hormónum sem kalla fram hungurtilfinningu.

LAUS VIÐ FÓTAÓEIRÐ

Sigríður Helgadóttir fór að nota Melissa Dream þegar hún var búin að eiga nokkrar andvökunætur vegna fótaóeirðar sem truflaði svefn hennar. „Fótaóeirðin var mjög óþægileg og hélt fyrir mér vöku en ég er ekki vön að vera andvaka. Ég fór að leita mér ráða, þá sá ég reynslusögur í blöðunum um Melissa Dream. Ég fór að lesa mér til um vöruna og ákvað að prófa, því það sakaði ekki að reyna.“



Sigríður tekur tvær töflur klukkutíma fyrir svefn þegar henni finnst hún þurfa á því að halda. „Þá næ ég að sofna fljótlega og svo finn ég ekki fyrir þessum fótapirringi. Það sem mér finnst líka æðislegt við þessar töflur er að þær eru náttúrulegar og hafa engin eftirköst þegar maður vaknar. Ég þarf ekki að taka þær á hverju kvöldi en mér finnst ég ná að slaka svo vel á þegar ég tek þær.

Ég er mjög ánægð með Melissa Dream og ég mæli með því fyrir alla sem eiga erfitt með svefn.“

SOFÐU BETUR MEÐ MELISSA DREAM

- **Vísindalega samsettar náttúruvörur.**
- **Aðstoða þig við að sofa betur og vakna endurnærð/ur.**
- **Innihalda ekki sljóvgandi efni.**
- **Innihalda náttúrulegu amínósýruna L-theanine, sem hjálpar til við slökun.**
- **Innihalda B-vítamín sem stuðla að eðlilegri taugastarfsemi.**
- **Innihalda mikið af magnesíum, sem stuðlar að eðlilegri vöðvastarfsemi og dregur þar með úr óþægindum í fótum og handleggjum.**

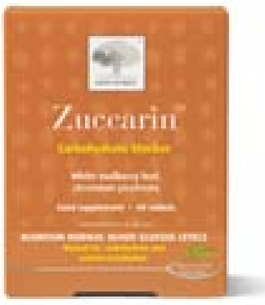
LÖNGUN Í SÆTT NÁNAST HORFIN

Zuccarin-töflurnar henta þeim sem þurfa að draga úr sykurnotkun.

Hrafnhildur Jónsdóttur reynir að hugsa vel um heilsuna, borða hollan mat og fer reglulega á hestbak, en hún segir sykurinn hafa verið stóran löst í sínu lífi. „Mig langaði til að losna við sykurátið og ekki vildi ég enda með sykursýki 2 eða aðra sjúkdóma. Ég var hins vegar ekki nógu viljasterk til að segja nei af því að sjúkleg löngun í sykur var alltaf til staðar.“

Hún segir það geta verið mjög erfitt að halda sig frá sykrinum þar sem hann er í nánast öllu sem við borðum. „Mér hefur allavega ekki tekist að losna við sykurpúkann sem hefur setið á öxlinni á mér og hvíslað að mér að ég eigi skilið smávegis súkkulaði.“

Eftir að Hrafnhildur fór að taka Zuccarin-töflurnar getur hún hins vegar sagt „nei, takk“ við sælgæti eða látið sér duga að fá sér smávegis. „Mér finnst ég vera orkumeiri og millimálið hefur aðeins minnkað, sem er ekki verra. Ég mæli því eindregið með Zuccarin.“



Zuccarin-töflurnar eru aðallega unnar úr laufum af japanska mórberjatrénu. Einnig innihalda þær króm. Laufin innihalda sérstakt efni sem kallast DNJ en það getur komið í veg fyrir upptöku sykurs úr matnum sem við neytum. DNJ getur því haldið blóðsykrinum í jafnvægi og minnkað löngun í sykur. Króm getur hjálpað til við að viðhalda eðlilegum efnaskiptum. Zuccarin er auðvelt í notkun. Taktu eina töflu fyrir hverja máltíð og þú finnur fljótt muninn.

HRAFNHILDUR JÓNSDÓTTIR Mælir með Zuccarin. Hún getur nú sagt „nei, takk“ við sælgæti. MYND/GVA

ÁTTU ERFITT MEÐ AÐ LÉTTA ÞIG?

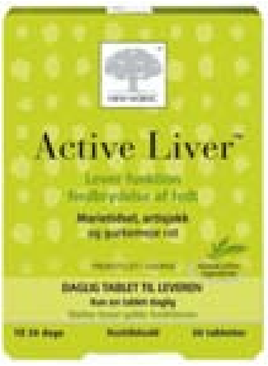
Fita er ekki bara bundin við maga, rass og læri. Hún getur einnig sest innan í líffærin og fita í lifrinni getur haft slæm áhrif á líðanina.

Starfsemi lifrarinnar hefur mikið að segja um líkamlegt heilbrigði og hefur lifrin mikla þýðingu fyrir efnaskiptin. Það geta verið margar ástæður fyrir því að fita safnast upp í lifrinni. Það getur verið vegna áfengisneyslu en það getur einnig verið vandamál hjá fólki í yfirþyngd. Þreyta og þróttleysi geta verið merki um að mikið álag sé á lifrinni.

NÝTUR ÞÚ LÍFSINS AF MIKIÐ?

Þegar lífinu er lifað til fulls er auðvelt að finna fyrir því og það sést á fólki. Nú má fá hjálp til þess að minnka það að sögn Ólafar Rúnar Tryggvadóttur, framkvæmdastjóra hjá Icecare. „Active Liver styður við niðurbrot fitunnar í þörmunum, bætir meltinguna og stuðlar að eðlilegri lifrarstarfsemi. Dagsdaglega leiðir fólk almennt ekki hugann að lifrinni. Hún gegnir þó mikilvægu hlutverki varðandi efnaskipti og niðurbrot á fitu. Of mikið af kolvetnum, of mikið áfengi og feitur matur valda of miklu álagi á starfsemi lifrarinnar og gallsins.“

„Matur sem neytt er nú á dögum inniheldur meira af kolvetnum en matur sem forfeður okkar neyttu. Við erum ekki vön þeim. Of stór skammtur af kolvetnum miðað við prótein gerir lifrinni erfitt að viðhalda eðlilegum efnaskiptum og niðurbroti á fitu. Sem betur fer eru það ekki einungis prótein sem geta örvað lifrarstarfsemina,“ útskýrir Ólöf.



LEYNDARMÁLIÐ UM ACTIVE LIVER

Active Liver inniheldur náttúrulegt jurtaþykkni, sem er þekkt fyrir að örva virkni lifrarinnar og gallsins, og efnið kólín, sem er mikilvægt fyrir fitubrennslu og hjálpar til við að minnka fitu sem getur safnast fyrir í lifrinni.

IceCare
Þín heilsa

SÖLUSTAÐIR OG UPPLÝSINGAR

Vörurnar eru fáanlegar í öllum apótekum, heilsuverslunum og heilsuhillum stórmarkaðanna. Hægt er að nálgast frekari upplýsingar á heimasíðu IceCare, **www.icecare.is**

KRAFTMIKIL HJÓN Margrét Erna Blomsterberg og Grétar Benediktsson eru í stórum hópi sjálfboðaliða sem vinna við Smáþjóðaleikana sem hefjast á mánudag. MYND/VILHELM

STEMNINGIN ER EINSTÖK Í LAUGARDALNUM

SJÁLFBOÐALIÐAR Í SUMARFRÍINU *Mikill fjöldi sjálfboðaliða kemur að sextándu Smáþjóðaleikunum sem hefjast í Reykjavík á mánudaginn. Hjónin Margrét og Grétar frá Akureyri eyða hluta sumarleyfisins í Laugardal við ýmis störf en verkefnin eru næg.*

Sextándu Smáþjóðaleikarnir verða settir í Reykjavík á mánudaginn og keppnin hefst degi síðar. Níu þjóðir keppa þar í ellefu íþróttagreinum, þar á meðal frjálsum íþróttum, fimleikum, sundi og körfuknattleik. Stór hópur sjálfboðaliða hefur unnið hörðum höndum undanfarna daga að undirbúningi leikanna og munu starfa þar áfram á meðan þeir standa yfir við ýmiss konar verkefni, stór og smá.

Meðal þeirra eru hjónin Margrét Erna Blomsterberg og Grétar Benediktsson sem eru búsett á Akureyri. Þeim fannst upplagt að eyða hluta sumarleyfisins í að upplifa skemmtilegt ævintýri í Laugardalnum við sjálfboðastörf kringum leikana. Hjónin eru bæði hætt að vinna, Margrét verður 73 ára síðar á árinu og Grétar verður 74 ára, en þeim fannst óþarfi að sitja heima og morkna niður eins og Margrét orðaði það. „Við höfum bæði alltaf haft mikinn áhuga á íþróttum. Sjálfri finnst mér frjálsar íþróttir skemmtilegastar en ég spilaði handbolta sjálf á yngri árum en það eru víst mörg ár síðan.“

LÍTIÐ SOFIÐ ÚT

Margrét og Grétar leigja íbúð í Reykjavík í tvær vikur og dvelja í borginni á meðan leikarnir standa yfir. „Sjálfboðaliðastarfið hófst strax á miðvikudag með fataúthlutun til sjálfboðaliða en hver þeirra fær poka með fatnaði í samræmi við þátttöku hans. Auk þess höfum við bæði verið að plasta spjöldin sem þeir fá um hálsinn, setja upp sjónvörp og svo detta ýmis verkefni alltaf inn,“ bætir Grétar við.

Þau segja einstaka stemningu ríkja í Laugardalnum þessa dagana. „Reyndar er kominn smá svefngalsi í suma en hér ríkir góður andi og allir eru kátir. Það er einnig búið að vera mjög gaman og lærdómsríkt að sjá hvernig öll undirbúningsvinnan fer fram á bak við tjöldin.“

Það verður ekki sofið út um helgina enda næg verkefni fram undan að þeirra sögn. Meðal verkefna Margrétar um helgina verður að hafa umsjón með sjálfboðaliðaherberginu þar sem hópurinn getur komið inn og fengið sér hressingu. „Ég er í hópi eitt og þarf því eins og aðrir í hópnum að vera tilbúin að hlaupa í nánast hvað sem er. Auk þess er ég líka gömul húsmóðir og get nú hlaupið inn í eldhús ef þarf.“ Grétar kemur meðal annars að stjórnun vatns- og gosbirgða þannig að allt komist til skila með réttum hætti út á ólíkar stöðvar í dalnum á meðan leikarnir standa yfir.

NÆG VERKEFNI

Um 1.100 sjálfboðaliðar koma að Smáþjóðaleikunum, þó með misjöfnum hætti. „Hver sjálfboðaliði var búinn að skrá fyrir fram hvers konar störf hann vildi vinna við. Margir þeirra eru í fullu starfi á daginn og vinna því nokkrar klukkustundir yfir tímabilið. Við hjónin getum verið allan daginn enda bæði hætt að vinna og getum því stoppað lengur. Reyndar hefur þetta verið meiri vinna en við bjuggumst við en verkefnin eru næg og það er bara gaman að þessu.“

Keppnin sjálf hefst á þriðjudag og ætla þau bæði að reyna að fylgjast með eins og aðstæður bjóða upp á. „Sjálf er ég mest spennt fyrir frjálsum íþróttum og hlaupum og ekki má gleyma fimleikunum, ég mun örugglega fylgjast með þeim. Planið var nú líka að skella sér á kvikmyndina Hrúta og á Kántríkvöld en ég veit ekki hvort við höfum tíma til þess, það er svo mikið að gera.“

FRÍTT INN

Frítt er inn á alla viðburði Smáþjóðaleikanna. Dagskrá þeirra, fréttir og helstu upplýsingar má finna á
www.iceland2015.is
facebook Smáþjóðaleikar 2015
twitter @isiiceland

AUKASÝNING Síðasta sýning vorsins var um miðjan maí en þá þurftu margir frá að hverfa. Því var efnt til aukasýningar á morgun.

DRAMATÍK Á SÖGULOFTINU Í BORGARNESI

Örlagasaga Hallgríms og Guðríðar í flutningi Steinunnar Jóhannesdóttur verður flutt á Söguloftinu Landnámssetursins í Borgarnesi á morgun.

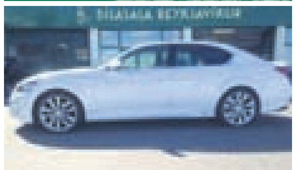
Leikkonan og rithöfundurinn Steinunn Jóhannesdóttir frumflutti Örlagasögu Hallgríms og Guðríðar 2. apríl. Síðasta sýning vorsins var um miðjan maí en þá þurftu margir frá að hverfa. Því var efnt til aukasýningar á morgun, sunnudaginn 31. maí klukkan 16.

Steinunn staldrar við mikilvægustu atriði í þroskaferli Hallgríms Péturssonar og eiginkonu hans, Guðríðar Símonardóttur. Sýningin gefur innsýn í ævi og störf þessara merku einstaklinga og hjóna. Sýningin fjallar um tengsl hjónanna við háa sem lága á 17. öld. Hún fjallar um ástir þeirra og átök við yfirvöld, um fátækt og velsæld, börn og barnamissi, skáldfrægð, sjúkdóm og dauða.

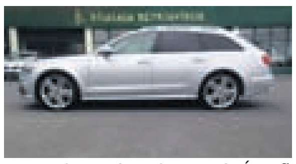
Steinunn hefur um langt árabil fengist við ævi Hallgríms og Guðríðar sem bæði settu sterkan svip á sögu Íslendinga á 17. öld. Hallgrímur sem eitt af mestu skáldum þjóðarinnar og Guðríður sem konan sem komst af úr Tyrkjaráninu 1627, sterkari, víðförulli og lífsseigari en flestar konur á hennar tíð.

Þeir sem eru á leið af höfuðborgarsvæðinu og hafa tímann fyrir sér gætu farið fyrir Hvalfjörð. Þá gefst tækifæri til þess að virða fyrir sér Saurbæ á Hvalfjarðarströnd þar sem skáldið bjó með konu sinni en kirkjustaðurinn kemur mikið við sögu. Þar urðu flest merkustu ljóð Hallgríms til, þar með taldir Passíusálmarnir.

BÍLASALA REYKJAVÍKUR



LEXUS GS450H. Árgerð 2012, ekinn 19 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur. Verð 8.990.000. Rnr.431688.



AUDI A6 ALLROAD QUATTRO. Árgerð 2013, ekinn 14 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 17.900.000. Rnr.431943. Aukabúnaður fyrir um 9mill

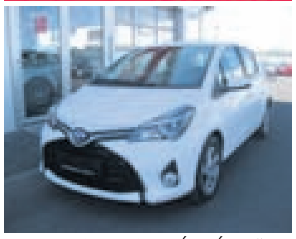
Bílasala Reykjavíkur
Bíldshöfða 10, 112 Rvk.
Sími: 587 8888
www.br.is

CLASSICBILAR.IS Bílasala

Óskum eftir bílum á söluskrá okkar
www.classicbilar.is

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

STÓRA BÍLASALAN



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

BMW 550 Árgerð 2007. Ekinn 73þ. km. Ssk. Leður. Sóllúga o.m.fl.. Mjög gott eintak. Er á staðnum. Tilboðsverð 4.290.000kr. Raðnr 157311. Sjá á www.stora.is.

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

Barnaheill
Save the Children á Íslandi

VAGNAKAUP S:522 2222

FIAT Burstner með öllu. Árgerð 2011, ekinn 9þ km, Dísel, 6 gírar. Verð 12.900.000 kr. Ráðnúmer: 104864. Er á staðnum.

TEC 510 TRAVEL KING Árgerð 2009 Loftpúðafjöðrun, ný markísa og nýtt fortjald, gólfhiti, stór ísskápur, tvær sólarsellur. Verð 3.690.000. Ráðnúmer: 130026. Er á staðnum.

FORD HYMER Árgerð: 2010 Markísa, sjónvarp, heitt og kalt vatn Verð: 8.500.000 kr. Ráðnúmer: 105148 Er á staðnum.

VAGNAKAUP S:522 2222

HOBBY 720 Árgerð 2013 Upphækkaður, tveir gas kútar, markísa, loftnet, gassskynjari, sólarsella. Verð 5.790.000 kr. Ráðnúmer: 130003. Er á staðnum.

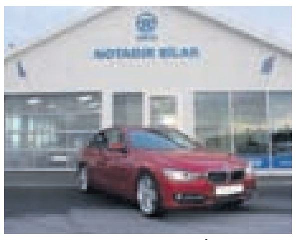
FIAT P200 Árgerð 2009, ekinn 20þ km, Dísel, 6 gírar. Verð 6.590.000 kr. Ráðnúmer: 130008. Er á staðnum.

Vagnakaup
Kauptúni 3, 210 Garðabær
Sími: 522 2222
http://vagnakaup.is

GEFÐU HÆNU
gjofsemgefur.is
907 2003
Hjálparstarf kirkjunnar

ASKJA NOTAÐIR BÍLAR

SSANGYONG Kyron. Árgerð 2007, ekinn 123 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 1.980.000. Rnr.141414.



BMW 320d f30 sportline. Árgerð 2014, ekinn 9 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 6.890.000. Rnr.990959.

HONDA Accord. Árgerð 2013, ekinn 30 Þ.KM, bensín, 6 gírar. Verð 3.390.000. Rnr.161391.

ASKJA NOTAÐIR BÍLAR

Kia Sportage EX 4wd. Árgerð 2013, ekinn 63 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 4.890.000. Rnr.240633. 5 ár eftir af verksmiðjuábyrgð.

MERCEDES-BENZ MI 320 CDI 4matic. Árgerð 2007, ekinn 112 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 4.490.000. Rnr.240699.

Kia cee'd EX 1.6 sw. Árgerð 2014, ekinn 29 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 3.990.000. Rnr.240687. 6 ár eftir af verksmiðjuábyrgð.

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

STÆRSTI SÝNINGARSALUR LANDSINS
MEÐ NOTUÐUM FARATÆKJUM OG FERÐAVÖGNUM

HYMER Eriba living 560. Árgerð 2006, kojur. **Tilboðsverð 2.690.000.** Rnr.105272.

100% LÁN

HOBBY 540. Árgerð 2007, markísa **Verð 2.690.000.** Rnr.261764.

100% LÁN

HOBBY 495 ul excellent. Árgerð 2015, **Verð 4.490.000.** Rnr.301506.

100% LÁN

GULF Stream amerilite. Árgerð 2007,stórt fortjald. **Verð 1.690.000.** Rnr.301478.

100% LÁN

FORD HOBBY T 500 gfsc. Árgerð 2008, ekinn 29 Þ.KM, dísel, 5 gírar. **Verð 7.900.000.** Rnr.310177.

100% LÁN

FORD F250 crew cab 4x4. Árgerð 2004, ekinn 177 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. **Verð 1.790.000.** Rnr.105746.

100% LÁN

FLEETWOOD Americana bayside. Árgerð 2007, hjólagrind og fortjald. **Verð 1.490.000.** Rnr.301552.

100% LÁN

FIAT Dethleffs globes-t 570. Árgerð 2012, ekinn 80 Þ.KM, dísel, 6 gírar. Markísa.**Verð 7.650.000.** Rnr.301447.

100% LÁN

FIAT 244 niesmann bischof. Árgerð 2006, ekinn 48 Þ.KM, dísel, 5 gírar. **Verð 6.990.000.** Rnr.301435.

100% LÁN

COACHMEN Sport 107st clipper 10fet. Árgerð 2009. **Verð 1.190.000.** Rnr.203892.

100% LÁN

CAMP LET Apollo lux/concord. Árgerð 2011, **Verð 990.000.** Rnr.261718.

100% LÁN

BURSTNER Averso plus 510 kojur 8 manna. Árgerð 2012, markísa m/ hliðum. **Verð 3.990.000.** Rnr.262263.

100% LÁN

A-LINER Expedition sofa bed. Árgerð 2010,Sólarsella. **Verð 2.290.000.** Rnr.300984.

100% LÁN

STOFNAÐ 1998
PLANIÐ bílasala
5170000

Opnunartímar: Mán – fös 10-18 • Lau. 12-16 • Sun. Lokað
Korputorgi - www.planid.is – Sími 517 0000

ALLT AÐ 100% FJÁRMÖGNUN Í BOÐI

hjól.is bestir í hjólum...

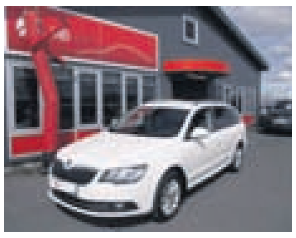
BESTA VERÐIÐ Á KLAKANUM

HONDA Vtx 1300 c. Árgerð 2007, ekinn 3 Þ.KM Sem nýtt best Verð 980.000. Visalán í boði Rnr.124792. s 6952015

hjól.is
Sími: 577 4565
Erum með yfir 100 tæki á staðnum........Kíktu í heimsókn!!!
www.hjol.is

MB bílar

VW Touareg r5. Árgerð 2008, ekinn 127 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 3.790.000. Rnr.110431.



SKODA Superb ambition 170 hö 4x4. Árgerð 2014, ekinn 37 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 5.290.000. Rnr.110665.

VW New beetle. Árgerð 2006, ekinn 52 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur. Verð 1.690.000. Rnr.110627.

MB Bílar
Klettháls 1a, 110 Reykjavík
Sími: 415 1150
Opið 10-18, lau 12-16
http://www.mbbilar.is

bilauppbod.is

PARFTU AÐ KAUPA EÐA SELJA BÍL?

Bilauppbod.is er uppboðsvefur þar sem þú getur keypt eða selt bíl á einfaldan og hagkvæman hátt. Kynntu þér málið. www.bilauppbod.is Sími 522-4610.

Bílauppboð - Krókur
Sími: 522 4610
www.bilauppbod.is

J.R.BÍLASALAN BÍLDSHÖFÐA 3, 110 REYKJAVÍK S: 567-0333 www.jrbilar.is

ISUZU NIr85a, minnaprófsbíll.3,5 t Árgerð 2011, ekinn 70 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 3.700.000 + vsk Rnr.157285.

Vegna mikillar sölu óskum við eftir bílum á skrá og í stæði

TRIGANO Rubis 380tdl. Árgerð 2007, ekinn -1 Þ.KM, ??, sjálfskiptur. Verð 1.490.000. Rnr.157283.

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

567 2277 NÝJA BÍLAHÖLLIN www.nyja.is

BÍLL DAGSINS !!!

OPEL Astra enjoy. Árgerð 2013, ekinn 13 Þ.KM, dísel, 6 gírar. Bíllinn er á staðnum. Verð 2.990.000. Rnr.210385.

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

100 bílar bílasala .is

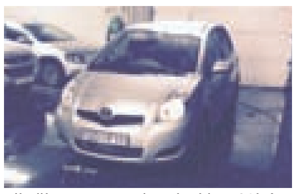
Nissan Leaf Acenta 2015, Nýr bíll - Verksmiðjuábyrgð - Evrópubíll- 7" opnanlegur snertiskjár - 6,6 kw hleðsa - Eigum 4 stk í mismunandi litum- Verð 3790þús er á staðnum. Raðnr 151734

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

Bílar til sölu

Legacy outback. 98. ek 295þ. nýskoðaður. Í góðu standi. 430þ. uppl S: 6186898

Glæsileg Corvette 2006, ek aðeins 63þ. km., svört, hvítt leður, beinskipt, rúm 400 hestöfl. Skipti ath. á ód. Verð 6.990þ. Uppl. í 822-4850



Til sölu Toyota yaris sol, Ekinn 89þús, Árg 2011 Frekari uppl í síma 776 1003.

Suzuki Swift árg 6/2010, ek. 89 þ.km sjálfsk. Verð 1.590 þ. S. 899-2277

TILBOÐSVERÐ 499PÚS STG

Nissan X-trail 2002 Ssk. leður, sóllúa, ek. 175.000 nýl. ventlar, tímakeðja ofl. Ásett 750þús. tilboð 499þús. Parfnast smá lagf. Uppl. 821-5970

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.

Toyota LC 80, árg. 1994, diesel, sjálfskiptur, VX, 38" vel breyttur, 4.88 hlutföll, aukatankur ofl. Gott eintak. Verð kr. 1.990.000.- Uppl. í s. 893 0785.

Chevrolet Lacetti 2005 árg. station bíll, 5 manna. Í góðu standi og vel með farinn. Verðhugmynd 520.000 kr. Uppl. í s. 8523668.

Range Rover superch. árg.2006 ek. 78 þ.km. Hlynur S: 862-5363

VW Polo, ekinn 57.000 km, árgerð 2012. Ekki bílaleigubíll. Verð kr. 1.890.000. Uppl. í síma 8567457.

Honda CRV 1998. Mjög góður. Verð 500þ stgr. S:844 7851

Til sölu Benz sprinter meðal stór með akstursleyfi á stöð. Uppl í síma 8974993

Bílar óskast

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

Fornbílar

Lincoln Town Car. Árg. 1989. Gott eintak. Tilboð óskast. Uppl í s. 869 3869

Sendibílar

568 5000 NS NÝJA-SENDIBÍLASTÖÐIN

Allar stærðir sendibíla. Nýja Sendibílastöðin sími 568-5000.

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

Hópferðabílar

Til sölu: MB. 404 árg. 1995, ek. 670 þ. 55 +1 +1 farþega bíll í góðu standi. Uppl. í S. 892 8888

Húsbílar

rotor.is

Dótabúð húsvagnaeigenda
Rótor ehf, s. 5554900
Helluhrauni 4, H.f.

Mótorhjól

NOLAN More Than Just a Helmet.

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

Honda GL 1800 árg. 2002 Ekið aðeins 27.000 m. Fullt að aukadóti og krómi. (Hituð handgöng, letingjar f. fætur, Toppgrind á kassa, sér taska á toppgrind, 3 innri töskur, glasahaldarar, Intercom og fl). Er að endurnýja í annað, er samt til í að skoða skipti á góðu enduro hjóli upp í kaup. S:893 4751

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

JS LJÓSASMIÐJAN

Reiðhjólaviðgerðir

Gerum við allar gerðir reiðhjóla. Fljót og góð þjónusta. JS Ljósasmiðjan ehf Skemmuvegur 34 (brún gata) 200 kóp. S: 554 0661 GSM: 897 4996 - 699 2502 velaverkjs@simnet.is velaverkjs. is - slattuvel.is

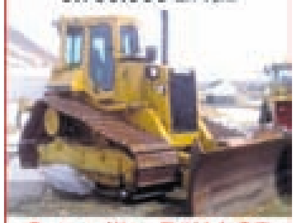
Vinnuvélar

OK VARAHLUTIR

VINNUVÉLA OG VÖRUBÍLADEKK

Vorum að fá nýja sendingu af vinnuvéladekkjum. Búkolludekk-hjólaskófludekk Ofl Ýmsar algengar Stærðir O.K.Varahlutir S: 6961050 okspares@simnet.is

Hitachi ZX30U-2
Árgerð 2007 - 1.314 klst
Hraðtengi + 3 skóflur
3.750.000 án vsk.



Caterpillar D5H LGP
Árgerð 1996 - 11.602 klst
60% undirvagn
5.950.000 án vsk.

Scania G420
Árgerð 2012 - 231.000 km
13.900.000 án vsk.

Scania R560
Árgerð 2010 - 578.615 km
11.900.000 án vsk.

M. Benz 2650
Árgerð 2006 - 325.000 km
7.000.000 án vsk.

JÖTUNN
Sími 480 0444 / www.vinnuvelar.is
baldur@jotunn.is / Gsm 893 3348
Millhrauni 2 - 210 Garðabær

til sölu

Til sölu

Til sölu 120 farþega Hvalaskoðunar bátur. Ganghraði 26 mílur. Gott verð.

Uppl. í s. 896 6278 Gunnar

Fellihýsi

Rockwood Premier 1904 Fellihýsi árg 2009, skoðað 2017 10 fet, geymslukassi. Truma Combi miðstöð, 13" dekk, þrýstibremsur, markísa, upphitaðar dýnur, heitt og kalt vatn, CD spilari, útvarp, ferðaklósett, ísskápur, stór sólarsella, útisturta, 1.790.000.- Hermann 845-7711hermannraf@gmail.com

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

ESTEREL FELLIHÝSI - EITT MEÐ ÖLLU!

2001 árg. Einstaklega vel með farið. Til sýnis í Árbæ. S: 821-4177

Hjólhýsi

Til sölu hjólhýsi, Swift Sprite árg 2015, skráð 07/2014. Nánast ónotað. Aukahlutir eru Marcisa, Grjótgrind. Verð 3.880.000. Engin skipti. Uppl. í s. 824-5151

Tjaldvagnar

Bátar

32 FETA SKEMMTIBÁTUR TIL SÖLU.

Báturinn er norskur Fjord og er búinn tveimur 200 hestafla Volvo Penta vélum með hældrifi. Vélar og drif nýyfirfarin og í flottu standi. Báturinn er vel tækjum búinn og hinn glæsilegasti að innan sem utan. Ísskápur, WC, TV, eldavél. Svefnpláss fyrir 4-6 manns. Einn allra hraðskreiðasti skemmtibáturinn hér á landi í dag. Frábært sjóskip. Verð kr. 7.000.000. Til í að skoða uppítöku. Uppl. hjá Sigurði í 898 0987

Til sölu glæsileg 35 feta Bavaria Match seglskúta. Skútan var smíðuð 2004 í Þýskalandi. Neðanþilja er setustofa, eldunaraðstaða, klóset og tvær lokaðar káetur. Svefnaðstaða er fyrir 6 manns. Miðstöð er í öllum rýmum. Uppl. í s. 898 4814

Bílaþjónusta

Malbiksviðgerðir - málun bílastæða - vélsópun - skilti www.verktak.is S: 5514000

Hjólbarðar

FRÁBÆR DEKKJATILBOÐ

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

Varahlutir

JAPANSKAR VÉLAR EHF. BÍLAPARTASALA

Erum að rífa flestar teg. frá asíu og evrópu árg. ,99-13. Kaupum flestar teg. bíla. Opið 8-18 virka Dalshraun 26, 220 hfj. S. 565 3400 & 893 2284. www.japanskarvelar.is

ÞJÓNUSTA

Garðyrkja

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

FYRIRMYNDAR GARÐSLÁTTUR

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

Hreingerningar

VY-ÞRIF EHF.

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

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.

MÁLNINGI

Alhliða málningarþjónusta. Fagmennska og vönduð vinnubrögð. Sími 659-2959 ingimalari@maxco.is

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

til sölu

Þjónustuauglýsingar

Sími 512 5407

Dáleiðsla

Hætta að reykja, betri svefn, léttast/þyngjast, og láta sér líða betur á margan annan máta.

Ingibjörg Bernhöft hjúkrunarfr. og dáleiðslutæknir
s. 864 2627 • bernhoft@gmail.com

Iveco

Viðgerðar- og varahlutaþjónusta

VélRás

Sími 555 6670 • www.velras.is • Álhella 4 • Álhella 8

BÍLAÞJÓNUSTA BJARKA

alhliða bílaviðgerðir

Tímapantanir s: 445 4540/697 4540
Viðarhöfði 2b 110 Reykjavík

VARAHLUTIR

Iveco • Benz • Man • Renault

Varahlutaþjónusta

VÉLANAUST ehf

Álhella 4 • Símar 555 6670 • 860 1859 • www.velanaust.is

BLIKK

Rör • Tengiefni • Viftur • Loftræsting
Heildsala • Smásala

íshúsið ehf

Smiðjuvegur 4a, Græn gata, Kópavogur | 566 6000

Alla fimmtudaga og laugardaga

arnarut@365.is sigrunh@365.is

Húsaviðhald

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

MARKMIÐ VERKTAKAR

ALHLIÐA FASTEIGNAVIÐHALD

Smíðavinna - Pípulagnir
Raflagnir - Málningavinna
Múrviðgerðir - Flísalagnir
Hellulagnir - Jarðvinna
Lóðavinna

Tilboð þér að kostnaðarlausu.
Uppl. í síma: 820 8888

VIÐHALD
fasteignaviðgerðir

Viðhald og viðgerðir fasteigna fyrir fyrirtæki, húsfélög og einstaklinga.

- múrviðgerðir
- pípulagnir
- þakviðgerðir
- flísalagnir
- málningarvinnu
- jarðvinna
- trésmíðavinnu
- hellulagnir
- gluggaskipti
- álklæðningar
- glerskipti

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

Tölvur

ÓKEYPIS BILANGREINING!
Er fartölvan eða borðtölvan að haga sér furðulega? Kíktu til okkar og við bilanagreinum hana fyrir þig 100% FRÍTT!

Tölvuvirkni, Holtasmára 1, Sími 555-6250

Spádómar

SPÁSÍMINN 908 5666
Stjörnuspá. Tarot. Ársspá. Draumráðningar, ást og peningar. Andleg hjálp. Trúnaður.

Rafvirkjun

Raflagnir Dyrasímar

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

Fljót og góð þjónusta
Sími 893 1733
Jón Jónsson
Löggiltur rafverktaki
www.raflagnir.is

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

RAFLAGNIR OG DYRASÍMAKERFI S. 896 6025
Tilboð dyrasímakerfi, töfluskipti. Löggildur rafverktaki. rafneisti@simnet.is

Trésmíði

INNRETTINGAR.IS
Sérsmíðum innréttingar eftir þínum þörfum. Sérsmíði ehf s. 587 0777.

Önnur þjónusta

Háþrýstiþvottur og Sandblástur
Á nánast hverju sem er.
Öflug tæki - Gott verð
S. 860 2130

Blekhylki.is
Ódýr blekhylki og tónerar í flesta prentara, Hagkaup Smáralind, Fjarðargata 11 Hf og í síma 517-0150

Til sölu

STUBBASTANDAR - STUBBAHÓLKAR
Bæði frístandandi og á vegg S:842-2535

TIL SÖLU: Innrétt. úr bakarí, nýlegar & vel með farnar, nokkrar ein.m/kælib., hitab., hillum og marmaraplötum. Best að koma og skoða á Café Grensás, Grensásv.26 eða hafa samb.& fá send. myndir. Nán.uppl.í S:866-0471.

Hágæða sláttutraktórar

Verð frá 300.000 m/vsk.
STIGA
Vetrarsól ehf.
Askalind 4 • Kópavogi • S 564 1864

STUBBAHUS.IS
Stubbahúsin f. utanhúss reykingar. 3 stærðir á vegg og standur. Pöntunars. 555 6200. stubbahus.is

Miele Professional G7855 uppþvottavél til sölu og Whirlpool kæliskápur 170 hæð verðtilboð. Uppl. í s. 866 3664 og 562 6108

Óskast keypt

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.

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

Sjónvarp

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

Til bygginga

Óska eftir notuðu byggingarefni, dokar borðum, 1"x6" og uppistöðum. Uppl í s: 8975396

Ýmislegt

Fáðu fyrirbæn um inngrip Guðs inn í þínar kringumstæður hverjar sem þær eru. Kostnaðarlaust. upplýsingar í síma 691-5878

Námskeið

SIGLINGANÁMSKEIÐ
Lærðu að sigla seglskútu, kænu eða kjölbát. Námskeið fyrir börn og fullorðna. Sjá nánar inn á www.brokey.is

Flug

EINKAFLUGMANNSNÁM HEFST 1. JÚNÍ, SKELLTU ÞÉR Á NÁMSKEIÐ!
Láttu drauminn rætast!. Skráðu þig í nám. Fyrsta skrefið í átt að atvinnuflugmanni (hefst í sept). Kvöldskóli - nám með vinnu. Skemmtileg upplifun og frelsi - fylgir fluginu. Einnig helgarnámskeið fyrir 14 - 16 ára. Kannaðu málið! Skráning á www.flugskoli.is

Ökukennsla

Kenni allan daginn Toyota 2014, hjálpa við endurtökupróf og akstursmat. Ævar Friðriksson s. 863 7493.

Ökukennsla, aðstoð við endurtökupróf og akstursmat. S. 893 1560 og 587 0102, Páll Andrésson.

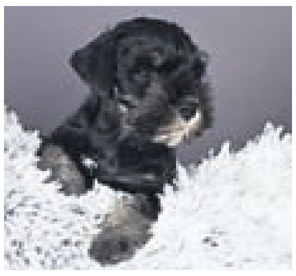
Dýrahald

HUNDARÆKTARFÉLAG ÍSLANDS
4. september 1969
Félag allra hundeigenda

VOFF.IS - NÝ HVOLPASÍÐA
www.voff.is er hvolpasíða Hundaræktarfélags Íslands, þar geturðu fengið upplýsingar um got, ræktendur, tegundir ásamt greinum um hvolpauppeldi, allt á einum stað. Hundaræktarfélag Íslands stuðlar að góðri meðferð, aðbúnaði, uppeldi og heilsufari hvolpa. Leitaðu þér nánari upplýsinga á www.hrfi.is og www.voff.is

Hreinræktaður labrador hvolpur fæst gefins á gott heimili, vegna flutninga erlendis. S. 691 7464 - Halldór

YNDISLEGIR HVOLPAR SVART/SILFUR
Hreinræktaðir Dverg Schnauzer hvolpar með ættbók frá HRFÍ til sölu. Tilb. til afh. 05. júní Uppl í s. 897 6229.



HREINRÆKTAÐIR MINIATURE SCHNAUZER
Mini Schnauzer hvolpar með HRFÍ ættb. til sölu. Tilbúnir til afh. Uppl. s. 616-6706

GRINDARBÚR Á GÓÐU VERÐI
Stærð 61 cm verð 6.990,-
Stærð 76 cm verð 8.990,-
Stærð 91 cm verð 10.990,-
Stærð 107 cm verð 12.990,-
Stærð 122 cm verð 14.990,-
Dýraland Mjódd s.587-0711
Dýraland Kringlan 7 s.588-0711
Dýraland Spönginni 23 s.587-0744

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

KARLATHVARF
120m2 vandað pláss á öruggu svæði fyrir áreiti með hita, rafmagni, salerni og leðursófum, kranabraut og stórum hurðum eru ómetanleg lífsgæði til að leita skjóls í þegar erfiðleikar daglegs fjölskyldulífs sækja á. Fyrir minna en þúsundkall á m2 gerir maður það sem manni finnst skemmtilegra en að slá garðinn heima. Jafnvel hægt að deila með öðrum.
Áhugasamir lífskúnstnerar sendi nöfn og síma í h83046@gmail.com.

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

2ja herb, íbúð til leigu á sv. 111 í einbýli. Sérinngangur. Uppl. í s. 897 8989

Íbúð 101/105. 60m2. S.8600360

LEIGJENDUR, TAKIÐ EFTIR!
Þið eruð skrefi á undan í leit að réttu íbúðinni með hjálp Leigulistans. Kíktu inn á www.leigulistinn.is eða hafðu samb. við okkur í s. 511 1600.

Húsnæði óskast

Ódýrt herb. í þrjá mánuði óskast Borgað fyrirfram ef þarf. S. 692 5557.

Atvinnuhúsnæði

Vinnuskúr til sölu, geymsla, WC, kaffiaðst. stór rafm.tafla. uppl. S: 862-5363

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

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

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

Atvinna í boði

LOFTORKA REYKJAVÍK EHF
Óskar eftir vönum mönnum í malbikunarvinnu og meiraprófsbílstjóra.
Upplýsingar í síma 565 0875 eða 892 0525

VIÐHALD
fasteignaviðgerðir

Getum bætt við okkur húsasmiðum, múrurum, málurum og byggingaverkamönnum í byggingavinnu. Eldri umsóknir óskast endurnýjaðar. Uppl. í síma 8211994, umsóknir sendist á hreidar@vidhald.is

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

VÉLAVERKSTÆÐI
Vanur maður eða lagtækur óskast við viðgerðir og smíðar .Góð laun í boði.
Skólamaður kemur einnig til greina .
Umsóknir sendist á thjonusta@365.is ásamt símanúmeri og upplýsingar merkt:"Vélaverkstæði"

Vantar vélstjóra á farþegabát með 300kw vél. Uppl. í s. 865 6832

Flutningaþjónustan ehf. óskar eftir skemmtilegu og hressu fólki til sumarafleysinga. Hæfniskröfur: almennt bílpróf, góður ökufeill, hreint sakavottorð, heiðarleiki og rík þjónustulund. Áhugasamir sendið póst á atvinna@flutningathjonustan.is

Viðskiptatækifæri

HÁRSTOFA TIL LEIGU
Hárstofa með mikla viðskiptavild, hagstæð leiga, falleg lítil stofa. Uppl. sendist á: 101husnaedi@gmail.com

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

skemmtanir

BOLTINN Í BEINNI

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

LEIKIR HELGARINNAR
LAUGARDAGURINN 30. MAÍ
15:50 ARSENAL - ASTON VILLA
FA BIKARINN

STÓRSVEITIN UPPLYFTING

KRISTJÁN B. SNORRAS, ARI JÓNS, SIGURÐUR DAGBJARTS, MAGNÚS STEFÁNS. SPILA UM HELGINA.

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

til sölu

75 þekkt næringarefni.

Nýttu fæðuna betur. Vertu í betra formi.

Aloe Vera heilsunnar vegna.

Hlíf og Magnús
S. 822 8245 - 822 8244
maggi.d@internet.is
Sjálfstæðir dreifingaraðilar
Forever Living Products

MISMUNANDI HNÍFAGERÐIR

Hnífur er ekki það sama og hnífur. Gerðin skiptir miklu máli eftir því hvaða verkefni á að kljást við í eldhúsinu. Hér eru nokkrar algengar hnífagerðir.

KOKKAHNÍFUR

kokkahnífurinn eru líklega mest notaði eldhúshnífurinn en hægt er að nota hann við ýmis verkefni, til dæmis að saxa lauk og sneiða niður ávexti og grænmeti. Flestir kokkahnífar hafa breitt blað sem beygist upp á við að hnífsoddinum. Þannig getur hann ruggað auðveldlega fram og til baka þegar verið er að brytja niður mat. Efri hluti blaðsins er þykkur til að auka á þyngd og styrk hnífsins. Hnífarnir geta verið misstórir en þeir geta verið frá 15 cm upp í 30 cm langir. Erfiðara er að stjórna lengri hnífum.

BRAUÐHNÍFUR

Brauðhnífur hefur þykkt blað og er sérhannaður til að skera brauðhleifa í sneiðar. Hnífarnir eru iðulega um 20 cm langir og sagtenntir til að skera í gegnum þykka skorpu. Tennur brauðhnífsins eru djúpar og því hentar hann alls ekki til að skera ávexti og grænmeti.

SANTOKU-HNÍFUR

Santoku-hnífurinn er japönsk útgáfa af kokkahnífnum. Hann hentar sérlega vel til að skera niður grænmeti og breitt blaðið hentar mjög vel til að skófla mat af skurðarbretti og ofan í potta og pönnur. Það er einnig gott til að merja hvítlauk. Einnig má nota santoku-hnífinn til að skera kjöt, efri hluti blaðsins er þunnur til að hægt sé að skera þunnar sneiðar.

KJÖTÖXI

Kjötöxi hefur breitt blað og er með þykkan kjöl. Hnífnum er ætlað að skera kjöt- og fuglabein. Þyngd hnífsins hjálpar til við að höggva sundur matinn. Þungt, breitt blaðið hentar ekki til að sneiða en er afar hentugt til að merja kjöt, mala fræ eða merja hvítlauk.

KÍNVERSK KJÖTÖXI

Kínverska kjötöxin er svipuð þeirri hefðbundnu en er aðeins öðruvísi í laginu og blaðið í henni er þynnra. Hún hentar til að brytja niður kjöt og grænmeti og er einnig notuð til að skera kjöt af beinum. Kínverska kjötöxi ætti hins vegar ekki að nota til að kljúfa bein þar sem blaðið er of þunnt. Líkt og santoku-hnífurinn er kínverska kjötöxin mjög góð til að skófla mat af skurðarbretti ofan í eldunargræjur.

MISMUNANDI GEYMSLUAÐFERÐIR

Ávextir og grænmeti geymast misvel og er misjafnt hvort hentar að geyma það í ísskáp eða við stofuhita. Þær vörur sem geymast best í ísskáp eiga að vera í upprunalegum umbúðum eða plastpoka (undantekning á þessu eru sveppir sem betra er að geyma í bréfpoka). Ávexti og grænmeti sem geyma á í stofuhita ætti að taka úr umbúðum.

Ber, kíví, sítrónur, gulrætur, spergilkál og blómkál geymast best í kæli en banana ætti að geyma við stofuhita því að ef þeir eru geymdir í ísskáp getur hýðið orðið brúnt. Epli eru best geymd í stofuhita, nema ef geyma á þau mjög lengi, þá er best að setja þau í ísskáp. Sama á við um appelsínur og mandarínur, þær geymast lengur í ísskáp en í nokkra daga á borði. Melónu, mangó og lárperu (avókadó) má geyma í ísskáp en ef ávextirnir eiga að þroskast hraðar er betra að geyma þá á borði. Tómata ætti að geyma í stofuhita því að geymsla í ísskáp veldur því að þeir verða mjölkenndir og bragðlausir.

Hvað borðar hver veislugestur mikið?

Það erfiðasta við að elda fyrir stóran hóp er að áætla hversu mikið þarf af hverjum rétti. Magnið fer eftir fjöldanum og uppbyggingu matseðilsins, til dæmis hvort forréttirnir séu einungis léttur lystauki eða aðalatriði máltíðarinnar. Sem betur fer fyrir leikmenn má finna út magn á mann með einfaldri leit á netinu. Eftirfarandi upplýsingar eru til dæmis fengnar af www.dummies.com.

Forréttir/smáréttir:

- Ef smáréttum eða pinnamat er fylgt eftir með aðalrétti ætti að bjóða upp á fjórar mismunandi tegundir rétta og áætla sex til átta smárétti/pinna á mann. Fyrir 25 manna hóp ættu 150 til 200 smáréttir að duga
- Ef smáréttunum fylgir ekki aðalréttur ætti að bjóða upp á minnst sex mismunandi gerðir og áætla 12 til 15 smárétti/pinna á mann. 300 til 375 smáréttir ættu þá að duga 25 manna hópi.

Drykkir:

- Af gosdrykkjum mætti áætla eitt til tvö glös á gest á hverjum klukkutíma.
- Af kaffi mætti áætla einn til tvo bolla á gest á hverjum klukkutíma.

Súpur og pottréttir:

- Ef bera á súpu eða pottrétt fram sem fyrsta rétt mætti áætla einn bolla á mann. Fyrir 25 manna hóp ættu fimm lítrar af súpu að duga.

Aðalréttur:

- Ef bjóða á upp á beinlausan kjúkling, kalkún eða önd ætti að reikna með um 230 grömmum á mann. Tæp sex kíló ættu þá að duga í innkaupin fyrir 25 manna veislu.
- Steik með beini í matinn þýðir um 400 grömm á mann og þá um tíu kíló fyrir 25 manna veisluna.
- Pasta í aðalrétt þýðir um 120 grömm á mann og þyrfti því að hella rúmlega þremur kílóum af pasta í pott fyrir 25 manns.

Eftirréttir:

- Ef bjóða á upp á ís í eftirmat má áætla um 225 grömm á mann. Fyrir 25 manns ætti að eiga til minnst 3,8 lítra af ís.
- Ein sneið af súkkulaðiköku ætti að duga á mann í eftirrétt. Oft má miða við að tólf sneiðar fáist úr venjulegu hringlaga kökuformi og fyrir 25 manns ætti að duga að baka tvær kökur.

Stórtæk í eldhúsinu

Fastus býður uppá heildarlausnir fyrir stóreldhús
bæði hvað varðar eldunaráhöld, tæki, borðbúnað og margt fleira.

Fagþekking og reynsla eru lykilatriði í starfsemi Fastus - en þar starfa reyndir ráðgjafar á sölusviði sem tryggja réttar lausnir fyrir þínar þarfir.

Hafðu samband og fáðu upplýsingar um útbúnað sem hentar þinni starfsemi.

Pottar og pönnur

Leirtau

Borðbúnaður

Glös og glervara

Áhöld og tæki

Veislubúnaður

Fatnaður og skór fyrir atvinnueldhús

FASTUS

Veit á vandaða lausn

Komið í verslun okkar að Síðumúla 16. Opið mán - fös 8.30 - 17.00

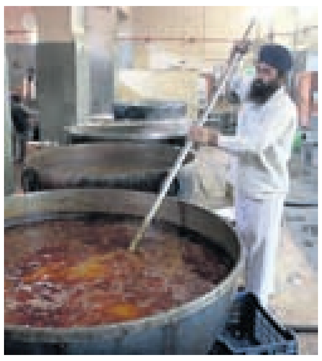
Síðumúli 16 • 108 Reykjavík • Sími 580 3900 • www.fastus.is

HAGKVÆMARI INNKAUP

Vel skipulagðir matseðlar eru forsenda þess að hægt sé að gera hagkvæm innkaup. Fjölbreyttur og vel samsettur matseðill, sem nær yfir 4-8 vikna tímabil, sparar líka vinnu þar sem hægt er að nota hann aftur og aftur með litlum breytingum. Þó verður að vera hægt að gera breytingar miðað við úrval hráefnis, árstíðir, hátíðisdaga og verð á matvöru. Matseðlar auðvelda innkaup, bæta nýtingu og gefa betra jafnvægi í samsetningu matseðilsins. Hér eru fleiri ráð til að halda kostnaði niðri.

- Gera innkaup í samræmi við tilboð og árstíma (breyta þá uppskriftum og matseðli eftir því).
- Hafa stundum baunarétti í stað kjötrétta.
- Drýgja má kjötrétti með baunum og bæta einnig mjöli í og gera bollur.
- Kaupa einnig frosið grænmeti og ávexti.
- Leita hagstæðasta verðs hjá heildsölum.
- Festast ekki af vana á einum stað þó að það geti vissulega verið hagkvæmt að versla sem mest við sama aðilann.
- Læra af reynslunni að kaupa rétt magn og skammta hæfilega.

Heimild: Handbók um mataræði í framhaldsskólum



STÆRSTA ELDHÚSIÐ

Stærsta eldhús heims, þegar kemur að mögum sem þarf að metta, er án efa staðsett í Gullna hofinu í Amritsar á Indlandi. Eldhúsið var sett á fót fyrir rúmlega 500 árum af Guru Nanak en þaðan fer enginn svangur, óháð trú eða stéttarstöðu.

Daglega eru reiddar fram máltíðir fyrir um 100.000 manns og er maturinn ókeypis. Um helgar og á sérstökum hátíðisdögum getur fjöldinn þó tvöfaldast. Daglega eru bökuð um 200.000 flatbrauð, sem nefnast rotis, og 1,5 tonn af linsubaunasúpu sem nefnist dal.

Til að elda 100.000 máltíðir á dag þurfa starfsmenn um 7.000 kg af hveiti, 1.200 kg af hrísgrjónum, 1.300 kg af linsubaunum og 500 kg af smjöri. Starfsmenn eldhússins eru 450 en auk þeirra koma hundruð sjálfboðaliða að eldamennskunni daglega.

HANDÞVOTTUR MIKILVÆGUR

Snerting er langalgengasta smitleið sýkla milli manna. Handþvottur er því mikilvægasta sýkingavörnin.

Vel framkvæmdur handþvottur með fljótandi sápu og vatni fjarlægir 90 prósent af þeim sýklum sem finnast á höndum. Handspritt er árangursríkt en kemur ekki í staðinn fyrir góðan handþvott. Það tekur sýkla einungis 30 mínútur að dreifast á milli yfirborða. Hreinar hendur tefja slíka útbreiðslu til muna. Hendur þarf ávallt að þvo með vatni og sápu. Einnig þarf að þurrka hendurnar vel:

- áður en hafist er handa við matreiðslu
- fyrir og eftir máltíðir
- eftir salernisferðir
- eftir beina snertingu við sár, blóð og hvers kyns líkamsvessa, manns eigin eða annarra.

www.vinnuvernd.is

Fimmföld Skynjun – RATIONAL „persónulegi“ Gufusteikingarofninn Þinn

RATIONAL

NÝJI
SelfCookingCenter®

Upplifðu núna!

5Senses

Senses stöðuna í sífellu,í eldunarferlinu þínu.

Recognises magnið þitt í ofnrýminu og reiknar út brúningarþörf í samræmi við það.

Thinks og ákveður besta eldunarmöguleika sem gefur þína niðurstöðu.

Learns og vistar þína uppáhalds og mest notuðu eldunarferla þína.

Communicates þörf þína fyrir að vita hvað gerist í eldunarferlinu og upplýsir þig stöðugt um hvað ofninn er að gera, hvað hann hefur gert og hvað hann muni gera.

BAKO ÍSBERG

BAKO ISBERG ehf • Höfðbakki 9 • 110 Reykjavik • s 595 6200
pontun@bakoisberg.is • www.bakoisberg.is

FASTEIGNASALAN **TORG**

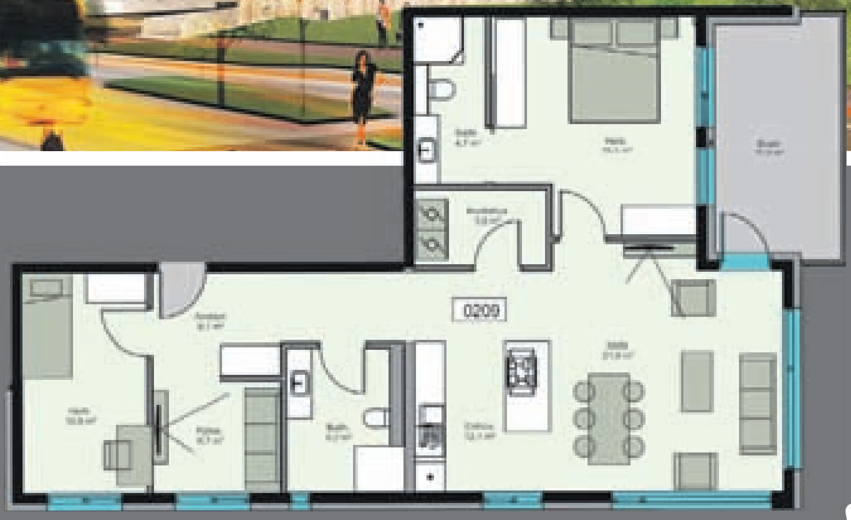
Áb. Sigurður Gunnlaugsson lfs.

520 9595

Fasteignasalan TORG   Garðatorgi 5   210 Garðabær   www.fstorg.is

kraftur • traust • árangur

Garðatorg 4
210 Garðabær



Dæmi um íbúð

Íbúð nr:	0209	**Svalir:**	11,9 m²
Stærð:	115,7m²	**Bað:**	2
Herbergi:	3-4ra	**Verð:**	**kr. 47.500.000**
Bílastæði:	Já		

GLÆSILEG SÝNINGARÍBÚÐ

OPIÐ HÚS
SUNNUDAGINN 31. MAÍ
KL.14:00 – 15:00

RJÚKANDI HEITT CHAQWA KAFFI Á KÖNNUNNI OG OMNOM SÚKKULAÐI

SÖLUFULLTRÚAR VERÐA Á STAÐNUM OG TAKA VEL Á MÓTI ÖLLUM

Einstaklega glæsilegt 4-5 hæða fjölbýlishús í nýjum miðbæ Garðabæjar. Í húsinu eru 42 íbúðir frá 75 m2 til 190 m2 auk stæðis í bílageymslu.

Við hönnun íbúðanna var leitast við að hámarka notagildi íbúða og nýta stórbrotið útsýni sem staðsetning húsanna býður uppá.

CHAQWA   HEIMILI & HUGMYNDIR   omnom CHOCOLATE   ÞG-VERK   Vogue FYRIR HEIMILIÐ   SMITH & NORLAND Nóatúni 4 Sími 520 3000 www.sminor.is   TÍSKA.IS

heimili fasteignasala
– á traustum grunni

Bogi Pétursson
lögg.fasteignasali

Finnbogi Hilmarsson
lögg. fasteignasali

Stefán Már Stefánsson
sölufulltrúi

Guðbjörg G. Blöndal
lögg. fasteignasali

Ásdís Írena Sigurðardóttir
skjalagerð

Brynjólfur Snorrason
sölufulltrúi

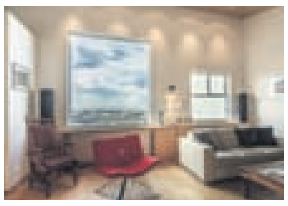
Karen Sævarsdóttir
MBA markaðsfræði

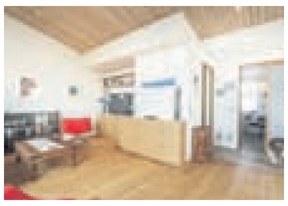
Gunnlaugur A. Björnsson
sölufulltrúi

Hjálmar Már Kristinsson
sölufulltrúi

Finndu okkur á Facebook

Ólafsgeisli 13 - glæsilegt endaraðhús, frábært útsýni, 4 svefnherb. Opið hús





Stórglæsilegt endaraðhús, frábærlega staðsett við Ólafsgeisla. Húsið er á tveim hæðum og er sérlega vandað í alla staða.

Á efri hæð eru stofur, eldhús og bílskúr. Á neðri hæð eru fjögur svefnherbergi. Falleg lóð með heitum potti. Allar innréttingar eru sérsmíðaðar og mjög vandaðar. Mikil lofthæð, innfeld lýsing, parket og flísar á gólfum. Útsýnið er frábært til suðurs og vesturs yfir golfvöllinn.

Verð 64,9 milljónir.

Opið hús á morgun sunnudag frá kl. 14:00 - 14:30.

Frekari upplýsingar veitir Finnbogi, 895 1098.

Bæjargil 78

Rúmgott 211 fm raðhús á tveimur hæðum og með sérstandandi bílskúr í barnvænu hverfi.

Góðar stofur, möguleki á fjórum svefnherbergjum, nýlegt baðherbergi á efri hæð, skjólgóður bakgarður til suðurs.

Falleg eign á góðum stað í Garðabæ.

Opið hús á mánudag 1. júní frá kl. 17:00 – 17:30.

Nánari upplýsingar veitir Brynjólfur Snorrason, 896-2953.

Frostaskjól 43

Glæsilegt 5.herbergja raðhús ásamt bílskúr við Frostaskjól í vesturbæ Reykjavíkur. Húsið er á þremur hæðum, 4 svefnherbergi, eldhús, stofa, borðstofa, skrifstofa, baðherbergi, gestasalerni, stórt leikherbergi í kjallara og tvær geymslur. Snyrtilegur garður með palli og heitum potti.
Verð 77 m.
Opið hús á morgun sunnudag frá kl. 15:00 – 15:30.
Allar nánari upplýsingar veitir Stefán 659-0500 stefan@heimili.is

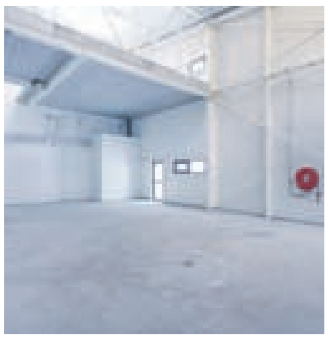
530 6500 **Suðurlandsbraut** 22 | **Opið** mán. – fös. frá kl. 9–17 | **www.heimili.is** **530 6500**

TIL LEIGU

AÐEINS kr. 950 fm.

Kistumelar 16, 116 Reykjavík

165 - 280 fm bil með allt að 9 m lofthæð, stórar innkeyrsluhurðir, góð malbikuð lóð og greið aðkoma.



Nánari upplýsingar gefur Hafsteinn í síma 690-3031

NÝBÝLAVEGI 8 - 200 KÓPAVOGUR

LUNDUR
FASTEIGNAFÉLAG

VERTU NÆS

Rauði krossinn hvetur fólk til að koma fram við hvert annað af virðingu. Uppruni fólks, litaraft þess og trúarbrögð eiga ekki að skipta máli.

Mismunun er staðreynd í íslensku samfélagi og því miður eiga ekki allir jafna möguleika. Við getum breytt því!

10% þjóðarinnar eru af erlendum uppruna. Allir eiga að njóta sömu réttinda.

Því segir Rauði krossinn – **Vertu næs!**

vertunæs.is

Rauði krossinn

SAMFÉLAGSSJÓÐUR THE COLOR RUN. OG Alvogen
ERU BAKHJARLAR VERKEFNISINS

Konráð og félagar á ferð og flugi 150

Bragi Halldórsson

Lísaloppa rýndi í gátubókina og sagði. „Hvernig skildi þessi þraut nú vera.“ Konráð hugsaði kíminn að vonandi væri þrautin ekki sú að þurfa að lykta af sokkunum til að vita hverjir væru óhreinastir „Þrautin er svona,“ sagði Lísaloppa þá. „Við erum með þrjú pör af sokkum í poka, eina gula, eina röndótta og eina köflótta. Ef við stingum hendinni ofan í pokann og tökum upp einn sokk í einu, hversu oft þurfum við að ná okkur í einn sokk til þess að vera örugglega komin með eitt par.“ Kata var fljót að svara. „Ég þyrfti að minnsta kosti örugglega að gera það margoft því ég myndi aldrei klæðast köflóttum sokkum.

Getur þú reiknað út hversu oft þú þyrftir að draga sokk upp úr pokanum til að vera örugglega komin með eitt par?

SVAR: Fjórum sinnum ef þrír þeir fyrstu væru allir af sitthvorri sort.

Brandarar

Hvað sagði hnetan þegar hún hnerraði?
- Kasjúú!

Hvað kallar þú björn með engar tennur?
- Gúmmíbjörn.

Palli: Þessi matur er frekar skondinn á bragðið ...
Nonni: Af hverju ertu þá ekki að hlæja?

Hvaða salat er í uppáhaldi hjá mörgæsum?
- Iceberg-salat.

Hvað er verra en að finna orm í eplinu þínu?
- Að finna hálfan orm í eplinu þínu.

Sjúklingurinn: Læknir, ég þarf nauðsynlega að fá gleraugu!
Þjóninn: Já, svo sannarlega. Þetta er nefnilega veitingahús.

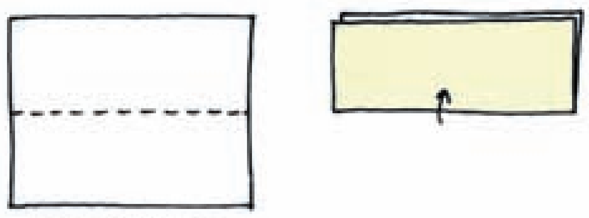
Af hverju borða risaeðlur hrátt kjöt?
- Nú, því þær kunna ekki að elda.

TEIKNAR ÞÚ FLOTTAR MYNDIR?

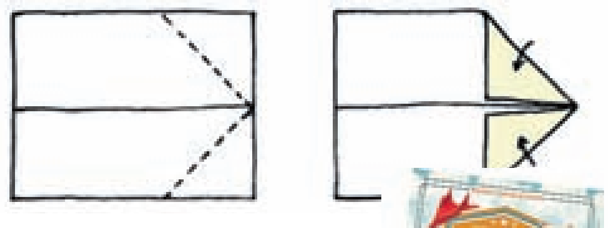
Sendu okkur myndina þína í pósti til Fréttablaðsins, Skaftahlíð 24, 105 Reykjavík eða með tölvupósti á krakkar@frettabladid.is

Föndur

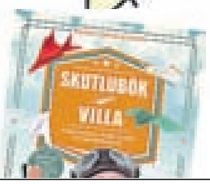
ÞOTAN Þessari þarf að kasta frekar fast og þú gætir þurft að stilla hana svo þú náir hinu fullkomna kasti. Þessi uppskrift kemur úr Skutlubók Villa.

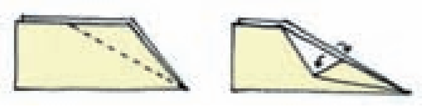


1 Brjóttu blaðið í miðju.

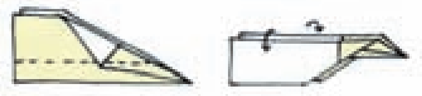


2 Sléttu úr því aftur og brjóttu hornin inn að miðjubrotinu.

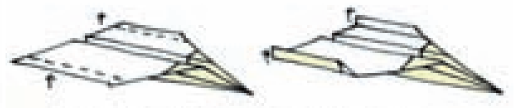




3 Brjóttu blaðið saman aftur og brjóttu hornin niður eins og punktalínan sýnir.



4 Brjóttu nú vænginn niður á þeim stað sem punktalínan sýnir.



5 Færðu vængina upp. Brjóttu upp á endana á vængjunum.

Pínulítið erfitt fyrst að læra frönsku

Nóel Atli Arnórsson verður 9 ára 30. september. Hann býr í Suður-Frakklandi í bænum Saint Raphael með mömmu sinni, pabba og litlu systur sinni Elísabetu.

1. Hvað er skemmtilegast við að búa í Frakklandi? Það er oft sól og gott veður og maður getur farið í stuttbuxum í skólann.

2. Hvað ætlar þú að verða þegar þú verður stór? Fótboltamaður, kannski handboltamaður.

3. Hvað ætlarðu að gera í sumar? Ég ætla að fara til Íslands í heimsókn. Þar ætla ég að hitta ömmur mínar og afa og leika við íslensku vini mína. Ég ætla líka að æfa fótbolta með KA.

4. Finnst þér gaman að tala frönsku og er hún erfiðari en íslenska? Það var pínu erfitt fyrst að læra frönsku en núna kann ég mjög mikið og þá er það gaman. Mér finnst franska erfiðari en íslenska held ég.

5. Hvað er besta liðið? Í öllum heiminum er það Real Madrid. Svo er það líka Etoile, sem er liðið sem ég æfi með í Frakklandi.

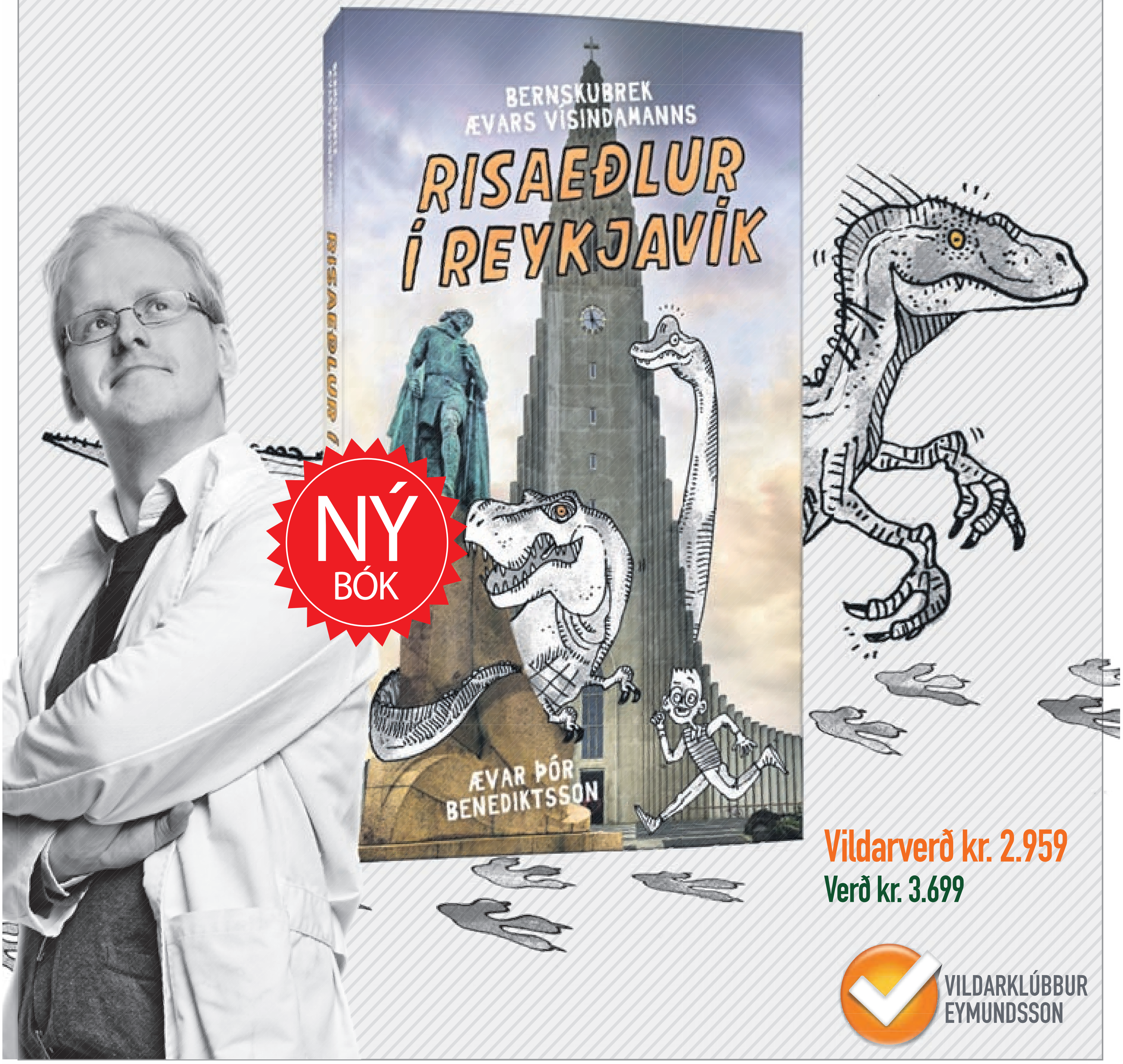
6. Hvað er uppáhaldsmaturinn þinn? Pitsa og íslenskar pylsur.

7. Hvað er skemmtilegt að gera í Frakklandi? Að fara á ströndina og í Disneyland. Líka að leika við frönsku vini mína.

EINHVER VERÐUR ÉTINN

Í PENNANUM EYMUNDSSON KRINGLUNNI SUÐUR

Útgáfugleði í dag kl. 14. Risaeðlulímmiðar, risaeðluplaköt og upplestur – eitthvað fyrir alla!



Vildarverð kr. 2.959

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

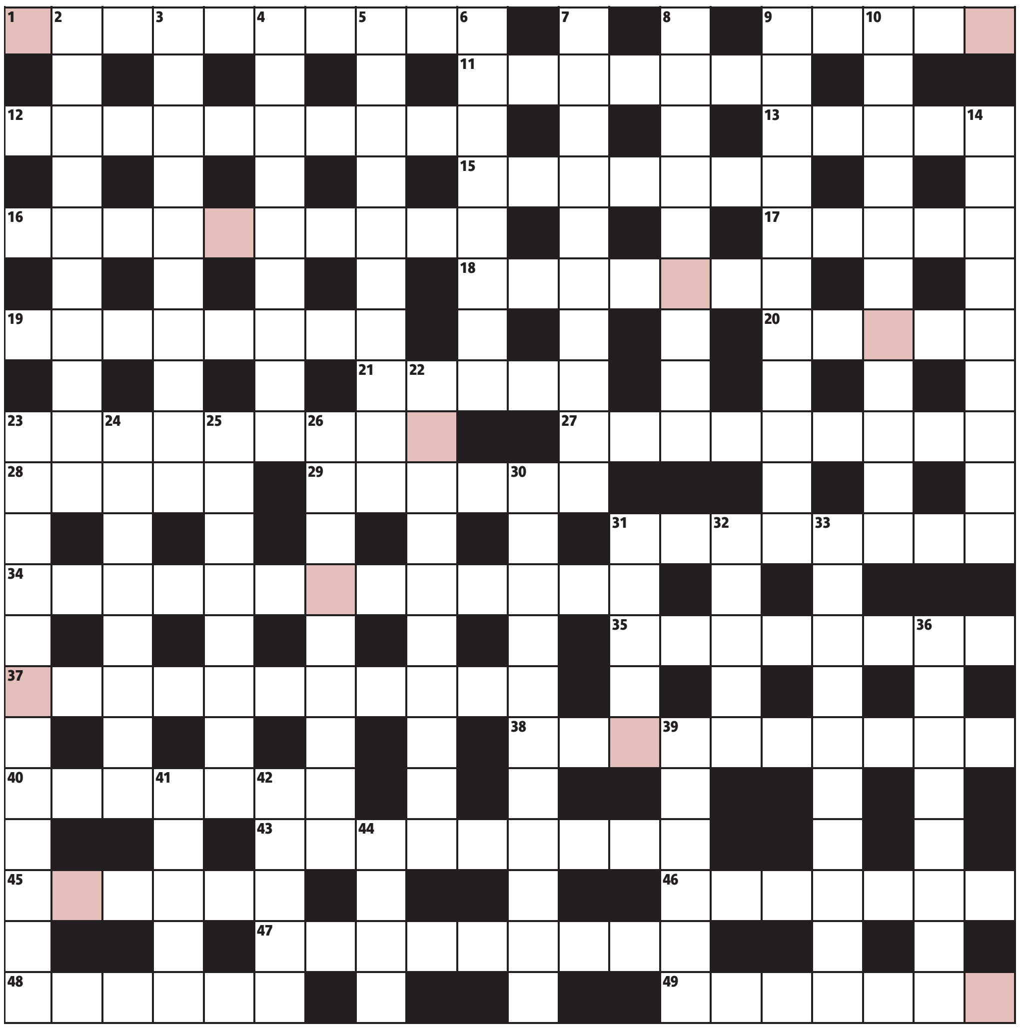
540 2000 | penninn@penninn.is | www.penninn.is | www.eymundsson.is

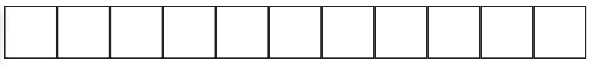
Vöruúrval mismunandi eftir verslunum. Tilboð gildir til og með 1. júní. Upplýsingar eru birtar með fyrirvara um villur og myndabrengl.

KROSSGÁTA

LÁRÉTT
1. Svo fyndin að enginn hefur ráð á þeim (10)
9. Græðum á meinsemdum (5)
11. Æstar í erfiði, annað en þessir letingjar (7)
12. Endursendi bylgjur með sms-um (10)
13. Gengum tilneydd í skriðum (5)
15. Þjórum með bjórum og ráðum (7)
16. Svo brjálæðislega opin að ég fatta ekki hvað þetta er ofboðslegt flæmi (10)
17. Óþarfa fiskadráp úr sjó (5)
18. Í griðastað bernskunnar finn ég fornan félaga (7)
19. Skuldir sem lagst hafa á látnar (8)
20. Bera á brenglaða kanta (5)
21. Kjötmikill sóli skal í fornan pott (5)
23. Hliðarhamur grana bregður á þær öðrum blæ (9)
27. Stormkerfið og reknótin eru eitt (9)
28. Ydduð spýta átta ára trítils er öðrum frísklegri (5)
29. Um veggi og það sem þeir umlykja (6)
31. Við skulum kanna hvort þær eru óheftar eða ógætnar (8)
34. Hár og rótsterkt kaffi fyrir grimm að utan, og sveppurinn líka (13)
35. Klink úr stefnu hvaðan allt er blankt (8)
37. Heyri hljóm ákveðinna hittinga hvar spilað var og sungið (11)
38. Svartar byggja kofa fyrir hjólkerlingu (10)
40. Sindrandi ryk flögrar um ótukt sem setur allt á hvolf (7)
43. Ringluð kvikindin stunda armraunir (9)
45. 49 sandalar (6)
46. Spjalla um áburð og letilíf (7)
47. Krefjast greiðslu að utan (9)
48. Þar áður gátu allir vatni af sér kastað/eitt og sér er ekki neitt/öllum tölum fær þó breytt (6)
49. Fór þá Örn á fáki sínum, enda orðinn verri (7)

LÓÐRÉTT
2. Ef pítsa slitnar eru heimilistæki ekki langt undan (10)
3. Tel sveiflusæti jarðar eitt helsta aðdráttarafl afþreyingarsvæðis (10)
4. Förum nær sjoppunni svo huga megi að kjörunum (9)
5. Er þörf á að veita svo kröftugum og fjölmennum hópi hjálp? (10)
6. Þessu gæðingakyni er oft ruglað við fuglakyn (8)
7. Lífsins lögur er kvöð fyrir ættingja (10)
8. Mestur bruni er á helsta vettvangi Talíu (9)
9. Hér vísa ég til hinna klikkuðu en strangheiðarlegu karla (11)
10. Ákveð upphæð jarðargjalds með tilliti til línu og árbíts (11)
14. Ef starfsfólk er ekki á staðnum er hann tómur (9)
22. Ber málæði um að bolurinn sé ekki stutterma vott um iðrun? (10)
23. Íhaldsrafturinn í háskólanum heldur mér vakandi (12)
24. Straumlóðir leiða orku (8)
25. Óformlegt og falskt (8)
26. Legg druslu nokkra dýrðlega til leikfanga (9)
30. Ræði litla krílið (11)
31. Narta í nagga (5)
32. Sá sem kýlir á ljóðrænu er í ruglinu (5)
33. Hringrás greiðir fyrir traffík (10)
36. Sé óbifanleg sannfæring fyrir hendi munu engin blindsker hindra að fylgjendur hennar reyni að sannfæra aðra (8)
39. Bytta, rán og rammar (6)
41. Fatta ekki vanefndir lántaka (5)
42. Miðar fást á afruglað volið (5)
44. Felldu skepnur og verkuðu (4)





V	A	N	D	A	L	A	U	S	A	R		H		Æ		S		B	
I		Á		L		F		I		Ó	T	I	L	T	E	K	N	A	R
L	E	T	I	D	Ý	R	A	N	N	A		N		T		R		K	
H		T		A		É		N		Ð		D		F		A		B	
J		Ú		V		Ð		I		A	F	B	O	R	G	U	N	U	M
Á	B	R	E	I	Ð	U	R	N	A	R		E		Ó		T		R	
L		A		N		S			F		B	R	Á	Ð	A	L	I	Ð	I
M	Y	N	D	A	S	T	Y	T	T	U	R			R		E		U	
	N		Ý		A		L		A		Ú	T	K	A	S	T	A	R	A
E	G	G	J	A	K	Ö	K	U	N	A			Ó			U			Ð
	I		A		A		Ö		R		S	T	R	Á	D	R	E	P	A
Á	S	T	M	Æ	R	I	N		O		J		V		Ú		I		L
	S		O		G		G	U	Ð	D	Ó	M	I	N	N		N	Æ	M
T	V	Í	S	T	I	G	U		I		B		L		Y		Þ		Ó
	E		A		F		L		N		I	L	L	K	L	E	Y	F	T
Þ	I	N	G	S	T	J	Ó	R	A	R	R		A		L		K		O
	N		R			Á		A			T	Ú	N	F	I	S	K	A	R
S	A	M	Æ	F	I	N	G	U	N	N	I			L		Æ		X	
	N		N			K		S			N	E	Ð	A	N	M	Á	L	S
L	A	U	N	A	S	A	M	N	I	N	G			K		A		A	

Lausnarorð síðustu viku var
VIRKJANAKOSTIR

VEGLEG VERÐLAUN

Vikulega er dregið úr innsendum lausnarorðum og fær vinningshafi eintak af bókinni **Heilbrigði trjágróðurs** eftir Guðmund Halldórsson og Halldór Sverrisson frá Forlaginu. Vinningshafi síðustu viku var **Ragnar Blöndal, Reykjavík.**

LAUSNARORÐ

Ef bókstöfunum í skyggðu reitunum er raðað rétt saman birtist afar umdeilt fyrirbæri sem einhverjir munu græða vel á. Sendið lausnarorðið í síðasta lagi 3. júní næstkomandi á **krossgata@frettabladid.is** merkt „30. maí“.

Á Facebook-síðunni **Krossgátan** er að finna ábendingar, tilkynningar og leiðréttingar ef þörf krefur.

NAPOLEON
HÁGÆÐA GRILL FRÁ KANADA

NAPOLEON, fjölskyldufyrirtæki frá Kanada, hefur verið starfandi í 38 ár og sérhæfir sig í að hanna og framleiða hágæða grill, eldstæði og fleiri vörur sem hægt er að treysta á.

byko.is
BYKO
GERUM ÞETTA SAMAN

SUDOKU

LÉTT

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

MIÐLUNGS

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

ÞUNG

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

LAUSN SÍÐUSTU SUDOKU

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

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

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

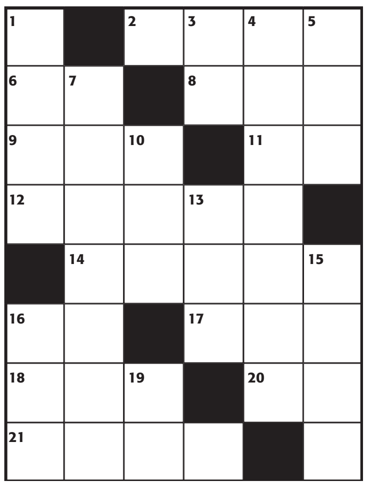
Þrautin felst í því að fylla út í reitina þannig að í hverjum 3x3 reit birtist tölurnar 1-9. Í hverri níu reita línu, bæði lárétt og lóðrétt, birtast einnig tölurnar 1-9 og aldrei má tvítaka neina tölu í röðinni.

Lausnin verður birt í næsta tölublaði Fréttablaðsins.

SPAKMÆLI DAGSINS

„Það skiptir ekki máli hversu hægt þú ferð svo lengi sem þú stoppar ekki.“

Konfúsíus.



KROSSGÁTA

LÁRÉTT
2. taug, **6.** þys, **8.** gyðja, **9.** bein, **11.** skóli, **12.** yfirstéttar, **14.** digurmæli, **16.** halló, **17.** hélt á brott, **18.** súld, **20.** bókstafur, **21.** núa.

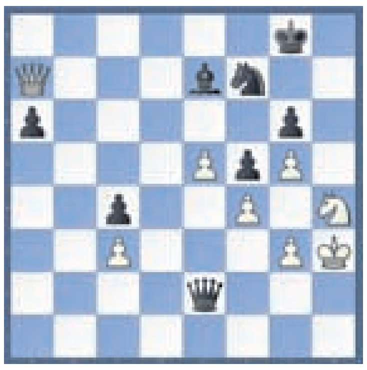
LÓÐRÉTT
1. skynfæri, **3.** óð, **4.** kennslubók, **5.** líða vel, **7.** dyggð, **10.** skip, **13.** mærð, **15.** fituskán, **16.** sneril, **19.** hreyfing.

LAUSN
LÁRÉTT: 2. mænu, **6.** ys, **8.** rán, **9.** rif, **11.** ma, **12.** aðals, **14.** grobb, **16.** hæ, **17.** fór, **18.** úði, **20.** ká, **21.** niða.
LÓÐRÉTT: 1. eyra, **3.** ær, **4.** námsbók, **5.** una, **7.** siðgæði, **10.** far, **13.** lof, **15.** brák, **16.** hún, **19.** ið.

SKÁK

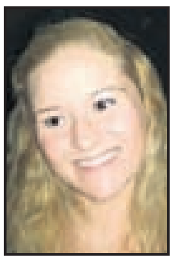
Gunnar Björnsson

Jóhann Hjartarson (2.566) hafði svart gegn Einari Hjalta Jenssyni (2.359) á Skákþingi Íslands í Hörpu. Svartur á leik



59. ... Bxg5! 60. e6 (60. ... fxg5 Rxg5#) **60. ... Dxe6 61. fxg5 Rxg4+ 62. Kh2 De2+ 61. Kh1 Df1+ 62. Kh2 Dh3+ 63. Kg1 Dxg3+ 62. Rg2 Dxc3** og hvítur gafst upp skömmu síðar.
www.skak.is: Aðalfundur SÍ í dag.

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



Elsku dóttir okkar, systir, mágkona og frænka,

AÐALHEIÐUR BJÖRT GRÉTARSDÓTTIR
Fífumóa 2, Selfossi,

lést þriðjudaginn 19. maí. Útförin hefur farið fram. Þökkum auðsýnda samúð og vinarhug.

Þórdís Hannesdóttir **Grétar B. Þorsteinsson**
Guðmundur Bjarki Grétarsson
Maríanna C. Guðmundsdóttir **Ísak Sigurjónsson**
Klara Amilía, Christian Viktor, Natalía Tara
Grétar Þór Guðmundsson
Andrés Ævar Grétarsson **Ásta Sóley Sturludóttir**
Nökkvi Páll

Ástkær eiginmaður minn og faðir okkar,

BERGÞÓR INGI INGUSON
(Ingi Þór)
Bogabraut 5, Sandgerði,

lést á Heilbrigðisstofnun Suðurnesja laugardaginn 23. maí. Útförin fer fram frá Safnaðarheimilinu í Sandgerði, þriðjudaginn 2. júní kl. 14.00.
Blóm og kransar afþakkaðir en þeim sem vilja minnast hans er bent á styrktarreikning, kt. 181181-5089, banki 114-05-060582.

Halla Rós Eiríksdóttir
og börn.

Ástkær eiginmaður minn, faðir, stjúpfaðir, tengdafaðir og afi,

HALLGRÍMUR JÓHANNSSON
Kirkjustétt 11,

lést fimmtudaginn 14. maí. Útförin hefur farið fram í kyrrþey.
Aðstandendur þakka auðsýnda samúð og hlýhug. Sérstakar þakkir til líknardeildar Landspítalans, séra Karls Matthíassonar, Lovísu Guðmundsdóttur og Sigurjóns Halldórssonar.

Ragna Benedikta Gísladóttir
Jóhann Hallgrímsson **Þórhalla Baldursdóttir**
Inga Figueiredo Lúthersdóttir **Rui Pedro Figueiredo**
Gísli Ragnar Lúthersson
og barnabörn.

Innilegar þakkir fyrir samúð og hlýhug vegna andláts og útfarar okkar ástkæru móður, mágkonu og ömmu,

GUÐRÚNAR E. KRISTINSDÓTTUR
frá Horni.

Sérstakar þakkir fær starfsfólk á Litlu Grund fyrir góða umönnun.

Sæbjörn Torfason
Ingólfur R. Torfason
Kristinn G. Torfason
Elisabet Ingólfsdóttir
og fjölskyldur.

Ástkær eiginmaður minn, faðir okkar, tengdafaðir og afi,

FRIÐRIK GESTSSON
Hjallalundi 18, Akureyri,

andaðist á sjúkrahúsinu á Akureyri laugardaginn 23. maí síðastliðinn. Útför hans verður gerð frá Akureyrarkirkju þriðjudaginn 2. júní kl 13.30. Þökkum auðsýnda samúð.

Susana Turago Araojo, Margrét Lilja, Sara Jane, Gestur Jónmundur, Magnea, tengdabörn og barnabörn.

ÞETTA GERÐIST: 30. MAÍ 1990

Frakkar banna breskt nautakjöt

Þennan dag, 30. maí, árið 1990 bönnuðu bresk yfirvöld allan innflutning á bresku nautakjöti og lifandi nautgripum af ótta við kúariðu. Frakkland var stærsti innflytjandi bresks nautakjöts og kom þetta sér því afskaplega illa fyrir breska bændur. Einnig kom þetta sér illa fyrir bresk yfirvöld, sem höfðu þráfaldlega reynt að sannfæra almenning um að öruggt væri að neyta nautakjöts. Fáum dögum síðar bönnuðu Þýskaland og Ítalía innflutning á nautakjöti. Banninu var svo aflétt nokkru síðar, eftir miklar samningaviðræður í Brussel. Kúariðukreppan náði síðan hámarki þann 20. mars 1996 þegar bresk yfirvöld viðurkenndu að tengsl væru milli kúariðu og Creutzfeldt-Jakob-sjúkdómsins, mannlegrar útgáfu hrörnunarsjúkdómsins sem hafði fyrst fundist í breskum kúm tíu árum áður. Viku síðar var algert bann við útflutningi á bresku nautakjöti sett á. Banninu var aflétt í öllum löndum nema Frakklandi árið 1999 en eftir að Evrópusambandið hótaði stórum fjársektum var banninu einnig aflétt þar í október

MERKISATBURÐIR

1431 Jóhanna af Örk er brennd á báli í Rúðuborg í Frakklandi.
1593 Breska leikskáldið Christopher Marlow er drepinn á krá vegna deilna um borgun á reikningi.
1768 Eggert Ólafsson, skáld og varalögmaður, ferst á Breiðafirði ásamt konu sinni og sex öðrum mönnum. Voru þau að koma frá vetursetu í Sauðlauksdal.
1829 Jónas Hallgrímsson flytur prófræðu sína í Bessastaðakirkju.
1836 Paul Gaimard kemur með leiðangur sinn til Reykjavíkur og fer víða um land.
1851 Jón Sigurðsson er kosinn forseti Kaupmannahafnardeildar Hins íslenska bókmenntafélags og gegnir þeirri stöðu til dauðadags.
1889 Hallgrímur Sveinsson, dómkirkjuprestur í Reykjavík, er vígður biskup.
1894 Eldey er klifin í fyrsta skipti. Er þar að verki Eldeyjar-Hjalti (Hjalti Jónsson) og tveir aðrir Vestmannaeyingar.
1919 Fyrsti íslenski ríkisráðsfundurinn er haldinn í Fredensborgarhöll í Danmörku.
1940 Róstur verða eftir knattspyrnuleik milli Fram og Víkings í Reykjavík. Þrjátíu manns eru handteknir.
1977 Sjónvarpskvikmyndin Blóðrautt sólarlag eftir Hrafn Gunnlaugsson er frumsýnd. Hún vekur talsverðar deilur.
1981 Forseti Bangladess, Zia Rahman, er ráðinn af dögum.
1982 Spánn verður sextánda aðildarland NATO og fyrsta ríkið til að gerast meðlimur frá því Vestur-Þýskaland gekk í bandalagið árið 1955.
1984 Alþingismönnum er fjölgað úr 60 í 63 og kosningaaldur er lækkaður úr 20 árum í 18 ár.

Ástkær, elskulegur eiginmaður minn,

PÁLL EYVINDSSON
yfirflugstjóri,
Digranesvegi 64,

lést á heimili sínu föstudaginn 29. maí. Jarðarförin verður auglýst síðar.

Helga Ragna Ármannsdóttir

SIGRÚN HELGADÓTTIR
Sólheimum 42, Reykjavík,

lést fimmtudaginn 28. maí. Útförin fer fram frá Langholtskirkju föstudaginn 5. júní kl. 11.

Hannes Pálsson
Guðrún Hannesdóttir **Þorbjörn Broddason**
Kristín Hannesdóttir **Nicholas Groves-Raines**
Halla Hannesdóttir **Vífill Magnússon**
Páll H. Hannesson **Liv Jorunn Seljevoll**
Pétur H. Hannesson **Erla Dís Axelsdóttir**
og fjölskyldur.

Ástkær eiginkona mín, móðir, tengdamóðir, systir og amma,

BÁRA ANDERSDÓTTIR
Jöldugróf 17,

lést á krabbameinsdeild LSH laugardaginn 23. maí. Útförin fer fram frá Bústaðakirkju fimmtudaginn 4. júní klukkan 13.00.
Þeim sem vilja minnast hennar er bent á minningarsjóð líknardeildar heimahlynningar LSH í Kópavogi.

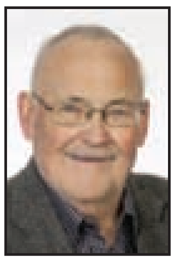
Þór J. Vigfússon
Vigfús J. Þórsson **Ásdís Kristjánsdóttir**
Freyr Vigfússon
Edda Andersdóttir
og fjölskylda.

Systir okkar,

RAGNHILDUR HALLDÓRSDÓTTIR SKEOCH
Mánatúni 4, Reykjavík,

verður jarðsungin frá Fossvogskirkju mánudaginn 1. júní kl. 15.00.

Guðný Ó. Halldórsdóttir
Kristín H. Halldórsdóttir

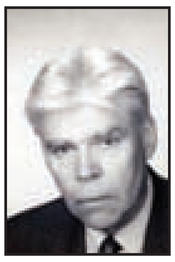


Kær bróðir, mágur og frændi,

EIÐUR HELGI EINARSSON
Skólabraut 5, Seltjarnarnesi,

lést á hjartadeild Landspítalans 22. maí. Hann verður jarðsunginn frá Hallgrímskirkju, miðvikudaginn 3. júní kl. 13.00.

Herdís Einarsdóttir **Birgir Ásgeirsson**
Einar Þór Óttarsson
Heiður Óttarsdóttir
Þórunn Birgisdóttir **Guðberg K. Jónsson**
Hákon Óttarsson **Þórdís Harpa Lárusdóttir**
Þórgunnur Óttarsdóttir **Óskar Gíslason**
Eiður Páll Birgisson **Laufey Einarsdóttir**
Inga Hrönn Óttarsdóttir **Kristinn J. Hjartarson**
Einar Birgisson **Elín Soffía Pilkington**



Hjartans þakkir fyrir samúð og hlýhug vegna andláts og útfarar eiginmanns, föður, tengdaföður, afa og langafa,

HALLGRÍMS SIGURÐSSONAR
fyrrverandi forstjóra,
Skógarseli 41, Reykjavík.

Sérstakar þakkir til starfsfólks öldrunardeildar LSH Fossvogi og til sr. Gunnars Rúnars Matthíassonar.

Ingigerður K. Gísladóttir
Sigurður Hallgrímsson **Guðbjörg Magnúsdóttir**
Kristinn Hallgrímsson **Helga Birna Björnsdóttir**
Hulda Hallgrímsdóttir **Ingi Þór Hermannsson**
barnabörn og barnabarnabörn.

Elskuleg frænka okkar,

ÁSTA EYJÓLFSDÓTTIR
fv. gjaldkeri hjá Sjúkrasamlagi Reykjavíkur,

lést mánudaginn 25. maí á Skjóli hjúkrunarheimili. Útför hennar mun fara fram frá Áskirkju þriðjudaginn 9. júní kl. 13.00.
Starfsfólki Skjóls er þökkuð alúð og góð umönnun.

Systkinabörn og fjölskyldur.

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

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

VORÚTSALA

ALLT AÐ 70% AFSLÁTTUR

LOKADAGUR - LOKADAGUR

EPSON SKJÁVARPAR
MEÐ ALLT AÐ
KR. AFSL.

LG SJÓNVÖRP
MEÐ ALLT AÐ
300.000 KR. AFSL.

48" LED

FULLT VERÐ 119.990
TILBOÐ 99.990
TOSHIBA AFSL. 20.000

FULLT VERÐ
TILBOÐ 229.990
LG AFSL. 70.000

42" LED SNJALLSJÓNVARP
FULLT VERÐ 119.990
TILBOÐ 94.990
LG AFSL. 25.000

48" 4K UHD SJÓNVARP
FULLT VERÐ 274.990
TILBOÐ 169.990
Panasonic AFSL. 105.000

MEÐ ALLT AÐ 50% AFSLÆTTI
HARMAN KARDON

ÚTSÖLUNNI LÝKUR Í DAG

YAMAHA KENWOOD PHILIPS Nikon
harman/kardon JBL OLYMPUS Dantax tasco TOSHIBA JVC LG

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

Alltaf gæði og góð kaup! STOFNAÐ 1971

Sjónvarpsmiðstöðin

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

SanDisk MINNISKORT ALLAR GERÐIR

BÓNUS BÓNUS BÓNUS BÓNUS BÓNUS

1259 kr. kg.

BÓNUS **BBQ Grill-grísakótilettur**

Ferskur **BÓNUS** kjúklingur

749 kr. kg.

BÓNUS **Heill ferskur kjúklingur**

1979 kr. kg.

BÓNUS **Kjúklingabringur ferskar**

1598 kr. kg.

Bónus **Bacon/beikon**

1998 kr. kg

NORÐANFISKUR **Íslenskur lax beinhreinsaður m/roði** *FROSINN*

1259 kr. kg.

BÓNUS **Grill úrbein. grísahnakkasneiðar**

1998 kr. kg

NORÐANFISKUR **Íslensk bleikja beinhreinsuð m/roði** *FROSIN*

979 kr. kg.

BÓNUS **Grill Grísabógsneiðar**

2998 kr. kg.

Íslandslamb **Lambaprime ferskt ókryddað**

3898 kr. kg.

Íslandslamb **Lambafillet ferskt ókryddað**

Tilbúið beint á grillið !

Forkryddað grísakjöt, beinlaus biti

1598 KR. KG.

STJÖRNUGRÍS **Beinlausar kótilettur**

1598 KR. KG.

STJÖRNUGRÍS **Grísa-hryggjafille**

1598 KR. KG.

STJÖRNUGRÍS **Grísa-hryggjasneiðar**

1598 KR. KG.

STJÖRNUGRÍS **Grísahnakka-fillet**

VALITOR **BÓNUS** EKKERT BRUÐL

Verð í þessari auglýsingu **Gilda a.m.k. til 31. 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 •

BÓNUS BÓNUS BÓNUS BÓNUS

FERSK MEÐ FLUGI

300 kr. afsláttur
1150 kr. kg.
GOTTI ostur Verð áður 1450 kr.kg

198 kr. 237g
BÓNUS **Samlokuskinka** 237g

798 kr. 400g
Fersk kirsuber 400g

1298 kr. 500g
Fersk bláber 500g

95 kr. 200g
EUROSHOPPER **Steiktur laukur** 200g

159 kr. 5 stk.
BÓNUS **Fimm pylsubrauð**

MYLLU HEIMILISBRAUÐ
259 kr. 770g.

59 kr. 250ml
EUROSHOPPER
Orkudrykkur 250ml

359 kr. 10 stk.
BÓNUS **Vínarpylsur 10 stk** 485g

BÓNUS KUBBAR NÝBAKAÐIR
4 STK. Í POKA / 3 TEGUNDIR
259 kr. 4 stk.

87% KJÖT
298 kr. 360g
KJARNAFÆÐI **Pólskar kjötpylsur** 360g

69 kr. 330ml

95 kr. 1 ltr.

198 kr. 1.5 ltr.

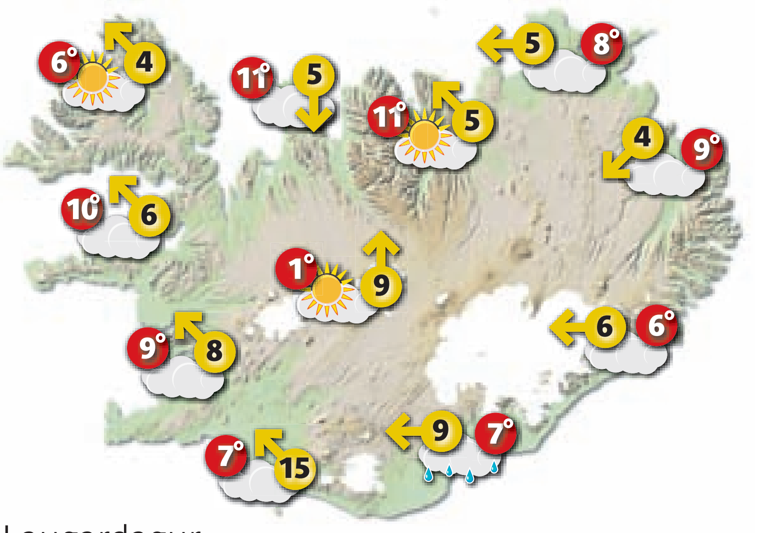
198 kr. 2.0 ltr.

BÓNUS EKKERT BRUÐL

Verð í þessari auglýsingu
Gilda a.m.k. til 31. 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 •

Veðurspá



Laugardagur

Vaxandi austan og suðaustanátt í dag, hvassast við suðurströndina. Rigning allvíða um landið sunnanvert og hiti víða 5 til 10 stig, en léttir til fyrir norðan og gætu Norðlendingar átt von á hita upp að 12 stigum þar sem best lætur. Einna svalast verður á Austurlandi

Flóð og fjara

REYKJAVÍK		ÍSAFJÖRÐUR		AKUREYRI	
FLÓÐ	FJARA	FJARA	FLÓÐ	FJARA	FLÓÐ
4.08	**10.25**	**0.11**	**5.59**	**2.22**	**8.18**
3,2 m	0,9 m	0,5 m	1,6 m	0,5 m	1,2 m
16.37	**22.51**	**12.27**	**18.46**	**14.22**	**20.45**
3,4 m	0,9 m	0,4 m	1,7 m	0,5 m	1,3 m

Tunglstaða
Vaxandi
Fylling: 85%

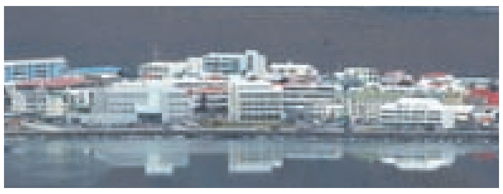
Sólarupprás Kl. 3.28
Sólarlag Kl. 23.23

Kaupmannah.	Oslo	Stokkhólmur	Gautaborg	Helsinki	Þórshöfn	Nuuk
11°	10°	10°	12°	15°	9°	0°
London	**Amsterdam**	**París**	**Berlín**	**Madríd**	**Brussel**	**Róm**
15°	14°	18°	17°	29°	16°	25°
Boston	**New York**	**Orlando**	**Moskva**	**Singapúr**	**Tókýó**	**Sydney**
18°	20°	23°	25°	29°	23°	14°

Reykjavík

Sun	Mán	Þri	Mið	Fim
9°	7°	8°	9°	9°
← 8	↙ 10	↙ 2	↙ 10	← 4

Ísafjörður



Sun	Mán	Þri	Mið	Fim
2°	0°	-0°	0°	0°
← 10	↙ 11	↙ 9	↙ 11	↙ 8

Akureyri

Sun	Mán	Þri	Mið	Fim
4°	2°	-0°	2°	1°
← 5	↓ 6	↓ 4	↙ 7	↓ 4

Egilsstaðir

Sun	Mán	Þri	Mið	Fim
3°	3°	2°	3°	4°
↓ 5	↓ 7	↓ 7	↓ 8	↓ 8

Kirkjubæjarklaustur

Sun	Mán	Þri	Mið	Fim
8°	10°	6°	10°	8°
← 11	↓ 5	← 7	← 4	→ 4

HAFÐU FJÖLPÓSTINN ÞINN Í FRÉTTABLAÐINU

Fréttablaðið er mest lesna dagblaðið með glæsilegt forskot á keppinautana. Meðallestur Fréttablaðsins í aldurshópnum 25-54 ára er 73% á höfuðborgarsvæðinu.*

Við bendum auglýsendum á að notfæra sér forskotið þegar þeir velja dreifingarleið fyrir fjölpóst sinn. Við dreifum sex daga vikunnar til heimila á stærsta markaðssvæði landsins.

Hafðu fjölpóstinn þinn inni í Fréttablaðinu.
Það er áhrifarík leið til að koma skilaboðum um vöru eða þjónustu beint inn á heimilin.

Kannaðu dreifileiðir og verð í síma 512 5448
eða í tölvupóstfangi fjolpostur@frettabladid.is

FRÉTTABLAÐIÐ

Innskot í Fréttablaðið skilar árangri!

*Prentmiðlakönnun Capacent október–desember 2012 – höfuðborgarsvæði 25-54 ára

Myndasögur

PONDUS — Eftir Frode Øverli

GELGJAN — Eftir Jerry Scott & Jim Borgman

BARNALÁN — Eftir Jerry Scott & Rick Kirkman

STÓRI
CS GO
DAGURINN
Í FYRSTA SINN Á ÍSLANDI
TVÖ BESTU LIÐ LANDSINS MÆTAST!
MALEFIQ
VS
SKAÐI
KEPPA ÚRSLITALEIKINN Í TUDDANUM KL. 16:30
Í TÖLVULISTANUM Á SUÐURLANDSBRAUT !
msi
Razer
Mountain Dew
Eld smiðjan
PIZZUVEISLA
KL. 16:00 - 18:00
SHOWMATCH
DRAKE
VS SEVEN
GAMLAR KEMPUR ÚR CS1.6 ETJA KAPPI
KL. 13:30 – 16:00
twitch
TWITCH.TV/GEGTTV
ÚTSENDING HEFST
Á GEGTTV KL. 13:00
Razer
HEPPINN GESTUR VINNUR
KRAKEN PRO CHROMA 7.1
FYLGSTU MEÐ
Á SNAPCHAT
TOLVULISTINN
KOMDU Í PIZZAVEISLU OG FYLGSTU MEÐ Á RISASKJÁ!
tl.is
TÖLVU
LISTINN
TÖLVULISTINN
Heimilistæki
CHROMA
FULL SPECTRUM GAMING
TUDDINN

ÞINGVALLAKIRKJA Það myndast skemmtileg nánd við tónleikagesti í litlu fallegu kirkjunni á Þingvöllum. FRÉTTABLAÐIÐ/PJETUR

Spilað í fangi gesta

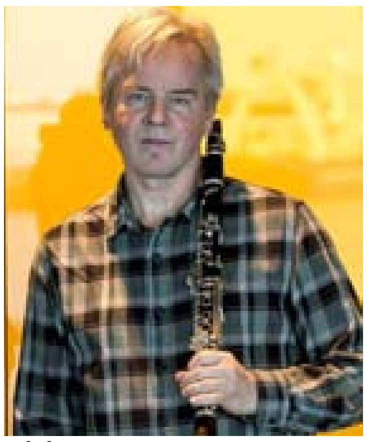
Tónlistarhátíðin Þriðjudagskvöld á Þingvöllum hefst í níunda sinn næstkomandi þriðjudagskvöld. Einar Jóhannesson hefur staðið fyrir hátíðinni frá upphafi.

„Þetta er sérstök kirkja í þeim einstaka helgidómi þjóðarinnar sem Þingvellir eru,“ segir Einar Jóhannesson klarínettuleikari sem stendur nú í júní fyrir tónlistarhátíðinni Þriðjudagskvöld í Þingvallakirkju í níunda sinn. Fyrsti hópurinn sem kemur fram næstkomandi þriðjudagskvöld er Kársnestríóið en það skipa þær Guðrún Sigríður Birgisdóttir, flauta, Svava Bernharðsdóttir, víóla, og Elísabet Waage, harpa. Þær leika tónlist allt frá Bach til Þorkels Sigurbjörnssonar. Nánari dagskrá fyrir alla tónleikana verður brátt hægt að nálgast á vefsvæðinu thingvellir.is.

„Þetta er nú þannig til komið að ég er hálfur Þingvellingur, ættaður af Kárastöðum í Þingvallasveit. Bæði móðir mín og móðursystir spiluðu á orgelið við messur og afi minn var meðhjálpari sem og hreppstjóri þannig að það eru sterk tengsl við þessa litlu fallegu kirkju.

Þegar móðursystir mín, Guðbjörg Einarsdóttir, féll frá var stofnaður um hana minningarsjóður við kirkjuna og einhvern veginn lenti hjá mér að sjá um þetta. Hugmyndin var að við vildum gera kirkjunni til góða með einhverjum hætti og þessi leið varð fyrir valinu; að vera með árlega tónlistarhátíð. Kollegar hafa verið tilbúnir til þess að koma og spila fyrir sama lítinn pening og þannig hefur þetta gengið með góðra hjálp.“

„Hátíðin verður svo tíu ára næsta sumar en í framhaldinu þá ætlum við Kristján Valur Ingólfsson, vígslubiskup í Skálholti sem hefur verið að standa í þessu með mér, að taka svona aðeins stöðuna. Maður er búinn að vera í þessu af hreinni hugsjón og það hefur verið ákaflega skemmtilegt en kannski er kominn tími á að sjá hvort einhver vill taka við keflinu.“



HÁTÍÐARHALDARI Einar Jóhannesson er hálfur Þingvellingur. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

Einar segir að það sé alltaf gaman að koma í kirkjuna og að á síðustu árum séu þau mikið að sjá sömu tónleikagestina koma aftur. „Þetta er sérstök upplifun bæði fyrir tónlistarmenn og tónleikagesti. Kirkjan er svo lítil að maður er nánast í fanginu á gestum að spila en það gefur líka alveg einstaka nánd. Nánd sem fólk fær ekki í stórum tónleikasölum. Ég treysti líka talsvert á spjallið, að tónlistarmennirnir gefi sér tíma til þess að spjalla við gestina um það sem er verið að takast á við hverju sinni og það gerir þessa stund ákaflega persónulega og skemmtilega í senn.

Ef kirkjan fyllist þá má nú grípa til þess ráðs í skaplegu veðri að opna út og gefa gestum kost á að tylla sér út á tún og njóta tónlistarinnar í bland við blessaðan fuglasönginn. Það er nú ekki amalegt á þessum fallega stað.“

magnus@frettabladid.is

MAGNUS MARIA Átta konur fara með hlutverk í sýningu í óperunni sem er mikið sjónarspil. MYND/TIINA TAHVANAINEN

Konur um konur

Magnus Maria ópera um rétt kyn, eftir Karólínu Eiríksdóttur og Katarinu Gädnäs í leikstjórn Suzanne Osten, verður flutt í Þjóðleikhúsinu á miðvikudagskvöldið. Í óperunni er sögð sönn saga sænskrar tónlistarkonu frá 17. öld í Svíþjóð.

Suzanne Osten er á meðal þekktari leikstjóra Svíþjóðar. Um áraraðir hefur hún getið sér gott orð fyrir bæði leiksýningar og kvikmyndir, auk þess að gegna stöðu prófessors í leikstjórn við Dramatiska Institudet í Stokkhólmi. Það er því mikið ánægjuefni að fá loks til Íslands sýningu eftir Suzanne Osten en næstkomandi miðvikudagskvöld verður í Þjóðleikhúsinu Magnus Maria, ópera um rétt kyn. Ný ópera með tónlist eftir Karólínu Eiríksdóttur við texta Katarinu Gädnäs.

Suzanne segir að hér sé á ferðinni einstök saga sem eigi mikið erindi til okkar í dag og að verkefnið hafi allt verið sérstaklega skemmtilegt. „Óperan fjallar um konu að nafni Maria Johansson sem fæddist á Álandseyjum en draumur hennar var að starfa sem tónlistarmaður í Stokkhólmi. Þar sem hún var kona þá komst hún lítið áleiðis en tók þá að koma fram í karlmannsfötum undir nafninu Magnus. Ferillinn tók kipp og Magnus varð fljótt eftirsóttur á meðal ungra kvenna. Það sem leiddi þó til þess að allt fór til fjandans var að hún lofaði að kvænast ungri konu til þess að reyna að fá frið fyrir kvenhyllinni. Hún var ákærð fyrir að villa á sér heimildir og það er ágætt að hafa í huga að á þessum tíma voru nornabrennur í Svíþjóð. Það er rétt að láta það svo eftir áhorfendum á miðvikudagskvöldið að komast að því hvernig fer.“

LEIKSTJÓRINN Suzanne Osten á að baki magnaðan feril sem leikstjóri bæði á sviði og í kvikmyndum. MYND/TIINA TAHVANAINEN

Konur syngja og stjórna

Óperan var frumflutt á síðasta ári á Álandseyjum og hefur alls staðar hlotið frábærar viðtökur áhorfenda og gagnrýnenda. Átta konur fara með hlutverk í óperunni en enginn karl. Með hlutverkin fara þær Ásgerður Júníusdóttir, Hillevi Berg Niska, Lisa Fornhammar, Maria Johansson Josephsson, Therese Karlsson, Annika Sjölund, Frida Josefin Österberg og Andrea Björkholm. Hljómsveitarstjórn er í höndum Anna-Maria Helsing og eru öll listræn stjórnun og hönnun sýningarinnar í höndum kvenna.

„Þetta hefur verið frábært ferðalag. Þegar ég kom að þessu heillaðist ég strax af þessari frábæru tónlist Karólínu og fínu liberetto Katarinu. Það hefur verið ákaflega gaman að vinna með öllum þessum snjöllu konum, þetta er kvennasýning um málefni kvenna. Það er líka gaman hversu margar þeirra koma frá Álandseyjum. Þar er greinilega blómlegt tónlistar- og menningarlíf. Þetta er líka erfið sýning fyrir söngkonurnar því ég legg mikið á þær og læt þær dansa mikið og leika um leið og þær eru að einbeita sér að söngnum en þær standa sig allar frábærlega og fyrir vikið verður þetta heilmikið sjónarspil.“

Nútíamasaga

„Málið er að þetta er nútímasaga á sinn hátt og það ótrúlega er að hún er sönn. Þessi saga á því miður enn mikið erindi. Konur strögla gríðarlega mikið í heimi lista og menningar enn í dag þó svo að þær þurfi ekki endilega að villa á sér heimildir. Það þarf ekki annað en að líta á tölfræðina til þess að sjá það.

Minn bakgrunnur er um margt ákaflega pólitískur og ég er femínisti. Verkið höfðar til mín sem femínista og ég vona að það muni eiga þátt í því að skapa umræðu um stöðu kvenna í listum á Íslandi. Það er umræða sem allar þjóðir þurfa að taka reglulega.

Því miður hefur þróunin í Svíþjóð alls ekki verið nægjanlega góð. Ég var hins vegar heppin að fæðast í Svíþjóð sem lagði mikla rækt við listir, menntun og menningu. En síðustu áratugi þá er einhver amerísk frjálshyggja farin að tröllríða öllu. Listin hefur verið sett á jaðarinn í síauknum mæli og allt snýst um krónur og aura. Konur í listum líða fljótt fyrir þessa þróun.“

Vinnusmiðjan

Suzanne hlakkar mikið til þess að koma með sýninguna til Íslands og segist hafa heillast af baráttu kvenna á sínum tíma í kringum kvennafrídaginn og seinna kvennaframboðið. „Það er tilhlökkunarefni að koma með sýninguna en ég er líka ákaflega spennt fyrir vinnusmiðju sem við ætlum að vera með á þriðjudagskvöldið. Útgangspunkturinn verður óperan Magnus Maria, hvernig unnið er með líkamann til að segja sögu sem gagnrýnir viðtekin gildi, óperuformið rætt og ýmsar aðferðir skoðaðar.

Það er svo mikilvægt fyrir listamenn að halda áfram að þróa sig og sínar aðferðir. Og konur þurfa að berjast fyrir sínu – koma sinni sköpun til kvenna og stúlkna því það er svo mikilvægt fyrir alla að fá tækifæri til þess að spegla sig í listinni. Vonandi getum við hnikað einhverju í þeim efnum.“

magnus@frettabladid.is

HÁDEGISTÓNLEIKAR
Í NORÐURLJÓSUM, HÖRPU
ÞRIÐJUDAGINN 2. JÚNÍ KL.12:15
LEIKHÚSTÓNLIST
OG KABARETTLÖG
KURT WEILL
INGVELDUR ÝR JÓNSDÓTTIR
MEZZÓSÓPRAN
ANTONÍA HEVESI
PÍANÓ

ÍSLENSKA ÓPERAN
ÓKEYPIS AÐGANGUR

KIRKJULISTAHÁTÍÐ Í HALLGRÍMSKIRKJU

14. - 23. ÁGÚST 2015

Hátíðartónleikar í Hallgrímskirkju

Laugardaginn 15. ágúst kl. 19 & Sunnudaginn 16. ágúst kl. 16

SOLOMON

eftir G. F. Händel. Óratóría í 3 þáttum

Flytjendur:

Robin Blaze kontratenór, Salómon konungur, **Þóra Einarsdóttir** sópran, drottning Salómons og fyrsta kona

Sigríður Ósk Kristjánsdóttir mezzosópran, drottningin af Saba og önnur kona

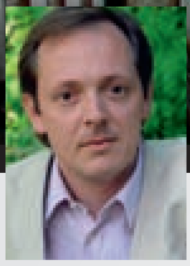
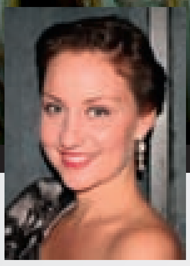
Benedikt Kristjánsson tenór, Zadok æðstiprestur og sendiboði, **Oddur Arnþór Jónsson** bassi, levíti

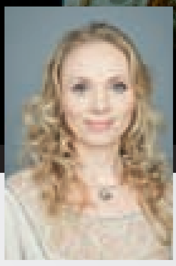
Mótettukór Hallgrímskirkju

Alþjóðlega barokksveitin í Den Haag, skipuð 30 hljóðfæraleikurum

Konsertmeistari: **Tuomo Suni** frá Finnlandi

Stjórnandi: **Hörður Áskelsson**



Meðal annarra viðburða Kirkjulistahátíðar 2015

Föstudagur 14. ágúst kl. 18

Setning Kirkjulistahátíðar og opnun myndlistarsýningar Helga Þorgils Friðjónssonar myndlistarmanns Kirkjulistahátíðar.
Allir velkomnir.

Þriðjudagur 18. ágúst

20.00 BAROKK TÓNLEIKAR – „HIN HLIÐIN Á HÄNDEL“

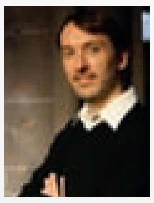
Nordic Affect ásamt Ian Wilson blokkflautuleikara frá Skotlandi, Tuomo Suni fiðluleikara frá Finnlandi og einsöngvurum.
Flutt verður tónlist eftir G. F. Händel sem sýnir aðra hlið á tónsmíðum hans, sem mótvægi við hina glæsilegu óratóríu Salómon.

Miðvikudagur 19. ágúst

12-12.30 Hádegistónleikar með Schola cantorum.
Stjórnandi Hörður Áskelsson

Fimmtudagur 20. ágúst kl. 20 og 22

ORGELTVENNA MEÐ OLIVIER LATRY!
Olivier Latry organisti Notre Dame kirkjunnar í París leikur einleikstónleika kl. 20.
Kl. 22 sama kvöld býður hann upp á tónleika með Vorblótinu eftir Stravinsky ásamt eiginkonu sinni, Shin-Young Lee í umritun fyrir tvo orgelleikara.



Föstudagur 21. ágúst

17.00 Evensong með “KING‘S MEN” frá King’s College í Cambridge.
20.00 Tónleikar með “KING‘S MEN”.
Sönghópurinn KING’S MEN syngur fjölbreytta efnisskrá undir stjórn hins heimsfræga stjórnanda þeirra, Stephen Cleobury kórstjóra við King’s College í Cambridge.

Laugardagur 22. ágúst kl. 15-21

SÁLMAFOSS Á MENNINGARNÓTT.
Samfelld tónleikadagskrá allan daginn, þ.s. King´s Men Cambridge, Schola cantorum, Mótettukór Hallgrímskirkju, ýmsir íslenskir og erlendir kórar og hljóðfæraleikarar koma fram. Frumfluttir verða 5 nýir sálmar eftir 10 konur. Ókeypis aðgangur.

Sunnudagur 23. ágúst

11.00 Hátíðarmessa með King´s Men og Stephen Cleobury.
17.00 LOKATÓNLEIKAR MEÐ SCHOLA CANTORUM
Meðal verka á efnisskránni er frumflutningur á nýju verki eftir John Speight, Missa semplice fyrir kór, sópraneinsöngvara og hörpu.
Flytjendur eru kammerkórinn Schola cantorum, einsöngvarar úr kórnum og Elísabet Waage harpa.
Stjórnandi er Hörður Áskelsson.

Styrktaraðilar:
Hallgrímssöfnuður, Reykjavík
Reykjavíkurprófastsdæmi vestra
Kirkjumálasjóður

Þýska sendiráðið
Hollenska sendiráðið í Ósló

Gunnar Eggertsson

Reykjavíkurborg

Mennta- og menningarmálaráðuneytið

Miðasala í Hallgrímskirkju s. 510 1000 og á tix.is
listvinafelag.is, motettukor.is, kirkjulistahatid.is, scholacantorum.is, tix.is

LAUGARDAGUR

HVAÐ? HVENÆR? HVAR?

30. MAÍ

Gjörningar

15.00 Listasafnið á Akureyri tekur þátt í Listahátíð í Reykjavík þegar **Þóra Sólveig Bergsteinsdóttir** fremur gjörninginn Mannlegt landslag í Listasafninu, Ketilhúsi. Gjörningurinn er hluti af sýningunni Sköpun bernskunnar. Aðgangur er ókeypis.

21.00 Maya Dunietz flytur verkið Boom í Mengi - á mörkum myndlistar og tónlistar. Verkið Boom, er fyrir píanó, rödd, vídeó og rafhljóðfæri. Verkið var samið fyrir og frumflutt í Palais de Tokyo listamiðstöðinni í París. Miðaverð 3.000 krónur. HVAR: **Mengi**

Tónleikar

15.00 Jakob Viðar og hljómsveitin Heiglar frá Reykjavík flytja þjóðlagaskotið kammerpopp, blús og sitthvað tilfallandi í tilefni af væntanlegri hljómplötu sinni, á Bókatorgi. Hvar: Borgarbókasafnið í Grófinni. Aðgangur ókeypis.

Opnanir

15.00 Opnun innsetningar **Guðrúnar Sigríðar Haraldsdóttur** VERA:KVEN:VERA í Tjarnarsal Ráðhússins. Innsetningin er unnin sérlega í tilefni 100 ára afmælis kosningaréttar kvenna á Íslandi og í samvinnu við Borgarskjalasafn Reykjavíkur og Kristínu Gunnlaugsdóttur, myndlistamann. Aðgangur ókeypis.

16.00 Þór Vigfússon opnar einkasýninguna Víxlverkun í Höggmyndagarðinum á Nýlendugötu 17a. Afhjúpun verkanna fer fram í dag og stendur til klukkan 18.00. Allir velkomnir.

Listasmiðja

15.00 Myndlistarmaðurinn **Guðrún Benónýsdóttir** leiðir listsmiðju í tengslum við sýninguna Birting sem stendur nú yfir í Gerðarsafni. Listsmiðjan er tilvalin samverustund fyrir alla aldurshópa. Smiðjan er hluti af dagskrá fjölskyldudaga Ormadaga – Barnamenningarhátíð í Kópavogi. Aðgangur ókeypis.

Fræðsla

11.00 Hinn árlegi Morgunn í matjurtagarði Grasagarðsins verður haldinn í dag. Gefst gestum og gangandi tækifæri til að spyrja og spjalla við garðyrkjufræðinga Grasagarðsins og félaga og starfsfólk Garðyrkjufélags Íslands um allt sem viðkemur ræktun kryddog matjurta; meðal annars sáningu, útplöntun, umhirðu og uppskeru. Café Flóra verður með heitt piparmintute á könnunni. Allir velkomnir og aðgangur ókeypis.

14.00 Fuglafræðsla á Fjölskyldudegi í Öskjuhlíð. Fuglavernd býður upp á leiðsögn í fuglaskoðun á Fjölskyldudegi í Öskjuhlíð. Farið verður yfir hvað er spennandi og skemmtilegt við að skoða fugla, hvernig best sé að fara að og jafnframt sagt frá helstu fuglum sem halda til í Öskjuhlíðinni og víðar. Gengið verður um skóginn og sjón og heyrn virkjuð við að finna fuglana. Þetta hentar fyrir börn jafnt sem byrjendur í fuglaskoðun og bara allt fuglaáhugafólk. Þátttaka ókeypis.

Sýningar

13.00 Frímerki 2015. Frímerkjasýning á vegum Landssambands íslenskra frímerkjasafnara. Sýningin er á vegum Landssambands íslenskra frímerkjasafnara, haldin í félagsheimili KFUM og KFUK að Holtavegi 28 Reykjavík. Á sýningunni verða áhugaverð söfn einstaklinga frá Íslandi, Noregi og Bandaríkjunum. Sýningin mun standa laugardag og sunnudag kl. 13-17 og er aðgangur ókeypis.

14.00 Kínasafn Unnar, Njálsgötu 33a, sýnir forna muni frá Kína. Safnið er opið til kl 16.00.

15.00 Vorsýning Ljósmyndaskólans. Fyrir einu ári síðan hófu fjórtán ólíkir einstaklingar nám við Ljósmyndaskólann og í dag munu þeir opna dyrnar að skólanum og sýna afrakstur vetrarins. Aðgangur ókeypis. HVAR: **Ljósmyndaskólinn**

HERA HILMARSDÓTTIR

Málþing

Aðgengi barna að listum og listkennslu – réttur eða forréttindi? Málþing Rannsóknarstofu í listkennslu. **Hera Hilmarsdóttir** leikkona er meðal þeirra sem flytja ávarp. Hvar: Listasafni Reykjavíkur. Aðgangur ókeypis.

Tónlist

19.30 Elvis lifir. Elvis Presley – konungur rokksins – hefði orðið 80 ára í ár, hefði hann lifað. Í tilefni þess verður efnt til glæsilegra tónleika í Eldborg 30. maí þar sem Björgvin Halldórsson, Bjarni Arason og Páll Rósinkranz syngja öll frægustu lög hans ásamt félögum úr Gospelkór Reykjavíkur undir stjórn Óskars Einarssonar, að ógleymdri stórhljómsveit undir stjórn Þóris Úlfarssonar. HVAR: **Harpa tónlistarhús**

20.30 Tónleikar til minningar um Vilhjálm Vilhjálmsson í tilefni afmælis hans fyrr á árinu. Skemmtun fyrir alla, á öllum aldri sem hafa gaman af því að setjast inn í tímvél og flakka svolítið um. Söngvarar eru: Jóhann Vilhjálmsson sonur Villa, Stefanía Svavarsdóttir og Óskar Pétursson Álftagerðisbróðir. HVAR: **Borg í Grímsnesi**

Leiðsögn

11.00 Fjölskylduferð um Áfanga, sýningu Richards Serra í Hafnarhúsinu. Verður leiðsögn kl. 11 og 14 en svo geta gestir tekið ferju frá Ægisgarði til Viðeyjar og notið leiðsagnar þar ásamt veitinga í Naustinu. Frekari upplýsingar á videy.is

AUGLÝSING UM INNTÖKU NÝNEMA Í LÖGREGLUSKÓLA RÍKISINS

RÍKISLÖGREGLUSTJÓRINN

GRUNNNÁMIÐ

Námið skiptist í bóknám og starfsnám og stendur yfir í a.m.k. tólf mánuði, þar af verður starfsnám a.m.k. fjórir mánuðir, hjá einhverju af hinum níu lögreglustjóraembættum landsins. Námið hefst í september 2015.

AÐ HVERJUM ER LEITAÐ

Leitað er að skynsömum, jákvæðum, hraustum og reglusömum konum og körlum sem eiga auðvelt með mannleg samskipti. Þá er góður kostur að hafa fjölbreyttan bakgrunn. Lögreglustarfið er spennandi og krefjandi vettvangur fyrir dugandi fólk enda eru gerðar fjölþættar kröfur til umsækjenda.

STAÐA KYNJANNA / FJÖLBREYTILEIKI INNAN LÖGREGLUNNAR

Í ljósi ríkjandi kynjahlutfalls innan lögreglunnar og jafnréttisáætlunar lögreglunnar hvetur ríkislögreglustjóri konur sérstaklega til þess að sækja um. Innan lögreglunnar er lögð áhersla á fjölbreytileika í starfsemi og vinnu lögreglunnar.

RÉTTINDI SEM NÁMIÐ VEITIR

Hver sá sem lýkur lögreglunámi með fullnægjandi árangri er hæfur til að sækja um laus störf lögreglumanna í lögreglu ríkisins. Hann þarf að uppfylla skilyrði lögreglulaga nr. 90/1996 og reglugerðar nr. 1051/2006 um starfsstig innan lögreglunnar, til að geta hlotið setningu eða skipun í embætti.

NÁNARI UPPLÝSINGAR

Um inntöku nýnema og námstilhögun vísast til 38. gr. lögreglulaga. Nánari upplýsingar um námið, feril umsókna, inntökupróf, umsóknareyðublöð, læknisvottorð og handbók valnefndar er að finna á lögregluvefnum, www.logreglan.is undir Lögregluskóli ríkisins - Inntaka nýnema. Inntökupróf fara fram á tímabilinu 24. júní til 30. júní.

Nánari upplýsingar veita Lögregluskóli ríkisins í síma **577-2200** og Sigríður Hrefna Jónsdóttir formaður valnefndar **sigridur.h.jonsdottir@lrh.is**

Umsóknarfrestur er til og með 22. júní 2015. Umsóknum skal skilað til Lögregluskóla ríkisins, Krókhálsi 5b, 110 Reykjavík.

30. maí 2015.

RÍKISLÖGREGLUSTJÓRINN

SVARTAR FJAÐRIR

SUNNUDAGUR

HVAÐ? HVENÆR? HVAR?

31. MAÍ

Leiklist

16.00 Möguleikhúsið fagnar 25 ára afmæli með uppsetningu á leikverkinu **Hávamál** eftir Þórarin Eldjárn og leikhópinn. Leikstjóri er Torkild Lindebjerg. Fyrir áhorfendur frá 10 ára aldri. Tvær sýningar eftir, önnur kl. 16.00 og hin kl. 20.00. HVAR: **Tjarnarbíó**

Listasmiðja

15.30 Furðuveröld LÍSU – listasmiðja fyrir börn 6-12 ára. Þátttaka í smiðjunni er ókeypis en fjöldi þátttakenda er takmarkaður og þarf að skrá sig. Furðuveröld Lísu: Ævintýraheimur óperunnar er verkefni í vinnslu, unnið í samstarfi við Myndlistaskólann í Reykjavík og Landakotsskóla. Umsjónarmenn smiðjunnar eru Brynhildur Þorgeirsdóttir og Ína Salóme Hallgrímsdóttir. HVAR: **Listasafn Einars Jónssonar**

Sýningar

14.00 Lokkur á Listahátíð í Reykjavík. Kynnt verður til sögunnar nýtt en þó gamalt hljóðfæri, ríkt af sögu en þó snautt; allt eftir því hvernig á málið er litið. Verkefnið samanstendur af tónleikum. HVAR: **Árbæjarsafn**

Opið hús

14.00 Tuttugu og fimm ára afmælisveisla Sunnuhlíðarskóla. Ávarp menntamálaráðherra, tónlist, veitingar, hoppukastalar, leikir, Sirkus Íslands verður með andlitsmálun og blöðrufígúrur, myndasýning frá liðnum tíma. Cortes-feðgar mun syngja fyrir okkur og Björn Kristinsson saxafónleikari og fyrrverandi nemandi mun spila með félögum sínum, nemendur úr Tónskóla Sigursveins munu spila og margt fleira. Allir eru hjartanlega velkomnir.

Dans

19.30 Svartar fjaðrir eftir Siggu Soffíu. Í verkinu er unnið með fjölbreytt úrval ljóða skáldsins Davíðs Stefánssonar, sem náði þjóðarhylli með fyrstu ljóðabók sinni, Svörtum fjöðrum. Hún kom út þegar Davíð var aðeins 24 ára að aldri. Persónur verksins eru byggðar á ljóðum Davíðs, jafnt harmþrungnum ástarljóðum sem ættjarðarsöngvum. Myndlíkingar úr kvæðum hans eru gæddar lífi á sviðinu og hughrifin sem kvæðin vekja eru túlkuð á leikhópnum, með leik, upplestri, dansi og lifandi dúfum. HVAR: **Þjóðleikhúsið**

20.00 Kizomba danskvöld á sunnudögum með ókeypis kennslu í heilan mánuð! – Í boði Anais Barthe og Salsa-Iceland. HVAR: **RIO, Hverfisgötu 46**

Tónlist

17.00 Vortónleikar **Kórs Laugarneskirkju** og **Kórs Grindavíkurkirkju.** Einsöngur: Gerður Bolladóttir. Fjölbreytt og einkar skemmtileg efnisskrá en tónleikarnir eru hluti af undirbúningi fyrir Ítalíuferð kóranna í júnímánuði. Aðgangseyrir 1.500 krónur. HVAR: **Laugarneskirkja**

20.00 Kristinn Sigmundsson frumflytur ný verk eftir John Speight og Þórunni Grétu Sigurðardóttur, einnig verður áður óflutt frumgerð verksins Cantus IV eftir John flutt. Undirleikur harpa og sex strokhljóðfæri. HVAR: **Harpa tónlistarhús**

Leiðsögn

14.00 Gengið um með Ámunda og Helgu. Ámundi Sigurðsson, grafískur hönnuður, og Helga Björnsson tískuhönnuður munu ganga um sýningar á verkum sínum í fylgd Þóru Sigurbjörnsdóttur, sérfræðings munasafns Hönnunarsafnsins, og rifja upp sögur tengdar ferli sínum. HVAR: **Hönnunarsafn Íslands**

Upplýsingar um viðburði sendist á hvar@frettabladid.is og einnig er hægt að skrá þá inni á visir.is

NÚ EINNIG Í HLJÓMAHÖLLINNI FÖSTUDAGINN 12. JÚNÍ OG HOFI LAUGARDAGINN 13. JÚNÍ. MIÐASALA HEFST ÞRIÐJUDAGINN 2. JÚNÍ.

1. ÚT Á STOPPISTÖÐ 2. STRAX Í DAG 3. TÆTUM OG TRYLLUM 4. SHE BROKE MY HEART 5. GIV MIG ET BILLEDE 6. Í BLÁUM SKUGGA 7. FLJÚGÐU

8. SÖNGUR DÝRANNA Í TÝRÓL 9. Á SPÁNI 10. GEFÐU OKKUR GRIÐ 11. ANDAFUNDURINN MIKLI 12. SUMAR Á SÝRLANDI 13. DAGUR AÐ RÍSA

40 ÁRA AFMÆLISTÓNLEIKAR PLÖTUNNAR SUMAR Á SÝRLANDI Í ELDBORGARSAL HÖRPU

5. JÚNÍ KL. 20 – UPPSELT
5. JÚNÍ KL. 23 OG 6. JÚNÍ KL. 20

ÖRFÁIR MIÐAR LAUSIR!

MIÐASALA Á **HARPA.IS, TIX.IS** OG Í **MIÐASÖLU HÖRPU**

SÉRSTAKIR GESTIR: EGGERT ÞORLEIFSSON SEM DÚDDI, ÁGÚSTA EVA ERLENDSDÓTTIR SEM HÚN SJÁLF, STÍNA STUÐ, STEINKA BJARNA O.FL. STEFANÍA SVAVARSDÓTTIR, ELÍSABET EYÞÓRSDÓTTIR, ANDRI ÓLAFSSON OG ARNAR INGI SEM MEÐLIMIR STUÐMENNSKU SÖNGSVEITARINNAR. ARI BRAGI KÁRASON OG JÓEL PÁLSSON SEM MEÐLIMIR Í LÚÐRAVERKI SVEITALÝÐSINS.

ATH: Í TILEFNI ÚTGÁFUSTÓRAFMÆLIS SUMARS Á SÝRLANDI GEFUR SENA ÚT PLÖTUNA ENDURUNNA 1. JÚNÍ Á FYRSTA FLOKKS VÍNYL!

Fyllt marengsrós sem kætir og bætir

Botninn

6 eggjahvítur
400 g ljós púðursykur
1 tsk. lyftiduft

Þeytið eggjahvíturnar og púðursykurinn þangað til blandan er orðin stíf og þétt. Bætið svo saman við lyftidufti og hrærið vel. Setjið matarlit að eigin vali saman við marengsinn og hrærið þangað til matarliturinn hefur blandast vel saman við. Setjið smjörpappír á bökunarplötu. Setjið marengsinn í sprautupoka með sprautustút nr. 1M (eins og myndin sýnir hér að ofan) og sprautið fallegar rósir á bökunarplötu, rósirnar eru á stærð við litla undirskál.

Bakið við 150°C í u.þ.b. 30 mín. eða þar til marengsinn hefur bakast alveg og er þurr í viðkomu. Kælið marengsinn alveg.

Súkkulaðikrem

3 eggjarauður
100 g flórsykur
150 g dökkt súkkulaði
25 g smjör
1 tsk. vanilludropar

Þeytið eggjarauðurnar þangað til þær eru orðnar aðeins ljósar. Bætið svo flórsykrinum saman við og hrærið þangað til blandan er orðin ljós og létt. Bræðið súkkulaðið saman við smjörið í potti yfir lágum hita og blandið því vel saman við blönduna. Bætið því næst vanilludropum saman við og hrærið vel. Setjið u.þ.b. 2-3 msk. af súkkulaðinu á hverja köku fyrir sig, eða eins mikið og þú vilt! Einnig er hægt að setja það ofan á kökurnar.

Fylling

500 ml rjómi
6 kókosbollur
1 poki Nóakropp

Þeytið rjómann þangað til hann stendur alveg og setjið ofan á botninn. Setjið slatta af Nóakroppi ofan á rjómann, skerið hverja kókosbollu í tvennt og setjið ofan á, bætið smá rjóma ofan á hverja kókosbollu og setjið svo marengsrós ofan á og þrýstið lauslega saman. Geymið í kæli þar til borið er fram.

Uppskrift frá Freistingum Thelmu

ALLT Í EINUM BITA Marengsrósirnar eru áberandi girnilegar. Kókosbollur, Nóa kropp og rjómi. Hvað gæti klikkað?

13. JÚNÍ 2015 Sænski prinsinn Carl Philip og Sofia Hellqvist ganga í hjónaband laugardaginn 13. júní. Þau hafa verið í sambandi síðan 2010, en þar sem Sofia starfaði áður sem fyrirsæta þótti það ekki við hæfi að hún væri tengd konungsfjölskyldunni.

19. JÚNÍ 2010 Sænska prinsessan Viktoría, systir Carls Philips, gekk að eiga einkaþjálfarann sinn Daniel Westling í Stokkhólmskirkju. Brúðkaupið var þá sagt það stærsta síðan Karl og Díana giftu sig.

Brúðkaup kóngafólksins

Konungleg brúðkaup eru allaf glæsileg og þeim fylgir mikið umstang. Margir vita fátt skemmtilegra en að fylgjast með brúðkaupum. Þann 13. júní mun sænski prinsinn Carl Philip ganga að eiga unnustu sína, Sofiu Hellqvist, og er því tilvalið að rifja upp nokkur eftirminnileg.

25. ÁGÚST 2001 Hákon Noregsprins gekk að eiga Mette-Marit, sem var þá einstæð móðir. Þau hittust fyrst á tónlistarhátíð í lok tíunda áratugarins, en fóru ekki að vera saman fyrr en þau hittust á sömu hátíð nokkrum árum síðar.

29. APRÍL 2011 Vilhjálmur prins og Kate Middleton giftu sig eftirminnilega í Westminster Abbey. Þau kynntust þegar þau voru í námi við St. Andrews 2001 og fóru að vera saman árið 2003.

29. JÚLÍ 1981 Eitt frægasta konunglega brúðkaupið er án efa þegar Díana og Karl giftu sig í kirkju heilags Páls. Þau skildu árið 1996 og eiga saman synina Vilhjálm og Harry. Díana lést eins og alkunna er í bílslysi í París 31. ágúst 1997.

NORDICPHOTOS/GETTY

14. MAÍ 2004 Danski prinsinn Friðrik gekk að eiga Mary Elizabeth Donaldson í Kaupmannahafnarkirkju. Þau kynntust á Ólympíuleikunum í Sydney árið 2000, en Mary er frá Ástralíu. Þau eiga saman fjögur börn Christian, Isabellu og tvíburana Vincent og Josephine.

Hitar upp fyrir Gísla og gefur út

Sturla Atlas gefur út halasnældu og hitar upp fyrir Gísla Pálma samdægurs.

Tónlistamaðurinn Sturla Atlas hefur bæst í hóp þeirra sem koma fram á útgáfutónleikum Gísla Pálma á fimmtudaginn næsta. Tónleikarnir, sem fara fram í Gamla bíói, verða væntanlega hinir glæsilegustu, en áður hefur meðal annars komið fram að hin geysivinsæla sveit Quarashi muni einnig koma fram á tónleikunum. Sturla Atlas, sem kom fram á sjónarsviðið fyrr í mánuðinum, er að vonum spenntur að koma fram. „Þetta verða stærstu tónleikarnir sem ég hef spilað á,“ segir hann í samtali við Fréttablaðið. Sama dag gefur hann út svokallaða halasnældu, sem á ensku er gjarnan nefnt „mixtape“. Þegar hinn dularfulli söngvari er spurður hverju aðdáendur hans megi búast við á snældunni segir hann: „Það verður mikið af tilfinningum á henni.“ Sturla Atlas, sló í gegn með laginu Over Here, sem var gefið út á netinu 14. maí og hefur myndbandið við lagið verið spilað í yfir 20 þúsund skipti á YouTube. Halasnældan verður fáanleg á netinu og mun bera titilinn Love Hurts. Beðið er eftir útgáfutónleikum Gísla Pálma með mikilli eftirvæntingu. Platan hans, sem ber einfaldlega titilinn Gísli Pálmi, hefur fengið mikið lof gagnrýnenda og hefur selst ákaflega vel. Platan setti sölumet hjá Smekkleysu fyrsta daginn sem hún kom út. Gísli gaf út lagið Set mig í gang árið 2011 og hefur hann síðan notið mikilla vinsælda.

- kak

SKEMMTILEGUR DAGUR Óhætt er að spá því að Sturla Atlas muni eiga annríkt fimmtudaginn næsta.

Hamilton og Jenner par?

Kappakstursmaðurinn Lewis Hamilton og fyrirsætan Kendall Jenner eru víst eitthvað aðeins meira en vinir. Þau hittust í Mónakó í síðustu viku, og sást til þeirra saman á snekkjunni hans fyrir utan, ásamt vinkonum hennar Gigi Hadid og Hailey Baldwin. Hamilton hætti með söngkonunni Nicole Scherzinger í febrúar eftir sjö ára samband. Segja vinir hans að honum lítist vel á Jenner, sem er tíu árum yngri en hann, og honum finnist hún myndarleg og klár. Hvort einhver alvara er í sambandinu verður tíminn þó að leiða í ljós.

Neverland komið á sölu

Búgarðurinn sem áður gekk undir heitinu Neverland er nú til sölu fyrir 100 milljónir Bandaríkjadala, eða um 13,5 milljarða króna. Búgarðurinn, sem kallast nú Sycamore Valley Ranch, var áður í eigu Michaels Jackson, sem gjarnan er nefndur konungur poppsins. Lóðin við búgarðinn er 1.100 hektarar að stærð með 22 byggingum. Félag sem keypti skuldir Jacksons að honum látnum setti búgarðinn á sölu. Búið er að fjarlægja margt af því sem Jackson lét setja upp á lóðinni, þar á meðal skemmtigarð. Jackson keypti Neverland á 19,5 milljónir Bandaríkjadala árið 1987, en flutti út árið 2005 eftir að dómstóll sýknaði hann af því að hafa misnotað börn á búgarðinum.

- aí / kak

„♥ skalt þú Drottin, Guð þinn, af öllu hjarta þínu, allri sálu þinni, öllum mætti þínum og öllum huga þínum og **náunga þinn eins og sjálfan þig.**“

www.versdagsins.is

SAMBÍÓIN ÁLFABAKKA

TOMORROWLAND	KL. 1 - 2 - 3:40 - 5:20 - 6:20 - 8 - 10:40
GOOD KILL	KL. 8 - 10:55
MAD MAX: FURY ROAD 3D	KL. 9
MAD MAX: FURY ROAD 2D	KL. 5:20 - 8 - 10:40
MAD MAX: FURY ROAD VIP 2D	KL. 2 - 5:20 - 8 - 10:40
HOT PURSUIT	KL. 1:30 - 3:30
THE WATER DIVINER	KL. 5:30
AVENGERS 2 2D	KL. (2 - 5 (SUN)) - 8
CHILD 44	KL. 10:20
SVAMPUR SVEINSSON ÍSLTAL 2D	KL. 2

SAMBÍÓIN KEFLAVÍK

TOMORROWLAND	KL. 5:20 - 8
GOOD KILL	KL. 10:20
MAD MAX: FURY ROAD 3D	KL. 10:40
PITCH PERFECT 2	KL. 8
AVENGERS 2 2D	KL. 5
ÁSTRÍKUR Á GOÐABAKKA ÍSLTAL	KL. 3
LOKSINS HEIM ÍSLTAL 3D	KL. 3

SAMBÍÓIN EGILSHÖLL

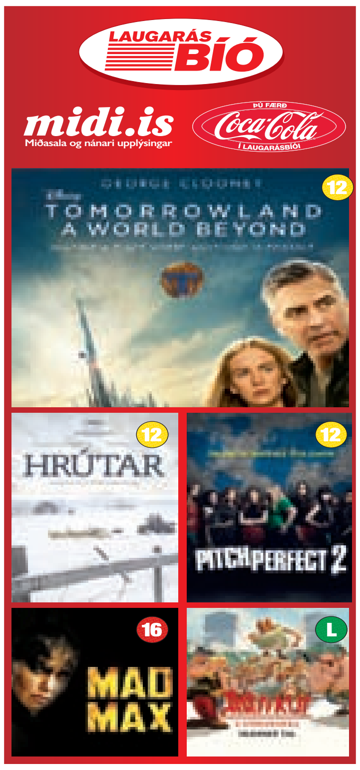
TOMORROWLAND	KL. 3 - 5:20 - 8 - 10:40
GOOD KILL	KL. 8
MAD MAX: FURY ROAD 3D	KL. 8 - 10:30
MAD MAX: FURY ROAD 2D	KL. 3:30 - 5:30 - 9
HOT PURSUIT	KL. 6
AVENGERS 2 2D	KL. 3 - 6 - 10:20
CINDERELLA	KL. 3

SAMBÍÓIN KRINGLUNNI NÚMERUÐ SÆTI

TOMORROWLAND	KL. 2:40 - 3:30 - 5:20 - 8 - 10
MAD MAX: FURY ROAD 2D	KL. 2:40 - 5:20 - 8 - 10:40
MAD MAX: FURY ROAD 3D	KL. 10:40
HOT PURSUIT	KL. 6 - 8

SAMBÍÓIN AKUREYRI

TOMORROWLAND	KL. 2 - 5 - 8
GOOD KILL	KL. 10:40
MAD MAX: FURY ROAD 3D	KL. 8 - 10:40
AVENGERS 2 2D	KL. 5
SVAMPUR SVEINSSON ÍSLTAL 2D	KL. 2



LAUGARÁSBÍÓ	Sýningartímar
TOMORROWLAND	2, 5, 8, 10:35
HRÚTAR	4, 6
PITCH PERFECT 2	2, 5, 8, 10:30
ÁSTRÍKUR	2
MAD MAX 3D	8, 10:30

Góða skemmtun í bíó

VALINN MAÐUR Í HVERJU RÚMI Sigtryggur er býsna ánægður með hópinn og lofsamar eldri borgarana í bak og fyrir. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Innileg sönggleði hér

Sigrtryggur Baldursson slóst í för með Tónum og Trix, sem gefa nú út sína fyrstu plötu og halda tvenna útgáfutónleika á næstu dögum, stútfulla af stórstjörnum.

„Þetta er fyrst og fremst sjarmerandi verkefni sem heillaði mig upp úr skónum,“ segir Sigtryggur Baldursson, einnig þekktur sem Bogomil Font, þegar hann er beðinn að lýsa samstarfi sínu við Tóna og Trix, hljómsveit eldri borgara úr Þorlákshöfn, sem margir hverjir hófu tónlistarferilinn á gamals aldri.

„Ég stökk á boðið um að taka þátt í þessu ævintýri með það sama og svo er ég náttúrulega afar lukkulegur með að þau skyldu taka lag frá mér, Hæ Mambó, og skella á plötuna. Það fannst mér krúttlegt,“ segir Sigtryggur sem sér um slagverkið.

Mun Sigtryggur stíga á svið með hljómsveitinni á útgáfutónleikunum, en hann söng einmitt inn á nýútkomna plötuna, sem ber nafnið Tónar og Trix.

Auk Sigtryggs létu Samúel J. Samúelsson, Jónas Sig., Salka Sól, Unnsteinn Manúel, Unnur Birna og Kristjana Stefánsdóttir, auk einvalaliðs annarra tónlistarmanna, til sín taka á plötunni og mun því mikið verða um dýrðir á tónleikunum.

HEI MAMBÓ Sigtryggur er afar ánægður með útgáfu Tóna og Trix á laginu hans, Hæ mambó.

„Þarna er hópur tónlistarmanna samankominn sem syngur og spilar af sannri ánægju, og mórallinn er svo skemmtilegur,“ segir Sigtryggur auðmjúkur um samstarfið. „Þarna verða flutt dægurlög úr öllum áttum, og get ég sagt að hér er enginn afsláttur gefinn, hvort sem er af hljómsveitinni eða söngvurunum.“

gudrun@frettabladid.is

➜ Tónleikarnir sem fara fram annað kvöld eru fyrri útgáfutónleikar af tvennum, þeir seinni fara fram á þriðjudag í Gamla bíói.

Sigurður Sigurjónsson
Theodór Júlíusson
HRÚTAR
kvikmynd eftir Grím Hákonarson
PRIX UN CERTAIN REGARD
FESTIVAL DE CANNES
Fyrsta íslenska kvikmyndin sem vinnur
Un Certain Regard verðlaunin í Cannes
Ekki missa af þessari sögulegu mynd
„Hrútarnir skunda beint á topp 5 listann yfir íslenskar kvikmyndir.“
- HARALDUR JÓNASSON, FRÉTTATÍMANUM
- THE UPCOMING MAGAZINE
„Grímur Hákonarson knýr fram dásamleg andartök af beiskjublöndnu gamni .“
- VARIETY
„Frábær mynd, ein sú allra besta íslenska frá upphafi“
- RAGNAR BRAGASON, LEIKSTJÓRI
„Hrútar eru meistaraverk.“
- SÍMON BIRGISSON, DRAMATÚRGUR ÞJÓÐLEIKHÚSSINS
„Kvikmyndin Hrútar set ég á topp 5. listann“
-ELSA YEOMAN
FORMAÐUR MENNINGAR OG FERÐAMÁLARÁÐS REYKJAVÍKURBORGAR
- VALUR GUNNARSSON, DV
- KJARTAN MÁR ÓMARSSON, FRÉTTABLAÐIÐ
Eftirminnileg mynd sem fylgir manni út úr rökkvuðum bíósalnum.
HULDA G. GEIRSDÓTTIR, RÁS 2
„Hrútar er einlæg, svo falleg og einstaklega vel gerð mynd.“
- BALDVIN ZÓPHONIASSON,
LEIKSTJÓRI VONARSTRÆTIS
„Grímur Hákonarson Húrra!“
- HALLGRÍMUR HELGASON
RITHÖFUNDUR OG LISTAMAÐUR
„Hrútar er ekkert minna en þrekvirki!“
-SKARPHÉÐINN GUÐMUNDSSON,
DAGSKRÁRSTJÓRI RÚV SJÓNVARPS
Vífilfell
FLUGFÉLAG ÍSLANDS
SMÁRABÍÓ HÁSKÓLABÍÓ BORGARBÍÓ LAUGARÁSBÍÓ
KOMIN Í BÍÓ
sena

Arsene Wenger skákar Sir Alex Ferguson með sigri í dag

FÓTBOLTI Arsenal mætir Aston Villa í úrslitum enska bikarsins í fótbolta í dag, en útsending frá leiknum hefst klukkan 16.15 á Stöð 2 Sport.

Eftir átta ára eyðimerkurgöngu vann Arsene Wenger loksins aftur titil með Arsenal í fyrra þegar liðið hafði sigur á Hull í framlengdum bikarúrslitaleik. Sá leikur var sýnd veiði en ekki gefin rétt eins og leikurinn í dag. Arsenal þó talið mun sigurstranglegra liðið.

Arsene Wenger verður með sigri í dag sigursælasti þjálfarinn í ensku bikarkeppninni, en hann hefur unnið fimm titla líkt og Alex Ferguson, fyrrverandi erkióvinurinn hjá Manchester United. Sir Geroge Ramsey, er sigursælastur með sex bikarmeistaratitla, en þann síðasta vann hann árið 1920. Wenger verður því sigursælastur í bikarnum í nútímafótbolta.

Strákarnir okkar mæta með sterkt lið á Smáþjóðaleikana í ár

KÖRFUBOLTI Craig Pedersen, þjálfari karlalandsliðsins í körfubolta, hefur valið tólf manna hóp sem spilar á Smáþjóðaleikunum. Peir hefjast í næstu viku og verða allir körfuboltaleikirnir spilaðir í Höllinni.

Ísland teflir fram tiltölulega sterku liði þó að það vanti fjóra sterka leikmenn; Jón Arnór Stefánsson, Hörð Axel Vilhjálmsson, Hauk Helga Pálsson og Pavel Ermolinskij.

Fyrirliðinn Hlynur Bæringsson er með og þá spilar Jakob Örn Sigurðarson á Smáþjóðaleikunum sína fyrstu landsleiki frá því 2013. Logi Gunnarsson er leikjahæstur landsliðsmanna en hann hefur spilað 105 leiki með A-landsliðinu.

New York-strákarnir Martin Hermannsson og Elvar Már Friðriksson eru báðir með íslenska liðinu en Elvar Már hefur reyndar ákveðið að skipta um skóla fyrir næsta vetur.

Á Smáþjóðaleikunum mætir Ísland liðum Svartfjallalands, Lúxemborgar og Andorra. Allir spila á móti öllum og hlýtur sú þjóð gullið sem fær flest stig. Ísland hefur þrisvar unnið gull í karlakörfunni á mótinu síðast árið 2007 í Mónakó.

Fyrsti leikur strákanna er á miðvikudaginn gegn Andorra. - tom

SÁ EINI YFIR HUNDRAÐ Logi Gunnarsson er reyndastur. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON

BESTU MARKATÍMABIL ÍSLENDINGS Í ENSKU ÚRVALSDEILDINNI (MÖRK + STOÐSENDINGAR):

1 20 mörk

EIÐUR SMÁRI GUÐJOHNSEN
CHELSEA 2001-02
14 MÖRK
6 STOÐSENDINGAR
Kom að 30 prósentum af mörkum Chelsea (66).

2 19 mörk

EIÐUR SMÁRI GUÐJOHNSEN
CHELSEA 2004-05
12 MÖRK
7 STOÐSENDINGAR
Kom að 26 prósentum af mörkum Chelsea (72).

3 17 mörk

GYLFI ÞÓR SIGURÐSSON
SWANSEA 2014-15
7 MÖRK
10 STOÐSENDINGAR
Kom að 37 prósentum af mörkum Swansea (46).

4 16 mörk

EIÐUR SMÁRI GUÐJOHNSEN
CHELSEA 2000-01
10 MÖRK 6 STOÐSENDINGAR
Kom að 24 prósentum af mörkum Chelsea (68).

5 12 mörk

EIÐUR SMÁRI GUÐJOHNSEN
CHELSEA 2002-03
10 MÖRK 2 STOÐSENDINGAR
Kom að 18 prósentum af mörkum Chelsea (68).

6 11 mörk

GYLFI ÞÓR SIGURÐSSON
SWANSEA 11-12
7 MÖRK 4 STOÐSENDINGAR
Kom að 46 prósentum af mörkum Swansea (24) eftir að hann spilaði sinn fyrsta leik.

Eiður á enn tvö bestu tímabilin

Gylfi Þór Sigurðsson átti mjög flott tímabil með Swansea í ensku úrvalsdeildinni en honum tókst þó ekki að komast á toppinn yfir flest mörk og stoðsendingar hjá íslenskum leikmanni á tímabili í skemmtilegustu deild í heimi. Gylfi kom að 17 mörkum í deildinni í vetur.

FÓTBOLTI Gylfi Þór Sigurðsson átti svo sannarlega magnað tímabil í ensku úrvalsdeildinni í vetur en hann náði samt ekki að komast hærra en í þriðja sætið yfir markseknasta íslenska leikmanninn á einu tímabili í ensku deildinni.

Landsliðsmaðurinn Gylfi Þór endaði í þriðja sæti yfir flestar stoðsendingar í ensku úrvalsdeildinni á eftir þeim Cesc Fabregas (18) og Santiago Cazorla (11) og hann var aðeins tveimur mörkum frá því að vera markahæsti leikmaður Swansea-liðsins.

Þessi frábæra frammistaða Hafnfirðingsins kemur honum þó ekki ofar en í þriðja sætið. Eiður Smári Guðjohnsen skipar nefnilega áfram tvö efstu sæti listans en er ekki lengur í fjórum efstu sætunum eins og fyrir tímabilið.

Eiður Smári átti tvö frábær tímabil í ensku úrvalsdeildinni með þriggja ára millibili og tvö af þremur í millitíðinni komast einnig inn á topp fimm.

Besta tímabil Eiðs Smára var 2001-02 þegar hann kom að 20 mörkum Chelsea með því annaðhvort að skora (14 mörk) eða að leggja upp mark fyrir félaga sína (6 stoðsendingar). Eiður Smári fór þarna á kostum með Jimmy Floyd Hasselbaink í framlínunni. Hasselbaink var sjálfur með 23 mörk, mörg þeirra eftir sendingar Eiðs.

Eiður Smári átti ekki síðra tímabil þremur árum síðar, 2004-05, en það var fyrsta tímabil liðsins undir stjórn Jose Mourinho og jafnframt í fyrsta sinn í fimmtíu ár sem Chelsea varð enskur meistari. Eiður Smári kom þá að 19 mörkum Chelsea með því annaðhvort að skora (12) eða að leggja upp (7 stoðs.).

Gylfi komst ekki á toppinn en braut einokun Eiðs Smára á efstu fjórum sætum listans. Eiður Smári og Gylfi hleypa engum inn á topp sex á þessum lista og Gylfi á þar einnig hálfa tímabilið sitt frá 2011-12, þegar hann kom að 11 mörkum í átján leikjum. ooj@frettabladid.is

pepsi deildin SUNNUD. KL. 19:30 2 SPORT 2 SPORT 2

BREIÐABLIK – STJARNAN

Strákarnir hans Arnars Grétarssonar í Breiðabliki taka á móti Íslandsmeisturum Stjörnunnar á Kópavogsvelli á sunnudag klukkan 19:30. Bæði lið eru taplaus í deildinni og ætla sér stigin þrjú.

365.is | Sími 1817 365

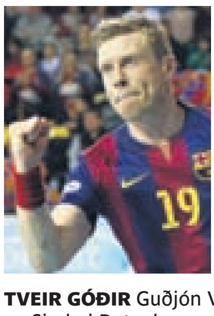
Vann þrjá með Ólafi en vinnur hann líka einn með Guðjóni Val?

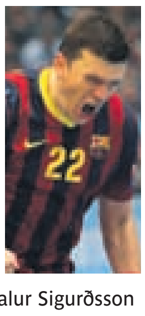
Tvö Íslendingalið gætu mæst í úrslitaleik Meistaradeildarinnar í handbolta.

HANDBOLTI Siarhei Rutenka, liðsfélagi Guðjóns Vals Sigurðssonar hjá Barcelona, getur komist í fámennan hóp á sunnudaginn fari spænska liðið alla leið og vinni Meistaradeildina. Rutenka hefur unnið þennan titil fimm sinnum áður en aðeins fjórir leikmenn hafa orðið Evrópumeistarar meistaraliða oftar en fimm sinnum.

Siarhei Rutenka vann Meistaradeildina síðast með Barcelona 2011 og fyrst með slóvenska liðinu Celje árið 2004. Á árunum 2006 til 2009 unnu hann og Ólafur Stefánsson Meistaradeildina þrisvar saman með Ciudad Real.

Ólafur Stefánsson vann Meistaradeildina fjórum sinnum á ferlinum en þetta er bikarinn sem





TVEIR GÓÐIR Guðjón Valur Sigurðsson og Siarhei Rutenka. VÍSIR/GETTY

Guðjón Val vantar til að fullkomna frábæran feril. Þetta er fimmta árið í röð sem hann er með liði á úrslitahelgi Meistaradeildarinnar. Fyrstu þrjú árin tapaði lið hans í undanúrslitunum og í fyrra fór hann með Kiel alla leið í úrslitaleikinn en þar þurfti liðið að sætta sig við tap á móti Flensburg.

Íslenskt handboltaáhugafólk vonast eftir Íslendingaslag í úrslitaleiknum klukkan 16.00 á morgun en auk Guðjóns Vals hjá Barcelona eru tveir Íslendingar í þýska liðinu THW Kiel, Alfreð Gíslason þjálfar liðið og Aron Pálmarsson á möguleika að vinna Meistaradeildina í þriðja sinn sem leikmaður. Alfreð hefur unnið þessa keppni þrisvar sem þjálfari.

Allir leikir úrslitahelgarinnar verða í beinni á Stöð 2 Sport. Undanúrslitaleikirnir fara fram í dag en þar tekur Barcelona á móti pólska liðinu Vive Targi Kielce klukkan 13.15 og klukkan 16.00 mætast síðan THW Kiel og ungverska liðið MKB Veszprém. - óój

KRÓNAN
– fyrst og fremst ódýr!
Öll verð eru birt með fyrirvara um prentvillur og/eða myndabrengl
Marinering
Þú getur valið með New York, hvítlauks- og rósmarín eða ítalskri marineringu
New York marinering
Hvítlauks- og rósmarín marinering
Ítölsk marinering
35% afsláttur
989 kr. kg
Verð áður 1524 kr. kg
Grísakótilettur með beini, kryddaðar eða marineraðar
Grísakjötsútsala
20-35% afsláttur
Ferskt íslenskt kjöt
30% afsláttur
1595 kr. kg
Verð áður 2279 kr. kg
Grísalundir
35% afsláttur
989 kr. kg
Verð áður 1524 kr. kg
Grísakótilettur með beini
22% afsláttur
1199 kr. kg
Verð áður 1554 kr. kg
Grísasnitsel og grísagúllas
27% afsláttur
599 kr. kg
Verð áður 828 kr. kg
Grísabógur heill
32% afsláttur
599 kr. kg
Verð áður 881 kr. kg
Grísahakk
Sjá opnunartíma verslana Krónunnar á www.kronan.is

Garðborð, járn og plast, 150x90 cm svart og grátt.
31.995 kr.
41613413 Almennt verð: 39.995 kr.

Garðstóll, ál og plast, svart, hallandi.
14.395 kr.
41613409 Almennt verð: 17.995 kr.

Garðstóll, ál og plast,svart.
5.595 kr.
41613408 Almennt verð: 6.995 kr.

20% AFSLÁTTUR

AF GARÐHÚSGÖGNUM OG MARKÍSUM
TIL 1. JÚNÍ

ÁBURÐUR OG BÆTIEFNI

Kalkkorn, 5 kg.
895 kr.
55090002

Blákorn, 5 kg.
1.295 kr.
55095007

Graskorn, 5 kg.
1.595 kr.
55095001

BK KLÚBBTILBOÐ
Blákraftur 10 eða 25 kg, einkorna.
Verð frá:
1.995 kr.
55095039/160 Almennt verð: 2.495

Lífrænn massi, jarðvegsbætir, 20 L.
695 kr.
55097024

Flúðamold, 20 L.
595 kr.
55097014

ILLGRESISEYÐIR
CASORON G illgresiseyðir, 1 kg.
3.995 kr.
55095013

25% AFSLÁTTUR

AF BLÓMAPOTTUM
TIL 1. JÚNÍ

VELKOMIN Í GRÆNLAND
BYKO BREIDD

Stjúpur, 10 stk.
895 kr.
55092000

MIKIÐ ÚRVAL AF ÍSLENSKUM SUMARBLÓMUM, KRYDDJURTUM, TRJÁM, RUNNUM OG JARÐARBERJUM.

LEIGJUM ÞAÐ SEM ÞARF TIL FRAMKVÆMDA

Mosatætarar, gröfur, hoppkastalar, stauraborar ofl.

Broil King

25% AFSLÁTTUR

HELGARTILBOÐ

STERLING PORTA CHEF ferðagasgrill. 4,1 kW, slanga og þrýstijafnari.

24.495 kr.

50652233 Almennt verð: 29.995 kr.

BK KLÚBBTILBOÐ

BROIL KING gasgrill GEM SUPER, 8,8 kW, ryðfrítt stál brennarakerfi, aðal eldunarsvæði er 49x32,5 cm, 3 brennarar.

39.995 kr.

50657518 Almennt verð: 49.995 kr.

NAPOLEON

NAPOLEON gasgrill TRIUMPH 410, 14,4 kw, 3+1 brennarar, eldunarsvæði 43x59 cm, hliðarbrennari.

109.995 kr.

506600032

Ferðagasgrill G-600, 2,93 kW, ryðfrír brennari, 2x grillgrindur úr pottjárni.

24.995 kr.

50632100

TIL Í BLÁU OG GRÆNU

GOTT Í SUMAR

Einhell

HELGARTILBOÐ

EINHELL rafmagnssláttuvél, 1000W, sláttubreidd 30 cm, 3 hæðastillingar, 28 lítra safnkassi.

10.995 kr.

74830022 Almennt verð: 13.995 kr.

Einhell

HELGARTILBOÐ

25% AFSLÁTTUR

EINHELL rafmagnssláttuvél BG-EM 1743, 1700W, sláttubreidd 43 cm, 6 hæðastillingar, 52 lítra safnkassi.

18.745 kr.

74830023 Almennt verð: 24.995 kr.

HELGARTILBOÐ

25% AFSLÁTTUR

Sláttuvél OY460P, fjórgengismótor, 2,3 kW, sláttubreidd 46 cm, 5 hæðastillingar, 60 lítra safnpoki.

26.245 kr.

53323130 Almennt verð: 34.995 kr.

BOSCH

HELGARTILBOÐ

25% AFSLÁTTUR

BOSCH ROTAK 34 rafmagnssláttuvél, 1400W.

29.995 kr.

74891135 Almennt verð: 39.995 kr.

SKIL

SKIL háþrýstidæla, 1400W, 100 bör.

12.895 kr.

74097000

BOSCH

25% AFSLÁTTUR

HELGARTILBOÐ

BOSCH AQT 37 háþrýstidæla, 130 bör.

25.945 kr.

74810237 Almennt verð: 34.595 kr.

KÄRCHER

BK KLÚBBTILBOÐ

Kärcher háþrýstidæla K 2 Car

19.995 kr.

59680123 Almennt verð: 22.795 kr.

HELGARTILBOÐ

Sláttuvél OY510S, m/drifi, fjórgengismótor, 2,6 kW, sláttubreidd 51 cm, 10 hæðastillingar, 60 lítra safnpoki.

37.495 kr.

53323140 Almennt verð: 49.995 kr.

25% AFSLÁTTUR

byko.is

KYNNTU ÞÉR VEFVERSLUN OKKAR Á BYKO.IS

BYKO

GERUM ÞETTA SAMAN

Til hvers að flækja hlutina? 365

LIFÐU í **NÚLLINU**!

0 kr.

Þú færð GSM áskrift, internet og heimasíma fyrir 0 krónur með völdum sjónvarpspökkum 365.

365.is
Sími 1817

ÚRSLITALEIKURINN Í FA CUP – LAUGARDAG KL. 16:15

ARSENAL–ASTON VILLA

SPORT

Skytturnar hans Arsène Wenger mæta Aston Villa í FA bikarúrslitaleiknum á hinum sögufræga Wembley í dag. Tekst Aston Villa að vinna sinn fyrsta bikarmeistaratitil síðan 1957 eða ver Arsenal titilinn?

Fylgstu með á laugardaginn á Stöð 2 Sport.

365.is | Sími 1817 365

STÖÐ 2

07.00 Barnatími Stöðvar 2
Barnaefni Stöðvar 2
07.01 Strumparnir
07.25 Doddi litli og Eyrnastór
07.35 Elías
07.45 Skoppa og Skrítla enn út um hvippinn og hvappinn
08.00 Algjör Sveppi
08.05 Latibær
08.30 Víkingurinn Vic
08.45 Zigby
08.55 Grallararnir
09.15 Kalli kanína og félagar
09.35 Tommi og Jenni
09.55 Scooby-Doo!
10.20 Ninja-skjaldbökurnar
11.00 Young Justice
11.25 iCarly *(27.45)*
11.45 Nágrannar
12.05 Nágrannar
12.25 Nágrannar
12.45 Nágrannar
13.10 Poppsvar *(1.7)*
13.45 Dulda Ísland *(4.8)*
14.40 Sjálfstætt fólk
15.15 Sælkeraheimsreisa um Reykjavík *(7.8)*
15.45 Matargleði Evu *(11.12)*
16.10 60 mínútur *(34.53)*
17.00 Saga Stuðmanna
18.30 Fréttir Stöðvar 2
18.55 Sportpakkinn *(92.100)*
19.10 Sjálfstætt fólk *(26.26)*
20.00 Hið blómlega bú 3 *(7.8)* Árni Ólafur kokkur og örbóndi í Árdal í Borgarfirðinum er mættur á ný í vandaðri og fróðlegri þáttaröð um lífið í sveitinni. Árni stækkar bústofninn og leitar um allt Vesturland að spennandi hráefni til sjávar og sveita.
20.40 Britain's Got Talent *(7.18)*
21.40 Mr Selfridge *(3.10)*
22.30 Shameless *(1.12)* Fimmta þáttaröðin af þessum bráðskemmtulegu þáttum um skrautlega fjölskyldu. Fjölskylduföðirinn er forfallinn alkóhólisti, mamman löngu flúin að heiman og uppátækjasamir krakkarnir sjá um sig sjálfir.
23.25 60 mínútur *(35.53)*
00.15 The Jinx. The Life And Deaths Of Robert Durst *(2.6)*
01.00 Game of Thrones *(8.10)*
01.55 Backstrom *(11.13)*
02.40 There's Something About Mary
04.35 The Remains of the Day

SPORT
besta sætið

07.20 Demantamótaröðin - Eugene
09.20 Barcelona - Kielci
10.40 Kiel - Veszprém
12.00 MotoGP 2015 - Ítalía
13.05 Meistaradeildin í handbolta - Final Four Leikur um 3. sætið BEINT
15.00 Goðsagnir efstu deildar
15.50 Meistaradeildin í handbolta - Final Four Úrslitaleikur BEINT
17.40 Arsenal - Aston Villa BEINT
19.30 Breiðablik - Stjarnan BEINT
22.00 Pepsímörkin 2015
23.15 Meistaradeildin í handbolta - Leikur um 3. sætið
00.35 Meistaradeildin í handbolta - Úrslitaleikur

SPORT 2
enski boltinn

09.10 Aston Villa - Burnley
10.55 Stoke - Liverpool
12.35 Ensku mörkin - úrvalsdeild
13.30 Everton - Tottenham
15.10 Man. City - Southampton
16.50 Messan
17.50 Arsenal - WBA
19.30 Breiðablik - Stjarnan BEINT
22.00 Pepsímörkin
23.15 Chelsea - Sunderland

STÖÐ 3

17.05 The Amazing Race *(5.12)*
17.50 One Born Every Minute UK
18.40 Hot in Cleveland *(19.22)*
19.05 Last Man Standing *(2.22)*
19.35 Amercian Dad *(14.18)*
20.00 Bob's Burgers *(1.22)* Skemmtileg teiknimyndasería um mann sem rekur hamborgarastað og skrautlega fjölskyldu hans.
20.20 Brickleberry *(2.13)*
20.45 Work It *(1.13)*
21.10 The Bill Engvall Show *(8.10)*
21.40 Saving Grace *(19.19)*
22.20 The Finder *(13.13)*
23.05 No Ordinary Family *(1.20)*
23.50 Bob's Burgers *(1.22)*
00.10 Amercian Dad *(14.18)*
00.35 Brickleberry *(2.13)*
00.55 The Bill Engvall Show *(8.10)*
01.20 Saving Grace *(19.19)*
02.00 Work It *(1.13)*
02.25 The Finder *(13.13)*
03.10 Tónlistarmyndbönd frá Bravó

Krakkastöðin

07.00 Strumparnir **07.25** Latibær **07.47** Töfrahetjurnar **08.00** Dóra könnuður **08.24** Mörgæsirnar frá Madagaskar **08.45** Doddi litli og Eyrnastór **08.55** Sumardalsmyllan **09.00** Áfram Diego, áfram! **09.24** Svampur Sveinsson **09.49** Tommi og Jenni **09.55** UKI **10.00** Brunabílarnir **10.22** Kalli á þakinu **10.47** Ævintýraferðin **11.00** Strumparnir **11.25** Latibær **11.47** Töfrahetjurnar **12.00** Dóra könnuður **12.24** Mörgæsirnar frá Madagaskar **12.45** Doddi litli og Eyrnastór **12.55** Sumardalsmyllan **13.00** Áfram Diego, áfram! **13.24** Svampur Sveinsson **13.49** Tommi og Jenni **13.55** UKI **14.00** Brunabílarnir **14.22** Kalli á þakinu **14.47** Ævintýraferðin **15.00** Strumparnir **15.25** Latibær **15.47** Töfrahetjurnar **16.00** Dóra könnuður **16.24** Mörgæsirnar frá Madagaskar **16.45** Doddi litli og Eyrnastór **16.55** Sumardalsmyllan **17.00** Áfram Diego, áfram! **17.24** Svampur Sveinsson **17.49** Tommi og Jenni **17.55** UKI **18.00** Brunabílarnir **18.22** Kalli á þakinu **18.47** Ævintýraferðin **19.00** Ævintýri herra Píbodýs og Sérmanns

GULLSTÖÐIN

18.35 Friends *(18.24)*
19.00 Modern Family
19.25 Mike & Molly *(18.24)*
19.50 The Big Bang Theory *(11.24)*
20.15 Viltu vinna milljón? *(21.30)*
21.10 Twenty Four *(17.24)*
22.00 Covert Affairs *(9.16)*
22.45 Rita *(8.8)*
23.25 Sisters *(5.22)*
00.10 Viltu vinna milljón? *(21.30)*
01.00 Twenty Four *(17.24)*
01.45 Covert Affairs *(9.16)*
02.25 Tónlistarmyndbönd frá Bravó

BÍÓSTÖÐIN

08.40 In Her Shoes
10.50 Night at the Museum. Battle of the Smithsonian
12.35 Men in Black 3
14.20 Another Happy Day
16.20 In Her Shoes
18.30 Night at the Museum. Battle of the Smithsonian
20.15 Men in Black 3
22.00 Escape Plan
23.55 Company of Heroes
01.35 Hugh Hefner. Playboy, Activist and Rebel
03.40 Escape Plan

ÍNN

14.00 Frumkvöðlar **14.30** Græðlingur **15.00** Hver er þinn réttur? **15.30** Siggi Stormur **16.00** Hrafnaþing **17.00** Álið og Ísland **17.30** Skuggaráðuneytið **18.00** Björn Bjarna **18.30** Auðlindakistan **19.00** Á ferð og flugi **19.30** Ferðafélagsþættir **20.00** Landsbyggðin á Hrafnaþingi. **21.00** Frjáls verslun **21.30** Sjónvarp Víkurfrétta **22.00** Hrafnaþing **23.00** Hvíta tjaldið **23.30** Eldhús meistaranna

RÚV

07.00 Morgunstundin okkar *(18.500)*
10.30 Drengur frá Mars
12.15 Með hjartað úr takti
12.45 Matador *(9.24)*
14.00 Sætt og gott
14.10 Umbótamenn. Manngæska og kapítaisml *(1.2)*
15.05 Tekist á um tónlistina
16.35 Mótorsport 2015 *(1.8)*
17.10 Táknmálsfréttir
17.20 Kalli og Lóla *(13.26)*
17.32 Sebbi *(25.40)*
17.44 Ævintýri Berta og Árna *(28.52)*
17.49 Tillý og vinir *(17.52)*
18.00 Stundin okkar *(7.28)*
18.25 Heillandi hönnun *(2.8)*
19.00 Fréttir
19.20 Íþróttir *(46)*
19.35 Veðurfréttir
19.40 Ferðastiklur *(5.8)*
20.25 Öldin hennar *(22.52)*
20.30 Ljósmóðirin *(4.8) (Call The Midwife III)* Breskur myndaflokkur byggður á sannsögulegum heimildum um ljósmæður og skjólstæðinga þeirra í fátækrahverfi í austurborg London árið 1959. Meðal leikenda eru Vanessa Redgrave, Jessica Raine og Pam Ferris.
21.25 Baráttan um þungavatnið *(4.6)*
22.15 Snákaský
00.25 Útvarpsfréttir í dagskrárlok

SKJÁREINN

06.00 Pepsi MAX tónlist
11.15 The Talk
11.55 The Talk
12.35 Dr. Phil
13.55 Dr. Phil
14.35 Cheers *(8.26)*
15.00 The Biggest Loser *(13.27)*
15.50 The Seven Year Hitch
17.25 My Kitchen Rules *(7.10)*
18.10 Parks & Recreation *(18.22)*
18.30 The Office *(10.27)*
18.55 Top Gear *(1.6)*
19.45 Gordon Ramsay Ultimate Home Cooking *(11.20)*
20.15 Scorpion *(20.22)*
21.00 Law & Order *(17.23)* Spennandi þættir um störf lögreglu og saksóknara í New York borg.
21.45 American Odyssey *(2.13)*
22.30 Penny Dreadful *(5.8)*
23.15 The Walking Dead *(5.16)*
00.05 Hawaii Five-0 *(24.25)*
00.50 CSI. Cyber *(10.13)*
01.35 Law & Order *(17.23)*
02.20 American Odyssey *(2.13)*
03.05 Penny Dreadful *(5.8)*
03.50 Pepsi MAX tónlist

Golfstöðin

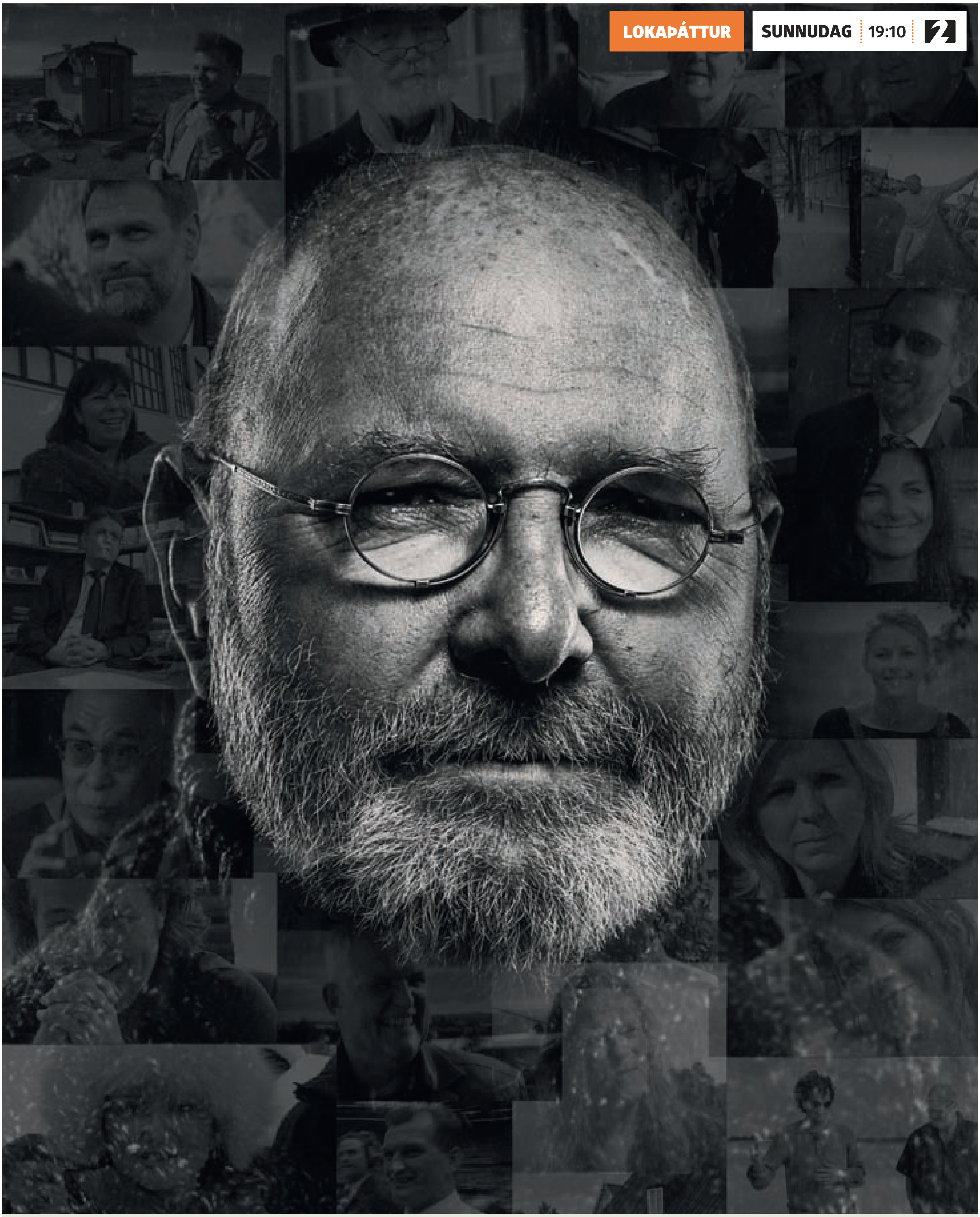
08.00 European Tour 2015
12.00 European Tour 2015
16.30 Inside The PGA Tour 2015
17.00 PGA Tour 2015
22.00 European Tour 2015

HRINGBRAUT

10.00 Fólk með Sirrý (e) **11.00** Þjóðbraut (e) **12.00** Sjónarhorn (e) **12.30** Lífsins list (e) **13.00** Lífsstíll (e) **13.30** Kíkt í skúrinn (e) **14.00** Úr smiðju Páls Steingrímssonar (e) **15.00** Heimsljós (e) **15.30** Kvennaráð (e) **16.15** Mannamál (e) **17.00** Atvinnulífið (e) **17.30 433**.is (e) **18.00** Ritstjórarnir (e) **18.30** Þjóðbraut (e) **19.30** Fólk með Sirrý (e) **20.30** Sjónarhorn (e) **21.00** Mannamál (e) **21.45** Helgin (e) **22.15** Kvennaráð (e) **23.00** Lífsins list (e) **23.30** Atvinnulífið (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



SUNNUDAG KL. 19:10

SJÁLFSTÆTT FÓLK – BROT AF ÞVÍ BESTA

Í lokaþætti af Sjálfstæðu fólki verður farið yfir 14 ára sögu þessa margverðlaunuðu og vinsælu þátta. Einstakur þáttur þar sem rifjuð verða upp ógleymanleg brot úr langri og litríkri sögu sem nú er orðin hluti af Íslandssögunni.

365.is | Sími 1817

365

DAGSKRÁ

19:10
SJÁLFSTÆTT FÓLK
Hér má sjá brot af því besta úr sögu þessara vönduðu verðlaunaþátta þar sem Jón Ársæll Þórðarson og Steingrímur Þórðarson hafa farið um víðan völl og tekið hús á áhugaverðum íslendingum í fjórtán ár. Í þessum lokaþætti verða eftirminnilegustu augnablikin rifjuð upp.

MEIRIHÁTTAR
SUNNUDAGUR!
Fáðu þér áskrift á **365.is**
365

20:00
HIÐ BLÓMLEGA BÚ
Árni Ólafur, kokkur og örbóndi í Árdal, er hér í vandaðri og fróðlegri þáttaröð um lífið í sveitinni.

20:35
BRITAIN'S GOT TALENT
Sívinsælir þættir þar sem er einvala lið í dómarasætunum en það eru þau Amanda Holden, Alesha Dixon, David Walliams og Simon Cowell.

21:35
MR. SELFRIDGE
Þriðja þáttaröðin um auðmanninn Harry Selfridge, stofnanda stórverslunarinnar Selfridges í Bretlandi.

22:25
SHAMELESS
Fimmta þáttaröðin af þessum bráðskemmtilegu þáttum þar sem mamman er flúin að heiman og krakkarnir sjá um sig sjálfir.

22:00
ESCAPE PLAN
Hörkuspennandi mynd með þeim félögum Arnold Schwartznegger og Sylvester Stallone.

Krakka stöðin **07:00-20:30**
BARNAEFNI ALLA DAGA
Vandað talsett barnaefni og skemmtilegir þættir fyrir yngstu áhorfendurna alla daga á Krakkastöðinni.

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**
07.01 **Strumparnir**
07.25 **Doddi litli og Eyrnastór**
07.40 **Algjör Sveppi**
07.45 **Brúðubíllinn**
08.20 **Waybuloo**
08.40 **Mæja býfluga**
08.50 **Víkingurinn Vic**
09.05 **Stóri og Litli**
09.15 **Kai Lan**
09.35 **Kalli á þakinu**
10.00 **Villingarnir**
10.25 **Kalli kanína og félagar**
10.50 **Tommi og Jenni**
11.15 **Loonatics Unleashed**
11.35 **Beware the Batman**
13.00 **Bold and the Beautiful**
13.30 **Britain's Got Talent**
14.30 **Mr Selfridge**
15.20 **Hið blómlega bú 3**
15.55 **Heimsókn**
16.15 **ET Weekend**
17.00 **Íslenski listinn**
17.30 **Sjáðu**
18.00 **Latibær**
18.30 **Fréttir Stöðvar 2**
18.55 **Sportpakkinn**
19.05 **Lottó**
19.10 **Stelpurnar** Stelpurnar snúa nú aftur í fimmtu þáttaröðinni hlægilegri en nokkru sinni fyrr. Þátturinn hefur notið gífurlegra vinsælda enda eru þarna samankomnir margir af bestu gamanleikurum Íslands.
19.40 **Words and Pictures** Clive Owen og Juliette Binoche leika enskukennara og listgreinakennara sem kynnast þegar þau eru bæði kenna í fínum einkaskóla. Þau laðast hvort að öðru en tilhugalífið er enginn dans á rósum því þau eru ólíkir einstaklingar með ólíka fortíð.
21.40 **The Salvation** Kvikmyndin er dramatískur vestri af bestu gerð. Mads Mikkelsen leikur friðsælan landnámsmann, Jon, sem siglir árið 1870 til Bandaríkjanna til að skapa sér og fjölskyldunni betra líf. Sjö árum síðar er hann búin að koma sér fyrir og sendir þá eftir eiginkonunni og syni. Þegar mæðginin eru loksins komin til Jons verða þau fyrir áras illmenna og eiginkonan og sonurinn eru drepin. Jon eltir árásarmennina og nær að drepa höfuðpaurinn. En við það eru vandræði hans rétt að byrja því höfuðpaurinn var bróðir mesta illmennisins á svæðinu og sá er ekki par sáttur við morðið á bróður sínum.
23.10 **Some Velvet Morning**
00.35 **2 Guns**
02.20 **Elysium**
04.10 **The East**
06.05 **Fréttir**

SPORT *besta sætið*

08.40 **Goðagnir - Ólafur Þórðarson**
09.30 **Chelsea - Tottenham**
11.15 **Dnipro - Sevilla**
13.10 **Barcelona - Kielci** BEINT
14.55 **Larry Bird's 50 Greatest Moments**
15.45 **FA Cup - Preview Show**
16.15 **Arsenal - Aston Villa** BEINT
18.35 **Pepsímörkin 2015** Mörkin og marktækifærin
20.00 **Demantamótaröðin - Eugene** BEINT
22.00 **Kiel - Veszprém**
23.20 **Arsenal - Aston Villa**
01.00 **UFC Now 2015**
01.50 **Barcelona - Kielci**

SPORT 2 *enski boltinn*

11.00 **Messan**
12.00 **Premier League Review**
12.55 **Crystal Palace - Swansea**
14.40 **Premier League Review**
15.35 **Newcastle - West Ham**
17.25 **Aston Villa - Burnley**
19.10 **Arsenal - WBA**
20.50 **Middlesbrough - Norwich**
22.35 **Football League Show**
23.05 **Leicester - QPR**
00.45 **Hull - Man. Utd.**

STÖÐ 3

16.50 **Junior Masterchef Australia**
17.35 **The Bill Engvall Show**
18.00 **The World's Strictest Parents**
19.00 **One Born Every Minute UK**
19.55 **Bob's Burgers**
20.20 **Amercian Dad**
20.45 **Raising Hope**
21.10 **The Listener**
21.55 **Revolution**
22.45 **The League**
23.10 **Raising Hope**
23.35 **The Listener**
00.15 **Revolution**
01.00 **The League**
01.25 **Tónlistarmyndbönd frá Bravó**

Krakkastöðin

07.00 Áfram Diego, áfram! **07.24** Svampur Sveinsson **07.49** Tommi og Jenni **07.55** UKI **08.00** Brunabílarnir **08.22** Kalli á þakinu **08.47** Ævintýraferðin **09.00** Strumparnir **09.25** Latibær **09.47** Töfrahetjurnar **10.00** Dóra könnuður **10.24** Mörgæsirnar frá Madagaskar**10.45** Doddi litli og Eyrnastór **10.55** Sumardalsmyllan **11.00** Áfram Diego, áfram! **11.24** Svampur Sveinsson**11.49** Tommi og Jenni **11.55** UKI **12.00** Brunabílarnir **12.22** Kalli á þakinu **12.47** Ævintýraferðin **13.00** Strumparnir **13.25** Latibær **13.47** Töfrahetjurnar **14.00** Dóra könnuður **14.24** Mörgæsirnar frá Madagaskar **14.45** Doddi litli og Eyrnastór **14.55** Sumardalsmyllan **15.00** Áfram Diego, áfram! **15.24** Svampur Sveinsson **15.49** Tommi og Jenni **15.55** UKI **16.00** Brunabílarnir **16.22** Kalli á þakinu **16.47** Ævintýraferðin **17.00** Strumparnir **17.25** Latibær **17.47** Töfrahetjurnar **18.00** Dóra könnuður **18.24** Mörgæsirnar frá Madagaskar **18.45** Doddi litli og Eyrnastór **18.55** Sumardalsmyllan **19.00** Ríó 2

GULLSTÖÐIN

18.00 **Friends**
18.25 **Modern Family**
18.50 **Mike & Molly**
19.15 **The Big Bang Theory**
19.35 **Gulli byggir**
20.00 **Stelpurnar**
20.30 **Without a Trace**
21.15 **The Secret Circle**
22.00 **Rita**
22.45 **Covert Affairs**
23.30 **Gulli byggir**
23.55 **Stelpurnar**
00.20 **Without a Trace**
01.00 **The Secret Circle**
01.45 **Tónlistarmyndbönd frá Bravó**

BÍÓSTÖÐIN

07.50 **The Mask of Zorro**
10.05 **The Amazing Spider-Man 2**
12.25 **Yes Man**
14.10 **Of Two Minds**
15.40 **The Mask of Zorro**
17.55 **The Amazing Spider-Man 2**
20.15 **Yes Man**
22.00 **X-Men. The Last Stand**
23.45 **A Single Shot**
01.40 **Love Ranch**
03.40 **X-Men. The Last Stand**
06.40 **Another Happy Day**

ÍNN

17.00 **Hvíta tjaldið**
17.30 **Eldhús meistaranna**
18.00 **Hrafnaþing**
19.00 **Hvíta tjaldið**
19.30 **Eldhús meistaranna**
20.00 **Hrafnaþing**
21.00 **Álið og Ísland**
21.30 **Skuggaráðuneytið**
22.00 **Björn Bjarna**
22.30 **Auðlindakistan**
23.00 **Á ferð og flugi**
23.30 **Ferðafélagsþættir**
00.00 **Landsbyggðin á Hrafnaþingi**

RÚV

07.00 **Morgunstundin okkar**
07.01 **Kioka**
07.08 **Ljónið Urri**
07.18 **Kalli og Lóla**
07.30 **Pósturinn Páll**
07.45 **Eðlukrúttin**
07.56 **Veistu hvað ég elska þig mikið?**
08.07 **Dóta læknir**
08.29 **Hvolpasveitin**
08.52 **Babar**
09.14 **Kata og Mummi**
09.25 **Skúli skelfir**
09.36 **Drekar**
10.00 **Undraveröld Gúnda**
10.10 **Heilabrot**
10.40 **Kökugerð í konungsríkinu**
11.10 **Ferðastiklur** *(Skagi - Austur-Húnavatnssýsla)*
12.05 **Útsvar** *(Garðabær - Hveragerði)*
13.05 **Goðsögnin um Shep Gordon**
14.30 **Silkileiðin á 30 dögum**
15.15 **Fimleikaeinvígi 2015**
17.05 **Táknmálsfréttir**
17.15 **Franklín og vinir hans**
17.38 **Unnar og vinur**
18.00 **Vinur í raun**
18.25 **Drekasvæðið**
18.54 **Lottó**
19.00 **Fréttir**
19.20 **Íþróttir**
19.35 **Veðurfréttir**
19.40 **Enginn má við mörgum**
20.15 **Furðuveröld**
21.50 **Eldhugar**
00.05 **Mátturinn og dýrðin**
01.40 **Útvarpsfréttir í dagskrárlok**

SKJÁREINN

06.00 **Pepsi MAX tónlist**
12.15 **The Talk**
12.53 **The Talk**
13.32 **Dr. Phil**
14.14 **Dr. Phil**
14.56 **Cheers**
15.21 **The Voice**
16.46 **The Voice**
18.13 **Psych**
18.55 **Scorpion**
19.35 **Red Band Society**
20.17 **Eureka**
21.01 **Lost Girl**
21.46 **Half Nelson**
23.30 **Fargo.**
00.20 **Unforgettable**
01.00 **CSI**
01.42 **Eureka**
02.26 **Lost Girl**
03.20 **Pepsi MAX tónlist**

Golfstöðin

08.15 **PGA Tour 2015**
11.15 **This Is the Presidents Cup**
11.40 **Inside The PGA Tour 2015**
12.05 **PGA Special: Tour Life**
12.30 **European Tour 2015**
16.30 **This Is the Presidents Cup**
17.00 **PGA Tour 2015**
22.00 **PGA Tour 2015 – Highlights**

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** Lífsins 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** Tara og Trixin **22.00** Helgin *(e)* **22.30** Kvennaráð *(e)* **23.15** Lífsins list *(e)* **23.45** Tara og Trixin *(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

SECRETSOLSTICE.IS
#SECRETSOLSTICE
ERTU Í FRÍI Á MÁNUDEGINUM?
SECRET SOLSTICE
19.-21. JÚNÍ 2015
LAUGARDALUR × REYKJAVÍK
EKKI LÁTA ÞIG VANTA Í STÆRSTA PARTÍ SUMARSINS!
MIÐASALA Á TIX.IS, Í LUCKY RECORDS OG MOHAWK
WOW air
ÍCELANDIC GLACIAL
66° NORTH
VÍKING
Coca-Cola
last.fm

OFURNEMANDI Í HARVARD-HÁSKÓLA

Víðir Smári Petersen útskrifaðist í fyrradag með LLM-gráðu frá Harvard. Einhverjum gæti þótt ágætis afrek út af fyrir sig. Víðir Smári bætti þó um betur og fékk hæstu einkunn í öllum fögum sem hann tók. Hann fékk líka viðurkenningareinkunn á sviði samkeppnisréttar og svokallaða Mancini-viðurkenningu fyrir störf sín. Víðir Smári var á sínum tíma yngsti Íslendingurinn til að setjast á þing, 21 árs og 319 daga gamall. **- jhh**

„Instagram er bara tilbúinn heimur. Ég sýni fólki bara það sem það vill sjá, gera það ekki allir?“

KYLIE JENNER, UM AÐ HÚN BIRTI EKKI ALLT SEM GERIST Í LÍFI HENNAR Á SAMFÉLAGSMIÐLUM.

SÖNG RAPPLAG 50 CENT

Leik- og söngkonan **Unnur Eggertsdóttir,** sem búsett er í New York, vakti athygli í vikunni þegar hún tók lag eftir rapparann 50 Cent og færði það í kabarett-stíl. Unnur tók lagið P.I.M.P. við mikla hrifningu áhorfenda á stað sem kallast The Cranky Cabaret og er staðsettur á Manhattan. Auk þess að syngja lagið sneri Unnur einnig kynhlutverkum í textanum við og uppskar oft hlátrasköll fyrir vikið. Unnur nemur leiklist við The American Academy of Dramatic Arts í New York og flutti til borgarinnar í september í fyrra. **-kak**

FRUMBURÐUR SOFFÍU FÆDDUR

Efnafræðikennarinn og fyrrverandi veðurfréttakonan Soffía Sveinsdóttir eignaðist sitt fyrsta barn aðfaranótt föstudags. Stúlkan hennar og Elmars Viðarssonar kom í heiminn um miðja nótt. Hún var 15 merkur og 52 sentímetrar að lengd. „Ungfrú fullkomin Elmarsdóttir fæddist kl. 3:48 í nótt,“ skrifaði Soffía á Facebook-síðu sína og bætti við að foreldrarnir væru í skýjunum. Soffía Sveinsdóttir er efnafræðikennari við Menntaskólann í Hamrahlíð. Hún er mikil áhugamanneskja um hesta og hlaup. Elmar Viðarsson er frá Neskaupstað. **- kak**

GCD Sveitin gaf út þrjár plötur; GCD árið 1991, Svefnvana 1993 og Teika árið 1995.

MYND/STEFÁN KARLSSON

Man ekkert af hverju við fórum í pásu

GCD var á sínum tíma ein allra vinsælasta hljómsveit landsins og kemur saman til að heiðra minningu Rúnars Júlíussonar sem hefði orðið 70 ára í ár.

Sveitin, sem varð til snemma sumars 1991, var sumarhljómsveit og starfaði hún í þrjú sumur, það er 1991, 1993 og 1995, og sendi frá sér plötu hvert sumar. „Hljómsveitin fór bara í dvala, við Rúnar ákváðum að setja þetta á hilluna. Svo leið tíminn en það hefði eitthvað getað gerst því við hættum ekkert, ég man ekki af hverju við fórum í pásu. Menn voru með sólóferil og að vinna í öðrum verkefnum,“ segir Bubbi Morthens, annar af söngvurum GCD, ásamt Rúnari Júlíussyni heitnum, spurður út í hvað varð um sveitina.

Hreint gamaldags rokk

Upphaf GCD er þó auðveldari saga að segja vill Bubbi meina. „Mér fannst ferillinn hans Rúna hafa tekið dýfu og ég vildi rífa hann upp. Ég heyrði lag með honum og Gylfa Ægissyni og fannst það ekki vera að gera sig. Þá hringdi ég í Óttar Felix Hauksson, sem var náinn vinur Rúnars, og bað hann að koma mér í samband við Rúna því mig langaði að vinna með honum og búa til hreint gamaldags rokk,“ segir Bubbi um upphafið. Svo kom að því að Bubbi og Rúnar hittust formlega. „Þegar ég hitti Rúnar sagði ég, þetta sem þú varst að gera með Gylfa er ekki að gera sig, búðu frekar til old school rokk með mér. Ég hafði látið hann hafa kassettu með laginu Kaupmaðurinn á horninu nokkru áður.“

Rúnar svaraði játandi og var til í tuskið. „Ég fór þrisvar í viku til Keflavíkur að vinna með Rúna en þurfti samt að fara með Óttari Felix, hann þurfti að keyra, ég var ekki með bílpróf,“ segir Bubbi og hlær.

BUBBI MORTHENS

Gæðablóðið Rúnar

Mikill vinskapur myndaðist og vill Bubbi meina að samstarfið hafi strax orðið einstakt. „Þetta var dásamlegur tími, skemmtilegur tími fyrir mig. Ég eignaðist vin sem hafði mjög mikil áhrif á mig. Rúnar var svo ljúfur drengur og var eitt af mínum idolum,“ segir Bubbi með tilfinningu. Músíkin vakti strax athygli, melódískt rokk sem var ekki óþarflega flókin. „Um leið og ég heyrði bassaganginn hjá Rúna þá vissi ég að þetta var stöngin inn. Þessi tónlist eldist líka svo vel.“

Fyrir utan mennina í frontinum, þá Bubba og Rúnar, voru einnig í hljómsveitinni gítarleikarinn Bergþór Morthens, sem er bróðir Bubba, og trommuleikarinn Gunnlaugur Briem.

GCD kom saman á afmælistónleikum Bubba árið 2006 og á Ljósanótt í Keflavík 2009 en þá tók Júlíus, sonur Rúnars, við bassanum og míkrófóninum af föður sínum sem lést árið 2008.

„Við Rúnar vorum alltaf í símasambandi nokkrum sinnum í viku. Þú missir ekkert sambandið við svona gæðablóð. Menn sem gera þrjár plötur saman, það er meira en margir aðrir hafa gert.“

Bubbi ætlar að heiðra minningu Rúnars sem hefði orðið sjötugur á árinu með GCD-tónleikum í Hörpu þann 11. september. Reynsluboltinn Pálmi Gunnarsson tekur við bassanum og míkrófóninum. Benedikt Brynleifsson leikur á trommur, Guðmundur Pétursson á gítar, Ingó Geirdal á gítar og Þórir Baldursson á Hammond-orgel.

gunnarleo@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

50% afsláttur
af flugi fyrir börn
til allra áfangastaða!
Í gildi alla helgina. Opið 10-14 í dag.
MALLORCA
Hotel Sol Alcudia ☆☆☆
Netverð:
FRÁ 60.200 KR.
Verð á mann m.v. 2 fullorðna og 2 börn í íbúð með einu svefnherbergi. Verð frá 94.400 kr. á mann miðað við tvo fullorðna. Dags. 9.-16. júní.
MALLORCA
Hotel Lagotel ☆☆☆
Netverð:
FRÁ 85.700 KR.
Verð á mann m.v. 2 fullorðna og 2 börn í tvíbýli með ALLT INNIFALIÐ. Verð frá 119.100 kr. á mann miðað við tvo fullorðna. Dags. 2.-9. júní.
BENIDORM
Hotel Oacis Plaza ☆☆☆
Netverð:
FRÁ 78.900 KR.
Verð á mann m.v. 2 fullorðna og 2 börn í tvíbýli með morgunverði. Verð frá 95.000 kr. á mann miðað við tvo fullorðna. Dags. 5.-12. júní.
SUMAR FERÐIR
Gildir á völdum dagsetningum, sjá nánar á sumarferdir.is
Íslensk fararstjórn, 20 kg taska, handfarangur og flugvallaskattar innifalið í öllum verðum.
Hlíðasmára 19, Kópavogi
514 1400 | sumarferdir.is

SIMPLY CLEVER

reddot award 2015
best of the best car design

WHATCAR?
Car of the Year 2015

Lykill

*HEKLA og Lykill gera þér kleift að eignast nýjan ŠKODA á þægilegan máta. Útborgun er að lágmarki 10% af verði bílsins og Lykill lánar þér afganginn til allt að sjö ára. Lánshlutfall ræðst af lánshæfis- og/eða greiðslumati hvers umsækjanda og getur hæst orðið 90%. Skylt er að kaskótryggja bifreiðina á lánstímanum.

HEKLA · Laugavegi 170-174 · Reykjavík · Sími 590 5000 · hekla.is

ŠKODA

Þú vekur meiri athygli á ŠKODA Fabia. Glæsileg hönnunin nær niður í minnstu smáatriði og gerir aksturinn skemmtilegri hvert sem þú ferð. Það er engin tilviljun að ŠKODA Fabia skyldi vinna Red Dot hönnunarverðlaunin 2015. **Komdu til okkar í HEKLU í dag milli kl. 12 og 16** og prófaðu nýjan ŠKODA Fabia. Hlökkum til að sjá þig!

Verð frá aðeins
2.290.000 kr.
Útborgun aðeins 229.000 kr.*

www.skoda.is

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

BAKÞANKAR

Jóns Sigurðar Eyjólfssonar

Þegar skríllinn skellir aðlinum

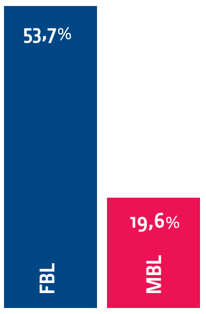
Í neðanjarðarlest í Madríd situr 71 árs gömul kona og les bókina hans Jóns Gnarr sem fjallar um hvernig hann varð borgarstjóri og breytti heiminum. Þessi ofurhversdagslegi atburður var festur á filmu og er nú, eftir kosningarnar síðastliðna helgi, orðinn skemmtileg birtingarmynd nýrra tíma í stjórnmálum Spánverja. Og þar sem okkur Íslendingum finnst erfitt að finna til stolts þessa dagana sem hefur ekkert með hrúta eða kvikmyndagerð að gera þá getum við stært okkur af því að hafa kynt undir þessum nýju tímum í suðrinu.

ÞESSI lestrarhestur er Manuela Carmena og verður hún líklegast næsti borgarstjóri Madrídar. Hún bauð sig fram í nýjum flokki og fékk álíka kosningu og mótframbjóðandinn, Esperanza Aguirre, margreynd hægri kona.

Í BARSELÓNU er Ada nokkur Colau í lykilstöðu eftir að hafa unnið kosningarnar þar með yfirburðum. Kjarnakonan sú er ekki þekkt af rölti sínu um rauða dregla, fundabrölti við ráðherra eða fjármálamógúla, né af glasaglingri með kóngum. Nei, við erum vanari að sjá hana í römmum greipum laganna varða í götumótmælum. Þetta er svona brjálæðingur, að mati heldra fólks.

ÞAÐ er afar athyglisvert að sjá hvernig hinir hefðbundnu stjórnmálamenn bregðast við innreið nýliðanna. Bragðið sem beitt er eigum við Íslendingar líka til í okkar vopnabúri og notuðu menn það óspart þegar Jón Gnarr spratt fram á pólitíska sjónarsviðið og afsannaði þá kenningu að menn yrðu að vera heimaaldir flokksgæðingar til að geta valdið stórum stöðum. Eflaust man landinn hve menn reyndu að gera lítið úr þessari fígúru, hlógu að reynsluleysi hans og skilningsleysi.

EN lífið hélt áfram þrátt fyrir allt og Manuela Carmena, sem væntanlega verður næsti borgarstjóri Madrídar, fékk sér far með neðanjarðarlestinni. Og á meðan náði hún sér í andagift í bók sem er ekki eftir hefðarmenn og reynslubolta eins og Júlíus Vífil Ingvarsson eða kanónu eins og Davíð Oddsson, heldur fígúruna Jón Gnarr.



YFIRBURÐIR
Fréttablaðsins staðfestir

Höfuðborgarsvæðið, meðallestur á tölublað 18–49 ára. Prentmiðlakönnun Gallup, jan.– mar. 2015

Allt sem þú þarft …