



**SKOÐUN** Tökum þunglyndi alvarlega, skrifar Sif Sigmarsdóttir. **15**



**MENNING** Fara frjálsgla með staðreyndir, segja höfundar Bíldudalsbingó. **22**



**LÍFIÐ** Hefur vakið athygli fyrir það að verið heppin í spilum. **34**



**SPORT** Tárin hafa runnið niður enskar knattspyrnukinnar í aldarfjórðung. **30**



REIKNADU  
DÆMIÐ  
á 365.is

365

365.is | Sími 1817

# FRÉTTABLAÐIÐ

Föstudagur

3. júlí 2015  
154. tölublað 15. árgangur  
Sími: 512 5000

MEST LESNA  
DAGBLAÐ Á ÍSLANDI\*

## LÍFIÐ



### Femínisti sem lyftir lóðum

Jakóbína Jónsdóttir er femínisti með próf í sálfræði og kynjafræði sem stundar crossfit af ástríðu. Hér talar hún um úreltar staðalmyndir, samband sitt við tvíburasystur sína og útrásina og gleðina sem hún finnur í fjölskyldusportinu, crossfit.

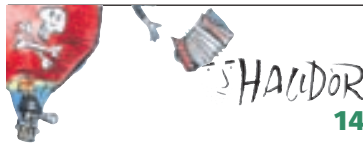
## FRÉTTIR



### Álver í Skagabyggð

Sveitarfélög á Norðurlandi vestra, íslenska fyrirtækið Klappir Development og kínverska fyrirtækið NFC stefna að byggingu álvers við Hafurstaði í Skagabyggð. **6**

**Lúsmý víðs vegar** Lúsmý hefur gert vart við sig víðs vegar á suðvesturhorni landsins, allt frá Hafnarfirði upp í Hvalfjörð. Náttúrufræðistofnun leitast skýringa á komu þessa nýja vágests. **2**



## 2 SÉRBLÖÐ Lífið | Fólk



# Ég er ekki kolkkrabbinn

Bjarni Benediktsson segist oft hafa verið stimplaður ranglega. Hann ræðir samstarfið við Framsóknarflokkinn, kjarabaráttu hjúkrunarfræðinga, samband sitt við Davíð Oddsson og drauminn um að ferðast og taka ljósmyndir. **Síða 8**

FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR



...kemur með góða bragðið!

## Ferðaskipuleggjendur hafa ákveðið að hætta að senda ferðamenn í Íshellinn: Íshellirinn stenst ekki væntingar

**FERÐAÞJÓNUSTA** Mikið vatnsrennsli gerir mönnum lífið leitt í íshellinum í Langjökli. Mikil bráðnun á sér stað og þarf að dæla vatni út úr göngunum. Dæmi eru um að forsvarsmenn ferðaþjónustufyrirtækja hafi ákveðið að hætta að senda ferðamenn á svæðið þar sem upplifun ferðamanna af svæðinu er ekki í takti við væntingar.

Karl Ólafsson hjá Nordic Luxury segir fyrirtækið ekki ætla að skipuleggja ferðir upp að jöklinum á næstunni. „Sú glansmynd sem dregin var upp af svæðinu og raunverulegar aðstæður eru algjörlega svart og hvítt,“ segir Karl.

Íshellirinn í Langjökli hefur

vakið heimsathygli og stærstu fréttastofur heims hafa gert honum skil. Lonely Planet setti hann á lista yfir áhugaverðustu staði ársins til að heimsækja og gerðar hafa verið miklar vonir til hans sem ferðamannastaðar. Ragnheiður Elín Árnadóttir vígdi formlega ísgöngin í maí síðastliðnum og því hafa göngin sjálf verið í rekstri í afar stuttan tíma.

Sigurður Skarphéðinsson, framkvæmdastjóri íshellisins, segir stöðuna alls ekki slæma. Unnið sé nú að því að ýta snjó til á jöklinum til að bæta aðkomu að hellinum, gangamunnurinn hafi verið stórbættur á síðustu dögum og verið sé að dæla vatni úr göngunum.



algjörlega svart og hvítt.  
Karl Ólafsson, ferðaskipuleggjandi hjá Nordic Luxury.

„Sú glansmynd sem dregin var upp af svæðinu og raunverulegar aðstæður eru“

„Við vitum að jökullinn er lifandi að því leyti að hann bráðnar á sumrin. Við þurfum að hlusta á alla og erum þá að læra,“ segir Sigurður.

- sa / sjá síðu 4



HOLLT OG LJÚFFENG  
Í HÁDEGINU

SPÍRAN

BORÐUM VEL

GARÐHEIMUM • STEKKJARBAKKA 6

VEÐUR



Hæg austlæg eða breytileg átt í dag. Skýjað að mestu og allvíða skúrir, einkum inn til landsins norðan og vestan til. Hlýnar heldur og hiti yfirleitt 10 til 18 stig að deginum, hlýjast í innsveitum, en svalara við norður- og austurströndina.

SJÁ SÍÐU 20

Niðurstaða er komin í eitt þeirra mála sem Viðskiptafræðideild Háskóla Íslands hafði til rannsóknar:

# Efni í lokaritgerð í HÍ ekki talið stolið

**MENNTAMÁL** „Það hefur verið ákveðið að það sé ekki tilefni til aðgerða,“ segir Runólfur Smári Steinþórsson, deildarforseti Viðskiptafræðideildar Háskóla Íslands, um niðurstöðu deildarinnar um meintan ritstuld í lokaritgerð útskrifaðs viðskiptafræðings frá árinu 2013.

Málið er annað af tveimur sem komu upp á skömmum tíma hjá deildinni.

Deildin fékk ábendingu frá aðila sem taldi að höfundur umræddrar

ritgerðar hefði stolið setningum úr lokaritgerð sinni. Báðar fjalla um markaðssetningu íslenska hestsins erlendis.

„Meintur ritstuldur var ekki staðfestur með ótvíræðum hætti,“ segir Runólfur og bætir við að óháður aðili hafi verið fenginn til að skoða málið. „Hérna innanhúss er málinu lokið og ég ákvað að gera ekki meira.“

Enn er ekki komin niðurstaða í mál viðskiptafræðinemsans sem útskrifaðist frá skólanum í febrúar.

→ Deildin fékk ábendingu frá aðila sem taldi að höfundur umræddrar ritgerðar hefði stolið setningum.

Í þeirri ritgerð virðast heilu kaflarnir stolnir úr öðrum ritgerðum og ummæli höfð eftir viðmælendum sem aldrei var rætt við.

„Það má vænta niðurstöðu úr því máli á næstu dögum,“ segir Runólfur.



**HÁSKÓLI ÍSLANDS** Ekki er komin niðurstaða í mál nýtskrifaða viðskiptafræðingsins frá í vor. Þrjú viðtöl eru talin fólusöð í ritgerð hans.

FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR



**SUNDURGRAFNIÐ VEGIR** Þessi vegur við þorpið Gaybari grófst í sundur í skriðufalli.

FRÉTTABLAÐIÐ/AFP

38 manns hafa látist í miklum skriðuföllum á Indlandi:

## Mikil eyðilegging í Darjeeling

**INDLAND** Þrjátíu og átta manns létust í Darjeeling-héraði á Indlandi í gær vegna skriðufalla. Miklar rigningar hafa gengið yfir Indland undanfarna daga og hafa valdið nokkurri eyðileggingu og talsverðum skriðuföllum.

Mesta úrkoman er í Darjeeling en óttast er að fjöldi fólks hafi grafið lifandi undir aur og leðju.

Björgunarfólk vinnur hörðum höndum að því að hreinsa burt leðju til að ná fólki á lífi eftir hamfarirnar. Vegir hafa liðast í sundur og samskiptamöstur hafa brotnað sem gerir björgunarfólki erfitt um vik.

Þúsundir ferðamanna eru innikróaðar á svæðinu en héraðið er eitt vinsælasta ferðamannasvæðið á Indlandi.

- sfs

## Uppsagnir áfall fyrir bæinn: Funduðu með Actavis

**ATVINNUMÁL** Bæjarráð Hafnarfjarðar fundaði í gærmorgun með fulltrúum frá Actavis þar sem farið var yfir þær breytingar sem fram undan eru hjá fyrirtækinu.

Bæjarráðið telur að starfsemi Actavis sé snar þáttur í fjölbreyttu atvinnulífi Hafnarfjarðar og fyrirhugaður samdráttur rekstrarins því áfall.

Jafnframt var Haraldur Haraldsson bærarstjóri falið að óska eftir fundi með atvinnuveganefnd Alþingis vegna framtíðarþróunar atvinnumála í Hafnarfirði.

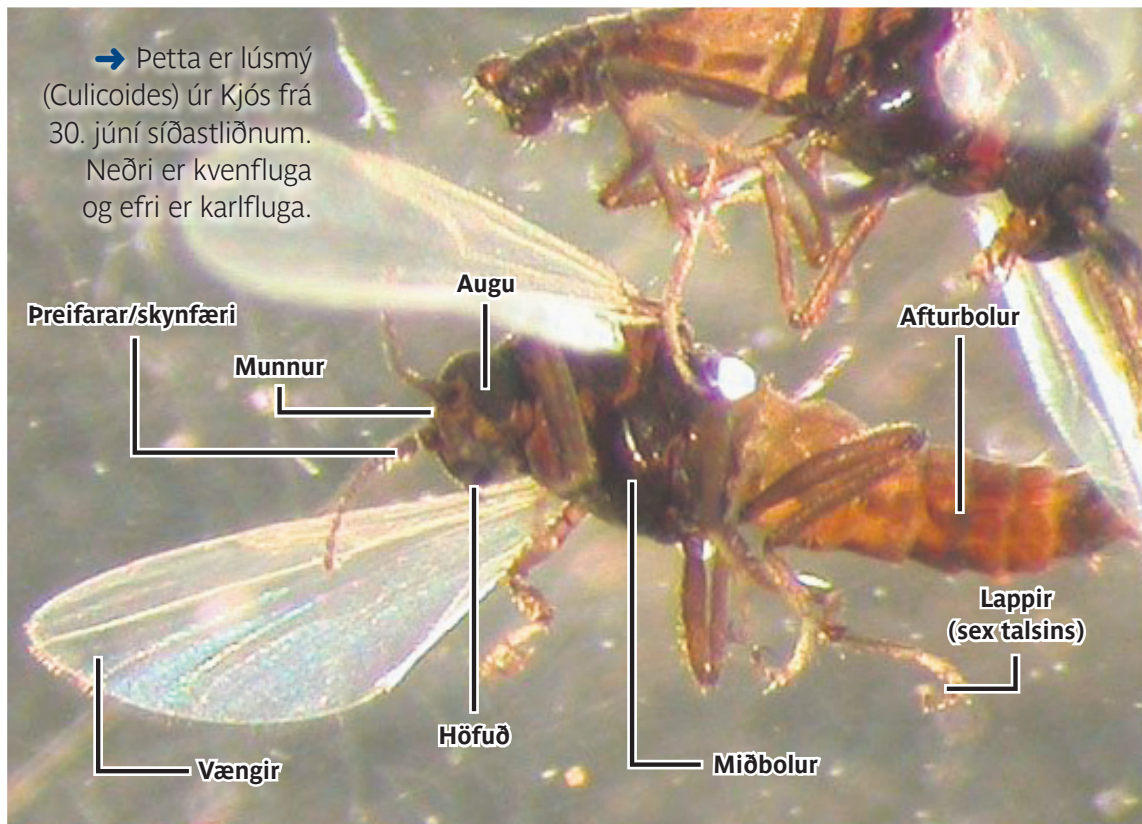
- jhh

## Ræddu öryggi norðurslóða: Bandaríkin enn skuldbundin

**UTANRÍKISMÁL** Gunnar Bragi Sveinsson utanríkisráðherra fundaði með Robert S. Work, aðstoðarvarnarmálaráðherra Bandaríkjanna, í Washington í gær.

Ráðherrarnir ræddu öryggi á norðurslóðum og samstarf ríkjanna á sviði varnarmála. Work sagði skuldbindingu Bandaríkjanna um að verja Ísland óhaggaða og að skoða mætti áframhaldandi samstarf á sviði varnarmála. Work sagði einnig að staðsetning Íslands hefði strategískt mikilvægi.

- sfs



**CULICOIDES** „Lúsmý er frægur bitvargur í norðanverðri Evrópu,“ segir Jón Halldórsson, líffræðingur og meindýraeyðir, sem aðstoðaði við uppsetningu myndarinnar.

MYND/ERLING ÓLAFSSON

# Lúsmý lætur víðs vegar á sér kræla

Lúsmý hefur herjað á marga staði á suðvesturhorni landsins, meðal annars Mosfellsbæ, Grafarvog, Kópavog og Hafnarfjörð. Þeim hefur fjölgað sem hafa verið illa bitnir. Náttúrufræðistofnun Íslands leitast skýringa. Læknir mælir með sterakremi.

**SAMFÉLAG** Síminn hefur hringt stanslaust hjá Náttúrufræðistofnun Íslands á síðustu dögum þar sem áhyggjufullir Íslendingar leita upplýsinga um nýjan landnema, lúsmý.

Undarleg atvik hófust um síðastliðna helgi þegar lúsmý tók að herja á íbúa sumarhúsa beggja vegna Hvalfjarðar með þeim afleiðingum að margir hverjir urðu illa útleiknir. Nú er skordýrið farið að láta á sér kræla víðar á suðvesturhorni landsins og hefur þeim fjölgað töluvert sem hafa orðið fyrir slæmu biti.

Fréttablaðið hefur fengið ábendingar frá fjölda fólks sem telur sig hafa verið bitnið af lúsmý. Mest hefur orðið vart við mýið beggja vegna Hvalfjarðar. Þá hafa ábendingar borist um að mýið sé komið í Mosfellsbæ, Grafarvog, Hafnarfjörð og í Kópavog.

„Þetta er algjör óþverri og ég ætla rétt að vona að þessi viðbjóður sé ekki kominn til að vera,“ segir Karl Tómasson tónlistarmaður en Fréttablaðið greindi frá því í vikunni að líkami hans væri allur undirlagður biti eftir dvöl í Kjós um síðustu helgi. „Ég viðurkenni það að ég er búinn að vera áhyggjufullur en þetta er klárlega á réttri leið. Nú líður lengra á milli kláðakasta og bitin eru ekki eins upphleypt.“

Náttúrufræðistofnun er nú með málið til rannsóknar og sam-

kvæmt Erling Ólafssyni skordýrafræðingi er ekki vitað til þess að slíkar atlögur hafi átt sér stað áður á Íslandi og er mögulega um nýja tegund af mýi að ræða.

Erling segist engar skýringar kunna á því hvers vegna mýið sé komið til landsins. Sérfróðir aðilar erlendis munu greina flugurnar á næstu dögum og vonandi gefa stofnuninni einhver svör.

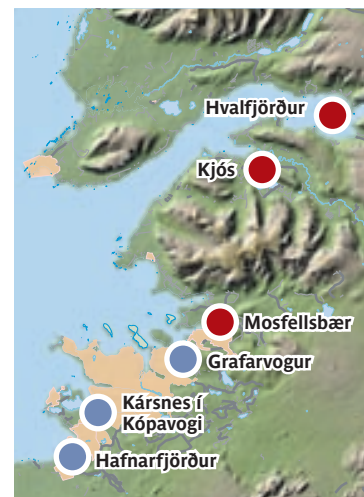
Baldur Guðmundsson, blaðamaður á DV, greindi frá því í gær að hann hefði farið að finna fyrir einkennum bits síðastliðinn þriðjudag og á miðvikudag reyndust bitin vera þrjátíu og sjö samtals. Baldur býr á Kársnesi í Kópavogi og segist ekki hafa farið úr bænum eða svo mikið sem í göngutúr í vikunni.

Þá greindi Baldur frá því á Facebook-síðu sinni að hann hefði hitt mann sem hefði lent illa í skordýrinu í Hafnarfirði.

Á heimasíðu Náttúrufræðistofnunar Íslands segir að lúsmý sé ætt örsmárra mýflugna sem langflestar sjúga blóð úr öðrum dýrum, allt frá skordýrum til mannskepna. Í nágrannalöndum okkar eru margar tegundir sem sumar hverjar leggjast á okkur mannfólkið og geta orðið til mikils ama. Þær sem okkur gírnast eru allar af ættkvíslinni Culicoides sem hefur til þessa ekki verið staðfest hér á landi.

Gríma Huld Blængsdóttir, yfir-læknir á Heilsugæslu Mosfells-

## TILVIK SEM VITAÐ ER UM



● Mörg tilvik ● Nokkur tilvik

bæjar, segir heilsugæsluna hafa fengið inn töluverðan fjölda fólks með bit. „Þriðji hver maður kom hérna í fyrradag vegna bita en það var ekki bara fólk úr Mosó, fólk var ekki koma hvaðanæva að.“

Gríma segir að meðhöndla eigi bitin með sterakremi eða ofnæmislyfi. „Það á að byrja að meðhöndla sig strax. Þeir sem eru viðkvæmir fyrir biti þurfa að taka ofnæmislyf áður en farið er á staði þar sem mikið er um mý.“

надина@frettabladid.is

## GRILLIÐ FYRIR ÞIG

**VELDU GRILL SEM ENDAST OG ÞÚ SPARAR**

139.900

FULLT VERÐ

169.900

**Landmann gasgrill**

Avalon 4ra brennara

18,7 KW

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

Grillbúðin

www.grillbudin.is

Smiðjuvegi 2, Kóp - S. 554 0400

Skoðið úrvalið á

www.grillbudin.is

Opíð til kl. 16 á laugardag

ÚTSALA  
& ÖNNUR  
GÓÐ TILBOÐ

ÚTSALA  
& ÖNNUR  
GÓÐ TILBOÐ

ÚTSALA  
& ÖNNUR  
GÓÐ TILBOÐ

RÚMFATA  
LAGERINN

HERBERGIÐ • BAÐIÐ • HEIMILIÐ

www.rumfatalagerinn.is

Sumar-  
útsala  
20-70%

afsláttur af öllum  
garðhúsgögnum  
og sessum!

Jutlandia  
Polyrattan



37%  
AFSLÁTTUR

FULLT VERÐ: 39.990

24.990

ANDRIA BORD  
Glæsilegt, endingargott bord úr viðhaldsfriðu viðarlíki með álgrind, klætt með sterku polyrattan efni. Stærð: B84 x L150 x H74 sm. Vnr. 3715240

30%  
AFSLÁTTUR



FULLT VERÐ: 9.995

6.995

MELLBY STÓLL  
Vandaður stóll úr áli með netaáklæði, örmum og háu, stillanlegu baki. Vnr. 3770240

SPARIÐ  
10.000  
KRÓNUR



FULLT VERÐ: 24.990

14.990

THY BORD  
Vandað bord með sterkum granítfæti. Stærð: B68 x L68 sm. Vnr. 3709703

FSC  
Jutlandia  
Harðvöður



33%  
AFSLÁTTUR

FULLT VERÐ: 29.990

19.990

CALAMAR BORD  
Vandað bord úr áli og með borðplötu úr gegnheilum harðviði. Stærð á borði: B89 x L150 x H74 sm. Vnr. 34888001

ASKIM  
STAFLANLEGUR  
STÓLL

Flottur armstóll með sterku plastefni. Fáanlegur í svörtum og hvítum lit. Vnr. 3761600



Staflanlegur

FULLT VERÐ: 4.995

2.995

40%  
AFSLÁTTUR

ALLAR  
GARÐSESSUR  
30-70%  
AFSLÁTTUR



## SPURNING DAGSINS



Eruð þið orðin leið á þessari sögu?

Nei, við verðum aldrei leið á sögunni.

Kári Jónasson er stjórnarmaður í Félagi leiðsögumanna. Hann er ekki hrifinn af því hve margir ófaglærðir leiðsögumenn eru að störfum á Íslandi.

Fjármálaráðherra Grikklands hyggst segja af sér ef Grikkir kjósa já í þjóðaratkvæðagreiðslu um helgina:

## Betra að skera af sér hönd en samþykkja

**GRIKKLAND** Yanis Varoufakis, fjármálaráðherra Grikklands, sagði í viðtali við fréttamann sjónvarpsstöðvarinnar Bloomberg að hann vildi frekar skera af sér höndina en að samþykkja samning við lánardrottna Grikkja, Alþjóðagjaldeyrissjóðinn, Seðlabanka Evrópu og framkvæmdastjórn Evrópusambandsins, sem felur ekki í sér neyðarhjálp.

Alþjóðagjaldeyrissjóðurinn setur þau skilyrði að Grikkir samþykki umfangsmiklar breytingar í rekstri ríkisins áður en til nýrrar neyðarstöðvar kemur. Kosið verður um þær breytingar sem lagðar eru til í þjóðaratkvæðagreiðslu á sunnudaginn.

Varoufakis sagði enn fremur að hann myndi segja af sér ef Grikkir kysu að samþykkja skilmálana.

„Við erum lýðræðissinnar. Við munum gera hvað sem í valdi okkar stendur til að ná samningum við lánardrottna okkar ef gríska þjóðin kysir að samþykkja,“ sagði Varoufakis.

„Kannski þyrftum við að stokka upp í ríkisstjórn Grikklands ef til samþykktar kæmi. Sum okkar þyldu það einfaldlega ekki,“ bætti hann við. Varoufakis kvaðst samt fullviss um að gríska þjóðin kysir að styðja ríkisstjórnina og segja nei við kröfum lánardrottna Grikklands.

- þea



**ÁKVÆÐINN** Yanis Varoufakis vill frekar skera af sér höndina en að samþykkja samninga sem innihalda ekki neyðaraðstoð.

FRÉTTABLAÐIÐ/EPA



**KOMINN TIL SJÓVÁR** Stjórnarformennskan í Færeyjum er aukastarf hjá Ómar.

FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

Heldur tengslum við Færeyjar:

## Yfir stjórn Føroya Tele

**VIÐSKIPTI** Ómar Svavarsson var kjörinn stjórnarformaður Føroya Tele á dögnum. Fyrirtækið er alfarið í eigu færeyska ríkisins.

Ómar var forstjóri Vodafone þar til í maí í fyrra. Eftir það hóf hann störf hjá Sjóvá, þar sem hann starfar sem yfirmaður yfir sölu- og ráðgjafarsviði.

„Þetta er svona áhugamál til hliðar. Ég hef verið í Færeyjum sem stjórnarmaður og ráðgjafi allt frá árinu 2006 og þetta er bara góð leið fyrir mig til að halda tengslum við þá,“ segir Ómar.

- jhh

Nokkrar vikur í niðurstöðu:

## Vilja fá fulltrúa FIFA framselda

**SVISS** Bandarísk yfirvöld hafa óskað eftir að yfirvöld í Sviss framsetji sjö háttsetta embættismenn FIFA til Bandaríkjanna.

Embættismennirnir sjö eru hluti þeirra fjórtán embættismanna sem hafa verið sakaðir um spillingu og mútupægni.

Lögreglan í Zürich hefur þá þegar í varðhaldi. Dómsmálaráðuneyti Sviss hefur sagt að það taki nokkrar vikur að meðhöndla beiðnina en ákvörðun ráðuneytisins má kæra til hæstaréttar Sviss.

- srs

# Ferðapjónustufyrirtæki að gefast upp á Íshellinum

Bráðnun Langjökuls hefur þær afleiðingar að vatn rennur inn í hellinn og þarf að dæla því út. Aðkoma sögð slæm. Ferðapjónustuaðili er hættur ferðum að hellinum þar sem hann stendur ekki undir væntingum gesta.

**FERÐAPIJÓNUSTA** Mikið vatnsrennsli gerir mönnum lífið leitt í íshellinum í Langjökli. Mikil bráðnun á sér stað og þarf að dæla vatni út úr göngunum. Forsvarsmenn ferðapjónustufyrirtækja hafa ákveðið að hætta að senda ferðamenn á svæðið á sínum snærum þar sem upplifun ferðamanna af svæðinu er ekki í takti við væntingar. Á stöku stað þurfi ferðamenn að ganga um á vörubrettum vegna vatnselgs.

Karl Ólafsson hjá Nordic Luxury segir fyrirtækið ekki ætla að skipuleggja ferðir upp að jöklinum á næstunni. „Sá hópur sem ég var með á svæðinu fyrir örfáum dögum hafði séð auglýsingar sem hefur verið dreift út um allan heim. Sú glansmynd sem dregin var upp af svæðinu og raunverulegar aðstæður eru algjörlega svart og hvítt. Hópurinn bjóst við fallegum ísgöngum með flottri lýsingu en fékk allt annað,“ segir Karl. „Það rigndi nú á hópinn í göngunum, sem og að munn ganganna var handnýtur. Einnig var allt umflotið vatni í göngunum og þegar maður kemur að gangamunnum er snjórinn sóttsvartur og afleit aðkoma.“

Íshellirinn í Langjökli hefur vakið heimsathygli og stærstu fréttastofur heims hafa gert honum skil. Lonely Planet setti hann á lista yfir áhugaverðustu staði ársins til að heimsækja og gerðar hafa verið miklar vonir til hans sem ferðamannastaðar. Ragnheiður Elín Árnadóttir vígði formlega ísgöngin í maí síðastliðnum og því hafa göngin sjálf verið í rekstri í afar stuttan tíma.

Sigurður Skarphéðinsson, framkvæmdastjóri íshellisins, segir



**ÍSHELLIRINN Í LANGJÖKLI** Gríðarlega mikið hefur verið lagt í gangagerðina. Ferðamönnum finnst þeir að einhverju leyti ekki fá þá vöru sem auglýst hefur verið úti um allan heim.

stöðuna alls ekki slæma. Unnið sé nú að því að ýta snjó til á jöklinum til að bæta aðkomu að hellinum, gangamunninn hafi verið stórbættur á síðustu dögum og verið sé að dæla vatni úr göngunum.

„Það er í raun ekkert sem kemur okkur á óvart í þessu,“ segir Sigurður. „Við vitum að jökullinn er lifandi að því leyti að hann bráðnar á sumrin, það er vatn að leka úr lofti hellisins fyrstu 50 metrana en síðan er það búið. Við erum í átaksverkefni núna, að laga aðkomuna fyrir gesti. Ástæða fyrir þessum óþrifnaði er að þarna koma bílar sem hafa verið á mól og svo lekur



**SIGURÐUR SKARPHÉÐINSSON**



**KARL ÓLAFSSON**

skítur af þeim fyrir utan göngin hjá okkur. Þannig verður þetta svarta plan.“

Hann hafði ekki heyrt af því að ferðapjónustufyrirtækin væru í

einhverjum mæli að hætta við að senda ferðamenn á svæðið og þykir það miður. Hann fullvissar alla um að öryggi þeirra í göngunum sé tryggt.

„Menn upplifa auðvitað göngin með mismunandi hætti. Leiðinlegt þykir mér að þessi hópur hafi upplifað þetta svona en margir koma mjög ánægðir úr göngunum okkar. Það er hins vegar svo að við erum mjög ungt fyrirtæki og hlustum á allar raddir og reynum að laga allt. Við þurfum að hlusta á alla og erum enn þá að læra. Reynum auðvitað að gera okkar allra besta,“ segir Sigurður.

sveinn@frettabladid.is



Lykil- og korthafar Olis fá

# 10%

afslátt af bílavörum

**GÓÐIR DAGAR FYRIR**

# BÓNORÐ

... orð eins og bón, bónklútur, vaskaskinn, vínýlbón, þvottakústur ...





Vinur við veginn

WWW.NISSAN.IS



Innovation  
that excites

# NÝR NISSAN X-TRAIL

## STÓRI BRÓÐIR NISSAN QASHQAI

EIGUM BÍLA TIL  
AFHENDINGAR STRAX



### TÆKNILEGUSTU SPORTJEPPARNIR

Nýju sportjepparnir frá Nissan eru hlaðnir spennandi nýjungum, t.a.m. ÖRYGGISHJÚP, sem byggir á 360° MYNDAVÉLATÆKNI. Hann tekur við upplýsingum frá myndavélum á öllum hliðum bílsins og miðlar þeim til öryggiskerfa sem fylgjast með öllu sem gerist. Kerfin láta ökumann vita þegar eitthvað óvænt steðjar að sem valdið getur hættu.



360° MYNDAVÉLATÆKNI



NISSAN CONNECT



ÖRYGGISHJÚPUR

### NISSAN HEFUR TEKID FORSKOT

Nýju sportjepparnir frá Nissan hafa tekið forskot - því viðskiptavinir standast ekki glæsilegt útlit, ríkulegan búnað og hagstætt verð.

Við bjóðum ykkur velkomin að sjá og reynsluaka Nissan X-Trail og kynnst af eigin raun yfirburðum nýju sportjeppanna frá Nissan.

### NISSAN X-TRAIL

ACENTA, SJSK., DÍSIL  
Framhjóladrifinn

Verð: 5.490.000 kr.

Eyðsla 5,1 l / 100 km\*

ACENTA 360° myndavélakerfi, LED dagljósabúnaður, 17" álfelgur, handfrjáls simabúnaður Bluetooth  
**Nissan Connect kerfi:** Íslenskur leiðsögubúnaður, þráðlaus afspilun á tónlist og tenging við snjallforritin Facebook, Google o.fl.

### NISSAN X-TRAIL

ACENTA, BSK., DÍSIL  
Fjór hjóladrifinn

Verð: 5.890.000 kr.

Eyðsla 5,3 l / 100 km\*

GE bílar  
Reykjanesbæ  
www.gebilar.is  
420 0400

Bílasalan Bílás  
Akranesi  
www.bilas.is  
431 2622

Bílasala Akureyrar  
Akureyri  
www.bilak.is  
461 2533

Bílaverkstæði Austurlands  
Egilsstöðum  
www.bva.is  
470 5070

IB ehf.  
Selfossi  
www.ib.is  
480 8080

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



## VEISTU SVARIÐ?



1. Hvað smíðar hljóðfærasmíðurinn Jón Sigurðsson á Þingeyri?
2. Hvað heitir fyrsti kvenkyns prófessorinn í sálfræði?
3. Hvað hafa margir veiðimenn heimild til að veiða hreindýr hér á landi?

SVÖR:

Langspil, Z. Steinhilmarsson, 7. júlí 2015

Samkvæmt skjölum Wikileaks njósnuðu Bandaríkjamenn um aðra háttsetta Þjóðverja en Angelu Merkel:

## Fundar með sendiherra vegna njósnamáls

**PÝSKALAND** Angela Merkel, kanslari Þýskalands, fundaði með sendiherra Bandaríkjanna í Þýskalandi í gær til að ræða ný gögn sem Wikileaks birti á miðvikudaginn.

Gögnin sýna fram á njósnir NSA, þjóðaröryggisstofnunar Bandaríkjanna, um þýska ráðherra. Árið 2013 lak bandaríski uppljóstrarinn og fyrrverandi verktafi NSA, Edward Snowden, skjölum um njósnir stofnunarinnar um kanslarann Angelu Merkel en nú er ljóst að njósnirnar voru umfangsmeiri en áður var talið.

Skjölín sýna að bandaríska þjóðaröryggisstofnunin hleraði 69 símanúmer háttsettra þýskra embættismanna, til dæmis ráðherra

í ríkisstjórn Þýskalands auk aðstoðarmanna Merkel, frá árinu 2010 til ársins 2012.

„Þetta er algjörlega fáránlegt,“ sagði Sigmar Gabriel, fjármálaráðherra Þýskalands.

Thomas de Maiziere, innanríkisráðherra Þýskalands, sem ber höfuðábyrgð á öryggismálum, tók í sama streng. „Traust okkar til Bandaríkjanna hefur minnkað,“ sagði hann.

„Skjölín sem birt voru í dag [á miðvikudaginn] sýna enn fremur fram á að umfang njósnarstarfsemi Bandaríkjanna nær til Þýskalands og grunnstoða Evrópusambandsins,“ sagði Julian Assange, forsprakki Wikileaks, um lekann.



**NJÓSNIR** Angela Merkel kallaði sendiherra Bandaríkjanna á fund í gær vegna njósnamáls. FRÉTTABLAÐIÐ/PEA



**AKUREYRI** Í öðru sæti er þýska borgin Leipzig. FRÉTTABLAÐIÐ/PIETUR

Akureyri er efst á listanum:

## Besti áfangastaður í Evrópu

**FERÐAÞJÓNUSTA** Akureyri er efst á lista yfir tíu bestu áfangastaðina í Evrópu í sumar samkvæmt nýjum lista ferðavefsins Lonely Planet.

Í öðru sæti er þýska borgin Leipzig og í því þriðja Asóreyjar undan ströndum Portúgal.

Í umsögn Lonely Planet um Akureyri segir að bærinn sé afslappaður og skemmtilegur og frábær staður til að gista á ef skoða á fallett landslag Norðurlands. Vísað er í allt það sem í boði er á Akureyri og í nærumhverfi.

„Áfangastaðirnir voru valdir af Evrópusérfræðingnum okkar,“ segir Tom Hall, ritstjóri Lonely Planet, í fréttatilkynningu. -ngy



**GRÓÐURHÚS Í GRINDAVÍK** Vörur Bioeffect eru unnar með erfðatækni. MYND/BIOEFFECT

Vinsæl á erlendum markaði:

## Breyta nafninu í Bioeffect

**VÍÐSKIPTI** Sif Cosmetics hefur breytt um nafn og mun nú heita Bioeffect.

Bioeffect hefur framleitt húðvörur frá árinu 2010 sem hafa notið mikilla vinsælda erlendis og er fyrirtækið orðið eitt stærsta íslenska vörumerkið á erlendum neytendamarkaði.

EGF-frumuvakinn í Bioeffect-húðvörunum er framleiddur með erfðatækni úr byggi í gróðurhúsi ORF Líftækni í Grindavík og endurspeglar nýja nafnið upp- runa vörunnar í líftækni. -srs

Samkomulag eftir olíuleka:

## Fleiri milljarðar í skaðabætur

**BANDARÍKIN** Olíufélagið British Petroleum hefur náð samkomulagi við bandaríska dómsmálaráðuneytið um greiðslu á skaðabótum vegna olíulekans í Mexíkóflóa árið 2010.

Skaðabæturnar, sem samsvara tæpum 2.500 milljörðum króna, eru þær hæstu sem hafa verið greiddar af bandarísku fyrirtæki.

Um 473 milljónir lítra af olíu láku út í Mexíkóflóa eftir að sprenging varð á borpalli fyrirtækisins. -srs

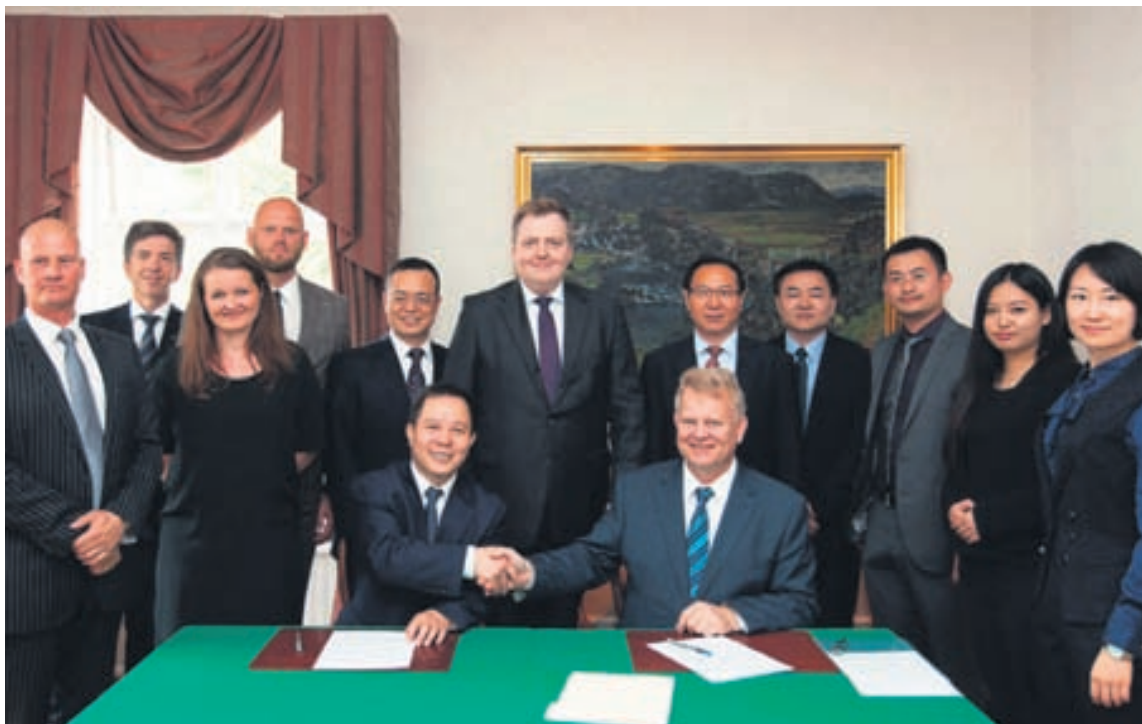
## Ná þarf samningum um orku til álvers í Skagabyggð

Sveitarfélög á Norðurlandi vestra, íslenska fyrirtækið Klappir Development og kínverska fyrirtækið NFC stefna að byggingu álvers við Hafursstaði í Skagabyggð. Mögulega þyrfti að virkja til að eiga næga orku fyrir álverið.

**IÐNAÐUR** Skrifað hefur verið undir viljayfirlýsingu um fjármögnun byggingar 120 þúsund tonna álvers á fyrirhuguðu iðnaðarsvæði við Hafursstaði í Skagabyggð. Undir yfirlýsingu rituðu fulltrúar Klappa Development og China Nonferrous Metal Industry's Foreign Engineering and Construction (NFC) í Ráðherrabústaðnum við Tjarnargötu í Reykjavík síðdegis á þriðjudag.

„Heildarkostnaður verkefnisins er áætlaður rúmum 100 milljarðar króna (780 milljónir Bandaríkjadala). Áætlanir gera ráð fyrir 240 varanlegum vörpum í álveri Klappa og allt að 800 tímabundnum störfum á byggingartíma,“ segir í tilkynningu Klappa og NFC. Þá er haft eftir Ingvari Unnsteini Skúlasyni, framkvæmdastjóra Kletts, að framboð á nauðsynlegri orku muni svo ráða því hvenær hægt verði að hefja rekstur álvers að Hafursstöðum.

Ketill Sigurjónsson, lögfræðingur og MBA, sem heldur úti



**FRÁ UNDIRRITUN** Wang Hongquian, forstjóri NFC, og Ingvar Skúlasón, framkvæmdastjóri Klappa, handsala samstarfið. Að baki þeim standa Sigmundur Davíð Gunnlaugsson forsætisráðherra og Zhan Weidong, sendiherra Kína á Íslandi, auk fulltrúa sveitarstjórna á Norðurlandi vestra, NFC og Kínverska þróunarbankans. MYND/KLAPPIR DEVELOPMENT

## FYRIRHUGAÐ ÁLVER



Orkublogginu, segir einfaldlega verða að koma í ljós hvernig svona fyrirtæki gangi að verða sér úti um orku. Íslensk orkufyrirtæki hafi lýst því yfir að hún sé af skornum skammti. „Áliðnaður er orkufrekasti iðnaður í heiminum og þú byggir ekki álver nema að tryggja þér mikið magn af orku til langs tíma á mjög lágu verði,“ segir hann. Síðan verði að koma í ljós hvort hér á landi sé að finna orkufyrirtæki sem tilbúið sé til að selja orku á mjög lágu verði til langs tíma. „En það tekur tíma að reisa álver og á sama tíma væri kannski hægt að reisa virkjun fyrir álver.“ Um slíkt þurfi að



**KETILL SIGURJÓNSSON**

svo bara að halda áfram með hugmyndina sína.“

Í tilkynningu Klappa og NFC kemur fram að viljayfirlýsingin byggir meðal annars á samstarfs-samningi á milli sveitarfélaganna á Norðurlandi vestra og Klappa

Development, en þar hafi Sveitarfélagið Skagafjörður og Húnaþing vestra ákveðið að starfa með Blönduósbæ, Húnavatnshreppi, Sveitarfélaginu Skagaströnd og Skagabyggð, sem áður höfðu undirritað samstarfssamning við Klappir um uppbyggingu og rekstur álvers að Hafursstöðum.

Þá ábyrgist NFC fjármögnun að minnsta kosti 70 prósentu kostnaðar við framkvæmdina og uppbyggingu innviða í gegnum kínverska eða aðra banka, auk þess að ábyrgjast byggingu allra mannvirkja sem og rekstur álversins meðan á uppkeyrslu þess stendur. olíkr@frettabladid.is

Efnahagsráðgjafi Sigmundar Davíðs Gunnlaugssonar forsætisráðherra bregst við umsögn InDefence:

## Segir búin ekki fá afslátt af stöðugleikaskatti

**EFNAHAGSMÁL** „Það er rangt að slitabú bankanna njóti einhvers afsláttar ef þau greiða stöðugleikafélag í stað skatts til að leysa þann greiðsluþjófnum vanda sem þjóðarbúið glímur við,“ segir Benedikt Árnason, efnahagsráðgjafi Sigmundar Davíðs Gunnlaugssonar.

Fréttablaðið óskaði svara frá Sigmundi Davíð Gunnlaugssyni forsætisráðherra vegna umsagnar InDefence-hópsins um frumvarp um stöðugleikaskatt sem liggur fyrir þinginu. Hópurinn vill gera breytingar á frumvarpinu. Stöðugleikaskilyrði eigi að vera jafngild 39 prósentu stöðugleikaskatti. Um 400 milljarða króna tekjumunur er sagður vera á leiðunum.



**BENEDIKT ÁRNASON**

mið af stöðu hvers skattaðila eins og hún verður 31. desember næstkomandi. Hann taki hins vegar ekki tillit til áhættu þjóðarbúsins vegna virðisbreytinga á eignum slitabúanna til framtíðar.

„Ólíkt skattinum draga stöðugleikaskilyrðin úr þessari greiðslu-

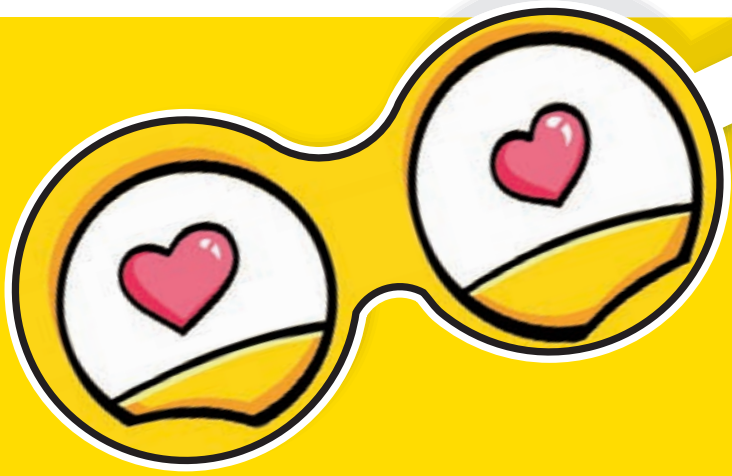
Benedikt segir í svari sínu að hér sé um að ræða tvær ólíkar en jafngildar aðferðir út frá hagsmunum þjóðarbúsins. Skatturinn sé einkisráðstöfun sem taki



**AFNÁM HAFTA KYNNNT** Aðferðin sem verði er að beita hefur verið kennd við gulrót og kylfu, þar sem stöðugleikaskatturinn er kylfan. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

jöfnuðaráhættu til frambúðar,“ segir Benedikt. Þau skapi ramma sem taki á núverandi og framtíðarvanda vegna slitabúa. Stöðugleika-

skatturinn geti því gefið fleiri krónur í ríkiskassann til skamms tíma en stöðugleikaskilyrðin draga verulega úr lengri tíma áhættu. -jhh



# #SEGRUISÍS

með **olis**

**-13 kr.**  
af lítranum í dag

með lykli, Staðgreiðslu-  
og Tvennukorti



**4**  
faldir

Vildarpunktur  
Icelandair

alla helgina,  
3.-5. júlí



Fáðu grímu og glaðning þegar þú  
verslar á Olís og skráðu þig í  
pottinn á [olis.is](https://olis.is)! Glæsilegir  
vinningar vikulega og enn  
glæsilegri aðalvinningar!



Vinur við veginn



## FÖSTUDAGSVIÐTALIÐ

# Það er súrt andrúmsloft á Alþingi

Bjarni Benediktsson segir umræðuna vera óvægari en áður og að það haldist í hendur við breytt fjölmiðlaumhverfi. Hann saknar þess að eiga ekki meiri tíma með fjölskyldunni en býst ekki við að vera á þingi alla ævi og sér jafnvel fyrir sér að ferðast um heiminn og taka ljósmyndir.

Ólöf  
Skaftadóttir

olof@frettabladid.is

Viktória  
Hermannsdóttir

viktoriam@frettabladid.is



„Stjórnmalin eru svolítið þannig, eins og mörg störf, þau ryðjast inn og taka forgang. Fjölskyldulífið og stjórnmalin fara illa saman. Það er óvissan um hvernig tíma manns er háttáð,“ segir Bjarni Benediktsson, fjármála- og efnahagsráðherra. „Það er oft sem ég horfi til yngri barnanna minna og hugsa að ég geti ekki líka látið þær líða fyrir það að ég sé svona mikið frá.“

Bjarni er fæddur og uppalinn Garðbæingur, gekk þar í skóla og hefur búið nánast allar götur síðan. Eftir grunnskóla lá leið hans í MR og þaðan í lögfræði í HÍ.

Bjarni kynntist eiginkonu sinni, Þóru Baldvinsdóttur, í barnaskóla. „Við vorum í sama vínahóp og höfum meira og minna verið saman frá þeim tíma. Við slitum sambandinu á menntaskólaárunum, í um tvö ár, sem mér finnst hafa verið langur tími, en það er auðvitað stuttur tími þegar sambandið hefur varað svona lengi. Við tókum saman aftur og giftum okkur 1995. Við eigum tuttugu ára brúðkaupsafmæli í sumar.“ Saman eiga þau fjögur börn.

Veturinn hefur verið átakasamur á þinginu, en hefur það áhrif á fjölskyldu Bjarna? „Eflaust hefur það áhrif, en ég verð ekki mikið var við það. Krakkarnir fylgjast með, sérstaklega þau eldri. Við höfum stundum rætt það sem er í umræðunni, en ég skynja ekki að þetta hafi áhrif.“

## Óvægin umræða

Bjarni segir umræðuna orðna óvægari og að það haldist í hendur við breytt fjölmiðlaumhverfi. „Fjölmiðlaflórán er orðin miklu fjölbreyttari og fólk er komið beint inn á samfélagsmiðla til að tjá skoðanir sínar samstundis,“ segir hann og heldur áfram. „Umræðan er orðin annars eðlis. Ég ætla að leyfa mér að segja að hún sé óvægari. Menn hafa fyrir því að fara inn á Facebook-síðuna hjá manni og taka mjög djúpt í árinni.“

Bjarni segir koma sér á óvart hvað fólk er tilbúið að leggja á sig til að hreyta ónotum í aðra. „Það er skuggahlíðin á þessari stórkostlegu byltingu sem netið er. Ég hef ekki verið að loka á þann möguleika fyrir fólk að tjá sig um það sem ég set inn á Facebook. Þeir sem ganga of langt verða fyrir því að ég kasta þeim. Mér finnst menn ekkert eiga rétt á því að fara inn á mína síðu og segja hvað sem er um mig.“

Bjarni segist hafa stóran hóp ráðgjafa, en að þau skilaboð berist honum reglulega að hann reiði sig of mikið á sjálfan sig. „Ég mætti leita víðar ráða. Það getur vel verið að það sé eitthvað til í því.“

## Davíð er ekki aftursætisbilstjóri

Talið berst óhjákvæmilega að Davíð Oddssyni, fyrrverandi formanni Sjálfstæðisflokksins, en fregnir bárust af því fyrir um ári að hann sæti reglulega fundi með þeim forsætisráðherra og Bjarna. „Nei. Ég og Sigmundur erum ekki reglulega að hitta Davíð Oddsson. En síðan ég varð formaður höfum við Davíð oft talast við.“

Aðspurður segir Bjarni Davíð ekki vera aftursætisbilstjóra ríkisstjórnarinnar. „Nei. En hann hefur sterka rödd í samfélaginu. Hann var formaður í flokknum þegar ég kom inn. Fyrir það þekktumst við ekki neitt. Ég hef lagt mig eftir því að reyna að rækta samband við fyrrverandi formenn flokksins þó að það hafi verið frekar stopult.“

Hann segist ekki eiga í miklu

sambandi við Sigmund Davíð utan vinnu. „Eins og gefur að skilja fundum við reglulega og þurfum að halda sameiginlega á stórum málum. Það er prýðilegt samband okkar á milli. Samstarfið hefur gengið ágætlega.“

Út á við hefur sambúð flokkanna ekki alltaf litið út fyrir að vera átakalaus. Sem dæmi má nefna húsnæðisfrumvarp Eyglóar Harðardóttur, en hún sagði í fréttum Stöðvar 2 í maí að fjármálaráðuneytið hefði beðið hana að draga húsnæðisfrumvörp sín til baka, en hún hefði neitað að verða við því.

„Mér fannst ekki farið rétt með það var eins og menn væru að þefa uppi ágreining. Málið var til kostnaðarumsagnar í fjármálaráðuneytinu og það tók tíma.“

Hann segir vissulega rétt að flokkarnir hafi tekist á. „Við höfum tekist harkalega á um hluti, það er hluti af starfinu. En kúntin felst í því að vera mátulega ýttinn á eigin málstað en nægilega skilningsríkur fyrir málstað samstarfsflokksins.“

## Súrt andrúmsloft

En hvað með þingið í heild sinni? „Það er súrt andrúmsloft á þinginu. Og þessar byltnar sem hafa orðið í stjórnmalunum frá 2009 hafa skapað sár sem eru ekki að fullu gróin. Það hafa verið miklar breytingar í flokkakerfinu og umhverfi stjórnmalaflokksanna. Þessar hefðbundnu línur eru að raskast.“ Hann segir þó flokkakerfið ekki úrelt.

Bjarni talar af áhuga um pólitíkina, en hvernig lá leið hans í stjórnmal? „Mér finnst Alþingi merkilegur vettvangur. Þegar Jón Guðmundsson, sem þá vann að uppstillingu Sjálfstæðisflokksins í kjördæminu, kom til mín 2002-3 og vildi að ég tæki sæti á Alþingi þá hitti á veikan blett hjá mér. Ég hugsaði: Þessu verð ég að taka alvarlega. Það er heiður að menn vilji fá mig í lið með sér.“

Bjarni er Engeyingur, af ætt sem hefur verið kennd við umdeildustu valda- og viðskiptablokk á Íslandi, Kolkrabbann svokallaða. Er erfitt að vera Engeyingur í pólitík? Er hann hluti af Kolkrabbanum? „Ég er ekki Kolkrabbinn. Það er ekkert erfitt að vera ég, það er bara fínt. Engeyingar eru stór ætt og fáir í pólitík. Margir hafa náð langt, já. Er einhver viðskiptavaldablokk á bak við? Nei. En það er gaman að því þegar menn búa til frasa um fyrirbæri sem eru til sum hver tímabundið. Sumar valdablokkir sem skrifað var um á tíunda áratugnum eru gufaðar upp.“

## Ranglega stimplaður

Bjarni segir klárt mál að hann hafi verið stimplaður á ferlinum. „Ég þekki þessa umræðu,“ segir Bjarni og vísar í umræðu um að ráðamenn séu úr tengslum við almenning. „Það sem mér finnst menn horfa fram hjá er að við Íslendingar, þó að við komum frá ólíkum fjölskyldum, ölumst upp í sama umhverfinu nær öll,“ útskýrir hann.

„Við höfum öll sama aðgengi að heilbrigðiskerfinu. Í öllum okkar störfum umgöngumst við fjölbreytta flóru Íslendinga. Þá sem eiga erfitt, eiga undir högg að sækja.“

Bjarni segist hafa kynnst þessu frá fyrstu hendi.

„Menn skyldu ekki halda að það sé ekki fólk í mínu næsta umhverfi, í minni fjölskyldu eða tengdafjölskyldu, í nánasta vínahópi sem er að glíma við alkóhólísma, krabba-mein, hefur þurft að reida sig á heilbrigðiskerfið, hefur glímt við þunglyndi, barnsmísi. Bróðir minn missti konuna sína langt um aldur fram. Öll þessi mál eru til í hverri einustu fjölskyldu. Það eru engir sem lifa herna skjýjum ofar og horfa niður til hinna,“ segir Bjarni. „Ég



hef verið heppinn með að alast upp í öruggu umhverfi hjá foreldrum mínum sem eru högvær og yndisleg. Ég ætla ekki að halda því fram að ég hafi átt erfiða æsku eða sé þolandi ofbeldis. Ég held ég þurfi ekki að ganga í gegnum þá reynslu til að skilja íslenskt samfélag.“

**Sér ekki eftir að hafa farið á leikinn**  
Bjarni og Sigmundur voru gagnrýndir fyrir að fara frá umræðum um verkfall hjúkrunarfræðinga á þingi til að fylgjast með leik Íslands og Tékklands í fótbolta. Meðal annars sagði hjúkrunarfræðingur í kvöldfréttum Stöðvar 2 að í sínu starfi gæti hún aldrei yfirgefið vinnustað sinn í akút aðstæðum.

„Það fannst mér ómerkileg umræða. Ég sé ekki eftir að hafa farið að styðja strákana okkar. Það síðasta sem ég gerði áður en ég fór á völinn var að fletja ræðu um þetta mál á þinginu. Ég mætti of seint á völinn út af því. Ég hef engar skyldur til að sitja yfir allri umræðunni og hlusta á hana til enda. Menn geta brugðið sér frá ef þannig ber við. Það var nú hálf-tómur þingsalur þegar ég var að fletja ræðu mína. Svo hitti ég stjórnarandstæðinga á völinum.“

Gefið hefur verið út að hjúkrunarfræðingum hafi verið boðin rúmlega 18 prósent hækkun launa en til samanburðar fengu lækningar um 30 prósent hækkun launa.

„Staðreyndin er sú að þegar tekið er tillit til alls sem við vildum ná samningum um segi ég að við höfum í raun og veru boðið rúmlega 20 prósent hækkun. Við getum ekki gert meira. Ef menn skoða síðustu tíu ár hafa lækningar ekki fengið meira en hjúkrunarfræðingar.“

„Öll þessi mál eru til í hverri einustu fjölskyldu. Það eru engir sem lifa herna skjýjum ofar og horfa niður til hinna.“

Bjarni segist bera virðingu fyrir því starfi heilbrigðisstétta. „En það hljóta allir að skilja að það eru ytri mörk um hvað hægt er að semja. Annars verður hér verðbólga – krónurnar verðminni.“

## Athyglin of mikið á Hönnu Birnu

Talið berst að lekamálinu. Sumum fannst Bjarni forðast að ræða málið. Hanna Birna sagði af sér embætti innanríkisráðherra ári eftir að málið kom upp og er enn varaformaður flokksins. „Mér finnst hún hafa stigið stórt skref með því að láta af embætti,“ segir hann og viðurkennir að hún hefði átt að segja af sér fyrr. „Það er auðvelt að segja það eftir á. Ég get ekki útilokað að þetta hafi skemmt fyrir flokknum en ég varð ekki var við áberandi breytingu á stuðningi.“

Hann segir mega læra af lekamálinu. „Mér fannst aðalatriðin ekki vera nægilega í forgrunni í umræðunni. Það leitast einstaklingur skjóls í ráðuneytinu og vill meina að það sé brotinn á sér réttur í kerfinu, það er síðan brugðið fyrir þennan einstakling fæti af starfsmanni ráðuneytisins. Í því liggur alvarleiki málsins. Athyglið hefur að mínu mati verið of mikið á Hönnu Birnu, sem hafði í sjálfu sér ekkert með þetta atvik að gera samkvæmt því sem upplýst hefur verið síðar. Það er búið að færa ábyrgðina á því með dómi.“

Bjarni segir stjórnsýsluna ekki

óskeikula. „Í því að vernda borgara og þeirra réttindi þegar þeir leita ásjár stjórnvalda. Okkur ber að taka alvarlega ábendingar um að það sé pottur brotinn við framkvæmd reglna.“

## Vill ferðast og taka myndir

Bjarni segist ekki ætla að vera í stjórnmalum alla ævi. „Ég sé mig ekki endalast í þessu. Ég var 33 ára þegar ég fór á þing – þá sá ég mig ekki fyrir mér að vera í stjórnmalum til 45 ára aldurs. En svo tekur lífið yfir, þú sest upp í vagn sem fer bara á teinum. Nú er ég formaður flokksins og hef fengið umboð til að sitja í ríkisstjórn og er að stýra mikilvægu ráðuneyti. Við þær aðstæður er ekkert í huga mér annað en að halda áfram. Gera vel.“

„Ég verð örugglega ekki á þingi þangað til ég fer á lífeyri,“ segir hann. Það er margt sem hann langar að gera. „Minn helsti hausverkur er að gera upp á milli þeirra hluta,“ segir hann og deilir því með okkur að hann hafi ástríðu fyrir ljósmyndun. „Ég myndi gjarnan vilja taka myndir á ferðalögum.“

„Mig langar að láta til mín taka á öðrum sviðum. Ekki gleyma að njóta lífsins. Hlusta á tónlist, lesa bækur, eyða stundum með fjölskyldu og vinum. Og svo hitt sem ég á eftir að fatta hvað er.“

Gæti Bjarni Ben orðið landslagsljósmyndari? „Ég er byrjaður að safna í möppu,“ segir Bjarni og hlær.

## visir.is

Ítarlegra og lengra viðtal við Bjarna má hlusta á í hlaðvarpinu Föstudagsviðtalið á Visir.is



Markaðsmun ehf  
**netto**

Kræsingar & kostakjör

NAUTALUNDIR  
ERLENDAR, NÝJA SJÁL.

**2.799**

ÁÐUR 3.998 KR/KG

**VERÐSPRENGJA**



LAMBALÆRI  
FERSKT

**1.489**

ÁÐUR 1.692 KR/KG

**Frábært verð!**



**-40%**

BAYONNESTEIK  
FERSK

**995**

ÁÐUR 1.659 KR/KG

**Frábært verð!**



**-44%**

KJÚKLINGALUNDIR  
FROSNAR, 700 GR

**986**

ÁÐUR 1.761 KR/PK

KJARNAFÆÐI



**-30%**

LAMBAFRAMPSNEIÐAR  
GRILL, NY MARINERING

**979**

ÁÐUR 1.398 KR/KG



KJARNAFÆÐI

**-25%**

GRÍSAHNAKKI  
SNEIÐAR, BRASILÚKRYDD

**1.349**

ÁÐUR 1.798 KR/KG



TÓMATAR ÍSL.  
6 Í BAKKA

**398**

KR/KG

**Gæða kartöflur!  
Góðar á grillið!**



BÖKUNARKARTÖFLUR  
1 KG BAKKI

**359**

KR/BAKKINN

**Frábært verð!**



**-50%**

BLÁBER, FERSK  
500 GR FATA

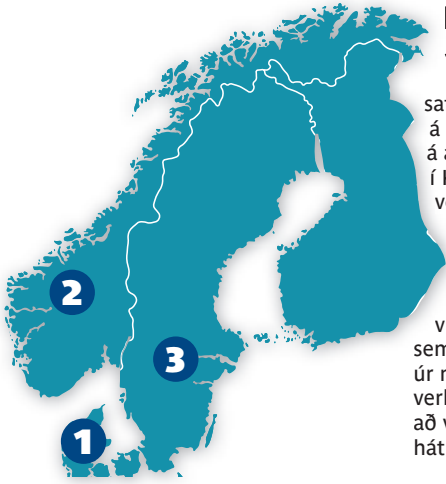
**649**

1.298 KR/FATAN

**Tilboðin gilda 2. júlí - 5. júlí 2015**

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

## NORÐURLÖND



## Breyta pissi í pilsner

**1 DANMÖRK** Dönsku samtökin Landbrug & Fødevarer ætla að safna 100 þúsundum lítra af þvagi á Hróarskelduhátíðinni. Þvagið á að nota sem áburð á kornakur í Køge. Gert er ráð fyrir að hægt verði að framleiða hálf milljón lítra af bjór úr kornuppskerunni. Fulltrúi samtakanna segir að menn vilji sýna fram á að slík endurvinnsla sé möguleg. Lektor við Kaupmannahafnarháskóla, sem rannsakað hefur nýtingu þvags úr mönnum í landbúnaði, segir verkefnið afar spennandi. Bjórinn á að vera tilbúinn fyrir Hróarskelduhátíðina 2017.

## Forsætisráðherrann ekki hleraður

**2 NÖREGUR** Norska öryggislögreglan hefur kynnt nýja skýrslu þar sem segir að ekki hafi fundist sannanir fyrir því að frétt Aftenposten frá því í desember síðastliðnum um hleranir í stjórnarbyggingum eigi við rök að styðjast. Norska öryggislögreglan hóf rannsókn á mögulegum njósnum erlendra ríkja nokkrum dögum eftir að Aftenposten birti frétt sína um meintu hleranirnar.

Pingmaður Sjálfstæðisflokksins vildi bannið áfram:

## Guðlast er leyfilegt

**STJÓRN MÁL** Alþingi samþykkti í gær frumvarp sem afnemur bann við guðlasti í almennum hegningarlögum. Þingflokkur Pírata flutti frumvarpið en Helgi Hrafn Gunnarsson var fyrsti flutningsmaður þess.

Fjörutíu og þrjú þingmenn samþykktu frumvarpið, þrjú sátu hjá en einn þingmaður, Vilhjálmur Bjarnason, greiddi atkvæði gegn því. Er blaðamaður hafði samband við Vilhjálm til að forvitnast um hví hann greiddi atkvæði gegn frumvarpinu vísaði hann til orða sinna er hann gerði grein fyrir atkvæði sínu við aðra umræðu um málið.

„Mér finnst þetta frumvarp harla ómerkilegt og varla ástæða til að flytja það. Það er partur af afsiðun þjóðarinnar. Flest er nú heimilt. Hvers kyns ummæli í kerfum netmiðla. Það þykir sjálf-sagt mál að senda skeyti að næst þegar viðkomandi muni mæta þingmanni á götu þá muni hann hrækja á hann,“ sagði Vilhjálmur áður en honum varð litið á atkvæðatöfluna. Hann endaði ræðu sína á orðunum „verði ykkur að góðu“.



**SPAUGSTOFUMENN** Félagarnir í Spaugstofunni voru eitt sinn kærðir til lögreglu fyrir guðlast. Þeir sluppu þó með skrekkinn.

„Við erum mjög ánægð með það að fyrsta lagafrumvarpið okkar hefur verið samþykkt á Alþingi og að við færum tjáningarfrelsislög-gjöfina að nútímanum,“ sagði Birgitta Jónsdóttir, þingmaður Pírata, eftir að lögin voru samþykkt. „Þessi lög spruttu upp úr hörmulegum atburðum í Frakklandi á ritstjórnarskrifstofu Charlie Hebdo þannig að þetta eru svona fyrstu Charlie Hebdo-tjáningarfrelsislög in á Íslandi,“ bætti Birgitta við.

-joe

## Skólaskylda fyrir innflytjendur

**3 SVÍPJÓÐ** Hægriflokkurinn í Svíþjóð vill skylda fullorðna innflytjendur, sem ekki hafa lokið grunnskólanámi þegar þeir koma til Svíþjóðar, til að ganga í skóla. Markmiðið er að auka jöfnuð í þjóðfélaginu. Flokkurinn vill einnig grípa til aðgerða til að aðstoða atvinnulaus ungmenni sem ekki hafa lokið framhaldsnámi. Jafnframt vill hægriflokkurinn að börn frá sjötta bekk sem eiga á hættu að dragast aftur úr í náminu verði skylduð til að ganga í sumarskóla.



Landsvirkjun

Ef þú hleypur 20 kílómetra notar þú jafn mikla orku og þarf til að hafa kveikt á ljósastaur í 1 mínútu

Bill og Melinda Gates veittu prinsinum Alwaleed bin Talal mikinn innblástur:

## Gefur frá sér 4.237 milljarða

**SÁDI-ARABÍA** Sádiarabíski prinsinn og auðjófurinn Alwaleed bin Talal lýsti því yfir í gær að hann hygðist gefa allan sinn persónulega auð á næstu árum. Forbes metur eignir Alwaleeds á 4.237 milljarða króna, sem samsvarar um tvöfaldri vergri landsframleiðslu Íslands. Prinsinn vermir 34. sætið á lista Forbes yfir auðugustu menn heims.

Prinsinn, sem er sonur Salmans konungs Sádi-Arabíu, segir auð sinn verða notaðan til að draga úr fordómum, bæta stöðu kvenna og takast á við náttúruhamfarir auk annars. Alwaleed hefur lengi verið þekktur sem einn helsti talsmaður kvenna-baráttu í Sádi-Arabíu.

Þegar Alwaleed tilkynnti um áform sín nefndi hann góðgerðarsjóð Bills og Melindu Gates sem sinn helsta innblástur. Bill Gates tók ákvörðun prinsins fagnandi og sagði hana hvatningu til allra sem vinna góðgerðarstarf í heiminum.

Alwaleed hafði áður látið um 463 milljarða króna renna til



**GJAFMILDUR** Prinsinn Alwaleed bin Talal ætlar að gefa allan auð sinn til góðgerðarmála. NORDICPHOTOS/AFP

sjóðs síns, Alwaleed Philanthropies. Prinsinn gegnir ekki opinberu embætti í Sádi-Arabíu. Hann er stjórnarformaður fjárfestingarsjóðsins Kingdom Holding Company sem á meðal

annars hlut í Twitter og Apple. Meðal eigna Alwaleeds má nefna 371 herbergis höll í Ríad, höfuðborg Sádi-Arabíu, Boeing 747-400 flugvél og 85 metra snekkju. - þea

Tillit tekið til kyns í vali á nemum í Lögregluskólann:

## 32 boðaðir í viðtal

**SAMFÉLAG** „Við höfum byrjað að taka viðtöl og það er enn verið að boða fólk í viðtöl,“ segir Sigríður Hrefna Jónsdóttir, formaður valnefndar Lögregluskóla ríkisins.

Inntökuprófum í grunnnámsdeild Lögregluskóla ríkisins lauk síðastliðinn þriðjudag. Alls bárust 160 umsóknir og voru 158 boðaðir í inntökupróf, 97 karlar og 61 kona.

Þá voru 109 umsækjendur sem náðu fullnægjandi árangri á inntökuprófinu, 70 karlar og 39 konur.

„Nú boðum við þrjátíu og tvo einstaklinga í viðtal og ekki er einungis horft á árangur í prófinu,“ segir Sigríður og bætir við að nefndin taki tillit til annarra þátta svo sem menntunar. Þá er tekið tillit til kynferðis með hliðsjón af því að auka þátttöku kvenna í lögreglustörfum. „Það vill nú bara þannig til að af þeim sem boðaðir eru í viðtal eru konur í fjórutíu prósentahlutfalli,“ segir Sigríður. „Það er kona sem fer áfram ef um



**FORMAÐUR VALNEFNDAR** Sigríður Hrefna Jónsdóttir segir að reynt verði að auka þátttöku kvenna í lögreglustörfum. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

tvo jafnhæfa einstaklinga er að ræða.“

Sextán hæfustu af þeim þrjátíu og tveimur sem fá boð í viðtal hefja nám við skólann. „Ákvörðun verður tekin í næstu viku.“ - ngy

**Gagnvirkar orkusýningar Landsvirkjunar í Búrfelli og Kröflu varpa ljósi á orkuna sem býr í öllum hlutum.**

**Landsvirkjun vinnur rafmagn úr endurnýjanlegum orkugjöfum; vatnsafla, jarðvarma og vindi.**

**Líttu við í sumar.**

**Opið 10–17 alla daga til 30. ágúst.**  
**Leiðarlýsingar á [landsvirkjun.is/heimsoknir](http://landsvirkjun.is/heimsoknir).**

# SUMMARSPRENG

# 20% AFSLÁTTUR

# Síðustu 2 dagar\*



Landora tréolía Col-51903 3 l.  
~~2.690~~  
**2.152**



ODEN EDAL OLÍA á palla.  
Hágæða Silikonalkyd efni. 2,7 l.  
~~4.390~~  
**3.512**



Kaffivél með Thermo hitakönnu  
10-12 bolla, 900w  
~~2.460~~  
**1.968**



Djúslávaxtablandari  
með glerkönnu,  
mylur ís, 400w 1,3l.  
~~3.942~~  
**3.154**

20%  
AFSLÁTTUR  
RLA-05  
Áltrappa 5 þrep, tvöföld  
~~6.610~~  
~~5.990~~ 4 þrep **4.792**  
~~7.790~~ 6 þrep **6.232**  
~~8.990~~ 7 þrep **7.192**



20%  
AFSLÁTTUR  
10 lítra bensínbrúsi  
~~1.495~~  
**1.196**

20 lítra ~~2.195~~  
**1.756**



Prýstiúðabrúsi 2 lítrar  
~~745~~  
**596**



Slöngutengjasett  
með úðabyssu  
~~695~~  
**556**



3 arma garðúðari  
~~450~~ **360**

Slöngutengjasett  
1/2" og 3/4"  
~~395~~  
**316**



Garðúðari  
~~495~~  
**396**



20%  
AFSLÁTTUR

Black&Decker  
háþrýstidæla max bar 130  
~~29.990~~  
**23.992**

1700W, 370 lítr./klst.  
Polir 50°C heitt vatn  
5,5 metra barki,  
sápubox



1/2" slanga 15 metra  
með stút og tengjum  
~~1.490~~  
**1.192**



Kapalkefli Wis-SCR2-25  
25 metrar  
~~5.790~~  
**4.632**

Slönguvagn á hjólum 1/2"  
f/50 metra  
~~2.490~~  
**1.992**



Slönguhjól  
1/2" f/45 metra  
~~1.490~~  
**1.192**

25 stk. 110 lítra ruslapokar  
Einnig 200lítra 10 stk. kr. 795 (65my)

~~995~~ **796**



20%  
AFSLÁTTUR



Protool kúttari  
GW8012,  
1900W  
254mm blað  
~~28.990~~  
**23.192**



Rafmagnshitablásari  
2Kw 1 fasa  
~~6.890~~  
**5.512**

20%  
AFSLÁTTUR  
PRETUL úðadæla  
5 l. Trup 24685  
~~2.990~~  
**2.392**



Proflex Nitril  
vinnuhanskar  
~~375~~  
**299**



796  
Strekkibönd 64407

~~995~~

Strekkibönd í úrvali



Öflugar hjólbörur 90 lítra  
~~8.590~~  
**6.872**

20%  
AFSLÁTTUR



Protool veltisög  
250mm, 1800W  
Þorð 47x51 cm  
~~48.990~~  
**39.192**

20%  
AFSLÁTTUR

Járnþúkkar sett=2 stykki  
~~4.690~~ **3.752**



20%  
AFSLÁTTUR

\* 3. og 4. júlí

# GJA í Múrþúðinni



EKKI AFSLÁTTUR AF MOLD

Gróðurmold 20 l  
**490**



Gróðurmold 40 l  
**890**



Meister jarðvegsdúkur  
9961360 5x1,5 meter  
~~795~~ **636**

GÆÐASKÓFLUR



~~2.190~~  
**1.752**

~~1.690~~  
**1.352**

~~1.590~~  
**1.272**

**20% AFSLÁTTUR**

MIKIÐ ÚRVAL

~~1.690~~  
**1.352**

~~1.890~~  
**1.512**  
Malarhrífa

Flúðamold 20 l  
**590**



Frábært verð á stál- og plastpakrennum. Sjá verðlista á [www.murbudin.is](http://www.murbudin.is)

**20% AFSLÁTTUR**

Laufhrífa  
~~695~~  
**566**



Hlúaaajárn Buf PGH316  
~~1.890~~ **1.512**



**20% AFSLÁTTUR**

860  
Gardkarfa 25L  
~~1.075~~  
einnig fánleg 50 lítra karfa

65 lítra bali  
~~2.295~~  
**1.836**



20 lítra fata  
~~895~~  
einnig til 12lítra

**20% AFSLÁTTUR**

**716**

**Portúgalskir leirpottar í úrvali - Gæðavara**  
**Verð frá kr. 125**



**20% AFSLÁTTUR**

Undirdiskar fánlegir



**20% AFSLÁTTUR**

Lavor Vertico 20  
Háþrýstidæla  
140 Max Bar  
450 lítrar/klst  
1900W  
9 kg  
~~19.990~~  
**15.992**

Lokað slönguhjól 20m 1/2"  
~~9.780~~  
**7.824**



**20% AFSLÁTTUR**

Mei-9957210 Skilrúm í garðinn 9mx15cm  
~~1.195~~  
**956**



**20% AFSLÁTTUR**

Leca blómapottamöl 10 l.  
~~990~~  
**792**



**20% AFSLÁTTUR**



**20% AFSLÁTTUR**

Garðkanna 10 L  
~~895~~ **716**



**MÚRBÚÐIN**

Sími 412 2500 - sala@murbudin.is - www.murbudin.is

Forsætisráðherra við sama heygardshornið:

# Aumur fjölmiðill sem ekki gagnrýnir

**F**orsætisráðherra ritaði grein sem birtist í Fréttablaðinu í vikunni. Í greininni birtist kunnuglegt stef – þessi furðulega blanda af samsæriskenningsmið og viðkvæmni sem ráðherranum er svo tóm.

Greinin ber titilinn „Markmið leiðréttingarinnar náðust að fullu“. Efni hennar fjallar eins og fyrirsögnin gefur til kynna að mestu um leiðréttinguna og efnahagslegar og pólitískar afleiðingar hennar. Sigmundur lætur ekki þar við sitja heldur nýrtir í fjölmiðlaumfjöllun um málið. Í þetta skiptið segir hann fulltrúa stjórnarandstöðuflokkanna, „hvort heldur þeir tjái sig á þingi eða á leiðarasíðu Fréttablaðsins“ eiga erfitt með að sætta sig við vel heppnaða leiðréttingu. Hann heldur svo áfram og uppfenir dálk sem í daglegu tali kallast Frá degi til dags sem „stjórnarandstöðudálk“.

**Kristín Þorsteinsdóttir**

kristin@frettabladid.is

Fjöl margir blaðamenn starfa hjá 365. Þar fer mislit hjörð með mismunandi skoðanir. Eftir því sem flóran er fjölbreyttari er von á betri árangri. Margir skrifa pistilinn Frá degi til dags. Aldrei hefur nokkurt þeirra verið spurt um hvað eða hvort yfir höfuð þau kjósa. Ógerlegt er að skipa þessu fólki á einn pólitískan bás.

Fagfólk lætur ekki skoðanir lita umfjöllun sína í fréttum. Að halda öðru fram er atvinnurógur. Um dálkaskrif og leiðara gilda önnur lögmál. Maður skyldi ætla að forsætisráðherra þekkti þau. Hlutverk fjölmiðla er að veita valdinu aðhald. Það er aumur fjölmiðill sem ekki gagnrýnir aðgerðir ráðamanna. Óhjákvæmilega hallar þar á ríkisstjórn, enda öllu erfiðara að dæma stjórnarandstöðu sem hefur fá tækifæri til að hafa raunveruleg áhrif.

Fréttablaðið er ekki eini miðillinn sem flækist fyrir forsætisráðherra. Hann og flokkssystkini hans hafa lengi haft horn í síðu Ríkisútvarpsins. Sigmundur lét hafa eftir sér að fréttaflokkur RÚV um ESB-mál litadist af því að vinstrisinnað fólk leitadi frekar í fjölmiðlastörf!

Við afsögn Hönnu Birnu Kristjánsdóttur dró Sigmundur heldur ekki þann lærdóm að vanda þyrfti meðferð valds, heldur að ástæða væri til að hafa áhyggjur af umræðunni – eins og umræðan hefði brotið á hælisleitendunum. Samflokksmenn hans kynda undir. Karl Garðarsson alþingismaður segir forsætisráðherra verða fyrir pólitísku einelti og hatursumræðu.

Þetta háttalag er undarlegt. Ráðherrann hefur mörg vopn á hendi til að snúa aðstæðum sér í vil. Hann vann gríðarlegan kosningasigur síðast á grundvelli loforða um skuldaleiðréttingu og harðrar afstöðu til kröfuhafa bankanna. Hann hefur verið fylginn sér í hvoru tveggja, og í grófum dráttum staðið við stóru orðin.

Fólk greinir á um hvort leiðréttingin var réttlát eða skynsamleg. En enginn getur efast um að Sigmundur hafði lýðræðislegt umboð til að hrinda henni í framkvæmd.

Sigmundur er sá íslenski stjórnmalamaður sem helst getur stært sig af því að standa við stóru orðin. Vilji hann vinna annan kosningasigur þarf hann að minna kjósendur á eigin orðheldni. Það hlýtur að vera vænlegra til árangurs en að kveinka sér stanslaust undan umræðunni.

## FRÉTTABLAÐIÐ

ÚTGAUFUFLAG: 365 miðlar ehf. STJÓRNARFORMAÐUR: Ingibjörg Stefánía Pálmadóttir FORSTJÓRI: Sævar Freyr Práinsson ÚTGEFANDI OG AÐALRITSTJÓRI: Kristín Þorsteinsdóttir kristin@frettabladid.is AÐSTOÐARRITSTJÓRAR: Andri Ólafsson andri@365.is, Hrund Þórsdóttir hrund@stod2.is, Kolbeinn Tumí 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 stafrenu formi og í gagnabönum án endurgjalds. ISSN 1670-3871



## FRÁ DEGI TIL DAGS

### Góður flutningur

Ræða Helga Hrafns Gunnlaugssonar, þingflokksformanns Pírata, í eldhúsdagsumræðum í fyrrakvöld vakti verðskuldaða athygli. Ekki það að Helgi Hrafn hafi skorið sig efnislega svo mikið úr hópi annarra þingmanna sem höfðu þá þegar stigið í pontu. En eftir nokkrar fremur líflausar ræður manna úr stjórn og stjórnarandstöðu, þar sem stjórnarandstæðingar þuldu upp það sem betur mætti fara en stjórnarliðar börðu sér á brjóst, var nokkuð hressandi af Helga að vísa í John Lennon og Jónas Sigurðsson og Ritvélur framfariðarinnar.

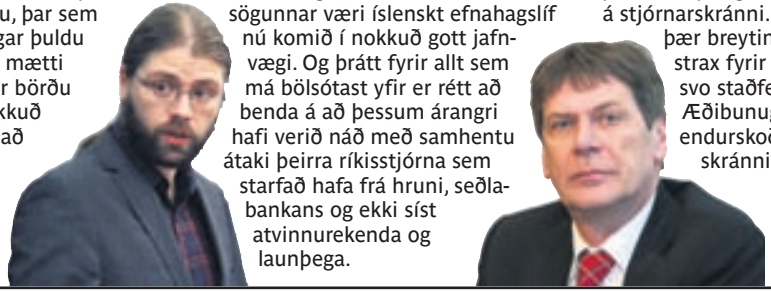
### Upp úr skotgröfunum

Brynjar Níelsson, þingmaður Sjálfstæðisflokksins, var ekki eins áhrifamikill í flutningi á sinni ræðu. En efnislega flutti hann mál sitt í tilraun til þess að hefja umræðuna upp yfir þann hefðbundna skotgrafarhernað sem stundum ríkir í stjórnmalum. Brynjar vakti athygli á því að eftir eitt hrikalegasta bankahrun heims sögunnar væri íslenskt efnahagslíf nú komið í nokkuð gott jafnvægi. Og þrátt fyrir allt sem má bólsótast yfir er rétt að benda á að þessum árangri hafi verið náð með samhentum átaki þeirra ríkisstjórna sem starfað hafa frá hrúni, seðlabankans og ekki síst atvinnurekenda og launþega.

### Stjórnarskrárbreytingar í sátt

Nú í lok þings er umræðan um nauðsynlegar stjórnarskrárbreytingar orðin áberandi að nýju. Til að mynda var rætt um ákvæði varðandi kröfur borgaranna um þjóðar- atkvæðagreiðslur í fyrirsprungartíma á Alþingi í gær. Það virðist vera samstaða á meðal þingmanna um ýmsar breytingar sem þyrfti að gera á stjórnarskránni. Vel færi á því að þær breytingar yrðu gerðar strax fyrir næstu kosningar og svo staðfestar af nýju þingi. Æðibunugangur við heildarendurskoðun á stjórnarskránni mun engu skila.

jonhakon@frettabladid.is



## HALLDÓR



## Virkar skuldaleiðréttingin? – Já, hún virkar sannarlega!

### FJÁRMÁL



**Þorsteinn Sæmundsson**  
þingmaður Framsóknarflokksins

Nýtkomin skýrsla fjármálaráðherra um skuldaleiðréttinguna staðfestir svo ekki verður um villst að markmið skuldaleiðréttingar ríkisstjórnar Sigmundar Davíðs Gunnlaugssonar hafa náðst fullkomlega. Ef skýrslan er borin saman við kynningu leiðréttingarinnar á sínum tíma kemur í ljós hversu vel undirbúin framkvæmd leiðréttingarinnar var.

Eins og allir vita nam heildarumfang leiðréttingarinnar 150 milljörðum króna, 80 milljarðar í beina leiðréttingu og um 70 milljarðar með nýtingu séreignarsparnaðar. Dreifing hinnar beinu leiðréttingar, 80 milljarðanna, var í samræmi við væntingar því markmiðið var að leiðrétta útgjöld heimila sem urðu vegna verðbólgu umfram markmið Seðlabankans á tilgreindum tíma. Langstærstur hluti leiðréttingarinnar kom í hlut lág- og millitekjuhópa, s.s. heimila sem samstanda af tveimur ASÍ-félögum, tveimur BSRB-félögum eða tveimur BHM-félögum. Meirihluti leiðréttingarinnar kom í hlut heimila sem skulduðu meira en helmung í íbúðarhúsnaði sínu. Markmið leiðréttingarinnar um réttlæti og sanngirni rættust því að fullu. Þegar almenn aðgerð af þessari stærðargráðu er framkvæmd fer ekki hjá því að lítill hluti fellur í skaut hópum sem

ekki þurfa aðstoðar við. Þannig hefur nokkuð farið fyrir því í fjölmiðlum að 1.250 heimili sem greiddu auðlegðarskatt fengu 1,5 milljarða í leiðréttingu. Það þýðir að 55.800 heimili skiptu með sér rúmum 88 milljörðum. Auk þessa hafa 34 þúsund heimili nýtt sér séreignarsparnaðarleiðina. Þeir sem ekki trúðu á þessa leið og treystu sér ekki til að fara hana auk þeirra sem voru beinlínis á móti því að leiðrétta skuldir íslenskra heimila hafa farið mikinn gegn aðgerðinni og beitt hinum og þessum blekkingum í því skyni. Það er aftur á móti athugunarefni fyrir alla þá sem nutu leiðréttingarinnar að hluti stjórnmalamanna var á móti henni. Sumir þeirra sóttu reyndar um og gátu hugsað sér að njóta ávaxtanna.

Þegar öllu er á botninn hvolft skiptir þó ekki máli hvað einstakir andstæðingar leiðréttingarinnar hafa látið sér um munn fara. Niðurstaðan skiptir þær tugþúsundir heimila sem nutu leiðréttingarinnar mestu. Þið öll sem fengu láttu höfuðstöls, sem búið nú við lægri greiðslubrýði til langrar framtíðar, vitid best að skuldaleiðréttingin virkar. Okkur sem börðumst fyrir leiðréttingunni langa hrið og sáum hana verða að veruleika skiptir líka mestu hversu miklu hún hefur breytt fyrir svo marga.

# Einu skrefi frá endalokunum

## Í DAG

Sif  
Sigmarsdóttir  
ríthöfundur



Sólin var heit. Loftið angaði af furu og sjávarseltu. Miðjarðarhafið gjálfráði handan hamarsins. Það var stutt í þverhniðið. Kannski tutugu skref. Matt Haig setti sér markmið. Hann hugðist taka tutugu og eitt skref í átt að hafinu.

Premur dögum áður en hinn tutugu og fjögurra ára gamli Matt ákvað að fyrirfara sér í Miðjarðarhafinu benti ekkert til þess að hann gæti fyllst svo mikilli örvæntingu að hann sæi þann kost vænstan að hoppa fram af kletti. Hann vaknaði í villunni sem hann deildi með Andreu, kærustu sinni, á falllegum og afviknum stað á Ibiza þar sem þau bjuggu og ráku skemmtistað og hótél. Dagurinn var í alla staði venjulegur, ómarkverður. En svo breyttist allt.

Það hófst með einni hugsun. Hugsun um að eitthvað væri að fara úrskeldis. Sekúnda síðar fann Matt fyrir seyðingi í aftanverðu höfðinu. Hjartað tók að hamast í brjósti hans. Honum fannst eins og hann félli ofan í dimma, þrönga holu. Honum fannst eins og hann væri að deyja.

Matt þekkti ekki þunglyndi. Hann gat ekki útskýrt ástand sitt. Honum lést eins og hann væri einn í heiminum.

Hann lagðist fyrir með höfðið fullt af svartnætti. Hann langaði til að deyja. Nei, það var ekki rétt. Hann langaði ekki til að deyja. Hann þróaði að hafa aldrei orðið til. Hann gat ekki sofíð og gat ekki borðað. Andrea kom reglulega inn í herbergið

hans og fékk hann til að drekka smá vatn.

Á þriðja degi gat hann ekki meir. Hann sagði Andreu að hann ætlaði í göngutúr. Hann var staðráðinn í að binda enda á óbærilegar og óskiljanlegar andlegar þjáningar sínar.

Við Matt blasti fallgasta útsýni sem hann hafði séð. Miðjarðarhafið var eins og grænblaer eldhúsdúkur þakinn skínandi demöntum. En það breytti engu. Hann byrjaði að telja skrefin.

Þegar hann fipaðist í talningunni taldi hann í sjálfan sig kjark. „Ekki guggna á þessu.“ Hann var kominn að brúninni. Það þurfti aðeins eitt skref til.

### Banvænn sjúkdómur

Samkvæmt tölum frá Alþjóðaheilbrigðismálastofnuninni eru sjálfsvíg ein af algengari dánarorsökum í heiminum í dag. Talið er að meira en eitt af hverjum hundrað mannlátum sé af völdum sjálfsvígs. Sjálfsvíg er algengari dánarorsök en magakrabbamein, skorpulífur, ristilkrabbamein, brjóstakrabbamein og Alzheimer-sjúkdómurinn svo eitthvað sé nefnt.

Þeir sem fremja sjálfsvíg eru oftast ekki haldnir þunglyndi. Það má því segja að þunglyndi sé einn af banvænni sjúkdómum sem mannkyndi glímur við.

En af hverju tókum við þennan skaðvald þá ekki meira alvarlega?

Þeir sem glíma við þunglyndi mæta gjarnan skilningsleysi, jafnvel ákveðinni hörku. Þeir fá oft að heyra ráð eins og: „Taktu þig taki. Hristu þetta af þér. Farðu út að hlaupa.“

Myndum við einhvern tímann segja við einhvern með krabbamein: „Hristu þetta bara af þér.“ Myndum við segja við sjúkling með Alzheimer: „Finnurðu ekki húslyklana þína, taktu þig taki.“

### Langaði til að stökkva

Þar sem Matt Haig stóð á klettabrún við Miðjarðarhafið, einu skrefi frá endalokunum, brutust fjórir einstaklingar inn í huga hans. Foreldrar hans, systir og kærasta. Hann óskaði þess að hann ætti engan að, engan sem fráfall hans særði. Hann langaði svo til að stökkva. En hann gat það ekki. Ekki þegar hann vissi hvað það gerði ástvinum hans.

Hann sneri aftur í villuna og kastaði upp.

Það tók Matt meira en ár að komast yfir erfiðasta hjallann. Hann tók að skrifa, gerðist rithöfundur að atvinnu, kvæntist Andreu og eignaðist börn.

Það var meira en tíu árum eftir atvikið á Ibiza sem hann byrjaði að skrifa bókina sem er óvæntasti sumarsmellurinn í bókmenntaheiminum í Bretlandi í ár.

### Tilfinningalegt öngstræti

Sjálfsvíg eru algengasta dánarorsök karlmanna undir 35 ára aldri í heiminum. Karlar eru þrisvar til fjórum sinnum líklegri en konur til að svipta sig lífi.

Geðhjálp og Hjálparsími Rauða krossins standa nú fyrir átakinu „Útmeð“ sem ætlað er að fækka sjálfsvígum ungra karla hér á landi. Með slagorðinu eru ungir menn hvattir til að „setja tilfinningar sínar í orð“ í því skyni að hafna ekki í tilfinningalegu öngstræti með ófyrirséðum afleiðingum.

Í metsölubókinni Reasons to Stay Alive, sem Bretar lesa nú á sólarströndum um heim allan, greinir Matt Haig frá baráttu sinni við þunglyndi og sjálfsvígshugsanir. Í bókinni fjallar Matt einmitt um mikilvægi orða þegar kemur að sjúkdómnum. Orð hjálpuðu honum í baráttunni á tvönn hátt: Annars vegar fannst honum ómetanlegt

að heyra af reynslu annarra af þunglyndi. Hins vegar hjálpaði það honum að tala sjálfur um eigin líðan.

Tökum þunglyndi alvarlega. Meira en milljón manns fremja sjálfsvíg í heiminum á ári hverju. Milli tíu og tutugu milljónir reyna að fyrirfara sér. Þeir sem vilja leggja baráttunni gegn sjálfsvígum hér á landi lið geta styrkt 12 manna hlaupahóp sem hleypur nú kringum landið til styrktar „Útmeð“ um 1.500 kr. með því að hringja í síma-

Tökum þunglyndi alvarlega. Meira en milljón manns fremja sjálfsvíg í heiminum á ári hverju. Milli tíu og tutugu milljónir reyna að fyrirfara sér.

númerið 904-1500. Einnig má leggja valda upphæð inn á söfnunarreikning Geðhjálp: 0546-14-41114, kt. 531180-0469.



## FÁRÁNLEGA GOTT VERÐ

FÆRÐU FJARSKIPTIN YFIR TIL 365 OG FÁÐU VANDAÐ SJÓNVARPSEFNI Á FÁRÁNLEGA GÓÐU VERÐI

### INTERNET



20 GB

GAGNAMAGN FYLGIR Á 0 KR.\*

### GSM



10 GB

NÝTT

GAGNAMAGN FYLGIR Á 0 KR.\*

\*Með völdum sjónvarpsáskriftum.

## REIKNADU DÆMIÐ!



Á 365.is er reiknivél sem sýnir þér að ef þú færir fjarskiptin yfir til 365 getur þú fengið vandað sjónvarpsefni á fáránlega góðu verði. Fjarskiptin eru internet, GSM og heimasími. **Reiknaðu dæmið!**

365.is | Sími 1817

365

## „Skodun“ blaðamanns

Hér áður fyrr var evrópskum gyðingum gert það að sök að drepa börn kristinna í tengslum við helgisiði þeirra. Þeim var og gert það að sök að eittra vatnsbrunna í þeim tilgangi að koma af stað smitfaröldrum. Þá voru útbreidd hin alkunna ósannindi að gyðingar þættust ráða heiminum í gegnum hina völdugu öldunga Zions.



Raphael Schutz sendiherra Ísraels í Noregi og á Íslandi með aðsetur í Ósló

Það er með ólíkindum hve lítið hefur breyst í gegnum aldirnar þegar kemur að gyðingum. Nú á dögum er þessi gamli rógburður ekki pólitískur rétttrúnaður lengur en hins vegar er það sjálfsgat að bera út vidurstygglegan rógburð þegar kemur að gyðingum samtímans, þá sérstaklega í þjóðríki gyðinga, Ísrael.

### Gyðingar, Ísrael og blaðamennska

Kjarninn í grein Óla Kristjáns, sem birtist í Fréttablaðinu 24. júní síðastliðinn, er hinn sex ára gamli Palestínarabi Baider Qdeih, sem lést við landamæra-stöð. Það er sorgleg og hræðileg staðreynd sem býður upp á það að skoða þarf aðstæður og atburðarás af mikilli varfærni og án allra fordóma. Að segja frétt án samhengis eða bakgrunnis er léleg fréttamennska og er jafn blekkjandi og röng frásögn.

Í þessu tilfelli kys blaðamaður að segja ekki lesendum frá þeirri staðreynd að palestínkir sjúkraflutningabílar eru þekktir fyrir að vera notaðir undir hryðjuverkastarfsemi s.s. vopnasmygl yfir til Ísraels og að ferja hryðjuverkamenn yfir landamærin þvert á öll lög um sjúkraflutninga. Ísraelsk yfirvöld verða að skoða hvern og einn sjúkraflutningabíl sem fer inn í Ísrael til að koma í veg fyrir frekari hryðjuverkaárásir á ísraelska borgara.

Þessi ömurlegi atburður þar sem lítill drengur lét lífið er því miður fórnin sem er færð með háttalagi Palestínaraba en það er auðvitað mun auðveldara að stinga hausnum í sandinn og kenna gyðingum um... ég meina Ísrael.

Mannfall og fordæming  
Blaðamaður heldur áfram í greininni og segir „Tölfræðin talar þó sínu máli“ þegar kemur að mannfalli í Gasastríðinu síðasta sumar. Megnið af mannfalli Palestínaraba voru hryðjuverkamenn eða yfir eitt þúsund slíkir. Blaðamaður lætur ógert að greina frá því. Tölurnar sýna einnig hvernig UNHRC (Mannréttindaráð Sameinuðu þjóðanna) hefur snúið á hvolf hugmyndinni um mannréttindi í sínum andísraelska áróðri með blaðamenn eins og Óla Kristján um borð.

Í þau nú ár sem þessi nefnd á vegum UNHRC hefur verið starfandi hefur hún fordæmt Ísrael oftast en öll heimsins lönd samanlagt eða 61 sinni! Á þessu sést bersýnilega að eitt land, Ísrael, er tekið út og því úthúðað á versta máta.

Svona er þetta með UNHRC og fleiri stofnanir. Það sem kemur frá þeim, eins og þessi skýrsla, er ekki áreiðanlegt, heldur mjög hlutdrægt, en blaðamaðurinn hefur engar áhyggjur af því. Þegar hann segir „tölfræðin talar

→ Í þessu tilfelli kys blaðamaður að segja ekki lesendum frá þeirri staðreynd að palestínkir sjúkraflutningabílar eru þekktir fyrir að vera notaðir undir hryðjuverkastarfsemi s.s. vopnasmygl yfir til Ísraels og að ferja hryðjuverkamenn yfir landamærin þvert á öll lög um sjúkraflutninga.

þó sínu máli“ vitnar hann í tölur yfir fórnarlömb, en þær tölur koma frá Palestínumönnum og öðrum hlutdrægum aðilum. Og það sem er enn mikilvægara er að hann talar bara um tölur, án þess að ræða samhengið. Höfðu nasistar á réttu að standa vegna þess að fleiri Þjóðverjar dóu í stríðinu en Bretar eða Bandaríkjamenn? Þetta er fáránlegt og það sem við sjáum hjá UNHRC er ekkert annað en farsí, orwellískt umhverfi, þar sem ráðist er á lýðræðisríki daginn inn og daginn út, aðallega af alræðisstjórnunum, með hjálp frá gagnlegum fíflum á Vesturlöndum.

### Mannfórnir og málstaður

Það er alltaf sorglegt þegar saklausir borgarar verða fórnarlömb stríðsátaka, ekki síst þegar um börn er að ræða.

Almenn skynsemi ætti að segja okkur að sökin liggur hjá Hamas og öðrum hryðjuverkahópum, sem hafa það markmið að eyða Ísrael af landakortinu og nota sitt eigið fólk sem mannlega skildi. En í staðinn sjáum við sömu gömlu evrópsku aðferðina aftur – kennum gyðingnum um (fyrirgefðu, ég meinti Ísrael).

# JENSEN'S BBQ SVÍNARIF



- þarf aðeins að hita í ofni eða á grilli

## Guy Fieri sósur

Sósurnar frá Guy Fieri draga fram rokkað bragð á grillinu þínu.



Gildir til 5. júlí á meðan birgðir endast.



### Jack Link's

Teriyaki, Peppered, Original og Sweet and hot.



### Nýtt í Hagkaup

### Diablo sykurlausar vörur

Smákökur og súkkulaði.



### Windyridge Cheddar

Frábærir bragðbættir ostar.



TILBOÐ

20%

afsláttur á kassa

248 kr/stk

verð áður 310

### Billys Pan Pizza

Original og Pepperoni



### Doritos

Snakk og salsa sósur.

### Nýtt í Hagkaup



### Stubb's Bar-B-Q sósur

Legendary Bar-B-Q Sauce

### Nýtt í Hagkaup



## TURMERIC DRYKKURINN MEÐ KÓKOSBRAGÐI

Túrmeríkrótin hefur verið notuð öldum saman til að vinna á ýmis konar kvillum eins og bólgum, gigt, meltingarvandamálum, ofnæmi og jafnvel blóðsjúkdómum. Túrmeríkrótin hefur verið nefnd sem ein heilsusamlegasta fæða heims.





Veldu þitt uppáhalds  
hamborgarabrauð!

Gæðabaksturs  
án sesamfræja



Myllu

Myllu Spelt



Myllu stór

Fabrikku



TILBOÐ

20%

afsláttur á kassa

HAMBORGARAR

2X120 gr

589 kr/pk

verð áður 729

2X175 gr

759 kr/pk

verð áður 949



TILBOÐ

30%

afsláttur á kassa

LAMBALÆRI  
HEIÐALAMB

1.539 kr/kg

verð áður 2.199



TILBOÐ

30%

afsláttur á kassa

KJÚKLINGA-  
BRINGUR

1.959 kr/kg

verð áður 2.799



TILBOÐ

25%

afsláttur á kassa

FJÖRULAMB FRAM-  
HRYGGJASNEIÐAR

2.744 kr/kg

verð áður 3.659



TILBOÐ

30%

afsláttur á kassa

KJÚKLINGUR  
HEILL

769 kr/kg

verð áður 1.099



TILBOÐ

25%

afsláttur á kassa

KJÚKLINGA-  
LUNDIR FERSKAR

2.332 kr/kg

verð áður 3.110

INSTAGRAM LEIKUR  
HAMBORGARAFABRIKKUNNAR  
OG HAGKAUPS

TAKTU MYND AF ÞVÍ HVERNIG ÞÚ  
NOTAR FABRIKKUSÓSUNA OG ÞÚ  
GÆTIR UNNIÐ GLÆSILEGT APPLE ÚR.

HEPPINN MYNDASMIÐUR VERÐUR  
DREGINN ÚR POTTINUM Í LOK SUMARS!  
GERÐU ÞÍNA EIGIN FABRIKKUVEISLU!

VILT ÞÚ VINNA APPLE ÚRÍÐ?



MUNDU AÐ MERKJA MYNDINA  
#FABRIKKUSOSA #HAGKAUP



**HAGKAUP**  
Skemmtilegast að versla

## MERKISATBURÐIR

- 1162** Thomas Becket er vígður erkibiskup af Kantaraborg.
- 1457** Kristján 1. er krýndur konungur Svíþjóðar í Uppsölum.
- 1721** Danski presturinn Hans Egede tekur land í fyrsta skipti á Grænlandi.
- 1921** Kristján 10. stofnar hina íslensku fálkaorðu.
- 1928** Bifreið fer um Öxnadalshéiði í fyrsta sinn. Ferðin frá Blönduósi til Akureyrar tekur 15 klukkustundir.
- 1948** Marshall-aðstoðin berst Íslendingum frá Bandaríkjamönnum, um 39 milljónir dala.
- 1954** Happdrætti DAS hefur göngu sína og er dregið í fyrsta sinn. Fyrsti vinningur var Chevrolet-bifreið.
- 1973** Vísindamenn tilkynna formlega um goslok í Vestmannaeyjum.



**1973** Handknattleiksmaðurinn Ólafur Stefánsson kemur í heiminn.

**1986** Farsímakerfi er tekið í notkun með þjónustustöðvar á svæðinu frá Vík í Mýrdal til Vestfjarða.

**1988** Bandaríska herskipið USS Vincennes skýtur í misgripum niður farþegaþotu á vegum Iran Air. 290 farþegar farast.

**PETTA GERÐIST:** 3. JÚLÍ 1948

## Marshall-aðstoðin berst til Íslands

Marshall-aðstoðin var áætlun á eftirstríðsárunum skipulögð af bandaríska utanríkisráðuneytinu og átti að stuðla að efnahagslegum uppgangi í Evrópu og auka samvinnu þeirra á milli eftir eyðileggingu af völdum seinni heimsstyrjaldarinnar. Áætlunin var einnig liður í að sporna gegn útbreiðslu kommúnismans og áhrifa Sovétríkjanna.

Áætlunin var nefnd í höfuðið á þáverandi utanríkisráðherra Bandaríkjanna, George Marshall. Sextán lönd í Evrópu þáðu boð Bandaríkjamanna og þar á meðal var Ísland sem hagnaðist mjög

mikið á aðstoðinni eða mest miðað við höfðatölu. Aðstoðin gegndi lykilhlutverki í uppbyggingu landsins eftir stríðið.

Aðstoðin lýsti sér í eins konar innleggs- eða úttektarnótu í viðskiptum við Bandaríkin. Ísland fékk alls 39 milljónir, sem þótti heljarinnar upphæð á þeim tíma. Mikilvægast var að Íslendingar náðu að kaupa togara, dráttarbáta og landbúnaðarvélar. Ráðist var í stærri verkefni á borð við Sogsvirkjun, Laxárvirkjun, áburðarverksmiðjuna í Gufunesi, steypuverksmiðju, hraðfrystihús og klæðaverksmiðju Álafoss svo fátt eitt sé nefnt.



**RAGNHILDUR ÁSGEIRSDÓTTIR** Haldið verður upp á 200 ára afmæli Biblíufélagsins allt árið.

FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

+  
 Þökkum innilega auðsýnda samúð og hlýhug við andlát og útför elsku eiginkonu minnar, móður okkar, tengdamóður, ömmu, langömmu og systur,  
**STEINUNNAR EDDU NJÁLSDÓTTUR**  
 Tröllakör 6,  
 Kópavogi.

Sérstakar þakkir færur við starfsfólki Karítas fyrir einstaka umönnun og stuðning. Einnig þökkum við öllum þeim sem heiðruðu minningu hennar með styrkjum til líknarfélaga.

**Hans B. Guðmundsson**  
 Guðmundur Hansson      Kristín Donaldsdóttir  
 Elín Rós Hansdóttir      Birgir Birgisson  
 Berglind Íris Hansdóttir      Bjarni Ólafur Eiríksson  
 barnabörn, barnabarnabarn og systkini.

+  
 Þökkum innilega auðsýnda samúð og hlýhug við andlát og útför okkar ástkæra  
**REYNIS ÓLAFSSONAR**  
 viðskiptafræðings,  
 Heiðarbakka 1,  
 Reykjanesbæ.

Sérstakar þakkir færur við starfsfólki 13E á Landspítalanum fyrir einstaka umönnun og stuðning. Einnig færur við þakki öllum þeim sem heiðruðu minningu hans með gjöfum til Krabbameinsfélags Íslands.

**Drífa Maríusdóttir**  
 Gestur Páll Reynisson      Inga María Vilhjálmisdóttir  
 Kristín Guðrún Reynisdóttir      Sigurður Helgi Tryggvason  
 Magnús Ólafsson      Telma Dögg Guðlaugsdóttir  
 og barnabörn.

+  
 Elskulegur faðir okkar, afi og kær vinur,  
**GYLFI GUÐMUNDSSON**  
 húsasmíðameistari,  
 lést þriðjudaginn 30. júní. Útförin fer fram í kyrriþey að ósk hins látna.

**Anna Guðrún Gylfadóttir**  
**Þórhildur Gylfadóttir**  
**Sigrún Elísa Gylfadóttir**  
**Stefanía Kristín, Hildur Högn og Sunneva Sól**  
**Nína Karen Grétarsdóttir**

+  
 Elskulegur eiginmaður minn,  
**ÍSLEIFUR SUMARLIÐASON**  
 skógarvörður,  
 lést á Landspítalanum í Fossvogi 29. júní sl. Útförin fer fram frá Neskirkju þriðjudaginn 7. júlí nk. kl. 13.00.

**Sigurlaug Jónsdóttir og fjölskylda.**

## Hið íslenska biblíufélag fagnar 200 ára afmæli

Þjóðminjasafnið og Biblíufélagið standa fyrir biblíusýningu í Þjóðminjasafninu sem er opnuð klukkan 16.00 í dag. Ísland var eitt af fyrstu löndunum til að fá Biblíuna þýdda.

Í dag verður opnuð biblíusýning á þriðju hæð Þjóðminjasafnsins klukkan 16.00. Sýningin er samstarfsverkefni Þjóðminjasafnsins og Hins íslenska biblíufélags.

Tílefnið er 200 ára afmæli Biblíufélagsins en það er elsta starfandi félag á Íslandi og eitt af elstu biblíufélögum í heiminum. Sýningin er einnig til þess að minna á Biblíuna og íslenska tungu og menningu sem er samofin kristinni trú. Markmið félagsins er að vinna að útgáfu og útbreiðslu Biblíunnar. Á opnuninni munu fulltrúi frá Þjóðminjasafninu og framkvæmdastjóri Hins íslenska biblíufélags halda ræðu og síðan mun Helga Vilborg Sigurjónsdóttir syngja tvö lög.

Ragnhildur Ásgeirsdóttir er framkvæmdastjóri félagsins en það hefur skipulagt fjöldann allan af uppákomum allt árið til þess að halda upp á stórafmælið. „Við vorum ein af fyrstu 20 þjóðum heims til þess að fá Biblíuna þýdda á okkar tungumál

en fyrsta útgáfan var þýdd af Guðbrandi Þorlákssyni árið 1584 og var nefnd eftir honum. Hún verður meðal annars til sýnis á sýningunni ásamt nokkrum öðrum útgáfum. Biblían er mikilvægur menningararfur okkar Íslendinga enda sjást augljósar skírskotanir í hana og kristin viðhorf í menningu okkar og sögu.“

Á meðal annarra uppákoma sem verða haldnar af Biblíufélaginu í ár í tilefni afmælisins er hátíðarguðsþjónusta þann 10. júlí í Dómkirkjunni þar sem gengið verður að Aðalstræti 10, þar sem Biblíuhúsið var upprunalega, og hengdur verður skjöldur á húsið. Aðalhátíðin verður 29. ágúst í Hallgrímskirkju. Einnig verður önnur biblíusýning á Landsbókasafninu og Viðeyjarútgáfa Biblíunnar verður gerð aðgengileg á heimasíðu Biblíufélagsins seinna á árinu.

Nú þegar hafa verið margir viðburðir á árinu og hafa tónlistarmenn samið lög í tilefni afmælisins. „Það er

→ Aðalhátíðin verður 29. ágúst í Hallgrímskirkju. Einnig verður önnur biblíusýning á Landsbókasafninu og Viðeyjarútgáfa Biblíunnar verður gerð aðgengileg á heimasíðu Biblíufélagsins seinna á árinu.

auðvitað merkilegt að vera elsta starfandi félagið á Íslandi og þess vegna ber okkur að halda upp á það með dag-skrá sem tilheyrir þessum stóru tímamótum.“

Það eru 2.000 meðlimir í Biblíufélaginu hér á landi. „Okkur langar að nýta þetta afmælisár og fá fleiri meðlimi með okkur enda skemmtilegt starf sem við erum með í gangi. Það er auðvelt að skrá sig í gegnum heimasíðuna okkar, [biblia.is](http://biblia.is).“

[gunnhildur@frettabladid.is](http://gunnhildur@frettabladid.is)

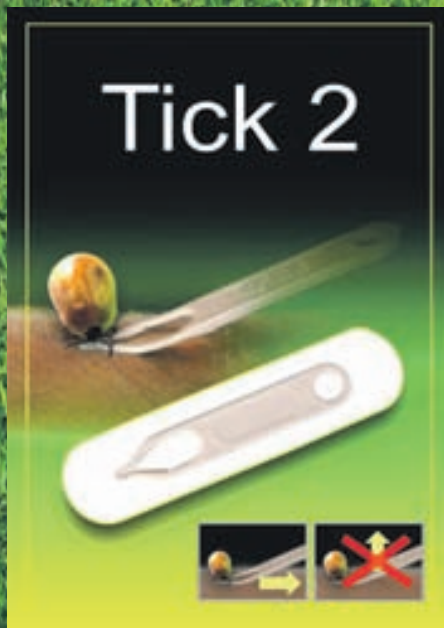
Tilkynningar um merkisatburði, stórafmæli og útfarir má senda á netfangið [timamot@365.is](mailto:timamot@365.is).

Auglýsingar á að senda á [auglysingar@frettabladid.is](mailto:auglysingar@frettabladid.is) eða hringja í síma 512 5000.



### SkógarmítilsPlokkari

Hreinlegur og þægilegur í notkun, fjarlægir skógarmítil á einfaldann hátt.



plokkarinn fæst á eftirtöldum stöðum:

Verslunum Lyfju og Apotekinu  
Lyfjaval Mjódd og Álftamýri  
Apoteki Garðabæjar  
Rima apoteki  
Lyfsölunni Vopnafirði

Ábendingahnappinn má finna á [www.barnaheill.is](http://www.barnaheill.is)

SAFT



ÞESSI GÖMLU GÓÐU  
Á EINUM STAÐ

BESTA TÓNLISTIN FRÁ 1960 - 1985

GULL  
BYLGJAN

## VELLÍÐAN FYRIR KYNFÆRASVÆÐI

**ICEPRAKT KYNNIR** Ellen-hreinsifroða, krem og lyktareyðir er fyrir kynfærsvæði kvenna. Margar konur finna fyrir óþægindum, kláða og ólykt á kynfærsvæðinu einhvern tímann á lífsleiðinni.

**A**ð þvo kynfærsvæðið með vatni virkar vel fyrir sumar konur en í nútímasamfélagi er háreyðing á kynfærsvæðinu algeng og getur bæði rakstur og vax valdið ertingu á húð. Sýklalyfjanotkun, mataræði og sykurneysla getur einnig haft áhrif á gerlaflóruna á kynfærsvæðinu og þvottur með sterkum sápum getur leitt til óþæginda og kláða.

Það eru því margir utanaðkomandi þættir sem geta haft neikvæð áhrif á gerlaflóruna og pH-gildi kynfærsvæðis og getur ójafnvægi á kynfærsvæðinu valdið óþægindum, kláða og ólykt. Þess vegna ráðleggja margir kvensjúkdómalæknar konum að hugsa vel um kynfærsvæðið og nota vörur sem stuðla sérstaklega að vellíðan á kynfærsvæðinu.

### HLUTVERK MJÓLKURSÝRUGERLA

Samkvæmt rannsóknum má finna margar tegundir mjólkursýrugerla á kynfærsvæði kvenna. Mjólkursýrugerlar framleiða mjólkursýru sem hjálpar til við að halda jafnvægi á gerlaflórinni ásamt því að viðhalda eðlilegu pH-gildi. Ef flóran er í jafnvægi þá fyrirbyggir það oft óþægindi, kláða og ólykt á kynfærsvæðinu. Flestar konur sem hafa fundið fyrir óþægindum og kláða á kynfærsvæðinu vilja koma í veg fyrir að þessi vanlíðan endurtaki sig.

### RAKAGEFANDI MEÐ MJÓLKURSÝRUGERLUM

Ellen-kremið hentar vel fyrir viðkvæma húð á kynfærsvæði kvenna. Kremið viðheldur eðlilegri gerlaflóru á kynfærsvæðinu og veitir öflugna vörn gegn

Hreinsifroðan og lyktareyðirinn innihalda mjólkursýru, eru án parabena og ilmefta.



óæskilegum bakteríum, kemur í veg fyrir þurrk, viðheldur raka húðarinnar og mýkir húð og ytri slímhúð. Kremið hefur reynst mjög vel eftir rakstur og vax á kynfærsvæðinu. Kremið inniheldur mjólkursýrugerlana *L. gasseri* LN40, *L. fermentum* LN99 og *L. rhamnosus* LN113, er án parabena, ilmefta, rotvarnarefta og estrógens.

### MILD HREINSIFROÐA MEÐ MJÓLKURSÝRU

Ellen-hreinsifroðan er mild og hentar fyrir viðkvæma húð á kynfærsvæði kvenna, kemur í veg fyrir ólykt og stuðlar að eðlilegu pH-gildi. Tilvalin sem rakfroða fyrir rakstur á kynfærsvæðinu, drjúg og auðveld í notkun.

### FERSKUR LYKTAREYÐIR MEÐ MJÓLKURSÝRU

Ellen-lyktareyðirinn er mildur og hentar öllum húðgerðum, dregur úr svitamyndun og stuðlar að eðlilegu pH-gildi. Einfalt að úða á kynfærsvæðið og finna ferskleikann.



### MÆLIR MEÐ

Sigrún Arnardóttir kvensjúkdómalæknir mælir með Ellen-kreminu til að sporna gegn þurrki og viðhalda eðlilegri gerlaflóru á kynfærsvæðinu.

Ellen-vörurnar fást í öllum helstu apótekum.

## Garðtraktorar

Mikið úrval garðtraktora með og án safnkassa



Reykjavík:  
Krókháls 16  
110 Reykjavík  
Sími 568-1500

Akureyri:  
Lónsbakka  
601 Akureyri  
Sími 568-1555

Vefsíða:  
[www.thor.is](http://www.thor.is)

Opnunartími:  
Opnið alla virka daga  
frá kl 8:00 - 18:00  
Lokað um helgar



Kynntu þér appið & vertu með!

www.fasteignir.is **vísir**



**ÞAÐ ÞARF MEIRA EN MAT** Gerður og Ólafur leggja gjörva hönd á smíði bása og aðstöðu fyrir matargerðarfólk og gestkomandi.

# KRÁSIN ER KOMIN TIL AÐ VERA

**MATARMARKAÐUR** Margir hafa bedið þess í heilt ár að komast aftur á matarmarkaðinn Krás og þeim verður að ósk sinni á morgun.

**M**atarmarkaðurinn Krás sló svo sannarlega í gegn í fyrrasumar og nú geta matgæðingar tekið gleði sína þar sem Krás verður opnaður að nýju í Fógetagarðinum klukkan eitt á morgun. „Það er óhætt að segja að viðtökur í fyrra hafi verið ótrúlegar,“ segir Ólafur Örn Ólafsson en hann og Gerður Jónsdóttir hafa veg og vanda af Krásinni eins og í fyrra. „Bæði var torgið alltaf fullt af fólki og svo voru veitingamenn að fara með miklu meiri mat en búist hafði verið við. Alls konar fólk sem við þekkjum ekki neitt kom upp að okkur Gerði og knúsaði okkur og faðmaði fyrir að hafa staðið fyrir þessu. Við ákváðum að prófa eina helgi fyrir jólin í stormi og hríð þar sem ekki var hundi út sigandi en samt kom fullt af fólki á Jólakrás.“

Krásin er mikið ástríðuverkefni Ólafs og Gerðar enda höfðu þau bæði búið erlendis og hrifist af götumatarmenningu þar. „Mér fannst götumatarmenningin ekki vera komin almennilega hingað,“ segir Ólafur. „Við erum ung borg og höfum litla hefð fyrir því að borða mat úti á götu. Og það er ekki bara vegna veðurs, við virðumst geta borðað pylsur úti á nóttinni allan ársins hring. Ég fór af stað í þetta því mig langaði að bæta matarmenninguna á Íslandi og sýna fram á að það væri hægt að búa til góðan mat og borða hann úti á götu. Núna eru komnir vagnar í umferð sem selja alls konar góðan mat svo mér sýnir allt stefna í rétta átt.“

Krásin verður á sínum stað, í Fógetagarðinum þar sem Kirkjustræti og Aðalstræti mætast en Ólafur og Gerður eru í samstarfi við verkefnið Torg í biðstöðu sem er á vegum Reykjavíkurborgar. „Fógetagarðurinn er fullkominn fyrir svona fyrirbæri, þar komast þúsund manns fyrir án þess að verði vesen en næst samt upp þétt stemming. Við verðum með tólf sölubása eins og í fyrra en kannski enn meiri breidd þar sem fyrsta flokks veitingastaðir og einyrkjar fá jafn stórt pláss og sama tækifæri til að slá í gegn. Það eina sem skiptir máli er hvort maturinn er góður eða ekki,“ segir Ólafur og bætir við að allur maturinn hafi verið góður í fyrra. Hann er tregur til að segja hvað honum finnst mest spennandi í ár en lofar ýmsum nýjungum.



**KRÁS GEFUR LÍFINU LIT** Matarmarkaðurinn setti svo sannarlega svip sinn á bæinni í sumar sem leið.

„Ommnomm-súkkulaðifólkið ætlar að vera með bás og búa til eitthvað spennandi úr súkkulaðinu sínu og svo verður ein stúlka með poppbás. Og svo Kol og Apótekið og alls konar staðir. Sumir verða alla dagana, aðrir bara einu sinni eða tvisvar.“ Meðal nýjunga á Krásinni í ár má líka nefna að það verða tónlistaruppákomur alla dagana í boði Spotify og svo hafa ungir hönnuðir hannað nýja bása svo markaðurinn er í stöðugri þróun fram á við. Við opnunina í dag leikur Stórsveit Samúels Jóns Samúels-sonar fyrir gesti og „svangandi“. Það verður sannkölluð hátíðastemming í Fógetagarðinum í dag og næstu níu laugardaga en Krásin verður á sínum stað alla laugardaga í júlí og ágúst og ljóst að matgæðingar landsins fá sitt-hvað fyrir sinn snúð.

## ENN MEIRI BREIDD

„Við verðum með tólf sölubása eins og í fyrra en kannski enn meiri breidd þar sem fyrsta flokks veitingastaðir og einyrkjar fá jafn stórt pláss og sama tækifæri til að slá í gegn.“

MEST LESNA DAGBLAÐ Á ÍSLANDI\*

## 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](mailto:fjolpostur@frettabladid.is)

**FRÉTTABLAÐIÐ**

Innskot í Fréttablaðið skilar árangri!

\*Permiðlakönnun Capacent október–desember 2012 – höfuðborgarsvæði 25-54 ára

# Lífið

FÖSTUDAGUR  
3. JÚLÍ 2015

Lagalisti fyrir göngutúr á  
Spotify

**HALLDÓRA RUT  
LEIKKONA DEILIR  
SINNI TÓNLIST 2**

Nanna Árnadóttir  
íþróttifræðingur

**TAKTU NESTI AÐ  
HEIMAN MED Í  
FRÍÐ 4**

Sjóðheitar samfélags-  
miðlar

**TÍÐAHRINGS-APP,  
KÖKUMYNDIR OG  
MEÐGANGA 8**

Jakobína Jónsdóttir

## LYFTI FRAM Á SÍÐASTA DAG



FRÉTTABLAÐIÐ

➤ [visir.is/lifid](http://visir.is/lifid)



## NÆRANDI GÖNGUTÚR

Halldóra Rut Baldursdóttir er leikkona og tilheyrir leikhópnum Ratatam sem undirbýr nú sýningu sem fjallar um heimilisofbeldi og er fjáröflun í fullum gangi á Karolina Fund. Lagalisti Halldóru inniheldur mörg lög frá færeysku hljómsveitinni Byrtu en Halldóra lék einmitt í tónlistarmyndbandi hjá henni nýverið. Lagalisti Halldóru er kjörinn fyrir breytilega íslenska veðráttu og langan göngutúr.

- **ANDVEKUR** - BYRTA
- **NORÐLÝSID** - BYRTA
- **Í TÍNUM EYGUM** - BYRTA
- **TASTY TEARS** - GRETA SVABO BECH & HEIDRIK -
- **OMG** - HEIDRIK
- **FJÖLLINI STANDA ÚTI** - ORKA
- **NÆRVERA** - MARIUS ZISKA
- **TÚ HEVUR TÆR DÝRASTU PERLUR** - GUDRÍÐ HANSDÓTTIR
- **BRACE MYSELF** - SAKARIS
- **BRAVE MOON** - GRETA SVABO BECH



# FÁÐU FJÖLSKYLDUNA MEÐ Í LIÐ

Börn geta tekið þátt í líkamsrækt foreldranna ef foreldrar passa að virkja þau með sér.



**Friðrika Hjördís Geirsdóttir**  
umsjónarkona Lífsins | rikka@365.is

Það getur verið mikil vinna að halda mörgum boltum á lofti í einu. Líkamsrækt, vinnan, fjölskyldan og vinirnir þurfa sína athygli en er hægt með einhverju móti að einfalda lífið með jákvæðum árangri?

### Börn æfa með foreldrum

Fyrir þá sem eru að æfa sig undir maraþon, aðrar keppnir eða hreinlega vilja halda sér í góðu líkamlegu og andlegu formi getur verið erfitt að sam-eina æfingar, vinnuna og hvað þá fjölskyldulífið. Við sem þjálf-

um reglulega erum allt of dugleg að setja börnin okkar í pössun á meðan við foreldrarnir æfum. Stundum er það þó raunin að það er hvorki staður né stund fyrir börnin að vera með á æfingum og þá fer betur um þau í höndum annarra á meðan. Þar sem mikil heilsuefning hefur verið í þjóðfélaginu undanfarin ár gefur það augaleið að það eru fleiri foreldrar sem stunda reglubundna líkamsrækt og þar af leiðandi fleiri börn sem þurfa stað til að vera á, nú eða vera með?

Fleiri og fleiri íþróttastöðvar og samtök eru farin að svara þessari eftirspurn. Til að mynda er nýafstaðin fjallahjólakeppni í Heiðmörk á vegum Hjólreiðafélags Reykjavíkur en þar

var boðið meðal annars upp á Krakkabraut. Framtak líkt og þetta verður til þess að fjölskyldan stundar íþróttina saman og vinnur að sameiginlegum markmiðum. Einnig má nefna crossfit-grunnnámskeið fyrir börn sem nokkrar líkamsræktarstöðvar standa fyrir, að því loknu geta börnin æft upp að einhverju marki með foreldrum sínum. Fyrir þá foreldra sem fara reglulega út að hlaupa er upplagt að bjóða krökkunum að hjóla með nú eða skokka rólega og kynna íþróttina þannig í rólegheitum fyrir þeim.

### Verum góð fyrirmynd

Með því að taka börnin með

okkur erum við þeim góðar fyrirmyndir og sýnum þeim hvað það skiptir miklu máli að huga að heilsunni. Við fáum víst bara þennan eina líkama í þessari jarðvíst og skiptir höfuðmáli að huga vel að honum.

Líkamsrækt og hreyfing er ekki eitthvað sem á að taka stundum fyrir heldur ætti hún að vera ofarlega á forgangslistanum líkt og gott mataræði og svefn.

Þegar við sjálf erum í góðu jafnvægi stöndum við okkur betur sem foreldrar og í þeim verkefnum sem við höfum tekið að okkur.

Kennum börnum okkar góðar venjur og gefum þeim gott vega- nesti til framtíðar.



**TRI**

## LÍFIÐ MÆLIR MEÐ HOLLARI SÆTABRAUÐI

Það er hægt að breyta nánast hvaða óhollustubita í hollari útgáfu þar sem sykrinum er skipt úr fyrir sætan ávöxt líkt og maukaðar dæðlur og möndlur og kókos sem koma í stað hveitis og mjólkurvara. Hér hefur hefðbundið súkkulaði með kexbotni, karamellu, hnetum og súkkulaði verið breytt

í orkurikan og hollan millimálsbita, án alls sykurs. Það að gæða sér á konfektmola þarf ekki að þýða aukakíló heldur getur það verið orkuríkur og gómsætur bita sem má bjóða ungum sem öldnun án alls samviskubits. Uppskriftir að slíkum kræsingum má nálgast á [visir.is/matur](http://visir.is/matur).



**Lífið**  
[www.visir.is/lifid](http://www.visir.is/lifid)

ÚTGÁFUFEÐLAG 365 miðlar ehf., Skaftahlíð 24, 105 Reykjavík, sími 512 5000

Umsjón **Friðrika Hjördís Geirsdóttir** rikka@365.is • Ábyrgðarmaður **Kristín Þorsteinsdóttir** erlabjorg@365.is • Auglýsingar **Atli Bergmann** atlib@365.is  
Hönnun **Silja Ástþórsdóttir** silja@frettabladid.is • Forsíðumynd **Valli**

# Lagerhreinsun

## 1.-10. júlí



Armani, Michael Kors,  
DKNY, Diesel, Adidas, Fossil,  
Casio, Delma og Maurice Lacroix

*JÓ*  
JÓN & ÓSKAR

**50–70%** afsláttur af úrum  
**50%** afsláttur af völdu skarti  
Verið velkomin!



jonogoskar.is

Sími 552 4910

Laugavegi 61

Kringlan

Smáralind

# MARGT GOTT TENGT FEMÍNISMA

Jakobína Jónsdóttir er með próf í sálfræði og kynjafræði, hefur sterkar skoðanir á jafnrétti og stundar crossfit af hreinni ástriðu.



**Friðrika Hjördis Geirsdóttir**

umsjónarkona Lífisins | rikka@365.is

Jakobína Jónsdóttir er fædd og uppalin á Seltjarnarnesi, ein fjögurra systra sem eru hver er annarri duglegri. Íþróttir hafa átt hug hennar allan frá barnæsku þrátt fyrir að hún hafi slegið slöku við á menntaskólaárunum að eigin sögn. Að menntaskóla loknum fór Jakobína í sálfræði í Háskóla Íslands og kláraði síðan meistaraþróf í kynjafræði. Spurð að því hvernig það kom til að hún valdi kynjafræði segir hún það hafa verið óvænta stefnu sem tekin var á námsárunum í sálfræði. „Ég valdi mér valfag í sálfræðinni um kenningar í kynjafræðinni og það opnaði fyrir mér nýjan heim sem mig langaði að læra meira um. Þarna lærði ég að lesa dýpra í samfélagið og af hverju það er eins og það er í dag.“ Jakobína hefur sterkar skoðanir á jafnréttisstöðu kvenna og segir námið hafa hjálpað henni að opna augun fyrir því. „Ég er alin upp í mjög jafnréttissinnuðu umhverfi og hafði í rauninni ekki velt kynjamun mikið fyrir mér áður en ég hóf námið. Það er enn þá munur á kynjunum og er það að miklu leyti innbyggt í menningu okkar. Það er svo margt jákvætt og gott við femínismann og margt sem konur sem flokkast sem femínistar hafa gert fyrir samfélagið. Konur hafa þurft

að berjast fyrir sínu og eru enn að. Margar konur átta sig ekki á þessum mun fyrir en þær eru komnar með börn, þá finna þær fyrir því á vinnumarkaðnum. Þá eiga þær til að lenda í viðmóti sem endurspeglar ójafnrétti. Þær eru til að mynda síður ráðnar ef að þær eru á barneignaldri eða eiga börn því þeim þarf að sinna, börn verða veik og það er frí í leikskólum. Þetta er því miður sá raunveruleiki sem við búum enn við í dag að einhverju leyti,“ segir Jakobína og bætir við að hún sjái líka oft muninn í fjölmiðlum, þar séu konur oft gagnrýndar fyrir klæðnað og útlit frekar en karlmenn. „Það er líka algjörlega fátíðlegt í nútímasamfélagi að framakonur séu kallaðar frekar en karlar ákveðnir, ég upplifi þetta mjög oft og sé í öllum hornum samfélagsins.“

## Ekki aftur snúið

Meðfram háskólanámi stundaði Jakobína líkamsrækt af kappi og kenndi meðal annars spinning nokkrum sinnum í viku. „Eftir að hafa verið mikið í íþróttum sem unglingur hægði ég aðeins á mér í menntaskóla en tók svo upp fyrri takta í háskólanum. Það var þá sem ég kynntist crossfit og heillaðist gjörsamlega.“ Jakobína datt inn í þrjú tíma í crossfit af einskærri forvitni en það varð svo sannarlega upphafið að þeirri ástriðu fyrir íþróttinni sem við tók. „Ég fann að það varð ekki



aftur snúið,“ segir Jakobína með glampa í augunum og bros á vör. Crossfit-íþróttin fer ört stækkanandi í heiminum og er meðal þeirra allra vinsælustu á Íslandi, sumir vilja ganga svo langt að kalla íþróttina trúarbrögð og klóra sér í hausnum yfir vinsældum hennar. „Þetta er svo fjölbreytt og skemmtileg íþrótt sem reynir á margar hliðar. Fólk er að taka vel á því og líður vel eftir á, að auki geta allir æft saman þrátt fyrir mismunandi getu. Það myndast mikil hópstemning og þarna safnast saman hópar af jákvæðu og skemmtilegu fólki. Kerfið er mjög hvetjandi og þú getur sífellt verið að setja þér ný markmið.“ Fyrir þá sem halda að Crossfit sé einungis fyrir þá sem eru í góðu formi þá er það alls ekki raunin því íþróttin er fyrir alla. „Það er algengur misskilningur að fólk þurfi að vera í góðu formi til að mæta á æfingar, það er hægt að skala upp og niður allar æfingar og þess vegna hentar þetta öllum, einnig sem fjölskylduþrótt.“

## Hlustaðu á líkamann

Fyrir rúmu ári eignuðust Jakobína og Grétar Ali, sambýlismaður hennar, soninn Kristófer en margir muna kannski eftir myndum af henni þar sem hún

hélt þungum lóðum yfir höfði sér með stóra kúlu á maganum. „Ég var nýbúin að komast að því að ég væri ólétt þegar ég var á leiðinni á heimsleikana í Crossfit í Los Angeles. Það var ekki í boði að hætta við þar sem ég var hluti af liði og ákvað því í samráði við lækni og ljósmóður að skella mér út og kláraði keppni, sem gekk mjög vel. Eftir að ég kom heim hélt ég bara áfram æfingum en minnkaði álagið til þess að láta mér líða vel. Ég lyfti fram á síðasta dag og byrjaði aftur að hreyfa mig smám saman tveimur vikum eftir fæðingu. Það skiptir þó miklu máli að hlusta vel á líkamann og fara ekki of ört af stað,“ segir Jakobína.

Segja mætti að Crossfit sé fjölskylduþrótt og biða foreldrarir án efa spenntir eftir því að geta tekið Kristófer litla með sér á æfingar þegar að því kemur. Tvíburasystir Jakobínu og eiginmaður hennar eru einnig „crossfitarar“ en þau reka crossfitstöð í Svíþjóð. „Systir mín vinnur í íslenska sendiráðinu í Stokkhólmi og þau reka einnig Crossfitstöðina Nordic þar í borg. Við erum einnig tvíburar og vorum óléttar á svipuðum tíma. Hún hélt einnig áfram að lyfta á meðgöngufram á síðasta dag, en hún gekk tvær vikur fram yfir settan tíma.“ Aðspurð hvort það togi

„Það er líka algjörlega fátíðlegt í nútímasamfélagi að framakonur séu kallaðar frekar en karlar ákveðnir, ég upplifi þetta mjög oft og sé í öllum hornum samfélagsins.“

í hana að flytja til Stokkhólms og halda áfram að breiða út boðskap Crossfit þar í borg segir hún svo ekki vera. „Ég vil eiginlega frekar bara fá þau heim, þau eru búin að vera þarna í fimm ár. Það var mjög erfitt og skrytið fyrst þegar þau fluttu út enda við mjög samrýndar en við tölum saman á hverjum degi.“

Crossfit er ekki fitness Jakobína hefur farið á fjögur



Hefur hlotið frábæra dóma!

**SONAX LAKKVÖRN+GLJÁI –  
Sterk og endingargóð gljávörn!**

**SONAX®**



## MYNDAALBÚMIÐ



Jakobína hefur bæði keppt á Íslandsmeistaramótinu í crossfit og heimsleikunum. Hér er hún ásamt liðinu sínu og syni sem ætlar sér stóra hluti í íþróttinni í framtíðinni.

# NUTRILENK - hollráð við liðkvillum. Náttúrulegt fyrir liðina



## Get þakkað NUTRILENK frábæran árangur í keilu!



Það er ekki á hverjum degi sem sextugur maður nær 12 fellum í röð í keilu. „Ég vil nú bara vera hógvær og segja að þetta hafi verið hinn fullkomni leikur,“ Segir Davíð Löve, múrari, sem setti Íslandsmet í keilu í fyrra. „Satt að segja var ég ekki í góðum málum fyrir þremur árum. Ég var búinn að fara í þrjár hnéaðgerðir á nokkra ára tímabili, var mjög slæmur og treysti mér engan veginn í aðra aðgerð. Til allrar hamingju ákvað ég að prófa NUTRILENK Gold. Ég tók inn 6 töflur fyrstu tvær vikurnar og það dugði mér til að verða góður. Nú tek ég 2 töflur á dag til að viðhalda batanum. Sem múrari er ég mikið á hnjúnum og starfið reynir gríðarlega á liðina. Það má segja að það sé kraftaverki líkast að ég sé orðinn góður. Ég hvet því kollega mína í iðninni til að prófa og trúi því að NUTRILENK haldi mér góðum í keilunni amk næstu 20 árin,“ bætir Davíð við kíminn.

*Davíð Löve 60 ára múrari og keilusnillingur*

## NUTRILENK bjargar mér frá skelfilegum verkjum



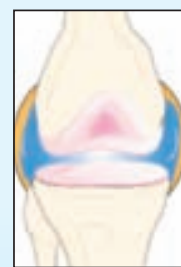
„Ég þarf að vera á andhormónalyfjum næstu árin til halda í skefjum brjóstakrabbameini sem ég greindist með fyrir einu og hálfu ári. Þessi lyf fóru þannig í skrokkinn á mér að ég var undirlögð af skelfilegum liðverkjum og upplifði mig eins og gamla konu. Ég var því ekki bjartsýn á það að geta tekið þessi lyf næstu 5 árin. Ég ákvað að prófa NUTRILENK og tók inn 2 töflur 3x á dag og fann mun viku seinna. Í kjölfarið gat ég minnkað skammtinn niður í 3 töflur á dag og það heldur mér góðri. Mér er mikið í mun að segja frá þessari reynslu því ég veit um margar konur í sambærilegri stöðu og þess vegna vona ég að Nutrilenk geti hjálpi þeim eins og það hefur hjálpað mér. Ég er ótrúlega þakklát!“

*Lára Emilsdóttir 59 ára fjármálastjóri*



## Hvað getur Nutrilenk gert fyrir þig?

Við mikið álag og eftir því sem árin færast yfir getur brjóstkefufurinn rýrnað sem veldur því að liðirnir slitna. Mjög margir finna fyrir óþægindum og verkjum þegar liðfletirnir núast saman, sérstaklega í liðamótunum í mjöðmum, hrygg og hnjúm. Þess vegna er til mikils að vinna að styrkja liðbrjóskið á náttúrulegan hátt.



Heilbrigður liður



Liður með slitnum brjóskef

## Hefur hjálpað fjölmörgum

Nutrilenk Gold inniheldur brjós úr fiski- og hákarlabeinum sem er öflugt byggingarefni fyrir bein og brjós enda ríkt af kondritíni, mangan, kollageni og kalki. Nutrilenk hefur hjálpað fjölmörgum sem þjást af liðverkjum.

## Prófið sjálf - upplifið breytinguna!

Nutrilenk er fáanlegt í flestum apótekum, heilsubúðum og heilsuhillum stórmarkaðanna

Evrópumót og stendur til að fara á þriðja heimsmeistaramótið. Íslenskir „crossfítarar“ hafa staðið sig virkilega vel á þessum mótum og hefur Jakobína verið hluti af liði sem varð Evrópumeistari árið 2012. Þar sem Crossfit er ein vinsælasta íþróttin á landinu verður að viðurkennast að það er órlítið skrítið að ferðir á Evrópu- og heimsmeistaramót veki ekki meiri athygli íþróttafjölmíðla en raun ber vitni. „Það er ótrúlega skrítið hvað það er erfitt að koma íþróttinni að í fjölmíðlum og ég held að ástæðan fyrir því sé kannski að fólk er ekki alveg búíð að fatta íþróttina. Ég hitti fullt af fólki sem ruglar íþróttinni saman við fitness en þetta er allt annað,“ segir Jakobína.

Það tekur á og kostar blóð, svita og tár að undirbúa sig fyrir svona stórar keppnir en Jakobína kennir allt að tuttugu til tuttugu og fimm tíma á viku og fer sjálf á æfingar þess á milli. „Það fer mikill tími í þetta og er lítið annað gert í þessari fjölskyldu,“ segir Jakobína brosandí. Það er ekki laust við að maður taki hatt sinn ofan fyrir þessari duglegu og gefandi konu sem er frábær fyrirmynd í öllu því sem hún tekur sér fyrir hendur og verður gaman að fylgjast með henni og liði hennar frá Crossfit Reykjavík á heimsmeistaramótinu í Los Angeles núna í lok júlí.

# ERTU Á LEIÐINNI Í SUMARFRÍ?



**Nanna Árnadóttir**  
Íþróttarfræðingur

Þegar fjölskyldan leggur land undir fót getur verið erfitt að muna eftir hollu mataræði þegar sjoppur með brasaðar krásir eru á hverju stoppi. Því er bæði hagkvæmt og heilsusamlegt að taka með sér hollt nesti að heiman. Það þarf hvorki að vera tímafrent né flókið að pakka niður nesti þar sem allir fá eitthvað sem þeim þykir gott en er samt hollt.

Ein stærsta ferðahelgi ársins er að renna upp, fyrsta helgin í júlí. Stór hluti landsmanna ákveður að gera sér dagamun, fara í ferðalag og upplifa eitthvað annað en sama gamla hversdagsleikann.

Á svona ferðalögum eru vegasjoppurnar oft vinsælir áfangastaðir til þess að næra sig, fara á klósettíð og teygja aðeins úr líkamanum. Í vegasjoppunum er þó oft lítið um hollan mat og fara fjölmargir þá leið að fá sér bara eina með öllu, kók og prins, hamburgara og franskar eða eitthvað álíka óhollt. Getum við ekki gert aðeins betur og mögulega fengið skemmtilegri upplifun í staðinn? Vissulega

kostar það örlítið meiri fyrirhöfn en að skreppa í sjoppuna en það er svo sannarlega þess virði.

## Útbúðu hollt nesti

Þegar kemur að því að gera hollt nesti er undirbúningur aðalatriðið. Farðu tímanlega í búðina og keyptu þau hráefni sem þig vantar.

Ég mæli með því að útbúa hollar samlokur. Ég kaupi alltaf gróft brauð sem inniheldur góðar og hollar trefjar og á það set ég ýmist helling af grænmeti og eitthvað til að bleyta aðeins upp í brauðinu eins og pestó eða smurost, eða hollt túnfisksalat sem er í miklu upphaldi hjá mér.

Í það set ég eftirfarandi hráefni:

**1 dós túnfiskur**

**1 litil dós kotasæla**

**Smátt saxaður rauðlaukur**

**Avókadó eða egg**

**Pipar og smá hvítlaukskrydd**

Ég mæli svo líka með því að hafa nóg af ávöxtum og grænmeti, eins



og t.d. gulrótum og gúrkubitum með, sem og ferskum safi og vatni.

## Snætt undir berum himni

Þegar meginuppistaða nestisins er holl skiptir ekki miklu máli þótt eitt súkkulaðikex eða prinspóló læðist með, bara svo lengi sem hollustan er í fyrirrúmi.

Það sem mér finnst svo frábært við það að taka með nesti er að maður þarf ekki að sitja inni á sveittum sjoppum þar sem braslyktin yfirgnæfir allt. Maður getur fundið sér fallega laut til þess að setjast í, sett teppi á grasið og notið náttúrunnar á meðan maður hleður batterið fyrir næstu keyrslu. Passið að skilja ekki eftir ykkur neinar umbúðir og að allt rusl rati á réttan stað.

■ **Með því að taka nesti með að heiman má huga að hollustu og passa upp á budduna.**

## Útsalan hefst í dag 30-70% afsláttur



Kjöll áður 19.990  
nú **13.990**



Kjöll áður 17.990  
nú **11.990**

**FLASH**

Laugaveg 54,  
sími: 552 5201



Bolir  
nú **5.000**



Toppar  
nú **3.000**

Fleiri myndir á Facebook



## BRAGÐBÆTTU VATNIÐ

Nú þegar sólin skín og vissara er að halda sér vel vökvuðum er ekki úr vegi að nýta góða vatnið og setja í sparibúninginn með vel völdum ávöxtum.

Nánast hvaða ávöxt sem bragðbættir má setja út í vatn en í þessari uppskrift, sem er fengin frá Jamie Oliver, er gengið skrefinu lengra þar sem sannkallaður ávaxtakokteill er í þessu glasi og er kjörinn jafnt fyrir fullorðna og börn.

Í þennan drykk má einnig nota sóðavatn.

### Hráefni

**Fersk sítróna eða súraldin (lime)**

**1 appelsína**

**1 lúka af jarðarberjum eða hindberjum**

**1 lúka af ferskri myntu**

**Gúrka**

**Aðferð**

1. Settu nokkrar sneiðar af sítrónu/lime út í könnu af vatni.

2. Skerðu appelsínu í fernt, kreistu safann úr einum bát í vatnið og settu rest út í.
3. Stappaðu með gaffli jarðarber eða hindber og settu út í.
4. Kreistu myntu í höndunum til að virkja bragðið af henni og settu í könnuna ásamt smá skvettu af sítrónusafa.
5. Svo má bæta við nokkrum sneiðum af gúrku, bara til að bæta við nýrri vídd fyrir bragðlaukana.

# ENN STÆRRI VERSLUN OG BETRA AÐGENGI Í FRÍHÖFNINNI

Ísland er vinsæll áfangastaður og mikil aukning ferðamanna kallar á stöðuga endurskoðun á vöruvali og þjónustu. Fríhöfnin er stærsta verslunin á Keflavíkurflugvelli og fer með rekstur fjögurra verslana. Miklar breytingar hafa verið gerðar á versluninni.

„Það eru ekki svo mörg ár frá því að á flugvöllinum voru aðeins Fríhöfnin og Íslenskur markaður en nú er þar fjölbreytt úrval af verslunum og veitingastöðum,“ segir Þorgerður Þráinsdóttir, framkvæmdastjóri Fríhafnarinnar, en Fríhöfnin er stærsta verslunin á flugvöllinum.

Fríhöfnin fer með rekstur fjögurra verslana: Duty Free Iceland á brottfarar- og komusvæðinu, tveggja minni verslana á landganginum og utan Schengensvæðisins og Victoria's Secret verslun á brottfararsvæðinu.

Nafnið veldur töluverðum ruglingi á meðal Íslendinga að sögn Þorgerðar en margir telja að allar verslanirnar séu reknar af Fríhöfninni. „Þessi ruglingur er eðlilegur þar sem almennt er talað um verslunarsvæði á flugvöllum sem fríhöfn,“ segir hún.

## Aukin umferð um flugvöllinn kallandi á breytingar

Miklar breytingar hafa orðið á verslun- og veitingasvæðinu á Keflavíkurflugvelli á þessu ári. Samhliða þessum breytingum var verslun Fríhafnarinnar á brottfararsvæðinu stækkuð, ýmsar tilfærslur og endurbætur gerðar ásamt því að afgreiðslusvæðið var fært til, afgreiðslukössum fjölgað og því breytt þannig að nú fara allir viðskiptavinir í eina röð.

„Það eru ekki margir flugvellir sem standa frammi fyrir því að ferðamönnum fjölgi um 20-30% ár eftir ár og til þess að geta tekið á móti þessum fjölda er nauðsynlegt að breyta og bæta,“ segir Þorgerður.

„Við lögðum sérstaka áherslu á að afgreiðsla á kassa gengi sem hraðast fyrir sig. Nú fara allir í eina röð og þegar álagið er mest eru 13 afgreiðslukassar opnar. Þegar kassi losnar blikkar hann og númerið á honum heyrir í kallkerfi. Á álagstímum gengur afgreiðslan nú mun hraðar fyrir sig.“

## Áhersla á íslenska vörur

Í þeim breytingum sem nú er að ljúka hefur Fríhöfnin lagt sérstaka áherslu á að draga fram íslenskar vörur. „Áhugi á íslenskrum vörum hefur aukist mikið bæði hjá Íslendingum og erlendum ferðamönnum. Þetta á jafnt við um sælgæti, snyrtivörur og áfengi. Íslenskir framleiðendur hafa verið að vinna til ýmissa verðlauna erlendis og sum vörumerki hafa fengið góða umfjöllun. Það er mjög ánægjulegt að finna fyrir þessum aukna áhuga á íslenskrum framleiðslu,“ segir Þorgerður.

„Um 70% þeirra sem fara um Keflavíkurflugvöll eru erlendir ferðamenn og þeir leita einnig eftir einhverju íslensku til að taka með sér heim og gefa vinum og vanda mönnum,“ bætir Þorgerður við.



Við breytingarnar var sérstök áhersla lögð á að afgreiðsla á kassa gengi sem hraðast fyrir sig. Þegar álagið er mest eru 13 afgreiðslukassar opnar.



„Þrátt fyrir þessa miklu fjölgun erlendra ferðamanna eru Íslendingar samt með áður okkar mikilvægustu viðskiptavinir og við leggjum okkur öll fram við að taka vel á móti þeim.“ MYND/ANDRI MARÍNÓ



Í þeim breytingum sem nú er að ljúka hefur Fríhöfnin lagt sérstaka áherslu á að draga fram íslenskar vörur.

## Fjölbreytt vöruúrval

„Vöruvalið í þekktum erlendum merkjum í snyrtivöru, áfengi og sælgæti er einnig mjög gott í Fríhöfninni og kaup erlendra ferðamanna á þekktum alþjóðlegum vörumerkjum hafa verið að aukast því hér er hægt að gera góð kaup miðað við verðlag á mörgum flug-

völlum í kringum okkur. Vöruvalið er breitt og við leitumst við að bjóða upp á vörur og pakkningar sem eru sérstaklega framleiddar fyrir fríhafnarverslanir. Í Fríhöfninni má því oft gera mjög góð kaup.“

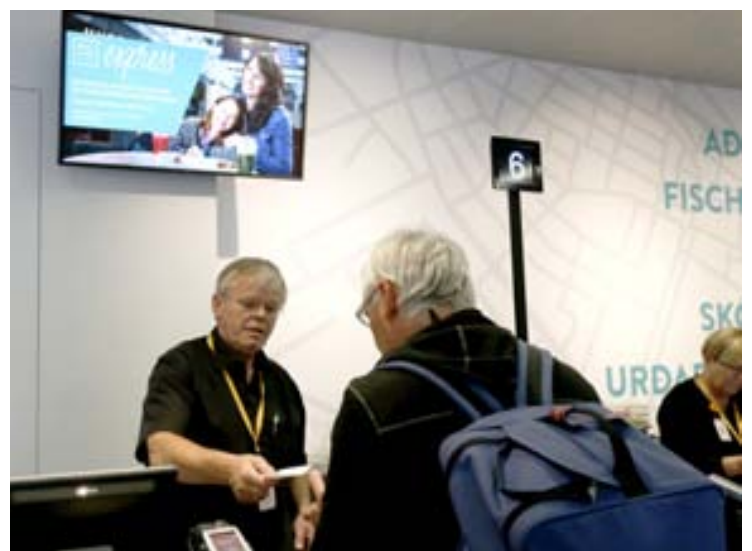
„Erlendir ferðamenn nýta sér komuverslunina einnig í meira mæli en fáir flugvellir í Evrópu geta



Vöruvalið í þekktum erlendum merkjum er mjög gott, þar á meðal úrval sérvalinna vara sem fást eingöngu í Fríhöfninni.



„Íslenskir framleiðendur hafa verið að vinna til ýmissa verðlauna erlendis og sum vörumerki hafa fengið góða umfjöllun. Það er mjög ánægjulegt að finna fyrir þessum aukna áhuga á íslenskrum framleiðslu,“ segir Þorgerður.



Þegar kassi losnar blikkar hann og númerið á honum heyrir í kallkerfi.

boðið öllum farþegum að versla tollfrjálsan varning við komuna til landsins. Svo virðist sem vaxandi fjöldi erlendra ferðamanna kjósi frekar að versla við komuna hingað til lands en á þeim flugvelli sem þeir fljúga frá. Það er ör þróun og vöxtur í ferðapjónustunni og eftirspurn ferðamanna er breytileg

sem kallar á stöðuga endurskoðun á vörum og þjónustu til að uppfylla kröfur og þarfir viðskiptavina. Þrátt fyrir þessa miklu fjölgun erlendra ferðamanna eru Íslendingar samt með áður okkar mikilvægustu viðskiptavinir og við leggjum okkur öll fram við að taka vel á móti þeim,“ segir Þorgerður að lokum.

Instagram



Bakaðu eins og blaka

[www.instagram.com/blaka.is](http://www.instagram.com/blaka.is)

Lilja Katrín er mikill bakari og að auki nýbökud móðir, hversu sætt er það? Á Instagramminu hennar er að finna girnilegar myndir af kökum og kræsingum sem fá mann til að stökkva upp úr stólnum og skella í deig. Þetta er eiginlega hættulegt Instagram og ber því að nota það sparlega.

Pinterest



Heilræði og fatnaður á meðgöngu

pinkblushmat

Hér má finna allt sem tengist meðgöngu á einn eða annan hátt. Hér er alls kyns fallegur fatnaður sem rúmar vaxandi kúlu, tillögur að smart barnaherbergjum, hreyfing á meðgöngu og mataræði, hugmyndir að skreytingum fyrir barnaveislur og falleg heilræði. Ef þú ert í barneignahug þá er þetta síðan fyrir þig.

SMÁFORRIT



Tíðahringurinn

My Cycles

Þetta blómlega smáforrit heldur utan um tíðahringinn þinn og gerir þér kleift að fylgjast með blæðingum og frjósemi. Einnig er hægt að skrásetja skap, þyngd, líkamlegan líðan og kynferðislega virkni. Ef þig vantar að koma reglu á eða fá yfirsýn yfir tíðahringinn þá er þetta smáforrit fyrir þig. Það er ókeypis fyrir bæði iPhone- og Android-snjallsíma.

HEIMASÍÐAN CREATEMYTATTOO

Hannaðu húðflúr

Ef þig langar að skreyta þig með húðflúri þá má finna ógrynni af hugmyndum að húðflúrum hér sem kaupa má á hagkvæman hátt. Flokkarnir eru margir svo gott er að gefa sér góðan tíma í að vafra. Enn fremur má efna til húðflúrssamkeppni þar sem þú lýsir þínu draumahúðflúri og hönnuðir teikna upp nokkrar tillögur og sú sem þú velur vinnur. Þú ræður greiðslunni en lágmarksgreiðsla er 20 dollarar. Ef þig langar að fá húðflúr sem er alveg einstakt þá er þetta kjörin leið til að fá varanlegt listaverk á hagkvæman hátt.



KOLAPORTIÐ

Einstök stemning í 26 ár



**OPIÐ**  
laugardag og sunnudag  
kl. 11-17  
**NÆG BÍLASTÆÐI**  
**Í HÖRPU**

[kolaportid.is](http://kolaportid.is)



FRÁ kr. 4.900  
FRÁBÆRT ÚRVAL AF ÞÚÐUM



AMI STÓLL kr. 19.900



PILLAR LJÓS kr. 19.950



2 SAMAN Í SETTI

YUMI BORD kr. 28.400



GYRO kr. 156.400



BALDVIN 3JA SÆTA SÓFI 196 CM kr. 129.900



Poki fyrir þvott kr. 3.200



BUTTERFLY  
STÆKKUN

MONICA BORDSTOFUBORD 90X180/270 kr.157.800

## - HÚSGÖGN OG FYLGIHLUTIR FYRIR HEIMILIÐ -



Motta 70x200 kr. 17.500



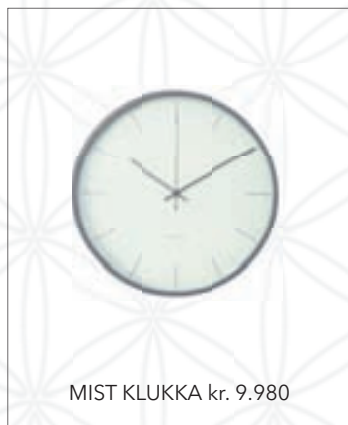
PORGY STÓLL kr. 17.700



BLAÐAGRIND kr. 8.900



kr. 9.800 kr. 16.700



MIST KLUKKA kr. 9.980



CALVIN TUNGUSÓFI 269X153 CM kr. 227.400



GINA STÓLL kr. 19.700



BETINA EIKARSKENKUR 170 CM kr. 142.900

## - SVEFNSÓFAR SEM BREYTAST Í RÚM Á AUGABRAGÐI -



UNFURL

SÓFI MEÐ GÓÐRI SPRINGDÝNU  
SVEFNBREIDD 120X200 - LITIR: GULUR / GRÁR  
KR. 109.900



RECAST

ÞYKK OG GÓÐ SPRINGDÝNA - RÚMFATAGEYMSLA  
SVEFNBREIDD 140X200 - LITIR: LJÓSBLÁR / GRÁR  
KR. 129.900



SLY

ÞYKK OG GÓÐ SPRINGDÝNA - RÚMFATAGEYMSLA  
SVEFNBREIDD 140X200  
KR. 139.900 / **TILBOÐ KR. 119.900**

# LÍNAN

BÆJARLIND 16 KÓPAVOGUR SÍMI 553 7100 WWW.LINAN.IS  
OPIÐ MÁNUDAGA TIL FÖSTUDAGA 11 - 18 LAUGARD. 11 - 16



## BÍLAR & FARARTÆKI

### BÍLAHÖLLIN

S: 567-4949



M.Benz Vito 116 KA CDI 12/2010 ek. 72þús. Sjálfskiptur. Dráttarbeiði. Bakkmyndavél. Ásett verð 3.980.000.- + VSK



Skoda Fabia Ambiente Diesel 5/2008 ek. 151þús. Beinskiptur. TILBOÐSVERÐ 990.000.-

Bílahöllin  
Bíldshöfða 5, 112 Rvk  
Sími: 567 4949  
[www.bilahollin.is](http://www.bilahollin.is)

### Bílalíf



#### OFURTLIÐ 2.990P.!!!

Umboðsbíll, LAND ROVER Range Rover Sport. Árgætt 2006, ekinn aðeins 122þ.km, sjálfskiptur. Ný dekk! Eðal-eintak! Ásett verð 3.590þ. Ofurtílið 2.990þ.!!! Rnr.351727. Til sýnis og sölu á Bílalíf S:562-1717

Bílalíf  
Klettháls 2, 110 Reykjavík  
Sími: 562 1717  
Opíð 10-18 virka daga  
[www.bilalif.is](http://www.bilalif.is)

### CLASSICBILAR.IS



MINI ONE Árg 7/ 2013, ekinn 19 P.KM, bensín, 6 girar, Eins og nýr! TILBOÐSVERÐ 2.990þ Góðir lánamöguleikar 75-80% í allt að 7 ár Rnr.100795. Flottur Sparibaukur!

### Óskum eftir bílum á söluskrá okkar

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

Classicbilar.is  
Gilsbúð 3, 210 Garðabær  
Sími: 517 9500  
[www.classicbilar.is](http://www.classicbilar.is)

Barnaheill  
Vissir maður...  
hafi og gæðfæla stuðla að líkalegu heilbrigði maðna. Eiga þetta

## STÓRA BÍLASALAN



VW Passat 2.0 TDi Comfort Árgætt 11/2007. Ekinn 91þ.km. Sjálfsk. Dísel. Gott eintak. Er á staðnum. Verð 2.090.000kr. Raðnr 134813. Sjá nánar á [www.stora.is](http://www.stora.is).



MMC Pajero Sport Árgætt 2000. Ekinn 246þ.km. Dísel. Beinsk. Ryðlaus. Nýleg tímareim. Er á staðnum. Tilboðsverð 850.000kr. Raðnr 134854. Sjá á [www.stora.is](http://www.stora.is)



Opel Corsa Árgætt 2008. Ekinn 155þ.km. Sjálfsk. Ný tímakeðja. Gott eintak. Er á staðnum. Tilboðsverð 850.000kr. Raðnr 161214. Sjá á [www.stora.is](http://www.stora.is).

### Óskum eftir bílum á staðinn. Mikil sala.

Stóra bílasalan  
Kletthálsi 2, 110 Reykjavík  
Sími: 5861414  
<http://www.stora.is>



#### SUZUMAR GÚMMÍBÁTAR

Uppblásnir slöngubátar með algólfi og mikla burðargetu. Til í stærðum frá 2,9m - 4,2m. Verð frá 255.000.- kr.

SUZUKI UMBOÐIÐ ehf  
Skeifunni 17, 108 Reykjavík  
Sími: 565-1725  
[suzuki@suzuki.is](mailto:suzuki@suzuki.is)  
[suzuki.is](http://www.suzuki.is) / [suzukisport.is](http://suzukisport.is)



MERCEDES-BENZ B 180 cdi. Árgætt 2012, ekinn 19 P.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 4.290.000.

MB Bílar  
Kletthálsi 1a, 110 Reykjavík  
Sími: 415 1150  
Opíð 10-18, lau 12-16  
<http://www.mbbilar.is>

## 100 bílar.is



BMW 730 D M-sport , 2011, ek 63þkm, 20" felgur - M-Sportfjöðrun - Sportsæti - Hlaðinn búnaði - Stórglæsilegur bíll. Er í salnum hjá okkur, komdu og skoðuðu. Raðnr 210067. Ásett verð 10.950 þús

100 bílar ehf  
Í miðbæ Mosfellsbæjar, 270 Mosfellsbær  
Sími: 517 9999  
Opíð 10-18.00 virka daga. Lokað á laugard.  
[www.100bilar.is](http://www.100bilar.is)

## ASKJA NOTAÐIR BÍLAR



NISSAN Patrol gr. Árgætt 2009, ekinn 120 P.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 4.390.000. Rnr.991124.



BMW X5 4.0d e70 . Árgætt 2013, ekinn 36 P.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 13.890.000. Rnr.141595.



Kia Sportage EX 4wd. Árgætt 2013, ekinn 46 P.KM, dísel, 6 girar. Verð 4.590.000. Rnr.240382.



MERCEDES-BENZ B 180 CDI blue efficiency. Árgætt 2014, ekinn 5 P.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 5.890.000. Rnr.991229.

ASKJA notaðir bílar  
Kletthálsi 2, 110 Reykjavík  
Sími: 590 2160  
[www.notadir.is](http://www.notadir.is)

### Bílar til sölu



WV Carvella 2006 Mini bus. 8sæti+hjólástóll. Bílaupboð.is. S: 5524610



Ford E150, árg.2003. Einn með öllu. Lítið ekinn. Tilboð óskast. S. 664-1304



Ford Escape 2.3 bensín, árgætt 2007, sjálfskiptur, ekinn 123þkm. Ný heilsársdekk. Verð 1190 þúsund. Uppl.s. 777 4090.

250-499 þús.



#### SPARIBAUÐUR

Renault Clio, árg. 2000, beinskiptur. Ekinn 160þkm. Skoðuðu 2015. Verð 290þ.kr. Uppl.s. 777 4090.



#### TILBOÐ 450 PÚS

VW PASSAT 2003 ek.180 þús, beinskiptur, skoðuðu 16 góður bíll bíll ásett verð á bílasölu 690 þús TILBOÐ 450 PÚS möguleiki á 100% vísaláni í 36 man s.841 8955

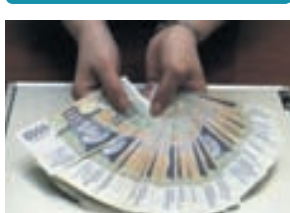
500-999 þús.



#### 4X4 SJÁFSKIPTUR

MMC Outlander 2.4 árg .06 ssk, 4x4. Ek 150þús km. Skoðuðu. Mjög heill og fallegur bíll. Ásett verð 1.190þús. TILBOÐSVERÐ AÐEINS 890þús. Allt að 100% vísalán í boði. Uppl í s:659-9696

### Bílar óskast



#### STAÐGREIÐI BÍLA 0-500 PÚSI!

Óska eftir að kaupa bíla á allt að 500 þús. staðgreitt! Þeir mega þarfnast lagfæringa helst ekki eldri en ,01, skoða allt er með pening og pappíra klára og get gengið frá kaupum strax, ef mér lýst vel á. Uppl. s. 691 9374.

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

### KAUPI BÍLA FYRIR ALLT AÐ MILLJÓN STGR!

Óska eftir að kaupa bíla fyrir allt að 1.000.000. staðgreitt. Er með pappíra og pening til að ganga frá því samdægurs ef að samningar nást. Bíllinn má þarfnast lagfæringar og/ eða skoðunar. skoða allar tegundir. Hringdu í síma: 659-9696 eða sendu email á [6599696@gmail.com](mailto:6599696@gmail.com)

### Sendibílar



Allar stærðir sendibíla. Nýja Sendibílastöðin sími 568-5000.

### Vörubílastöðin Þróttur

Vörubílar - Kranabílar  
Sandur - Mold  
Jarðvinna  
Sími 577 5400

### Vörubílar

#### VÖRUBÍLASTÖÐ HAFNARFJARÐAR

S. 555 0055

Vörubílar, kranabílar, trailerbílar, sandur, mold, uppfyllingarefni og jarðvinna.

### Hjólhýsi



Til sölu nýtt og ónotað 2015 Hobby Premium 560UL Verð 4,8 S-693 5300

### Fellihýsi



Palomino Colt 7/2005. Lítið notað. Rafkerfi yfirfarið 2014. Gaseldavél, ísskápur, nýr rafgeymir ásamt hleðslutæki, tveir gaskútar, borðbúnaður ofl. fylgir með. Verð 700 þús.S:8206497

#### FLEETWOOD AMERICANA UTAH MED HLIÐARKÁLFI.

Gott fellihýsi fyrir fjölskyldur. 2007 árgætt. Nýlegar bremsur og fleira. Verð 1.590.000 - til afhendingar strax. Er á staðnum. - Reyklaust ökutæki. Flott, vel búið fellihýsi 12Fet. Nýleg Truma miðstöð - fortjald, markisa og fleira fylgir. Nánari upplýsingar á Bílasöluinni Bílís Akranesi, sími 431 2622

### til sölu



### SEGLSKÚTAN ARIA TIL SÖLU

Til sölu glæsileg 35 feta Bavaria Match seglskúta.

Skútan var smíðuð 2004 í Þýskalandi. Neðanþilja er setustofa, eldunaraðstaða, snyrting og tvær lokaðar káetur. Svefnaðstaða er fyrir 6 manns. Miðstöð er í öllum rýmum.  
Uppl. í s. 898 4814



Fleetwood Santa fe árg. 2007 flott hús alltaf geymt inni yfir vetrartíman. Verðtilboð 1150þús stgr. Uppl. s. 898 2111

### Umboðssala á notuðum tjaldvögnum fellihýsum húsbílum hjólhýsum

Risasýningarsvæði á Korputorgi

Korputorg | 112 Reykjavík  
Sími 551 5000 | [utilegu.maðurinn.is](http://utilegu.maðurinn.is)

Útilegu maðurinn

ÓSKA EFTIR FLEETWOOD !  
FLEETWOOD AMERICANA SANTA FE eða aðra típu af Fleetwood í skiptum fyrir Yaris 2005 og pening á milli.  
Uppl. í s. 697 4652

### Bátar

### MARÁS TOHATSU UTANBORÐSMÓTORAR

JAPÓNSK GÆÐI!

Lettir Fyrirferðalítillir Hjólátar  
Kraftmiklir Sparneytnir 2,5-140 hö

Miðhraun 13 - 210 Garðabær  
Sími: 555 6444 - [www.maras.is](http://www.maras.is)

**Hjólbarðar**

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

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

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

**Málarar**  
**REGNBOGALITIR**  
Málningarbjónusta, vönduð vinnubrögð og snyrtimennska. Sími 891 9890 malarar@simnet.is

**Búslóðaflutningar**  
Ert þú að flytja? Búslóðafl., fyrirtækjafi., þanfófl. o.fl. Extra stór bíll. Búslóðalyfta. Flutningaþj. Mikael. S. 894 4560 www.flytja.is flytja@flytja.is

**Húsaviðhald**  
**HAGSTÆÐIR SMÍÐIR GETA BÆTT VIÐ SIG VERKEFNUM.**  
Gluggaskipti, glerskipti, þakviðgerðir, sólpallar, innréttingar, parketlögn, öll trésmíði.

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

**VANTAR ÞIG IÐNAÐARMENN?**

Við þjónustum þig með litil sem stór verk. Tímavinna eða tilboð. Sími 544-4444 / 777-3600 www.jaidnadarmenn.is

**Nudd**  
**NUDD**  
Slökunarnudd í miðbæ Reykjavíkur. Sími 694 7881, Zanna.

**Rafvirkjun**  
**RAFLAGNIR, DYRASÍMAR. S. 663 0746.**

Bjóðum hagstætt verð í töfluskripti. Straumblik ehf. Löggiltur Rafverktaki. straumblik@gmail.com

**Önnur þjónusta**  
**FATABREYTINGAR**  
**ÁRNI GÆRDBO KLÆÐSKERI**  
Allar fatabreytingar og viðgerðir. Skiptum um rennilása. Fljót og góð þjónusta. Opíð alla virka daga frá kl. 10-12 & 13-16. Geymið auglýsinguna. **Skraddarinn á Horninu, Skúlagata 26 Sími 861 4380.**

**KEYPT & SELT**

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

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

**Sjónvarp**  
Sjónvarps/videoviðgerðir. Afsl. til ellil/öryrkja. Sækjum. Litsýn - Síðumúli 35. - S. 552 7095.

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

**HÚSNÆÐI**

**Húsnæði í boði**  
**TIL LEIGU AÐEINS Á AÐEINS 950 KR FM!**  
129 - 280 fm bíl með allt að 10 m loftshæð, stórar innkeryrsluhurðir, góð malbikuð lóð, og greið aðkoma. www.lundurfasteignir.is S. 690 3031 / 661 7000

**WWW.LEIGUHERBERGI.IS**  
Dalshraun 13 Hafnarfirði  
Funahöfða 17a-19, Reykjavík  
Smíðjuvegi 68-72 Kópavogi  
VERÐ FRÁ 55.000 á mán. Rent a room price from 55.000 kr. per month. gsm 777 1313 leiga@leiguhbergi.is

Nýbyggt einbýlishús, á 2 hæðum, 3 herb., eldhús, baðherb., gott geymslurými í kjallara, á Njálsg. 33b, til leigu, kr 240 þ./mán. Eigandi Unnur Guðjónsd., s. 551 2596, 868 2726, kinaklubbur@simnet.is

**Geymslúhúsnæði**  
**WWW.BUSLÓDAGEYMSLA.IS**  
Búslóðageymsla Olivers frá 3000 kr mán. Langtímasamningur í boði. S. 567 4046 & 892 0808.  
**GEYMSLUR.COM**  
Frá kr. 3990 hjá Ikea í Garðabæ og Fiskilóð í Reykjavík. S. 555 3464

**SUMARTILBOÐ GEYMSLULAUSNIR.IS**  
Verð frá 2900kr.mán Sækjum og sendum. S: 615-5005  
**FYRSTI MÁNUÐUR FRÍR WWW.GEYMSLAEITT.IS**  
Of ódyrt eftir það. Stærðir 1 til 17 m². Nytt, upphitað og vaktað. S: 564-6500

**ATVINNA**  
**Atvinna óskast**  
**VANTAR ÞIG SMÍÐI, MÚRARA EÐA JÁRNABINDINGAMENN?**  
Höfum á skrá menn sem óska eftir mikilli vinnu. Getu hafði störf nú þegar. Proventus starfsmannaþjónusta - Proventus.is S. 782-8800

**tilkynningar**  
**Mat á umhverfisáhrifum**  
Ákvörðun um matsskyldu  
Skipulagsstofnun hefur tekið ákvörðun um að heildaruppbygging Hálandsmiðstöðvar í Kerlingarfjöllum skuli háð mati á umhverfisáhrifum samkvæmt lögum nr. 106/2000. Uppbygging sem áformuð er í 1. áfanga skal þó ekki háð mati á umhverfisáhrifum. Ákvörðunin liggur frammi hjá Skipulagsstofnun, Laugavegi 166, Reykjavík og á www.skipulagsstofnun.is. Ákvörðunina má kæra til úrskurðarnefndar umhverfis- og auðlindamála til 4. ágúst 2015.

**fasteignir**  
**Gerplustræti 27**  
3-4ra herbergja íbúð  
**ÓPIÐ HÚS**  
laugardaginn 4. júlí kl. 14:00-14:30  
Nánari upplýsingar veitir Jörunn Skúladóttir sölufulltrúi sími: 845 8958 jorunn@miklaborg.is  
Óskar R. Harðarson hdl. og löggiltur fasteignasali  
Glæsileg íbúð að stærð 113,3 fm Sérinngangur af svölum Lyftuhús Glæsilegt eldhús með eyju Rúmgóðar og bjartar stofur Stæði í bilageymslu/tvö aukastæði fyrir þvotta-aðstöðu Verð: **35,5 millj.**

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

**Espigerði**  
Glæsileg 2ja herb. á 6. Hæð  
Nánari upplýsingar veitir Jörunn Skúladóttir sölufulltrúi sími: 845 8958 jorunn@miklaborg.is  
Óskar R. Harðarson hdl. og löggiltur fasteignasali  
Að stærð 65,5 fm / Hús í góðu viðhaldi Innréttingar sérsmiðaðar árið 2011 Fataherbergi innaf svefnherbergi Mikið útsýni / fráber staðsetning Verð: **29,7 millj.**

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

**skemmtanir**

**BOLTINN Í BEINNI**

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

**HLJÓMSVEITIN AMIGOS**  
**ARNAR FREYR, JÓN BORGAR, JÓHANN OG JÓN KJARTAN SPILA UM HELGINA.**  
Allir velkomnir

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

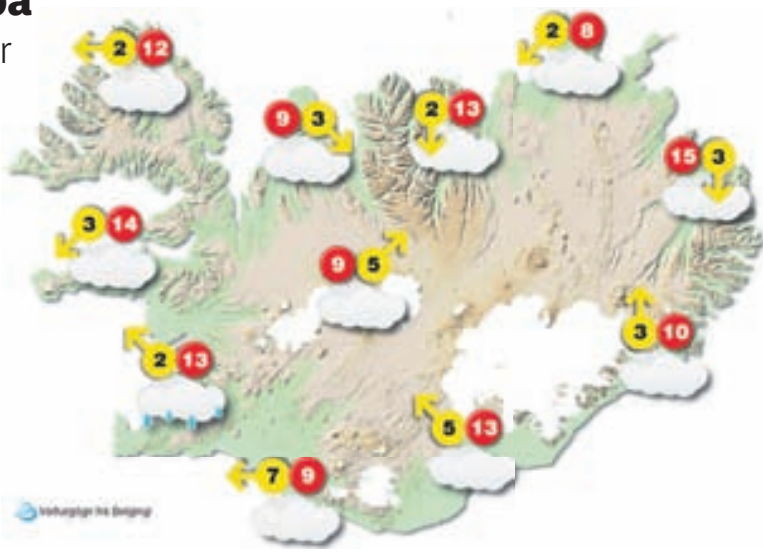
**kvosin**  
FRÉSKT OG FLÓTT  
**VERSLUNIN KVOSIN, AÐALSTRÆTI.**  
Leitar að framtíðarstarfsmanni á dagvaktir frá kl.7:45-15:45/10:00-18:00 alla virka daga með möguleika á kvöld og helgarvöktum. Leitum að áreiðanlegum, stundvísnum, heiðarlegum og vinnusömum einstaklingi með reynslu af afgreiðslustörfum. 18 ára eða eldri, reyklus með hreint sakavottorð. Verður að geta byrjað um sem fyrst. Óskum einnig eftir helgarstarfsmanni á aðra hverja helgi. Laun samkvæmt kjarasamningum VR.

**TILKYNNINGAR**  
**Einkamál**  
**ÍSLENDINGAR.EU**  
Nýr frjálsslyndur íslenskur samskiptavefur. Littu við!

## Veðurspá

Föstudagur

Hæg austlæg eða breytileg átt í dag. Skýjað að mestu og allvíða skúrir, einkum inn til landsins norðan og vestan til. Hlýnar heldur og hiti yfirleitt 10 til 18 stig að deginum, hlýjast í innsveitum, en svalara við norður- og austurströndina.



## Laugardagur

Reykjavík	Ísafjörður	Akureyri
16°	13°	16°
←4	←4	←4
Egilsstaðir	Kirkjubæjarkl.	Hveravellir
15°	14°	13°
↓6	←8	↘1

## Sunnudagur

Reykjavík	Ísafjörður	Akureyri
14°	12°	15°
←5	←7	←7
Egilsstaðir	Kirkjubæjarkl.	Hveravellir
11°	13°	8°
↙6	←12	↙7

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

## KROSSGÁTA

### LÁRÉTT

2. málhelti, 6. skammstöfun, 8. kvennafn, 9. efni, 11. númer, 12. vondur, 14. land í Norður-Afríku, 16. hvort, 17. gerast, 18. hamfletta, 20. tveir, 21. lýð.

### LÓDRÉTT

1. ónenna, 3. í röð, 4. annir, 5. blóðhlaup, 7. vatnafló, 10. hár, 13. suss, 15. ráf, 16. bókstafur, 19. málmur.

### LAUSN

LÁRÉTT: 2. stam, 6. eh, 8. una, 9. tau, 11. nr, 12. illur, 14. álsir, 16. ef, 17. ske, 18. fía, 20. ii, 21. fólk.  
LÓDRÉTT: 1. leti, 3. tu, 4. annrki, 5. mar, 7. halafió, 10. ull, 13. uss, 15. reik, 16. eff, 19. ál.

## Myndasögur

### PONDUS



Eftir Frode Øverli

### GELGJAN



Eftir Jerry Scott & Jim Borgman

### BARNALÁN



Eftir Jerry Scott & Rick Kirkman

## FRÉTTABLAÐIÐ ER HELGARBLAÐIÐ

**Dagný Brynjarsdóttir** er atvinnukona í knattspyrnu. Hún ræðir um tímann hjá þýska stórveldinu Bayern München, sem var henni erfiður, fótboltann, trúlofunina og hvernig það er að æfa með strákunum.



Myndlistarmaðurinn **Ásmundur Ásmundsson** segir verk sín hafa verið ritskoðuð. Kaflaskil urðu með sýningunni *Koddu*. Ásmundur er í ítarlegu viðtali.



Viðtal við þá **Killer Mike** og **El-P** sem saman skipa óútreiknanlega tvíeykið *Run The Jewel* sem kom fram á ATP-hátíðinni.

## FRÉTTABLAÐIÐ

Ómissandi hluti af góðri helgi

Skaftahlíð 24 | 105 Reykjavík | 512 5000  
Auglýsingar 512-5401 | [visir.is](http://visir.is)

## SUDOKU

LÉTT					MIDLUNGS					PUNG								
6	3		5	2		4	1	3		5	7	3		1		4	6	
	7	1	8			5								9				
		2	4	9	6	8	2	9	6		9						7	3
			1	7	2	7	3	1	9	4		3	5	1				
7			9	3	5		5	1		7	2	9				4	3	2
	1	4	6	7	9		6			4	7			6				
1			5	3												4	2	8
2	6	8			9										6	8	5	
	5	6					7								9	2		3

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

## LAUSN SÍÐUSTU SUDOKU

Prautin felst í því að fylla út í reitina þannig að í hverjum 3x3 reit birtist tölurnar 1-9. Í hverri nýu 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.



# 8" SPJALDTÖLVA FYRIR KRAKKANA!

FRÁBÆR  
FERÐAFÉLAGI

16.990 KR.

nextbook



## VINSÆLASTA SPJALDTÖLVAN Í SUMARFRÍÐ

Nextbook spjaldtölvan er skemmtilegasti ferðafélaginn fyrir börnin. Í sumarfríinu geta þau leikið sér í þúsundum ókeypis leikja eða smáforrita úr Google Play, horft á bíómyndir, hlustað á tónlist eða lesið rafrætur.



Fjögurra kjarna örgjörvi



Android 4.4 Kit Kat



Myndavél að framan og aftan

tl.is



**TÖLVU  
LISTINN**

**REYKJAVÍK**  
SUÐURLANDSBRÁUT 26  
Sími 414 1700

**AKUREYRI**  
GLERÁRGÖTU 30  
Sími 414 1730

**HÚSAVÍK**  
GARÐARSBRÁUT 18A  
Sími 464 1600

**EGILSSTAÐIR**  
KAUPVANGI 6  
Sími 414 1735

**KEFLAVÍK**  
HAFNARGÖTU 90  
Sími 414 1740

**SELFOSS**  
AUSTURVEGI 34  
Sími 414 1745

**AKRANES**  
ÞJÓÐBRAUT 1  
Sími 431 3333



**GRALLARAR** Elvar Logi og Jón Sigurður hafa ritað nýja og fjörlega fóstbræðrasögu sem nefnist Bíldudalsbingó. Í baksýn sést fjallið Bylta.

MYND/ADSEN

# Óhentugt fyrir tvo að dýrka sömu stúlkuna

Á titilblaði bókarinnar Bíldudalsbingó segjast höfundarnir Elvar Logi Hannesson leikari og Jón Sigurður Eyjólfsson, kennari og blaðamaður, fara frjállega með staðreyndir en hins vegar vera hárnákvæmir þegar kemur að fantasíu.

„Við rifjum upp ýmis atvik frá okkar æskudögum á Bíldudal. Efnið er fjörlegt en svo kemur alvara og viss heimspeki inn á milli,“ segir Jón Sigurður Eyjólfsson um innihald bókarinnar Bíldudalsbingó sem hann og Elvar Logi Hannesson hafa skrifað saman. Sem dæmi um alvarleika nefnir hann hálfgerðan ástarþríhyrning sem upp kemur hjá þeim á unglingsárunum. „Við komumst að því að í fótboltanum er mjög þægilegt fyrir tvo að dýrka sama liðið en í ástamálanum er afar óhentugt að dýrka sömu stúlkuna,“ útskýrir hann.

Þeir félagar lásu upp úr nýju bókinni af innlifun á Sólon í Bankastræti síðasta miðvikudagskvöld og áheyrendur skemmtu sér hið besta. Tilþrif þeirra tveggja í ensku bikarkeppninni á Wembley-leikvanginum að Dalbraut 13, frasar úr Áramótaskaupum sjónvarpsins á 9. áratugnum og vandræði við afgreiðslu á dömbindum gegnum lúgu á Jónsbúð lifnuðu þar við. En athygli vakti að þessir

vestfirsku drengir minnst ekkert á sjóinn. Voru þeir aldrei að sniglast á bryggjunni eða stelast út á fjörð?

„Nei, við höfðum kaupmennsku í genunum en vorum handónýttir verkamenn til sjós og lands. Alveg handónýttir. Í bókinni er því lýst þegar við förum á vörubíl að ná í hey í næsta fjörð, þar vorum við að tuskast uppi á hlassinu og Logi hrataði niður. Þá voru nokkrar sekúndur – mjög langar – sem ég taldi vin minn dauðan, að minnsta kosti lamaðan. Fullorðinn maður sem með okkur var hafði ekki húmor fyrir svona kæruleysi og húðskammaði Loga.“

Jón Sigurður segir þá fóstbræður oft hafa gripið til þessara frásagna úr æsku sinni áður, hvor í sínu lagi. „Ég er kennari á Spáni og það er alveg sama hvort krakkarnir eru fjögurra ára eða komnir á fermingaráldur, allir dýrka að heyra sögur frá Bíldudal. Þannig að við Logi förum að velta fyrir okkur hvaða sögur við ættum að gefa út. Mesta kúnstin

„Þá voru nokkrar sekúndur – mjög langar – sem ég taldi vin minn dauðan, að minnsta kosti lamaðan. Fullorðinn maður sem með okkur var hafði ekki húmor fyrir svona kæruleysi og húðskammaði Loga.“

var að finna rammann utan um efnið en við erum ánægðir með lendinguna. Þar kemur mannfræðingurinn Gúgúl til sögunnar. Hann er að rannsaka B-13 genið sem útskýrir það heilkenni Bílddælinga að vera börn fram eftir öllum aldri. Hann notar okkur Loga sem heimildarmann og fær allar þessar sögur. Bókin sem átti að verða alvarleg, akademísk rannsóknarskýrsla endar því á því að verða bara sprell. Það tekur mjög á mannfræðinginn.“

gun@frettabladid.is

## FÖSTUDAGUR



HLJÓMSVEITIN LJÓTU HÁLFVITARNIR

### HVAÐ? HVENÆR? HVAR?

FÖSTUDAGUR 03. JÚLÍ 2015

#### Tónleikar

**14.00** Eyþór Ingi Gunnlaugsson syngur íslenskar og erlendar rokkperlur í Hömrum í Hofi í dag. Titill tónleikanna er klassískt rokk og ætlar Eurovision-stjarnan fyrrverandi að flytja perlu af sinni alkunni sníll.

**17.30** Anna Jónsdóttir sópran stífur á borðstokk í Klettshelli í Vestmannaeyjum og mun hún bjóða gestum upp á að heyra úrval íslenskra þjóðlaga sem sungin eru a cappella. Anna er einnig vön að segja svoltið frá lögnum, persónulegum tengingum nú eða uppruna laganna, sögum og öðru áhuga-verðu. Aðgangur 2.000 krónur.

**20.00** Sætabrauðsdrengirnir leika í Ólafsvíkirkirkju í dag. Í þetta skiptið verða þeir á léttum nótum dægurlaga, sem allir kannast við, úr ýmsum áttum og frá ýmsum tímabilum. Allt frá ljúflingslögum Fúsa Halldórs yfir í Stína ó Stína og Hæ Mamból! Hægt er að nálgast miða á [www.midi.is](http://www.midi.is).

**22.00** Ljótu Hálfvitarnir leika á Græna hattinum á Akureyri í kvöld. Kvöldið er eitt af þremur kvöldum sem sveitin leikur á nýðra.

**23.00** Ingvar Grétarsson og Sváfnir Sigurðarson ásamt félögum skemmta á Ob-La-Di-Ob-La-Da, Frakkastíg 8. í kvöld.

#### Sýningar

**10.00** Í dag, um það bil klukkan 10, er von á 300 þúsundasta gesti Landnámssýningarinnar í Aðalstræti 16, en hún er einn vinsælasti áfangastaður ferðamanna í Reykjavík. Sýningin, sem opnaði í maí 2006, byggir á skálarúst frá 10. öld sem varðveitt er á upprunalegum stað. Með hjálp margmiðlunar er ljósi varpað á líf og tilveru fyrstu íbúa Reykjavíkur og tengsl þeirra við umhverfið í nýju landi. Sýningin hefur frá upphafi hlotið verðskuldaða athygli og hefur aðsókn á hana vaxið umtalsvert hin síðari ár með yfir 100.000 gesti frá árinu 2013.

**16.00** Sirkus Íslands er í Vestmannaeyjum um helgina. Í Vestmannaeyjum sýnir sirkusinn þrjár mismunandi sýningar: Fjölskyldusýninguna Heima er best, krakkasýninguna S.I.R.K.U.S. og fullorðinskabarettinn Skinnsemi. Sirkusinn sýnir í sirkustjaldinu Jöklu, sem verður staðsett miðsvæðis, og mun fjórtán metra háa rauða og hvíta sirkustjaldið ekki fara fram hjá neinum.

**18.00** Sýningin The Spaghetti Incident? opnar í dag í Bókabúðinni – verkefnarými. Hún er eftir danska listamanninn Christian Hansen og er einnar rásar myndbandsinnsetning sem er unnin út frá aðferðum action painting og plötukápu Guns N' Roses frá 1993. Verkið er niðurstaða hugarflugs við verkavinnu og fjallar um ástandið sem myndast þegar endurteknar hreyfingar aðskilja huga og líkama, andlegt ferðalag sem borgar 11 evrur á tímann.

Upplýsingar um viðburði sendist á [hvar@frettabladid.is](mailto:hvar@frettabladid.is) og einnig er hægt að skrá þá inni á [visir.is](http://visir.is).



EYÞÓR INGI

## Goslokahátíð í Vestmannaeyjum

Það eru liðin 42 ár frá goslokum í Vestmannaeyjum. Hátíðin er haldin á hverju ári í tilefni þess. Það verður fjölbreytt dagskrá í gangi alla helgina sem hentar öllum.

Goslokahátíðin verður haldin um helgina í tilefni þess að í dag eru liðin 42 ár frá því að eldgosinu í Vestmannaeyjum lauk formlega.

Hátíðin er haldin á hverju ári fyrstu helgina í júlí en þar koma Eyjamenn og gestir saman og eiga góðar stundir.

Margrét Ingólfssdóttir situr í goslokanefnd sem sér um skipulagningu hátíðarinnar. „Við erum á seinustu metrunum í undirbúningnum núna og það er allt að verða klárt fyrir helgina. Hér gleðjast allir saman, Eyjamenn og gestir, en mikið er um



MARGRÉT INGÓLFSSDÓTTIR

að brottfluttur Eyjamenn komi aftur í heimahagana og njóti samverustunda við gamla vini og kunningja. Heimaeyjargosið bindur alla Eyjamenn saman sterkum böndum, hvort sem þeir upplifðu gosið sjálfir eða ekki. Um leið og við komum saman og eigum gleðilegar stundir erum við að þakka fyrir það hversu vel uppbygging samfélagsins og endurheimt

byggðar gekk að gosi loknu,“ segir Margrét.

Skipulagning hefur verið í fullum gangi undanfarnar vikur. „Vestmannaeyjabær stendur að hátíðinni og hún hefur alltaf gengið mjög vel fyrir sig. Hér leggjast allir á eitt svo að vel takist til.“

Meðal þeirra sem koma fram um helgina eru Sirkus Íslands, Bjartmar Guðlaugs og Sniglabandið, en árshátíð Vélhjólasmannabands Íslands verður í Eyjum um helgina. Hægt er að fylgjast með dagskrá helgarinnar á Facebook-síðu Goslokahátíðar Vestmannaeyja.

gji



FJÖR 42 ár eru liðin síðan eldgosinu í Vestmannaeyjum lauk formlega og verður því fagnað með pompi og prakt.

MYND/ÓSKAR FRÍDRIKSSON

**1400**  
SNÚNINGA

TEKUR 8 KG

**1200**  
SNÚNINGA

TEKUR 5 KG

**EINSTAKT  
TILBOÐ!**

**TAKMARKAÐ MAGN**

**ÚTSALA ÚR EINUM GÁMI**

**LÍTIÐ ÚTLITSGALLAÐAR ÞVOTTAVÉLAR!**

**TAKMARKAÐ MAGN – FRÁBÆRT VERÐ**



**Cylinda**

Cylinda FT352

- 1200 snúninga þvottavél
- Stafrænt kerfisval
- 44L tromla
- Tekur 5kg af þvotti
- Rafeindastýrður kerfisveljari og hitastillir
- Hámarksvinda 1200 snúningar
- 11 þvottakerfi og 30 mín. hraðkerfi
- Þvott hæfni A
- Orkuflokkur A+
- Vinduhæfni B
- Stærð (bxhxd): 60 x 85 x 45 sm
- Aðeins 45 sm á dýpt

**TILBOÐ**

**49.995**

FULLT VERÐ 89.995



**Cylinda**

Cylinda FT384

- 1400 snúninga þvottavél
- Stafrænt kerfisval
- 64L tromla
- Tekur 8kg af þvotti
- Rafeindastýrður kerfisveljari og hitastillir
- LCD Skjár
- Stafræn niðurtalning á þvottatíma
- 11 þvottakerfi og 14 mín. hraðkerfi
- Kolalaus mótór
- Þvott hæfni A
- Orkuflokkur A+++
- Vinduhæfni B
- Stærð (bxhxd): 60x85x60 sm

**TILBOÐ**

**64.995**

FULLT VERÐ 119.995

**FYRSTUR KEMUR - FYRSTUR FÆR!**

**Ath. Aðeins ein vél á mann!**



**Heimilistæki**

www.ht.is

SUÐURLANDSBRAUT 26 - REYKJAVÍK - Sími 569 1500



198  
kr./kg

**ANANAS**  
verð áður 298 kr./kg



288  
kr./kg

**GUL MELÓNA**  
verð 288 kr./kg



198  
kr./kg

**ICEBERG**  
verð áður 268 kr./kg



468  
kr./boxið

**JARÐBERJABOX U.P.B. 227G**  
verð áður 598 kr./boxið



2.344  
kr./kg

**FL LÆRISNEIÐAR KRYDDAÐAR**  
verð fyrir 2.930 kr./kg



2.116  
kr./kg

**FJALLALAMBS SKYNDIGRILL**  
verð áður 2.644 kr./kg



530  
kr./pk.

**HAMBORGARAR 2 Í PK. X 115G**  
verð áður 590 kr./pk.



1.249  
kr./kg

**KF GRÍSAKÓTILETTUR BRASILÍA**  
verð fyrir 1.662 kr./kg



398  
kr./stk.

**M&M 3 GERÐIR**  
verð 398 kr./stk.



398  
kr./stk.

**BAI 0,5L DÓS**  
verð 398 kr./stk.



848  
kr.

**KJÖRÍS SKRÍMSLAÍS**  
verð áður 986 kr.



298  
kr./kassinn

**FREYJU RÍSKUBBAR EÐA SMÁDRAUMUR**  
verð 298 kr./kassinn



395  
kr.

**NÓA SÚKKULABI POPP**  
verð 395 kr.



frá 379  
kr./stk.

**VÖE DRYKKUR 6 GERÐIR**  
verð frá 379 kr./stk.



295  
kr.

243  
kr.

**RJÓMASÚKKULABI MEÐ RISTUÐUM MÁÍS**  
verð 295 kr.

**NÓA KROPP STK.**  
verð 243 kr.



148  
kr.

**COCA COLA 1L**  
verð 148 kr.



- Tilvalið gjafakort

OPIÐ mánudaga - miðvikudaga frá 09:00 - 18:00 / fimmtudaga 09:00 - 18:30  
föstudaga 09:00 - 19:00 / laugardaga 10:00 - 16:00 / lokað sunnudaga. [www.fjardarkaup.is](http://www.fjardarkaup.is)

1.198  
kr./kg



**SVÍNAHNAKKI**  
verð áður 1.640 kr./kg

1.598  
kr./kg



**SVÍNALUNDIR**  
verð áður 2.398 kr./kg

1.184  
kr./kg



**KF LAMBAFRAM. SNEIÐAR NEW YORK**  
verð 1.184 kr./kg

1.798  
kr./kg



**KF LAMBALÆRISNEIÐAR VILLIKR.**  
verð áður 2.115 kr./kg

1.998  
kr./kg



**FK KJÚKLINGABRINGUR STÖRKAUP**  
verð 1.998 kr./kg

289  
kr./stk.



**KUCHEN MEISTER KAKA - 4 MISMUNANDI GERÐIR**  
verð 289 kr./stk.

698  
kr.



**MERRILD NR 103**  
verð 698 kr.

598  
kr.



**COCOA PUFFS 467G LUCKY CHARMS 453G**  
verð 598 kr. verð 618 kr.

618  
kr.

4.298  
kr.



**EVERY. HITABRÚSI 1L**  
verð 4.298 kr.

1.478  
kr.



**SKORDÝRAEYÐIR**  
verð 1.478 kr.

FJARDARKAUP  
**GOTT  
VERÐ**  
3. OG 4. JÚLÍ

**SUMMAR  
LEIKUR**  
FJARÐARKAUPA

**TAKTU ÞÁTT**  
Í SKEMMTILEGUM LEIK  
og þú átt möguleika á  
**GLÆSILEGUM  
VINNINGUM!**

- Borgarferð fyrir 2 til Sevilla með Heimsferðum
- Tvö Merida reiðhjól fyrir fullorðna frá Ellingsen
- iPhone og iPad frá Epli
- ... og margt fleira



**FK**  
FJARÐARKAUP

**FK**  
**FJARÐARKAUP**

## MEÐ EÐA ÁN ALLIR MEÐ DERHÚFUR

Derhúfurnar hafa heldur betur klifið upp metorðastigann upp á síðkastið, hjá báðum kynjum.

Þessi götulega og ofursvala viðbót við heildarútlitið, sem þó hefur stundum átt undir högg að sækja, teygir sig nú einnig á tískupallana og stjórnurnar keppast við að skarta húfunum, og þá ekki aðeins til að fela ásjónu sína.

Svo virðist sem allur aldur tileinki sér trendið, enda hentugt, hvort sem er við rifnu gallabuxurnar eða leðurpilsíð.



**Y3**  
Derhúfur sáust iðulega á kollum karla á tískuvíkunni í París sem lauk nýverið.



**RUBY ROSE**  
Ein heitasta skvísan í bransanum í dag ræður vel við derið.



**TÍSKUVÍKA**  
TCN-tísku-sýningin á tískuvíkunni í Barcelona á dögunum.



**CARMEN ELECTRA**  
Skvísan er að detta í fimmtugt og gerir trendinu fín skil.

# EP-plata, myndband og tímarit í dag

Hljómsveitin Young Karin gefur út EP-plötuna PYK í dag. Ásamt henni kemur út myndband við lag sveitarinnar og 60 blaðsíðna tímarit sem fangar stemningu plötunnar. Sveitin lék á Hróarskelduhátíðinni á sunnudagskvöld og var góður rómur gerður að frammistöðunni.

**Kjartan Atli Kjartansson**  
kjartanatli@365.is



Hljómsveitin Young Karin sendir í dag frá sér svokallaða EP-plötu, sem inniheldur þrjú lög, nýtt myndband og sextíu blaðsíðna tímarit með myndum eftir ljósmyndarann Kjartan Hreinsson. Fréttablaðið náði tali af öðrum meðlimi sveitarinnar, Loga Pedro Stefánssyni, sem er staddur í Danmörku um þessar mundir. Sveitin lék þar á Hróarskelduhátíðinni og var góður rómur gerður að frammistöðu Karin Sveinsdóttur og Loga Pedro.

### Mikið lagt í þetta

„Við lögðum mikið í þetta verkefni, þetta er gríðarlega stórt og mikið,“ útskýrir Logi um þetta fjölþætta verkefni. EP-platan ber titilinn PYK og verður gefin út á netinu. „Við förum alla leið með þetta. Við nutum meðal annars aðstoðar manns að nafni Glenn Schick sem kom hingað til lands frá Bandaríkjunum. Hann er snillingur í „masteringu“ og gekk frá plötunni. Þetta er alvöru maður, hefur unnið með Justin Bieber, Mike WiLL og fleiri þekktum listamönnum.“

### Samstarf með 66° Norður

Verkefnið er gefið út í samstarfi við fyrirtækið 66° Norður. Meðal annars verður hægt að panta tímaritið sem fylgir útgáfunni af síðu fyrirtækisins. „Samstarfið kom ansi skemmtilega til,“ segir Logi og heldur áfram: „Við fengum peningaverðlaun á Íslensku tónlistarverðlauninum þegar platan okkar var valin nýliðaplata ársins. Verðlaunin voru eyrnamerkt myndbandsgerð og er það myndbandið sem kemur út á morgun. Að myndbandinu loknu tókum við eftir að við vorum nánast eingöngu í fatnaði frá 66° Norður. Þannig að þegar fulltrúar fyrirtækisins höfðu samband lá þetta beint við og var ansi skemmtilegt bara; að við hefðum óafvitandi nánast eingöngu verið í fatnaði frá 66° Norður.“

### Aðdáendur geta pantað tímaritið

Þeir sem eru áhugasamir um að nálgast tímaritið sem sveitin gefur út geta pantað það á netslóðinni PYK.66North.is og fengið það sent heim. Að sögn Kjartans Hreinssonar ljósmyndara var mikið lagt í prentunina og er tímaritið allt hið glæsilegasta. Það er 60 blaðsíður að lengd og í A5-broti. Kjartan leikstýrði einnig myndbandinu sem kemur út á morgun í samstarfi við Jóhann Kristófer Stefánsson. Myndirnar í tímaritinu voru teknar meðfram tókum á myndbandinu og eru Logi og Kjartan sam-mála um að þær fangi stemningu plötunnar vel.

### Sturla Atlas í myndbandinu

Óhætt er að kalla Loga hálfgerðan þúsundþjalasmið þegar það kemur að tónlist. Hann hefur verið duglegur að koma að nýjum verkefnum. Eins og flestir vita er hann



Á UPPLÉIÐ Jóhann Kristófer Stefánsson lengst til vinstri, Karin Sveinsdóttir, Þorsteinn Magnússon með myndavélina og Sigurbjartur Sturla Atlason. MYNDIR/KJARTAN HREINSSON



YOUNG KARIN Hér má sjá eina af myndunum sem birtast í tímaritinu sem kemur út í dag.



TITILLINN Hér má sjá titil plötunnar.

meðlimur Retro Stefson og auðvitað Young Karin. Þar að auki hefur hann komið að útgáfu halasnældu (sem á ensku kallast mixtape) Sturlu Atlas og stýrði upptökum á nýju lagi með listamanninum Aroni Hannesi, sem kom úti nú á dögunum. Í myndbandi Young Karin má sjá tvö af verkefnum sem Logi hefur unnið að mætast; þar bregður Sturlu Atlas fyrir ásamt meðlimum Young Karin. „Myndbandið var tekið upp áður en allt með Sturlu Atlas kom út. Þess



Logi Pedro Stefánsson tónlistarmaður.

“Við lögðum mikið í þetta verkefni, þetta er gríðarlega stórt og mikið.”

vegna er svo gaman að sjá þetta allt koma svona saman í þessu myndbandi sem er hálfgerð ástarsaga,“ útskýrir Logi.

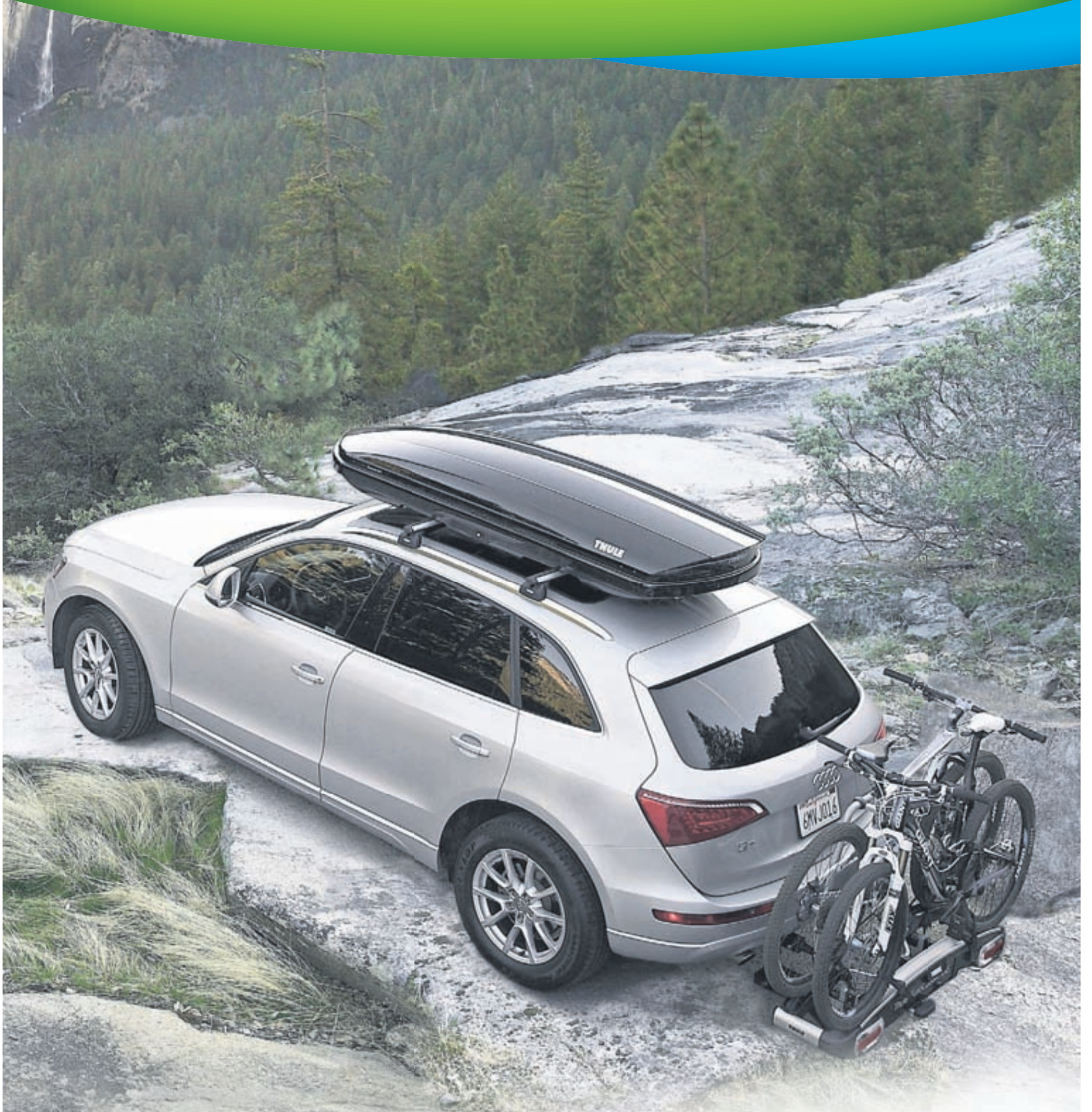
### Gekk vel á Hróarskeldu

Sveitin er enn stödd úti í Danmörku, en hún lék á Hróarskelduhátíðinni á sunnudagskvöld. „Við spilðum á Appolo-sviðinu og það var mjög vel mætt þarna. Ég myndi giska á að áhorfendur hafi verið á bilinu tvö til þrjú þúsund. Við fengum frábærar viðtökur,

bæði frá áhorfendum og þeim sem komu að tónleikunum; hljóðmönnum og þess háttar. Við vorum rosalega ánægð með þetta.“ Sveitin hefur ferðast nokkuð á árinu og er Danmörk þriðja Evrópulandið sem þau Logi og Karin heim-sækja. Áður spilðu þau í Portúgal og Hollandi. „Við fáum mikið af fyrirspurnum að utan og skoðum allt sem kemur. Við veljum þau verkefni sem okkur líst best á,“ útskýrir Logi Pedro Stefánsson frá götum Kaupmannahafnar.

**THULE**<sup>®</sup>  
SWEDEN

# Ferðabox og hjólafestingar



 **Stilling**

Stilling hf. | Sími 520 8000 | [stilling.is/ferdavorur](http://stilling.is/ferdavorur) | [stilling@stilling.is](mailto:stilling@stilling.is)

**SMÁRA BÍÓ HÁSKÓLA BÍÓ**

NÝTT VERKEFNI - NÝ ÖRLÖB

**TERMINATOR**

ted2 INSIDE OUT ALBATROSS

JURASSIC WORLD SPY HRÚTAR

Sýningartímar á eMiði.is og miði.is

**LAUGARÁS BÍÓ**

miði.is

POWERSÝNING KL. 10:30

TERMINATOR TILBOÐ KL. 5

ted2

INSIDE OUT TILBOÐ KL. 5

HRÚTAR

LAUGARÁSBÍÓ Sýningartímar

TERMINATOR GENISYS	5, 8, 10:30(P)
TED 2	8, 10:20
JURASSIC WORLD 2D	8, 10:35
INSIDE OUT 2D - ISL TAL	5
HRÚTAR	4, 6

**SAMBÍÓLIN Sambio.is**

Arnold Swarzenegger er mættur í hörðustu stórmynd sumarsins.

FRÁ PEIM SÓMU OG FÆRÐU OKKUR

INSIDE OUT

ted2

TERMINATOR

TERMINATOR 3D KL. 5:20 - 8 - 10:40

TERMINATOR 2D VIP KL. 5:20 - 8 - 10:40

INSIDE OUT ISL TAL 2D KL. 5:50

ENTOURAGE KL. 5:30 - 8 - 10:40

JURASSIC WORLD 3D KL. 5:20 - 8 - 10:40

SAN ANDREAS 2D KL. 8 - 10:30

TOMORROWLAND KL. 5:20

MAD MAX: FURY ROAD 2D KL. 8 - 10:40

TERMINATOR 3D KL. 8 - 10:40

INSIDE OUT ISL TAL 3D KL. 5:45

INSIDE OUT ESKT TAL 2D KL. 5:45

ENTOURAGE KL. 8

SAN ANDREAS 2D KL. 10:40

TERMINATOR 3D KL. 5:20 - 8 - 10:35

TED 2 KL. 5:30 - 8 - 10:30

INSIDE OUT ISL TAL 2D KL. 5:20

INSIDE OUT ESKT TAL 2D KL. 6 - 8 - 10:10

ENTOURAGE KL. 8 - 10:20

TERMINATOR 2D KL. 5:20 - 8 - 10:20 - 10:40

INSIDE OUT ISL TAL 2D KL. 5:50

INSIDE OUT ESKT TAL 2D KL. 5:50 - 8

ENTOURAGE KL. 8 - 10:10

TERMINATOR 3D KL. 8 - 10:40

TED 2 KL. 8 - 10:30

INSIDE OUT ISL TAL 3D KL. 5:50

JURASSIC WORLD 2D KL. 5:30



**DONALD TRUMP** Lét ljót ummæli falla um minnihlutahóp í Bandaríkjunum. MYND/IMAGE FORUM

## Rasísk ummæli Trump valda uppnámi

Trump kallaði Mexíkómenn nauðgara og morðingja. Stór fyrirtæki lýsa yfir andúð á ummælunum.

Þegar Donald Trump tilkynnti forsetaframbod á dögunum lét hann í ljós skoðun sína á innflytjendum frá Mexíkó, nágrannaríki Bandaríkjana.

Hann kallaði þá meðal annars nauðgara og morðingja. Eftir þessi ummæli fór allt í háaloft og fólk byrjaði að safna á undirskriftarlista þar sem fyrirtæki eru hvött til þess að sniðganga forsetaframbjóðandann.

Nokkur fyrirtæki hafa brugðist við enda ekki mjög aðlaðandi fyrir viðskiptavinum að eiga viðskipti við fyrirtæki sem styðja slíka forðoma og fáfræði.

Sjónvarpsstöðvarnar Univision og NBC hafa slitið samstarfi við Trump. Univision hefur ákveðið að hætta að sýna frá Miss Universe-

keppnunum sem Donald á og NBC ætlar ekki að leyfa honum að birtast í The Apprentice-þáttunum. Nú munu Macy's-búðirnar ekki lengur selja varning Trumps en hann hefur verið með sína eigin vörulínu í búðunum frá árinu 2004.

Donald Trump hefur ekki verið hræddur við að tjá skoðanir sínar opinberlega og koma með sínar eigin kenningar.

Frægt dæmi um það er þegar hann hélt því fram að Barack Obama Bandaríkjaforseti væri ekki bandarískur og krafði hann um að gera fæðingavottorð sitt opinbert.

Obama svaraði honum með því að sýna honum brot úr Lion King og sagði það vera fæðingarmyndbandið sitt.

## Ekki fleiri kaffibollar

Sverrir Rolf Sander hefur gefið kaffi út um eldhúsgluggann sinn í rúmt ár og safnað til styrktar rannsóknum á einhverfu. Nú skellir hann sorgmæddur í lás.

„Ég er sorgmæddur,“ segir Sverrir Rolf Sander, kaffiáhuga- og hugsjónamaður sem fyrir rúmu ári hóf að gefa kaffi út um eldhúsgluggann hjá sér á Baldursgötunni undir nafninu Puffin Coffee.

„Nú er svo komið að ég er fluttur og get því miður ekki haldið áfram, þar sem ég er ekki lengur á jarðhæð,“ segir Sverrir og bætir við að hann hefði eflaust viljað halda áfram ef forsendur leyfðu.

„Ég byrjaði þetta vegna þess að ég var að fara að taka þátt í hjólreiðakeppni og þurfti að safna áheitum til styrktar samtökunum Ambitious about Autism. Mig langaði að gera eitthvað óvenjulegt og opnaði eldhúsgluggann,“ útskýrir Sverrir léttur. Bauð hann gestum upp á fimm bolla valseðil og hver mátti velja einn, og svo réð fólk sjálft hvað það vildi greiða fyrir.

„Ég held að hæsta verð sem ég hef fengið fyrir bolla hafi verið nálægt fimm þúsund krónum.“ Sverrir segist ekki hafa verið liðtækur í kaffigerð fyrir en hann ákvað að demba sér í verkið. „Fyrsti espressóinn sem ég á ævi minni hafði gert fór út um gluggann til viðskiptavinar,“ bendir Sverrir á og bætir við: „Ég fékk sama fólknið oft aftur og aftur svo ég hef sennilega verið orðinn ágætur í þessu.“

Sverrir mun herja á Kaupmannahöfn með haustinu þar sem hann sest á skólabeck við Kaupmannahafnarháskóla og útilokar ekki að hann muni taka í kaffivélina ef möguleiki er á. [gudrun@frettabladid.is](mailto:gudrun@frettabladid.is)

**VINSÆLL** Sverrir tók á móti alls konar fólkni og hópum, en sá stærsti taldi þrjátíu manns. „Pá hélt ég að vélin myndi bræða úr sér.“

FRÉTTABLAÐIÐ/ANDRI MARÍNO



## Rihanna sögulega eftirsótt

Vinsældir Rihönnu eiga sér engin mörk á internetinu.

Popprinsessan Rihanna setti á dögunum sögulegt met, en hún hefur fyrst allra tónlistarmanna náð að brjóta hundrað milljóna söluúrinn þegar kemur að stafrænni verslun með plötur hennar í Bandaríkjunum. Hér er verið að tala um niðurhal og spiluð lög á alnetinu.

The Recording Industry Association of America heldur utan um þessar upplýsingar og sendi frá sér tilkynningu þess efnis að hér væri stórmerkilegum áfanga náð. Má segja að Rihanna, sem er tuttugu og sjö ára, hafi verið meira og minna í eldlínunni undanfarna áratug, en hún hóf innreið sína í skemmt-

anabransann árið 2005 og hefur líklega sjaldan verið heitari. Til að setja merkilegheitin í samhengi má benda á að Taylor Swift er næst á eftir henni með áttafjú og átta milljón spilanir og Katy Perry er með sjöttu og níu milljónir.

Var það nýjasti smellurinn, B\*\*\*h Better Have My Money, sem kom Rihönnu yfir hjallann en lagið hefur slegið rækilega í gegn, líkt og flest það sem kemur frá söngkonunni.

**HEITASTA HEITT** Hér er sannarlega ekki um neinn aukvísu að ræða.



TAKK

HERTEX Fata og Nyljámárkaður





# KOMDU OG UPPLIFÐU ÞJÓÐHÁTÍÐ

EINSTÖK EYJAUPPLIFUN  
FLUGELDASÝNING  
BREKKUSÖNGUR  
ÍSLENSK TÓNLIST  
BRENNA  
BLYS



MÍÐASALA Á DALURINN.IS  
#DALURINN

## Kolbeinn áttundi Íslendingurinn í frönsku 1. deildinni

Kolbeinn Sigþórsson gerði í gær fimm ára samning við franska efstudeildarfélagið Nantes og muna spila í treyju númer nýu hjá félaginu á næsta tímabili. Kolbeinn kemur til liðsins frá Ajax þar sem hann hefur spilað frá 2011. Nantes endaði í 14. sæti á síðasta tímabili en skoraði aðeins 29 mörk í 38 leikjum eða minnst allra 20 liðanna í deildinni. Liðið varð síðast franskur meistari árið 2001.

Kolbeinn er áttundi íslenski leikmaðurinn í frönsku 1. deildinni en Albert Guðmundsson var sá fyrsti þegar hann spilaði með þremur félögum (Nancy, RC Paris og Nice) frá 1947 til 1951. Þórólfur Beck (Rouen, 1966–67), Karl Þórðarson (Laval 1981–84), Teitur Þórðarson (Lens 1981–83), Arnór Guðjohnsen (Bordeaux, 1990–91), Veigar Páll Gunnarsson (Nancy 2008–09) og Eiður Smári Guðjohnsen (AS Monaco, 2009–10) hafa einnig spilað í frönsku deildinni.



ERFID STADA Hallgrímur Mar Steingrímsson í leiknum í gær. FRÉTTABLAÐIÐ/ANDRI MARINÓ

## Víkingar þurfa að bíða enn lengur

**FÓTBOLTI** Víkingar töpuðu 1-0 á móti slóvenska félaginu FC Koper í Víkinni í gærkvöldi í fyrri leik liðanna í forkeppni Evrópuvæðingaráttarinnar en þetta var fyrsti Evrópuvæðingaráttarinnar í 23 ár. Víkingar eiga því erfiðan leik fyrir höndum í Slóveníu í næstu viku.

Víkingar hafa nú tapað öllum ellefu Evrópuvæðingaráttarinnar í sögu félagsins. Eftir markalausan fyrri hálfleik, þar sem Víkingar voru sprækari aðillinn, tóku gestirnir völdin í síðari hálfleik. Matej Pucko skoraði eina mark leiksins á 77. mínútu.

-66j

# 25 ára táraflóð ensku landsliðanna

Ótrúlegt sjálfsmark Lauru Bassett batt enda á draum Englendinga um fyrsta úrslitaleik þjóðarinnar á HM í knattspyrnu í 49 ár.

**FÓTBOLTI** Enska þjóðin hreifst með frammi-stöðu enska kvennalandsliðsins á HM í Kanada. Áhuginn jókst með hverjum sigrinum og þegar þær ensku tryggðu sér sæti í undanúrslitum keppinnar með því að leggja gestgjafana að velli varð sprenging í bæði umfjöllun og áhuga um ensku „ljón-ynjurnar“.

Draumur Englendinga um að komast í úrslit keppinnar tók enda í fyrri nótt, þegar varnarmaðurinn Laura Bassett varð fyrir því óláni að skora sjálfsmark í upp-bótartíma gegn ríkjandi heimsmeisturum Japans. Þær japönsku fögnuðu sætum 2-1 sigri en eftir sat Bassett í tárur. Og enska þjóðin grét með.

Karlalandsliðið hefur lengi verið í sviðsljósinu og langt er síðan menn fóru að lengja í annan titil eftir að England varð heimsmeistari árið 1966. Biðin virtist ætla að taka enda þegar enska landsliðið með hinn skrautlega Paul Gascoigne sem sinn besta mann komst í undanúrslit HM á Ítalíu fyrir aldarfjórðungi. Þar tapaði England hins vegar fyrir verðandi heimsmeisturum Þýskalands í vítaspyrnukeppni.

Fyrir í leiknum hafði Gascoigne gert sig sekan um slæm mistök. Hann fékk gult spjald fyrir að tækla Thomas Berthold en það þýddi að „Gazza“ hefði misst af úrslitaleiknum hefði England komist alla leið.

Gascoigne gat ekki haldið aftur af tárurum og hann var ekki í jafnvægi til að taka sína spyrnu í vítaspyrnukeppninni. Það gerði Chris Waddle í hans stað – hann brenndi af og Þýskaland komst áfram.

Dæmin eru fleiri og það kann að vera dæmigert að loks þegar enska kvennalandsliðið fékk athygli almennings og stærstu fjölmiðlanna á Englandi varð niðurstaðan jafn grátleg og hjá enska kvennalandsliðinu í Vancouver í fyrri nótt. En viðbrögðin létu ekki á sér standa og hlaut hin seinnheppna Bassett gríðarlegan stuðning úr öllum mögulegum áttum eftir leik.

Landsliðsþjálfarinn Mark Sampson, sem sjálfur virtist grátbólginn í viðtölum eftir leik, gekk fremstur í þeim hópi.

„Hún átti þetta ekki skilið. Það verður litið á hana sem hetju og ekkert annað. Hún hefur verið hugrökk, sterk og haldið þessum hópi saman.“

- esá, óój



MINNINGAR Laura Bassett grét eftir að England féll úr leik á HM kvenna, rétt eins og Paul Gascoigne gerði í undanúrslitaleik Englands og Þýskalands í undanúrslitum HM á Ítalíu árið 1990. FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY

## SÁRUSTU TÖP ENSKU LANDSLIÐANNA Á STÓRMÓTUM UNDAFARINN ALDARFJÓRÐUNG

1990	1996	1998	2002	2004	2006	2011	2012	2015
<b>HM KARLA</b> 4-3 tap í vítakeppni fyrir Þýskaland í undanúrslitum. <b>Skúrkar:</b> Stuart Pearce og Chris Waddle (klikkðu á vítum).	<b>EM KARLA</b> 6-5 tap í vítakeppni fyrir Þýskaland í undanúrslitum. <b>Skúrkar:</b> Gareth Southgate (klikkðu á víti).	<b>HM KARLA</b> 4-3 tap í vítak. fyrir Argentínu í 16 liða úrsl. <b>Skúrkar:</b> David Beckham (rautt spjald), Paul Ince og David Batty (klikkðu á vítum).	<b>HM KARLA</b> 2-1 tap fyrir Brasilíu í átta liða úrslitum eftir sigurmark Ronaldinho frá miðju. <b>Skúrkar:</b> Markvörðurinn David Seaman.	<b>EM KARLA</b> 6-5 tap í vítakeppni fyrir Portúgal í átta liða úrslitum. <b>Skúrkar:</b> David Beckham og Darius Vassell (klikkðu á vítum).	<b>HM KARLA</b> 3-1 tap í vítakeppni fyrir Portúgal í átta liða úrsl. <b>Skúrkar:</b> Wayne Rooney (rautt), Frank Lampard, Steven Gerrard og Jamie Carragher (vítaklikk).	<b>HM KVENNA</b> 4-3 tap í vítakeppni fyrir Frakkland í átta liða úrslitum. <b>Skúrkar:</b> Claire Rafferty og Faye White (vítaklikk).	<b>EM KARLA</b> 4-2 tap í vítakeppni fyrir Ítalíu í átta liða úrslitum. <b>Skúrkar:</b> Ashley Young og Ashley Cole (klikkðu á vítum).	<b>HM KVENNA</b> 2-1 tap fyrir Japan í undanúrsl. eftir sjálfsmark í upp-bótartíma. <b>Skúrkar:</b> Laura Bassett (sjálfsmark).

pepsi nettó

Í KVÖLD KL. 21:00 SPORT

#godsagnir

## GOÐSAGNIR EFSTU DEILDAR TRYGGVI GUÐMUNDSSON

365.is | Sími 1817

365

## Gott hjá KR en enn betra hjá FH-ingum

Aukaspyrna Lennons tryggði FH sigur í Finnlandi.

**FÓTBOLTI** FH og KR náðu bæði ágætum úrslitum á útivelli í forkeppni Evrópuvæðingaráttarinnar í gær. FH gerði betur og vann 1-0 sigur á finnska liðinu SJK Seinajoki en KR gerði 1-1 jafntefli á móti írsku liðinu Cork City. Bæði lið fá seinni leikinn á heimavelli í næstu viku en á undan mætast þau í átta liða úrslitum Borgunarbíkarsins.

Taktík Heimis Guðjónssonar gekk mjög vel upp í 1-0 sigri á SJK í Helsinki. FH beið átektu í fyrri hálfleiknum en tók síðan meiri áhættu í þeim seinni.

Steven Lennon skoraði eina mark leiksins með skoti beint úr aukaspyrnu á 56. mínútu leiksins en þetta var fyrsta skot FH á markið í leiknum. Lennon var útsjónarsamur þegar hann tók aukaspyrnuna því hann skaut boltanum undir leikmennina í veggnum sem stukku allir upp.

Emil Pálsson, sem var kallaður aftur úr láni frá Fjölni í síðustu viku, kom beint inn í byrjunarlið FH og það var hann sem fiskaði aukaspyrnuna sem Lennon nýtti.

KR-ingar lentu 1-0 undir á móti Cork City á Írlandi en voru fljótir að jafna og héldu svo jafnteflinu eftir mikla baráttu í seinni hálfleiknum.

Alan Bennett, fyrirlíði Cork City, skoraði og kom Cork City í 1-0



MIKILVÆGT ÚTIVALLARMARK Óskar Örn Hauksson fagnar hér marki sínu á Írlandi í gær. FRÉTTABLAÐIÐ/LUKE DUFFY

eftir að KR-ingar sofnuðu á verðinum í aukaspyrnu á 19. mínútu leiksins. Írarnir voru þó bara yfir í nýu mínútur því KR-liðið nýtti sér líka fast leikatriði og jafnaði metin á 28. mínútu.

Daninn Jacob Schoop tók þá hornspyrnu og Óskar Örn Hauksson skoraði með föstum skalla á fjarstönginni. Fleiri mörk litu ekki dagsins ljós og KR-ingar fara heim með jafntefli og mikilvægt útivallarmark.

-66j



SUMARÍSINN

# Mjúkís



— MED —  
SUGRÆNNI LÍMÓNU  
1L



Mjúkís er kominn í nýjan og glæsilegan búning. Sumarísinn í ár er vænn og grænn.  
Hann er svalandi á sjóðheitum stundum og stútfullur af lokkandi límónu.  
Smakkaðu — og þú kemst í sumarskap.

## DAGSKRÁ



19:45

## POPPSVAR

Stórskemmtilegur spurningabáttur þar sem landsþekkt tónlistarfolk frá hinum ýmsu bæjarfélögum á Íslandi keppir sín á milli í tveimur liðum. Í þessum undanúrslitabætti keppa lið Borgarfjarðar Eystra og Mosfellsbæjar um besta sætið. Umsjónarmaður þáttarins er Björn Jörundur Friðbjörnsson.

## SKEMMTILEGT FÖSTUDAGSKVÖLD!

Fáðu þér áskrift á [365.is](http://365.is)

365



21:05

## MISSION: IMPOSSIBLE

Tom Cruise fer á kostum sem sérsveitarmaðurinn Ethan Hunt en hann tilheyrir njónnadeild sem þarf að leggja allt í sölurnar til að leysa nánast hrikaleg og óleysanleg verkefni. Hraði, spennu og stórkostleg áhættuatriði.

20:20

## NCIS: LOS ANGELES

Mögnuð NCIS þáttaröð sem gerist í Los Angeles og skartar hinum stórgóðu leikurum Chris O'Donnell og LL Cool J.



22:20

## CURB YOUR ENTHUSIASM

Frábærir gamanþættir þar sem Larry David leikur sjálfan sig en ratar af óskiljanlegum orsökum sífellt í vandræði. Einn þáttur sýndur hvern virkan dag klukkan 22.20 á Gullinu.



18:00

## LUKKU LÁKI

Skemmtileg teiknimynd um kúrekann Lukku Láka sem ferðast um villta vestrið og heldur uppi friði.



## STÖÐ 2

07.00 Barnatími Stöðvar 2

08.05 The Middle

09.15 Bold and the Beautiful

09.35 Doctors

10.20 Last Man Standing

10.45 Life's Too Short

11.15 Jamie & Jimmy's Food Fight Club

12.10 Heimsókn

12.35 Nágrannar

13.00 Batman Mögnuð spennu- og ævintýramynd. Níu ára gamall verður Bruce vitni að því þegar foreldrar hans eru myrtir. Hann ákveður að helga líf sitt baráttunni gegn glæpum. Með aðalhlutverk fara Jack Nicholson, Michael Keaton og Kim Basinger. Leikstjóri er Tim Burton.

15.05 Dolphin Tale

16.55 Kalli kanína og félagar

17.20 Bold and the Beautiful

17.40 Nágrannar

18.05 Simpson-fjölskyldan

18.30 Fréttir Stöðvar 2

18.47 Íþróttir

18.55 Modern Family Fimmta syrpan af þessum sprenghlægilegu og sívinsælu gamanþáttum sem hlotið hafa einróma lof gagnrýnenda víða um heim. Fjölskyldurnar þrjár sem fylgst er með eru óborganlegar sem og aðstæður sem þær lenda í hverju sinni.

19.15 Impractical Jokers Sprenglæglegir bandarískir þættir þar sem fjórir vinir skiptast á að vera þátttakendur í hrekk í falinni myndavél.

19.40 Poppvar Nýr og stórskemmtilegur þáttur með Birni Jörundi. Þekkt tónlistarfolk frá völdum bæjarfélögum keppir sín á milli í tónlistartengdum spurningum og leikjum.

20.25 NCIS: Los Angeles

21.10 Mission: Impossible Hörkupennandi njónsamynd sem er þrygð einhverjum þeim mestu tæknibrellum sem sést hafa og skartar Tom Cruise í aðalhlutverki. Myndin fjallar um IMF-leyniþjónustumanninn Ethan Hunt sem þarf að fletta ofan af svikara innan CIA sem hefur látið lífa út fyrir að Hunt hafi myrt sína eigin IMF-sérsvéit.

23.00 Appaloosa

00.55 The Internship Frábær gamanmynd frá 2013 með Vince Vaughn og Owen Wilson í aðalhlutverkum. Tveir sölumenn missa vinnuna þegar söluvörur þeirra fara alfarið í netsölu og ákveða í framhaldinu að sækja um starf hjá Google þrátt fyrir takmarkaða tölvuþekkingu. Leikstjóri er Shawn Levy og með aðalhlutverk fara þau Vince Vaughn, Rose Byrne og Owen Wilson.

02.50 Trust

04.35 Batman

SPORT besta sætið

15.10 Portugal - Serbía

16.55 Barcelona - Veszprém

18.30 Pýsku mörkin

20.20 Orkumótið í Eyjum

21.00 Goðsagnir - Tryggvi Guðmundsson

21.55 Ísland - Tékkland

23.45 UFC Unleashed 2015

SPORT 2 enski boltinn

11.50 Manstu

12.25 Keflavík - Stjarnan

14.15 Liverpool - Man. Utd.

16.00 Chelsea - Man. City

17.45 Premier League World

18.15 Swansea - Arsenal

20.00 Manstu

20.40 Liverpool - Man. Utd.

22.25 Fulham - Man. City

00.10 Manstu

## INN

20.00 Hrafnaping 21.00 Hvíta tjaldíð 21.30 Eldhús meistaranna

## STÖÐ 3

18.35 Cougar Town

19.00 Junior Masterchef Australia

19.50 The Carrie Diaries Í þáttunum er einnig gamli góði Chevy Chase sem fer að sjálfsgöðu á kostum.

20.55 American Horror Story: Coven

21.40 Utopia

22.35 Cougar Town Fimmta sería þessara frábæru gamanþátta með Courteney Cox úr Friends í hlutverki kynþokkafullrar en afar óruggrar, einstæðrar móður unglingsdrengs.

22.55 The Listener

23.40 Junior Masterchef Australia Skemmtileg matreiðslukeppni þar sem krakkar á aldrinum 8 til 12 ára fá tækifæri til að heilla MasterChef-dómarana með gómsætum réttum.

00.25 The Carrie Diaries

01.10 Community

01.30 American Horror Story: Coven

02.15 Utopia

03.05 Tónlistarmyndbönd frá Bravó

## Krakkastöðin

07.00 Könnuðurinn Dóra 07.24

Mörgæsinar frá Madagaskar 07.45

Doddi litli og Eyrnastór 07.55

Sumardalsmyllan 08.00

Áfram Diego, áfram! 08.24

Svampur Sveinsson 08.49

Tommi og Jenni 08.55

UKI 09.00

Ofurhundurinn Krypto 09.22

Ævintýri Tinna 09.47

Ævintýraferðin 10.00

Lukku-Láki 10.25

Latibær 10.47

Elías 11.00

Könnuðurinn Dóra 11.24

Mörgæsinar frá Madagaskar 11.45

Doddi litli og Eyrnastór 11.55

Sumardalsmyllan 12.00

Áfram Diego, áfram! 12.24

Svampur Sveinsson 12.49

Tommi og Jenni 12.55

UKI 13.00

Ofurhundurinn Krypto 13.22

Ævintýri Tinna 13.47

Ævintýraferðin 14.00

Lukku-Láki 14.25

Latibær 14.47

Elías 15.00

Könnuðurinn Dóra 15.24

Mörgæsinar frá Madagaskar 15.45

Doddi litli og Eyrnastór 15.55

Sumardalsmyllan 16.00

Áfram Diego, áfram! 16.24

Svampur Sveinsson 16.49

Tommi og Jenni 16.55

UKI 17.00

Ofurhundurinn Krypto 17.22

Ævintýri Tinna 17.47

Ævintýraferðin 18.00

Lukku-Láki 18.25

Latibær 18.47

Elías 19.00

Astro Boy

## GULLSTÖÐIN

18.05 Strákarnir Sveppi, Auddi og Pétur halda uppteknum hætti og sprella sem aldrei fyrr með óborganlegum uppátækjum.

18.35 New Girl

19.00 Friends

19.25 Mike & Molly

19.45 The Big Bang Theory

20.10 Arrested Development

20.45 Bandið hans Bubba

22.00 It's Always Sunny in Philadelphia

22.20 Curb Your Enthusiasm

22.55 Derek

23.20 Arrested Development

23.55 Bandið hans Bubba

01.05 It's Always Sunny in Philadelphia

01.30 Curb Your Enthusiasm

02.00 Tónlistarmyndbönd frá Bravó

## BÍÓSTÖÐIN

11.30 Family Weekend

13.15 Men in Black

14.50 Words and Pictures

16.45 Family Weekend

18.30 Men in Black

20.05 Words and Pictures

22.00 Some Velvet Morning Þegar Fred birtist skyndilega heima hjá Velvet eftir að hafa látið sig hverfa fjórum árum áður hefst samtali þeirra á milli sem byrjar á vinsamlegum nótum. Ekki er þó allt sem sýnist og vinsamlegt samtali þeirra þróað smám saman út í harðvítuga deili sem á eftir að enda á vægast sagt óvæntan hátt. Með aðalhlutverk fara Stanley Tucci og Alice Eve.

23.25 The Salvation

01.00 The Whistleblower

02.50 Some Velvet Morning

## RÚV

16.20 Stíklur

16.55 Fjölskyldubönd

17.20 Vinabær Danna tígurs

17.32 Litli prinsinn

17.54 Jessie Ævintýri sveitastelpu sem flytur til New York til að láta drauma sína ræstast en endar sem barnfóstra fjögurra barna.

18.15 Táknafréttir

18.25 Með okkar augum

19.00 Fréttir

19.25 Íþróttir

19.30 Veðurfréttir

19.35 Sumardagar Bein útsending þar sem Fannar Sveinsson, Benedikt Valsson, Salka Sól og liðsmenn Virkra morgna bera landsmönnum fréttir úr höfuðborginni og af landsbyggðinni. Sumarilmur, bæjarromantik, borgarfréttir og skemmtilegir viðmælendur.

20.00 Brúðarbandið

20.45 Kjastaskar úr kaupstaðnum

22.40 Beck – Í auga stormsins

00.10 Melankólía

02.20 Útvarpsfréttir í dagskrárlök

## SKJÁREINN

06.00 Pepsi MAX tónlist

08.00 Everybody Loves Raymond

08.22 Dr. Phil

09.07 The Talk

09.50 Pepsi MAX tónlist

13.50 Cheers

14.14 Dr. Phil

14.56 Emily Owens M.D

15.38 Royal Pains

16.22 Once Upon a Time

17.04 Eureka

17.48 Dr. Phil

18.31 The Talk

19.10 Secret Street Crew Ofurdansarinn Ashley Banjo stjórnar þessum frumlega þætti þar sem hann æfir flóknar dansrúttínur með ólíklegasta fólki.

19.55 Parks & Recreation

20.15 Hreimsins besti Hreimur Örn Heimisson stýrir nýjum spurningaþætti þar sem ekkert getur gerst. Liðstjórn eru Pétur Örn og Jói Ásbjörns.

20.55 Bachelor Pad

22.25 Sex & the City

22.50 XIII

23.35 Law & Order: Special Victims Unit

00.20 How To Get Away With Murder

01.05 Law & Order

01.55 The Borgias

02.45 Lost Girl

03.35 XIII

04.20 Sex & the City

04.45 Pepsi MAX tónlist

## Golfstöðin

08.00 Golfing World 2015

08.50 PGA Tour 2015

13.50 Golfing World 2015

14.40 US Open 2015

18.45 Golfing World 2015

19.35 Inside The PGA Tour 2015

20.00 PGA Tour 2015

23.00 PGA Tour 2015 - Highlights

23.55 Inside The PGA Tour 2015

## HRINGBRAUT

12.00 Þjóðbraut 13.00 Sjónarhorn

13.30 Lífsins list 14.00 Þjóðbraut

15.00 Sjónarhorn 15.30 Lífsins list

16.00 Þjóðbraut 17.00 Sjónarhorn

17.30 Lífsins list 18.00 Þjóðbraut

19.00 Sjónarhorn 19.30 Lífsins list

20.00 Helgin 20.30 Kvinnaráð

21.15 Lífsins list 21.45 Grillspaðinn

22.00 Helgin 22.30 Kvinnaráð 23.15

Lífsins list 23.45 Grillspaðinn

Allt þetta og meira til í Skemmtipakkanum á aðeins 310 kr. á dag.

Nánari upplýsingar á [365.is](http://365.is)

## 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

UNIVERSAL MUSIC  
QUEEN TOURING  
OG TÓNLEIKUR  
KYNNA

# THE QUEEN



## EXTRAVAGANZA

THE OFFICIAL QUEEN TRIBUTE SHOW

SKÖPUNARVERK

ROGER TAYLOR OG BRIAN MAY

**ELDBORG**

LAUGARDAGINN 15. ÁGÚST **UPPSELT**  
SUNNUDAGINN 16. ÁGÚST **AUKATÓNLEIKAR**



MIDASALA Á HARPA.IS - TIX.IS OG Í SÍMA 528 50 50

## FÖSTUDAGSLAGIÐ



„Where Do You Go? með hljóm-sveitinni No Mercy. Einfaldlega besta föstudagslag allra tíma.“

Ríkharð Óskar Guðnason, útvarpsstjóri FM957.

## Efri stéttin hefur göngu sína á Vísi eftir viku

Hópurinn hefur á einn eða annan hátt komið að 12:00 þáttunum í Verzló en nú er grínið orðið full vinna.

Þættirnir Efri stéttin munu hefja göngu sína á Vísi og Stöð 3 þann 10. júlí næstkomandi.

Nokkrir meðlimir þáttanna voru áður í skemmtiþáttunum 12:00 í Verzlunarskólanum en ásamt þeim eru tvær ungar og upprennandi leikkonur í hópnum.

Þættirnir verða að mestu „sketchar“ en einnig er stefnt að því að gefa út nokkur lög. Þættirnir verða tíu talsins og verða í gangi í allt sumar.

„Við erum búin að vera að gera svipaða þætti í allan vetur og

okkur langaði að halda áfram með þetta konsept. Nú er þetta betra því við fáum borgað og það er meiri hvatning til þess að leggja meiri metnað í þættina. Við vorum búin að vera að hugsa þetta í vetur og í lok maí fórum við á fund í 365 til þess að kynna hugmyndina okkar. Þeim leist vel á okkur og við fórum strax að vinna í handritinu og taka upp,“ segir Árni Steinn, einn meðlimur þáttarins.

Ágúst Elí Ásgeirsson mun sjá um að taka upp og klippa þætt-

ina til en hann gerði það einnig í 12:00 þáttunum sem þóttu mjög vel gerðir.

„Við sáum hvað Áttan, þættirnir, gerðu hérna í fyrra og sáum að við gátum auðveldlega gert það sama nema miklu betur enda með frábæran hóp sem er að vinna í þessu.“

Meðlimir Efri stéttarinnar eru þau Árni Steinn Viggósson, Bergþór Másson, Melkorka Davíðsdóttir Pitt, Ágúst Elí Ásgeirsson, Brynjar Barkarson, Birna María Másdóttir og Kári Eldjárn. -gj



EFRI STÉTTIN Fyrsti þátturinn er tilbúinn til sýningar 10. júlí.

FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

LAUGARDAGSKVÖLD 11. JÚLÍ

**STÆRSTA UFC-KVÖLD ÁRSINS**

**GUNNAR NELSON**  
GEGN  
**BRANDON THATCH**

**CONOR MCGREGOR**  
GEGN  
**CHAD MENDES**

TRYGGÐU  
ÞÉR ÁSKRIFT Í  
SÍMA 1817 EÐA  
Á 365.IS

## GUNNAR NELSON Í UFC

Stærsta kvöld ársins í UFC verður laugardaginn 11. júlí þegar viðureign Gunnars Nelson og Bandaríkjamannsins Brandon Thatch fer fram í MGM Grand Garden Arena í Las Vegas. Báðir töpuðu þeir síðasta bardaga og því öruggt að þeir stíga ljógrimmir inn í hringinn á laugardaginn. Sama kvöld fer fram risabardagi á milli Chad Mendes og Conor McGregor sem mun ábyggilega ekki vekja minna umtal.

**Ekki missa af stærsta bardagakvöldi ársins á Stöð 2 Sport!**



HEPPIN Erna Margrét Oddsdóttir er hér alsæl með sinn nýjsta vinning. Hún er að jafnaði önnur kafin því hún er eigandi verslunarinnar Gryfjunnar og verslunarstjóri í Gyllta kettinum en stelst þó stundum til þess að taka þátt í netleikjum.

FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

## Hefur alltaf verið heppin í spilum

Verslunareigandinn Erna Margrét Oddsdóttir hefur vakið athygli fyrir það hve heppin hún hefur verið í hinum ýmsu Facebook-leikjum. Tekur tarnir í leikjum.

„Ég er ekkert að þefa uppi þessa leiki en þegar ég tek þátt þá vinn ég örugglega í svona 70 prósentum tilfella,“ segir hin 25 ára gamla Erna Margrét Oddsdóttir. Það hefur vakið athygli hversu heppin hún er í hinum ýmsu leikjum sem í boði eru á Facebook og öðrum stöðum en hún var einmitt að sækja nýjasta vinninginn þegar blaðamaður náði tali að henni.

„Ég er ekkert það mikið að taka þátt í svona leikjum en ég hef unnið þó nokkra leiki á Facebook,“ bætir Erna Margrét við. Hún er að jafnaði önnur kafin þar sem hún er eigandi verslunarinnar Gryfjunnar og verslunarstjóri í Gyllta kettinum. „Þessa á milli reyni ég að taka þátt í leikjum,“ bætir Erna Margrét við og glottir.

Hún segist alla tíð hafa verið heppin í spilum og leikjum sem slíkum. „Ég hef alltaf verið svona heppin. Bæði þegar það er verið að draga út svona vinningshafa og líka þegar ég hef farið í bingó, ég veit ekki hvað veldur þessu,“ segir Erna Margrét og hlær.

Spurð út í þá gömlu mýtu sem segir að þeir sem heppnir eru í spilum séu óheppnir í ástum hefur Erna Margrét þetta að segja: „Hvað er það að vera

heppin í ástum? Ég á allavega ekki kærasta.“

Þá eru vinkonur hennar duglegar við að biðja hana um að taka þátt í hinum ýmsu leikjum svo líkurnar á vinningi séu enn meiri. „Þær hafa trú á mér og þessari heppni,“ bætir Erna Margrét létt í lundu.

Af þeim fjölmörgu vinningum sem hún hefur unnið þá er einn sérlega sætur sem stendur upp úr. „Eftirlætisvinnurinn er vinnurinn sem ég vann árið 2011. Þá vann ég miða á Þjóðhátíð í Eyjum, með upphaldi og öllu. Það var hugsað mjög vel um okkur og ferðin var frábær í alla staði,“ útskýrir hún.

Erna Margrét nennir þó sjaldnast að taka þátt í leikjum ef hún þarf að hafa mikið fyrir þátttöku. „Ég nenni ekki að þurfa að hafa fyrir þessu og tek frekar þátt í leikjum þar sem ég skrái nafn og kennitölu og þess háttar. Ég hef einu sinni lagt mikið á mig og það var þegar ég vann í Þjóðhátíðarleiknum 2011. Þá þurfti ég að keppast um að fá flest læk á einhverja mynd.“

Hún hefur unnið ýmsa vinninga, eins og snyrtivörur, flöskuborð og miða á ýmsar skemmtanir.

„Ég hef alltaf verið svona heppin. Bæði þegar það er verið að draga út svona vinningshafa og líka þegar ég hef farið í bingó, ég veit ekki hvað veldur þessu.“

Hefurðu tölu á hve marga vinninga þú hefur unnið síðasta hálfu árið? „Allavega svona fimm eða sex, ég tek þetta í svona törnum.“

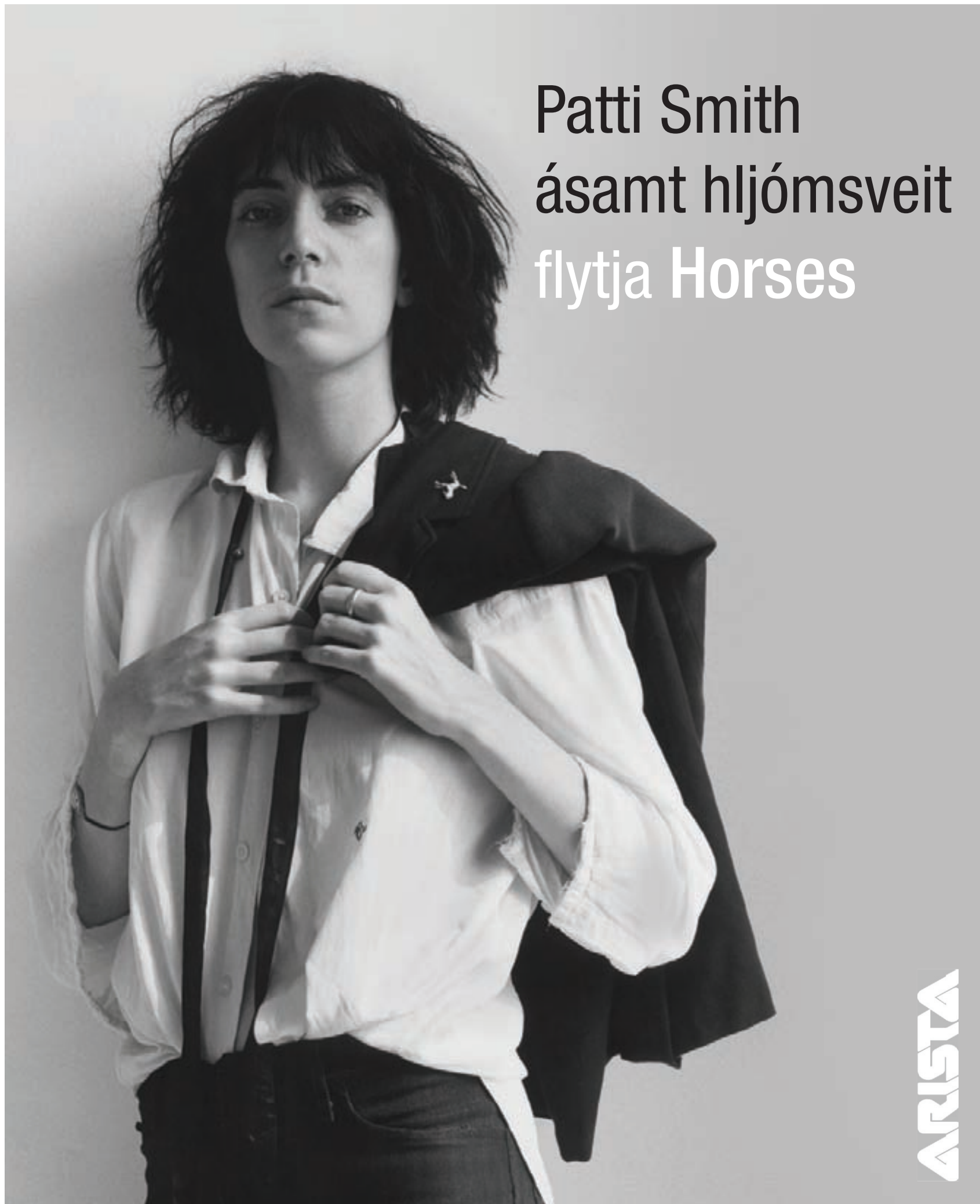
Hún hefur þó lent í klóm aðila sem ekki hafa staðið við sinn hlut og ekki afhent vinningana. „Ég vann utanlandsferð frá hamborgarastað sem er nú staðsettur á Spáni. Þar átti ég að láta sem flesta líka við síðuna þeirra og ég vann það en fékk aldrei vinninginn. Þessi leikur var fyrir þremur árum. Það eru virkilega slæmir viðskiptahættir að svíkja svona og ég vona að þeir lesi þetta og skammist sín.“

Hún er þó alsæl í dag og vann í fyrradag þrjá miða á upphitunarskemmtun fyrir Þjóðhátíð í Eyjum, sem fram fer í Víðey.

gunnarleo@frettabladid.is

Tónleikur kynnrir

Horses 1975-2015



Patti Smith  
ásamt hljómsveit  
flytja Horses

ARISTA

Mánudagur 17. ágúst 2015

Eldborgarsal Hörpu

Miðasala á [tix.is](http://tix.is)-[harpa.is](http://harpa.is) og í síma 528-50 50



Póst dreifing

DREIFING: dreifing@postdreifing.is  
 EF BLAÐIÐ BERST EKKI: 800 1177

Opið allan sólarhringinn  
 í Engihjalla,  
 Vesturbergi og  
 Arnarbakka



Iceland



**BAKPANKAR**  
 Guðmundar  
 Kristjáns Jónssonar

## Framtíðin er núna

Fjölmörg heillaskref hafa verið stigin í skipulagsmálum á síðustu dögum. Skýrsla Rögnumefndarinnar hefur alla burði til að færa umræðu um flugsamgöngur á Íslandi á vitrænt plan, Alþingi hefur samþykkt að láta kanna hagkvæmni lestarsamgangna á suðvesturhorninu og nýtt svæðisskipulag fyrir höfuðborgarsvæðið lítur nú dagsins ljós eftir langt og afar vandað skipulagsferli. Öll þessi mál eru náskyld og meðal þýðingarmestu hagsmunamála fyrir íslenskt samfélag.

Á næstu 25 árum mun íbúum höfuðborgarsvæðisins fjölga um 70.000 og það er algjört lykilatriði að þessari fólksfjölgun verði mætt án þess að bílaumferð aukist í sama hlutfalli og án þess að óbyggt land verði brotið í sama mæli og gert hefur verið hingað til. Hugmyndafræði síðustu áratuga um samgöngur á höfuðborgarsvæðinu er úrelt og óásættanleg fyrir þjóð sem vill láta taka sig alvarlega á alþjóðavettvangi.

**JAFNVEL** þótt tugir eða hundruð milljarða yrðu veittir í mislæg gatnamót og fjölgun akreina til að liðka fyrir ráðandi ferðavenjum þá myndu þær fjárfestingar ekki koma í veg fyrir miklar umferðartafir með tilheyrandi kostnaði fyrir samfélagið allt. Óbreyttar ferðavenjur munu færa borgina og samfélagið allt aftur í fornaldarflokk. Borgarlínan sem nú er kynnt til leiks í nýsamþykktu svæðisskipulagi er lausnir við þessu fyrirsjáanlega vandamáli.

**ÞAÐ** hljómar eflaust sem sturlun í eyrum flestra að fjárfesta fyrir milljarða á milljarða ofan í léttlestarkerfi á höfuðborgarsvæðinu sem mun síðan tengjast lestarakerfi sem nær til Hvassahrauns eða Keflavíkur en þetta er framtíðin ásamt rafknúnum sjálfakandi bílum sem munu leysa einkabílinn af. Nú er ekkert annað að gera en að hefjast handa við að beisla vöxt byggðarinnar þannig að hann verði hagkvæmur og umhverfisvænn, ólíkt óheillaþróun síðustu áratuga sem er með öllu fullreynd.



STILLANLEG  
**RÚM**  
 25-35%  
 AFSLÁTTUR

Verðdæmi  
 C&J stillanlegt heilsurúm með infinity dýnu 2x80x200 cm.  
 Fullt verð kr. 558.000  
 ÚTSÖLVERÐ KR. 390.600

REYKJAVÍK | AKUREYRI | ÍSAFJÖRÐUR | REYKJAVÍK | AKUREYRI | ÍSAFJÖRÐUR

# ÚTSALA

# 20-50%

## AFSLÁTTUR



MARGAR GERDIR  
**SÆNGURFATASETT**  
 20-50%  
 AFSLÁTTUR

### GOLD heilsurúm

Með Classic botni 160x200 cm.  
 ÚTSÖLVERÐ KR. 114.675

Með Classic botni 180x200 cm.  
 ÚTSÖLVERÐ KR. 123.675

GOLD - HEILSU-  
**RÚM**  
 25%  
 AFSLÁTTUR



Gafl ekki innifalinn í verði

Fáanlegt  
 90x200 cm  
 120x200 cm  
 140x200 cm  
 160x200 cm  
 180x200 cm



Leggur grunn að góðum degi

betrabak@betrabak.is • www.betrabak.is  
 Faxafeni 5, Reykjavík • Sími 588 8477  
 Dalsbraut 1, Akureyri • Sími: 558 1100  
 Skeiði 1, Ísafirði • Sími 456 4566  
 Opi virka daga frá kl. 10-18 Laugardaga frá kl. 11-16

**ÞJÓÐHÁTIÐ 2015**  
 KOMDU OG UPPLIFÐU ÞJÓÐHÁTIÐ  
 MIÐASALA Á DALURINN.IS  
 #DALURINN

TUBORG, MAX, Oils, FM957