FRÉTTABLAÐIÐ

FRÍTT

143. TÖLUBLAÐ 17. ÁRGANGUR — MEST LESNA DAGBLAÐ Á ÍSLANDI* — ÞRIÐJUDAGUR 20. JÚNÍ 2017

„Venjulega eru fengnar tvær stelpur til að bera kransinn, en mér finnst það skipta máli að strákar beri líka ábyrgð á kvenréttindabaráttunni," segir Líf Magneudóttir, forseti borgarstjórnar, sem lagði þennan blómsveig að leiði Bríetar Bjarnhéðinsdóttur á kvenréttindadaginn í gær í Hólavallakirkjugarði við Suðurgötu. Kransinn báru börnin hennar, Styrkár Flóki og Bríet Magnea Snorrabörn. Haldið var upp á kvenréttindadaginn um land allt í gær í tilefni þess að 102 ár eru síðan íslenskar konur fengu kosningarétt. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Fjórir af hverjum tíu vilja halda áfram að vinna hjá HB Granda

Tæplega fjörutíu starfsmenn botnfiskvinnslu HB Granda á Akranesi hafa þegar sótt um að starfa áfram hjá fyrirtækinu þegar vinnslunni verður lokað. Verkalýðsleiðtogi óttast hins vegar að fá störf séu í boði.

AKRANES Um fjórir af hverjum tíu starfsmönnum HB Granda á Akranesi hafa sótt um áframhaldandi störf hjá fyrirtækinu. Það liggur fyrir um miðjan júlí hve margir fá vinnu. Formaður verkalýðsfélagsins er svartsýnn á að vinnu sé að hafa fyrir stóran hluta hópsins.

„Síðast þegar ég vissi voru 36 búnir að sækja um áframhaldandi starf hjá fyrirtækinu. Ég held að langstærstur hluti hafi sótt um starf á Akranesi," segir Vilhjálmur Birgisson, formaður

Vilhjálmur Birgisson

Verkalýðsfélags Akraness. Upplýsingar hans eru frá miðri liðinni viku og því ekki útilokað að bæst hafi í hópinn.

Forsvarsmenn HB Granda tilkynntu í mars að fyrirtækið ætlaði að hætta botnfiskvinnslu á Akranesi og segja upp 86 starfsmönnum. Þeim stóð til boða að sækja um í uppsjávarvinnslu eða fiskimjölsverksmiðju fyrirtækisins á staðnum. Þá stendur til boða að starfa hjá dótturfélögunum Norðanfiski og Vigni G. Jónssyni á Akranesi.

„Mér heyrist á flestum að þeir hafi í hyggju að sækja um þar. Það liggur ekki fyrir hvort þar verði störf að fá. Samkvæmt mínum upplýsingum verða það örfá störf," segir Vilhjálmur.

„Ég óttast að 1. september verðum við með sextíu til áttatíu manns án atvinnu." Starfsfólk sem sagt var upp hefur fram að mánaðamótum til að gera upp hug sinn. Um miðjan júlí á svo að liggja fyrir hve margir fá áframhaldandi starf hjá HB Granda eða dótturfélögum.

Vilhjálmur Vilhjálmsson, forstjóri HB Granda, vildi ekki staðfesta hve margar umsóknir hefðu borist. Lítið sé hægt að segja um stöðuna fyrr en að liðnum frestinum, þann 1. júlí. – jóe

Fréttablaðið í dag

SKOÐUN Er í lagi að ráðherrar ljúgi? spyr Kolbeinn Proppé. 10

SPORT Vorum komnir á hættuslóðir segir Geir Sveinsson landsliðþjálfari. 12

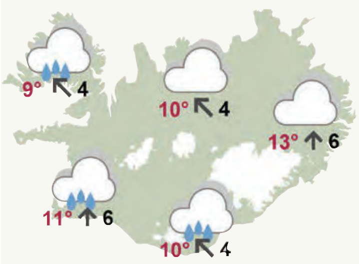
MENNING Sumarsólstöðum verður fagnað með ljóðakvöldi annað kvöld á Gauknum. 18

LÍFIÐ Daði Freyr, Salka Sól, Emmsjé Gauti og fleiri segja frá hápunktunum og lágpunktunum á Secret Solstice í ár. 24

PLÚS 2 SÉRBLÖÐ ● FÓLK ● GRÆNN LÍFSTÍLL

*Samkvæmt prentmiðlakönnun Gallup apríl-júní 2015

Veður



Stíf suðaustanátt með rigningu, einkum SV- og V-lands, en hægari og úrkomuminna A-til. Styttir víða upp í kvöld en hvessir heldur, einkum V-lands og mest á norðanverðu Snæfellsnesi. SJÁ SÍÐU 16

Sigríður Á. Andersen dómsmálaráðherra. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Segir ríkislögmann hafa falið Guðjóni málið

DÓMSMÁL Sigríður Á. Andersen, dómsmálaráðherra, segir Guðjón Ármannsson, lögfræðing lögmannsstofunnar LEX, hafa verið valinn til að verja íslenska ríkið í Landsréttarmáli Ástráðs Haraldssonar vegna þess að hann gæti rekið málið á skömmum tíma.

Í skriflegu svari til fréttastofu segir hún: „Í kjölfar þess að ríkislögmaður upplýsti um tengsl við stefnanda fól ríkislögmaður málið Guðjóni Ármannssyni hrl. Guðjón er fær lögmaður og reyndur á þessu sviði og í stakk búinn til að reka málið á þeim skamma tíma sem flýtimeðferðin, sem málið var fellt í fyrir dómi, kveður á um.“

Hún svarar því ekki hvers vegna lögmannsstofan LEX varð sérstaklega fyrir valinu, einungis hvers vegna Guðjón var sérstaklega valinn.

Sigríður starfaði sjálf hjá lögmannsstofunni LEX árin 2007 til 2015 er hún tók sæti á Alþingi.

Eins og Fréttablaðið greindi frá í gær er hefð fyrir að ríkislögmaður reki mál sem þessi fyrir hönd ríkisins. Í þessu tilfelli er ríkislögmaður þó vanhæfur sökum tengsla við kærandann og þess að starfsmenn innan embættisins voru í hópi umsækjenda um stöðu dómara við Landsrétt. **– sg**

Saknað í þrjár vikur

Lögreglu- og björgunarsveitarmenn leituðu í gærkvöldi í Elliðaárdal að manni sem saknað hefur verið í þrjár vikur. Leit hófst um kvöldmatarleytið og var ráðgert að leitað yrði fram eftir kvöldi. Ekki hafði spurst til mannsins þegar Fréttablaðið fór í prentun. FRÉTTABLAÐIÐ/JÓI K.

Tæp hálf milljón fyrir smalatíkina

TRYGGINGAR Bóndi í Berufirði fékk rúmlega 420 þúsund krónur úr ábyrgðartryggingu bifreiðar sem ekið var á tík í hans eigu. Úrskurðarnefnd í vátryggingamálum komst að þessari niðurstöðu í fyrra en úrskurðir síðasta árs voru birtir nýlega. Tryggingafélag bifreiðarinnar og bóndinn deildu um fjárhæð bótanna. Félagið taldi að fjárhæðin ætti aðeins að nema verðinu sem hún var keypt á en bóndinn vildi bæta kostnaði við smalaþjálfun við.

Nefndin leit til búsetu og starfa bóndans og taldi augljóst að tjón hans væri annað og meira en við kaup á hreinræktuðum skrauthundi. Tjónið væri meðal annars falið í því að koma sér upp hundi sem hefði sambærilega getu á við þann sem fórst. Tjónið var metið að minnsta kosti 423 þúsund krónur og þarf félagið að greiða honum þá upphæð. **– jóe**

Gott hljóð í fólkinu á bakvið Secret Solstice

Skipuleggjendur tónlistarhátíðarinnar Secret Solstice eru ánægðir með hvernig til tókst. Fáar kvartanir komu inn á borð til þeirra og samstarf við nágranna, lögreglu og borgaryfirvöld gekk vel. Drög að næstu hátíð þegar á teikniborðinu.

TÓNLIST „Það má alltaf gera betur. Við erum fjögurra ára hátíð og við lifum og lærum,“ segir Sveinn Rúnar Einarsson, einn skipuleggjenda tónlistarhátíðarinnar Secret Solstice en síðasti tónninn var sleginn á sunnudagskvöld.

Hátíðin þóttist takast afburðavel og var Sveinn aðeins búinn að heyra um fáar kvartanir. „Hátíðin gekk vel. Skipulagið á öllum stöðum var til fyrirmyndar, bæði hjá okkur svo ég segi sjálfur frá og samskipti við lögreglu, nágranna og fjölmiðla voru frábær.“ Nokkrar kvartanir hafa borist undan umgengni um dalinn. Sveinn segir að hátíðin hafi verið haldin á stærra svæði í ár en undanfarin ár, en að hátíðin ætli sér að skila Laugardalnum eins og þau komu að honum, innan þriggja daga.

Hann segir himinn og haf milli fyrstu Secret Solstice og þeirrar sem var nú – í fjórða sinn sem slegið er til veislu í Laugardalnum. Um 20 þúsund manns skemmtu sér undir tónum Foo Fighters, The Prodigy, Chaka Khan og íslenskra tónlistarmanna.

Þótt veðrið hafi oft verið betra þá blésu jákvæðir vindar um Laugardalinn og segir Sveinn að undirbúningur fyrir hátíðina á næsta ári sé þegar hafinn. „Miðasala gekk vel og við erum að fara í gegnum þau mál og gera upp hátíðina næstu vikur. Hátíðin verður aftur, við stefnum að því. Það er ekkert því til fyrirstöðu að halda stóra og flotta hátíð á næsta ári.“

Erlendur gestafjöldi var svipaður í ár og á síðasta ári. Hann horfir þó bjartsýnum augum á næsta ár. „Við höfum verið að sækja í Breta og Bandaríkjamenn. Flugsamgöngur eru auðveldar til landsins og svo er WOW air að fara að fljúga til Asíu og Ísrael. Við erum mjög sátt hvernig þetta gekk og langar að bæta í hátíðina. Á meðan samstarfið er svona gott. En lögreglan ræður hvort við getum bætt í og við fylgjum hennar fyrirmælum en okkur langar það sannarlega,“ segir Sveinn og bætir við að stóri munurinn núna, þegar hátíðin er búin að festa sig í sessi, er að nú hafa umboðsskrifstofur samband við skipuleggjendur en ekki öfugt.

„Við erum búin að vekja athygli um allan heim fyrir þessa hátíð. Núna eru umboðsskrifstofur að sækja í okkur frekar en að við séum að sækja í þær. Það er frábært að svona ungri hátíð sé að takast að fá fólk til að koma til okkar.“

benediktboas@365.is

Rapparinn Aron Can skemmti sér vel á hátíðinni. FRÉTTABLAÐIÐ/ANDRI MARINÓ

> **Það er ekkert því til fyrirstöðu að halda stóra og flotta hátíð á næsta ári og erum við strax byrjuð að leggja drög að hátíðinni 2018.“**
>
> Sveinn Rúnar Einarsson, einn af skipuleggjendum Secret Solstice.

Smærri viðgerðir

Hraðþjónusta HEKLU.
Hringdu í 590 50 30 eða renndu við.
Hekla.is

HEKLA

VERIÐ VELKOMIN Í REYNSLUAKSTUR Á NÝJUM BMW X1

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

B|L

Skýring á geðklofa hófst með rannsókn á íslenskri fjölskyldu

VÍSINDI Íslensk erfðagreining hefur fundið áður óþekkt tengsl stökkbreytts gens við geðklofa. Greint var frá niðurstöðunum í tímaritinu Nature Genetics í dag. Þar kemur fram að stökkbreytingar í erfðavísinum RBM12 auki verulega líkurnar á geðklofa.

Leitin sem leiddi til þessarar uppgötvunar, hófst í einni íslenskri fjölskyldu þar sem sumir fjölskyldumeðlimanna höfðu greinst með geðklofa. Við eftirgrennslan í erlendum gagnabönkum fannst ein sambærileg stökkbreyting í sama erfðavísi í finnskum einstaklingi með geðklofa. Hún fannst síðan í skyldmennum hans, sem einnig höfðu greinst með sjúkdóminn.

Í tilkynningu sem Íslensk erfðagreining sendi frá sér segir Kári Stefánsson forstjóri að niðurstöðurnar séu fyrir margra hluta sakir mjög áhugaverðar. „Ef við getum varpað ljósi á orsakir geðklofa, færumst við nær því að skilja hvernig hugsanir og tilfinningar mótast. Við höfum áður leitt að því líkur að þær breytingar á hugsun, sem tengjast geðklofa séu mögulega ekki afleiðing sjúkdómsins, heldur þvert á móti að sjúkdómurinn sé afleiðingin af breyttri hugsun. Og í fyrri rannsóknum okkar höfum við fundið vísbendingar um tengsl geðklofa og skapandi hugsunar.“

Kári Stefánsson

Kári bendir á að til að geta hjálpað þeim sem þjást af geðklofa þurfi að skilja hann betur. „Við erum einungis að feta fyrstu skrefin í þá átt að nota erfðafræðina til að búa til skilning á því hvernig heilinn virkar. En það er enginn vafi á að erfðafræðin mun varpa nánara ljósi á það hvernig minningar varðveitast og hvernig hugsanir og tilfinningar mótast.“

Við vitum að RBM12 kemur að þroska heilans. Uppgötvunin, sem við segjum frá, er eins og áttaviti í leitinni að frekari skilningi á hvað gerist í frumum líkama þeirra, sem bera slíkar stökkbreytingar, er haft eftir Kára. Rannsóknin var unnin með samverkamönnum á Landspítalanum og SÁÁ, og erlendu samstarfsfólki. **– bb**

Ávöxtun lífeyrissjóðanna versnaði verulega í fyrra. FRÉTTABLAÐIÐ/VALGARÐUR

Engin hrein raunávöxtun hjá lífeyrissjóðum

LÍFEYRISMÁL Hrein raunávöxtun samtryggingadeilda lífeyrissjóðanna var engin, núll prósent, í fyrra. Versnaði hún verulega á milli ára en hún reyndist átta prósent árið 2015. Ávöxtunin var ein sú versta innan OECD-ríkjanna. Meðaltalsávöxtunin innan OECD var 2,8 prósent í fyrra, að því er fram kemur í samantekt Fjármálaeftirlitsins um stöðu íslensku lífeyrissjóðanna.

Hrein raunávöxtun íslenskra lífeyrissjóða síðastliðin 25 ár er 4,3 prósent og er vel yfir langtímaviðmiði þeirra um 3,5 prósenta árlega ávöxtun.

Þá var hrein raunávöxtun séreignarsparnaðar lífeyrissjóða neikvæð um 0,7 prósent á liðnu ári. **– kij**

Aldrei fleira fólk á flótta

SAMFÉLAG 2016 voru 65,6 milljónir manna flóttamenn, hælisleitendur eða kvótaflóttamenn víðsvegar um heiminn samkvæmt tölum frá flóttamannaráði Sameinuðu þjóðanna. Til þess að setja töluna í samhengi bjuggu rúmlega 66 milljónir manna í Frakklandi árið 2015. Um 300 þúsund manna aukning var milli ára. Aldrei hafa fleiri verið á flótta. Fjöldi flóttamanna óx þó mun meira milli 2014 og 2015, eða um fimm milljónir.

BBC greinir frá að árið 2016 flúðu um 340 þúsund manns átök í Suður-Súdan, og flúðu hvergi fleiri frá einu landi. Áætlað er að 200 þúsund manns hafi flúið Sýrland á tímabilinu. **– sg**

Engin lögga vilji vera sú fyrsta til að grípa til byssunnar

Lögreglumenn sem grípa til skotvopns mega búast við því að aðgerðin verði rannsökuð ofan í kjölinn. Komi til álita hvort viðkomandi lögreglumaður hafi gengið of langt munu dómstólar skera úr um lögmætið. Yfirlögregluþjónn segir enga lögreglumenn hafa áhuga á því að vera vopnaðir dagsdaglega.

LÖGREGLUMÁL „Almennir lögreglumenn vilja halda því sem lengst að þeir verði ekki vopnaðir skotvopnum daglega. Það hefur enginn áhuga á því,“ segir Ásgeir Þór Ásgeirsson, yfirlögregluþjónn hjá lögreglunni á höfuðborgarsvæðinu. Lögreglumenn sem beita skotvopnum mega búast við því að umfangsmikil rannsókn fari fram á atvikinu. Sé niðurstaðan sú að lögreglumaðurinn hafi gengið of langt í valdbeitingu getur hann hlotið dóm fyrir.

„Lögreglumaður er alltaf ábyrgur fyrir því að beita ekki meira harðræði en þörf er á. Síðan er það dómstóla að skera úr um hvort lögregla hefur farið út fyrir valdsvið sitt eða ekki. Öll svona mál eru rannsökuð út í ystu æsar,“ segir Ásgeir. Eðli málsins samkvæmt er það engin óskastaða fyrir lögreglumenn að vera rannsakaðir svo gaumgæfilega.

„Það er nákvæmlega sama ábyrgð sem hvílir á lögreglumönnum við notkun handjárna, kylfu, gass eða skotvopna. Það er bara mismunandi stig valdbeitingar. Þetta er ekki öðruvísi vald en hitt, það bara hefur meiri afleiðingar. Ef lögreglumaður notar valdbeitingarheimild er honum skylt að stoppa þegar hann hefur náð því fram sem hann ætlar að ná fram. Ef lögreglumaður á að nota skotvopn þá er hvert einasta skot sjálfstæð ákvörðun. Ef eitt skot dugar til að stöðva hættuna þá má ekki nota tuttugu skot til vonar og vara.“

Eins og Fréttablaðið hefur greint frá hljóta almennir lögregluþjónar á bilinu 69 til 99 klukkustunda þjálfun á ári, meðal annars í skotvopnaburði. Lögreglubílar eru búnir skotvopnum í sérstökum öryggishólfum en almennir lögreglumenn hafa aldrei tekið byssu úr slíðri. Skotvopnaburður hefur því alfarið verið í höndum sérsveitar Ríkislögreglustjóra.

Stefna lögreglunnar er að almennir lögreglumenn komi aldrei til með að þurfa að bera skotvopn dagsdaglega. Aginn er mikill sem og þjálfun lögreglumanna, en enginn vill vera fyrstur til að hleypa af. FRÉTTABLAÐIÐ/EYÞÓR

> **Við viljum hafa það þannig að við munum aldrei þurfa að nota skotvopn. Það er mikill agi og mikil þjálfun sem lögreglumenn fá en það vill enginn vera sá fyrsti.**
>
> Ásgeir Þór Ásgeirsson yfirlögregluþjónn

Gátu ekki sinnt skyldum í skotárás

Árið 2011 varð skotárás í Bryggjuhverfi í Reykjavík. Þá höfðu lögreglumenn ekki fengið jafn markvissa skotvopnaþjálfun og nú tíðkast. Ásgeir segir að almennir lögreglumenn hafi ekki getað sinnt skyldum sínum þegar það mál kom upp.

„Við höfum skyldum að gegna en sérsveitin mun aldrei geta leyst öll mál ein. Þá vorum við ekki með þjálfaða lögreglumenn og áttum ekki þann búnað sem þarf til að senda lögreglumenn í návígi, til þess að loka svæði af og tryggja öryggi almennra borgara.“

„Við viljum hafa það þannig að við munum aldrei þurfa að nota skotvopn. Það er mikill agi og mikil þjálfun sem lögreglumenn fá en það vill enginn vera sá fyrsti. Það er okkar stefna að það verði enginn sá fyrsti.“

Ásgeir segir að á fundi allsherjar- og menntamálanefndar Alþingis fyrir helgi hafi komið fram í máli lögreglustjóra að almenn lögregla yrði ekki búin skotvopnum dagsdaglega. „Þetta er okkar sérstaða. Við viljum halda henni sem lengst. En við viljum líka sýna ábyrgð og vera með vel þjálfaða lögreglumenn sem geta sinnt öllum verkefnum.“

snaeros@frettabladid.is

Keðjusagir

Mikið úrval keðjusaga með tvígengis- eða fjórgengismótor. Einnig keðjusagir fyrir 230V og 18V eða 36V rafhlöður.

Keðjusög með 35 cm sverði	Keðjusög með 45 cm sverði	Keðjusög með 74 cm sverði
Mótor 32cc / 1,35kW	Mótor 42,4 cc / 2,1kW	Mótor 90 cc / 4,9kW
Þyngd 4,2 kg	Þyngd 4,8 kg	Þyngd 8,2 kg

ÞÓR HF

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

Þið smellpassið saman. AYGO og þú með vinum þínum út í sveit. Brostu hringinn meðan þú snattast í bænum. Njóttu þess að mynda ný tengsl með AYGO í sumarsólinni.

- **2 ára þjónustupakki fylgir með öllum AYGO**
- **Kynntu þér Toyota FLEX, nýja leið til að eignast Toyota bifreið, á www.toyota.is**

VILDARPUNKTAR ICELANDAIR MEÐ ÖLLUM NÝJUM TOYOTUM

3+2 ÁBYRGÐ · 2 ÁRA ÞJÓNUSTA · FLEX

Toyota Kauptúni	**Toyota Akureyri**	**Toyota Reykjanesbæ**	**Toyota Selfossi**
Kauptúni 6	Baldursnesi 1	Njarðarbraut 19	Fossnesi 14
Garðabæ	Akureyri	Reykjanesbæ	Selfossi
Sími: 570-5070	Sími: 460-4300	Sími: 420-6600	Sími: 480-8000

Sjá nánar um Vildarpunktasöfnun á www.toyota.is
Bíllinn í þessari auglýsingu endurspeglar ekki endilega það verð og þann búnað sem tilgreindur er.
Allar upplýsingar eru birtar með fyrirvara um villur.

Hermann Björnsson, forstjóri Sjóvár. FRÉTTABLAÐIÐ/VALGARÐUR

Sjóvá bætir við hlut sinn í N1

VIÐSKIPTI Tryggingafélagið Sjóvá bætti við eignarhlut sinn í olíufélaginu N1 í síðustu viku og átti síðasta fimmtudag samtals 5.740.836 hluti eða 2,3 prósent hlutafjár í félaginu. Tryggingafélagið er þar með aftur á lista yfir stærstu hluthafa í N1, en þar hefur félagið ekki verið undanfarnar vikur. Miðað við gengi hlutabréfa N1 í gær er eignarhlutur Sjóvár metinn á um 690 milljónir króna.

Lífeyrissjóður verslunarmanna, Gildi – lífeyrissjóður og Lífeyrissjóður starfsmanna ríkisins eru eftir sem áður stærstu hluthafar í olíufélaginu.

Eins og kunnugt er hefur olíufélagið tilkynnt um áform sín um að kaupa Festi, næststærsta smásölufélag landsins. – kij

Eignarhlutur Sjóvár er metinn á um 690 milljónir króna.

Vonar hið besta

Spænskur maður, búsettur í norðvesturhluta landsins, horfir á reykinn rísa við sjónarrönd. Handan landamæranna, í Portúgal, hafa fimmtíu hektarar lands brunnið í miklum skógareldum. Rúmlega sextíu hafa farist í eldinum en flestir brunnu þegar þeir króuðust af í bílum sínum. Nágrannalönd hafa aðstoðað við slökkvistarf en ekki hefur enn tekist að ná tökum á eldinum. FRÉTTABLAÐIÐ/EPA

Ungi maðurinn gaf í síðustu metrana

Ungur maður endaði á tólf ára gamalli Toyota Corolla, sem hann hafði fengið lánaða, í Ölfusá í gær. Ótrúlegt verður að teljast að hann hafi sloppið aðeins kaldur og hrakinn.

LÖGREGLUMÁL Ungur maður slapp án teljandi meiðsla eftir að hafa ekið Toyota Corolla bifreið á fullri ferð ofan í Ölfusá eftir eltingaleik við lögreglu í gær. Eftirförin hófst í Vogahverfi í Reykjavík um klukkan 10 og var mikil umferð á meðan á eftirförinni stóð. Mikil hætta skapaðist þegar bílnum var ekið á miklum hraða um hverfi borgarinnar, Hellisheiði, Hveragerði og inn á Selfoss.

Lögreglan lokaði brúnni með svokallaðri fastri lokun, þar sem bílum var komið fyrir við brúarendann, en áður var búið að reyna að stöðva för mannsins með því að aka utan í bíl hans, nota naglamottu og koma lögreglubíl fram fyrir án árangurs. Þegar lögreglumenn ætluðu að komast fram fyrir bílinn ók ökumaðurinn utan í lögreglubílana. Hið minnsta sjö lögreglubílar, meðal annars bílar frá sérsveit Ríkislögreglustjóra og tvö mótorhjól tóku þátt í aðgerðunum sem minnti frekar á amerískan eltingaleik en íslenskan veruleika.

Þegar leikar bárust að Selfossi sá ökumaðurinn enga aðra leið en að aka fram hjá Jórunnartúni 2, sem Guðni Ágústsson, fyrrverandi ráðherra, átti og Þórarinn Ingólfsson, faðir Ingós veðurguðs, á núna, og beint ofan í ána. Gaf hann í síðustu metrana. Bílinn rak þar undir Ölfusárbrú þar sem hann steytti á kletti og festist. Bíllinn, tólf ára gömul Toyota Corolla, er í eigu Bílahallarinnar-Bílaryðvörn sem Jón Ragnarsson, margfaldur Íslandsmeistari í rallý, á og rekur. Jón segir að bíllinn hafi verið í láni. „Ég hef meiri áhyggjur af hvort maðurinn hafi meiðst. Hann virðist vera sæmilega heill. Annað veit ég ekki. En við berum ábyrgð á bílnum. Það er kannski fyrir mestu að hann fór í ána en ekki framan á einhvern bíl í látunum,“ segir Jón.

Maðurinn komst af sjálfsdáðum út úr bílnum og upp á þak þar sem hann komst í línu sem björgunarsveitarmenn köstuðu til hans frá brúnni. Hann beið svo á þaki bílsins þar til menn á báti komu honum til bjargar. – bb, skh

Lögregla segir líðan mannsins góða eftir atvikum. FRÉTTABLAÐIÐ/MHH

Skapaðu nýtt sjónarhorn

Ókeypis kynningartími á morgun kl. 20:00

Ármúli 11, 3. hæð
Skráning á www.dale.is

Dale Carnegie

Brimborg | Bíldshöfða 8 110 Reykjavík S. 515 7000 | Tryggvabraut 5 600 Akureyri S. 515 7050

mazda.is

Sumarhappdrætti

Krabbameinsfélagsins

Útdráttur
17. júní 2017

Vinningar

Suzuki S-Cross GLX 4WD að verðmæti 5.160.000 kr.

38988

Greiðsla upp í bifreið eða íbúð að verðmæti 1.000.000 kr.

59427 98905 127248

Úttekt hjá ferðaskrifstofu eða verslun að verðmæti 200.000 kr.

1397	29209	47227	70517	93184	123301
6066	30000	48435	70855	93469	127892
6292	34648	48689	71377	94001	131719
6337	34667	51309	71836	98510	134406
6588	35824	51522	73259	100583	135843
9872	36702	52554	73520	100821	138001
11897	36846	53328	74739	102456	138256
11950	38210	54179	76035	103477	138951
12778	39330	55310	76588	105089	141744
18020	43235	57364	79064	105399	142794
18029	43701	58295	81867	105745	143100
18297	43749	58314	82551	108940	147770
22852	44556	59109	82645	114373	148391
24373	45049	60481	82675	114391	150380
25527	46210	60501	85413	116633	155606
26464	46456	62880	87011	118521	155943
26672	46459	67204	90768	121899	157060
27529	46597	68089	91032	121968	
28246	46629	69913	91538	122870	

Úttekt hjá ferðaskrifstofu eða verslun að verðmæti 100.000 kr.

181	22128	44291	71284	93326	115368	141709
1034	23982	45379	72713	94773	116985	141753
2531	24536	46291	73071	96664	117822	142050
4017	25891	47463	73756	96811	119236	143806
4483	26443	47714	74192	97389	119239	144463
6196	27079	48278	74833	97674	119344	144477
6947	27987	48939	75224	98558	121227	144625
7147	29307	52654	76571	99883	122696	145001
7181	29921	53008	76600	100654	122895	145428
7376	30904	53184	77332	102308	124478	146705
7451	32605	56541	77710	103010	127042	147573
9655	35580	57242	78911	105107	127599	147582
10126	37002	57421	80292	105827	131181	148727
11019	37252	57683	81087	108076	132047	149370
11232	37431	58700	81596	108464	132577	152156
11872	38295	61285	83185	110245	132875	153769
13388	38373	62261	84667	112168	133424	154087
15127	38423	63560	85876	113141	136654	154311
16868	42243	64641	86499	113562	136804	154432
17140	43005	66528	86807	113733	138943	155507
18358	43680	66979	87809	114794	139145	157326
19236	44081	70242	90001	114989	139835	158279
22013	44230	70837	90923	115278	140381	

Krabbameinsfélagið þakkar landsmönnum veittan stuðning.

Handhafar vinningsmiða framvísi þeim á skrifstofu Krabbameinsfélagsins að Skógarhlíð 8, sími 540 1900.

Byrjað verður að greiða út vinninga þann 5. júlí nk.

Krabbameinsfélagið
www.krabb.is

Birt án ábyrgðar

Hryðjuverkamaðurinn ekki kynþáttahatari

Minnst einn lést og níu slösuðust þegar breskur maður ók á hóp múslima í London í gær. Þetta er fjórða hryðjuverkaárásin í landinu í ár. Fjölskylda árásarmannsins segir að hann sé ekki kynþáttahatari heldur glími hann við veikindi.

BRETLAND Minnst einn lést og níu slösuðust í hryðjuverkaárás tæplega fimmtugs Breta í London í gær. Fjölskylda mannsins segir að hann hafi lengi glímt við veikindi. Hann væri hins vegar ekki kynþáttahatari.

Árásin átti sér stað fyrir utan mosku í Finsbury-hverfinu í norðurhluta London skömmu eftir miðnætti. Hinn látni var á gamalsaldri og hafði verið sjúkur fyrir. Hin slösuðu voru að veita honum aðhlynningu þegar ekið var á þau. Nokkur hinna særðu eru lífshættulega særð.

Árásarmaðurinn heitir Darren Osborne og er breskur fjögurra barna faðir á fimmtugsaldri. Hann var handtekinn á staðnum. Sjónarvottar segja að ímam úr moskunni hafi komið í veg fyrir að æstur múgur réðist á hann. Osborne á rætur að rekja til Cardiff í Wales. Húsleit var gerð á nokkrum stöðum í borginni í tengslum við árásina.

„Við erum í algjöru áfalli. Þetta er ótrúlegt og við höfum ekki almennilega áttað okkur á því sem gerðist," segir í yfirlýsingu frá fjölskyldu mannsins. „Hann hefur bara glímt við vandamál í langan tíma. Hann er ekki kynþáttahatari."

„Í morgun vöknuðu íbúar Bretlands við fregnir af enn einni hryðjuverkaárásinni á götum höfuðborgar okkar. Þetta er önnur árásin í þessum mánuði og er hún jafn mikið áfall og þær sem á undan hafa komið," sagði Theresa May, forsætisráðherra Bretlands, í gærmorgun.

Hátt í hundrað viðbragðsaðilar voru kallaðir út. FRÉTTABLAÐIÐ/EPA

Theresa May, forsætisráðherra Bretlands

„Þetta er árás sem beint var gegn venjulegum og saklausum Bretum í hinu daglega amstri. Að þessu sinni gegn breskum múslimum á leið frá mosku."

„Þegar hann kom út úr bílnum vildi hann hlaupast á brott. Hann sagði ítrekað að hann vildi drepa múslima," segir sjónarvotturinn Abdul Raman við BBC. „Ég hæfði hann í magann og í kjölfarið vorum við nokkrir sem héldum honum niðri þar til lögreglan kom á vettvang."

Öryggismálaráðherrann Ben Wallace segir að maðurinn hafi ekki verið talinn ógn af leyniþjónustunni og þá væri ekkert sem benti til þess að hann ætti sér samverkamenn. Hann bætti því við að árásin hefði verið skilgreind sem hryðjuverk átta mínútum eftir að hún átti sér stað.

johannoli@frettabladid.is

Brexit-viðræður hafnar

BRETLAND Í gær hófust formlega Brexit-viðræður breskra stjórnvalda við stjórnendur Evrópusambandsins um útgöngu Breta úr sambandinu.

Business Insider greinir frá því að viðræður hafi hafist í skugga þess að misjafnar skoðanir eru innan ríkisstjórnarinnar um markmið samningaviðræðnanna. Einnig er vaxandi óvissa um leiðtogahæfni Theresu May, forsætisráðherra Bretlands.

Í gærmorgun funduðu þeir David Davis, Brexit-ráðherra Bretlands, og aðalsamningamaður Evrópusambandsins, Michel Barnier, í Brussel. Talið er að fjallað verði fyrst um framtíð fólks frá Evrópusambandinu sem búsett er í Bretlandi. Síðar á árinu verði tekin fyrir framtíð Bretlands við Evrópusambandsríkin.

David Davis, Brexit-ráðherra Bretlands, og Michel Barnier, aðalsamningamaður Evrópusambandsins. FRÉTTABLAÐIÐ/EPA

Davis sagði á blaðamannafundi við upphaf viðræðna að verið væri að hefja viðræður á jákvæðum og uppbyggilegum nótum.

Enn er mikil óvissa í viðræðunum. May hefur enn ekki tekist að semja við Lýðræðislega sambandsflokkinn (DUP) á Norður-Írlandi um stuðning við minnihlutastjórn Íhaldsflokksins.

Hún hefur talað fyrir svokölluðu „hörðu Brexit" sem myndi fela það í sér að Bretar myndu ekki lengur hafa aðgang að innri markaði Evrópusambandsins, en svo virðist sem meirihluti Breta styðji ekki þá stefnu og er nú verið að ýta á hana að breyta stefnu sinni. – sg

STUÐ Í ÚTILEGUNNI

MEÐ EXIDE RAFGEYMUM

Áreiðanlegir og sterkbyggðir rafgeymar fyrir ýmsar gerðir af ferðatækjum, s.s. hjólhýsi, fellihýsi o.fl. Veldu þaulreynda vöru frá gæðaframleiðanda.

EXIDE TECHNOLOGIES TRANSPORTATION

Exide fæst í verslun Rekstrarlands, Vatnagörðum 10 og hjá útibúum Olís um land allt.
Sími 515 1100 • pontun@olis.is • olis.is

olís

PIPAR\TBWA • SÍA • 172194

Kristall NIVEA mbl.is

SJÓVÁ

Takk fyrir daginn!

Þátttakan í Sjóvá Kvennahlaupi ÍSÍ á sunnudaginn var frábær.

Um 10.000 konur, karlar og börn hlupu
á yfir 80 stöðum hérlendis og erlendis.

**Íþrótta- og Ólympíusamband Íslands og Sjóvá
þakka öllum kærlega fyrir þátttökuna í ár.**

Hlökkum til að sjá ykkur 2018!

Borgarlínan

Þorbjörn Þórðarson
thorbjorn@frettabladid.is

Geta mannsins til að spá fyrir um framtíðina er í dag mun lakari en hún var fyrir nokkur hundruð árum. Ástæðan er sú að tækniþróun og framfarir eru miklu örari í dag en þá.

Ef borgarar í hvaða Evrópuríki sem er í upphafi 16. aldar hefðu verið beðnir um að spá hvernig samfélagið yrði 50 árum síðar þá hefðu þeir getað sagt með nokkurri vissu að ákveðinn hluti manna myndi deyja úr hungri á tímabilinu, samgöngur yrðu svipaðar eða nákvæmlega eins, vopn yrðu sambærileg því sem þá þekktist og tímabilið myndi einkennast af stríðsátökum. Árið 2017 er hins vegar fullkomlega ómögulegt að spá fyrir um hvernig samfélagið verður árið 2067. Hversu langt verður maðurinn kominn í þróun á róbótatækni? Hvaða orkugjafa verður maðurinn búinn að beisla? Mun hafa átt sér stað samruni véla og manna? Verður eilíft líf innan seilingar? Þótt þessar spurningar virðist fjarstæðukenndar fyrir einhverjum eru þær allar raunhæfar.

Borgarlínan er nýtt kerfi almenningssamgangna sem sveitarfélögin á höfuðborgarsvæðinu undirbúa í sameiningu. Um er að ræða nýtt kerfi hraðvagna og léttlesta sem mun liggja í gegnum öll sveitarfélögin á svæðinu og verður allt að 57 kílómetrar að lengd. Kerfið verður byggt upp í áföngum. Stefnt er að því að taka fyrsta áfanga í notkun árið 2022 en að kerfið í heild verði tilbúið árið 2040. Miðað er við að almenningssamgöngur á höfuðborgarsvæðinu myndi tveggja laga kerfi. Annars vegar Borgarlínuna sjálfa og hins vegar strætisvagnakerfi sem verður lagað að Borgarlínunni. Kostnaður við heildarnetið er áætlaður á bilinu 63 til 70 milljarðar króna. Greint hefur verið frá því að kostnaðurinn geti þó orðið talsvert hærri eða allt að 90 milljörðum króna. Ef það á að ráðast í fjárfestingu af þessari stærðargráðu er mikilvægt að menn hafi fast land undir fótum um að kerfið sem byggja á upp sé í takti við þarfir samfélagsins.

Þróun í hönnun rafbíla hefur verið mjög hröð. Fyrirtæki eins og Tesla og Google og flestir stóru bílaframleiðendurnir hafa fjárfest í þróun á sjálfkeyrandi rafbílum. Volkswagen hefur þegar kynnt einn slíkan, Sedric. Því er spáð í nýrri skýrslu hugveitunnar RethinkX að árið 2030 verði 95 prósent allra ferða á bandarískum vegum farnar í sjálfkeyrandi rafbílum sem verði ekki í einkaeigu heldur í eigu akstursþjónustufyrirtækja. Við sjáum þegar vísi að þessu í þeim borgum þar sem Uber hefur rutt sér til rúms.

Ekki er útilokað að þegar léttlestakerfi Borgarlínu verður tekið í notkun verði komin fram ný tækni sem geri kerfið úrelt. Það er eðlilegt í ljósi kostnaðar kerfisins að kjósendur á höfuðborgarsvæðinu svari því með skýrum hætti hvort þeir vilji að ráðist verði í fjárfestingu af þessari stærðargráðu.

Geta okkar til að setja fram raunhæfa spádóma um framtíðina er takmörkuð. Gildir það bæði um sjálfkeyrandi rafbíla og kosti Borgarlínunnar. Að þessu sögðu er samt mikilvægt að þeir stjórnmálamenn sem hafa efasemdir um Borgarlínuna setji málið á dagskrá fyrir sveitarstjórnarkosningarnar á næsta ári.

Ekki er útilokað að þegar léttlestakerfi Borgarlínu verður tekið í notkun verði komin fram ný tækni sem geri kerfið úrelt.

Halldór

Frá degi til dags

Dagur fram

Dagur B. Eggertsson borgarstjóri hyggst bjóða sig fram að nýju í næstu sveitarstjórnarkosningum. Annað væri í raun óeðlilegt. Nýjustu kannanir sýna meirihluta borgarinnar ríghalda og þó Samfylkingin hafi tekið ákveðinn skell í borginni virðist ekki ríkja neitt almennt vantraust í garð Dags hjá þorra kjósenda. Það hefur aftur á móti mikið verið skrafað um nýjan R-lista með kosningabandalagi Samfylkingar við Bjarta framtíð og Vinstri græn. Það væri ógáfulegt fyrir Dag og myndi á endanum skila sér í færri atkvæðum en annars. Samfylkingunni vegnar best þegar hún stendur jafnt í báða fætur frekar en að hoppa aðeins á þeim vinstri.

Jafnréttismálin

Dagur bendir réttilega á að það sé risa jafnréttismál að brúa bilið á milli fæðingarorlofs og leikskóla. Meirihlutinn gekk hins vegar inn í kjörtímabilið með það markmið að lækka leikskólagjöld frekar en að stofna ungbarnadeildir. Nú er sú vinna loksins farin af stað. Það er ekki góður vitnisburður um skynsama forgangsröðun að velja frekar að jafna nokkra þúsundkalla á fjölskyldur, með því að lækka jafnt á alla, í stað þess að tryggja strax í byrjun að konur komist vandræðalaust út á vinnumarkaðinn um leið og fæðingarorlofi sleppir.

snaeros@frettabladid.is

Er í lagi að ráðherrar ljúgi?

Kolbeinn Óttarsson Proppé
þingmaður Vinstri grænna

Ég er einfaldur maður og held að lífið snúist í grundvallaratriðum um nokkra einfalda hluti: að vera góður við annað fólk, meta alla jafnt, ekki bara hugsa um eigin hagsmuni, að tala hreint út og segja satt. Og verði manni eitthvað á, þá á maður að leggja sig fram við að bæta fyrir það og leiðrétta. Ég held að þessi einfalda og bernska lífsspeki sé sérstaklega mikilvæg þeim sem taka þátt í stjórnmálum og enn frekar þeim sem falin er ábyrgð á hendur á þeim vettvangi.

Ég hef verið nokkuð hugsi yfir því undanfarið að eftir umrót síðustu ára í stjórnmálum; eftir búsáhaldabyltingu, kröfu um gegnsærri og heiðarlegri stjórnmál, eftir að tvær af síðustu þremur ríkisstjórnum hafa hrökklast frá völdum vegna þess að almenningur treysti þeim ekki lengur – eftir allt þetta ferli virðumst við vera stödd á þeim stað að það sé í lagi að ráðherra ljúgi að Alþingi.

Benedikt Jóhannesson fjármálaráðherra varð á dögunum uppvís að því að hafa sagt ósatt í pontu. Tilefnið var fyrirspurn Óla Halldórssonar, varaþingsmanns Vinstri grænna, um hvort fjárfestar hefðu sett sig í samband við ráðuneytið vegna Keflavíkurflugvallar. Þrátt fyrir að fjárfestar hefðu gert það, sagði Benedikt svo ekki vera. Og síðar sama dag áttu fjárfestar annan fund um einmitt þetta mál.

Öllum getur orðið á, en það hvernig við tökum á slíku segir ansi margt um það hver við erum. Benedikt þagði þunnu hljóði yfir ósannindunum og það var ekki fyrr en Stundin hafði samband að ráðherrann útskýrði málið á Facebook. Og skýringin? Hann vissi einfaldlega ekki af því hvað verið var að bardúsa í ráðuneytinu varðandi fundi um mál sem hefur verið þó nokkuð í umræðunni. Enn hefur Benedikt þó ekki útskýrt hvers vegna hann beið með að útskýra ósannindin þar til blaðakonan kom upp um hann.

Stjórnmálamenn eiga að vera þjónar fólksins, ekki herrar. Ráðherrar sem eru uppvísir að ósannindum, eiga að taka meiri ábyrgð á því en að henda í einn status sem segir ekki nema hálfa söguna.

Stjórnmálamenn eiga að vera þjónar fólksins, ekki herrar.

FRÉTTABLAÐIÐ
ÚTGÁFUFÉLAG: 365 miðlar ehf. **STJÓRNARFORMAÐUR:** Einar Þór Sverrisson **FORSTJÓRI:** Ingibjörg Stefanía Pálmadóttir **ÚTGEFANDI OG AÐALRITSTJÓRI:** Kristín Þorsteinsdóttir *kristin@frettabladid.is* **AÐSTOÐARRITSTJÓRAR:** Andri Ólafsson *andri@frettabladid.is*, Hrund Þórsdóttir *hrund@stod2.is*, Kolbeinn Tumi Daðason *kolbeinntumi@365.is*. Fréttablaðið kemur út í 90.000 eintökum og er dreift ókeypis á heimili á höfuðborgarsvæðinu og Akureyri. Einnig er hægt að fá blaðið í völdum verslunum á landsbyggðinni. Fréttablaðið áskilur sér rétt til að birta allt efni blaðsins í stafrænu formi og í gagnabönkum án endurgjalds. ISSN 1670-3871 **FRÉTTABLAÐIÐ Skaftahlíð 24, 105 Reykjavík Sími: 512 5000,** *ritstjorn@frettabladid.is* **ÞRÓUNARSTJÓRI:** Tinni Sveinsson *tinni@365.is* **HELGARBLAÐ:** Kristjana Björg Guðbrandsdóttir *kristjanabjorg@frettabladid.is* **MARKAÐURINN:** Hörður Ægisson *hordur@frettabladid.is* **MENNING:** Magnús Guðmundsson *magnus@frettabladid.is* **LÍFIÐ:** Guðný Hrönn Antonsdóttir *gudnyhronn@frettabladid.is* **LJÓSMYNDIR:** Vilhelm Gunnarsson *villi@365.is* **FRAMLEIÐSLUSTJÓRI:** Sæmundur Freyr Árnason *sfa@frettabladid.is*

Fimm ára úrbótaáætlun með fyrirvara um fjármögnun ríkisins

Þorsteinn Gunnarsson
sveitarstjóri Skútustaðahrepps

Fráveitumál við Mývatn hafa verið í brennidepli. Í upphafi er rétt að leiðrétta algengan misskilning í umræðunni. Halda mætti að öllu skólpi sé dælt beint í Mývatn. Þetta er auðvitað alrangt því hér tíðkast víða tveggja þrepa hreinsun og heilbrigðiseftirlitið fylgist með því að sveitarfélagið og rekstraraðilar uppfylli lög og reglur. Mývetningar hafa að mörgu leyti verið til fyrirmyndar í fráveitumálum í gegnum tíðina en árið 2012 var kröfunum breytt með einu pennastriki og gerðar íþyngjandi kröfur á Mývetninga með því sem kallað er „umfram tveggja þrepa hreinsun“. Hvað það þýðir er í raun verkfræðilegt úrlausnarefni en kostnaðurinn við slíka hreinsun er mikill.

Í síðustu viku sendu sveitarfélagið Skútustaðahreppur og 15 rekstraraðilar í Skútustaðahreppi inn sameiginlega umbótaáætlun um fráveitumál í sveitarfélaginu til Heilbrigðiseftirlits Norðurlands eystra (HNE). Unnið var út frá gildum, markmiðum og framtíðarsýn. Framtíðarsýn umbótaáætlunarinnar er að sveitarfélagið Skútustaðahreppur og rekstraraðilar verði til fyrirmyndar í fráveitumálum til að lágmarka áhrif mannsins á lífríkið í Mývatni.

Umbótaáætlunin er unnin vegna krafna HNE þar sem lögð er fram krafa um tímasetta áætlun um úrbætur þar sem fram kemur hvernig og fyrir hvaða tíma sveitarfélagið muni taka í notkun skólphreinsivirki fyrir þéttbýlið í Reykjahlíð og á Skútustöðum sem fullnægir kröfum um ítarlegri hreinsun en tveggja þrepa. Tímasett áætlun um úrbætur átti að berast HNE ekki seinna en 17. júní. Lögð er fram fimm ára tímasett umbótaáætlun sem byggir á samþættingu aðgerða. Gerðir eru fyrirvarar á áætluninni, bæði lagalegir og ekki síst hvað varðar aðkomu ríkisvaldsins um fjármögnun.

Sveitarfélagið Skútustaðahreppur á jafnframt í viðræðum við Norðurorku um aðkomu að veitumálum sveitarfélagsins. Gert er ráð fyrir að viðræður við ríkisvaldið og Norðurorku standi til áramóta. Verði seinkun á viðræðunum má reikna með að seinkun verði á ferlinum sem því nemur þar sem fjárhagsleg aðkoma ríkisins er ein helsta forsendan fyrir framgangi verkefnisins. Undirbúningur af hálfu sveitarfélagsins er þegar hafinn með breytingum á deiliskipulagi og fleira. Rekstraraðilar hafa einnig hafið undirbúning af sinni hálfu.

Heildarkostnaður fráveituframkvæmdanna fyrir sveitarfélagið er áætlaður um 500-700 m.kr. en fyrir rekstraraðila má áætla að kostnaðurinn hlaupi á hundruðum milljóna króna. Sveitarfélagið hefur fundað með umhverfisráðherra og fjármálaráðherra um aðkomu ríkisvaldsins hvað varðar fjármögnun og lofar fundurinn góðu um framhaldið.

Sameiginlegir hagsmunir

Hver og einn rekstraraðili er ábyrgur fyrir sinni umbótaáætlun líkt og sveitarfélagið en helstu ástæður fyrir að skila inn sameiginlegri umbótaáætlun eru sameiginlegir hagsmunir, samlegðaráhrif, hagkvæmni og samþætting verkefnisþátta í þeim tilfellum þar sem rekstraraðilar eru staðsettir í skilgreindum þéttbýliskjarna. Samkvæmt lögum um uppbyggingu og rekstur fráveitna kemur fram að uppbygging fráveitna sé á ábyrgð sveitarfélaga og því mikilvægt fyrir rekstraraðila að vita hvenær þeir geta tengt sig inn á safnkerfi fráveitu sveitarfélagsins samkvæmt gjaldskrá.

Ákvæði verndarlaganna um Mývatn og Laxá stefndu ekki að því í upphafi að leggja auknar fjárhagslegar byrðar á Skútustaðahrepp, en sýnt er að slíkar kröfur eru komnar fram sbr. krafa Heilbrigðisnefndar Norðlands eystra. Þær eru verulega íþyngjandi fyrir sveitarfélagið og íbúa þess og verður að skoða út frá jafnræðissjónarmiðum og þeim grundvallarhagsmunum sem liggja að baki verndarlögunum. Vernd Mývatns má rekja til einstakrar stöðu vatnsins og alþjóðlegra skuldbindinga ríkisins gagnvart svæðinu. Kröfur um gerð umbótaáætlunar eru því einnig málefni sem varðar ríkið.

Ein af helstu forsendum þess að ráðist er í svo kostnaðarsamar framkvæmdir í fráveitumálum hlýtur að vera að vöktun á lífríki Mývatns verði aukin til muna til að meta stöðuna og áhrif framkvæmdanna á lífríkið til framtíðar. Á fundi fulltrúa sveitarstjórnar með fjármálaráðherra og umhverfisráðherra fyrir skömmu greindi umhverfisráðherra frá því að ráðuneytið ætlar að setja aukið fjármagn í rannsóknir og vöktun Mývatns, sem er fagnaðarefni.

Smjörklípa?

Guðmundur J. Guðmundsson
kennari

Það er gamalt pólitískt herbragð þegar umræða um eitthvert mál er orðin óþægileg fyrir stjórnmálamenn að beina athygli fólks í aðra átt. Hér á landi hefur þetta verið kölluð smjörklípuaðferðin og er með því vísað í ömmu fyrrverandi forsætisráðherra sem smurði dálítilli smjörklípu á köttinn sinn ef hann sýndi t.d. fiskinum sem verið var að verka óþarfa athygli. Kötturinn fór þá að eltast við smjörklípuna.

Fyrir ekki svo mörgum dögum var heitasta umræðuefnið í fjölmiðlum og á samfélagsmiðlum skipun dómara í nýtt millidómstig. Óhætt er að segja að gjörðir dómsmálaráðherra og ríkisstjórnarinnar í því máli hafi laskað orðspor dómsins alvarlega áður en hann tók til starfa enda lyktuðu þær af pólitískri hefnigirni, flokkshygli og nepótisma.

Í þeirri umræðu sem spratt í kjölfarið áttu ráðherra og stuðningsmenn hennar undir högg að sækja svo vægt sé til orða tekið. En hvað gerist þá? Skyndilega birtast alvopnaðir lögreglumenn á fjölskylduhátíð og boðaður var enn frekari vopnaburður á þjóðhátíðardaginn. Það er skemmst frá því að segja að starfshættir dómsmálaráðherra gufuðu snarlega upp úr samfélagsmiðlunum og af síðum dagblaðanna og í staðinn hömuðust menn í að vera með eða á móti vopnaburði lögreglunnar.

Aðspurður hvort þessi aðgerð væri vegna breytinga á hættustigi svaraði ríkislögreglustjóri því til að svo væri ekki, hættustig væri hið sama og ekki virtust heldur liggja fyrir neinar nýjar upplýsingar sem þyrfti að bregðast við. Það læðist því óneitanlega að manni sá grunur að uppátækið sé smjörklípa til að draga athyglina frá vinnubrögðum dómsmálaráðherra. Ef sú er raunin þá hefur það svo sannarlega tekist. Enginn minnist lengur á dómararáðningar. Gallinn við þessa smjörklípu er hins vegar sá að deilurnar um skipun dómaranna eru ekki horfnar, þær liggja bara niðri um stund en munu blossa upp aftur þegar kærur vegna þeirra koma fyrir dóm. Yfirvöld dóms- og lögreglumála eru því einungis að míga í skóinn sinn.

Almennt nýtur lögreglan hér á landi trausts og hún er ein af fáum stofnunum samfélagsins sem héldu orðspori sínu óhögguðu gegnum hrunið. Það þarf hins vegar ekki nema eitt alvarlegt atvik til að það orðspor fari sömu leið og orðspor millidómstigsins nýja. Það má því segja, ef þetta er smjörklípa, að þá séu yfirvöld löggæslu og dómsmála svo sannarlega að leika sér að eldinum.

Gildi–lífeyrissjóður
Aukaársfundur 2017

Grand hótel Reykjavík, fimmtudaginn 22. júní kl. 17.00

Dagskrá fundarins

1. Tillögur til breytinga á samþykktum Gildis–lífeyrissjóðs.

Allir sjóðfélagar eiga rétt til setu á fundinum með málfrelsi og tillögurétti. Sérstakt fulltrúaráð skipað fulltrúum stéttarfélaga og samtaka atvinnurekenda sem að sjóðnum standa fer með atkvæði á fundinum.

Tillögur til breytinga á samþykktum má sjá á vef sjóðsins og liggja þær einnig frammi á skrifstofu sjóðsins.

Stjórn Gildis–lífeyrissjóðs.

GILDI
www.gildi.is

Leitin að hinu fullkomna heilbrigðiskerfi

FRÓÐLEIKSFUNDUR KPMG
MIÐVIKUDAG 21. JÚNÍ | 8:30 - 9:30
BORGARTÚNI 27 | 8. HÆÐ

Á þessum fróðleiksfundi mun Dr. Mark Britnell, stjórnarformaður KPMG Global Health leitast við að svara spurningunni hvort hið fullkomna heilbrigðiskerfi sé til.

Áhugaverður fundur fyrir stjórnendur innan heilbrigðisþjónustunnar og aðra sem hafa áhuga stefnumótun í þeim geira.

Boðið er upp á léttan morgunverð og er þátttaka án endurgjalds.

Vinsamlega skráðu þig til þáttöku á kpmg.is

KPMG

Nýjast

Pepsi-deild karla

Víkingur Ó. - Stjarnan 2-1
1-0 Kwame Quee (17.), 2-0 Guðmundur Steinn Hafsteinsson (49.), 2-1 Hilmar Árni Halldórsson, víti (85.).

FH - Víkingur R. 2-2
1-0 Steven Lennon (20.), 1-1 Arnþór Ingi Kristinsson (62.), 2-1 Lennon, víti (66.), 2-2 Ívar Örn Jónsson (68.).

ÍA - Fjölnir 3-1
0-1 Birnir Snær Ingason (38.), 1-1 Hafþór Pétursson (42.), 2-1 Steinar Þorsteinsson (90+2.)., 3-1 Þórður Þ. Þórðarson (90+6.). Rautt spjald: Mario Tadejevic, Fjölnir (58.).

KR - Breiðablik 1-1
0-1 Sjálfsmark (30.), 1-1 Óskar Örn Hauksson, víti (90+3.).

Efst		Neðst	
Valur	19	Breiðablik	10
Grindavík	17	ÍBV	10
Stjarnan	13	KR	8
KA	12	Fjölnir	8
FH	11	ÍA	7
Víkingur R.	11	Víkingur Ó.	7

ÁSMUNDUR REKINN FRÁ FRAM
Ásmundur Arnarsson var í gær rekinn sem þjálfari meistaraflokks karla í fótbolta hjá Fram. Ásmundur tók við Fram haustið 2015 og undir hans stjórn endaði liðið í 6. sæti Inkasso-deildarinnar í fyrra. Fram hefur tapað tveimur leikjum í röð og Ásmundur skilur við Safamýrarliðið í 5. sæti deildarinnar. Næsti leikur Fram er gegn Gróttu á fimmtudaginn kemur.

Í dag

17.50 FH - Þór/KA Sport

Pepsi-deild kvenna
18.00 ÍBV - Haukar
18.00 FH - Þór/KA
19.15 Grindavík - Breiðablik
19.15 KR - Valur
19.15 Stjarnan - Fylkir

STYRKTARFÉLAG LAMAÐRA OG FATLAÐRA
ÆFINGASTÖÐ SLF • REYKJADALUR

Dregið hefur verið í sumarhappdrætti Styrktarfélags lamaðra og fatlaðra

Vinningar komu á eftirtalin númer:

Sumar 2017

Toyota Yaris Active Hybrid
21247 72079

Ferðavinningur að upphæð kr. 600.000
19229 26169 39509 60798

Ferðavinningur að upphæð kr. 300.000

350	8614	16456	29655	46323	56445	62569	71779
3660	9059	16664	30324	47680	56668	63291	71923
3734	9154	17720	32019	48294	57489	63959	72013
3938	9213	17977	33150	48947	57548	65252	72026
4639	9318	18470	36569	49506	57906	65359	72551
4795	9914	18801	36786	50120	58533	67928	75696
5050	10277	21850	37439	51139	59799	68720	76415
5524	10338	21883	37505	52144	60192	69195	76474
5722	10529	22926	38999	55402	60473	69955	76510
5996	10610	23092	44132	55528	60619	70804	77474
6277	11241	26044	44338	55609	60835	70884	78352
6469	12328	26194	45251	55882	61260	71477	78689
8248	14779	28633	45997	56140	61564	71752	79350

Styrktarfélag lamaðra og fatlaðra þakkar landsmönnum veittan stuðning og óskar vinningshöfum til hamingju.

Handhafar vinningsmiða framvísi þeim á skrifstofu félagsins að Háaleitisbraut 13, Reykjavík, sími 535-0900.

Birt án ábyrgðar

STYRKTARFÉLAG LAMAÐRA OG FATLAÐRA

Horft fram á veginn. Geir segir að framtíðin í íslenskum handbolta sé björt og nægur efniviður til staðar. FRÉTTABLAÐIÐ/AFP

Vorum komnir á hættuslóðir

Geir Sveinsson landsliðsþjálfari segir að kynslóðaskiptin í landsliðinu hafi dregist of lengi. Hann er ánægður með hvernig gengið hefur að búa til nýtt landslið. Hann ætlar sér að koma liðinu aftur í fremstu röð.

HANDBOLTI Geir Sveinsson landsliðsþjálfari gat leyft sér að anda léttar í gær. Hann var þá búinn að koma strákunum okkar á sitt annað stórmót í röð. Það er langt í næstu leiki og af því tilefni heyrðum við í þjálfaranum, gerðum upp þann tíma sem er liðinn og horfðum til framtíðar. „Ég hef oft sagt að þetta er línudans. Kröfurnar eru þær að við séum á öllum stórmótum. Ég vil ekki að það hljómi neikvætt en mér finnst það vera létt óhugnanlegt hvað það þykir orðið sjálfsagt. Það er langt frá því að vera sjálfsagt miðað við hvernig samkeppnin er í dag. Menn mega ekki detta niður á hælana og gleðin verður líka að vera við völd því það er stórkostlegt afrek að komast á hvert einasta mót,“ segir Geir sem var að taka því rólega áður en hann heldur aftur heim til sín í Þýskalandi.

„Þetta er línudans því ég held að það hafi verið öllum ljóst að það hafi dregist of lengi að stuðla að náttúrulegri endurnýjun í liðinu. Ég er ekki að segja að það hafi verið vísvitandi gert. Svona getur gerst þegar land á svona gott landslið með mörgum góðum leikmönnum. Þeir eigna sér stöðurnar og það er erfitt að sjá menn sem eiga að ganga inn í liðið.“

Gömlu stóðu fyrir sínu

Geir hefur frá því hann tók við liðinu gefið mörgum yngri leikmönnum stærra hlutverk og fyrrverandi varaskeifur til margra ára hafa einnig þurft að stíga upp.

„Mér fannst við komnir á hættuslóðir og að þetta yrði að fara að gerast. Ég held að þetta hafi tekist að mörgu leyti vel. Hefði ég getað tekið þetta skrefinu lengra? Ég er ekki svo viss um það. Það var mikið talað um Arnór Atla, Ásgeir Örn, Guðjón Val og Kára Kristján. Ég held að flestir þeirra hafi sýnt með frammistöðu sinni gegn Úkraínu að það var rangt mat að henda þeim út. Þessir drengir skiluðu okkur inn á þessi tvö stórmót,“ segir Geir og bætir við að búið sé að fjölga ungum mönnum.

„Í dag erum við með stráka í kringum tvítugsaldurinn sem hafa fengið mikla reynslu. Janus Daði, Arnar Freyr og Ómar Ingi eru búnir með heilt stórmót og með mikla landsliðsreynslu. Á einu ári erum við búnir að halda okkur inni á öllum stórmótum og gefa þessum drengjum tækifæri og þar af fjölga landsliðsmönnum. Mér finnst það vera frábært afrek. Nú er bara eitt markmið og það er að koma okkur aftur í fremstu röð.“

Verkefni í áföngum

Ísland spilar ekki landsleik aftur fyrr en í október er Svíar koma til þess að spila tvo vináttulandsleiki. Svo er það EM-undirbúningur um áramótin. Geir hefur því tíma til þess að íhuga hvort hann eigi að breyta meiru næst er liðið kemur saman.

„Ég hef horft á þetta verkefni í áföngum. Ef við næðum þeim árangri sem við höfum náð núna ætlaði ég að spyrja mig hvort við ættum að taka önnur skref? Fara lengra með einhverja þætti? Ég er þegar byrjaður að spyrja mig að því núna og mun nota sumarið í að finna svör. Það er alltaf skynsamlegt að taka einhver skref en hvaða skref mun ég hugsa um í sumar?“ segir Geir en hann fær hugsanlega einhver svör við því er hann fylgist með unglingalandsliðinu í sumar. Kannski eru menn þar sem hann vill fara að gefa tækifæri.

Landsliðsþjálfarinn er mjög ánægður með varnarleik liðsins en viðurkennir að sóknarleikurinn mætti vera betri.

„Ég taldi mig þurfa að byrja í vörninni og tel að það hafi tekist vel. Það er mjög ánægjulegt að liðið sé búið að ná góðum tökum á 5+1 vörninni eftir að hafa alltaf spilað ýmsar útgáfur af 6/0 vörn. Ég hefði viljað vera kominn lengra í uppsettum sóknarleik,“ segir Geir en hann er líka að reyna að auka samkeppnina í markvarðarstöðunum sem tveir menn hafa einokað.

„Við erum leynt og ljóst að gera það. Ég hef verið með 7-8 markmenn inn á æfingum. Ég sagði við markverðina sem komu með til Noregs að ég væri að leita að þriðja markverðinum. Vil fá aukna samkeppni á hina tvo sem eiga ekkert að eiga sætin. Ég er að setja pressu á þá og menn eiga séns á að grípa tækifærið. Ágúst stóð sig best og kom með á æfingar fyrir helgina þar sem hann var flottur. Það eru fleiri að banka.“

> **Nú er bara eitt markmið og það er að koma okkur aftur í fremstu röð.**
>
> Geir Sveinsson

Skil gagnrýni á Kára

Kári Kristján línumaður hefur verið mikið gagnrýndur fyrir frammistöðu sína á árinu og fékk lítið að spila gegn Úkraínu. Hver er hans staða?

„Ég get tekið undir þá gagnrýni. Hann var með mér fyrir ári síðan og átti mjög flotta fyrstu leiki undir minni stjórn. Síðan hefur hann átt undir högg að sækja og stóð ekki undir mínum væntingum á HM. Ég er mjög ánægður með Kára heilt yfir. Hvernig hann er í hóp og félagslega. Hann skilur mikið eftir sig í hópnum og stundum snýst þetta ekki bara alfarið um það sem gerist á vellinum. Stundum þarf að velja út frá öðru og hann kannski naut þess svolítið. Ég velti þessu fyrir mér og tók ákvörðun á leikdegi um hvort hann ætti að vera með gegn Úkraínu. Ég met hann mikils. Hann gerir allt á fullu en ég skil vel gagnrýnina,“ segir þjálfarinn en hann er ekki í neinum vafa um að framtíð liðsins sé björt.

„Hún er mjög björt tel ég. Við erum með fullt af ungum, frábærum leikmönnum og Aron Pálmarsson er að fara inn í sín bestu ár. Það eru enn yngri menn að koma upp og við verðum að vinna vel úr þessu. Efniviðurinn er til staðar.“

henry@frettabladid.is

OUTLET

AUKA **50%** AFSLÁTTUR*

Í HAGKAUP HOLTAGÖRÐUM

GILDIR TIL 30.06

*Gildir ekki af snyrtivörum, ritföngum og DVD.

HAGKAUP
Skemmtilegast að versla

FRÉTTABLAÐIÐ
TÍMAMÓT
20. JÚNÍ 2017 ÞRIÐJUDAGUR

Merkisatburðir

1750 Bjarni Pálsson og Eggert Ólafsson ganga fyrstir manna svo vitað sé á Heklutind.

1837 Viktoría verður drottning Bretlands.

1936 Kristján 10. konungur Íslands og Danmerkur leggur hornstein að virkjunarhúsi við Ljósafoss.

1954 Ásmundur Guðmundsson er vígður biskup yfir Íslandi.

1970 Listahátíð í Reykjavík er sett í fyrsta sinn. Margir listamenn komu fram, meðal þeirra hljómsveitin Led Zeppelin og Daniel Barenboim.

1980 Heimssöngvarinn Luciano Pavarotti syngur í Laugardalshöll á vegum Listahátíðar í Reykjavík og hlýtur góðar viðtökur.

1981 Friðarganga á vegum herstöðvaandstæðinga er gengin frá hliði herstöðvarinnar til Reykjavíkur.

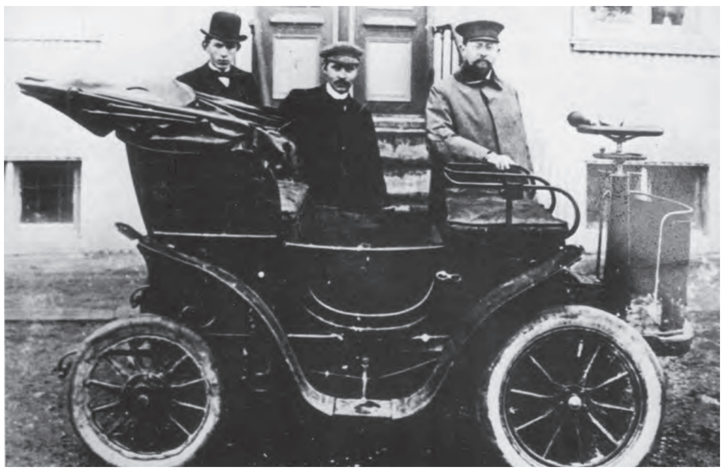
ÞETTA GERÐIST: 20. JÚNÍ 1904

Fyrsti bíll á Íslandi tekinn til kostanna

Fyrsti bíllinn sem fluttur var til Íslands var tekinn í notkun þennan dag árið 1904. Hann var af gerðinni Cudel en var gamall og þótti slæmt og illa lukkað eintak, gekk báglega og bilaði oft.

Vélinni þótti heldur ekki haganlega fyrir komið í vagninum, hún var aftantil í honum en ekki framantil eins og þekktist í nýrri bílum þessa tíma. Auk þess var vélin svo afllítil að bíllinn komst ekki upp brekkur sem eitthvað kvað að.

Það var D. Thomsen konsúll í Reykjavík sem keypti bílinn. Alþingi veitti honum tvö þúsund króna fjárstyrk til kaupanna og vildi með því kanna hvort unnt væri að nota bifreiðar á íslenskum vegum. Byrjað var á að reyna bílinn á götum Reykjavíkur og Hafnarfjarðar.



Thomsen bíllinn

✝

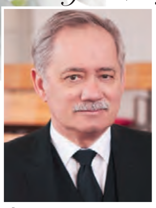
Ástkær faðir okkar,
tengdafaðir, afi, langafi
og langalangafi,

Halldór Árnason
Dóri skó,
Akureyri,

sem lést á öldrunarheimilinu Hlíð á Akureyri 15. júní sl., verður jarðsunginn frá Glerárkirkju miðvikudaginn 21. júní kl. 13.30. Blóm og kransar vinsamlega afþakkaðir, en þeim sem vilja minnast hans er bent á líknarfélög. Kærar þakkir fær starfsfólk Einihlíðar fyrir einstaka umönnun, hlýhug og vináttu.

Anna Gréta Halldórsdóttir Aðalsteinn Sigurgeirsson
Ása Björk Þorsteinsdóttir
Oddur Helgi Halldórsson Margrét Harpa Þorsteinsdóttir
Freydís Ágústa Halldórsdóttir
Jóhann Skírnisson
Elma Dóra Halldórsdóttir
og afkomendur.

Nærgætni, hlýja og virðing – Við andlát ástvinar



Ísleifur Jónsson Útfararstjóri Farsími 821 5353
Steinunn Magnúsdóttir Útfararþjónusta Farsími 861 3441

ÚTFARARSTOFA ÚTR REYKJAVÍKUR
Álfheimum 35, 104 Reykjavík
Sími 553 5353 og 821 5353
www.usr.is
isleifur@usr.is
Þjónusta allan sólarhringinn

Útfarar- og lögfræðiþjónusta

Við önnumst alla þætti undirbúnings og framkvæmd útfarar ásamt vinnu við dánarbússkiptin. Við þjónum með virðingu og umhyggju að leiðarljósi og af faglegum metnaði.

ÚTFARARSTOFA KIRKJUGARÐANNA

Útfararstofa kirkjugarðanna

Vesturhlíð 2 Fossvogi | Sími 551 1266 | **útför.is**

✝

Ástkær faðir okkar, sonur, bróðir,
mágur og unnusti,

Þórir Snær Steinarsson

lést á gjörgæsludeild Landspítalans í Fossvogi þann 27. maí síðastliðinn. Útförin hefur farið fram. Þökkum ættingjum og vinum fyrir allan stuðninginn.

Rökkvi Snær Þórisson, Elimar Þór Þórisson
Bryndís Harðardóttir
Steinar Þór Þórisson, Marina de Quintanilha e Mendonca
Gyða Steinarsdóttir, Tryggvi Svansson
Hörður Pétur Steinarsson
Tómas de Quintanilha e Mendonca Steinarsson
Kristín Ester Vignisdóttir

✝

Elskulegur faðir okkar,
tengdafaðir, afi og langafi,

Hrafnkell Guðjónsson
stýrimaður og kennari,

lést miðvikudaginn 14. júní 2017, á Hjúkrunarheimilinu Eir. Útför auglýst síðar.

Soffía Hrafnkelsdóttir, Einar Gunnar Einarsson,
H. Jóhanna Hrafnkelsdóttir, Heimir Hrafnkelsson
barnabörn og barnabarnabörn.

✝

Ástkær móðir okkar, tengdamóðir,
systir og amma,

Jónína Hrönn Baldursdóttir
áður til heimilis að Austurgötu 1,
Sandgerði,

lést á gjörgæsludeild Landspítalans í Fossvogi mánudaginn 12. júní. Útförin fer fram frá safnaðarheimilinu í Sandgerði 22. júní klukkan 13.00.

Gunnar Baldur Vagnsson
Pétur Jóhannes Jensen
Sigurjón Helgi Gíslason
Sólveig Björk Jensen
barnabarn, bræður,
tengdabörn og aðrir aðstandendur.

✝

Minn elskulegi eiginmaður, faðir okkar,
tengdafaðir, afi og langafi,

Guðmundur Einarsson
prentari,
Rjúpnasölum 10, Kópavogi,

andaðist laugardaginn 17. júní á hjúkrunarheimili Hrafnistu í Boðaþingi.

Elínborg Steinunn Pálsdóttir
K. Fjóla Guðmundsdóttir Sævar J. Sigursteinsson
Þorsteinn S. Guðmundsson Þórunn H. Gylfadóttir
Ólafur Þór Guðmundsson Lilja Margrét Bergmann
Páll Þórir Rúnarsson Mekkín Árnadóttir
barnabörn og barnabarnabörn.

✝

Hjartans þakkir fyrir samúð, hlýhug og vináttu vegna andláts og útfarar móður okkar, tengdamóður, ömmu og langömmu,

Huldu Hjörleifsdóttur
Hjarðarhaga 26, Reykjavík.

Ingveldur Sveinbjörnsdóttir Jón Sigurðsson
Hjörleifur Sveinbjörnsson Ingibjörg Sólrún Gísladóttir
Ágústa Sveinbjörnsdóttir Magnús S. Magnússon
Árný Erla Sveinbjörnsdóttir Össur Skarphéðinsson
barnabörn og barnabarnabörn.

✝

Ástkær móðir okkar, tengdamóðir,
amma og langamma,

Júlíana Hinriksdóttir,
hjúkrunarkona,
Rauðumýri 3,
Akureyri,

lést á heimili dóttur sinnar miðvikudaginn 14. júní. Útförin verður auglýst síðar.

Sigurður Hinrik Hjörleifsson Sjöfn Ragnarsdóttir
Elísabet Hjörleifsdóttir Guðmundur Heiðar Frímannsson
Hjörleifur Árnason Þórhalla Sigurðardóttir
Kristján Sigurðsson Sandra Dögg Pálsdóttir
Lárus Arnór Guðmundsson Þóra Sif Ólafsdóttir
Jóhann Guðmundsson Ástríður Halldórsdóttir
Valgerður Guðmundsdóttir Karl Reynisson
og langömmubörn.

✝

Ástkær maður minn, faðir, sonur,
bróðir, mágur og frændi,

Einar Veigar Jónsson
Curacao,

lést á heimili sínu.

Quenny Dols
Hrafnkell Már Einarsson
Þorbjörg Einarsdóttir
Jóhanna Margrét Jónsdóttir
Ýr Jónsdóttir Magnús Tómasson
Jón Ólafur Magnússon, Helga Dögg Magnúsdóttir,
Emelía Gná

✝

Móðir okkar,

María Hallgrímsdóttir

er látin. Hún lést á heimili sínu, Laugarvegi 23, Siglufirði, 26. maí sl. Jarðarförin hefur farið fram í kyrrþey að ósk hinnar látnu.

Fyrir hönd aðstandenda,
Jakobína Erla Ásgrímsdóttir og Elín Gísladóttir
og fjölskyldur.

Fólk

Heilsa

ÞRIÐJUDAGUR 20. JÚNÍ 2017

Málfríður Erna Sigurðardóttir landsliðskona í knattspyrnu hlakkar til EM í Hollandi í sumar.

Heilsa →4

Náttúruhlaupin heilla

Guðni Páll Pálsson er nýkominn heim frá Toskanahéraði á Ítalíu þar sem hann tók þátt í heimsmeistaramótinu í utanvegahlaupi ásamt sjö öðrum Íslendingum. →2

Íslenski hópurinn var vel stemmdur fyrir hlaupið sem fram fór í Badia í Toskanahéraði.

Íslensku hlaupararnir og aðstandendur kunnu vel við sig á Ítalíu.

Guðni Páll var nokkuð sáttur við árangurinn þótt hitinn hafi aðeins dregið úr hraðanum.

Sólveig Gísladóttir
solveig@365.is

Framhald af forsíðu

Guðni Páll hefur verið áberandi í utanvegahlaupum síðustu ár en hann var til dæmis fljótastur Íslendinga í Laugavegshlaupinu í fyrra. Þó er ekki langt síðan hann byrjaði að æfa hlaup fyrir alvöru. „Það var haustið 2012 þegar ég flutti heim úr námi og fór að vinna hjá Eflu. Þá vantaði mig eitthvað til að fylla upp í rútínuna og fór að hlaupa," segir Guðni Páll.

Áhuginn jókst með tímanum enda var hann fljótur að komast í betra form. „Kærastan dró mig með sér í Poweraid vetrarhlaupin sem eru haldin mánaðarlega. Í fyrsta hlaupinu var ég í kringum fimmtugasta sæti, en strax í þriðja hlaupinu var ég kominn í það tíunda."

Áhuginn fyrir náttúruhlaupum vaknaði strax um sumarið. „Sumarið 2013 fór ég Laugaveginn í fyrsta skipti og heillaðist af þessari hlaupategund. Enda hefur mér alltaf þótt gaman að vera úti í náttúrunni og verið mikið í fjallgöngum."

Forðast hlaupabretti

Guðni Páll segir ekki óalgengt að hann hlaupi um hundrað kílómetra á viku, það sé þó breytilegt. „Stundum fer það niður í núll og alveg upp í 200 km á viku þegar teknar eru æfingabúðir. Þessu fylgir síðan slatti af hæðarmetrum, eða frá 4.000 til 5.000 hæðarmetrar á viku þegar mest er."

Hann segir hlaupaæfingarnar mjög margvíslegar en þó forðist hann hlaupabrettið eins og hægt er. „Aðallega af því að það er svo leiðinlegt en ég læt mig hafa það ef veðrið býður ekki upp á annað."

Úr Landmannalaugum í Skóga

En hverjar eru skemmtilegustu leiðirnar fyrir utanvegahlaup? „Laugavegurinn er alltaf góður en Fimmvörðuhálsinn er líka mjög skemmtilegur. Við Örvar æfingafélagi minn höfum einu sinni tekið báðar leiðirnar í einu. Byrjuðum þá í Landmannalaugum og hlupum niður í Skóga. Það var alger draumadagur og tók í kringum níu, tíu tíma. Við reyndar vanmátum aðeins hvað þetta yrði erfitt og vorum orðnir dálítið bugaðir þegar við fórum upp Fimmvörðuhálsinn. En þetta var mjög góð æfing enda vorum við að fara taka þátt í 80 kílómetra utanvegahlaupi."

Heitt á heimsmeistaramóti

Guðni Páll er nýlega kominn heim af sínu þriðja heimsmeistaramóti í utanvegahlaupi. Í þetta sinn fór mótið fram í Badia, í Toskanahéraði á Ítalíu. „Við fórum átta saman, fjórir karlar og fjórar konur. Þetta gekk ágætlega en hitinn var erfiður fyrir okkur Íslendinga. Kári Steinn stóð sig best af okkur, lenti í sextugasta sæti en ég var í kringum hundraðasta sætið."

Hlaupin var 50 km leið með 2.900 hæðarmetrum en þátttakendur voru um 300 frá nærri fjörutíu löndum. „Sigurvegararnir fóru þetta á 4,30 klukkutímum sem er nánast ómennskt," segir Guðni Páll glettinn. Sjálfur fór hann hringinn á um sex tímum og Kári Steinn á 5,20 klst.

Vaxandi áhugi

Guðni Páll segist finna fyrir auknum áhuga fólks á náttúruhlaupi. „Það sést kannski best á námskeiðunum sem 66°Norður hafa verið með í náttúruhlaupi, ég held að það séu skráðir hundrað manns á hvert námskeið."

En stefnir hann á fleiri hlaup í sumar? „Ég er skráður í Laugavegshlaupið af því að ég var fyrstur Íslendinga í fyrra," segir Guðni Páll en ekki er hlaupið að því að fá að skrá sig í hlaupið þar sem aðsóknin er mikil. „Ég er þó ekki alveg viss hvort ég muni nýta mér það enda er ég kominn í fæðingarorlof. Svo þarf ég að meta hvernig fjölskyldan tekur þessu enda mikið álag á fjölskylduna þegar maður er að æfa mikið."

Fólk er kynningarblað sem býður auglýsendum að kynna vörur og þjónustu í formi viðtala og umfjallana. Í blaðinu er einnig hefðbundið ritstjórnarefni. Blaðið fylgir fréttablaðinu daglega.

Umsjónarmenn efnis: **Elín Albertsdóttir,** elin@365.is, s. 512 5349 | **Ragnheiður Tryggvadóttir,** heida@365.is, s. 512 5367 | **Sólveig Gísladóttir,** solveig@365.is, s. 512 5351 **Sigríður Inga Sigurðardóttir,** sigriduringa@365.is, s. 512 5372 | **Starri Freyr Jónsson,** starri@365.is, s. 512 5358 | **Vera Einarsdóttir,** vera@365.is, s. 512 5357

Útgefandi: 365 miðlar

Ábyrgðarmaður: Svanur Valgeirsson

Sölumenn: **Atli Bergmann,** atlib@365.ls, s. 512 5457 | **Jóhann Waage,** johannwaage@365.ls, s. 512 5439 | **Jón Ívar Vilhelmsson,** jonivar@365.ls, s. 512 5429 | **Ólafur H. Hákonarson,** olafurh@365.ls, s. 512 5433

Grillað með góðri samvisku

Meltingarensím hjálpa til við niðurbrot á matnum í maganum og geta því komið í veg fyrir ýmiss konar meltingarónot og hjálpað fólki sem þolir illa ákveðnar fæðutegundir. Digestive Enzyme hjálpar til við meltinguna.

Í munninum hefst meltingin þar sem við tyggjum og byrjum að brjóta fæðuna niður. Fæðan blandast munnvatni sem mýkir hana en í munnvatninu eru einnig fyrstu meltingarensímin sem fæðan kemst í snertingu við. Í maganum taka svo fleiri tegundir af ensímum við og hefja meðal annars niðurbrot á próteinum, fitu og laktósa. Þar drepast einnig flestar örverur sem geta fylgt með matnum en magasafinn sem er mjög sterk saltsýra sér um þá vinnu.

Niðurbrot fæðunnar er mjög mikilvægt til að upptaka næringarefna verði sem best. Ef það skortir meltingarensím getur það gerst að við fáum ekki þá næringu sem við þurfum, hvort sem um er að ræða mat eða bætiefni. Að auki fáum við magaónot ýmiss konar og er til dæmis uppþemba og verkir vel þekkt þegar meltingin ræður ekki við það sem við innbyrðum.

Fæðuóþol

Rótin að mörgum meltingarvandamálum getur verið skortur á meltingarensímum. Stundum vantar okkur ákveðin ensím en margir kannast við mjólkursykursóþol eða laktósaóþol sem er tilkomið vegna skorts á laktasa, ensíms sem brýtur niður laktósann. Einnig getur það gerst að líkaminn getur ekki virkjað ákveðin ensím en ef við borðum of mikið og/eða samsetning matarins er slæm þá nær líkaminn ekki að „lesa skilaboðin rétt“ og þar af leiðandi virkjast ekki rétt ensím.

Tyggðu vel og borðaðu minna

Það er líka afar nauðsynlegt að borða í rólegheitum og tyggja matinn vel. Fæðan kemur ekki að fullum notum nema hún sé rækilega tuggin og blönduð munnvatni. Þetta er sá hluti meltingarinnar sem við höfum að fullu á okkar valdi og til gamans skal þess getið að rannsóknir benda til þess að með því að tyggja matinn vel, þurfum við að borða minna sem þýðir færri hitaeiningar. Það tekur um 20 mínútur fyrir heilann að meðtaka skilaboð frá maganum um að hann sé orðinn fullur og þá erum við oft búin að gleypa í okkur meiri mat en við þurfum á að halda.

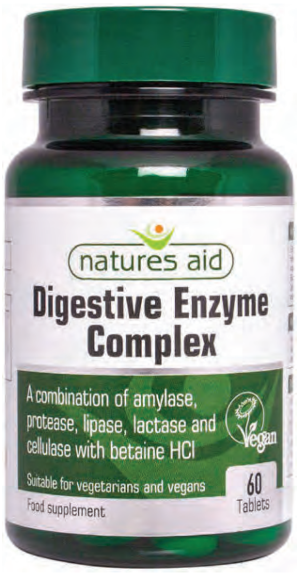
Afleiðingar vegna skorts á meltingarensímum geta verið víðtækar og hugsanlega finnum við fyrir öðrum einkennum en meltingarónotum, þetta eru einkenni eins og:

- Brjóstsviði
- Vindverkir
- Uppþemba
- Kviðverkir & ógleði
- Bólur
- Exem
- Höfuðverkur
- Skapsveiflur
- Liðverkir

Það er ekki gott að fá í magann eftir ljúffenga grillmáltíð.

Meltingarensím og mjólkursýrugerlar

Ensím og gerlar eru ólík en hvort tveggja jafn mikilvægt. Ensímin eru meltingin og þeirra vinna er að brjóta niður fæðuna þannig að hún verði frásogunarhæf en mjólkursýrugerlarnir (þarmaflóran) sjá um að halda ástandinu á meltingarveginum og þörmunum í góðu horfi þannig að næringarefnin frásogist og að við skilum frá okkur úrgangi án vandkvæða.



Góð melting gulli betri

Digestive Enzyme Complex frá Natures Aid geta létt verulega á meltingunni. Þarna eru öll helstu meltingarensímin saman komin í einni töflu og má einfaldlega taka inn 1-2 töflur með máltíð. Þetta má svo nota eftir þörfum; daglega eða þegar við vitum að meltingin á erfitt verk fyrir höndum. Fólk sem þolir illa laktósa hefur notað meltingarensímin með góðum árangri.

Sölustaðir: Flest apótek, heilsubúðir og heilsuhillur verslana

Þarmaflóran, ónæmiskerfið og geðheilsan

Öflug og rétt samsett þarmaflóra er grunnurinn að sterku ónæmiskerfi. Rekja má ýmis vandamál til magaflórunnar.

Meginþorri heilbrigðra einstaklinga hefur svipaða þarmaflóru en hún er að þróast og dafna hjá okkur alla ævi. Nýlegar rannsóknir hafa einnig leitt í ljós að samsetning þarmaflórunnar breytist með aldrinum. Helst er talið að breytingarnar stafi af því að meltingin versni með aldrinum og fyrir vikið eigi gerlarnir erfiðar uppdráttar í þörmunum. Þarmaflóran ver okkur gegn óæskilegum örverum og hefur margs konar áhrif á heila og taugakerfi, þar með talið geðheilsu. Öflug og rétt samsett þarmaflóra er grunnurinn að sterku ónæmiskerfi og oftar en ekki er hægt að rekja ýmsa líkamlega sem andlega veikleika til lélegrar þarmaflóru.

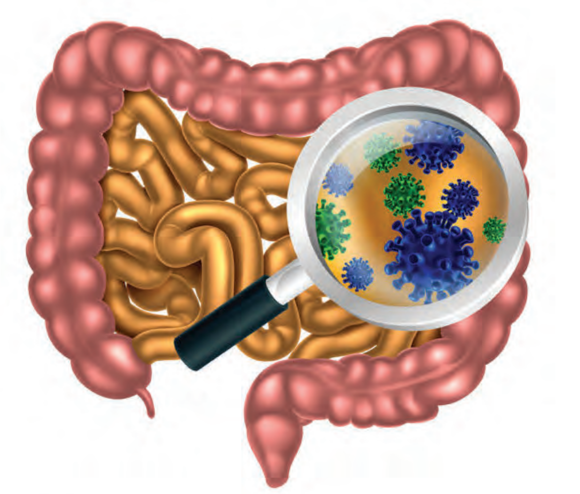
Þarmaflóran hefur áhrif á þyngd

Rannsóknir hafa einnig gefið til kynna að nokkuð sterk tengsl séu á milli ástands þarmaflóru og líkamsþyngdar. Í stuttu máli þá bendir allt til þess þarmaflóra fólks sem er grannvaxið sé önnur en í feitu fólki. Þetta gefur okkur vísbendingar um að fjöldi hitaeininga hefur ekki allt að segja um þyngd okkar, heldur hafi öflug og heilbrigð þarmaflóra einnig mikið um það að segja.

Trefjaríkt fæði, gerjaðar afurðir og inntaka á öflugum mjólkursýrugerlum geta örvað vöxt hagstæðra örvera í meltingarveginum og haft þannig jákvæð áhrif á líkamsþyngd okkar. Það er nefnilega ekki alltaf málið að telja hitaeiningarnar, móttakan á næringunni í þörmunum skiptir máli.

Röskun getur valdið veikindum

Þarmaflóran í venjulegri manneskju inniheldur yfir þúsund mismunandi tegundir gerla og bakteríu. Jafnvægi þessara baktería getur auðveldlega raskast vegna veikinda, inntöku sýklalyfja, mikillar kaffidrykkju og ýmissa lífsstílstengdra þátta eins og mikils álags, neyslu næringarsnauðrar fæðu og fæðu sem er mikið unnin. Fjölmargir eru líka að borða á hlaupum og á óreglulegum tímum sem er ekki síður slæmt. Við þessar aðstæður raskast jafnvægi þarmaflórunnar og getur fólk þá farið að finna fyrir ýmsum óþægindum og veikindi farið að gera vart við sig.



Rannsóknir hafa sýnt að rekja megi ýmsa líkamlega og andlega veikleika til lélegrar magaflóru.

> **Trefjaríkt fæði, gerjaðar afurðir og inntaka á öflugum mjólkursýrugerlum geta örvað vöxt hagstæðra örvera í meltingarveginum og haft þannig jákvæð áhrif á líkamsþyngd okkar.**

1 hylki á dag – 2 mánaða skammtur

Góðgerlar sem margfalda sig í þörmunum

Prógastró Gull mjólkursýrugerlarnir eru afar öflugir en í hverju hylki eru 15 milljarðar af gall- og sýruþolnum gerlastofnum sem eru bæði gall- og sýruþolnir. Einn af þeim er L. acidophilus DDS®-1 en þetta er nafn á mjög áhrifaríkum gerlastofni sem margfaldar sig í þörmunum. L. acidophilus DDS®-1 er talinn gagnlegur fyrir alla aldurshópa og benda rannsóknir einnig til þess að þessi gerill bæti almennt heilsufar fólks.

Prógastró hefur reynst þeim vel sem þjást af uppþembu, magaónotum, meltingarvandamálum, húðvandamálum, sveppasýkingum og erfiðum hægðum. Gríðarleg aukning á unnum matvælum hefur orðið síðastliðin 50 ár og er því næringargildi fæðunnar sem við innbyrðum því miður oft ekki mikið. Lífsstíllinn er hraður, streitan oft mikil og inntaka sýklalyfja er allt of algeng. Fólk á öllum aldri þarf því að huga að inntöku mjólkursýrugerla (probiotics) og eru þá börn og unglingar ekki undanskilin.

Sölustaðir: Flest apótek, heilsubúðir og heilsuhillur verslana

Mexíkóskur matur í uppáhaldi

Fótboltinn kemur við sögu flesta daga ársins hjá Málfríði Ernu Sigurðardóttur, landsliðskonu í fótbolta. EM í fótbolta hefst í Hollandi í næsta mánuði og er mikill spenningur í íslenska hópnum.

Starri Freyr Jónsson
starri@365.is

Tæpur mánuður er í fyrsta leik íslenska kvennalandsliðsins í fótbolta á EM sem fer fram í Hollandi í næsta mánuði. Mikill spenningur er í hópnum en fyrsti leikur liðsins er gegn Frakklandi þann 18. júlí. Málfríður Erna Sigurðardóttir, leikmaður Vals, hefur leikið 33 landsleiki auk fjölda leikja með yngri landsliðum. Hún segir stemninguna í hópnum vera frábæra og að allir séu staðráðnir í að leggja allt í sölurnar til að komast eins langt og hægt er. „Við erum með frábært þjálfarateymi sem skipuleggur liðið mjög vel fyrir hvert verkefni og með góða blöndu af ungum og eldri leikmönnum. Mín persónulegu markmið fyrir mótið er að gera það sem þarf til að liðið nái sem bestum árangri.“

Málfríður Erna er menntaður snyrtifræðingur en starfar ekki við fagið sem stendur. Hún er í sambúð með Fjalari Þorgeirssyni íþróttafræðingi og eiga þau saman þrjú yndisleg og fjörug börn að hennar sögn. „Elstur er Fannar Dagur sem er sjö ára og Guðrún Dís er næst en hún er fjögurra ára gömul. Yngst er Sunna Líf sem er tveggja ára. Hjá okkur í fjölskyldunni kemst lítið annað að en fótboltinn en ég hins vegar stefni á að prófa golf eftir að knattspyrnuferlinum lýkur.“

Hvað færðu þér í morgunmat?
AB jógúrt með músli og bláberjum verður yfirleitt fyrir valinu.

Hver er uppáhaldæfingin þín?
Reitur og brassi á fótboltaæfingum standa upp úr. Einnig þykir mér rosalega gaman að fara í tímana hjá Danna í World Class í Kringlunni.

Hvað finnst þér gott að fá þér í kvöldmat? Mexíkóskur matur er í miklu uppáhaldi hjá mér og fjölskyldu minni en ég borða fisk 3-4 sinnum í viku.

Hvað finnst þér gott að fá þér í millimál? Ég borða flatköku með eggi og avakadó á hverjum degi og verð aldrei leið á því.

Hvernig finnst þér gott að slaka á milli æfinga og leikja? Þar sem ég á þrjú börn þá gefst lítill tími til að slaka á. Þegar tími gefst til þá reynum við að fara saman í sund og göngutúra.

Hvað færðu þér þegar þú ætlar að gera vel við þig? Þá fæ ég mér bragðaref frá Vesturbæjarís.

Lumar þú á góðum heilsuráðum?
Helstu heilsuráð mín snúast um að hafa engar öfgar, hvorki í mataræði né í æfingum.

Hvernig er dæmigerð helgi hjá þér? Fótboltinn kemur við sögu hjá mér nánast hverja helgi, annaðhvort með æfingum eða leikjum. Aðrir fjölskyldumeðlimir eru líka á svipuðum slóðum, sonur minn æfir fótbolta, líka með Val, og maðurinn minn, Fjalar Þorgeirsson, er markmannsþjálfari hjá Stjörnunni. Þess á milli reynum við finna eitthvað skemmtilegt til að gera hverja einustu helgi til dæmis fara í bíó, út að borða, í keilu og sund og ýmislegt fleira.

„Hjá okkur í fjölskyldunni kemst lítið annað að en fótboltinn en ég hins vegar stefni á að prófa golf eftir að knattspyrnuferlinum lýkur,“ segir landsliðskonan Málfríður Erna Sigurðardóttir. MYND/EYÞÓR

Málfríður Erna með dætrum sínum eftir landsleikinn gegn Brasilíu.

Sonur Málfríðar Ernu, hinn sjö ára Fannar Dagur, fékk að leiða mömmu sína inn á völlinn í landsleik á móti Makedóníu.

Grænn lífsstíll

ÞRIÐJUDAGUR 20. JÚNÍ 2017

Kynningar: IKEA Ölgerðin Egill Skallagrímson

NORDIC PHOTOS/GETTY

Dyggð að henda ekki mat

Landspítali hefur verið tilnefndur til umhverfisverðlauna Norðurlandaráðs vegna framlags síns til minni matarsóunar. Mötuneyti spítalans gefur nú yfir 240 afgangs matarbakka til Samhjálpar í viku hverri. →8

Þórdís Lilja Gunnarsdóttir
thordisg@365.is

Framhald af forsíðu

Íslendingar henda miklu af nýtanlegum mat," segir Hildur Harðardóttir, sérfræðingur á sviði sjálfbærni hjá Umhverfisstofnun. Tölfræði nýjustu rannsóknar Umhverfisstofnunar á matarsóun Íslendinga talar sínu máli.

„Úr eldhúsum landsmanna fara að meðaltali 62 kíló af mat í ruslið árlega, þar af 23 kíló af nýtanlegum mat. Sem þýðir að þegar við kaupum fjóra innkaupapoka af matvöru í Bónus fer að meðaltali einn beint í ruslið," upplýsir Hildur og betur má ef duga skal.

Vefurinn matarsóun.is er hluti af sóknaráætlun Umhverfis- og auðlindaráðneytisins í loftlagsmálum og úrgangsforvarnastefnu. Vefurinn fór í loftið í fyrra en að honum standa ýmsar stofnanir og frjáls félagasamtök.

„Kveikjan að vefnum var sú að það var ekki til neinn vettvangur á íslensku fyrir fræðslu um matarsóun og leiðbeiningar um hvernig hægt er að minnka hana," segir Hildur. „Það vefst til dæmis fyrir mörgum að kaupa rétt magn hráefnis í matinn en á matarsóun.is er meðal annars að finna skammtareikni til að aðstoða fólk við að áætla rétt magn í innkaupum."

Matarsóun.is er líka virk síða á Facebook þar sem hægt er að finna nýjustu fréttir og hollráð um matarsóun.

„Það er ríkt í Íslendingum að elda mikið og hafa miklu meira en nóg á veisluborðum. Við viljum breyta þessu viðhorfi og teljum meiri dyggð að vera nákvæmur í veislufóngum og þurfa ekki að henda neinu né sitja uppi með marengstertur svo vikum skiptir. Verkfæri eins og skammtareiknirinn hjálpar manni að áætla betur magn hráefnis miðað við fjölda gesta," upplýsir Hildur.

Notaðu nefið!

Á matarsóun.is er mikið af fróðleik og tillögum að aðgerðum sem hægt er að fara í á heimilum til að minnka matarsóun. Til dæmis má finna tíu húsráð gegn matarsóun sem eru einföld ráð til að leggja sitt af mörkum.

Einnig hefur neytendateymi Umhverfisstofnunar verið í vitundarvakningarherferð um geymsluþolsmerkingar undir heitinu „Notaðu nefið!" sem skýrir mun á merkingunum „Síðasti notkunardagur" og „Best fyrir".

„Þessar tvær merkingar vefjast oft fyrir neytendum. „Síðasti notkunardagur" er tilgreindur á matvælum sem eru viðkvæm fyrir örveruvexti og varan getur því orðið skaðleg heilsu ef hennar er neytt eftir síðasta notkunardag. Því ber að virða þessa dagsetningu og ekki einungis treysta á skynfærin þegar kemur að neyslu slíkra matvæla. „Best fyrir" segir hins vegar til um lágmarksgeymsluþol matvæla og gefur til kynna gæði frekar en öryggi matvæla þar sem þær sýna hvenær matvælin standast gæðakröfur framleiðanda. En svo framarlega sem matvælin lykta og smakkast eðlilega og umbúðirnar eru órofnar er oftast í meira en góðu lagi með vöruna og flott að treysta bara á skynfærin," útskýrir Hildur.

Önnur heilræði á matarsóun.is snúa að geymslu matvæla.

„Við erum gjörn á að hafa ísskápana ekki nógu kalda, en matur geymist mun betur í vel kældum ísskáp og er þá miðað við fjórar gráður. Gott er að nýta frystinn vel og koma matvöru sem er að verða gömul fyrir í frysti svo hægt sé að nýta hana síðar. Gott er að hafa í huga að setja dagsetningu á mat sem fer í frysti því frystivara geymist ekki endalaust. Ein af gildrum matarsóunar er það sem gleymist í frystinum og til að koma skikki á þá matarkistu er haft ofarlega það sem maður vill nýta fyrst. Það sama á við um ísskápinn; að raða elstu matvörunum fremst til að þær séu notaðar fyrst."

Marin epli alveg jafn góð

Á heimsvísu er einum þriðja af framleiddri matarvöru hent, þar með talið það sem fellur frá í framleiðsluferli, í flutningum og svo við matreiðslu og matarneyslu.

„Vitund um matarsóun fer sem betur fer vaxandi og sem dæmi má nefna hóf Landspítalinn nýlega samstarf við Samhjálp til að draga úr matarsóun í mötuneyti spítalans. Nú eru allir afgangs matarskammtar úr mötuneytinu gefnir til þurfandi gesta Samhjálpar og fara um 240 skammtar vikulega frá Landspítala til Samhjálpar," upplýsir Hildur um framtak Landspítala sem nú hefur verið tilnefndur til umhverfisverðlauna Norðurlandaráðs vegna framlags síns til minni matarsóunar, meiri endurvinnslu, minni sóunar og minni einnota notkunar.

Hildur segir hlaðborð veitingahúsa einnig ýta undir matarsóun og séu æ fleiri í þeirra röðum farin að til dæmis nota minni diskastærðir í því skyni að minnka matarsóun. „Þá fær fólk sér minna í einu og fer frekar oftar ef maginn vill meira, í stað þess að hrúga mat á stóra diska sem endar að mestu í ruslinu."

Í mötuneyti Umhverfisstofnunar hefur pöntunarkerfi verið tekið í gagnið til að minnka matarsóun.

„Þá fær starfsfólk sendan matseðil fyrir vikuna og getur skráð sig fyrirfram í mat sem gerir mötuneytinu kleift að áætla fjölda skammta betur. Þetta átak hefur minnkað matarsóun mötuneytisins mikið."

Nóg er til af verkfærum handa þeim sem vilja láta til sín taka gegn matarsóun.

„Númer eitt, tvö og þrjú er að skipuleggja innkaup vel og horfa fram á við. Gott er að taka símamynd af innihaldi ísskápsins áður en haldið er í búðina til að sjá hvað er til. Innkaupalisti kemur í veg fyrir að fólk missi sig við kaup á alls kyns óþarfa. Sjálf nota ég innkaupakörfu í stað innkaupakerru til að finna fyrir þyngd á því sem ég versla. Það minnkar sóun og að kaupa ekki mat í óþarflega miklu magni."

Hildur segir auðvelt að finna Facebook-hópa þar sem fjölskyldur hittast og elda fyrir hverja aðra, hópa sem elda saman og síður þar sem matur fæst gefins.

„Reglurnar eru þó þannig að ekki má gefa mat úr stóreldhúsum hvernig sem er og vert að kynna sér þau viðmið áður en slíkt er gert. Á heimilum er hins vegar um að gera að nýta sér að frysta nýtanlegan mat, eins og afgangs jurtir með smjöri eða olíu í klakaboxi til að steikja úr, afgangs vínber sem eru svalandi og góð í drykki eða sem snarl, og súpur má gera úr frosnu eða fersku afgangsgrænmeti. Þá er upplagt að slá inn afgangs hráefni sem til er heima á þar til gerðum uppskriftasíðum og fá upp girnilegar uppskriftir til að vinna úr."

Þá bætir Hildur því við að Evrópusambandið geri strangar kröfur um útlit grænmetis og ávaxta.

„Þannig má agúrka ekki fara á markað nema útlitið sé fullkomið og stærð og þyngd nái viðmiðunarstöðlum. Umhverfisstofnun hvetur hins vegar neytendur og framleiðendur að slaka á útlitskröfunum á grænmeti og ávexti því bragðið er það sama. Eins og með epli sem hafa kannski marist á stöku stað í flutningum; marið má skera í burtu og njóta eplisins eftir sem áður eins og annarra góðra epla. Með aukinni vitundarvakningu um matarsóun munu þessir staðlar þó vonandi verða endurskoðaðir með það að markmiði að draga úr matarsóun."

Hildur Harðardóttir er sérfræðingur á sviði sjálfbærni hjá Umhverfisstofnun. Hún segir ríkt í Íslendingum að elda of mikið og hafa yfrið nóg á veisluborðum en því viðhorfi þurfi að breyta. Meiri dyggð sé að vera nákvæmur í veislufóngum, henda engu og þurfa ekki að sitja uppi með marengstertur vikum saman. MYND/STEFÁN

Útgefandi: 365 miðlar | Ábyrgðarmaður: Svanur Valgeirsson | Sölumaður auglýsinga: Ólafur H. Hákonarson, olafurh@365.is, s. 512 5433 | Veffang: Visir.is

Við gefum
Grænt ljós
Grænt ljós
Orkusölunnar
Upplýstir viðskiptavinir okkar eiga kost á að fá Grænt ljós, sem staðfestir að þeir noti 100% endurnýjanlega orku. Það felur í sér tækifæri til aðgreiningar á markaði þar sem græn vottun gegnir lykilhlutverki. Þú sækir um Grænt ljós á www.orkusalan.is.
orkusalan
422 1000 | orkusalan@orkusalan.is | orkusalan.is
Finndu okkur á Facebook
Brandenburg / SÍA

Ekki flækja hlutina of mikið

Það þarf ekki að vera flókið að setja upp flokkunarkerfi heima fyrir. Mikilvægt er að velta hlutunum ekki lengi fyrir sér og byrja bara að flokka sem fyrst. Sveitarfélög bjóða upp á mismunandi þjónustu sem hægt er að kynna sér á vef viðkomandi sveitarfélags ásamt ýmsum upplýsingum.

Starri Freyr Jónsson
starri@365.is

Engin ein leið er best þegar kemur að því að setja upp flokkunarkerfi á heimilum. Aðalatriðið er að setja upp aðstöðu sem hentar hverju og einu heimili, segir Hólmfríður Þorsteinsdóttir, sérfræðingur hjá Umhverfisstofnun. „Við eigum það til að flækja hlutina óþarflega mikið en það þarf yfirleitt ekki miklar breytingar á heimilum okkar til að rýma fyrir flokkun. Þetta þarf ekki að vera flóknara en að hengja poka á bak við hurð eða inn í skáp fyrir plastið og setja pappírinn í kassa sem við eigum eða margnota poka með botni. Sama á við um aðrar tegundir úrgangs.“

Aðspurð um auðveld fyrstu skref segir hún mikilvægt að vera ekki að velta þessum hlutum lengi fyrir sér og byrja bara að flokka. „Um leið og við tökum til dæmis pappírinn og plastið frá sjáum við strax mikinn mun á magni úrgangs sem fer í urðun. Þá líður okkur líka miklu betur þegar við vitum að við erum að leggja okkar af mörkum.“

Metnaðarfull markmið

Einnig þarf að athuga hvaða þjónustu sveitarfélagið býður upp á til flokkunar á úrgangi en það sér um sorphirðuna og getur því veitt slíkar upplýsingar segir Hólmfríður. „Hindrunin er oft sú að sveitarfélög bjóða upp á mismikla þjónustu til íbúa. Yfirleitt geta þó íbúar losað sig við flokkaðan úrgang á einhvers konar endurvinnslu- eða grenndarstöðvum nálægt heimilum sínum eða fengið til þess sérstaka endurvinnslutunnu frá sveitarfélaginu. Grenndarstöðvar eru t.d. um 80 talsins á höfuðborgarsvæðinu og því auðvelt að nýta sér þær. Í sumum tilfellum er síðan hægt að fá aukna

„Ætlunin er ekki að útrýma einnota burðarplastpokum heldur að fá landsmenn til að draga verulega úr óþarfa einnota notkun,“ segir Hólmfríður Þorsteinsdóttir, sérfræðingur hjá Umhverfisstofnun. Hún mælir með því að fólk margnoti þá einnota poka sem það á til eða eignist nokkra margnota. MYNDIR/STEFÁN

þjónustu frá sorphirðufyrirtækjum ef sveitarfélagið býður ekki upp á slíkt. Sorphirða fyrir flokkaðan úrgang er yfirleitt ódýrari vegna þess að hann er söluvara og því dýrara að losa sig við óflokkaðan úrgang sem fer síðan í urðun með tilheyrandi umhverfisáhrifum.“

Íslensk stjórnvöld hafa sett sér það markmið að fimmtíu prósent af úrgangi frá heimilum verði endurunnin fyrir árið 2020 en í dag er talan um þrjátíu prósent. „Við eigum að flokka úrgang því að við viljum draga úr auðlindanotkun og sóun. Úrgangurinn okkar er raunverulegt hráefni sem við getum endurunnið aftur og aftur. Þegar auðlindir eins og málmar, olía, matvæli eða annað er af skornum skammti í heiminum er ekki vænlegt að sóa þeim með því að grafa þau í jörðu. Margir spyrja sig hvort það borgi sig virkilega að senda endurvinnanlegan úrgang til útlanda en það gerir það svo sannarlega því þá erum við að draga úr auðlindanotkun og um leið að minnka losun gróðurhúsalofttegunda vegna urðunar.“

Með margnota pokum drögum við úr sóun og því eru þeir umhverfisvænasti kosturinn.

Færri plastpokar

Í dag er unnið eftir aðgerðaáætlun sem miðar að því að draga úr einnota burðarplastpokanotkun að sögn Hólmfríðar. „Markmiðið er að Íslendingar noti 90 poka á mann á ári í lok árs 2019 og 40 poka fyrir lok árs 2025. Ætlunin er ekki að útrýma einnota burðarplastpokum heldur að fá landsmenn til að draga verulega úr óþarfa einnota notkun. „Einnota“ burðarplastpokar eru ekki einnota og við þurfum að reyna að nota þá oftar og endurnota til dæmis fyrir úrganginn okkar.“

Hún bendir á að landsmenn þurfi að vera duglegri við að afþakka poka þegar keypt er inn. „Það er til dæmis óþarfi að taka poka undir einn lítinn hlut eða að fá poka í hverri búð í sömu ferðinni. Við erum oft með töskur, bakpoka eða aðra poka á okkur sem við getum notað til að setja vörur í. Sama á við um þunnu grænmetis- og ávaxtapokana en þeir eru oft algjör óþarfi. Appelsínur og sætar kartöflur þurfa t.d. ekki umbúðir en fyrir annað væri hægt að nota margnota poka.“

Hún segir flesta vafalaust kannast við það að eiga allt of mikið af pokum sem fara oft beint í ruslið eða í endurvinnslu en þannig séum við að viðhalda sóuninni og óþarfa notkun. „Áætlað er að hver einstaklingur noti allt að 200 einnota burðarplastpoka á ári sem er miklu meira en við þurfum fyrir ruslið okkar, svo okkur er alveg óhætt að draga úr þessari notkun.“

Hún mælir með því að fólk margnoti þá poka sem það á til eða eignist nokkra margnota poka sem það getur tekið með sér í verslanir. „Þá er t.d. gott ráð að geyma poka í bílnum, hengja á útidyrahurðina, setja í jakkavasann eða töskuna. Þá er ekkert mál að venja sig við að nota þá. Hér þurfum við samt að muna að það er ekki umhverfisvænt að safna upp miklum lager af margnota pokum og því upplagt að gefa umfram poka t.d. til ættingja og vina sem ekki eru byrjaðir að draga úr pokanotkun.“

Rusl án poka

Aðspurð hvað geti komið í stað plastpokanna segir hún að t.d. Reykjavíkurborg leyfi íbúum sínum að setja úrganginn beint í sorptunnuna án poka en það sé á ábyrgð íbúanna að þrífa tunnurnar. „Þegar við flokkum sorpið okkar mikið þá verður lítið eftir til að setja í tunnuna svo einhverjir munu nýta sér þennan kost. Þeir sem vilja halda áfram að nota poka fyrir almennan úrgang ættu þá að halda því áfram en muna að ruslapokarnir geta verið allskonar, t.d. pokar undan morgunkorni, brauði eða hvað annað sem kemur inn á heimilið. Þegar við flokkum vel, þá þurfum við minna af pokum og því vinnur þetta tvennt vel saman.“

Nánari upplýsingar og fróðleik um þessi málefni má finna á vefjum sveitarfélaga og sorphirðufyrirtækja. „Þar má finna mikið af upplýsingum og leiðbeiningum fyrir einstaklinga og fyrirtæki. Einnig eru starfsmenn Umhverfisstofnunar alltaf tilbúnir til að aðstoða og svara spurningum.“

Umhverfismál í öndvegi

Þegar gengið er á náttúruauðlindir eins og til séu að minnsta kosti ein og hálf jörð er nauðsynlegt að stórfyrirtæki geri sitt besta til að lágmarka umhverfisáhrif af rekstrinum og gera almenningi auðveldara að lifa umhverfisvænu lífi. IKEA hefur tekið umhverfismálin föstum tökum.

Umhverfisstefna IKEA á heimsvísu var gefin út árið 2012 þar sem tiltekin voru markmið til ársins 2020. Hún er nú í endurskoðun því mörgum markmiðanna er þegar náð og í uppfærðri útgáfu verða sett metnaðarfull markmið til ársins 2030,“ segir Guðný Camilla Aradóttir, umhverfisfulltrúi IKEA á Íslandi. „Stefna IKEA á Íslandi í umhverfismálum byggist annars vegar á þessari stefnu og hins vegar á áherslum fyrirtækisins hér á landi, sem ná yfir allt frá flokkun og réttri förgun til samfélagsmála.“

Guðný Camilla Aradóttir, umhverfisfulltrúi IKEA á Íslandi, stendur hér við hleðslustæði fyrir rafbíla. Þeim fer hratt fjölgandi á bílastæði fyrirtækisins

Flokkun fyrir alla

Þegar umhverfismál tengd heimilinu ber á góma kemur flokkun fyrst upp í huga fólks. Guðný segir flokkun eiga að vera einfalda og aðgengilega. „Í IKEA fæst mikið úrval af flokkunarfötum og ílátum sem auðvelda flokkun á heimilinu. Sum þeirra eru hönnuð til að passa í IKEA eldhússkápa og þar má koma fyrir mjög handhægum og fjölbreyttum flokkunarstöðvum. Þar að auki fást fötur í ýmsum stærðum sem koma má fyrir í skápum, búri eða bílskúr eins og hentar hverju heimili.“ Hún segir mikilvægt að hver og einn líti í eigin barm og byrji á heimavelli. „Flokkunin gerist inni á heimilinu en svo þarf líka að vera aðgengilegt að losa sig við það sem safnast upp. Aðgengið hefur batnað til muna undanfarin ár og núorðið er hægt að losa sig við nánast allt sem fellur til dagsdaglega í ruslafötur við heimili eða á grenndarstöðvum. Það er mín reynsla að þegar byrjað er að flokka er ekki hægt að fara til baka. Bara að sjá til dæmis plastið sem safnast upp á stuttum tíma hefur þau áhrif að ég fæ mig ekki til að henda plasti í tunnuna lengur og er löngu hætt að spá í það hvort ég eigi að gera það.“

Vitundarvakning vegna plastnotkunar hefur verið áberandi og fólk hvatt til að nota fjölnota poka við dagleg innkaup. Þar kemur enginn að tómum kofanum í IKEA. „Bláu IKEA pokarnir hafa staðið fyrir sínu árum saman og fólk hefur notað þá á svo fjölbreyttan hátt að það væri áhugavert að hreinlega taka það saman,“ segir Guðný. „Þeir eru þó stórir og mörgum finnst þeir óþjálir fyrir dagleg matarinnkaup og það var því mjög jákvætt skref í vetur þegar IKEA hóf sölu á handhægum fjölnota pokum sem eru sterkir og lítið fer fyrir í töskunni eða hanskahólfinu í bílnum. Í anda IKEA eru þeir líka á frábæru verði og kosta brot af því sem sambærilegir pokar hafa kostað undanfarin ár. Þegar pokinn kostar orðið minna en gosflaska er hægt að kaupa nokkra þannig að þeir dugi líka fyrir stórinnkaupin.“

Rétt geymsla á matvælum kemur í veg fyrir matarsóun

Hin hliðin, og sú neikvæða, á matarinnkaupum er matarsóun, sem flestir vita að er allt of mikil í okkar samfélagi. Hana má þó minnka með ýmsu móti; meðvituð innkaup eru fyrsta skrefið en svo má gera ýmislegt á heimilinu til að koma í veg fyrir að matvæli endi í ruslinu. Geymsla á matvælum er þar auðvitað í fyrsta sæti og Guðný segir IKEA leggja sig fram við að bjóða vörur, og ráðleggingar, sem sporna við sóun. „Bara það einfalda skref að nota glær ílát þannig að auðvelt sé að sjá afgangana kemur í veg fyrir að þeir gleymist. Eins er mikilvægt að vita hvernig best er að geyma grænmeti og ávexti til að hámarka endingu.“

KNALLA pokarnir eru sterkir, umhverfisvænir og á frábæru verði. Nú er engin afsökun fyrir því að eiga ekki nokkra fyrir matarinnkaupin.

Glær matarílát með þéttu loki hjálpa til við að draga úr matarsóun. FÖRTROLIG ílátin mega þar að auki fara bæði í frysti og örbylgjuofn.

Flokkunin verður einfaldari þegar allt er við höndina. Í IKEA fæst breitt úrval flokkunaríláta fyrir allt frá rafhlöðum til lífræns úrgangs.

> „Bara það einfalda skref að nota glær ílát þannig að auðvelt sé að sjá afgangana kemur í veg fyrir að þeir gleymist.

Guðný segir flokkun innan IKEA verða sífellt betri; til dæmis sé lífrænum úrgangi safnað á veitingastaðnum og í mötuneyti starfsmanna og hann sé notaður í moltugerð. „Svo má stundum nýta úrganginn enn betur og skemmtilegt dæmi um það er kaffikorgurinn sem fellur til á veitingastaðnum. Undanfarna mánuði hefur hann allur verið nýttur í kaffiskrúbb sem framleiddur er undir merkinu Verandi. Það eru umhverfisvænar íslenskar snyrtivörur sem hafa vakið jákvæða og verðskuldaða athygli. Kaffið á veitingastaðnum er UTZ vottað og rekjanlegt til bónda og því umhverfisvænn kostur í sjálfu sér. Það er því mjög ánægjulegt að hægt sé að finna kaffikorginum þetta framhaldslíf.“

Hleðslustæðum fjölgar ört

Samfélagsábyrgð er mikilvægur þáttur umhverfisstefnu fyrirtækja og IKEA hefur sinnt henni vel. „Það er í mörg horn að líta þegar samfélagsábyrgð er annars vegar,“ segir Guðný. „Áður fyrr sinntu fyrirtæki þessu mögulega með því að veita nokkra styrki og gátu þá sett upp geislabauginn. Samfélagsábyrgð er þó svo mikið meira og snýst um, eins og nafnið gefur til kynna, að reyna að gagnast samfélaginu á sem fjölbreyttastan hátt. Við starfsfólkið erum stolt af því hvað IKEA hefur látið margt gott af sér leiða.“ Guðný segir af mörgu að taka en nefnir hleðslustæði fyrir rafbíla sem dæmi um framtak sem sameini umhverfisvernd og samfélagsábyrgð. Fyrstu tvö stæðin hafi verið tekin í notkun sumarið 2014 og þau verði orðin rúmlega 50 á næstu vikum, eftir nýjustu viðbótina. „Þar er verið að stórauka framboð af hleðslustæðum bæði á bílastæði starfsmanna og viðskiptavina. Þetta er líka yfirlýsing af okkar hálfu. Hleðslustæðin eru þjónusta en þau segja líka að við teljum að rafbílar eigi að vera hluti af daglegu lífi sem er okkar ær og kýr – að þeir eigi að vera fyrir alla. Viðskiptavinir IKEA eru almenningur þessa lands og við vonum að bílafloti landsmanna sé að rafvæðast. Þess vegna var ákveðið að hafa hleðsluna ókeypis; til að liðka fyrir þeirri þróun.“

Engin skaðleg efni eða efnasambönd

Annar málaflokkur innan umhverfismálanna sem neytendur verða sífellt meðvitaðri um er notkun skaðlegra efna og efnasambanda. Guðný segir IKEA hafa verið framsýnt í þessum málum. „Stefna IKEA í notkun efna og efnasambanda er yfirgripsmikil og í dag er ekkert nýtt efni tekið í notkun án þess að fullvissa sé fyrir því að það sé öruggt. Eins hefur IKEA tekið forystu í að hætta notkun á ýmsum efnum sem kom í ljós að gætu verið skaðleg heilsu manna – oft löngu áður en settar voru almennar reglur um slíkt.“ Í þessu sambandi nefnir hún efni eins og blý, kadmíum, kvikasilfur, eldtefjandi efni, þalöt og BPA. „IKEA hefur í þessu sambandi sem og öðrum sem tengjast umhverfismálum tekið þann pól í hæðina að hafa þessa hluti einfaldlega í lagi. Til dæmis hefur fyrirtækið ekki bundist einhverjum þeirra hundruða umhverfisvottana sem til eru í heiminum heldur eiga viðskiptavinir einfaldlega að geta treyst því að vörumerki IKEA sé nóg,“ segir Guðný að lokum.

Grænn lífsstíll er hugsjón

Guðrún Bergmann er sannkallaður brautryðjandi þegar kemur að grænum lífsstíl.

Elín Albertsdóttir
elin@365.is

Guðrún Bergmann er brautryðjandi hér á landi þegar kemur að umhverfisvernd og grænum lífsstíl og hefur sjálf flokkað sorp í tæp þrjátíu ár. MYND/GVA

Guðrún segist hafa verið alin upp í umhverfishyggju. „Ég ferðaðist mikið um landið með foreldrum mínum sem barn og alltaf var lögð mikil áhersla á góða umgengni við náttúruna og að taka vel til eftir sig. Grænn lífsstíll var þannig partur af uppeldi mínu,“ segir hún. „Í kringum 1990 byrjaði ég svo að flokka sorp. Ég varð reyndar fyrir miklum vonbrigðum þegar ég kom í fyrsta skipti í flokkunarstöðina Sorpu en þá var öllu flokkuðu rusli hent í einn og sama gáminn. Ég var ekki hress með það og skrifaði bréf til viðkomandi yfirvalda. En þrátt fyrir vonbrigðin varð flokkunin að lífsstíl hjá mér strax þarna,“ segir Guðrún sem flutti nokkrum árum seinna á Snæfellsnesið ásamt eiginmanni sínum heitnum, Guðlaugi Bergmann. Þar tóku þau upp grænan lífsstíl alla leið og voru með sjálfbærnistefnu frá fyrsta degi.

Hjónin ráku fyrsta vottaða hótelið á Íslandi á Hellnum. „Fyrst eftir að við fluttum vestur voru ekki komnar flokkunarstöðvar á Vesturlandi. Við urðum því að taka ruslið með okkur til Reykjavíkur, meðal annars flokkað gler og pappír. Við vorum líka dugleg að endurnýta gamla hluti . Fólkið í kringum okkur í sveitinni var hálf hrætt við þessa brjálæðinga úr Reykjavík,“ segir Guðrún og hlær. „Í dag er fólk mjög ánægt með hversu sveitarfélögin hafa breyst fyrir vestan eftir að þau fengu umhverfisvottun EarthCheck,“ segir Guðrún, sem vann að umhverfisvottunarverkefninu fyrir sveitarfélögin á Snæfellsnesi, auk þess að vera með átaksverkefnið Grænn apríl í fimm ár.

Hótelið á Hellnum var það fyrsta hérlendis sem fékk vottun og fyrsta hótelið í Evrópu sem fékk platínumvottun eftir að hafa verið tíu ár í vottunarferli. „Því miður eru ekki allir með svona hugsjón og skilning á landinu og mikilvægi þess að vernda náttúruna. Það voru mjög margir erlendir ferðamenn sem pöntuðu gistingu hjá mér vegna þess að hótelið var vottað. Ég er undrandi á ferðaþjónustufyrirtækjum að fara ekki alfarið út í vottun, þar sem það myndi lyfta ferðaþjónustu hér upp á allt annað plan. Ég hef margsinnis bent á þetta á ferðamálaráðstefnum en alltaf talað fyrir daufum eyrum,“ segir Guðrún.

> Því miður eru ekki allir með svona hugsjón og skilning á landinu og mikilvægi þess að vernda náttúruna. Það voru mjög margir erlendir ferðamenn sem pöntuðu gistingu hjá mér vegna þess að hótelið var vottað.

Meðal þess sem hún gerði á hótelinu var endurnýting á ferðamannabæklingum. Fólk átti það til að henda bæklingum í ruslið. Hún setti upp kassa þar sem mátti setja notaða bæklinga eða bækur sem aðrir gátu nálgast. Þá var hún með matjurtagarð og nýtti allt grænmetið sem var lífrænt ræktað. „Sem betur fer er aukin meðvitund um umhverfisvernd en það er sorglegt hversu langan tíma þetta tekur. Við erum svolítið gjörn á að gera ekki neitt þar til einhver katastrófa verður. Það á við um ferðaþjónustu og margt annað. Núna er til dæmis mikil umræða um vopnaburð lögreglu. Mér sýnist að þeir sem eru hvað mest á móti séu þeir sömu og myndu öskra hæst ef eitthvað kæmi fyrir og löggæsla væri ekki á staðnum,“ segir Guðrún, sem var að flytja í síðustu viku og flokkaði auðvitað allt sem þurfti að henda. „Ég gerði mér ferð í Sorpu með eina rafhlöðu. Ég er bara svona. Get ekki annað en flokkað, það er bara minn lífsstíll. En stundum þarf að setja á bann svo hlutirnir breytist. Yfirvöld í Kaliforníu hafa bannað plastpoka í verslunum. Kannski þurfum við að gera það líka til að fólk fari almennt að mæta með margnota pota.“

UNDRI Blettahreinsir - UNDRI Garðahreinsir - UNDRI Glans Bílasápa og Bón - UNDRI Tjöruhreinsir - UNDRI Penslasápa - UNDRI Flísahreinsir - UNDRI Kvoðusápa -UNDRI Línusápa

UMHVERFISMERKI

Undri Penslasápa,
Undri Iðanaðarhreinsilögur,
UNDRI Línusápa
er vottaðar og bera
umhverfismerki Svansins.

Íslensk framleiðsla unnið úr náttúrlegum hráefnum
100% vistvæn og standast kröfur OECD um hratt niðurbrot í náttúrunni.
Allt um vörurnar frá Undra á: www.undri.is

Vörur Undra fást í stórmörkuðum, bensínstöðum og byggingavöruverslunum um land allt.

Undri ehf - Stapabraut 3a, 260 Reykjanesbæ - Sími 421 6574 – www.undri.is – undri@undri.is

70 milljónum plastpoka hent á ári

Samkvæmt upplýsingum á vef Umhverfisstofnunar er áætlað að hver íbúi Evrópusambandsins noti að meðaltali um 500 plastpoka á ári, flesta þeirra einungis einu sinni. Á árinu 2008 voru framleiddar 3,4 milljónir tonna af plastpokum í Evrópusambandinu.

Fram kemur í landsáætlun Íslands um meðhöndlun úrgangs fyrir árin 2013–2024 að ætla megi að um 70 milljónum plastpoka sé fleygt á hverju ári hér á landi en það eru um 1.120 tonn af plasti, sem í þarf 2.240 tonn af olíu til að framleiða. Á Íslandi eru ekki til magntölur yfir einnota plast en plastúrgangur, þar með talið einnota plast og allar plastumbúðir, eru um 5.000 tonn á ári.

Betra er að nota fjölnotapoka.

Eins mjúkur og hann er góður.

Pappírinn okkar er ekki bara mjúkur. Hann er líka góður fyrir umhverfið. Við erum stolt af því að nær allar vörur Lambi bera umhverfismerkið Svaninn. Það þýðir að ítarlegt mat hefur verið framkvæmt fyrir allan vistferil vörunnar, til að tryggja lágmörkun umhverfisáhrifa.

Mjúkur eins og lamb

Tilnefndar til verðlauna

Þær Rakel Garðarsdóttir og Elva Björk Barkardóttir hafa verið tilnefndar til umhverfisverðlauna Norðurlandaráðs fyrir líkamsskrúbb úr kaffikorgi.

Ragnheiður Tryggvadóttir
heida@365.is

Það er frábært að fá tilnefningu til þessara verðlauna og viðurkenning. Þau verða veitt í nóvember við hátíðlega athöfn í Finnlandi og er verðlaunaféð fimm milljónir,“ segir Rakel Garðarsdóttir en þær Elva Björk Barkardóttir hafa verið tilnefndar til umhverfisverðlauna Norðurlandaráðs.

Tilnefninguna hljóta þær fyrir líkamsskrúbb sem þær framleiða úr endurnýttum kaffikorgi, þara, sjávarsalti og olíum. Skrúbburinn er fyrsta varan í snyrtivörulínunni Verandi og byggir á hugmyndafræði um minni sóun og umhverfisvitund.

„Það er miklu sóað í heiminum í dag, af öllu. Ísland er þar engin undantekning. Almennt finnst mér hráefni og afurðir illa nýtt,“ segir Rakel. Hún hafi því stofnað samtökin Vakandi til að vekja athygli á matarsóun og í spjalli yfir kaffibolla hafi þær Elva fengið hugmyndina að Verandi líkamsskrúbbnum.

Mikil virkni í korginum

„Kaffi kemur langa vegalend til Íslands og þegar búið er að hella einu sinni upp á espresso er korginum hent. Samt er um það bil 90 prósent virkni enn þá í kaffikorginum. Ég tók einnig eftir því að korgurinn fer ekki alls staðar í lífrænan úrgang. Á mörgum stöðum er honum hent og endar í landfyllingu. Það tekur bæði upp land og breytist þar í metangas. Ég hafði sjálf notað kaffikorginn heima, bæði í beðin og sem sturtuskrúbb. Þurrkaði hann einfaldlega og notaði án olía. Okkur Elvu langaði hins vegar að gera þetta dálítið fínt og notum þara, sjávarsalt og olíur í skrúbbinn. Við fengum inni hjá Matís og helltum okkur út í þróunarvinnu,“ útskýrir Rakel.

Rakel og Elva Björk hyggja á frekari vöruþróun úr hráefni sem fellur til við aðra framleiðslu, svo sem úr súkkulaði, byggi og berjahrati. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

Lífrænt ræktað

Korginn fá þær frá veitingastað IKEA, þar sem mikið fellur til daglega. Umhverfissjónarmið fyrirtækisins höfðu einnig sitt að segja.

„Við völdum að nota kaffið frá IKEA þar sem þar er einungis notað lífrænt ræktað kaffi og IKEA stundar einnig sanngjarna viðskiptahætti (Fair trade). Samstarfið við IKEA er frábært og í raun kom mér á óvart hvað kaffið er mikil gæðavara frá þeim,“ segir Rakel.

Skaðlaust umhverfinu

„Við gerum einnig kröfu um að olíurnar sem við notum í skrúbbinn séu hreinar og komi frá heiðarlegum stöðum. Önnur innihaldsefni eru þari og sjávarsalt en við vinnum út frá þeirri hugmyndafræð að afurðin geti runnið skaðlaust út í sjó. Fjöldi snyrtivara inniheldur mikið magn eiturefna, paraben og plastefni svo dæmi séu tekin og allt rennur þetta út í sjóinn á endanum. Sérstaklega geta skrúbbar innihaldið plastagnir og það eru þá þær sem skrúbba húðina. Fiskar éta plastagnirnar og svo borðum við fiskinn. Það er ekki góð hringrás. Náttúrulegar snyrtivörur verða þó alltaf vinsælli og vinsælli en þá þarf einnig að hafa í huga að ekki sé gengið á auðlindir við framleiðslu þeirra. Það er að mörgu að huga í þessum efnum og ég er viss um að endurnýting á hráefni sem fellur til við aðra framleiðslu, verði þróunin með snyrtivörur, þar sem þær eru hægt,“ segir Rakel.

> **Þá erum við einnig að skoða þróun á vörum úr bláberja og krækiberjahrati sem verður til við saftgerð.**

Þær Elva hafi þegar hafið frekari þróun á fleiri vörum.

„Við erum að skoða byggsag frá Vallanesi og erum að þróa úr afgöngum frá Omnom súkkulaði. Þá erum við einnig að skoða þróun á vörum úr bláberja- og krækiberjahrati sem verður til við saftgerð. Þetta gengur allt mjög vel og er ótrúlega gaman. Mjög krefjandi auðvitað, við viljum ekki stytta okkur leið. Þetta snýst um hugsjón, að gera heiminn aðeins betri en hann er og sóa minna.“

Án ofnæmisvaldandi efna

Neytendur reyna að vera meðvitaðir um þá kosti sem valdir eru fyrir börnin þeirra. Þess vegna hefur Mjöll Frigg ákveðið að endurkynna þvottaefnið MILT fyrir barnið.

MILT þvottaefnið er umhverfisvænt og án ofnæmisvaldandi efna. Það inniheldur hvorki ilm- eða litarefni. MILT þvottaefnið hefur verið þróað til að draga úr líkum á ofnæmisviðbrögðum. Þvottaefnið er með Svansvottun en Svanurinn er opinbert umhverfismerki Norðurlandanna. MILT fyrir barnið er einnig með bláa kransinn en hann er staðfesting frá dönsku astma- og ofnæmissamtökunum um að varan hafi verið þróuð til þess að minnka líkur á ofnæmisviðbrögðum.

Húð ungra barna er þunn og viðkvæm. Ónæmiskerfið er sömuleiðis óþroskað. Þess vegna skiptir miklu máli að erta ekki húð barnanna að óþörfu. Þvottaefnið MILT fyrir barnið þvær barnafötin með góðum árangri án þess að valda ertingu. MILT framleiðir einnig MILT fyrir allan þvott en það hentar öllum hinum í fjölskyldunni.

> **Þvottaefnið MILT fyrir barnið er umhverfisvottað og hentar ákaflega vel fyrir ungbörn og þá sem eru með viðkvæma húð.**

Mikilvægt er að þvo barnaföt fyrir fyrstu notkun en það er gott til að minnka líkurnar á því að framleiðsluefni í fötunum erti húðina og valdi jafnvel ofnæmisviðbrögðum. Einnig er gott að skola þvottinn aukalega í lokin en flestar þvottavélar bjóða upp á slíka stillingu.

Verðandi eða nýbakaðir foreldrar geta skráð sig á MILT.is og fá þá senda gjöf frá MILT. Í verslunum er einnig hægt að taka þátt í skemmtilegum sumarleik. Glæsilegir vinningar eru í boði.

Davíð og Hung, starfsmenn Lambhaga, við uppskeru af færibandinu. Allt salat og krydd í Lambhaga er ræktað í hvítmosa. Eingöngu er notaður áburður sem grafinn er úr jörðu og er algerlega hreinn. Starfsfólk hefur störf klukkan 7 á morgnana og er hluti afurða kominn í verslanir fyrir hádegi. MYNDIR/EYÞÓR

Vistvæn ræktun innan borgarmarkanna

Lambhagi

Gróðrarstöðin Lambhagi er einn af fáum bóndabæjum höfuðborgarsvæðisins. Lambhagi er stærsti framleiðandi á fersku salati og kryddjurtum á landinu. Nálægðin við verslanir tryggir ferskleika.

Ég var heppinn að fá þetta landsvæði í Grafarholtinu í Reykjavík. Nálægðin við neytendur tryggir ferskleika en við erum ekki nema fimm mínútur að keyra afurðirnar niður í bæ. Við hefjum störf klukkan sjö á morgnana og er hluti framleiðslunnar kominn í verslanir fyrir hádegið,“ segir Hafberg Þórisson, garðyrkjubóndi í Lambhaga.

Hafberg segir fyrirtækið ávallt tileinka sér bestu mögulegu tækni við ræktunina og hefur frá upphafi lagt

áherslu á vöruþróun og nýjungar. „Við settum Lambhaga á laggirnar árið 1979 og höfum strax ræktun á ýmsum tegundum sem ekki voru í ræktun fyrir. Ég hef alltaf haft mikinn áhuga á matvælaframleiðslu og var þá nýkominn úr námi í Noregi. Við lögðum okkur fram við að koma með nýjungar og finna út hluti sem ekki var verið að gera,“ segir Hafberg. „Við erum lítið fjölskyldufyrirtæki sem hefur þó stækkað upp í það að hafa 25 manns í vinnu. Í farvatninu er enn frekari stækkun Lambhaga og höfum við hafið flutning á hluta framleiðslunnar upp í Mosfellsdal.“

Lífrænar varnir

„Áður fyrr voru notuð eiturefni en nú notumst við við lífrænar varnir. Við kaupum vikulega, litlar ránflugur sem leita uppi önnur skorkvikindi og farga þeim. Það er dýrt en við gerum það samt. Nú má segja að lífrænar varnir séu notaðar í öllum landbúnaði. Þá erum við eingöngu með ógenabreyttar afurðir og ræktum 400 tonn af salati og kryddjurtum á ári. Við höfum leitað uppi nýjungar um allan heim til að betrumbæta framleiðsluna og gera hana auðveldari, öruggari og ódýrari. Með því að leita betri aðferða sem gefa betur af sér, betri afbrigða af plöntum og úthugsa aðra hagræðingu, höfum við getað haldið sama verði hjá okkur allt frá árinu 2011.“

Lambhagi hefur tekið í notkun vél sem framleiðir potta úr pappír og leysast upp á 1 – 2 mánuðum. „Þetta er stórt skref í átt að umhverfisvænni framleiðslu.“

Notkun plastpotta hætt

Ein hagræðingin sem Hafberg nefnir stuðlar einnig að umhverfisvænni framleiðslu, en Lambhagi hefur hætt notkun á plastpottum.

„Við höfum tekið í notkun dansk smíðaða vél sem framleiðir potta úr pappír eða trjákvoðu sem límd er saman með harpix. Pottarnir leysast upp á 1 – 2 mánuðum. Þetta er stórt skref í átt að umhverfisvænni framleiðslu en við notum átta milljón potta á ári. Þá erum við að taka í notkun vél sem gefur möguleika á því að auka það magn þrefalt,“ segir Hafberg. „Eftir að samstarf okkar hófst við dönsku verksmiðjuna hefur hún farið á flug og býr nú til vélar sem framleiða potta fyrir salatræktun og skógrækt og margt fleira. Þessu hefur verið afar vel tekið af garðyrkjumönnum um allan heim, enda bylting, þar sem milljarðar af pottum eru notaðir á ári.“

Boguslaw og Ólafur, starfsmenn gróðrarstöðvarinnar Lambhaga, sjá um að framleiða og sá í yfir átta milljón potta á ári. MYNDIR/EYÞÓR

Hrein afurð

„Við ræktum allt okkar salat og krydd í hvítmosa sem kallast sphagnum á latínu og er notaður víðar í heiminum. Eingöngu er notaður áburður sem grafinn er úr jörðu og er algerlega hreinn. Við höfum ekki viljað nota lífrænan áburð því ef hann er ekki alveg rétt meðhöndlaður eru í honum lífræn efni sem geta verið skaðleg fólki. Lífræn ræktun er hættumeiri en sú ræktunaraðferð sem við notum. Erum þar af leiðandi með mikið hreinni afurðir en nokkur annar og sem ekki þarf að þvo eftir ræktun heldur geta farið beint á disk.“

Töluverður áhugi fyrir hleðslustöðvum við fjölbýli

Ein mikilvægasta forsenda þess að rafbílum fjölgi hér á landi er gott aðgengi að rafbílahleðslu, ekki síst við fjölbýlishús og vinnustaði. Þó nokkur áhugi er hjá húsfélögum að finna lausnir þó fá hafi látið verða af því að setja upp stöðvar enn sem komið er. Að ýmsu þarf að huga.

Sólveig Gísladóttir
solveig@365.is

Það sem haldið hefur aftur af fólki hingað til að kaupa rafbíla er drægnin en á þessu ári og því næsta gjörbreytist það og ég tel að rafbílavæðingin sé að bresta á," segir Óskar Gústavsson, sölustjóri hjá Johann Rönning. Hann hefur kynnt sér vel málefni sem tengjast rafbílum en fyrirtækið selur allt frá heimahleðslustöðvum og upp í hraðhleðslustöðvar fyrir rafbíla. „Okkar nýjasta verkefni er samstarf við ON, Orku náttúrunnar, um að setja upp hraðhleðslustöðvar hringinn í kringum landið," upplýsir Óskar.

Enn sem komið er eru rafbílar fremur fáir á Íslandi, um 1.400 á móti 250 þúsund bíla flota. „En bílar knúnir jarðefnaeldsneyti hafa haft síðastliðin hundrað ár til að þróast og rafbílar eru í því samhengi fremur nýir af nálinni." Óskar segir mikinn áhuga vera á rafbílum samfara aukinni umhverfisvitund. „Þá er Ísland kjörinn vettvangur til að byggja upp innviði og taka þátt í þessari rafbílavæðingu með okkar hreinu orku," segir hann.

Hlaðið við fjölbýli

Óskar segist finna fyrir auknum áhuga hjá forsvarsmönnum húsfélaga í fjölbýlishúsum að setja upp hleðslustöðvar. Sama segir Jón Sigurðsson hjá Orku náttúrunnar. „Fjölbýlishús eru mjög mismunandi, allt frá tvíbýlishúsum upp í fjölda íbúða með stóra heimtaug. Ýmislegt þarf að skoða áður en hafist er handa, til dæmis stærð heimtaugar og fjölda íbúða, hleðsluþörf, staðsetningu hleðslustöðva og orkumælingu," upplýsir Jón en afar misjafnt er hve heimtaugar fjölbýlishúsa eru mikið nýttar. „Í ákveðnum tilfellum er lítið afl eftir fyrir rafbílahleðslu samhliða öðru hámarks álagi. Til að auka aðgengilegt afl getur þurft að stækka núverandi heimtaug eða í einhverjum tilfellum að fá aðra heimtaug sérstaklega fyrir rafbílahleðslu," segir Jón en bendir á að fresta megi slíkum aðgerðum með hleðslu- og álagsstýringu og til séu ýmsar lausnir fyrir húsfélög og íbúa fjölbýlishúsa.

„Heimtaugar að fjölbýlishúsum eru yfirleitt það stórar að ekkert mál er að gera ráð fyrir hleðslu fyrir tvo til þrjá bíla í einu. Hins vegar er mjög mikilvægt að gera alltaf ráð fyrir því í upphafi verksins að allir geti að lokum nýtt sér þann kost að vera með rafbíl," segir Óskar og telur því að nauðsynlegt sé fyrir húsfélög að fá aðila í samstarf sem geti leiðbeint þannig að rétt verði farið af stað. „Þegar fyrsti einstaklingurinn fær sér hleðslutæki er mikilvægt að það geti talað við það næsta sem kemur og svo framvegis. Þannig að þó ekki sé farið í kostnaðarsamar aðgerðir til að byrja með er gott að geta byggt ofan á það sem þegar er búið að fjárfesta í," útskýrir Óskar og bendir á að löggiltir rafverktakar og verkfræðistofur taki að sér að hanna og skipuleggja með eigendum staðsetningu og útfærslu á hleðslustöðvum. „Við höfum síðan búnaðinn sem þarf og bjóðum upp á tæki sem geta talað sín á milli þannig að þau taki ekki of mikið rafmagn. Tækin geta því stýrt álaginu þannig að þau taka bara þá orku sem er í boði í húsinu hverju sinni."

„Heimtaugar að fjölbýlishúsum eru yfirleitt það stórar að ekkert mál er að gera ráð fyrir hleðslu fyrir tvo til þrjá bíla í einu. Hins vegar er mjög mikilvægt að gera alltaf ráð fyrir því í upphafi verksins að allir geti að lokum nýtt sér þann kost að vera með rafbíl," segir Óskar og telur því að nauðsynlegt sé fyrir húsfélög að fá aðila í samstarf sem geti leiðbeint þannig að rétt verði farið af stað. NORDICPHOTOS/GETTY

Ekki nota fjöltengi

Enn eru hleðslustöðvar afar fágætar við fjölbýli og raunar þekkir Óskar ekki til neins slíks dæmis, þó áhuginn sé vissulega fyrir hendi.

En hvað gera eigendur rafbíla sem búa í fjölbýli þá til að hlaða bílinn sinn? „Það er allur gangur á því. Sumir eru jafnvel með framlengingarsnúru út um eldhúsgluggann," segir Óskar. Jón hjá ON varar hins vegar mjög við slíkri hegðun. „Við hjá ON tökum við mörgum fyrirspurnum um hvort hægt sé að hlaða rafbílinn heima við og mælum við með að rafvirki hússins skoði og samþykki þá innstungu sem á að nota til að hlaða rafbílinn. Gæta þarf þess vel að tengill fyrir hleðslu eða hleðslustöð hafi trygga jarðtengingu. Mælt er með að setja upp sérstakan tengil sem þolir hleðslu rafbíla og að hafa bílinn stakan á grein, það er að hafa ekki aðra hluti í sambandi á sömu rafmagnsgreininni. Ekki skal nota fjöltengi eða framlengingarsnúrur. Tengillinn þarf að vera jarðtengdur og greinin þarf að hafa útsláttaröryggi og lekaliða. Sérhæfðir 16-32A tenglar eru gerðir fyrir stöðugt álag," upplýsir hann.

Óskar Gústavsson, sölustjóri hjá Johann Rönning. MYND/STEFÁN

Borgað með korti

Óskar segir vinnustaði og fyrirtæki lengra á veg komin en flest fjölbýli í að koma upp hleðslustöðvum. „Enda er mikilvægt að fyrirtæki hugi að uppsetningu á tenglum fyrir starfsfólk, hvort sem orkan er gefin eða starfsmenn greiða fyrir," segir Óskar en ýmsar lausnir á greiðslufyrirkomulagi eru í boði sem einnig má nýta við fjölbýli. „Þá virkar þetta svipað og þegar farið er á sjálfsafgreiðslubensínstöðvar. Viðkomandi er með lykil eða kort að stöðinni og húsfélagið, fyrirtækið eða þjónustuaðilinn getur selt rafmagnið."

Ný byggingareglugerð mikilvæg

Hvað með nýbyggingar, er hugað að þessum málum þar?

„Í einbýlishúsum, raðhúsum og slíku er þetta ekki vandamál því heimtaugin inn í húsin er það öflug. En í fjölbýli er þetta enn ekki komið inn í byggingareglugerð og menn þurfa aðeins að fara að girða sig í brók þar," segir Óskar en hann telur að málið sé til skoðunar hjá mannvirkjastofnun. Enn fremur segir hann að mikilvægt sé að hraða þessari vinnu. „Enda er rafbíllinn það sem koma skal."

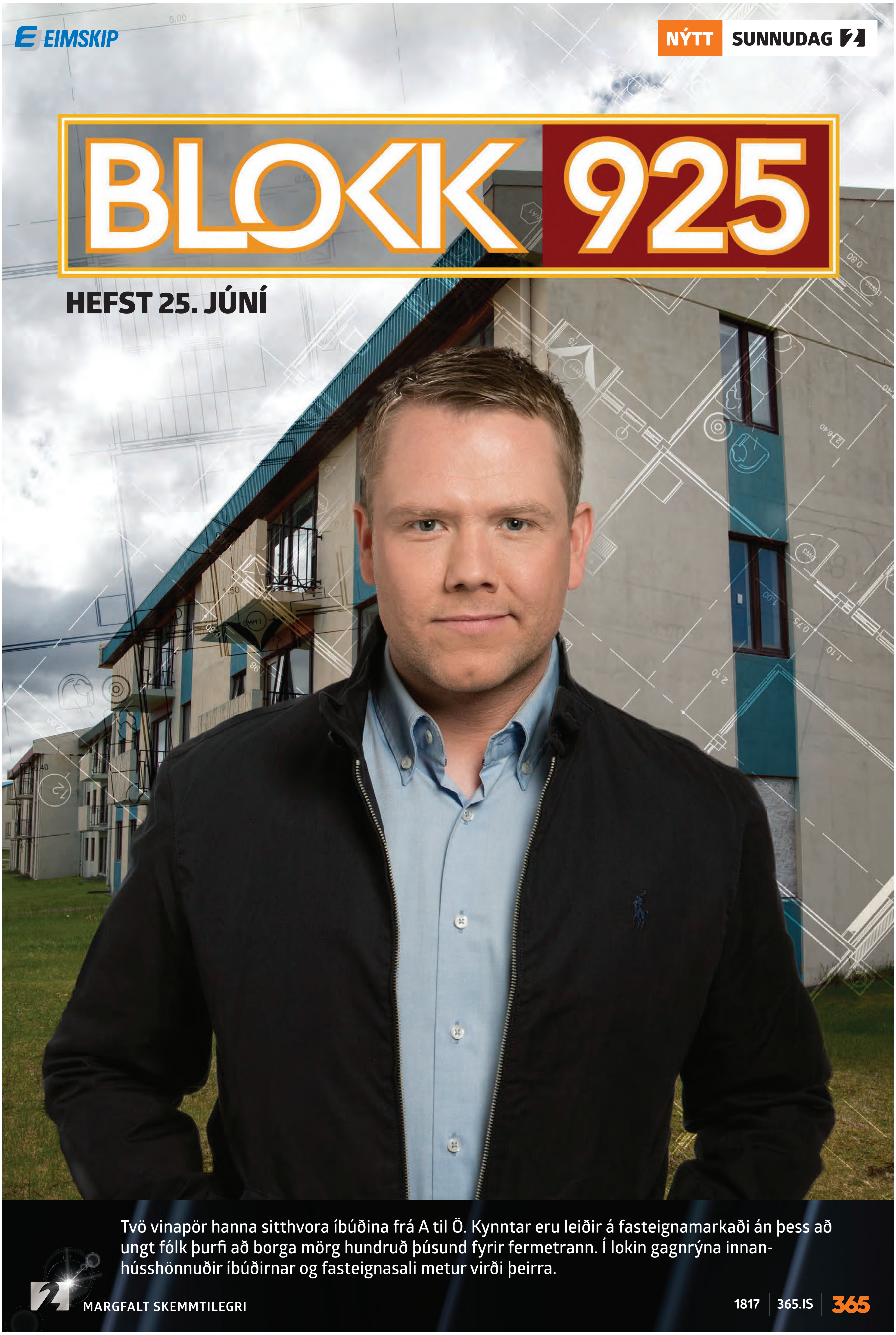
tv

ÁSKRIFTIN FYLGIR ÞÉR

Með sjónvarpsáskrift hjá 365 getur þú horft á uppáhaldssjónvarpsefnið þitt, hvar og hvenær sem er – því áskriftin fylgir þér.

Kynntu þér málið á 365askrift.is

365
365ASKRIFT.IS


EIMSKIP
NÝTT SUNNUDAG
BLOKK 925
HEFST 25. JÚNÍ
Tvö vinapör hanna sitthvora íbúðina frá A til Ö. Kynntar eru leiðir á fasteignamarkaði án þess að ungt fólk þurfi að borga mörg hundruð þúsund fyrir fermetrann. Í lokin gagnrýna innanhússhönnuðir íbúðirnar og fasteignasali metur virði þeirra.
MARGFALT SKEMMTILEGRI
1817
365.IS
365

Verum græn í vatnsnotkun

Vatn er ekki óendanleg uppspretta á jörðu vorri en þeim mun dýrmætara. Til að verða græn í vatnsnotkun er gott að hafa eftirfarandi til hliðsjónar:

- Notaðu stutt þvottakerfi í þvottavélinni til að vernda umhverfið, spara orku og peninga.
- Láttu laga hvers kyns leka á heimilinu, hvort sem það er í pípulögnum, krönum eða í salerninu.
- Farðu í stutt steypibað í stað langra sturtuferða.
- Skrúfaðu fyrir vatnið þegar þú burstar tennurnar. Þeir eru fljótir að renna lítrarnir.
- Skiptu yfir í minni sturtuhaus í stað stórs sem er með miklum vatnsþrýstingi.
- Sjóddu bara það vatn sem þig vantar í te- eða kakóbollann.

Notaðu stutt þvottakerfi í þvottavélinni til að vernda umhverfið, spara orku og peninga.

Notaðu hjólið

Það er minna mál að hvíla einkabílinn og nota hjólið en margir halda. Á vef Umhverfisstofnunar kemur fram að stór hluti þeirra ferða sem farnar eru á einkabíl innan höfuðborgarsvæðisins eru innan við þrír kílómetrar. Því eru miklar vegalengdir alls engin fyrirstaða til að taka fram hjólið.

Á vefnum eru gefin nokkur gagnleg ráð til þeirra sem vilja kjósa bíllausan lífsstíl og nota hjólið. Bent er á að gott sé að skoða leiðina vel áður en lagt er af stað. Göngu- og hjólastígakerfi á höfuðborgarsvæðinu má finna á www.borgarvefsja.is og þar er hægt að nota stiku til að mæla vegalengdir milli staða. Einnig er bent á að gott sé að setja sér markmið, til dæmis að hjóla tvisvar í viku í vinnuna til að byrja með og auka síðan smátt og smátt.

Á vef Hjólafærni (www.hjolafaerni.is) má finna fjölda svokallaðra korterskorta og sex mínútna korta af nokkrum sveitarfélögum landsins. Kortin sýna þann radíus sem má hjóla út frá á sex eða fimmtán mínútum á hverjum stað. Vefurinn hjolreidar.is inniheldur líka hafsjó af fróðleik um flest sem tengist hjólreiðum.

Heimild: www.ust.is.

Kaldur þvottur jafn góður

Ný rannsókn bandarískra vísindamanna bendir til þess að handþvottur upp úr köldu vatni drepi jafn margar bakteríur og ef notað er heitt vatn. Frá rannsókninni var greint í tímaritinu Journal of Food Protection.

Vísindamenn við Rutgers háskólann í New Brunswick vildu kanna hvort þær leiðbeiningar sem eru í gangi í matvælageira Bandaríkjanna um að nota þurfi heitt vatn við handþvott stæðist skoðun. Rannsóknin var gerð á 20 manns. Hendur þeirra voru þaktar bakteríum. Kom í ljós að þvottur upp úr 15 gráðu heitu vatni skilaði jafn hreinum höndum og þegar notað var 38 gráðu heitt vatn. Einnig kom í ljós að magn sápu hafði lítið að segja.

Rannsakendur telja að þessar niðurstöður geti leitt til sparnaðar í matvælageiranum enda ódýrara að nota kalt vatn en heitt.

SANDALAR

FÆTUR OG TÆR ÖÐLAST NÝTT LÍF Í KEEN

KEEN Newport

Newport er sandalinn sem kom KEEN á kortið. Lokuð tá sem að verndar tærnar fyrir hnjaski, sólinn nær upp fyrir tærnar með hönnun sem að KEEN hefur einkaleyfi á. Gott grip á sóla, hvort sem er á þurru eða blautu undirlagi. Innleggið mótast eftir fætinum og veitir góðan stuðning. Þetta eru sandalar sem að þú getur notað allan daginn, alla daga, í nánast hvaða aðstæðum sem er.

- *Efri partur er úr leðri*
- *Fóðraðir að ofan með möskvaefni sem að dregur ekki í sig vatn*
- *Þrýstimótaður EVA miðsóli*
- *Stýfing undir il úr TBU (hitaþjálu pólýúretani) fyrir aukinn stöðugleika*
- *Gúmmí á ytri sóla skilur ekki eftir sig strik í gólfefni*
- *Hrjúfur munstraður sóli, veitir gott grip hvort sem er á blautu eða þurru undirlagi*
- *Teygju reim yfir rist, auðvelt að herða að og losa*
- *Lykkjur á hæl og tungu auðvelda þér að klæða þig í og úr*
- *Metatomical EVA innlegg, sérstaklega hannað til að mótast eftir fætinum og veita góðan stuðning*
- *Mikrófiber ysta lag á innleggi*
- *Má þvo í þvottavél Þyngd á skó: 430,9 gr. (Stærð 42)*

Stærðir: (heil og hálf númer) 40-48

Lítil númer. Flestir taka hálfu númeri stærra en þeir nota vanalega

Verð: 15.990,-

KEEN Venice Women's

Frá fjöru að fjalli. Frábært grip á breytilegu undirlagi, sandalarnir anda vel en eru jafnframt með lokaða tá sem að verndar tærnar fyrir hnjaski. Sólinn nær upp fyrir tærnar með hönnun sem að KEEN hefur einkaleyfi á. Léttir en áreiðanlegir. Venice sport sandalarnir frá KEEN fylgja þér hvert sem ævintýrið er.

- *Efri partur er úr leðri*
- *Fóðraðir að ofan með möskvaefni sem að dregur ekki í sig vatn*
- *Þrýstimótaður EVA miðsóli*
- *Stýfing undir il úr TBU (hitaþjálu pólýúretani) fyrir aukinn stöðugleika*
- *Gúmmí á ytri sóla skilur ekki eftir sig strik í gólfefni*
- *Munstraður sóli sem veitir gott grip hvort sem er á blautu eða þurru undirlagi*
- *Teygju reim yfir rist, auðvelt að herða að og losa*
- *Lykkjur á hæl og tungu auðvelda þér að klæða þig í og úr*
- *Metatomical EVA innlegg, sérstaklega hannað til að mótast eftir fætinum og veita góðan stuðning*
- *Mikrófiber ysta lag á innleggi*
- *Má þvo í þvottavél*

Þyngd á einum skó: 260,8 gr. (Stærð 37,5)
Stærðir: (heil og hálf númer) stærð 35-42
Lítil númer. Flestir taka hálfu númeri stærra en þeir nota vanalega.

Verð: 15.990,-

KEEN Venice H2 Women's

Frá fjöru að fjalli. Frábært grip á breytilegu undirlagi, sandalarnir anda vel en eru jafnframt með lokaða tá sem að verndar tærnar fyrir hnjaski. Sólinn nær upp fyrir tærnar með hönnun sem að KEEN hefur einkaleyfi á. Léttir en áreiðanlegir. Venice sport sandalarnir frá KEEN fylgja þér hvert sem ævintýrið er.

- *Efri partur er úr pólýester*
- *Fóðraðir að ofan með möskvaefni sem að dregur ekki í sig vatn*
- *Þrýstimótaður EVA miðsóli*
- *Stýfing undir il úr TBU (Thermoplastic pólýúretan) fyrir aukinn stöðugleika*
- *Gúmmí á ytri sóla skilur ekki eftir sig strik í gólfefni*
- *Munstraður sóli sem veitir gott grip hvort sem er á blautu eða þurru undirlagi*
- *Teygju reim yfir rist, auðvelt að herða að og losa*
- *Lykkjur á hæl og tungu auðvelda þér að klæða þig í og úr*
- *Efni framleidd án PFC (Perflúorkolefna)*
- *Metatomical EVA innlegg, sérstaklega hannað til að mótast eftir fætinum og veita góðan stuðning*
- *Má þvo í þvottavél*

Þyngd á einum skó: 255,2 gr. (Stærð 37,5)
Stærðir: (heil og hálf númer) 36-42 Lítil númer. Flestir taka hálfu númeri stærra en þeir nota vanalega.

Verð: 14.990,-

KEEN Clearwater CNX Leather

Clearwater CNX Leather eru léttir og nettir sandalar með lokaða tá sem að verndar tærnar fyrir hnjaski. Sólinn nær upp fyrir tærnar með hönnun sem að KEEN hefur einkaleyfi á. Gott grip á sóla, hvort sem er á þurru eða blautu undirlagi. Clearwater CNX sandalarnir eru hannaðir með það að leiðarljósi að hafa sólann sem nettastan án þess að tapa þægindum. Fjögurra millimetra hæðarmunur er á hæl og tá og er innleggið mótað til að veita góðan stuðning við ilina.

- *Efri partur er úr leðri*
- *Fóðraðir að ofan með möskvaefni sem að dregur ekki í sig vatn*
- *Léttur PU miðsóli*
- *Hællinn er 4 mm hærri en táin*
- *Innleggið mótað til að veita góðan stuðning við ilina*
- *Gúmmí á ytri sóla skilur ekki eftir sig strik í gólfefni*
- *Teygju reim yfir rist, auðvelt að herða að og losa*
- *Lykkja á hæl og tungu auðvelda þér að klæða þig í og úr*
- *Miðsóli úr TBU (Hitadeigu pólýúretani)*
- *Efni framleidd án PFC (Perflúorkolefni)*
- *Munstraður sóli sem að veitir gott grip hvort sem er á blautu eða þurru undirlagi*
- *Má þvo í þvottavél*

Þyngd á einum skó: 292 gr. (Stærð 42)
Stærðir: (heil og hálf númer) 40,5-47,5

Verð: 15.990,-

KEEN Maupin Women's

Maupin sandalarnir veita góðan stuðning og sólinn hefur mikið grip jafnvel í bleytu svo að þeir henta einstaklega vel sem alhliða sandalar. Opin tá og mjög auðvelt að stilla þá þannig að þeir sitji sem best á fætinum. Hvor skór um sig vegur einungis 207,0 gr (í stærð 37,5). Maupin sandalarnir eru búnir Cleansport NXTTM náttúrulegri lyktarstjórnunartækni. Það er lífræn tækni þar sem að gagnlegar örverur sem finnast allt í kring um okkur eru teknar og festar á yfirborð efnis. Örverurnar hreinsa útgang sem að bakteríur skilja eftir sig og koma þannig í veg fyrir vonda lykt á náttúrulegan hátt án allra eiturefna. Frábær kostur fyrir okkur og ekki síður umhverfið.

- *Eitt band yfir allan fótinn, auðvelt að stilla*
- *Efri partur er samsettur úr pólýester, textíl og hitaþjálu pólýúretani sem er slitsterkt og þolir vel olíu, fitu og núning*
- *Mikrófiber efni í fóðri*
- *PU miðsóli*
- *Gúmmí á ytri sóla skilur ekki eftir sig strik í gólfefni*
- *Mikið grip á sóla, heldur vel gripi í bleytu*
- *Metatomical EVA innlegg, sérstaklega hannað til að mótast eftir fætinum og veita góðan stuðning*
- *Cleansport NXTTM náttúruleg lyktarstjórnun*

Þyngd á einum skó: 207,0 gr. (Stærð 37,5)
Stærðir: 36 - 37,5 - 38,5 - 39,5 - 40,5 - 42 Lítil númer.
Flestir taka númeri stærra en þeir nota vanalega.

Verð: 13.990,-

KEEN Maupin Men's

Maupin sandalarnir veita góðan stuðning og sólinn hefur mikið grip jafnvel í bleytu svo að þeir henta einstaklega vel sem alhliða sandalar. Opin tá og mjög auðvelt að stilla þá þannig að þeir sitji sem best á fætinum. Hvor skór um sig vegur einungis 246,6 gr (í stærð 42). Maupin sandalarnir eru búnir Cleansport NXTTM náttúrulegri lyktarstjórnunartækni. Það er lífræn tækni þar sem að gagnlegar örverur sem finnast allt í kring um okkur eru teknar og festar á yfirborð efnis. Örverurnar hreinsa útgang sem að bakteríur skilja eftir sig og koma þannig í veg fyrir vonda lykt á náttúrulegan hátt án allra eiturefna. Frábær kostur fyrir okkur og ekki síður umhverfið.

- *Eitt band yfir allan fótinn, auðvelt að stilla*
- *Efri partur er samsettur úr pólýester, textíl og hitaþjálu pólýúretani sem er slitsterkt og þolir vel olíu, fitu og núning*
- *Mikrófiber efni í fóðri*
- *PU miðsóli*
- *Gúmmí á ytri sóla skilur ekki eftir sig strik í gólfefni*
- *Mikið grip á sóla, heldur vel gripi í bleytu*
- *Metatomical EVA innlegg, sérstaklega hannað til að mótast eftir fætinum og veita góðan stuðning*
- *Cleansport NXTTM náttúruleg lyktarstjórnun*

Þyngd á einum skó: 246,6 gr. (Stærð 42)
Stærðir: 40,5 - 42 - 43 - 44,5 - 46 - 47,5
Lítil númer. Flestir taka númeri stærra en þeir nota vanalega.

Verð: 13.990,

Þú finnur allar okkar vörur ásamt ítarlegum upplýsingum á www.ggsport.is

GG•sport

„Finndu okkur á Facebook"

Smiðjuvegur 8, Græn gata, 200 Kópvogi, sími: 571 1020 • www.ggsport.is

Bílar & Farartæki

SUZUKI

SUZUMAR gúmmíbátar. Uppblásnir slöngubátar með álgólfi 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
Suzuki.is / suzukisport.is

bilauppbod.is

ÞARFTU AÐ KAUPA EÐA SELJA BÍL?
Bilauppbod.is er uppboðsvefur þar sem þú getur keypt eða selt bíl á einfaldan og hagkvæman hátt. Kynntu þér málið. www.bilauppbod.is Sími 522-4610.

Bílauppboð - Krókur
Sími: 522 4610
www.bilauppbod.is

HÖFÐABÍLAR
... þar sem bílar seljast

TOYOTA Land cruiser 200 VX. Árgerð 2008, ekinn 136 Þ.KM, bensín, 35" sjálfskiptur 5 gírar. 7. manna. Tilboð. 6.350.000. Rnr.222104.

VW Golf E Comfort. Árgerð 2016, ekinn 6 Þ.KM, rafmagn, sjálfskiptur. heimahleðslustöð, leðursæti og fl. Tilboð 3.590.000. Rnr.211728.

CADILLAC Eldorado. Árgerð 1988, ekinn 80 þús mílur. bensín, sjálfskiptur. Verð 3.990.000. Glæsilegt eintak. Rnr.211652.

Höfðabílar
Fossháls 27/ Dragháls megin,
110 Reykjavík
Sími: 577 4747
www.hofdabilar.is

Bílar til sölu

Grand Cherokee Limited Hemi, 2007. Vel með farin. Ekinn 83.000 km. Bensín. Verð: 2.490.000. Engin skipti. Uppl. í síma 8630921

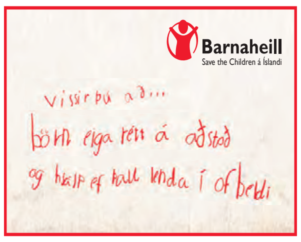
Kia Sarento '09, vel með farin, ek. 116.000 km, sjálfskiptur dísel 170 hö, með krók, krúser. Ásettverð: 2.5.m. S: 866 7022

Bílar óskast

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

0-600 STAÐGREITT
Vantar bíl á verðinu 0-600. Skoða allt. Jeppa, fólksbíl. Má þarfnast lagfæringar. Sími 760 5027

Fjórhjól



Bátar

HEIMAVÍK
Nýju sjóbleikjunetin komin, meira flot, dýpri net, meiri veiði. Heimavík Sporhamrar 3, S. 892 8655 www.heimavik.is

Hjólbarðar

NÝJU SAILUN DEKKIN Á FRÁBÆRU VERÐI.
Einnig úrval notaðra dekkja. Tökum notuð uppí ný. Vaka s. 567 6700

Þjónusta

Garðyrkja

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

Bókhald

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

Málarar

Þakmálun
Getum bætt við okkur verkefnum. Vönduð vinnubrögð. Fáðu tilboð. Uppl. í s. 847 1628
Litaverk ehf

Búslóðaflutningar

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

Húsaviðhald

HÚSAVIÐGERÐIR

Trésmíði • múrverk • málun, blikk • háþrýstiþvottur, og þakklæðningar.

ÖRUGG OG FAGLEG ÞJÓNUSTA.

UPPL. Í SÍMA 858 3300

ÞAKVIÐGERÐIR APS VERKTAKI EHF

Þaklekar eru því miður alltof algengir í íslenskum húsum. Við tökum að okkur öll verkefni sem snúa að þakviðgerðum. Gsm.841 7601

Nudd

NUDD

Slökunarnudd í miðbæ Reykjarvíkur. Sími 694 7881, Zanna.

Rafvirkjun

RAFLAGNIR OG DYRASÍMAKERFI S. 896 6025

Tilboð dyrasímakerfi, töfluskipti. Löggildur rafverktaki. rafneisti@simnet.is

Keypt & Selt

Óskast keypt

KAUPUM GULL - JÓN & ÓSKAR

Alla virka daga í verslun okkar Laugavegi 61 Jón & Óskar

jonogoskar.is s.552-4910

Heilsa

Nudd

TANTRA NUDD

Ekta vígsla í leyndardóma Tantra með Tantra nuddi. Einstæð upplifun fyrir pör, konur og karla. S. 698 8301 www.tantratemple.is

Skólar & Námskeið

Ökukennsla

Ökukennsla, aðstoð við endurtökupróf og akstursmat. S. 893 1560 og 587 0102, Páll Andrésson.

Húsnæði

Húsnæði í boði

TIL LEIGU NÝLEGT 285 - 1.000 FM ATVINNUHÚSNÆÐI Í REYKJAVÍK

285 fm bil með allt að 9 m lofthæð, stórar innkeyrsludyr, góð malbikuð lóð, og greið aðkoma.

Nánari upplýsingar veitir Sverrir í s. 661 7000

Geymsluhúsnæði

GEYMSLUR.IS
SÍMI 555-3464

Suma hluti er betra að geyma. Geymslur fyrir dánarbúið, allt að 20% afsláttur. www.geymslur.is

WWW.GEYMSLAEITT.IS FYRSTI MÁNUÐUR FRÍR

á minna en 7 m2. Ódýrt eftir það. S: 564-6500

Tómstundir & Ferðir

Fyrir veiðimenn

Barnavöðlur í St. 20-35 7.900 kr, St 36-42, 8.900 kr, 4 litir í boði Belti og poki fylgir hverjum vöðlum Verð 7.900 kr Besta verðið !! Veiðiportið Grandagarði 3 552-9940

Atvinna

Atvinna í boði

Garðyrkjufyrirtæki á höfuðborgarsvæðinu óskar eftir sumarstarfsfólki í vinnu. Viðkomandi þarf að geta hafið störf sem fyrst. Umsókn ásamt ferilskrá sendist á netfangið hreinirgardar@gmail.com

Reykjavíkurborg
Umhverfis- og skipulagssvið

Auglýsing um breytingar á deiliskipulagi í Reykjavík

Í samræmi við 1. mgr. 43. gr. skipulagslaga nr. 123/2010, eru hér með auglýstar tillögur að breytingu á deiliskipulagi í Reykjavík.

Gamla höfnin - Allianz reitur

Á fundi umhverfis- og skipulagsráðs þann 31. maí 2017 og borgarráði Reykjavíkur þann 8. júní 2017 var samþykkt að auglýsa tillögu að breytingu á deiliskipulagi Vesturbugtar fyrir lóðina nr. 2 við Grandargarð, Allianz reitur. Breytingin felur í sér stækkun á lóðarmörkum og byggingarreit á lóðinni, aukningu byggingarmagns og skilgreiningu á gististarfsemi á efri hæðum og verslun og þjónustu á jarðhæðum. Nánar um tillöguna vísast til kynningargagna.

Grandagarður 14

Á fundi umhverfis- og skipulagsráðs þann 31. maí 2017 og borgarráði Reykjavíkur þann 8. júní 2017 var samþykkt að auglýsa tillögu að breytingu á deiliskipulagi Örfiriseyjar vegna lóðar nr. 14 við Grandagarð. Í breytingunni felst að gert er ráð fyrir nýrri timburbryggju fyrir gesti fyrirhugaðs veitingastaðs á 1. og 2. hæð. Utan á timburbryggjuni er gert ráð fyrir flotbryggju sem slysavarnarfélagið Landsbjörg hefur afnot og aðgang að. Nánar um tillöguna vísast til kynningargagna.

Borgartún 24

Á fundi umhverfis- og skipulagsráðs þann 7. júní 2017 og borgarráði Reykjavíkur þann 15. júní 2017 var samþykkt að auglýsa, í samræmi við rammaskipulag samþykkt í umhverfis- og skipulagsráði 5. apríl 2017, tillögu að breytingu á deiliskipulagi fyrir lóðina nr. 24 við Borgartún. Í breytingunni felst breyting á atvinnuhúsnæði í íbúðarhúsnæði með allt að 65 íbúðum, lifandi jarðhæðir og bílastæði í bílakjallara. Lögð er áhersla á góðar göngutengingar í gegnum svæðið, mannlegan kvarða og góða aðstöðu fyrir hjólandi vegfarendur. Tillagan gerir ráð fyrir auknu byggingarmagni og hækkar nýtingarhlutfall á lóð úr 0,83 í 1,96. Nánar um tillöguna vísast til kynningargagna.

Tillögurnar liggja frammi í þjónustuveri Reykjavíkurborgar að **Borgartúni 12-14**, 1. hæð, virka daga kl. 8:20 – 16:15 **frá 20. júní 2017 til og með 1. ágúst 2017**. Einnig má sjá tillögurnar á vefsíðunni, ***www.reykjavik.is***, skipulag í kynningu. Eru þeir sem telja sig eiga hagsmuna að gæta hvattir til að kynna sér tillögurnar. **Ábendingum og athugasemdum við tillögurnar skal skila skriflega til skipulagsfulltrúa eða á netfangið *skipulag@reykjavik.is*, eigi síðar en 1. ágúst 2017. Vinsamlegast notið uppgefið netfang fyrir innsendar athugasemdir með tölvupósti.**

Reykjavík 20. júní 2017
Skipulagsfulltrúi Reykjavíkur

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

Reykjavíkurborg
Umhverfis- og skipulagssvið

Óveruleg breyting á Aðalskipulagi Reykjavíkur 2010-2030

Lóuhólar 2-6. Stækkun verslunar- og þjónustusvæðis

Borgarráð Reykjavíkur samþykkti þann 7. júní 2017, tillögu að óverulegri breytingu á Aðalskipulagi Reykjavíkur 2010-2030.
Breytingin varðar stækkun verslunar- og þjónustusvæðis við Lóuhóla 2-6 á þéttbýlisuppdrætti aðalskipulagsins. Breytingin er gerð til samræmis við núverandi afmörkun lóðarinnar og nemur stækkunin um 400 m2 og tekur til bílastæða nyrst á lóðinni. Sjá nánar um tillögu á vef Reykjavíkurborgar, adalskipulag.is.
Aðalskipulagstillagan hefur verið send Skipulagsstofnun til staðfestingar, skv. 2. mgr. 36. gr. skipulagslaga nr. 123/2010 um óverulegar breytingar á aðalskipulagi. Þeir sem óska nánari upplýsinga geta snúið sér til Umhverfis- og skipulagssviðs Reykjavíkurborgar, Borgartúni 12-14.

Fyrirhuguð breyting á Aðalskipulagi Reykjavíkur 2010-2030

Stekkjarbakki. Stofnbraut milli Reykjanesbrautar og Höfðabakka

Þann 15.júní 2017 samþykkti Borgarráð Reykjavíkur verkefnislýsingu vegna fyrirhugaðrar breytingar á Aðalskipulagi Reykjavíkur 2010-2030, er varðar legu Stekkjarbakka milli Reykjanesbrautar og Höfðabakka. Til skoðunar er að hverfa frá fyrirhugaðri færslu götunnar til norðurs.
Með vísan til 1. mgr. 30. gr. skipulagslaga nr. 123/2010 og laga nr. 105/2006 um umhverfismat áætlana er verkefnislýsingin lögð fram til kynningar og umsagnar (sjá reykjavik.is og adalskipulag.is). Óskað er eftir því að athugasemdum við verkefnislýsinguna verði komið á framfæri á netfangið skipulag@reykjavik.is fyrir 12. júlí 2017. Þeir sem óska nánari upplýsinga geta snúið sér til umhverfis- og skipulagssviðs Reykjavíkurborgar.

Breyting á Aðalskipulagi Reykjavíkur 2010-2030 Íbúðarbyggð og blönduð byggð 2010-2030

Fjöldi íbúða á nokkrum þéttingarreitum
Framsetning stefnu um íbúðarbyggð

Borgarráð Reykjavíkur samþykkti þann 7. júní 2017 tillögu að breytingu á Aðalskipulagi Reykjavíkur 2010-2030, varðandi stefnu um íbúðarbyggð og heimildir um fjölda íbúða.
Markmið breytingartillögu er að mæta breyttum þörfum á húsnæðismarkaði og auka svigrúm til að byggja smærri íbúðir. Breytingar fela í sér óverulegar breytingar á byggingarmagni. Fjölgun íbúða á einstaka reitum er á kostnað atvinnuhúsnæðis eða fela það í sér að byggðar verði að jafnaði smærri íbúðir, án þess að byggingarmagn sé aukið. Einnig eru gerðar nokkrar lagfæringar á framsetningu stefnunnar. Samkvæmt tillögunni ná breyttar heimildir um fjölda íbúða til eftirfarandi reita (númer reits innan sviga): Laugavegur+ (9), Borgartún (26), KHÍ (35), Suður-Mjódd (46), Sléttuvegur (32), Hlíðarendi (13), Vísindagarðar (12), HÍ v/Suðurgötu (59), Höfðatorg (21), Köllunarklettur (29), Spöngin (41) og Úlfarsárdalur-Leirtjörn (53-55).

Tillagan var kynnt í samræmi við 30-31. gr skipulagslaga, sbr. gr. 36 um breytingar á aðalskipulagi. Aðalskipulagstillagan var auglýst samhliða tillögu að breyttu deiliskipulagi á Kennaraháskólareit og fleiri deiliskipulagsbreytingar voru auglýstar í kjölfarið. Aðalskipulagstillagan var auglýst á tímabilinu frá 10 apríl 2017 til og með 22. maí 2017.
16 athugasemdir bárust við aðalskipulagstillöguna á auglýsingatímanum. Auk þess lágu fyrir umsagnir sem bárust fyrr í vinnsluferli tillögunnar og fjallað var um áður en tillagan fór í auglýsingu. Formlegar athugasemdir og umsagnir leiða ekki til efnislegra breytinga á aðalskipulagstillögunni. Tillagan hefur verið send Skipulagsstofnun til staðfestingar. Þeir sem óska frekari upplýsinga og að nálgast einstök í gögn í málinu geta snúið sér til umhverfis- og skipulagssviðs Reykjavíkurborgar (skipulag@reykjavik.is).

Umhverfis- og skipulagssvið Reykjavíkurborgar

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

Fasteignir

TRAUSTI fasteignasala

Kristján Baldursson hdl.
Löggiltur fasteignasali og leigumiðlari
867-3040

Laugarásvegur 60 - 104 Reykjavík

Opið hús í dag kl. 17:30 - 18:00

Glæsilegt 231,8 fm. einbýlishús á tveimur hæðum við Laugardalinn. Skjólgóður og gróinn suðurgarður. Stutt í vinsælasta útivistarsvæði Reykvíkinga, Laugardalinn.
Húsið er teiknað af Skarphéðni Jóhannssyni. **Tilboð óskast**

Trausti fasteignasala, trausti@trausti.is, s.546-5050, Vegmúla 4, 108 Reykjavík

Nýtt í sölu í 101 Reykjavík

Njálsgata 64

Eignin er samtals 453,8 fm og er á fjórum hæðum auk rishæðar. Þrjár íbúðir eru á 2. – 4. hæð hússins og verslunar-, veitinga- eða skrifstofurými á jarðhæð. Geymslur eru í risi en það rými býður uppá möguleika til breytinga. Íbúðirnar eru 4ra herbergja. Tvennar svalir. Jarðhæð skiptist í tvö rými með baðherbergi og snyrtingu. Lyfta er í húsinu.

Eignin býður uppá mikla möguleika.

NÁNARI UPPLÝSINGAR VEITA

Kjartan Hallgeirsson
Löggiltur fasteignasali
kjartan@eignamidlun.is
824 9093 / 588 9090

Hilmar Þór Hafsteinsson
Löggiltur fasteignasali
hilmar@eignamidlun.is
824 9098 / 588 9090

EIGNAMIÐLUN
588 9090 · www.eignamidlun.is · Grensásvegi 11 · 108 Reykjavík
60 ÁRA FRAMÚRSKARANDI SÍÐAN 1957

Fasteignir

SMIÐIR - VERKAMENN - MÚRARAR

Erum með vana smiði, verkamenn, múrara og pípara sem eru klárir í vinnu.

HANDAFL EHF
starfsmannaþjónusta
s. 777 2 333

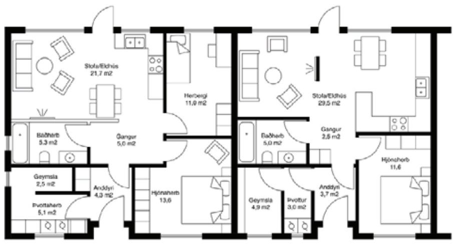
Til sölu raðhús við Fagurhól í 245 Sandgerði **studlaberg.is**

RAÐHÚS TÆPLEGA TILBÚIN UNDIR TRÉVERK

Verð frá 15,5 millj.

Um er að ræða raðhús í byggingu afhent á byggingarstigi 4.
68,1m² tveggja herbergja íbúðir og 78.6m² þriggja herbergja endaíbúðir.

Afhending 1. júlí 2017



NÁNARI UPPLÝSINGAR VEITIR

Guðlaugur H. Guðlaugsson
laugi@studlaberg.is
420 4000

Brynjar Guðlaugsson
brynjar@studlaberg.is
896 5464

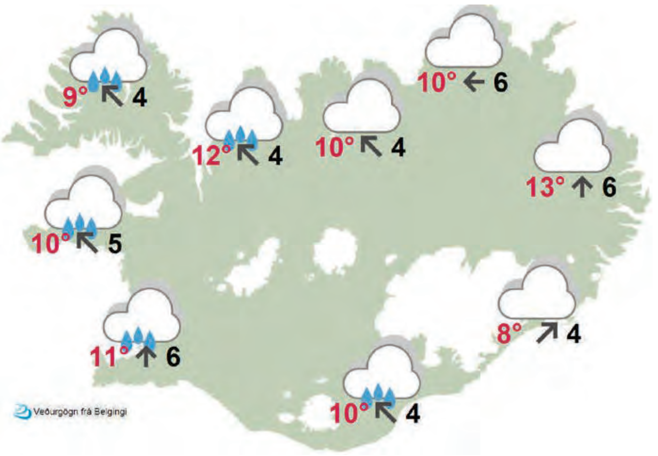
STUÐLABERG FASTEIGNASALA
Hafnargata 20, 230 Reykjanesbæ · **420 4000** · studlaberg@studlaberg.is

ALLT INNIFALIÐ
ÁLETRUN OG UPPSETNING ERU INNIFALIN Í VERÐUM*
NR. 116-5
VERÐ KR. 209.000
NR. 2042
VERÐ KR. 178.900
NR. 2046
VERÐ KR. 251.900
NR. 2006 AURORA
VERÐ KR. 245.900
NR. 104 SHANXI BLACK
VERÐ KR. 325.900
NR. 113 PARADISO
VERÐ KR. 285.900
NR. 2021
VERÐ KR. 294.900
NR. GS 1002
VERÐ KR. 589.000
MIKIÐ ÚRVAL LEGSTEINA Á MJÖG GÓÐU VERÐI
NR. 118 PARADISO
VERÐ KR. 305.900
NR. 129-3 SHANXI BLACK
VERÐ KR. 395.900
FYLGIHLUTIR FYLGJA EKKI MEÐ
*AKSTURSGJALD BÆTIST VIÐ UTAN HÖFUÐBORGARSVÆÐISINS
ÞARF AÐ ENDURNÝJA LETRIÐ Á STEININUM?
GRANÍTHÖLLIN TEKUR AÐ SÉR AÐ HREINSA OG ENDURMÁLA LETUR Á LEGSTEINUM. EINNIG TÖKUM VIÐ AÐ OKKUR AÐ RÉTTA AF LEGSTEINA SEM ERU FARNIR AÐ HALLA.
FYRIR
EFTIR
MÖRKIN 4
REYKJAVÍK
Graníthöllin
Legsteinar
SÍMI 555 3888
GRANITHOLLIN.IS
Með fyrirvara um prentvillur og uppseldar vörur.

VEÐUR, MYNDASÖGUR & ÞRAUTIR

Þriðjudagur

Stíf suðaustanátt með rigningu, einkum SV- og V-lands, en hægari og úrkomuminna A-til. Styttir víða upp í kvöld en hvessir heldur, einkum V-lands og mest á N-verðu Snæfellsnesi. Hiti 9 til 16 stig, hlýjast norðan heiða.



Miðvikudagur

Reykjavík	Ísafjörður	Akureyri
10°	8°	14°
↖ 14	← 10	↙ 2
Egilsstaðir	**Kirkjubæjarkl.**	**Hveravellir**
11°	10°	8°
↖ 10	← 9	↑ 14

Fimmtudagur

Reykjavík	Ísafjörður	Akureyri
10°	10°	12°
↖ 10	← 4	↑ 3
Egilsstaðir	**Kirkjubæjarkl.**	**Hveravellir**
12°	9°	6°
← 3	↖ 4	↑ 11

LÉTT

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

MIÐLUNGS

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

ÞUNG

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

Krossgáta

LÁRÉTT
2. kaups
6. frá
8. pfn.
9. mál
11. í röð
12. ota
14. kambur
16. kallorð
17. aur
18. svif
20. núna
21. högg

LÓÐRÉTT
1. rétt
3. mannþvaga
4. land í Suð-vestur-Asíu
5. sár
7. pest
10. lepja
13. bjargbrún
15. urmull
16. rámur
19. tvíhljóði

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

LÁRÉTT: **2.** sölu, **6.** af, **8.** sín, **9.** tal, **11.** bd, **12.** trana, **14.** spöng, **16.** hó, **17.** for, **18.** áta, **20.** nú, **21.** stuð.
LÓÐRÉTT: **1.** satt, **3.** ös, **4.** líbanon, **5.** und, **7.** far-sótt, **10.** lap, **13.** nöf, **15.** grúi, **16.** hás, **19.** au.

Skák Gunnar Björnsson

Berg átti leik gegn Kristiansen í Árósum 1990.
Svartur á leik
1...Re2+! 2. Kf1 Dxf6! (líka verið mögulegt að leika 1... Dxf6 fyrst). **3. Bxf6 Hb8 4. Db1 Rc3 0-1.** HM landsliða hófst um helgina. Kínverjar efstir í opnum flokki en Rússar í kvennaflokki.
www.skak.is: HM landsliða.

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

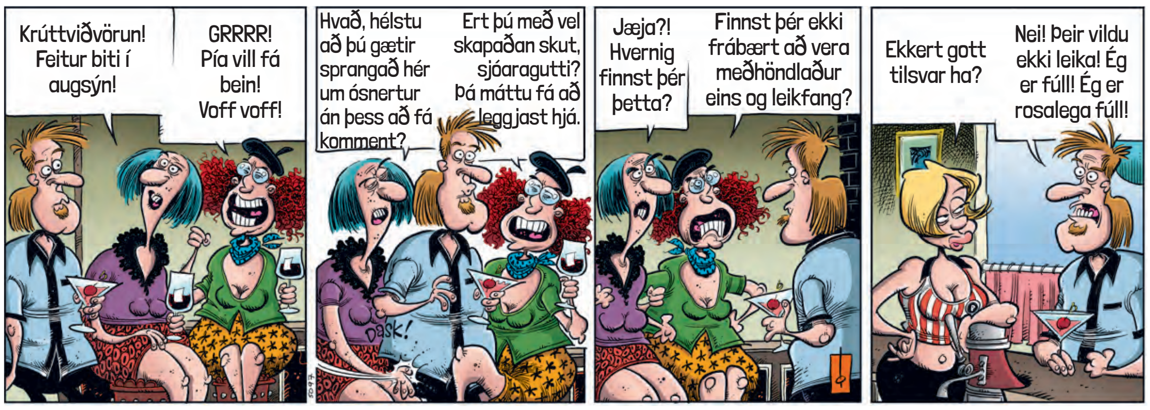
2	9	5	8	4	6	7	3	1
3	4	1	7	5	2	8	9	6
6	7	8	9	1	3	2	4	5
7	5	9	2	3	4	6	1	8
4	6	3	5	8	1	9	2	7
8	1	2	6	7	9	4	5	3
9	2	7	1	6	5	3	8	4
1	8	4	3	9	7	5	6	2
5	3	6	4	2	8	1	7	9

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

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

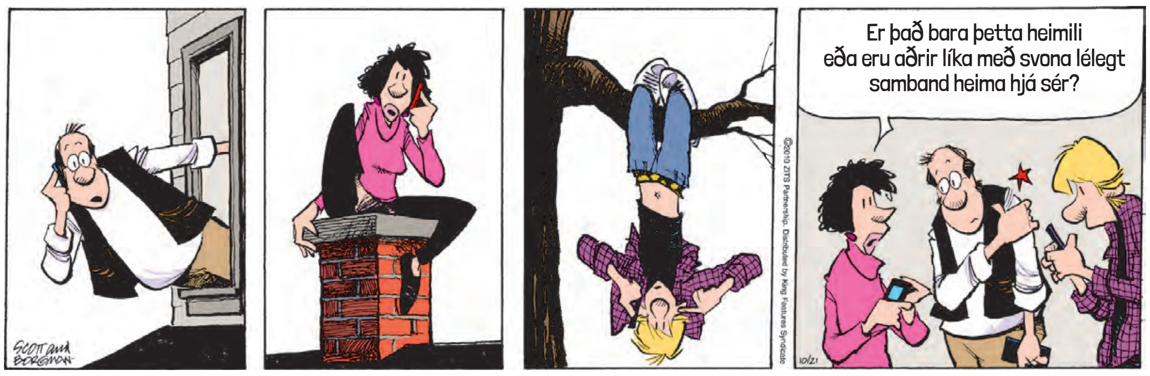
Pondus

Eftir Frode Øverli



Gelgjan

Eftir Jerry Scott & Jim Borgman



Barnalán

Eftir Jerry Scott & Rick Kirkman

KING KOIL
WAREHOUSE CLEARANCE!
STÖK DÝNA AÐEINS:
43.600 kr.
Vorum að fá
„VÖRUHÚSA-HREINSUNAR"-dýnur
frá King Koil í Queen stærð (153x203 cm)
KOMDU, MÁTAÐU OG KAUPTU DÝNU
SEM HENTAR ÞÉR Á FRÁBÆRU VERÐI.
FYRSTIR KOMA FYRSTIR FÁ!
DÝNA m/botni og fótum
89.544 kr.
ER KOMINN TÍMI Á NÝTT RÚM?
(*Miðað við 12 mánaða vaxtalausan raðgreiðslusamning með 3,5% lántökugjaldi og 405 kr. greiðslugjaldi)
ARGH!!! 200617
ERGOMOTION E40+
Tvískipt hjónarúm 180x200sm
með einfaldri og góðri fjarstýringu
og Royal Corinna dýnum.
(Royal Corinna er hágæða millistíft fimm svæðaskipt
heilsudýna með pokagormakerfi og áföstum topp)
TILBOÐSVERÐ AÐEINS 24.746 kr.
Á MÁNUÐI*
á meðan birgðir endast - vaxtalaust og fyrsta greiðsla í október 2017.
STAÐGREITT 282.217 kr.
rekkjan
HEILSURÚM
Rekkjan ehf ·· Ármúla 44 ·· 108 Reykjavík ·· 588 1955 ·· www.rekkjan.is ·· Opið virka d. 10–18 og lau 11–16

Skáldin Kristín Svava og K.T. Billey hafa þýtt ljóð hvor annarrar. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

Afar viðeigandi ljóðakvöld

Sumarsólstöðum verður fagnað með ljóðakvöldi annað kvöld á Gauknum að Tryggvagötu 22. Þar verða 8 ljóðskáld og eitt þeirra er Kristín Svava Tómasdóttir.

Það er óhætt að segja að mörg af okkar skemmtilegustu ljóðskáldum ætli að koma fram,“ segir Kristín Svava Tómasdóttir um ljóðakvöldið sem haldið verður á Gauknum að Tryggvagötu 22 annað kvöld, miðvikudag, á sumarsólstöðum.

Aðaltilefnið segir hún vera það að Vestur-Íslendingurinn Kara Billey Þórðarson, sem notar höfundarnafnið K.T. Billey, er stödd á landinu og dvelur í þýðendaíbúð í Gunnarshúsi, húsi Rithöfundasambandsins. Meðal þess sem hún hefur þýtt úr íslensku er síðasta bók Kristínar Svövu, Stormviðvörun. Hún fékk meira að segja þýðingarverðlaun fyrir hana frá American Scandinavian Foundation og til stendur að gefa bókina út í Bandaríkjunum.

„Kara er ekki Vestur-Íslendingur í þeirri merkingu að forfeðurnir hafi farið til Kanada á nítjándu öld,“ tekur Kristín Svava fram. „Afi hennar flutti út og hún á ættingja hér á landi en ólst upp í Kanada og er líka af úkraínskum ættum. Hefur verið hér öðru hverju og er núna í mánuð. Hún þýðir bæði úr íslensku og spænsku og er ljóðskáld líka. Ég hef þýtt fáein ljóð eftir hana svo við getum lesið hvor eftir aðra og saman annað kvöld en hún hefur ekki jafn mikla æfingu í að tala íslensku og lesa.“

Spurð hvort það sé árvisst að sumarsólstöðum sé fagnað með ljóðalestri svarar Kristín Svava: „Nei, en afar viðeigandi. Við Jón M. Loðmfjörð, Lommi, höfum verið að halda svona ljóðakvöld á Gauknum öðru hverju undir merkjum Samtaka ungra skálda.“ **gun@frettabladid.is**

Á ljóðakvöldinu koma fram

Anton Helgi Jónsson, Ásta Fanney Sigurðardóttir, Fríða Ísberg, Kristín Eiríksdóttir, Kristín Svava Tómasdóttir, K.T. Billey, Lommi, og Þórdís Gísladóttir. Kynnir verður Kristján Guðjónsson.

KARA ER EKKI VESTUR-ÍSLENDINGUR Í ÞEIRRI MERKINGU AÐ FORFEÐURNIR HAFI FARIÐ TIL KANADA Á 19. ÖLD.

AEG

OFNAR, 2016 ÁRGERÐ

30% AFSLÁTTUR

FRÁBÆRT TILBOÐ Í TAKMARKAÐAN TÍMA

HÁFAR (AIRFORCE) 2016 ÁRGERÐ

50% AFSLÁTTUR

AUK ÞESS 20% AFSLÁTTUR AF 2017 OFNUM OG HELLUBORÐUM

NÝR VEFUR
Netverslun
ORMSSON.IS

Opnunartímar:
Virka daga kl. 10-18
Lokað laugardaga í sumar

FYRIR HEIMILIN Í LANDINU
ORMSSON
LÁGMÚLA 8 · SÍMI 530 2800

VR FYRIRMYNDAR FYRIRTÆKI 2016

ORMSSON
Greiðslukjör
Vaxtalaust
í allt að 12 mánuði

ORMSSON	ORMSSON	KS	SR BYGG	ORMSSON	PENNINN	ORMSSON	ORMSSON	ORMSSON	GEISLI	TÆKNIBORG	OMNIS	BLÓMSTURVELLIR
KEFLAVÍK	ÞRISTUR-ÍSAFIRÐI	SAUÐÁRKRÓKI	SIGLUFIRÐI	AKUREYRI	HÚSAVÍK	VÍK -EGILSSTÖÐUM	PAN-NESKAUPSSTAÐ	ÁRVIRKINN-SELFOSSI	VESTMANNAEYJUM	BORGARNESI	AKRANESI	HELLISSANDI
SÍMI 421 1535	SÍMI 456 4751	SÍMI 455 4500	SÍMI 467 1559	SÍMI 461 5000	SÍMI 464 1515	SÍMI 4712038	SÍMI 477 1900	SÍMI 480 1160	SÍMI 481 3333	SÍMI 422 2211	SÍMI 433 0300	SÍMI 436 6655

SAMBÍÓIN ÁLFABAKKA

BÍLAR 3 ÍSL TAL 2D	KL. 3 - 3:20 - 5:40 - 8	L
BÍLAR 3 ÍSL TAL 3D	KL. 3	L
THE MUMMY	KL. 5:30 - 8 - 10:20	16
WONDER WOMAN 2D	KL. 5 - 8 - 10:55	12
WONDER WOMAN 2D VIP	KL. 5 - 8 - 10:55	VIP
BAYWATCH	KL. 3 - 5:30 - 8 - 10:30	12
PIRATES 3D	KL. 5:15 - 8 - 10:45	12
SPARK ÍSL TAL	KL. 3	L
GUARDIANS OF THE GALAXY 2D	KL. 10:20	12

KAUPTU BÍÓMIÐANN Í SAMBÍÓ APPINU

SAMBÍÓIN EGILSHÖLL

BÍLAR 3 ÍSL TAL 2D	KL. 5:30	L
THE MUMMY	KL. 5:30 - 8 - 10:20	16
WONDER WOMAN 2D	KL. 5 - 7:50 - 10:40	12
BAYWATCH	KL. 5:30 - 8 - 10:30	12
PIRATES 2D	KL. 7:50 - 10:30	12

SAMBÍÓIN AKUREYRI

BÍLAR 3 ÍSL TAL 2D	KL. 5:40	L
CARS 3 ENSKT TAL 2D	KL. 8	L
WONDER WOMAN 3D	KL. 10:15	12
WONDER WOMAN 2D	KL. 5:15	12
BAYWATCH	KL. 8	12
PIRATES 2D	KL. 10:30	12

SAMBÍÓIN KRINGLUNNI NÚMERUÐ SÆTI

BÍLAR 3 ÍSL TAL 2D	KL. 5:20	L
CARS 3 ENSKT TAL 2D	KL. 5:40 - 8	L
WONDER WOMAN 3D	KL. 7:40 - 10:35	12
BAYWATCH	KL. 5:30 - 8 - 10:30	12
PIRATES 2D	KL. 10:20	12

SAMBÍÓIN KEFLAVÍK

BÍLAR 3 ÍSL TAL 2D	KL. 5:40	L
CARS 3 ENSKT TAL 2D	KL. 5:40 - 8	L
THE MUMMY	KL. 10:30	16
WONDER WOMAN 3D	KL. 10:20	12
BAYWATCH	KL. 8	12

Góða skemmtun í bíó!

Full búð af nýjum vörum!

Verið velkomin í Verslun Guðsteins, Laugavegi 34

VERSLUN Guðsteins Eyjólfssonar

Síðan 1918

Hvað? Hvenær? Hvar? Þriðjudagur

hvar@frettabladid.is

20. JÚNÍ 2017

Tónlist

Hvað? Kvartett Carioca
Hvenær? 20.30
Hvar? Kex hosteli, Skúlagötu
Kvartettinn skipa þau Sigrún Kristbjörg Jónsdóttir á fiðlu og básúnu, Ásgeir Ásgeirsson á gítar, Þórður Högnason á kontrabassa og Rodrigo Lopes á trommur og slagverk. Carioca er nafn íbúa þeirra sem búa í borginni Rio de Janeiro í Brasilíu og verður tónlist kvöldsins sú sem þar má finna. Aðgangur ókeypis.

Hvað? DJ Harry Knuckles
Hvenær? 21.00
Hvar? Prikinu, Bankastræti
DJ Harry Knuckles linar þjáningar allra sem enn eru sárir eftir helgina og vermir upp hjörtu þeirra sem eru þegar farnir að búa sig undir þá næstu, enda er lífið bara biðin eftir næstu helgi.

Viðburðir

Hvað? Karókí partí
Hvenær? 21.00
Hvar? Gauknum, Tryggvagötu
Stuð og fjör í kvöld þegar gestum Gauksins er gefinn laus taumurinn í hátalarakerfi staðarins og ekki ólíklegt að lög eins og Africa og Total eclipse of the heart fái að hljóma úr nokkrum laglausum börkum.

Sýningar

Hvað? Louisa Matthíasdóttir: Kyrrð
Hvenær? 10.00
Hvar? Kjarvalsstöðum
Viðamikil yfirlitssýning á verkum listakonunnar Louisu Matthíasdóttur (1917-2000) þar sem kærkomið tækifæri gefst til að fá yfirsýn yfir feril listakonu sem á einstakan hátt hefur túlkað íslenskt landslag. Á sýningunni má vel sjá þá breidd sem býr í verkum hennar. Nærumhverfi hennar varð í langflestum tilfellum efniviður verkanna, hvort sem um var að ræða landslag, uppstillingar eða myndir af henni sjálfri. Hún málaði fjöldann allan af sjálfsmyndum sem sýna raunsanna mynd af listakonunni – og eins málaði hún gjarnan vini og vandamenn við leik og störf. Uppstillingar hennar innanhúss málaði hún í hreinum og tærum litum og formum.

Í dag er um að gera að kíkja í Ásmundarsafn og skoða yfirlitssýningu myndhöggvarans Ásmundar Sveinssonar, List fyrir fólkið. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

Sýning Ragnars Kjartanssonar, Guð, hvað mér líður illa er í fullum gangi í Hafnarhúsinu. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Hvað? Ragnar Kjartansson: Guð, hvað mér líður illa
Hvenær? 10.00
Hvar? Hafnarhúsinu
Ragnar Kjartansson heldur fyrstu safnsýningu sína á heimavelli eftir sigurför á erlendri grund á undanförnum árum. Þar á meðal eru meiriháttar yfirlitssýningar í virtum söfnum beggja vegna Atlantshafsins. Þegar hér er komið sögu á ferli listamannsins kann titillinn Guð, hvað mér líður illa að koma nokkuð á óvart. En Ragnar talar ekki aðeins fyrir sjálfan sig heldur okkur áhorfendur með því að minna á hjálpræði listarinnar. Þetta sést vel í opnunarverkinu, hinum fyrsta af þremur lifandi gjörningum á sýningartímabilinu, sem ber heitið Til tónlistarinnar, 2012. Það byggist á ljóðlínum Schobers sem gefur í skyn að listin geti flutt okkur öll á betri stað, „frá drunga heims til drottins himinvega“.

Hvað? Kjarval – lykilverk
Hvenær? 10.00
Hvar? Kjarvalsstöðum
Á sýningunni gefst gott tækifæri til að kynnast mörgum lykilverkum frá ferli listamannsins og fá innsýn í þau meginstef sem voru uppistaðan í lífsverki hans. Annars vegar landið í öllum sínum fjölbreytileika og hins vegar það líf og þær táknmyndir sem Kjarval skynjaði í landinu, það sem hugurinn nemur ekki síður en það sem augað sér. Kjarvalsstaðir eru vettvangur þar sem list Jóhannesar Sveinssonar Kjarvals hefur verið kynnt með ýmsu móti frá því húsið var opnað árið 1973. Á þessum árum hafa verið gerðar margvíslegar rannsóknir á list hans og veigamiklum hlut hans í íslenskri listasögu.

Hvað? Ásmundur Sveinsson: List fyrir fólkið
Hvenær? 10.00
Hvar? Ásmundarsafni
Yfirlitssýning á verkum Ásmundar Sveinssonar myndhöggvara. Á sýningunni er sjónum beint að öllum ferli listamannsins allt frá tréskurðarnámi hjá Ríkharði Jónssyni og til síðustu ára listamannsins. Sýnd eru verk unnin í ýmis efni þar á meðal verk höggvin úr tré, steinsteypu og brons. Á sýningunni eru jafnframt frummyndir þekktra verka sem stækkað hafa verið upp víða um land. Hönnuður sýningarinnar er Finnur Arnar Arnarson og er framsetning verkanna með þeim hætti að í einstakri umgjörð Ásmundarsafns fá þau nýtt og kröftugt samhengi.

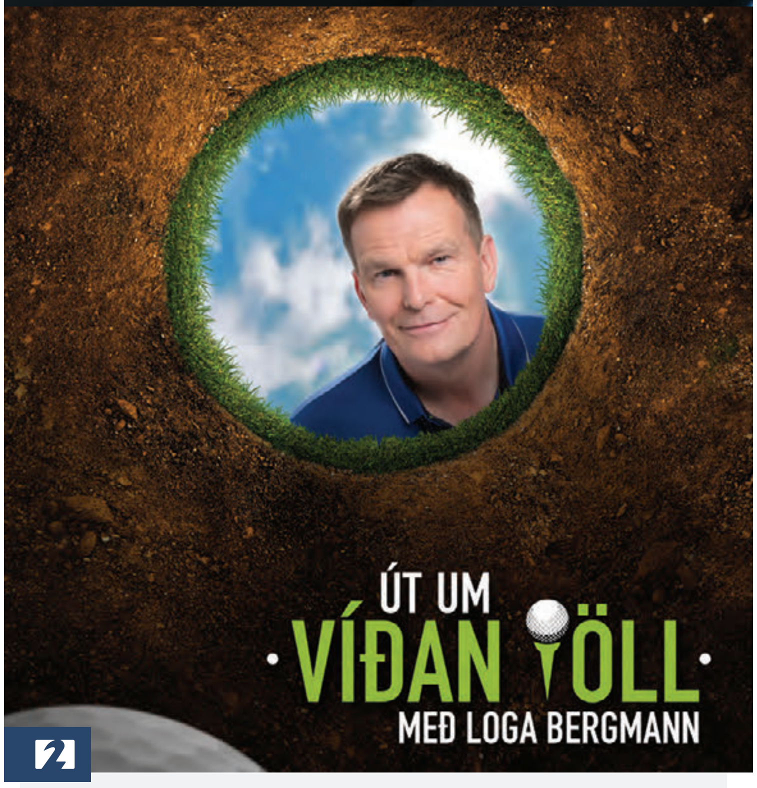
BIO ★ PARADIS
HAPPY HOUR Á BARNUM 17-19

Sing Street	17:30, 19:30
Everybody Wants Some!!	17:45
Hjartasteinn	17:30
Knight Of Cups	20:00
Lion	21:30
Embrace Of The Serpent	22:30
Ég Man Þig	22:00

UPPLIFÐU ÆVINTÝRI
Í ÚTILEGU
ÞÚ FÆRÐ GÆÐATJÖLD AF ÝMSUM STÆRÐUM
FYRIR ALLAR AÐSTÆÐUR Í ÚTILÍF SMÁRALIND
MSR Elixir 2
2 manna göngutjald. Einnig fáanlegt í 3 manna útgáfu.
Ytra tjald: 1500mm Polyester Polyurethane húðað.
Botn: 3000 mm Nylon Polyurethane húðað.
Þyngd: 2,66 kg.
49.990 kr.
High Peak Como 4
4 manna fjölskyldutjald. Einnig fáanlegt í 6 manna útgáfu.
Ytra tjald: 3000 mm Polyester límdir saumar.
Innra tjald: Polyester.
Þyngd: 7,6 kg.
34.990 kr.
High Peak Kira 3
3 manna kúlutjald með fortjaldi. Einnig fáanlegt í 4 manna útgáfu.
Ytra tjald: 3000 mm Polyester límdir saumar.
Innra tjald: Polyester.
Þyngd: 4,3 kg.
21.990 kr.
High Peak Ancona 5
5 manna fjölskyldutjald.
Ytra tjald: 3000 mm Polyester límdir saumar.
Innra tjald: Polyester.
Þyngd: 11 kg.
49.990 kr.
High Peak Sparrow 2
2 manna göngutjald.
Ytra tjald: 3000 mm Polyester límdir saumar.
Innra tjald: Polyester.
Þyngd: 2,8 kg.
21.990 kr.
TNF Stormbreak 2
2 manna göngutjald.
Ytra tjald: 3000 mm Polyester Pu húðað.
Innra tjald: Polyester.
Þyngd: 2,67 kg.
37.990 kr.
ÚTILÍF
síðan 1974
KRINGLUNNI / SMÁRALIND
utilif.is
ÁRNASYNIR

KL. 19:05 alla virka daga
Fjölbreyttur frétta- og mannlífsþáttur í léttum dúr þar sem þrautreyndir dagskrárgerðarmenn Stöðvar 2 fjalla um allt milli himins og jarðar á léttu nótunum. Umsjónarmaður kvöldsins er Kristján Már Unnarsson.

ÞRÆLGOTT
ÞRIÐJUDAGSKVÖLD
Fáðu þér áskrift á 365.is
365



Í þessum skemmtilega og hressandi þætti fer Logi Bergmann á flakk um gullfallega golfvelli með landsþekktum gestum. Að þessu sinni taka Bakaríis-félagarnir, Logi og Rúnar Freyr, sveifluna saman á Thracian Cliffs golfvellinum í Búlgaríu.

VEEP
Sjötta serían af þessum bráðfyndnu og margverðlaunuðu gamanþáttum þar sem Julia Louis-Dreyfus er í aðalhlutverki.

BETTER CALL SAUL
Þriðja serían af þessum spennandi og öðruvísi þáttum um Saul Goodman sem er best þekktur sem lögfræðingur Walters White í þáttaröðinni Breaking Bad.

THE LEFTOVERS
Fyrir þremur árum hvarf skyndilega hópur af fólki sporlaust af jörðinni og nú fylgjumst við með þeim sem urðu eftir og þurfa að kljást við eftirköstin.

Allt þetta og meira til í Skemmtipakkanum á aðeins 333 kr. á dag.
365.is

DAGSKRÁ

Þriðjudagur

STÖÐ 2

07.00 The Simpsons
07.25 Teen Titans Go
07.50 The Middle
08.10 Mike and Molly
08.35 Ellen
09.15 Bold and the Beautiful
09.35 The Doctors
10.15 White Collar
11.05 Mr Selfridge
11.50 Suits
12.35 Nágrannar
13.00 Britain's Got Talent
14.05 Britain's Got Talent
14.30 Britain's Got Talent
16.30 The Simpsons
16.55 Bold and the Beautiful
17.20 Nágrannar
17.45 Ellen Skemmtilegur spjallþáttur með hinni einu og sönnu Ellen DeGeneres sem fær til sín góða gesti og slær á létta strengi. Þættirnir eru með þeim vinælustu í sinni röð um allan heim enda hefur Ellen einstakt lag á gestum sínum og nær að skapa einstakt andrúmsloft í salnum sem skilar sér beint til áhorfenda sem sitja heima í stofu.
18.30 Fréttir Stöðvar 2 Fréttastofa Stöðvar 2 flytur fréttir í opinni dagskrá.
18.55 Íþróttir Íþróttafréttamenn fara yfir það helsta úr heimi íþróttanna.
19.05 Ísland í sumar Fjölbreyttur frétta- og mannlífsþáttur í léttum dúr þar sem þrautreyndir dagskrárgerðarmenn Stöðvar 2 fjalla um alla heima og geima. Allt frá takkaskóm og torfæru til heyskapar og hektara.
19.25 Last Week Tonight With John Oliver
20.00 Út um víðan völl
20.40 Veep
21.10 Better Call Saul
22.00 The Leftovers
22.55 Outsiders
23.40 Mary Kills People Áhrifamiklir og óvenjulegir þættir um Mary Harris sem er einhleyp móðir og er læknir á bráðadeild á daginn en á nóttinni vinna hún og félagi hennar heldur óvenjulega aukavinnu, það er að hjálpa fólki sem er nú þegar dauðvona að kveðja þennan heim á þeirra forsendum.
00.25 Bones
01.10 Orange is the New Black Fimmta þáttaröðin af þessum verðlaunaþáttum um Piper Chapman og samfanga hennar í Litchfield fangelsinu í New York. Í síðustu þáttaröð var lífið innan fangelsisveggjanna afar eldfimt og mörgum spurningum ósvarað. Ekki missa af þessum hörkuspennandi þáttum.
02.05 Queen Sugar
02.45 Justified
03.30 11/22/63
04.15 11/22/63
05.00 A Walk Among the Tombstones

STÖÐ 2 SPORT

07.15 Pepsí deild karla
08.55 Pepsímörkin
10.20 Síðustu 20
10.45 Pepsímörk kvenna
11.40 Pepsí deild karla
13.20 Premier League World
13.50 Pepsí deild karla
15.30 Pepsímörkin
16.50 Pepsímörk kvenna
17.50 Pepsí deild kvenna
20.00 Pepsí deild karla
21.40 Síðustu 20
22.00 Box. Ward vs Kovalev
00.40 Pepsí deild kvenna

STÖÐ 3

17.30 Raising Hope
17.55 The New Girl
18.15 Mindy Project
18.40 Modern Family
19.05 Ástríður
19.35 Mayday
20.20 Last Man Standing
20.45 Sleepy Hollow
21.30 Salem
22.20 The Wire
23.20 Ástríður
23.45 Mayday
00.30 Last Man Standing
00.50 Sleepy Hollow
01.35 Salem
02.20 Tónlist

KRAKKASTÖÐIN

07.00 Dóra könnuður
07.24 Mörgæsirnar frá Madagaskar
07.47 Doddi litli og Eyrnastór
08.00 Áfram Diego, áfram!
08.24 Svampur Sveinsson
08.49 Lalli
08.55 Rasmus Klumpur og félagar
09.00 Lína langsokkur
09.25 Hvellur keppnisbíll
09.37 Ævintýraferðin
09.49 Gulla og grænjaxlarnir
10.00 Víkingurinn Viggó
10.11 Zigby
10.25 Stóri og Litli
10.38 Skógardýrið Húgó
11.00 Dóra könnuður
11.24 Mörgæsirnar frá Madagaskar
11.47 Doddi litli og Eyrnastór
12.00 Áfram Diego, áfram!
12.24 Svampur Sveinsson
12.49 Lalli
12.55 Rasmus Klumpur og félagar
13.00 Lína langsokkur
13.25 Hvellur keppnisbíll
13.37 Ævintýraferðin
13.49 Gulla og grænjaxlarnir
14.00 Víkingurinn Viggó
14.11 Zigby
14.25 Stóri og Litli
14.38 Skógardýrið Húgó
15.00 Dóra könnuður
15.24 Mörgæsirnar frá Madagaskar
15.47 Doddi litli og Eyrnastór
16.00 Áfram Diego, áfram!
16.24 Svampur Sveinsson
16.49 Lalli
16.55 Rasmus Klumpur og félagar
17.00 Lína langsokkur
17.25 Hvellur keppnisbíll
17.37 Ævintýraferðin
17.49 Gulla og grænjaxlarnir
18.00 Víkingurinn Viggó
18.11 Zigby
18.25 Stóri og Litli
18.38 Skógardýrið Húgó
19.00 Pósturinn Páll. Bíómyndin

Doddi litli og Eyrnastór kl. 07.47, 11.47 og 15.47

GOLFSTÖÐIN

07.00 Meijer LPGA Classic
10.00 Golfing World
10.50 Meijer LPGA Classic
13.50 US Open
19.20 Golfing World
20.10 US Open

BÍÓSTÖÐIN

12.35 Beethoven's Treasure Tail
14.10 Ingenious
15.40 Just Friends
17.15 Beethoven's Treasure Tail
18.55 Ingenious Gamanmynd frá 2009 sem fjallar um sanna sögu tveggja vina, uppfinningamanns og sölumanns, sem dreymdi um að slá í gegn með nýju hjálpartæki og ákváðu að leggja allt sitt í sölurnar. Það eru þau Dallas Roberts, Jeremy Renner og ísraelska leikkonan Ayelet Zurer sem fara með aðalhlutverkin í þessari sannsögulegu mynd um þá Matt og Sam sem eins og svo marga dreymdi um að gera það gott með því að finna upp og selja sína eigin vöru. Fyrir þann draum lögðu þeir síðan allt að veði og svo fór að þeir töpuðu öllu. En félagarnir gáfust ekki upp og þegar Matt fékk hugmynd að nýstárlegu hjálpartæki ákváðu þeir að finna leið út úr gjaldþrotinu.
20.25 Just Friends
22.00 The Other Guys
23.50 The Hunger Games. The Mockingjay - Part 1
01.50 Pride and Glory Hörkuspennandi glæpamynd sem fjallar um fjölskyldu lögreglumanna í New York þar sem Colin Farrell, Edward Norton og Jon Voight leika aðalhlutverkin.
04.00 The Other Guys

RÚV

16.50 Íslendingar
17.50 Táknmálsfréttir
18.00 KrakkaRÚV
18.01 Hopp og hí Sessamí
18.25 Gullin hans Óðins
18.50 Vísindahorn Ævars
19.00 Fréttir
19.25 Íþróttir
19.30 Veður
19.35 Leiðin á EM
20.05 Í garðinum með Gurrý
20.35 Veröld Ginu
21.05 Skytturnar
22.00 Tíufréttir
22.15 Veðurfréttir
22.20 Afturgöngurnar
23.15 Skömm
23.35 Fallið
00.35 Dagskrárlok

SJÓNVARP SÍMANS

06.00 Síminn + Spotify
08.00 Everybody Loves Raymond
08.25 Dr. Phil
09.05 Chasing Life
09.50 Jane the Virgin
10.35 Síminn + Spotify
13.35 Dr. Phil
14.15 Superstore
14.40 Top Chef
15.25 American Housewife
15.50 Remedy
16.35 King of Queens
17.00 The Millers
17.25 How I Met Your Mother
17.50 Dr. Phil
18.30 The Tonight Show
19.10 The Late Late Show
19.50 Black-ish
20.15 Royal Pains
21.00 Scorpion
21.45 Scream Queens
22.30 Casual
23.00 The Tonight Show
23.40 The Late Late Show
00.20 CSI Miami
01.05 Code Black
01.50 Imposters
02.35 Quantico
03.20 Sex & Drugs & Rock & Roll
03.50 Scorpion
04.35 Scream Queens
05.20 Casual
05.50 Síminn + Spotify

ÚTVARP

FM 88,5 XA-Radíó
FM 89,5 Retro
FM 90,1 Rás 2
FM 90,9 Gullbylgjan
FM 93,5 Rás 1
FM 95,7 FM957
FM 96,3 FM Suðurland
FM 96,7 Létt Bylgjan
FM 97,7 X-ið
FM 98,9 Bylgjan
FM 99,4 Útvarp Saga
FM 100,5 K100
FM 102,9 Lindin

Funheitur

Sumarleikur FJARÐARKAUPA

Glæsilegir vinningar

Snjallúr 42 mm Gold
eitt með öllu

iPhone 7 32 GB Gold frá Epli
sími sem getur allt

ÓB bensínúttektir
10.000 á tankinn

Hamborgaraveislur frá Grill 66

Helgarferð með Heimsferðum
fyrir 2 til Ljubljana með Heimsferðum

Þyrluflug með Norðurflugi
útsýnisflug fyrir 2

Miðar á þjóðhátíð í Eyjum
þar sem fjörið er

Apple TV 32GB
sjónvarpsáhorf, leikjaspilun og tónlistarflutningur

Dregið út í beinni á Bylgjunni alla laugardaga frá 24. júní - 4. ágúst

Þátttaka er einföld. Þú verslar í Fjarðarkaupum, fyllir út miða og setur hann í sérmerktan kassa í versluninni og ert þar með komin/n í pottinn.

Heimsferðir · HELICOPTER.IS NORÐURFLUG · ÞJÓÐHÁTÍÐ · EPLI · ÓB · GRILL 66

Verið velkomin í **FJARÐARKAUP** –einstök stórverslun

FK

Opið: Mánudaga - miðvikudaga frá kl. 9 - 18 / fimmtudaga kl. 9 - 18.30 / föstudaga kl. 9 - 19 / laugardaga kl. 10 -17 / sunnudagar lokað. **www.fjardarkaup.is**

FRÉTTABLAÐIÐ
LÍFIÐ

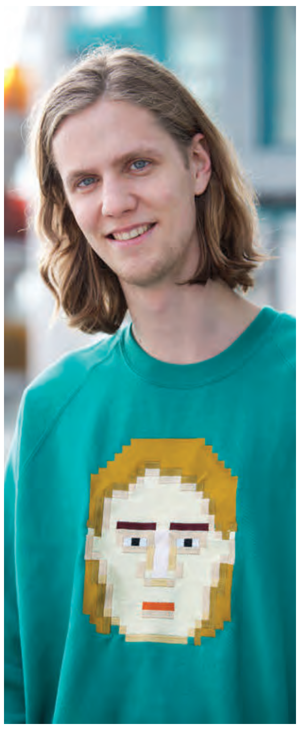
Steinunn Jónsdóttir *rappari*
Mér fannst þetta best heppnaða Secret Solstice hátíðin hingað til. Ég held að það sé út af því að hátíðarsvæðið var sjúklega næs. Ég fór á færri tónleika en ég ætlaði mér en fannst gaman að spila. Ég er þakklát fyrir að hafa rambað á Cymande því það voru bara einir bestu tónleikar sem ég hef farið á.

Hæðir og lægðir Solstice hátíðarinnar

Fréttablaðið fékk til sín nokkra viðmælendur til að meta Secret Solstice hátíðina sem fram fór um helgina og segja okkur frá hápunktunum sem og lágpunktunum. Flestir voru sammála um að hátíðin hafi verið afar vel heppnuð.

Hildur
söngkona
Það besta var að dansa við eitthvað random teknó á Asks-sviðinu. Þar voru eiginlega bara útlendingar í skrítnum búningum að dansa mjög mikið allan daginn þannig að manni leið eins og maður væri á útlenskum klúbbi um miðja nótt þótt klukkan væri svona 3 um dag.
Það versta var að ég missti af Princess Nokia af því að ég var í viðtali (bransinn sko). Sem betur fer fæ ég að sjá hana í Serbíu í júlí í staðinn.

Salka Sól *söng- og leikkona*
Það besta var fjölbreytnin í tónlistaratriðunum en þar fannst mér Rhye og Anderson Paak standa upp úr. Svo fannst mér svo gaman að sjá allt vel skreytta og fína fólkið – það býr til svo góða stemningu.
Kannski var það versta að hringsóla um og finna stæði sem kannski kennir manni að taka bara strætó næst.



Daði Freyr
tónlistarmaður
Mér fannst best hvað fólkið sem kom á tónleikana mína var yndislegt. Söng með, dansaði og var bara almennt í góðu skapi. Það var gaman. Svo var Anderson Paak líka flottur.
Verst fannst mér að ég gat ekki verið alla hátíðina, svo margt sem ég hefði viljað sjá.

Emmsjé Gauti *rappari*
Það sem mér fannst standa upp úr á hátíðinni var Big Sean. Ég er svo mikill fanboy að ég var alveg fremst hjá girðingunni og á einum tímapunkti táraðist ég smá. Ég ímynda mér að það sé svipað og þegar útlendingar mæta á Sigurrós í svona náttúrugigg. En ég var þarna að horfa á einhvern gaur segja „ass ass ass ...“ Ég held að ég hafi tárast síðast á tónleikum árið 2007 þegar Chromeo var að spila á Gauknum. Það versta við hátíðina er að billinn minn er einhvers staðar í Laugardalnum enn þá – en það er algjört sjálfsskaparvíti. Hátíðin var alveg frábær í ár og verður bara betri með hverju árinu.

tl.is

SUMARTILBOÐ VIKUNNAR!

-20.000

119.995

FULLT VERÐ 139.995

ASUS

KRAFTMIKIL INTEL i7

ASU-F556UADM1024T

ÖFLUG OG KRAFTMIKIL FARTÖLVA SEM LÆTUR EKKI BÍÐA EFTIR SÉR. HRAÐVIRKUR INTEL I7 ÖRGJÖRVI, 8 GB VINNSLUMINNI OG 256GB OFURHRAÐUR SSD DISKUR. GLÆSILEGA HÖNNUÐ, FYRIRFERÐALÍTIL OG MEÐ KRISTALTÆRUM FHD SKJÁ.

-38%

7.995

FULLT VERÐ 12.995

steelseries

STEELSERIES APEX 300

STE-64451

MEMBRANE LYKLABORÐ MEÐ STUTTU ÞRÝSTISVIÐI SEM ER HANNAÐ FYRIR SNÖRP VIÐBRÖGÐ. 17 FORRITANLEGIR TAKKAR. ÓTRÚLEGT TILBOÐSVERÐ Í EINA VIKU.

-22%

6.995

FULLT VERÐ 8.995

EPSON

ÞRÁÐLAUS FJÖLNOTAPRENTARI Á 6.995!

EPS-XP235

ÓTRÚLEGT TILBOÐSVERÐ FYRIR ÞENNAN VINSÆLA ÞRÁÐLAUSA FJÖLNOTAPRENTARA FRÁ EPSON SEM SKANNAR, LJÓSRITAR OG PRENTAR.

-33%

9.995

FULLT VERÐ 14.995

ASUS

2000 MHZ ROG GLADIUS

ASU-ROGGLADIUS

SÉRHÖNNUÐ LEIKJAMÚS ÚR REPUBLIC OF GAMING LÍNUNNI FRÁ ASUS. FRÁBÆR Í FYRSTU PERSÓNU SKOTLEIKI OG KEMUR MEÐ HÁRRI 2000 MHZ BREYTITÍÐNI.

TILBOÐIN GILDA TIL 26. JÚNÍ EÐA Á MEÐAN BIRGÐIR ENDAST

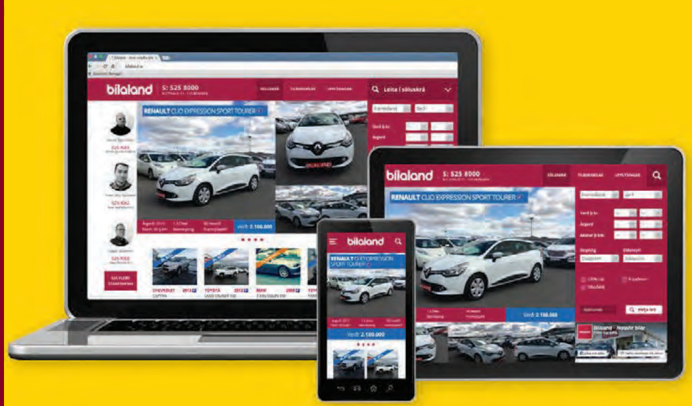
MEIRA EN 2.000 TÖLVUR OG TÖLVUVÖRUR
Á LÆGRA VERÐI Á WWW.TL.IS!

TÖLVU LISTINN

REYKJAVÍK	AKUREYRI	HÚSAVÍK	EGILSSTAÐIR	KEFLAVÍK	SELFOSS	AKRANES
SUÐURLANDSBRAUT 26	GLERÁRTORG	GARÐARSBRAUT 18A	KAUPVANGI 6	HAFNARGÖTU 90	AUSTURVEGI 34	ÞJÓÐBRAUT 1
Sími 414 1700	Sími 414 1730	Sími 464 1600	Sími 414 1735	Sími 414 1740	Sími 414 1745	Sími 431 3333

ÚRVAL NOTAÐRA BÍLA

BÍLALAND BÝÐUR BÍLA Á FRÁBÆRUM KJÖRUM! KOMDU STRAX Í DAG OG TRYGGÐU ÞÉR GÓÐAN BÍL FRÁ BÍLALANDI



www.bilaland.is

Rnr. 152852

HYUNDAI I40 Wagon Style
Nýskr. 06/13, ekinn 55 þ.km, dísil, sjálfskiptur.

VERÐ 2.890 þús. kr.

Rnr. 370593

TOYOTA Auris Terra
Nýskr. 12/14, ekinn 22 þ.km, bensín, beinskiptur.

VERÐ 2.390 þús. kr.

Rnr. 330795

Range Rover Evoque SE
Nýskr. 05/16, ekinn 10 þ.km, dísil, sjálfskiptur.

VERÐ 6.970 þús. kr.

Rnr. 320958

RENAULT Captur Dynamic
Nýskr. 04/15, ekinn 34 þ.km, dísil, beinskiptur.

VERÐ 2.290 þús. kr.

Rnr. 192268

LAND ROVER Discovery 4 S
Nýskr. 06/15, ekinn 65 þ.km, dísil, sjálfskiptur.

VERÐ 7.590 þús. kr.

Rnr. 390071

KIA Rio EX. Nýskr 12/13, ekinn 50 þ.km, bensín, sjálfskiptur.

VERÐ 1.990 þús. kr.

bílaland

Opið frá kl. 9–18 og á laugardögum frá kl. 12–16.

Klettháls 11 - 110 Reykjavík og
Hyundai notaðir bílar - Kauptúni 1 - 210 Garðabæ
Sími: 525 8000 - bilaland@bilaland.is

www.facebook.com/bilaland.is

ENNEMM / SÍA / NM82710

Helga og Hlynur hafa komið víða við á ferðalagi sínu. Þessi mynd var tekin í Machu Picchu.

Settu lífið á Íslandi í bið til að fara á flakk

Parið **Helga Björk Árnadóttir** og **Hlynur Kristjánsson** tóku sér frí frá vinnunni og sögðu skilið við lífið á Íslandi fyrir átta mánuðum. Síðan þá hafa þau ferðast um Suður-Ameríku og sjá ekki eftir neinu.

Hugmyndin um að fara í langt ferðalag kviknaði hjá Helgu Björk Árnadóttur í kringum jólin árið 2015 og hlutirnir þróuðust svo þannig að kærastinn, Hlynur Kristjánsson, fór með. „Mig hafði alltaf dreymt um að fara til Suður-Ameríku, en aldrei fundist vera rétti tíminn, eða haft neinn til að fara með. Eftir að hafa fleytt hugmyndinni við nokkra nána vini ræddi ég við stelpu hjá Kilroy sem kom með nokkrar hugmyndir og í lok mars 2016 lagði ég upp með að bóka flug og gistingu til Kúbu, þar sem ég myndi vera í mánuð að læra spænsku. Við Hlynur fórum svo að hittast í lok júní og eftir samtal einhvern tímann um miðjan ágúst ákvað hann að koma með mér," útskýrir Helga.

Ferðalagið byrjaði á Kúbu og eftir dvölina þar tók við meira ævintýri. „Við byrjuðum á Kúbu, flugum því næst til Mexíkó og höfum unnið okkur áfram þaðan. Við tókum bát frá suðurhluta Mexíkó yfir til Belís, rútu þaðan til Gvatemala og svo fórum við til Hondúras, þar sem við vörðum tveimur mánuðum á eyju sem heitir Utila. Ég var þar að læra köfun og kláraði að læra „PADI Divemaster" þar."

„Eftir það fórum við svo til Níkaragva, Kosta Ríka, Panama og flugum þaðan til Bogotá í Kólumbíu.

Við vörðum þremur vikum í að ferðast innan Kólumbíu og fórum eftir það til Ekvador, Galapagos, Perú, Bólivíu, Síle og núna erum við í Argentínu," segir Helga, sem hefur núna verið á flakki í um það bil átta mánuði.

Helga og Hlynur eru hvergi nærri hætt að kanna nýjar slóðir. „Við áætlum að koma heim í júlílok. Ferðin verður því rúmlega níu mánuðir í heildina."

Þau hafa m.a. heimsótt Páskaeyjuna og Salar de Uyuni í Bólivíu.

Erfiðast að hitta ekki vini og fjölskyldu

Það er eflaust marga Íslendinga sem dreymir um að fara í sams konar ævintýraferð og Helga og Hlynur létu verða að veruleika. Spurð út í hvað það erfiðasta við að láta til skara skríða hafi verið segir Helga: „Það hitti þannig á að hvorugt okkar átti eignir og vinnuveitandinn okkar sýndi okkur mjög mikinn stuðning þegar við ræddum við hann að fara í langtímaleyfi. Áhættan var því frekar lítil og við höfðum nægan tíma til að undirbúa okkur. Erfiðast var að vita að við myndum ekki hitta fjölskyldu og vini í einhverja mánuði, en allir sýndu okkur mikinn stuðning og með internetinu getur maður alltaf spjallað þegar söknuður grípur mann, að því gefnu að netið virki!"

Helga sér ekki eftir ákvörðun sinni um að fara í þetta langa ferðalag enda hefur það gengið vel.

„Ég var á þeim stað í lífinu að ég hugsaði með mér: „Ef ég geri þetta ekki núna, þá mun ég aldrei láta verða af svona ferðalagi. Hvernig myndi mér líða að hugsa til baka, vitandi það að ég hafði fullkomið tækifæri og lét ekki verða af því?" Eftir að hafa spurt Hlyn að sömu spurningu nokkrum mánuðum seinna hugsaði hann málið aðeins og endaði á því að vera sammála. Það eina sem við höfðum planað áður en við fórum út var að fara til Kúbu og fljúga svo til Mexíkó. Það hefur tekið á að þurfa að plana hvern dag fyrir sig og vita stundum ekki hvar maður myndi gista það kvöldið, en þetta hefur gengið ótrúlega vel."

En hvað er það besta við að hafa látið drauminn rætast? „Það besta er hvað við höfum séð mikið af stöðum sem okkur bæði er búið að dreyma um síðan við vorum krakkar. Meðal hápunktanna í ferðinni hefur verið að horfa á sólarupprásina yfir Tikal, að læra að kafa í Utila, skoða eldfjöllin í Níkaragva, skoða dýralífið á Kosta Ríka, ganga 50 km á fjórum dögum í gegnum frumskóginn til að sjá Ciudad Perdida í Kólumbíu og margt fleira!"

„Ég held að marga dreymi um svona ferðlagað að einhverju leyti, en geta ekki látið verða af því, hver svo sem ástæðan er – peningar, skuldbindingar heima fyrir eða aðrar ástæður. Ég ætla ekki að segja að þetta hafi verið „auðvelt", en þegar skrefið er tekið og ákvörðunin er komin, þá er þetta auðveldara en margur heldur," segir Helga sem vonar að þessi lesning muni veita fólki innblástur til að láta sína draumaferð rætast.

gudnyhronn@365.is

SÍMAR AUGLÝSINGADEILDIR – AUGLÝSINGASTJÓRI: Svanur Valgeirsson *svanur@365.is* **ALMENNAR AUGLÝSINGAR: SÍMI 512-5401:** Gústaf Bjarnason *gustaf@365.is*, Hafsteinn Hafsteinsson *hafsteinn@365.is*, Hjördís Zoëga *hjordis@365.is*, Sigfús Örn Einarsson *sigfus@365.is*, Örn Geirsson *orn.geirsson@365.is* **FÓLK/SÉRBLÖÐ SÍMI 512-5402:** Atli Bergmann atli.*bergmann@365.is*, Jóhann Waage *johannwaage@365.is*, Jón Ívar Vilhelmsson *jonivar@365.is*, Ólafur H. Hákonarson *olafurh@365.is*, **FÓLK OG SÉRBLÖÐ EFNI:** Sólveig Gísladóttir *solveig@365.is* og Vera Einarsdóttir *vera@365.is* **RAÐAUGLÝSINGAR /FASTEIGNIR SÍMI 512-5403:** Hrannar Helgason *hrannar@365.is*, Viðar Ingi Pétursson *vip@365.is* **ÞJÓNUSTUAUGLÝSINGAR SÍMI 512-5407:** Arna Rut Kristinsdóttir *arnarut@365.is*, Sigrún Helga Guðmundsdóttir *sigrunh@365.is*

Hyundai i30 er hinn nýi fólksbíll.

Glæsileg tímalaus hönnun, fullkomið upplýsinga- og afþreyingarkerfi og snjall öryggisbúnaður.
Hægt er að velja úr úrvali sparneytinna bensín- og dísilvéla sem eyða frá 3,6l/100 km.
Komdu og reynsluaktu hinum nýja fólksbíl sem kostar aðeins frá 2.890.000 kr.

Hyundai | Kauptúni 1 | Sími 575 1200 | www.hyundai.is

HYUNDAI

5 YEAR UNLIMITED MILEAGE WARRANTY

Öllum Hyundai bílum fylgir 5 ára verksmiðjuábyrgð og ótakmarkaður akstur. Athugið að 5 ára ábyrgðarskilmálar Hyundai ná eingöngu yfir Hyundai bifreiðar sem eru seldar af viðurkenndum Hyundai söluaðila til endanlegs viðskiptavinar.

ENNEMM / SÍA / NM82302 *Eldsneytisnotkun miðast við uppgefnar tölur frá framleiðanda í blönduðum akstri.

FRÉTTABLAÐIÐ

Við segjum fréttir Smáauglýsingasíminn og skiptiborð **512 5000** **Vísir**

Ritstjórn 512 5200 Fax: 512 5301 ritstjorn@frettabladid.is **Auglýsingadeild** auglysingar@frettabladid.is **Prentun** Ísafoldarprentsmiðja

ÞÚ GETUR NÁLGAST FRÍTT EINTAK AF FRÉTTABLAÐINU VÍÐSVEGAR UM LANDIÐ.
Óskir þú eftir því að fá blaðið í áskrift, hafðu samband við Póstdreifingu.
FRÉTTABLAÐIÐ mest lesna dagblað landsins.

Póst dreifing **Dreifing** dreifing@postdreifing.is **Ef blaðið berst ekki** 800 1177

BAKÞANKAR

Jóns Sigurðar Eyjólfssonar

Hórumangarinn hressi

Ég rek hóruhús hérna í bænum," sagði sveitungi konu minnar þar sem ég rak nefið í samtal þeirra í strandbæ einum. Það var völlur á honum. Hann var hress og hló eins og hestur en svo kom dálítið á hann þegar hann sá að Bílddælingnum var brugðið. „Þetta er bara eins og hver annar rekstur," sagði hann þá. Síðar í samtalinu kom í ljós að hann kunni illa við sig á hóruhúsinu sem kemur þó ekki að sök því hann getur stjórnað öllu klabbinu frá skrifstofunni heima.

Svona firring kemur sér víða vel. Fyrirtækið Monsanto framleiddi eitur sem sturtað var yfir frumskóga Víetnam þegar stríðið geisaði þar í landi. Mörg þúsund manns létu lífið og Rauði krossinn telur að um milljón manns búi við örkuml af þessum sökum. Þeir sem unnu við þetta voru eflaust bara að sinna vinnu sinni, stjórnendur voru bara að þóknast hluthöfum og hluthafar búa við þau forréttindi að geta þvegið hendur sínar eins og Pontíus Pílatus forðum. Sama fyrirtæki framleiddi skordýraeitur sem valdið hefur herfilegum mannskaða og berst nú með kjafti og klóm gegn því að erfðabreyttar afurðir verði sérstaklega merktar. Þetta er eflaust bara eins og hver annar rekstur.

Hagsmunaverðir vopnaframleiðenda vinna nú að því hörðum höndum að sannfæra Evrópusambandið um að eyða einum milljarði evra árlega í hernaðarrannsóknir. Slíkt samkomulag væri vatn á myllu vopnaframleiðandans eins og MBDA en salt í sár íbúanna sem hafa þolað hremmingar síðustu ára?

Hér á Spáni er Lýðflokkurinn við völd en hann er flæktur í 64 spillingarmál en mælist stærstur flokka í skoðanakönnunum. Í stjórnmálum líkt og í viðskiptum virðist hinum siðlausu ganga allt í haginn.

Mikill voðalegur kjáni gat ég verið. Auðvitað er hórumangarinn hress.